

休闲者的积极情绪对时间流逝感的影响

——人格的调节作用

熊 伟 宋鑫鑫

(华南师范大学旅游管理学院 广东广州 510631)

摘 要: 在时间制度化的当今社会, 时间流逝感成为重要的研究课题。关于休闲者的积极情绪对时间流逝感的影响, 已有研究较少对此进行关注。基于此, 本文在研究休闲者的积极情绪对其时间流逝感影响的同时, 进一步探索人格特质的调节作用。结果表明: (1) 积极情绪中的愉悦性、活跃性、思量性、平静性对时间流逝感具有显著正向影响, 验证了“幸福的时光总是飞逝而过”这一日常认知; (2) 外倾性在积极情绪-时间流逝感之间起到正向调节作用; (3) 神经质在积极情绪-时间流逝感之间不起调节作用。本文得出的研究结论对人们的休闲行为、时间安排具有一定启示。

关键词: 休闲; 情绪; 积极情绪; 时间流逝感; 人格

[中图分类号] F59

Doi: 10.12054/lydk.bisu.155

[文献标识码] A

[文章编号] 2096-3238 (2020) 05-0019-21

一、研究背景与意义

《庄子·外篇·知北游》有言: “人生天地之间, 若白驹过隙, 忽然而已。” 表达了对时光流逝的感慨。如今, 人们也经常感叹“一寸光阴一寸金, 寸金难买寸光阴”, 体现了珍惜时间的态度。现代社会的发展是一个时间制度化的过程,

[收稿日期] 2020-06-08; [修订日期] 2020-09-30

[基金项目] 本研究受国家自然科学基金面上项目(项目编号: 42071189)、广东省自然科学基金面上项目(项目编号: 2020A151010390)资助。

[作者简介] 熊 伟(1981—), 女, 湖南长沙人, 华南师范大学旅游管理学院副教授、硕士研究生导师, 研究方向: 旅游心理与社会文化地理。E-mail: xiongwei@m.senu.edu.cn

宋鑫鑫(1997—), 女, 广东潮州人, 华南师范大学旅游管理学院2015级本科生。

[引用格式] 熊伟, 宋鑫鑫. 休闲者的积极情绪对时间流逝感的影响——人格的调节作用[J]. 旅游导刊, 2020(5): 19~39. [XIONG Wei, SONG Xinxin. The Effect of Positive Emotions on Leisure Travelers' Sense of Time Passing: The Moderating Role of Personality [J]. Tourism and Hospitality Prospects, 2020(5): 19~39.]

人们通过时间制度来管理控制生活和工作（王俊秀，2018），因此，人们的时间意识也在不断加强，觉得生活节奏在不断加快，时间在飞快地流逝，由此产生了“时间流逝感”概念。

美国经济学家凡勃伦（Veblen）认为：休闲是不创造财富的时间消费（托斯丹·本德·凡勃伦，1964）。但是，在当前快节奏的生活状态下，人们需要休闲时间来放松身心。我国居民的法定节假日和周末公休日天数之和接近 120 天，休闲已成为人们日常生活的重要部分。马克思和恩格斯（2002）认为，休闲一方面指用于娱乐和休息的余暇时间，另一方面指发展智力、在精神上掌握自由的时间。在社会经济高速前进的时代，人们在付出大量体力和脑力劳动的同时，休闲是必不可少的消除体力疲劳、获得精神慰藉的方式。

处于休闲时间中的个体，其情绪状态有别于工作时间。在每天周而复始的工作中，人们的情绪状态多是无聊、疲惫的，在旅行时却是享受、轻松的（Dann & Anomie, 1977）。时间流逝感是时间意识的典型特征，具有明显的主观性，会受到个体情绪的影响（Wittmann, Rudolph & Linares Gutierrez, et al., 2015）。开心的时候感觉时间过得很快，无聊的时候觉得时间过得很慢，是人们的普遍体会（Droit-Volet & Meck, 2007）。关于时间流逝感的元认知水平问卷调查也表明个体特质因素会影响其时间流逝感（Lamotte, Chakroun & Droit-Volet, et al., 2014）。那么，在休闲时间中，人们的情绪状态是怎样的？其时间流逝感是否会受到情绪的影响？体现心理特征差异的人格特质又在情绪和时间流逝感之间起到何种作用？对这些问题的探究将有助于人们更好地了解时间流逝感。

基于以上思考，本文建立以休闲状态下的积极情绪为自变量、时间流逝感为因变量、人格特质为调节变量的关系模型，通过问卷调查获取第一手数据，分析休闲状态下积极情绪和时间流逝感之间的关系，并探究人格特质这一变量在其中的调节作用，为后续研究提供理论基础，并在实践意义上为人们调整时间安排与生活节奏提供合理建议，提高人们生活幸福感。

二、文献回顾

1. 时间流逝感

在与时间有关的研究中，学者们首先对时间观进行了定义，认为时间观（time perspective）即个体对于过去时间、现在时间和将来时间所持的认知、体验和行动（Zimbardo & Boyd, 1999）；并通过时间定价（putting a price on time）和时

间启动的操作方法,对时间与幸福之间的关系进行了探讨,认为时间定价会引起个体的焦躁情绪,从而导致幸福感减少(王鹏,2018),而时间启动会增进个体间的社会联系,使个体做出更多的利他行为、追求更有意义的目标,从而提高幸福感(Liu & Aaker, 2008)。

近年来,时间流逝感成为时间心理学研究的新领域。最早涉及时间流逝感研究的学者是 Wyrick 和 Wyrick (1977),他们首次编制了包含5个条目的个人时间流逝问卷,提出了时间流逝感概念。之后, Blewett (1992)将时间流逝感定义为“以时钟或日历为参照,个体对时间流逝得相对快或相对慢的感受与判断”,将其归属于时间动力学内容。国内学者余习德、邓丽仪和鲁成等(2017)也提出“时间流逝感是集情绪情感、生理易感性与行为反应倾向为一体的统合心理表征理论”,并编制了时间流逝感量表,考察个体对时间流逝的情感与态度。

相关研究显示,时间流逝感会受到状态性变量的影响。情绪是影响时间流逝感的因素,当人处于开心、愉悦的积极情绪时,感觉时间流逝得快,当人处于难过、伤心的消极情绪时,感觉时间流逝得慢(Droit-Volet & Wearden, 2016),即“欢娱嫌夜短,寂寞恨更长”。注意也是时间流逝感的影响因素,当个体将注意集中在时间信息上时,会觉得时间过得很慢,而当其沉浸在其他非时间信息上时,会感觉时间过得很快(Droit-Volet & Wearden, 2015)。时间流逝感也与身体化的自我意识有关,当自我意识发生变化、身体意识下降时,内部时间的主观体验会发生变化(Droit-Volet & Dambrun, 2019)。时间压力也会影响人们的时间流逝感,个体的时间压力越大,越会感觉时间流逝得快,当时间压力小时,便不会觉得时间过得快(Friedman & Janssen, 2010)。个体的活力性状态也会影响其时间流逝感,如年轻人的活力性高,会觉得时间流逝快,老年人的活力性低,觉得时间流逝得慢(Wittmann, Rudolph & Linares Gutierrez, et al., 2015)。另外,时间流逝感还会受到个体年龄、文化等特质因素的影响,表现出流逝感或快或慢的动态性变化(Flaherty, Freidin & Sautu, 2005),这存在典型的年龄效应:儿时我们希望自己快快长大,总感觉时间流逝得很慢;而成年后,又感觉时间总是不够用、时间流逝得很快。

国内关于时间流逝感的研究相对较少,余习德、邓丽仪和鲁成等(2017)编制的时间流逝感量表可以视为国内时间流逝感研究较为初期的成果,随后,该团队还对时间流逝感与时间观之间的关系进行了研究,得出了时间观中的“消极过去”“宿命现在”和“未来”维度能正向预测时间流逝感的结论,并

首次探究了时间流逝感和人格的关系,指出大五人格中的神经质和尽责性与时间流逝感具有显著相关关系(余习德、鲁成、高定国,2018)。已有研究的研究对象以大学生、中年人以及抑郁症患者为主(余习德、邓丽仪、熊希灵等,2018),尚未涉及样本的休闲活动等情境特征。

2. 休闲与积极情绪

休闲作为人的一种存在方式和生命状态,渗透于人类文明演进的全过程,早在一千多年前,古希腊学者亚里士多德就提出“休闲是一切事物环绕的中心”“休闲是哲学、艺术和科学诞生的基本条件之一”。1899年,学者凡勃伦在其著作《有闲阶级论》中提出“休闲是比富、引人注目的闲暇和引人注目的消费,是不创造财富的时间消费”(托斯丹·本德·凡勃伦,1964)。历经百余年的发展,国外休闲研究已形成涵盖哲学、社会学、心理学、经济学和地理学等诸多学科的成熟研究体系(宋瑞,2013),对休闲内涵的研究集中在休闲相关概念、休闲行为(方式)和休闲时间、休闲态度和休闲偏好等方面(徐雨晨、张海洲、陆林,2019)。

休闲的本质是个体对身心自由与审美愉悦的追求(马惠娣,2014)。休闲作为一种人的存在方式,一般意义上指消除体力上的疲劳和获得精神上的慰藉两个方面(马惠娣,2000/2003),即放松心情、缓解压力是个体休闲的主要目的(潘海颖,2015),Filep和Pearce(2013)也证实了人们在做SPA美容之后身心会得到放松(Filep & Pearce, 2013)。大量实验也证明,运动健身、琴棋书画等休闲活动可以增加个体的积极情绪,减少消极情绪,缓解压力(杰弗瑞·戈比,2000)。对于个体在休闲过程中产生积极情绪的具体原因,学术界主要从美学、心理学和生理学角度进行诠释:从美学角度来看,人们休闲的过程也是追求美的过程,比如旅途中人们一定会欣赏沿途的美景(胡田,2013);心理学学者则认为,积极情绪的产生是因为人们心理需求得到了满足,而身心自由的愉悦体验是休闲旅游不可或缺的“生命”或“灵魂”(曹诗图、曹国新、邓苏,2011);从生理学角度看,休闲活动可以给人的感官如视、听、触、嗅等带来刺激,即通过给肌体带来畅爽感觉从而使人产生积极情绪(张高军、吴晋峰,2016)。还有学者证实了个体休闲情绪状态也受到人格特质的影响,如互依型自我建构特征影响着国人的休闲情绪(刘慧梅、戈登·沃克,2014),神经质、外倾性的个体容易受到积极情绪的影响(李淑娜,2005)等,但是,结合时间流逝感展开的相关研究不多。

综上所述,国内外在休闲行为方面的研究已经取得显著成果,但是基于情绪体验和时间体验视角的研究仍较为缺乏,有关时间流逝感的研究也处于探索

阶段。因此,本研究引入休闲活动这一情境,探讨人们在休闲状态下的积极情绪和时间流逝感的关系以及人格在两者之间的调节作用。

3. 研究假设

(1) 积极情绪和时间流逝感

时间流逝感受个体情绪的影响(Wittmann, Rudolph & Linares Gutierrez, et al., 2015)。当个体处于高兴、快乐等积极情绪时,感觉时间流逝得很快(Droit-Volet & Meck, 2007; Droit-Volet & Gil, 2009),而当他们感到悲伤时,会感觉时间流逝得慢(Droit-Volet & Wearden, 2016; Droit-Volet, Trahanias & Maniadakis, 2017)。据此,本研究以休闲状态下的人群为研究对象,调查其在休闲行为下的积极情绪对时间流逝感的影响。在情绪变量上,考虑到积极情绪包含不同维度,参考成熟量表提出如下假设:

H_{1a} : 个体的愉悦性正向影响其时间流逝感。

H_{1b} : 个体的思量性正向影响其时间流逝感。

H_{1c} : 个体的活跃性正向影响其时间流逝感。

H_{1d} : 个体的平静性正向影响其时间流逝感。

(2) 人格特质的调节作用

个体具有差异性,具有不同人格特质的个体在情绪层面的反映特征和对时间流逝的感知也存在差异,因而个体特质会影响其时间流逝感(Lamotte, Chakroun & Droit-Volet, et al., 2014)。有关大五人格的研究显示,神经质、外倾性的个体容易受到情绪的影响(李淑娜, 2005),神经质还正向影响时间流逝感(余习德、鲁成、高定国, 2018)。因而,结合本研究所关注的积极情绪与时间流逝感的关系,笔者进一步聚焦于神经质和外倾性两大人格特质。一方面,神经质对个体的情绪调节产生作用进而影响其认知、情感和行为,如神经质通过积极情绪—自尊和消极情绪—自尊两条中介链间接地对生活满意度产生影响(刘亚, 2012),神经质可以增强高中生日常消极生活事件对日常消极情绪体验的正向预测作用(张兴慧、罗玉晗、玄新等, 2019),对空军军人的研究也表明,高神经质个体对消极情绪有较高的易感性,即高神经质个体经历消极情绪时,可能具有更多消极的人际知觉,会更消极地看待人际环境(王佳、徐朝霞、汪涛, 2015)。另一方面,外倾性人格部分地通过情绪调节自我效能感而影响正性情绪(田学英、卢家楣, 2012),因而,外倾个体在日常生活中会体验到更多的正性情绪(赵迪、王娟、冯秀娟等, 2019),且对正性刺激有更为强烈的愉悦体验和情绪反应(何媛媛、袁加锦、伍泽莲等, 2008),高外倾性的个体会采取有效的情绪调节策略在工作生活中实现情绪调节(童玮珊、阴山燕、

孙红梅，2020）。医学领域的研究也证实了高外倾性个体容易体验到更多正性情绪，而高神经质个体易产生负性情绪（赵迪、王娟、冯秀娟等，2019）。

国外研究也有类似发现：与情绪更稳定的人相比，神经质程度高的人更容易感受到压力，更倾向于体验负面情绪；与内向的人相比，性格外向的人表现出更积极的情绪和更强的社交能力，对刺激的需求更高（Barańczuk，2019）；高度神经质的个体往往有更快和更强烈的情绪反应，并需要更长的时间才能回到他们的情绪基线（Puechlong，Weiss & Le Vigouroux，et al.，2020）；关于大五人格与心理健康关系研究的元分析发现，外倾性和神经质这两个特质对于各种心理疾病的临床症状具有多重显著的调节作用（Malouff，Thorsteinsson & Schutte，2005）。由此，笔者推论，外倾性和神经质比较明显的个体在休闲过程中的情绪变化水平可能相对较高，并对情绪与时间流逝感的关系构成潜在影响，据此提出如下假设：

H_{2a} ：神经质在情绪与时间流逝感之间起正向调节作用。

H_{2b} ：外倾性在情绪与时间流逝感之间起正向调节作用。

综上所述，本研究构建了以休闲状态下的积极情绪为自变量、时间流逝感为因变量、人格特质为调节变量的研究模型（见图1）。

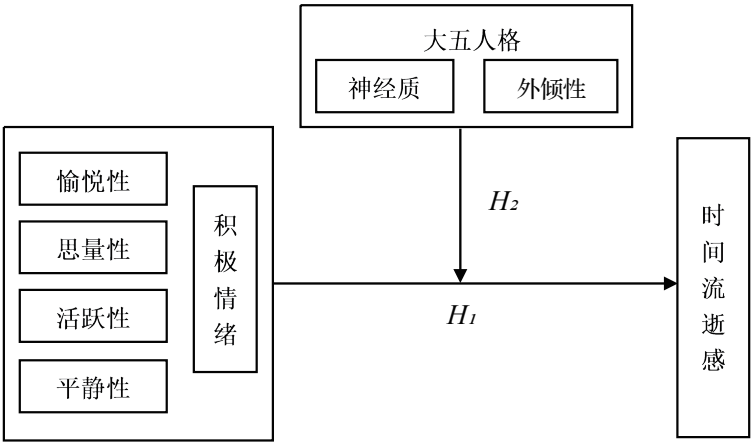


图1 研究模型
Fig. 1 Research model

三、研究设计

1. 研究工具

（1）积极情绪量表

常用的情绪量表有积极-消极情绪量表（Positive and Negative Affect

Schedule, Watson, Clark & Tellegen, 1988)、BFS心境量表(Abele-Brehm & Brehm, 1986)、POMS心境量表(Profile of Mood States, McNair, Lorr & Doppleman, 1971)、PAD情绪量表(Pleasure, Arousal and Dominance, Mehrabian, 1995)。其中,德国心理学家 Abele-Brehm 和 Brehm (1986)编制的 BFS 心境量表包含积极情绪和消极情绪两个维度,积极情绪维度包括活跃性、愉悦性、思量性和平静性,消极情绪维度包括愤怒性、激动性、抑郁性和无活力性。与其他情绪测量量表相比,拥有更均衡的情绪测量项目,能反映出更细致的情绪,也可以测量即时情绪,且适用于更广泛的人群。因此,本文采用 BFS 心境量表进行研究。有学者将该量表翻译成中文版并进行了两次信效度检验(姒刚彦、黄志剑,1997),结果显示各分量表的 α 系数均大于 0.70,具有良好的内部一致性。在 BFS 量表的两个维度中,每个维度再包括 4 个分量表,每个分量表再包含 5 个形容词条目。本研究基于旅游休闲具有追求身心自由与审美愉悦性的本质特征(曹诗图、曹国新、邓苏,2011)而展开,聚焦于休闲者的积极情绪对其时间流逝感的影响,因而只采用 BFS 量表中的“积极情绪”维度,即包括活跃性、愉悦性、思量性和平静性 4 个分量表,共计 20 个条目,并采用李克特五级评分方式(1~5 代表从“一点也不”到“完全如此”)。在本研究中,积极情绪的 α 系数为 0.893,4 个分量表的 α 系数分别为 0.884、0.840、0.891、0.756,说明量表信效度较高。

(2) 简版大五人格量表

对人格的测量,最常用的量表是由美国心理学家 McCrae 和 Costa 于 1992 年编制并于 1995 年修订的简版大五人格量表,即 NEO-PI-R 量表(Costa, McCrae & Kay, 1995)。该量表包含“开放性”(openness)、“尽责性”(conscientiousness)、“外倾性”(extraversion)、“宜人性”(agreeableness)和“神经质”(neuroticism)5 个维度,每个维度包含 12 个条目,被翻译成中文版后在我国广泛应用(曹慧、张建新,2007)。根据研究假设,本研究采用了简版大五人格量表中的“外倾性”和“神经质”两个维度,共 24 个条目,其中第 1、4、7、10、15、18、21、24 条目为反向计分题。在本研究中,神经质和外倾性两个维度的 α 系数分别为 0.863 和 0.794。

(3) 时间流逝感量表

本研究采用余习德、邓丽仪和鲁成等(2017)编制的时间流逝感量表,该量表包含“情绪情感”“生理易感性”和“行为反应倾向”3 个维度,共 11 个条目,其中“情绪情感”维度包含 4 个条目,“生理易感性”维度包含 4 个条目,“行为反应倾向”维度包含 3 个条目。本研究中,时间流逝感量表的 α 系数为 0.867。

(4) 休闲行为特征测量项

该部分内容主要调查被试的休闲行为特征, 包括 3 个测量项, 分别是“正在进行的休闲活动”“休闲活动的目的”“休闲同伴的选择”。

(5) 人口统计特征测量项

该部分内容主要调查被试的基本资料, 包含性别、年龄、学历、职业、收入水平、惯常居住地、健康状况和负性生活事件等信息。其中, 生活中近一年内无重大负性事件为有效样本的纳入标准。

2. 样本选择与调查方式

量表编制完成后, 笔者首先进行了小范围的预调研, 邀请到大学生、普通市民、公司职员等共 55 人进行问卷试填写, 对容易出现理解偏差的题项进行适当修改, 确定最终问卷。

正式问卷调查全部采用匿名形式, 以休闲者为调查对象。笔者于 2019 年 2 月 6 日到 3 月 15 日在广州塔、长隆欢乐世界等广州市休闲者比较集中的景区, 咖啡馆等大众休闲活动场所, 荔湾湖公园和天河公园等市民休闲活动场所随机抽取样本并发放纸质问卷。本次共发放问卷 512 份, 回收问卷 455 份, 剔除填写不完整以及最近生活中发生过负性事件的样本 55 个, 保留可利用的有效问卷 400 份, 问卷有效率为 87.91%。

样本的人口统计学特征表现为: 性别方面, 男性有 148 人, 占 37%, 女性有 252 人, 占 63%, 女性稍高于男性; 年龄方面, 19~25 岁群体所占比重较大, 达 50.25%, 说明样本主要集中在年轻群体; 学历方面, 本科学历比例最高, 占 44.75%, 其次是大专和硕士及以上学历, 说明样本总体上代表受教育程度较高的群体; 职业方面, 学生占 41.75%, 企/事业单位员工占 26%; 月收入水平方面, 样本的月收入水平集中在 1 万元以下; 54.75% 的被试来自广州市内, 其他来自深圳、上海、北京、大连、长沙、武汉等地, 多为观光休闲游客; 朋友数量方面, 多数样本的朋友数量为中等水平; 健康状况方面, 样本的身体健康状况普遍达到健康水平 (见表 1)。

表 1 样本概况 (N=400)
Tab. 1 Sample profile (N=400)

变量	分类	频数	百分比 (%)	变量	分类	频数	百分比 (%)
职业	企/事业单位员工	104	26.00	性别	男	148	37.00
	公务员	45	11.25		女	252	63.00
	个体经营者	39	9.75	惯常居住地	广州市内	219	54.75
	学生	167	41.75		广州市外	181	45.25
	自由职业者及其他	45	11.25				

续表							
变量	分类	频数	百分比 (%)	变量	分类	频数	百分比 (%)
年龄	18 岁以下	42	10.50	学历	高中 / 中专及以下	102	25.50
	19~25 岁	201	50.25		大专	74	18.50
	26~35 岁	102	25.50		本科	179	44.75
	36~45 岁	35	8.75		硕士及以上	45	11.25
	46 岁以上	20	4.5	月收入水平	≤ 2 000 元	115	28.75
健康状况	差	16	4.00		2 001~5 000 元	114	28.50
	一般	129	32.25		5 001~10 000 元	118	29.50
	好	255	63.75		≥ 1 万元	49	12.25

3. 数据处理

本研究利用统计分析软件 SPSS 23.0 对问卷数据进行处理，具体使用了描述性统计分析、单因素方差分析、独立样本 T 检验、线性回归分析和调节效应检验等功能。

四、休闲状态下积极情绪与时间流逝感的关系检验

1. 休闲行为特征分析

在休闲活动类型方面，接近半数的样本会选择消遣型娱乐，如喝咖啡、逛街、看电影、上网等活动，其次选择旅游观光，占 13.7%，选择教育发展、体育健身、怡情养生类休闲活动的占比分别为 9%、9.3% 和 11.7%，选择社会活动类休闲活动的占比最小，为 6.5%。在休闲目的方面，以放松心情为目的的占比高达 47.8%，以自我提升、放松身体、兴趣爱好为目的的占比分别为 12.2%、11.5% 和 13.3%，以人际交往为目的的仅占 5.5%。在休闲同伴的选择方面，以朋友为主，占比 44.8%，有 35.5% 的样本选择单独进行休闲活动，选择和家人或同事一起的分别占比 11.5% 和 5.2%（见表 2）。

表 2 休闲行为特征描述性分析
Tab. 2 Descriptive analysis of leisure behavior characteristics

	频次	百分比 (%)	累计百分比 (%)
1. 休闲活动类型			
消遣娱乐（咖啡馆、棋牌室、逛街、看电影、上网等）	199	49.8	49.8
旅游观光（近郊游、外地游、异国出游等）	55	13.7	63.5
教育发展（参观博物馆、学习声乐等）	36	9	72.5
体育健身（太极、高尔夫球、攀岩等）	37	9.3	81.8
怡情养生（摄影、阅读、美容等）	47	11.7	93.5
社会活动（聚会、传统节日等）	26	6.5	100

续表

	频次	百分比 (%)	累计百分比 (%)
2. 参加休闲活动的主要目的			
放松心情	191	47.8	47.8
自我提升	49	12.2	60
放松身体	46	11.5	71.5
兴趣爱好	53	13.3	84.8
人际交往	22	5.5	90.3
消磨时间	39	9.7	100
3. 休闲活动同伴类型			
家人	46	11.5	11.5
朋友	179	44.8	56.3
同事	21	5.2	61.5
单独	142	35.5	97
其他	12	3	100

2. 描述性统计分析

样本的时间流逝感得分的平均值为 3.37, 属于中上水平。从各维度来看, 生理易感性和行为反应倾向的得分均值偏大, 分别为 3.51 和 3.50, 情绪情感的平均值最小, 为 3.14, 但其标准差最大 (0.898), 说明不同个体的情绪表现有较大差异 (见表 3)。总体来看, 休闲状态下人们的时间流逝感较强, 这与 Droit-Volet 和 Wearden (2016) 得出的“人们普遍觉得时间流逝得很快”结论相吻合。

样本的积极情绪得分的平均值为 3.02, 属于中等水平。从各维度来看, 平静性均值最高, 为 3.15, 思量性的平均值最小, 为 2.84, 这与国外的相关研究存在差异, 但国内其他研究有类似结论 (俞慧燕, 2010)。笔者分析这可能与文化差异有直接关系, 该情绪量表由德国学者开发, 在西方, 思量是积极情绪, 笛卡尔的“我思故我在”体现了思考是人的本性之一; 而在中国, 思量是略偏中性的情绪, 文化差异可能导致中西方人对思量有不同的态度, 这种差异在一些文献中也得到了验证 (姒刚彦、黄志剑, 1997; 俞慧燕, 2010)。总体来看, 休闲状态下人们的情绪是开心、享受的, 这与“休闲会使人产生积极的情绪”结论基本一致 (孙惠君, 2008)。同时, 各维度的标准差都较大, 说明样本存在较大的个体差异 (见表 3)。

样本的神经质得分的平均值较小, 为 2.85, 外倾性得分的平均值略高, 为 3.11, 但神经质的标准差较大, 说明在神经质维度上个体差异相对较大。

表3 各变量的得分均值及标准差 (N=400)
Tab.3 Mean score and standard deviation of each variable (N=400)

变量	均值 ± 标准差	变量	均值 ± 标准差	变量	均值 ± 标准差
时间流逝感	3.37 ± 0.597	积极情绪	3.02 ± 0.585	神经质	2.85 ± 0.647
情绪情感	3.14 ± 0.898	愉悦性	3.11 ± 0.842	外倾性	3.11 ± 0.514
生理易感性	3.51 ± 0.700	思量性	2.84 ± 0.812		
行为反应倾向	3.50 ± 0.700	活跃性	2.97 ± 0.824		
		平静性	3.15 ± 0.727		

3. 方差分析

时间流逝感具有典型的年龄特征。研究证明，不论年龄阶层相差有多大（甚至相差 50 岁），人们普遍感觉生活中时间流逝得快，并没有表现出显著的年龄差异（Friedman & Janssen, 2010）。但学者也指出，几乎所有年龄层的被试都接受“当我们变老，时间会流逝得更快”这类表述（Janssen, Naka & Friedman, 2013）。对这一现象，学者们认为一方面原因是人们的信念错觉所致，另一方面的原因是反转效应，即老年人身上出现了慢流逝感的反转现象（Wearden, 2015）。时间流逝感还具有另一个典型特征——性别差异，即女性普遍比男性感觉时间流逝得快。导致这一现象的原因可能是，女性在生活中的角色比男性更丰富，且需要在各个角色间频繁切换，所以经常会处于繁忙的状态，进而导致感知时间流逝得更快（Janssen, Naka & Friedman, 2013）。

鉴于此，本研究将采用单因素方差分析（ANOVA）检验和独立样本 T 检验，分别检验时间流逝感在性别和年龄特征方面的差异性。结果显示，在时间流逝感变量上，不同性别的群体存在显著差异，女性群体时间流逝感得分的平均值为 38.23，明显高于男性，这也证实了前文提到的时间流逝感的性别差异特征。另外，在本研究中，男性群体时间流逝感得分的标准差值大于女性，说明男性群体中时间流逝感的个体差异较明显。

在时间流逝感变量上，不同年龄段的样本在 0.01 水平上存在显著性差异。其中，19~25 岁和 46~55 岁这两个年龄段群体的时间流逝感最强，56 岁以上群体的时间流逝感最弱，这与前文提到的信念错觉和反转效应相呼应（Wearden, 2015）。同时，值得注意的是，18 岁以下和 56 岁以上年龄段群体时间流逝感得分的标准差偏大，说明时间流逝感在年幼者和年长者中的个体差异较为明显（见表 4）。

表 4 时间流逝感在性别和年龄变量上的方差分析结果 (N=400)

Tab. 4 ANOVA results of feeling of the passage of time on gender and age variables (N=400)

变量		个数	均值	F/t 值
年龄	18 岁以下	42	35.29 ± 8.053	4.132**
	19~25 岁	201	38.18 ± 5.846	
	26~35 岁	102	35.52 ± 6.815	
	36~45 岁	35	35.11 ± 7.340	
	46~55 岁	10	37.10 ± 4.122	
	56 岁以上	10	33.10 ± 9.291	
性别	男	148	35.19 ± 7.025	-4.585**
	女	252	38.23 ± 6.012	

注: ** 表示在 $p < 0.01$ 水平上显著

4. 相关性分析

相关性分析结果显示: 外倾性与时间流逝感正相关, 神经质与时间流逝感负相关; 愉悦性、思量性、平静性和活跃性都与时间流逝感正相关 (见表 5)。

表 5 相关性分析结果 (N=400)

Tab. 5 Correlation analysis results (N=400)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. 性别	1									
2. 年龄	-0.27**	1								
3. 健康状况	-0.22**	0.06	1							
4. 时间流逝感	0.22**	-0.11*	-0.27**	1						
5. 外倾性	-0.05	-0.07	0.22**	0.20**	1					
6. 神经质	0.13**	-0.15**	-0.13**	0.22**	0.34**	1				
7. 愉悦性	-0.24**	0.14**	0.40**	0.19**	0.35**	-0.05	1			
8. 思量性	0.30**	-0.07	-0.17**	0.43**	0.24**	0.28**	-0.00	1		
9. 活跃性	-0.15**	0.02	0.30**	0.03**	0.50**	-0.01	0.74**	0.15**	1	
10. 平静性	-0.21**	0.16**	0.33**	0.19**	0.22**	-0.02	0.77**	0.09	0.52**	1

注: * 表示在 $p < 0.05$ 水平上显著; ** 表示在 $p < 0.01$ 水平上显著

5. 回归分析

采用线性回归分析对休闲状态下积极情绪对流逝感的影响效果进行检验 (见表 6), 在控制性别、年龄和健康状况的情况下, 回归分析结果显示: 愉悦性正向影响时间流逝感 ($B=0.25$, $t=2.78$, $p < 0.01$), 支持假设 H_{1a} ; 思量性正向影响时间流逝感 ($B=0.39$, $t=8.04$, $p < 0.001$), 支持假设 H_{1b} ; 活跃性正向影响时间流逝感 ($B=0.28$, $t=4.01$, $p < 0.01$), 支持假设 H_{1c} ; 平静性反向影响时间流逝感 ($B=-0.17$, $t=-2.39$, $p < 0.05$), 不支持假设 H_{1d} 。

表6 积极情绪影响时间流逝感的回归分析
Tab.6 Regression analysis of the effect of positive emotions on feeling of the passage of time

回归方程 (N=400)		M1			M2		
结果变量	预测变量	B	SE	t	B	SE	t
时间流逝感	性别	0.16	0.05	3.11**	0.03	0.05	0.64
	年龄	-0.06	0.05	-1.13	-0.03	0.05	-0.74
	健康状况	-0.23	0.05	-4.64***	-0.14	0.05	-2.77*
	愉悦性				0.25	0.09	2.78**
	思量性				0.39	0.05	8.04***
	活跃性				0.28	0.07	4.01**
	平静性				-0.17	0.07	-2.39*
R		0.32			0.51		
△ R ²		0.10			0.24		
F		14.96***			19.21***		

注：*、**、*** 分别表示在 $p<0.05$ 、 $p<0.01$ 、 $p<0.001$ 水平上显著

6. 调节效应检验

采用 SPSS 宏中的 Model1 (Model1 为简单的调节模型)，在控制性别、年龄和健康状况的情况下，对外倾性和神经质人格特质在休闲状态下对积极情绪和流逝感之间关系的调节作用进行检验 (见表 7)。其中，外倾性调节效应的检验结果表明：积极情绪对时间流逝感的预测作用不明显 ($B=-0.002$, $95\%CI=[-0.105, 0.102]$)，外倾性对时间流逝感的正预测作用明显 ($B=0.247$, $95\%CI=[0.145, 0.349]$)，积极情绪与外倾性交互项对时间流逝感的正预测作用明显 ($B=0.162$, $95\%CI=[0.066, 0.257]$)，说明外倾性对积极情绪和时间流逝感起正向调节作用。进一步进行简单斜率分析发现 (见图 2)，外倾性水平较低 ($M-1SD$) 的样本，积极情绪对时间流逝感的预测作用不明显 ($simple\ slope=-0.16$, $t=-2.36$, $95\%CI=[-0.299, -0.027]$)，外倾性水平较高 ($M+1SD$) 的样本，积极情绪对时间流逝感的正预测作用显著 ($simple\ slope=0.16$, $t=2.15$, $95\%CI=[0.014, 0.306]$)。

神经质调节效应的检验结果表明：积极情绪对时间流逝感的预测作用不明显 ($B=0.083$, $95\%CI=[-0.015, 0.181]$)，神经质对时间流逝感的正预测作用明显 ($B=0.162$, $95\%CI=[0.065, 0.258]$)，积极情绪与神经质交互项对时间流逝感的预测作用不明显 ($B=-0.003$, $95\%CI=[-0.087, 0.080]$)，说明神经质对积极情绪和时间流逝感之间关系不起调节作用。

表 7 外倾性和神经质人格特质的调节效应检验
Tab. 7 Testing the moderating effect of extraversion and neuroticism

回归方程 (N=400)		系数显著性			拟合指标		
结果变量	预测变量	B	95%CI		R	ΔR^2	F
时间流逝感			LLCI	ULCI	0.44	0.19	15.50***
	性别	0.17	0.076	0.266			
	年龄	-0.04	-0.131	0.057			
	健康状况	-0.27	-0.364	-0.172			
	积极情绪	-0.002	-0.105	0.102			
	外倾性	0.25	0.145	0.349			
	积极情绪 * 外倾性	0.16	0.066	0.257			
时间流逝感					0.37	0.14	10.32***
	性别	0.15	0.049	0.246			
	年龄	-0.04	-0.139	0.056			
	健康状况	-0.23	-0.333	-0.133			
	积极情绪	0.08	-0.015	0.181			
	神经质	0.16	0.065	0.258			
	积极情绪 * 神经质	-0.003	-0.087	0.080			

注：*** 表示在 $p<0.001$ 水平上显著

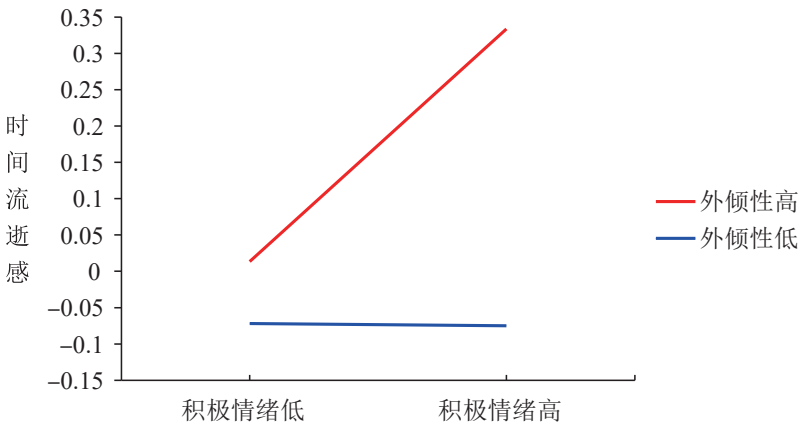


图 2 外倾性在积极情绪与时间流逝感之间关系中的调节作用

Fig. 2 Moderating role of extraversion between positive emotions and feeling of the passage of time

7. 总结

本研究考察了休闲状态下积极情绪对时间流逝感的影响，并对人格特质的调节作用进行了检验。假设验证结果显示：个体的愉悦性、思量性、活跃性、平静性都正向影响其时间流逝感；神经质在积极情绪与时间流逝感之间不起调节作用，外倾性在积极情绪与时间流逝感之间起正向调节作用（见表 8）。

表 8 假设检验结果汇总
Tab. 8 Summary of hypothesis test results

假设	假设内容	验证结果
H_{1a}	个体的愉悦性正向影响其时间流逝感	成立
H_{1b}	个体的思量性正向影响其时间流逝感	成立
H_{1c}	个体的活跃性正向影响其时间流逝感	成立
H_{1d}	个体的平静性正向影响其时间流逝感	不成立
H_{2a}	神经质在积极情绪与时间流逝感之间起正向调节作用	不成立
H_{2b}	外倾性在积极情绪与时间流逝感之间起正向调节作用	成立

五、结论与讨论

1. 结论

本研究构建了以休闲状态下的积极情绪为自变量、人格为调节变量、时间流逝感为因变量的假设模型，探讨了积极情绪对时间流逝感的影响以及人格特质的调节作用，主要结论如下：

首先，休闲状态下的时间流逝感与 Droit-Volet 和 Wearden（2015）的研究体现出一致性，即人们的时间流逝感普遍较强；且存在 Janssen、Naka 和 Friedman（2013）证实的女性普遍比男性感觉时间流逝得快的性别差异；在不同年龄段群体的时间流逝感方面，本文结论虽然与国外相关研究的结果相反，却证实了 Wearden（2015）的信念错觉和反转效应的解释是合理的。

其次，在休闲状态下，积极情绪中的愉悦性、思量性和活跃性与时间流逝感正相关，说明人们感觉幸福的休闲时光流逝得很快。平静性反向影响时间流逝感，说明人们感觉平静的休闲时光流逝得慢。

最后，外倾性对休闲状态下的积极情绪和时间流逝感之间关系存在显著的正向调节作用，即外倾性特质越强的人，在休闲状态下，其积极情绪对时间流逝感的影响越大；而神经质对休闲状态下的积极情绪和时间流逝感之间关系不存在调节效应。对此，可以尝试性进行解释：神经质和外倾性人格特质显著的个体，对于情绪的反应比较激烈（McNair, Lorr & Doppleman, 1971）。其中，外倾性是与积极情绪活动密切相关的人格特质（刘青飞、袁勇贵，2019），这种情绪的易感性会刺激个体对于时间流逝的感知程度，因而外倾性对休闲人群的积极情绪与时间流逝感的关系起到调节作用；而神经质的个体对于消极事件有体验上的偏好（徐晓睿、胡欣欣、王曾慧等，2015），即神经质人格特质更凸显个体对消极情绪的敏感性，但本研究主要关注积极情绪与时间流逝感的关系，可以从一定程度上解释神经质调节作用不显著。另外，部分关于人格类型

对个体时距认知影响的验证研究发现：在时间泛化范式下，外倾-低神经质组和内倾-低神经质组未表现出显著的生理唤醒效应，即在时距加工中，神经质人格水平的高低在时间两分法和时间泛化法则中未表现出明显差异（娄熠雪、蔡阿燕、杨洁敏等，2014），这也可以部分解释神经质在积极情绪和时间流逝感之间关系中的调节作用不显著。

2. 启示

本研究在休闲情境下探讨时间流逝感，证实了人们在休闲状态下的积极情绪对时间流逝感的正向作用，即说明“幸福的时光总是飞逝而过”是有科学依据的。

从实践角度看，本研究对人们的时间流逝感自我认知具有重要的现实意义，对人们的休闲行为、时间安排也具有一定的启示作用。本研究证实了参与休闲活动是一种有价值的时间分配和利用，不再是不创造财富的时间消费。实际上，休闲时光是一段快乐的时光，个体的休息时间越充足，其积极情绪越多（蒋艳，2016）。价值最大化的时间消费方式之一就是花费时间做合适的事情，而休闲正是一种合理的时间消费（李粉、廖红君，2018）。

因此，为了保证身心健康、提高生活质量，我们既需要学会适应时间的流逝，也要保证足够的休闲时间。为此，本文提出以下建议：（1）从个人的角度来讲，由于时间流逝感对日常生活有着不可忽视的指导作用，个体可以根据感知到的时间流逝的快慢来安排时间，具体表现为制定时间规划表、按时完成工作学习任务等，争取做到劳逸结合、规律生活。（2）从社会角度来看，企业应合理制定工作时间，落实好带薪休假制度，积极组织员工参与休闲活动。对旅游企业而言，在旅游开发过程中应充分考虑游客积极情绪的诱发，如在排队等候区，设置碎片化娱乐体验小项目等调节游客对时间流逝的主观感受，并在休闲旅游项目设计中，因时而异，因地制宜，开发设计“慢城”“慢游”“深度游”等项目，综合考虑游客积极情绪的诱发和时间节奏的安排，既让游客获得身心愉悦的体验，又张弛有度地策划宣传“慢生活”等休闲理念引导人们的休闲行为。

（3）政府应通过政策机制来保障人们的休闲时间，如实行弹性休假制度，将休闲时间集中起来，同时要多关注女性和作为社会发展重要担当的中间阶层的休闲时间，制定相关政策以提高这类人群的休闲参与度，让全民幸福健康具有时间制度上的基本保证。

3. 研究不足和展望

本文的研究不足在于，首先，样本集中于以学生为主的年轻群体上，且由于条件限制，调查样本主要分布在广东省，样本的普适性还有待提高。其次，

在调节变量的设置上可能还存在欠缺,数据分析结果显示,外倾性人格并没有显著的调节作用,这可能与其他变量的控制有关,促使笔者在以后的研究中关注到其他相关变量。再次,在变量的维度上,情绪变量只选择了积极情绪进行分析,人格变量只选择了神经质和外倾性进行考察,在后续的研究中,会考虑加入更丰富的维度进行探讨。最后,本研究的自变量(休闲者的积极情绪)和因变量(时间流逝感)之间的相关关系可能受其他中间变量的影响,或者有其他变量共同作用于这两者,笔者将在后续的研究中对此进行深入探讨。

当前,对时间流逝感的研究正处于起步阶段,还需要更多学者为之努力。在未来的研究中,可对时间流逝感的内涵进行更深入的解读,如剖析在中国的文化环境中,国人的时间流逝感是怎样的,时间流逝感是否存在跨文化差异等,研究者可深入挖掘时间流逝感对行为决策、职业与人生规划等方面的影响,以更好地服务于生活实践。

参考文献:

- [1] Abele-Brehm A, Brehm W. Zur Konzeptualisierung und Messung von Befindlichkeit. Die Entwicklung der "Befindlichkeitsskalen" (BFS) [J]. *Diagnostica*, 1986, 32 (3): 209~228.
- [2] Barańczuk U. The five factor model of personality and emotion regulation: A meta-analysis [J]. *Personality and Individual Differences*, 2019 (139): 217~227.
- [3] Blewett A E. Abnormal subjective time experience in depression [J]. *The British Journal of Psychiatry*, 1992, 161 (2): 195~200.
- [4] Costa P T Jr, McCrae R R, Kay G G. Persons, places, and personality: Career assessment using the revised NEO personality inventory [J]. *Journal of Career Assessment*, 1995, 3 (2): 123~139.
- [5] Dann G M S. Anomie, ego-enhancement and tourism [J]. *Annals of Tourism Research*, 1977, 4 (4): 184~194.
- [6] Droit-Volet S, Meck W H. How emotions colour our perception of time [J]. *Trends in Cognitive Sciences*, 2007, 11 (12): 504~513.
- [7] Droit-Volet S, Gil S. The time-emotion paradox [J]. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 2009, 364 (1525): 1943~1953.
- [8] Droit-Volet S, Wearden J H. Experience Sampling Methodology reveals similarities in the experience of passage of time in young and elderly adults [J]. *Acta Psychologica*, 2015 (156): 77~82.
- [9] Droit-Volet S, Wearden J. Passage of time judgments are not duration judgments:

- Evidence from a study using experience sampling methodology [J] . *Frontiers in Psychology*, 2016 (7) : 176.
- [10] Droit-Volet S, Trahanias P, Maniadakis M. Passage of time judgments in everyday life are not related to duration judgments except for long durations of several minutes [J] . *Acta Psychologica*, 2017 (173) : 116~121.
- [11] Droit-Volet S, Dambrun M. Awareness of the passage of time and self - consciousness : What do meditators report? [J] . *PsyCh Journal*, 2019, 8 (1) : 51~65.
- [12] Filep S, Pearce P. *Tourist Experience and Fulfilment : Insights from Positive Psychology* [M] . Abingdon : Routledge, 2013.
- [13] Flaherty M G, Freidin B, Sautu R. Variation in the perceived passage of time : a cross-national study [J] . *Social Psychology Quarterly*, 2005, 68 (4) : 400~410.
- [14] Friedman W J, Janssen S M J. Aging and the speed of time [J] . *Acta Psychologica*, 2010, 134 (2) : 130~141.
- [15] Janssen S M J, Naka M, Friedman W J. Why does life appear to speed up as people get older? [J] . *Time & Society*, 2013, 22 (2) : 274~290.
- [16] Lamotte M, Chakroun N, Droit-Volet S, et al. Metacognitive questionnaire on time : Feeling of the passage of time [J] . *Timing & Time Perception*, 2014, 2 (3) : 339~359.
- [17] Liu W, Aaker J. The happiness of giving : The time-task effect [J] . *Journal of Consumer Research*, 2008, 35 (3) : 543~557.
- [18] Malouff J M, Thorsteinsson E B, Schutte N S. The relationship between the five-factor model of personality and symptoms of clinical disorders : A meta-analysis [J] . *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 2005, 27 (2) : 101~114.
- [19] McNair D, Lorr M, Doppleman L F. *POMS Manual for the Profile of Mood States* [M] . San Diego : Educational and Industrial Testing Service, 1971.
- [20] Mehrabian A. Framework for a comprehensive description and measurement of emotional states [J] . *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 1995, 121 (3) : 339~361.
- [21] Puechlong C, Weiss K, Le Vigouroux S, et al. Role of personality traits and cognitive emotion regulation strategies in symptoms of post-traumatic stress disorder among flood victims [J] . *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 2020 (50) : 101688.
- [22] Watson D, Clark L A, Tellegen A. Development and validation of brief measures of positive and negative affect : The PANAS scales [J] . *Journal of Personality and Social Psychology*, 1988, 54 (6) : 1063~1070.
- [23] Wearden J H. Passage of time judgements [J] . *Consciousness and Cognition*, 2015 (38) : 165~171.

- [24] Wittmann M, Rudolph T, Linares Gutierrez D, et al. Time perspective and emotion regulation as predictors of age-related subjective passage of time [J]. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2015, 12 (12): 16027~16042.
- [25] Wyrick R A, Wyrick L C. Time experience during depression [J]. *Archives of General Psychiatry*, 1977, 34 (12): 1441~1443.
- [26] Zimbardo P G, Boyd J N. Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric [J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1999, 77 (6): 1271~1288.
- [27] 曹慧, 张建新. 中国人格评定量表(CPAI-2)简式量表修订[C]//中国心理学会. 第十一届全国心理学学术会议论文摘要集. 中国心理学会: 中国心理学会, 2007.
- [28] 曹诗图, 曹国新, 邓苏. 对旅游本质的哲学辨析[J]. *旅游科学*, 2011, 25 (1): 80~87.
- [29] 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[J]. *心理科学进展*, 2008, 16 (6): 887~891.
- [30] 胡田. 旅游“第三空间”的审美意蕴——基于哲学和美学的视角[J]. *四川师范大学学报(社会科学版)*, 2013, 40 (2): 46~50.
- [31] 蒋艳. 休闲时间对城市居民幸福感的影响机制研究(下)——以杭州市为例[J]. *湖北理工学院学报(人文社会科学版)*, 2016, 33 (1): 29~36.
- [32] 杰弗瑞·戈比. 你生命中的休闲[M]. 康箴, 译. 昆明: 云南人民出版社, 2000.
- [33] 李粉, 廖红君. 休闲、收入与城镇居民幸福感——来自中国家庭追踪调查的证据[J]. *人口与经济*, 2018 (1): 103~115.
- [34] 李淑娜. 浅析人格和积极情绪[A]. 第十届全国心理学学术大会论文摘要集[C]. 上海: 中国心理学会, 2005.
- [35] 刘慧梅, 戈登·沃克. 文化、自我建构与中国人的休闲[J]. *浙江大学学报(人文社会科学版)*, 2014, 44 (4): 146~158.
- [36] 刘青飞, 袁勇贵. 神经质人格特征的研究现状[J]. *心理学通讯*, 2019, 2 (4): 269~275.
- [37] 刘亚. 神经质与生活满意度的关系: 情绪和自尊的链式中介作用[J]. *心理科学*, 2012, 35 (5): 1254~1260.
- [38] 娄熠雪, 蔡阿燕, 杨洁敏, 等. 内-外倾人格对情绪调节的影响及神经机制[J]. *心理科学进展*, 2014, 22 (12): 1855~1866.
- [39] 马惠娣. 休闲——文化哲学层面的透视[J]. *自然辩证法研究*, 2000, 16 (1): 59~64.
- [40] 马惠娣. 人类文化思想史中的休闲——历史·文化·哲学的视角[J]. *自然辩证法*

- 研究, 2003, 19 (1): 55~65.
- [41] 马惠娣. 自由与审美: 休闲的两只翅膀 [M]. 北京: 文化艺术出版社, 2014.
- [42] 马克思, 恩格斯. 马克思恩格斯全集 [M]. 2 版. 北京: 人民出版社, 2002 : 287.
- [43] 潘海颖. 休闲与日常生活的反正——列斐伏尔日常生活批判的独特维度 [J]. 旅游学刊, 2015, 30 (6): 119~126.
- [44] 姒刚彦, 黄志剑. BFS 两次检验的介绍与结果对比分析 [J]. 西安体育学院学报, 1997, 14 (1): 76~79.
- [45] 宋瑞. 反思与演化: 近二十余年西方休闲研究的学理之辩 [J]. 旅游学刊, 2013, 28 (5): 15~24.
- [46] 孙惠君. 休闲与积极情绪的产生 [J]. 黑龙江教育学院学报, 2008, 27 (8): 78~81.
- [47] 田学英, 卢家楣. 外倾个体何以有更多正性情绪体验: 情绪调节自我效能感的中介作用 [J]. 心理科学, 2012, 35 (3): 631~635.
- [48] 童玮珊, 阴山燕, 孙红梅. 大学生人格特征、情绪调节与手游行为偏好的关系研究 [J]. 心理技术与应用, 2020, 8 (1): 17~24.
- [49] 托斯丹·本德·凡勃伦. 有闲阶级论 [J]. 蔡受百, 译. 北京: 商务印书馆, 1964.
- [50] 王佳, 徐朝霞, 汪涛. 特殊环境空军军人人际敏感特点及其与人格特征和情绪的关系 [J]. 中国心理卫生杂志, 2015, 29 (12): 952~956.
- [51] 王俊秀. 正视“时间流逝感”带来的压力 [N]. 新华日报, 2018-08-21 (014).
- [52] 王鹏. 时间定价与幸福体验的关系 [D]. 上海: 上海师范大学, 2018.
- [53] 徐晓睿, 胡欣欣, 王曾慧, 等. 高中生人格特质、时间管理系倾向与考试焦虑的关系 [J]. 科教文汇, 2015 (6): 132~134.
- [54] 徐雨晨, 张海洲, 陆林. 国际休闲研究综述——基于 *Journal of Leisure Research*、*Leisure Sciences*、*Leisure Studies* 的统计分析 [J]. 旅游学刊, 2019, 34 (3): 134~148.
- [55] 俞慧燕. 大学生排球运动员比赛心境变化的分析 [J]. 浙江体育科学, 2010, 32 (3): 97~99.
- [56] 余习德, 邓丽仪, 鲁成, 等. 时间流逝感: 概念探索、问卷编制及其信效度研究 [J]. 心理技术与应用, 2017, 5 (9): 542~552.
- [57] 余习德, 邓丽仪, 熊希灵, 等. 时间流逝感: 时间心理学新视野 [J]. 心理研究, 2018, 11 (6): 483~493.
- [58] 余习德, 鲁成, 高定国. 时间流逝感与时间观、人格之间的关系研究 [J]. 心理技术与应用, 2018, 6 (8): 493~502.
- [59] 张高军, 吴晋峰. 再论旅游愉悦性: 反思与解读 [J]. 四川师范大学学报 (社会科学版), 2016, 43 (1): 50~56.

- [60] 张兴慧, 罗玉晗, 玄新, 等. 日常生活事件与高中生日常情绪体验的多层分析——神经质的调节作用 [J]. 心理与行为研究, 2019, 17 (3): 348~353.
- [61] 赵迪, 王娟, 冯秀娟, 等. 医学生正负性情绪在人格特质与共情间的中介作用 [J]. 中国高等医学教育, 2019 (1): 9~10.

The Effect of Positive Emotions on Leisure Travelers' Sense of Time Passing: The Moderating Role of Personality

XIONG Wei / SONG Xinxin

(School of Tourism Management, South China Normal University,
Guangzhou 510631, China)

Abstract: In the current institutionalized society, the sense of time passing has become an important research topic. Although the positive emotions of leisure travelers may affect their sense of time passing, existing research has paid inadequate attention to this notion. This paper studies the influence of leisure travelers' positive emotions on their sense of time passing and explores the moderating role of personality traits. 400 valid samples have been collected from a questionnaire and analyzed through the spss23.0 statistical software. The results show that, first, a sense of pleasure, activeness, thinking, and calmness resulting from positive emotions have a significantly positive impact on leisure travelers' sense of time passing, which supports the general perception that "time flies much faster when people have fun and pleasure"; second, that extroversion plays a positive moderating role between positive emotions and a sense of time passing; and, finally, that a neurotic personality does not play a moderating role between positive emotions and a sense of time passing. It is hoped that the conclusion of this study may shed some light on the leisure behavior of people and the proper arrangement of time.

Keywords: leisure; emotion; positive emotion; a sense of time passing; personality