

· 论著 · 预防 ·

负性生活事件与大学生抑郁情绪的关系： 社会支持的中介与调节作用

季善玲, 王惠萍*

(鲁东大学, 山东 烟台 264000)

* 通信作者: 王惠萍, E-mail: whping1960@163.com)

【摘要】 目的 探讨负性生活事件与大学生抑郁情绪的相关性以及社会支持在负性生活事件与抑郁情绪之间的作用, 为改善大学生的抑郁情绪提供有效措施。**方法** 于 2017 年 1 月和 3 月, 在山东省济南市和烟台市各抽取一所高校, 采用整群抽样方法选取 600 名在校大学生, 使用流调中心抑郁量表 (CES-D)、青少年生活事件量表 (ASLEC) 和社会支持评定量表 (SSRS) 对其进行评定。**结果** CES-D 与 ASLEC 评分呈正相关 ($r=0.271, P<0.05$), CES-D 评分与 SSRS 的客观支持、主观支持和对支持的利用度评分均呈负相关 ($r=-0.127, -0.239, -0.215, P$ 均 <0.05)。主观支持在负性生活事件与抑郁情绪之间的中介作用显著 ($P<0.01$); 主观支持和客观支持在负性生活事件与抑郁情绪之间的调节作用显著 ($P<0.05$ 或 0.01)。**结论** 负性生活事件对大学生的抑郁情绪有正向预测作用, 主观支持在负性生活事件和抑郁情绪之间起部分中介作用, 主观支持、客观支持在负性生活事件与抑郁情绪之间起调节效应。

【关键词】 抑郁情绪; 负性生活事件; 社会支持

中图分类号: R749.4

文献标识码: A

doi:10.11886/j.issn.1007-3256.2019.01.009

Relationship between negative life events and depressive mood in college students —mediating and moderating effects of social support

Ji Shanling, Wang Huiping*

(Ludong University, Yantai 264000, China)

* Corresponding author: Wang Huiping, E-mail: whping1960@163.com)

【Abstract】 Objective To investigate the correlation of negative life events and depressive mood in college students, and the role that social support plays between negative life events and depression mood, so as to provide effective methods to improve depressive mood of college students. **Methods** Participants were 600 college students randomly recruited from two universities located in Ji'nan city and Yantai city respectively in January and March 2017, and Center for Epidemiological Studies - Depression Scale (CES-D), Adolescent Self-Rating Life Events Check List (ASLEC), Social Support Rating Scale (SSRS) were applied to assess the participants. **Results** The CES-D score was positively related to ASLEC score ($r=0.271, P<0.05$), while the CES-D score was negatively related to the three dimensions scores of SSRS ($r=-0.127, -0.239, -0.215, P<0.05$). The mediating effect of subjective support between negative life events and depressive mood was significant ($P<0.01$), and the moderating effect of subjective support and objective support between negative life events and depressive mood was significant ($P<0.05$ or 0.01). **Conclusion** Negative life events has a positive predictive effect on depressive mood of college students. Subjective support plays a partial mediating effect between negative life events and depressive mood, subjective support and objective support plays moderating effect between negative life events and depressive mood.

【Keywords】 Depressive mood; Negative life events; Social support

研究表明, 抑郁情绪个体比非抑郁情绪个体更可能发展成为抑郁症。抑郁情绪与个体的人格气质特点、成长环境、应对方式、生活应激等因素相关, 其中负性生活事件是触发抑郁情绪的重要因素之一^[1-2]。负性生活事件是指发生在个体生活中的超出其自身应对能力的不良事件, 导致个体体验到强

烈的压力和紧张感, 并使其产生失落、绝望等抑郁情绪^[3]。大学生群体的负性生活事件包括人际关系、学习压力、受惩罚、丧失、健康适应等方面。社会支持是指个体从外界获得帮助和支持的资源, 包括主观支持、客观支持和对支持的利用度。凌宇等^[4-5]研究显示, 良好的社会支持可缓冲负性生活事件对个体造成的不良影响。但乌拉等^[6-7]研究表明, 社会支持对抑郁情绪并无缓冲保护作用。社会支持是

否能保护个体免受抑郁情绪的影响,研究结论尚不一致。探索社会支持在负性生活事件与抑郁情绪之间的关系,可帮助处于应激状态的个体更好地利用资源来对抗应激事件,从而降低发生抑郁情绪的可能性。本研究旨在探讨负性生活事件与大学生抑郁情绪的相关性以及社会支持在负性生活事件与抑郁情绪之间的作用,为改善大学生的抑郁情绪提供参考。本研究假设:负性生活事件、社会支持与大学生抑郁情绪均存在相关性,社会支持可缓冲负性生活事件对大学生抑郁情绪的影响。

1 对象与方法

1.1 对象

于 2017 年 1 月和 3 月在山东省济南市和烟台市各抽取一所高校,以这两所高校的在校大学生为研究对象。采用整群抽样方法,在每个专业抽取一个班级,以班级为单位进行问卷调查。共抽取 600 名学生并发放问卷,填写完成后现场回收。剔除无效问卷 34 份后,回收有效问卷 566 份,有效问卷回收率为 94.3%。被试均签署知情同意书。

1.2 评定工具

1.2.1 流调中心抑郁量表(Center for Epidemiological Studies - Depression Scale, CES - D)

CES - D 主要用于评定非抑郁症群体的抑郁情绪,由 Radloff^[8] 于 1977 年编制,具有良好的效度^[9-11]。CES - D 共 20 个条目,包含 4 个因素:抑郁情绪、积极情绪、躯体症状与活动迟滞和人际。受试者根据最近 1 周内症状出现的频度进行自评,采用 0~3 分 4 级评分。偶尔或无(少于 1 天)为 0 分,有时(1~2 天)为 1 分,经常或一半时间(3~4 天)为 2 分,大部分时间或持续(5~7 天)为 3 分。总评分范围为 0~60 分,评分越高表示抑郁情绪越严重。

1.2.2 青少年生活事件量表(Adolescent Self - Rating Life Events Check List, ASLEC)

ASLEC 用于评定青少年负性生活事件的发生情况及其影响,为自评问卷。ASLEC 由刘贤臣等^[12] 在国内外文献基础上,结合我国青少年的生理心理特点和所扮演的家庭社会角色编制,国内既往研究显示 ASLEC 效度良好^[13-18]。ASLEC 由 27 项可能给青少年带来心理反应的负性生活事件构成,包括人际关系、学习压力、受惩罚、丧失、健康适应和其他

共 6 个因子。根据事件发生时的心理感受采用 1~5 分 5 级评分,无影响为 1 分,轻度为 2 分,中度为 3 分,重度为 4 分,极重度为 5 分。评分越高表明经历的负性生活事件越多。

1.2.3 社会支持评定量表(Social Support Rating Scale, SSRS)

SSRS 用于评定个体获得的社会支持程度和资源,由肖水源等^[19] 编制。国内既往研究显示 SSRS 效度良好^[20-25]。SSRS 共 10 个条目,包括客观支持、主观支持和对支持的利用度共 3 个维度。SSRS 总评分为各条目评分之和,评分越高表明社会支持水平越高。

1.3 评定方法

在被试所就读学校以班级为单位在晚自习时间进行集体评定,由两名经过统一培训的心理学专业研究生担任主试,各班班长协助发放和回收问卷,所有量表评定耗时约 40 min。告知被试自愿填写问卷和匿名保密。

1.4 统计方法

使用 SPSS 20.0 进行统计分析。计量资料以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,计数资料以例数和百分比表示。对 CES - D、ASLEC 和 SSRS 评分进行 Pearson 相关分析,对 CES - D 和 ASLEC 评分进行逐步回归分析,检验社会支持在抑郁情绪和负性生活事件之间的中介效应和调节效应。

2 结果

2.1 研究对象一般资料及各量表评分

共 566 名大学生完成本调查,其中男生 351 人(62.01%),女生 215 人(37.99%);16~17 岁 15 人(2.65%),18~21 岁 486 人(85.87%),21~22 岁 65 人(11.48%),平均年龄 (20.00 ± 1.20) 岁。

566 名大学生 CES - D 和 ASLEC 评分分别为 (29.20 ± 9.50) 分、 (64.83 ± 22.10) 分,SSRS 总评分、客观支持、主观支持和对支持的利用度评分分别为 (36.25 ± 5.45) 分、 (7.99 ± 1.85) 分、 (20.70 ± 3.62) 分、 (7.57 ± 1.82) 分。不同人口学变量的 CES - D、ASLEC 和 SSRS 评分比较差异均无统计学意义(P 均 > 0.05)。见表 1。

2.2 相关分析

CES - D 与 ASLEC 评分、CES - D 与 SSRS 评

分、ASLEC 与 SSRS 评分散点图见图 1 - 图 3。相关分析显示,CES-D 与 ASLEC 评分呈正相关($r=0.271$, $P<0.05$),CES-D 与 SSRS 客观支持、主观支持和

对支持的利用度评分均呈负相关($r = -0.127$ 、 -0.239 、 -0.215 , P 均 <0.05)。ASLEC 与 SSRS 的主观支持评分呈负相关($r = -0.083$, $P < 0.01$)。见表 2。

表 1 不同人口学变量的 CES-D、ASLEC 和 SSRS 评分比较($\bar{x} \pm s$, 分)

变 量		CES-D 评分	ASLEC 评分	SSRS 评分
性别	男生($n=351$)	28.83 \pm 9.13	65.84 \pm 21.70	36.00 \pm 5.52
	女生($n=215$)	29.79 \pm 10.08	63.17 \pm 22.70	36.67 \pm 5.34
	t	-1.138	1.384	-1.447
	P	0.256	0.167	0.149
独生子女	是($n=228$)	28.79 \pm 8.75	64.71 \pm 22.38	35.47 \pm 5.41
	否($n=338$)	29.47 \pm 9.98	64.90 \pm 21.95	36.78 \pm 5.43
	t	0.857	-0.099	-2.816
	P	0.392	0.922	0.105
生源地	城市($n=205$)	29.07 \pm 8.91	63.99 \pm 22.85	36.23 \pm 5.32
	农村($n=361$)	29.27 \pm 9.84	65.30 \pm 21.69	36.27 \pm 5.53
	t	-0.238	-0.669	-0.083
	P	0.812	0.504	0.934

注:CES-D,流调中心抑郁量表;ASLEC,青少年生活事件量表;SSRS,社会支持评定量表

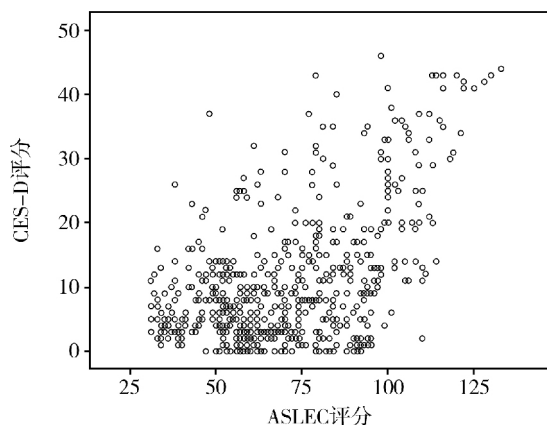


图 1 CES-D 与 ASLEC 评分散点图

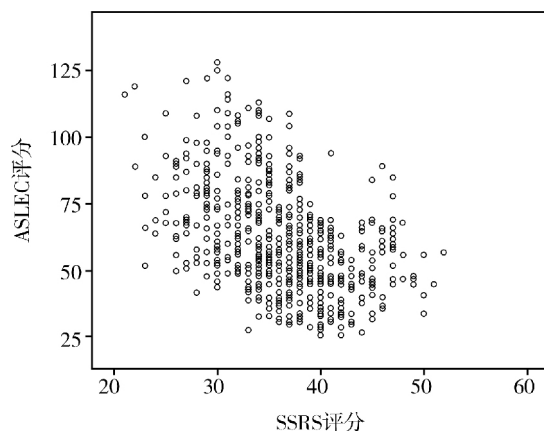


图 3 ASLEC 与 SSRS 评分散点图

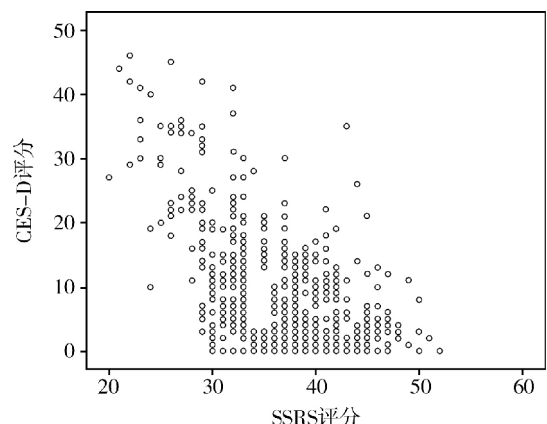


图 2 CES-D 与 SSRS 评分散点图

2.3 中介效应检验

以抑郁情绪为因变量(Y)、负性生活事件为自变量(X)、主观支持为中间变量(M),对各变量进行中心化处理和控制在被试的人口学变量后,进行中介效应检验。第一步为负性生活事件对主观支持的回归方程,回归系数有统计学意义($P < 0.05$);第二步为负性生活事件对抑郁情绪的回归方程,回归系数有统计学意义($P < 0.05$),自变量对因变量的解释程度为 9%;第三步表示在抑郁情绪和负性生活事件之间加入中间变量主观支持后,负性生活事件对抑郁情绪的解释程度由 9% 提高到 13%,回归系数有统计学意义($P < 0.01$),自变量的回归系数小于

加入中间变量之前。因此为部分中介效应,中介效应占总效应的 6.25%。见表 3。

表 2 抑郁、社会支持和生活事件的相关分析(*r*)

项 目	CES - D 评分	ASLEC 评分	客观支持评分	主观支持评分	对支持的利用度评分
CES - D 评分	1	-	-	-	-
ASLEC 评分	0.271 ^a	1	-	-	-
客观支持评分	-0.127 ^a	-0.045	1	-	-
主观支持评分	-0.239 ^a	-0.083 ^b	0.336 ^b	1	-
对支持的利用度评分	-0.215 ^a	-0.077	0.202 ^b	0.308 ^b	1

注:CES - D,流调中心抑郁量表;ASLEC,青少年生活事件量表;^a*P* < 0.05, ^b*P* < 0.01

表 3 社会支持的中介效应检验

	标准回归方程	SE	<i>t</i>	<i>R</i> ²
第一步	$M = -0.081X + 0.31$	0.007	-1.994 ^a	0.090 ^a
第二步	$Y = 0.272X + 0.17$	0.017	6.707 ^b	0.090 ^b
第三步	$Y = 0.255X - 0.210M + 0.49$	0.017	6.403 ^b	0.090
		0.109	-5.072 ^b	0.130 ^b

注:^a*P* < 0.05, ^b*P* < 0.01

2.4 调节效应检验

对社会支持的三个维度、负性生活事件、抑郁情绪进行中心化处理和被试的人口学变量后,对社会支持在负性生活事件与抑郁情绪之间的调节效应进行检验。其中,*Y* 表示抑郁情绪,*X* 表示生活事件,*U*₁ 表示社会支持总分,*U*₁*X* 表示社会支持总分与生活事件

的乘积项,*U*₂ 表示主观支持,*U*₂*X* 表示主观支持与生活事件的乘积项,*U*₃ 表示客观支持,*U*₃*X* 表示客观支持与生活事件的乘积项,*U*₄ 表示对支持的利用度,*U*₄*X* 表示对支持的利用度与生活事件的乘积项。调节效应检验显示,总的社会支持、主观支持、客观支持的调节效应均有统计学意义(*P* < 0.05),而对支持利用度的调节效应未达到显著水平。见表 4。

表 4 社会支持的调节效应检验

		回归方程	<i>R</i> ²	ΔR^2
SSRS 总评分	第一步	$Y = 0.228X - 0.70U_1$	0.135	0.006 ^a
	第二步	$Y = 9.221 + 0.232X - 0.265U_1 - 0.08U_1X$	0.141	
主观支持	第一步	$Y = 0.255X - 0.210U_2$	0.130	0.008 ^b
	第二步	$Y = 9.011 + 0.257X - 0.207U_2 - 0.093U_2X$	0.138	
客观支持	第一步	$Y = 0.232X - 0.245U_3$	0.122	0.011 ^a
	第二步	$Y = 9.214 + 0.238X - 0.241U_3 - 0.103U_3X$	0.133	
对支持的利用度	第一步	$Y = 0.236X - 0.204U_4$	0.104	0.001
	第二步	$Y = 9.260 + 0.236X - 0.207U_4 - 0.033U_4X$	0.105	

注:^a*P* < 0.05, ^b*P* < 0.01

3 讨 论

本研究结果显示,被试 CES - D、ASLEC 和 SSRS 评分在性别、是否为独生子女、生源地方面差异均无统计学意义(*P* > 0.05),提示被试的抑郁情绪、社会支持和负性生活事件不会因人口学变量的不同而有所差异。这可能是由于本研究的被试均为

在校大学生,其生活环境、学习环境和人际交往对象等均存在一定的共性。

本研究显示,CES - D 与 ASLEC 评分呈正相关,CES - D 与 SSRS 各维度评分均呈负相关,与李晓敏等^[26]研究结果一致。这可能是因为负性生活事件会使个体感受到较大的压力和应激,在压力和应激状态下,个体的下丘脑 - 垂体 - 肾上腺轴被激

活,下丘脑分泌促肾上腺皮质激素释放激素,激活垂体产生促肾上腺皮质激素,促肾上腺皮质激素促进肾上腺皮质的组织增生以及皮质激素的生成和分泌。皮质激素的增加会使个体的前额叶皮层、杏仁核和海马体等情绪中枢神经系统受到一定影响,促使抑郁情绪的产生。而社会支持则会起相反的作用。

在本研究中,CES-D 与 ASLEC 评分呈正相关,CES-D 与 SSRS 各维度评分均呈负相关,且相关系数均较小,其中 CES-D 与 SSRS 主观支持评分的相关系数绝对值最大($r = -0.239$),提示与客观支持和对支持的利用度相比,主观支持与在校大学生的抑郁情绪关系更密切,主观支持水平越高的个体抑郁情绪水平越低。本研究显示,主观支持在负性生活事件与抑郁情绪之间具有部分中介效应。既往研究也表明,负性生活事件越多,个体越需要更多的可利用资源来应对应激事件,其主观上感受到的社会支持程度会影响其负性情绪体验^[27]。而个体所感知到的社会支持越少,其抑郁情绪越严重。因此,负性生活事件可直接影响个体的抑郁情绪,也可以通过降低个体的主观支持来影响抑郁情绪。

本研究结果显示,SSRS 总评分、主观支持、客观支持在负性生活事件与抑郁情绪之间的调节效应有统计学意义($P < 0.05$),与既往研究结果一致^[3-4]。提示主观支持和客观支持均可以缓冲负性生活事件对个体抑郁情绪的影响。说明当个体面对负性生活事件时,为减少抑郁情绪的体验,不仅要增加他们客观上的社会支持,也要使其在主观上感受到来自他人,包括亲人、同学、老师以及心理咨询师的社會支持。

综上所述,负性生活事件对大学生抑郁情绪有正向预测作用,主观支持在负性生活事件和抑郁情绪之间起部分中介作用,主观支持、客观支持在负性生活事件与抑郁情绪之间起调节效应。提示可通过提高个体的主观支持和客观支持来缓冲负性生活事件对抑郁情绪的影响,在对存在抑郁情绪的个体进行干预时,重点是减少其对负性生活事件的关注,同时增加其社会支持,特别是主观感受到的支持,进而降低其抑郁情绪体验。

本研究不足之处在于:首先,本研究仅探讨了负性生活事件与抑郁情绪之间的关系以及社会支持在
万方数据

二者之间的作用,个体抑郁情绪的发生不仅涉及生活事件和社会支持,还受到认知方式、人格特质和所处环境等的影响,本研究未深入探讨其中的心理机制;其次,不同的生活事件对个体的影响程度可能不同,相同的生活事件对不同个体的影响也可能不同,建议将来的研究纳入其他群体并考虑其他相关因素,以深入探讨影响非抑郁症患者群体抑郁情绪的具体心理机制。

参考文献

- [1] 吴世珍,汪求真,米振宏,等. 大学新生抑郁状况及影响因素分析[J]. 中国公共卫生, 2016, 32(3): 375-379.
- [2] 王雨吟,林锦婵,潘俊豪. 个体认知-抑郁模型:自我怜悯、完美主义、反刍思维和抑郁的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2015, 23(1): 120-123, 128.
- [3] 涂阳军,郭永玉. 生活事件对负性情绪的影响:社会支持的调节效应与应对方式的中介效应[J]. 中国临床心理学杂志, 2011, 19(5): 652-655.
- [4] 冯克曼,王佳宁,于静. 认知情绪调节和领悟社会支持在大学生情绪表达冲突与抑郁间的作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2018, 26(2): 186-190.
- [5] 张文晋,郭菲,陈祉妍. 压力、乐观和社会支持与心理健康的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2011, 19(2): 225-227, 220.
- [6] 乌拉,旭日花. 大学生就业心理及其影响因素调查与分析[J]. 内蒙古教育(职教版), 2015(6): 19-21, 43.
- [7] 冯静,徐继燕,包华林,等. 高职特困生心理健康、社会支持及其相关研究[J]. 重庆职业技术学院学报, 2007, 12(2): 165-167.
- [8] Radloff LS. The CES-D scale: a self-report depression scale for research in the general population[J]. Appl Psychol Meas, 1977, 1(3): 385-401.
- [9] 章婕,吴振云,方格,等. 流调中心抑郁量表全国城市常模的建立[J]. 中国心理卫生杂志, 2010, 24(2): 139-143.
- [10] 张娜,张英辉,马梅,等. 流调中心抑郁量表在农村女性中的因素结构和信效度[J]. 四川大学学报(医学版), 2014, 45(5): 827-830, 841.
- [11] 韩梅,贾存显. 农村不同人群 CES-D 抑郁量表信度及效度评价[J]. 中国公共卫生, 2012, 28(10): 1265-1267.
- [12] 刘贤臣,刘连启,杨杰,等. 青少年生活事件量表的信度效度检验[J]. 中国临床心理学杂志, 1997, 5(1): 39-41.
- [13] 辛秀红,姚树桥. 青少年生活事件量表效度与信度的再评价及常模更新[J]. 中国心理卫生杂志, 2015, 29(5): 355-360.
- [14] 刘慧瀛,王婉. 大学生负性生活事件与状态焦虑的关系——反刍思维的中介效应和自我肯定的调节效应[J]. 中国心理卫生杂志, 2017, 31(9): 728-733.

- [15] 付鹏, 凌宇. 生活事件与社会资源对留守儿童生活满意度的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 2017, 25(6): 853-858.
- [16] 杨文辉, 熊戈. 常用抑郁量表筛查我国青少年抑郁的效度和划界分[J]. 中国临床心理学杂志, 2016, 24(6): 1010-1015.
- [17] 韩黎, 王洲林, 张继华, 等. 留守经历大学生负性生活事件与抑郁的关系[J]. 中国心理卫生杂志, 2017, 31(4): 326-332.
- [18] 刘丽, 张瑞雪, 刘堃. 青少年学生心理资本与生活事件相关性分析[J]. 中国现代医学杂志, 2017, 27(5): 112-116.
- [19] 肖水源. 《社会支持评定量表》的理论基础与研究应用[J]. 临床精神医学杂志, 1994, 4(2): 98-100.
- [20] 罗雪峰, 陈启山, 沐守宽. 儿童及青少年社会支持量表的中文版修订及初步应用[J]. 中国临床心理学杂志, 2017, 25(4): 671-674.
- [21] 张珊珊, 张野. 社会支持在儿童期受忽视和自伤行为间的中介作用[J]. 中国学校卫生, 2017, 38(4): 538-541.
- [22] 任亮宝, 王金梅. 老年人社会支持与心理健康[J]. 中国老年学杂志, 2017, 37(6): 1530-1533.
- [23] 李相南, 李志勇, 张丽. 青少年社会支持与攻击的关系: 自尊、自我控制的链式中介作用[J]. 心理发展与教育, 2017, 33(2): 240-248.
- [24] 彭运石, 万振东, 李亚婷, 等. 高中生成人依恋与死亡恐惧的关系: 社会支持的调节作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2017, 25(1): 171-173, 115.
- [25] 周宵, 伍新春, 王文超, 等. 社会支持、创伤后应激障碍与创伤后成长之间的关系: 来自雅安地震后小学生的追踪研究[J]. 心理学报, 2017, 49(11): 1428-1438.
- [26] 李晓敏, 代嘉幸, 魏翠娟, 等. 河北高校农村留守经历大学生的生活事件与抑郁的关系[J]. 卫生研究, 2017, 46(1): 57-61, 69.
- [27] 刘耀, 况利, 艾明, 等. 生活事件、社会支持及生命质量与大学生自杀未遂的关系[J]. 第三军医大学学报, 2014, 36(11): 1138-1141.

(收稿日期:2018-05-03)

(本文编辑:唐雪莉)