

· 新冠肺炎疫情心理危机干预专题 ·

新冠肺炎疫情下大学生情绪适应性实验

王佳丽¹, 邓建军^{1,2*}, 李庆安²

(1. 内蒙古鸿德文理学院, 内蒙古 呼和浩特 010017;

2. 北京师范大学心理学部, 北京 100875

*通信作者: 邓建军, E-mail: 1583481983@qq.com)

【摘要】 目的 考察新冠肺炎(COVID-19)疫情压力对大学生抑郁、焦虑的影响及领悟社会支持的中介和调节机制。方法 通过线上平台招募3 219名大学生完成COVID-19压力问卷、领悟社会支持量表(PSSS)、抑郁自评量表(SDS)和焦虑自评量表(SAS);选取其中160名大学生,通过语义启动法操纵领悟社会支持水平,进一步分析领悟社会支持对疫情压力与抑郁、焦虑关系的调节效应。结果 ①各变量在性别上差异有统计学意义($P<0.01$);疫情压力在各年龄组差异有统计学意义($P<0.01$);城市大学生的疫情压力、抑郁、焦虑水平与乡村大学生比较差异有统计学意义($P<0.01$);强制隔离大学生的疫情压力、抑郁水平与居家隔离者比较差异有统计学意义($P<0.05$ 或 0.01)。②疫情压力与领悟社会支持、抑郁、焦虑水平均呈正相关($r=0.158\sim 0.235$, P 均 <0.01);领悟社会支持与抑郁、焦虑呈负相关($r=-0.312$ 、 -0.210 , P 均 <0.01)。③领悟社会支持能负向预测抑郁($t=-32.986$, $P<0.01$)、焦虑($t=-24.437$, $P<0.01$)。④领悟社会支持在疫情压力与抑郁、焦虑之间具有部分中介作用(Effect= -0.044 、 -0.031 , P 均 <0.01)。⑤领悟社会支持仅对疫情压力与抑郁的关系具有调节效应($\beta=0.163$, $P<0.01$)。结论 疫情压力会影响大学生抑郁、焦虑水平,领悟社会支持对疫情压力的负性作用起缓冲作用,并能调节疫情压力与抑郁的关系,然而对疫情压力与焦虑关系却没有显著调节效应,进一步表明焦虑与人际支持系统没有紧密联系。

【关键词】 COVID-19疫情压力;领悟社会支持;抑郁;焦虑

开放科学(资源服务)标识码(OSID):



微信扫描二维码

听独家语音释文

与作者在线交流

中图分类号:B844.2

文献标识码:A

doi:10.11886/scjsws20200729001

A experimental study of the COVID-19 stressing on emotion adaptation among undergraduate students

Wang Jiali¹, Deng Jianjun^{1,2*}, Li Qing'an²

(1. Inner Mongolia Honder of Arts and Sciences, Hohhot 010017, China;

2. Faculty of Psychology, Beijing Normal University, Beijing 100875, China

*Corresponding author: Deng Jianjun, E-mail: 1583481983@qq.com)

【Abstract】 Objective To explore the relationships between COVID-19 stressing and depression, anxiety, and the influences mechanism of perceived social support in the links. **Methods** A sample of 3 219 undergraduate students were recruited to complete the questionnaire and scales online, including COVID-19-Stressing Questionnaire, Perceived Social Support Scale (PSSS), Self-rating Depression Scale (SDS) and Self-rating Anxiety Scale (SAS). And 160 students of them were enrolled to examine the mediation role of perceived social support in the relation of COVID-19 stressing, depression and anxiety by asking participants to read priming stories. **Results** ① There were differences between males and females in each variable ($P<0.01$). COVID-19 stressing showed significant difference among different age groups ($P<0.01$). Stressing, depression and anxiety levels yielded a difference between urban students and rural students ($P<0.01$). There were differences between enforced isolation and home isolation in stressing and depression ($P<0.05$ or 0.01). ② COVID-19 stressing had a positive correlation with perceived social support, depression and anxiety ($r=0.158\sim 0.235$, $P<0.01$), meanwhile, perceived social support showed a negative correlation with depression and anxiety ($r=-0.312$ 、 -0.210 , $P<0.01$). ③ The perceived social support had a negative prediction on depression and anxiety. ④ Perceived social support mediated the relationship between COVID-19 stressing and depression and anxiety (Effect = -0.044 , -0.031 , $P<0.01$). ⑤ Perceived social support moderated the link of COVID-19 stressing and depression ($\beta=0.163$, $P<0.01$). **Conclusion** The current research demonstrates that the COVID-19 stressing has an impact on perceived social support, depression and anxiety, and perceived social support can induce the negative effect of COVID-19 stressing on undergraduate students. In addition, perceived social support can regulate the relationship between COVID-19 stressing and depression, but it has

no significant regulatory effect on the relationship between epidemic stress and anxiety, which further indicates that the anxiety is irrelevant to the interpersonal support.

【Keywords】 COVID-19 stressing; Perceived social support; Depression; Anxiety

新冠肺炎(COVID-19)疫情暴发,对大学生造成了巨大的心理压力。根据应激理论和压力易损假说,当个体面对强烈应激、较大压力时容易造成情绪适应性障碍^[1-3]。研究表明,压力性生活事件与心理和行为紧密相关^[4-5],并且当个体面对突发的、严重的压力性事件时,其应激能力会减弱,容易增加负性情绪体验^[6-7]。其原因主要是突发性、创伤性事件使个体控制感缺失、归属感降低,从而负性情绪体验增加^[8-9]。此外,研究表明,隔离容易造成个体情绪失调^[10]。新冠肺炎疫情暴发以来,严格的社会隔离措施必然引起大学生的心理缺失感、失控感、无助感,进而导致抑郁、焦虑等情绪适应性障碍^[11-12]。为此,新冠肺炎疫情对大学生会产生较大心理应激,进而导致焦虑、抑郁等情绪适应性障碍^[5]。

根据资源保护理论,个体所拥有或能利用的心理资源越多,其抵抗压力的能力就越强,即社会支持能增强其应对能力。研究表明,大学生社会支持越多,则对负性情绪缓冲作用越强^[7,13],提示社会支持对重大应激障碍具有积极预防作用^[14]。依据人际关系理论模型,个体面对压力生活事件时,社会支持水平越高则抑郁水平越低,并且领悟社会支持较实际社会支持作用显著^[15-16]。研究表明,社会支持有利于减轻隔离措施产生的负性情绪体验^[17-18]。

此外,领悟社会支持不仅能直接作用于情绪适应性,而且在压力和情绪适应性之间具有调节作用^[19]。根据资源保护理论和应激理论,当个体心理资本越多,即获得的外界支持越多,则个体应对压力的能力就越强^[20]。既往研究显示,领悟社会支持与大学生抑郁的关系较主观(客观)社会支持的联系更紧密,表明领悟社会支持更有利于缓冲压力事件对个体的情绪适应性影响^[7,21]。提示领悟社会支持在疫情压力与情绪适应性之间可能具有中介效应,但是尚缺少实证研究。

本研究拟考察 COVID-19 疫情压力、领悟社会支持对大学生情绪适应性的影响。首先,考察 COVID-19 疫情压力对大学生抑郁、焦虑的影响以及领悟社会支持在其间的中介效应;其次,通过语义启动操纵领悟社会支持水平,检验领悟社会支持对疫情压力与情绪适应性关系的调节效应。

1 对象与方法

1.1 对象

首先,采用整群随机取样选取高校大学生样本进行网上问卷调查。共收回有效问卷 3 219 份,年龄 17~24 岁 $[(20.78 \pm 1.46)$ 岁],男生 741 人(23.0%),女生 2 478 人(77.0%);城镇 1 266 人(39.3%),乡村 1 953 人(60.7%)。所有问卷均是匿名填写,而且问卷调查时间是至少实施隔离 21 天后进行。

其次,采用方便取样方法,分别于 COVID-19 疫情高发区和低发区各取被试 80 人,随机分到高压力+高领悟社会支持组、高压力+低领悟社会支持组、低压力+高领悟社会支持组、低压力+低领悟社会支持组,每组 40 人,年龄 17~24 岁 $[(20.50 \pm 1.30)$ 岁]。为检验疫情压力分组有效性,对被试进行 COVID-19 疫情压力问卷评定。检验结果显示,分组后各组内部 COVID-19 疫情压力水平差异无统计学意义($P > 0.05$),但高压力组与低压力组之间 COVID-19 疫情压力水平差异有统计学意义($P < 0.01$)。为保证疫情压力分组的同质性,各组在性别、年龄上进行平衡。

1.2 工具

1.2.1 疫情压力问卷

参考刘贤臣等编制的青少年生活事件量表(Adolescent Self-Rating Life Events Check List, ASLEC),编制了 COVID-19 疫情压力问卷用于评定个体承受疫情压力的主观感受。该问卷共 8 个条目,采用 5 点计分,1 到 5 表示“非常低”到“非常高”,评分越高表示主观感受到的疫情压力越大。本研究中,该问卷的内部一致性系数为 0.772,分半信度为 0.566,验证性因素分析各拟合度指标较好 $[\chi^2(6.815)/df(4) = 1.704, P < 0.01, CFI = 0.998, TLI = 0.988, RMSEA = 0.015]$,结果表明疫情压力问卷具有良好的信效度。

1.2.2 领悟社会支持量表

采用 Zimet 编制的领悟社会支持量表(Perceived Social Support Scale, PSSS)。该量表包括 12 个条目,主要测量大学生领悟到的来自家庭、朋友、

老师的支持。该量表采用李克特 7 点计分,从 1 到 7 代表“完全不同意”到“完全同意”。量表评分越高表示领悟社会支持越多。本研究中,该量表的内部一致性系数为 0.959,各拟合度指标较好 [$\chi^2(158.72849)/df(34)=4.668, P<0.01, CFI=0.990, TLI=0.982, RMSEA=0.057$]。

1.2.3 抑郁自评量表

采用 Zung 编制的抑郁自评量表(Self-rating Depression Scale, SDS)测量。该量表共 20 个题目,考察个体最近一周的心理感受。量表采用李克特 4 级评分,从 1 到 4 代表“从不或偶尔”到“总是”。其中部分为反向计分条目。以项目的平均分为抑郁指数分,得分越高,表示抑郁程度越严重。本研究中,该量表 Cronbach's α 系数为 0.877,验证性因素分析各拟合指数良好 [$\chi^2(114.215)/df(80)=1.428, P<0.01, CFI=0.923, TLI=0.903, RMSEA=0.066$],说明该量表有很好的信效度。

1.2.4 焦虑自评量表

采用 Zung 编制的自评焦虑量表(Self-rating Anxiety Scale, SAS)测量。该量表共 20 个题目,考察个体最近一周的心理感受。量表采用李克特 4 级评分,从 1 到 4 表示“没有或很少时间”到“绝大部分或全部时间”。其中部分为反向计分条目。以项目的平均分为焦虑指数分。本研究中,该量表 Cronbach's α 系数为 0.886,验证性因素分析表明各拟合指数良好 [$\chi^2(78.775)/df(71)=1.110, P<0.01, CFI=0.958, TLI=0.946, RMSEA=0.049$],说明该量表有很好的信效度。

1.2.5 社会人口学信息问卷

采用自编社会人口学信息问卷收集大学生的性别、年龄、城乡信息,包括新冠肺炎疫情的相关情况。例如家庭中是否有确诊或疑似病人、居住小区或街道(村)是否有确诊和疑似病人、是否居家隔离或医院隔离。

1.2.6 实验材料

为操纵领悟社会支持水平,编制了相应启动材料,即阅读一段表示社会支持情境的故事材料。该材料有两个版本:一是高社会支持的材料,二是低社会支持的材料。前者故事主要描述为:“自疫情暴发以来,各级政府组织、社会机构、自愿者等均对疫情重灾区、疫情隔离人员进行了援助支持,提供

了必要的医疗、丰富的生活物资等各种支持和关心。”与此相反,后者的故事主要描述为:“自疫情暴发以来,由于疫情压力大、人员众多,虽然政府组织、社会机构加大了工作力度,但仍有些社区、人员未能得到及时的帮助,存在物资短缺、救助不力等情况。”

1.3 实验程序

首先,本研究数据以班级为单位通过问卷星形式调查。问卷均采用匿名方式填写,指导语中告知被试此调查仅为新冠肺炎疫情科学研究所用,并对数据完全保密。数据下载后对其完整性、有效性进行检查,删除不完整或无效数据。

其次,采用 2(疫情压力:高/低) \times 2(领悟社会支持:高/低)的两因素组间设计,疫情压力、领悟社会支持均为组间变量,因变量为抑郁、焦虑。具体实验程序:第一步,被试分配。根据问卷调查结果,以 COVID-19 疫情压力评分将被试分为高疫情压力组和低疫情压力组。然后分别从高压力组和低压力组各随机选取 80 人,随机分配进 2 个实验组,每个实验组 40 人。第二步,材料启动。各实验组被试分别阅读相应的启动材料,为检验启动材料的有效性,所有被试对启动材料中社会支持水平进行 7 级评分,即从“最低”到“最高”分别计为“1”到“7”分。第三步,完成材料启动后,被试完成疫情压力问卷、PSSS、SDS 和 SAS 的评定。

1.4 数据分析

采用 SPSS 22.0 对数据进行管理和分析。首先,进行各变量的描述统计及相关分析,以及差异检验、回归分析和中介效应检验。采用 SPSS 的 Process(model 4) 插件进行中介模型检验。路径检验采用置信区间法(Bias-corrected bootstrapping),当置信区间不包括 0 时,表示效应显著。其次,采用独立样本 t 检验方法检验实验的启动效应。同时采用两因素方差分析法和回归分析法检验调节效应,效应量的显著性通过 95% CI 确定。

2 结 果

2.1 共同方法偏差检验结果

应用下列方法控制共同方法偏差:①所有问卷调查采用匿名方式填写;②选择信效度较高的量表或问卷;③问卷中设计部分反向计分项目;④选取样本时按比例抽取各年级的大学生,增加大学生个体间

的差异。采用 Harman 单因素检验法对共同方法偏差显著性进行检验,结果表明,该数据中特征值大于 1 的因子共有 10 个,第一个因子解释了总变异的 23.946%,小于 40% 的临界标准,故不存在显著的共同方法偏差问题。

2.2 各变量的差异分析

不同性别的大学生疫情压力问卷、PSSS、SDS 和

SAS 评分差异均有统计学意义 ($P < 0.05$ 或 0.01); 不同年龄组大学生疫情压力水平差异有统计学意义 ($P < 0.01$); 城市大学生与乡村大学生相比,疫情压力问卷、SDS 和 SAS 评分差异均有统计学意义 ($P < 0.05$ 或 0.01)。家庭或小区有确诊病人或疑似病人的大学生 PSSS、SDS 和 SAS 评分差异有统计学意义 ($P < 0.01$); 居家隔离与非居家隔离的大学生疫情压力问卷和 SDS 评分差异有统计学意义 ($P < 0.05$ 或 0.01)。见表 1。

表 1 不同指标的社会人口学差异特征 ($\bar{x} \pm s$)

组别	疫情压力评分	<i>t</i>	PSSS 评分	<i>t</i>	SDS 评分	<i>t</i>	SAS 评分	<i>t</i>
性别 男性(<i>n</i> =741)	2.78±0.89	-3.758 ^a	5.00±1.52	-2.836 ^a	1.73±0.49	-3.433 ^a	1.58±0.43	-6.226 ^a
女性(<i>n</i> =2478)	2.90±0.76		5.16±1.31		1.80±0.55		1.69±0.53	
年龄 ≤21岁(<i>n</i> =1796)	2.92±0.82	3.715 ^a	5.10±1.39	-1.208	1.72±0.48	-1.941	1.58±0.44	-1.749
>21岁(<i>n</i> =1423)	2.82±0.76		5.16±1.32		1.76±0.52		1.61±0.47	
城乡 城市(<i>n</i> =1266)	2.96±0.76	3.433 ^a	5.10±1.32	0.455	1.76±0.71	2.386 ^b	1.61±0.64	2.138 ^b
乡村(<i>n</i> =1953)	2.82±0.74		5.12±1.43		1.71±0.65		1.58±0.72	
是否确诊 是(<i>n</i> =1180)	2.88±0.78	0.738	5.18±1.30	2.911 ^a	1.81±0.53	5.644 ^a	1.66±0.50	5.990 ^a
否(<i>n</i> =2039)	2.86±0.82		5.04±1.45		1.70±0.48		1.56±0.43	
是否疑似 是(<i>n</i> =1139)	2.88±0.78	0.424	5.18±1.30	3.251 ^a	1.82±0.53	6.257 ^a	1.66±0.50	5.964 ^a
否(<i>n</i> =2080)	2.87±0.83		5.02±1.46		1.70±0.48		1.56±0.43	
隔离 非居家(<i>n</i> =1122)	2.94±0.83	3.263 ^a	5.14±1.35	0.406	1.77±0.50	1.961 ^b	1.61±0.43	1.341
居家(<i>n</i> =2097)	2.84±0.77		5.12±1.37		1.73±0.50		1.59±0.47	

注:^a $P < 0.01$,^b $P < 0.05$; PSSS, 领悟社会支持量表; SDS, 抑郁自评量表; SAS, 焦虑自评量表; “确诊”是指家庭或居住小区街道(村)有确诊病人; “疑似”是指家庭或居住小区街道(村)有疑似病人; “隔离”是指因肺炎疫情进行的防控措施,包括居家隔离和非居家隔离

2.3 相关分析

大学生年龄(20.79 ± 1.46)岁,问卷作答耗时(468.66 ± 308.23)秒,疫情压力问卷评分(2.88 ± 0.80)分,PSSS、SDS、SAS 评分分别为(4.24 ± 0.87)分、(1.74 ± 0.50)分、(1.59 ± 0.46)分。年龄与疫情压力问卷、SDS 和

SAS 评分呈正相关 ($r = 0.033 \sim 0.072$, $P < 0.01$)。疫情压力问卷评分与 PSSS、SAS 和 SDS 评分均呈正相关 ($r = 0.158 \sim 0.235$, $P < 0.01$)。PSSS 评分与 SDS 和 SAS 评分呈负相关 ($r = -0.312$ 、 -0.210 , $P < 0.01$)。见表 2。

表 2 相关分析 (*r*)

变 量	相关系数(<i>r</i>)					
	年龄	时间	疫情压力评分	PSSS 评分	SDS 评分	SAS 评分
年龄	1					
时间	0.020	1				
疫情压力	0.072 ^a	-0.041 ^b	1			
PSSS 评分	0.023	0.021 ^a	0.158 ^a	1		
SDS 评分	0.036 ^b	0.174 ^a	0.186 ^a	-0.312 ^a	1	
SAS 评分	0.033 ^b	0.205 ^a	0.235 ^a	-0.210 ^a	0.766 ^a	1

注:“时间”表示答题所耗时间;^a $P < 0.01$,^b $P < 0.05$; PSSS, 领悟社会支持量表; SDS, 抑郁自评量表; SAS, 焦虑自评量表

2.4 回归分析

以性别、答题时间、疫情压力、领悟社会支持为预测变量,对抑郁、焦虑进行回归分析。结果表明,

性别、时间、疫情压力、领悟社会支持均能显著预测大学生抑郁水平 ($\beta = -0.495 \sim -0.252$, $P < 0.01$) 和焦虑水平 ($\beta = -0.383 \sim -0.289$, $P < 0.01$)。见表 3。

表 3 各变量对抑郁、焦虑的回归分析

模 型	预测变量	抑郁				焦虑			
		R ²	β	t	P	R ²	β	t	P
1	性别		-0.059	-3.381	<0.01		-0.108	-6.179	<0.01
	年龄		0.053	1.982	<0.05		0.030	1.733	>0.05
		0.005				0.013			
2	性别		-0.050	-2.836	<0.01		-0.097	-5.565	<0.01
	年龄		0.036	2.079	<0.05		0.032	1.850	>0.05
	时间		-0.127	-7.277	<0.01		-0.150	-8.629	<0.01
		0.021				0.035			
	ΔR ²	0.016			<0.01	0.022			<0.01
3	性别		-0.063	-3.638	<0.01		-0.114	-6.711	<0.01
	年龄		0.023	1.321	>0.05		0.015	0.867	>0.05
	时间		-0.120	-6.941	<0.01		-0.140	-8.281	<0.01
	COVID-19		0.184	10.648	<0.01		0.236	13.953	<0.01
		0.054				0.090			
	ΔR ²	0.033			<0.01	0.055			<0.01
4	性别		-0.045	-3.001	<0.01		-0.100	-6.451	<0.01
	年龄		0.009	0.618	>0.05		0.004	0.269	>0.05
	时间		-0.096	-6.492	<0.01		-0.121	-7.815	<0.01
	COVID-19		0.252	16.755	<0.01		0.289	18.430	<0.01
	领悟支持		-0.495	-32.986	<0.01		-0.383	-24.473	<0.01
		0.294				0.233			
	ΔR ²	0.239			<0.01	0.143			<0.01

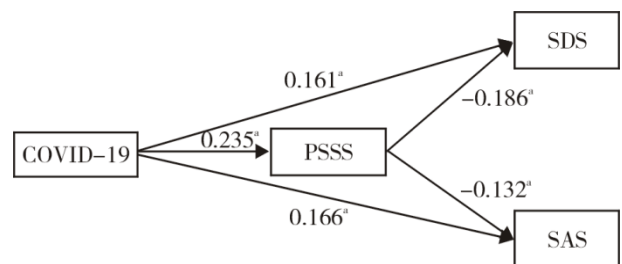
2.5 领悟社会支持在疫情压力与抑郁、焦虑之间的中介作用

根据假设模型,构建疫情压力为自变量、领悟社会支持为中介变量、抑郁和焦虑为因变量的检验模型。疫情压力到领悟社会支持的直接路径显著(β=0.235, P<0.01, 95% CI=0.176~0.294),到抑郁的直接路径显著(β=0.161, P<0.01, 95% CI=0.142~0.180),领悟社会支持到抑郁的作用路径显著(β=-0.186, P<0.01, 95% CI=-0.196~0.175)。领悟社会支持的间接效应显著(Effect=-0.044, 95% CI=-0.058~0.032)。

类似的,疫情压力到焦虑的直接作用路径显著(β=0.166, P<0.01, 95% CI=0.148~0.184),领悟社会支持到焦虑的作用路径显著(β=-0.132, P<0.01, 95% CI=-0.143~0.122)。领悟社会支持的间接效应显著(Effect=-0.031, 95% CI=-0.042~0.023)。见图1。

2.6 启动操作预分析

分析启动材料的有效性。以高低社会支持启动分组为自变量,启动材料所反映社会支持水平为因变量,独立样本t检验显示,高社会支持组得分高于低社会支持组,差异有统计学意义[(5.70±1.31)分 vs. (2.68±0.73)分, P<0.01]。



注:*P<0.01

图1 领悟社会支持的中介作用模型

2.7 领悟社会支持对疫情压力与抑郁和焦虑关系的调节效应

不同疫情压力和领悟社会支持条件下大学生 SDS 和 SAS 评分见表4。以抑郁、焦虑为因变量,对数据进行2(疫情压力:高/低)×2(领悟社会支持:高/低)的两因素方差分析。结果表明,疫情压力分组对抑郁的主效应显著, F_(1,159)=4.877, P<0.05, η²_p=0.027, 高疫情压力组大学生的 SDS 评分高于低疫情压力组;领悟社会支持对抑郁的主效应显著, F_(1,159)=118.301, P<0.01, η²_p=0.402, 高领悟社会支持条件下大学生的 SDS 评分低于低领悟社会支持组;疫情压力与领悟社会支持的交互作用显著, F_(1,159)=10.903, P<0.01, η²_p=0.058。进一步简单效应分析显示:仅在高社会支持条件下,疫情压力对抑郁的影响效应显著, F_(1,79)=1.902,

$P < 0.05$, 高疫情压力条件下抑郁水平更高;但在低社会支持条件下,疫情压力对抑郁的影响效应不显著 $F_{(1,79)} = 1.458, P = 0.125$ 。

此外,疫情压力分组对焦虑的主效应显著, $F_{(1,159)} = 4.739, P < 0.05, \eta_p^2 = 0.026$, 高疫情压力组大学生的焦虑得 SAS 评分高于低疫情压力组;领悟社会支持对焦虑的主效应显著, $F_{(1,159)} = 36.393, P < 0.01, \eta_p^2 = 0.171$, 高领悟社会支持条件下大学生的 SAS 评分低于低领悟社会支持组;疫情压力与领悟社会支持的交互作用临界显著, $F_{(1,159)} = 4.159, P = 0.05, \eta_p^2 = 0.021$ 。进一步简单效应分析显示:低社会支持条件下,疫情压力对焦虑的影响效应不显著, $F_{(1,79)} = 1.217, P = 0.267$;高社会支持条件下,疫情压力对焦虑的影响效应不显著 $F_{(1,79)} = 1.050, P = 0.422$ 。

表 4 不同疫情压力和领悟社会支持条件下大学生 SDS 和 SAS 评分

领悟社会支持	疫情压力	例数	SDS 评分	SAS 评分
低支持		80	2.393±0.650	2.030±0.715
	低压力	40	2.445±0.418	2.040±0.597
	高压力	40	2.355±0.780	2.024±0.797
高支持		80	1.472±0.465	1.464±0.468
	低压力	40	1.276±0.316	1.289±0.296
	高压力	40	1.730±0.506	1.695±0.551
总评分	低压力	80	1.788±0.687	1.618±0.586
	高压力	80	2.094±0.743	1.886±0.720

2.8 领悟社会支持的简单效应分析

以抑郁、焦虑为因变量,疫情压力为自变量,领悟社会支持为调节变量进行回归分析。首先,对疫情压力、领悟社会支持进行标准化,并且取两者乘积为调节项。其次,进行分层回归,根据乘积项对抑郁、焦虑的回归系数判断是否显著。结果表明,疫情压力与领悟社会支持的交互项可以正向预测抑郁($\beta = 0.163, P < 0.01$)。乘积项到抑郁的路径,95%的置信区间不包含 0(95% CI = 0.106~0.011)。此外,疫情压力与领悟社会支持的交互项对焦虑预测作用不显著($\beta = 0.068, P = 0.131$)。

4 讨 论

结果显示,女大学生在疫情压力、领悟社会支持、抑郁和焦虑水平上均高于男性;低年龄组大学生疫情压力高于高年龄组;城市大学生疫情压力、抑郁、焦虑水平高于乡村大学生。家人或密切接触者中有确诊或疑似病人者,领悟社会支持、抑郁、焦虑水平均较高,而强制隔离者疫情压力和抑郁水平也较高。提示女性或低年龄大学生容易感受到疫

情压力,女性还会有更高水平的领悟社会支持和抑郁、焦虑反应。同时,强制隔离的大学生容易感受到更高的疫情压力和抑郁水平。

相关分析结果显示,COVID-19 疫情压力与领悟社会支持、抑郁、焦虑水平显著相关。提示大学生疫情压力较高,则有更高的领悟社会支持和抑郁、焦虑水平。与既往研究结果一致,事件压力能影响领悟社会支持和情绪适应性^[6,22],即压力事件容易导致大学生负性情绪体验^[3-4]。尤其在隔离状态下,疫情压力更会增强领悟社会支持和抑郁、焦虑水平^[6]。结果显示,领悟社会支持是抑郁、焦虑的保护因素。此外,女性、答题时间较长和疫情压力较高的大学生抑郁、焦虑水平较高,与既往研究结果一致,表明大学生抑郁、焦虑情绪具有性别差异,并且受压力事件影响^[11,13]。此外,领悟社会支持能抑制大学生抑郁水平,验证了前人结果^[7,22],也证明了资源保护理论和人际关系理论,即领悟社会支持对个体情绪适应性具有积极作用^[19]。

研究结果支持预期假设,即领悟社会支持在疫情压力与抑郁、焦虑之间起部分中介作用。说明感知社会支持能有效缓冲疫情压力对大学生造成的抑郁、焦虑反应。这与既往研究结果一致,表明大学生感知的领悟社会支持,能部分影响疫情压力带来的负性情绪影响^[7,23]。本研究表明,领悟社会支持对压力与情绪性关系除具有调节作用外,还能在压力与情绪适应性之间起中介作用,即能缓冲生活事件的负性影响。

最后,结果显示,社会支持启动对大学生抑郁、焦虑主效应均显著,即在高社会支持条件下,大学生抑郁、焦虑水平均较低。此外,COVID-19 疫情压力分组与社会支持启动对抑郁、焦虑交互作用显著,仅在高社会支持条件下,疫情压力分组对抑郁、焦虑的效应显著,即高疫情压力条件下的大学生具有更强的抑郁和焦虑情绪。结果表明,疫情压力分组对大学生的抑郁情绪体验影响受领悟社会支持条件调节,但是疫情压力与焦虑的关系不受领悟社会支持的调节,此结果与既往研究一致^[9]。人际关系与个体的抑郁情绪具有紧密联系,而对焦虑情绪影响不明显。分析原因可能是焦虑更多反映对未来一种不可控感,而抑郁则多反映个体的人际关系,如果个体拥有良好的人际关系,则自我感知良好、抑郁水平较低。提示针对疫情压力下大学生的焦虑情绪,需要从压力水平上帮助缓解,关注社会支持系统作用不明显。

本研究不足:第一,样本分布呈偏态分布。由于学生群体自身差异,即女生多于男生,故而变量在性别上的差异可能是样本量所致。第二,虽然进行了相关设计与实验设计结合,但研究结果仍不能说明效果的长效性,即疫情压力对抑郁、焦虑的长期影响如何。第三,领悟社会支持对焦虑的调节作用不显著,其机理有待进一步探讨。

综上所述,疫情压力对大学生情绪适应性具有负性影响。领悟社会支持不仅有利于大学生情绪适应性,而且能缓解疫情压力对大学生抑郁、焦虑的负性作用,并对疫情压力与抑郁的关系具有调节效应。同时,研究结果对推动大学生心理健康服务提供了较新的思路,即通过增强社会支持系统,丰富大学生心理资源,进而增强其应对生活事件的能力。此外,在抑郁与焦虑的心理帮助上应区别对待。

参考文献

- [1] 傅俏俏,叶宝娟,温忠麟.压力性生活事件对青少年主观幸福感的影响机制[J].心理发展与教育,2012,28(5):516-523.
- [2] 叶宝娟,胡笑羽,杨强,等.领悟社会支持、应对效能和压力性生活事件对青少年学业成就的影响机制[J].心理科学,2014,37(2):342-348.
- [3] 卢家楣,刘伟,贺雯,等.中国当代大学生情感素质的现状及其影响因素[J].心理学报,2017,49(1):1-16.
- [4] Rivers AS, Sanford K. Negative relationship behavior is more important than positive: correlates of outcomes during stressful life events[J]. J Fam Psychol, 2018, 32(3): 375-384.
- [5] Park D, Yu A, Metz SE, et al. Beliefs about stress attenuate the relation among adverse life events, perceived distress, and self-control[J]. Child Dev, 2018, 89(6): 2059-2069.
- [6] 赵玉芳,毕重增.突发公共事件的心理健康服务体系的建构[J].心理科学,2008,31(5):1263-1264.
- [7] 沈友田,胡笑羽,叶宝娟.压力对大学生抑郁的影响机制:领悟社会支持与应对方式的中介作用[J].心理学探新,2018,38(3):267-272.
- [8] 魏义梅,张剑.大学生生活事件、认知情绪调节与抑郁的关系[J].中国临床心理学杂志,2008,16(6):582-583.
- [9] 叶宝娟,朱黎君,方小婷,等.压力知觉对大学生抑郁的影响:有调节的中介模型[J].心理发展与教育,2018,34(4):497-503.
- [10] 刘卿,刘芳,周仁来,等.狭小密闭环境下72h睡眠剥夺对个体情绪的影响[J].航天医学与医学工程,2014,27(5):362-366.
- [11] 刘朝晖,华琦,吴昊,等.重症急性呼吸综合征患者伴发抑郁情绪的调查[J].中华内科杂志,2004,43(4):296.
- [12] Brooks SK, Webster RK, Smith LE, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence[J]. Lancet, 395(10227): 912-920.
- [13] 邓光辉,张水森,沈春,等.生活事件、认知情绪调节策略对军人应激反应的影响[J].第三军医大学学报,2015,37(22):2224-2228.
- [14] 范方,耿富磊,张岚,等.负性生活事件、社会支持和创伤后应激障碍症状:对汶川地震后青少年的追踪研究[J].心理学报,2011,43(12):1398-1407.
- [15] Cohen S, Wills TA. Stress, social support, and the buffering hypothesis[J]. Psychol Bull, 1985, 98(2): 310-357.
- [16] 杨春潇,张大均,梁英豪,等.大学生社会支持与抑郁情绪关系的 meta 分析[J].中国心理卫生杂志,2016,30(12):939-945.
- [17] 余诗诗,郭丽,曾庆浪,等.社交情境疗法应用于住院海洛因戒毒者的随机对照试验[J].中国心理卫生杂志,2013,27(11):834-839.
- [18] 任珍,汪巧娅,刘颖,等.甲型H1N1流感诊治中的心理护理与人文关怀[J].中华护理杂志,2011,46(4):408-409.
- [19] 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.
- [20] 崔丽霞,刘娟,罗小婧.社会支持对抑郁影响的中介模型探讨[J].心理科学,2014,37(4):980-984.
- [21] 凌宇,杨娟,章晨晨,等.社会支持调节青少年应激与抑郁症状的追踪研究[J].中国临床心理学杂志,2010,18(5):610-613.
- [22] 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):391-395.
- [23] 苗甜,王娟娟,宋广文.粗暴养育与青少年抑郁的关系:一个有调节的中介模型[J].中国特殊教育,2018(6):71-77.

(收稿日期:2020-07-29)

(本文编辑:吴俊林)