

# 大學生自傳體記憶特徵、自傳體記憶功能 和生命意義感之關係探討

顧璇\*

山東大學哲學與社會發展學院社會工作系

謝志成

香港中文大學教育學院教育心理學系

本研究旨在探討大學生回憶自傳體記憶與生命意義感的關係，採用問卷調查法，以廣州市 459 名大學生為樣本，測量自傳體記憶的特徵、自傳體記憶的功能，以及擁有生命意義、追尋生命意義的水平。研究結果顯示：(1) 高質量的自傳體記憶特徵顯著正向預測擁有生命意義和追尋生命意義，並且顯著正向預測自傳體記憶的功能；(2) 自傳體記憶的自我連續功能和社會連結功能在自傳體記憶特徵和追尋生命意義之間起到中介作用，而在自傳體記憶特徵和擁有生命意義之間的中介作用不顯著；(3) 自傳體記憶的問題解決功能在自傳體記憶特徵和追尋生命意義之間起到中介作用，並且在自傳體記憶特徵和擁有生命意義之間亦起到中介作用。依據上述結果，本研究對教育工作者開展生命教育提出相關建議。

關鍵詞：自傳體記憶特徵；自傳體記憶功能；生命意義感；大學生；生命教育

## 緒論

過有意義的人生是促使人發展的重要推動力 (Heintzelman & King, 2014)。縱觀人生歷程，生命意義感在人生的每個階段都有可能是重要的議題；而在青春期和成年初顯期 (emerging adulthood)，它的重要性尤為突出。大學生正處於成年初顯期，他們需要在邁進成人世界的過程中不斷發展和完善自我認同，形成獨特的人生觀、世界觀和生活目標 (Arnett, 2000)。追尋和獲得生命的意義是成年初顯期普遍的心理

---

\* 通訊作者：顧璇 (guxuan@sdu.edu.cn)

需求和突出的發展任務 (Maysless & Keren, 2014)。大學生的生命意義感與其身心健康和學業表現呈現正相關 (Bailey & Phillips, 2016; Czekierda et al., 2017)，缺少生命意義感的大學生常有抑鬱和行為問題 (Hedayati & Khazaei, 2014)。因此，本研究以大學生為關注對象，目的之一是探究影響大學生生命意義感的因素。

自傳體記憶 (autobiographical memory) 是指個人對自己生活經歷的回憶 (Conway & Rubin, 1993)，它與個人認知、社會和情感的健康有密切聯繫 (Gehrt et al., 2018)，是日常生活中最普遍的一種記憶。回憶自傳體記憶 (即回想或談論自己過往的經歷) 被認為是創得意義感的常見途徑之一 (Fivush et al., 2011)。但是，回憶自傳體記憶並非總是給人們帶來積極的心理效益。一方面，自傳體記憶的特徵 (即個人在回憶自傳體記憶時的主觀體驗和對體驗的評價) 存在較大的個別差異，例如有些人回憶往事時腦海中伴隨着生動的畫面和身臨其境的感受，而另一些人回憶往事時則較少在腦海中看到視覺的畫面；有些人的往事記憶是連貫和相互關聯在一起的，而另一些人的往事記憶是離散、孤立的片段。以往研究較少考察自傳體記憶特徵和生命意義感的關係，到目前為止僅有一項研究顯示，高質量的自傳體記憶特徵 (例如更加生動和完整的記憶) 與擁有生命意義感呈現正相關 (Sutin et al., 2021)，該研究關注獨立事件的記憶特徵，而不是從個別差異的水平來測量自傳體記憶的整體特徵。因此，本研究的第二個目的是探討自傳體記憶特徵的個別差異如何影響生命意義感。

另一方面，自傳體記憶的功能 (即回憶往事起到的作用) 亦存在個別差異，這可能會影響到回憶往事會否帶來積極的心理效益。當人們回憶往事是為了保持自我的連續性或者是為了促進社會聯繫時，回憶往事有利於提高幸福感；但是當回憶往事是為了消磨無聊感或者重溫苦難情境時，回憶往事不利於身心健康 (King et al., 2019)。相比於帶着懊悔和自責回憶往事，如果一個人帶着對過去的眷戀或嚮往回憶往事，那麼他能從回憶該往事中體驗出更多的意義感、自我連續感和社會連結感 (Jiang et al., 2021)。上述研究結果提示，自傳體記憶的功能與生命意義感相關，可能是決定回憶往事是否能帶來積極心理效益的關鍵變量，但尚缺少研究來探討自傳體記憶的特徵、功能和生命意義感三者之間的關係。因此，本研究的第三個目的是試圖說明自傳體記憶的功能對生命意義感形成的作用。

## 文獻探討

### 生命意義感和幸福感

雖然學界對生命意義感存在不同的定義，不同的人亦可能有不同的生命意義感來源 (何瑞珠、張穎珊, 2021)，但是從最基本的角度看，生命意義感被廣泛使用在

描述人們感知到他們自己的生活有多少意義。其中，Steger, Frazier, et al. (2006) 的定義最受學界採用，他們把生命意義感分為擁有意義 (presence of meaning) 和追尋意義 (search for meaning)。擁有生命意義指人們感知到自己的生活是可理解和有意義的，人們在生活中感到一種目的感和使命感；追尋生命意義指人們渴望找到更多或更深層的關於自己生命意義的動力和過程 (Steger, Kashdan, et al., 2008)。擁有生命意義和追尋生命意義涵括了意義感的不同方面，是兩個相對獨立的維度 (Steger, Frazier, et al., 2006; Steger, Oishi, & Kesebir, 2011)。本研究採取 Steger 等學者關於生命意義感的定義和測量，並分別探究擁有意義和追尋意義的形成路徑。

關於生命意義感和幸福感的關係，Ryff & Singer (1998) 認為生命意義感總體來說是「實現幸福」(eudaimonic well-being) 的核心組成部分。「實現幸福」關注個人的成長和心理優勢，而與之相對的「享樂幸福」(hedonic well-being) 關注愉悅的情緒 (Ryan & Deci, 2001)。生命意義感亦是衡量心理幸福 (psychological well-being) 的重要維度之一 (Diener et al., 2010; Ryff, 1989)，是實現個人最大潛能的結果 (Deci & Ryan, 2000)。

具體來說，擁有意義和追尋意義這兩個維度與幸福感之間的關係可能不同。在以往的研究中，擁有生命意義與幸福感的關係較為一致，均發現擁有意義與生活滿意度、積極情緒和希望等呈正向相關，與消極情緒、抑鬱、焦慮等呈負向相關 (Steger, 2018)；而追尋生命意義與幸福感的關係卻存在文化差異。「生命意義感的辯證模型」(dialectical model of meaning in life) 認為，由於追尋意義是一個過程，與個人在未來擁有的目標相關聯；同時，相對以美國為代表的獨立文化 (independent cultures)，以中國和日本為代表的互依文化 (interdependent cultures) 更着重過程而非結果，看重未來的目標 (Steger, Kawabata, et al., 2008)。因此，擁有生命意義在獨立文化中更加普遍，與「享樂幸福」指標呈正相關；追尋生命意義在互依文化中更加普遍，與「實現幸福」指標呈正相關。Steger, Kawabata, et al. (2008) 在美國和日本群體中證實了這假說。一項基於中國樣本的元分析探討了生命意義和主觀幸福感的關係，結果表明，擁有生命意義和追尋生命意義均與主觀幸福感、生活滿意度和積極情感呈顯著正相關 (靳宇倡等, 2016)，該結果亦支持生命意義感的辯證模型，說明中國人追尋意義通常是一種積極的體驗。此外，楊慊等 (2016) 認為，從跨文化一致性的角度來說，追尋意義雖然當下伴隨着短暫的壓力和焦慮等負面情緒，但是人能在追求意義的過程中實現自我目標並體會到自我價值，從而獲得內在的、持久的「實現幸福」。綜合來說，以往研究說明，擁有意義和追尋意義在中國文化下都具有正向的含義，但是就我們所知，以往研究並沒有探討自傳體記憶特徵如何影響獲得意義和追尋意義。本研究在自傳體記憶的概念框架下，探討自傳體記憶的特徵和生命意義兩個維度之間的關係。

生命意義感是生命教育的目標之一。生命教育以生命的學問為內涵，探究關於生命的三個根本課題：「人為何而活？應如何生活？又如何能活出應活出的生命？」（孫效智，2009）。第一個問題「人為何而活」就是在探討人應該以甚麼為生命的意義或目的。無論學生是否已經找到或擁有生命意義，或者學生依然在追求或尋找生命意義的旅途之中，這都是推行生命教育的目的之一。因此，從生命教育的實踐來看，擁有意義和追尋意義對學生都具有正向的影響。

大學生意義感的缺失問題，使得在大學開展生命教育顯得愈發迫切。鄭曉江（2012）認為，當代大學生的生命困頓主要表現在對生命的價值和意義感到迷茫（見孫效智，2013）。孫效智（2013）認為，生命意義的問題可能並沒有簡單的答案，問題不在於大學生感受不到生命意義，而在於大學生沒有認真去尋求生命的意義。因此，對於以大學生為代表的年青人來說，追尋生命的意義和擁有生命的意義一樣都有正向的引領作用。綜上所述，本研究考察大學生的自傳體記憶如何影響他們追尋生命意義和擁有生命意義的程度。本研究認為，追尋生命意義和擁有生命意義對中國的大學生而言都是正向的心理狀態。

## 自傳體記憶的特徵

每個人都有關於自我的獨特記憶，一些人似乎對過去的記憶更好，例如他們更頻繁地回憶起往事，回憶起的往事更加生動和具體。自傳體記憶的特徵指回憶往事時伴隨著主觀體驗和對回憶體驗的評價，這是研究個人記憶體驗差異的基礎概念（Boyacioglu & Akfirat, 2015）。自傳體記憶的特徵是豐富多樣的，包括：關於現象學的特徵，例如回憶往事時頭腦中關於事件的內容、場景、視覺和聽覺信息以及體驗到的情緒；關於準確性的特徵，例如記憶的生動性，身臨其境的重溫感受和事件發生的確信程度；關於敘事相關的特徵，例如事件內部的連貫性和事件在個人生命故事裏的中心性；關於認知過程的特徵，例如對記憶的複述等。

在以往關於自傳體記憶特徵的研究中，常見的方法是參與者回憶一件或多件往事後，填寫問卷來測量其特徵；即是說，以往研究大多是從自傳體記憶的事件水平，而非個別差異水平來考察記憶的特徵。例如，參與者首先根據線索詞回憶並報告一個關於自己的記憶，然後回答自傳體記憶問卷（Autobiographical Memory Questionnaire）（Talarico et al., 2004）或其改編版來評價該記憶的多種特徵（Gu & Tse, 2016; Gu et al., 2020），例題為「當你回憶該事件時，你多大程度上又重新在腦海中看到該事件發生時的畫面？」。然而，最近愈來愈多研究發現，自傳體記憶特徵不單是一個人對某個記憶的體驗，亦是一種穩定的個別差異（Rubin, 2020, 2021）。自傳體記憶特徵的個別差異可以用來衡量一個人自傳體記憶質量的好壞（Berntsen et al., 2019）。這種看待自傳體記憶視角的重要轉變，從方法論上使自傳體記憶特徵的測量能夠獨立於單獨的

一件事，在個別差異層面上對自傳體記憶特徵進行測量，從而令自傳體記憶的研究能與其他關注個別差異的領域融合。在自傳體記憶特徵是一種個別差異的學術視角下，本研究試圖探討個人回憶自傳體記憶時的特徵與其生命意義感等正向的心理社會功能之間的關係。

## 自傳體記憶的功能

自傳體記憶的功能回答了人們為甚麼記住自己的經歷，人們在每日的生活中利用自傳體記憶做些甚麼 (Bluck & Alea, 2011)。在認知研究的領域，一般認為，自傳體記憶具有三大功能 (Bluck et al., 2005)：自我連續 (self-continuity) 功能，包括提取自傳體記憶來維持自我存在的同一感，或在保持自我連續性的同時提升自我 (Conway, 2005)；社會連結 (social-bonding) 功能，涉及提取記憶來發展、維護和增進社會聯結 (Alea & Bluck, 2003)；指導行為 (directing-behavior) 功能，涉及提取過往的經歷來指引當前的問題解決，以及指導未來的思考和行為 (Pillemer, 2003)。

除了從認知領域探究人們回憶往事的功能之外，在臨床領域通常採用憶舊 (reminiscence) 這一術語來說明人反覆回味或經常與他人分享個人經歷的作用；人格領域的研究則認為，人們對個人經歷的敘事 (narrative) 是一種人格維度，它影響自我同一性的整合 (李明、杜建政, 2015)。大量有關憶舊的研究以老年人為研究對象 (Webster, 1993)，而大量敘事的研究則以中年人為研究對象 (McAdams & Guo, 2015)。考慮本研究的對象特點和研究問題，本研究在認知領域的框架下探究自傳體記憶的功能。

## 自傳體記憶的特徵、功能和生命意義感的關係

個人高質量的自傳體記憶特徵意味着這個人更加頻繁地回憶自己的過往經歷，並且當他回憶起自己的記憶時，他的記憶更加清晰、生動和連貫。可以預期，個人高質量的自傳體記憶特徵將發揮更好的功能，用以維護自我概念、促進社交和解決問題。本研究首次從個別差異的層面來探究自傳體記憶特徵和自傳體記憶功能之間的關係，並提出假說 1：自傳體記憶的特徵正向預測自傳體記憶的功能。

人們從自己過去經歷的事件中尋找意義、目的或者價值 (McLean & Pratt, 2006; Singer, 2004)，這種創建意義 (meaning-making) 的能力從青春晚期開始出現，隨着抽象能力發展，成年初顯期的人們開始能夠將事件與自我聯繫起來，創造連續的人生故事 (Habermas & Bluck, 2000)。以往的研究把人們在敘述自傳體記憶時的內容編碼，說明人們在敘述自傳體記憶時伴隨着創建生命意義的過程，例如在瑞士，成年初顯期的人通過回憶和整合人生的一些關鍵記憶來創建生命的意義 (Lardi et al.,

2010)。中國中年人對自傳體記憶的敘述常常包括反思性的評價（Wang & Conway, 2004），說明以回憶自傳體記憶來創建生命的意義。據我們所知，尚未有研究採用生命意義感量表、並從個別差異的視角來探討回憶自傳體記憶和追尋意義、擁有意義的關係。此外，以往研究在探討自傳體記憶的特徵時，通常聚焦於一個或幾個具體的自傳體記憶事件，而未有研究從一般的水平上測量個人自傳體記憶的整體特徵。因此，本研究採用問卷法，不著眼於具體、獨立的自傳體記憶事件，而從個別差異的視角來探究回憶自傳體記憶的整體特徵與生命意義感的關係，並提出假說 2：高質量的自傳體記憶特徵正向預測大學生的生命意義感。

Waters（2014）首次考察了自傳體記憶的三種功能和幸福感的關係，在該項研究中，每位參與者報告四個自傳體記憶，並評價每個記憶的功能；幸福感的測量包含多個指標，例如生活滿意度，自尊，心理幸福感等。結果發現，自傳體記憶的三種功能均與心理幸福感量表中的生命目標感（purpose in life）維度呈正相關。考慮到生命目標感與生命意義感的高相關關係（Steger, Frazier, et al., 2006），本研究提出假說 3：自傳體記憶的功能正向預測生命意義感。

## 研究方法

### 研究對象

採取便利取樣法，在廣州市三所高校的大學生中發放網路問卷。所有參與者完成知情同意書，自願參與本研究。剔除在兩道注意力測驗題作答無效的問卷後，有效樣本數  $N = 459$ ；年齡為 18 至 25 歲，平均年齡 21.18 歲（ $SD = 1.40$ ），男生 113 名，女生 346 名。

### 研究工具

本研究使用的三個量表均由英文版翻譯而來，翻譯過程遵循標準的雙向翻譯程序，先由研究團隊翻譯成簡體中文，再由一名英語專業人員回譯，經研究團隊商討後確定中文版。在正式回答三個量表之前，參與者提交知情同意書和基本個人信息。為了提高網路發送問卷所得資料的有效性（Aust et al., 2013），我們設置了兩道注意力測驗題，分別添加到測量記憶特徵和生命意義感的題目之後。參與者只有正確回答這兩道題，他們的作答才是有效數據。這兩道注意力測驗題分別為：「當我回憶往事時，我總是能夠有非常清楚的記憶（如果你在認真讀題，此題請選擇非常頻繁）」，「我的生活充滿變化（如果你在認真看題，此題請選完全不正確）」。

## 自傳體記憶的特徵

採用 Berntsen et al. (2019) 編制的自傳體回憶測驗 (Autobiographical Recollection Test) 來測量自傳體記憶質量好壞的個別差異。該測驗共 21 題，分 7 個維度，分別為 7 種自傳體記憶的特徵：生動 (vividness)、連貫 (coherence)、重溫 (reliving)、複述 (rehearsal)、場景 (scene)、視覺 (visual)、生命故事 (life story)。採用李克特 7 點評分，1 為「完全不同意」，7 為「完全同意」，例題為「我對往事的記憶裏有許多細節」，「我對往事的記憶是我人生故事的中心部分」。對該量表進行二階驗證性因素分析，模型擬合良好， $\chi^2/df = 2.94$ ，RMSEA = .07，CFI = .90，SRMR = .05。在本研究中，該量表的 Cronbach's  $\alpha$  係數為 .94。

## 自傳體記憶的功能

採用 Bluck & Alea (2011) 所編思考生活經歷量表 (Thinking about Life Experience Scale) 來測量自傳體記憶的三種功能：自我連續、社會連結、指導行為。該量表共 15 題，採用李克特 5 點評分，從 1 到 5 分別為「幾乎從不」、「很少」、「偶爾」、「經常」、「非常頻繁」，例題為「當我想要感到我還是那個從前的自己，我就會回想、談到我的人生經歷（或人生中的某些階段）」，「當我想要嘗試從我過去的錯誤中學習，我就會回想、談到我的人生經歷（或人生中的某些階段）」。對該量表進行一階驗證性因素分析，模型擬合良好， $\chi^2/df = 3.92$ ，RMSEA = .08，CFI = .90，SRMR = .06。自我連續、社會連結和指導行為三個分量表在本研究中的 Cronbach's  $\alpha$  係數分別為 .85、.83、.78。

## 生命意義

採用 Steger, Frazier, et al. (2006) 編制的生命意義感問卷 (Meaning in Life Questionnaire)，分為擁有意義和追尋意義兩個維度，例題為「我明白我生命的意義」，「我正為我的生活尋找一個目的或者使命」。該問卷共 10 題，採用李克特 7 點評分，1 為「完全不正確」，7 為「完全正確」。對該量表進行一階驗證性因素分析，模型擬合良好， $\chi^2/df = 3.85$ ，RMSEA = .08，CFI = .94，SRMR = .07。本研究中，擁有生命意義和追尋生命意義兩個分量表的 Cronbach's  $\alpha$  係數分別為 .84、.87。

## 統計分析

運用 SPSS 21 進行描述性統計分析、相關分析和回歸分析；運用 Mplus 7 進行量表的驗證性因素分析和結構方程模型的分析。

## 研究結果

### 描述性統計與相關分析

表一呈現了自傳體記憶特徵、自傳體記憶的三種功能、擁有生命意義和追尋生命意義之間的皮爾森積差相關係數，以及變量的數值範圍、平均數和標準差。自傳體記憶特徵與自傳體記憶功能、生命意義感皆呈顯著正相關。自我連續和社會連結的記憶功能與擁有生命意義的相關不顯著，與追尋生命意義的相關顯著。指導行為的記憶功能與擁有生命意義和追尋生命意義的相關皆顯著。

表一：自傳體記憶特徵、功能和生命意義感的相關係數矩陣、得分範圍、平均數和標準差

	1	2	3	4	5	6
1. 自傳體記憶特徵	—					
2. 自傳體記憶功能：自我連續	.36**	—				
3. 自傳體記憶功能：社會連結	.33**	.58**	—			
4. 自傳體記憶功能：指導行為	.37**	.73**	.58**	—		
5. 擁有生命意義	.15**	.07	.04	.11*	—	
6. 追尋生命意義	.23**	.28**	.17**	.34**	.19**	—
最小值	1.33	1.20	1.00	1.40	1.20	1.00
最大值	7.00	5.00	5.00	5.00	7.00	7.00
平均數	4.36	3.14	2.97	3.19	4.62	5.51
標準差	0.91	0.76	0.80	0.68	1.11	1.00

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

### 自傳體記憶特徵對自傳體記憶功能的預測作用分析

以自傳體記憶特徵的總分為預測變量，分別以自傳體記憶三種功能的得分為結果變量進行線性回歸分析。結果顯示，自傳體記憶特徵顯著正向預測自我連續的功能，回歸方程顯著， $F(1, 457) = 68.22, p < .001, \text{adjusted } R^2 = .13$ ；標準回歸係數  $b = .36, p < .001$ 。自傳體記憶特徵顯著正向預測社會連結的功能，回歸方程顯著， $F(1, 457) = 54.86, p < .001, \text{adjusted } R^2 = .11$ ；標準回歸係數  $b = .33, p < .001$ 。自傳體記憶特徵顯著正向預測指導行為的功能，回歸方程顯著， $F(1, 457) = 74.49, p < .001, \text{adjusted } R^2 = .14$ ；標準回歸係數  $b = .37, p < .001$ 。該結果符合假說 1，說明大學生高質量的自傳體記憶特徵有利於自傳體記憶功能的發揮。

### 自傳體記憶特徵對生命意義感的預測作用分析

以自傳體記憶特徵的總分為預測變量，分別以擁有生命意義和追尋生命意義的

得分為結果變量進行線性回歸分析。結果顯示，自傳體記憶特徵顯著正向預測擁有生命意義，回歸方程顯著， $F(1, 457) = 11.07, p = .001, \text{adjusted } R^2 = .02$ ；標準回歸係數  $b = .15, p = .001$ 。自傳體記憶特徵顯著正向預測追尋生命意義，回歸方程顯著， $F(1, 457) = 24.97, p < .001, \text{adjusted } R^2 = .05$ ；標準回歸係數  $b = .23, p < .001$ 。該結果符合假說 2，說明大學生高質量的自傳體記憶特徵與高水平的生命意義感呈正相關。

### 自傳體記憶功能對生命意義感的預測作用分析

以自傳體記憶的三種功能為預測變量，分別以擁有生命意義和追尋生命意義的得分為結果變量進行線性回歸分析。結果顯示，自傳體記憶的三種功能對擁有生命意義的預測作用均不顯著，回歸方程不顯著， $F(3, 455) = 2.05, p > .05, \text{adjusted } R^2 = .01$ 。自傳體記憶的指導行為功能對追尋生命意義的預測作用顯著，回歸方程顯著， $F(3, 455) = 21.00, p < .001, \text{adjusted } R^2 = .12$ ；指導行為功能的標準化回歸係數  $b = .31, p < .001$ ；其他記憶功能對追尋生命意義的預測作用不顯著， $p > .05$ 。該結果一方面說明，在大學生的自傳體記憶的三個功能之中，只有指導行為的功能可以預測追尋生命意義感，這個結果部分符合假說 3；另一方面說明，自傳體記憶的三種功能均不可以預測擁有生命意義感。

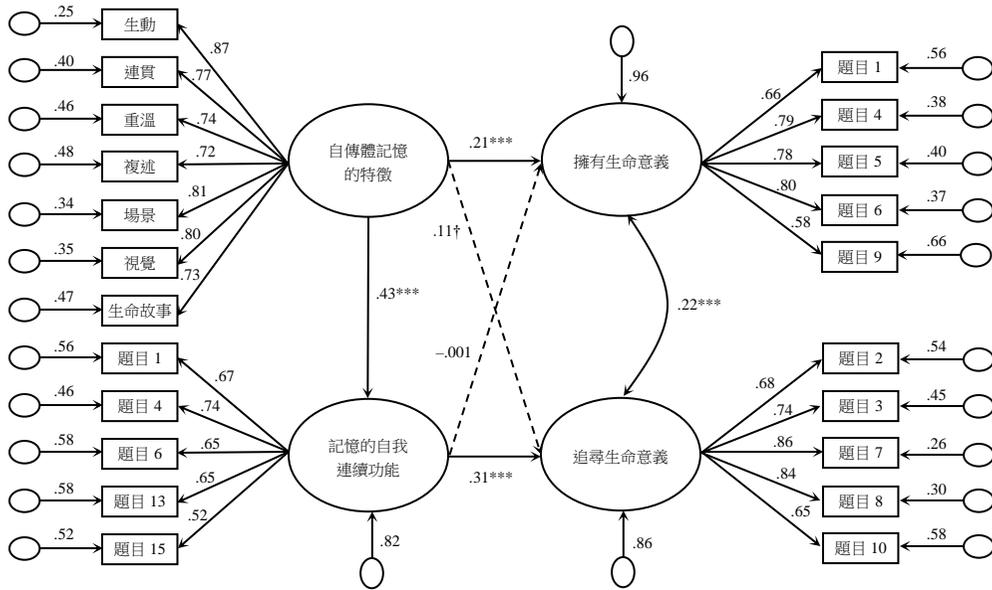
### 自傳體記憶的自我連續功能的中介效應分析

通過潛變量的結構方程模型，探索自傳體記憶的自我連續功能在記憶特徵與擁有生命意義、記憶特徵與追尋生命意義之間的中介作用。結果顯示，模型擬合良好， $\chi^2/df = 2.80, \text{RMSEA} = .06, \text{CFI} = .91, \text{SRMR} = .06$ 。如圖一所示，自傳體記憶的特徵直接預測追尋生命意義，亦通過記憶的自我連續功能間接預測追尋生命意義。自傳體記憶特徵可以預測擁有生命意義，但是記憶的自我連續功能在此路徑中沒有起到中介作用。各路徑的標準化係數和顯著性見圖一。

### 自傳體記憶的社會連結功能的中介效應分析

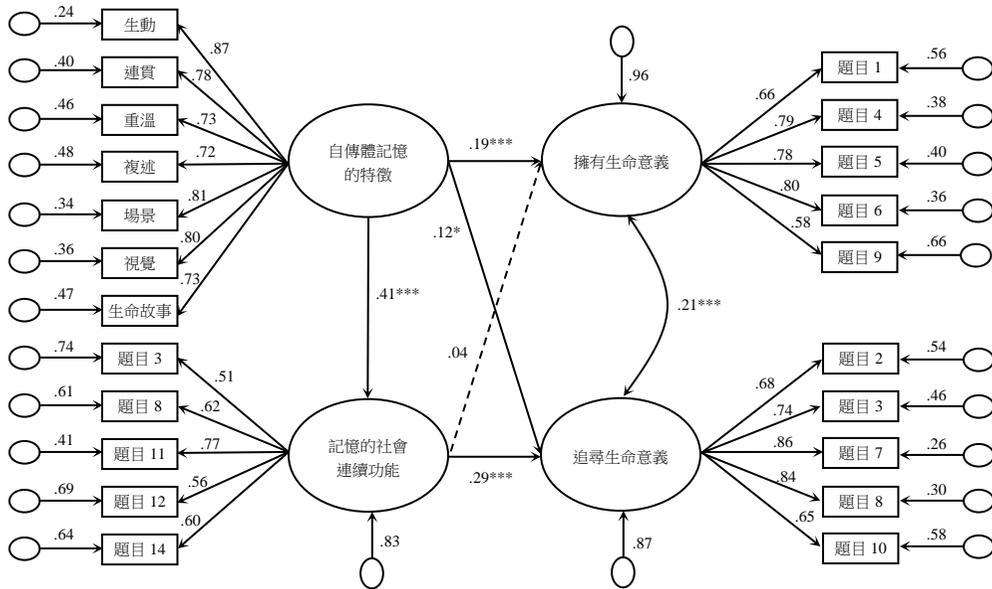
通過潛變量的結構方程模型，分析自傳體記憶的社會連結功能在記憶特徵與擁有生命意義、記憶特徵與追尋生命意義之間的中介作用。結果顯示，模型擬合良好， $\chi^2/df = 2.75, \text{RMSEA} = .06, \text{CFI} = .91, \text{SRMR} = .06$ 。如圖二所示，自傳體記憶的特徵直接預測追尋生命意義，亦通過記憶的社會連結功能間接預測追尋生命意義。自傳體記憶特徵可以預測擁有生命意義，但是記憶的社會連結功能在此路徑中沒有起到中介作用。各路徑的標準化係數和顯著性見圖二。

圖一：自傳體記憶的自我連續功能的中介模型及其路徑係數



\*\*\*  $p < .001$ , †  $p = .055$

圖二：自傳體記憶的社會連結功能的中介模型及其路徑係數

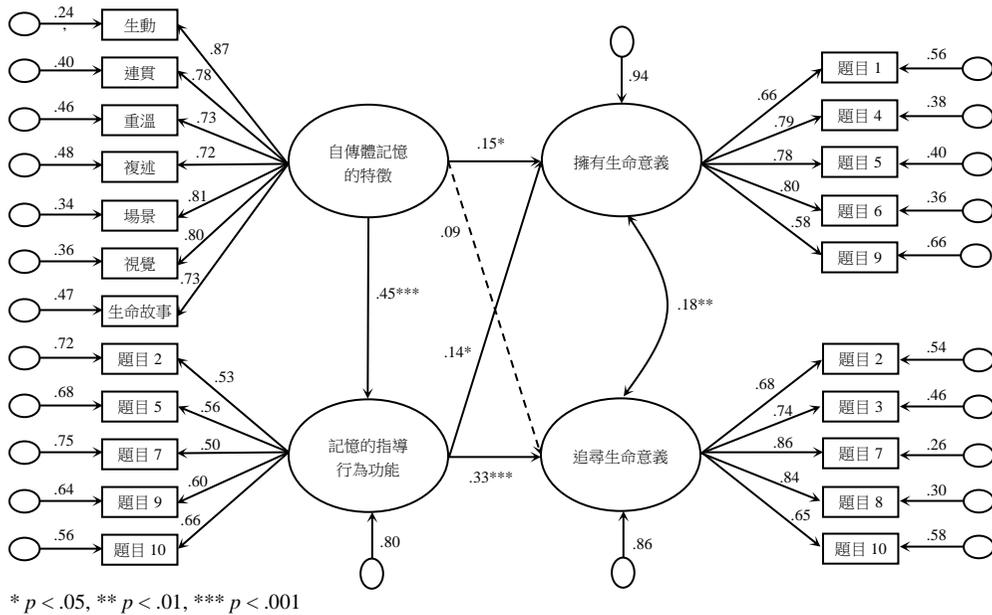


\*  $p < .05$ , \*\*\*  $p < .001$

### 自傳體記憶的指導行為功能的中介效應分析

通過潛變量的結構方程模型，分析自傳體記憶的指導行為功能在記憶特徵與擁有生命意義、記憶特徵與追尋生命意義之間的中介作用。結果顯示，模型擬合良好， $\chi^2/df = 3.19$ ，RMSEA = .07，CFI = .89，SRMR = .07。如圖三所示，自傳體記憶的特徵通過記憶的指導行為功能間接預測追尋生命意義，亦可以通過記憶的指導行為功能間接預測擁有生命意義。各路徑的標準化係數和顯著性見圖三。

圖三：自傳體記憶的指導行為功能的中介模型及其路徑係數



上述三個結構方程模型的結果，驗證了假說 1，說明自傳體記憶的特徵能夠正向預測自傳體記憶的三種功能；同時亦驗證了假說 2，說明自傳體記憶的特徵能夠直接或間接地正向預測生命意義感。結構方程模型的結果亦部分驗證了假說 3，說明自傳體記憶的功能正向預測追尋生命意義感。此外，在驗證上述假說的過程中，本研究結果顯示，自傳體記憶功能在自傳體記憶的特徵和追尋生命意義之間起到中介作用。

### 討論與建議

為了探究影響大學生生命意義感的因素，本研究通過問卷法，探討了大學生自傳體記憶的特徵、自傳體記憶的功能與生命意義感之間的關係。本研究創新地從自傳體記憶的視角探討大學生生命意義感的影響因素，並測量自傳體記憶特徵的個別差異，

即從個人水平而非具體記憶的事件水平測量自傳體記憶的特徵。結果顯示，高質量的自傳體記憶特徵能夠直接預測擁有生命意義感，而高質量的自傳體記憶特徵還可以通過自傳體記憶功能的中介作用預測追尋生命意義感。

以往研究較多關注記憶的事件水平的特徵，即分析自傳體記憶中的單個或多個事件的特徵，並探討此等事件水平的特徵與幸福感等適應性指標的關係。例如，Holmes et al. (2016) 發現，回憶往事時頭腦中記憶的畫面愈豐富和生動，則抑鬱水平愈低，而抑鬱病人一個顯著的特點即是回憶時腦海中畫面的豐富性和生動性不足。然而，以往研究較少從記憶的個別差異層面來探究自傳體記憶的整體特徵，本研究進一步從個別差異層面說明了自傳體記憶特徵和幸福感的關係：回憶自傳體記憶時生動、豐富的視覺特徵以及其他重要的自傳體記憶特徵，從整體上有利於提高生命意義感。

本研究首次揭示出自傳體記憶功能在自傳體記憶特徵和生命意義感之間的中介作用。Vanaken et al. (2020) 研究了自傳體記憶的連貫特徵如何影響心理幸福感，研究者要求參與者聽其他人連貫的或不連貫的自傳體記憶，敘述一段連貫的自傳體記憶能夠發揮社會連結的功能，從而增加了參與者對講述者的積極情緒和社交動機。此外，Waters & Fivush (2015) 收集了大學生對自己重要經歷的敘述，並在記憶的連貫特徵和反映自我概念的程度上對記憶的內容進行編碼。該研究發現，只有當敘述中包含自我概念的內容時，即只有當自傳體記憶發揮自我連續的功能時，記憶的連貫特徵才與心理幸福感相關。本研究結果與上述兩項研究的結果一致，說明了自傳體記憶功能的關鍵作用。本研究還擴展了自傳體記憶的特徵，首次發現：自傳體記憶的連貫特徵以及其他重要的自傳體記憶特徵，在整體上通過記憶的社會連結功能 and 自我連續功能，對追尋生命意義感產生影響。

大學應該開設指向生命意義感的生命教育通識課程，不僅要重視大學生有沒有獲得生命意義感，亦要重視大學生是否正處於追尋意義感的過程之中。有學者通過理論推導，認為那些與自我概念息息相關的自傳體記憶可以融入生命教育，例如可以通過引導學生選取生命故事、講述生命故事等方式來開展生命教育，從而增強學生的主體性、減少危機事件的發生（張綉蕊、劉麗，2022）。有學者甚至認為，生命教育不是大學開設的一門通識課，而是大學教育的本體，大學教育應該促進生命的發展，把個人人格不斷引向卓越（馮建軍，2017）。基於本研究的發現，我們對生命教育的實踐提出如下建議。

第一，成年初顯期的人對追尋生命意義有着強烈的心理需求（Steger, Oishi, & Kashdan, 2009），因此教育者應當重視培養大學生的生命意義感，重視大學生對生命意義的追尋和探索。追尋和創建生命意義感依賴於個人的生活經歷（張榮偉、李丹，2018），然而，在新冠疫情大流行的環境可能不利於大學生獲得豐富的經歷。教育者可以鼓勵大學生在安全的範圍內豐富他們的學習和生活經歷，並為大學生提供多樣的

機會和體驗。這些學習和生活經歷就像是形成一定數量的、高質量的自傳體記憶的原始養料，這些記憶將發揮積極作用，幫助大學生發展自我概念、增進社會連結以及解決問題，從而有助他們獲得生命意義感。

第二，教育者可以通過教育或者干預項目來提高大學生自傳體記憶特徵的質量，達到增強大學生生命意義感的目的。例如，在大學生中開展「引導式自傳」工作坊（guided autobiography）（de Vries & Thornton, 2018），該工作坊通常 4 至 6 人一組，參與者每週根據既定主題回憶並書寫自己的故事，然後進行小組分享和傾聽。在這個過程中，參與者能夠找到自己故事的前後聯繫或者發現自己故事與他人故事的相似和不同，這些分享和傾聽的過程可能有利於整體提升自傳體記憶特徵的質量，亦有利於令自傳體記憶更好地發揮自我連續和社會連結的功能。

第三，教育者可以告知大學生關於自傳體記憶的不同功能，引導他們多利用自傳體記憶來促進自我概念的發展、增進社會關係，以及解決當前和未來面對的問題，這將有利於學生提高生命意義感。一項在貧困大學生中採用「樂高認真玩」（LEGO® SERIOUS PLAY®）遊戲為工具的研究要求大學生回顧和思考人生經歷（Tseng, 2017）。在該項研究中，參與者用樂高積木建造他們人生故事中的特定情境，每週一個主題，例如生命的篇章、對往事的回憶、預測未來的劇本、生活中的困難和挑戰等；經過八周的遊戲後發現，大學生記憶的「生命故事」和「連貫性」等特徵得到提高，他們的交流感增強，焦慮和抑鬱降低。該結果提示，在進行生命教育時，可以採用一些譬如「樂高認真玩」這類遊戲或反思工具，促進自傳體記憶更好地發揮解自我、提升社交和指導行為的作用，從而強化自傳體記憶的功能及其使用頻率。

以下說明本研究的限制，並對未來研究者提供建議。第一，本研究結果可能存在的文化差異有待驗證。一方面，自傳體記憶的不同功能在不同文化中有不同的使用頻率及其重要性，因而可能會影響其與自傳體記憶特徵、生命意義感之間的關係。例如，美國的大學生比中國的大學生更頻繁地使用記憶來指導行為（Kulkofsky et al., 2010），中國台灣大學生比美國的大學生更頻繁地使用自傳體記憶的自我連續功能（Liao et al., 2016）。另一方面，如前所述，擁有生命意義和追尋生命意義在中西文化中可能存在不同的涵義和權重（Steger, Kawabata, et al., 2008），因此在西方文化下，自傳體記憶的功能在記憶特徵和追尋生命意義之間是否起到同樣的中介作用，有待後續研究來探索。此外，本研究樣本的性別比例不平衡，可能會影響研究結果是否可以擴展到其他大學生群體之中，這有待進一步研究的驗證。

第二，本研究對於自傳體記憶特徵和功能之關係的研究具有開創性和探索性，不能較準確地解釋在中介模型中追尋生命意義和擁有生命意義之間的結果差別。例如，為甚麼自傳體記憶的三種功能均能在自傳體記憶特徵和「追尋生命意義感」之間起到中介作用，而不是「擁有生命意義感」？為甚麼只有自傳體記憶的指導行為功能

在自傳體記憶特徵和「擁有生命意義感」之間起到中介作用？一種可能的解釋是，自傳體記憶的指導行為功能可以屬於擁有意義感的一個維度，因為只有當人認為過去的經歷有意義，才能用它們來指導當前和未來的行為（Alea & Bluck, 2013）。未來研究需要進一步探索自傳體記憶和生命意義感之間的關係。

第三，基於以往的研究發現，本文建立在一個潛在的假定之上：生命意義感與幸福感密切相關，並且是幸福感的正向預測指標；特別是在中國文化下成長的成年初顯期的人，追尋生命意義和擁有生命意義均具有積極的心理健康功能。但是，本文尚未直接驗證自傳體記憶特徵、自傳體記憶功能、生命意義感和幸福感之間的關聯。未來研究可以嘗試採用全面的指標測量幸福感，來全面分析「享樂幸福」和「實現幸福」與自傳體記憶特徵、功能之間的關係。由於生命意義感是「實現幸福」的指標之一，因此可以預期自傳體記憶的特徵、功能和「實現幸福」之間的正向關聯。然而，自傳體記憶的特徵、功能和「享樂幸福」之間的關係有待進一步探究。

第四，本文從一般水平上考察自傳體記憶的特徵和功能，這種研究取向的優點是能夠不依賴於具體、獨立的自傳體記憶對變量進行測量，而這一優點亦有可能是這種研究取向的不足。參與者在填寫自傳體回憶測驗和思考生活經歷量表的過程中，需要較抽象地評價自己的記憶，並且這些量表題目的表述可能要求參與者對自己記憶或者生活狀況本身有較高的內省水平。因此，有可能存在一些調節變量（例如參與者的正念水平、內外向的人格特質或者自我概念的發展水平等）會改變自傳體記憶的特徵、功能和生命意義感之間的關係。這些可能的調節變量有待未來研究進一步探索。

## 參考文獻

- 何瑞珠、張穎珊（2021）。〈探問青年生命意義的來源——以自助攝影（Auto-photography）及照片引談（Photo-elicitation）為進路〉。《教育學報》，第 49 卷第 1 期，頁 143–166。
- 李明、杜建政（2015）。〈舊事為何重提？——憶舊、敘事與自傳記憶的功能研究及其整合〉。《心理科學進展》，第 23 卷第 10 期，頁 1732–1745。https://doi.org/10.3724/SP.J.1042.2015.01732
- 孫效智（2009）。〈臺灣生命教育的挑戰與願景〉。《課程與教學季刊》，第 12 卷第 3 期，頁 1–26。
- 孫效智（2013）。〈大學生命教育的理念與策略〉。《生命教育研究》，第 5 卷第 2 期，頁 1–37。https://doi.org/10.3966/207466012013120502001
- 張綉蕊、劉麗（2022）。〈自我定義記憶：青少年生命教育的新視角〉。《教育理論與實踐》，第 42 卷第 31 期，頁 35–39。
- 張榮偉、李丹（2018）。〈如何過上有意義的生活？——基於生命意義理論模型的整合〉。《心理科學進展》，第 26 卷第 4 期，頁 744–760。https://doi.org/10.3724/SP.J.1042.2018.00744

- 馮建軍 (2017)。〈回歸生命本體的大學教育〉。《生命教育研究》，第9卷第1期，頁1-21。
- 楊謙、程巍、賀文潔、韓布新、楊昭寧 (2016)。〈追求意義能帶來幸福嗎？〉。《心理科學進展》，第24卷第9期，頁1496-1503。https://doi.org/10.3724/SP.J.1042.2016.01496
- 靳宇倡、何明成、李俊一 (2016)。〈生命意義與主觀幸福感的關係：基於中國樣本的元分析〉。《心理科學進展》，第24卷第12期，頁1854-1863。https://doi.org/10.3724/SP.J.1042.2016.01854
- Alea, N., & Bluck, S. (2003). Why are you telling me that? A conceptual model of the social function of autobiographical memory. *Memory*, 11(2), 165-178. https://doi.org/10.1080/741938207
- Alea, N., & Bluck, S. (2013). When does meaning making predict subjective well-being? Examining young and older adults in two cultures. *Memory*, 21(1), 44-63. https://doi.org/10.1080/09658211.2012.704927
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469
- Aust, F., Diedenhofen, B., Ullrich, S., & Musch, J. (2013). Seriousness checks are useful to improve data validity in online research. *Behavior Research Methods*, 45(2), 527-535. https://doi.org/10.3758/s13428-012-0265-2
- Bailey, T. H., & Phillips, L. J. (2016). The influence of motivation and adaptation on students' subjective well-being, meaning in life and academic performance. *Higher Education Research and Development*, 35(2), 201-216. https://doi.org/10.1080/07294360.2015.1087474
- Berntsen, D., Hoyle, R. H., & Rubin, D. C. (2019). The Autobiographical Recollection Test (ART): A measure of individual differences in autobiographical memory. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, 8(3), 305-318. https://doi.org/10.1016/j.jarmac.2019.06.005
- Bluck, S., & Alea, N. (2011). Crafting the TALE: Construction of a measure to assess the functions of autobiographical remembering. *Memory*, 19(5), 470-486. https://doi.org/10.1080/09658211.2011.590500
- Bluck, S., Alea, N., Habermas, T., & Rubin, D. C. (2005). A TALE of three functions: The self-reported uses of autobiographical memory. *Social Cognition*, 23(1), 91-117. https://doi.org/10.1521/soco.23.1.91.59198
- Boyacioglu, I., & Akfirat, S. (2015). Development and psychometric properties of a new measure for memory phenomenology: The Autobiographical Memory Characteristics Questionnaire. *Memory*, 23(7), 1070-1092. https://doi.org/10.1080/09658211.2014.953960
- Conway, M. A. (2005). Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, 53(4), 594-628. https://doi.org/10.1016/j.jml.2005.08.005

- Conway, M. A., & Rubin, D. C. (1993). The structure of autobiographical memory. In A. F. Collins, S. E. Gathercole, M. A. Conway, & P. E. Morris (Eds.), *Theories of memory* (pp. 103–137). Lawrence Erlbaum.
- Czekierda, K., Banik, A., Park, C. L., & Luszczynska, A. (2017). Meaning in life and physical health: Systematic review and meta-analysis. *Health Psychology Review, 11*(4), 387–418. <https://doi.org/10.1080/17437199.2017.1327325>
- de Vries, B., & Thornton, J. E. (2018). Research on guided autobiography: A review of content, process, and outcome. *The International Journal of Reminiscence and Life Review, 5*(1), 22–27.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*(4), 227–268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research, 97*(2), 143–156. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
- Fivush, R., Habermas, T., Waters, T. E. A., & Zaman, W. (2011). The making of autobiographical memory: Intersections of culture, narratives and identity. *International Journal of Psychology, 46*(5), 321–345. <https://doi.org/10.1080/00207594.2011.596541>
- Gehrt, T. B., Berntsen, D., Hoyle, R. H., & Rubin, D. C. (2018). Psychological and clinical correlates of the Centrality of Event Scale: A systematic review. *Clinical Psychology Review, 65*, 57–80. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.07.006>
- Gu, X., & Tse, C. S. (2016). Narrative perspective shift at retrieval: The psychological-distance-mediated-effect on emotional intensity of positive and negative autobiographical memory. *Consciousness and Cognition, 45*, 159–173. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2016.09.001>
- Gu, X., Tse, C. S., & Chan, M. H. M. (2020). Are older adults in Hong Kong “living in history” in their autobiographical memories? *Applied Cognitive Psychology, 34*(1), 157–167. <https://doi.org/10.1002/acp.3603>
- Habermas, T., & Bluck, S. (2000). Getting a life: The emergence of the life story in adolescence. *Psychological Bulletin, 126*(5), 748–769. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.5.748>
- Hedayati, M. A. M., & Khazaei, M. A. M. (2014). An investigation of the relationship between depression, meaning in life and adult hope. *Procedia —Social and Behavioral Sciences, 114*, 598–601. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.753>
- Heintzelman, S. J., & King, L. A. (2014). Life is pretty meaningful. *American Psychologist, 69*(6), 561–574. <https://doi.org/10.1037/a0035049>
- Holmes, E. A., Blackwell, S. E., Burnett Heyes, S., Renner, F., & Raes, F. (2016). Mental imagery in depression: Phenomenology, potential mechanisms, and treatment implications.

- Annual Review of Clinical Psychology*, 12, 249–280. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-021815-092925>
- Jiang, T., Cheung, W. Y., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2021). Nostalgia, reflection, brooding: Psychological benefits and autobiographical memory functions. *Consciousness and Cognition*, 90, Article 103107. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2021.103107>
- King, D. B., Cappeliez, P., Canham, S. L., & O'Rourke, N. (2019). Functions of reminiscence in later life: Predicting change in the physical and mental health of older adults over time. *Aging and Mental Health*, 23(2), 246–254. <https://doi.org/10.1080/13607863.2017.1396581>
- Kulkofsky, S., Wang, Q., & Hou, Y. (2010). Why I remember that: The influence of contextual factors on beliefs about everyday memory. *Memory and Cognition*, 38(4), 461–473. <https://doi.org/10.3758/MC.38.4.461>
- Lardi, C., D'Argembeau, A., Chanal, J., Ghisletta, P., & Van der Linden, M. (2010). Further characterisation of self-defining memories in young adults: A study of a Swiss sample. *Memory*, 18(3), 293–309. <https://doi.org/10.1080/09658211003601522>
- Liao, H. W., Bluck, S., Alea, N., & Cheng, C. L. (2016). Functions of autobiographical memory in Taiwanese and American emerging adults. *Memory*, 24(4), 423–436. <https://doi.org/10.1080/09658211.2015.1015572>
- Mayselless, O., & Keren, E. (2014). Finding a meaningful life as a developmental task in emerging adulthood: The domains of love and work across cultures. *Emerging Adulthood*, 2(1), 63–73. <https://doi.org/10.1177/2167696813515446>
- McAdams, D. P., & Guo, J. (2015). Narrating the generative life. *Psychological Science*, 26(4), 475–483. <https://doi.org/10.1177/0956797614568318>
- McLean, K. C., & Pratt, M. W. (2006). Life's little (and big) lessons: Identity statuses and meaning-making in the turning point narratives of emerging adults. *Developmental Psychology*, 42(4), 714–722. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.4.714>
- Pillemer, D. (2003). Directive functions of autobiographical memory: The guiding power of the specific episode. *Memory*, 11(2), 193–202. <https://doi.org/10.1080/741938208>
- Rubin, D. C. (2020). Self-concept focus: A tendency to perceive autobiographical events as central to identity. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, 9(4), 576–586. <https://doi.org/10.1016/j.jarmac.2020.06.001>
- Rubin, D. C. (2021). Properties of autobiographical memories are reliable and stable individual differences. *Cognition*, 210, Article 104583. <https://doi.org/10.1016/j.cognition.2021.104583>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1–28. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_1)
- Singer, J. A. (2004). Narrative identity and meaning making across the adult lifespan: An introduction. *Journal of Personality*, 72(3), 437–459. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00268.x>
- Steger, M. F. (2018). Meaning and well-being. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. DEF Publishers. <https://www.nobascholar.com/chapters/50>
- 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(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- 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(2), 199–228. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00484.x>
- Steger, M. F., Kawabata, Y., Shimai, S., & Otake, K. (2008). The meaningful life in Japan and the United States: Levels and correlates of meaning in life. *Journal of Research in Personality*, 42(3), 660–678. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.09.003>
- 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. *The Journal of Positive Psychology*, 4(1), 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. *The Journal of Positive Psychology*, 6(3), 173–180. <https://doi.org/10.1080/17439760.2011.569171>
- Sutin, A. R., Luchetti, M., Aschwanden, D., Stephan, Y., & Terracciano, A. (2021). Sense of purpose in life, cognitive function, and the phenomenology of autobiographical memory. *Memory*, 29(9), 1126–1135. <https://doi.org/10.1080/09658211.2021.1966472>
- Talarico, J. M., LaBar, K. S., & Rubin, D. C. (2004). Emotional intensity predicts autobiographical memory experience. *Memory and Cognition*, 32(7), 1118–1132. <https://doi.org/10.3758/BF03196886>
- Tseng, W. C. (2017). An intervention using LEGO® SERIOUS PLAY® on fostering narrative identity among economically disadvantaged college students in Taiwan. *Journal of College Student Development*, 58(2), 264–282. <https://doi.org/10.1353/csd.2017.0019>
- Vanaken, L., Bijttebier, P., & Hermans, D. (2020). I like you better when you are coherent. Narrating autobiographical memories in a coherent manner has a positive impact on listeners' social evaluations. *PLoS One*, 15(4), Article e0232214. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232214>
- Wang, Q., & Conway, M. A. (2004). The stories we keep: Autobiographical memory in American and Chinese middle-aged adults. *Journal of Personality*, 72(5), 911–938. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00285.x>

- Waters, T. E. A. (2014). Relations between the functions of autobiographical memory and psychological wellbeing. *Memory*, 22(3), 265–275. <https://doi.org/10.1080/09658211.2013.778293>
- Waters, T. E. A., & Fivush, R. (2015). Relations between narrative coherence, identity, and psychological well-being in emerging adulthood. *Journal of Personality*, 83(4), 441–451. <https://doi.org/10.1111/jopy.12120>
- Webster, J. D. (1993). Construction and validation of the Reminiscence Functions Scale. *Journal of Gerontology*, 48(5), 256–262. <https://doi.org/10.1093/geronj/48.5.P256>

**The Relationship Between Autobiographical Memory Characteristics,  
Autobiographical Memory Functions, and Perceived Meaning in Life  
Among Chinese University Students**

Xuan GU & Chi-Shing TSE

***Abstract***

*The present study aimed to examine how university students' retrieval of their autobiographical memories would be associated with meaning in life. A total of 459 students in Guangzhou City completed a survey about their characteristics of autobiographical memory, functions of autobiographical memory, and their levels of presence of meaning and search for meaning. Results showed that: (a) the high-quality characteristics of autobiographical memory positively predicted the presence of and search for meaning, as well as the functions of autobiographical memory; (b) the self-continuity and social-bonding functions of autobiographical memory mediated the effect of autobiographical memory characteristics on the search for meaning, but they did not mediate the effect on the presence of meaning; (c) the directing-behavior function of autobiographical memory mediated the effect of autobiographical memory characteristics on the search for meaning, as well as the effect on the presence of meaning. The implications of the current findings in life education were discussed.*

*Keywords: autobiographical memory characteristic; autobiographical memory function; meaning in life; university students; life education*

---

**GU, Xuan** (顧璇) is Associate Researcher in the Department of Social Work, School of Philosophy and Social Development, Shandong University.

**TSE, Chi-Shing** (謝志成) is Professor in the Department of Educational Psychology, The Chinese University of Hong Kong.