

On the Relationship of Extraversion, Vitality and Meaning in Life among Chinese College Student

Yuting Li, Zhe Ren, Fengyan Ren, Qiujin Zhu, Yanan Liu, Shu Zhang

Department of Education, Zhengzhou University, Zhengzhou Henan
Email: lynpsy@zzu.edu.cn

Received: Jan. 8th, 2016; accepted: Jan. 27th, 2016; published: Jan. 30th, 2016

Copyright © 2016 by authors and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

Objective: To investigate the mediating role of subjective vitality between extraversion and meaning in life among college students. **Methods:** Totally 249 college students were surveyed with the Chinese Big Five Personality Inventory (brief version), Subjective Vitality Scale and Meaning in life Questionnaire. **Results:** Regression analysis indicated that both extraversion and vitality predict the level of meaning in life positively, and extraversion didn't have significant positive predictability after vitality was controlled. **Conclusion:** The result of the research shows that vitality totally mediates the relationship between extraversion and meaning in life.

Keywords

Vitality, Extraversion, Meaning in Life

大学生外向性、活力与生命意义感的关系研究

李钰婷, 任哲, 任凤燕, 朱秋锦, 刘亚楠, 张舒

郑州大学教育系, 河南 郑州
Email: lynpsy@zzu.edu.cn

收稿日期: 2016年1月8日; 录用日期: 2016年1月27日; 发布日期: 2016年1月30日

摘要

目的: 探讨大学生的活力感在外向性和生命意义感之间的中介作用。**方法:** 随机在河南省某大学选取249名大学生, 采用主观活力量表, 中国大五人格问卷简版及生命意义感量表进行测量。**结果:** 外向性与活力均对生命意义感有正向预测作用, 控制了活力后, 外向性对生命意义感的正向预测作用不再显著。**结论:** 活力感在外向性和生命意义感之间起完全中介作用。

关键词

活力, 外向性, 生命意义

1. 引言

生命意义指的是个人领悟, 理解自己生命的内涵, 并且能够意识到自己生活的目标或者使命(Steger, 2009)。不同学者对生命意义的解释角度各不相同, 但都认可生命意义感是对自我存在的理由和价值的一种感知。一致性(coherence)、重要性(significance)和目的性(purpose)是构成生命意义感的三大成分。生活意义感是人类心理功能正常运作中的一个基本要素, 生命意义感与整体幸福感(Ho, 2010), 生活满意度(Zika, 1992)存在正相关。低生命意义的个体面对压力时更倾向于放弃努力, 有更多的焦虑、抑郁和物质滥用, 对心理治疗的需求更大, 而且无助感更强, 甚至有更多的自杀意念(Steger, 2009)。李虹(2006)的研究也发现, 生命意义在应激条件下能够调节心理健康, 比如应激条件下的负性情绪等。

人格是影响生命意义感知的一个重要因素, 大五中的外向性、尽责性、宜人性正向预测生命意义感知, 神经质则与之显著负相关, 开放性与生命意义的关系复杂, 研究结论之间并不一致(Steger, 2009)。外向性意味着拥有更多的活力感, 充满热情, 善于交际, 待人友好, 与正性情感有较强的正相关, 并且能够预测主观幸福感, 拥有较高的生活满意度(赵广兵, 2012)。

尽管外向性与生命意义感的关系极其稳定, 并且具有跨文化的一致性, 但其中的中介机制并不为研究者所知。有研究发现, 积极情绪与生命意义感知水平之间存在因果关系。通过情景操纵被试体验到积极情绪, 个体会体验到更高的生命意义(King, 2006)。由此我们假设, 较内向者而言, 外向个体认为生命更有意义的一个重要机制可能在于他们体验到积极情绪的频率和强度更高。为了检验这一假设, 本研究选择与积极情绪紧密相关的特质活力, 作为中介变量, 考察三者之间的关系。活力是指个体能运用外部身体和内部心理的能量, 展现富有生机的精神面貌而且行动充满力量。当一个人拥有活力时, 会体验到源自个体的一种激情、生机和能量(Ryan & Frederick, 1997)。活力是生命力的象征也是幸福感的组成部分。已有研究表明活力与生活满意度、自尊、生命意义感显著正相关, 并且能正向预测积极情绪(Ryan & Deci, 2008)。综上所述, 外向性的人拥有更充足的活力, 而活力又与许多积极情感相关。因此本研究做出如下假设: 一、外向性和活力感对生命意义感有一定的正向预测作用; 二、活力中介外向与生命意义之间的关系。

2. 对象与方法

2.1. 对象

选取河南省新乡市某高校本科生 276 人, 其中有效问卷 249 份, 男生 96 名, 女生 140 名, 未注明性

别信息 13 名。被试年龄在 17 到 21 岁之间, 均值 19.21, 标准差 1.12。

2.2. 测量工具

2.2.1. 主观活力量表(Subjective Vitality Scale, SVS)

本量表由 Ryan (1997) 编制, 共 7 个项目, 比如“我觉得自己充满能量”, 有两个反向计分题目。项目反应形式采用 7 点评分, 1 代表完全不同意, 7 代表完全同意。项目分数越高, 则代表活力感越足。本研究中, 此量表的内部一致性信度为 0.83。

2.2.2. 中国大五人格问卷简式版(Chinese Big Five Personality Inventory brief version, CBF-PI-B)

选用王孟成(2011)编制的中国大五人格简版中的外向性分量表, 共 8 个项目, 有两个项目反向计分, 比如“我喜欢参加社交与娱乐聚会”。每个项目按 1 (完全不同意)到 7 (完全同意)级评分。分数越高, 代表越外向。本研究中, 该量表的内部一致性为 0.73。

2.2.3. 中文版生命意义感量表(Meaning in Life Questionnaire, MLQ)

选用刘思斯(2010)修订的生命意义量表中文版中的生命意义存现分量表, 共包含 5 个条目, 如: “我的生活有一个清晰的方向”。每个条目采用 1~7 点评分。总量表的 α 系数为 0.83。

2.3. 施测与数据处理

对被试团体施测, 测试前, 告知测试目的、答题方法及注意事项, 重点强调测验的保密原则, 不会泄漏个人隐私, 鼓励如实作答。测验结束后, 统一回收问卷, 录入数据。所有数据用 SPSS22.0 处理和分析。

3. 结果

3.1. 大学生外向性、活力感与生命意义感的描述性统计

表 1 呈现了大学生外向性、活力感以及生命意义感的描述统计结果。表 1 结果显示, 大学生生命意义感的平均值为 4.51, 外向的平均水平为 4.30, 活力平均值为 4.53, 表明大学生的外向性、活力与生命意义感居于中等偏上水平。

3.2. 外向性活力感和生命意义感的相关分析

对研究中的三个变量进行描述性统计和 Pearson 积差相关分析。外向性与活力感得分显著正相关, 与生命意义感的体验得分呈正相关; 活力感的得分和生命意义感的体验得分呈正相关(表 2)。

3.3. 活力感在外向性和生命意义感间中介分析

3.3.1. 活力感, 外向性对生命意义感的回归分析

以生命意义感为结果变量, 外向性及活力为预测变量, 进行线性回归分析。为避免变量之间多重共线性的影响, 首先将各变量进行中心化, 采用层次回归分析。结果表明, 外向性、活力依次进入回归方程, 两个回归模型均显著 [$F(1, 248) = 15.04, p = 0.000$; $F(2, 247) = 18.16, p = 0.000$], 两个回归模型的判定系数分别为 0.057 与 0.129。可见, 活力感和外向性这两个变量对生命意义感的联合预测力为 12.9%。

3.3.2. 活力感在外向性和生命意义感的中介效应分析

以生命意义感得分为结果变量, 以外向性得分为预测变量, 以活力感得分为中介变量, 采用逐步回归分析法检验中介效应是否显著, 来探究这三个变量之间相互影响的过程和机制。第 1 步: 作外向性对

生命意义感的回归分析, 得到路径系数 c ; 第 2 步: 作外向性对活力感的回归分析, 得到路径系数 a ; 第 3 步: 加入活力感, 作活力和对外向性对生命意义感的回归分析, 分别得到路径系数 b 和 c' 。结果: 在第 1 步的回归分析中, 外向性能够正向预测生命意义感; 在第 2 步的回归分析中, 外向性能够正向预测活力感; 第 3 步将中介变量活力感纳入回归方程, 在控制活力感对生命意义感影响的基础上, 外向性对生命意义感的正向预测作用不再显著, 说明活力感在外向性与生命意义感之间发挥完全中介作用(表 3)。

表 4 使用 Preacher 和 Hayes (2004) 提出的偏差校正的 Bootstrap 方法进行活力感的中介效应的检验。在原始数据($n = 249$)中随机抽取 5000 个 Bootstrap 样本, 然后使用这些样本拟合外向性经活力至生命意义感的中介效应模型样本, 生成并保存 5000 个中介效应估计值, 形成一个近似抽样分布, 然后将这些效应值按数值大小排序, 用第 2.5 百分位数(LLCI)和第 97.5 百分位数(ULCI)来估计中介效应 95% 的置信区间。如果活力感中介效应 95% 的置信区间没有包含 0, 则表明该中介效应具有统计学意义。结果显示, 外向至生命意义感的间接效应 95% 置信区间为 0.0684 至 0.2000, 不包含 0, 说明该中介效应具有统计学意义, 而外向至生命意义感的直接效应 95% 置信区间为 -0.0089 至 0.2481, 包含 0, 说明加入中介变量活力之后, 直接效应不再显著, 活力完全中介了外向与生命意义的关系。外向对生命意义感的直接效应为 0.1196, 间接效应为 0.1200, 中介效应占总效应的 50%。

4. 讨论

4.1. 外向、活力与生命意义的关系

本研究以大学生为被试, 对外向性人格、活力及生命意义感三者之间的关系做了研究。描述性统计发现, 大学生对生命意义感的感知的平均得分为 4.51, 这表明当前大学生生命意义感水平不容乐观, 许

Table 1. Descriptive statistics of extroversion, vitality and meaning in life

表 1. 外向性、活力与生命意义感的描述性统计

	N	Min	Max	M	SD
外向性	249	2.00	7.00	4.30	0.87
活力	249	1.29	7.00	4.53	1.08
生命意义感	249	2.00	7.00	4.51	1.12

Table 2. Correlation with extroversion, vitality and meaning in life (r)

表 2. 外向性、活力感和生命意义感的相关分析(r)

变量	外向性	活力	生命意义感
外向	1		
活力感	0.41*	1	
生命意义感	0.24**	0.34**	1

注: ** $p < 0.01$ 。

Table 3. Multiple regression analysis of extraversion and vitality for meaning in life ($n = 249$)

表 3. 外向性和活力对生命意义感的回归分析($n = 249$)

自变量	偏回归系数			
	系数(β)	标准误(SE)	t 值	P 值
外向性	0.12	0.065	1.83	0.068
活力	0.29	0.065	4.49	0.000

Table 4. The mediating role of vitality between extraversion and meaning in life
表 4.活力在外向性和生命意义感间的中介效应

步骤	因变量	自变量	标准化偏回归系数(β)	R ²	t 值
1 (路径 c)	生命意义感	外向性	0.24	0.057	3.88**
2 (路径 a)	活力感	外向性	0.41	0.165	7.06**
3 (路径 b)	生命意义感	活力感	0.34	0.117	5.72**
路径 (c')		外向性	0.12		1.83

注: ** $p < 0.01$ 。

多大学生仍没有明确自己生活的意义,生活中缺乏明确的目标。此结果与李旭(2015)研究结果相似,这可能与大学时期所处的社会化阶段有关。大学是个体建立自我同一性的关键时期。在本研究中,所有被试均为大一和大二学生,可能自我同一性尚未形成,因此对未来缺乏规划,以至于意义感缺失。活力感的平均得分为 4.53,在 7 点计分中处于中等略偏上水平,这与普通人的直觉并不一致。大学生正值青春年少,应该活力满满,精力充沛,展现出勃勃生机,但调查结果表明,至少一部分被试活力不足,生活没有生气。

相关分析发现,外向性、活力和生命意义感三者之间两两显著正相关。中介分析发现,当把活力作为中介变量时,外向对生命意义感的正向预测不再显著,活力完全中介了两者之间的关系。这意味着具有活力感的人可能拥有更为强烈的生命意义感。这可能是因为活力得分高的人更具生机和能量,并且对生活具有更大的热情,这些特性都和生命意义感的一致性、重要性和目的性相贴近。另外,外向性的人热情喜爱交际,容易和他人发展为亲密关系,拥有较好的人际关系,而人际关系也是影响着生命意义感的重要因素之一。

5. 未来研究方向

本研究探讨了大学生活力在外向性和生命意义感之间的中介作用,并且证明了假设,但是研究仍存在一些局限,比如,样本仅来自于同一个学校,研究结果的外部效度有待进一步提高;另外,虽然活力完全中介了外向对生命意义感的预测,但这并不表明没有其他因素中介两者之间的关系,更多中介因素尚需进一步研究支持。

基金项目

教育部人文社科项目资助,项目号:13YJC190015。

参考文献 (References)

- 李虹(2006). 自我超越生命意义对压力和健康关系的调节作用. *心理学报*, 38, 422-427.
- 李旭(2015). 大学生社会支持与生命意义的关系:乐观的中介和调节作用. *中国特殊教育*, 1, 81-86.
- 刘思斯, 甘怡群(2010). 生命意义感量表中文版在大学生群体中的信效度. *中国心理卫生杂志*, 24(6), 478-482.
- 王孟成, 戴晓阳, 姚树桥(2011). 中国大五人格问卷的初步编制III: 简式版的制定及信效度检验. *中国临床心理学杂志*, 19(4), 454-457.
- 赵广兵(2012). *青海大学生生命意义与大五人格、主观幸福感的关系研究*. 硕士学位论文, 青海师范大学, 西宁.
- Ho, M. Y., Cheung, F. M., & Cheung, S. F. (2010). The Role of Meaning in Life and Optimism in Promoting Wellbeing. *Personality and Individual Differences*, 8, 658-663.
- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L., & Del Gaiso, A. K. (2006). Positive Affect and the Experience of Meaning in Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 179-196. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.90.1.179>

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2008). From Ego Depletion to Vitality: Theory and Findings Concerning the Facilitation of Energy Available to the Self. *Social and Personality Psychology Compass*, 2, 702-717. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00098.x>
- Ryan, R. M., & Frederick, C. M. (1997). On Energy, Personality, and Health: Subjective Vitality as a Dynamic Reflection of Well-Being. *Journal of Personality*, 65, 529-565. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-6494.1997.tb00326.x>
- Steger, M. F. (2009). Meaning in life. In: S. J. Lopez (Ed.), *Encyclopedia of Positive Psychology* (pp. 605-610). New Jersey: Blackwell Publishing.
- Zika, S., & Chamberlain, K. (1992). On the Relation between Meaning in Life and Psychological Well-Being. *British journal of psychology*, 83, 133-145.