

大学生生命意义感因素构成的质性分析研究

包昕哲, 赵东辰, 杨洁, 李凤仙, 毕骞

内蒙古鸿德文理学院教育系, 内蒙古 呼和浩特

收稿日期: 2023年10月24日; 录用日期: 2023年11月30日; 发布日期: 2023年12月8日

摘要

生命意义能够帮助个体树立有意义的目标并指引前进的方向以及使个体朝向目标做出努力, 使个体在这个过程中认可自身存在的意义并在逐步完成目标的过程中通过工作以及对社会的贡献中感悟出生命的价值, 这不仅能够得到他人对自己努力以及成果的认可, 而且在实现目标的过程中自己也会感受到责任感的升华。个体在不同的人生阶段可能有不同的生命意义, 重要的是感受生命在具体时间的具体意义。如果生命意义足够强大, 它可以给予个体忍受任何情境带来的挫折和压力以及坚持下去的理由。大学生作为社会的重要组成部分, 处于人生发展的重要阶段, 提升生命意义感对于整个社会都具有重要的积极意义。研究运用半结构式访谈的方式探究生命意义感在大学生群体中的构成和特点, 根据研究结果和分析讨论最终得出以下结论, 大学生生命意义感的因素构成为: 生活自我、生活感受、生活表现、自我提升、责任感、目标明确与达成、奉献、对生命的认知、自控力、主动行为、树立目标。

关键词

大学生, 生命意义感, 质性研究

Qualitative Analysis on the Composition of College Students' Sense of Life Meaning

Xinzhe Bao, Dongchen Zhao, Jie Yang, Fengxian Li, Qian Bi

Department of Education, Inner Mongolia Honder College of Arts and Sciences, Hohhot Inner Mongolia

Received: Oct. 24th, 2023; accepted: Nov. 30th, 2023; published: Dec. 8th, 2023

Abstract

The meaning of life can help individuals establish meaningful goals, guide the direction of progress, and make efforts toward the goals. In this process, individuals can recognize the meaning of their own existence and realize the value of life through their work and contributions to society in the process of gradually achieving the goals. This can not only get others' recognition of their efforts

and achievements. In the process of achieving the goal, I will also feel a heightened sense of responsibility. Individuals at different stages of life may have different meaning of life, the important thing is to feel the specific meaning of life at a specific time. If the meaning of life is strong enough, it can give an individual a reason to endure the frustration and stress of any situation and to persevere. As an important part of the society, college students are in an important stage of life development, and enhancing the sense of life meaning is of great positive significance to the whole society. This research uses semi-structured interview to explore the composition and characteristics of the sense of meaning of life in college students. According to the research results and analysis and discussion, the following conclusions are finally drawn. The factors that constitute the sense of meaning of life in college students are: Life self, life feeling, life performance, self improvement, sense of responsibility, goal clarity and achievement, dedication, awareness of life, self-control, active behavior and setting goals.

Keywords

College Students, The Meaning of Life, Qualitative Analysis

Copyright © 2023 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

20 世纪 60 年代, Frankl 首次从哲学领域将生命意义的概念引入心理学研究领域, 并以此为基础提出了他的“意义治疗理论”, 他认为人生来就有追寻生命意义的本能, 这种本能推动并引领着个体追寻不同人生阶段的目标, 并在追求目标的过程中实现自我价值, 这种本能促使个体去追求人生价值、寻找生命意义, 在追寻的过程中遇到困难和挫折是产生心理健康问题的重要因素[1]。结合现有文献分析发现, 国内外学者对于生命意义感研究领域都有着不同的看法和观点, 由于对生命意义感的个人见解有所差异以及生命意义感包含的内容较为广泛即难以概念化, 目前生命意义感的定义还并没有完全统一。Crumbaugh 认为生命意义能够帮助个体树立有意义的目标并指引前进的方向以及使个体朝向目标做出努力, 使个体在这个过程中认可自身存在的意义并在逐步完成目标的过程中通过工作以及对社会的贡献中感悟出生命的价值, 这不仅能够得到他人对自己努力以及成果的认可, 而且在实现目标的过程中自己也会感受到责任感的升华[2]。Wong 认为从心理过程的角度来看生命意义感包含认知、动机和情感三个组成成分, 认知是指认知系统会参照过去的生活经历和背景促使个体从事富有生活意义并提升自我价值的活动, 动机是指个体倾向于选择并把行动维持在那些有生活意义和目标的活动上, 情感是指个体能够从选择的活动中获得情感上的满足并体会自我实现[3]。Steger 认为从心理活动和行为的产生方面来说, 生命意义包括认知和动机两个维度[4]。其中, 认知维度是指个体从概念或者知觉上对自己的生命含义和价值理解的信息加工过程, 动机维度是指激发个体朝着自己设定的目标不断努力的内部动力, 来满足自己的成就感, 实现自己的生命价值。综合来看, 生命意义感主要指的是对生命的理解感受和个体在生命过程中对目标的追求, 以及在追求的过程中伴随的满足感、价值感。目前大多数学者对于生命意义感的研究更多地是采用量化研究方式探讨在不同群体中的差异、与其他变量之间的关系或影响机制等, 而采用质性研究的方式进行相关研究的学者相对较少。本研究拟采用深度访谈的形式结合 Nvivo 质性分析软件探讨大学生生命意义感的影响因素, 丰富相关研究领域的研究成果, 有助于为未来生命意义感的深入研究提供新的解释路径和视角。

2. 研究设计

2.1. 研究目的

研究拟选用生活目的测验(PIL)作为大学生生命意义感指标的筛查工具, 该量表是 Crumbaugh 和 Maholick 二人以弗兰克林的意义治疗理论为编制基础, 用于测试个体对自己存在价值的感知程度, 包括个体是否在朝着目标努力这一过程的觉察。后中国台湾学者尹美琪(1988)将该量表翻译成中文版, 共 20 个条目, 采用 7 点计分。该问卷使用较为广泛, 是目前测量生命意义感的常用工具之一, 本研究也决定选用尹美琪修订的生活目的测验问卷。在本研究中, 总问卷的 Cronbach α 系数为 0.87, 生活态度、生活目标、生命价值及生活自主维度的 Cronbach α 系数依次为 0.61、0.73、0.69、0.63; 量表的效度指标拟合指标为($\chi^2/df = 3.68$, NFI = 0.87, TLI = 0.88, CFI = 0.90, GFI = 0.91, IFI = 0.90, RMSEA = 0.06), 如图 1 所示。最后, 选取通过生活目的测验所得分数较高及较高各 6 名被试, 共计 12 名被试自愿进行半结构化访谈。在访谈过程中, 通过使用研究者编制的访谈提纲来进一步从个体和质性研究层面探索大学生生命意义感的影响因素构成及特点, 为大学生生命意义感相关的实证研究进行补充验证。

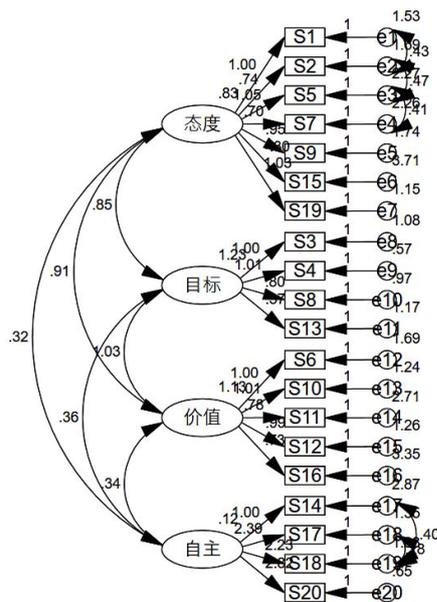


Figure 1. Purpose in life test confirmatory factor analysis model diagram

图 1. 生活目的测验验证性因素分析模型图

2.2. 访谈对象

对来访被试进行生活目的测验, 将所有被试生命意义感分数由低到高排列, 前 27% 的来访被试被界定为生命意义感程度较低者, 后 27% 的来访被试被界定为生命意义感程度较高者。访谈对象从生命意义感较低者群体及生命意义感较高者群体中选取, 分数较低及较高者各选取 6 名, 共计共 12 名被试, 其中大一、大二、大三及大四年级各 3 名被试。在正式访谈之前对 2 名被试进行预访谈, 预访谈结果不计入总结结果当中。具体情况详见表 1。

2.3. 访谈提纲

访谈提纲是访谈过程中纲领性质的访谈材料, 基于相关研究理论及学术文献的支持, 从访谈对象对

生命意义感的理解和看法以及生命意义感体现在哪些方面等编制访谈问题。在访谈提纲中需对预访谈中访谈对象提出的相关问题及实施过程中需要完善的问题进行修订和完善，最终形成用于正式访谈阶段的访谈提纲。

Table 1. The basic information table of the interviewee

表 1. 访谈被试基本信息情况表

访谈过程	年级	编号	性别
预访谈	大一	①	女
	大三	②	男
正式访谈	大一	1	男
		2	女
		3	男
		4	女
	大二	5	男
		6	男
		7	女
	大三	8	男
		9	女
		10	男
11		女	
12		女	

2.4. 访谈过程

访谈过程包括预访谈和正式访谈两个阶段，预访谈阶段中的 2 个访谈对象的访谈数据不计入编码程序中。在访谈过程中主试有方向性的提出相关问题引导被访谈对象向指定方向回答，整个过程中访谈非常灵活且随机应变，被试可以按照自己的意愿在访谈的方向上随意联想，主试需把控整个访谈环节。每名被试的整个访谈过程大约会持续 30~50 分钟。在访谈中会涉及到一些专有名词概念，所以在访谈进行之前或访谈进行过程中需要对被试解释涉及到的不容易理解的专有名词概念，以保证访谈的顺利进行。整个访谈过程会提前告知被试将进行录音，并且音频内容不会泄露，仅用于学术研究。

2.5. 资料分析与处理

每名被试的访谈过程均以录音设备加以记录，并提前告知被试仅用于科学研究，绝不外泄。每名被试访谈结束后的音频资料在该名被试访谈结束后会立即导入音频转换设备进行文字转录并对照音频进行校对，保证文字稿正确，访谈结束后立即转换的目的是以便于实验者在校对实验材料时能够最大化回忆起访谈时的场景，减少信息缺失的概率。研究使用 Nvivo 质性分析软件结合陈向明提出的扎根理论操作流程对访谈资料进行三级编码[5]。这一过程需要对转换后文字稿结合音频资料进行原始材料分析并进行归纳整理，最终形成三级编码。

3. 研究结果

为深入探究大学生生命意义感的因素构成及特点，在相关心理学、教育学理论基础之上结合有关研

究文献对访谈过程中的音频及转换后文字稿进行分析整理与归纳，最终形成三级编码。具体编码形式及编码流程详见表 2。

Table 2. The coding process table of influencing factors of college students' career anxiety

表 2. 大学生择业焦虑影响因素构成的编码流程表

三级编码	二级编码	一级编码(部分)
生活态度	生活自我、生活感受、生活表现	“我是一个比较拖延的人，但是内心还知道一些事情总得去做，但行动上就不能控制自己”、“总体来说我还是一个非常积极的人，日常的工作会让人比较痛苦，但是还可以接受”、“有的时候感觉挺有意思的，但是也会感觉有点乏味”、“我觉得空闲时间是最快乐的，太多姿多彩了”、“昨天我和隔壁宿舍的同学聊天，给他讲马克思主义，如果有学习的机会我会非常珍惜，想要和他们讨论一些非常有价值的东西”等等。
生活目标	自我提升、责任感、目标明确与达成	“想提升一下自己的学历，变得更优秀”、“我会通过学习充实自己”、“我希望以后可以让自己变得足够优秀，然后去影响一些人，让他们成为可以改变世界的人”、“我的目标是财务自由，买自己想买东西”、“想有一个幸福和睦的家庭”、“我的远期目标是成为一个有话语权的人”、“我的目标是模糊的，其实我也不知道想要的是什么”等等。
生命价值	奉献、对生命的认知	“我想让家人过得更好”、“我的价值是围绕着父母的，希望以后工作在家附近方便照顾父母”、“我觉得我的价值体现在做好班长的职务并且处理好手头的事情”、“有时候学弟学妹会问我问题，我会把知识传递给他们”、“死亡是可怕的，自杀会对家庭造成很大伤害”、“非常痛苦的时候死亡确实是一种解脱”、“好死不如赖活着，有什么问题面对就好了”、“有些人天天窝在宿舍里不务正业，我觉得这是对生命的浪费”等等。
生活自主	自控力、主动行为、树立目标	“在学业上的目标完全受我自己控制”、“对于我想完成的事情无论有多少艰难险阻我都不会放弃”、“我觉得生活是由老天掌握的，比如天灾人祸都没办法避免”、“有时间我就会看看以前学习的专业课知识”、“我会每天坚持学习”、“我会给自己做规划每天学习多少内容以及做多少练习题”、“我会结合家人对我的要求去制定我的目标”、“每做一步感觉好像离内心的目标更近了一些”等等。

通过表 2 大学生生命意义感因素构成的编码流程表可知，生命意义感在大学生群体中的构成及特点包括以下几个维度。第一是生活态度，在该维度内包括生活自我、生活感受、生活表现三个子维度。第二是生活目标，在该维度内包括自我提升、责任感、目标明确与达成三个子维度。第三是生命价值，在该维度内包括奉献、对生命的认知两个子维度。第四是生活自主，在该维度内包括自控力、主动行为、树立目标三个子维度。

4. 结论与讨论

综上所述,研究基于质性角度通过半结构式访谈结合访谈目的探讨了大学生生命意义感因素的构成,生命意义感的影响因素构成为:生活态度(生活自我、生活感受、生活表现)、生活目标(自我提升、责任感、目标明确与达成)、生命价值(奉献、对生命的认知)、生活自主(自控力、主动行为、树立目标),更加全面和深刻地了解大学生生命意义感的情况,为以实证角度考察大学生生命意义感的研究进行了补充验证。

研究从质性分析的角度通过扎根理论对生命意义感在大学生群体中的三级编码结果可知,大学生生活态度包括对于目前生活状态中自我的评判,如被试所言“我是一个比较拖延的人”等。除此之外还会感受到多彩、乏味等诸多对于目前生活的感受以及具体的行动表现。对于大学生而言通常把自我建设、履行自己的责任和义务以及完成生活目标作为自己的行动指南,如在学业上的付出、进行社会实践以及为生活目标作出的努力等[6]。大学生通常认为自己的价值体现在为他人付出、为社会做贡献等方面上,在面对生命也会持以不同的态度,有的个体十分看重生命的价值,而有的个体对于生命重要性的认知还有待提升。大学生对于通常对于目标的主动主要表现在坚持某个事情不间断、主动完成目标任务以及做出一些主动的行为等[7]。

除此之外,大学生生命意义感构成因素的研究结果可以对提升大学生生命意义提供一些新思路。首先,应该加强大学生的社交范围,走出舒适圈,培养大学生广泛的兴趣爱好,看到外界事物具有的美的一面,以帮助大学生增强对于生活的审美和热爱。其次,应帮助大学生树立正确的自我意识及自我评价观念,对于提升大学生人生观、价值观以及生命意义感具有非常积极的意义[8]。最后,当大学生生命意义感程度较低时,应该给予实时的心理援助,如通过正规的心理咨询和心理干预或定时开展生命意义相关课程来帮助大学生树立正确方向的生命意义。

基金项目

内蒙古自治区教育科学研究“十四五”规划“双减”专项课题(课题批准号:JGHZX20221072)。

参考文献

- [1] 倪旭东,唐文佳. 生命意义的缺失与追寻[J]. 心理学探新, 2018, 38(6): 497-503.
- [2] Crumbaugh, J.C. and Maholick, L.T. (1964) An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, **20**, 200-207. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(196404\)20:2<200::AID-JCLP2270200203>3.0.CO;2-U](https://doi.org/10.1002/1097-4679(196404)20:2<200::AID-JCLP2270200203>3.0.CO;2-U)
- [3] Wong, P.T.P. and Fry, P.S. (1998) The Human Quest for Meaning: A Handbook of Psychological Research and Clinical Applications. *Lawrence Erlbaum Associates*, **43**, 282-283. <https://doi.org/10.1037/h0087073>
- [4] Steger, M.B. (2009) *Globalization: A Very Short Introduction*. Oxford University, Oxford.
- [5] 陈向明. 扎根理论的思路和方法[J]. 教育研究与实验, 1999(4): 58-63+73.
- [6] 刘视湘, 孙燕, 杜晓鹏. 老年人社会支持与生活满意度: 生命意义及身心健康的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2020, 28(6): 1265-1269+1273. <https://doi.org/10.16128/j.cnki.1005-3611.2020.06.038>
- [7] 刘亚楠, 张舒, 刘璐怡, 等. 感恩与生命意义: 领悟到的社会支持与归属感的多重中介模型[J]. 中国特殊教育, 2016(4): 79-83+96.
- [8] 包昕哲, 赵彩玲, 仁钦. 大学生领悟社会支持、生命意义感及择业焦虑的关系[J]. 心理学进展, 2020, 10(8): 1145-1152. <https://doi.org/10.12677/ap.2020.108135>