

大学生状态怀旧对生命意义感的影响

王越

济南大学教育与心理科学学院, 山东 济南

收稿日期: 2024年2月5日; 录用日期: 2024年3月12日; 发布日期: 2024年3月25日

摘要

本研究通过2项实验, 考察了大学生状态怀旧对生命意义感的影响。实验1使用经典事件回忆写作范式, 考察状态怀旧对生命意义感的影响, 结果发现, 怀旧组被试感知到的生命意义感显著高于非怀旧组。实验2将状态怀旧在内容上区分为积极怀旧和消极怀旧, 使用事件回忆写作范式, 考察不同怀旧内容对生命意义感的影响, 结果发现, 积极怀旧组和消极怀旧组被试感知到的生命意义感均显著高于非怀旧组, 但积极怀旧组被试的生命意义感显著高于消极怀旧组。本研究结果表明, 对于大学生群体, 状态怀旧的唤起有助于其生命意义感的提升, 同时, 在状态怀旧的内容上, 积极怀旧内容和消极怀旧内容都对生命意义感有促进作用, 但积极怀旧内容的影响程度更大。

关键词

大学生, 状态怀旧, 怀旧内容, 生命意义感

Effect of State Nostalgia on Meaning in Life of College Students

Yue Wang

School of Education and Psychology, University of Jinan, Jinan Shandong

Received: Feb. 5th, 2024; accepted: Mar. 12th, 2024; published: Mar. 25th, 2024

Abstract

Through two experiments, this study investigated the effect of state nostalgia on meaning in life of college students. Experiment 1 used the classic event reflection task paradigm to investigate the impact of state nostalgia on the meaning in life. The results showed that meaning in life perceived by the nostalgic group was significantly higher than that of the non-nostalgic group. In experiment 2, the content of state nostalgia was divided into positive nostalgia and negative nostalgia, and the

influence of different nostalgia contents on meaning in life was investigated by using the event reflection task paradigm. The results showed that meaning in life perceived by the participants in the both positive nostalgia group and the negative nostalgia group was significantly higher than that in the non-nostalgic group, but meaning in life of the positive nostalgia group was significantly higher than that in the negative nostalgia group. The results of this study show that for college students, the arousal of state nostalgia contributes to the enhancement of their meaning in life. Meanwhile, in terms of the content of state nostalgia, both positive and negative content promote meaning in life, but the positive content has a greater impact.

Keywords

College Students, State Nostalgia, Nostalgic Content, Meaning in Life

Copyright © 2024 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

近年来“怀旧潮”频频兴起，随着现代生活节奏的加快、社会压力的增加，越来越多的人开始通过怀旧的方式获得心理安慰。怀旧是指人们在追忆往昔时，产生的一种复杂的、由积极情绪主导、与自我相关的一种社会性情绪(Sedikides et al., 2015)。研究表明，怀旧具有积极自我导向功能，如提升积极自我评价(Vess et al., 2012)、增强对目标的趋近动机(Van Dijke et al., 2019)、维持自我连续性(Sedikides et al., 2008; 曹玲珊, 2020)、减轻自身疼痛感知(Kersten et al., 2020; Zhang et al., 2022)等，同时具有积极的社会功能，能够促进社会联结(Wildschut et al., 2010)、促进亲社会行为(方建东, 常保瑞, 2019)等。怀旧是一种强大的心理资源，通常涉及个体的亲密关系、重要他人以及有重大意义的生活事件(Sedikides & Wildschut, 2018)，这些具有存在性意义的“过去式”能够为人们的“现在时”提供归属感、安全感和认同感，帮助人们促进自我成长、加强社会联结、维持和提升心理健康水平(Sedikides et al., 2022)。怀旧也并非老年人独有，怀旧具有跨年龄和跨文化的一致性(Wildschut et al., 2006; Hepper et al., 2021; Turner & Stanley, 2021)，处于成年初显期的人群(18至25岁的青年人)同样具有较高的怀旧倾向(Wang et al., 2023)。对于大学生群体而言，大学生活面临诸多挑战，对大学生怀旧问题的研究有助于构建影响大学生心理健康的新理论模型，并提出大学生心理危机干预的新思路。

生命意义感是个体对人生目标、个体使命和价值的理解与认可程度(冯宁, 2022)。生命意义感对于个体的心理健康有着决定性的影响(Van Tongeren & Green, 2010)。具有较高生命意义感的大学生，其生活满意度、希望感、主观幸福感水平、社会幸福感水平都更高(肖蓉等, 2010; 江雅琴, 刘莎, 2023)。而当下大学生“空心病”现象频出，如何帮助大学生提升和维持生命意义感，是近年来研究的热点。基于自我决定理论和积极心理学理论，目前对生命意义感影响因素的研究主要集中在个体层面和社会层面，个体层面包括个人特质(周芳洁等, 2015)，自尊(柳之啸等, 2018)、自我同一性(于晓琳, 王姝娴, 2023)以及个体行为如亲社会行为(Van Tongeren et al., 2016)等，社会层面包括家庭因素(李露等, 2020)、社会支持(李旭, 2015)等都对生命意义感产生影响。为有效提升大学生生命意义感水平，对生命意义感的获取机制进行研究，是十分必要的。

有研究表明，在死亡提醒条件下，怀旧有助于个体获得对生命意义的感知，进而减少死亡焦虑(Juhl et

al., 2010)。同时,怀旧事件能够给个体灌输强烈的意义感,对怀旧的投入本身能在很大程度上降低对生命意义的寻求,进而维持生命意义感(Routledge et al., 2012)。当个体面临无聊、孤独、理想幻灭等与缺乏目标感相关的负面情绪时,怀旧可以缓解由于这些负面情绪而对生命意义感产生的消极影响(Van Tilburg et al., 2013; Abeyta & Juhl, 2023; Maher et al., 2021)。生命意义感是怀旧的一个重要结果变量。

在特质论的层面上,Turner 等人(2013)将怀旧分为特质怀旧(Trait Nostalgia)和状态怀旧(State Nostalgia)。以往研究多以特质怀旧为主,尤其是国内对于怀旧的研究起步较晚(王国轩等, 2018),对于状态怀旧的研究需要进一步拓展和丰富。因此,本研究对状态怀旧进行探讨,考察状态怀旧对大学生生命意义感的影响。同时,在怀旧的内容上,可以将怀旧区分为积极怀旧和消极怀旧(吕少博, 2012; 许小阁, 2013)。已有研究表明,积极怀旧和消极怀旧对于个体有不同的影响,积极怀旧产生积极影响,但消极怀旧产生消极影响(Mcadams, 2014; 吕少博, 2012; 曹玲珊, 2020)。但也有研究表明无论怀旧内容是否积极,都能为个体带来正向影响(Sedikides & Wildschut, 2019)。对生命意义感的研究方面,有学者认为,积极的过去事件构成了生命意义的来源(King et al., 2006),负性生活事件会降低生命意义感(李旭, 2016)。那么,不同内容的怀旧是否对生命意义感有不同的影响呢?以往对此鲜有研究。因此,有必要对怀旧内容进行区分,进一步考察积极怀旧和消极怀旧对大学生生命意义感的影响。

生命意义是积极心理学的主要研究之一。本研究在验证状态怀旧与生命意义感关系的基础上,进一步区分了怀旧内容的不同影响,拓展了怀旧的本土化研究,并在一定程度上丰富了积极心理学领域的研究。同时,有助于怀旧疗法在大学生心理咨询和危机干预中的有效性提供依据,并为高校开展大学生生命教育工作提供建议和理论参考。

2. 实验 1: 状态怀旧对生命意义感的影响

2.1. 研究对象与方法

2.1.1. 被试

使用 G*power 3.1 软件,计算在显著性水平 $\alpha = 0.05$,且根据以往相关元分析研究(章溢等, 2022)中的效应量($r = 0.32$),预测达到 80%统计力水平的总样本量至少为 80 名。因此,通过网络平台招募在校大学生共 130 名,随机分为怀旧组、非怀旧组。剔除未按照要求完成事件回忆书写任务以及未通过注意力筛查的无效数据后,剩余有效数据共 123 名(女性 87 名;平均年龄 $M = 21.15$, $SD = 1.05$),其中怀旧组 64 名、非怀旧组 59 名。

2.1.2. 实验设计

采用单因素被试间设计,自变量为状态怀旧(怀旧/非怀旧),因变量为生命意义感。

2.1.3. 材料及程序

首先,所有被试完成怀旧唤起任务。借鉴以往研究(Sedikides et al., 2015; Kelley et al., 2022),采用经典的事件回忆写作任务(ERT),通过指导语对被试进行诱导。怀旧组指导语:“请回忆一下在你过去的人生中,你认为印象最深刻,或最怀念的事。当思念这类事情时会产生一种复杂的情绪,这种情绪就叫怀旧。第一个任务:请用至少 3 分钟的时间回想一下,在你个人生活中让你感到最怀旧的一件事或一段经历,这件事是让你感触深刻的。请仔细回忆那件事情的经过,并将自己沉浸到怀旧体验中。同时,想想这件事给你带来的感受,写出 4 个关于这个事件的关键词。第二个任务:请用至少 5 分钟的时间,写下您刚才怀旧的内容,并说明这件事让你感到怀旧的理由。文字描述尽可能详细、具体,写下所有与这件怀旧事件相关的生动细节。”非怀旧组指导语:“请回忆你生活中的一个日常事件。日常事件通常定义为每天所做的各种各样的同样的事情,这件事可能每天都会发生,且对你来说没有任何特殊的意义。第

一个任务：请用至少 3 分钟的时间仔细回忆这件事的内容，并写出 4 个关于这个事件的关键词。第二个任务：请用至少 5 分钟的时间，写下您刚才回忆的事件，客观地描述这个事件的事实性细节。”

然后，进行状态怀旧操纵检验，以确保怀旧唤起成功。所有被试填写怀旧状态量表，参考前人研究(曹子卿, 2018; Kelley et al., 2022)，采用 Wildschut 等(2006)编制的怀旧状态量表，共 3 个项目：“此时此刻，我感到非常怀旧”“我回忆的这个事件很有怀旧感”“回忆这个事件，此时此刻让我感觉很怀旧”，采用 6 点计分。得分越高体验到的怀旧的感受程度越高。

最后，所有被试填写生命意义感量表，参考前人研究(Hepper et al., 2012; Sedikides & Wildschut, 2018; Biskas et al., 2022)，采用 Routledge 等人(2011)编制的用于实验条件下对生命意义感的测量，包含 4 项内容：“想到这个事件让我感觉生命是有意义的”“想到这个事件让我感觉生命是有目的的”“想到这个事件让我感觉生命有更大的意义”“想到这个事件让我感觉生命是值得的”。该量表采用 6 点记分(1 = 非常不同意，6 = 非常同意)。得分越高表明被试当下对生命意义的感知越强烈。

实验结束后，被试填写基本信息，并获得实验报酬。

2.2. 结果

2.2.1. 状态怀旧操纵有效性检验

Table 1. Analysis results of t-test of state nostalgia in two groups

表 1. 两组状态怀旧 t 检验的分析结果

	组别(平均值 ± 标准差)		t	d
	怀旧组	非怀旧组		
状态怀旧	6.04 ± 0.47	3.45 ± 1.26	15.23***	0.94

注：* $p < 0.05$ ，** $p < 0.01$ ，*** $p < 0.001$ (下同)。

由表 1 可知，对状态怀旧唤起结果进行独立样本 t 检验分析发现，怀旧组($M = 6.04$, $SD = 0.47$)被试在怀旧状态上的得分显著高于非怀旧组($M = 3.45$, $SD = 1.26$)， $t(121) = 15.23$, $p < 0.001$, Cohen's $d = 0.94$ 。这表明对状态怀旧的操纵有效。

2.2.2. 状态怀旧对生命意义感的影响

Table 2. Analysis results of t-test of meaning in life in two groups

表 2. 两组生命意义感 t 检验的分析结果

	组别(平均值 ± 标准差)		t	d
	怀旧组	非怀旧组		
生命意义感	5.04 ± 0.51	3.21 ± 0.81	15.15***	0.67

由表 2 可知，对被试生命意义感的结果进行独立样本 t 检验分析发现，怀旧组($M = 5.04$, $SD = 0.51$)被试在生命意义感上的得分显著高于非怀旧组($M = 3.21$, $SD = 0.81$)， $t(121) = 15.15$, $p < 0.001$, Cohen's $d = 0.67$ 。

2.2.3. 怀旧内容的积极性、消极性分析

由表 3 可知，使用“文心(Text Mind)”中文心理分析系统，对怀旧组和非怀旧组被试的叙事文本进行内容分析，提取出积极词汇数量和消极词汇数量，计算出积极词汇占比，随后进行独立样本 t 检验分析发现，怀旧组($M = 0.67$, $SD = 0.32$)被试的积极词汇占比显著高于非怀旧组($M = 0.36$, $SD = 0.35$)， $t(121) =$

5.17, $p < 0.001$, Cohen's $d = 0.34$ 。同时对消极词汇占比进行独立样本 t 检验分析发现, 怀旧组($M = 0.31$, $SD = 0.30$)被试的消极词汇占比与非怀旧组($M = 0.40$, $SD = 0.37$)没有显著差异, $t(121) = -1.51$, $p > 0.05$ 。

Table 3. Analysis results of positivity and negativity of nostalgic content in two groups

表 3. 两组怀旧内容的积极性和消极性分析结果

	组别(平均值 \pm 标准差)		t	d
	怀旧组	非怀旧组		
积极词汇占比	0.67 \pm 0.32	0.36 \pm 0.35	5.17***	0.34
消极词汇占比	0.31 \pm 0.30	0.40 \pm 0.37	-1.51	0.33

2.3. 讨论

实验 1 结果表明大学生状态怀旧对生命意义感产生了显著的正向影响。相比于非怀旧组被试, 怀旧组被试感知到了更强的生命意义感。该结果表明状态怀旧可以作为一种心理资源, 对生命意义感产生积极影响。

另外, 有研究表明, 怀旧在内容上可以分为积极怀旧和消极怀旧(吕少博, 2012; 许小阁, 2013), 积极的过去事件构成了生命意义的来源(King et al., 2006), 负性生活事件会降低生命意义感(李旭, 2016)。考虑到怀旧内容可能会对生命意义感有不同的影响, 因此, 实验 1 使用近年来研究者进行内容分析时使用较多的“文心”中文心理分析系统(张洁凡, 2022; 张梅等, 2021), 对所有被试书写的怀旧叙事内容进行分析, 以考察状态怀旧对生命意义感的影响是否可能与内容有关。实验结果表明, 首先, 怀旧组被试的积极词汇占比显著高于消极词汇占比, 该结果表明大学生状态怀旧的内容大多数是积极的, 这与以往研究的结果是一致的(Sedikides et al., 2015; Sedikides & Wildschut, 2018; 吴丽钊, 2023)。其次, 怀旧组积极词汇占比显著高于非怀旧组, 同时怀旧组生命意义感显著高于非怀旧组, 那么有可能是怀旧内容的积极性导致了生命意义感的提升。但也有研究表明, 怀旧通常遵循救赎故事的轨迹, 即消极的经历也会以积极的结论结束(Wildschut et al., 2006), 怀旧对个体的积极影响与怀旧的积极性无关(Sedikides & Wildschut, 2019)。以往对怀旧内容和生命意义感关系的研究较少, 因此怀旧内容的积极、消极属性是否对生命意义感有不同的影响, 需要通过实验 2 进一步验证。

3. 实验 2

3.1. 研究对象与方法

3.1.1. 被试

使用 G*power 3.1 软件, 计算在显著性水平 $\alpha = 0.05$, 且根据以往相关元分析研究(章溢等, 2022)中的效应量($r = 0.32$), 预测达到 80%统计力水平的总样本量至少为 99 名。因此, 通过网络平台招募在校大学生共 120 名, 随机分为积极怀旧组、消极怀旧组、非怀旧组。剔除未按照要求完成事件回忆书写任务以及未通过注意力筛查的无效数据后, 剩余有效数据共 103 名(女性 71 名; 平均年龄 $M = 21.50$, $SD = 1.63$), 其中积极怀旧组 36 名、消极怀旧组 35 名、非怀旧组 32 名。

3.1.2. 实验设计

采用单因素被试间设计, 自变量为怀旧内容(积极/消极/非怀旧), 因变量为生命意义感。

3.1.3. 材料及程序

首先, 所有被试完成怀旧唤起任务。采用事件回忆写作任务(ERT), 通过指导语对被试进行诱导。积

积极怀旧组指导语：“请回忆一下在你过去的人生中，你认为印象最深刻，或最怀念的事。当思念这类事情时会产生一种复杂的情绪，这种情绪就叫怀旧。第一个任务：请用至少 3 分钟的时间回想一下，在你个人生活中让你感到最怀旧的一件事或一段经历，这件事需要是积极的、让你感触深刻的。请仔细回忆那件事情的经过，并将自己沉浸到怀旧体验中。同时，想想这件事给你带来的感受，写出 4 个关于这个事件的关键词。第二个任务：请用至少 5 分钟的时间，写下您刚才怀旧的内容，并说明这件事让你感到怀旧的理由。文字描述尽可能详细、具体，写下所有与这件怀旧事件相关的生动细节。”消极怀旧组指导语：“请回忆一下在你过去的人生中，你认为印象最深刻，或最怀念的事。当思念这类事情时会产生一种复杂的情绪，这种情绪就叫怀旧。第一个任务：请用至少 3 分钟的时间回想一下，在你个人生活中让你感到最怀旧的一件事或一段经历，这件事需要是消极的、让你感触深刻的。请仔细回忆那件事情的经过，并将自己沉浸到怀旧体验中。同时，想想这件事给你带来的感受，写出 4 个关于这个事件的关键词。第二个任务：请用至少 5 分钟的时间，写下您刚才怀旧的内容，并说明这件事让你感到怀旧的理由。文字描述尽可能详细、具体，写下所有与这件怀旧事件相关的生动细节。”非怀旧组指导语：“请回忆你生活中的一个日常事件。日常事件通常定义为每天所做的各种各样的同样的事情，这件事可能每天都会发生，且对你来说没有任何特殊的意义。第一个任务：请用至少 3 分钟的时间仔细回忆这件事的内容，并写出 4 个关于这个事件的关键词。第二个任务：请用至少 5 分钟的时间，写下您刚才回忆的事件，客观地描述这个事件的事实性细节。”

然后，进行状态怀旧操纵检验，以确保怀旧唤起成功。所有被试填写怀旧状态量表(同实验 1)。

最后，所有被试填写生命意义感量表(同实验 1)。

实验结束后，被试填写基本信息，并获得实验报酬。

3.2. 结果

3.2.1. 状态怀旧和怀旧内容的操纵有效性检验

Table 4. Analysis results of one-way ANOVA of state nostalgia and nostalgic content in three groups

表 4. 三组状态怀旧和怀旧内容的单因素方差分析结果

	组别(平均值 ± 标准差)			F	LSD
	积极怀旧组	消极怀旧组	非怀旧组		
状态怀旧	6.21 ± 0.61	5.88 ± 0.59	3.89 ± 1.54	52.66***	积极 > 非怀旧*** 消极 > 非怀旧***
积极词汇占比	0.80 ± 0.23	0.24 ± 0.19	0.30 ± 0.37	46.87***	积极 > 消极、非怀旧***
消极词汇占比	0.20 ± 0.23	0.76 ± 0.19	0.32 ± 0.38	41.01***	消极 > 积极、非怀旧***

由表 4 可知，对状态怀旧唤起结果进行单因素方差分析发现，怀旧内容的主效应显著， $F(2, 100) = 52.66$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = 0.51$ 。事后多重比较发现，积极怀旧组被试报告的怀旧等级评分($M = 6.21$, $SD = 0.61$)显著高于非怀旧组($M = 3.89$, $SD = 1.54$), $ps < 0.001$ ；消极怀旧组被试报告的怀旧等级评分($M = 5.88$, $SD = 0.59$)显著高于非怀旧组($M = 3.89$, $SD = 1.54$), $ps < 0.001$ ；积极怀旧组被试与消极怀旧组被试报告的怀旧等级评分没有显著差异， $ps > 0.05$ 。该结果表明对状态怀旧的操纵有效。

同时，使用“文心”中文心理分析系统，对所有被试的叙事文本进行内容分析，提取出积极词汇数量和消极词汇数量，分别计算出积极词汇占比和消极词汇占比，随后进行单因素方差分析发现，积极词汇占比上怀旧内容主效应显著 $F(2, 100) = 46.87$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = 0.48$ ；事后多重比较发现，积极怀旧组被试的积极词汇占比($M = 0.80$, $SD = 0.23$)显著高于消极怀旧组($M = 0.24$, $SD = 0.19$)和非怀旧组($M = 0.30$,

$SD = 0.37$), $ps < 0.001$ 。消极词汇占比上怀旧内容主效应显著 $F(2, 100) = 41.01$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = 0.45$; 事后多重比较发现, 消极怀旧组被试的消极词汇占比($M = 0.76$, $SD = 0.19$)显著高于积极怀旧组($M = 0.20$, $SD = 0.23$)和非怀旧组($M = 0.32$, $SD = 0.38$), $ps < 0.001$ 。该结果表明对怀旧内容的操纵有效。

3.2.2. 不同怀旧内容对生命意义感的影响

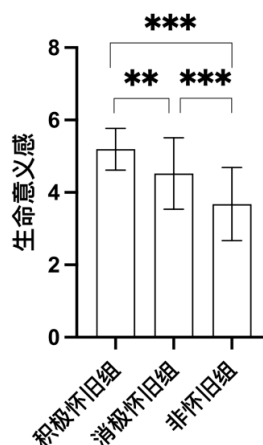


Figure 1. The results of meaning in life of the three groups were compared
图 1. 三组的生命意义感比较

对被试生命意义感的结果进行单因素方差分析发现, 怀旧内容的主效应显著, $F(2, 100) = 25.52$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = 0.34$ 。事后多重比较发现, 积极怀旧组被试报告的生命意义感评分($M = 5.19$, $SD = 0.58$)显著高于非怀旧组($M = 3.68$, $SD = 1.01$), $ps < 0.001$; 消极怀旧组被试报告的生命意义感评分($M = 4.52$, $SD = 0.99$)显著高于非怀旧组($M = 3.68$, $SD = 1.01$), $ps < 0.001$; 积极怀旧组被试生命意义感评分($M = 5.19$, $SD = 0.58$)显著高于消极怀旧组($M = 4.52$, $SD = 0.99$), $ps < 0.01$ 。该结果表明积极怀旧内容和消极怀旧内容都能提升生命意义感, 但积极怀旧内容比消极怀旧内容对生命意义感的提升有更强的作用。结果见图 1。

3.3. 讨论

实验 2 对怀旧内容进行了区分, 结果表明积极怀旧组和消极怀旧组被试在生命意义感上的得分均显著高于非怀旧组被试, 也就是说相比于非怀旧事件, 积极怀旧内容和消极怀旧内容都能够对生命意义感有显著的正向影响。进一步验证了状态怀旧作为一种强大的心理资源, 无论怀旧内容是否积极, 都能对生命意义感的提升起到积极作用。但是, 虽然积极怀旧和消极怀旧都对生命意义感产生正向影响, 但是实验 2 的结果表明, 积极怀旧组的生命意义感显著高于消极怀旧组, 也就是说, 积极怀旧比消极怀旧对生命意义感的影响程度更大, 积极怀旧能引起更强的生命意义感。

4. 总讨论

本研究将事件回忆写作任务作为状态怀旧的诱发任务, 通过两项实验, 分别考察了大学生状态怀旧对生命意义感的影响, 以及不同怀旧内容对生命意义感的影响。

首先, 本研究的实验 1 结果表明, 对于大学生群体, 状态怀旧对生命意义感有积极影响。怀旧作为一种强大的心理资源, 对生命意义感的产生和维持起着重要的作用(Sedikides & Wildschut, 2018), 怀旧通常是对自身经历过的重大事件和重要他人的回忆, 包括文化仪式、家庭、亲密关系等(Wildschut et al., 2006), 对这些事件的回忆, 能够让人们感觉到生活是有意义的(Routledge et al., 2011)。面对死亡威胁时,

状态怀旧的唤起有助于个体减少死亡焦虑,进而维持生命意义感(Juhl et al., 2010),状态怀旧对生命意义感的提升有积极影响,且这种影响与积极情绪无关(Sedikides & Wildschut, 2018)。

然后,本研究在实验1中发现,未对怀旧内容进行控制时,个体怀旧的内容大部分是积极的,该结果与前人研究一致(Sedikides et al., 2015; Sedikides & Wildschut, 2018; 吴丽钊, 2023),由此也引出了猜测,即状态怀旧对生命意义感的积极影响,可能与怀旧内容的积极属性有关,积极怀旧和消极怀旧对生命意义感的影响可能存在差异。随后,在实验2中,对怀旧内容进行区分,进一步考察积极怀旧和消极怀旧对生命意义感的影响。结果表明,积极怀旧内容和消极怀旧内容都对生命意义感有显著的正向影响,但积极怀旧内容比消极怀旧内容对生命意义感的影响程度更大,即积极怀旧内容能引起更强的生命意义感。

有研究表明,怀旧以自我、以个人意义记忆为中心,具有很强的自传体特性,这些故事通常遵循救赎故事的轨迹(Wildschut et al., 2006),而记忆基本上自我的同一性,在同一性形成的过程中,消极因素具有很强的被封存和被忽略的倾向(张义,孙明贵, 2011),即使是消极的经历也会产生积极的结果。本实验的研究结果同 Sedikides 和 Wildschut (2019)的研究结果是一致的,即并非只有积极怀旧能产生积极作用,怀旧对个体的积极影响与怀旧的积极属性无关。但吕少博(2012)、曹玲珊(2020)的研究表明在自尊、社会联结、未来自我连续性方面,积极怀旧产生正向作用,但消极怀旧有负向作用。本研究结果与他们不同的原因,应当正如 Steger 等人(2008)认为的,对个体的生命意义感来说,人们总会在当下意识到,即使是消极状态,也能为个人提供成长的机会,使自己变得更加成熟,这些最终都会被加入生命意义感的系统。消极怀旧同积极怀旧一样,都能对生命意义感的提升起到积极作用。

另外,对于积极怀旧能引起更强的生命意义感的结论,也意味着状态怀旧与生命意义感的正向关系之间,可能存在其他的心理过程对其产生了不同程度的影响。因此,未来的研究可以深入探讨状态怀旧与生命意义感之间的心理机制的问题。

5. 结论

大学生状态怀旧的唤起,对其生命意义感的提升有显著的积极作用。同时,积极怀旧内容和消极怀旧内容都对生命意义感有促进作用,但积极怀旧内容的促进作用更强。

参考文献

- 曹玲珊(2020). 不同情绪效价怀旧对未来自我连续性的影响. 硕士学位论文, 长春: 东北师范大学.
- 曹子卿(2018). 状态性怀旧和特质性怀旧与孤独感、主观幸福感的关系研究. 硕士学位论文, 北京: 中国地质大学.
- 方建东, 常保瑞(2019). 怀旧与亲社会行为的关系: 一个有中介的调节模型. *心理发展与教育*, 35(3), 303-311.
- 冯宁(2022). 大学生生命意义感研究概述. *产业与科技论坛*, 21(2), 71-72.
- 江雅琴, 刘莎(2023). 生命意义感对高职大学生社会幸福感的影响: 希望的中介作用. *黑龙江生态工程职业学院学报*, 36(2), 102-107.
- 李露, 叶宝娟, 倪林英, 杨强(2020). 家庭亲密度对大学生亲社会行为的影响: 有调节的中介效应. *中国临床心理学杂志*, 28(1), 178-180.
- 李旭(2015). 大学生社会支持与生命意义的关系: 乐观的中介和调节作用. *中国特殊教育*, (1), 81-86.
- 李旭(2016). 感恩对大学生负性生活事件与生命意义感的影响: 有调节的中介效应. *中国特殊教育*, (3), 58-63.
- 柳之啸, 乔玉玲, 吴任钢(2018). 自尊对生命意义感的预测机制——心理控制源和积极情绪的双中介模型. *中国心理卫生杂志*, 32(9), 772-777.
- 吕少博(2012). 不同年龄中怀旧与自尊的关系: 心境、认同连续性的调节作用. 博士学位论文, 北京: 中国科学院.
- 王国轩, 董安南, 段锦云(2018). 怀旧心理研究: 概念、理论及展望. *心理技术与应用*, 6(3), 151-160.
- 吴丽钊(2023). 怀旧如何影响生命意义? 亲社会行为与乐观主义的中介作用. 硕士学位论文, 广州: 广州大学.

- 肖蓉, 张小远, 赵久波(2010). 大学生生活目的和意义感与心理健康的关系. *中国学校卫生*, 31(4), 445-446.
- 许小阁(2013). *怀旧感与主观幸福感关系的实证研究*. 硕士学位论文, 广州: 暨南大学.
- 于晓琳, 王姝娴(2023). 自我同一性对高中生生命意义感的影响: 积极心理资本与生涯适应力的链式中介作用. *心理技术与应用*, 11(5), 291-300.
- 张洁凡(2022). 在线学习社区的集体话语与披露空间. *中国青年研究*, (1), 111-119.
- 张梅, 丁书恒, 刘国芳, 徐亚珍, 傅鑫媛, 张巍, 等(2021). 网络突发事件中的负性偏向: 产生与表现. *心理学报*, 53(12), 1361-1375.
- 张义, 孙明贵(2011). 消费者怀旧情感研究评述. *中国流通经济*, 25(9), 94-99.
- 章溢, 丁凤琴, 张誉瀚, 王丹(2022). 留恋过往还是意义获取? 怀旧与生命意义关系的元分析(摘要). 见 中国心理学会, *第二十四届全国心理学学术会议摘要集*(pp. 1807-1808).
- 周芳洁, 范宁, 王运彩(2015). 大学生大五人格、心理资本与生命意义感的关系. *中国健康心理学杂志*, 23(12), 1866-1871.
- Abeyta, A. A., & Juhl, J. (2023). Nostalgia Restores Meaning in Life for Lonely People. *Emotion*, 23, 1791-1795. <https://doi.org/10.1037/emo0001190>
- Biskas, M., Juhl, J., Wildschut, T., Sedikides, C., & Saroglou, V. (2022). Nostalgia and Spirituality. *Social Psychology*, 53, 2151-2590. <https://doi.org/10.1027/1864-9335/a000487>
- Hepper, E. G., Ritchie, T. D., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2012). Odyssey's End: Lay Conceptions of Nostalgia Reflect Its Original Homeric Meaning. *Emotion*, 12, 102-119. <https://doi.org/10.1037/a0025167>
- Hepper, E. G., Wildschut, T., Sedikides, C., Robertson, S., & Routledge, C. D. (2021). Time Capsule: Nostalgia Shields Psychological Wellbeing from Limited Time Horizons. *Emotion*, 21, 644-664. <https://doi.org/10.1037/emo0000728>
- Juhl, J., Routledge, C., Arndt, J., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2010). Fighting the Future with the Past: Nostalgia Buffers Existential Threat. *Journal of Research in Personality*, 44, 309-314. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2010.02.006>
- Kelley, N. J., Davis, W. E., Dang, J., Liu, L., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2022). Nostalgia Confers Psychological Well-being by Increasing Authenticity. *Journal of Experimental Social Psychology*, 102, Article 104379. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2022.104379>
- Kersten, M., Swets, J. A., Cox, C. R., Kusumi, T., Nishihata, K., & Watanabe, T. (2020). Attenuating Pain with the Past: Nostalgia Reduces Physical Pain. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 2722. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.572881>
- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L., & Del Gaiso, A. K. (2006). Positive Affect and the Experience of Meaning in Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 179-196. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.90.1.179>
- Maher, P. J., Igou, E. R., & Van Tilburg, W. A. (2021). Nostalgia Relieves the Disillusioned Mind. *Journal of Experimental Social Psychology*, 92, Article 104061. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2020.104061>
- Mcadams, D. P. (2014). The Life Narrative at Midlife. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2014, 57-69. <https://doi.org/10.1002/cad.20067>
- Routledge, C., Arndt, J., Wildschut, T., Sedikides, C., Hart, C. M., Juhl, J. et al. (2011). The Past Makes the Present Meaningful: Nostalgia as an Existential Resource. *Journal of Personality & Social Psychology*, 101, 638-652. <https://doi.org/10.1037/a0024292>
- Routledge, C., Wildschut, T., Sedikides, C., Juhl, J., & Arndt, J. (2012). The Power of the Past: Nostalgia as a Meaning-Making Resource. *Memory*, 20, 452-460. <https://doi.org/10.1080/09658211.2012.677452>
- Sedikides, C., & Wildschut, T. (2018). Finding Meaning in Nostalgia. *Review of General Psychology*, 22, 48-61. <https://doi.org/10.1037/gpr0000109>
- Sedikides, C., & Wildschut, T. (2019). The Sociality of Personal and Collective Nostalgia. *European Review of Social Psychology*, 30, 123-173. <https://doi.org/10.1080/10463283.2019.1630098>
- Sedikides, C., Leunissen, J., & Wildschut, T. (2022). The Psychological Benefits of Music-Evoked Nostalgia. *Psychology of Music*, 50, 2044-2062. <https://doi.org/10.1177/03057356211064641>
- Sedikides, C., Wildschut, T., Arndt, J., & Routledge, C. (2008). Nostalgia: Past, Present, and Future. *Current Directions in Psychological Science*, 17, 304-307. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2008.00595.x>
- Sedikides, C., Wildschut, T., Routledge, C., Arndt, J., Hepper, E. G., & Zhou, X. (2015). To Nostalgize: Mixing Memory with Affect and Desire. In *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 51, pp. 189-273). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/bs.aesp.2014.10.001>
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the Search for Meaning in Life: Personality, 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>
- Turner, J. R., & Stanley, J. T. (2021). Holding on to Pieces of the Past: Daily Reports of Nostalgia in a Life-Span Sample. *Emotion, 21*, 951-961. <https://doi.org/10.1037/emo0000980>
- Turner, R. N., Wildschut, T., Sedikides, C., & Gheorghiu, M. (2013). Combating the Mental Health Stigma with Nostalgia. *European Journal of Social Psychology, 43*, 413-422. <https://doi.org/10.1002/ejsp.1952>
- Van Dijke, M., Leunissen, J. M., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2019). Nostalgia Promotes Intrinsic Motivation and Effort in the Presence of Low Interactional Justice. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 150*, 46-61. <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2018.12.003>
- Van Tilburg, W. A., Igou, E. R., & Sedikides, C. (2013). In Search of Meaningfulness: Nostalgia as an Antidote to Boredom. *Emotion, 13*, 450-461. <https://doi.org/10.1037/a0030442>
- 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>
- Van Tongeren, D. R., Green, J. D., Davis, D. E., Hook, J. N., & Hulsey, T. L. (2016). Prosociality Enhances Meaning in Life. *The Journal of Positive Psychology, 11*, 225-236. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1048814>
- Vess, M., Arndt, J., Routledge, C., Sedikides, C., & Wildschut, T. (2012). Nostalgia as a Resource for the Self. *Self and Identity, 11*, 273-284. <https://doi.org/10.1080/15298868.2010.521452>
- Wang, Y., Wildschut, T., Sedikides, C., Wu, M., & Cai, H. (2023). Trajectory of Nostalgia in Emerging Adulthood. *Personality and Social Psychology Bulletin, 50*, 629-644. <https://doi.org/10.1177/01461672221143241>
- Wildschut, T., Sedikides, C., Arndt, J., & Routledge, C. (2006). Nostalgia: Content, Triggers, Functions. *Journal of Personality and Social Psychology, 91*, 975-993. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.5.975>
- Wildschut, T., Sedikides, C., Routledge, C., & Arndt, J. (2010). Nostalgia as a Repository of Connectedness: The Role of Attachment-Related Avoidance. *Journal Personality and Social Psychology, 98*, 573-586. <https://doi.org/10.1037/a0017597>
- Zhang, M., Yang, Z., Zhong, J., Zhang, Y., Lin, X., Wang, J. et al. (2022). The Analgesic Effect of Nostalgia Elicited by Idiographic and Nomothetic Approaches on Thermal Stimulus. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1517*, 167-175. <https://doi.org/10.1111/nyas.14903>