

中学生乐观与生命意义的关系:自我概念的中介作用

余祖伟¹,关冬梅²,邬俊芳³,孙配贞⁴

(1. 广州广播电视大学 管理学院,广东 广州 510091; 2. 阳江职业技术学院 心理中心,广东 阳江 529566;
3. 华南师范大学 教育科学学院,广东 广州 510631; 4. 江苏师范大学 教育科学学院心理学系,江苏 徐州 221116)

[摘 要]以阳江市 9 所中学的 1 500 多名在校中学生为研究对象,发现中学生自我概念在乐观与生命意义之间起部分中介作用:1. 中学生的生命意义存在性别差异,女生的生命意义感显著高于男生;2. 生命意义的生活地差异显著,农村学生的生命意义感低于城市学生和乡镇学生;3. 自我概念在乐观对生命意义的影响中起部分中介作用,即乐观既可直接影响中学生的生命意义感,又可通过影响其自我概念而间接影响生命意义。

[关键词]中学生;乐观;自我概念;生命意义

[中图分类号] B844

[文献标识码] A

[文章编号] 1001-6597(2014)01-0123-05

一、前言

乐观是国内外积极心理学领域研究的一个热点。目前对乐观的研究主要有两种取向:乐观解释取向和乐观人格取向。^[1]本研究中“乐观”主要指乐观人格取向,即认为乐观是人类的一种稳定的心理品质,是一种积极的人格特征。乐观不仅指特定情境中抱有希望的期望,而且指相似情境中一种类化的、具有跨时间和跨情境一致性的期望,一般强调个体的总体感受。^[2]沙伊尔(Scheier)和卡佛(Carver)将乐观分为乐观主义和悲观主义两种倾向,乐观主义指个体对未来事物的发展抱有积极的预期,而悲观主义则指个体对未来抱有更多的消极预期。^[3]海诺宁(Heinonen)等人的研究发现,乐观者的自我概念评价较为积极,且乐观者的自我概念水平显著高于悲观者^[4];同样的结果在西方医疗等其他领域的研究中也得到了证实^{[5][6]}。刘志军和白学军的研究表明:面对生活事件乐观者更多地采用积极应对策略,而悲观者较多采用消极应对策略。^[7]应对策略在一定程度上决定事件处理是否成功,成功与否又影响个体对自我的评价,所以乐观个体的自我概念水平更高。因此,乐观是个体良好自我概念的一个重要预测因素。

根据谢弗尔森关于“自我概念”的定义,自我概念是指个体对自己的知觉,即自我系统中的认知方面或描述性内容。钞秋玲等的研究发现:自我概念是自我的主要成分,在人格结构中处于核心地位,^[8]对个体行为具有调节和定向作用。自我概念控制和综合着对环境知觉的意义,并高度决定个人对环境的反应;自我概念为个体提供自我认同感和连续感,调节和维持有意义的行为,其发展标志着个体社会性发展和人格健全的程度。^[9]尤其是对于中学生来说,自我概念不仅影响他们的行为表现和学业成就,对其人生观、价值观的形成和建立更是起关键性作用。

近年来,中学生自伤、自杀事件的发生率不断提高,引起了家长、学校和社会各界人士的关注和忧虑。刘明娟的研究表明:有自杀念头的人往往报告说找不到“存在”的理由^[10];刘德威发现,青少年生命意义感越是缺乏,寻死的决心越坚决;苏慧君等也指出:青少年发生自伤行为的首要因素是生命意义感的缺失。还有研究表明,生命意义感在个人危机和重大挫折时具有无可替代、独一无二的作用^[11],与个体心理健康方面也有紧密联系^[12]。可见,自我价值感的丧失和生命意义感的缺乏,正是这些自伤、自杀行为的幕后推手。关于生命意义感的来源,不同学者均提出了自己的观点,涵盖了生活环境及个人

[收稿日期] 2013-11-08

[基金项目] 广州市教育科学“十二五”规划研究课题(12A176);广东省教育科学“十一五”规划研究课题(2010TJK212);教育部人文社科研究青年基金课题(11YJC190019)

[作者简介] 余祖伟(1966—),男,广州广播电视大学教授,研究方向:心理咨询与治疗、学校心理学。

成长中的方方面面;不过,大部分研究都提到了自我效能、自我价值、自我超越、自我接受和快乐等,^{[13][14][15]}这些来源都与自我概念有关。拥有积极自我概念的个体,更容易感到自我的存在是有价值和有意义的,并具有更高水平的生命意义感。

综上所述,乐观、自我概念和生命意义之间有密切的关系,而且乐观和自我概念均能直接或间接地影响生命意义感。研究表明:乐观的个体免疫力更强^[16]、患病更少^[17]、情绪更健康^[18]、心理功能更强大^[19],并能更好地调节生活事件带来的压力^[18];袁莉敏等还发现:乐观及其各维度均与生活满意度呈显著正相关,且乐观可以显著预测生活满意度。^[20]乐观是对未来积极结果的总体性期望,是个体良好适应的有效保障,与个体的生命意义感有密切联系。而自我概念高的个体通常能够体验到更强烈的生命意义感,自我概念对生命意义感也有一定的预测作用。

青少年时期是人格形成的关键期,自我概念、乐观人格和生命意义感均在这一时期得以发展和逐步稳定。因此,研究这三者之间的关系及其相互作用的内在机制,对提升中学生的积极心态、增强心理健康水平、减少抑郁等不良情绪具有重要指导意义,从而引导青少年沿着积极健康的人生道路不断前进。基于相关研究结论,本研究假设:个体越乐观,其自我概念水平越高,因而拥有更强的生命意义感;即乐观通过自我概念对生命意义感产生影响,自我概念在乐观和生命意义之间起中介作用。

二、研究方法

(一) 被试

采用随机整群取样和目的取样相结合的方法,对广州市和阳江市市区和辖下三县共9所中学的在校中学生(初一至高2 5个年级)共1 500多人进行问卷测量,收回有效问卷1 390份,有效回收率为93%。其中男生687人,女生703人;初中1 107人,高中283人。

(二) 研究工具

1. 生活取向量表

采用沙伊尔和卡佛修订的生活取向量表(LOT-R)^[21]。该量表共10个项目,其中6个测验项目和4个掩饰项目,测验项目包括乐观主义和悲观主义两个维度。LOT-R采用5点评分,量表总得分越高,乐观水平越高。LOT-R的 α 系数为0.78。

2. 自我概念量表

采用由王才康和杨晓燕修订的自我概念量表(WSCS)中文版^[22],Wallace自我概念量表最初由

美国密苏里大学的格伦·华莱士(Gaylen R Wallace)于1980年完成。该中文版量表共15个项目,采用7点计分,分数越高表示个体对自己各方面的自我知觉越好。WSCS中文版具有良好的信度,其内在一致性系数为0.88。

3. 生命意义感问卷

采用我国台湾学者宋秋蓉所修订的生命意义感问卷^[23],该问卷共20个题目,包括五个分量表:对生命的热诚、生活的目标、自主感、逃避和未来期许。问卷采用5点计分,分数越高表示生命意义感越强。修订后问卷的内部一致性系数为0.85。

(三) 施测程序与数据处理

以班级为单位集体施测,量表同时发放于每一个被试,由主试按统一的指导语说明作答要求,当场统一作答。采用SPSS13.0对数据进行相关分析和中介效应分析。

三、结果与分析

(一) 生命意义的人口学差异

1. 生命意义的性别差异

采用独立样本 t 检验,对不同性别学生的生命意义及其各维度上的差异进行检验,结果见表1。

表1 生命意义的性别差异(M \pm SD)

	性别(人数)		t
	男(687)	女(703)	
生命意义	67.46 \pm 12.56	69.30 \pm 11.61	-2.83**
生命热爱	25.60 \pm 5.97	26.37 \pm 5.44	-2.21*
生活目标	20.20 \pm 5.10	20.86 \pm 4.55	-2.25*
自主感	7.03 \pm 2.03	7.15 \pm 2.03	-1.32
积极性	7.05 \pm 2.12	6.74 \pm 2.16	2.31*
未来期许	7.94 \pm 1.89	8.12 \pm 1.75	-1.47

* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

统计检验表明,在生命意义总量表上性别差异显著。由表1可知:女生的生命意义感显著高于男生($P < 0.01$);在“生命热爱”和“生活目标”维度上女生均显著高于男生($P < 0.05$);在“积极性”维度上男生显著高于女生($P < 0.05$)。

2. 生命意义的生活地差异

采用单因素方差分析,对不同生活地学生的生命意义及其各维度上的差异进行检验,结果见表2。

由表2可知,生命意义总量表的生活地差异显著;多重检验表明:农村学生的生命意义感显著低于城市学生和乡镇学生($P < 0.01$)。在“未来期许”维度上生活地差异显著,进一步检验表明:城市学生的未来期许显著高于乡镇学生和农村学生($P < 0.001$)。

表 2 生命意义的生活地差异(M±SD)

	生活地(人数)			F
	城市(927)	乡镇(234)	农村(229)	
生命意义	69.18±12.15	68.76±11.86	66.15±12.90	4.83**
生命热爱	25.92±5.63	26.06±5.68	25.54±6.13	0.43
生活目标	20.65±4.59	20.31±5.22	20.04±4.04	0.95
自主感	7.10±1.97	6.98±2.30	7.15±2.14	0.23
积极性	6.89±2.12	7.11±2.31	6.65±2.12	1.31
未来期许	8.16±1.73	7.84±1.84	7.26±2.20	13.20***

** P<0.01, *** P<0.001

表 3 乐观、自我概念与生命意义的相关矩阵

	自我概念	生命意义	乐观(总)	乐观主义	悲观主义
自我概念	1				
生命意义	0.68**	1**			
乐观(总)	0.47**	0.46**	1		
乐观主义	0.49**	0.49**	0.72**	1	
悲观主义	-0.13**	-0.12*	-0.65**	0.16	1

* P<0.05, ** P<0.01

(二)中学生乐观、自我概念和生命意义之间的相关分析

采用积差相关分析,对自我概念与生命意义、乐观及其两种倾向与自我概念、乐观及其两种倾向与生命意义的相关关系进行分析,结果见表 3。

由表 3 可知,乐观和乐观主义与自我概念均呈显著正相关(P<0.01),悲观主义与自我概念呈显著负相关(P<0.01);同样,乐观和乐观主义与生命意义呈显著正相关(P<0.01),悲观主义与生命意义则呈显著负相关(P<0.05);而自我概念与生命意义也存在显著正相关(P<0.01)。

(三)自我概念在乐观与生命意义之间的中介效应分析

从表 3 中各变量之间的关系可知:适合进一步做中介效应分析。研究采用温忠麟等人建议的方法^[24]来分析自我概念的中介效应,分析结果见表 4 和图 1。

表 4 乐观对生命意义的影响中自我概念的中介效应

步骤	因变量	自变量(含中介)	SE	β
1(路径 c)	生命意义	乐观(总)	0.08	0.46***
2(路径 a)	自我概念	乐观(总)	0.02	0.47***
3(路径 b,c')	生命意义	自我概念(中介)	0.05	0.59***
		乐观(总)	0.01	0.18***

*** P<0.001

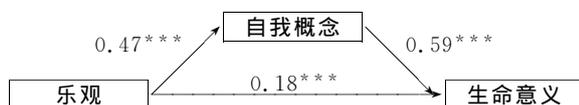


图 1 自我概念在乐观和生命意义间的部分中介作用路径图

由中介效应分析可知:乐观对生命意义有显著的预测作用(P<0.001),对自我概念也有显著的预测作用(P<0.001);然而,当自我概念作为中介变量引入回归方程后,乐观对生命意义的预测作用虽然下降但仍然显著,即自我概念在乐观对生命意义的影响中的部分中介效应显著。

四、讨论

(一)生命意义在人口学上的差异分析

本研究表明:中学女生的生命意义感显著高于中学男生,而且女生在“生命热爱”和“生活目标”上的得分也显著高于男生,但“积极性”显著低于男生。这与何英奇^[25]对大专生的研究结论不太一致,何英奇发现女生的生命意义感低于男生。另外陈秀云用自编的大学生个人生命意义量表进行调查,发现男女生在总体生命意义感和三个维度上没有差别,但在另外三个维度上存在显著差别。^[15]还有一些研究者发现生命意义和性别无关^{[26][27]},不过本研究的研究对象是中学生,因此不同年龄被试的性别差异可能不一致。

对于本研究的结果,女生的生命意义感强于男生,可以从生命意义感的来源加以分析。巴蒂斯塔(Battista)和阿尔蒙德(Almond)认为,生命意义来自六种主要的生命定向:人际、服务、理解、获取、表现、伦理。^[28]对于中学生来说,尤其是初中生,虽然主要任务是学习,但仍然较少感受到学习成就带来的意义感,因此大部分学生还是从与人交往的关系中获得意义感。而在关系感受方面,女生一般优于

男生;在巴蒂斯塔(Battista)和阿尔蒙德(Almond)的六种生命意义来源中,女生在前三种来源的付出和收获均多于男生,因此中学女生的生命意义感也更强烈。

在生活地的差异方面,研究发现生活在不同地方的学生的生命意义感不同,即农村学生的生命意义感弱于乡镇学生和城市学生。近年来很多研究发现,文化、经济地位、家庭教养、父母期望、学生自身的能力、人际关系及就业前景等,都对生命意义有很大影响。^{[29][30][31]}城市学生受教育条件好,除了能够享受更优的教学资源、接受更良好的教学以外,还有更多的机会参加各种兴趣班,在满足自己兴趣需要的同时也丰富自己的生活、扩展人际交往。在这一过程中,需要的满足和人际方面的支持,无疑会增强个体赋予生命和生活的意义。另外,城市学生的家长也以知识分子居多,在家庭教养方式上更民主,这些都有利于青少年生命意义感的体验。

(二) 乐观、自我概念和生命意义三者关系的分析

本研究表明:中学生乐观对生命意义有显著的预测作用,这可能是因为:乐观主义者常采用积极应对策略来处理问题^[5],从而体验到更多的成功、喜悦和自信;他们的自我评价更积极并对未来充满了期望和信心^[6],因而对生命意义有更强的体验。另外,乐观对自我概念也有显著的预测作用,即乐观的生活态度能够提高个体的自我概念,这与海诺宁(Heinonen)等人的研究发现具有一致性^[4]。尤其对于中学生来说,中学阶段是对社会 and 自我的认知形成的重要时期,乐观人格取向的学生能更好地面对成败、对未来也更有信心,因此良好的自我概念也得以逐渐形成和稳定。

由中介效应分析可知:自我概念在乐观和生命意义之间起部分中介作用,与研究的“完全中介作用假设”略有偏差。这说明乐观既直接影响生命意义感,又通过影响自我概念而间接影响生命意义感。雷克尔(Reker G. T.)认为生命意义是“一个多维度的构念,包括一个人对自己存在的原则和目标的认知、对有价值的目标的追求和获得,并伴随有实现感”^[32]。从内容上说,生命意义的定义中包含了自我概念的内容,生命意义的体验是将自身的价值体验、积极评价整合到自我概念中的过程,因此其他因素对生命意义的影响很可能也会通过自我概念间接地发挥作用。本研究从一个侧面证实了这种观点:中学生的乐观水平越高,其自我概念水平也越高,而高自我概念又会进一步增强学生的生命意义感。不过,生命意义的内在机制还有待进一步探究。

五、结论

中学生的生命意义存在性别差异,女生的生命意义感显著高于男生;其中,“生命热爱”和“生活目标”维度上女生均显著高于男生,但在“积极性”维度上男生显著高于女生。生命意义的生活地差异显著,农村学生的生命意义感低于城市学生和乡镇学生。

自我概念在乐观对生命意义的影响中具有部分中介作用。乐观既可以直接影响中学生的生命意义感,又可以通过影响其自我概念而间接地影响生命意义感,即乐观水平越高的学生,其自我概念水平也越高,而高自我概念又会导致更加强烈的生命意义感。

[参 考 文 献]

- [1] 刘志军. 生活取向量表在初中生中的初步修订[J]. 中国临床心理学杂志, 2007, 15(2): 135-137.
- [2] 黄希庭. 人格手册: 理论与研究: 第2版[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2003: 175.
- [3] Scheier M F, Carver C S. Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies[J]. Health Psychology, 1985 (4): 219-247.
- [4] Heinonen K, Raikkonen K, Keltikangas J L. Self-esteem in early and late adolescence predicts dispositional optimism-pessimism in adulthood: A 21-year longitudinal study[J]. Personality and Individual Differences, 2005, 39(3): 511-522.
- [5] Michael F S, Charles S C. Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update[J]. Cognitive Therapy and Research, 1992, 16(2): 201-228.
- [6] Iwanaga M, Yokoyama H, Seiwa H. Coping availability and stress reduction for optimistic and pessimistic individuals[J]. Personality and Individual Differences, 2004, 36(1): 11-22.
- [7] 刘志军, 白学军. 不同生活取向学生的应对策略与自我概念[J]. 心理与行为研究, 2008, 6(4): 275-279.
- [8] 钞秋玲, 郭祖仪, 王淑兰. 中学生自我概念与其行为问题的相关研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2000, 8(3): 146-148.
- [9] 林崇德. 发展心理学[M]. 杭州: 浙江教育出版社, 1995: 168.
- [10] 刘明娟. 初中生生命意义感的调查与干预研究[D]. 太原: 山西大学教育科学学院, 2009.
- [11] Maton K. The stress moderating role of spiritual support: Cross sectional and prospective investigations [J]. Journal for the Scientific Study of Religion, 1989, 28(3): 310-323.

- [12] 李旭,卢勤. 大学新生生命意义感与心理健康状况的相关研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2010, 18(10): 1232-1235.
- [13] Baumeister R F. Meaning of life[M]. The Guildford Press, 1991:95-109.
- [14] 盛正群. 大学生生命意义问卷修订[D]. 广州: 华南师范大学教育科学学院, 2007.
- [15] 陈秀云. 大学生个人生命意义量表编制及初步应用[D]. 杭州: 浙江师范大学教育科学学院, 2007.
- [16] Scheier M F, et al. Optimism and re-hospitalization following coronary artery bypass graft surgery[J]. Archives of Internal Medicine, 1999(159):829-835.
- [17] Peterson C, et al. Pessimistic explanatory style is a risk factor for physical illness: a thirty-five year longitudinal study[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1988(55):23-27.
- [18] Brissette I, Scheier MF, Carver C S. The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 2002, 82:102-111.
- [19] Achata H, et al. A prospective study of job strain and risk of breast cancer[J]. International Journal of Epidemiology, 2000(29):622-629.
- [20] 袁莉敏, 张日昇, 赵会春, 柳恒超. 大学生乐观与心理幸福感的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2006, 14(6):644-646.
- [21] Scheier M., Carver C, Bridges M. Distinguishing optimism from neuroticism and trait anxiety, self-mastery and self-esteem: a re-evaluation of the Life Orientation Test [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1994, 67:1063-1078.
- [22] 杨晓燕. Wallace 自我概念量表在中学生中的应用[D]. 广州: 华南师范大学教育科学学院, 2002.
- [23] 宋秋蓉. 青少年生命意义之研究[D]. 彰化: 彰化师范大学辅导研究所, 1992.
- [24] 温忠麟, 侯杰泰, 等. 中介效应检验程序及其应用[J]. 心理学报, 2004, 36:614-620.
- [25] 何英奇. 大专学生之生命意义感及其相关: 意义治疗法基本概念之实证性研究[J]. 教育心理学报, 1987(20):87-106.
- [26] 吴淑华. 青少年生命意义感之研究[D]. 嘉义: 嘉义大学教育学院, 2005:20-21.
- [27] 江慧钰. 国中生生命意义之探讨: 比较分析与论释研究[D]. 慈济大学教育研究所, 2001.
- [28] 张利燕, 郭芳姣. 生命意义的概念与个体差异[J]. 心理研究, 2010, 3(5):3-7.
- [29] 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.
- [30] 曹艳丽. 中学生自杀态度与生命意义的跨文化研究[D]. 兰州: 西北师范大学教育科学学院, 2007:24-25.
- [31] 郑朝武. 在校研究生生活目的与意义研究[D]. 福州: 福建师范大学教育科学学院, 2005.
- [32] Reker G T, Chamberlain K. Exploring existential meaning: optimizing human development across the life span[J]. USA: Sage, 2000.

Relationship Between Optimism and Meanings of Life of Middle School Students: The Mediated Role of Self-Concept

YU Zu-wei¹, GUAN Dong-mei², WU Jun-fang³, SUN Pei-zhen⁴

(1. School of Management, Guangzhou Radio & TV University, Guangzhou 510091;

2. Center of Psychology, Yangjiang Vocational and Technical College, Yangjiang 529566;

3. School of Education Science, South China Normal University, Guangzhou 510631;

4. Department of Psychology, School of Education Science, Jiangsu Normal University, Xuzhou 221116, China)

Abstract: Through investigating more than 1500 students from 9 middle schools in Yangjiang city, this study finds out that self-concept of middle school students plays partial mediated role in optimism and the meanings of life. It can be concluded that: 1. There is a gender differences in middle school students' conception of meanings of life, and the sense of meanings of life of girls are obviously higher than boys'; 2. The living place of the meaning of life has outstanding differences and the scores of students in the countryside are lower than those in urban and town; 3. Self-concept plays a partial mediated role in the influence of optimism to meanings of life, which means optimism can not only directly influence students' sense of meanings of life, but also indirectly influence students' meanings of life through self-concept.

Key words: middle school students; optimism; self-concept; meanings of life

[责任编辑 苏良亿]

127