

大学生人生意义感与丧文化的关系研究

曾 谋¹ 鲁 江² 赖映红¹

(1. 楚雄师范学院教育学院, 云南 楚雄 675000;

2. 普洱市景谷傣族彝族自治县第二中学, 云南 普洱 666401)

摘要:丧文化是近年来在青年群体中出现的亚文化现象。为了解人生意义感与丧文化的关系,本研究使用中文人生意义问卷和自编丧文化调查问卷,对大学生进行调查。结果表明:理想与现实的落差、学业压力、社交压力是导致大学生感到丧的主要因素;发泄压力、排解焦虑是丧文化在大学生中流行的主要原因;大部分学生认为丧文化弊大于利,会产生消极对待生活等不利影响;人生意义感与丧文化显著负相关,经常感到丧、经常使用丧文化、赞同丧文化、认为丧文化利大于弊的大学生人生意义感显著低于其他学生。

关键词:大学生;丧文化;人生意义感

2016年,一张“葛优躺”的图片红遍网络,随之而来的是大量的丧系表情包、丧语录、丧歌等,一种颓废的气息逐渐弥散开来,在大学生群体中广泛流传。一种带有颓废、绝望、悲观等情绪和色彩的亚文化——丧文化悄然出现并在部分大学生群体中流行。丧文化在某种程度上表达出了当代大学生的社会心态和生存的状态,是教育工作者不应忽视的社会现象。

为何丧文化的传播能如此广泛?为什么丧文化能迅速流行?为何当代大学生乐于用一种颓废的方式来表达自己的情感?目前,学术界大多从语言学、传播学社会学等角度来进行丧文化的研究,心理学上对丧文化的研究还较少。

我们认为当代大学生对丧的表达是来自于他们对自己人生意义感的不确定。当代大学生成长在社会的转型时期,承受着比以往青年更大的压力,迷失其中,产生了挫败和失落感,缺乏对自己人生意义感的追寻和体验。这种生存状态便通过丧文化的不同表现形式表达出来。

本研究希望通过调查大学生群体的人生意义感和丧文化基本情况,了解大学生所处的社会困境和群体心理,尝试回答丧文化在当代青年群体中广泛传播的原因、丧文化与人生意义感的相互关系等问题,并在调查结果的基础上提出大学生心理健康教育的相关建议。

一、研究方法

(一) 研究对象

以某大学的在校大学生作为研究对象,发放了调查问卷量300份,回收290份,有效的问卷共285份,有效率为95%。

(二) 研究工具

1. 自编丧文化调查问卷

参考其他丧文化有关研究,自编丧文化调查问卷。问卷内容主要有:大学生对丧文化的理解,大学生在生活中感到丧、使用丧文化的频率,使用丧文化的途径,大学生对丧文化持有的态度,

丧文化流行的原因等题目。

2. 中文人生意义问卷

人生意义问卷(Meaning in life Questionnaire, MLQ)是美国学者 Steger 等于2006年编制,用于测量人生意义的两个因子:人生意义体验和人生意义寻求。人生意义体验是指个体目前所体验和知觉自己人生有意义的程度,人生意义寻求指个体积极寻求人生意义或人生目标的程度,各含5个条目。

中文人生意义问卷(C-MLQ)采用Likert-7记分形式,1=完全不同意,2=基本不同,3=有点不同意,4=不确定,5=有点同意,6=基本同意,7=完全同意。1,4,5,6,9题测量意义体验;2,3,7,8,10题测量意义追寻,其中的第9题为反向计分题。

(三) 数据处理

采用IBM SPSS Statistics对收集到的有效数据进行统计分析。

三、研究结果

(一) 大学生中丧文化的基本情况

1. 对丧的理解和感到丧的程度

大学生如何理解“丧”?通过对285份有效卷的结果统计可知,选择丧的意思为负能量的人数最多,占76%;其次是颓废占69%;继而是不开心和倒霉,分别占有46%、45%;选择绝望的占42%;无力占33%;放弃占32%;自嘲占30%。

大学生对“在生活中是否会感到丧”的回答中,有52%的学生选择一般;32%的学生选择了很少会感到丧;14%的学生经常会感到丧;剩下的2%的学生选择了总是会丧。

2. 丧文化的使用情况

在问卷调查中,我们发现:大学生群体中64%的丧文化是从朋友圈了解的;52%是从微博中了解;32%是从百度贴吧了解;29%有微信公众号了解;19%的由朋友介绍;报纸电视和其他都占了16%。在丧文化的使用频率方面,偶尔使用的有50%,从不使用的有44%,经常使用的有6%。大学生使用丧文化最多的是丧的表情包,占59%;其次是丧语录,占52%;“小确丧”占39%;丧歌占38%;丧影视占27%;其他占5%。

3. 对丧文化的态度

大学生对丧这种精神状态的看法:不赞同的占43%;觉得无伤大雅,丧只是一种情感发泄的占31%;赞同丧的占22%;其他占4%。

大学生对丧文化在高校中生存和发展持有的态度统计中,53%持有反对态度,41%的选择无所谓,6%的支持丧文化的发展。

4. 丧文化的影响及评价

大学生在选择丧文化的积极影响时,选择排解压力的占65%,自我保护占15%,丰富人的精神世界和身份认同各占7%,

其他占 5%，只有 1% 的认为丧文化可以促进人的全面发展。

大学生在选择丧文化的消极影响时，消极对待生活的占 68%，信仰失落的危机占 13%，失去人生目标占 10%，影响人格自我完善占 9%。

大学生在对丧文化的评价中，46% 的选择了弊大于利，34% 的选择无所谓，15% 的选择了不清楚，只有 5% 的选择了利大于弊。

5. 丧的原因

调查结果显示，大学生产生丧的原因有 70% 是来源于理想和现实的压力；69% 来自于学业的压力；社交压力占 47%；恋爱压力是 24%；消费不能满足占 22%；父母不能理解占 16%；其他占 11%。

在丧文化的流行原因中，选择最多选项的是宣泄、发泄压力，占 65%；其次是普遍焦虑占 61%；然后是追捧流行的从众心理，占 42%；自我表达和保护占 93%；社会进程占 32%；商业推广占 18%；家庭教育所占比例最少，是 11%。

（二）大学生人生意义感的基本情况

接受调查的 285 名大学生的人生意义感平均分为 49.14，标准差为 8.975。T 检验和方差分析的结果显示，不同性别、不同年级的大学生的人生意义感不存在显著差异。

（三）大学生人生意义感和丧文化的关系分析

1. 大学生感到丧的程度和人生意义感的差异比较

对大学生感到丧的不同程度与人生意义感进行单因素方差分析，结果显示：感到不同程度丧的大学生的人生意义感差异显著（ $P < 0.05$ ），选择经常会感到丧的大学生的人生意义总分均值最低，而选择很少会感到丧的大学生的人生意义感的均值最高。

表 1 感到丧的程度和人生意义感的差异比较

		N	平均值	标准差	F	P
意义感总分	总是会	7	48.00	14.95	4.68	0.003
	经常会	40	45.38	8.84		
	一般	147	48.78	8.42		
	很少会	91	51.47	8.84		

2. 大学生丧文化的使用情况和人生意义感的差异比较

使用丧文化不同情况的大学生的人生意义感存在显著差异（ $P < 0.05$ ），经常使用丧文化来表达自己的情绪的大学生人生意义感的均分最低，而选择从不使用丧文化的大学生人生意义感的均分最高。

表 2 丧文化的使用情况和人生意义感的差异比较

	使用情况	N	平均值	标准差	F	P
意义感总分	经常使用	17	44.41	11.78	6.45	0.002
	偶尔使用	143	48.05	7.44		
	从不使用	125	51.04	9.74		

3. 大学生对丧文化的态度和人生意义感的差异比较

对丧文化不同态度的大学生的人生意义感存在显著差异（ $P < 0.05$ ），赞同丧文化的生活态度的大学生人生意义感均分是最低的，不赞同丧文化的生活态度的大学生人生意义感均值最高。

表 3 对丧文化的态度和人生意义感的差异比较

	丧文化评价	N	平均值	标准差	F	P
意义感总分	不赞同	123	51.59	9.26	7.35	0.000
	赞同	63	45.60	7.97		
	无伤大雅	88	48.05	8.67		
	其他	11	50.82	4.93		

4. 大学生对丧文化的评价和人生意义感的差异比较

对丧文化不同评价的大学生的人生意义感存在显著差异（ $P < 0.05$ ），对丧文化的评价是利大于弊的大学生的人生意义感的均分最低，而选择弊大于利的大学生的人生意义感最高。

表 4 对丧文化的评价和人生意义感的差异比较

	丧文化评价	N	平均值	标准差	F	P
意义感总分	利大于弊	14	47.14	10.99	4.92	0.002
	弊大于利	131	51.31	9.32		
	利弊参半	98	47.27	7.65		
	不清楚	42	47.43	8.79		

四、讨论与分析

（一）大学生丧文化与人生意义感的现状分析

1. 大学生丧文化的现状分析

最近几年丧文化在网络世界兴起，从最初的“葛优躺”爆红被大量的 90 后大学生群体转发，而后发展为“不想学习”“我差不多已经是废人了”等集体丧语录创作，以及马男波杰克、鲍比希尔、佩佩蛙、丧猫等形象成为“丧表情包”的新来源，流行于大学生们的日常聊天和社交生活中。丧逐渐演化为社交媒体上大学生形容自己不堪忍受重压、颓废状态的热词。

通过问卷调查结果，我们可以发现：大学生的丧主要来源于理想和现实的落差，以及由此产生的焦虑和失落情绪；另一个主要来源是学习和就业的压力。当代大学生处于社会的转型时期，他们在大学期间要为了学分和考证而学习，在毕业后还要面临严峻的择业压力。社交、恋爱等压力源也是让部分大学生感到丧的原因。大学生选择丧文化正是为了宣泄和排解焦虑、失落和压力。

丧是一种对未知生活的担忧和悲观的情绪宣泄和心理表征。

大学生虽然有着对自己未来的生活、工作的计划和目标，但是在现在社会变革下，部分大学生对自己的努力工作能否得到理想回报抱有消极悲观的预期，害怕无法实现对自己对未知生活、工作的计划和目标。大学生们为了避免现实和理想的落差，他们使用丧文化表现出了他们一种对生活和社会的冷漠态度，以此为了降低自己对未知生活的预期，即使不能实现对未来生活的期望，也可以用“我根本没有尽力”、“我真的无所谓”来进行自我安慰。

大学生在对丧的态度中，很多同学认为自己会选择用丧来表达情感。社交网络的发展，是丧文化在大学生中传播的有效途径。微信朋友圈和微博是年轻大学生们进行社交的网络主渠道，他们会把自己的心情发表出来，会以一种自嘲的方式表达出情感，比如：“我已经是废人了”之类的丧语录。习惯性的“晒丧”也成了大学生中的一种潮流。个体在社会生活中更乐于展现的是一种积

极的自我,在现实中较少表露自己的不良情绪,以免对“印象管理”过程造成破坏。但在虚拟的网络社交媒体中,他们可以寻找与自身有着相似难题与情绪感受的群体,相互靠拢,分享压力,从而获得一种得到群体支持的心理安慰。

2. 大学生人生意义感的现状分析

通过对人生意义感的统计分析,我们可以看到:大学生人生意义体验、人生意义寻求以及人生意义感总分都处于一个中等的水平。人生意义寻求的均分高于人生意义体验的均分,由此可知,多数大学生正处于追求人生意义的过程中,目前能感知和体验到的人生意义较少。

大学的学习和生活环境都与高中时期有很大的不同。大学的学习和生活中少了很多束缚,老师不再像高中时期把学生管得很严。大学这个时期主要靠的是自己独立自主和自律的能力。很多在高中时被束缚习惯了的大学生,就像被关在笼子里很久的小鸟突已忘记了如何飞翔。他们没有了老师和父母在旁边的督促和严格的管教,放任自己自由支配的时间,沉迷于独自在外的无拘无束,没有了人生的目标,把大量的空闲时间用来满足自己的娱乐,沉迷于游戏。但是每当他们虚度光阴过后,却会感到深深的空虚感,没有了高中的充实,这类似于 Frankl 提到过的“存在空虚症”。为了摆脱这样一种无所事事的状态,他们就不得不去重新寻找自己的目标、追寻人生的意义,进而结束这种无意义的感受和空虚的体验。

本研究中,不同性别和不同年级的大学生的人生意义感均无显著差异,这与付厚强等人的研究结果不一致。大学生的人生意义感是否存在性别、年级差异,尚需更多研究结果佐证。

(二) 大学生丧文化与人生意义感关系的研究分析

人生意义感与丧是两种对立的主观体验。感到不同程度丧的大大学生的人生意义感存在显著差异,选择经常会感到丧的大大学生的人生意义总分均值最低,而选择很少会感到丧的大大学生的人生意义感的均值最高。人生意义感也影响着大学生对待丧的态度。调查数据表明,赞同丧文化的大大学生的人生意义感较低,而不赞同丧文化的学生的人生意义感更高。

经常使用丧文化的各种形式去表达自己的丧,来表达和发泄自己的情感,可能会对自己形成一种消极的心理暗示,更加导致人生意义感降低。如果大学生没有积极向上的人生态度,就会对生活失去信心,感受不到周围事物的美好,具有较低的人生意义感,沉迷于各种丧文化之中。一些大学生认为,现在的压力那么大,适当“丧一丧”也是一种解压。但是,偶尔抱怨、颓废或释放负能量或许会给人些许的安慰,但是当人们执迷于用这些方法表达自己悲观的情绪时,丧就成为了人们在精神层面上的麻醉剂了。适当的使用丧文化来表达情感是可以的,但过度的使用丧只会让人丧失对人生意义的追求和体验。

(三) 开展人生意义感教育、对抗丧文化的不良影响的建议

丧文化的流行,反映了部分大学生悲观、消极、颓废的精神面貌,表明了一些大学生没有直面生活的勇气,对自己人生意义的不明确。我们需要通过相关教育,使大学生有面对生活压力的

勇气,有自己的人生目标和理想,提高大学生的人生意义感。我们应加强网络正能量文化的引导,丰富大学生的生活,提高他们的道德文化修养,减少丧文化在网络中的传播,引导大学生减少使用自嘲之类的丧,以积极的心态面对各种困难,对生活有强烈的向往和追求。通过提高大学生对人生意义的追寻和人生意义的体验,树立起大学生对自己的生活的向往,改变对丧文化的态度,找回勇气直面生活,追求属于自己的人生目标和人生意义。

五、结论

通过对大学生的调查研究后发现:(1)大学生平时感到丧的原因主要来自于理想和现实的落差以及学业就业的压力;发泄压力、排解焦虑是丧文化在大学生中流行的主要原因;(2)大部分学生认为丧文化对大学生弊大于利,会产生消极对待生活等不利影响;(3)大学生人生意义感在性别和年级上都不存在显著的差异;(4)人生意义感与丧文化显著负相关,经常感到丧、经常使用丧文化、赞同丧文化、认为丧文化利大于弊的大大学生人生意义感显著低于其他学生。

参考文献:

- [1] 周霖.“葛优躺”的社会心理学[J].南风窗,2016(18).
- [2] 萧子扬,常进锋,孙健.从“废柴”到“葛优躺”:社会心理学视野下的网络青年“丧文化”研究[J].青少年学刊,2017(03).
- [3] 董扣艳.丧文化现象与青年社会心态透视[J].中国青年研究,2017(11).
- [4] 魏韬.网络传播时代的丧文化[J].青年记者,2017(12).
- [5] 施蕾.无力颓废与抵抗消解——网络丧文化现象解读[J].福建师范大学学报(哲学社会科学版),2017(06).
- [6] 蒋建国,李颖欣.网络情绪表达与价值观引领——对丧文化的反思[J].长白学刊,2018(06).
- [7] 刘雅静.“葛优躺”背后的退缩型主体——丧文化解读及其对策[J].中国青年研究,2018(04).
- [8] 马苏苏.网络丧文化现象研究[D].湖南师范大学,2018.
- [9] 汪忱.社交网络中青年丧文化研究[D].郑州大学,2018.
- [10] 高凌波.网络传播中的丧文化现象研究[D].苏州大学,2018.
- [11] 庞雨晨.亚文化视角下90后丧文化的风格及其意义——基于社会学的调查研究[D].浙江大学,2018.
- [12] 刘曼.大学生人生意义感个体干预研究[D].南京大学,2016.
- [13] 苏娟.大学生生命意义认知与利他行为关系研究[D].天津大学,2016.
- [14] 宋珺.大专生人生意义、生活目标及其与自我控制的关系研究[D].上海师范大学,2016.
- [15] 付厚强.大学生成人依恋、人生意义感与抑郁的关系研究[D].哈尔滨工程大学,2017.