

DOI: 10.13718/j.cnki.xdzk.2018.12.023

大学生生命意义源与社会适应的关系：生命意义感的中介作用^①

谭 蔓^{1,2,3}, 张琳雅^{1,2}, 郭 成^{1,2}, 李振兴⁴

1. 西南大学 心理健康教育研究中心, 重庆 400715; 2. 西南大学 心理学部 心理健康与社会适应实验室, 重庆 400715;
3. 重庆大学 心理健康教育与咨询中心, 重庆 400044; 4. 淮北师范大学 教育学院, 安徽 淮北 235000

摘要: 为探讨大学生生命意义的结构, 采用项目分析、探索性因素分析和验证性因素分析等方法, 先后 2 次分别对 273 名和 180 名大学生进行问卷调查以及数据统计分析, 编制了由 31 个条目构成的大学生生命意义问卷; 之后采用社会适应问卷和自编的大学生生命意义问卷对 450 名大学生进行调查, 探讨生命意义与社会适应的关系。结果显示: 大学生生命意义问卷共有生命意义感、生命意义源 2 个维度, 包括生命意义目的感、自我实现、自我奉献、归属与爱、人生哲学、生命意义危机感 6 个因子, 且信效度良好。大学生生命意义感、生命意义源得分与其社会适应总分呈显著正相关(p 值均 <0.01), 生命意义感在生命意义源和社会适应的关系之中具有部分中介作用, 中介效应为 94.8% ($\chi^2/df=4.495$, $RMSEA=0.088$, $CFI=0.917$, $TLI=0.889$)。大学生的生命意义源可直接影响其社会适应状况, 也可通过生命意义感产生间接影响。

关键词: 生命意义; 结构; 社会适应; 大学生

中图分类号: B849

文献标志码: A

文章编号: 1673-9868(2018)12-0146-09

生命意义最早由 Frankl^[1] 提出, 他认为在艰苦的环境下, 生命意义会提高人的生存能力。Frankl 之后, 学者们均强调生命意义对个体身心健康的重要性, 认为个体的生命意义是促进其健康的一个重要心理变量^[2-3]。有研究发现^[4], 生命意义能保护个体远离消极的心理状态; Zika 等^[5] 的研究显示, 生命意义与心理健康具有显著相关, 拥有生命意义感的人往往人生态度正向积极; 生命意义与家庭亲密度^[6]、教养方式^[7]、生活满意度^[8] 相关, 而缺乏生命意义可能会触发心境障碍, 导致神经症^[9-10]。国内研究也发现, 个体孤独感^[11-12]、自杀意向^[13]、个体犯罪^[14]、吸毒行为^[15] 等均与缺乏生命意义有关。

关于生命意义的内涵和结构, 研究者们有不同的理解。有研究者^[16] 提出, 生命意义是指人们对自己生命的理解和体会, 以及对目标、任务或使命的领悟。另有研究者^[17] 认为, 生命意义是对于秩序、一致性和个体存在目的的认识, 对有价值的目标的追求和实现, 以及伴随的一种成就感。而生命意义的提出者 Frankl^[1] 认为, 生命意义是指人们对自己生命目标和目的的认识及追求。本研究采用 Steger 等人^[18] 的观点, 认为生命意义是个体存在的意义感和对自我重要性的感知。关于生命意义的结构, 多数研究者认为是多维的, 如 Yalom^[19] 提出了生命意义的二维理论, 一是宇宙的意义, 它代表某种外部的、超越宇宙的定律, 这种定律超出了人类的理解, 个体生命的价值是要找到上帝的旨意; 二是个人的意义, 体现在个人的生命目的和价值之上。Wong 等人^[20] 认为意义是多层面的, 即一个存在于社会中的人, 所具有的和谐感和目的感, 追求并实现有价值的目标和自我满意; Steger 等人^[18] 认为生命意义包含拥有意义和追

① 收稿日期: 2017-12-07

基金项目: 重庆市人文社会科学重点研究基地重点课题(16SKB029)。

作者简介: 谭 蔓(1993-), 女, 硕士研究生, 主要从事心理健康与社会适应的研究。

通信作者: 郭 成, 教授, 博士研究生导师。

寻意义 2 个维度。拥有意义指人们了解自己,明白自己生活的目的和使命并力求完成这些目的和使命,追寻意义是努力寻找生活目的和意义的过程;何英奇^[21]认为生命意义包括对意义的追求、存在盈实、生命目的、生命控制、苦难接受和死亡接纳 6 个部分;Schnell 等人^[22]将生命意义分为意义感和意义源,将意义感定义为个体在经历生活事件时获得意义的感受程度;将意义源定义为人们在人生过程中获得意义的事件。总之,生命意义感,即感知到自身生命存在的价值和意义,与生命意义源之间存在一定程度的相关。一个人对其生命意义存在的感知能力,能明显影响到他对自身生命意义的判断,从而影响到一个人的生存能力与心理健康。

尽管生命意义及其相关研究已经非常丰富,但关于生命意义的综合化测量却比较缺乏。直到 Schnell 等^[22-23]基于行动理论提出生命意义的层次模型,开发出基于生命意义源与生命意义感的问卷(SoMe),才推动了生命意义感和生命意义源的综合化研究,是生命意义研究中的一个新突破。但目前国内对生命意义的研究较为单一,如直接使用“生命意义感”或者把生命意义和生命意义感混用等^[24-25]。本研究采用综合化的研究取向,通过对国内外已有研究的总结和归纳,基于 Steger 等人对生命意义的理解,借鉴 Schnell 综合化研究的理论模型,同时参考 Schnell 的生命意义感和生命意义源的维度划分,把生命意义感界定为个体对自我生命存在的价值和意义以及生命目标的感受程度;把生命意义源界定为个体在生活中所经历、所获得的对自身生命有价值的物质和意识。

生命意义的相关研究^[26-27]发现,大学生的生命意义与其社会适应之间具有显著正相关,不同适应程度的大学生在生命意义上存在显著差异。比如,生命意义可以有效预测学校适应,具有充分生命意义的青少年总是力争实现其内在价值^[28];拥有较高生命意义感的大学新生可以获得更好的心理适应^[29];同时,还有研究^[30]发现,生命意义感与个体生活适应状况显著相关。David 等^[31]在近年的一项研究中发现,对生命意义的探寻可以通过自我生命意义的存在,即生命意义感间接影响到人们的日常幸福感;Matthew 等人^[32]的研究发现,在心理上模拟的未来事件可以通过主观质量间接增加对生命意义的感知,即人们的主观幸福感越高的时候,生命意义的感知程度也会处于较高的水平。从已有的理论基础和研究,我们可以推断,生命意义感与主观幸福感存在一种互惠效应。从积极心理学的角度来看,主观幸福感是社会适应和心理健康的重要指标,因此,我们可以假定生命意义对社会适应有一定的预测作用。

社会适应是个体通过改变自身或顺应环境来达到社会化的过程。那么,生命意义如何影响个体的社会适应呢?在 Schnell 的生命意义层次模型中,生命意义历经知觉、行动、目标、意义来源以及意义获得和感知等 5 个基本过程,并且这 5 个过程相互联系、相互影响。其中意义源和意义感是与生命意义的产生联系最直接和紧密的 2 部分,意义感作用于意义源之上使个体体会到其生命价值。因此,生命意义源可能通过生命意义感影响个体的社会适应。但具体来说,生命意义源和意义感这 2 种成分对社会适应的作用机制是否存在不同以及这 2 种成分是否交互影响着个体的社会适应,还缺乏深入探讨。为此,本研究在编制大学生生命意义问卷的基础上,探讨生命意义中的意义源、意义感与社会适应的关系,以拓展生命意义的研究,同时为大学生生命教育提供依据。

1 对象与方法

1.1 对象

本研究采用随机抽样的方法,分 3 次抽取重庆市 2 所大学学生作为被试:第一次共抽取被试 300 名,剔除不完整问卷及废卷后,有效问卷 273 份,回收率 91%,其中,男生 157 名,女生 116 名,这部分被试为样本 1;第二次共抽取被试 200 名,剔除不完整问卷及废卷后,有效问卷 180 份,回收率 90%,其中,男生 85 名,女生 95 名,这部分被试为样本 2;第三次共抽取被试 480 名,剔除不完整问卷及废卷后,有效问卷 450 份,回收率 93%,其中,男生 218 名,女 231 名,缺失 1 名,这部分被试为样本 3。

1.2 方法

大学生生命意义问卷。首先编制大学生生命意义开放式问卷,采用方便抽样的方法并结合访谈进行调查。开放式问卷的问题有“请写出你对生命意义的具体理解,以及你理想中有意义的生活是什么样子”等。根据大学生生命意义的维度构想,并在开放式问卷调查的基础上产生了 2 个分问卷,分别是生命意义感分

问卷和生命意义源分问卷, 共 58 个项目(包含一道测谎题)。生命意义感解释了个体对生命意义的感知程度, 是个体当前的感知现状; 生命意义源解释了个体对生命意义来源的认识, 是个体对生命意义来源的认知情况。最终问卷共有 31 个项目, 采用李克特 5 点计分法, 生命意义感分问卷的自评程度由“完全不符合”到“完全符合”, 生命意义源分问卷的自评程度由“完全不重要”到“非常重要”。

大学生社会适应问卷。该问卷由方从慧编制^[33], 采用 5 点记分, 共 23 个题目, 5 个因子。因子累计贡献率为 52.278%, 同质性信度为 0.791。经本研究检验, 内部一致性 α 系数为 0.842, 达到比较理想的水平。问卷总分越高, 表明大学生社会适应水平越高。

利用自编的大学生生命意义问卷对样本 1 进行初测, 对样本 1 数据进行项目分析和探索性因素分析, 形成正式问卷; 利用正式的大学生生命意义问卷对样本 2 进行测量, 对样本 2 的数据进行验证性因素分析, 形成最终问卷; 利用最终的大学生生命意义问卷和大学生适应问卷对样本 3 进行测量。

1.3 统计学处理

所有数据使用 SPSS 20.0 和 Mplus 7.0 进行统计分析。

2 结 果

2.1 项目分析和探索性因素分析

对预测数据做项目分析得到鉴别力指数 CR , 题目与总分的相关系数为 r 。对于 $|CR| < 3.00$ 或 $r < 0.30$ 的项目予以删除; 利用主成分分析法对问卷进行探索性因素分析, 抽取特征根大于 1 的因素, 然后采用最大方差法求得因素负荷矩阵。根据因子分析筛选题项的准则, 共删除 27 个项目(包含一道测谎题), 最终剩余 31 个项目(表 1)。根据因子所含项目的内容, 6 个因子分别命名为: 生命意义目的感(个体对生活以及生活目的的感知程度)、生命意义危机感(个体由于空虚感和无目的感而导致无意义感的程度)、归属与爱(大学生人际交往方面的内容及归属感)、自我奉献(大学生对周围人的付出)、自我实现(大学生努力奋斗、追求目标)、人生哲学(大学生价值观、道德和责任)。

表 1 大学生生命意义问卷的探索性因素分析

项目	因 素						共同度
	生命意义目的感	自我实现	自我奉献	归属与爱	人生哲学	生命意义危机感	
Q5	0.820						0.702
Q7	0.818						0.711
Q3	0.792						0.695
Q8	0.766						0.649
Q4	0.754						0.663
Q6	0.726						0.619
Q1	0.580						0.482
Q39		0.728					0.681
Q40		0.717					0.622
Q38		0.713					0.561
Q41		0.648					0.614
Q32		0.557					0.512
Q36		0.550					0.503
Q29			0.792				0.754
Q31			0.704				0.645
Q30			0.680				0.691
Q28			0.655				0.643
Q24			0.587				0.514
Q21				0.816			0.711
Q22				0.778			0.691

续表 1

项目	因 素						共同度
	生命意义目的感	自我实现	自我奉献	归属与爱	人生哲学	生命意义危机感	
Q19				0.722			0.593
Q18				0.683			0.632
Q23				0.594			0.520
Q51					0.770		0.718
Q50					0.674		0.626
Q52					0.645		0.638
Q49					0.596		0.641
Q14						0.803	0.731
Q15						0.769	0.687
Q13						0.738	0.663
Q12						0.643	0.558
特征值	9.920	3.549	2.104	1.623	1.304	1.169	
贡献率%	32.001	11.45	6.786	5.236	4.207	3.772	
累计率%	32.001	43.451	50.237	55.473	59.68	63.452	

对 6 个一阶因素均分再做探索性因素分析, 根据理论维度固定抽取 2 个因子, 探讨其二阶因子结构。结果显示, 自我实现、自我奉献、人生哲学以及归属与爱 4 个因子同属于同一个二阶因子, 即生命意义源, 其因子载荷在 0.701~0.844 之间; 生命意义目的感和生命意义危机感同属于一个二阶因子, 即生命意义感, 其因子载荷在 0.810~0.848 之间。2 个二阶因子共同解释 68.871% 的总体方差, 表明 6 个因素拥有 2 个不同的潜变量。

2.2 验证性因素分析

使用 Mplus 7.0 对样本 2 的数据进行验证性因素分析, 考察问卷的结构效度; 分析 31 个项目的正式问卷模型对数据的拟合程度, 验证性因素分析结果见表 2 和图 1, 模型的主要拟合指标(表 2)表明模型拟合良好, 模型各条目标准化的因子负荷均大于 0.4(图 1), 问卷具有较好的结构效度。

表 2 大学生生命意义问卷因素结构的验证性因素分析

Model	χ^2	<i>df</i>	<i>TLI</i>	<i>CFI</i>	<i>AIC</i>	<i>BIC</i>	<i>RMSEA</i> (90%CI)	<i>SRMR</i>
拟合指标	705.225	424	0.861	0.873	10 946.711	11 275.585	0.061(0.053, 0.069)	0.077

2.3 信效度分析

本研究中大学生生命意义总问卷基于标准化的克伦巴赫 α 系数为 0.917, 检验的结果如表 3 所示, 各个维度的内部一致性系数在 0.797~0.882 之间, 表明本问卷具有非常良好的内部一致性; 同时, 本问卷各维度与总分的相关在 0.594~0.764 之间, 维度之间的相关在 0.229~0.643 之间, 表明各维度与总问卷之间具有较高的正相关, 维度之间的具有中低程度的正相关。

表 3 大学生生命意义问卷的信度检验

	生命意义 目的感	生命意义 危机感	归属 与爱	自我 奉献	自我 实现	人生 哲学	总问卷
α 系数	0.882	0.800	0.818	0.858	0.830	0.797	0.917

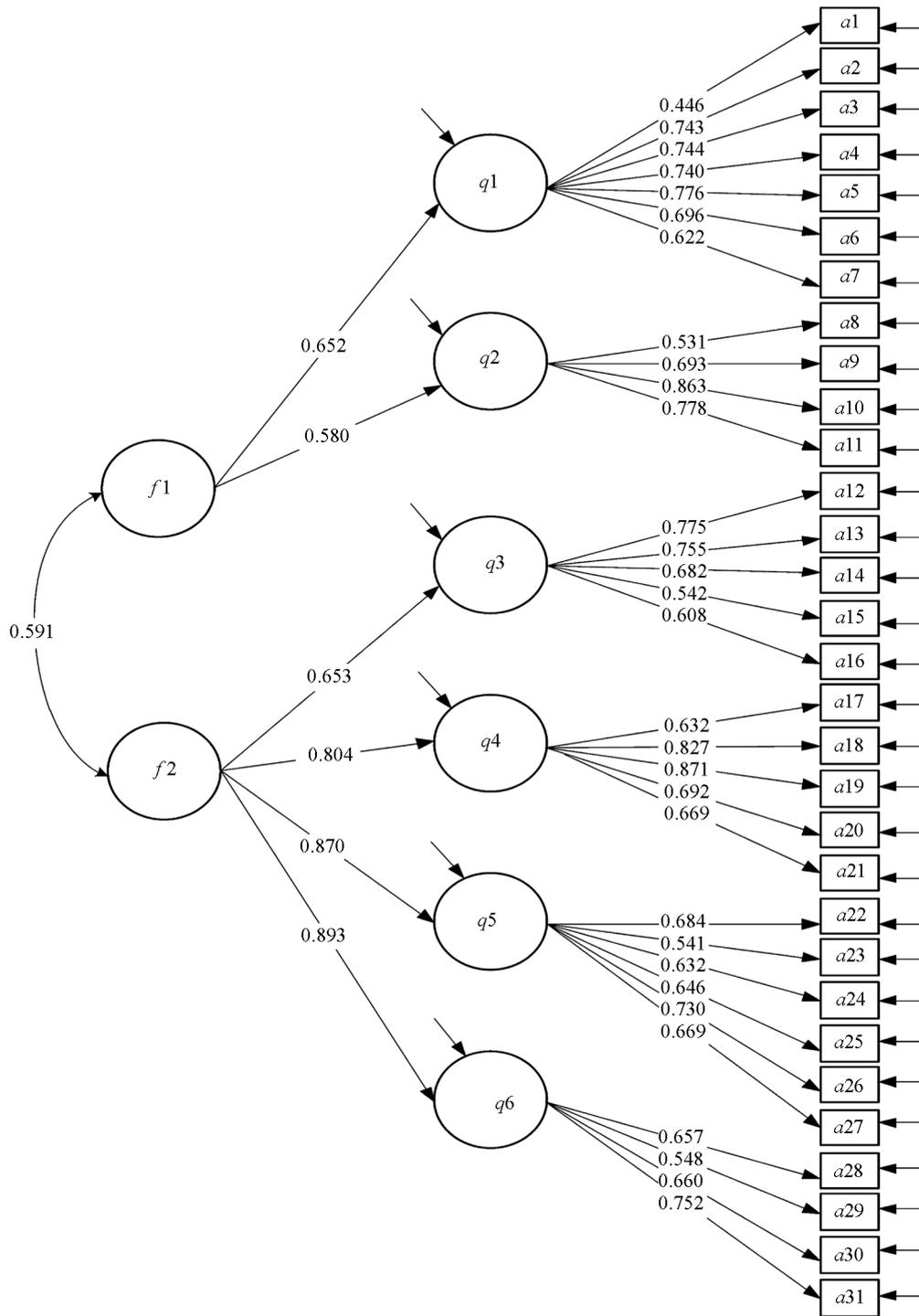
2.4 共同方法偏差检验

本研究采用 Harman 单因素检验法进行共同方法偏差检验, 发现第一个公因子的方差解释率为 23.395%, 特征根大于 1 的因子有 12 个, 没有出现“只析出一个因子或某个因子解释率特别大”的情况, 以此判定, 本研究数据不存在共同方法变异, 数据推出的各变量间的关系是可信的。

2.5 生命意义与社会适应的关系

2.5.1 大学生生命意义源、生命意义感与社会适应的相关分析

如表 4 所示, 对生命意义和社会适应进行相关分析发现, 生命意义源和生命意义感与社会适应均存在显著的正相关($p < 0.001$)。



$f1$ =生命意义感; $f2$ =生命意义源; $q1$ =生命意义目的感; $q2$ =生命意义危机感;
 $q3$ =归属与爱; $q4$ =自我奉献; $q5$ =自我实现; $q6$ =人生哲学.

图 1 生命意义问卷的二阶双因子模型的验证性因素分析

表 4 大学生生命意义和社会适应的相关(r)

	1	2	3
1 社会适应	1		
2 生命意义感	0.619***	1	
3 生命意义源	0.470***	0.430***	1

注: *** 代表 $p < 0.001$.

2.5.2 大学生生命意义感在生命意义源与社会适应之间的调节效应

调节效应检验结果显示,生命意义感和生命意义源对社会适应具有显著的正向预测作用($R^2=0.441$, $F(2, 447)=176.639$, $p<0.001$),生命意义感与生命意义源的交互作用项对社会适应的作用未达到显著性($R^2=0.444$, $F(3, 446)=118.664$, $p=0.162$),说明生命意义感在生命意义源和社会适应之间不存在调节作用(表 5).

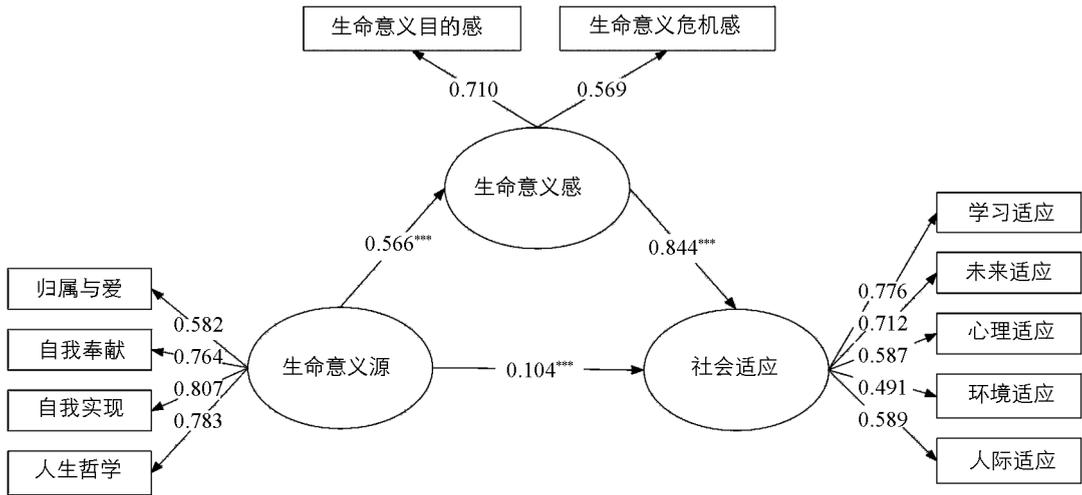
表 5 生命意义感在生命意义源与社会适应之间的调节作用分析

因变量: 社会适应		Beta	R^2	ΔR^2	ΔF
1	生命意义源	0.254***	0.441	0.441	176.639***
	生命意义感	0.519***			
2	生命意义源	0.263***	0.444	0.002	1.958
	生命意义感	0.516***			
	生命意义感 X 生命意义源	0.050***			

注:***代表 $p<0.001$.

2.5.3 大学生生命意义感在生命意义源与社会适应之间的中介效应

运用 Mplus 7.0 并采用 Bootstrap 检验中介效应,以生命意义源为自变量,生命意义感为中介变量,社会适应为因变量,最终建立模型图图 2. 结果表明, $\chi^2/df=4.495$, $RMSEA=0.088$, $CFI=0.917$, $TLI=0.889$, 中介效应在 95% 的置信水平下的置信区间为 $[0.311, 0.643]$. 由结果可知,中介模型的拟合度在可接受范围内,生命意义源直接预测社会适应,同时也能通过生命意义感的中介作用预测社会适应. 因此生命意义感在生命意义源与社会适应的关系中起部分中介的作用,其中总效应为 0.503,中介效应为 0.477,中介效应占总效应的比例为 94.8%.



***代表 $p<0.001$.

图 2 生命意义感在生命意义源与社会适应之间的中介作用分析

3 讨论

3.1 大学生生命意义问卷的结构分析

本研究以生命意义的 3 个不同的结构侧面为理论依据,即意义从哪里来、意义的多样性、意义的多少,对生命意义进行结构的划分. 本研究发现生命意义问卷共 6 因子,因子的贡献率由高到低依次是生命意义目的感、自我实现、自我奉献、归属与爱、人生哲学、生命意义危机感. 研究结果与理论假设的生命意义的心理结构基本一致,生命意义目的感、生命意义危机感归属于生命意义感,而自我实现、自我奉献、归属与爱、人生哲学则归属于生命意义源.

3.2 问卷的信效度

从问卷的信效度来看,探索性因素分析得到的维度结构与质性研究建构的理论结构在整体上基本吻合,

在定量研究层面进一步确认了大学生生命意义问卷由生命意义源和生命意义感2个分维度组成,共包括生命意义目的感、自我实现、自我奉献、归属与爱、人生哲学、生命意义危机感6个因子。进一步进行验证性因素分析,结果显示,模型整体拟合情况良好;相关分析发现,各维度与总问卷之间具有较高的正相关,维度之间具有中低程度的正相关,说明各维度既显示出一定的独立性,又能集中反映生命意义的内容。从信度来看,自编问卷的Cronbach's α 系数为0.917,各维度的Cronbach's α 系数在0.797~0.882之间,表明问卷具有良好的内部一致性。综上,问卷有良好的信效度,具有一定的可使用性,可以为后续生命意义的相关研究提供工具参考。

3.3 生命意义与社会适应的关系

本研究表明,大学生生命意义感、生命意义源得分与其社会适应总分之间均存在显著的正相关。进一步的研究结果显示,在生命意义源与社会适应的关系中,生命意义感是一个中介变量而非调节变量,说明生命意义源与社会适应的变化关系不因生命意义感的不同而不同,但生命意义源可以通过生命意义感来间接影响个体的社会适应水平。生命意义感在生命意义源与社会适应的关系中起部分中介作用,因此,个体生命意义的广度,即生命意义源能直接影响个体的社会适应状况,同时,个体的生命意义源还通过感知到的自我生命存在的价值和意义,即生命意义感来间接影响个体的适应状况。意义治疗理论^[1]认为个体缺乏生命意义将会导致个体无意义感,产生很多心理和行为问题,而如果个体能从生活中领悟自己生命的意义,将能改变其人生观,进而面对现实,积极乐观的活下去,个体的心理和行为问题也能随之消失。因此,生命意义的来源越多,即获得更多的社会支持和归属感,找到自我实现的目标,明白生活中的哲学和道理,发现自己对社会和他人的意义,能使个体积极乐观地生活,提高个体的社会适应水平。近期的一项研究也显示,生命意义的重要来源——长期目标进展能在死亡相关认知即对生命意义判断的影响中起到一定的调节作用,在低运动能力人群中(即不能及时调整新的目标的群体),死亡率能显著负向预测那些觉得自己更接近达成长期目标的参与者对生命意义的感知^[34],即生命意义源与个体的适应能力都能在一定程度上影响到生命意义感,这与本研究 and 前人研究文献中的结论都是一致的。当个体的生命意义感水平较高时,个体能从其生命意义的来源中获得更多的目的感和意义感,使个体充满力量,对自己的生活有明确的目标,有努力的方向,个体便会朝着自己的目标努力,这能够提高个体价值感、控制感,从而更好地适应社会;同时,个体较高的适应能力也会反向作用于生命意义感。通常,拥有更好的社会适应能力的人也会拥有更高水平的生命意义感,从而形成一种良性循环;反之,则会使个体产生学业倦怠和社会性无聊感^[35],缺乏社会支持^[36],形成手机依赖^[37]等,这将不利于个体的社会适应。

生态系统理论^[38]强调个体的发展受环境系统与个体系统相互作用的影响。生命意义感强调个体对自身生命存在价值的感知,主要是个体内部系统决定的;而生命意义源是个体在生活中所经历的、获得的对自身生命有价值的物质和意识,这主要由个体外部系统所决定的。这可能是生命意义感在生命意义源与社会适应的关系中的调节效应不显著的原因,因为生命意义源具有相对稳定性,而社会适应状况同时受到个体外部系统生命意义源和个体内部系统生命意义感的共同作用,因此,要提高个体的社会适应水平,可以从增加个体外在的生命意义的来源,并提升个体对生命目的和价值的感知程度两个方面入手。

4 结 论

1) 大学生生命意义问卷包括生命意义源和生命意义感2个维度,共6个因子,其中自我实现、自我奉献、归属与爱、人生哲学4个因子归属于生命意义源,生命意义目的感和生命意义危机感2个因子归属于生命意义感。

2) 大学生生命意义感、生命意义源得分和与其社会适应总分呈显著的正相关。

3) 大学生生命意义感在生命意义源和社会适应的关系中起着部分中介作用。

参考文献:

- [1] FRANKL V E. Man's Search for Meaning (Reviseded.) [M]. New York: Simon and Schuster, 1985.
- [2] BONEBRIGHT C A, CLAY D L, ANKENMANN R D. The Relationship of Workaholism with Work-Life Conflict, Life Satisfaction, and Purpose in Life [J]. Journal of Counseling Psychology, 2000, 47(4): 469—477.

- [3] FRY P S. The Unique Contribution of Key Existential Factors to the Prediction of Psychological Well-Being of Older Adults Following Spousal Loss [J]. *Gerontologist*, 2001, 41(1): 69—81.
- [4] PEARSON P R, SHEFFIELD B F. Psychoticism and Purpose in Life [J]. *Personality and Individual Differences*, 1989, 10(12): 1321—1322.
- [5] ZIKA S, CHAMBERLAIN K. On the Relation between Meaning in Life and Psychological Well-Being [J]. *British Journal of Psychology*, 2011, 83(1): 133—145.
- [6] 白艳巧. 大学生家庭亲密度、自我和谐与生命意义感的关系研究 [D]. 开封: 河南大学, 2016.
- [7] 朱志红, 孙配贞, 郑雪, 等. 高职生父母教养方式与生命意义: 自尊的中介作用 [J]. *中国心理卫生杂志*, 2011, 25(9): 695—699.
- [8] SELIGMAN M E P. *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment* [M]. New York: Simon and Schuster, 2004.
- [9] FELDMAN D B, SNYDER C R. Hope and the Meaningful Life: Theoretical and Empirical Associations Between Goal-Directed Thinking and Life Meaning [J]. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2005, 24(3): 401—421.
- [10] SHEFFIELD B F, PEARSON P R. Purpose-in-Life in a Sample of British Psychiatric out-Patients [J]. *Journal of Clinical Psychology*, 1974, 30(4): 459.
- [11] 王继玉, 齐慧云. 大学生生命意义认知与孤独感的关系研究 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2010, 18(6): 703—704.
- [12] 郭晓坤. 大学生孤独感、生命意义感与自杀态度的关系研究 [D]. 曲阜: 曲阜师范大学, 2011.
- [13] 郭晓坤, 宋广文. "生命意义"对自杀态度与行为的研究及启示 [J]. *科教文汇旬刊(上旬刊)*, 2011(3): 167—169+191.
- [14] 张艳华. 生命观与青少年犯罪 [D]. 北京: 中国政法大学, 2011.
- [15] 庄艳佳. 生命意义源与生命意义感对戒毒人员复吸倾向的影响与团体干预研究 [D]. 上海: 上海师范大学, 2015.
- [16] 赖雪芬, 鲍振宙, 王艳辉, 等. 生命意义与青少年抑郁的关系: 自尊的中介作用 [J]. *心理研究*, 2016, 9(2): 28—34.
- [17] REKER G T, CHAMBERLAIN K, SMYTHE W E. Exploring Existential Meaning: Optimizing Human Development Across the Life Span [J]. *Canadian Psychology*, 2001, 42(4): 335—337.
- [18] STEGER M F, FRAZIER P, OISHI S, et al. The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life [J]. *Journal of Counseling Psychology*, 2006, 53, 80—93.
- [19] YALOM I D. *Existential Psychotherapy* [M]. New York: Basic Books, 1980.
- [20] WONG P T P, FRY P S. *The Human Quest for Meaning: A Handbook of Psychological Research and Clinical Applications* [J]. Lawrence Erlbaum Associates, 1998, 43(3): 282—283.
- [21] 何英奇. 生命态度剖面图之编制: 信度与效度的研究 [J]. *台北师范大学学报*, 1990, 35: 71—94.
- [22] SCHNELL T. The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to Demographics and Well-Being [J]. *The Journal of Positive Psychology*, 2009, 4(6): 483—499.
- [23] SCHNELL T, HOOFF M. Meaningful Commitment: Finding Meaning in Volunteer Work [J]. *Journal of Beliefs and Values*, 2012, 33(1): 35—53.
- [24] 赵娜, 马敏, 辛自强. 生命意义感获取的心理机制及其影响因素 [J]. *心理科学进展*, 2017, 25(6): 1003—1011.
- [25] 张荣伟, 李丹. 如何过上有意义的生活? ——基于生命意义理论模型的整合 [J]. *心理科学进展*, 2018, 26(4): 744—760.
- [26] 龚玲, 李晓辉, 齐晓栋. 大学生适应性与生命意义的关系 [J]. *重庆高教研究*, 2013, 1(5): 34—38.
- [27] 胡天强, 龚玲, 张茂杨, 等. 大学生适应性与生活满意度的关系: 生命意义的中介作用 [J]. *西南师范大学学报(自然科学版)*, 2014, 39(4): 170—174.
- [28] CHO E H, LEE D G, LEE J H, et al. Meaning in Life and School Adjustment: Testing the Mediating Effects of Problem-Focused Coping and Self-Acceptance [J]. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2014, 114: 777—781.
- [29] 蒋海飞, 刘海骅, 苗森, 等. 生命意义感对大学新生日常烦心事和心理适应的影响 [J]. *心理科学*, 2015, 38(1): 123—130.
- [30] 冯媛媛. 高校学生生命意义感、生活压力与生活适应的关系研究 [D]. 兰州: 西北师范大学, 2009.
- [31] NEWMAN D B, NEZLEK J B, THRASH T M. The Dynamics of Searching for Meaning and Presence of Meaning in Daily Life [J]. *Journal of Personality*, 2018, 86(3): 368—379.
- [32] VESS M, HOELDTKE R, LEAL S A, et al. The Subjective Quality of Episodic Future Thought and the Experience of Meaning in Life [J]. *The Journal of Positive Psychology*, 2017, 13(4): 419—428.
- [33] 方从慧. 当代大学生社会适应现状调查研究 [D]. 重庆: 西南大学, 2008.

- [34] VESS M, ROGERS R, ROUTLEDGE C, et al. When Being Far Away Is Good: Exploring How Mortality Salience, Regulatory Mode, and Goal Progress Affect Judgments of Meaning in Life [J]. *European Journal of Social Psychology*, 2016, 47(1): 82–91.
- [35] 梁家凤, 李炳全. 大学生生命意义感、社会性无聊感与学习倦怠的相关性 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2017, 25(2): 222–226.
- [36] 程苗苗, 赵必华. 大学生社会支持和孤独感关系: 生命意义感的中介效应 [J]. *皖西学院学报*, 2017, 33(1): 145–148.
- [37] 姚梦萍, 贾振彪, 陈欣, 等. 大学生生命意义感在无聊感与手机依赖行为间中介作用 [J]. *中国学校卫生*, 2016, 37(3): 453–456.
- [38] BRONFENBRENNER U. Ecology of the Family as a Context for Human Development: Research Perspectives [J]. *Developmental Psychology*, 1986, 22(6): 723–742.

The Relationship Between College Students' Source of Life Meaning and Social Adaption: the Mediating Role of Sense of Life Meaning

TAN Man^{1,2,3}, ZHANG Lin-ya^{1,2},
GUO Cheng^{1,2}, LI Zheng-xing⁴

1. Research Center for Mental Health Education, Southwest University, Chongqing 400715, China;

2. The Lab of Mental Health and Social Adaptation, Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing 400715, China;

3. Chongqing University Mental Health Education and Counseling Center, Chongqing 400044, China;

4. School of Education, Huaibei Normal University, Huaibei, Anhui 235000, China

Abstract: This study was made to explore the college students' psychological structure of meaning in life and the relationship between meaning in life and social adaption. First, through project analysis, exploratory factor analysis and confirmatory factor analysis, the data of 273 and 180 college students from Chongqing were statistically analyzed. A questionnaire on the life meaning of college students composed of 31 items was compiled. Then, 450 college students from Chongqing were surveyed as subjects. They were tested with the questionnaire of meaning in life prepared by our-selves and the college students' social adaption questionnaires. The results showed that college students' psychological structures of meaning in life were distributed into two dimensions: sense of meaning in life and source of meaning in life, which included the sense of purpose for meaning in life, the sense of crisis for meaning in life, belonging and love, self-sacrifice, self-fulfillment, and philosophy of life. College students' social adaption was significantly positively related to the meaning in life ($p < 0.01$), their sense of life meaning was a partial mediator for the relationship between the source of meaning in life and social adaption. The intermediate effect accounted for 94.8% of the total effect ($\chi^2/df = 4.495$, $RMSEA = 0.088$, $CFI = 0.917$ and $TLI = 0.889$). The source of meaning in life of college students could not only directly affect their social adaptation, but also indirectly affect their social adaptation via the sense of meaning in life.

Key words: meaning in life; structure; social adaption; college student

责任编辑 胡 杨

崔玉洁