

意义管理问卷的编制及修订

苏瑞锐¹ 樊富珉²

1. 北京理工大学心理健康教育与咨询中心, 北京;

2. 清华大学心理学系, 北京

摘要 | 目的: 编制并修订意义管理理论问卷, 为测量国内大学生的意义管理水平提供有效的测量工具。方法: 210名大学生完成意义管理问卷中文编制与修订版、正性负性情绪量表、生活满意度量表、自评抑郁量表、自尊量表。结果: 探索性因子分析与验证性因子分析结果均显示, 意义管理问卷中文版具有较好的信效度。结论: 编制与修订后的意义管理问卷符合测量学要求, 可以应用于大学生意义管理水平的测量。

关键词 | 意义管理理论; 信度; 效度

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



意义管理理论 (meaning management theory), 简称 MMT, 是存在积极心理学中的核心概念。意义管理就是管理我们的内在生活, 即我们感受, 愿望, 感知、思想, 我们内心的声音和秘密的向往, 以及我们意识中的波澜起伏。意义管理的目标就是去管理我们所有的恐惧和希望, 记忆和梦想, 爱和恨, 信任与怀疑, 庆祝与辞谢, 与事件和人们相关的各种意义。该理论以这样的方式帮助个体在遇到挫折、困苦和面对死亡的过程中寻找到快乐, 希望, 意义, 并保持平和的心态 (Batthyany, Guttman, 2006) [1]。根据 Wong 意义管理理论, MMT 理论由三大部分构成, 生命意义管理包括生命意义感 (生命意义寻求、生命意义拥有) 与生命意义重构 [2] 三因素。而目前对于意义管理理论部分尚没有科学的量表。Steger (2006) 编制的生命意义感问卷, 在中国大学生群体中有着较高的信效度和适应性 [3], 其中的两维度为生命意义拥有、生命意义寻求, 与生命意义管理中生命意义寻求、生命意义拥有有着同样的概念, 因此在该两因素的基础上, 根据 MMT 理论, 加入第三个维度: 生命意义重构, 增加并编制针对生命意义重构的题目, 从而形成意义管理理论的测量问卷。经修订的中文意义管理问卷得到加拿大意义管理理论的提出者 Paul Wong 的认可。

1 方法

1.1 被试

在清华大学、北京交通大学、南京技术职业学院进行方便抽样，考虑到文理科和年级交叉问题，选择公共必修的大课堂进行问卷发放，实际发放问卷 210 份，当场回收问卷 182 份，有效问卷 170 份。

1.2 工具

1.2.1 生命意义感量表中文版

采用 Steger (2006) 编制的生命意义感量表 (the meaning in life questionnaire, MLQ)，共 10 个条目，分为 2 个分量表：(1) 生命意义拥有，含 5 个条目，如“我明白自己生活的意义”；(2) 生命意义寻求，含 5 个条目，如“我总在尝试找寻自己生活的目的”。每个条目 1 ~ 7 点评分。Steger 等原作者在大学生样本中验证了其内部一致性、重测信度和结构效度，并通过多质多法矩阵验证了聚合效度和区分效度^[4]。

效标效度测量问卷：本项研究参考已有的实证研究的结果^[5, 6]及 Steger^[7]原始量表的效标变量，应用其中的部分因素作为修订后问卷的效标效度。

1.2.2 正性负性情绪量表 (The Positive and Negative Affect Scale, PANAS Questionnaire)^[8]

包含 20 个条目的形容词，分为 2 个因素：正性情绪 (如感兴趣的) 和负性情绪 (如愧疚的)。采用 1 (极之轻微或完全没有) - 5 (极之多) 点评分。在本研究中 2 个因素的内部一致性系数分别为 0.183 和 0.186。

1.2.3 生活满意度量表 (Satisfaction with Life Scale)

采用 ED. Diener 等人 (1985) 编制的“生活满意度量表” (satisfaction with life scale, 简称 SLS)^[3]，此量表包括 5 个项目，采用 7 点计分法，选项从 1 (非常不同意) 到 7 (非常同意)，分数越高，满意度越高。内部一致性系数都是 0.84，国内外已有研究应用中均表明该量表具有较好的信度和效度。

1.2.4 自评抑郁量表 (SDS)^[9]

由舒良编制，量表共有 20 个条目，量表采用 7 点计分法，选项从 1 (没有出现) 到 7 (总是出现)，得分越高，代表抑郁倾向越高。

1.2.5 自尊量表 (The Self-Esteem Scale, SES)^[10]

由 Rosenberg 1965 年编制。共十个条目。分四级评分。选项从 1 (非常符合) 到 4 (非常不符合)，分值越低，自尊程度越高。

1.3 程序

1.3.1 新增题项的确定

根据 Wong 意义管理理论，MMT 理论由三大部分构成。管理意义寻求、管理意义拥有、管理意义重构^[1]。

Steger (2006) 编制的生命意义感问卷, 在中国大学生群体中有着较高的信效度和适应性, 因此在其两维度(生命意义拥有、生命意义寻求)的基础上, 研究者根据 MMT 理论, 加入第三个维度: 生命意义重构。根据 MMT 理论, 抽取管理意义重构中的核心内容和定义, 编制 8 道测量生命意义重构的初测试题。

1.3.2 统计工具

SPSS16.0 进行项目分析和探索性因素分析, 采用 AMOS17.0 进行验证性因素分析

1.3.3 修订问卷的测试过程

首先将由 18 道题目组成的修订后的生命意义感问卷和其他测量工具施测于 178 位大学生, 收集数据进行统计分析。

2 结果

2.1 项目分析

采用 SPSS13.0 统计软件对第一次测试数据进行统计分析, 受试者在每一题目的得分与总分的相关越高, 表示该题目所测量的内涵与整份量表所测量的内涵越一致。题目与量表总分的相关应在 0.3 ~ 0.8 之间, 在本研究中将全部 18 道题进行与总分的相关统计, 均符合这一条件, 保留全部 18 道题。

2.2 探索性因素分析

变量间的相关性是进行因素分析的先决条件(余建英, 何旭宏, 2003)^[13], 变量间的相关特点用 Bartlett 球形检验, 需到达显著; 而 KMO 系数规定: KMO 系数在 0.9 以上非常适合于作因素分析, 在 0.80 ~ 0.90 之间为比较适合作因素分析, 在 0.70 ~ 0.80 之间为可以作因素分析, 在 0.6 ~ 0.7 之间为一般, 但在 0.6 以下则不合作因素分析。

对初测问卷的 18 个项目进行 Bartlett's 球形检验, 其值为 1556.231, 显著性水平为 0.000; KMO=0.873, 说明数据适合进行因素分析。选用主成分分析法, 本研究取特征值大于 1 作为截取因素的标准, 生成特征根大于 1 的因子有 3 个。三因素共解释 61.273% 的总方差。

2.2.1 项目筛选

根据以下标准来选择项目组成正式问卷。根据因素分析理论, 项目的负荷表示公共因素与该项目的相关, 项目在某个因素上的负荷越大, 表明该项目与因素的关系越密切; 若项目在因素上的负荷很小, 则说明该项目不能反映出该因素所代表的心理特征。并且, 一个题项在两个或两个以上因素上的负荷均高且负荷值近似, 这样的条目应剔除。因素分析的原则是逐步删除载荷小于 0.4 的项目、双负载或者多负载情况严重的项目, 以及维度归属与原先设想不一致, 且无法解释的项目。每删除一个项目都重新进行因素分析。由于第二题(我的世界观和核心价值随着我的成长变得更加有意义)对于三个因素的贡献值分别为(0.388、0.363、0.363), 贡献均等, 且载荷小于 0.4, 故将其删除, 除此之外, 第十二题由于

在两因素贡献分别为 0.521 和 0.535，出现双负载情况，故也将其删除，最后保留 16 个条目，重新进行因素分析（见表 1）。进行 Bartlett's 球形检验，其值为 1642，显著性水平为 0.000；KMO=0.854，说明数据适合进行因素分析，三因素共解释 63.404% 的总方差。结合特征值、方差解释率和碎石图（见图 1）。

表 1 生命意义感量表修订版中文版的项目及因素载荷

Table 1 Items and factors load of the revised Chinese version of the meaning of life scale Rotated Component Matrix^a

	Component		
	因素 2	因素 1	因素 3
曾经的体验和经历帮我重新找到了令人满意的生活目标	0.88	0.01	0.15
经历岁月荏苒，我重新找到了自己生命的意义	0.863	0.011	0.096
我无法从过去的经历中重新认识生命的意义	0.806	0.093	0.229
以前的生活经历让我有了更加清晰的生活目标	0.761	0.224	0.141
相比以前，我从多种资源信息途径中找到了更适合我的生活目标	0.617	0.332	0.251
我从他人的经历中学到了如何使自己生活得更有意义	0.583	0.25	0.313
我明白我生命的意义	0.092	0.836	-0.018
我已经发现了一个令人满意的生活目标	0.034	0.833	0.044
我很清楚地知道什么令我的生命有意义	0.042	0.814	0.058
我的生活有一个清晰的目标	0.213	0.809	-0.078
我的生命没有清晰的目标	0.224	0.614	-0.167
我正在寻找一些能令我的生命有意义的事情	0.154	0.094	0.777
我正在寻找我生命的意义	0.248	-0.249	0.738
我总是盼望找到我的生活目标	0.036	-0.136	0.736
我正在为我的生命寻找一个目标或使命	0.336	-0.099	0.686
我总是寻找一些能让我的生命更有意义的事情	0.216	0.309	0.588

Scree Plot

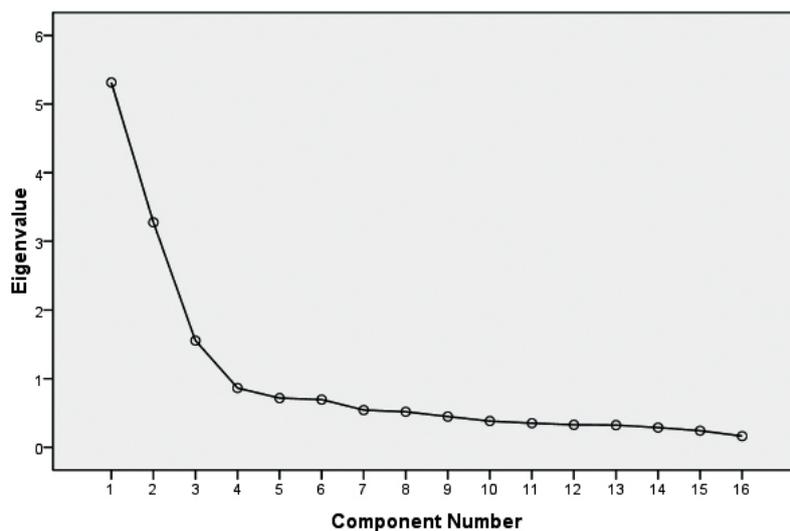


图 1 探索性因素分析的碎石图

Figure 1 Scree plot of exploratory factor analysis

直观分析, 确定三因素模型的合理性。因素一被命名为生命意义拥有感, 即高分表明被试感觉对自己的生命有丰富的体验, 认为自己的存在富有意义、目的和理由。因素二被命名为生命意义寻求感, 即高分代表被试正在努力寻找自己存在的理由或生命的意义。因素三被命名为生命意义重构感。即高分代表被试正在积极重建自己生命的意义和目标。

2.2.2 信度检验

使用内部一致性系数考察生命意义感问卷中文修订版的信度, 结果总量表的 Cronbach α 系数为 0.854, 生命意义拥有感分量表、生命意义寻求感分量表和生命意义重构感分量表的 α 系数分别为 0.857、0.792 和 0.886。

2.2.3 效度检验

2.2.3.1 效标关联效度

本文选取多个变量作为量表的外部效标, 结果显示生命意义拥有感与生活满意度、自尊、积极情绪呈正相关, 与抑郁、消极情绪呈负相关。生命意义寻求感与自尊、积极情绪呈正相关; 生命意义重构感与生活满意度、自尊、积极情绪呈正相关(见表2)。

表2 各效标与修订后的生命意义感问卷三因素的相关分析

Table 2 Correlation analysis of the three factors of the revised meaning of life questionnaire and each criterions

		总体生命意义感	意义拥有感	意义追寻感	意义重构感
生命意义感	皮尔森系数	1	0.628**	0.616**	0.905**
意义拥有感	皮尔森系数	0.628**	1	-0.012	0.383***
意义追寻感	皮尔森系数	0.616**	-0.012	1	0.470**
意义重构感	皮尔森系数	0.905**	0.383**	0.470**	1
生活满意度	皮尔森系数	0.314**	0.365**	0.129	0.206**
抑郁	皮尔森系数	-0.184**	-0.282**	0.005	-0.12
自尊	皮尔森系数	-0.417**	-0.403**	-0.233**	-0.294**
积极情绪	皮尔森系数	0.389**	0.308**	0.204**	0.328**
消极情绪	皮尔森系数	0.001	-0.158*	0.083	0.062

2.2.3.2 内容效度

本问卷的条目来源于文献综述, 参考国内外相关文献对生命意义感的论述, 并参考国内外相关的生命意义感测量量表中的条目, 根据定义和建立的生命意义感结构想来撰写题目。并请有关专家(包括心理学教授、心理学博士研究生和硕士研究生)对预试问卷的 21 个条目进行评定, 经反复修改后形成 18 个条目的预试问卷。从而在一定程度上保证了问卷的项目能够反映大学生生命意义感的实际情况。因此, 本问卷具有较好的内容效度。

2.3 验证性因素分析

为了进一步验证问卷三因子结构的合理性,本研究采用极大似然估计(ML)在AMOS17.0上进行了验证性因素分析(CFA)。验证性因素分析结果显示,各项目在所属因子上的因素负荷在0.55~0.87之间,量表三因子结构与数据拟合较好,各拟合指标见表3。

表3 验证性因素分析各拟合指标

Table 1 Fit indexes of the confirmatory factor analysis

χ^2	df	χ^2/df	NFI	CFI	GFI	AGFI	RMSEA
79.68	32	2.34	0.93	0.923	0.934	0.906	0.08

结果显示各项拟合指标基本达到建议值。

3 讨论

本次编制与修订后的意义管理问卷共计有16个条目,采用探索性因素分析和验证性因素分析结果表明三因素结构,即生命意义拥有感、生命意义寻求感、生命意义重构感之间具有较好的稳定性。总量表与三个分量表的内部一致性系数均在0.75以上,具有良好的信度。通过三个分量表与效标因素的相关分析,结果显示生命意义拥有感与生命态度、生活满意度、自尊、积极情绪呈正相关,而与抑郁、消极情绪呈负相关。这说明意义拥有感与多项影响心理健康的因素都存在着显著的相关关系,生命拥有感越感,积极情绪就会越高,自尊水平也会越高,生命态度越积极,与此同时,其抑郁程度就越低,消极情绪相对越少。研究也显示生命意义寻求感与生命态度、自尊、积极情绪呈正相关,且与抑郁存在着显著的负相关关系,即生命意义寻求感越高,其生命态度越积极,自尊水平越高,积极情绪也会越高,但其与抑郁程度和消极情绪并无显著的负相关,Frank的生命意义理论认为缺乏存在的意义感会促使人在生活中寻找意义,这种寻求过程可能使人焦虑沮丧^[14],而此研究也印证了国内生命意义感修订版^[3]的结论,说明寻求意义感未必会引发消极情绪,也有可能积极与积极心理变量存在着正相关;生命意义重构感与生命态度、生活满意度、自尊、积极情绪呈正相关,而与抑郁、消极情绪无显著的负相关。这说明生命意义重构感越高,生命态度越积极,生活满意度水平越高,自尊水平越高,积极情绪越高,但这并不代表着生命意义重构感低,负性情绪越强烈,一种可能的解释是个体充分享受当下的状态,拥有强烈的生命意义感,而无需去重新发现,建构生命意义。

在三个分量表之间的关系上,生命意义拥有感和生命意义寻求感之间无显著的相关关系,此结果证明了生命意义感量表中文修订版中的研究结果,这说明已经获得意义感与在生活中找寻意义的状态之间是相对独立的;而生命意义重构感与生命意义拥有感和生命意义寻求感都有显著的正相关关系,这正是符合了意义管理理论中对于生命意义重构感的定义,人们需要在生命意义再拥有和生命意义再寻求的过

程中,不断发现,探索,最终实现生命意义的重构。

本研究的遗憾在于,由于数据取样难度的原因,收取数据正值期末,难以对同一批被试再次施测,故本研究没能获得重测信度,需在后续研究中不断完善。

4 结论

本研究编制与修订的意义管理问卷可以作为国内大学生生命意义管理程度的测量工具,具有良好的信效度。

参考文献

- [1] Batthyany A, D Guttman. Empirical Research in Logotherapy and Meaning-oriented Psychotherapy: An Annotated Bibliography.
- [2] Wong P T P. Meaning management theory and death acceptance [M] //Tomer A, Grafton E, Wong P T P. (Eds.) Existential and piritual issues in death attitudes. Mahwah N J: Lawrence Erlbaum Associates, 2007: 65-88.
- [3] 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[J]. 中国临床心理学杂志, 2013, 24(6): 478-482.
- [4] Steger M F, Frazier P, Oishi S, et al. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life [J]. Journal of Counseling Psychology, 2006, 53(1).
- [5] Ryff C. The contours of positive human health [J]. Psychol Inquiry, 1998, 9.
- [6] Scollon C N, King L A. Is the good life the easy life [J]. Soc Indicat Res, 2004, 68: 127-1621.
- [7] MF Steger, P Frazier, S Oishi, et al. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life [J]. Journal of Counseling Psychology, 2006, 53: 80-931.
- [8] 黄丽,杨廷忠,季忠民. 正性负性情绪量表的中国人适用性研究[J]. 中国心理卫生杂志, 2003, 17(1): 54-561.
- [9] 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[J]. 中国心理健康杂志, 2010, 24(6): 478-482.
- [10] 舒良. 自评抑郁量表[J]. 中国心理卫生杂志, 1999(增刊): 194-1961.
- [11] 季益富,于欣. 自尊量表[J]. 中国心理卫生杂志, 1999(增刊): 318-3201.
- [12] 余建英,何旭宏. 数据统计分析与SPSS应用[M]. 北京:人民邮电出版社, 2003, 292-310.
- [13] VE Frankl. Man's search for meaning: An introduction to logo therapy [M]. New York: Washington Square Press, 1963.

Compiling and Localized Revision of Meaning Management Questionnaire

Su Ruirui¹ Fan Fumin²

1. *Mental health education and consultation center of Beijing Institute of Technology, Beijing;*
2. *Department of psychology, Tsinghua University, Beijing*

Abstract: Objective: to compile and revise the life Meaning Management Theory Questionnaire and provide an effective tool for measuring the meaning management level of domestic college students. Methods: 210 college students completed the Chinese version of meaning management questionnaire, positive and negative emotion scale, life satisfaction scale, self rating depression scale and self esteem scale. Results: the results of exploratory factor analysis and confirmatory factor analysis showed that the Chinese version of meaning management questionnaire had good reliability and validity. Conclusion: the revised meaning management questionnaire meets the requirements of measurement and can be used to measure the level of meaning management of college students.

Key words: Meaning management theory; Reliability; Validity scale