

# 自我反思对智慧的影响： 有调节的中介模型<sup>\*</sup>

陈浩彬<sup>1</sup> 董海燕<sup>1</sup> 汪凤炎<sup>\*\*2</sup>

(<sup>1</sup>江西科技师范大学教育学院, 南昌, 330038) (<sup>2</sup>南京师范大学心理学院, 南京, 210097)

**摘要** 采用问卷法对 1019 名大学生进行调查, 考察意义寻求在自我反思与智慧之间的中介作用以及生活事件对这一中介过程的调节作用。结果显示: (1) 自我反思显著正向预测智慧; (2) 意义寻求在自我反思与智慧之间起部分中介作用; (3) 意义寻求的中介作用受到生活事件的调节, 生活事件调节了自我反思通过意义寻求影响智慧这一中介过程的后半路径。因此, 自我反思对智慧的影响是有调节的中介效应。

**关键词** 自我反思 智慧 意义寻求 生活事件

## 1 引言

智慧是个体心理社会成熟的标志和人类发展的顶峰。在心理学中, 智慧被定义为成熟人格特征的整合 (Ardelt, 2003; Webster, 2003) 以及基础生活领域实用的专家知识 (Baltes & Staudinger, 2000)。尽管智慧极为重要, 但是对智慧的科学研究相对较晚, 且大部分研究都是致力于智慧的定义与测量, 较少关注智慧的增长 (Staudinger & Glück, 2011)。因此, 有必要对智慧的影响因素及其作用机制进行深入探讨, 为提升个体的智慧提供实证依据。

智慧与年龄的关系研究认为, 智慧不会随年龄自然增长, 一定的内外在因素是智慧随年龄增长的必要条件 (王予灵, 汪凤炎, 2018; Ardelt, 2010)。诸多研究表明, 自我反思既是智慧的重要构成成份, 更是促进智慧增长的重要因素和途径。自我反思是指个体从多种不同视角看待现象与事件的能力和意愿 (Ardelt, 2003), 或指个体回顾过去以获得可用于未来情境的洞见的倾向 (Webster,

2003)。在智慧理论模型中, 反思是 Ardelt (2003) 的三维智慧理论、Webster (2003) 的 H. E. R. O. (E.) 智慧模型以及 Glück 和 Bluck (2013) 的 MORE 智慧发展模型的核心成份。并且, Baltes 和 Staudinger (2000) 提出, “人生回顾”是个体将生活经历转化成智慧的重要加工机制。Staudinger (2013) 发现, 自我反思可能会导致自我洞察, 进而促进个体的一般智慧。Ferrari 等人 (2013) 推测, 个人智慧部分地是通过“自传式推理”发展的, 即一种反思个体的过去以将其人生和自我的各部分整合起来的过程。Weststrate 和 Glück (2017a) 研究还发现, 对艰难生活经历的探索性自我反思加工能够有效促进智慧的增长。

德才一体智慧理论提出, 个体追求智慧的主动性越强, 越有希望充分利用内外在条件对重要且有意义的生活经历进行统整与反思, 则越有利于其智慧随年龄而增长 (王予灵, 汪凤炎, 2018)。相关

\* 本研究得到全国教育科学规划教育部重点课题 (DIA160344) 的资助。

\*\* 通讯作者: 汪凤炎, E-mail: fywangjx8069@163.com

DOI:10.16719/j.cnki.1671-6981.20210104

研究也发现,自我反思的个体可能比其他具有更强的动机去寻求意义(Webster et al., 2018),而那些有机会和动力追求智慧的个体,以及那些愿意和能够从生活事件的教训中学习且愿意在这个历程中进行转换的个体,其智慧会随着年龄而增长(Ardelt, 2010)。这表明意义寻求在促进个体智慧的增长中具有重要作用,自我反思也可能通过意义寻求的中介过程影响智慧。意义寻求是指个体领会、理解或看到其人生意义,并伴随他们追求自己人生目的、使命和首要目标的动机程度(Steger et al., 2006)。Ardelt(2003)认为,从不同视角看问题以及渴望理解现象更深层含义的能力与意愿(即反思维度的自我审视和自我洞察)能够推动个体走向有目的、有价值的人生。Zoellner和Maercker(2006)发现,有意识地努力理解个体生活中正在发生的事件并从中获取意义(即自我反思),是从负性经历中获得更长成长的重要预测因素,自我反思的个体特别有能力在其生活经历中创造目标和意义进而增长智慧。并且有研究表明,意义创造与智慧存在显著的正相关关系(Helson & Srivastava, 2002)。由此可见,自我反思的个体具有更强的意义寻求动机,高反思的个体能够更好地将过去经历的负性事件融入其人生更大的意义中,从而越有可能增长智慧。因此,本研究提出假设1:意义寻求在自我反思与智慧之间起中介作用。

自我反思通过意义寻求影响智慧,这种中介作用可能在不同情境下有所不同,即其间接作用可能会受到其它因素的调节。MORE智慧发展理论提出,智慧是个人资源与其经历的生活事件之间相互作用的结果(Glück & Bluck, 2013)。德才一体智慧理论也认为,智慧来自个体经历的重要生活事件,尤其是给个体生活带来重大转变的事件,如高考失利、父母离异、重大疾病、亲友故去、自然灾害等(汪凤炎,傅绪荣,2017)。Bluck和Glück(2004)通过提名智慧者自传式叙述研究表明,大多数被试报告了诸如生活决策或不得不处理意外的负性事件等困难情境,并且发现大多数人都显示出获得成长和从经历中学习的证据。Mickler和Staudinger(2008)更是发现,个体经历的重要生活事件越多其个人智慧越高。重要生活事件指日常工作、生活、学习中遇到的精神重创及不幸(辛秀红,姚树桥,2015)。每个个体经历的生活事件及受影响程度不一样,在不同生活经历背景的个体中,自我反思通

过意义寻求对智慧的影响可能也会有不同程度的表现。当个体经历的负性生活事件较少并接受良好的教育,自然有利于其智慧的生成和发展,这时动机性因素影响较小(王予灵,汪凤炎,2018)。当个体经历较多或较严重的负性生活事件,如果个体能够主动地反思这些灾难或不幸,从中习得经验与教训,获得人生或自我洞见,不仅能更好地应对生活中的障碍和危机,更能促进其增长智慧(Weststrate & Glück, 2017b),此时动机性因素能起到决定性的作用。Steger等人(2008)研究证实,压力性生活事件能够触发个体对人生意义的寻求。Webster和Deng(2015)进一步发现,当压力性生活事件发生时,人们会反思自己的生活以从中获取意义,这种意义创造过程是在其世界观被破坏或崩溃后由一种自我整合的基本需要所驱动的。当事件得到最佳解决时,该过程会导致个体对自我和世界更深刻、更复杂的理解,最终可能带来更高的智慧。综上,自我反思通过意义寻求对个体智慧产生影响的中介过程可能受到生活事件的调节,对于经历较多生活事件的个体,这种中介效应可能更强。鉴于目前尚无实证研究考察生活事件在自我反思与智慧间的调节效应,本研究仅对生活事件的调节作用进行探索性分析。本研究提出假设2:生活事件会调节自我反思通过意义寻求影响智慧的中介路径。

综上所述,本研究构建一个有调节的中介模型。研究目的包括:(1)考察意义寻求是否在自我反思与智慧之间起中介作用;(2)检验生活事件是否调节了自我反思通过意义寻求影响智慧的中介过程。

## 2 方法

### 2.1 被试

通过问卷星收集数据,共有1019名在校大学生( $M = 20.48$ 岁, $SD = 1.94$ 岁)参与调查。其中,男生178人,女生841人;大一365人,大二160人,大三378人,大四116人。

### 2.2 工具

#### 2.2.1 自我反思量表

采用Grant, Franklin和Langford(2002)编制的自我反思与洞察量表中的自我反思量表,共12个项目,如“我经常审视自己的想法”。采用6点评分,得分越高表明自我反思程度越高。本研究中量表的Cronbach's  $\alpha$ 系数为.85。

#### 2.2.2 智慧量表

采用 Glück 等(2013)开发的简式智慧筛查量表。该量表包括 21 个项目,涉及目前使用最广的三个智慧量表,其中自我评估智慧量表 8 个项目(如“似乎我有阅读他人情绪的天赋”),成人自我超越问卷 9 个项目(如“我能整合我生活的不同方面”),三维智慧量表 4 个项目(如“我总是试图看到问题的所有方面”)。采用 5 点评分,分数越高表明智慧水平越高。本研究中量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 .74。

### 2.2.3 意义寻求问卷

采用陈维、葛纓、胡媛艳和张进辅(2015)修订的人生意义问卷中的寻求意义问卷,包括 5 个项目,如“我正在寻觅我人生的目标或使命”,采用 7 点评分,得分越高表示意义寻求动机越强。本研究中问卷的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 .82。

### 2.2.4 生活事件量表

采用辛秀红和姚树桥(2015)修订的青少年生活事件量表。该量表包括 26 个项目,要求被试报告是否发生过量表中列举的事件,如果发生过,则标明该事件对其影响程度。采用 6 点评分,得分越高表明生活事件的影响越大。本研究中量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 .94。

## 2.3 数据处理

采用 SPSS 18.0 和 Hayes 编制的 PROCESS 宏程序进行数据处理与分析。

## 3 结果

### 3.1 共同方法偏差检验

数据整理后使用 Harman 单因子检验法对共同方法偏差进行统计检验(周浩,龙立荣,2004)。结果显示,共提取出 14 个特征值大于 1 的因子,第一个主因子解释变异量为 15.03%,小于临界标准 40%。因此,本研究不存在严重的共同方法偏差问题。

### 3.2 描述统计及相关分析

各变量的平均数和标准差见表 1。相关分析显示,除生活事件与智慧呈显著负相关外,各变量两两之间均呈显著正相关。

### 3.3 有调节的中介模型检验

根据有调节的中介效应模型检验程序,需要估计三个回归方程的参数(温忠麟,叶宝娟,2014)。方程 1 估计调节变量(生活事件)对自变量(自我反思)与因变量(智慧)的调节效应;方程 2 估计调节变量(生活事件)对自变量(自我反思)与中介变量(意义寻求)的调节效应;方程 3 估计调节变量(生活事件)对中介变量(意义寻求)与因变量(智慧)的调节效应,以及自变量(自我反思)对因变量(智慧)残余效应的调节效应。若方程 1 中,自我反思的总效应显著,且效应大小不取决于生活事件;方程 2 和方程 3 中,自我反思对意义寻求的效应显著,意义寻求与生活事件对智慧的交互效应显著,和/或自我反思与生活事件对意义寻求的交互效应显著,生活事件对智慧的效应显著,则有调节的中介模型成立。以上方程中除性别外对所有预测变量进行标准化处理,并根据以往研究结果对性别、年龄变量进行控制(陈浩彬,刘洁,2018)。

从表 2 可知,方程 1 中,不纳入中介变量时,自我反思正向预测智慧( $\beta = .31, t = 9.84, p < .001$ ),生活事件负向预测智慧( $\beta = -.13, t = -4.54, p < .001$ ),自我反思和生活事件的交互项对智慧的预测作用不显著( $\beta = -.02, t = -.75, p > .05$ )。方程 2 中,自我反思对意义寻求的主效应显著( $\beta = .42, t = 14.57, p < .001$ ),自我反思与生活事件的交互项对意义寻求的效应不显著( $\beta = .02, t = .77, p > .05$ )。方程 3 中,意义寻求对智慧的主效应显著( $\beta = .12, t = 3.74, p < .001$ ),意义寻求与生活事件的交互项对智慧的预测作用显著( $\beta = .07, t = 2.30, p < .05$ )。这表明,自我反思、意义寻求、生活事件与智慧四者之间构成了有调节的中介效应模型,意义寻求在自我反思

表 1 各变量的描述统计及相关分析结果

变量	1	2	3	4	5	6
1. 性别	1					
2. 年龄	.09**	1				
3. 自我反思	.00	.07*	1			
4. 意义寻求	-.04	.04	.42**	1		
5. 生活事件	-.00	.08*	.06*	.08*	1	
6. 智慧	.12**	-.01	.35**	.24**	-.11**	1
M		20.48	4.17	4.89	1.66	3.13
SD		1.94	.66	.98	.77	.34

注:女生 = 0,男生 = 1;\* $p < .05$ ,\*\* $p < .01$ ,\*\*\* $p < .001$ ,下同。



表 2 有调节的中介效应检验

	方程 1 (因变量: 智慧)			方程 2 (因变量: 意义寻求)			方程 3 (因变量: 智慧)		
	$\beta$	$t$	95%CI	$\beta$	$t$	95%CI	$\beta$	$t$	95%CI
自我反思	.31	9.84***	[.25, .37]	.42	14.57***	[.36, .47]	.31	9.96***	[.25, .38]
生活事件	-.13	-4.54***	[-.19, -.07]	.05	1.69	[-.01, .10]	-.14	-4.71***	[-.19, -.08]
自我反思×生活事件	-.02	-.75	[-.08, .04]	.02	.77	[-.03, .08]			
意义寻求							.12	3.74***	[.06, .18]
意义寻求×生活事件							.07	2.30*	[.01, .12]
性别	.33	4.33***	[.18, .48]	-.10	-1.38	[-.25, .04]	.32	4.24***	[.17, .47]
年龄	-.03	-1.15	[-.09, .02]	.00	.15	[-.05, .06]	-.04	-1.23	[-.09, .02]
$R^2$		.17			.18			.17	
$F$		34.03			44.46			34.98	

与智慧之间起部分中介作用,生活事件调节自我反思 意义寻求 智慧这一中介过程的后半路径。

为了更清楚地揭示意义寻求与生活事件交互效应的实质,进行简单斜率检验。分别取生活事件与意义寻求平均数正负一个标准差的值绘制简单效应分析图,结果如图 1 所示,在低生活事件组,意义寻求对智慧的预测效应不显著,  $B_{simple} = .05, t = 1.21, p > .05$ ;在高生活事件组,意义寻求对智慧的预测效应显著,  $B_{simple} = .18, t = 4.36, p < .001$ 。

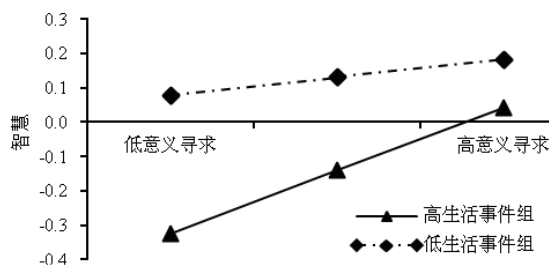


图 1 生活事件对意义寻求与智慧之间关系的调节作用

综上所述,自我反思通过意义寻求这一中介过程对智慧的影响受到生活事件的调节。对于经历较少生活事件的个体而言,自我反思通过意义寻求对智慧的间接效应不显著;对于经历较多生活事件的个体而言,自我反思能够通过意义寻求显著影响其智慧。

#### 4 讨论

本研究表明,自我反思正向预测智慧,自我反思水平越高,则智慧水平越高。这与以往研究结果一致。例如,Caspi 等人(2005)认为,自我反思与智慧之间存在相应关系,自我反思导致智慧,智慧反过来促进个体适应性自我反思。自我反思是记忆(重构)经历和解释与评价分析的结合,涉及情感和动机加工以及认知(Staudinger, 2001)。通过自

我反思,个体重构、分析和解释现实生活中的想法、情感和意义行为,通过自我反思得到的生活经验和洞见导致个体对生活不断深化和复杂的欣赏,从而变得智慧(Weststrate & Glück, 2017a)。因此,自我反思是一种机制或加工过程,在智慧开始显现前支持个体走在智慧的发展轨迹上,在支持智慧的最初发展后,深刻和分析的反思模式仍是智慧个体的关键行为。这一结果也提示自我反思或相对性思考训练能够促进智慧。在验证了直接作用后,本研究建构并检验了一个有调节的中介模型,探讨了自我反思对智慧的影响机制。

##### 4.1 意义寻求的中介作用

本研究发现,意义寻求在自我反思对智慧起正向促进作用的过程中具有部分中介作用。这说明,自我反思既可以通过直接途径影响智慧,也可以通过意义寻求这一间接途径对智慧产生影响。首先,自我反思能够促进个体寻求意义。对于高自我反思的个体,对生活经历的探索性加工和认知整合能够促进个体参与有意义的活动,而有价值的目标和活动提供了一种重要机制,通过这种机制个体可以保持对生活的投入,并从多种生活经历中创造意义。例如,Glück 和 Bluck(2013)认为,反思、经验开放和情绪调节越好的个体比其他人越有动机去寻找意义。Weststrate 等人(2018)发现,对人类本性和自我更深层次复杂性的了解,为个体投入有意义的活动提供了一种使命感,这种增强的意义感对个体心理社会发展非常有益。其次,意义寻求驱动个体提升智慧。个体通过探索生活事件的重要意义能够获得洞见,尤其是那些有动力去审视他们如何因生活经历而改变的个体更有可能导致智慧。Ardelt(2010)认为,智慧增长只青睐于那些毕生有机会且有动力追求智慧发展的人。Webster 等(2018)研究还发现,人生意义可能通过影响积极的自我特征

(如乐观和自尊)预测智慧。这表明,寻求意义的个体更期望有助于其智慧的发展,而智慧的个体期望积极地寻求意义。事实上,智慧与意义寻求是相互关联的追求(Helson & Srivastava, 2002)。总体上,本研究进一步揭示自我反思不仅会对智慧产生影响,而且会通过意义寻求间接对智慧产生影响。这一结果也启示,在提升自我反思的同时,还可以通过对个体进行意义与目的的干预以提高其追求智慧的动机,进而提升其智慧水平。

#### 4.2 生活事件的调节作用

当前智慧研究者越来越关注个体的生活经历,尤其是负性生活事件和逆境对智慧的影响(Weststrate & Glück, 2017a; Yang, 2014)。本研究发现,生活事件显著调节了意义寻求与智慧间的关系。对于经历较少(低)生活事件的个体,意义寻求对其智慧的间接效应不显著,或者说,当负性生活事件较少时,意义寻求对智慧的促进效应较弱。德才一体智慧理论认为,成年初显期个体的智慧主要受教育与环境的影响,若个体处在学校教育与良好社会环境和生活条件下,其智慧会随年龄与成熟而自然地增长与发展(王予灵,汪凤炎,2018)。对于经历较多(高)生活事件的个体,意义寻求对其智慧的影响作用显著。或者说,当负性生活事件增多时,意义寻求对智慧具有显著的促进效应,个体的意义寻求动机越强,其智慧越易获得增长。Glück 和 Bluck (2013)认为,通过寻求能够培养智慧的经历以及用一种促进智慧的方式应对自己和他人的生活挑战,能够从经历的基础生活变化中发展智慧。在有关创伤后成长、与压力相关的成长以及从逆境中成长等研究中也发现,在遭遇毁灭性的经历后,许多人报告除负性结果外,还报告了主观成长,典型的包括对生活的感恩更强、与他人的关系更亲密、个人力量的增长感以及对新的可能性的认识或精神性发展,甚至自我感知的智慧本身的增长(Tedeschi & Calhoun, 2004)。因此,对于经历较多生活事件的个体,意义寻求的动机性因素越强,越有可能从重要生活经历中习得智慧。综上所述,自我反思与智慧之间既存在中介效应,也存在调节效应。本研究不仅关注了自我反思“如何”影响智慧,而且通过有调节的中介模型探讨了这种影响“何时”更强。这也使本研究结果具有重要的实际意义,在心理干预中,尤其是对于经历了各种艰难和困苦的个体,更应该激发他们对以往经历进行探索性自我反思,引导其从

中创造意义,追求个人成长,以促进其增长智慧而不是其他消极的结果。

## 5 结论

(1) 意义寻求在自我反思与智慧之间起部分中介作用,即自我反思通过意义寻求间接影响智慧。

(2) 自我反思通过意义寻求影响智慧的中介作用受到生活事件的调节,生活事件调节了自我反思意义寻求—智慧这一中介过程的后半路径。对于经历较少生活事件的个体,意义寻求的影响在自我反思与智慧之间的中介作用不显著;对于经历较多生活事件的个体,意义寻求的影响在自我反思与智慧之间具有显著的中介作用。

#### 参考文献

- 陈浩彬, 刘洁. (2018). 家庭社会经济地位与青少年智慧的关系: 积极教养方式和开放性人格的中介作用. *心理发展与教育*, 34(5), 558-566.
- 陈维, 葛纓, 胡媛艳, 张进辅. (2015). 人生意义量表(修订版)的适用性和推广性: 基于 CTT 和多维 Rasch 的分析. *中国临床心理学杂志*, 23(4), 604-607, 614.
- 汪凤炎, 傅绪荣. (2017-10-30). “智慧”: 德才一体的综合心理素质. *中国社会科学报*.
- 王予灵, 汪凤炎. (2018). 老者智否? 成人智慧与年龄的关系. *心理科学进展*, 26(1), 107-117.
- 温忠麟, 叶宝娟. (2014). 有调节的中介模型检验方法: 竞争还是替补? *心理学报*, 46(5), 714-726.
- 辛秀红, 姚树桥. (2015). 青少年生活事件量表效度与信度的再评价及常模更新. *中国心理卫生杂志*, 29(5), 355-360.
- 周浩, 龙立荣. (2004). 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 12(6), 942-950.
- Ardelt, M. (2003). Empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale. *Research on Aging*, 25(3), 275-324.
- Ardelt, M. (2010). Are older adults wiser than college students? A comparison of two age cohorts. *Journal of Adult Development*, 17(4), 193-207.
- Baltes, P. B., & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American Psychologist*, 55(1), 122-136.
- Bluck, S., & Glück, J. (2004). Making things better and learning a lesson: Experiencing wisdom across the lifespan. *Journal of Personality*, 72(3), 543-572.
- Caspi, A., Roberts, B. W., & Shiner, R. L. (2005). Personality development: Stability and change. *Annual Review of Psychology*, 56(1), 453-484.
- Ferrari, M., Weststrate, N. M., & Petro, A. (2013). Stories of wisdom to live by: Developing wisdom in a narrative mode. In M. Ferrari & N. M. Weststrate (Eds.), *The scientific study of personal wisdom: From contemplative traditions to neuroscience* (pp. 137-164). Dordrecht, the Netherlands: Springer.
- Glück, J., & Bluck, S. (2013). The MORE life experience model: A theory of the development of personal wisdom. In M. Ferrari & N. M. Weststrate (Eds.), *The scientific study of personal wisdom: From contemplative traditions to neuroscience* (pp. 75-97). Dordrecht, the Netherlands: Springer.

- Glück, J., König, S., Naschenweng, K., Redzanowski, U., Dorner, L., Straßer, I., & Wiedermann, W. (2013). How to measure wisdom: Content, reliability, and validity of five measures. *Frontiers in Psychology, 4*, 405.
- Grant, A. M., Franklin, J., & Langford, P. (2002). The self-reflection and insight scale: A new measure of private self-consciousness. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 30*(8), 821-835.
- Helson, R., & Srivastava, S. (2002). Creative and wise people: Similarities, differences, and how they develop. *Personality and Social Psychology Bulletin, 28*(10), 1430-1440.
- Mickler, C., & Staudinger, U. M. (2008). Personal wisdom: Validation and age-related differences of a performance measure. *Psychology and Aging, 23*(4), 787-799.
- Staudinger, U. M. (2001). Life reflection: A social-cognitive analysis of life review. *Review of General Psychology, 5*(2), 148-160.
- Staudinger, U. M. (2013). The need to distinguish personal from general wisdom: A short history and empirical evidence. In M. Ferrari & N. M. Weststrate (Eds.), *The scientific study of personal wisdom: From contemplative traditions to neuroscience* (pp. 3-19). Dordrecht, the Netherlands: Springer.
- Staudinger, U. M., & Glück, J. (2011). Psychological wisdom research: Commonalities and differences in a growing field. *Annual Review of Psychology, 62*(1), 215-241.
- 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.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, O. 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.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, T. L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry, 15*(1), 1-18.
- Webster, J. D. (2003). An exploratory analysis of a self-assessed wisdom scale. *Journal of Adult Development, 10*(1), 13-22.
- Webster, J. D., & Deng, X. C. (2015). Paths from trauma to intrapersonal strength: Worldview, posttraumatic growth, and wisdom. *Journal of Loss and Trauma, 20*(3), 253-266.
- Webster, J. D., Weststrate, N. M., Ferrari, M., Munroe, M., & Pierce, T. W. (2018). Wisdom and meaning in emerging adulthood. *Emerging Adulthood, 6*(2), 118-136.
- Weststrate, N. M., Ferrari, M., Fournier, M. A., & McLean, K. C. (2018). "It was the best worst day of my life": Narrative content, structure, and process in wisdom-fostering life event memories. *The Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 73*(8), 1359-1373.
- Weststrate, N. M., & Glück, J. (2017a). Hard-earned wisdom: Exploratory processing of difficult life experience is positively associated with wisdom. *Developmental Psychology, 53*(4), 800-814.
- Weststrate, N. M., & Glück, J. (2017b). Wiser but not sadder, blissful but not ignorant: Exploring the co-development of wisdom and well-being over time. In M. Robinson & M. Eid (Eds.), *The happy mind: Cognitive contributions to well-being* (pp. 459-480). Cham, Switzerland: Springer.
- Yang, S. Y. (2014). Wisdom and learning from important and meaningful life experiences. *Journal of Adult Development, 21*(3), 129-146.
- Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology - A critical review and introduction of a two component model. *Clinical Psychology Review, 26*(5), 626-653.

# The Effect of Self-Reflection on Wisdom: A Moderated Mediating Model

Chen Haobin<sup>1</sup>, Dong Haiyan<sup>1</sup>, Wang Fengyan<sup>2</sup>

(<sup>1</sup>School of Education, Jiangxi Science and Technology Normal University, Nanchang, 330038)

(<sup>2</sup>School of Psychology, Nanjing Normal University, Nanjing, 210097)

**Abstract** Wisdom has been defined as a constellation of mature personality characteristics and expertise in the fundamental pragmatics of life. In the past decades, researchers have dedicated to the issues of definition and measurement rather than the growth of wisdom. Therefore, it is necessary to explore the factors and their internal mechanisms that influence wisdom. Studies on the relationship between wisdom and age suggest that wisdom does not increase automatically with age, certain internal and external factors are necessary for wisdom to grow with age. Many empirical studies have revealed that self-reflection is both an important component of wisdom and an important factor and the process to promote wisdom. Moreover, studies indicate that searching for meaning plays an important role in the growth of individual wisdom, and self-reflection may also influence wisdom through the mediating process of searching for meaning. At the same time, previous studies suggest that the effect of self-reflection on wisdom through the mediating process of searching for meaning may be moderated by life events. For individuals who experienced more life events, the mediating effect may be stronger.

The present study constructed a moderated mediating model and aimed to explore the effect of self-reflection on wisdom and to investigate the mediating effect of searching for meaning on the relationship between self-reflection and wisdom as well as the moderated effect of life events on this mediating process. A total of 1019 college students (841 female and 178 male with the age of  $20.48 \pm 1.94$  years) were recruited as participants in the study and completed self-reflection scale, brief wisdom screening scale, searching for meaning questionnaire and adolescent self-rating life events checklist.

The results indicated that self-reflection positively predicted wisdom, which confirmed self-reflection was a critical determinant of wisdom. Searching for meaning partially mediated the relationship between self-reflection and wisdom, specifically, self-reflection not only directly influenced wisdom, but also indirectly influenced wisdom through searching for meaning. Life events moderated the mediating effect of searching for meaning on the relationship between self-reflection and wisdom, life events moderated the second path of the mediation, to be more specific, self-reflection significantly influenced the wisdom through the mediating role of searching for meaning for the individuals who experienced more life events, whereas the indirect effect of self-reflection through search for meaning on wisdom was not significant for the individuals who experienced fewer life events. Therefore, the effect of self-reflection on wisdom was a moderated mediating model, and the indirect effect was significant for the individuals who experienced more life events.

In conclusion, the present study not only revealed how self-reflection influenced wisdom, but also demonstrated when the mediating effect was stronger. At the theoretical level, these findings provided a way of thinking about the developmental mechanism of wisdom. In terms of practical implications, these findings suggested that in the interventions of wisdom-fostering, especially for individuals who have experienced many kinds of difficulties and hardships, they should be encouraged to conduct exploratory self-reflection on the negative life experiences and do the effortful work to find life meaning in these difficult experiences, so as to promote the development of their wisdom rather than other negative effects.

**Key words** self-reflection, wisdom, searching for meaning, life events