

职业院校学生人格特质、孤独感与主观幸福感的关系研究

徐明霞, 曹雨倩, 焦子菡, 石文轩

天津职业技术师范大学职业教育学院, 天津

收稿日期: 2024年7月18日; 录用日期: 2024年9月5日; 发布日期: 2024年9月18日

摘要

青少年是一个人身心发展的关键阶段, 随着国家对职业教育的重视, 职业院校学生的心理健康问题已成为职业教育重点关注的问题之一。本研究采用问卷调查法, 使用第三版孤独感量表、生活满意度量表、大五人格量表对232名职校生进行测量, 并对三者的关系进行探讨和分析。研究结果发现: 1) 职校生孤独感处于较高水平, 主观幸福感处于较低水平; 2) 职校生孤独感、主观幸福感、人格特质在人口统计学变量上不存在显著差异; 3) 职校生孤独感与主观幸福感存在显著的负相关, 与神经质存在显著的正相关; 4) 职校生主观幸福感与开放性、外倾性、责任心存在显著的正相关。由此得出结论, 人格影响个体的认知和评价, 可能导致个体感到孤独, 进而影响个体的主观幸福感。

关键词

人格特质, 孤独感, 主观幸福感, 职校生

Study on the Relationship between Personality Traits, Loneliness and Subjective Well-Being among Vocational College Students

Mingxia Xu, Yuqian Cao, Zihan Jiao, Wenxuan Shi

School of Vocational Education, Tianjin University of Technology and Education, Tianjin

Received: Jul. 18th, 2024; accepted: Sep. 5th, 2024; published: Sep. 18th, 2024

Abstract

Teenagers are the key stage of a person's physical and mental development. With the attention paid

文章引用: 徐明霞, 曹雨倩, 焦子菡, 石文轩. 职业院校学生人格特质、孤独感与主观幸福感的关系研究[J]. 职业教育, 2024, 13(5): 1517-1524. DOI: 10.12677/ve.2024.135238

by the state to vocational education, the mental health of students in vocational colleges has become one of the key issues of vocational education. In this study, the questionnaire survey method was used to measure 232 vocational school students using the third edition loneliness scale, life satisfaction scale and big five personality scale, and the relationship between the three was discussed and analyzed. The research results showed that: 1) The loneliness of vocational school students is at a high level, subjective well-being is at a low level; 2) There are no significant differences in the demographic variables of loneliness, subjective well-being and personality traits of vocational school students; 3) There is a significant negative correlation between loneliness and subjective well-being of vocational school students, there was a significant positive correlation with neuroticism; 4) There is a significant positive correlation between vocational school students' subjective well-being and openness, extroversion and responsibility. It is concluded that personality affects individual cognition and evaluation, may lead to loneliness, and then affects individual subjective well-being.

Keywords

Personality Traits, Loneliness, Subjective Well-Being, Vocational College Students

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

近年来,青少年孤独感、主观幸福感作为评估青少年心理健康的重要指标之一,逐渐受到学术界的广泛关注和探讨。回顾相关文献发现,青少年不同类型的人格特质会对其孤独感和主观幸福感产生不同程度的影响,但以往对于孤独感和幸福感的研究多是关于老年人的,本文重点聚焦于中职生来探讨三者的关系。

在十四五的开局之年,2021年的全国职业教育大会上,习总书记对我国职业教育工作作出了重要指示和批示,说明职业教育将会是我国今后教育事业发展的重中之重。而且近些年来,职业教育体系和制度的不断健全、教育规模的不断壮大、教育质量的不断提升等,都在推动着我国中等职业教育向前向好发展。但是职业教育模式与普通教育模式有所不同,侧重于对专业实践技能的培养,并且职业院校的学生正值青春期,心智还不成熟,比较叛逆。中职生心理健康面临着一些问题有待解决,如:厌学心理、人际交往障碍、焦虑心理、自控力差等。

人在孤独时会感受到寂寞,丧失对家庭和亲友的信心,严重时还会导致厌倦现实等不良情绪。在对孤独感的研究中,大学生和老年人是常见的研究被试,针对职校生这一群体的研究相对较少。尤其是对于职校生这个特殊的群体,若教师和家长没有及时发现学生的问题,提供关心和帮助,可能会导致他们情绪崩溃,造成困扰。因此,研究引起中学生孤独感等不良情绪的发展及其成因,有助于了解中学生在青春期时期情绪发展的特点,针对中学生不良情绪体验制定改善的对策,帮助中学生摆脱消极情绪的困扰,为职校生心理健康教育提供咨询建议。

2. 研究方法

2.1. 研究假设

各变量之间关系的假设模型见图1。

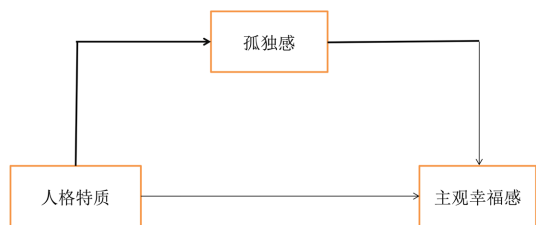


Figure 1. Research model diagram of the relationship between loneliness, personality traits, and subjective well-being
图 1. 孤独感、人格特质、主观幸福感之间的关系研究模型图

2.2. 研究对象

选取某高职院校 300 人进行问卷调查，共回收问卷 280 份，剔除无效问卷 48 份，有效回收 232 份，有效回收率 83%，其中男生 83 人，女生 149 人；大一 149 人，大二 51 人，大三 2 人 5，大四 7 人；农村 178 人，城市 54 人；独生子女 187 人，非独生子女 45 人。

2.3. 研究工具

2.3.1. 第三版 UCLA 孤独量表

该量表由 Russell 和 Cutrona 编制并修改。研究发现，UCLA-3 具有较好的内部一致性、重测信度、区分效度和聚合效度[1]。共包括 20 个条目，其中 9 个条目为反向计分，分别是 1、5、6、9、10、15、16、19、20。采用 4 级评分法，总分范围 20~80 分，量表得分越高，表示孤独感越强，其中≥45 分为高度孤独感，39~44 分为中等偏高孤独感，34~38 分为中等孤独，28~33 分为中等偏下孤独感，0~27 分为低度孤独感。在本研究中，内部一致性系数为 0.723，具有较好的内部一致性。

2.3.2. 生活满意度量表

生活满意度量表由 Diener (1984) [2]编制，一共包含五个项目，采用里克特五点量表评定法。从 1 到 7 分别表示非常不同意、不同意、有点不同意、中立、有点同意、同意和非常同意。得分之和即为个体总的生活满意度。得分越高，说明个体对自己的生活越满意。本研究中的内部一致性系数为 0.902，具有较好的内部一致性。

2.3.3. 大五人格量表

1992 年，美国心理学家麦克雷(Robert Mc Crae)和柯斯达(Paul Costajal)发表了大五人格问卷，该量表修订版共有 60 道题，包括神经质、外向性、开放性、宜人性、责任心五个维度。此问卷适合中学生的人格类型的诊断，对确定并干预问题行为具有重要的价值，各维度分别计算总分，不计算整个问卷的总分。采用 Likert 5 点评分，1 代表“非常不符合”，5 代表“非常符合”。本研究内部一致性系数为 0.924，具有较好的内部一致性。

2.4. 数据处理

对回收后的问卷进行筛查，剔除无效数据，最终获得有效问卷 232 份，采用 SPSS 26.0 建立数据库并进行统计分析，根据不同变量的性质，选择不同的统计方法。

3. 研究结果

3.1. 基本描述性统计分析

3.1.1. 人口统计学变量

232 名有效被试中，从性别来看，男生 83 人，占比 35.7%；女生 149 人，占比 64.2%；从是否独生

来看,非独生子女人数较多,187人,占比80.6%;从年级分布来看,大一最多,149人,占比64.2%;大二51人;占比22%;大三25人,占比10.8%;从户口性质来看,农村178人,占比76.7%;城市54人,占比23.3%。

3.1.2. 孤独感问卷、主观幸福感问卷、人格特质问卷总评结果

根据孤独感问卷计算出孤独感得分为: 51.63 ± 6.432 分;生活满意度量表得分为: 22.33 ± 6.817 分;人格特质量表得分情况:神经质: 36.58 ± 6.288 分,外倾性: 39.62 ± 5.377 分,开放性 40.39 ± 5.388 分,宜人性 36.41 ± 5.939 分,责任心 41.94 ± 5.498 分,说明职校生孤独感处于中高等水平,主观幸福感处于较低水平,说明职校生在日常生活中可能更多时候都感到比较孤独,感到幸福的时间较少。

3.2. 职校生孤独感、主观幸福感、人格特质在人口统计学变量上的差异分析

为了检验职校生孤独感、主观幸福感、人格特质在人口统计学变量上的差异,我们分别以性别、户口、是否独生为自变量进行t检验,结果发现,职校生不同性别、户口以及是否独生在孤独感、主观幸福感、人格特质各个维度上均没有显著差异($p > 0.05$);以年级为自变量对孤独感、主观幸福感进行单因素方差分析,结果发现,职校生孤独感 $F(3, 228) = 1.025$ ($p > 0.05$);主观幸福感 $F(3, 228) = 1.204$ ($p > 0.05$),即不同年级职校生在孤独感和主观幸福感之间的差异不显著,说明职校生孤独感、主观幸福感、人格特质在人口统计学变量上不具有统计学意义,说明职校生在日常生活中都会感受到较高的孤独感和较低的幸福感的。

3.3. 孤独感、主观幸福感、人格特质之间的相关分析

为了解职校生孤独感、主观幸福感、人格特质之间的关系,对三者做相关分析,结果如下表1所示。

Table 1. Correlation analysis between loneliness, subjective well-being, and personality traits
表 1. 孤独感、主观幸福感、人格特质之间的相关分析

	孤独感总分	主观幸福感	神经质	外倾性	开放性	宜人性	责任心
主观幸福感	-0.192**						
神经质	0.187**	0.066					
外倾性	0.006	0.310**	0.679**				
开放性	0.005	0.365**	0.603**	0.810**			
宜人性	0.076	0.124	0.786**	0.662**	0.567**		
责任心	0.062	0.281**	0.503**	0.770**	0.811**	0.461**	
人格特质	0.053	0.260**	0.847**	0.911**	0.878**	0.823**	0.818**

注: ** $p < 0.01$ 。

根据表1可知,孤独感与主观幸福感呈显著负相关($r = -0.192, p < 0.5$),孤独感与神经质呈显著正相关($r = 0.187, p < 0.5$),孤独感与责任心、外倾性、开放性、宜人性及人格特质总分无显著相关关系($p > 0.5$);主观幸福感与外倾性、开放性、责任心、人格特质总分呈显著正相关($r > 0, p < 0.5$),主观幸福感与神经质之间有一定的相关性但不显著($p < 0.5$)。

3.4. 孤独感、主观幸福感、人格特质之间的回归分析

为进一步探究孤独感、人格特质对主观幸福感的影响,我们以孤独感和人格特质作为自变量,主观

幸福感为因变量做回归分析，结果如下表 2~4 所示。

Table 2. Regression model analysis table
表 2. 回归模型分析表

模型	R	R 方	调整后 R 方	标准估算的错误	德宾 - 沃森
1	0.456a	0.208	0.187	5.578	2.123

注：预测变量：(常量)、责任心、孤独感总分、宜人性、神经质、开放性、外倾性；因变量：主观幸福感。

Table 3. Regression ANOVA analysis table
表 3. 回归方差分析表

模型		平方和	自由度	均方	F	显著性
1	回归	1842.025	6	307.004	9.866	0.000b
	残差	7001.079	225	31.116		
	总计	8843.103	231			

注：因变量：主观幸福感；预测变量：(常量)、责任心、孤独感总分、宜人性、神经质、开放性、外倾性。

Table 4. Table of regression analysis coefficients
表 4. 表回归分析系数表

模型		未标准化系数		标准化系数	t	显著性
		B	标准错误	Beta		
1	(常量)	14.430	4.359		3.310	0.001
	孤独感总分	-0.144	0.059	-0.150	-2.427	0.016
	神经质	-0.259	0.104	-0.264	-2.489	0.014
	外倾性	0.276	0.140	0.239	1.966	0.051
	开放性	0.510	0.136	0.444	3.744	0.000
	宜人性	-0.003	0.105	-0.003	-0.032	0.975
	责任心	-0.157	0.123	-0.139	-1.274	0.204

注：因变量：主观幸福感。

根据表 2~4 可知，孤独感与人格特质可以预测主观幸福感，其联合解释变异量为 0.187，即这些变量能联合预测主观幸福感的 18.7%，建立标准化的回归方程是：主观幸福感 = 14.430 - 0.144 × 孤独感 - 0.259 × 神经质 + 0.267 × 外倾性 + 0.510 × 开放性。

4. 讨论与分析

4.1. 孤独感

4.1.1. 职校生孤独感总体状况

从数据分析的结果可以看到，职校生孤独感整体平均分为 51.63，高于中间分数，表明大学生总体上的孤独感程度处于偏上水平，这与史从戎、束仁龙(2015) [3]的研究结果基本一致。可能的原因如下：1) 现科技、互联网普及，大学生沟通交流基本上都是通过微信、QQ、微博等通讯设备，缺失面对面所带来的情感交流，心理距离在疏远，遇到问题，无法向他人求助，内心产生无力感。2) 现代国际国内环境竞

争激烈,寻求综合性人才,大学生在校学习受到来自家庭成员、学校管理、社会发展等阻碍其自身发展的影响因素所带来的压力,而自身抗压能力相对较弱,将感受到更程度的孤独感。

4.1.2. 职校生孤独感在人口统计学变量上的差异比较

本研究结果表明,职校生孤独感在性别、年级、户口性质、是否独生等人口统计学变量上不存在显著差异,这与以往研究结果一致;韦耀阳(2005) [4]在研究高中生孤独感的时候也得出了孤独感在性别上不存在差异的结论。可能是因为随着时代的发展进步,家长们的教育理念也在进步着,不管是男孩还是女孩都会非常疼爱,更加重视孩子的教育和家庭关怀,这样不管是男孩子还是女孩子都拥有温馨的家庭,是没有差别的。因此,在我们现在的心理健康教育中,我们要打破觉得女孩子的情感更加细腻会导致更为孤独的刻板印象,也不能因为男孩子性别粗犷而忽略男生的情感教育。

4.2. 主观幸福感

4.2.1. 主观幸福感总体状况

从研究数据中可以看出,当代大学生的生活满意度水平不容乐观,其整体水平低于中等水平,表明在物质生活条件得到较大提高的今天,大学生的生活满意度并没有得到相应的提高。但是从主观幸福感的情感维度上来看,大学生的积极情感略高于中等水平,消极情感远低于中等水平。这也意味着大学生虽然在整体生活满意度上低于中等水平,但并不是处于一种消极的生活状态,而是以一种积极的心态去面对生活。陈静、杨宏飞(2003) [5]的研究也表明,大学生生活满意度处于中等偏下水平。其他多数研究者对大学生幸福感的测量结果一般都表明其生活满意度和总体幸福感处于中等水平或者略微偏上或者略微偏下。

4.2.2. 主观幸福感在人口统计学变量上的差异比较

本研究结果表明,职校生主观幸福感在性别、年级、户口性质、是否独生等人口统计学变量上不存在显著差异,这和以往许多研究结果不太一致;李静、赵郁金(2000) [6]的研究结果发现,男生主观幸福感水平显著高于女生;段建华(1996) [7]的研究结果发现,大学生在总体幸福感上不存在显著的性别差异,但男性的负性情绪显著少于女性。何瑛(2000) [8]的研究结果发现,大学生的总体幸福感没有显著的城乡差异;张雯、郑日昌(2004) [9]的研究结果发现,在幸福感指数的总分上,大学生存在显著的城乡差异,城高于乡。陈静、杨宏飞(2003) [5]的研究结果发现,独生子女在生活满意度上明显比非独生子女高;造成这一结果的原因可能是由于区域经济因素、教育因素以及大学生被试样本的选取有关,当代大学生受教育水平较高,男女平等的观念也早已深入人心,也可能是在对于幸福感的感受上没有显著差异的原因之一。

4.3. 职校生孤独感与主观幸福感的关系分析

本研究结果表明,孤独感与主观幸福感存在极其显著的负相关,这说明孤独感越高,其生活越不满意,积极情感就越低,感受的幸福水平就越低,反之,孤独感越低,其生活越满意,积极情感就越高,感受的幸福水平也越高;郑雪等人(2003) [10]的研究表明,情绪孤独与主观幸福感各维度相关非常显著,而社交孤独仅与正性情感相关不显著,与正性体验、负性体验和负性情感相关非常显著。但实际情况是否与数据结果显示相一致,即孤独感水平的高低就决定着主观幸福感水平的高低。从分析的结果来看,孤独感与主观幸福感之间存在显著的相关关系,从整个回归方程来看,孤独感对预测主观幸福感的贡献最大。这说明孤独感对主观幸福感确实有预测和调节作用,但不起完全的预测和调节作用。

4.4. 职校生孤独感与人格特质的关系分析

本研究结果表明,孤独感与神经质因子呈显著正相关,这与其他人的研究结果一致,神经质显著正

向预测孤独感,即是说越具备神经质特点的人,可能越容易产生孤独感,这与周倩、姚志强(2011)[11]的研究结果相一致。原因可能是神经质特点的人,情绪易波动且不稳定易变,在体验到一种情绪后,不易恢复,对人际关系十分敏感,常常遇上人际关系困扰等现实问题,可能造成情绪上的起伏不定。本研究结果还表明,与宜人性、开放性、外倾性、责任心无显著相关关系,这与其他人研究有点不太一致,聂衍刚等人(2008)[12]的研究发现,有责任心的人遵守时间与承诺,办事具有条理性、计划性与规划性,做出决策时具备果断性等特点,且拥有自我控制不失序等特点。不一致的原因可能是本研究样本数量较少。

4.5. 职校生主观幸福感与人格特质的关系分析

本研究结果表明,主观幸福感与外倾性、责任心、开放性及人格特质总分都具有显著的相关性,与神经质不具有显著的相关性,这与以往研究结果一直,史从戎、束仁龙(2015)[3]对高校青年教师主观幸福感的建模研究中发现,人格特质对主观幸福感有预测作用,这表明,中学生人格特征若为外向性、宜人性、开放性、责任心,将会体验到更多的积极情感,对生活的满意度更高。反之,具有神经质人格特征的中学生面对生活采取冷漠的态度,不敢尝试新鲜事物,心胸不够开阔过于敏感,因而会体验到更多的消极情感,对自身幸福感评价较低,神经质高的高职学生主观幸福感低可能与其神经系统不稳定、对心理因素反应过强容易表现出适应障碍,从而影响幸福体验有关。

4.6. 职校生孤独感、主观幸福感与人格特质之间的关系研究

上述回归方程表明,孤独感与人格特质对主观幸福感具有一定的预测作用,所建立的回归方程具有显著的意义,其联合解释变异量为0.187,该回归方程支持我们最初的假设,具体来说,神经质水平越高、外倾性水平越低的中职生,主观幸福感也相应越低,孤独感越高,由于人格具有相对稳定的特性,短期项目不太可能改变他们的人格特质,对于孤独感体验程度严重的学生,可考虑专业心理咨询师的介入。家长和学校方面则可以考虑提高对于这些学生的关注和关心,采取相应措施,以达到提高其主观幸福感的目。

综上所述,职校生孤独感、人格特质和主观幸福感之间相互作用,个体主观幸福感水平越高,其体验到的孤独感越少,同时受到其人格特质的影响,因此,个体要想提高自身的主观幸福感不仅要获得充分的外部支持,而且还要学会控制自身的内部心理因素,特别是消极因素,只有这样才能感受到更多的幸福感。

5. 研究结论

- 1) 职校生孤独感处于较高水平,主观幸福感处于较低水平。在孤独感问卷得分较高,而在主观幸福感问卷得分较低,说明他们在学校中更多体验到孤独感。
- 2) 职校生孤独感、主观幸福感、人格特质在人口统计学变量上不存在显著差异。
- 3) 职校生孤独感与主观幸福感存在显著的负相关关系;从整个回归方程来看,孤独感对预测主观幸福感的贡献最大,这说明孤独感对主观幸福感确实有预测和调节作用。
- 4) 职校生孤独感与神经质存在显著的正相关关系;与宜人性、开放性、外倾性、责任心相关关系不显著,说明越具备神经质特点的人,可能越容易产生孤独感。
- 5) 职校生主观幸福感与开放性、外倾性、责任心存在显著的正相关关系;说明若学生的人格特征为外向性、宜人性、开放性、责任心,将会体验到更多的积极情感,对生活的满意度更高,主观幸福感水平也会更高。

6. 建议

对于提升职业院校学生的主观幸福感,需要家庭和学校的共同努力。父母要积极调整家庭教养方式,

营造良好的家庭氛围。孙建功等人[13]发现,积极的父母教养方式有助于学生形成良好的人格和良好品质,消极的教养方式则容易导致高中生的不良人格。所以,家长应努力营造良好的家庭氛围,关心和鼓励子女的成长,与子女建立平等、民主的亲子关系,提高子女的主观幸福感,培养其自信心和自控力,家长还应及时与学校老师沟通,了解子女的在校学习和生活情况,帮助孩子克服新环境带来的困难,以便其顺利适应职业学校的生活。

学校要重视中职学生的心理健康,加强引导和教育。首先,学校要设立心理咨询室,对新入学的学生进行专业的心理问卷测试,对心理存在偏差的学生给予足够的重视和帮助,协助其面对生活中的消极情绪;其次,学校要开展丰富多彩的校园活动,比如班级间的篮球赛、黑板报评比、朗诵比赛和书法比赛等,增进学生之间的相互了解与感情,提高学生的自我效能感;最后,老师和学校应该提高对于手机依赖在学生中的高发性的意识,通过给予这些学生更多的耐心、关心与帮助,进而提高他们对学校生活的满意度以及幸福感。

7. 结语

本文通过对职业院校学生孤独感、人格特质与主观幸福感的研究发现,主观幸福感受人格特质和孤独感的影响,而且职业院校学生在学校和生活中体验到更高水平的孤独感,较低水平的主观幸福感,因此本文也为职业院校学生提升其主观幸福感提出了一些建议,希望对职校生有一定的帮助;但是,本研究中样本数量少,结论不具有普遍性,且由于条件限制,在样本的选择上有地域限制,希望在今后的研究中有所改变。

基金项目

2023 年天津职业技术师范大学校级大学生创新创业训练计划项目(项目编号: 202310066131)。

参考文献

- [1] Russell, D.W. (1996) UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal of Personality Assessment*, **66**, 20-40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- [2] Diener, E. (1984) Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, **95**, 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- [3] 史从戎, 束仁龙. 高校青年教师体育锻炼与主观幸福感之关系研究[J]. 宿州学院学报, 2015, 30(8): 122-124.
- [4] 韦耀阳. 高中生人际信任、社会支持与孤独感关系的研究[J]. 菏泽学院学报, 2005, 27(2): 79-82.
- [5] 陈静, 杨宏飞. 杭州市大学生生活满意感调查[J]. 中国临床心理学杂志, 2003, 11(3): 202-203.
- [6] 李靖, 赵郁金. Campbell 幸福感量表用于中国大学生的试测报告[J]. 中国临床心理学杂志, 2000, 8(4): 225-226, 224.
- [7] 段建华. 总体幸福感量表在我国大学生中的试用结果与分析[J]. 中国临床心理学杂志, 1996(1): 56-57.
- [8] 何瑛. 重庆大学生主观幸福感状况及其影响因素[J]. 重庆师专学报, 2000(2): 35-38.
- [9] 张雯, 郑日昌. 大学生主观幸福感及其影响因素[J]. 中国心理卫生杂志, 2004, 18(1): 61-62, 44.
- [10] 郑雪, 王玲, 邱林, 等. 大学生主观幸福感及其与人格特征的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2003, 11(2): 105-107.
- [11] 周倩, 姚志强. 大学生人格特质、人际信任与孤独感的关系研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2011, 19(9): 1110-1112.
- [12] 聂衍刚, 林崇德, 郑雪, 等. 青少年社会适应行为与大五人格的关系[J]. 心理科学, 2008, 31(4): 774-779.
- [13] 孙建功, 刘秀芬, 杜鹃, 等. 大学生人格偏离的评定与父母养育方式关系[J]. 疾病控制杂志, 2003, 7(4): 323-325.