

自我概念清晰性与生命意义感及主观幸福感的关系

聂晗颖^{1,2}, 甘怡群²

(1.武汉大学学生工作部大学生心理健康教育中心, 武汉
430072; 2.北京大学心理与认知科学学院, 北京 100871)

【摘要】 目的:探讨自我概念清晰性对生命意义感及主观幸福感的作用,并考察基本心理需要满足在其中的中介作用。**方法:**通过纵向问卷研究形式,采用方便取样收集数据,时间点1收集了241份数据,间隔2个月后的时间点2收集了168份数据,匹配样本为118份。两次数据收集采用的量表包括:自我概念清晰性量表、基本心理需要满足量表、生命意义感问卷、幸福感指数量表和正性负性情绪量表。**结果:**自我概念清晰性得分与拥有意义感得分呈正相关($r=0.33, P<0.01$),与主观幸福感得分呈正相关($r=0.37, P<0.01$)。以自我概念清晰性得分为预测变量,基本心理需要满足得分作为中介变量,拥有意义感得分及主观幸福感得分作为结果变量建立的结构方程模型均拟合良好,基本心理需要满足得分在自我概念清晰性得分与拥有意义感及主观幸福感得分间起纵向中介作用。**结论:**自我概念清晰性可以正向预测拥有意义感和主观幸福感,基本心理需要满足在其中起到完全中介作用。

【关键词】 自我概念清晰性; 拥有意义感; 寻求意义感; 基本心理需要满足

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2017.05.029

Relationship between Self-concept Clarity and Meaning in Life and Subjective Well-being

NIE Han-ying^{1,2}, GAN Yi-qun²

¹Students' Mental Health Center of Wuhan University, Wuhan 430072, China;

²School of Psychological and Cognitive Sciences, Peking University, Beijing 100871, China

【Abstract】 Objective: To explore the influence of self-concept clarity on subjective well-being and meaning in life, as well as the mediation role of basic psychological needs satisfaction in such relationship. **Methods:** This study is a two-wave longitudinal study(interval of 2 months) in a sample of the 118 people. Self-Concept Clarity Scale(SCCS), Balanced measure of psychological needs(BMPN) scale, Meaning in Life Questionnaire(MLQ), Index of Well-Being and Positive Affect and Negative Affect Scale(PANAS) were used as the measuring scales. **Results:** The scores of self-concept clarity were positively correlated with scores of present of meaning($r=0.33, P<0.01$), and subjective well-being($r=0.37, P<0.01$). Basic psychological needs satisfaction acted as a mediator between self-concept clarity and present of meaning and subjective well-being. **Conclusion:** Basic psychological needs satisfaction fully mediates the relationship between self-concept clarity and meaning in life as well as subject well-being.

【Key words】 Self-Concept Clarity; Present of meaning; Search for meaning; Satisfaction of basic psychological needs

生命意义感(meaning in life, MIL)通常被定义为拥有强烈的生活目的的感觉,追寻个人的有价值的目标,或者拥有能够指引自己行动的清晰的价值系统^[1]。这一概念源于一个哲学问题——人类为何存在?而这一概念在心理学领域的出现则是因为Frankl在Man's searching for meaning一书中提出了“自我超越的生命意义(self-transcendence)”^[2]。随着心理学理论发展,不同心理学取向的研究者对于生命意义感的重点也有所不同。Heine等人认为生命意义感包括生命的目的、道德信念的相关观念^[3]。Steger将生命意义感定义为人们理解自己的生活

以及认为生活重要性的程度,以及人们认为自己在多大程度上拥有生活的目的^[4]。他提出了生命意义感包括两个部分:拥有意义感(present of meaning)和寻求意义感(search for meaning)。拥有意义感更加强调“拥有”的结果,指的是个体在多大程度上认为活得有意义;而寻求意义感则更加强调“寻求”的过程,指的是个体在多大程度上积极地追寻意义。本研究采用Steger对于生命意义感的定义,考察生命意义感的来源和影响因素。大量研究表明,自我的表达提供了体验生命意义感的基础^[1,5,6]。

自我概念清晰性(Self-Concept Clarity, SCC)是自我概念的结构特征,由Campbell提出,是指个体的自我概念的内容(如个体觉察到的自我特征)能够被个体清晰确定、体会到内在的一致性和时间上稳定性的程度^[7]。无论是横断研究或是纵向研究,自

【基金项目】 2013年国家自然科学基金(意义取向应对的认知表征及意义寻求模型的修订,自然科学基金面上项目)(31271094)

通信作者:甘怡群, ygan@pku.edu.cn

第一作者原为北京大学研究生,现在武汉大学工作。

我概念清晰性都可以预测抑郁症状^[7-9]。Blazek以波兰的197名大学生作为被试的横断研究发现,高自我概念清晰性的个体及高宗教虔诚性的个体更倾向于认为自己的生活是有意义、有目的的^[10]。本研究尝试探讨个体自我概念清晰性对个体生命意义感的纵向预测作用。

基本心理需要的概念来源于Deci和Ryan提出的自我决定理论(Self-Determination Theory)^[11]。这一理论指出,人们为了促进自己的心理幸福感、保障自己的身体健康发展,必须要满足一些基本的需要。而全世界不同文化和种族的人群在人生的所有阶段都需要满足以下三种基本心理需要:能力(competence)需要、关系(relatedness)需要和自主(autonomy)需要^[12,13]。前人研究表明,高自我概念清晰性的个体相比低自我概念清晰性的个体社交主动性更强,更加倾向于去主动与他人建立稳定的情感联系^[14],其关系需要满足程度可能更高;高自我概念清晰性个体对自我认识更为肯定,在决定时更加确信自己的力量,更少寻求外界的信息支持^[15],其自主需要满足程度可能更高;而高自我概念清晰性个体在失败后归因更加积极,敢于再次尝试^[7],其能力需要满足可能更高。因此,前人研究可以推导出个体的自我概念清晰性与心理需要满足程度有正向相关关系。关于基本心理需要的满足程度与幸福感的关系,有研究表明,如果基本心理需要得到满足,人们更倾向于向更健康的方向发展,并感受到更多的存在感和幸福感^[16]、基本心理需要满足与主观幸福感呈正相关^[13]。此外Deci和Ryan指出心理需要满足可以促进人的基于自我实现的、与意义相关的幸福感^[5],也有研究表明基本心理需要的满足会提升个体体验到的生命意义^[17]。

本研究以主观幸福感(subjective well-being, SWB)作为心理健康的指标^[18]。主观幸福感代表了人们对于自己期盼的生活的信念和感受^[19],通常被用于衡量个体的整体社会适应水平,反映了个体的生活质量。由于前人研究表明生命意义感和主观幸福感不一定有直接的因果效应,因此本研究将生命意义感和主观幸福感作为两项并列的结果变量。

根据前人研究,自我概念清晰性、基本心理需要满足、生命意义感及主观幸福感这几个变量均可推论出正向相关关系。故本研究提出设想:自我概念清晰性可否促进个体的生命意义感和主观幸福感?如果可以,是否通过促进个体基本心理需要的满足,从而促进生命意义感和主观幸福感?本研究试图通

过采用纵向数据建立结构方程模型的方式,探讨自我概念清晰性对个体生命意义感和主观幸福感的预测作用。本研究推论,高自我概念清晰性的个体,其基本心理需要满足程度也越高,从而拥有更高的意义感和幸福感。

1 对象与方法

1.1 被试

为使研究结果更具针对性,本研究基于方便取样的原则,利用网上问卷发放及校内课堂发放的方式,选取2个时间点(间隔2个月)进行问卷发放。被试多为不同专业、不同年级的大学生。其中时间点1共回收问卷251份;时间点2共回收问卷168份。两次匹配的问卷为118份。在有效问卷中,男性42人,女性76人,平均年龄为23.91岁(SD=2.17)。

1.2 研究工具

1.2.1 自我概念清晰性量表(Self-Concept Clarity Scale, SCCS) 由Campbell编制,包含12道条目,原问卷采用五点评分,从“非常不同意”到“非常同意”^[7]。本研究采用双翻程序对英文版量表进行本土化操作,先由两名心理学研究生进行英译中,再由一名英语系学生进行回译,确定中文版量表。中文版采用7点计分,从“完全不符合”到“完全符合”。本研究中量表的内部一致性信度为0.85,重测信度为0.76(N=118,间隔2个月)。

1.2.2 基本心理需要满足量表(Balanced measure of psychological needs(BMPN) scale) 由Sheldon编制,包含18条目,3个分量表,分别为能力需求满足、关系需求满足和自主需求满足,各含6条目^[20]。本研究同样采用双翻程序对量表进行本土化。量表采用7点计分,从“完全不符合”到“完全符合”。本研究中该量表验证性因素分析(N=118)的结果为: $\chi^2/df=1.880$, CFI=0.89, NNFI=0.86, GFI=0.85, RMSEA=0.087,模型拟合良好;内部一致性信度为0.76,重测信度为0.72(N=118,间隔2个月)。

1.2.3 生命意义感问卷(Meaning in Life Questionnaire, MLQ) 由Steger和Frazier编制,共10个条目,7点评分^[21]。该量表包括两维度,分别为拥有意义感(the presence of meaning, MLQ-P)和寻求意义感(the search for meaning, MLQ-S)。本研究采用的是刘思斯、甘怡群的修订版^[22],采用7点计分,其中一题因为载荷低且出现双载荷,故将其删除,最终保留9条项目。拥有意义感维度包括5个条目,寻求意义感维度包括4个条目。本研究中该量表的内部一

致性信度为0.76,其中寻求意义分量表的内部一致性信度为0.87;拥有意义分量表的内部一致性信度为0.86。重测信度均为0.71(N=118,间隔2个月)。

1.2.4 幸福感指数量表(Index of Well-Being) 由Campbell等编制,用于测量个体目前所体验到的幸福程度^[23]。该量表包括9个条目,7点计分。前8个条目测量个体总体情感指数,最后1个条目要求被试评价自己生活的总体满意程度。在本研究中该量表的内部一致性信度为0.91,重测信度为0.64(N=118,间隔2个月)。

1.2.5 正性负性情绪量表(Positive Affect and Negative Affect Scale, PANAS) 由Watson等编制,由20个形容词组成,包含了积极情绪和消极情绪两个维度,5点计分。本研究采用黄丽等的中文修订版量表^[24]。本研究中该量表的内部一致性信度为0.93,其中积极情绪分量表的内部一致性信度为0.95;消极情绪分量表的内部一致性信度为0.91。

1.3 研究程序

通过网上发放电子版问卷及大学课堂发放纸质版问卷的方式、选取2个时间点(间隔2个月)进行个别施测,填写问卷的被试均对研究目的及方法取得了知情同意。使用SPSS 18.0对样本进行描述性统计、相关分析、探索性因素分析以及方差分析,使用Lisrel 8.80建立结构方程模型进行分析。

2 结 果

2.1 描述性统计结果

对各变量进行描述性统计分析得出结果如表1。

表1 本研究设计变量的描述性统计分析(N=118)

变量	时间点1(M±SD)	时间点2(M±SD)
自我概念清晰性	56.50±10.09	55.21±10.57
基本心理需要满足	84.62±10.79	82.60±10.09
情绪		
积极情绪	25.21±9.16	25.92±8.61
消极情绪	17.84±7.42	16.77±7.13
生命意义感		
寻求意义感	20.99±4.59	20.97±4.19
拥有意义感	23.99±5.26	24.25±5.29
主观幸福感	10.69±2.31	11.05±2.03

表2 本研究各变量纵向相关(N=118)

	自我概念清晰性2	心理需要满足2	寻求意义感2	拥有意义感2	主观幸福感2	积极情绪2	消极情绪2
自我概念清晰性1	0.76**	0.50**	-0.12	0.33**	0.37**	-0.09	-0.28**
心理需要满足1	0.44**	0.72**	0.05	0.42**	0.50**	0.10	-0.28**
寻求意义感1	-0.18	0.06	0.71**	-0.03	0.09	0.29**	-0.06
拥有意义感1	0.47**	0.49**	-0.13	0.71**	0.43**	0.20*	-0.02
主观幸福感1	0.38**	0.48**	-0.05	0.34**	0.64**	0.15	-0.33**
积极情绪1	0.07	0.29**	0.07	0.32**	0.41**	0.64**	0.19*
消极情绪1	-0.29**	-0.25**	0.05	-0.11	-0.22*	0.23*	0.54**

注:(1)* $P<0.05$, ** $P<0.01$

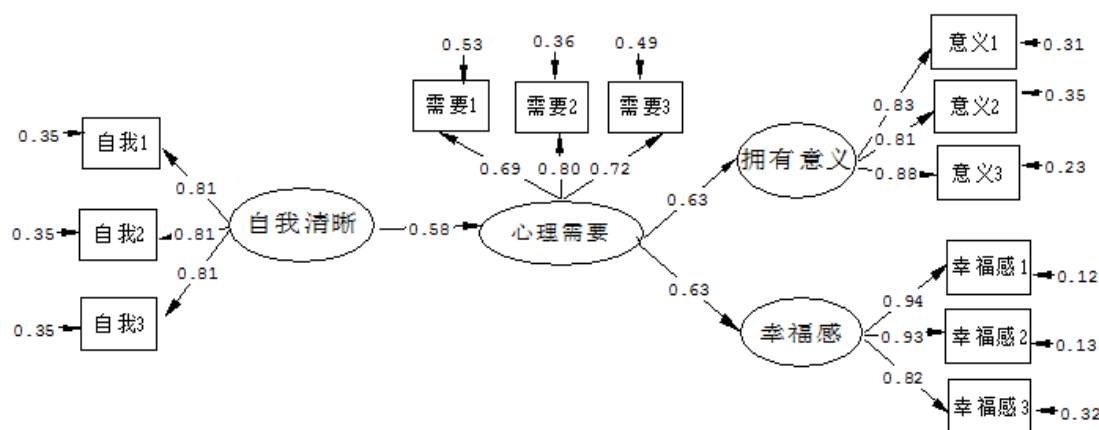


图1 结构方程模型路径图

2.2 纵向相关分析

对时间点1和时间点2(分别以后缀1和2表示)的主要变量结果进行相关分析,结果见表2。

结果显示,同一变量两次测量值之间的相关系

数在0.54~0.76之间。由纵向相关结果可知,时间点1的自我概念清晰性与时间点2的心理需要满足、拥有意义感、主观幸福感均显著相关($P<0.01$),时间点1的心理需要满足与时间点2的拥有意义感、主观幸

福感呈显著相关($P<0.01$)。

2.3 纵向中介作用分析

建构结构方程模型,以时间点1的自我概念清晰性作为预测变量,时间点2的心理需要满足作为中介变量,时间点2的拥有意义感及主观幸福感作为结果变量,考察心理需要满足的中介作用。采用吴艳等介绍的结构方程模型建模中题目打包策略进行打包^[25]。数据分析结果显示模型拟合良好, $\chi^2=59.53$, $df=51$, $\chi^2/df=1.452$, CFI=0.99, NNFI=0.99, GFI=0.92, RMSEA=0.038。模型的标准化解如图1所示,模型中路径均显著。因变量为拥有意义感和主观幸福感的bootstrap分析分别见表3和表4。

结构方程模型及中介作用分析结果表明,心理需要满足能够完全纵向中介自我概念清晰性到拥有意义感与主观幸福感的作用。

表3 对中介效应显著性检验的Bootstrap分析(次数=5000)[因变量为拥有意义感]

中介变量	Effect	Boot SE	95%置信区间
心理需要满足	0.105	0.037	0.044~0.191

表4 对中介效应显著性检验的Bootstrap分析(次数=5000)[因变量为主观幸福感]

中介变量	Effect	Boot SE	95%置信区间
心理需要满足	0.0292	0.0102	0.0131~0.537

3 讨 论

本研究通过纵向问卷的形式,探讨了心理需要满足对于自我概念清晰性到拥有意义感及主观幸福感的中介作用。各变量的纵向相关结果与假设基本一致,即自我概念清晰性越高,心理需要满足程度越高,拥有意义感及主观幸福感的水平也越高;心理需要满足程度越高,拥有意义感及主观幸福感水平也越高。但值得注意的是,时间点2的寻求意义感与其他变量相关均不显著。前人研究表明,寻求意义更多与负性情境相关,缺乏幸福感的人们可能更倾向于寻求意义^[26]。即在人们面临负性刺激事件时,更容易激发人生进行意义寻求的想法。

对相关变量建立结构方程模型以及通过bootstrap进行中介作用分析,结果表明自我概念清晰性可以通过促进基本心理需要满足(完全中介作用)从而促进个体的拥有意义感和主观幸福感,即自我概念清晰性越高的个体,各方面心理需要满足的总体水平也更高,从而能够拥有更多的意义感和主观幸福感。这一结果也与假设相符。关于自我概念清晰

性与生命意义感和主观幸福感的关系,前人曾有研究表明个体的自我概念清晰性越高,抑郁程度越低,心理适应功能越好^[7,15];Blazek曾通过横断数据探究自我概念清晰性对生命意义感的预测作用^[10]。但鲜有研究考察二者间的纵向预测作用。本研究在此基础上,通过纵向的数据推导,得出了更具有效力的结论。关于自我概念清晰性与基本心理需求的关系,前人曾有研究表明,高自我概念清晰性的个体相比低自我概念清晰性的个体社交主动性更强,更加倾向于去主动与他人建立稳定的情感联系^[14],对青少年而言,自尊可以通过自我概念清晰性降低个体的社交焦虑^[27],故高自我概念清晰性个体关系需要满足程度可能更高;此外高自我概念清晰性个体对我认识更为肯定,在决定时更加确信自己的力量,更少寻求外界的信息支持^[15],因此高自我概念清晰性的个体更加相信自己的力量、自己的选择和决定,其自主需要满足程度可能更高;而高自我概念清晰性个体在失败后归因更加积极,敢于再次尝试^[7],因此高自我概念清晰性个体更加确信自己的能力,不会轻易被挫折打败,其能力需要满足可能更高。因此,前人研究可以推导出个体的自我概念清晰性可以预测个体的心理需要满足程度。而Ryan和Deci研究表明基本心理需要满足与主观幸福感呈正相关^[13],且理论推导表明基本心理需要满足能够促进个体的生命意义感^[5]。因此基本心理需要满足可能充当自我概念清晰性到生命意义感的中介桥梁,对自己的认识越清楚、肯定的个体,其基本心理需要满足程度也越高,从而拥有更高的意义感和幸福感。

本研究通过纵向数据研究和实验研究探究了自我概念清晰性对于个体意义感的影响,即人们对于自我的确信程度能够有效预测人们的主观幸福感、拥有意义感。这一结论能够帮助人们了解自我的力量以及探究自我的积极作用。

参 考 文 献

- 1 Ryff CD, Singer B. The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 1998, 9: 1-28
- 2 Frankl VE. *Man's search for meaning* (3rd ed.). New York: First Washington Square Press, 1984
- 3 Heine SJ, Proulx T, Vohs KD. The meaning maintenance model: On the coherence of social motivations. *Personality and Social Psychology Review*, 2006, 10(2): 88-110
- 4 Steger MF. Meaning in life. SJ Lopez, CR Snyder(Eds.), *Oxford handbook of positive psychology*. Oxford University Press, New York, NY, 2009. 679-687
- 5 Ryan RM, Deci EL. On happiness and human potentials: A

- review of research on hedonic and eudaimonic well-being. In S Fiske(Ed.), Annual Review of Psychology. Palo Alto, CA: Annual Reviews, 2001. 141-166
- 6 Waterman AS, Schwartz SJ, Conti, R. The implications of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation. *Journal of Happiness Studies*, 2008, 9(1): 41-79
 - 7 Campbell JD, Trapnell PD, Heine SJ, et al. Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural-boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, 70: 141-156
 - 8 Trapnell PD, Campbell JD. Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1999, 76: 284-304
 - 9 Schwartz Seth J. Daily dynamics of personal identity and self-concept clarity. *European Journal of Personality*, 2011, 25(5): 373-385
 - 10 Błazek M, Besta T. Self-concept clarity and religious orientations: Prediction of purpose in life and self-esteem. *Journal of Religion and Health*, 2012, 51(3): 947-960
 - 11 Deci EL, Ryan RM. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 2000, 11(4): 227-268
 - 12 Deci EL, Ryan RM. *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press, 1985
 - 13 Ryan RM, Deci EL. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 2000, 55(1): 68
 - 14 Campbell JD, Fehr B. Self-esteem and perceptions of conveyed impressions: Is negative affectivity associated with greater realism? *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, 58: 122-133
 - 15 Lee-Flynn SC. Daily cognitive appraisals, daily affect, and long-term depressive symptoms: the role of self-esteem and self-concept clarity in the stress process. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 2011, 37(2): 255-268
 - 16 Ryan RM, Frederie KC. On Energy, Personality, and Health: Subjective Vitality as a Dynamic Reflection of well-Being. *Journal of Personality*, 1997, 65(3): 529-565
 - 17 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. *中国临床心理学杂志*, 2016, 24(6): 1108-1111
 - 18 Deiner E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 1984, 3: 542-575
 - 19 Diener E. New findings and future directions for subjective well-being research. *The American Psychologist*, 2012, 67(8): 590
 - 20 Sheldon KM, Hilpert JC. The balanced measure of psychological needs(BMPN) scale: An alternative domain general measure of need satisfaction. *Motivation and Emotion*, 2012, 36(4): 439-451
 - 21 Steger MF, Frazier P, Oishi S, Kaler M. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 2006, 53(1): 80
 - 22 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. *中国心理卫生杂志*, 2010, 24(6): 478-482
 - 23 汪向东, 王希林, 马弘. *心理卫生评定量表手册*. 增订版. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999. 76-77
 - 24 黄丽, 杨廷忠. 正性负性情绪量表的中国人群适用性研究. *中国心理卫生杂志*, 2003, 17(1): 54-56
 - 25 吴艳, 温忠麟. 结构方程建模中的题目打包策略. *心理科学进展*, 2011, 19(12): 1859-1867
 - 26 Steger, Michael F. Understanding the Search for Meaning in Life: Personality, Cognitive Style, and the Dynamic Between Seeking and Experiencing Meaning. *Journal of Personality*, 2008, 76(2): 199-228
 - 27 刘广增, 潘彦谷, 李卫卫, 等. 自尊对青少年社交焦虑的影响: 自我概念清晰性的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2017, 25(1): 151-154
- (收稿日期:2017-02-24)
-
- (上接第990页)
- 25 Heeren A, De Raedt R, Koster EHW, et al. The (neuro)cognitive mechanisms behind attention bias modification in anxiety: proposals based on theoretical accounts of attentional bias. *Frontiers in Human Neuroscience*, 2013, 7(119): 1-6
 - 26 Cacioppo JT, Berntson GG, Larsen JT, et al. *The Handbook of Emotion*(2nd ed.). New York, NY: Guilford Press, 2000. 173-191
 - 27 Li S, Tan J, Qian M, et al. Continual training of attentional bias in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 2008, 46: 905-912
 - 28 Klingberg T. Training and plasticity of working memory. *Trends in Cognitive Sciences*, 2010, 14(7): 317-324
- (收稿日期:2016-10-21)