

# 大学生外倾性与生活满意度的关系： 情绪和自尊的链式中介作用

刘亚<sup>1</sup>，王振宏<sup>1</sup>，马娟<sup>1,2</sup>，霍静萍<sup>1,\*</sup>

(1.陕西师范大学心理学院,陕西 西安 710062;2.陕西中医学院,陕西 西安 712046)

**【摘要】** 目的:探讨大学生外倾性、积极情绪、消极情绪、自尊和生活满意度之间的关系。方法:采用简式大五人格量表的外倾性分量表、积极和消极情感量表、Rosenberg 自尊量表和生活满意度量表对 348 名大学生进行调查。结果:①相关分析显示,外倾性、积极情绪、自尊和生活满意度两两显著正相关;外倾性、自尊和生活满意度与消极情绪显著负相关。②结构方程模型分析表明,外倾性不仅直接影响个体的生活满意度,而且还通过自尊的中介作用与积极情绪-自尊中介链和消极情绪-自尊中介链的中介作用对生活满意度产生间接效应。结论:外倾性既通过直接路径,也通过自尊的中介作用和情绪-自尊的链式中介作用等间接路径影响个体的生活满意度。

**【关键词】** 外倾性;积极情绪;消极情绪;自尊;生活满意度

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2011)05-0666-03

## Relations Between Extraversion and Satisfaction with Life: Chain Mediating Effect of Affect and Self-Esteem

LIU Ya, WANG Zhen-hong, MA Juan, HUO Jing-ping

School of Psychology, Shanxi Normal University, Xi'an 710062, China

**【Abstract】 Objective:** To explore the relations among extraversion, positive affect, negative affect, self-esteem, and satisfaction with life in college students. **Methods:** 348 college students were investigated with Extraversion Scale of Neo-FFI-R, Positive and Negative Affect Schedule, Rosenberg Self-Esteem Scale, and Satisfaction with Life Scale. **Results:** ① Correlation analysis showed that, extraversion, positive affect, self-esteem and satisfaction with life correlated significantly with each other, while extraversion, self-esteem and satisfaction with life negatively correlated with negative affect. ② Structural equation modeling showed that, extraversion could exert effects on satisfaction with life directly, also through the mediating effect of self-esteem and the chain mediating effects of positive affect-self-esteem and negative affect-self-esteem. **Conclusion:** Extraversion could affect satisfaction with life, not only through the direct path, but also through the indirect path of mediation of self-esteem and mediational chains of affect and self-esteem.

**【Key words】** Extraversion; Positive affect; Negative affect; Self-esteem; Satisfaction with life

外倾性作为一种重要的人格特质,预示着个体更加外向、乐群、积极、乐观、好交际、爱冒险、热情和活跃等<sup>[1]</sup>。正是由于外倾性的这些积极品质,使得外倾个体有着更高的生活满意度<sup>[2]</sup>。但以往研究主要集中于外倾性对生活满意度的直接预测作用上,而对外倾性影响生活满意度的中介机制探讨的较少。

以往大量研究表明,外倾性与积极情绪关系密切<sup>[3]</sup>,外倾个体有着更多的积极情绪体验<sup>[3-5]</sup>。同时,相关研究也发现了外倾性与消极情绪的负相关性,但相关程度略低于外倾性与积极情绪的相关<sup>[6]</sup>。积极情绪体验是幸福生活的重要成分,对个体的适应和成长具有广泛的功能与意义。Fredrickson 提出的

积极情绪的扩展-建设理论认为,积极情绪能扩展个体的瞬间思维和活动序列,能促使个体产生新颖且广泛的思想与行动;这些新颖经验的累积能转化成重要的个人资源<sup>[7]</sup>。这些个人资源涉及个体对自己和他人的喜爱态度以及个体对自己生活的胜任感。胜任感和对自己的积极态度是自尊的重要成分<sup>[8]</sup>。因此,积极情绪能增进个体的自尊水平。相关实证研究证实了这一结论<sup>[6,9]</sup>,这些研究也发现了消极情绪对自尊的负面影响。同时,也有研究指出,个体的自尊水平能较好地预测其情绪体验<sup>[10]</sup>。因此,在情绪与自尊之间可能存在双向作用关系,表现为随着时间的推移,情绪体验影响随后的自尊水平,自尊水平又会进而影响随后的情绪体验。

关于人格特质与自尊的关系也得到了大量研究的支持<sup>[9]</sup>。外倾性与自尊存在中等程度的正相关,外倾个体的自尊水平一般也较高。外倾性与自尊的这

**【基金项目】** 教育部人文社科规划项目(08JAXLX011);国家自然科学基金项目(30970912);陕西师范大学研究生培养创新基金(2011CXSO20)资助

通讯作者:王振宏

\* 陇东学院

种关系在青少年、成人乃至跨文化样本中具有一致性<sup>[11]</sup>。近来,相关研究进一步探讨了外倾性影响自尊的内部机制。研究发现,积极、消极情绪在外倾性与自尊之间的关系中起中介作用<sup>[6]</sup>。也就是说外倾个体有着更多的积极情绪体验和较少的消极情绪体验,这种良好的情绪状态能提高个体的自尊水平。

自尊作为一种基本的心理需要和心理资源,能够给个体提供帮助其缓冲焦虑的弹性空间,有助于人们的自我决定,能使人获得更多的社会支持<sup>[12]</sup>。自尊的这些功能为个体的幸福生活提供了可能。大量研究均证实了自尊与生活满意度和主观幸福感的密切关系<sup>[13,14]</sup>。高自尊预示着更高的生活满意度和主观幸福感,而低自尊则与压抑、焦虑、抑郁、学校生活和社会关系不适应相联系,具有较低的生活满意度和主观幸福感。

主观幸福感由情感和认知两种基本成分构成。其中,情感成分包括积极情感和消极情感,认知成分则是指生活满意度<sup>[13]</sup>。近来,许多研究发现情感体验影响个体的生活满意度,积极情绪能增强个体的生活满意度,消极情绪则降低生活满意度<sup>[15,16]</sup>。Fredrickson 等人发现积极情绪通过建设个人资源增加个体的生活满意度,而生活满意度则不能反过来影响个体的情绪体验<sup>[7,17]</sup>。

基于上述理论分析和以往的研究结果,有理由相信:情绪和自尊在外倾性与生活满意度之间的关系中起链式中介作用。所谓链式中介作用是指多个中介变量表现出序列性特征,形成中介链,预测变量通过中介链对结果变量产生间接效应<sup>[18]</sup>。为深入探讨情绪和自尊在外倾性与生活满意度之间的中介作用,本研究假设了一个单向作用模型,即外倾性→情绪→自尊→生活满意度链式中介作用模型。同时,本研究也考虑了模型中其他所有可能的路径关系。

1 对象与方法

1.1 对象

从某大学选取 362 名大学生作为被试,剔除漏答或规律性作答的被试 14 人,剩余有效被试 348 人。包括男生 130 人,女生 218 人。其中大一物理专业 57 人,历史专业 44 人;大二心理学专业 35 人,教育技术专业 42 人;大三汉语言专业 56 人,舞蹈专业 24 人,美术专业 31 人;大四电子信息专业 59 人。被试年龄 17-24 岁,平均年龄 20.33±1.22 岁。

1.2 工具

1.2.1 简式大五人格量表—外倾性分量表<sup>[19]</sup> 采用

张建新等修订的简式大五人格量表外倾性维度的 12 个条目评定个体的外倾程度。

1.2.2 积极和消极情感量表 采用 Watson 等编制的积极和消极情感量表测量个体的积极、消极情绪<sup>[20]</sup>。

1.2.3 Rosenberg 自尊量表 采用 Rosenberg 编制的自尊量表评估个体的自尊水平<sup>[21]</sup>。

1.2.4 生活满意度量表 采用 Diener 等人编订的生活满意度量表评定个体对自己生活的满意程度<sup>[21]</sup>。

1.3 数据收集与处理

采用集体施测,主试由研究者本人和两名心理学研究生担任,施测前对指导语进行了统一。全部数据采用 SPSS16.0 和 Lisrel8.70 进行整理和分析。

2 结 果

2.1 外倾性、情绪、自尊和生活满意度的相关

对外倾性、积极情绪、消极情绪、自尊和生活满意度进行描述性统计和 Pearson 相关分析,结果见表 1。

表 1 外倾性、积极情绪、消极情绪、自尊与生活满意度的相关矩阵(n=348)

	$\bar{x}$	$s$	1	2	3	4
1.外倾性	40.91	6.62				
2.积极情绪	29.15	5.85	0.38***			
3.消极情绪	19.72	5.55	-0.30***	-0.13*		
4.自尊	28.70	3.88	0.47***	0.47***	-0.45***	
5.生活满意度	18.19	5.95	0.34***	0.26***	-0.24***	0.37***

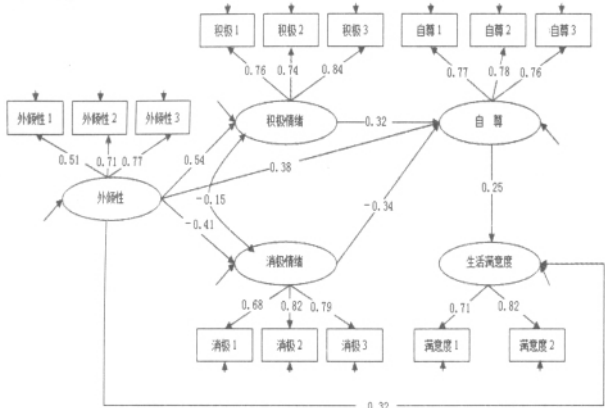
注: \* $P<0.05$ , \*\* $P<0.01$ , \*\*\* $P<0.001$

2.2 积极、消极情绪和自尊对外倾性与生活满意度之间关系的链式中介作用

考虑到外倾性、积极情绪、消极情绪、自尊和生活满意度量表所含题目数较多,因此,在建构模型之前,对外倾性、积极情绪、消极情绪、自尊和生活满意度量表的项目进行打包处理(Parceling),即分别将外倾性量表的前四个项目、中间四个项目和后四个项目;将积极、消极情绪分量表和自尊量表的前三个项目、中间三个项目和后四个项目打成 3 个包;将生活满意度量表前两个项目和后三个项目打成 2 个包;分别作为外倾性、积极情绪、消极情绪、自尊和生活满意度的测量指标。以假设模型为基础,将外倾性作为预测变量,生活满意度作为结果变量,以积极、消极情绪和自尊为中介变量进行路径分析,得到的全模型拟合指标为  $\chi^2=154.84$ ,  $df=67$ ,  $RMSEA=0.059$ ,  $NFI=0.95$ ,  $NNFI=0.96$ ,  $CFI=0.97$ ,  $IFI=0.97$ ,  $GFI=0.94$ ,  $AGFI=0.91$ 。但是进一步考察发现有些路径系数不显著,按标准化路径系数“由小到大”的顺序逐一剔除

不显著的路径 (积极情绪→生活满意度,  $\beta=0.05, t=0.57, P>0.05$ ; 消极情绪→生活满意度,  $\beta=-0.07, t=-0.86, P>0.05$ )后, 所得最终模型如图 1。

从该模型可以看出, 外倾性不仅对生活满意度有直接效应, 而且还通过自尊的中介作用与积极情绪-自尊和消极情绪-自尊两条中介链的中介作用对生活满意度产生间接效应。外倾性作用于生活满意度的路径及效应分解见表 2。



$\chi^2=155.65, df=69, RMSEA=0.058, NFI=0.95, NNFI=0.97, CFI=0.97, IFI=0.97, GFI=0.94, AGFI=0.91$

图 1 积极情绪、消极情绪和自尊链式中介  
外倾性与生活满意度之间关系的路径图

表 2 外倾性作用于生活满意度的路径及效应分解

路径关系	效应值	效应所占比例
外倾性→生活满意度	0.32	64.91%
外倾性→自尊→生活满意度	$0.38 \times 0.25 = 0.095$	19.27%
外倾性→积极情绪→自尊→生活满意度	$0.54 \times 0.32 \times 0.25 = 0.043$	8.72%
外倾性→消极情绪→自尊→生活满意度	$-0.41 \times (-0.34) \times 0.25 = 0.034$	7.10%
$\Sigma$	0.493	100%

3 讨 论

本研究发现, 外倾性预示着更多的积极情绪体验、更高的自尊水平和生活满意度以及较少的消极情绪体验。这与以往的大量相关研究是一致的<sup>[2,4,6,22]</sup>。外倾性的奖赏敏感性模型认为, 外倾个体之所以能体验到更多的积极情绪, 是因为外倾个体有更强的诱因动机系统-行为趋近系统<sup>[22]</sup>。行为趋近系统对奖赏、非惩罚性刺激更敏感, 一旦激活就产生趋近行为, 并体验到更多的积极情绪。相关研究证实了奖赏敏感性是外倾性的核心特征<sup>[22]</sup>。高外倾个体不仅对奖赏性信息更加敏感, 而且还通过情绪调节方式影响情绪体验。黄敏儿和郭德俊的研究发现, 高外倾者对可能引起积极情绪的情境更加重视, 对积极情绪较多宣泄、较少抑制; 而且高外倾者较少重视可能引起消极情绪的情境<sup>[5]</sup>。因而, 高外倾者有较大可能

增强积极情绪, 减弱消极情绪。

本研究发现, 外倾性通过积极、消极情绪对自尊产生间接影响。这与 Swickert 等人的研究结果是一致的。Swickert 等人发现积极、消极情绪在外倾性与自尊之间的关系中起中介作用<sup>[6]</sup>。这可能是由于, 外倾个体有较高水平的积极情绪和较低水平的消极情绪, 这种良好的情绪体验能转化为高水平的自尊<sup>[6-8]</sup>。

本研究还发现, 积极、消极情绪通过自尊对生活满意度产生间接影响, 并且自尊在这一关系中起完全中介作用。这意味着积极、消极情绪并不直接对生活满意度产生影响, 而是通过自尊等第三变量的中介作用对生活满意度产生间接影响。这一结果与 Fredrickson 等人<sup>[7]</sup>和 Cohn 等人<sup>[17]</sup>的结果是一致的。Fredrickson 等人认为积极情绪对生活满意度的影响是以个人资源为中介的<sup>[7,17]</sup>。积极情绪能帮助个体积极思维, 发现个人的价值和生活的意义; 能帮助个体有效地应对压力, 缓解消极情绪体验; 能帮助个体正确归因, 正确地对待挫折和逆境; 能帮助个体设置生活目标, 对未来更加乐观; 也能帮助个体建立高质量的人际关系, 形成良好的社会支持网络; 甚至能有利于个体的身体健康。所有这些资源对个体的幸福生活来讲是必须的。自尊作为一种重要的个人资源, 能帮助个体缓冲焦虑, 有助于个体的自我决定。自尊高的个体有较好的应激方式, 而且能获得更多的社会支持<sup>[14]</sup>。因此, 高自尊个体有着更高的生活满意度。

参 考 文 献

- 1 McCrae RR, Costa PT. Personality trait structure as a human universal. American Psychologist, 1997, 52: 509-516
- 2 Schimmack U, Oishi S, Furr RM, et al. Personality and life satisfaction: A facet-level analysis. Personality and Social Psychology Bulletin, 2004, 30: 1062-1075
- 3 何媛媛, 袁加锦, 伍泽莲, 等. 外倾性和正性情绪关系的研究述评. 心理科学进展, 2008, 16: 887-891
- 4 Larsen RJ. Toward a science of mood regulation. Psychological Inquiry, 2000, 11: 129-141
- 5 黄敏儿, 郭德俊. 外倾和神经质对情绪的影响. 心理科学, 2003, 26: 1047-1051
- 6 Swickert R, Hittner J B, Kitos N, et al. Direct or indirect, that is the question: A reevaluation of extraversion's influence on self-esteem. Personality and Individual Differences, 2004, 36: 207-217
- 7 Fredrickson BL, Cohn MA, Coffey KA, et al. Open hearts build lives: Positive emotions, induced through loving-kindness meditation, build consequential personal resources. Journal of Personality and Social Psychology, 2008, 95: 1045-1062



有极其显著的相关,这提示我们应该对三者之间的关系进行进一步探讨和考察。

以往对普通大学生群体的研究认为一般自我效能感对心理健康的影响主要是通过应对方式间接实现的,而且积极应对与消极应对均对一般自我效能感与心理健康起到了中介作用<sup>[10]</sup>,但本研究发现,只有积极应对方式在一般自我效能感与心理健康之间起部分中介作用。这一结果提示我们,对来自地震灾区大学新生的心理健康教育工作应与普通大学生有所不同,应更加重视其一般自我效能感的提高及积极应对方式的行为训练,从而提高其心理健康水平。

#### 参 考 文 献

- 1 范方,柳武妹,郑裕鸿,崔苗苗.震后6个月都江堰地区青少年心理问题及影响因素.中国临床心理学杂志,2010,18(1):56-59
- 2 骆宏.心理咨询效果评估量表中文版的信度和效度.中国心理卫生杂志,2008,23(2):105-107

(上接第668页)

- 8 Mruk CJ. Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem. New York: Springer Publishing Company, Inc, 2006. 10-22
- 9 Erdle S, Rushton JP. The general factor of personality, BIS-BAS, expectancies of reward and punishment, self-esteem, and positive and negative affect. Personality and Individual Differences, 2010, 4: 762-766
- 10 Bosson JK, Swann WB, PenneBaker JW. Stalking the perfect measure of implicit self-esteem: The blind men and the elephant revisited? Journal of Personality and Social Psychology, 2000, 79: 631-643
- 11 Pullmann H, Allik, J. The Rosenberg self-esteem scale: Its dimensionality, stability and personality correlates in Estonian. Personality and Individual Differences, 2000, 28: 701-715
- 12 Pyszczynski T, Greenberg J, Solomon S, et al. Converging toward an integrated theory of self-esteem: Reply to Crocker and Nuer, Ryan and Deci, and Leary. Psychological Bulletin, 2004, 130: 483-488
- 13 江雪华,申荷永.积极心理学在心理评估与干预中的运用.中国临床心理学杂志,2007,15(1):99-101
- 14 耿晓伟,郑全全.自尊对主观幸福感预测的内隐社会认知研究.中国临床心理学杂志,2008,16(2):243-246

- 3 涂艳苹,施俊琦.自我效能感对神经质——考试焦虑的调节作用.中国临床心理学杂志,2008,16(3):280-282
- 4 王淑燕.主观幸福感测评研究述评.社会心理科学,2004,19(5):45-48
- 5 赵锡铭,张秋月.中师生心理健康与应对方式的相关研究.中国临床心理学杂志,2004,12(3):258-259
- 6 莫书亮,沈蔡嫫,周宗奎.大学生主观幸福感与心理控制源和应对方式的关系.中国临床心理学杂志,2009,17(3):292-294
- 7 王才康,胡中锋,刘勇.一般自我效能感量表的信度和效度研究.应用心理学,2007,7(1):37-40
- 8 汪向东,王希林,马弘,主编.心理卫生评定量表手册.北京:中国心理卫生杂志社,1999. 109-115
- 9 张作记主编.行为医学量表手册.济宁:中国行为医学科学杂志社,2001. 118-121
- 10 卢洪明,傅纳,等.贫困大学生一般自我效能感、应对方式和心理健康的关系.中国心理卫生杂志,2008,22(7):495-496

(收稿日期:2011-04-06)

- 15 Chang EC, Sanna LJ. Optimism, pessimism, and positive and negative affectivity in middle-aged adults: A test of cognitive-affective model of psychological adjustment. Psychology and Aging, 2001, 16: 524-531
- 16 Chang EC, Sanna LJ, Yang K. Optimism, pessimism, affectivity, and psychological adjustment in US and Korea: A test of a mediation model. Personality and Individual Differences, 2003, 34: 1195-1208
- 17 Cohn MA, Fredrickson BL, Brown SL, et al. Happiness unpacked: Positive emotions increase life satisfaction by building resilience. Emotion, 2009, 9: 361-368
- 18 柳士顺,凌文铨.多重中介模型及其应用.心理科学,2009,32:433-435
- 19 姚若松,梁乐瑶.大五人格量表简化版(NEO-FFI)在大学生人群的应用分析.中国临床心理学杂志,2010,18(4):457-459
- 20 黄丽,杨廷忠,季忠民.正性负性情绪量表的中国人适用性研究.中国心理卫生杂志,2003,17:54-56
- 21 任俊著.积极心理学.上海:上海教育出版社,2006. 239-240,132-136
- 22 Corr PJ. The reinforcement sensitivity theory of personality. New York: Cambridge University Press, 2008. 155-187

(收稿日期:2011-04-18)