

生命意义追寻与自我中心生命意义、自我超越生命意义的关系:自我超越调节作用的解释*

卢林鑫¹, 周瀚翔², Reed Pamela G³, 班永飞⁴, 孙 霁^{4,5}, 宋海迎⁶, 高 池⁷

(1. 北京师范大学发展心理研究院, 北京 100875; 2. 香港科技大学(广州)功能枢纽, 广州 511453;

3. 美国亚利桑那大学护理学院, 图森 85724; 4. 安顺学院教育科学学院, 安顺 561000;

5. 清华大学社会科学学院心理学系, 北京 100084; 6. 美国哥伦比亚大学教师教育学院, 纽约 999076;

7. 美国哈佛大学教育学院, 剑桥 02138)

摘 要:为探讨生命意义追寻与自我中心生命意义、自我超越生命意义的关系以及自我超越在其中的调节作用,采用中文版人生意义寻求分问卷、中文版人生意义体验分问卷、自我超越生命意义量表、中文版青少年自我超越量表对3982名大学生进行调查。结果发现:(1)生命意义追寻与自我超越、自我中心生命意义、自我超越生命意义均呈显著正相关;(2)自我超越分别在生命意义追寻与自我中心生命意义、自我超越生命意义的关系中发挥了调节作用。具体而言,随着自我超越水平的不断升高,生命意义追寻对自我中心生命意义的正向预测作用减弱,而生命意义追寻对自我超越生命意义的正向预测作用则增强。该研究发现对心理与教育工作者开展大学生生命意义教育具有重要的现实指导意义。

关键词:大学生;生命意义追寻;自我中心生命意义;自我超越生命意义;自我超越

中图分类号:B848

文献标志码:A

文章编号:1003-5184(2025)04-0361-09

1 引言

生命意义追寻是指个体主动建立或增加对意义和目标的理 解,并寻求和探索自己的生命意义,以及对自己生命意义的扩展(Steger et al., 2006),同时这种对生命意义的追寻和执着,也是个体应对压力的动机或驱力(李虹, 2004)。而有趣的是,个体在生命意义追寻的过程中的动机具有两面性。一方面,个体可能出于开放性的、积极健康的目的(例如拓展生命体验)进行意义追寻。另一方面,也可能源于生命意义感缺失所带来的焦虑、不满以及生命无望感进行意义追寻(Reker & Chamberlain, 2009)。但随着学者们对生命意义追寻与生命意义感二者之间关系的深入研究,他们发现,无论是出于积极健康的目的还是出于避免生命意义感缺失和焦虑以及生命无望感所造成的生命意义追寻均与个体所获得的生命意义感存在不稳定现象(Steger et al., 2008)。究其原因,是因为研究者们没有区分生命意义追寻的方式以及生命意义追寻所对应的生命意义感,即研究者应当区分个体“以何种方式”进行生命意义追寻及其所获得的生命意义感(Bonanno, 2013)。

此外,研究者们还发现,生命意义追寻与生命意义感二者之间的不稳定关系还受到个体所处文化背景的影响。譬如:个人主义文化背景(美国)下个体的生命意义追寻与生命意义感之间的关系是负相关的,而在集体主义文化背景(日本、中国)下二者的关系则是正相关的,并且有趣的是,当个体介于个人主义与集体主义中(西班牙)时,生命意义追寻与生命意义感则不存在相关关系(李占宏等, 2018)。尽管有研究者已经注意到应当将文化因素(李虹, 2004)与生命意义追寻的方式(卢林鑫等, 2023; 贾金玲等, 2023; 卢林鑫等, 2024)纳入有关生命意义追寻与生命意义感的研究当中,但鲜有学者从中国文化与生命意义追寻方式两种角度共同对生命意义追寻与生命意义感二者之间的关系进行探讨。因此,将文化背景、生命意义追寻方式纳入生命意义追寻与生命意义感二者之间关系的研究中,可以进一步拓展生命意义追寻、生命意义感在社会文化领域的相应研究。

Frankl(1963)认为生命意义感是指人们对自己生命目的和目标的理 解和追求,即每个人的生活都

* 基金项目:国家社会科学基金(18CSH042),中国教育科学研究院中央级公益性科研院所基本科研业务费专项资助项目(GYC2024002)。
通信作者:Reed Pamela G, E-mail:Preed@arizona.edu。

有某种独特的目的或核心目标。Yalom(1980)则将生命意义感分为两大类,即宇宙意义和世俗意义。宇宙意义是指超越个人的存在和宇宙的精神秩序的意义(自我超越生命意义);世俗意义是指个人的全部现实存在意义(自我中心生命意义)。大量研究表明生命意义不仅能够负向预测焦虑和抑郁、减少压力知觉,还能够促进个体积极行为的发生和对负性事件的适应能力(Steger et al., 2015)。而 Steger 等(2006)则认为无论是哪一种意义寻求动机,只有个体采用积极的意义寻求过程,才可能获得真正的内心满足,从而获得有意义的人生。该观点也在后续不同文化背景的研究中得到了进一步的证实,即只有当个体通过具有建设性、洞察力的方式进行生命意义的追寻时,才能促使生命意义感得到提升,相反,以思维反刍形式开展生命意义追寻将导致更多的负性体验(Güler & Natalie, 2011)。同样地,李虹以我国大陆地区和香港地区的青少年群体为样本的研究中也指出,在过往有关生命意义的研究当中,对于生命意义的概念界定大多比较笼统,并没有明确指出究竟是“自我超越生命意义”还是“自我中心生命意义”在发挥作用,并引用了自我超越理论论证了自我中心生命意义有时不但不能减缓压力,反而会提高压力程度(李虹, 2006)。相较于西方文化下个体的“自我”,东方文化下的个体则更加强调“无我”或“超我”(汪风炎, 郑红, 2014)。因此,文化不仅在为个体提供意义源的同时,还为特定文化背景下的个体提供了意义框架(卢林鑫, 2023)。李虹(2004)基于不同文化框架背景下所发现的生命意义追寻与生命意义感二者之间的不稳定关系,从生命意义追寻的方式以及生命意义追寻所对应的生命意义感两方面出发,首次在我国集体主义文化背景框架下考虑了二者之间的层级关系,并提出了压力的异化理论——生命愿景理论用于解释生命意义追寻与生命意义感在我国文化背景下的层级关系特点,即生命意义感的层级关系。

自我超越生命意义作为生命意义研究中的一个重要研究取向,与东方佛教哲学和道家哲学有着天然的渊源,是生命意义研究本土化的重要方向,它不同于自我中心的生命意义,而是指个体能够去除自我中心观念、超越个体更高的存在境界的一种认知与信念(李虹, 2006)。Frankl(1963)着眼于对人存在的意义和生存意义的探索提出的意义治疗理论认为,生命是有意义的,人作为一个具有意义的实体存

在,总是在探索生命的意义所在,人类的历史也是不断探索生命意义的历史,而真正的生命的意义在于自我超越。Wong 等人(2021)基于 Frankl 的思想进一步整合了生命意义的目的、理解与重要性提出了一个学界较为认可与全面的自我超越概念。他指出自我超越包含四个自我超越特征与内涵,即由自我关注转向他人、外部动机转向内部动机。其中,自我关注转向他人指的是从自我中心的关注转化为对一些更伟大的事情或者更有价值的人的关注,这是一种无私的感觉,与更宏伟的事物或者更重要的人联系起来,而外部动机转向内部动机则指的是道德关注以及敬畏、无私等超越性情绪体验。因此,纵观东西方文化下的个人主义与集体主义的文化差异,加之 Reker 和 Wong(1988)提出的意义层次模型以及李虹(2004)的提出的生命愿景理论可知,自我超越作为一种积极辩证的人生态度与认知所引发的生命意义追寻的方式很有可能是导致生命意义追寻与生命意义感二者之间关系的不稳定条件之一。并且值得注意的是,过往研究多将生命意义感聚焦于第一层享乐主义与第二层个人成长上围绕自我中心生命意义展开,从而忽略了第三层自我超越与第四层宇宙意义的研究以及第四层宇宙意义实际上是第三层自我超越的拓展(Cloinger et al., 1993)。

此外,有研究表明,自我超越水平越高的个体能够以更加积极、乐观的态度面对疾病、他人拒绝等威胁,从而保持良好的身心健康状态(卢林鑫等, 2023)。大学生作为青少年群体中的一员面临着多方面的压力,较容易出现情绪与行为问题,如抑郁、焦虑、自杀意念、社交障碍等(卢林鑫等, 2024),而事实上,这种抑郁与焦虑都是生命意义感缺失的一种表现(Steger et al., 2006)。因此,寻找连贯的人生意义一直被认为是青少年发展过程中的重要弹性因素,即当青少年在探索自己的人生意义过程中,采用更多自我超越的辩证角度时,可以帮助他们了解自己、适应社会并减少不良心理问题(Steger et al., 2008)。故而将自我超越这一符合我国文化框架背景下的生命意义追寻方式纳入生命意义追寻与生命意义感的层级研究当中,可以为心理与教育工作者开展大学生生命意义教育提供理论依据,由此提出假设 H1:自我超越在生命意义追寻与自我中心生命意义的关系中发挥调节作用;H2:自我超越在生命意义追寻与自我超越生命意义的关系中发挥调节作用。

2 研究过程

2.1 研究对象

研究得到了作者所在单位伦理委员会的审批,调查符合伦理规范。考虑到样本的代表性,在调查前我们采用了 G * power 3.1 对调查所需样本量进行了预算。由于调查对象来源于人文、社科、理工、农学、医学、艺术六个部分。因此,采用 G * power 中的 F tests 对样本量进行估算。此时,在中等效应量 0.25 下, $\alpha = 0.05$, $1 - \beta = 0.95$ 时,所需样本量至少为 324 人。来自全国 13 所本科院校的 4351 名在校大学生参与了本次调查。通过两种方式剔除无效问卷,一是在录入收据前排除未作答或作答明显不认真以及只有部分作答的问卷共计 267 份;二是在实际数据处理中,剔除大于各变量样本均值 ± 3 个标准差的极端数据,共计剔除问卷 102 份。最终剩余有效问卷 3982 份,问卷有效回收率为 91.52%。其中,人文 782 人 (19.64%)、社科 1033 人 (25.94%)、理工 927 人 (23.28%)、农学 497 人 (12.48%)、医学 415 人 (10.42%)、艺术 328 人 (8.24%);男生 2347 人 (58.94%)、女生 1635 人 (41.06%)。年龄范围在 17 ~ 25 岁之间,平均年龄为 20.82 ± 1.60 岁。

2.2 研究工具

2.2.1 中文版人生意义寻求分问卷

Steger 等人 (2006) 编制的人生意义寻求分问卷通常用以测量个体的生命意义追寻水平,我国学者王孟成和戴晓阳 (2017) 对其进行了汉化修订。修订后的中文版人生意义寻求分问卷共包含 5 个条目,采用 7 点计分方式,从 1 表示“非常不符合”到 7 表示“非常符合”进行打分。例如:“我很清楚是什么使我的人生变得有意义”、“我的生活没有很明确的目标”。分问卷总得分等于分问卷所有条目得分相加,分数越高表明个体对生命意义追寻越强烈。在本研究中,中文版人生意义追寻分问卷的 Cronbach's α 系数为 0.72,验证性因子分析结果为: $\chi^2/df_{(5)} = 4.254 (p < 0.001)$, CFI = 0.997, TLI = 0.992, SRMR = 0.013, RMSEA = 0.029, 90% CI 为 [0.016, 0.043]。

2.2.2 中文版人生意义体验分问卷

Steger 等人 (2006) 编制的人生意义体验分问卷通常用以测量个体的自我中心生命意义水平 (李占宏, 2018), 我国学者王孟成和戴晓阳 (2017) 对其进行了汉化修订。修订后的中文版人生意义体验分问

卷共包含 5 个条目,采用 7 点计分方式,从 1 表示“非常不符合”到 7 表示“非常符合”进行打分。例如:“我正在寻找自己人生的目标和使命”、“我正在寻找自己人生的目标”。分问卷总得分等于分问卷所有条目得分相加,分数越高表明个体的自我中心生命意义感水平越高。在本研究中,人生意义体验分问卷的 Cronbach's α 系数为 0.78,验证性因子分析结果为: $\chi^2/df_{(5)} = 4.821 (p < 0.001)$, CFI = 0.996, TLI = 0.981, SRMR = 0.019, RMSEA = 0.041, 90% CI 为 [0.024, 0.062]。

2.2.3 自我超越生命意义量表

李虹 (2006) 编制,王鑫强和井贤严 (2017) 修订的自我超越生命意义量表,共包含 8 个条目,其中失败意义获得分量表包含 3 个条目,成败意义超然分量表包含 5 个条目,两分量表均采用 4 点计分方式,从 1 表示“很不同意”到 4 表示“很同意”进行打分。例如:“能够坦然面对丧失是真正获得了生命的意义”、“我会从丧失中体会丰富的人生”。量表与分量表总得分均为所包含所有条目得分相加,总分越高代表个体的自我超越生命意义水平以及失败意义获得和成败意义超然水平越高。在本研究中自我超越生命意义总量表的 Cronbach's α 系数为 0.71,验证性因子分析结果为: $\chi^2/df_{(19)} = 3.325 (p < 0.01)$, CFI = 0.997, TLI = 0.988, SRMR = 0.010, RMSEA = 0.024, 90% CI 为 [0.013, 0.036]。

2.2.4 中文版青少年自我超越量表

Reed (1991) 编制,赵燕如等 (2018) 汉化修订的青少年自我超越量表共包含 15 个条目,以及 4 个未命名维度,维度 1、维度 2、维度 3 均包含 4 个条目、维度 4 则包含 3 个条目。采用 4 点计分方式,从 1 = “完全不符合”到 4 = “完全符合”进行打分。例如“我能放下过去的烦恼”、“我很享受我现在的生活节奏”。量表总分为所包含所有条目相加,总分越高表示个体的自我超越水平越高。在本研究中,青少年自我超越总量表的 Cronbach's α 系数为 0.88,验证性因子分析结果为: $\chi^2/df_{(84)} = 4.859 (p < 0.01)$, CFI = 0.991, TLI = 0.980, SRMR = 0.016, RMSEA = 0.031, 90% CI 为 [0.027, 0.035]。

2.3 研究过程与数据处理

2.3.1 施测过程

由受过统一培训的心理学硕士研究生进行施测,在施测前先获取被试的知情同意。调查以班级为单位进行。为增加问卷填写的真实与有效性,采

用信效度较高的成熟量表作为测量工具,并且在数据收集过程中,采用匿名参与、反向题目计分、平衡量表顺序等措施进行控制。

2.3.2 数据处理

使用 Epidata 3.1 对数据进行录入以及录入质量控制。采用 AMOS 24.0 对测量工具进行验证性因子分析。采用 SPSS 28.0 进行描述性统计、相关分析,并使用 Hayes 开发的 PROCESS 3.5 程序中的模型 1 对调节效应模型进行检验,结合偏差校正的非参数百分位 Bootstrap 法(重复抽样 5000 次)对调节效应的显著性进行检验。调节效应的简单斜率变化轨迹图(J-N 图)则采用 Origin 2023 进行绘制。

2.4 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因素检验法对研究数据进行检验,结果显示:KMO 取样适切性量数为 0.90,巴赫利

特球形度检验: $\chi^2 = 38524.30, df = 528, p < 0.001$,共提取特征值大于 1 的因子 8 个,未旋转的第一个因子的方差解释率为 23.59%,小于 40%的临界值(汤丹丹,温忠麟,2020),因此本研究并不存在很严重的共同方法偏差。

3 研究结果

3.1 描述统计与相关分析

各变量间的相关分析结果显示(表 1):生命意义追寻、自我中心生命意义、自我超越和自我超越生命意义两两之间均呈显著正相关。此外,鉴于年龄与自我超越、自我超越生命意义呈显著正相关。性别与生命意义追寻、自我中心生命意义、自我超越、自我超越生命意义呈显著正相关。因此,在后续的分析中,将年龄与性别作为混杂变量进行控制。

表 1 各变量的描述性统计及其相关分析

	<i>M</i> ± <i>SD</i>	年龄	性别	生命意义 追寻	自我中心 生命意义	自我超越	自我超越 生命意义
年龄	20.82 ± 1.60	1					
性别	1.44 ± 0.72	-0.11***	1				
生命意义追寻	26.35 ± 3.98	0.01	0.22***	1			
自我中心生命意义	25.02 ± 4.05	-0.03	0.13***	0.31***	1		
自我超越	46.64 ± 6.56	0.04*	0.13***	0.51***	0.13***	1	
自我超越生命意义	31.34 ± 4.20	0.05*	0.23***	0.48***	0.19***	0.45***	1

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$,下同。性别(0 = 男,1 = 女)为虚拟变量。

3.2 自我超越的调节效应检验

为进一步探讨自我超越分别在生命意义追寻与自我中心生命意义、自我超越意义之间的调节作用,先将各变量进行标准化处理。分别以自我中心生命意义、自我超越意义为因变量,生命意义追寻为自变量、自我超越为调节变量,并将年龄与性别纳入混杂变量进行控制。所有分析均采用 PROCESS 3.5 宏程序中的模型 1 进行。

调节效应结果表明,在预测自我中心生命意义时(表 2),生命意义追寻显著正向预测自我中心生命意义($\beta = 0.31, p < 0.001$),生命意义追寻 × 自我超越的交互作用显著($\beta = -0.04, p < 0.001$)。在预测自我超越生命意义时(表 3),生命意义追寻显著正向预测自我超越生命意义($\beta = 0.33, p < 0.001$),生命意义追寻 × 自我超越生命意义的交互效应显著($\beta = 0.03, p < 0.001$)。

表 2 自我超越在生命意义追寻与自我中心生命意义间的调节作用

因变量	自变量	β	<i>SE</i>	<i>t</i>	95% <i>CI</i>		<i>R</i> ²	ΔR^2
					<i>LLCI</i>	<i>ULCI</i>		
自我中心 生命意义	年龄	-0.01	0.01	-1.55	-0.03	0.01	0.33	0.11
	性别	0.09	0.02	4.27***	0.05	0.13		
	生命意义追寻	0.31	0.02	17.25***	0.28	0.35		
	自我超越	-0.06	0.02	-3.37***	-0.09	-0.03		
	生命意义追寻 × 自我超越	-0.04	0.01	-4.01***	-0.05	-0.02		

表 3 自我超越在生命意义追寻与自我超越生命意义间的调节作用

因变量	自变量	β	SE	t	95% CI		R^2	ΔR^2
					$LLCI$	$ULCI$		
自我超越 生命意义	年龄	0.01	0.01	0.70	-0.01	0.02	0.55	0.30
	性别	0.18	0.02	9.27***	0.14	0.21		
	生命意义追寻	0.33	0.02	20.58***	0.30	0.36		
	自我超越	0.27	0.02	17.44***	0.24	0.31		
	生命意义追寻 $\times$ 自我超越	0.03	0.01	3.15***	0.01	0.04		

为更加清晰、直观地了解在不同自我超越的水平下,生命意义追寻对自我中心生命意义、自我超越生命意义的影响,以高于/低于平均数一个标准差为标准对自我超越的调节作用进行分类分析。如表 4 所示:当因变量为自我中心生命意义时,低水平自我超越下的生命意义追寻对自我中心生命意义的正向预测作用最大($\beta = 0.35, SE = 0.02, p < 0.001$)。中水平的自我超越下的生命意义追寻对自我中心生命意义的正向预测作用次之($\beta = 0.31, SE = 0.02, p < 0.001$)。高水平的自我超越下的生命意义追寻对自我中心生命意义的正向预测作用最小($\beta = 0.27, SE = 0.02, p < 0.001$)。这一结果表明,随着自我超

越的不断升高,生命意义追寻对自我中心生命意义的预测作用在逐渐减弱。

如表 5 所示:当因变量为自我超越生命意义时,高水平自我超越下的生命意义追寻对自我超越意义的正向预测作用最大($\beta = 0.35, SE = 0.02, p < 0.001$)。中水平的自我超越下的生命意义追寻对自我超越意义的正向预测作用次之($\beta = 0.33, SE = 0.02, p < 0.001$)。低水平的自我超越下的生命意义追寻对自我超越意义的正向预测作用最小($\beta = 0.30, SE = 0.02, p < 0.001$)。这一结果表明,随着自我超越的不断升高、生命意义追寻对自我超越意义的预测作用在不断上升。

表 4 自我超越在生命意义追寻与自我中心生命意义间的调节效应分解

预测变量	自我超越	β	SE	t	p	95% CI	
						$LLCI$	$ULCI$
自我中心 生命意义	低(-1)	0.35	0.02	18.56	$p < 0.001$	0.31	0.38
	中(0)	0.31	0.02	17.25	$p < 0.001$	0.28	0.35
	高(+1)	0.27	0.02	12.73	$p < 0.001$	0.23	0.32

表 5 自我超越在生命意义追寻与自我超越生命意义间的调节效应分解

预测变量	自我超越	β	SE	t	p	95% CI	
						$LLCI$	$ULCI$
自我中心 生命意义	低(-1)	0.30	0.02	18.29	$p < 0.001$	0.27	0.33
	中(0)	0.33	0.02	20.58	$p < 0.001$	0.30	0.36
	高(+1)	0.35	0.02	18.54	$p < 0.001$	0.32	0.39

进一步采用 Johnson—Neyman 法呈现简单斜率的变化轨迹(图 1、图 2)。当自我超越的 Z 分数取值范围在 $[-2.42, 2.04]$ 时,简单斜率的 p 值均 < 0.001 ,且随着自我超越水平的升高,生命意义追寻对自我超越生命意义的正向预测作用越强,说明自我超越能够促进意义追寻对自我超越生命意义的正向预测作用。而相反,随着自我超越水平的升高,生命意义追寻对自我中心生命意义的负向预测作用越强,说明自我超越会削弱意义追寻对自我中心生命

意义的正向预测作用。

4 讨论

生命意义追寻与自我中心生命意义和自我超越生命意义均呈显著正相关,这进一步证实了在集体主义文化框架下,以往研究所发现的生命意义追寻与生命意义感二者为正相关关系的结论(王玉等, 2016)。但与以往研究不同的是,将生命意义的第三层级与第四层级纳入到本土化的集体主义框架则为 Dambrun 和 Richard(2011)基于东方传统哲学基

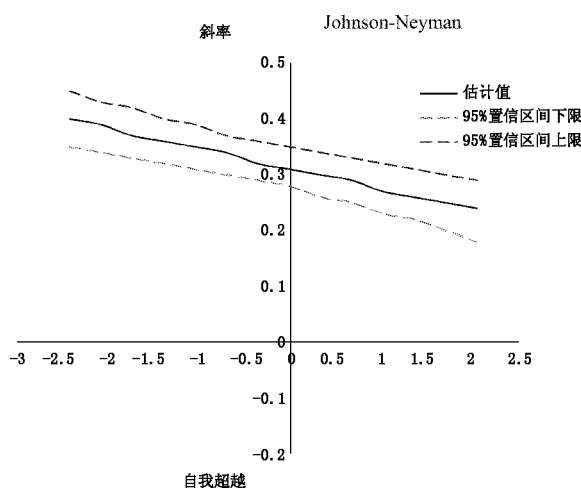


图1 自我超越在生命意义追寻与自我中心生命意义间的调节作用

注:横坐标是调节变量自我超越的 Z 分数,纵坐标代表生命意义追寻对自我中心生命意义的回归系数(斜率)的变化;中间直线为点估计值,上下曲线为 95% 的置信区间的取值。

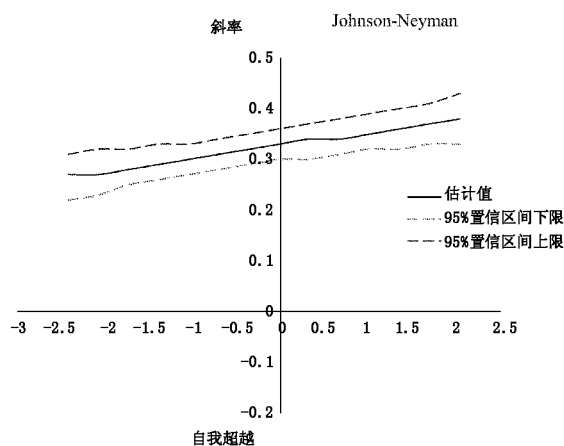


图2 自我超越在生命意义追寻与自我超越意义间的调节作用

注:横坐标是调节变量自我超越的 Z 分数,纵坐标代表生命意义追寻对自我超越生命意义的回归系数(斜率)的变化;中间直线为点估计值,上下曲线为 95% 的置信区间的取值。

础上提出的自我中心/无私的幸福模型以及我国台湾学者 Shiah (2016) 借鉴佛学基础的无我理论提供了实证基础,即生命意义追寻所对应的两种生命意义感(自我中心生命意义、自我超越生命意义)分别对应着自我的两种不同的人格层次结构(自我、无我)。其中,自我是一种遵循享乐原则的欲望驱动的方式,因此过度关注自我往往为个体带来了波动而不稳定的幸福感,这也从侧面解释了过往研究所

发现的生命意义追寻与自我中心的生命意义感存在不稳定关系(李占宏等,2018)。相反,无我则遵循自我修炼原则,个体把自己感知为灵活的或某一动态系统的一部分,从而视自己与他人、自然环境是相互依存的或与他人和自然环境之间存在一定程度的联结,这种联结是一个从中等程度的联结(比如自己与他人)到强烈的联结(比如自己与整个宇宙)的连续体(Shiah, 2016)。意义保持模型可以帮助我们更好地理解上述结果,该理论认为,当个体感知自身意义系统遭受威胁时,会通过补充其他生命意义源来维持自身整体意义系统的稳定(Schnell, 2009)。因此,尽管自我中心生命意义对个体的心理健康的促进作用存在局限性,但不可否认的是,自我中心生命意义也在一定程度上缓解了压力与负面情绪对个体所带来的消极影响(Steger, 2013)。因此,从该角度出发来看,自我中心生命意义与自我超越生命意义均可以作为大学生生命意义追寻的积极结果。此外,值得注意的是,该结果也进一步完善了 Gori 等人(2022)所指出的,在探讨生命意义追寻与生命意义感的关系时,既要考虑生命意义的存在类型,又要考虑生命意义追寻的方式。

自我超越分别在生命意义追寻与自我中心生命意义以及生命意义追寻自我超越生命意义间发挥调节作用,本研究的假设 1 和假设 2 得到了验证。有趣的是,自我超越在自我中心生命意义和自我超越生命意义二者之间发挥的调节作用是截然相反的。具体而言,在生命意义追寻与自我超越生命意义中,个体拥有更高的自我超越水平就会获得更高的自我超越生命意义,这与以往的研究结论相一致(Schnell, 2011)。而在生命意义追寻与自我中心生命意义中,个体拥有更高的自我超越水平反而会减少获得的自我中心生命意义,这与以往的研究有所不同。造成上述结果的原因很有可能一方面是因为,进行生命意义追寻是个体生活的基本动力,但它同时也是一种防御机制。换句话说,即生命意义的追寻可能会由压力所引发和促进,而富裕的生活和享受主义的价值观念会削弱个体对于生命意义的追寻(李虹, 2004)。因此,如果个体聚焦于自我中心生命意义,则很有可能削弱个体对于生命意义的追寻,从而出现生命意义追寻与生命意义感二者之间不稳定的现象。相反,根据意义层次模型的观点,自我超越作为拓展自我边界,获得更大视角的一种积

极自我信念则会在一定程度上减弱这种生命意义追寻与生命意义感二者之间不稳定现象。因为,自我超越削弱了个体在生命意义追寻过程中,生命意义追寻与自我中心生命意义二者间的“个体性”,从而减少了个体的自我关注,并将下位层级(第一层、第二层、第三层)的生命意义感通过个体的自我超越而拓展到宇宙的意义中。而另一方面很有可能是因为,无论是自我中心生命意义还是自我超越生命意义,发生的作用机制都是一种有关“控制”的感觉(李虹,2004)。按照 Frankl 的观点,当生命意义作为根本目标时,目标是因控制而实现了,但如果为了控制而控制,没有发现其中的意义,控制将会失败,最终产生自我损伤。因此,从这一角度来看,自我超越削减了个体对自我的控制,与东方哲学中的所包含的“无为而治”是一致的(贾林祥,2006)。这也就解释了自我超越为何会在生命意义追寻与自我中心生命意义二者之间发挥负向调节作用的原因。相反,自我超越生命意义中所蕴含的“去我执”和“得”“失”观正是这种超越个人视角的大转换,其中正包含了本土化生命意义的思想色彩,即当个体出现自我的局限性时,这种自我超越可以降低个体对于自我的关注和防御心态,将自我和意义缺失渺小化,而这种自我超越相对于自我增强或自我中心化对于意义缺失的缓冲作用更有效(Burson et al., 2012)。鉴于上述问题,场动力理论似乎为生命意义追寻与生命意义感的不稳定现象提供了一个合理的解释视角,即生命意义追寻反映了个体在生命意义追寻过程中的渐进式自我超越(Frankl, 1963)。因此,个体对于生命意义追寻所产生的生命意义感的层级反思是个体在生命意义体验背景下需要考虑的一个重要过程,即在生命意义寻求的过程中的认知灵活性是影响意义寻求效果的重要因素(Bonanno, 2013)。由此,可以推断个体如果想要获得生命意义构建,除了个体需要的不平衡外,还需要动用个人的意识系统,主动从事物中获取生命意义感,并进一步地采用开放性的反思,完成生命意义从第一、第二层的自我中心生命意义拓展到第三、第四层的自我超越生命意义,最终获得完满的成长(王玉等,2016)。这也就是为何大学生的自我超越在生命意义追寻与自我中心生命意义和自我超越生命意义二者之间发挥截然不同的调节作用的原因。

综上所述,本研究基于文化框架对个体生命意

义源的影响,通过区分生命意义追寻的方式及其所对应的生命意义感,以一个较为全面,更具本土化生命意义研究特点的视角,阐述了大学生生命意义追寻与生命意义感二者之间的关系为何不稳定,以及自我超越在两者关系中的内在作用。这提示,在未来的研究当中,应当更加积极地探讨自我超越生命意义的作用,而不仅仅局限于自我的生命意义。此外,心理与教育工作者在对大学生开展生命意义教育时,应当积极地引导大学生不断地自我超越以减少自我关注所带来的消极影响。具体,可以结合心理距离技术、反事实思考和积极沉思技术、认知重建、苏格拉底式提问等方式来帮助个体形成新颖的、创造性的、有洞察力的思考(王玉等,2016)。

5 研究局限与展望

本研究采用的是横断研究,难以观察到各变量间的双向关系以及自我超越在二者之间的纵向发展变化及其转变的关键节点,未来可以采用纵向范式,如采用结构方程模型进一步解释自我超越在意义追寻与自我中心生命意义以及自我超越生命意义之间发挥的纵向调节机制。

本研究所获取的数据均来源于被试自我报告,未来研究可以增加访谈等方式进一步了解被试的自我超越情况,使得研究结论更加可靠。

6 结论

6.1 生命意义追寻与生命意义感之间的不稳定关系可能与文化背景下个体进行生命意义追寻的方式以及生命意义感的不同层级有关。

6.2 大学生的自我超越在生命意义追寻与生命意义感之间发挥了调节作用,具体而言,自我超越消减了生命意义追寻对自我中心生命意义的正向促进作用,相反,自我超越则促进了生命意义追寻对自我超越生命意义的正向促进作用。

参考文献

- 李虹. (2004). 压力应对与大学生心理健康(pp. 107 - 186). 北京:北京师范大学出版社.
- 李虹. (2006). 自我超越生命意义对压力和健康关系的调节作用. 心理学报, (3), 422 - 427.
- 卢林鑫, 陈燕琴, 李吉芳, 杨先银. (2023). 视障青少年领悟社会支持与创伤后成长的关系:自我超越生命意义的调节作用. 中国健康心理学杂志, 31(9), 1400 - 1407.
- 卢林鑫, 余婷, 张旭, 蔺秀云. (2024). 男男性行为艾滋病病毒感染者的感知歧视与自我超越生命意义. 中国心理卫

- 生杂志, (6), 534 – 541.
- 李占宏, 赵梦娇, 刘慧瀛, 刘亚楠, 彭凯平. (2018). 生命意义寻求的原因: 成长抑或危机. *心理科学进展*, 26(12), 2192 – 2203.
- 贾金玲, 卢林鑫, 向垚梅娇, 宋晓会, 班永飞, 孙霁, 蔺秀云. (2023). 视障学生社会排斥体验与自我超越生命意义: 有调节的链式中介. *中国特殊教育*, (12), 26 – 36.
- 贾林祥. (2006). 意义与人生: 意义治疗的理论研究 (pp. 176 – 252). 青岛: 中国海洋大学出版社.
- 汤丹丹, 温忠麟. (2020). 共同方法偏差检验: 问题与建议. *心理科学*, 43(1), 215 – 223.
- 汪风炎, 郑红. (2015). *中国文化心理学* (pp. 16 – 215). 广州: 暨南大学出版社.
- 王孟成, 戴晓阳. (2008). 中文人生意义问卷 (C – MLQ) 在大学生中的适用性. *中国临床心理学杂志*, (5), 459 – 461.
- 王鑫强, 井贤严. (2017). 自我超越生命意义量表的结构与信效度研究: 基于道家哲学和佛教哲学的分析与思考. *心理技术与应用*, 5(2), 65 – 72.
- 王玉, 陈炜夷, 甘怡群. (2016). 意义缺失到生命意义感的作用机制: 有调节的中介作用. *北京大学学报 (自然科学版)*, 52(3), 581 – 586.
- 赵燕如, 刘沫, 吕琦. (2018). 中文版青少年自我超越量表的效度和信度. *中国心理卫生杂志*, 32(8), 689 – 694.
- Bonanno, G. A. (2013). Meaning making, adversity, and regulatory flexibility. *Memory (Hove, England)*, 21(1), 150 – 156.
- Burson, A., Crocker, J., & Mischkowski, D. (2012). Twotypes of value – affirmation: Implications for self – control following social exclusion. *Social Psychological and Personality Science*, 3(4), 510 – 516.
- Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., & Przybeck, T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry*, 50(12), 975 – 990.
- Dambrun, M., & Ricard, M. (2011). Self – centeredness and selflessness: A theory of self – based psychological functioning and its consequences for happiness. *Review of General Psychology*, 15(2), 138 – 157.
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning: An introduction to Logotherapy*. New York, NY, USA: Washington Square Press.
- Gori, A., Topino, E., Svicher, A., & Fabio, A. D. (2022). Towards meaning in life: A path analysis exploring the mediation of career adaptability in the associations of self – esteem with presence of meaning and search for meaning. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 11901.
- Güler, B., & Natalie, E. (2011). Self – focused attention, meaning, and posttraumatic growth: The mediating role of positive and negative affect for bereaved women. *Journal of Loss and Trauma*, 16(1), 13 – 32.
- Reed, P. G. (1991). Toward a nursing theory of self – transcendence: Deductive reformulation using developmental theories. *Advances in Nursing Science*, 13(4), 64 – 77.
- Reker, G. T., & Wong, P. T. P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent Theories of Aging* (pp. 214 – 246). New York, NY, USA: Springer Publishing Company.
- Reker, G. T., & Chamberlain, K. (2009). *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* (pp. 59 – 75). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Schnell, T. (2009). The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well – being. *Journal of Positive Psychology*, 4(6), 483 – 499.
- Schnell, T. (2011). Individual differences in meaning – making: Considering the variety of sources of meaning, their density and diversity. *Personality and Individual Differences*, 51(5), 667 – 673.
- Shiah, Y. J. (2016). From self to nonself: The nonself theory. *Frontiers in Psychology*, 4(7), 124.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80 – 93.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 199 – 228.
- Steger, M. F. (2013). *Wrestling with our better selves: The search for meaning in life* (pp. 215 – 233). Washington D. C., USA: American Psychological Association.
- Steger, M. F., Fitch – Martin, A. R., Donnelly, J., & Rickard, K. M. (2015). Meaning in life and health: proactive health orientation links meaning in life to health variables among American undergraduate. *Journal of Happiness Studies*, 16(3), 583 – 597.
- Wong, P. T., Mayer, C. H., & Arslan, G. (2021). COVID – 19 and existential positive psychology (PP2.0): The new science of self – transcendence. *Frontiers in Psychology*, 12, 800308.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy* (pp. 33 – 232). New York, NY: Basic Books Press.

The Relationship Between Search for Meaning in Life and Presence of Meaning in Life and Self – transcendence Meaning of Life: The Moderating Role of Self – transcendence

Lu Linxin¹, Zhou Hanxiang², Reed Pamela G³, Ban Yongfei⁴, Sun Ji^{4,5}, Song Haiying⁶, Gao Chi⁷

(1. Institute of Developmental Psychology, Beijing Normal University, Beijing 100875;

2. Function Hub, The Hong Kong University of Science and Technology (Guang Zhou), Guang Zhou 511455;

3. College of Nursing, University of Arizona, Tucson 85724;

4. School of Education Science, An Shun University, Anshun 561000;

5. Department of Psychology, School of Social Sciences, Tsinghua University, Beijing 100084;

6. College of Teacher Education, Columbia University, New York 999076;

7. School of Education, Harvard University, Cambridge 02138)

Abstract: The purpose of this study is to explore the relationship between the search for meaning in life and the presence of meaning in life and self – transcendence meaning of life as well as the moderating role of self – transcendence therein, a total of 3982 college students were investigated by Chinese Search for Meaning in Life Subquestionnaire, Chinese Presence of Meaning in Life Subquestionnaire, Self – transcendence Meaning of Life Scale and Chinese Adolescent Self – transcendence Scale. The results showed that: (1) Search for meaning in life was significantly and positively correlated with self – transcendence, presence of meaning in life, and self – transcendence life meaning. (2) Self – transcendence played a moderating role in the relationship between the search for meaning in life and the presence of meaning in life and self – transcendence meaning of life, respectively. Specifically, with increasing levels of self – transcendence, the positive predictive role of the search for meaning in life on the presence of meaning in life diminished, whereas the positive predictive role of the search for meaning on self – transcendence meaning of life increased.

Key words: college students; search for meaning in life; presence of meaning in life; self – transcendence meaning of life; self – transcendence