

大学生身体自我与自我价值感的关系

魏俊彪, 胡春博

(河南师范大学教育科学学院, 河南 新乡 453007)

【摘要】 目的: 探讨大学生身体自我与自我价值感的关系, 进而分析大学生身体自我对自我价值感的影响。方法: 用身体自我量表和自我价值感量表作为测量工具对 1173 名大学生调查。结果: 大学生的身体自我总体上比较满意 (5.11 ± 1.26), 男生对自己身体的满意程度显著高于女生; 大学生的身体自我与其自我价值感有显著的正相关, 其中, 相貌特征与自我价值感的关系最紧密; 高、低自我价值感的大学生身体自我满意度有极显著差异。结论: 大学生的身体自我与自我价值感有显著正相关, 提高大学生的身体自我认知, 有利于大学生自我价值感的提高。

【关键词】 身体自我; 大学生; 自我价值感

中图分类号: R395.6 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2008)04-0403-03

Relation Between Physical Self and Self-worth of University Students

WEI Jun-biao, HU Chun-bo

Department of Educational Sciences, Henan Normal University, Xinxiang 453007, China

【Abstract】 Objective: To analyze the relation of physical self with self-worth of university students. Methods: 1173 college students were measured by the Adolescence Physical Self Scale and Self-worth Scale. Results: On the whole university students were generally satisfied of their bodies (5.11 ± 1.26), but there were significant difference between male and female university students in physical self, the male students had more satisfaction of physical self than female. There were significant positive correlations between physical self and self-worth, especially, the relation between appearance and self-worth was the closest; there were significant differences between higher self-worth students and lower self-worth students. Conclusion: There are significant positive correlations between physical self and self-worth, and improving college students' physical self-cognition was beneficial to college students' self-worth.

【Key words】 Physical self; University students; Self-worth

身体自我是自我概念中最早萌发的部分, 是自我结构的重要物质基础。人体的物质属性都是透过身体自我整合到整体的自我观念中, 同时, 这种看法还具有评价性, 它以社会为参照, 对人的自尊、自信、自我效能都会产生持久的影响^[1]。国外研究证实身体自我与自我价值感有明显的相关^[2], 并寻找有效的方法来预测身体自我的哪些因素将会影响自我价值感, 以及如何提高自我价值感^[3,4]。国内陈红、黄希庭^[5]等对成渝两地中学生身体自我满意度与自我价值感的相关进行了探讨。本研究尝试探索中原地区特定年龄阶段的学生身体自我的各因子对自我价值感的影响, 并进一步研究大学生身体自我的特点。

1 对象与方法

以黄希庭等编制的青少年身体自我量表^[6]、自我价值感量表^[7]为测量工具, 对河南省四所高校 1173 名大学生进行问卷调查。青少年身体自我量表共 33

个题项, 采用 7 点量表记分, 1 表示“很不满意”, 7 表示“很满意”。包括一般相貌特征、运动特征、身材特征、性特征、负面特征五个下属维度。青少年自我价值感量表是由二个维度(社会取向和个人取向)、三个层次(总体、一般和特殊)构成, 目前已经建立了常模^[8,9]。所得数据运用 SPSS11.5 进行统计处理。

2 结果

2.1 大学生身体自我的特点

从总体上看大学生对自己的身体基本上是满意的 (5.11 ± 1.26)。大学生在身体自我的五个维度中, 最满意的是相貌特征 (5.04 ± 1.15), 最不满意的是负面特征 (4.36 ± 1.74)。排列第二、第三和第四的分别是性特征 (4.94 ± 1.34)、运动特征 (4.47 ± 1.32) 和身材特征 (4.38 ± 1.50)。各维度配对样本 t 检验结果表明, 除身材特征与负面特征差异不显著外, 其它维度间差异都具有统计学显著性。

在身体自我的五个纬度上, 男生对自己的身体满意度都显著 ($P < 0.01$) 高于女生对自己的身体满意度。见表 1。

【基金项目】 教育部人文社科重大课题 (05JD0074N1); 河南师范大学青少年问题研究中心研究项目; 河南省教育科学规划项目 (2007-JKGAZ-053)

通讯作者: 魏俊彪

表 1 大学生身体自我的性别差异($\bar{x}\pm s$)

	男	女	<i>t</i>	<i>P</i>
相貌特征	5.23 ± 1.19	4.90 ± 1.10	4.893	0.000
运动特征	4.69 ± 1.34	4.30 ± 1.28	5.034	0.000
身材特征	4.81 ± 1.38	4.06 ± 1.51	8.850	0.000
性特征	5.18 ± 1.32	4.77 ± 1.33	5.234	0.000
负面特征	4.62 ± 1.70	4.18 ± 1.75	4.321	0.000
总体评价	5.29 ± 1.29	4.98 ± 1.22	4.175	0.000

2.2 大学生身体自我与自我价值感的相关分析

除负面特征与社会取向一般价值感的相关不显著外,大学生身体自我的五个维度与自我价值感的三个维度(总体、一般、特殊)以及两种取向(个人和社会)显著相关($P < 0.01$)。见表 2。

表 2 大学生身体自我与自我价值感的相关(*r*)

	相貌特征	运动特征	身材特征	性特征	负面特征
SW 总体	0.361**	0.222**	0.208**	0.327**	0.109**
SWGS 社会一般	0.169**	0.076**	0.088**	0.146**	0.016
SWG 个人一般	0.364**	0.305**	0.274**	0.357**	0.185**
SWTI 个人特殊	0.385**	0.299**	0.236**	0.379**	0.134**
SWTS 社会特殊	0.395**	0.350**	0.302**	0.359**	0.185**

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, 下同。

2.3 身体自我在高低自我价值感上的均值比较

按自我价值感的总分从高到低排序,分别以总人数的 27% 作为高、低自我价值感的分组标准,然后比较两组在身体自我上得分的差异。见表 3。

从表 3 可以看出,自我价值感高分组大学生在身体自我的五个维度均高于自我价值感低分组的大学生,各维度间均差异显著($P < 0.01$)。

表 3 高、低自我价值感大学生身体自我上的比较

	高自我价值感($n=326$)	低自我价值感($n=328$)	<i>t</i>	<i>P</i>
相貌特征	5.63 ± 0.85	4.48 ± 1.31	13.202	0.000
运动特征	4.98 ± 1.15	4.00 ± 1.48	9.444	0.000
身材特征	4.95 ± 1.41	3.96 ± 1.58	8.530	0.000
性特征	5.56 ± 1.03	4.30 ± 1.55	12.231	0.000
负面特征	4.61 ± 1.79	3.93 ± 1.77	4.877	0.000

表 4 身体自我对自我价值感的多元回归分析 $\beta(P)$

	相貌特征	运动特征	性特征	负面特征
总体	0.275**		0.164**	-0.067*
个人一般	0.199**	0.082*	0.169**	
社会一般	0.194**			-0.062*
个人特殊	0.250**		0.230**	-0.059*
社会特殊	0.236**	0.143**	0.108**	

表 5 男女身体自我对自我价值感总分的多元回归分析

	选出的变量顺序	R	R ²	校正 R ²	β	<i>P</i>
男	性特征	0.416	0.173	0.173	0.259	0.000
	相貌特征	0.444	0.197	0.024	0.222	0.000
女	相貌特征	0.443	0.196	0.196	0.297	0.000
	性特征	0.461	0.213	0.017	0.140	0.004
	运动特征	0.466	0.218	0.005	0.092	0.039

2.4 身体自我对自我价值感的回归分析

运用逐步回归的方法发现,相貌特征对自我价值感各个维度都具有显著的回归效应,运动特征对个人取向的一般自我价值感和社会取向的特殊自我价值感有显著的回归效应,性特征对总体自我价值感、个人取向的一般和特殊、社会取向的特殊自我价值感有显著的回归效应,负面特征对总体自我价值感、社会取向的一般自我价值感和个人取向的特殊自我价值感有显著的回归效应,但身材特征并没有进入自我价值感的回归方程中。见表 4。

以自我价值感总分作为因变量,以身体自我的 5 个维度为自变量,分性别进行多元回归分析,结果见表 5。可以看出,男生的两个因子的联合解释量为 19.7%,性特征是最重要的预测变量;女生进入回归方程的三个因子的总解释量为 21.8%,最重要的预测变量是相貌特征(19.6%)。

3 讨 论

调查结果表明,总体上大学生对自己的身体基本上是满意的,这与以往的结论是一致的^[5,6]。但大学生的身体自我性别差异非常显著,女性对身体的不满意度明显高于男性,这与杜晓红等人的结果^[10]一致,但与黄希庭^[6]等人研究结论不同,笔者认为有可能是他们的样本年龄跨度太大,从初一到大四,纵向上加以整合,整体上就显示不出性别差异了。本研究中国男生对自己的身体更满意,造成这种差异的原因可能是男女性别的社会定势引起的,是社会标准内化的结果。现代社会文化、媒体和舆论对女性的身体的信息、期望和要求比男生更甚,女生也更多地倾向于与他人进行比较,从而更消极地评价自己。

本研究发现,大学生的身体自我与其自我价值感之间有显著的相关。身体自我的相貌特征与自我价值感的关系最紧密,说明大学生对相貌的强调和看重比较明显。这与当前主流文化是一致的,由于受到社会评价与社会比较的影响,特别是女性对自身外表的身体自尊成为了其全部价值感的重要来源^[11,12]。这一结论支持了 Harten 的研究^[4]: 从一生来看,身体相貌与自我价值感的关系最紧密。

以身体自我的各个分量表作为自变量,自我价值感各个分量表作为因变量进行回归分析,以期对自我价值感进行预测。结果表明:相貌特征、运动特征、性特征和负面特征构成显著的回归效应,其中,相貌特征对自我价值感预测力最佳。这些结果表明,大学生身体自我对其自我价值感有着重要的影响。

同时发现,女性的身体自我对自我价值感的贡献大于男性,女性更容易受身体自我水平的影响。

高-低自我价值感的大学生在身体自我的各维度上有显著差异,自我价值感高的学生其身体自我满意度也高,自我价值感差的学生其身体自我满意度也低。Fox等人提出的身体自我和自我价值感层次模型^[1]得以验证。个体对于自身身体的看法是自我价值感的重要来源,个体身体自我的改变能影响其整体的心理构建。因此,许多个体通过一些不健康的、甚至昂贵的方式让自己看起来更有吸引力。然而,通过教育的、与健康有关的方式进行“心理美容”,提高身体的自我知觉,以增加自我价值感,才是人格教育的重要内容。

参 考 文 献

- 1 曾向,黄希庭. 国外关于身体自我的研究. 心理学动态, 2001, 9(1): 41-46
- 2 Hayes SD, Crocker PRE, Kowalski KC. Gender differences in physical self-perceptions global self-esteem and physical activity: Evaluation of the physical self-perception profile model. *Journal of Sport Behavior*, 1998, 22(1): 1-14
- 3 Sherwood NE, Neumark-Stainer D. Internalization of the sociocultural ideal: Weight related attitudes and dieting behaviors among young adolescent girls. *American Journal of Health Promotion*, 2001, 15(4): 228-23
- 4 Harter S. Cause, correlates, and the functional role of global self-worth: A life span perspective. In: *Competence considered*. RJ Sternberg and J Kolligian Jr, NewHaven, CT: Yale University Press, 1990. 67-97
- 5 陈红,黄希庭,郭成. 中学生身体自我满意度与自我价值感的相关研究. *心理科学*, 2004, 27(4): 817-820
- 6 黄希庭,陈红,符明秋. 青少年身体自我的初步研究. *心理科学*, 2002, 25(3): 260-264
- 7 黄希庭,杨雄. 青少年学生自我价值感量表的编制. *心理科学*, 1998, 21(4): 289-292
- 8 黄希庭,余华. 青少年自我价值感表构念效度的验证性因素分析. *心理学报*, 2002, 34(5): 511-516
- 9 黄希庭,凤四海,王卫红. 青少年学生自我价值感全国常模的制定. *心理科学*, 2003, 26(21): 194-198
- 10 杜晓红,唐东辉,陈永发. 当代大学生的身体自我特点. *体育学刊*, 2005, 12(6): 99-102
- 11 汤炯,邓云龙,常宪鲁,等. 大学生性别、身高和体重指数与身体自我满意度的关系. *中国临床心理学杂志*, 2006, 14(5): 537-541
- 12 雷霆,王建平,张亮. 北京女大学生瘦身倾向的影响因素. *中国心理卫生杂志*, 2005, 19(3): 152-155
- (收稿日期:2007-11-28)
- (上接第408页)
- 20 White JK, Hendrick SS, Hendrick C. Big five personality variables and relationship constructs. *Personality and Individual Differences*, 2004, 37: 1519-1530
- 21 Robins RW, Caspi A, Moffitt TE. It's not just who you're with, it's who you are: Personality and relationship experiences across multiple relationships. *Journal of Personality*, 2002, 70(6): 925-964
- 22 Murray SL, Holmes JG, Griffin DW. The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, 70: 79-98
- 23 Karney BR, Bradbury TN. Neuroticism, marital interaction, and the trajectory of marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1997, 72(5): 1075-1092
- 24 Bouchard G, Arseneault J-E. Length of union as a moderator of the relationship between personality and dyadic adjustment. *Personality and Individual Differences*, 2005, 39: 1407-1417
- 25 Gaunt R. Couple similarity and marital satisfaction: Are similar spouses happier? *Journal of Personality*, 2006, 74(5): 1401-1420
- 26 Caughlin JP, Huston TL, Houts RM. How does personality matter in marriage? An examination of trait anxiety, interpersonal negativity, and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2000, 78(2): 326-336
- 27 邹韶红,张亚林. 夫妻暴力及其心理社会高危因素. *中国临床心理学杂志*, 2007, 15(3): 300-303
- 28 Buss DM. Conflict in married couples: personality predictors of anger and upset. *Journal of Personality*, 1991, 59(4): 663-703
- 29 Schneewind KA, Gerhard A. Relationship personality, conflict resolution, and marital satisfaction in the first 5 years of marriage. *Family Relations*, 2002, 51(1): 63-71
- 30 Kelly EL, Conley JJ. Personality and compatibility: A prospective analysis of marital stability and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1987, 52(1): 27-40
- 31 Gonzaga GC, Campos B, Bradbury T. Similarity, convergence, and relationship satisfaction in dating and married couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2007, 93(1): 34-48
- (收稿日期:2008-01-29)