

大学生人格特征与体质类型对生活满意度的影响

宋 娇¹, 张一帆¹, 胥瑞杰¹, 王美如¹, 张英杰^{2*}, 刘育伶¹

¹山东中医药大学健康学院, 山东 济南

²山东中医药大学健康产业院, 山东 济南

收稿日期: 2022年4月5日; 录用日期: 2022年5月20日; 发布日期: 2022年5月27日

摘 要

采用问卷法对山东某高校200名在校大学生进行问卷调查, 探讨大学生人格特征与体质类型对生活满意度的影响。结果显示: 1) 大学生人格特征中的外倾性与大学生生活满意度存在正相关, 精神质与生活满意度存在负相关, 神经质与生活满意度存在负相关; 2) 体质类型中的平和质与生活满意度存在正相关。3) 人格特征中的外倾性与平和体质存在正相关, 人格特征中的精神质与平和体质存在负相关, 人格特征中的神经质与平和体质存在负相关; 4) 人格特征中的外倾性与平和体质对生活满意度的交互作用影响显著。

关键词

人格特征, 体质类型, 生活满意度, 交互作用分析

The Influence of Personality Characteristics and Physical Types on Life Satisfaction of College Students

Jiao Song¹, Yifan Zhang¹, Ruijie Xu¹, Mieru Wang¹, Yingjie Zhang^{2*}, Yuling Liu¹

¹School of Health, Shandong University of Traditional Chinese Medicine, Jinan Shandong

²Health Industry College, Shandong University of Traditional Chinese Medicine, Jinan Shandong

Received: Apr. 5th, 2022; accepted: May 20th, 2022; published: May 27th, 2022

*通讯作者。

文章引用: 宋娇, 张一帆, 胥瑞杰, 王美如, 张英杰, 刘育伶(2022). 大学生人格特征与体质类型对生活满意度的影响. *心理学进展*, 12(5), 1740-1746. DOI: 10.12677/ap.2022.125208

Abstract

A questionnaire survey was conducted among 200 college students in a university in Shandong province to explore the influence of personality characteristics and physical type on life satisfaction. The results show that: 1) Extroversion is positively correlated with life satisfaction; spirituality is negatively correlated with life satisfaction; neuroticism is negatively correlated with life satisfaction. 2) There is a positive correlation between peacefulness and life satisfaction. 3) Extroversion is positively correlated with peaceful constitution; spirituality is negatively correlated with peaceful constitution; and neuroticism is negatively correlated with peaceful constitution. 4) Extraversion and peace constitution have significant interaction on life satisfaction.

Keywords

Personality Characteristics, Physical Types, Life Satisfaction, Interaction Analysis

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

伴随积极心理学(Positive Psychology)的日益发展,越来越多的心理学家和学者们将研究的目光转向主观幸福感(Subjective Well-Being, SWB)、生活满意度(Life Satisfaction, LS)、乐观(Optimistic)和希望(Hope)等积极情感和状态(崔丽娟, 张高产, 2005)。生活满意度是主观幸福感的认知成分,其包含了个体对自己生活状态的主观评估,可以用来评估个体的生活质量,检查一个人的心理健康状况。生活满意度是各种人群和疾病群体死亡率的重要预测指标,生活满意度的下降会带来一系列负面的效应,如缩短人群寿命、导致自杀率上升及致使心理问题多发等的危害等(丁新华, 王极盛, 2004)。在生活满意度的研究中,其关键的影响因素一直是学者们的研究重点,学者们在研究的过程中总结出了一系列可能的影响原因,包括可能的外在影响因素如家庭(张文娟, 李树茁, 2005)、经济情况(池丽萍, 辛自强, 2002)和社会支持(宋佳萌, 范会勇, 2013)等以及可能的内部影响因素如人格(郑雪, 王玲, 邱林, 严标宾, 2003)和自尊(陈丽娜, 张建新, 2004)等。并在研究的过程中指出生活满意度不单单受体验快乐的感受所影响,更可以通过内心的成长和成熟来提高,是自我的成长和自我实现的达成(郑立新, 陶广放, 2001)。

人与人没有完全一样的人格特点,人格是共同性与差别性的统一,是生物性与社会性的统一。人格是一个人身上较为稳定且统一的个体固有的心理特质与心理状态,个体从大到小的各种行为和心理表现,从宏观到微观的对事物和刺激的各种行为反应和情绪变化,都脱离不开一个人人格结构的掌控,时刻体现着一个人人格特质和成分多少的种种迹象,这就是人格的统一性。由此我们联想到幸福感、生活满意度作为人的一种情绪和心理体验,其是由个人的生活事件和生活经历引发的个体对所处生活的一种满足状态,势必会是人格统一性的一种表现,或多或少的会受到个体人格特征或特质的影响和控制,由此我们可以从人格特征的角度出发,着手探究生活满意度的影响因素。

体质,是中国传统文化和中医学中专有的重要概念。在古代,中医学对心理学的研究由来已久,中医心理学的理论精髓是“心身一体观”“形神合一”(常兴, 张恬, 孟庆岩, 张庆祥, 2018),中医学在关注心理问题的同时,很早就注意到了身体或体质的因素对人心理或精神面貌的影响或导致心理、精神问

题发生的可能,他们甚至把“形”“神”放在一起进行研究,即体质和心理,统称为中医心理学中所关注和研究的“人格”(董国杰等,2013)。中医心理学中的人格具有更加丰富和深刻的内涵,其不仅采纳和接受了现代心理学对人格的理解和剖析,将其作为中医心理学人格的基础内容,使中医心理学人格的概念具备了科学的理论基础,使其更加严谨、逻辑;更将人格加入中医学的研究范畴,为人格的研究引入了中医学扎实且悠久的中医理论的基础,使其内涵和研究意义更加灵活多变,更有中医学丰厚且大量的临床观察和经验的加持,使中医心理学人格的应用更加科学和内容广泛。有关中医学方面的研究显示,个人的先天的禀赋体质可能是影响个人生活满意度的重要因素。

目前研究显示影响青少年生活满意度的因素主要可能有人口统计学变量、生活事件、家庭等社会文化因素和控制感、自尊、神经质和内外向等个性心理因素(张进砂,蔡林,杨春,熊定永,2012),另外其他方面一些较为重要的影响因素还需要进行深入的探讨研究,如个人体质、先天禀赋等,缺乏从其他领域和角度出发的对生活满意度影响因素的探讨;事实上,幸福感同时受到多种因素的影响,需要综合考虑个体内部心理及自身生理状况,形成一个统一的整合模式研究,以探讨该两种因素对生活满意度直接或者间接的影响及相互的贡献作用,从而找出该二者因素对大学生生活满意度可能的影响方式或机制。

2. 研究方法

2.1. 被试

本次研究采用方便取样法,对山东省某大学不同专业的185名在校大学生作为样本群体,被试年龄集中在19~21岁,共回收问卷175份,并剔除漏答、规律作答以及删除作答时间少于400秒或长于1200秒的无效问卷10份,有效问卷160份,其中男生76名,女生84人,有效问卷回收率为91.4%。

2.2. 研究工具

2.2.1. 研究对象的一般资料调查表

由调查者自行编制,调查内容包括性别、专业类型、年级、生源地、是否是独生子女等与实验相关的内容。

2.2.2. 艾森克人格问卷

测量人格的量表采用由英国心理学家H. J.艾森克在艾森克人格调查表的基础上编制的自陈量表——艾森克人格问卷,借此来获得被试人格的自我评定的测评情况。该问卷共包含4个分量表:E量表(内外向维度)测量外倾性,其量表得分高低与中枢神经系统的兴奋、抑制的程度密切相关;N量表(神经质或情绪稳定性维度)测量情绪稳定性,该量表得分高低与自主神经系统的稳定性有关;P量表(精神质维度)测量精神质,该维度是一种单向维度,得分过高常表现为孤独、不关心人、冷漠、敌意和行为怪异等;L量表(掩饰)是该人格问卷的效度量表,测量被试的社会掩饰性,同时得分高表明问卷填写的真实性可能较低(钱铭怡,武国城,朱荣春,张莘,2000)。该量表在本研究中总量表Cronbach α 系数为0.942,各维度在本研究中Cronbach α 系数为:E量表0.796,N量表0.911,P量表0.907,L量表0.813,KMO值为0.933。

2.2.3. 中医体质量表

由中华中医药学会体质分会编制,用于被试进行体质自我评定的量表,其共包含阳虚质、阴虚质、气虚质、湿热质、痰湿质、气郁质、血瘀质、特禀质和平和质九个分量表(王琦,朱燕波,薛禾生,李稍,2006),本研究主要使用该问卷中的平和质量表对被试的体质进行评测(体质类型为是否为平和质)。在本研究中平和质量表的Cronbach α 系数为0.923,KMO值为0.933。

2.2.4. 生活满意度量表

为调查和了解被试群体的生活满意度情况,采用仲伟佶基于我国大学生群体的生活环境和特点对多维学生生活满意度量表(MSLSS)进行中文版修订,修订后的多维学生生活满意度量表(MSLSS)适用于中国大学生群体。其内部一致性系数为 0.920,信度良好,量表在样本中的结构为多因素结构,具有良好的结构效度、聚合与区分效度以及同时效度(仲伟佶,孙兰,孟慧,2013)。本研究中总量表 Cronbach $\alpha = 0.824$, KMO 值为 0.877。

2.3. 统计分析

数据统计与分析主要采用 SPSS 24.0 软件进行统计学分析。主要采用 Harman 单因子法检验共同方法偏差;描述性分析样本的平均数和标准差;Pearson 积差相关分析进行相关性分析;采用层次回归分析,交互作用显著,最后使用 Hayes 开发的 Process 3.5 进行简单斜率分析(Hayes, 2013),并在 Excel 中绘制简单斜率分析图,设显著性水平 $p < 0.05$ 。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

在研究中如果同源方差严重,则该研究结果的可靠性也会受到质疑。本研究所有数据均由学生线上问卷填写完成,根据相关研究的建议,在程序方面采用非记名方式、部分题项反向计分等方法进行控制,为了检验本研究中是否存在共同方法偏差,采用 Harman 单因子检测方法对数据进行同源方差检验(周浩,龙立荣,2004),未旋转时第一个公因子占总载荷量 21.890%,小于 40%,表明本研究中不存在严重的共同方法偏差,可以进行接下来的数据分析。

3.2. 描述性统计及相关分析

将被试问卷结果输入 SPSS 统计软件进行描述统计及相关分析,结果如表 1 所示:人格特征中的外倾性、精神质、神经质与生活满意度及平和质之间呈现两两相关。

Table 1. Descriptive statistics and correlation analysis

表 1. 描述性统计及相关分析

| | M \pm SD | 外倾性 | 精神质 | 神经质 | 平和质 |
|-------|-----------------|---------|---------|----------|---------|
| 外倾性 | 53.4 \pm 10.8 | 1 | | | |
| 精神质 | 44.6 \pm 8.5 | | 1 | | |
| 神经质 | 58.3 \pm 12.4 | | | 1 | |
| 平和质 | 61.2 \pm 15.6 | 0.301** | -0.208* | -0.421** | |
| 生活满意度 | 20.5 \pm 7.8 | 0.298** | -0.222* | -0.465** | 0.983** |

注: * $p < 0.05$; ** $p < 0.01$, 下同。

被试群体在外倾性维度上得分为 53.4 ± 10.8 ,该分数在大学生群体中外倾性分数的分布属于居中的水平;精神质维度得分为 44.6 ± 8.5 ,神经质得分为 58.3 ± 12.4 ;平和质量表得分为 61.2 ± 15.6 ,被试群体总体处于居中水平;生活满意度得分为 20.5 ± 7.8 ,群体总体生活满意度指数偏低。

外倾性与生活满意度显著正相关, $r = 0.298$, $p < 0.01$;精神质与生活满意度显著负相关, $r = -0.222$, $p < 0.05$;神经质与生活满意度显著负相关, $r = -0.465$, $p < 0.01$;平和质与生活满意度显著正相关, $r = 0.983$,

$p < 0.01$ 。外倾性与平和质显著正相关, $r = 0.301$, $p < 0.01$; 精神质与平和质显著负相关, $r = -0.208$, $p < 0.05$; 神经质与平和质显著负相关, $r = -0.421$, $p < 0.01$ 。

3.3. 人格特征与体质类型对生活满意度的影响的交互作用

用 SPSS 统计分析进行层次回归分析检验可得人格特征与平和体质对生活满意度的影响存在交互作用, 见表 2。

Table 2. Hierarchical regression analysis of life satisfaction between personality traits and physique types
表 2. 人格特征与体质类型对生活满意度的层次回归分析

| | 第一步 | | | 第二步 | | | 第三步 | | |
|------------------|-------|---------|---------|-------|---------|---------|-------|---------|---------|
| | b | SE | β | b | SE | β | b | SE | β |
| 外倾性 | 0.696 | 0.086 | 0.985** | 0.493 | 0.305 | 0.699** | 0.563 | 0.203 | 0.797* |
| 平和质 | | | | 0.807 | 0.206 | 1.692** | 1.216 | 0.247 | 2.55* |
| 外倾性 \times 平和质 | | | | | | | 0.46 | 0.042 | 0.762** |
| R^2 | | 0.029** | | | 0.071** | | | 0.114** | |

注: Dependent Variable: 生活满意度。

层次回归分析的数据如表 2 所示, 结果表明, 分层回归每一步的 R^2 变化都是显著的, 这表明各模型中的预测变量与因变量都有明显的线性关系, 并且变量的每一次进入都能有效导致模型整体解释力的提高。层次回归分析表明, 外倾性与平和质对生活满意度影响的交互作用在 0.05 的水平上显著。进一步进行简单斜率分析, 如图 1 所示, 结果发现, 外倾性得分较高的个体, 体质为平和质时, 生活满意度会更高。

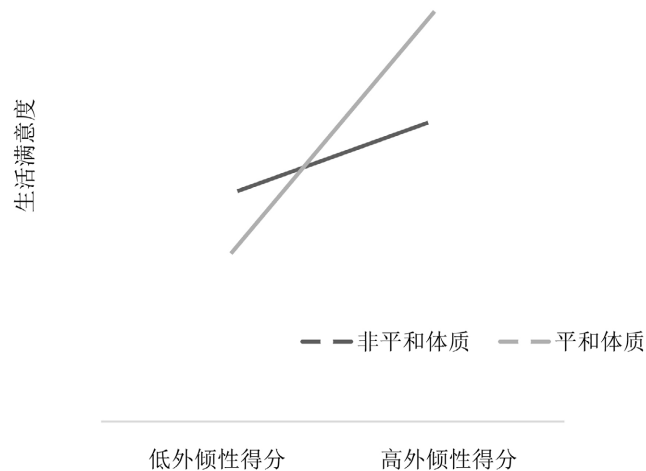


Figure 1. Simple slope analysis
图 1. 简单斜率分析

4. 讨论

本次调查研究结果显示, 人格特征中的外向性与生活满意度存在正相关, 精神质与生活满意度存在负相关, 神经质与生活满意度存在负相关; 体质类型中的平和质与生活满意度存在正相关。人格特征中

的外倾性与平和体质存在正相关,人格特征中的精神质与平和体质存在负相关,人格特征中的神经质与平和体质存在负相关。研究发现,外倾性与平和质对生活满意度影响存在交互作用。外倾性得分较高的个体,体质为平和质时,生活满意度会更高。这可能是由于平和质个体一般对自然环境和社会环境适应能力强,发病倾向低,且总体阴阳气血调和,精力充沛(王琦等,2006)。外倾性个体可能获得更多的社会支持(张建兴,2018),同时,平和体质对外界环境的高度适应力可以有效缓解生活中的应激性事件对个体的影响,从而增强了生活满意度。此次的调查研究表明人格与体质均可对大学生的生活满意度产生影响,即生活满意度的影响因素包含“身”与“心”两方面因素,验证了中医心理学对人格概念解释的科学性,以及中医学提倡的“身心一体观”的科学有效性,与前人研究结果一致(陈琳琳等,2016;陈小异,李明蔚,2014;李莹,2013;魏昶,安晓镜,2015)。由此我们可从这两方面着手对自己的生活进行调整,对大学生的生活满意度进行干预,以提高大学生对生活的满意程度。为提高大学生生活满意度,我们提倡和鼓励大学生进行充足和有规律的体育锻炼,要求各个高校为在校大学生开设更加丰富和有效的体育项目,供其最大的自由选择,培养和维持大学生参与体育锻炼、保持平和良好体质的积极性和热情,促进其长时间且规律的运动锻炼,从而培养大学生健康平和的体质;为提高大学生生活满意度,各高校都需要配备合格有效的心理咨询服务和开设心理健康教育课程,帮助大学生了解和评估自己的心理健康状态,及时解决大学生各种心理问题和心理失衡的情况,促进大学生积极和健全的人格养成。

5. 研究意义与局限

人格特征中的外倾性与平和体质对生活满意度影响的交互作用显著,人格特征中的精神质与平和体质对生活满意度的影响不存在交互作用,人格特征中的神经质与平和体质对生活满意度的影响不存在交互作用,即人格特征与体质类型对生活满意度影响的交互作用不显著。而交互作用不显著的原因可能有:一则由于样本数据不足,样本量不够大,各种因素的代表性不够,导致交互作用不显著;二则由于问卷自身的弊端,被试在填写中医体质量表缺乏统一客观的标准,生活满意度量表缺乏一定的客观性,被试在填写时会过于主观,易受心境变化的影响,因此可能对结果产生一定的偏差;三则由于较大一部分被试在填写问卷时受到社会赞许性的影响,未能如实按照自身情况作答,导致问卷所收集的数据不够客观真实,从而导致研究结果出现偏差;四则由于较大一部分被试在填写问卷时存在不认真、敷衍应付的心理,不认真读题即进行随机作答,从而使问卷数据趋向随机性,使得数据分析结果不能体现所研究因素导致的差异。

日后的研究可由本次调查研究的因素进行更加细化和深入的挖掘,将本次研究因素的一个成分或特质作为一个单独因素和重点开展研究,例如将人格特征中的神经质作为单独的研究因素,着重研究神经质是如何对生活满意度产生影响的,是神经质中的何种成分对其产生的影响,神经质的成分或特质是通过何种过程和机制对生活满意度产生影响的;可从更大范围内选取被试,增加被试样本容量,提高被试样本的代表性,再次进行人格特征与体质对生活满意度影响的交互作用分析,检验人格特征与体质是否存在交互作用,同时增加被试人数也可以提高研究的效度,由此可以将结论推广到更大的群体中去。

参考文献

- 常兴,张恬,孟庆岩,张庆祥(2018). 基于“形神一体观”的中医对疾病的治疗观探析. *时珍国医国药*, 29(5), 1155-1157.
- 陈丽娜,张建新(2004). 大学生一般生活满意度及其与自尊的关系. *中国心理卫生杂志*, 18(4), 222-224.
- 陈琳琳,朱燕波,王琦,唐芳,史会梅,张笑梅,虞晓含(2016). 大学生人格特征及中医体质与抑郁的相关性研究. *中国全科医学*, 19(33), 4124-4129.
- 陈小异,李明蔚(2014). 大学生主观幸福感与心理健康研究. *重庆大学学报(社会科学版)*, 20(3), 178-183.
- 池丽萍,辛自强(2002). 幸福感:认知与情感成分的不同影响因素. *心理发展与教育*, 18(2), 27-32.

- 崔丽娟, 张高产(2005). 积极心理学研究综述——心理学研究的一个新思潮. *心理科学*, 28(2), 402-405.
<https://doi.org/10.16719/j.cnki.1671-6981.2005.02.035>
- 丁新华, 王极盛(2004). 青少年主观幸福感研究述评. *心理科学进展*, 12(1), 59-66.
- 董国杰, 赵燕平, 陈灿锐, 龚成, 郑玲, 张晓(2013). 中医体质与人格特质关系. *中华中医药学刊*, 31(4), 746-748.
<https://doi.org/10.13193/j.archtcm.2013.04.44.donggj.012>
- 李莹(2013). 生活满意度及其影响因素研究. *社科纵横*, 28(7), 80-82.
<https://doi.org/10.16745/j.cnki.cn62-1110/c.2013.07.039>
- 钱铭怡, 武国城, 朱荣春, 张莘(2000). 艾森克人格问卷简式量表中国版(EPQ-RSC)的修订. *心理学报*, 32(3), 317-323.
- 宋佳萌, 范会勇(2013). 社会支持与主观幸福感关系的元分析. *心理科学进展*, 21(8), 1357-1370.
- 王琦, 朱燕波, 薛禾生, 李稍(2006). 中医体质量表的初步编制. *中国临床康复*, 10(3), 12-14.
- 魏昶, 安晓镜(2015). 大学生生活满意度及影响因素调查. *湖北科技学院学报*, 35(4), 79-81.
<https://doi.org/10.16751/j.cnki.hbkj.2015.04.028>
- 张建兴(2018). 大学生人格特质、社会支持、自我和谐与生活满意度的关系. *集美大学学报(教育科学版)*, 19(5), 37-41.
- 张进砂, 蔡林, 杨春, 熊定永(2012). 从积极心理学视角看在校大学生主观幸福感. 见 *心理学与社会——四川省心理学会2012年学术年会*(pp. 187-189).
- 张文娟, 李树苗(2005). 子女的代际支持行为对农村老年人生活满意度的影响研究. *人口研究*, 29(5), 73-80.
- 郑立新, 陶广放(2001). 儿童主观生活满意度影响因素的研究. *中国临床心理学杂志*, 9(2), 105-107.
- 郑雪, 王玲, 邱林, 严标宾(2003). 大学生主观幸福感及其与人格特征的关系. *中国临床心理学杂志*, 11(2), 105-107.
- 仲伟佳, 孙兰, 孟慧(2013). 大学生多维生活满意度量表的信效度. *心理研究*, 6(4), 64-69.
- 周浩, 龙立荣(2004). 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 12(6), 942-950.
- Hayes, A. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach*. Guilford Press.