

# 大学生人格特质、社会支持、自我和谐与生活满意度的关系

张建兴

(淮南师范学院教育学院, 安徽 淮南 232038)

**[摘要]** 采用标准化的人格问卷、社会支持相关量表、自我和谐度相关量表以及生活满意度相关量表, 评测了500名在校大学生。就大学生人格特质、社会支持、自我和谐与大学生生活满意度之间的相关性进行量化分析。内外向、神经质与生活满意度相关, 精神质与生活满意度相关不显著, 社会支持、自我和谐与生活满意度均存在正相关; 神经质、客观支持、自我刻板性对生活满意度具有一定的预测作用; 人格特质与生活满意度的关系在一定程度上以自我和谐为中介。结论是大学生的人格特质、社会支持度、自我和谐度以及对生活的满意度四者之间存在着量化高度相关。

**[关键词]** 生活满意度; 人格特质; 自我和谐; 社会支持

**[中图分类号]** G 444

**[文献标识码]** A

**[文章编号]** 1671-6493 (2018) 05-0037-05

生活满意度是社会心理学范畴研究的一个问题, 主要指个体以自身感受为主要标准对个体生活状态的自身感受及个体评价<sup>[1]</sup>, 这种主观评价同时又会作用于个体的情绪, 进而影响到个体生活目标的设定和行为追求的方式<sup>[2]</sup>。生活满意度被视为幸福感的认知部分, 我们会采用评判社会群体自身生活良好与否的方式来评测个体的生活质量, 作为重要参考要素<sup>[3]</sup>。个体对生活的满意度间接显示出该个体的发展状况, 是衡量个体标准指标之一<sup>[4]</sup>。大量的研究表明, 个体的人格特质因素是影响幸福感的主要方面<sup>[5]</sup>。外向性因素在对大学生的生活满意度中具有预判功能; 神经质对大学生的生活满意度具有反向的预判功能<sup>[6-8]</sup>。除了前面所提到的人格因素外, 主观幸福感还与其他因素的影响有关, 第一个因素是社会支持, 所谓社会支持指个体所熟悉的其他相关社会成员比如父母、亲朋、同学、友人等给予的各种类型的支持、帮助。这种支持因素所反映出的是一个个体的社会支持和社交质量, 是个人获取社会承认的重要形式<sup>[9]</sup>。研究证实一个人获取的社会支持程度与他的身心健

康之间呈现显著正相关<sup>[10-11]</sup>, 同时良好的社会支持与个体的生活满意度之间同样存在明显的正相关<sup>[12]</sup>。第二个因素是自我和谐程度。自我和谐是Rogers提出来的, 个体在其自身内在的协调统一过程, 这种协调统一过程体现的是个体与个体的融洽程度<sup>[13]</sup>。Rogers认为, 自我和谐程度影响个体心理健康状态, 自我和谐相关概念是自我概念的一部分, 也是个体进行自我评价的重要变量之一。相关实验证实, 个体的自我和谐对生活满意度有着决定性的关系<sup>[14-15]</sup>。

纵观已有研究发现, 人格特质与生活满意度的研究成果较为丰富, 而对于人格特质是否通过某些中介变量, 以形成或者维持生活满意度却较少涉及。本课题尝试通过调查的方式探索验证人格特质因素、社会支持、自我和谐三个变量与个体的生活满意度之间的定量影响, 尝试分析人格特质因素对个体的生活满意度影响内在机制, 即考察人格特质因素是如何通过个体所获得的社会支持与自我和谐产生影响的, 从而为高等院校开展育人工作和开展相关的管理工作提供相应的理论支持。

**[收稿日期]** 2018-03-06

**[基金项目]** 安徽省人文社科重点项目“高校重点关注学生的危机干预及应对机制——基于校园应急管理系统研究”(SK2018A0515); 安徽省人文重点项目“面向高校应急管理心理危机预警机制研究”(SK2016A0857)

**[作者简介]** 张建兴(1978—), 男, 陕西西安人, 淮南师范学院教育学院讲师, 主要研究方向为大学生心理健康、社会心理学。

一 研究方法

(一) 研究被试

研究抽样方法采用整群抽样的方式,从安徽某师范类院校在校大学生中抽取被试 500 名,收回问卷 442 份,收回问卷有效率为 88.4%。在回收的有效问卷中男生 188 人,女生 254 人。平均年龄为 20.3 岁。

(二) 研究工具

1. 人格特质。采用钱名怡等在心理学发表的修订的简式中国版艾森克人格问卷,测量个体的人格特质<sup>[16]</sup>。艾森克人格测查问卷(中国版)由内精神质等四个部分构成,共计 48 道题目,被试在答题过程中所有问题都是选择题,选“是”记 1 分,选“否”记 0 分。

2. 社会支持。结合大学生的特点选择的肖水源等社会支持评定量表(SSRS)<sup>[14]</sup>,该量表主要通过四维度评分 10 个题目。因为测试对象是大学生,为了更有针对性,在不影响测试理解的基础

上,对其中的一些项目进行了微调,同时把跟“女儿”相关的项目删除。对修改后的结果进行了重测,相关系数 0.83,可以使用。

3. 自我和谐。选择了王登峰等编制的自我和谐量表(SCCS)<sup>[16]</sup>。共有项目 35 个,有三个分量表,使用五级记分制,该量表的相关系数为 0.73,可以使用。

4. 生活满意度。采用 Diener 编制的生活满意度量表(SWLS)<sup>[17]</sup>。该量表共有 5 个项目,采用七级记分制,该量表相关系数为 0.78,可以使用。

(三) 统计方法

本研究所有数据采用 SPSS 22.0 统计软件包进行处理,使用 Amos 5.0 进行统计分析。

二 结果与分析

(一) 人格特质、社会支持、自我和谐与生活满意度的相关分析(见表 1)

表 1 人格特质、社会支持、自我和谐与生活满意度的相关矩阵

	精神质	内外向	神经质	社会支持	自我和谐	生活满意度
精神质	—					
内外向	0.02	—				
神经质	0.07	-0.35***	—			
社会支持	-0.13**	0.32***	-0.16**	—		
自我和谐	-0.11*	0.30***	-0.50***	0.31***	—	
生活满意度	0.03	0.17***	-0.30***	0.22***	0.22***	—

\* P<0.05, \*\* P<0.01, \*\*\* P<0.001

从上表 1 中可得出,除了精神质与生活满意度两者明显显现出不显著相关以外,其他四个因素神经质、社会支持、内外向、自我和谐与个体的生活满意度之间均存在显著相关。

(二) 人格特质、社会支持、自我和谐对生活满意度的多元回归分析

以人格特质、社会支持、自我和谐三个因素为预测变量,进行多元回归分析,结果见表 2。

表 2 人格特质、社会支持、自我和谐各因素对生活满意度的多元回归分析

因变量	预测变量	R	R <sup>2</sup>	F	B	Bate	t
生活满意度	方程模型	0.38	0.15	15.07***			
	神经质				-0.35	-0.19	-3.45**
	对支持的利用度				0.44	0.14	2.96**
	客观支持				0.22	0.10	2.14*
	自我刻板性				0.20	0.13	2.80**
	自我与经验的不和谐				-0.11	-0.16	-2.66**

\* P<0.05, \*\* P<0.01, \*\*\* P<0.001

由表 2 可知，神经质、客观支持、自我刻板性依次进入了回归方程，系数结果为 0.15，方程可以解释生活满意度的 15% 的变化，神经质最先进入方程，它对生活满意度的预测力最强，它可以解释总变异的 9%。

（三）人格特质、社会支持、自我和谐与生活满意度的路径分析

为了进一步考察人格特质、社会支持、自我和

谐与生活满意度的关系模式，采用路径分析技术分析，如图 1 所示。从下表 3 可见，该模型对数据拟合切合度很高。从图 1 可以分析得出，内外向性不直接影响生活满意度的结果，但是内外向性完全可以通过其他因素，比如客观支持、对支持的利用度等因素左右大学生对生活的满意度；神经质除了直接左右个体的生活满意度外，还可以通过自我与经验的不和谐和自我刻板性间接左右个体的生活满意度。

表 3 模型的拟合指数

$\chi^2$	$df$	$\chi^2/df$	GFI	NFI	RFI	ILI	TLI	CFI	RMSEA
38.21	13	2.94	0.98	0.93	0.85	0.95	0.89	0.95	0.06

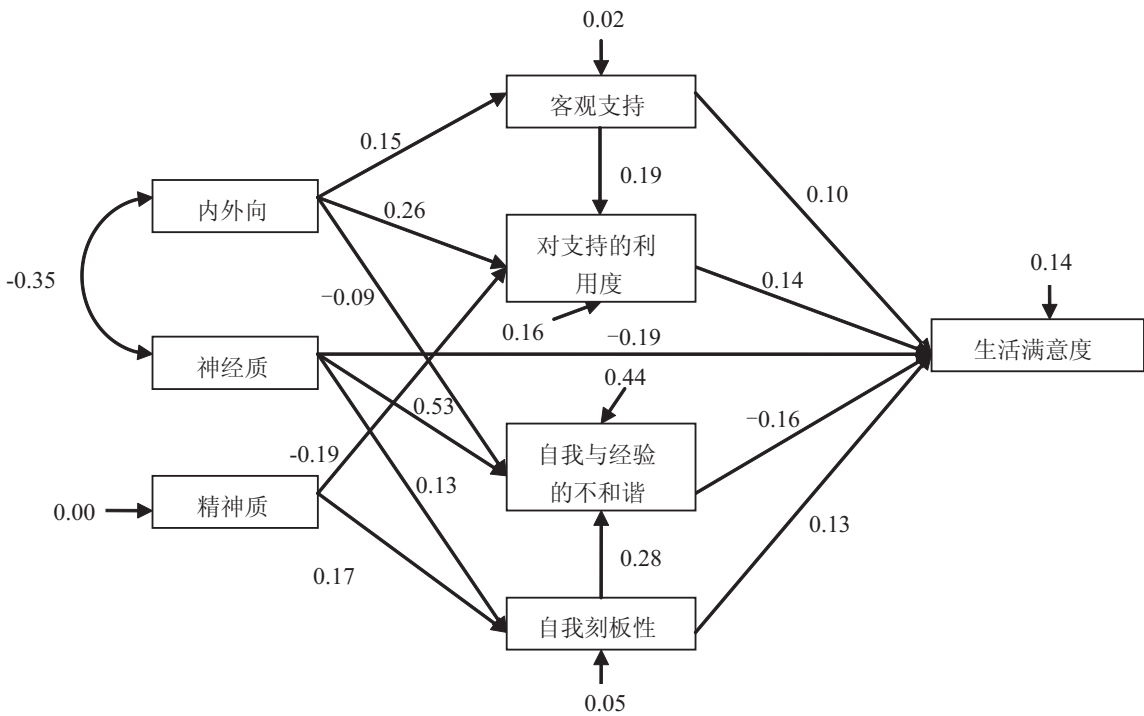


图 1 人格特质、社会支持、自我和谐与生活满意度的路径分析

三 讨 论

从上述研究很容易得知，大学生人格特质、社会支持、自我和谐以及个体的生活满意度四者之间量化分析有着非常密切的关联。从相关程度的角度而言，大学生的精神质与个体是否获得生活满意度两者不显著相关，而大学生的内外向、神经质与个体的生活满意度之间显现出了显著相关，基于此结果充分验证了大学生的神经质对其个体生活满意度的重要影响<sup>[6-8]</sup>，进一步研究表明，大学生获取的

社会支持程度严重影响着他的生活满意度，能够获得较高支持的大学生，他的生活满意度明显偏高<sup>[18]</sup>。Weiss 研究也发现了这一点：任何一个大学生当他获得了来自社会、家庭、朋友等各种支持时才有可能感受到更高的幸福感；Kahn 和 Antonucci 研究也证实了这一点。最大的可能原因在于，获得良好的社会支持的人，获得社会支持的同时，意味着获得了更多的物质和心理上的帮助，这种物质和心理上的帮助可以在很大程度上增强他的归属感和自信心；而且，当他们面临生活中的应激性事件的

时候,也可以起到缓解和调节应激反应的作用,这样的话就有效地增加了个体的健康行为模式,从而改善生活满意度。个体的自我和谐相对更倾向于侧重人格的整合。因此,自我和谐程度较高的个体具有良好的适应功能,他们能较好地进行自我调整,达到大学生自我内部以及个体自我的协调统一,和谐人格特质必将使他们获取更高的生活满意度。

研究发现,神经质、对支持的利用度、客观支持、自我刻板性以及自我与经验的不和谐对生活满意度具有直接的预测作用,由研究可以获知神经质率先进入,其对生活满意度的预判力最强<sup>[19][22]</sup>。这与 Vitterso 研究获得的结论是一致的,即神经质是个体获取生活满意度的最好预判源<sup>[20]</sup>。McCrae 和 Costa 研究证明了情绪稳定性与生活满意度之间的关系,他们倾向于认为情绪越不稳定的个体越容易产生负性情感<sup>[21]</sup>。神经质除了直接影响生活满意度以外,神经质还会通过自我的不和谐和自我的刻板性等方式间接影响生活满意度<sup>[23]</sup>。内外性虽然不直接产生影响,但是可以通过个体的客观支持、以及个体对支持的利用度和自我与经验不和谐间接影响个体对生活的满意度<sup>[24]</sup>。这可能的原因在于外向型的个体更容易获得物质上的直接援助,并且更善于利用所获得的社会支持;外向型更容易实现自我以及个体经验之间协调一致,从而生活满意度较高<sup>[25]</sup>。精神质指冷漠等偏于负向的人格特质表现,这些特质影响着大学生对社会支持的利用水平,同时,自我刻板性与偏执有显著相关<sup>[26]</sup>。这可能是精神质可以通过对支持的利用度和自我刻板性间接影响生活满意度的主要原因。

本研究存在的主要不足在于,主要基于人格特质、社会支持、自我和谐以及个体对生活的满意度四个因素之间的相关分析,这种分析不足以确定他们之间的因果关系。另外,本课题在研究过程中直接忽略对社会支持与自我和谐之间的相关性的量化关系进行思考,从前人研究来看,个体的社会支持与否与个体的自我和谐一定有密切的关系,而这一部分研究的缺失是本研究的不小失误。此外,进一步的研究可以综合各种内外因素,构建影响生活满意度因素的系统模型,从而可以更深入探讨生活满意度产生内在机制。

#### [参考文献]

[1] SHIN D C, JOHNSON D M. Avowed happiness as an o-

verall assessment of the quality of life [J]. *Social Indicators Research*, 1978 (5): 475 - 492.

[2] 张兴贵,何立国,郑雪. 青少年学生生活满意度的结构和量表编制 [J]. *心理科学*, 2004, 27 (5): 1257 - 1260.

[3] 池丽萍,辛自强. 幸福感: 认知与情感成分的不同影响因素 [J]. *心理发展与教育学*, 2002 (2): 27 - 32.

[4] CAROL D. RYFF & COREY LEE M. KEYES. The structure of psychological well - being revisited [J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995, 69 (4): 719 - 727.

[5] DIENER E. BISWAS - DIENER R. New directions in subjective well - being research: The cutting edge [J]. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 2000, 27 (1): 21 - 33.

[6] HEAVEN P. Extraversion, Neuroticism and satisfaction with life among adolescents [J]. *Personality and Individual Difference*, 1989, 10 (5): 489 - 492.

[7] HUEBNER ES. Correlates of life satisfaction in Children School [J]. *Psychology Quarterly*, 1991, 6 (2): 103 - 111.

[8] 田丽丽,郑雪. 中学生五种人格与多维生活满意度的关系 [J]. *中国心理卫生杂志*, 2007, 21 (3): 165 - 166.

[9] MCCRAE R R, COSTA P T. Adding liege und albeit: The full five - factor model and well being [J]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1991 (17): 227 - 232.

[10] YSGAARD, M. Life stress, social support and psychological distress in late adolescence [J]. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 1997 (32): 277 - 283.

[11] 王雁飞. 社会支持与身心健康关系的研究评述 [J]. *心理科学*, 2004, 27 (5): 1175 - 1177.

[12] HOTARD S R, MCFATTER R M, MCWHIRTER R M, et al. Interactive effects of extraversion, neuroticism, and social relationships on subjective well - being [J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989, 57 (2): 321 - 331.

[13] ROGERS, C. R. A tentative scale for the measurement of process in psychotherapies [M]. In stein, M. P. (Ed.) *Contemporary psychotherapies*. New York: Free Press, 1961: 184 - 256.

[14] 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册 [M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 127 - 131, 314 - 318.

[15] 李志勇,吴明证. 社会支持与主观幸福感的关系:

- 自我和谐的中介作用 [J]. 中国临床心理学, 2010, 18 (3): 246-248.
- [16] 钱名怡, 武国诚, 朱荣春. 艾森克人格问卷简氏量表中国版 (EPQ-RSC) 的修订 [J]. 心理学报, 2000 (3): 317-323.
- [17] DIENER E. EMMONS R. A. LARSEN R. J. et al. The satisfaction with life scale [J]. Journal of Personality Assessment, 1985, 49 (1): 71-75.
- [18] RREBNER J, DONALDSON J, KIRBY N, et al. Relationships between happiness and personality [J]. Personality and Individual Differences, 1995, 19 (2): 251-258.
- [19] 严标宾, 郑雪, 邱琳. 社会支持对大学生主观幸福感的影响 [J]. 应用心理学, 2003, 9 (4): 22-28.
- [20] 牛更枫, 鲍娜, 周宗奎. 社交网站中的自我呈现对生活满意度的影响: 积极情绪和社会支持的作用 [J]. 心理发展与教育, 2015, 31 (5): 563-570.
- [21] 陈世民, 方杰, 高树玲. 自我提升幽默与生活满意度
- 的关系: 情绪幸福和社会支持的链式中介模型 [J]. 心理科学, 2014, 37 (2): 377-382.
- [22] 叶钰侨, 陆爱桃, 张心怡. 大学生社会支持对学习倦怠的影响: 经济状况和生活满意度的调节中介模型 [J]. 心理研究, 2017, 10 (4): 79-85.
- [23] 陈秋婷, 李小青. 大学生生命意义与社会支持、心理控制源及主观幸福感 [J]. 中国健康心理学杂志, 2015, 23 (1): 96-99.
- [24] 辜美惜, 邱龙虎, 曾伟楠. 大学生幸福感与物质主义的关系及社会支持的中介作用 [J]. 中国心理卫生杂志, 2016, 30 (3): 237-240.
- [25] 高传霞, 郑德伟, 井西学. 大学生主观幸福感与心理控制源、人格特质的关系 [J]. 中国健康心理学杂志, 2016, 24 (12): 1831-1833.
- [26] 尹霞云, 黎志华. 主观幸福感: 稳定的人格特质还是情境状态 [J]. 心理与行为研究, 2015, 13 (4): 521-527.

(责任编辑: 上官林武)

## Personality Traits, Social Support, Self-harmony, and Life Satisfaction of University Students

ZHANG Jian-xing

(Education Department, Huainan Normal University, Huainan 232038, China)

**Abstract:** Objective: To study the relationship between personality traits, social support, self-harmony, and life satisfaction of university students. Methods: Using EPQ-RSC, SSRS, SCCS, SWLS, 500 college students were measured. Results: extraversion and neuroticism were significantly correlated with life satisfaction. However, there was not correlation between psychoticism and life satisfaction. Self-harmony and social support were positively correlated with life satisfaction. Neuroticism, objective support and self-stiffness were stronger predictors for life satisfaction, but the relationship between personality traits and life satisfaction was mediated by social support and self-harmony. Conclusion: There was a close relationship among personality traits, social support, self-harmony and life satisfaction.

**Key words:** life satisfaction; personality traits; self-harmony; social support