

# 生育缓解死亡恐惧的机制研究

## ——以自我价值定向理论为指导

葛莎莎<sup>1</sup>, 张旷通<sup>2</sup>, 陈梓华<sup>1</sup>

<sup>1</sup>曲阜师范大学心理学院, 山东 曲阜

<sup>2</sup>东明县职业中等专业学校, 山东 菏泽

收稿日期: 2025年1月5日; 录用日期: 2025年2月11日; 发布日期: 2025年2月25日

### 摘要

随着社会的不断发展, 死亡恐惧已成为一个备受关注的社会心理现象, 同时生育意愿却呈现下降趋势。本文旨在通过综述相关研究, 从自我价值定向理论的视角出发, 探讨生育如何作为一种心理防御机制来缓解人类对死亡的恐惧。研究发现, 生育通过提升个体的总体自我价值感和强化个体的情境性自我价值感, 为个体的心理健康与积极应对生活挑战提供了坚实的内在支撑。本文进一步分析了生育意愿与自我价值定向之间的内在联系, 发现生育能够提升个体的自我价值感和归属感水平, 赋予生命更加丰富的价值, 使个体在面对死亡时保持超然态度, 从而减轻死亡恐惧, 并提出了未来研究的方向, 以期为缓解死亡恐惧和提高生育意愿提供理论借鉴。

### 关键词

生育意愿, 死亡恐惧, 自我价值定向理论, 心理机制

# Research on the Mechanism of Fertility Alleviating Death Fear

## —Guided by the Self-Value Orientation Theory

Shasha Ge<sup>1</sup>, Kuangtong Zhang<sup>2</sup>, Zihua Chen<sup>1</sup>

<sup>1</sup>School of Psychology, Qufu Normal University, Qufu Shandong

<sup>2</sup>Dongming County Vocational Secondary Professional School, Heze Shandong

Received: Jan. 5<sup>th</sup>, 2025; accepted: Feb. 11<sup>th</sup>, 2025; published: Feb. 25<sup>th</sup>, 2025

### Abstract

With the continuous development of society, the fear of death has become a social psychological

文章引用: 葛莎莎, 张旷通, 陈梓华(2025). 生育缓解死亡恐惧的机制研究. *心理学进展*, 15(2), 356-363.

DOI: 10.12677/ap.2025.152094

phenomenon attracting much attention, but the willingness to have children shows a declining trend. This paper aims to explore how fertility is used as a psychological defense mechanism to alleviate human fear of death from the perspective of self-worth orientation theory. The study found that fertility provides a solid internal support for individual mental health and actively coping with life challenges by enhancing their overall sense of self-value and strengthening their sense of situational self-value. This paper further analyzes the internal connection between fertility intention and self value orientation, and finds that fertility can enhance the level of individual self value and belonging, give life more rich value, make the individual in the face of death, to reduce the fear of death, and put forward the future research direction, in order to provide theoretical reference for alleviate the fear of death and improve the fertility intention.

## Keywords

Fertility Desire, Fear of Death, Self-Worth Orientation Theory, Mental Mechanism

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

生育, 作为人类生命延续和个体家庭生活的重要组成部分, 具有深远的文化和社会意义。然而, 在现代社会中, 随着生活节奏加快和生育观念的转变, 越来越多的个体面临生育选择的困惑和压力。与此同时, 死亡作为生命的终极归宿, 对每个人来说都是不可避免的现实。而中国传统文化对死亡往往采取回避态度, 《论语·先进篇》中季路问事鬼神, 孔子以“未知生, 焉知死”作答, 暗示了对死亡的避讳, 他认为应先关注生的问题, 再谈死的问题; 而缺乏死亡教育, 将进一步加剧了人们对死亡的恐惧。对死亡的恐惧和焦虑常常伴随着人类的一生, 成为影响个体心理健康和生活质量的重要因素。

近年来, 研究表明生育与死亡恐惧之间存在密切关系, 特别是生育能够作为一种有效的机制来缓解个体对死亡的恐惧(祁佳伟, 2020)。在中国文化背景下, 尤其是传宗接代思想的影响下, 相比西方社会, 生育在中国被赋予了更多的社会文化意义。自我价值定向理论作为一种解释个体或群体行为的理论框架, 为理解和分析生育缓解死亡恐惧的机制提供了新的视角。本研究旨在以自我价值定向理论为指导, 深入探讨生育缓解死亡恐惧的机制, 以期对相关领域的研究和实践提供有益参考。

## 2. 生育意愿与死亡恐惧的关系

### 2.1. 生育意愿的研究现状

生育意愿是一个多维的概念, 用于表达人们对生育行为的态度和看法, 主要包括愿意生育子女数量、生育时间安排、性别偏好三个方面(张霞, 夏巧娟, 2018)。生育意愿的形成受到文化的影响, 与社会经济生活状况、个人社会化历程、受教育水平、经济收入水平和家庭禀赋等因素相联系。

#### 2.1.1. 全球生育趋势背景

大部分西方发达国家在上世纪中末期就面临较为严峻的生育危机, 此后识别出生育率下降的驱动因素成为这些国家跳出低生育陷阱的前提(张孝栋等, 2021)。随着全球化和城市化进程的加速, 以及经济和社会结构的变化, 许多国家和地区都面临着生育率下降的问题。例如, 日本早在上世纪 80 年代就预测到其家庭规模将逐渐缩小, 到 2025 年, 每一家庭平均人数将从 3.14 人下降到 2.62 人。这种趋势并非日本

独有，而是全球范围内的一种普遍现象。

### 2.1.2. 中国生育现状

作为全球人口最多的国家，中国的生育动态一直以来都备受国际社会的密切关注。在过去的数十年间，通过坚定不移地实施计划生育政策，中国成功实现了人口再生产模式的根本性转型，即从传统的“高出生率、高死亡率、高自然增长率”模式转变为现代的“低出生率、低死亡率、低自然增长率”模式。然而，这一历史性转变亦衍生出一系列新的人口结构挑战，包括但不限于性别比例失衡加剧、人口红利效应的逐步减退，以及人口老龄化问题的日益严峻(冯婉冰, 崔琳琳, 2022)。近年来，中国的生育率呈现出持续下滑的趋势。自 2017 年起，中国的生育率开始显著下降，并在此后一直保持低迷状态。至 2023 年，出生率已急剧下降至 6.39%。这一显著的下降趋势清晰地反映出中国当前生育状况正面临前所未有的严峻挑战。

生育观念的变化是影响生育率的重要因素之一(张孝栋等, 2021)。随着社会的进步和经济的发展，当前的年轻人面临着巨大的生育压力，他们不仅要承担激烈的就业竞争，还要担起看护家中长辈的重担。此外，抚养孩子的成本也在不断上升，除了满足孩子的温饱外，还需要为孩子的全方位发展忧虑。因此，越来越多的年轻人接受“少生”“优生”的生育观念，他们更加注重个人发展和生活质量，对生育的看法也发生了变化。

目前的社会生育现状面临着严峻的挑战。生育率的下降不仅影响人口结构，还可能对经济和社会发展产生深远影响。为应对低生育率所引发的一系列问题，中国政府已对生育政策进行了逐步且策略性的调整。从“单独二孩”政策的实施，到全面放开“二孩政策”，再到最新颁布的“三孩生育政策”及配套支持措施，这些举措旨在积极促进生育意愿，进而优化国家的人口结构。同时，政府也需要加强生育保障体系的建设，为年轻人提供更好的生育环境和支持。

## 2.2. 死亡恐惧研究的影响因素与社会重要性

### 2.2.1. 死亡恐惧研究的影响因素

死亡恐惧，作为人类对自身终将面临的生命终结现象的一种消极情绪体验，涉及多维度的考量(岳长红, 马静松, 2014)。这种恐惧不仅包含对死亡过程中可能遭遇的身体痛苦的担忧，还涉及对死后未知状态的恐惧，如对灵魂存在与否、死后世界是否有惩罚等未知因素的疑虑，以及对生命终结所带来的与亲人、朋友和社会环境分离的不舍与恐惧。研究表明，死亡恐惧受多种因素的影响，包括但不限于生理因素(如年龄、性别、健康状况)、心理因素(如自尊水平、自我效能感)、文化因素(如宗教信仰、文化背景)以及社会因素(如家庭环境、社会支持网络)(王露, 2018)。其中，生育作为文化和社会因素的一个重要组成部分，对缓解死亡恐惧具有显著作用。

### 2.2.2. 死亡恐惧研究的社会重要性

死亡恐惧对塑造文化价值观与影响个人决策具有重要意义。死亡恐惧在许多文化中都有体现，如通过宗教、仪式、习俗等方式来安抚对死亡的恐惧(张歆, 2018)。这些文化表达不仅增强了社区的凝聚力，还传递了关于生命意义、尊重和纪念逝者的价值观。某些文化中的生死观和葬礼习俗，如尊重老人、强调家庭纽带等，有助于维护社会稳定和道德秩序。经历或目睹死亡事件可能会促使人们反思生命的意义和价值，从而更加珍惜眼前的人和事，促进个人的成长和成熟(李江燕等, 2022)。

其次，死亡恐惧促使人们在生活中做出更加谨慎和理性的决策，如选择安全的生活方式、投资健康和教育等。在职业选择上，死亡恐惧可能促使人们倾向于选择那些能够提供稳定收入和保障的职业，从而在一定程度上影响社会的职业结构和经济发展。

死亡恐惧在一定程度上可以推动社会进步。在某些情况下,死亡恐惧可以作为一种社会控制机制,如通过法律、道德和宗教规范来约束人们的行为,以减少对他人或社会的伤害(罗婧等, 2018)。死亡恐惧促使人们更加珍惜生命,追求健康和长寿,这种追求推动了医学、科技、营养学等领域的发展,从而提高了整个社会的健康水平和生命质量。并且,为了避免或减少死亡风险,人们会努力改善生活环境,如减少污染、提高安全意识等,这些行为有助于社会的可持续发展。

### 2.3. 生育缓解死亡恐惧的相关综述

生育,作为人类繁衍的基本行为,不仅承载着种族血脉延续的生物意义,更在文化和社会层面上被赋予了传递希望、延续生命价值的重要象征。大量研究证实,生育能够深刻影响个体的心理状态,包括提升生活满足感、增强幸福感等正面效应(向栩等, 2019; 李婷, 范文婷, 2016)。Zhou 等(2009)以中国人为被试,通过实验研究发现,生育可以缓解死亡焦虑,新生是死亡的对立面,通过提供价值感,可以降低死亡焦虑。也有研究者认为,在某一阶段,生育可以成为人们摆脱死亡恐惧的重要手段(王俊敏, 2008)。并且,白福宝(2019)发现,相比无生育子女者来说,已生育子女者的死亡焦虑相对较低。综上所述,生育对死亡恐惧产生显著的缓解作用。因此,在探讨死亡恐惧的缓解策略时,应充分考虑生育这一重要因素。

## 3. 自我价值定向理论下的生育缓解死亡恐惧机制

### 3.1. 自我价值定向理论概述

自我价值是指个人选择一定的价值标准对自身进行价值评判获得的关于自身总体价值的概念(金盛华, 2005)。当个人依一定的价值标准对自身进行价值评判时,会产生对自身价值评判结果的体验,这种体验即是自我价值感(金盛华, 2020)。自我价值感反映了个体对自己的悦纳程度,是维持个体自我和谐的重要因素。自我价值定向(self-worth orientation)是个体对自身价值的认知、判断和取向,它决定了个体在特定对象和情境中的社会行为。自我价值定向受到个人的成长经历、文化背景、教育程度以及社会比较等因素的影响。

### 3.2. 自我价值定向理论的社会学来源

自我价值定向理论是一个有关态度与行为关系的心理学理论,由北京师范大学教授金盛华博士在 20 世纪 90 年代初期正式提出。金盛华教授在研究失足青少年卷入社会不良群体的契机时,萌发了“人寻求自我意识支持”的概念,并在后续的研究中逐渐明确和完善了自我价值定向理论(金盛华, 1994)。

#### 3.2.1. 社会学理论基础

自我价值定向理论虽然主要属于心理学领域,但其社会学基础不容忽视。该理论从人的本质的理性特征出发,认为人的自我意识诞生之后,生物性需要已经退居维持生命的地位,人的生命的主要轨迹是理性引导的(金盛华, 2005)。这一观点与社会学中的理性选择理论有一定的契合之处,即人都倾向于做出符合自己最大利益的理性选择。此外,自我价值定向理论还涉及社会比较、社会认同等社会学概念。该理论认为,个人的自我价值定位不仅受到个人自身因素的影响,还受到一般社会价值取向以及情境或事件性的社会比较经验的影响。这种社会比较和社会认同的过程,实际上也是个体在社会中寻求自我价值和归属感的过程。

#### 3.2.2. 社会学应用与影响

自我价值定向理论在解释社会行为时,该理论强调态度与行为之间的一致性,以及态度对行为的影响和相互作用。这一观点有助于我们更深入地理解个体在社会中的行为选择和决策过程。此外,自我价



值定向理论还可以用于解释社会现象,如个体在关键行为中的表现、行为与态度不一致的状况等。这些现象往往与社会文化、社会规范、社会比较等因素密切相关,因此该理论在社会学领域具有广泛的应用前景。

自我价值定向理论更多地关注个体层面的心理因素,而对于社会结构、制度等因素对个体行为的影响则相对较少涉及。此外,该理论在解释某些潜意识行为或娱乐消遣行为时也存在一定的困难。随着社会学和心理学的不断深入和发展,可以利用自我价值定向理论进一步探讨社会结构、制度等因素对个体自我价值定位的影响,以及如何将自我价值定向理论与其他社会学理论相结合来更全面地解释社会现象。

### 3.3. 生育对自我价值感的影响

生育作为个体生活中的重要事件,对个体的自我价值感具有深远的影响。生育不仅能够提升个体的总体自我价值感,还能在特定情境下增强个体的情境性自我价值感。

#### 3.3.1. 生育对总体自我价值感的促进机制

生育作为人类生命历程中的一个核心环节,其深远意义不仅在于生物学层面的延续,更在于社会与文化层面的角色转换与价值认同。这一过程促使个体从单一的社会成员身份跃升至父母角色,承担起维系社会结构稳定与推动人类文明进步的关键职责。此角色转换通常伴随着社会期望的提升、责任感的强化以及来自周遭环境的正面反馈,这些因素共同作用于个体,显著提升了其总体自我价值感。

具体而言,生育行为往往伴随着社会地位的微妙变化,父母角色被视为成熟、责任感与爱的象征,从而在社会评价体系中获得更高的认可与尊重。这种外部认可与个体内部自我认知的积极互动,形成了一个正向的反馈循环,进一步巩固并提升了个体的自我价值认知。此外,生育还意味着个体在家庭结构中的核心地位得以确立,这种角色的重要性不仅体现在物质资源的分配与决策权的拥有上,更在于情感纽带的深化与家族传承的责任感,这些因素共同作用于增强个体的自我价值感。

#### 3.3.2. 生育对情境性自我价值感的强化作用对总体自我价值感的促进机制

情境性自我价值感是指个体在特定环境或情境下对自身价值的即时感知与评价。在面对职业生涯的瓶颈、生活压力的重压或社会角色的冲突时,生育往往成为个体心理韧性与适应力的重要源泉。孩子作为个体情感世界中的重要组成部分,其存在为个体提供了一种超越自我中心的视角,激发了父母保护、培育下一代的强烈愿望与责任感。这种情感的投射与责任的承担,在个体面对挑战时转化为一种内在的动力与勇气,促使个体以更加坚韧不拔的态度去面对并克服生活中的种种困难。此外,孩子作为家庭未来的希望与梦想的载体,其成长与进步往往成为个体自我价值实现与成就感获取的重要途径,进一步强化了个体在特定情境下的自我价值感。

综上所述,生育不仅通过社会角色的转换与家庭地位的确立提升了个体的总体自我价值感,还通过情感纽带的深化与责任感的强化,在特定情境下显著增强了个体的情境性自我价值感,为个体的心理健康与积极应对生活挑战提供了坚实的内在支撑。

### 3.4. 生育作为缓解死亡恐惧的心理机制：自我价值定向理论的视角

金盛华(2010)提出的自我价值定向理论指出,个体通过追求和实现自我价值来塑造并维护自我认同。这一过程不仅影响着个体的心理健康和社会行为,还可能对死亡恐惧的缓解具有独特的作用。自我本身得到合理的解释和肯定是人行为的基本动机,寻求自我价值是人创造物质财富和精神财富的最基本逻辑。自我存在有价值,个体才能够达到自我完善的境界,进而才可以有效地降低对死亡的恐惧。因此,自我价值定向理论可以帮助个体建构自身价值体系,明确自我定位,体会到生命的意义感,进而缓解死亡恐

惧。

从自我价值定向理论的维度出发,生育在缓解死亡恐惧方面的心理机制可深入剖析为三大方面:首先,生育被视为自我价值的实现途径;其次,通过生育,个体能够获取外界的认可与接纳,进而强化自我归属感;最后,生育促使个体将个体价值融入家族乃至社会的集体价值中,实现自我价值的深层提升。这些机制相互交织,共同作用于个体,使其在直面死亡时能保持一种超脱的心境,有效减轻对死亡的恐惧。

### 3.4.1. 自我价值的实现

自我价值感,作为个体对自我价值的内在认知与评价,是心理健康与生活满意度的核心构成(金盛华, 2020)。如前所述,生育能够提升个体的总体自我价值感和情境性自我价值感。这种自我价值感的提升有助于个体在面对死亡时更加自信和从容。当个体对自己的价值有了更清晰的认知和更高的评价时,他们更有可能以积极、乐观的态度面对生命的终结,从而减轻死亡焦虑。此外,生育还能够增强个体的社会联系和归属感,减少孤独感和无助感。

### 3.4.2. 增强自我归属感

自我价值定向理论强调,个体的社会经济地位及外界认可与接纳是其自我价值的重要组成部分(李玲, 于全磊, 张林, 金盛华, 2015)。在这一框架下,高生育意愿者的心理动因往往源于其自我价值体系在现实世界的构建不足或受损,进而转向生育作为自我价值重建的基石。生育不仅延续了个体的血脉,更成为自我价值实现的重要载体,使个体在家族传承的链条中占据不可或缺的位置。通过生育,个体将个人价值融入家族这一更大的集体中,增强了与集体的联系,进一步增强了对集体的归属感。

以鲁西南地区为例,当地人在谈论到生育和死亡恐惧话题的时候,最常提到:“我生了这么多孩子,已经完成任务了,死就死了,有什么怕的”“不生孩子,死了去地下怎么跟列祖列宗交代”等。高生育率背后是当地居民将生育视为自我价值实现的手段,他们通过生育进一步增强了与集体的联系,体现了对自我归属感的深层追求。

### 3.4.3. 自我价值融入集体价值

生育的功能不仅限于生命繁衍,更在人类社会中承载着复杂的社会文化意义。特别是在中国文化背景下,传宗接代、香火继承等观念深入人心(祁佳伟, 2020)。这些观念虽然在现代社会被视为传统思想的残留,但在古代宗法社会中,却是家族男子最重要的任务之一。在这种观念的影响下,拥有孩子被视为家族延续和集体荣誉的象征,能够为个体带来安全感和底气。此外,在中国背景下,生育还具有多重特殊意义,不仅关乎个人和家庭的幸福与发展,还与国家的长远规划、社会的和谐稳定以及文化的传承与发展紧密相连。这些多重意义使得个体在选择生育行为时,将自我价值融入集体价值,增强了社群贡献意识,进而升华了自我价值。即他们将自己视为集体延续链条中的一环,通过生育,个体实现了在集体中的价值,也是实现了自我价值的深层追求,从而在面对死亡时保持一种更为超脱和坦然的态度。

## 4. 讨论

### 4.1. 生育意愿的内在影响机制探讨

生育意愿作为一种与个体生命延续和未来期望紧密相连的心理状态,在缓解死亡恐惧方面展现出独特的作用。以往研究虽从不同角度探讨了缓解死亡恐惧的因素,但生育意愿的内在影响机制尚未得到充分的学术关注。本研究认为,生育意愿在缓解死亡恐惧方面的作用体现在两个层面:一是个体心理层面,通过生育,个体能够提升自我价值感和自我归属感;二是社会层面,生育促进了文化的传承和社群贡献意识的增强。

## 4.2. 自我价值定向理论下的生育缓解死亡恐惧功能分析

根据自我价值定向理论,自我价值的丧失和社会支持资源的缺乏会导致个体产生生命的无意义感。人的自我价值建立需要社会环境的引导和个体内部需要的共同作用,也就是说,人们的自我价值定向倾向,是在社会环境的引导下养成的(金盛华, 2015)。在本研究中,高生育意愿可以被视为个体在“内部需要”(如自我价值感不足)和“外部环境”(如家族延续的需要和社会对生育的期望)共同作用下的结果。在特定文化背景下(如鲁西南地区),生育被视为家族延续的重要一环,低生育意愿或不生育可能被视为对家族延续的挑战与威胁,从而引发个体的不安。因此,高生育意愿的个体可能通过生育行为来弥补自我价值感的不足,并降低对死亡的恐惧。

## 4.3. 其他影响因素及未来研究方向

在探讨生育缓解死亡恐惧的过程中,我们还需关注其他可能影响生育意愿和死亡恐惧的因素。首先,性别认知偏差是一个不可忽视的问题。在传统观念的影响下,女性在家庭体系中的地位可能低于男性,尽管新时代男女地位已趋于平等,但仍存在性别差异导致的生育认知偏差。育龄女性在决定是否生育时,需要权衡更多因素,如家庭成员健康状况、夫妻关系、经济条件和职业发展(李静雅, 2018)等。在家庭体系中处于弱势地位的女性可能通过提高生育率来彰显自己的价值,从而缓解对死亡的恐惧。此外,年龄和社会经济地位也可能影响个体的自我价值定向和生育意愿。

其次,心理弹性作为个体应对压力、挫折和逆境的能力,也是影响生育意愿和死亡恐惧的重要因素。高心理弹性的个体能够更好地适应生活挑战,调整心态,利用内外部资源克服困难。因此,他们可能更好地利用自我价值感来应对死亡恐惧。未来研究可以进一步探讨性别认知偏差、心理弹性等因素对生育意愿和死亡恐惧的影响机制,并采用多种研究方法(如实验研究、问卷调查等)来验证本研究的结果。通过深入研究这些因素的作用机制,我们可以更全面地理解生育意愿在缓解死亡恐惧方面的作用,为相关领域的研究和实践提供新的思路和启示。

## 5. 总结

本研究基于自我价值定向理论深入探讨了生育意愿和死亡恐惧的关系,丰富了对死亡恐惧缓解机制的理论研究。生育不仅通过社会角色的转换与家庭地位的确立提升了个体的总体自我价值感,还通过情感纽带的深化与责任感的强化,在特定情境下显著增强了个体的情境性自我价值感,为个体的心理健康与积极应对生活挑战提供了坚实的内在支撑。并且,生育能够提升个体的自我价值感和归属感水平,赋予生命更加丰富的意义,从而减轻对死亡的恐惧和焦虑。未来研究可以进一步探讨其他可能影响生育意愿与死亡恐惧关系的变量,并完善对生育缓解死亡恐惧机制的解释。通过深入研究这些机制,我们有望为提高个体的生育意愿和降低死亡恐惧水平提供有效的理论借鉴和实践指导。

## 致 谢

在写作期间经历过困惑和焦虑,是我的本科生导师、师哥师姐、朋友给予了我莫大的帮助与鼓励。毋庸置疑,排在首位的是我的导师李朝旭老师。在传道授业上,无论是选题还是修改论文,您严谨认真的同时,又不失诙谐,自己在学术上的成长进步离不开您耐心指导和支持。在大一的一次选修课上,我第一次见到您,倍感亲切,大二时我到了您的组里,是您将我引上了学术的道路,我由衷地感激您。其次是我的舍长杜雨露,给予了我莫大的帮助,还有张慧师姐,感谢师姐提供的联系方式以及投稿流程。感谢我的朋友们,感谢你们的陪伴和情感支持,谢谢你们!感谢我的家人,谢谢你们一路的支持与鼓励!最后,感谢给予转载和引用权的资料、文献的所有者,感谢审稿编辑的辛苦付出。

## 参考文献

- 白福宝(2019). 关系性联结: 死亡焦虑纾解之道. *医学与哲学*, 40(3), 21-25.
- 冯婉冰, 崔琳琳(2022). 中国生育率现状及影响因素. *医学信息*, 35(18), 161-164.
- 金盛华(1994). 青年态度研究的基本理论建构. *青年研究*, (6), 22-27.
- 金盛华(2005). *社会心理学*. 高等教育出版社.
- 金盛华(2010). 精神健康与社会和谐. 见 中国科协学会学术部(编者), *新观点新学说学术沙龙文集 42: 心理理论, 心技术, 新发展——社会进化与心理进化*(pp. 84-89, 146-147). 北京师范大学心理学院, 脑与认知国家重点实验室.
- 金盛华(2015). 幸福的社会心理实质与自我价值定向机制. *黑龙江社会科学*, (3), 87-92.
- 金盛华(2020). *社会心理学*(第3版). 高等教育出版社.
- 李江燕, 薛雅萍, 张雪峰(2022). 生命回顾疗法介入晚期癌症患者死亡恐惧的实践探索. *医学与哲学*, 43(10), 29-32.
- 李静雅(2018). 已育一孩职业女性的二孩生育压力研究——基于心理学压力源理论模式的分析. *南方人口*, 33(3), 43-55.
- 李玲, 于全磊, 张林, 金盛华(2015). 青少年网络成瘾的性别差异: 学校社会处境分化的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 23(6), 1044-1048.
- 李婷, 范文婷(2016). 生育与主观幸福感——基于生命周期和生命历程的视角. *人口研究*, 40(5), 6-19.
- 罗婧, 罗玉茹, 鞠梅(2018). 国内外老年人死亡态度研究现状概述. *中西医结合护理(中英文)*, 4(7), 192-198.
- 祁佳伟(2020). *生育缓解死亡焦虑功能的实验研究*. 硕士学位论文, 曲阜: 曲阜师范大学.
- 王俊敏(2008). *桎梏与抗争*. 硕士学位论文, 长沙: 湖南师范大学.
- 王露(2018). *重塑生命意义: 生命回顾对缓解癌症患者死亡恐惧的干预研究*. 硕士学位论文, 南京: 南京理工大学.
- 向栩, 田盈, 田晨笑(2019). 幸福的生育效应——基于 CGSS2015 调查数据的实证检验. *西北人口*, 40(6), 12-24.
- 岳长红, 马静松(2014). 对死亡恐惧的形而上追问. *医学与哲学(A)*, 35(4), 11-14.
- 张霞, 夏巧娟(2018). 生育意愿与生育率研究进展. *经济学动态*, (12), 108-120.
- 张孝栋, 张雅璐, 贾国平, 汤梦君, 陈功, 张蕾(2021). 中国低生育率研究进展: 一个文献综述. *人口与发展*, 27(6), 9-21.
- 张歆(2018). 生育·死亡·祭祀——遮面仪式的文化解读. *艺苑*, 93(2), 93-95.
- Zhou, X., Lei, Q., Marley, S. C., & Chen, J. (2009). Existential Function of Babies: Babies as a Buffer of Death-Related Anxiety. *Asian Journal of Social Psychology*, 12, 40-46. <https://doi.org/10.1111/j.1467-839x.2008.01268.x>