

# 成年初期个体生命意义的现状与特点

## ——一项追踪研究

张荣伟<sup>1</sup>, 宋曼曼<sup>2</sup>

(1. 中共福建省委党校 福建行政学院公职人员心理能力提升研究中心;  
2. 福建师范大学心理学院, 福建 福州 350108)

**[摘要]** 对1087名大一、大二学生生命意义的拥有意义、追寻意义和意义危机等三个剖面追踪调查, 以了解成年初期个体生命意义的总体现状和特点。结果发现: (1) 总体上成年初期个体没有意义危机, 拥有意义大约处于中等水平, 追寻意义大约处于中等偏上水平以及显著高于拥有意义。(2) 在一年内拥有意义呈上升趋势, 追寻意义和意义危机保持相对稳定, 但本科生的意义危机却呈上升趋势。(3) 追寻意义和意义危机在家庭社会经济地位上均呈显著差异: 在追寻意义方面, 感知中等家庭经济地位者显著高于感知低家庭经济地位者; 在意义危机方面, 感知低家庭经济地位者显著高于感知中等家庭经济地位者, 边缘显著高于感知高家庭经济地位者。(4) 拥有意义与意义危机呈显著相互预测, 而追寻意义与意义危机不呈显著相互预测。结果表明, 个体生命意义呈现多剖面的特点, 在预防成年初期个体意义危机方面, 应多关注处于低家庭社会经济地位的学生, 并可以通过提升他们的拥有意义预防意义危机。

**[关键词]** 生命意义; 拥有意义; 追寻意义; 意义危机; 成年初期

**[中图分类号]** G 444 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1671-6493 (2024) 04-0059-09

## 一、引言

近年来, 媒体热议的青年人的“丧”“空心病”或“躺平”, 实指他们缺乏存在的意义感和价值感, 即处于生命意义感空缺状态。生命意义常以无意识的方式影响个体的知觉、行动和目标追寻<sup>[1]</sup>。感受不到生命意义的人容易体验到存在空虚 (existential vacuum), 容易产生自杀的意念和行为<sup>[2-3]</sup>。因此, 了解该群体生命意义的现状及特点有助于采取针对性的教育, 帮助他们获得自主赋予生命以意义的能力, 预防意义危机, 重拾内心的丰盈, 过上充满活力的有意义人生。

生命意义存在着不同形态。Steger 等人认为, 拥有意义 (意义体验) 和追寻意义 (意义动力) 是两种不同的生命意义形态, 而且追寻意义也并不一定导致拥有意义, 它们可以构成四种更具体的形

态: 高拥有意义且高追寻意义 (高体验-高动力)、高拥有意义但低追寻意义 (高体验-低动力)、低拥有意义但高追寻意义 (低体验-高动力) 和低拥有意义且低追寻意义 (低体验-低动力)<sup>[4]</sup>。类似地, 拥有意义和意义危机 (crisis of meaning) 也不是“有意义”和“无意义”的区别, 它们不是一个维度上的两个极点<sup>[1]</sup>。有研究者认为, 具有两极性的意义感 (意义体验)、意义危机和既有意义感也有意义危机构成了六种具体的生命意义形态<sup>[1,5-6]</sup>。它们是意义感、无意义感、意义危机、无意义危机、既有意义感也有意义危机以及既无意义感也无意义危机。总之, 拥有意义、追寻意义和意义危机是不同的构念, 从这三个侧面去考察生命意义的现状、特点及其相互关系显得更加全面。

研究表明, 个体在青少年晚期或成年初期的主

**[收稿日期]** 2024-03-03

**[基金项目]** 上海市教育委员会科研创新计划人文社科重大项目“社会变迁进程中青少年价值观发展的理论与实证研究” (2019-01-07-00-02-E00005); 中共福建省委党校 福建行政学院科研与决策一般项目“基于人生意义建构的民众心理危机防范化解机制研究” (2022B10)

**[作者简介]** 张荣伟 (1978—), 男, 福建永定人, 中共福建省委党校 福建行政学院教授, 博士, 硕士研究生导师, 主要研究方向为心理健康、生命意义及意义疗法。

要任务是发展积极的生活概念, 觉知生活/生命的意义, 此时才出现真正意义上的生命意义<sup>[7]</sup>。然而, 对该群体的生命意义状况及在性别、年级和专业等方面差异的研究结果不太一致。例如, 有研究发现, 大部分人群 (77%) 没有明确的生活目标和意义, 呈现低生命意义感状态<sup>[8]</sup>; 也有研究发现, 只有少部分人 (12.6%) 处于低生命意义感状态<sup>[9]</sup>。生命意义主要包含两个成分, 即目标 (purpose) 和重要性 (significant) 或价值。而且, 也缺乏它在代表身份或价值的学历以及家庭居住地和家庭经济地位等方面呈现的特点的探究。因此, 成年初期群体的生命意义状况和特点有待进一步的澄清与探究。

另外, 鲜有研究探究该群体生命意义的三个剖面——拥有意义、追寻意义和意义危机之间的关系。或许它们是相对独立的结构, 而被视为不存在共变性<sup>[1]</sup>。研究表明, 拥有意义和追寻意义之间的关系受个体心理力量 (psychological strength)、内在动机、认知风格和应对方式等因素影响<sup>[4]</sup>。例如, 内心力量强大者更容易获得意义体验, 如果某方面缺乏意义感, 他们可能会用其它方面的意义感来弥补, 从而不会有强烈的追寻意义动力; 而内心弱小者如果遇到同样的情况, 则可能会激起强烈的追寻意义动力。在拥有意义与意义危机关系方面, 拥有意义的另一极点 (同一维度的另外一端) 与意义危机应该存在某种程度的重合, 至少它们均包含缺乏意义感之意。意义危机更类似于低拥有意义且低追寻意义 (低体验 - 低动力) 这种生命意义形态。因此, 我们推测, 拥有意义与意义危机可能存在显著负相关。

在追寻意义与意义危机关系方面, 尽管意义是人的核心基本心理需求, 即每个人都有追寻意义的动机<sup>[10]</sup>, 但是追寻意义并不一定能获得意义感以消除意义危机。它们之间的关系可能会受到个体的动机、人格特征等多种内外因素调节<sup>[4]</sup>。研究表明, 低幸福感内心痛苦的人往往有高追寻意义的动力<sup>[11-12]</sup>。他们需要搞清楚自己为什么会痛苦以及如何才能摆脱痛苦等问题。此时, 该群体意义危机也较高。通常, 追寻意义预测个体更多消极改变、更少积极改变<sup>[13]</sup>, 从而可能引发更高的意义危机, 追寻意义与意义危机呈正相关。另外, 一些被物质极大满足的群体, 也会有高追寻意义的动力<sup>[14]</sup>。他们需要追寻更高层次的生命意义 (例如第四层

次的生命意义: 拥有能超越个人、拥抱宇宙意义和终极目标的价值观), 以满足高层次的精神性需求。此时, 该群体的意义危机较低, 追寻意义与意义危机呈负相关。因此, 追寻意义与意义危机可能呈显著正相关、负相关或不相关。我们推测, 它们之间不能相互预测。

综上, 本研究拟从拥有意义、追寻意义和意义危机等三个剖面, 采用问卷法追踪考察成年初期个体生命意义的总体状况, 在个体 (性别、年级和学历) 及家庭 (家庭居住地和家庭经济地位) 等关键变量上的特点, 以及拥有意义、追寻意义与意义危机之间的关系, 为今后有针对性地开展生命意义教育及意义危机预防与干预提供实证依据。

## 二、方法

### (一) 被试

采取整群抽样, 抽取了福建某三所高校的大一和大二学生, 对其进行为期一年的追踪研究。问卷调查前均向学生说明了调查目的并征得对方同意。其中第一次调查时间为 2016 年 10 月, 共调查 1521 名学生; 第二次调查为 2017 年 10 月, 共调查 1392 名学生, 样本自然流失率为 8.48%。两次施测完毕后整理数据, 删除不匹配、完成时间过短或不认真填答的 305 人的数据 (人为流失), 最终保留 1087 名有效被试。其中, 男生 707 名 (65%), 女生 380 名 (35%); 专科生 878 名 (80.8%), 本科生 209 名 (19.2%)。在第一次测量时, 大一学生 554 名 (51%), 大二学生 533 名 (49%), 被试的平均年龄为  $19.19 \pm 0.92$  周岁, 分布在 16 至 23 岁之间。对流失被试与最后所得样本进行卡方检验和  $t$  检验, 结果发现无效被试 (自然流失及人为流失) 和有效被试在性别、年龄等人口统计变量及第一次测量的意义危机、拥有意义和追寻意义总分上均不存在显著差异, 说明本研究中流失样本为非结构性流失。

### (二) 研究设计

本研究采用纵向研究设计, 分别于前后两年的 10 月对被试进行两次问卷调查。

### (三) 研究工具

1. 生命意义量表 (MLQ)。生命意义量表 (the Meaning in Life Questionnaire, MLQ) 由 10 个题项构成, 包括拥有生命意义 (the presence of meaning, MLQ - P) 和追寻生命意义 (search for

meaning, MLQ-S) 两个维度<sup>[15]</sup>。每个维度包含 5 个题项。所有的题项均采用 1~7 点计分,分值越高表示生命意义体验或追寻生命意义动力越强。研究表明,该量表具有良好的信效度,适合中国样本的研究<sup>[16-18]</sup>。在本研究中,该量表的两个分量表在两次测量时的内部一致性系数分别为 0.80、0.84 和 0.82、0.88。

2. 意义感危机量表 (CMS)。意义感危机量表 (the Crisis of Meaning Scale, CMS) 测量个体空虚感和意义感受挫程度,是生命意义来源及意义感量表 (SoMe) 中的分量表之一<sup>[1]</sup>。它包含 5 个题项,所有的题项均采用 1~6 点计分,分值越高表示意义危机程度越强。以往研究表明,该量表具有良好的信效度<sup>[19]</sup>。在本研究中,该量表在两次测量时的内部一致性系数分别为 0.88 和 0.92。

#### (四) 研究程序

首先,在两次施测前,均获得被试所在学校许可和被试本人的知情同意书;然后,以经过培训的心理学专业教师为主试,采用网络施测方式,以班级为单位逐一把被试统一集中于其学校机房进行。测试前,主试均讲明相关要求和解释指导语,重点强调保密原则,确认无疑义后被试开始作答,并完成相应的人口学变量调查,其中家庭社会经济地位采用 2 个自评式问题进行测量,例如“我的家庭社会/经济地位是?”采用 5 级计分,1 代表“很差”,2 代表“有点差”,3 代表“一般”,4 代表“有点好”,5 代表“很好”;最后,测试结束后,赠送被试一份小礼品表示感谢。

#### (五) 数据处理

本研究采用 IBM SPSS22.0 和 AMOS20.0 统计分析软件在 windows2007 系统中对数据进行整理与分析。匹配两次测量的数据,删除不匹配及其它不认真填答等无效数据后,进行共同方法偏差检验、描述性统计、卡方检验,和相关分析、交叉滞后分析以及重复测量方差分析等。

### 三、结果

#### (一) 共同方法偏差检验

由于意义危机、拥有意义和追寻意义等变量的测量均采用自我报告法,这可能会导致共同方法偏差效应<sup>[20-21]</sup>。为了避免共同方法偏差,首先在程

序上尽可能规范,如采用统一规范和清晰的指导语,消除被试的顾虑,选择信效度较高的测量工具,问卷题项使用反向计分陈述等。另外,本研究还采用 Harman 单因素法对共同方法进行检验。分别把两次测量的四个变量所有题项进行探索性因素分析,检验因子旋转前的结果,如果只析出一个主成份或者第一个成分能够解释方差的大部分变异,即可认为存在严重的共同方法偏差。结果发现,特征值大于 1 的因子分别有 4 个和 3 个,并且第一个因子解释的变异量分别为 23.10% 和 30.67%,小于 40% 的临界标准。这表明该研究没有明显的共同方法偏差问题。

#### (二) 生命意义各剖面现状的初步描述

与理论分值比较,以量表计分的中间值 4 作为临界值,考察变量的总体状况<sup>[22-24]</sup>。据此,从生命意义各剖面的平均分来看(见表 1),拥有意义在 T1 (第一次测量) 和 T2 (第二次测量) 的均分为 4.78 和 5,在 4 (难以判断) 至 5 (有点符合) 之间,这表明,总体上大学生的生命意义体验处于中等水平,而且略呈上升的变化趋势;追寻意义在 T1 和 T2 的均分分别为 5.28 和 5.26,均在 5 (有点符合) 至 6 (大部分符合) 之间,这表明,总体上大学生的追寻生命意义的动力处于中等偏上水平;意义危机(见表 2) 在 T1 和 T2 的均分为 2.15 和 2.14,均在 2 (中等不符合) 至 3 (有点不符合) 之间,这表明,总体上大学生没有意义危机的状况。

从生命意义各剖面在各分数段的分布情况来看,在 T1 和 T2,拥有生命意义得分处于高分段的人数分别占总人数的 47.0% 和 54.5%,追寻生命意义得分处于高分段的人数均占总人数的 69.3%。这表明,约一半的人拥有较高的生命意义体验,以及超过三分之二的人有较高的追寻生命意义的动力。而且,配对样本  $t$  检验表明,在 T1 和 T2 追寻生命意义均显著高于拥有生命意义 ( $t = 11.38, p < 0.001, d = 0.34$ ;  $t = 6.29, p < 0.001, d = 0.19$ ),  $d > 0.2$  说明具有实质性的差异<sup>[25]</sup>;而在 T1 和 T2,意义危机得分处于高分段的人数分别占总人数的 7.8% 和 8.7%。这表明,仍有少部分人存在意义危机状况。



表 1 各变量的平均数（标准差）及各分数段的人数分布情况（ $N = 1087$ ）

变量	T1				T2			
	$M(SD)$	分数段			$M(SD)$	分数段		
		7~5	4.99~4	3.99~1		7~5	4.99~4	3.99~1
拥有意义	4.78(1.16)	511(47)	314(28.9)	262(24.1)	5.00(1.18)	592(54.5)	295(27.2)	200(18.4)
追寻意义	5.28(1.15)	753(69.3)	220(22.2)	114(10.5)	5.26(1.24)	753(69.3)	201(18.5)	133(12.2)

注：表格分数段栏内的数字分别为人数和百分比（%），表 2 同。根据量表的理论分值进一步划分成几个分数段，以更清晰了解生命意义各维度得分高低分布情况：在拥有意义和追寻意义栏中，5~7 为高分段，4~4.99 为模糊段，3.99~1 为低分段。

表 2 意义危机的平均数（标准差）及各分数段的人数分布情况（ $N = 1087$ ）

变量	T1			T2		
	$M(SD)$	分数段		$M(SD)$	分数段	
		6~4	3.99~1		6~4	3.99~1
意义危机	2.15(1.08)	85(7.8)	1002(92.2)	2.14(1.14)	95(8.7)	992(91.3)

注：在意义危机栏中，6~4 为高分段（存在意义危机），3.99~1 为低分段（不存在意义危机）。

（三）生命意义各剖面的特点

从 T1 和 T2 两次测量的整体得分上考察拥有生命意义、追寻生命意义和意义危机三个变量的变化情况。配对样本  $t$  检验表明，T2 的拥有意义显著高于 T1 拥有意义（ $t = 6.09, p < 0.001, d = 0.19$ ），追寻意义和意义危机在 T1 和 T2 的得分不存在显著的差异（ $t = 0.56, p = 0.57, t = 0.28, p = 0.78$ ）。这表明，总体上在一年内拥有意义呈上升的变化趋势，而追寻意义和意义危机保持相对稳定。

1. 生命意义在个体变量上的特点。以测量点为组内变量，以性别（男、女）和学历层次（本科、专科）为组间变量，分别以意义危机、拥有意义和追寻意义为因变量进行重复测量方差分析，考察在一年内大学生的生命意义三个剖面在个体变量上的发展特点，结果发现：（1）当因变量为拥有意义时，只有测量点 T 的主效应显著（ $F = 10.05, p = 0.002, h_{p2} = 0.009$ ）。事后检验表明，T2 测量点的拥有意义显著高于 T1 测量点的拥有意义；（2）当因变量为追寻意义时，主效应和交互效应均不显著；（3）当因变量为意义危机时，只有测量点与学历层次的交互效应显著（ $F = 4.23, p = 0.04, h_{p2} = 0.004$ ）。简单效应分析发现，对本科生而言，T2 测量点的意义危机显著高于 T1 测量点的意义危机；而对专科生而言，T1 和 T2 两个测

量点的意义危机没有显著差异。

2. 生命意义在家庭变量上的特点。同理，以测量点为组内变量，以家庭居住地（农村、乡镇、城市）和家庭社会经济地位（低、中、高）为组间变量，分别以意义危机、拥有意义和追寻意义为因变量进行重复测量方差分析，考察一年内大学生生命意义的三个剖面在家庭变量上的特点，结果发现：（1）当因变量为拥有意义时，只有测量点 T 的主效应显著（ $F = 3.97, p = 0.047, h_{p2} = 0.004$ ）。事后检验表明，T2 测量点的拥有意义显著高于 T1 测量点的拥有意义；（2）当因变量为追寻意义时，感知家庭社会经济地位（SES）的主效应显著（ $F = 3.34, p = 0.036, h_{p2} = 0.006$ ）。事后检验表明，感知中等 SES 者的追寻意义显著高于感知低 SES 者的追寻意义（ $p = 0.011$ ），其它组别之间没有显著差异；（3）当因变量为意义危机时，家庭社会经济地位（SES）的主效应显著（ $F = 3.75, p = 0.025, h_{p2} = 0.007$ ）。事后检验表明，感知低 SES 者的意义危机显著高于感知中等 SES 者的意义危机（ $p = 0.013$ ），感知低 SES 者的意义危机边缘显著高于感知高 SES 者的意义危机（ $p = 0.068$ ），其它组别之间没有显著差异。

（四）生命意义各剖面之间的关系

对拥有意义、追寻意义和意义危机进行相关分析（见表 3）。结果发现，在 T1 和 T2 之间，拥有

意义相关十分显著 ( $r=0.49$ ), 追寻意义相关十分显著 ( $r=0.26$ ), 意义危机相关也十分显著 ( $r=0.42$ )。这说明, 大学生拥有意义、追寻意义和意义危机在一年内表现出一定程度的稳定性。在 T1

和 T2, 拥有意义与意义危机均呈显著的负相关, 与追寻意义均呈显著正相关。值得注意的是: T1 和 T2 的追寻意义均只与 T2 的意义危机呈显著负相关, 而与 T1 的意义危机相关不显著。

表3 两个测量点的拥有意义、追寻意义和意义危机之间的相关分析 ( $N=1087$ )

		1	2	3	4	5	6
1	T1 拥有意义	1					
2	T2 拥有意义	0.49***	1				
3	T1 追寻意义	0.19***	0.09**	1			
4	T2 追寻意义	0.10**	0.35***	0.26***	1		
5	T1 意义危机	-0.45***	-0.30***	-0.01	-0.05	1	
6	T2 意义危机	-0.32***	-0.48***	-0.07*	-0.12***	0.42***	1

注: \* 表示  $p<0.05$ , \*\* 表示  $p<0.01$ , \*\*\* 表示  $p<0.001$ 。下同。

基于相关分析结果以及拥有意义和追寻意义关系不确定性<sup>[4]</sup>, 本研究采用结构方程模型进行交叉滞后分析, 从整体上探索拥有意义与意义危机、追寻意义与意义危机之间的关系。构建三个变量之间关系可能的四种模型, 并依次对其进行检验。

第一, 检验基线模型 (M1)。该模型只包含拥有意义、追寻意义和意义危机的自回归路径, 无交叉滞后回归路径, 并关联了 T1 和 T2 两个测量时间点三个变量之间的误差项。M1 的拟合指数为:  $\chi^2(6) = 49.92$ ,  $p < 0.001$ , AGFI = 0.95, NFI = 0.96, RFI = 0.90, IFI = 0.97, TLI = 0.91, CFI = 0.97, RMSEA = 0.08。研究表明,  $\chi^2/df$  在 2.0 到 5.0 之间, RMSEA 低于 0.1, 其它拟合指标在 0.9 以上表示模型拟合良好<sup>[26]</sup>。在该模型中, 尽管  $\chi^2/df=8.20$  大于 5, 但是它易受样本容量的影响, 应综合考虑其它拟合指标。总体而言, 该模型可接受。

第二, 检验意义危机是否可以预测拥有意义和追寻意义。因此, 在基线模型的基础上, 构建第二个模型 (M2), 即增加意义危机到拥有意义以及意义危机到追寻意义之间的交叉滞后路径。M2 的拟合指数为:  $\chi^2(4) = 28.76$ ,  $p < 0.001$ , AGFI = 0.96, NFI = 0.98, RFI = 0.91, IFI = 0.98, TLI = 0.93, CFI = 0.98, RMSEA = 0.03。卡方差异检验结果表明, M2 比 M1 更好一些 ( $\Delta\chi^2 = 21.16$ ,  $\Delta df=2$ ,  $p < 0.001$ )。

第三, 检验拥有意义是否可以预测意义危机以

及追寻意义是否也可以预测意义危机。因此, 在基线模型的基础上, 构建第三个模型 (M3), 即增加拥有意义到意义危机以及追寻意义到意义危机之间的交叉滞后路径。M3 的拟合指数为:  $\chi^2(4) = 15.71$ ,  $p = 0.003$ , AGFI = 0.98, NFI = 0.99, RFI = 0.95, IFI = 0.99, TLI = 0.97, CFI = 0.99, RMSEA = 0.05。卡方差异检验结果表明, M3 也比 M1 更好一些 ( $\Delta\chi^2 = 34.21$ ,  $\Delta df = 2$ ,  $p < 0.001$ )。M3 与 M2 相比较, 在自由度  $df$  不变的情况下, 卡方值  $\chi^2$  下降了 13.05, 这说明 M3 也优于 M2。

第四, 同时检验拥有意义、追寻意义与意义危机之间关系的稳定性和所有交叉滞后路径。因此, 综合 M1、M2 和 M3, 构建第四个模型 (M4)。M4 包括三个变量的自回归路径和拥有意义与意义危机, 以及追寻意义与意义危机之间的相互预测的交叉滞后路径。M4 的拟合指数为:  $\chi^2(2) = 1.51$ ,  $p = 0.50$ , AGFI = 0.995, NFI = 0.999, RFI = 0.991, IFI = 1.00, TLI = 1.00, CFI = 1.00, RMSEA (90% CI) = 0.00 (0.000 ~ 0.055)。卡方差异检验结果表明, M4 比 M3 更好一些 ( $\Delta\chi^2 = 14.20$ ,  $\Delta df=2$ ,  $p < 0.001$ )。因此, M4 为本研究最佳的交叉滞后分析模型 (见图 1)。

从图 1 可知, T1 拥有意义可以显著负向预测 T2 意义危机 ( $\beta = -0.15$ ,  $p < 0.001$ ), T1 意义危机也可以显著负向预测 T2 拥有意义 ( $\beta = -0.11$ ,  $p < 0.001$ ); 然而, T1 追寻意义不能预测 T2 意义危机 ( $\beta = -0.04$ ,  $p = 0.17$ ), T1 意义危机也不能

预测 T2 追寻意义 ( $\beta = -0.05, p = 0.12$ )。此外,经参数差异临界比率值发现,T1 拥有意义对 T2 意义危机的影响与 T1 意义危机对 T2 拥有意义的影响之间不存在显著的差异,  $cr. = 0.52$ , 小于 1.96,  $p > 0.05$ 。

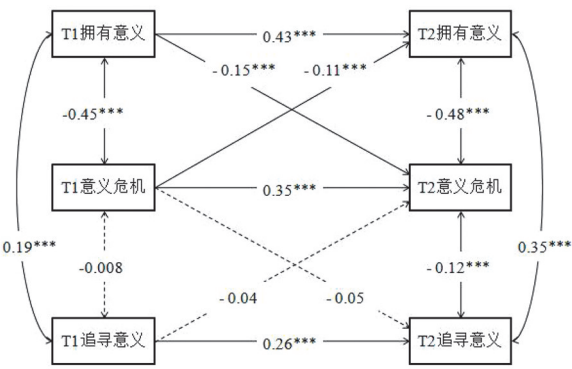


图 1 拥有意义、追寻意义与意义危机之间的交叉滞后模型

四、讨论

(一) 生命意义各剖面的现状分析

总体而言,在对生命意义的拥有意义、追寻意义和意义危机等三个剖面的调查中发现,成年初期者的拥有意义(意义感/体验)大约处于中等水平,而且略呈上升的变化趋势;追寻意义的动力(意义动力)大约处于中等偏上水平;总体上没有意义危机的状况。

具体而言,大约 45.5% 至 53% 大学生的生命意义感(拥有意义)较低。此结果低于周娟与陈艺华等人的调查结果(68.9%, 77.0%),但是高于谢佳等人的调查结果(12.6%)<sup>[8-9,27]</sup>。可能由于调查实施的时间和取样地点不同,造成被试样本的差异。在科技与经济迅猛发展的年代,社会变迁加剧,加上各地区发展的不平衡,人们对生命的感知与感悟不尽相同,导致调查结果不尽相同。尽管如此,这些结果仍然有助于我们了解不同时期及地区成年初期者对生命意义的体验状况。

本研究还发现,大部分成年初期者追寻意义的动力较强(两次测量均为 69.3%),而且均显著高于其拥有意义。此结果与 Steger 等人的研究结果一致<sup>[28]</sup>。在此年龄阶段,个体仍处在自我统一性形成与完善阶段,还需厘清“我是谁”“我要去哪”等人生命题,因而表现出较强的意义追寻动力;另

外,此阶段个体更能体验到成长受挫所带来的空虚或无意义感,更需要获得生命意义以促进自我成长,意义需求更强烈,因而追寻意义的动力更强。随着年龄的增长和经验的丰富,个体对生活 and 生命的理解更加深刻,不容易被各种生活烦事所困扰,反而可以从各种正性或负性生活事件获得意义体验,生命意义的来源渠道增多<sup>[29]</sup>。因而,拥有意义将逐渐提升,追寻意义动力或动机将逐渐降低。

尽管国内有一些关于生命意义感高、低水平状况的调查,然而鲜有关于成年初期个体生命意义危机状况的调查。已有研究表明,低水平的生命意义感不完全等于生命意义危机<sup>[1,6]</sup>。生命意义危机关乎个体存在的危机程度,它从“有意义”和“无意义”的对立统一关系中去关注人类的存在<sup>[30]</sup>。本研究发现,尽管大部分(91.3% ~ 92.2%)大学生没有意义危机,但仍有少部分(7.8% ~ 8.7%)大学生存在意义危机的状况。由于意义危机极容易导致自杀或自杀意念<sup>[31]</sup>,这提醒教育工作者不能忽视有意义危机的这一小部分特殊群体。意义危机的预防与干预应持续作为心理危机干预工作的重点。

(二) 生命意义各剖面的特点分析

在了解成年初期者生命意义现状的基础上,本研究还采用为期一年的追踪数据,考察意义危机、拥有意义和追寻意义的特点。从总体上看,研究发现,一年时间内意义危机和追寻意义保持相对稳定,拥有意义呈上升的变化趋势。重复测量方差分析结果表明:不管在个体变量还是在家庭变量上,拥有意义在测量点 T 的主效应均显著,拥有意义均随时间呈上升的发展变化趋势。此结果与 Steger 等人的研究结果一致<sup>[28]</sup>。一般而言,随着年龄增长,个体的经历增多和经验丰富,对人生或生命真谛的领悟加深,更容易做到随遇而安以及接受生活中的不可能或不能够,正如苏轼的诗句“试问岭南应不好,却道,此心安处是吾乡”所言。

追寻意义在感知家庭经济地位(SES)方面差异显著。即相比于感知 SES 低的人,感知 SES 为中等的人的追寻意义显著较高,但其它组别之间没有显著差异。家庭经济地位反映了家庭所处的社会阶层。家庭所处的社会阶层不同,家庭成员心理需求获得满足的程度不同,因而其生命意义体验不同<sup>[32]</sup>。以往研究发现,教育水平、经济收入等社会阶层核心指标均与生命意义呈显著的正相



关<sup>[33-34]</sup>。个体经过努力奋斗,家庭社会经济地位(社会阶层)达到中等水平时,物质和心理需求得到一定的满足。但是,要再上升一个层次有机会但也有难度,如果缺乏勇气和信心,发展的目标将混沌不清,此时个体最容易产生空虚、迷惘。此时精神性的意义需求变成他们的显性需求。“人活着究竟是为了什么”的问题时常萦绕在他们心头,因而表现出较强的追寻意义动力。然而,对低家庭社会经济地位者而言,他们还在为物质生活条件发愁,为温饱问题努力奋斗,精神性的意义需求不是他们此时的显性需求,因而追寻意义动力较低。对高家庭社会经济地位者而言,或许高的社会地位和丰富的物质生活条件已使其获得自身存在的意义和价值,因此追寻意义动力反而不强;也有可能是高社会地位和丰富的物质生活条件并不能给其带来新的人生奋斗目标,出现暂时性的存在空虚,因而追寻意义动力增强。因此,高家庭社会经济地位者追寻意义动力可能高也可能低,从而表现出其追寻意义与其它组别的差异不显著。此结果也暗示,感知SES为中等者(中产阶级)更要注意心理调适,根据现状适时重构人生意义,以免陷入空虚、抑郁或意义危机状态中。

一般而言,学历是价值标签,是影响生命意义的重要变量。意义危机在学历层次、感知社会经济地位方面均存在差异。通常认为,本科生比专科生或高职生文化素质较高,意义危机或心理危机应该较低。但研究结果发现,高职生的意义危机相对稳定,本科生的意义危机呈现上升的趋势。相比于高职生,本科生可能对自我的期望值更高,相应的心理压力较大,焦虑感较强,从而意义危机增强。这个研究结果暗示,尽管本科生学习成绩较好,发展的潜力较大,但同时隐藏的生命意义危机也较强。另外,感知低SES者的意义危机显著高于感知中等SES者的意义危机,边缘显著高于感知高SES者的意义危机。由于家庭的社会经济地位与生命意义感呈显著正相关<sup>[33-34]</sup>,低家庭经济收入直接影响或威胁个体的生存。因此,尽管低SES者的追寻意义不高,但因面临的生存压力较大,对生活或生命的意义体验较低,意义危机较高。这表明,较好的家庭社会经济地位是个体生存良好的基本保障,较低的家庭社会经济可能会使成年初期者经历更多的磨难,因心理需求满足程度低而产生意义危机。总之,中、低SES者都应该成为意义危机预

防与干预的重点关注对象,同时也不能忽视那些表面似乎没问题的高学历者。

### (三) 生命意义各剖面之间的关系分析

相关分析显示,成年初期者的拥有意义、追寻意义和意义危机在间隔1年的两个测量点之间均呈显著相关。这表明,他们生命意义的三个剖面具有一定程度的跨时间稳定性。生命意义源于个体对其生活的连贯性(coherent)、重要性(significant)、方向性(directed)和归属感(belonging)等方面的总体评价是一个较为抽象且复杂的概念,因此具有一定的稳定性<sup>[35-37]</sup>。

在T1和T2两个测量点中,拥有意义与意义危机均呈显著的负相关。但是,T1和T2的追寻意义均只与T2的意义危机呈显著负相关,而与T1的意义危机相关不显著。这表明,拥有意义与意义危机的关系较稳定,追寻意义与意义危机的关系不稳定。交叉滞后分析进一步显示,在控制三个研究变量的发展稳定性后,拥有意义与意义危机存在相互负向预测关系,而追寻意义与意义危机不存在相互预测关系,该结果验证了研究假设。意义危机是一种存在性危机(existential crisis),也是一种缺乏意义体验或拥有意义水平低的表现。因此,意义危机与拥有意义存在相互负向预测关系。值得注意的是,受动机所影响,追寻意义可分为健康和非健康两种类型<sup>[11]</sup>。前一种类型往往产生积极结果,而后一种类型一般导致消极结果<sup>[38]</sup>。因此,追寻意义可能获得或失去意义感,提升或降低意义危机,从而造成追寻意义与意义危机不能相互预测。此结果也表明,相比于追寻意义,拥有意义可作为预防意义危机的保护因子<sup>[39]</sup>。

### (四) 教育启示

成年初期是个体生命意义构建的关键时期。此时,个体生命意义发展的主要任务为在积极自我定向基础上形成积极的生活定向,觉知生活值得过以及感觉生活有意思。因此,该群体此阶段的主要教育目标是:充分发挥家庭、学校和社会等三个教育主体的合力,从不同的角度切入,培养孩子自主赋予生命或生活以意义的能力。首先,成年初期仍然是个体自我概念或自我统一性形成的关键阶段。对他们的生命意义教育可以具体化为厘清以下四个基本问题:一是我想成为什么样的人?二是我要过什么样的生活?三是我将如何度过这一生?四是什么让我的生命变得更加重要?其次,意义危机即觉得

人生十分没有意义,是心理危机的重要指标之一。意义危机是一种隐性的存在,并常以各种具体的形式呈现,如厌学、拖延、沉迷网络、空虚抑郁、颓废丧气甚至违法乱纪。因此,在教育过程中,不要被表面现象所蒙蔽,应透过现象把握本质。各种教育内容和措施应指向其生命意义感的提升,以降低意义危机。最后,生命意义受诸多因素的影响,例如代表个人价值或能力的学历标签,以及代表家庭地位的家庭社会经济地位 (SES) 标签。教育过程中,应多关注处于中等社会经济地位家庭孩子的追寻意义动力,培养他们树立正确的世界观、人生观和价值观以形成健康的追寻意义动机。同时,也要多关注处于低社会经济地位家庭孩子的意义危机状况。针对这类孩子,要把解决现实问题和疏导心理问题紧密结合,培养孩子正确面对挫折与逆境。由于意义是人类的基本需求,并且“意义”犹如一个会漏气的皮球,因此需要面向所有群体的、不间断的生命意义教育。不能因为某类群体看似光鲜而忽略了对其的生命意义感提升。

本研究还存在一些不足:一是本研究只采用与理论分值比较以及在各理论分值段分布所占百分比来初步描述生命意义各剖面的现状,未来可采用更全面或客观的描述方法。如将 Likert 量表题项转化为类似于正误判断的二分类分数 0 和 1,计算各变量所占百分比;或转化计算出生命意义总分,与各剖面进行差异比较。二是本研究只探究生命意义在测量时间、性别、学历、家庭居住地和家庭社会经济地位等方面的特点,未来可进一步探究在其它人口学变量上的特点,以及采用质性方法进一步探究生命意义变化者的显著特征。尽管如此,本研究采用追踪研究设计,考察了意义危机、拥有意义和追寻意义等生命意义三个剖面的现状,在一年内的变化趋势及在性别、学历层次、家庭居住地和家庭社会经济地位方面的特点,以及它们之间相互预测的关系,研究结果对了解成年初期个体生命意义现状和特点,对生命意义感提升和意义危机预防均具有一定的指导意义<sup>[40]</sup>。

## 五、结论

本研究主要得到以下几个结论:

第一,成年初期者的拥有意义大约处于中等水平,而且略呈上升的变化趋势;追寻意义的动力大约处于中等偏上水平,且显著高于拥有意义;总体

上该群体没有意义危机的状况。

第二,相比于感知 SES 低的人,感知 SES 为中等的人的追寻意义显著较高,其它组别之间没有显著差异。

第三,相比于感知中、高家庭社会经济地位者,感知低家庭社会经济地位者应该成为意义危机预防与干预重点关注对象。相比于专科生,本科生的意义危机状况更值得关注。

第四,拥有意义与意义危机呈显著的相互负向预测关系,可作为预防意义危机的保护因子。

### [参考文献]

- [1] 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.
- [2] FRANKL V E. The spiritual dimension in existential analysis and logotherapy [J]. Journal of Individual Psychology, 1959, 15 (2): 157-165.
- [3] FRANKL V E. The will to meaning: Foundations and applications of logotherapy [M]. New York: Penguin, 2014: 10.
- [4] STEGER M F, KASHDAN T B, SULLIVAN B A, et al. Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning [J]. Journal of personality, 2008, 76 (2): 199-228.
- [5] BONFIGLIOLI S. Aristotle's non-logical works and the square of oppositions in semiotics [J]. Logica Universalis, 2008, 2 (1): 107-126.
- [6] YORKE M. Bipolarity or not? Some conceptual problems relating to bipolar rating scales [J]. British Educational Research Journal, 2001, 27 (2): 171-186.
- [7] BATTISTA J, ALMOND R. The development of meaning in life [J]. Psychiatry, 1973, 36 (4): 409-427.
- [8] 陈艺华,叶一舵,王丽馨,等.大学生生命意义感与自杀意念的关系研究 [J]. 南京医科大学学报 (社会科学版), 2012, 12 (6): 423-426.
- [9] 谢佳,杨国庆,徐晓,等.522 名大学生生命意义状况调查 [J]. 社会心理科学, 2011, 26 (11): 83-87.
- [10] FRANKL V E. Man's search for meaning [M]. New York: Simon and Schuster, 1985: 1011.
- [11] KLINGER E. The search for meaning in evolutionary perspective and its clinical implications [M]. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 1998: 27.



- [12] MADDI S. Creating meaning through making decisions [J]. *Psikhologicheskii Zhurnal*, 2005, 26 (6): 87-101.
- [13] LINLEY P A, JOSEPH S. Meaning in life and posttraumatic growth [J]. *Journal of loss and trauma*, 2011, 16 (2): 150-159.
- [14] 方广铝. 渊源与流变——印度初期佛教研究 [M]. 北京: 中国社会科学出版社, 2004: 77.
- [15] 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 (1): 80-93.
- [16] CHAN W C H. Factor structure of the Chinese version of the Meaning in Life Questionnaire among Hong Kong Chinese caregivers [J]. *Health & Social Work*, 2014, 39 (3): 135-143.
- [17] 刘思斯, 甘怡群. 生命意义感量表中文版在大学生群体中的信效度 [J]. *中国心理卫生杂志*, 2010, 24 (6): 478-482.
- [18] 王孟成, 戴晓阳. 中文人生意义问卷 (C-MLQ) 在大学生中的适用性 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2008 (5): 459-461.
- [19] SCHNELL T, BECKER P. Personality and meaning in life [J]. *Personality and individual Differences*, 2006, 41 (1): 117-129.
- [20] PODSAKOFF P M, MACKENZIE S B, LEE J Y, et al. Common method biases in behavioral research: a critical review of the literature and recommended remedies [J]. *Journal of applied psychology*, 2003, 88 (5): 879-903.
- [21] 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法 [J]. *心理科学进展*, 2004 (6): 942-950.
- [22] 梁英豪, 张大均, 梁迎丽. 3~6 年级小学生心理素质发展的现状与特点 [J]. *心理学探新*, 2017, 37 (4): 345-351.
- [23] 卢家楣, 刘伟, 贺雯, 等. 中国当代大学生情感素质的现状及其影响因素 [J]. *心理学报*, 2017, 49 (1): 1-16.
- [24] 江光荣, 李丹阳, 任志洪, 等. 中国国民心理健康素养的现状与特点 [J]. *心理学报*, 2021, 53 (2): 182-201.
- [25] COHEN J. Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd Edition) [J]. *Technometrics*, 1988, 31 (4): 499-500.
- [26] 温忠麟, 侯杰泰, 马什赫伯特. 结构方程模型检验: 拟合指数与卡方准则 [J]. *心理学报*, 2004 (2): 186-194.
- [27] 周娟. 高职院校学生生命意义感与父母教养方式的相关研究 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2009, 17 (1): 32-35.
- [28] STEGER M F, OISHI S, KASHDAN T B. Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood [J]. *The journal of positive psychology*, 2009, 4 (1): 43-52.
- [29] READ S, WESTERHOF G J, DITTMANN-KOHLI F. Degree and content of negative meaning in four different age groups in Germany [J]. *The International Journal of Aging and Human Development*, 2005, 61 (2): 85-104.
- [30] 韦汉军. 生存的意义危机 [J]. *广西社会科学*, 2005 (1): 27-30.
- [31] 石中英. 自杀问题的教育哲学省思 [J]. *北京师范大学学报 (社会科学版)*, 2008 (2): 16-23.
- [32] 商士杰, 白宝玉, 钟年. 家庭社会阶层对生命意义感的影响: 基本心理需要满足的中介作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2016, 24 (6): 1108-1111.
- [33] PINQUART M. Creating and maintaining purpose in life in old age: A meta-analysis [J]. *Ageing international*, 2002, 27 (2): 90-114.
- [34] TILIOUINE H. Subjective wellbeing, psychological needs, meaning in life, religious practice and income in the population of Algeria [J]. *Journal of Social Research & Policy*, 2012, 3 (2): 47-66.
- [35] O'CONNOR K, CHAMBERLAIN K. Dimensions of life meaning: A qualitative investigation at mid-life [J]. *British Journal of Psychology*, 1996, 87 (3): 461-477.
- [36] REKER G T. Personal meaning, optimism, and choice: Existential predictors of depression in community and institutional elderly [J]. *The gerontologist*, 1997, 37 (6): 709-716.
- [37] FEATHERMAN D L, BIRREN J E, BENGTSON. *Emergent Theories of Aging* [M]. New York: Springer Publishing Company, 1988: 236.
- [38] REKER G T. Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span [M]. California: Sage Publications, 2000: 48.
- [39] 张荣伟. 探寻生命意义: 测量、变化与理论基础 [J]. *宁波大学学报 (教育科学版)*, 2022, 44 (3): 83-91.
- [40] 张荣伟, 柯少菁, 连榕, 等. 人际交往能力与生命意义的关系: 孤独感和年级的作用 [J]. *心理发展与教育*, 2020, 36 (5): 579-583.

(责任编辑: 容媛媛)

The Status and Characteristics of Meaning in Life in  
Early Adulthood: A Longitudinal Study

ZHANG Rong - wei<sup>1</sup>, SONG Man - man<sup>2</sup>

- (1. Research Center for the Enhancement of Mental Capacity of Public Officials,  
Fujian Provincial Party School of CPC, Fujian Academy of Governance, Fuzhou 350108, China;
- 2. School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou 350108, China)

**Abstract:** In order to understand the overall status and characteristics of individual meaning in life during early adulthood, a total of 1087 freshmen and sophomores was surveyed on three aspects of meaning in life: presence of meaning; search for meaning; crisis of meaning. These results indicated that (1) Overall, individuals in early adulthood have no crisis of meaning, while presence of meaning was an about medium level, search for meaning was about above a medium level and significantly higher than presence of meaning; (2) Presence of meaning was on the rise within a year, while search for meaning and crisis of meaning remained relatively stable, but the undergraduates' crisis of meaning was on the rise compared to junior college students; (3) There were significant differences between search for meaning and crisis of meaning in the family's socio - economic status (SES). Specifically, those who perceived medium family's SES were significantly higher than those who perceived low ones in search for meaning; And those who perceived low family's SES were significantly higher than those who perceived medium ones, and marginally higher than those who perceived high ones in crisis of meaning; (4) Presence of meaning and crisis of meaning significantly predicted with each other, while search for meaning and crisis of meaning did not. The present results suggested that individual's meaning in life was characterized by multiple factors. For the purpose of preventing individual's crisis of meaning in early adulthood, more attention should be paid to students in the middle and low family's SES, and the crisis of meaning could be prevented by improving their presence of meaning.

**Key words:** Meaning in life; Presence of Meaning; Search for Meaning; Crisis of Meaning; Early Adulthood