

# 《心理科学进展》审稿意见与作者回应

题目：时间贫困内涵及其对幸福感的影响：稀缺理论视角

作者：孙晓敏 杨舒婷 孔小杉 刘臻臻 马榕梓 原悦 张南 蒋欣颖 曹沛伶 鲍瑞佳 蔺义芹  
李宁 李志航

---

## 第一轮

审稿人意见：

**意见 1：**论文所提模型的主要构念和中介机制还需要进一步清晰化。从时间长度、时间强度和  
时间质量视角去构建时间贫穷构念，并分别在 2.1.1, 2.1.2, 2.1.3 阐述，但是“2.1.4 时间  
贫穷的整体主观感受”和 2.1.1, 2.1.2, 2.1.3 并非并列关系，放在文中有些突兀；并且在 2.1.4  
中所列举的例子更接近 2.1.1-时间长度视角(例如，没有时间.....)。

**回应：**非常感谢专家的宝贵意见！根据您的建议，我们对 2.1 部分进行了改写，将时间贫困  
概念进行了整理和重新布局，将时间长度、时间强度和  
时间质量归入“时间贫困分维度视角”，  
将时间贫穷的整体主观感受归为“时间贫困整体视角”，分维度视角和整体视角相并列。

对于原 2.1.4(现 2.1.2)处提到的例子，我们通过主观认知和匆忙体验来加以区分，以将  
其与时间贫穷的长度视角区分开来。

**意见 2：**个人幸福感、人际幸福感和家庭幸福感三个构念需要进一步明晰。个人幸福感主要  
是心理状态变量，包括满意度和压力状态等；而人际幸福感和家庭幸福感可以包括在个人幸  
福感中，并不一定是并列关系。因此这三个构念的区分，应该在问题提出的第二段就有所交  
代，不然在 2.2.1, 2.2.2, 2.2.3 突然阐述时间贫穷和这三者的关系，会令读者迷惑这三种幸  
福感的区分。

**回应：**感谢您的宝贵意见！您的建议让我们意识到文中缺乏对幸福感构念的阐释，因此在文  
中予以补充。我们在问题提出部分第三段简要交代了幸福感的内涵及个人、人际和家庭水平  
幸福感内涵。在 2.2 论述时间贫穷与幸福感的关系部分，再次详细阐述了幸福感的定义及其  
包含成分，并对个人、人际和家庭三个层次及关系进行了详细解释。这样的确使得与后文阐  
述时间贫穷与三者关系的逻辑更加顺畅。

**意见 3:** 中介机制有些简单, 仅仅从稀缺理论的角度提出过度生产率取向是时间贫穷和幸福感之间的唯一中介机制。这里可能让人质疑过度生产率取向和时间贫穷之间究竟谁为因谁为果, 事实上, 有可能过度生产率取向才会导致时间贫穷; 过度生产率取向还可能是时间贫穷和幸福感之间关系的调节变量; 另外, 既然时间贫穷包括三个方面--时间长度、时间强度、时间质量, 它们都会引起过度生产率么? 即便是也应该分别论述清楚, 而不是一带而过。

**回应:** 感谢您对论文中介选择和论证逻辑提出的宝贵疑问与意见! 首先, 关于仅选择了过度生产率取向作为唯一中介。我们的研究旨在围绕稀缺理论展开, 根据稀缺理论, 时间贫困作为一种长期的时间不够用的主观感受, 会将人们注意力聚焦到时间上, 并采取能够节省时间的策略, 从而导致过度生产率取向。尽管时间贫困影响幸福感的中介变量和潜在调节机制很可能不仅局限于过度生产率取向, 但我们认为, 在稀缺理论视角下, 过度生产率取向可能具有较强的解释力。为了丰富时间贫困影响幸福感的机制模型, 我们还关注了这一模型在人际、家庭环境下的有效性, 检验了模型跨情境稳定性, 结合溢出-交叉模型效应丰富了模型作用机制。

其次, 关于时间贫困与过度生产率取向的因果关系。我们认为, 过度生产率取向的定义为在更短的时间内完成更多的工作的倾向。当人们感到时间不够用时, 会自然地使用提升效率, 以更快的速度完成任务的策略。长期的时间贫困会使得人们频繁并习惯采用“加速”策略, 进而造成“一定时间内完成更多”的过度生产率取向这种思维的个体差异。当然, 正如您所说, 过度生产率取向导致的“加速”会增加工作时间强度, 并且这种思维的持有者可能会将休闲时间用在工作上, 增加工作时间长度, 从而增加时间贫困感, 这种因果关系也有存在的可能。尽管在课题申报书中我们关注的是时间贫困可能导致过度生产率取向, 但是在后续的实证研究中, 我们也可以检验您所说的两者可能的反向关系, 感谢您的宝贵建议。

最后, 关于时间贫困三维度与过度生产率取向的关系。我们认为, 时间贫困的长度、强度和强度和质量维度都会造成过度生产率取向。详细内容已经补充在正文 3.3 中。

**意见 4:** 2.2.3 中 2.2.3 对内在机制的论述太短, 不如不要? 并且这里又提出“情绪幸福感”, 会让人困惑。不如放在 2.3 文献评价分析中。

**回应:** 感谢您的宝贵意见! 根据您的建议, 我们将原 2.2.3 内容合并至 2.3 文献评价分析部分。

**意见 5:** 在研究构想部分, 对于每个研究方案究竟要证明怎样的理论问题应该论证清楚, 而

不是只阐述研究步骤。当讨论各个方案所要验证的理论问题时，还应该与第二部分研究评述建立联系，以体现全文的前后逻辑关系。如上述意见 3 部分，研究 3 的中介机制的论述还需要进一步加强，而对研究 4 和研究 5 所要论证的问题和验证的机制的说明又略显简单，需要细化。研究 5 提出检验一个 2\*2 的实验方案，但是如果这样的话，是不是又表明时间贫穷和过度生产率取向之间又存在调节效应？

回应：感谢您对于构建理论的建议！根据您的建议，我们分别对 3.1 至 3.4 的 4 个研究均增加了理论论述，将研究步骤精简后放在了理论论述后面。

关于与第二部分的研究评述的对应关系，研究 1 构建了多维时间贫困理论并开发了测量工具，回应了评价分析部分第一点中提到的概念内涵与维度不清晰的问题；研究 2 搭建了中国人时间贫困数据库并分析了国民时间贫困特征，回应了研究评述的第二点我国缺乏反映国民时间贫困与幸福感的国民数据的问题；研究 3 和 4 探索了时间贫困对多水平幸福感的影响及中介机制，回应了第三点时间贫困与幸福感研究结论不一致及缺乏机制探索的问题。

关于 2\*2 的实验方案表明了调节效应。社会心理学的实验在确定因果机制时，通常会参与者随机分配到自变量水平 X，再测量中介变量 M 和因变量 Y，并假设中介变量对因变量产生因果影响。然而，Pirlott 和 MacKinnon(2016)认为，这种验证中介的方法只检验了 X 对 M 以及 X 对 Y 的因果关系，而没有检验 M 和 Y 之间的因果关系，对此他们提出了操纵中介的方法以解决这一问题。因此本研究的 2\*2 的实验设计正是 Pirlott 和 MacKinnon(2016)所推荐的通过操纵中介检验中介机制的一种方法。这种方法也已经日益被越来越多的学者们认可和使用，如 van Esch 等(2023)，Wei 等(2023)，Billingsley 等(2023)，Han 和 Laurent(2023)等研究者在受认可的期刊上发表的论文在检验中介效应时就使用了操纵中介的方法来验证因果关系。

Pirlott, A. G., & MacKinnon, D. P. (2016). Design approaches to experimental mediation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 66, 29-38.

van Esch, P., Cui, Y. G., Sledge, A., Das, G., & Pala, E. (2023). Preference for partner or servant brand roles depends on consumers' power distance belief. *Journal of Business Research*, 162, 113896.

Wei, C., Dang, J., Liu, L., Li, C., Tan, X. & Gu, Z. (2023). Economic inequality breeds corrupt behaviour. *British Journal of Social Psychology*, 62, 949– 971.

Billingsley, J., Forster, D. E., Russell, V. M., Smith, A., Burnette, J. L., Ohtsubo, Y., Lieberman, D., & McCullough, M. E. (2023). Perceptions of relationship value and exploitation risk mediate the effects of transgressors'

post-harm communications upon forgiveness. *Evolution and Human Behavior*, 44(2), 68-79.

Han, D. E., & Laurent, S. M. (2023). Beautiful seems good, but perhaps not in every way: Linking attractiveness to moral evaluation through perceived vanity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 124(2), 264–286.

**意见 6:** 在理论构建和创新部分，对于方程(1)的原理应该详细说明。例如，各个维度权重的取值从哪里来？为什么要有 2 次项呢？

**回应:** 感谢您对于方程的宝贵意见！根据您的建议，我们在 3.1 研究 1 部分解释了方程原理，详细论述了单项及二次、三次交互项存在的理论基础，并解释了通过数据拟合得到回归系数的方程计算方法。详细内容见正文。

**意见 7:** P.4 第一段中，突然转到中国有点突兀。既然在问题提出部分，作者希望建立普适性的理论，如解决时间贫穷的构念不清晰问题等...那么，在这段的结尾处表述“本研究拟构建多维时间贫困理论，并搭建中国人时间贫困数据库，在此基础上探索中国人时间贫困现状、时间贫困与幸福感的关系”有点奇怪。至少，转折得太突兀。建立多维时间贫困理论并应用于中国实际可以视作两个不同的目的，前者无疑是后者的基础。

**回应:** 感谢您对行文逻辑与流畅性的意见！根据您的建议，我们在 1 问题提出部分的第 4 段，提出要建立理论后，增加了搭建国民时间贫困数据库的必要性，以使行文更加流畅。

**意见 8:** 一些专业术语应该标注英文并简要解释，例如，溢出-交叉效应。

**回应:** 感谢您对文章内容的建议！根据您的建议，我们增加了对溢出-交叉模型的英文标注和简要解释。

---

## 第二轮

**审稿人意见:**

**意见 1:** P.11 主观幸福感的定义，请加出处。P.12 涉及领域幸福感的内涵和定义，也缺乏出处。家庭幸福感一段完全没有出处。但是从 p.11~12 的描述，个人幸福感与另外两种幸福感——人际和家庭幸福感依然不是并列关系，还是个人幸福感是一种总体的幸福感，并且包含后两者。是不是可以界定得更清楚一些，例如，个人幸福感是 *general wellbeing*，而人际

和家庭幸福感是 domain wellbeing? 对于研究时间贫穷和幸福感的 关系，既能建立和 general wellbeing 的关系，又能建立和两种有代表性的 domain wellbeing 的关系，是比较合理的。

回应：感谢您对概念提出的宝贵建议。首先，关于幸福感出处，我们对于幸福感的概念大多来自于 Ed Diener 等人(2009)在文献综述中对主观幸福感的阐述。对此，我们在正文 P13、P16 处进行了规范标注。

其次，我们对个人、人际和家庭幸福感之间的关系 的看法与您一致，参考了 Diener 等人(2009)提出的层次模型，认为个人幸福属于 general wellbeing，包含了人际和家庭幸福感 (domain wellbeing)，对应到模型中，就是 global life judgements(个人幸福感)和 domain satisfaction(人际&家庭幸福感)的关系。参考的层次模型如下图所示。

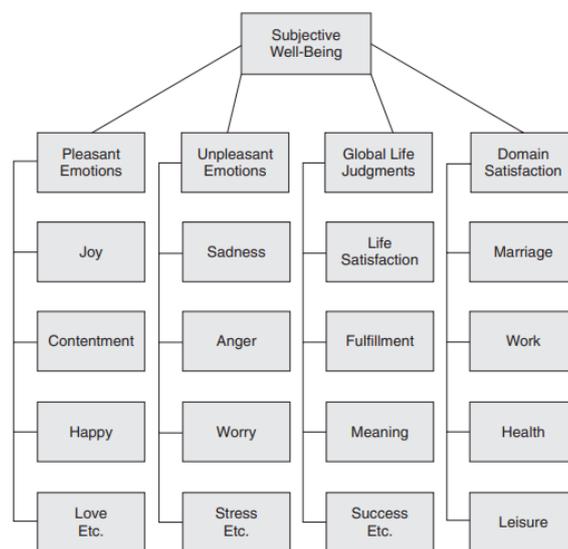


Fig. 1 A hierarchical model of happiness

图 1 主观幸福感概念层次结构模型(Diener et al., 2009)

意见 2: P.15~16 3.1 研究 1 下面区分(1)(2)标题有些不妥，因为时间贫穷一共包括三个维度而不是两个。

回应：感谢您的宝贵建议。根据您的建议，我们增添了(1)工作时间长度作为时间贫困维度的必要性。与(2)工作时间强度和(3)工作时间质量共同构成了三维度必要性论证。

意见 3: P.17 对于如何运用无差异曲面去绘制时间贫困的三个维度之间的关系，图形稍微令人有些困扰。图中缺乏了响应变量(Y: 时间贫穷感受)的标注，是不是可以考虑使用颜色映射或等高线来表示响应变量的不同取值区间？或者，如果分界面对于研究的目的和解释是重要的，也许可以标注出分界面的位置，这样可以帮助读者更清楚地理解多维时间贫穷群体的

概念和定义。

回应：感谢您的建议。关于响应变量 Y 的标注，根据您的建议我们修改了示意图，图中呈现的是等感受面的三个例子(a)(b)(c)，同一等感受面上各点的三维度具体取值不同(对应 XYZ 轴的取值不同)，但所感知到的时间贫困程度相同。时间贫困感(a)<(b)<(c)，假设(b)为分界面，则(a)面上的点均未时间贫困，而(c)面上的点均处于时间贫困状态。根据收集的全国数据，可以绘制无数个平行的等感受面，具体感受面的形状、分布以及分界面的位置在未来将根据数据代入方程，确定参数后得出。

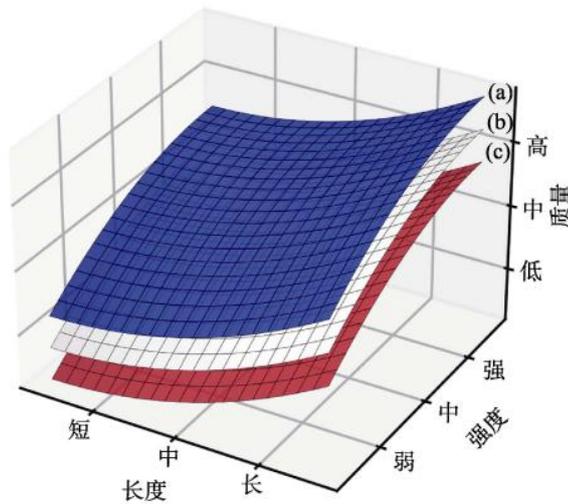


图 2 多维时间贫困无差异曲面示意图

意见 4：第一轮意见：中介机制有些简单，仅仅从稀缺理论的角度提出过度生产率取向是时间贫穷和幸福感之间的唯一中介机制。这里可能让人质疑过度生产率取向和时间贫穷之间究竟谁为因谁为果，事实上，有可能过度生产率取向才会导致时间贫穷；过度生产率取向还可能是时间贫穷和幸福感之间关系的调节变量；另外，既然时间贫穷包括三个方面--时间长度、时间强度、时间质量，它们都会引起过度生产率么？即便是也应该分别论述清楚，而不是一带而过。

第一轮回应：感谢您对论文中介选择和论证逻辑提出的宝贵疑问与意见！首先，关于仅选择了过度生产率取向作为唯一中介。我们的研究旨在围绕稀缺理论展开，根据稀缺理论，时间贫困作为一种长期的时间不够用的主观感受，会将人们注意力聚焦到时间上，并采取能够节省时间的策略，从而导致过度生产率取向。尽管时间贫困影响幸福感的中介变量和潜在调节机制很可能不仅局限于过度生产率取向，但我们认为，在稀缺理论视角下，过度生产率取向可能具有较强的解释力。为了丰富时间贫困影响幸福感的机制模型，我们还关注了这一模型

在人际、家庭环境下的有效性，检验了模型跨情境稳定性，结合溢出-交叉模型效应丰富了模型作用机制。

其次，关于时间贫困与过度生产率取向的因果关系。我们认为，过度生产率取向的定义为在更短的时间内完成更多的工作的倾向。当人们感到时间不够用时，会自然地使用提升效率，以更快的速度完成任务的策略。长期的时间贫困会使得人们频繁并习惯采用“加速”策略，进而造成“一定时间内完成更多”的过度生产率取向这种思维的个体差异。当然，正如您所说，过度生产率取向导致的“加速”会增加工作时间强度，并且这种思维的持有者可能会将休闲时间用在工作上，增加工作时间长度，从而增加时间贫困感，这种因果关系也有存在的可能。尽管在课题申报书中我们关注的是时间贫困可能导致过度生产率取向，但是在后续的实证研究中，我们也可以检验您所说的两者可能的反向关系，感谢您的宝贵建议。

**第二轮意见：**这里还挺重要的，不然投稿的时候，reviewer 都可能提出反向因果关系。一些类似研究采取多轮，并同时提出两种反向关系的假设。

**第二轮回应：**的确如您所说，反向因果关系的存在是有可能的。我们在后续实际研究过程中会通过统计模型检验以及系列实验研究设计等方式尝试厘清两者之间的实际关系。

**意见 5：** p.21 命题 4，是不是可以加一个图示会清楚一些？从这段描述看出来是从自变量还是中介变量发生溢出效应的？并且这里不仅有溢出效应，还有交叉传递到伴侣上的效应？不应该模糊带过，应该表述清楚。这里用 ESM 的方法来做命题 4 的研究确实很好！

通过 2\*2 的实验方案，通过操纵中介去检验中介机制的方法非常 interesting！看到研究 5 已经去掉了，如果作者还要保留这部分，确实要把以上思路阐述清楚，表明 2\*2 的实验设计依然是为了支撑中介机制。

**回应：**感谢您的建议和对我们研究设计的肯定！溢出和交叉过程均是在中介变量处发生，图片展示如下。

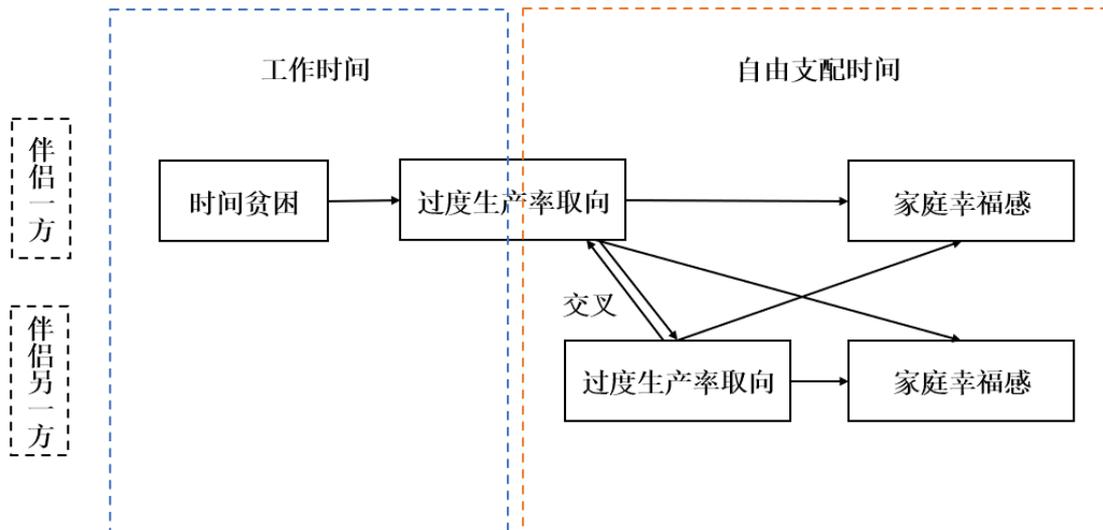


图 3 家庭领域时间贫困的溢出交叉效应

伴侣一方在工作领域(包括有偿工作和无偿工作)的时间贫困导致了自身的过度生产率取向思维,这种思维溢出到了工作以外的自由支配时间,导致在家庭领域,与伴侣相处中仍然采用过度生产率取向,从而降低了双方互动质量和夫妻关系满意度。由于本研究中的家庭幸福感关注的是夫妻关系满意度,因此在假设及论证中使用了家庭幸福感。此外,这种家庭领域中持有的过度生产率取向还有可能交叉传递到伴侣身上,从而促使对方产生过度生产率取向,并降低双方的互动质量和家庭幸福感。

我们对以上逻辑在正文中进行了阐述。考虑到篇幅限制,以及命题 4 在整个研究中所占比重较小,因此选择用文字而非图片呈现,再次感谢您的中肯建议!

#### 编委意见:

这篇文章可以发表。但是我脑袋里面有个强烈的问题想请孙晓敏老师在文章中做一个回答,这个问题是:

时间贫困从原理上来说明显是一个典型的规训社会或者绩优社会概念,也就是说一种从新教伦理的自我克制的弥散状态下的社会中人产生的感觉,不管是哪位理论家的说法,都一样,这反映的是上个世纪典型的进入所谓现代化的欧美社会景象。而今天之中国,除了时间贫困,觉得时间不够用,应该还有许多人觉得时间多了,因为他们“躺”而不“卷”,他们似乎处于一种倦怠社会,这是社会病,不可否认还有许多人的时间并不贫困,而且社

会风气甚至有从时间贫困转向反面的感觉。那么我的问题很简单，反面是时间富裕吗？这是一个维度的两级还是两个维度？从这个项目中又如何看待这种现象呢？这是否会给此研究的意义给予其他思考的可能？

回应：感谢您对于时间贫困的提问！首先，我们认为，类比金钱稀缺的概念，金钱稀缺的反面是金钱富余，两者是一维两极；时间贫困与时间富余也是同一概念的一维两极。时间贫困是指感到时间不够用的弥散性感受。根据稀缺理论，稀缺是“拥有”少于“需要”的感觉，基于这一理论，我们以用来应对日常生活中事务的实际拥有时间与需要拥有时间正好相同的情境为零点，实际拥有的时间少于需要拥有的时间则为时间贫困，实际拥有的时间多于需要拥有的时间则为时间富余，两者是同一连续变量的两极。

其次，关于时间贫困是规训社会或绩优社会中的概念这一点，我们同意您的观点，人们之所以感到时间贫困，其中一个重要原因是社会期待或“规训”人们将大量时间和精力投入社会生产，社会规范赞颂珍惜、充分利用时间，谴责浪费、虚度时间，甚至对时间的使用进行一定程度上过度的道德判断。结合社会现实来讲，社会对于时间使用的上述规范与激烈的竞争联手促成了我们的时间贫困感。与这一论点相一致，我们课题组的研究发现，收入不平等通过促进地位焦虑进而导致人们时间贫困的感受(Zhao et al., 2023)。

与此同时，我们课题组进行的另一个研究是对时间贫困的类型进行划分。我们认为，时间不够用的感受可能是由于不同的动机驱使的，一种是由于不得不做的事情太多而导致的时间贫困，而另一种是由于自己想做的事情太多而导致的时间贫困。显然，前者更多是受控制动机驱使，而后者则更多是自主动机驱使的。我们认为，由于不同动机所导致的不同类型的时间贫困可能会伴随着不同的后果。我们的实证研究支持了这一假设，即，受控制动机导致的时间贫困对人的消极影响要更强烈(Yuan et al., 2023)。同时，这一方面的研究也提示，时间贫困的感受也可能源于内部动机驱使而不仅仅是源于外部的规训。总之，虽然对时间贫困的前因变量的探讨并不是这个项目主要探讨的问题，但是，这方面的研究和思考对于理解不同类型的时间贫困可能造成的不同后果有重要的意义，未来我们课题组将继续关注这一问题。

在上述时间贫困类型的框架下，内卷和躺平则主要关注的是面对社会规训，即源于受控制动机的时间贫困感中人们可能选择的两种状态。但是，事实上，内卷和躺平并不是我们所有的选择，另一种可能的选择是虽然不“卷”(忙碌)，但是也并未“躺平”(闲暇)，而是忙碌于自己内部动机驱使的事情。有理由相信，基于动机的时间贫困的不同类型对幸福感的影响也会不同。

第三，除了类型之外，可自由支配的时间长度与幸福感之间也可能并不是线性递增的关

系。就像金钱对幸福感的促进作用存在边际效益递减，甚至在金钱超过了一定额度后出现平台期一样，时间的富余程度对幸福感的促进关系也存在一定的适用区间。研究表明，幸福感在自由支配时间为 2-5 小时的情况下达到峰值，超过 5 小时的自由支配时间不仅不会带来幸福感的提升，甚至可能起到相反的作用(Sharif et al., 2021)。实际上，相比于无所事事的闲暇，有正当理由忙碌的人们可能会感到更开心(Hsee et al., 2010)。

上述关于时间贫困的类型以及时间贫困与时间富余的关系的思考是我们努力做出的对您的问题的回应。也非常感谢您深邃的思考，您的问题与我们在推进这项研究的过程中不断拔丝抽茧探索到的时间贫困究竟在如何影响我们的过程中的反思不谋而合，期待未来有更多的机会能和您就这个项目的推进进行更深入的交流。此外，希望借这个机会和您分享的另一个我们的研究方向是时间贫困与忙碌感的差别，我们发现，高时间贫困会导致低控制感，进而伴随着很多消极的后果。但是，已有研究发现，忙碌感却伴随着高控制感(Kim et al., 2019)。目前我们在探索的一个方向是，如何将时间贫困感转换为忙碌感，从而干预时间贫困给我们带来的消极后果。

#### 参考文献：

- Hsee, C. K., Yang, A. X., & Wang, L. (2010). Idleness aversion and the need for justifiable busyness. *Psychological Science, 21*(7), 926-930.
- Kim, J. C., Wadhwa, M., & Chattopadhyay, A. (2019). When busy is less indulging: Impact of busy mindset on self-control behaviors. *Journal of Consumer Research, 45*(5), 933-952.
- Sharif, M. A., Mogilner, C., & Hershfield, H. E. (2021). Having too little or too much time is linked to lower subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 121*(4), 933-947.
- Yuan, Y., & Sun, X. (Submitted). Development and initial validation of the two-dimension time poverty scale. *Psychological Assessment*.
- Zhao, Q., Ma, R., Liu, Z., Wang, T., Sun, X., & Jan-Willem van Prooijen. (R&R). Why do we never have enough time? Economic inequality fuels the perception of time poverty by aggravating status anxiety. *British Journal of Social Psychology*.