



# The Relationship Between Freshman Adult Attachment and Sense of Life Meaning in University: Mediated by Perceived Social Support

Jie Feng<sup>1,\*</sup>, Qian Xiao<sup>2,3</sup>, Xiaoqing Mao<sup>4</sup>, Yalan Li<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Department of Ideological and Political Theory Teaching and Research, Beijing Electronic Science and Technology Institute, Beijing, China

<sup>2</sup>Faculty of Psychology, Tianjin Normal University, Tianjin, China

<sup>3</sup>College of Education Science, Henan Institute of Science and Technology, Xinxiang, China

<sup>4</sup>College of Education Science, Xinxiang University, Xinxiang, China

## Email address:

myonly88@126.com (Jie Feng), 1197953535@qq.com (Qian Xiao), 393360098@qq.com (Xiaoqing Mao), 327792015@qq.com (Yalan Li)

\*Corresponding author

## To cite this article:

Jie Feng, Qian Xiao, Xiaoqing Mao, Yalan Li. (2024). The Relationship Between Freshman Adult Attachment and Sense of Life Meaning in University: Mediated by Perceived Social Support. *Education Journal*, 12(4), 63-67. <https://doi.org/10.11648/j.si.20241204.12>

Received: 5 August 2024; Accepted: 9 September 2024; Published: 11 September 2024

**Abstract:** College freshmen are at the beginning of the critical period of establishing their outlook on life and values, so it is very important to guide and educate them correctly on the meaning of life and values. Many psychological problems and suicidal behaviors of college students are related to the lack of life meaning. This study mainly discusses the relationship between adult attachment, understanding of social support and sense of life meaning of college freshmen. Using the sense of life meaning scale, intimate relationship experience scale and perceptive social support scale, a questionnaire survey was conducted among 1069 freshmen. SPSS software was used for correlation analysis, and Process macro was used to test the mediating effect of perceptive social support. The results show that: (1) There are significant correlations among adult attachment, understanding of social support and sense of meaning in life; (2) Understand that social support plays a partial mediating role between adult attachment and sense of meaning in life. These results indicate that the attachment of college freshmen adults can affect their sense of life meaning directly and indirectly through the influence of social support. The results of this study have some implications for practice: On the one hand, the family should pay attention to the cultivation of safe parent-child attachment relationship and environment; On the other hand, colleges and universities should give full and good social support to college freshmen, and set up education or group counseling activities on the sense of meaning of life.

**Keywords:** Freshmen at University, Adult Attachment, Perceived Social Support, Meaning of Life, Mediating Effect

## 大学新生成人依恋与生命意义感的关系： 领悟社会支持的中介作用

冯杰<sup>1\*</sup>, 肖倩<sup>2,3</sup>, 毛晓清<sup>4</sup>, 李亚兰<sup>1</sup>

<sup>1</sup>北京电子科技学院思想政治理论教学与研究部, 北京, 中国

<sup>2</sup>天津师范大学心理学部, 天津, 中国

<sup>3</sup>河南科技学院教育科学学院, 新乡, 中国

<sup>4</sup>新乡学院教育科学学院, 新乡, 中国

## 邮箱

myonly88@126.com (冯杰), 1197953535@qq.com (肖倩), 393360098@qq.com (毛晓清), 327792015@qq.com (李亚兰)

**摘要:** 大学新生处于人生观价值观建立关键期的开端, 对其进行正确的生命意义价值引导和教育至关重要。大学生很多心理问题的产生和自杀行为的出现都与生命意义感的缺失有一定关系, 本研究主要探讨大学新生的成人依恋、领悟社会支持和生命意义感之间的关系。使用生命意义感量表、亲密关系经历量表和领悟社会支持量表, 对1069名大学新生进行问卷调查, 运用SPSS软件进行相关分析, 采用Process宏程序检验领悟看社会支持的中介效应。结果发现: (1) 大学新生成人依恋、领悟社会支持和生命意义感三者之间存在显著相关; (2) 领悟社会支持在成人依恋与生命意义感之间起部分中介作用。该结果说明, 大学新生成人依恋既能直接影响其生命意义感, 也可以通过影响领悟社会支持间接影响生命意义感。本研究结果对实践具有一定启示作用: 一方面, 家庭方面应注重培养安全型亲子依恋关系和环境; 另一方面, 高校方面应给予大学新生充分的、良好的社会支持, 并开设关于生命意义感的教育或团体辅导活动。

**关键词:** 大学新生, 成人依恋, 领悟社会支持, 生命意义感, 中介效应

## 1. 引言

随着社会的变迁和文化潮流的变化, 青年大学生的心理受到前所未有的冲击。“无聊”、“emo”、“躺平”等消极口头禅已成为大学生的普遍潮流, 无聊感、无意义感在大学生群体中普遍存在, “空心病”大学生缺乏对生活意义的认知、理解和追求, 漠视生命的意义和价值。有学者指出, 大学生的很多心理问题的产生和自杀行为的出现都源于生命意义的缺失[1], 而对生命的正确认知能够促进大学生的健康成长[2], 并且, 研究现实拥有积极生命态度的大学生更加珍惜和热爱生命[3]。大学阶段是青少年理想信念和价值观塑造和建立的关键期, 大学新生处于这个关键期的开端, 因此, 培养大学新生树立正确的生命观和意义观, 使其加强对生命的敬畏和珍视是社会的重要任务。

生命意义感是指个体对于自身存在的意义和本质的感知和认识, 生命意义感包含拥有意义感和寻求意义感, 其中拥有意义感为认知成分, 是个人感受到自身生命意义的程度, 而寻求意义感为动机成分, 是个人对生命意义的寻求程度[4]。积极的生命意义感具有增进身体健康, 提升幸福感和生活满意度, 引发积极的应对方式, 提高学习和工作绩效等作用[5]。研究发现, 人格、自我、应对方式等个体因素, 以及家庭、社会支持、学校等社会环境因素均是生命意义感的重要影响因素[6]。

依恋是个体在成长发展过程中与重要他人之间所形成的一种稳定的情感联结, 个体在生命早期主要形成的是与父母等照顾者之间的亲子依恋, 亲子依恋会影响其成人后对自己与他人的表征方式, 从而形成不同的内部工作模式[7]。Brennan等从依恋焦虑和依恋回避两个维度上来定义依恋风格[8]。回避型依恋的个体畏惧与他人交往, 常常回避与他人的交往; 焦虑型依恋的个体期盼与他人建立关系, 但又会担心是否能与他人保持良好的关系; 当回避和焦虑得分都较低时, 则显示个体较为自信, 善于处理亲密关系, 并能从中感受到快乐。研究发现, 大学生的亲子依恋能够正向预测其生命意义感[9], 安全型依恋的个体能感受到生命的清晰性和意义性[10], 并且, 与父母形成的良好亲子依恋有助于个体对生命产生积极的体验[11]; 而依恋回避、依恋焦虑与生命意义感之间呈显著负相关[12, 13]。

领悟社会支持也称主观支持, 是指个体能够主观感知到的支持, 包括个体在群体中领悟和体会到的被理解、被尊重、被支持的情感体验和满意程度[14]。领悟社会支持与生命意义感之间存在密切的关系, 研究发现社会支持水平的高低能显著正向预测其生命意义感的强弱[15], 个

体感知到的社会支持越多, 越能构建积极的生命意义[16], 建立良好的人际关系可以显著提升个体的意义感, 而社会排斥则会削弱个体的意义感[17]。

此外, 依恋风格与领悟社会支持之间也存在一定的关系。安全型依恋的个体具有安全的人际互动模式, 因此在与他人互动的过程中更主动, 能主动积极地寻求支持, 因而更可能获得较多的社会支持[18]。不安全依恋的个体则具有消极的人际互动模式, 回避型依恋的个体恐惧与他人的交往, 在人际交往中常产生消极的情绪体验, 因而总是持远离的态度, 有损个体的社交能力和可获得的社会支持, 故领悟社会支持水平较低[19]; 焦虑型依恋的个体常对自己或他人产生不良的评价, 使他们陷入矛盾和焦虑的状态, 会削弱其对他人所提供的社会支持的感知和领会[20]。实证研究进一步证明, 当个体属于回避型和焦虑型依恋时, 其领悟社会支持水平较低[21]。

以往研究对成人依恋风格、领悟社会支持以及生命意义感三者之间的两两关系进行了探讨, 但鲜有探讨三者之间的复杂影响关系。基于对以往文献的回顾和分析, 本研究以大学新生为主要研究对象, 探讨大学新生成人依恋、领悟社会支持与生命意义感之间的关系。本研究假设: (1) 大学新生的成人依恋、领悟社会支持与生命意义感三者之间存在两两显著相关, 其中成人依恋与生命意义感存在显著负相关, 领悟社会支持与生命意义感存在显著正相关, 成人依恋与领悟社会支持之间存在显著负相关; (2) 领悟社会支持在成人依恋与生命意义感之间起部分中介作用。

## 2. 研究方法

### 2.1. 研究对象

通过问卷星向北京和河南共3所大学新生投放问卷, 问卷发放时间为大一开学后的第4—6周。回收问卷1069份, 删除无效数据后, 剩余有效问卷共1001份, 问卷有效率为93.64%。其中, 男生391人, 女生610人; 汉族学生979人, 少数民族学生22人; 独生子女112人, 非独生子女889人; 高考填报志愿时, 532人优先填报所在学校, 469人非优先填报所在学校。

2.2. 研究工具

2.2.1. 生命意义感量表中文修订版 (the Meaning in Life Questionnaire, MLQ-C)

本研究采用Steger等人编制、王鑫强修订的生命意义感量表中文修订版(MLQ-C)，该量表在大学生群体中具有良好信效度[22]。该量表共有10个题目，分为拥有意义(the presence of meaning, MLQ-P)和寻求意义(the search for meaning, MLQ-S) 2个分量表，每个分量表包含5个题项。量表采用里克特七点计分，从“1”完全不符合到“7”完全符合，得分越高表明个体所拥有的生命意义感越强。在本研究中，该量表的Cronbach’s α系数为0.847，表明具有良好的信度。

2.2.2. 密关系经历量表 (Experiences in Close Relationships Inventory, ECR)

本研究采用李同归等人修订的亲密关系经历量表中文版[23]。该量表分为依恋回避和依恋焦虑两个维度，共36个项目，采用里克特7点评分，得分越高表明依恋回避或依恋焦虑水平越高。本研究中，该量表的Cronbach’s α系数为0.884。

2.2.3. 社会支持量表 (Perceived Social Support Scale, PSSS)

本研究使用由Zimet编制的领悟社会支持量表(PSSS)来测量大学生的领悟社会支持水平。国内学者张灵等人在姜乾金的基础上修订的《领悟社会支持量表》，将量表中的“领导、同事”分别对应为“老师、同学”[24]。该量表分为家庭支持、朋友支持和其他支持三个维度，共12个题目。量表采用里克特7点计分，得分越高者表示个体感受到的社会支持程度越高。本研究中，该量表的Cronbach’s α系数为0.953。

2.3. 统计学方法

本研究以量表总分作为描述单位，使用SPSS软件和SPSS-Process程序进行描述性统计、相关分析、回归分析处理，采用偏差校正的Bootstrap法(抽取5000个Bootstrap样本)以及Hayes编制的SPSS宏中的模型4[25]，检验生命意义感的中介作用，检验标准为 $P<0.01$ 。

3. 研究结果

3.1. 大学新生成人依恋、领悟社会支持与生命意义感的描述统计与相关分析

表1结果显示，大学新生成人依恋与领悟社会支持呈现显著负相关( $r=-0.431, P<0.01$ )，成人依恋与生命意义感也存在显著负相关( $r=-0.328, P<0.01$ )，领悟社会支持与生命意义感存在显著正相关( $r=0.436, P<0.01$ )。

表1 大学新生成人依恋、领悟社会支持与生命意义感的描述统计与相关分析。

变量	M	SD	成人依恋	领悟社会支持	生命意义感
成人依恋	137.85	23.99	1		
领悟社会支持	62.24	12.25	-.431**	1	

变量	M	SD	成人依恋	领悟社会支持	生命意义感
生命意义感	50.68	8.73	-.328**	.436**	1

注：\*\* $P<0.01$  (双尾)

3.2. 大学新生领悟社会支持在成人依恋与生命意义感间的中介效应

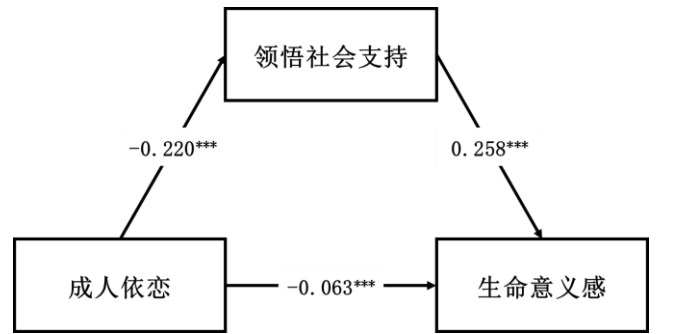
本研究假设，大学新生成人依恋通过领悟社会支持去影响生命意义感，领悟社会支持为中介变量。根据对大学生的成人依恋、领悟社会支持与生命意义感的相关分析可知，这三个变量间存在两两显著相关。为进一步探究领悟社会支持与成人依恋、生命意义感之间的关系，采用逐步回归法中介效应检验。检验领悟社会支持、成人依恋、生命意义感的中介效应是否存在，通过回归分析变量间的关系。表2的结果表明，大学新生成人依恋对生命意义感( $\beta=-0.119, P<0.001$ )和领悟社会支持( $\beta=-0.220, P<0.001$ )均有显著的直接预测作用。将领悟社会支持变量纳入回归分析中发现，成人依恋同样可以对生命意义感进行显著预测( $\beta=-0.063, P<0.001$ )，领悟社会支持对生命意义感的预测作用也显著( $\beta=0.258, P<0.001$ )。

表2 大学新生成人依恋、领悟社会支持与生命意义感的回归分析。

回归方程		整体拟合指数		回归系数显著性	
结果变量	预测变量	R <sup>2</sup>	F	β	t
生命意义感	成人依恋	0.108	120.434	-0.119	-10.974***
领悟社会支持	成人依恋	0.185	228.031	-0.220	-15.101***
生命意义感	成人依恋	0.212	135.766	-0.063	-5.537***
	领悟社会支持			0.258	11.617***

注：\*\*\* $P<0.001$

运用偏差校正非参数百分位Bootstrap法进行中介效应验证，具体使用Hayes编制的Process宏程序中的模型4[28] (样本5000，置信区间95%) 进行分析(见表3)。结果显示，该中介模型的总效应的Bootstrap95%置信区间CI为[-0.141 — -0.098]，成人依恋对生命意义感的直接效应的Bootstrap95%置信区间CI为[-0.085 — -0.041]，中介变量领悟社会支持加入模型的间接效应Bootstrap95%置信区间CI为[-0.070 — -0.044]，均不包含0，说明中介效应显著，其中直接效应占总效应百分比为52.94%，中介效应占总效应百分比为47.06%，领悟社会支持在大学生成人依恋和生命意义感之间起部分中介作用。该结果说明大学生的成人依恋既可以单独预测生命意义感，也可以通过领悟社会支持间接预测生命意义感，中介效应模型如图1。



注：\*\*\* $P<0.001$

图1 中介效应模型图。



表3 中介效应分析。

效应	效应值	Boot SE	Bootstrap 95%CI		效应占比 (%)
			下限	上限	
总效应	-0.119	0.011	-0.141	-0.098	
直接效应	-0.063	0.011	-0.085	-0.041	52.94
间接效应	-0.056	0.006	-0.070	-0.044	47.06

4. 讨论

4.1. 大学新生成人依恋、领悟社会支持与生命意义感的关系

与本研究提出的假设一致，结果发现，大学新生成人依恋与生命意义感之间呈显著负相关，大学新生的依恋焦虑和依恋回避的水平越高，其生命意义感水平越低，这与以往的研究结果一致[12, 13]。不安全的依恋个体，由于缺乏安全感，无法容忍不确定性因素，容易对存在意义产生怀疑，在追求人生意义时也会感到悲观和绝望[26]，而安全的依恋关系可以促进人们对生命的积极体验，帮助个体获得连续性、自主性和连贯性[11]。

与以往研究结果类似[15, 16]，本研究也发现领悟社会支持与生命意义感之间呈显著正相关，即大学新生的领悟社会支持水平越高，其生命意义感越强。与他人、社会的良好互动对个体的成长和幸福具有重要影响，社会支持既是个体应对压力的重要保护因素[27]，也是个体成长发展过程中的基本需要。领悟社会支持满足了个体安全、归属和爱以及尊重的基本需要。需要层次理论认为，这些基本需要的满足，可以促使个体体验到生命意义感，否则则可能产生不确定感、不安全感以及自我排斥等消极体验[28]。

此外，本研究还发现大学新生成人依恋与领悟社会支持之间呈显著负相关，即大学新生的依恋焦虑和依恋回避水平越高，其领悟社会支持水平则越低。该结果也印证了以往的相关研究结果[21]。具有安全型依恋的个体拥有积极的内部工作模式，他们觉知到的世界是安全的、他人是值得信任的、自己是值得被爱的，在人际互动中更加积极主动，更能感知也更能获得良好的社会支持。而不安全依恋的个体具有消极的内部工作模式，他们认为世界是不安全的、他人是不值得信任的、自己是不值得被爱的，因此或在人际互动中感到焦虑（依恋焦虑者），或回避社交（依恋回避者），则较难感知或获得恰当的社会支持。

4.2. 大学新生领悟社会支持在成人依恋与生命意义感之间的中介作用

研究结果显示，大学新生成人依恋不仅能直接预测其生命意义感，还可通过领悟社会支持间接预测其生命意义感，即领悟社会支持对成人依恋和生命意义感具有部分中介作用。一方面，安全型依恋可以直接促进个体积极的生命体验，而由于缺乏安全感，焦虑和回避等不安全依恋则容易对存在意义产生怀疑，产生消极的生命意义体验。另一方面，安全型依恋的个体更易获得和感知到社会支持，进而促进其对积极生命意义的探索和体验，而不安全依恋的个体较难感知或获得恰当的社会支持，阻碍其对积极生命意义的探索，进而易对生命的价值和意义产生消极的感知和体验。

5. 结论

大学新生处于人生观价值观建立关键期的开端，对其进行正确的生命意义价值引导和教育至关重要。通过本研究分析，发现大学新生成人依恋、领悟社会支持与生命意义感三者之间存在两两相关关系，并且领悟社会支持在成人依恋和生命意义感之间具有部分中介作用。本研究结果对实践具有一定启示意义：首先，家庭应注重培养安全型亲子依恋关系和环境；其次，高校应给与大学新生充分的、良好的社会支持；第三，应开设有关生命意义感的教育或团体辅导活动。多管齐下，引导大学新生学生树立积极的生命价值观，提升生命意义感，增强心理健康软实力。

基金项目

本文为中央高校基本科研业务费项目《大学新生学校适应问题的心理机制——基于追踪研究的视角》（编号：328202212）的阶段性成果之一。

参考文献

[1] 贾林祥, 石春. 从生命意义的视角看当代大学生的心理健康及其教育 [J]. 黑龙江高教研究, 2007, (09): 142-145.

[2] 张华, 蔡霞, 彭丽妍. 大学生生命健康教育调查现状分析及对策研究 [J]. 中国健康教育, 2020, 36(5): 441-445.

[3] 郑节霞, 戴哲茹, 袁野. 大学生生命态度与自杀意念: 心理健康和社会支持的多重中介作用 [J]. 温州医科大学学报, 2021, 51(7): 600-603.

[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]. J Couns Psychol, 2006, 53(1): 80-93.

[5] 张荣伟, 李丹. 如何过上有意义的生活——基于生命意义理论模型的整合 [J]. 心理科学进展, 2018, 36(4): 744-760.

[6] 冯宁. 大学生生命意义感研究概述 [J]. 产业与科技论坛, 2022, 21(02): 71-72.

[7] Bowlby J M. Attachment and loss: Attachment (vol. 1). London: Random House, 1969

[8] Brennan K A, Clark C L, Shaver P R. Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In: Simpson J A, Rholes W S (Eds.), Attachment theory and close relationships. New York: The Guilford Press, 1998: 46-76.

[9] 丁书英. 大学生亲子依恋与生命意义感的关系：领悟社会支持的中介作用 [J]. 心理月刊, 2024, 19(06):41-43+49. <https://doi.org/10.19738/j.cnki.psy.2024.06.013>

[10] Mikulincer M .The Attachment Behavioral System In Adulthood: Activation, Psychodynamics, And Interpersonal Processes [J]. Advances in Experimental Social Psychology, 2003, 35:53-152.

[11] 李婷婷. 亲子依恋、学校联结与高中生生命意义感的关系 [D]. 广州大学, 2019.

- [12] 娄文婧, 成富倩. 依恋焦虑对大学生抑郁的影响: 领悟社会支持和生命意义感的中介作用 [J]. 心理月刊, 2024, 19(12): 82-85. <https://doi.org/10.19738/j.cnki.psy.2024.12.022>
- [13] 席居哲, 范家卉. 不安全依恋与主观幸福感的关系: 心理弹性和生命意义体验的链式中介模型 [C]//中国心理学会. 第二十届全国心理学学术会议--心理学与国民心理健康摘要集. 华东师范大学心理与认知科学学院; 2017: 2.
- [14] Dahlem NW, Zimet GD, Walker RR. The multidimensional scale of perceived social support: a confirmation study[J]. *Journal of Clinical Psychology*, 1991, 47(6): 756-761.
- [15] 刘梦璇. 初中生领悟社会支持、家庭亲密度与生命意义感的关系及其干预研究 [D]. 合肥: 合肥师范学院, 2023.
- [16] 胡明慧, 陈璐, 张晓文. (2020). 大学生心理弹性与生命意义感的关系: 领悟社会支持的中介作用. 中国健康心理学杂志.
- [17] Lopez, F.G., Ramos, K., Nisenbaum, M., Thind, N., & Ortiz-Rodriguez, T. (2014). Predicting the presence and search for life meaning: Test of an attachment theory-driven model. *Journal of Happiness Studies*, 16(1), 103-116.
- [18] 向光璨, 郭成, 何晓燕, 缪华灵, 陈红. (2020). 父母依恋、同伴依恋与希望的关系: 领悟社会支持和自尊的链式中介作用. 西南大学学报(自然科学版), 42(10), 124-131.
- [19] Zhang, L., Zhang, S., Yang, Y., & Li, C. (2017). Attachment orientations and dispositional gratitude: The mediating roles of perceived social support and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 114, 193-197.
- [20] 唐海波, 蒲唯丹, 姚树桥. 领悟社会支持与成人依恋对焦虑的作用机制研究 [J]. 中国临床心理学杂志, 2009, 17(3): 290-291, 294.
- [21] 孔雪燕, 郝志红. (2021). 成人依恋风格对专业心理求助态度的影响: 自我表露的预期结果的中介作用. 中国临床心理学杂志, 29(05), 1115-1118.
- [22] 王鑫强. 生命意义感量表中文修订版在大学生中的信效度及与心理素质的关系 [J]. 中国临床心理学杂志, 2016, 38(10): 161-167.
- [23] 李同归, 加藤和生. 成人依恋的测量: 亲密关系经历量表(ECR)中文版. 心理学报, 2006, 38(3): 399-406.
- [24] 张灵, 郑雪, 严标宾. 大学生人际关系困扰与主观幸福感的关系研究 [J]. 心理发展与教育, 2007, 23(2).
- [25] Preacher K J, Hayes A F. Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models [J]. *Behav Res Methods*, 2008, 40(3): 879-891.
- [26] 马茜芝, 张志杰. (2020). 高中生亲子依恋与生命意义感的关系: 同伴依恋和时间洞察力的中介作用. 心理发展与教育, 36(2), 168-174.
- [27] Cohen S, Wills T A. Stress, social support, and the buffering hypothesis [J]. *Psychol Bull*, 1985, 98(2): 310-357.
- [28] Abraham M. A theory of human motivation, psychological Review [J]. *Wikipedia.org*, 1943, 50(4): 370-396.