

Development and Status Quo of Positive illusion Research

Wang Sheng¹ Song Jinzhu^{1,2*}

1. School of Business Administration, Zhejiang Gongshang University, Hangzhou;

2. Contemporary Business and Trade Research Center, Zhejiang Gongshang
University, Hangzhou

Abstract: Positive illusion refers to an individual's positive psychological adaptation, which reflects the individual's positive grasp of reality and optimistic perception. It is an important research direction in the field of positive psychology. Based on the review and analysis of the existing relevant literature, this paper sorts out the development of positive illusion research, summarizes the connotation and types of positive illusion, explores the role of positive illusion on individual behavior, and introduces the main research areas of current positive illusion. Finally, the existing problems and future research directions are discussed.

Key words: Positive illusion; Positive views of self; illusion of control; Unrealistic optimism

Received: 2020-01-28 ; Accepted: 2020-02-26 ; Published: 2020-02-29

积极幻想研究发展与现状

王 胜¹ 宋金柱^{1,2*}

1. 浙江工商大学工商管理学院, 杭州;
2. 浙江工商大学现代商贸研究中心, 杭州

邮箱: jinzhusong@yeah.net

摘 要: 积极幻想是指个体的一种积极心理适应, 体现了个体对现实的积极把握和乐观知觉, 是积极心理学研究领域的一个重要研究方向。基于对已有相关文献的回顾与分析, 本文梳理了积极幻想研究的发展历程, 总结了积极幻想的内涵和类型, 探讨了积极幻想对个体行为的作用, 介绍了当下积极幻想主要的研究领域, 最后讨论了已有研究存在的不足和未来的研究方向。

关键词: 积极幻想; 自我积极看法; 控制错觉; 盲目乐观

收稿日期: 2020-01-28; 录用日期: 2020-02-26; 发表日期: 2020-02-29

Copyright © 2019 by author(s) and SciScan Publishing Limited

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



1 引言

早在唐代, 李白就把“长风破浪会有时, 直挂云帆济沧海”作为逆境中的

积极力量，这至今仍是我们勉励自己克服困难的动力。虽然身处逆境，但是仍然拥有积极心态。在日常生活中，我们也会在面对困难和挑战时给自己积极的心理暗示，这似乎有助于提高我们解决困难的能力。实际上，在20世纪80年代就有研究表明心理健康的人似乎拥有令人羡慕的能力，他们能够扭曲现实，朝着增强自尊、保持个人信心、促进对未来的积极看法的方向发展，这种积极的心理适应被称为“积极幻想” [1]。

积极幻想 (positive illusion) 最早在1983年由美国学者 Taylor 提出 [2]，在随后的时间里有一大批的国内外研究探讨了积极幻想的内涵、表现方式、作用、测量方法和适应性等方面。经过一批学者近几十年的努力，积极幻想这一概念越来越得到心理学界的重视。积极幻想越来越受到心理学研究者关注的原因包括两个方面：首先，从理论上讲，对积极幻想的深入了解有助于更好地推动积极心理学和自我概念的发展；其次，从实际应用上讲，积极幻想研究对于引导个体的身心健康发展有着重要的作用。本文对有关积极幻想的研究成果进行了细致的回顾，首先总结和梳理了积极幻想研究的发展过程，接着分析了积极幻想的概念，然后讨论了积极幻想的主要研究领域，最后就未来的研究方向和研究存在的不足展开了讨论。

2 积极幻想研究的发展

2.1 国外积极幻想研究

积极幻想研究一直都是与自我评估 (self-evaluation) 相关研究保持着紧密的关系。正因为如此，Butler 总结出积极幻想研究的发展包括了三个阶段：(1) 早期忽视积极幻想的功用，强调真实客观自我评估的重要性；(2) 引入积极幻想概念，强调其益处；(3) 到最近关于积极幻想既有好处又有危害的讨论 [3]。

早期，学者们普遍认为“知道你自己”是必要的。健康的人可以接受自己和自己的本性，而不会懊恼；可以接受自己的本性与理想形象所有差异，而不会感到真正的担忧。例如，Festinger 开创性地概念化，即将准确的自我评估作为有效行动必不可少的基本动力 [4]。从这个角度来看，对现实世界的虚幻认

知会损害个人的幸福。社会科学家和心理健康专业人士也接受了这一观点，并强调个人的现实意识是心理健康的一个关键组成部分。在这个阶段，积极幻想的作用并没有被学者们所认可。

其次，社会认知研究人员开始对传统观点提出质疑，因为他们认为轻微的积极幻想实际上非常普遍 [1]。积极幻想与各种各样的调节和幸福指标有关，高估其特质和能力的人比低估其特质和能力的人以及具有现实自我观点的人更具心理和身体健康。Taylor 和 Brown 对广泛的文献的回顾表明，大多数人对自己、周围环境和未来情况持有比客观点可能更积极的观点，他们将这些偏见的观念描述为积极幻想 [1] [2]。McKay 和 Dennett 认为，积极幻想是普适性的信念，能够提升个体适应性 [5]。积极幻想在普通人中的流行表明，温和的积极幻想是普适性的。

目前，对于积极幻想的研究也出现了不同的观点，从 20 世纪 90 年代开始出现了关于积极幻想的辩论。一些研究人员开始采用第三种更客观的观点，即认为积极幻想可能同时具有益处和危害 [6]。积极幻想可能有助于适应无法改变的情况 [7]。然而，当个人确实有控制权时，这样的幻想可能是有代价的，因为积极幻想会激励人们做出冒险的决定。例如，不参与预防性医疗保健和不采取适当的措施来实现个人的目标 [8]。在不确定的情况下，积极幻想似乎有帮助 [9]，但是当情况可以控制时，积极幻想可能是危险的。例如，极端乐观可以让人们在危险情况下不采取预防措施 [10]。在最新的研究中，Robinson 和 Eid 指出幻想可能与幸福有关，但有一些潜在的危害。例如，积极幻想可能会让我们感觉良好，但可能会妨碍我们的表现，从长远来看，可能会扰乱社会关系 [11]。

2.2 国内积极幻想研究

国内对于积极幻想的研究起步较晚，目前对于积极幻想的研究主要集中在积极幻想的概念研究和应用研究。李凌在研究自我知觉积极偏向中指出积极幻想能够帮助人们提升个人动机和成就表现、消除负面情绪、促进身体健康和增加社会适应能力 [12]。任俊和蔡晓辉首次对于国内外积极幻想研究进行了梳理，提出了积极幻想的表现方式、研究方法和研究领域，为接下来的研究指出了一

定的方向 [13]。刘肖岑、桑标和窦东徽在关于自我提升的研究综述中指出积极幻想是自我提升的典型表现或近义概念，拓宽了对于积极幻想及其相关概念的理解 [14]。

同时，近五年来关于消费行为中的积极幻想研究和教育领域的积极幻想研究越来越多。例如，有学者指出如果儿童对自我的认知与其客观表现的行为之间偏差过大，即过分高估自己的能力，形成的积极幻想会给幼儿带来伤害 [15]。蒋怀滨、缪晓兰、张斌等通过对大学生的实证研究表明，应对效能、积极幻想和自我和谐三者之间有着密切的联系，积极幻想水平越高，自我越和谐；积极幻想能够作为自我和谐的一种积极的心理调整方法 [16]。最新的国内研究从进化论和社会互动论视角指出积极幻想对于身体健康和身心健康的帮助 [17]。

3 积极幻想概念

3.1 内涵和表现方式

积极幻想是指在面对威胁性信息时出现的积极扭曲的信念 [1] [2]。即当个体经历威胁或挫折时，他们会采取认知适应性努力，使他们能够恢复或超过以前的心理功能水平。这种适应性努力的目的包括寻找体验中的意义、重新获得掌握感、尝试恢复积极的自我意识。虽然目前对于积极幻想是否具有普适性等话题在学术界存在一定的争议，但通过对近 30 年关于积极幻想的文献梳理，我们发现大部分学者都认同积极幻想主要包括三种表现方式：不切实际的自我积极看法、控制错觉以及盲目乐观 [18]。

3.1.1 不切实际的自我积极看法

不切实际的自我积极看法 (Unrealistically Positive Views of the Self) 是指人们对自己抱有不切实际的积极看法，看待自己比看待别人更多的积极方面，更少的消极方面 [19]。个人认为自己具有比一般人更多的积极的人格特质和更少的负面人格特质，也被称为“幻想优势或优于平均”。例如，在早期的研究中，当被要求用积极和消极的人格形容词来准确地描述自我时，正常的被试会判断出积极的特征而非消极的特征是自我的特征 [20]。此外，个人看待他们的朋友、

家人和相关团体比其他人的朋友、家人和团体要更积极，具有更少的负面信息。

3.1.2 控制错觉

控制错觉 (Illusion of Control) 通常代表人们在实际拥有控制权的领域中的轻微扭曲。Langer 将其定义为个人预期成功的概率高于目标概率，虽然人们可能会口头承认存在机会事件，但他们的行为就像机会事件受到自己的控制一样 [21]。大多数人都有这种夸大的控制感，或者过度估计他们对外部环境的个人控制。例如，当个人希望获得某种积极的结果然后结果发生时，个人在很大程度上将他们的成功归因于他们在这个过程中作用。此外，与其他两种积极幻想的表现方式一样，控制错觉不是关于完全无法控制的事物。最近的一项研究也证明了这一点，人们在有完全控制的时候往往会低估他们的控制程度，相反，人们在具有低等或中等控制时会高估他们的控制 [22]。例如，在熟悉的竞争、选择和个人参与的情况下，个人的控制错觉可能会发生。

3.1.3 盲目乐观

盲目乐观 (Unrealistic Optimism) 也称乐观主义偏见，是指对个人相信自己的未来会比其他人的呈现得更好 [23] [24]。例如，吸烟者认为自己患肺癌的风险低于普通吸烟者的风险，仅略高于非吸烟者 [25]。盲目乐观在过去的四十年里受到了极大的关注，自 Weinstein 首次在 1980 年发表关于这一主题的论文以来已有 1000 多篇相关文章。对盲目乐观的研究出现在各种学科中，包括心理学、经济学、商业、医学和哲学。学者们对于盲目乐观的稳定性产生了许多解释，可以大致分为动机理论或非动机理论。动机理论认为，盲目乐观具有保护和自我愿望的功能 [26]。相比之下，非动机理论认为认知过程足以产生盲目乐观。例如，Weinstein 等指出个人之所以得出不切实际的乐观自我估计，是因为他们关注于他们将来在未来情景中采取的因果行为，而会忽视其他人可能采取的类似行为 [25]。多年来，关于盲目乐观的研究取得了巨大的进步，我们对于一系列引起盲目乐观的事件有了更全面的认识。

3.2 益处和危害

积极幻想的益处和危害一直都是积极幻想研究的一个重点问题，我们很难

忽视积极幻想的益处和危害的存在以及它们对人类行为和决策的积极或消极影响，众多对积极幻想以及积极幻想在其他领域中的应用的文章都有所涉及。但是学者们对其是否有益存在分歧，目前也缺乏相关的整理和总结。因此，本文将对这两方面的相关研究进行梳理，这对于我们更深入地了解积极幻想对于个人的积极作用和可能潜在的消极作用有重要的意义，能够为相关心理治疗、学习能力、婚姻关系以及消费者行为等方面的研究提供一定的借鉴。

3.2.1 益处

Taylor 和 Brown 提出，积极幻想会促进心理健康以及“更大的动力、更强的持久性、更有效的表现和最终更大的成功” [1]。来自积极心理学众多文献中的新证据也描绘了积极幻想的益处，从更大的幸福感到更长的预期寿命。积极幻想有助于完成艰巨的任务，比如创立一个新的公司会遭遇很多困难，积极幻想可以鼓励人们更加努力工作，提高工作效率，不在困难面前放弃 [27]。易受控制错觉和盲目乐观影响的人会产生积极的身体健康效应，可以缓解个体的负面情感和心理状态 [28]。还有学者指出盲目乐观可以增加个人福祉，有助于身心健康，并支持生产力和个人动力的提升 [29]。盲目乐观与压力呈负相关，与主观幸福感正相关 [30]。除了以上心理和身体的积极影响之外，一些证据还表明积极幻想对人际关系有好处。例如，与他人合作的兴趣，和他人成为朋友的兴趣 [31]。总体而言，积极幻想让人们保持积极的情绪，激励他们朝着未来的目标前进，培养创造性的和富有成效的工作能力，并让他们感受到掌控自己的命运。

3.2.2 危害

对于积极幻想的危害的相关研究主要是针对积极幻想的不足之处展开的。Robins 和 Beer 的实验研究结果表明，具有积极幻想的个体在短期内可能会对自己产生更积极的感受，但会随着时间的推移而减弱 [6]。即积极幻想可以帮助个人在一段时间内调节情绪，但在某些时候个人可能被迫意识到这种信念永远不会实现，这会削弱个人福祉和自尊心。Makridakis 和 Moleskis，量化了五个特定领域（赌博、股票和其他市场、新公司和创业公司、预防医学、战争）的危害 [32]。例如，在最近的一项研究中，有学者指出赌徒持久的控制错觉可能

是他们在面临持续亏损时继续赌博的原因之一 [33]。也有学者指出盲目乐观反映出一个人没有风险感知,这可能会导致健康行为的减少或更多高风险的行为 [34]。如果人们认为自己的健康风险很低,人们不太可能采取健康预防措施,例如不参与重大疾病筛查或预防威胁健康的行为 [35]。盲目乐观可能导致追求不切实际的目标,阻碍完整的实施计划的形成,产生糟糕的决策,以及过度消费零食 [36]。在关于教育的研究中, Nickerson, Diener 和 Schwarz 发现积极幻想与自我评定能力和前景呈正相关,但与客观表现指标呈负相关,如毕业时的平均成绩 [37]。

4 积极幻想主要研究领域

4.1 健康领域

关于积极幻想对个体健康的影响一直是积极幻想研究的重点,在面对威胁性信息时,社会比较过程和认知失调过程这两种社会心理机制可以增强积极幻想,促进身心健康。积极幻想对于健康的影响研究包括心理健康和身体健康,其中心理健康是积极幻想最初的研究领域。Taylor 和 Brown 首次探讨了积极幻想对于个体心理健康的影响 [1],他们认为幻想在正常人类知觉中是普遍存在的,而积极幻想促进了心理健康标准的发展。在另一项关于心理资源、积极幻想和健康的研究中, Taylor 和她的同事们进一步指出个人的控制错觉和盲目乐观等心理资源不仅帮助人们更成功地适应压力事件,而且能够在创伤性或危及生命的事件中保护心理健康和身体健康 [38]。总之,在威胁健康的情况下,积极幻想可能会让个人克服身体和心理健康的威胁,并让他们在逆境中激励自己坚持下去。

4.2 教育领域

在积极幻想对教育的影响的相关研究中,呈现出两种不同的观点。一方面,有学者认为积极幻想对学习和成就的取得有长远的益处。Butler 指出对于大多数学生来说,在大多数时候持续低估一个人的能力具有普遍的危害而没有任何好处 [3]。例如,在整个5年的纵向实验中,相对于其他学生,表现出最极端的积极

幻想的学生在最终评估中展现出更优秀的调整能力。Chung, Schriber 和 Robins 纵向调查了 264 名在校大学生 4 年的 SAT 分数, 结果证实学术环境中的积极幻想使得大学生逐渐变得富有洞察力, 对学业能力更有信心 [39]。在对少年儿童的研究中也支持这种想法 [40]。另一方面, 有学者指出长期来看积极幻想对于学习能力的提升可能起到反作用。Robins 和 Beer 通过评估学生在刚进入大学时对学业能力的看法, 然后在大学期间对他们进行了测试, 以研究积极幻想的长期益处 [6]。结果表明, 积极幻想与自尊和幸福水平的降低以及与学术环境的脱离越来越相关, 积极幻想并不能产生更高的学业成绩或更好的学习表现。他们认为积极幻想在短期内可能是有益的, 但在长期内可能是不适应的。总之, 积极幻想可以帮助学生在一段时间内调节情绪, 但在某些时候, 个体可能被迫意识到这种信念永远不会实现, 这会削弱幸福感和自尊心, 并降低学习表现。

4.3 情感领域

有关积极幻想对婚姻情感的影响研究几乎共同表明积极幻想有利于促进情感的稳定。在浪漫关系中, 一个人对伴侣的看法经常是带有积极幻想的 [41], 这让个体在面对现实的时候建立伴侣的理想化形象, 从而促进自我的幸福和关系的和谐。通过积极幻想, 伴侣可以增加他们的安全感, 扩大承诺的范围, 贬低其他异性伙伴, 稳定他们的长期关系。Dijkstra 和 Barelds 对 93 名平均关系长度约为 14 年的异性恋伴侣进行了研究, 提供了他们对自己和伴侣的身体吸引力评级 [42]。研究结果支持个体对其伴侣的身体吸引力抱有积极幻想, 当个人对其伴侣的评级高于某个基准时, 就会发生对伴侣的积极幻想。到目前为止, 各项研究使用了不同的基准, 包括特定目标个体对伴侣的评级 [43], 伴侣自己的评级 [42], 以及身体吸引力的自我评级 [44]。此外, Barelds 和 Dijkstra 研究表明, 积极幻想与关系质量呈正相关, 有关对伴侣的性格、个人的性格和婚姻持续时间的积极幻想之间存在相关性 [45]。

5 总结与展望

本文总结与分析了积极心理学的一个重要研究方向——积极幻想的相关研

究,梳理了积极幻想研究的发展历程,总结了积极幻想的内涵和表现方式,探讨了积极幻想对个体行为的作用,介绍了当下积极幻想主要的研究领域。结合最新的研究,本文认为未来的积极幻想研究可以从以下几个方向考虑:

首先,不断丰富积极幻想的表现方式。例如,有学者将自我提升看作是积极幻想 [14],其概念与不切实际的自我积极看法较为相似。Jefferson, Bortolotti 和 Kuzmanovic 探讨了不同形式的盲目乐观 [46],他们指出存在比较的盲目乐观和绝对的盲目乐观,而且这两种形式的乐观主义可能是不相关的。其中,绝对的盲目乐观是指个人认为自己的结果将比一些量化的客观标准更好;比较的盲目乐观是指个人认为自己的结果将比其他表现出相同或更低风险的人的结果更好 [47]。这都需要去进一步探究是否合理,以及是否存在其他表现方式。

其次,深入探讨积极幻想的心理机制。目前有许多研究只是提出积极幻想可能的心理作用,但是并未对具体的心理路径进行探究。例如,对于盲目乐观的具体心理路径有学者进行了初步研究,Tanner 和 Carlson 指出对于盲目乐观者来说,存在一种选择性的假设检验心理路径,用于在预测未来行为时表现出一种乐观情绪 [48]。在国内最近的消费行为研究中,樊亚凤和蒋晶把积极幻想作为理解消费者行为的一种重要的心理机制 [49]。财务约束感会使消费者产生一定不安全感,在这个过程中,高积极幻想者受不安全感影响较少,其多样化选择不受影响;低积极幻想者容易产生不安全感,多样化选择行为会显著减少。

最后,重视拓展积极幻想的研究范围。在未来的研究中,可以考虑在更多特定情境中理解积极幻想的作用,应进一步探讨积极幻想对认知、情感和行为的影响。积极幻想的影响利弊共存,未来的研究可以进一步探讨不同情况下的具体影响。在某些情况下,积极幻想可能会产生有利影响,抵消不准确的负面影响。除了健康、教育和情感三个领域以外,部分学者还将积极幻想与其他领域结合,拓宽了积极幻想的研究边界。如 Dhami, Mandel, Loewenstein 和 Ayton 调查了美国和英国囚犯对释放后成功的积极幻想,这可以帮助囚犯适应监禁,并促进他们在释放后取得成功 [50]。Biggane, Allen 和 Albert 认为积极幻想会影响雇佣关系的质量和稳定性,这项研究促进了人力资源管理领域的发展,引入积极幻想作为可以稳定和加强雇佣关系的基本机制 [51]。

基金项目

本研究受以下基金项目资助：国家自然科学基金项目（71602177）；浙江省自然科学基金（LY20G020010）；杭州市哲学社会科学规划课题（Z19JC051）；浙江工商大学浙商创业与发展中心2018-2019年度规划课题。

参考文献

- [1] Taylor S E, Brown J D. Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health [J] . Psychological Bulletin, 1988, 103 (2) : 193-210.
- [2] Taylor S E. Adjustment to threatening events: A theory of cognitive adaptation [J] . American Psychologist, 1983, 38 (11) : 1161-1173.
- [3] Butler R. Are positive illusions about academic competence always adaptive, under all circumstances: New results and future directions [J] . International Journal of Educational Research, 2011, 50 (4) : 251-256.
- [4] Festinger L A. A Theory of Social Comparison Processes [J] . Human Relations, 1954, 7 (2) : 117-140.
- [5] McKay R T, Dennett D C. Our evolving beliefs about evolved disbelief [J] . Behavioral and Brain Sciences, 2009, 32 (6) : 541-561.
- [6] Robins R W, Beer J S. Positive illusions about the self: Short-term benefits and long-term costs [J] . Journal of Personality and Social Psychology, 2001, 80(2) : 340-352.
- [7] Hurt C S, Burn D J, Hindle J, et al. Thinking positively about chronic illness: An exploration of optimism, illness perceptions and well-being in patients with Parkinson's disease [J] . British Journal of Health Psychology, 2014, 19 (2) : 363-379.
- [8] Dunning D, Heath C, Suls J M. Flawed Self-Assessment [J] . Psychological Science in the Public Interest, 2004, 5 (3) : 69-106.

- [9] Johnson D P, Blumstein D T, Fowler J H, et al. The evolution of error: error management, cognitive constraints, and adaptive decision-making biases [J] . *Trends in Ecology & Evolution*, 2013, 28 (8) : 474-481.
- [10] Logan H L, Shepperd J A, Pomery E, et al. Increasing Screening Intentions for Oral and Pharyngeal Cancer [J] . *Annals of Behavioral Medicine*, 2013, 46 (1) : 96-106.
- [11] Robinson M D, Eid M. *The Happy Mind: Cognitive Contributions to Well-Being* [M] . New York: Springer International Publishing, 2017.
- [12] 李凌. 自我知觉积极偏向的理论解释和意义分析 [J] . *心理科学*, 2004, 27 (4) : 1013-1015.
- [13] 任俊, 蔡晓辉. 积极幻想研究述评 [J] . *心理科学进展*, 2010, 18 (8) : 1290-1297.
- [14] 刘肖岑, 桑标, 窦东徽, 等. 自我提升的利与弊: 理论、实证及应用 [J] . *心理科学进展*, 2011, 19 (6) : 883-895.
- [15] 杨丽珠, 徐敏. 教师期望对幼儿自我认知积极偏向的影响: 师生关系的中介效应 [J] . *心理与行为研究*, 2015 (5) : 47-52.
- [16] 蒋怀滨, 缪晓兰, 张斌, 等. 大学生积极幻想对自我和谐的影响——基于应对效能的中介效应 [J] . *集美大学学报(教育科学版)*, 2015, 16 (4) : 17-20.
- [17] 陈洪岩, 谭顶良. 积极错觉: 基于进化论和社会互动的视角 [J] . *心理学探新*, 2019, 39 (2) : 19-24.
- [18] Fowers B J, Lang S. Positive illusion [J] . *Encyclopedia of Mental Health*, 2016, 1: 284-289.
- [19] Alicke M D. Global self-evaluation as determined by the desirability and controllability of trait adjectives [J] . *Journal of Personality and Social Psychology*, 1985, 49 (6) : 1621-1630.
- [20] Brown, Jonathon D. Evaluations of Self and Others: Self-Enhancement Biases in Social Judgments [J] . *Social Cognition*, 1986, 4 (4) : 353-376.

- [21] Langer E J. The illusion of control [J] . Journal of Personality and Social Psychology, 1975, 32 (2) : 311-328.
- [22] Gino F, Sharek Z, Moore D A. Keeping the illusion of control under control: Ceilings, floors, and imperfect calibration [J] . Organizational Behavior & Human Decision Processes, 2011, 114 (2) : 104-114.
- [23] Chambers J R, Windschitl P D, Suls J. Egocentrism, Event Frequency, and Comparative Optimism: When What Happens Frequently Is “More Likely to Happen to Me” [J]. Personality and Social Psychology Bulletin, 2003, 29(11): 1343-1356.
- [24] Weinstein N D. Unrealistic optimism about future life events [J] . Journal of Personality and Social Psychology, 1980, 39 (5) : 806-820.
- [25] Weinstein N D, Marcus S E, Moser R P. Smokers' unrealistic optimism about their risk [J] . Tobacco control, 2005, 14 (1) : 55-59.
- [26] Taylor S E, Armor D A. Positive Illusions and Coping with Adversity [J] . Journal of Personality, 1997, 64 (4) : 873-898.
- [27] Peterson C, Seligman M E P. Character strengths before and after september 11 [J] . Psychological Science, 2003, 14 (4) : 381-384.
- [28] Alloy L B, Clements C M. Illusion of Control: Invulnerability to Negative Affect and Depressive Symptoms After Laboratory and Natural Stressors [J] . Journal of Abnormal Psychology, 1992, 101 (2) : 234-245.
- [29] Bortolotti L, Antrobus M. Costs and benefits of realism and optimism [J] . Current Opinion in Psychiatry, 2015, 28 (2) : 1.
- [30] Moutsiana C, Garrett N, Clarke R C, et al. Human development of the ability to learn from bad news [J] . Proceedings of the National Academy of Sciences, 2013, 110 (41) : 16396-16401.
- [31] Helweg-Larsen M, Sadeghian P, Webb M S. The Stigma of Being Pessimistically Biased [J]. Journal of Social & Clinical Psychology, 2002, 21(1) : 92-107.

- [32] Makridakis S, Moleskis A. The costs and benefits of positive illusion [J] .
Frontiers in Psychology, 2015, 6 (859) : 1–11.
- [33] Cowley E, Briley D A, Farrell C. How do gamblers maintain an illusion of
control? [J] . Journal of Business Research, 2015, 68 (10) : 2181–
2188.
- [34] Shepperd J A, Pogge G, Howell J L. Assessing the consequences of
unrealistic optimism: Challenges and recommendations [J] . Consciousness
and Cognition, 2016: S 69–78.
- [35] Floyd D L, STEVEN PRENTICE - DUNN, Rogers R W. A Meta - Analysis
of Research on Protection Motivation Theory [J] . Journal of Applied Social
Psychology, 2000, 30 (2) .
- [36] Dhar R, Khan H U. The Shopping Momentum Effect [J] . Journal of
Marketing Research, 2007, 44 (3) : 370–378.
- [37] Nickerson C, Diener E, Schwarz N. Positive Affect and College Success [J] .
Journal of Happiness Studies, 2011, 12 (4) : 717–746.
- [38] Taylor S E, Kemeny M E, Reed G M, et al. Psychological resources,
positive illusions, and health [J] . American Psychologist, 2000, 55 (1) :
99–109.
- [39] Chung J, Schriber R A, Robins R W. Positive Illusions in the Academic
Context: A Longitudinal Study of Academic Self–Enhancement in College [J] .
Personality and Social Psychology Bulletin, 2016: 1384–1401.
- [40] Noble R N, Heath N L, Toste J R. Positive Illusions in Adolescents:
The Relationship Between Academic Self–Enhancement and Depressive
Symptomatology [J] . Child Psychiatry & Human Development, 2011, 42 (6) :
650–665.
- [41] Murray S L, Holmes J G. A Leap of Faith? Positive illusion in Romantic
Relationships [J] . Personality and Social Psychology Bulletin, 1996, 23 (6) :
586–604.

- [42] Dijkstra P, Barelds D P H. Positive illusion about one' s partner' s physical attractiveness [J] . *Body Image*, 2008, 5 (1) : 99-108.
- [43] Barelds D P H, Dijkstra P, Koudenburg N, et al. An assessment of positive illusions of the physical attractiveness of romantic partners [J] . *Journal of Social and Personal Relationships*, 2011, 28 (5) : 706-719.
- [44] Swami V, Allum L. Perceptions of the physical attractiveness of the self, current romantic partners, and former partners [J] . *Scandinavian Journal of Psychology*, 2012, 53 (1) : 89-95.
- [45] Barelds D P H, Dijkstra P. Positive illusion about a partner' s personality and relationship quality [J] . *Journal of Research in Personality*, 2011, 45 (1) : 37-43.
- [46] Jefferson A, Bortolotti L, Kuzmanovic B. Unrealistic optimism - Its nature, causes and effects [J] . *Consciousness and Cognition*, 2017, 50: 1-2.
- [47] Shepperd J A, Klein W M P, Waters E A, et al. Taking Stock of Unrealistic Optimism [J] . *Perspectives on Psychological Science*, 2013, 8 (4) : 395-411.
- [48] Tanner R, Carlson K. Unrealistically Optimistic Consumers: A Selective Hypothesis Testing Account for Optimism in Predictions of Future Behavior [J] . *Journal of Consumer Research*, 2009, 35 (5) : 810-822.
- [49] 樊亚凤, 蒋晶. 财务约束感对消费者多样化寻求行为的影响及心理机制 [J] . *营销科学学报*, 2017, 13 (2) : 56-70.
- [50] Dhami M K, Mandel D R, Loewenstein G, et al. Prisoners' Positive Illusions of Their Post-Release Success [J] . *Law & Human Behavior*, 2006, 30 (6) : 631-647.
- [51] Biggane J E, Allen D G, Albert L S. The role of positive illusion in employment relationships [J] . *Human Resource Management Review*, 2016, 26 (3) : 270-281.