

The Relationships between College Students' Self-Objectification and Meaning in Life: The Role of Sense of Belonging

Ruoxue Fan, Qianyun Jiang, Huanyu Cai, Yanan Liu

Department of Education, Zhengzhou University, Zhengzhou Henan
Email: lynpsy@zzu.edu.cn

Received: Sep. 1st, 2017; accepted: Sep. 16th, 2017; published: Sep. 27th, 2017

Abstract

Objective: To investigate the mediating effect of sense of belonging on relationships between self-objectification and meaning in life among college students. **Methods:** Totally 257 college students were selected randomly. And they are respectively surveyed with Objectified Body Consciousness Scale (OBCS), the Sense of Belonging Scale and the Meaning in Life Questionnaire (MLQ). **Results:** Regression analysis indicated the positively predictability of self-objectification to meaning in life and sense of belonging. Self-objectification still had significant positively predictability to meaning in life (β value decreased from 0.244 to 0.211, $p < 0.01$) on the basis that sense of belonging was controlled. **Conclusion:** The result of the research indicates that sense of belonging has a partial mediating effect between self-objectification and meaning in life.

Keywords

Meaning in Life, Self-Objectification, Sense of Belonging

大学生自我客体化与生命意义感的关系：归属感的作用

樊若雪, 姜倩云, 蔡环宇, 刘亚楠

郑州大学教育系, 河南 郑州
Email: lynpsy@zzu.edu.cn

收稿日期: 2017年9月1日; 录用日期: 2017年9月16日; 发布日期: 2017年9月27日

摘要

目的：研究大学生归属感在自我客体化和生命意义感之间的中介作用。方法：随机选取257名大学生，分别使用大学生身体意识量表、归属感量表、生命意义感量表对其自我客体化、归属感以及生命意义感水平进行测量。结果：自我客体化对生命意义、归属感均有正向预测作用；归属感中介自我客体化对生命意义的影响；在控制归属感对生命意义感影响的基础上，自我客体化仍然正向预测生命意义感(β 值从0.244下降至0.211, $p < 0.01$)，表明该正向预测作用具有统计学意义。结论：归属感可能在自我客体化和生命意义感之间起部分中介作用。

关键词

生命意义感, 自我客体化, 归属感

Copyright © 2017 by authors 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

随着社会的发展, 积极心理学的兴起使学界对幸福感相关变量的研究日趋活跃, 而生命意义感就是一个核心概念。人本主义心理学家马斯洛、弗兰克尔等都对生命意义感做过相关研究, 阐述了生命意义在维持个体积极心理功能中的重要角色。奥地利心理学家 Frankl (1963)最早提出了生命意义感, 他认为人最基本的原始动机是追寻生命意义与目标, 当缺乏生命意义感时, 人会空虚、无聊、厌烦。目前生命意义感的概念还没有明确的界定, 国内外学者根据自己的理解对生命意义感做出了不同的阐释, 但一般认为生命意义感是指个体对生命意义与目的的知觉与感受程度(Crumbaugh, 1973)。

影响生命意义感的因素很多, 自尊是其中很重要的一种。大量研究发现, 自尊与生命意义感呈显著正相关(Overholser, Adams, Lehnert, & Brinkman, 1995; 李彩妮, 2012; 谭亚菲, 2013)。也有研究发现, 随着身体意象水平升高, 其自尊水平也随之增高(李娜, 2007)。此外, 自我客体化作为一种身体自我的认知方式, 与身体意象当有相通之处, 二者可能有着类似的心理机制, 例如内化和社会比较(孙青青, 2016)。自我客体化是指生活在性客体化的环境中, 会使女性内化一个第三人称的视角来看待身体自我, 开始重视身体的外貌特征, 而不再是身体的能力属性, 将自己的身体当作基于外表评价的客体(Stice, Rohde, Durant, Shaw, & Wade, 2013), 并表现出习惯性的、持久的监视自己的身体(Hunsley & Meyer, 2003)。在当今社会中, 人们越来越重视自己的身体外形, 他们对自己的看法和感受会使其进一步去塑造体形, 重视衣着, 改变外貌。这些做法会使个体的形象更加符合理想美, 使其在社会的审美价值观中找到自己的定位, 从而感受到更高水平的自尊和幸福感, 进而增强个体的生命意义感。综上所述, 我们假设自我客体化与生命意义感呈显著正相关。

归属感是指个体将自己归属于某一团体, 并对其产生亲切、自豪的情绪体验(时蓉华, 1988)。Maslow (1954)和 Thoits (1982)都把归属感描述为人类的一种基本需要。归属感是预测个体生命意义感的重要变量之一, Tajfel 和 Turner (1979)认为, 当内群体成员意识到自己在社会网络中的价值以及“我们”与“他们”的区别时, 其自我评价和价值观会受到影响, 并感受到更强的自我效能、更高的自尊以及心理健康水平,

即达到更高生命意义感。

查阅国内外文献,尚未发现自我客体化、生命意义感以及归属感三者关系的相关研究,本文是一次尝试。综上所述,本文提出三点假设:假设一,自我客体化与生命意义感呈显著正相关;假设二,自我客体化与归属感对个体的生命意义感有一定的预测作用;假设三,自我客体化通过归属感对生命意义感有一定的影响。

2. 方法

2.1. 对象

选取河南省某高校大学生 283 人,其中有效问卷 257 份,有效率为 90.8%。男生 85 名,女生 151 名,未注明性别者 21 人。

2.2. 研究工具

2.2.1. 大学生身体意识量表

选用 Lindberg, Mckinley 和 Hyde (2006)编制身体意识客体化量表(Objectified Body Consciousness Scale, OBCS),陈欣等(2007)将其修订为中文版。修订后的量表包含 20 个项目,由 3 个分量表构成,分别是身体监视分量表(the Body Surveillance subscale)、身体羞耻感分量表(the Body Shame subscale)、控制信念分量表(the Control Beliefs subscale),各分量表的内部一致性系数都在 0.86 以上。每个条目采用 5 点评分,从 1 分到 5 分,数字越大表示被试越认同该条目的描述。

2.2.2. 归属感量表

选用 Lambert (2013)编制的归属感量表,共有 5 个条目,如“我可以去一些让我有归属感的地方”。每个条目采用 7 点评分,从 1 分到 7 分,数字越大表示被试越认同该条目的描述。量表的 Cronbach α 系数为 0.71。

2.2.3. 生命意义感量表

使用 Steger et al. (2006)编制的生命意义感量表(the Meaning in Life Questionnaire, MLQ),刘思斯等(2010)将其修订为中文版。中文版量表由 9 个条目组成,由两个分量表构成,分别是生命意义感量表与寻求意义感量表。采用 7 点评分,从 1 分到 7 分,数字越大表示被试越认同该条目的描述。总量表的 Cronbach α 系数为 0.82。

2.3. 统计学方法

所有数据运用 SPSS 21.0 软件对描述性统计、独立 T 检验、相关分析、多元回归分析,运用逐步回归分析进行中介效应分析,并使用 Bias-Corrected Bootstrap 程序对构建的中介效应模型进行显著性检验。

3. 结果

3.1. 大学生自我客体化现状分析

由表 1 可知,男女生的身体意识处于较高水平,对男生和女生的身体意识进行独立样本 t 检验,结果表明,男女生在身体监视、身体羞耻、控制信念和身体意识总分上均无差异($p > 0.05$),启示现在男女大学生的自我客体化水平相当。

3.2. 大学生自我客体化、归属感与生命意义感的相关分析

为探索大学生自我客体化、归属感与生命意义感的关系,以 Pearson 积差相关对各量表进行分析,

Table 1. Descriptive statistical analysis of college students' body consciousness**表 1.** 大学生身体意识的描述统计分析

变量	总体(n = 246)	男生(n = 85)	女生(n = 161)
身体监视	2.94 ± 0.74	3.02 ± 0.44	2.91 ± 0.49
身体羞耻	2.84 ± 0.61	2.81 ± 0.56	2.87 ± 0.63
控制信念	2.86 ± 0.65	2.88 ± 0.64	2.84 ± 0.65
身体意识总分	2.88 ± 0.47	2.90 ± 0.41	2.87 ± 0.50

注: * $p < 0.05$.

结果如表 2 所示, 身体意识与归属感、生命意义感均呈显著正相关, 归属感与生命意义感呈显著正相关。

3.3. 归属感在自我客体化和生命意义感间的中介效应分析

为了检验本研究的主要假设, 即归属感在自我客体化和生命意义感间起中介作用, 构建身体意识、归属感与生命意义感三者的中介模型, 如图 1、图 2。

本研究采用温忠麟、侯杰泰等建议的回归分析来进行中介作用检验(温忠麟, 侯杰泰, 张雷, 2005)。由表 2 可知, 三者两两相关, 故可进一步检验归属感在自我客体化与生命意义感间的中介作用, 即在将变量中心化后, 将生命意义感作为因变量, 身体意识作为自变量, 归属感作为中介变量, 用强迫进入法研究自我客体化、归属感以及生命意义感三者之间的关系。

第一步, 进行自变量身体意识对因变量生命意义感的回归分析, 得到路径系数 c ; 第二步, 进行自变量身体意识对中介变量归属感的回归分析, 得到路径系数 a ; 第三步, 进行归属感、身体意识对生命意义感的回归分析, 分别得到路径系数 b , c' 。结果见表 3, 由第一步可知身体意识对生命意义感有正向预测作用; 由第二步可知身体意识对归属感有正向预测作用; 第三步将中介变量归属感纳入方程, 控制了归属感对生命意义感的影响, 身体意识仍然正向预测生命意义感, 而身体意识对生命意义感的回归系数从 0.244 下降至 0.211, 表明归属感起到部分中介的作用。

使用 Bias-Corrected Bootstrap 程序对此中介效应模型进行显著性检验(陈瑞, 2013)。结果显示, 身体意识至生命意义感的直接效应 95% 置信区间为 0.0201 至 0.1743, 而两者间的间接效应 95% 置信区间为 0.0154 至 0.0955, 置信区间不包含 0, 说明该中介效应具有统计学意义。身体意识对生命意义感的直接效应为 0.0972, 间接效应为 0.0501, 故中介效应占总效应的 34.01%, 说明归属感在自我客体化与生命意义感的因果关系中起到部分中介作用。

4. 讨论

4.1. 大学生自我客体化现状

本研究通过对大学生身体意识进行描述统计分析发现: 男女生的身体意识处于较高水平; 男女生在身体监视、身体羞耻、控制信念和身体意识总分上均无差异。以前有研究认为, 由于女性在当今社会文化背景下更容易被性客体化, 她们对于自己的客体化程度也理应更高(张申菓, 2016), 而本研究的结果与以往的社会观念差异较大, 带给了我们新的启示: 首先, 在现代社会, 由于理想美的内化的影响, 现代社会中“理想身体”的标准在人们头脑中趋于固定化, 女性身体形象多是面容姣好的、苗条的, 男性形象往往是英俊、帅气、高大的; 其次, 大学生在日常生活中更多地接触一些大众媒体, 包括网络、电视、电影在内的一些传播媒介在呈现女性和男性形象时总是以性器官、暴露的衣着为卖点吸引大众的目光。大学生作为大众传播的易感人群, 极易产生不切实际的外表标准与期望, 从而产生对自己外表的不满意。

Table 2. Correlation Analysis of body consciousness, sense of belonging and meaning in life
表 2. 身体意识、归属感与生命意义感的相关分析

项目	身体意识	归属感	生命意义感
身体意识	1		
归属感	0.394**	1	
生命意义感	0.244**	0.274**	1

注: * $p < 0.01$.

Table 3. Mediating effects of sense of belonging on self-objectification and meaning in life
表 3. 归属感在自我客体化和生命意义感间的中介效应

步骤	因变量	自变量	标准化偏回归系数(β)	R ²	t 值
第一步(c)	生命意义感	身体意识	0.244	0.056	4.019***
第二步(a)	归属感	身体意识	0.394	0.152	6.843***
第三步(b)	生命意义感	归属感	0.161	0.090	2.483*
(c')		身体意识	0.211		3.249***

注: * $p < 0.05$, *** $p < 0.001$.

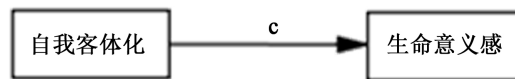


Figure 1. Prediction effects of self-objectification on the meaning of life

图 1. 自我客体化对生命意义感的预测作用

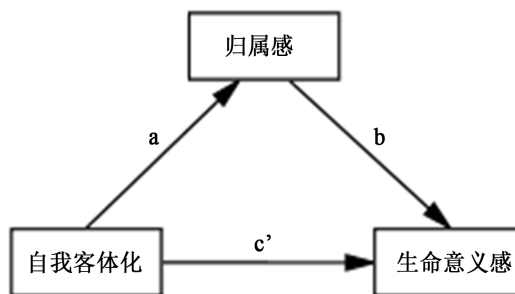


Figure 2. Mediating effect model of sense of belonging on self objectification and meaning in life

图 2. 归属感在自我客体化和生命意义感间的中介作用

故而性客体化的经历并不仅仅发生在女性身上, 在男性身上也有很大程度的体现, 所以男性的自我客体化水平也随着时代的发展而逐渐提高, 表示当代男女大学生的自我客体化水平相当。

4.2. 自我客体化、归属感与生命意义的关系

本研究首先分析了大学生自我客体化与归属感和生命意义感的相关关系。自我客体化与归属感呈显著正相关; 归属感与生命意义感呈显著正相关; 自我客体化与生命意义感呈显著正相关。这与我们的理论假设一致: 自我客体化水平越高, 人们越来越重视自己的身体外形, 他们对自己的看法和感受会使其进一步去塑造体形, 重视衣着, 改变外貌。这些做法会使个体的形象更加符合理想美, 使其在社会的审

美价值观中找到自己的定位,从而归属感水平越高;归属感水平越高,越会感受到更高水平的自尊和幸福,进而增强个体的生命意义感;而高自我客体化水平也会提高个体的生命意义感。

本研究通过 Bootstrap 程序对中介效应的显著性进行检验发现:归属感在自我客体化和生命意义感之间的中介效应显著,且归属感起部分中介作用。自我客体化对生命意义感有显著的正向预测作用,并能够通过归属感间接影响生命意义感。这可能是由于自我客体化水平较高的个体在性客体化的环境里受到理想美内化的影响体验到较强的改变自身形体、外貌的驱动力,促使他们做出积极的改变行为,使其更符合大众审美,因此更容易在主流社会中找到自己的定位。另外,按照 Fredrickson 和 Roberts (1997)的客体化理论,高自我客体化水平往往会带来消极的情绪以及对身体的负面认知。但是该理论提出的背景是 20 世纪的西方社会,而在当下的中国社会,自我客体化的性别差异越来越不显著,而且自我客体化的后果从普遍认为的消极、负面的逐渐开始发生转变。这可能是由于人们的自我认知水平大大提高,中国社会主流媒体也开始宣传“健康最美”等理念,所以自我客体化的结果带有较少的消极色彩,而多以积极的行为来改变自己;同时个体也更趋于让自己符合大众的主流审美,所以会以“理想形体”、“理想外貌”为标准来塑造自己,这样会让他们更受欢迎,得到更多的赞美,获得更高的归属感。由于较高水平的归属感,他们更容易获得更强的自我效能和目的感,因此他们的生命意义感水平更高。但是,对于低自我客体化的个体而言,他们并不在意自己的外形是否与主流标准一致,所以很难被大众的审美接纳,感受到较低的归属感。总的来说,自我客体化水平高的人归属感水平总体较高。所以他们更不易产生无意义感、孤立感、疏离感等消极的情感,而是能够把握主动权以寻求在主流文化中的定位,并体验到生命的整合感、价值感以及充满意义的状态。

4.3. 研究现实意义与不足

本研究的结果,即自我客体化能够通过归属感来影响生命意义感,该结果对于大学生生命意义感的增强和心理健康水平的提高具有一定的理论指导价值。低自我客体化水平的大学生,他们较低的生命意义感可以通过增强归属感水平来进行改善。他们可以通过适当的追求理想美,做出积极的改变,在给自己一种对生活的美好体验的同时加强与他人、自己、社会文化、环境等的联结程度,体验到更多的融入感,被接受感,主动地去增强自己的归属感水平。由此,自我客体化水平较低的个体可以通过一定的方式感受到自己生命的价值和意义,体验到目的感以及效能感。

本研究也存在着一定的局限性。首先,本研究为横断研究,但此类研究并不能提供对因果关系的很好理解,因而无法确立变量之间相互影响的方向,且样本量较少,研究结果有待于大样本的纵向研究的证实。其次,本研究的被试主要是一所高校的大学生,样本具有较高的同质性,缺乏多样性、全面性和代表性,从而影响了本研究结果的推广和准确性,因此未来研究可以选择更具代表性的样本进行探索。另外,本研究采用的是问卷调查法,虽力求避免误差,但无法避免共同方法偏差对本研究效果的影响,后续研究有必要采用其他的方法,如观察法或者质性研究方法对本研究中的出的效应进行验证。

5. 结论

自我客体化不仅可以直接预测生命意义感,还可以通过归属感间接预测生命意义感;归属感在自我客体化与生命意义感间起中介作用。

参考文献 (References)

- 陈瑞,郑毓煌,刘文静(2013). 中介效应分析:原理、程序、Bootstrap 方法及其应用. *营销科学学报*, 9(4), 120-135.
- 陈欣,蒋艳菊(2007). 大学生身体意识量表的修订. *中国心理卫生杂志*, 121(9), 610-613.

- 李彩妮(2012). 大学生死亡态度、生命意义及相关因素的研究. 硕士学位论文, 长沙: 中南大学.
- 李娜(2007). 大学生身体意象与自尊、自我价值感关系的研究. 硕士学位论文, 武汉: 华中科技大学.
- 刘思斯, 甘怡群(2010). 生命意义感量表中文版在大学生群体中的信效度. *中国心理卫生杂志*, 24(6), 478-482.
- 时蓉华(1988). *社会心理学词典*(页 187). 成都: 四川人民出版社.
- 孙青青(2016). 性客体化与自我客体化: 模型检验与机制探析. 博士学位论文, 西南大学, 重庆.
- 谭亚菲(2013). 大学生生命意义与自尊、内外控制倾向的关系. *中国临床心理学杂志*, 21(5), 823-825.
- 温忠麟, 侯杰泰, 张雷(2005). 调节效应与中介效应的比较和应用. *心理学报*, 37(2), 268-274.
- 张申菓(2016). 广告媒体对女大学生自我客体化的影响. 硕士学位论文, 南京: 南京师范大学.
- Crumbaugh, J. C. (1973). *Everything to Gain: A Guide to Self-Fulfillment through Logoanalysis*. Chicago: Nelson-Hall Company.
- Frankl, V.E. (1963). *Man's Search for Meaning*. New York: Washington Square Press.
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification Theory. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173-206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Hunsley, J., & Meyer, G. J. (2003). The Incremental Validity of Psychological Testing and Assessment: Conceptual, Methodological, and Statistical Issues. *Psychological Assessment*, 15, 446-455. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.15.4.446>
- Lambert, N.M., Stillman, T.F., Hicks, J.A., et al. (2013). To Belong Is to Matter: Sense of Belonging Enhances Meaning in Life. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39, 1418-1427. <https://doi.org/10.1177/0146167213499186>
- Lindberg, S. M., Hyde, J. S., & McKinley, N. M. (2006). A Measure of Objectified Body Consciousness for Pre-Adolescent and Adolescent Youth. *Psychology of Women Quarterly*, 30, 65-71. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2006.00263.x>
- Maslow, L. A. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper.
- Overholser, J. C., Adams, D. M., Lehnert, K. L., & Brinkman, D. C. (1995). Self-Esteem Deficits and Suicidal Tendencies among Adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 34, 919-928. <https://doi.org/10.1097/00004583-199507000-00016>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., et al. (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>
- Stice, E., Rohde, P., Durant, S., Shaw, H., & Wade, E. (2013). Effectiveness of Peer-Led Dissonance-Based Eating Disorder Prevention Groups: Results from Two Randomized Pilot Trials. *Behaviour Research and Therapy*, 51, 197-206. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2013.01.004>
- Tajfel, H., & Turner, J.C. (1979). An Integrative Theory of Intergroup Conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The Social Psychology of Intergroup Relations* (pp. 33-47). Monterey, CA: Brooks/Cole.
- Thoits, P. A. (1982). Conceptual, Methodological, and Theoretical Problems in Studying Social Support as a Buffer against Life Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 23, 145-159. <https://doi.org/10.2307/2136511>

知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2160-7273, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ap@hanspub.org