

Will Older People's Searching for Meaning Promote Successful Aging?

Hao Yu, Shoucai Gui, Caifeng Duan

College of Educational Science, Anhui Normal University, Wuhu Anhui
Email: 1036292209@qq.com

Received: Oct. 2nd, 2019; accepted: Oct. 17th, 2019; published: Oct. 24th, 2019

Abstract

As a key factor of people's high happiness and high life satisfaction, the relationship between meaning and successful aging has attracted much attention. Successful aging means that the elderly achieve the best physiological and psychological status in their later years of life, and experience the happiness of old age have a higher life satisfaction. Meaning of life can be divided into two dimensions: Presence of meaning and Search for meaning. The higher level of presence of meaning in the aged stage, the greater the probability of successful aging, which reflects a positive correlation with positive psychological quality. The search for meaning is different. In the later years, the violent pursuit of meaning and the stage of the elderly's integration are not compatible. At this stage, the search for meaning reflects the lack of meaning of old age and the behavior of searching for meaning usually brings depression, anxiety, irritability, which run counter to the goal of successful aging, do not promote successful aging.

Keywords

Meaning of Life Presence of Meaning, Search for Meaning, Successful Aging

老年人追寻人生意义会促进成功老龄化吗?

俞浩, 桂守才, 段彩凤

安徽师范大学教育科学学院, 安徽 芜湖
Email: 1036292209@qq.com

收稿日期: 2019年10月2日; 录用日期: 2019年10月17日; 发布日期: 2019年10月24日

摘要

意义作为人们高幸福感与高生活满意度的关键因素与成功老龄化的关系研究受到关注。成功老龄化是指老年人在晚年生活中达到生理、心理的最佳状态, 体验老年生活的幸福具有较高的生活满意度。意义可

分为意义拥有和意义寻求两个维度，在老年阶段意义拥有水平越高，成功老龄化的可能性越大，体现了与积极心理品质的正向联系。而意义寻求则不同，晚年阶段激烈地寻求意义和老年人走向整合的阶段任务不相适应，在此阶段寻求意义反映了老年生活意义的缺失且寻求意义的行为通常带来抑郁、焦虑、暴躁等消极反应，这与成功老龄化的目标背道而驰，并不会促进成功老龄化。

关键词

人生意义，意义拥有，意义寻求，成功老龄化

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

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

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



Open Access

1. 引言

全球老龄化加速背景下，如何让老年人度过幸福的晚年生活是研究者们广泛关注的话题。当今“老有所养、老有所依”制度基本健全的中国社会，关注老年人的心灵是题中之义。成功老龄化的提出无疑对关照老年人的心灵产生了重大的意义。成功老龄化是指老年人在生理健康、心理健康、社会适应方面达到自身满意的最佳状态(Rowe & Kahn, 1987)。虽然目前成功老龄化还存在主观评定和客观评定的问题，但评价标准都集中在这三个方面。从一开始的成功老龄化片面强调生理健康，到关注老年人的心理健康、社会适应。成功老龄化研究逐渐向关注老年人不曾被关注的心灵迈进。然而意义作为整个人生价值导向的关键因素，在晚年阶段的重要性有增无减。当人们步入晚年生活，面临资源丧失的威胁。例如，工作、社会地位、经济来源、社会交往都面临这不同程度的下降。这时“为什么活着”成为人们常思考的问题，也就是意义的问题。虽然人生意义对于成功老龄化至关重要，但老年人是否应该被鼓励在人生走向整合的阶段激烈追寻新的意义还值得进一步探讨。Steger 等人在研究中提出意义具有两个维度，即意义拥有与意义寻求，它们是两个相互独立的结构不能混为一谈(Steger, Frazier, Oishi, & Kaler, 2006)。实证研究表明意义拥有对幸福感、生活满意度具有积极正向预测作用而意义寻求常与焦虑、抑郁相连(Park, Park, & Peterson, 2010)。谈及此处我们不得不重新审视意义寻求与成功老龄化的关系。为此在本文中，于前人研究基础上着重探讨意义寻求不利于成功老龄化的心理学解释以及老年人是否应该被鼓励在晚年生活中激烈寻求新的人生意义、怎样避免老年人在步入晚年的关键期因为寻求意义的失败而阻碍了成功老龄化等问题。

2. 成功老龄化的含义与研究进展

成功老龄化(successful aging)一词提出 60 年来，对它的争议主要体现在两个方面。一是主观评价还是客观评价的问题，二是对生理健康的过分关注。Havighurst 1961 年首次提出“成功老龄化”的定义是体验晚年生活的幸福，具有较高的生活满意度(Havighurst, 1961)。此后的研究中，研究者对于成功老龄化的评判标准就是无疾病状态。例如，Rowe 和 Kahn 在区分正常老龄化和成功老龄化的基础上，对成功老龄化的界定是低水平或者根本没有生理上的损失。该定义反映了对成功老龄化的生物局限性认识，在以生理健康为基础的成功老龄化的定义中没有充分考虑自我掌控与心理成长对成功老龄化的重要意义(Rowe & Kahn, 2015)。有研究者批评了成功老龄化评价标准中对生理指标以及无疾病状态的过分关注，认为这是极少数精英老年群体才能达到的状态。Kahana 和 Kahana 则认为即使老年人在资源损失，健康状况不佳的情况下实现成功老龄化也是可能的(Kahana & Kahana, 1996)。Baltes 和 Baltes 指出在成功老龄化

的评价标准中应该明确认识到社会情感体验的重要性(Baltes & Baltes, 1990)。Ryff 等将可塑性、享受生活、良好的互动、纳入成功老龄化的定义, 并指出成功地衰老并不单单指没有疾病(Ryff, 1989)。从对生物医学领域内健康状况的强调到对心理社会交往的关注, 研究者认为对成功老龄化的定义应该综合考虑生理健康、心理功能、社会参与、生活满意度等评价指标(刘雪萍, 陈子卓, 黄文, & 彭华茂, 2018)。

成功老龄化研究中的另一个争议是评价主体性的问题, 即到底谁对老年人是否成功老龄化具有发言权, 是专家的标准, 还是依据老年人的自我判断亦或者两者结合(郭爱妹&顾大男, 2018)。Jeste (2010)指出如果根据专家标准, 那么只有小部分老年人能够被评为成功老龄化(Jeste, Depp, & Vahia, 2010), 但实际上在那些被评为老化失败的群体中有相当一部分人认为他们正在成功地变老。因此他认为, 主观客观相结合的标准是成功老龄化的最好指标。成功老龄化提出的主要目的在于鼓励老年人在晚年生活中获得自我成长, 保持健康活力, 打破传统上关于衰老意味着终结、无意义、疾病缠身、依赖他人的陈旧观念, 削弱老化与消极事件的联结(Martin et al., 2015)。因此当今对成功老龄化的研究越来越注重对老年人心理健康以及主观情感的体验。

3. 关于人生意义

3.1. 人生意义的研究起源与发展

就像大多数心理学概念那样, 对人生意义的最初探讨也始于哲学。第一个把“人生意义”作为心理学概念来探讨的人是弗兰克尔, 他的那本《Man's Searching for Meaning》让无数人重拾生活的希望与信心, 并以此为基础发展出了意义疗法。但意义的实证研究之路依然困难, 最主要的原因就是以经验为导向的实证主义科学家对数据与可量化的偏爱, 而“人生意义”怎么看都像是一个哲学问题。人们对于人生意义的重新审视源于积极心理学的兴起。积极心理学对积极心理品质的强调使人生意义重新受到关注(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000)。人们对于人生意义的定义也越来越可量化、可评估。

人生意义发展至今, 最广为人们接受的概念是目的感、一致感(Kleiman & Beaver, 2013)。Steger 将人生意义定义为人们在多大程度上理解自己, 以及人们在多大程度上认同自己现在的生活中正有一个目标等待自己去实现(Steger, Oishi, & Kashdan, 2009)。人生意义在本质上被认为是一种秩序化和组织化的认知, 与道德、信仰相连(Heine, Proulx, & Vohs, 2006; Man, Cheung, & Shu, 2010)。为人们的生命增添光彩, 赋予岁月以生命(Baumeister & Vohs, 2002; Ryff & Singer, 1998)。最重要的是意义揭示了一种联系, 充当自我与外部世界的桥梁, 通常外部世界有一个我们为之奋斗的目标, 这个目标具有自我超越的性质, 当完成自我超越的意图人生便称为有意义的(Damon, Menon, & Bronk, 2003; Wallace & Bergeman, 2002)。Baumeister (2002)指出意义与目的、价值感、积极的自我价值有正向关系。人生意义对于心理健康、身体健康、幸福感的重要性被诸多实证研究所证实(Park et al., 2010)。Vohs (2006)等提出意义维持模型来说明人类对意义的需要, 意义维持模型在回答人类如何创造维持自身秩序减少威胁与不确定性的基础上提出意义的三个中心观点。首先, 意义是一种关系。将符合预期的人、事、物联系起来。每个人都在寻求自身与外部世界一致性的关系。其次, 人类作为意义的主体具有重建意义的能力, 当意义感被打破人类就迫切需要重获意义。最后, 即流动补偿。多领域来源的意义补偿受到威胁的意义(Heine et al., 2006)。

3.2. 人生意义的两个维度——意义拥有与意义寻求

对意义更进一步的认识始于 Steger, 他于 2006 年提出意义的两维度模型。即意义分为两个维度, 意义拥有与意义寻求(Steger et al., 2006)。意义拥有是指一个人正体验着生命的意义, 意义寻求指确定人生目标以追寻对自己及自身所处世界的理解(李占宏, 赵梦娇, 刘慧瀛, 刘亚楠, & 彭凯平, 2018), 确立生命价值的愿望和努力(Steger & Kashdan, 2007)。为了更精确的度量人生意义的这两个维度, Steger 开发出

人生意义感量表(MLQ), 其中包括意义拥有和意义寻求两个子量表, 第一次实现了将意义拥有与意义寻求分开评估的目标。意义拥有与积极正向的指标相连这一点毋庸置疑(Schulenberg, Baczwaski, & Buchanan, 2014)。但在 Steger 的研究中, 意义寻求是令人痛苦的, 通常与抑郁、焦虑、沮丧、消极自我正相关(Steger et al., 2006)。当个体经历挫折性事件时倾向于寻求意义以确立自我存在、自我价值。就像那些历经创伤性事件的人往往会问“为什么是我”, 虽然这些沉思性的反问并不能使他们找到答案(Uren & Wastell, 2002), 但并不能阻止人们寻求理解自己以及所属世界意义的努力(赵娜, 马敏, & 辛自强, 2017)。

一直以来研究者们对意义寻求的定义都体现了一种两极化倾向。Frankl 把意义寻求视作人类的原始动机, 这是生命肯定观的代表(Frankl & Lasch, 1992)。生命中的意义一直存在, 只是等着我们去寻找和发现。而有研究者认为人们寻求意义是由意义缺失所激发, 生命意义只有在我们需要的时候才会觉醒(Steger & Kashdan, 2013), 这是生命缺失观的代表。弗兰克尔认为人类对意义的追寻是积极的、正常的、健康的。但同时他也提出了“意志意义”, 即对意义的寻求建立在意志的基础之上, 需要、动机同时参与意义的寻求, 这也解释了意义寻求通常与痛苦、焦虑、丧失相连(Cohen & Cairns, 2012)。

4. 成功老龄化与人生意义的关系研究

4.1. 成功老龄化与人生意义

近年来意义感与成功老龄化的研究表明了意义感能够促进老年人更好的适应晚年生活。意义感对老年人良好的社会互动关系、健康的生理状况、更好的社会认知能力都有积极的正向预测作用(Pinquart, 2002)。Steven 对 50 名老年人意义来源的研究表明, 40 岁以后人们报告没有或者很少有新的有意义的经历(Stevens, Pfost, & Wessels, 2014)。在人生的后半期, 老年人已经不倾向于经历意义而是走向整合。Erikson 在人生八个阶段中最后一个阶段老年期的叙述中表明, 这一时期的人生任务是完成自我整合走向完整实现智慧(Roweton, 1995)。这一任务完成的基础是人生前一阶段任务的完成。如果人生前一阶段的任务没有完成, 那么在晚年老年人将不能很好地体会意义, 老年人也因此有意义丧失感, 他们将度过焦虑、暴躁、愤怒、抑郁充斥的晚年生活。

4.2. 成功老龄化与意义寻求

尽管意义拥有对幸福感与生活满意度的积极作用毋庸置疑, 但人们到底在什么时候寻求意义以及是否在人生的任何阶段意义寻求的活动都有积极的作用还存在较大争议。从某种角度来说, 晚年生活是一个不断丧失的过程。包括健康水平的下降, 社会交往人际互动的困难, 认知能力的下降。这些都会在一定程度上导致意义的丧失(Pinquart, 2002)。当意义丧失, 老年人就会产生意义寻求的动机, 如前所述, 意义寻求并不能使老年人更好的拥有意义(Steger, Kashdan, Sullivan, & Lorentz, 2010), 相反意义寻求会导致老年人的抑郁情绪、焦虑水平上升以及体验到更强的丧失感(Davis, Wortman, Lehman, & Silver, 2000)。是一个人无法拥有意义或者没有办法在人生实现个人成长, 社会适应不良, 自我接受程度低, 无法控制环境的结果(Steger et al., 2010)。这些研究结果都预示着鼓励老年人在晚年生活中激烈地寻求意义可能导致老年人无法步入成功老龄化的队伍。当意义寻求失败对自身的意义拥有水平是一种挑战, 对自己前半生的人生观、价值观和自我效能感是一种威胁。进入老年阶段, 意义拥有水平呈上升趋势而意义寻求水平下降, 这是意义的两个维度在年龄上表现的普遍特征(Bodner, Bergman, & Cohen-Fridel, 2014), 如果鼓励老年人积极寻求意义违反普遍规律, 他们可能会产生一种更强的意义丧失感, 会产生被迫寻求意义的觉察(Newman, Nezelek, & Thrash, 2017)。人们寻求意义缺乏规划这在一定程度上增加了人们意义寻求失败的可能性。Steger 等在意义研究中把一个人的一生分为四个关键阶段, 分别为成年初期、青年期、中年期、老年期(Steger et al., 2009)。并表示意义的寻求维度和拥有维度在人生的不同时期所起的作用是截然

不同的,在老年期人们往往报告更高的意义拥有水平,在这一时期报告高水平意义寻求的老年人与幸福感缺失紧密相连。但是在弗兰克尔的阐述中寻求生命的意义是人类生存的基本动机。但不得不考虑到弗兰克尔是在遭遇到人生的重大挫折时写下这本书,彼时他受到非人的待遇,生命受到威胁。此后人们对意义的进一步研究也表明人们在遭遇重大挫折时倾向于寻找意义,他们寻找意义以重新建立自我与世界的积极假设(Steger, Oishi, & Kesebir, 2011)。但结果也表明在挫折事件中寻找意义并没有使他们获得积极情感,相反还会陷入对于过去经历的反刍性思维导致抑郁(Cohen & Cairns, 2012)。

成功老龄化研究中的活动理论和脱离理论各持阵营。活动理论认为成功老龄化的人在老年生活中仍然保持高水平的寻求动机,力求和中年期一样积极寻求生活的意义。脱离理论则认为成功步入晚年生活的人不再具有很高的意义寻求动机,随着时间的推移他们更愿意花费时间维持已经拥有的意义水平(Coleman, 2008)。人们何时寻求意义应该被区别对待。成年初期,处于向外寻求阶段,年轻人花费大量时间探索自身,因此在人生早期阶段寻求意义是适应性的。人生进入晚年阶段是走向自我整合的关键时期,人生的大部分任务已经完成,这时激励寻求意义就是非适应性的,那么意义寻求就与晚年幸福感的降低相关(Steger et al., 2011)。

5. 小结与展望

从意义的二维度模型来看,意义拥有与意义寻求对于成功老龄化具有不同的作用。在晚年阶段人们意义拥有水平高,成功老龄化的可能性也越大。也就是说,在人生走向整合的老年阶段,已经积累的意义可以促进老年人走向自我完整。充满意义感的晚年生活是成功老龄化至关重要的一步。但意义寻求与成功老龄化的关系受到争议。一方面,生命缺失观认为意义寻求行为本身代表了个人意义的丧失与个人成长受限。另一方面,人们又常常因为寻求意义体会到焦虑、抑郁、暴躁,有一种被迫寻求意义的感觉。在老年阶段寻求意义并不代表了生命活力的焕发,相反可能会导致老年人生活满意度与幸福感水平的下降。而这一切与成功老龄化是背道而驰的。

在这个老龄化问题已经上升为全球化问题的现代社会,如何让老年人度过满意的晚年生活是急需解决的问题。鼓励全民寻找生活的意义的口号是否也适用于老年人还有待进一步商榷。从目前的研究进展看,在晚年生活中寻求意义不利于成功老龄化。因此教育老年人维持高的意义拥有水平是幸福晚年生活的关键。

致 谢

感谢安徽师范大学桂守才教授基于本文的写作给予的指导意见。

参考文献

- 郭爱妹, 顾大男(2018). 成功老龄化: 理论, 研究与未来展望. *南京师大学报(社会科学版)*, *No. 3*, 102-110.
- 李占宏, 赵梦娇, 刘慧瀛, 刘亚楠, 彭凯平(2018). 生命意义寻求的原因: 成长抑或危机. *心理科学进展*, *26(12)*, 106-117.
- 刘雪萍, 陈子卓, 黄文, 彭华茂(2018). 成功老化内涵及影响因素分析. *心理发展与教育*, *34(2)*, 249-256.
- 赵娜, 马敏, 辛自强(2017). 生命意义感获取的心理机制及其影响因素. *心理科学进展*, *25(6)*, 1003-1011.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Psychological Perspectives on Successful Aging: The Model of Selective Optimization with Compensation. *Optometry & Vision Science*, *79*, 342-350. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511665684.003>
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2002). *The Pursuit of Meaningfulness in Life*.
- Bodner, E., Bergman, Y. S., & Cohen-Fridel, S. (2014). Do Attachment Styles Affect the Presence and Search for Meaning in Life? *Journal of Happiness Studies*, *15*, 1041-1059. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9462-7>
- Cohen, K., & Cairns, D. (2012). Is Searching for Meaning in Life Associated with Reduced Subjective Well-Being? Confir-

- mation and Possible Moderators. *Journal of Happiness Studies*, 13, 313-331. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9265-7>
- Coleman, P. (2008). Cumming E. and Henry W., Growing Old: The Process of Disengagement. Basic Books, New York, 1961. (Reprint: Arno, New York, 1979, ISBN 0405 118147.). *Ageing & Society*, 11, 217-220. <https://doi.org/10.1017/S0144686X00004025>
- Damon, W., Menon, J., & Bronk, K. C. (2003). The Development of Purpose during Adolescence. *Applied Developmental Science*, 7, 119-128. https://doi.org/10.1207/S1532480XADS0703_2
- Davis, C. G., Wortman, C. B., Lehman, D. R., & Silver, R. C. (2000). Searching for Meaning in Loss: Are Clinical Assumptions Correct. *Death Studies*, 24, 497-540. <https://doi.org/10.1080/07481180050121471>
- Frankl, V. E., & Lasch, I. (1992). *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy* (4th ed., pp. 671-677). Boston, MA: Beacon Press.
- Havighurst, R. J. (1961). Successful Aging. *Gerontologist*, 1, 8-13. <https://doi.org/10.1093/geront/1.1.8>
- Heine, S. J., Proulx, T., & Vohs, K. D. (2006). The Meaning Maintenance Model: On the Coherence of Social Motivations. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 88-110. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002_1
- Jeste, D. V., Depp, C. A., & Vahia, I. V. (2010). Successful Cognitive and Emotional Aging. *World Psychiatry*, 9, 78-84. <https://doi.org/10.1002/j.2051-5545.2010.tb00277.x>
- Kahana, E., & Kahana, B. (1996). *Conceptual and Empirical Advances in Understanding Aging Well through Proactive Adaptation*.
- Kleiman, E. M., & Beaver, J. K. (2013). A Meaningful Life Is Worth Living: Meaning in Life as a Suicide Resiliency Factor. *Psychiatry Research*, 210, 934-939. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2013.08.002>
- Man, Y. H., Cheung, F. M., & Shu, F. C. (2010). The Role of Meaning in Life and Optimism in Promoting Well-Being. *Personality & Individual Differences*, 48, 658-663. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.01.008>
- Martin, P., Kelly, N., Kahana, B., Kahana, E., Willcox, B. J., Willcox, D. C., & Poon, L. W. (2015). Defining Successful Aging: A Tangible or Elusive Concept? *Gerontologist*, 55, 14. <https://doi.org/10.1093/geront/gnu044>
- Newman, D. B., Nezlek, J. B., & Thrash, T. M. (2017). The Dynamics of Searching for Meaning and Presence of Meaning in Daily Life. *Journal of Personality*, 86, 368-379. <https://doi.org/10.1111/jopy.12321>
- Park, N., Park, M., & Peterson, C. (2010). When Is the Search for Meaning Related to Life Satisfaction? *Applied Psychology Health & Well-Being*, 2, 1-13. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01024.x>
- Pinquart, M. (2002). Creating and Maintaining Purpose in Life in Old Age: A Meta-Analysis. *Ageing International*, 27, 90-114. <https://doi.org/10.1007/s12126-002-1004-2>
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1987). Human Aging: Usual and Successful. *Science*, 237, 143. <https://doi.org/10.1126/science.3299702>
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (2015). Successful Aging 2.0: Conceptual Expansions for the 21st Century. *The Journals of Gerontology: Series B*, 70, 593-596. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbv025>
- Roweton, W. E. (1995). Erikson, E. H. (1993, Originally Published in 1950). Childhood and Society. New York: Norton, 445 pp., \$9.95. *Psychology in the Schools*, 32, 243-243. [https://doi.org/10.1002/1520-6807\(199507\)32:3<243::AID-PITS2310320315>3.0.CO;2-4](https://doi.org/10.1002/1520-6807(199507)32:3<243::AID-PITS2310320315>3.0.CO;2-4)
- Ryff, C. D. (1989). Beyond Ponce de Leon and Life Satisfaction: New Directions in Quest of Successful Ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-55. <https://doi.org/10.1177/016502548901200102>
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The Contours of Positive Human Health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_1
- Schulenberg, S. E., Baczwaski, B. J., & Buchanan, E. M. (2014). Measuring Search for Meaning: A Factor-Analytic Evaluation of the Seeking of Noetic Goals Test (SONG). *Journal of Happiness Studies*, 15, 693-715. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9446-7>
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology. An Introduction. *American Psychologist*, 55, 5. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Steger, M. F., & Kashdan, T. B. (2007). Stability and Specificity of Meaning in Life and Life Satisfaction over One Year. *Journal of Happiness Studies*, 8, 161-179. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9011-8>
- Steger, M. F., & Kashdan, T. B. (2013). The Unbearable Lightness of Meaning: Well-Being and Unstable Meaning in Life. *Journal of Positive Psychology*, 8, 103-115. <https://doi.org/10.1080/17439760.2013.771208>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80-93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2010). Understanding the Search for Meaning in Life: Perso-

-
- nality, Cognitive Style, and the Dynamic between Seeking and Experiencing Meaning. *Journal of Personality*, 76, 199-228. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00484.x>
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in Life across the Life Span: Levels and Correlates of Meaning in Life from Emerging Adulthood to Older Adulthood. *Journal of Positive Psychology*, 4, 43-52. <https://doi.org/10.1080/17439760802303127>
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kesebir, S. (2011). Is a Life without Meaning Satisfying? The Moderating Role of the Search for Meaning in Satisfaction with Life Judgments. *Journal of Positive Psychology*, 6, 173-180. <https://doi.org/10.1080/17439760.2011.569171>
- Stevens, M. J., Pfost, K. S., & Wessels, A. B. (2014). The Relationship of Purpose in Life to Coping Strategies and Time since the Death of a Significant Other. *Journal of Counseling & Development*, 65, 424-426. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1987.tb00747.x>
- Uren, T. H., & Wastell, C. A. (2002). Attachment and Meaning-Making in Perinatal Bereavement. *Death Studies*, 26, 279-308. <https://doi.org/10.1080/074811802753594682>
- Wallace, K. A., & Bergeman, C. S. (2002). Spirituality and Religiosity in a Sample of African American Elders: A Life Story Approach. *Journal of Adult Development*, 9, 141-154. <https://doi.org/10.1023/A:1015789513985>