

大学生心理素质之个性品质与 心理健康的关系研究

——基于心理健康双因素模型的视角

王鑫强¹, 苏志强²

(1. 江西师范大学 心理学院暨江西省心理与认知科学重点实验室, 江西 南昌 330022;

2. 西南大学 心理学部、心理健康教育研究中心, 重庆市 400715)

摘 要: 基于心理健康双因素模型的视角, 以 399 名大学生为被试, 考察心理素质之个性品质与心理健康消极指标 CHQ-12、心理健康积极指标生活满意度的关系。结果表明: (1) 心理素质之个性品质的情绪特征及其因子情绪调控、意志特征及其因子独立性、自我特征及其因子自我统合和自信心均分别与 CHQ-12、生活满意度呈显著的负相关和正相关; (2) 心理素质之个性品质的乐观倾向与生活满意度呈显著的正相关; (3) 动力特征及其因子进取心高中低不同分组水平下的生活满意度得分差异显著, 呈现倒“U”型曲线趋势; (4) 心理素质之个性品质与生活满意度的相关系数均大于与 CHQ-12 的相关系数, 心理素质的发展功能相比治疗功能更为突出。

关键词: 大学生; 心理素质; 个性品质; 心理健康; 生活满意度

中图分类号: B844.2, G444 **文献标识码:** A **文章编号:** 1673-9841(2015)06-0110-05

一、引 言

20 世纪 90 年代, 教育心理学工作者在素质教育的背景下开启了学生心理素质研究^[1]。最近, 美国学者主编的国际权威工具书《学校积极心理学手册(第二版)》的“积极心理学在中国学校的运用”一章对我国心理素质研究做了专门介绍, 认为它是中国素质教育背景下具有本土特色的积极心理学研究^[2]。心理素质的学术价值得到了国外学者的关注。心理素质作为一种后天习得的心理品质, 受教育的影响甚大, 它与属于心理状态的心理健康有着本质的区别, 是心理健康的内源性要素^[3]。在心理素质研究的早期, 学者们常将个性品质等同于心理素质, 后来心理素质的内涵不断丰富, 但个性品质仍是心理素质结构中稳定不变的核心成分, 例如当前各种大中小学生心理素质问卷就包含了个性品质分问卷^[4-6]。根据心理素质与心理健康关系模型理论^[7-9], 心理素质之个性品质的高低和心理健康有着直接的联系。

随着积极心理学兴起, 心理健康双因素模型(Dual-factor Model of Mental Health, DFM)认为

收稿日期: 2015-07-16

作者简介: 王鑫强, 心理学博士, 江西师范大学心理学院, 讲师。

基金项目: 江西省青年科学基金项目“基于积极预防的青少年核心心理健康素质测评及应用研究”(20151BAB215033), 项目负责人: 王鑫强; 江西省社会科学研究“十二五”规划项目“影视作品在大学生心理健康教育课程资源中的开发及应用研究”(14JY13), 项目负责人: 王鑫强; 江西省博士后研究人员科研项目择优资助项目“青少年心理健康双因素模型监测与干预体系的理论与实证研究”(2014KY52), 项目负责人: 王鑫强。

心理健康不仅仅是心理疾病的缺失,也不仅仅是积极心理健康状态的获得,而应是积极和消极心理健康双方面的同时存在,主张要从心理健康的消极指标和积极指标这两个方面来全面考察和理解个体的心理健康^[10-12]。其中,心理健康的消极指标主要是指内化心理问题和外化心理问题等精神病理学指标。12项一般健康问卷(12 item-General Health Questionnaire, GHQ-12)是精神疾病流行病学调查和筛选心理障碍的最常用的心理健康问题测量工具之一^[13-14],可作为心理健康消极指标的典型代表。心理健康的积极指标包括主观幸福感、生命意义感等积极心理状态,其中主观幸福感尤其被各研究者所推崇^[10]。已有研究表明生活满意度作为主观幸福感的重要成分,最能稳定地反映中国人的幸福感^[15],可作为心理健康积极指标的典型代表。

目前,国内外的许多研究者考察了个性因素和心理健康之间的关系,他们一方面关注个性因素和心理健康积极指标的关系,研究结果多表明特定的人格因素对个体的主观幸福感等心理健康的积极指标有着显著影响^[16];另一方面关注个性因素和心理健康消极指标之间的关系,所得结果也多表明人格特质和个体的抑郁、焦虑和问题行为等心理健康消极指标有着显著的相关^[17]。但现有研究也存在以下三方面的问题:一是,国内对于个性因素的考察,所采用的测量工具多为艾森克人格问卷或大五人格因素量表,而这些量表作为西方文化的产物,在其他文化中的应用取决于该文化与西方文化的相似性^[18],因而在考察个性因素和心理健康的关系时,采用在西方文化背景下所编制的量表来考察中国人的个性品质,并不能真正反映两者之间的关系,而且,心理素质之个性品质相对于大五人格等因素具有相对更多的后天习得性,其研究结果对于教育培养工作的价值更大^[9];二是,现有研究大多较为笼统地探讨个性因素和积极或消极心理健康单方面的关系,但心理健康双因素模型认为对积极和消极心理健康双方面的同时考察才能全面理解个体的心理健康^[11],而且个性因素对两者的影响可能并不完全相同;第三,现有研究对于个性因素与大学生积极和消极心理健康的考察,多局限于两者之间的线性关系,而忽视了某些个性因素与积极或消极心理健康之间可能存在的非线性关系。此外,心理素质与心理健康关系模型理论认为心理素质是心理健康的内源性因素,它与心理健康存在品质与状态、标与本的关系^[7-9];中医体质学也认为心理素质作为体质的重要组成部分,影响“证”的形成,制约“证”的转变和转归,具有后天的可调性^[9]。那么,不同的心理素质之个性品质水平的积极或消极心理健康状态应该也存在显著差异,不过目前关于该理论假设的实证研究甚少。

根据教育部颁布的几个心理健康教育指导纲要的文件精神,培养学生的心理素质是当前各级各类学校心理健康教育工作的落脚点。本研究针对过往研究所存在的问题,以素质教育和心理学研究本土化为背景,基于心理健康双因素模型的视角,应用王滔和张大均所编制的大学生心理素质量表中的个性品质分量表测量个体心理素质之个性品质,全面考察作为心理健康内源性因素的心理素质之个性品质对于消极心理健康方面(心理问题症状)和积极心理健康方面(生活满意度)的作用机制,并揭示心理素质与心理健康的积极和消极方面在关系上存在的共性与区别,以期探索核心心理素质结构、编制简明大学生核心心理素质量表、构建基于心理素质的心理健康监测体系以及有针对性的大学生心理健康教育等提供实证依据。

二、对象与方法

(一)调查对象

随机选取湖北某高校大学生 399 人,其中男生 102 人,女生 297 人;文科生 196 人,理科生 203 人;大一学生 199 人,大二学生 200 人;城镇来源学生 157 人,农村来源学生 242 人。

(二)方法

1. 大学生心理素质量表个性品质分量表

该量表由王滔和张大均等人编制,采用从 1“非常不符合”到 5“非常符合”的 Likert5 点计分方式,评估大学生的心理素质状况,具有良好的信效度^[19]。该个性品质分量表由 49 个题项组成,共

包含 4 个特征和 10 个因子,分别是动力特征(包括进取心和成就动机两个因子)、情绪特征(包括乐观倾向和情绪调控两个因子)、意志特征(包括自制、坚韧性和独立性三个因子)、自我特征(包括自我统合、自信心和责任感三个因子),本次测量分量表的内部一致性 α 系数为 0.851。

2.12 项一般健康问卷(CHQ-12)

该量表采用张杨等人所报告的中文版本^[13],共 12 题。本研究采用 Hagger 和 Malmberg 所使用的 Likert 法四级评分^[14],得分高表示心理问题症状严重。本次测量问卷的内部一致性 α 系数为 0.692。

3. 学生生活满意度量表(SLSS)

该量表由 Huebner 编制^[19],共 7 题,采用六级评分,得分高表示对当前生活状况越满意。本次测量量表的内部一致性 α 系数为 0.692。

(三)统计处理

采用 SPSS13.0 进行数据处理与统计分析。

三、结 果

(一)大学生心理素质之个性品质与 CHQ-12、生活满意度之间的相关

从表 1 可以看出,除乐观倾向因子与生活满意度显著正相关外($p<0.01$),大学生心理素质之个性品质的情绪特征及情绪调控因子、意志特征及独立性因子、自我特征及自我统合和自信心因子均与 CHQ-12 显著负相关($p<0.01$),与生活满意度显著正相关($p<0.01$)。

表 1 大学生心理素质之个性品质与 CHQ-12、生活满意度之间的相关

	动力特征	进取心	成就动机	情绪特征	乐观倾向	情绪调控	意志特征	自制	坚韧性	独立性	自我特征	自我统合	自信心	责任感
CHQ-12	0.05	0.02	0.07	-0.16**	-0.02	-0.24**	-0.15**	-0.04	0.01	-0.24**	-0.25**	-0.31**	-0.21**	-0.01
生活满意度	0.10	0.07	0.10	0.40**	0.35**	0.30**	0.18**	0.07	0.08	0.21**	0.35**	0.32**	0.36**	0.05

注: ** $p<0.01$, * $p<0.05$ 。

(二)不同心理素质之个性品质水平下的大学生 CHQ-12 得分的比较

将大学生心理素质之个性品质分量表中四个特征及其十个因子上的得分依次从高到低排列,上下各取 27%作为高低分组依据,比较每个特征或因子的 CHQ-12 得分差异。结果表 2 显示:高中低不同水平情绪特征及情绪调控因子、意志特征及独立性因子、自我特征及自我统合和自信心两因子的 CHQ-12 得分呈线性上升趋势,并且差异显著($p<0.05$)。

表 2 不同心理素质之个性品质水平下的大学生 CHQ-12 得分比较

	高分组①	中间组②	低分组③	F	多重比较
情绪特征	2.68±2.17	3.37±2.44	3.62±2.13	5.13**	①<②* ;①<③**
情绪调控	2.83±2.11	3.07±2.07	3.95±2.44	9.24**	①<③** ;②<③**
意志特征	3.04±2.07	3.04±2.17	3.74±2.47	3.96*	①<③* ;②<③*
独立性	2.63±1.95	3.21±2.19	3.96±2.47	10.77**	①<②* ;①<③** ;②<③**
自我特征	2.77±1.80	3.11±2.18	3.90±2.53	8.64**	①<③** ;②<③**
自我统合	2.70±1.86	3.18±2.12	4.06±2.57	12.27**	①<③** ;②<③**
自信心	2.67±1.85	3.36±2.25	3.88±2.55	8.66**	①<②** ;①<③**

注:(1)分组效应不显著的特征或因子未列出;(2) ** 表示 $p<0.01$, * 表示 $p<0.05$ 。

(三)大学生不同心理素质之个性品质水平下生活满意度得分的比较

同样地比较每个特征或因子的 CHQ-12 得分差异,结果表 3 显示:除高中低不同水平动力特征及进取心因子的生活满意度得分呈倒“U”型曲线趋势且差异显著外($p<0.05$),高中低不同水平情绪特征及乐观倾向和情绪调控因子、意志特征及独立性因子、自我特征及自我统合和自信心因子的生活满意度得分均呈线性下降趋势,并且差异显著($p<0.05$)。

表 3 不同心理素质之个性品质水平下的大学生生活满意度得分比较

	高分组①	中间组②	低分组③	F	多重比较
动力特征	23.34±5.25	23.86±4.75	21.89±4.81	5.22**	①>③* ; ②>③**
进取心	23.37±5.39	23.61±5.00	22.28±4.68	2.69*	②>③*
情绪特征	25.51±4.10	22.90±4.52	21.03±5.21	26.97**	①>②** ; ①>③** ; ②>③**
乐观倾向	24.88±4.47	22.95±4.94	21.20±4.93	19.49**	①>②** ; ①>③** ; ②>③**
情绪调控	24.43±4.46	23.18±4.87	21.38±5.32	13.25**	①>②* ; ①>③** ; ②>③**
意志特征	24.46±5.30	22.62±5.17	22.33±4.46	6.34**	①>②** ; ①>③**
独立性	24.35±5.29	22.75±4.77	22.08±4.84	6.71**	①>②** ; ①>③**
自我特征	24.88±4.98	23.18±4.74	21.21±4.78	17.50**	①>②** ; ①>③** ; ②>③**
自我统合	24.72±5.23	22.74±4.66	21.38±4.58	14.89**	①>②** ; ①>③** ; ②>③*
自信心	24.81±5.13	22.94±4.67	21.10±4.71	16.72**	①>②** ; ①>③** ; ②>③**

四、讨 论

心理健康双因素模型认为对心理健康的考察应同时关注心理问题症状和积极心理状态这两个方面^[10-12],心理素质与心理健康关系模型强调心理素质之个性品质作为心理健康问题的内源性因素会直接作用于心理健康的积极方面和消极方面,是理解心理健康及其问题的关键^[7-9]。本研究从心理问题症状这个消极方面和生活满意度这个积极方面来全面考察作为心理健康内源性因素的心理素质(个性品质)的作用机制。结果发现,不同心理素质之个性品质水平下的消极或积极心理健康状态均存在显著的差异,为心理素质是心理健康内源性因素的理论假设提供了实证依据,同时也表明教育部的相关心理健康教育文件要求各高校培养大学生健全心理素质与良好个性品质的合理性及必要性。

研究还发现,心理素质之个性品质与心理健康消极指标 CHQ-12 的关系和与心理健康积极指标生活满意度的关系存在着一定的共性和区别:首先,共性表现为情绪特征及其因子情绪调控、意志特征及其因子独立性、自我特征及其因子自我统合和自信心与心理健康的消极或积极指标均存在显著的相关,进一步分析也发现高中低不同的情绪特征及其因子情绪调控、意志特征及其因子独立性、自我特征及其因子自我统合和自信心的心理健康得分差异均显著,并均呈现随其水平下降 CHQ-12 得分线性上升而生活满意度得分线性下降的趋势。这些说明良好的情绪调控能力、较好的独立性、较高的自我统合水平和较强的自信心对个体心理健康的消极和积极方面均会产生影响,是大学生心理素质(个性品质)对个体心理健康起作用的关键因子,这与已有的研究结果存在一定程度的相互呼应^[20-23]。该结果一方面提示我们对于大学生心理素质之个性品质的培养,应将重点放在那些既能缓解大学生心理健康问题,又能提升大学生积极心理状态的情绪调控、独立性、自我统合和自信心等个性品质上,训练其情绪调控的能力和自我独立性,提高其自信心和自我统合的水平;另一方面提示若要进一步探索大学生核心心理素质结构,或编制简明大学生核心心理素质量表、构建基于心理素质的心理健康监测体系,以及开展有针对性的大学生心理健康教育,应充分吸收和体现情绪调控、独立性、自我统合和自信心这四个个性品质成分。

其次,区别表现为乐观倾向与大学生的心理健康积极指标生活满意度有着显著的正相关,而与心理健康消极指标 CHQ-12 之间没有显著的差异。进一步分析还发现,高中低不同水平乐观倾向的生活满意度差异显著,并呈现随着乐观倾向水平的上升其生活满意度得分也线性升高的趋势,但在 CHQ-12 上的得分却不存在显著差异。这些表明拥有较高的乐观倾向,虽然对于缓解大学生的心理问题症状没有显著的影响,但有助于提高大学生的生活满意度、幸福感等积极主观体验。已有研究表明生活满意度、幸福感等积极主观体验有助于促进学业成就或工作绩效的提升,预防心理健康问题^[24-25]。因此,心理学的教育工作者除培养大学生上面提到的情绪调控、独立性、自我统合和自信心这四个个性品质外,还可以通过培养乐观的生活态度,形成乐观倾向的心理品质来达到提升大学生的主观幸福感,促进其学业成功,达到增强预防心理健康问题能力的目的。

再次,研究结果还表明,心理素质之个性品质的动机特征及其因子进取心水平还与心理健康积

极指标生活满意度得分就呈倒“U”型的关系,即当动力特征及进取心处于中等水平时,大学生体验到更多的生活满意度,且中间组和低分组在积极心理健康上的这种差异达到了显著性。该结果说明教育工作者需激发大学生的动力特征及进取心,因为过低水平的进取心会使得大学生成就体验较少,生活满意度和幸福感低下,而这种积极的心理状态缺乏会妨碍大学生学业的成功,并引发一系列的生活和社会问题。不过,研究结果也提示教育工作者对于进取心这种心理素质也不能一味地进行培养,因为并不是进取心越高越有利于大学生的积极心理健康,而应帮助大学生将进取心调试到适当的水平。除个性品质维度外,在心理素质的认知品质和适应性这两个维度,是否也存在像进取心这样与心理健康呈非线性关系的因子?这是心理素质教育需要进一步研究和注意的问题。

此外,综合来看,除独立性因子外,心理素质之个性品质各特征及其因子与心理健康积极指标生活满意度的相关系数均大于与心理健康消极指标 CHQ-12 的相关系数;心理素质之个性品质各特征及其因子在生活满意度上的高中低分组效应大于在 CHQ-12 上的分组效应。该结果与在中学生中的已有研究结果相似^[9],表明心理素质对于心理健康的积极方面相对于消极方面的作用更明显,即心理素质相对于消除心理健康问题的治疗性功能来说,其增加积极心理状态的建设性、发展性功能更为突出,是促进青少年积极发展的重要切入点。

参考文献：

[1] 张大均,冯正直,郭成,陈旭. 关于学生心理素质研究的几个问题[J]. 西南师范大学学报:人文社会科学版,2000,26(3):56-62.

[2] Furlong M J, Gilman R, Huebner E S (Eds.).Handbook of Positive Psychology in the Schools (2nd ed)[M]. New York, NY: Taylor & Francis, 2013.

[3] 张大均,王鑫强. 心理健康与心理素质的关系:内涵结构分析[J]. 西南大学学报:社会科学版,2012,38(3):69-74.

[4] 王滔,张大均,陈建文. 大学生心理素质量表的编制[J]. 西南大学学报:社会科学版,2008,34(1):122-127.

[5] 冯正直,张大均. 中学生心理素质量表的研制[J]. 中国行为医学科学,2001,10(3):67-69.

[6] 张大均,苏志强. 小学生心理素质量表的编制[J]. 西南大学学报:社会科学版,2015,41(3):89-95.

[7] 张大均. 青少年心理健康与心理素质培养的整合研究[J]. 心理科学,2012,35(3):530-536.

[8] 王鑫强,张大均. 心理素质与心理健康关系模型构建:对 PTH 和 DFM 的超越[J]. 西南大学学报:社会科学版,2012,38(6):67-74.

[9] 王鑫强,张大均. 青少年心理素质与心理健康关系模型研究[M]. 北京:科学出版社,2015.

[10] Suldo S M, Shaffer E J. Looking Beyond Psychopathology: The Dual-factor Model of Mental Health in Youth[J]. School Psychology Review, 2008, 37(1):52-68.

[11] 王鑫强,张大均. 心理健康双因素模型述评及其研究展望[J]. 中国特殊教育,2011(10):38-73.

[12] Antaramian S. Assessing Psychological Symptoms and Well-being: Application of a Dual-factor Mental Health Model to Understand College Student Performance[J].Journal of Psychoeducational Assessment, 2014(9):1-11.

[13] 张杨,崔利军,栗克清,等. 增补后的一般健康问卷在精神疾病流行病学调查中的应用[J]. 中国心理卫生杂志,2008,22(3):189-192.

[14] Hagger H, Malmberg L. Pre-service Teachers' Goals and Future-time Extension, Concerns, and Well-being[J]. Teaching and Teacher Education, 2011,27(3): 598-608.

[15] 孙瑞琛,刘文婧,许燕. 不同出生年代的中国人生活满意度的变化[J]. 心理科学进展,2010,18(7):1147-1154.

[16] Steel P, Schmidt J, Shultz J. Refining the Relationship Between Personality and Subjective Well-being[J]. Psychological Bulletin, 2008, 134(1):138-161.

[17] Kotov R, Gamez W, Schmidt F, Watson D. Linking“Big”Personlity Traits to Anxiety, Depressive, and Substance Use Disorders: A Meta-analysis[J]. Psychological Bulletin, 2010,136(5): 768-821.

[18] 王登峰,崔红. 人格结构的中西方差异与中国人的性格特点[J]. 心理科学进展,2007,15(2):196-202.

[19] Huebner E. Initial Development of the Student's Life Satisfaction Scale[J]. School Psychology International, 1991,12(3):231-240.

[20] 龚玲,王鑫强,齐晓栋. 情绪调节策略与生活满意度的关系:人际关系的中介作用[J]. 西南师范大学学报:自然科学版,2013,38(6):145-149.

[21] 桑青松,葛明贵,姚琼. 大学生自我和谐与生活应激、生活满意度的相关[J]. 心理科学,2007,30(3):552-554.

[22] 车丽萍,庞连生,黄大伟,赵紫凤. 大学生心理健康与自信人格的关系研究[J]. 西南大学学报:社会科学版,2010,36(6):20-24.

[23] 林天兴,夏凌翔. 大学生的自立人格与心身症状的关系[J]. 西南大学学报:自然科学版,2010,32(12):164-168.

[24] Park N. The Role of Subjective Well-being in Positive Youth Development[J]. The Annals of the American Academy of Political and Social Science,2004, 591(1): 25-39.

[25] Proctor C L, Linley P A, Maltby J.Youth Life Satisfaction: A Review of the Literature[J]. Journal of Happiness Studies,2009,10(5): 583-630.