

早期逆境与意义危机的关系：存在孤独的中介作用

黄凤英, 李雨鑫, 刘亚楠

郑州大学教育学院, 河南 郑州

收稿日期: 2023年10月31日; 录用日期: 2023年12月6日; 发布日期: 2023年12月14日

摘要

早期生活环境的质量影响个体心理健康状况, 意义危机是其中一个重要的且有意义的指示。研究发现, 早期逆境对意义危机和存在孤独预测都显著, 存在孤独的中介作用显著。也就是说, 早期逆境不仅能直接预测意义危机, 还能通过存在孤独间接对意义危机产生影响。具体来说, 不可预测维度对意义危机的预测能力非常突出, 这可能是因为环境的不可预测性打破了个体的认知的连贯性和连续性, 从而导致了个体形成生活是空虚的、无意义的评价。

关键词

早期逆境, 艰辛, 不可预测, 存在孤独, 意义危机

The Relationship between Early Adversity and Crisis of Meaning: The Mediating Role of Existential Isolation

Fengying Huang, Yuxin Li, Yanan Liu

School of Education, Zhengzhou University, Zhengzhou Henan

Received: Oct. 31st, 2023; accepted: Dec. 6th, 2023; published: Dec. 14th, 2023

Abstract

The quality of the early life environment affects the mental health status of individuals, and crisis of meaning is one of the important and meaningful indicators. It was found that early adversity significantly predicted both crisis of meaning and existential isolation, and the mediating effect of

existential isolation was significant. In other words, early adversity can not only directly predict the crisis of meaning, but also indirectly influence the crisis of meaning through existential isolation. Specifically, the unpredictable dimension has a very prominent ability to predict the crisis of meaning, which is probably because the unpredictability of the environment breaks the coherence and continuity of the individual's cognition, thus leading to the evaluation that the individual's life is empty and meaningless.

Keywords

Early Adversity, Harshness, Unpredictability, Existential Isolation, Crisis of Meaning

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

生命过程中的压力会对身体健康和心理健康产生影响，而早期生活逆境是成年期身心健康的主要风险因素之一(Saxton & Chyu, 2020)。在 Ellis 等人(2009)所提出的进化生命史发展模型中(Evolutionary Life History Model of Development)，早期逆境包含关于环境压力的两个基本维度：艰辛和不可预测。

艰辛(harshness)指的是指个体所处环境中不同年龄的发病率和死亡率(Ellis et al., 2009)。经历艰辛的早期逆境的个体往往要面对更高的发病率与死亡率，这可能是由于外部因素(如疾病、饥荒、战争、自然灾害等)的影响导致的(管健, 周一骑, 2016)。知觉到环境是艰辛的个体，可能更倾向于采取满足短期利益和即时满足的目标，其主要生活目的是应对当下环境的挑战。不可预测性(unpredictability)指的是随时间推移环境条件的恶劣程度所发生的随机变化(波动) (Ellis et al., 2009)。不可预测性可以通过直接影响父母和/或子女的家庭生态的重要变化来体现，如父母工作状态的频繁变化、居住环境的变化和父母关系的转变(例如离婚和再婚) (Mittal et al., 2015)。已有研究发现，早期逆境影响着个体认知和行为特征等方面的发展(李月, 陆杰华, 2020)，个体在之后的发展进程中面临可能更多的危机和挑战(Ellis et al., 2012)。由于在不稳定的环境中生活，个体面临更多的环境适应相关的威胁，这可能有进一步增加个体对环境艰辛的感知，从而获得未来不可预知的感受，进而影响其心理健康水平。

生命意义感是影响个体心理健康的关键因素(Van Tongeren & Green, 2010)。生命意义感被定义为一种基本的意义感，基于对一个人的生活是不是连贯、重要、有方向和有归属感的评价(Schnell, 2010)。元分析发现，生命意义感与心理健康负性指标(如孤独感、焦虑和抑郁等)存在显著负相关(张潮等, 2021)。并且，对生命意义的评价能有效预测主观幸福感(靳宇倡等, 2016)。另有研究发现，早期环境中的不可预测性与生命意义感存在显著负相关(赛雪莹等, 2020)。这表明，早期逆境也对个体的个人意义评价存在负向影响。

而意义危机则是个人意义评价可能的结果之一。根据意义层次模型，生命意义包含三种形态：生命意义感(meaningfulness)、意义危机(crisis of meaning)和存在冷漠(existential indifference) (Schnell & Becker, 2006)。意义危机指的个体认为生活缺乏意义，甚至根本没有意义的心理状态。如果一个人判断自己的生活空虚、没有目标和缺乏意义，那么他就处在意义危机之中(Schnell, 2010)。Schnell 指出，意义危机通常是有意识地经历的。当连续性和连贯性被违反时就会触发意义危机，违反的情境可发生于个体的内外部，比如关键生活事件和与个人相关的失败、其他生物对个体的威胁、自我威胁或心理行动混乱等。由于意义危机产生时是高度凸显的，这就使得个体很明显地察觉危机产生时心理的不一致状态，是比低生命意

义体验状态更使个体感到冲突的形式,因此也是个体心理健康的重要指标之一。但目前尚未有研究调查早期逆境对意义危机的影响。本研究假设早期逆境对意义危机存在正向预测作用。

存在孤独指的是一种没有人能从我们体验它的角度来理解我们自己的思想、情感和体验的感觉(Park & Pined, 2020)。欧文·亚隆(2015)指出,存在孤独指的是个体和任何其他生命之间存在着无法跨越的鸿沟。感到存在孤独的人在经验上感到孤独,好像没有人能真正理解他们的经历。个体实际体验到的与他人的分离的程度取决于大量的情境、心理和文化因素(Helm et al., 2019)。早期逆境中的环境线索和人际关系不能很好的满足个体对关联的需求,可能预测着不良心理健康结果。个体在早期环境中遭遇比同龄人更多的挫折,如面临情感缺乏、人际冷漠、缺乏人际信任和理解,那么这可能使他们持续的体验到与世界和他人的隔离。因此,我们预测,早期逆境对存在孤独有正向效应。

存在孤独威胁人们感受与他人联结的需要这一重要的自我动机(Pinel et al., 2006),可能削弱个体对生命意义的评价。研究发现,早期逆境与孤独感显著正相关(Wong et al., 2019)。然而,体验到孤独的人往往期望更亲密的人际关系,以回应自己的期待,而存在孤独与渴望存在性的人际联结是负相关的(Pinel et al., 2017)。尽管状态性存在孤独可能驱动个人采取措施以减少存在孤独体验(Helm et al., 2019),但是早期逆境使得社会支持的资源不足,个体寻求减少存在孤独的动机可能会逐渐的消退。长此以往,这可能会转变成一种长期且普遍的感觉,导致个体倾向于认为自己与世界格格不入,并把这种认知融入到自我认知过程中去,进而导致社交回避、无助和绝望的反应(Helm et al., 2019)。这些都可能威胁了个体与他人关联的需要,而关联需要正是生命意义重要的来源之一。研究表明,意义来源可以显著预测生命意义和意义危机(Schnell, 2009)。Schnell 将生命意义来源和生命意义量表(SoMe)包含的 26 个意义来源总结为四个维度:自我超越、自我实现、秩序、幸福和关联。幸福和关联这一意义来源指的是培养和享受生活中独处和陪伴的乐趣(Schnell, 2009)。如若存在孤独对关联感这一自我动机产生威胁,而自我威胁会违反个体的连续性和连贯性,进而可能引发意义危机。因此,研究假设存在孤独对意义危机产生正向效应。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

参与者为通过问卷星填写调查问卷的 292 名高校在校学生,根据问卷内筛查认真程度的题目及做题时间进行数据筛选,得到有效样本为 233 人。样本的平均年龄为 21.52 岁,标准差为 1.827 岁,年龄跨度从 18 岁到 55 岁。其中,男性 76 人,占 32.6%,平均年龄为 21.68 岁,标准差为 1.968 岁;女性为 157,占 67.4%,平均年龄为 21.43 岁,标准差为 1.755 岁。

2.2. 研究工具

2.2.1. 童年环境量表(The Environmental Conditions Scale, ECS)中文版

Ellis 等人编制了童年环境量表(Ellis et al., 2009),并在 2016 年陈斌斌修订了该量表的中文版。本研究即采用其修订的童年环境量表的中文版,量表包括 14 个条目,其中艰辛维度包含了 7 条目,例如,“在童年时期曾经有多少次,你因为挨打受伤就医”、“有人用刀指着你”等;不可预测也包含了 7 条目,比如“在你 6 年级之前,你的父母或抚养者是否把你单独留在家”等。量表要求参与者回忆以往经历,选择条目描述事件与其经历的符合程度,采用李克特 7 级评分,1 代表“完全不符合”,7 代表“完全符合”。所有条目相加得到总分,分数越高,个体所经历的童年环境越艰辛和不可预测。本研究中,该量表的 Cronbach's α 为 0.778。

2.2.2. 意义危机分量表(SoMe-C)

意义危机分量表来自于 Schnell 编制的意义来源和生命意义问卷(SoMe),采用李占宏博士翻译并使用

的版本, 包含 5 个条目, 如“在我的生活里, 我看不到任何意义”、“当我思考自己生命的意义时, 我发现的只有空虚”等。量表要求参与者对题目描述内容的同意程度, 采用李克特 7 级评分, 1 代表“强烈不同意”, 7 代表“强烈同意”。所有条目相加得到总分, 分数越高, 个体的意义危机水平就越高。本研究中, 该量表的 Cronbach's α 为 0.937。

2.2.3. 存在孤独量表(Existential Isolation Scale, EIS)

存在孤独量表是由 Pinel 编制的, 用于衡量个体的存在孤独水平。该量表首先由三位心理学本科生和硕士生共同翻译成中文, 再由心理学教授进行审校和修改, 再由一位外语专业的本科生翻译成英文, 确认无明显的理解偏差后最终确定了存在孤独量表(EIS)的中文版题目。量表共包含 6 个条目, 其中 4 道反向计分题, 2 道正向计分题, 每一条目按 1~7 进行评分(1 = 完全不符合, 7 = 完全符合)。所有条目相加得到总分, 分数越高, 个体的存在孤独水平就越高。本研究中, 该量表的 Cronbach's α 为 0.742, 该量表与其他效标的相关均显著(与孤独感: $r = 0.369, P < 0.01$; 与生命意义体验: $r = -0.286, P < 0.01$; 与抑郁: $r = 0.416, P < 0.01$; 与自杀意念: $r = 0.322, P < 0.01$), 验证了其效度。

2.3. 数据处理与统计

通过问卷星网页导出收集到的样本的数据, 数据文件的格式为 SPSS 的专用格式。下一步, 剔除无效数据, 并利用 SPSS22.0 和 Process 插件对数据进行整理。

3. 结果与分析

3.1. 共同方法偏差检验

问卷法往往容易出现共同方法偏差问题, 因此, 采用 SPSS22.0 对数据进行 Harman 单因子检验。结果显示主成分分析法共提取了 8 个因子, 特征根值均大于 1, 第一个因子的解释率为 20.29%, 小于 40% 的临界值。由此, 可以认为本研究不存在明显的共同方法偏差。

3.2. 早期逆境、意义危机和存在孤独的描述统计及相关分析

采用皮尔逊相关分析, 对早期逆境、意义危机和存在孤独用 SPSS22.0 进行描述性统计和皮尔逊积差相关分析(表 1)。除了早期逆境中的艰辛子维度和意义危机的相关没有达到显著水平之外, 其他变量之间的相关均显著。存在孤独与早期逆境呈显著正相关($r = 0.183, P < 0.01$), 与艰辛($r = 0.184, P < 0.01$)和不可预测($r = 0.129, P < 0.05$)这两个早期逆境子维度都与显著正相关; 意义危机与早期逆境($r = 0.202, P < 0.01$)、存在孤独($r = 0.288, P < 0.01$)呈显著正相关。

Table 1. Correlation between early adversity, existential isolation and crisis of meaning

表 1. 早期逆境、存在孤独和意义危机的描述性分析

	1	2	3	4	5
1 艰辛	1				
2 不可预测	0.470**	1			
3 早期逆境	0.862**	0.852**	1		
4 存在孤独	0.184**	0.129*	0.183**	1	
5 意义危机	0.111	0.238**	0.202**	0.288**	1

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$ 。

3.3. 存在孤独在早期逆境和意义危机之间的中介效应

经过相关分析,发现几个变量符合进一步的中介效应检验所需的条件。在梳理文献的基础上,本研究推测早期逆境(自变量)除了对意义危机(因变量)存在直接的影响之外,还可能通过存在孤独(中介变量)来影响意义危机。首先,使用 Hayes 开发的 PROCESS 插件中的模型 4 进行中介效应分析,对存在孤独在早期逆境和意义危机之间的中介效应进行检验。结果(见表 2)发现,早期逆境对意义危机的直接预测作用显著($B = 0.11, t = 3.14, P < 0.01$);放入中介变量后,早期逆境对意义危机的预测作用依然显著($B = 0.088, t = 2.43, P < 0.05$)。早期逆境对存在孤独的正向预测作用显著($B = 0.796, t = 2.83, P < 0.01$),存在孤独对意义危机的正向预测作用显著($B = 0.34, t = 4.10, P < 0.01$)。

Table 2. Mediating test with early adversity as independent variable

表 2. 以早期逆境为自变量中介检验

回归方程(N = 233)		拟合指标			系数显著性	
结果变量	预测变量	R	R ²	F (df)	B	t
存在孤独		0.18	0.03	8.02 (1)**		
	早期逆境				0.80	2.83**
意义危机		0.33	0.11	13.63 (2)**		
	存在孤独				0.34	4.10**
	早期逆境				0.09	2.43*
意义危机		0.20	0.04	9.84 (1)**		
	早期逆境				0.11	3.14**

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$ 。

此外,早期逆境对意义危机的直接效应及存在孤独的中介效应的 bootstrap95%置信区间的上限和下限均不包含 0 (见表 3),表明早期逆境不仅能直接预测意义危机,而且能通过存在孤独的中介作用预测意义危机。该模型中的直接效应(0.088)和中介效应(0.027)分别占总效应(0.115)的 76.4%和 23.6%。

Table 3. Total effect, direct effect and mediating effect (with early adversity as independent variable)

表 3. 总效应、直接效应及中介效应分解表(以早期逆境为自变量)

	效应值	Boot 标准误	Boot CI 下限	Boot CI 上限	相对效应值
总效应	0.115	0.039	0.048	0.181	
直接效应	0.088	0.040	0.021	0.154	76.4%
存在孤独的中介效应	0.027	0.012	0.008	0.054	23.6%

注: Boot 标准误、Boot CI 下限和 Boot CI 上限分别指通过偏差矫正的百分位 Bootstrap 法估计的间接效应的标准误差、95%置信区间的下限和上限。

4. 讨论

4.1. 早期逆境对意义危机的影响

早期逆境和较高水平的意义危机和存在孤独相关,这验证了早期逆境对个体心理健康具有消极影响的假设。艰辛和不可预测程度的差异会影响健康相关的结果(Simpson et al., 2012)。早期环境的子维度—

—不可预测性可以直接预测个体的心理健康，意义危机即是一个重要的指标。根据 Schnell 的观点，环境中的事件或线索违反个体的连续性和连贯性时，个体就会感知到意义危机(Schnell, 2010)。结合本研究的结果可知，伴随着早期环境不可预测性会影响个体对生活意义的评价，进而可能引发了心理威胁和混乱，所以经历早期逆境的个体更容易将生活评价为空虚的、缺乏意义的。

值得注意的是，艰辛并不能直接预测意义危机。学者 Simpson 仔细区分了处于艰辛和不可预测环境下的个体差异(Simpson et al., 2012)，他认为，艰辛的环境虽然困难，但是个体对环境的知觉是连贯的。个体在认知层面不用面对和不可预测那样多的认知调整和整合，这可能对个体的意义评价威胁较小。换句话说，艰辛和不可预测性可能是两种早期逆境，艰辛的环境虽然是苛刻的，但不意味着放弃。而不可预测的早期环境限制了个体投身于有益于长期发展的活动中，如安全的依恋关系、稳定、高质量的人际交往等，可能其给个体带来的冲突更加突出。直接的证据可能需要采取访谈法对经历早期逆境个体进行深入访谈来寻找更合理的解释。

4.2. 存在孤独的中介作用

本研究发现，早期逆境除了直接影响个体对生活意义感的评价之外，还通过增强个体的存在孤独来对意义危机产生间接影响。这可以从两个方面去理解。第一，早期逆境发生在依恋关系形成的时期，在这个时期内儿童如果遭遇了诸如家庭经济条件差、躯体或情感虐待、父母关系质量差、忽视等逆境，这会使得养育者与儿童关系中断或者不稳定，这可能会对一个人在以后的生活中对社会关系的看法产生负面影响(Wong et al., 2019)。正如 Bowlby 所说，个体表现出的依恋行为模式，部分取决于他们当前的人口统计和社会环境，部分取决于他们在生命早期与依恋对象的经历。高水平的早期逆境也可能加剧不适应行为模式，使个体有高度的早期不良社会关系体验，他们更有可能体验存在孤独，进而不容易从关系共享经历的活动中获得个人意义。第二，在城市化进程或参与者进入城市接受高等教育的过程中，如若产生家庭经济地位的社会比较，很可能会使个体知觉到与环境及其他个体的差异，威胁其身份一致性，最终导致不良的承诺心理健康(Wong et al., 2019)。诸多研究表明，早期逆境往往与低家庭经济地位密切相关，家庭社会经济地位低是负面影响最大的逆境事件，童年时期社会经济地位低可能通过累积劣势机制对个体整个生命历程产生影响(李月，陆杰华，2020)。经历早期逆境个体在参照未经历早期逆境个体时，可能会感知到增加的存在孤独，从而影响了他们对于生活意义的评价。状态特质存在孤独模型认为，参照群体可能影响存在孤独水平，当个体把自己和他者(个人或群体)进行比较时，如果发现自己拥有非常不同的经历，这可能会增加存在孤独(Helm et al., 2019)。

5. 结论与研究展望

本研究结果发现，早期逆境整体不仅会对意义危机具有直接影响，还能通过存在孤独间接导致意义危机。意义危机也许不是最积极的结果，但它是一个有意义的指示，根据意义寻求的缺失恢复观，当个体觉察到自己的生活缺乏意义或空虚时，往往能激发个体寻求意义的努力。早期逆境对意义危机的预测也许正是有意义的信号，因为意义危机显示了个体适应环境或心理威胁时的一种努力的倾向。但这一点在本研究中未有探讨，在未来研究中值得关注早期逆境如何影响个体对意义的寻求。

早期逆境与意义危机之间的问题，或许就是早期逆境如何破坏意义来源或是激发个体更强生命力以适应发展威胁的问题，其中还有非常多的机制有待思考和探讨。例如，前人研究发现，童年不同时间段(前、后期)发生的逆境事件对个体性行为和冲动行为的影响是不同的，存在关键期，儿童前期(0~5岁)的预测作用最强(Simpson et al., 2012)；不同类型的逆境事件对于个体心理健康的影响也是不同的。那么，早期逆境对于意义危机的影响，是否存在有一个关键期使得其对意义危机的预测作用最强，什么类型的逆境

事件对于生命意义的威胁最大？这些都是值得探讨的有意思的话题。

参考文献

- 管健, 周一骑(2016). 生命史的快策略与慢策略: 理解心理与行为差异的新路径. *西北师大学报(社会科学版)*, 53(6), 115-121.
- 靳宇倡, 何明成, 李俊一(2016). 生命意义与主观幸福感的关系: 基于中国样本的元分析. *心理科学进展*, 24(12), 1854-1863.
- 李月, 陆杰华(2020). 童年逆境对老年人抑郁的影响研究. *人口学刊*, 42(4), 56-69.
- 欧文·亚隆(2015). *存在主义心理治疗*. 商务印书馆.
- 赛雪莹, 古静静, 朱雪丽, 等(2020). 早期逆境与黑暗人格三联征: 有调节的中介效应. *中国临床心理学杂志*, 28(2), 369-373, 427.
- 张潮, 靳星星, 陈泓逸, 等(2021). 生命意义感与心理健康关系的元分析. *中国健康心理学杂志*, 29(6), 821-825.
- Ellis, B. J., Del Giudice, M., Dishion, T. J. et al. (2012). The Evolutionary Basis of Risky Adolescent Behavior: Implications for Science, Policy, and Practice. *Developmental Psychology*, 48, 598-623. <https://doi.org/10.1037/a0026220>
- Ellis, B. J., Figueredo, A. J., Brumbach, B. H., & Schlomer, G. L. (2009). Fundamental Dimensions of Environmental Risk. *Human Nature*, 20, 204-268. <https://doi.org/10.1007/s12110-009-9063-7>
- Helm, P. J., Greenberg, J., Park, Y. C., & Pinel, E. C. (2019). Feeling Alone in Your Subjectivity: Introducing the State Trait Existential Isolation Model (STEIM). *Journal of Theoretical Social Psychology*, 3, 146-157. <https://doi.org/10.1002/jts5.41>
- Mittal, C., Griskevicius, V., Simpson, J. A., Sung, S., & Young, E. S. (2015). Cognitive Adaptations to Stressful Environments: When Childhood Adversity Enhances Adult Executive Function. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109, 604-621. <https://doi.org/10.1037/pspi0000028>
- Park, Y. C., & Pinel, E. C. (2020). Existential Isolation and Cultural Orientation. *Personality and Individual Differences*, 159, Article ID: 109891. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109891>
- Pinel, E. C., Long, A. E., Landau, M. J., Alexander, K., & Pyszczynski, T. (2006). Seeing I to I: A Pathway to Interpersonal Connectedness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 243-257. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.90.2.243>
- Pinel, E. C., Long, A. E., Murdoch, E. Q., & Helm, P. (2017). A Prisoner of One's Own Mind: Identifying and Understanding Existential Isolation. *Personality and Individual Differences*, 105, 54-63. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.09.024>
- Saxton, K., & Chyu, L. (2020). Early Life Adversity Increases the Salience of Later Life Stress: An Investigation of Interactive Effects in the PSID. *Journal of Developmental Origins of Health and Disease*, 11, 25-36. <https://doi.org/10.1017/S2040174419000308>
- Schnell, T., & Becker, P. (2006). Personality and Meaning in Life. *Personality and Individual Differences*, 41, 117-129. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.11.030>
- Schnell, T. (2010). Existential Indifference: Another Quality of Meaning in Life. *Journal of Humanistic Psychology*, 50, 351-373. <https://doi.org/10.1177/0022167809360259>
- Schnell, T. (2009). The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and Well-Being. *Journal of Positive Psychology*, 4, 483-499. <https://doi.org/10.1080/17439760903271074>
- Simpson, J. A., Griskevicius, V., Kuo, S. I. C., Sung, S., & Collins, W. A. (2012). Evolution, Stress, and Sensitive Periods: The Influence of Unpredictability in Early Versus Late Childhood on Sex and Risky Behavior. *Developmental Psychology*, 48, 674-686. <https://doi.org/10.1037/a0027293>
- Van Tongeren, D. R., & Green, J. D. (2010). Combating Meaninglessness: On the Automatic Defense of Meaning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36, 1372-1384. <https://doi.org/10.1177/0146167210383043>
- Wong, A. E., Dirghangi, S. R., & Hart, S. R. (2019). Self-Concept Clarity Mediates the Effects of Adverse Childhood Experiences on Adult Suicide Behavior, Depression, Loneliness, Perceived Stress, and Life Distress. *Self and Identity*, 18, 247-266. <https://doi.org/10.1080/15298868.2018.1439096>