

# 学校氛围对青少年抑郁的影响:自我控制的中介作用

许有云<sup>1,2</sup>, 周宵<sup>3</sup>, 刘亚鹏<sup>1</sup>, 邓慧华<sup>1</sup>

(1.东南大学学习科学中心,南京 210096;2.南京特殊教育职业技术学院,南京 210038;3.北京师范大学心理学院,北京 100875)

**【摘要】 目的:**考察高中阶段青少年所感知到的学校氛围如何影响其抑郁,关注青少年自我控制的中介作用。**方法:**采用问卷法和自我报告法,调查 431 名高中生所感知的学校氛围、自我控制和抑郁;采用 SPSS16.0 和 AMOS17.0 进行数据统计分析。**结果:**学校氛围既可直接负向预测抑郁,也可通过青少年自我控制负向预测抑郁。**结论:**积极的学校氛围除直接降低青少年抑郁外,也可通过提高青少年自我控制水平,减轻青少年抑郁。

**【关键词】** 学校氛围; 抑郁; 自我控制

中图分类号: R395.6 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2014)05-0860-04

## Self-control Mediates the Relationship between School Climate and Adolescents' Depression

XU You-yun<sup>1,2</sup>, ZHOU Xiao<sup>3</sup>, LIU Ya-peng<sup>1</sup>, DENG Hui-hua<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Research Center for Learning Science, Southeast University, Nanjing 210096, China; <sup>2</sup>Nanjing Technical College of Special Education, Nanjing 210038, China; <sup>3</sup>School of Psychology, Beijing Normal University, Beijing 100875, China

**【Abstract】 Objective:** To investigate the effect of school climate on adolescents' depression, especially for a mediation effect of adolescents' self-control. **Methods:** Data were obtained from 431 adolescents from a senior high school, measured with Perceived School Climate Questionnaire, Self-Control Scale and Self-rating Depression Scale. **Results:** School climate not only had a direct influence on depression, but also suppressed adolescents' depression indirectly through the mediating effect of adolescents' self-control. **Conclusion:** Positive school climate directly reduced adolescents' depression and increased adolescents' self-control, which in turn, decreased adolescents' depression.

**【Key words】** School climate; Depression; Self-control

学校是影响青少年发展的重要微观系统之一<sup>[1]</sup>。其中,学校氛围是指学校中被其成员所体验到的、并对其行为产生影响的相对持久而稳定的环境特征<sup>[2]</sup>。目前,已有大量的研究关注学校氛围对于青少年学校适应性的影响,其中大多数研究关注的是学校氛围与学业成绩的关系<sup>[3,4]</sup>。只有少数研究探讨学校氛围通过中介变量影响青少年学校适应性的机制<sup>[5,6]</sup>。

抑郁是青少年时期典型的适应问题之一。研究发现,积极的学校氛围可以显著的降低青少年自杀的意念意图<sup>[7]</sup>。自杀意念意图本身就是抑郁的重要症状之一。据此,推测积极的学校氛围可以负向的预测青少年抑郁。

学校氛围作为一种青少年所感知到的环境特征,其对抑郁的影响还可能通过影响个体自身因素,例如自我控制来实现。自我控制是个体因抑制或克服自身的欲望需求而改变固有的行为和思维的方式的过程<sup>[8]</sup>。以往研究发现,自我控制能直接影响青少年学习、生活和社会交往等方面的发展。例如,自我控制能负向预测抑郁<sup>[9]</sup>。所以,推断自我控制可能

是避免抑郁产生的保护性因素。除直接影响以外,自我控制还可能有中介效应<sup>[10-12]</sup>。例如,陈京军等人发现自我控制在儿童家庭功能与问题行为间起中介作用<sup>[10]</sup>。随着年龄的增长,除了家庭因素外,作为重要成长环境的学校因素对青少年的影响也更加凸显,而自我控制可能也会在学校环境与抑郁这一内隐问题行为的典型表现之间起到中介作用。在积极的学校氛围中,学生可以获得更多的自主机会和人际支持,更有利于激发学生的主观能动性,从而可能会促进自我控制增强。本研究假设积极学校氛围可通过增强自我控制,从而间接作用于青少年抑郁,即自我控制可以在积极的学校氛围和抑郁之间起到中介作用。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

整群抽取南京某一般中学高一学生,共 460 人,有效被试 431 人,其中男生 178 人,女生 253 人。研究开始前在征得研究对象同意后获得研究对象监护人(父亲或母亲)的书面知情同意。以班为单位由经过统一培训的心理学专业硕士生进行集体施测,施测时间不超过 30 分钟。

**【基金项目】** 教育部人文社科研究一般项目(11YJAZH019)资助

通讯作者:邓慧华

## 1.2 研究工具

**1.2.1 学校氛围问卷** 采用Jia等编制的学校氛围问卷调查青少年所感知的学校氛围<sup>[13]</sup>。该问卷分为三个维度:教师支持(含7个项目,如“我能对老师讲我的困难和问题”)、同学支持(含12个项目,如“同学们相互帮助”)和自主机会(含5个项目,如“学生对学校的事情有发言权”)。该问卷按1-4级评分,在中国青少年样本中具有良好的信效度<sup>[7]</sup>。本研究,各维度的 $\alpha$ 系数为0.78(教师支持)、0.85(同学支持)和0.71(自主机会)。

**1.2.2 自我控制问卷** 采用Tangney等编制的自我控制问卷简版调查青少年的自我控制<sup>[14]</sup>,该问卷含13个项目,按1-5级评分。该问卷为单维度问卷,本研究中,该问卷的单维结构效度良好( $\chi^2/df=2.82$ , TLI=0.83, CFI=0.86, RMSEA=0.065, GFI=0.94, NFI=0.81, RFI=0.94, IFI=0.87, AGFI=0.91)。本研究中,该问卷的 $\alpha$ 系数为0.81。

**1.2.3 抑郁自评量表** 该量表由Zung于1965年编制<sup>[15]</sup>,由20个条目组成,按1-4级评分。该量表在中国具有较好的信效度。本次研究中 $\alpha$ 系数为0.76。

## 1.3 共同方法偏差检验

本研究中,问卷均由被试自我报告,这可能会导致预测变量与结果变量因同一报告源而出现共同方法偏差的问题。在施测的过程中采用反向计分题、平衡项目顺序、匿名问卷和增加多个问卷施测的间隔等方式来进行程序控制。在数据回收后,又采用Harman单因子检验的方法<sup>[16]</sup>,未发现严重的共同方法偏差影响。

## 2 结 果

### 2.1 变量的描述性统计和相关分析

由附表可知,学校氛围各维度与青少年抑郁均呈显著负相关;自我控制与青少年抑郁呈显著负相关;自我控制与教师支持、同学支持呈显著正相关。

此外,重复测量方差分析显示,学校氛围三个维度的得分差异显著( $F_{(2)}=972.677$ ,  $P<0.001$ );而且事后检验发现,得分由高到低依次为同学支持、教师支持和自主机会。学校氛围三个维度的组内效应与性别的组间效应没有交互作用。独立样本 $t$ 检验显示,女生的同学支持和抑郁得分均显著高于男生( $P=0.019$ ,  $P=0.004$ )。

### 2.2 自我控制的中介作用检验

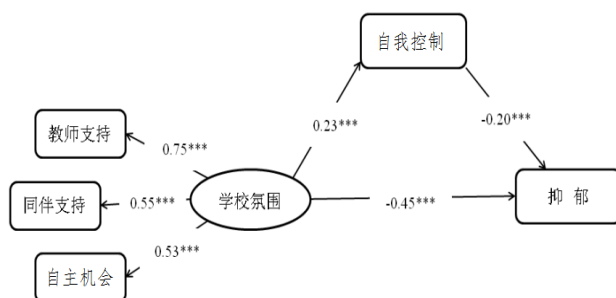
基于附表的结果,推测自我控制可能在学校氛围与青少年抑郁之间发挥中介作用。据此,以学校

氛围为预测变量,自我控制为中介变量,青少年抑郁为结果变量,建立如附图所示的中介模型。采用结构方程模型检验自我控制的中介效应。根据中介效应检验程序<sup>[17]</sup>,先检验学校氛围对抑郁的直接作用,然后检验加入中介变量后模型的拟合情况及各路径系数的变化显著程度。

附表 各变量的描述统计和相关分析结果

	1	2	3	4	5
1 教师支持	-				
2 同学支持	0.38**	-			
3 自主机会	0.43**	0.28**	-		
4 自我控制	0.17**	0.17**	0.10	-	
5 抑郁	-0.38**	-0.37**	-0.31**	-0.20**	-
$\bar{X}\pm s$	2.76 $\pm$ 0.50	3.31 $\pm$ 0.39	2.07 $\pm$ 0.62	36.85 $\pm$ 6.71	39.22 $\pm$ 7.41

注:\* $P<0.05$ ,\*\* $P<0.01$ ,\*\*\* $P<0.001$ ,下同。



附图 自我控制中介学校氛围对抑郁影响模型图

直接作用模型的拟合指数良好( $\chi^2/df=4.10$ , CFI=0.99, TLI=0.93, GFI=0.99, NFI=0.95, IFI=0.96, RMSEA=0.085)。学校氛围可以直接显著负向预测抑郁( $\gamma=-0.50$ , C.R=-6.56,  $P<0.001$ )。

在学校氛围与抑郁之间加入自我控制这一变量后,模型的各项拟合指数良好( $\chi^2/df=3.35$ , CFI=0.97, TLI=0.92, GFI=0.99, NFI=0.96, IFI=0.97, RMSEA=0.074)。对模型中的各个路径进行分析(见附图),学校氛围显著正向预测自我控制( $\gamma=0.23$ , C.R=3.67,  $P<0.001$ );自我控制显著负向预测青少年抑郁( $\gamma=-0.20$ , C.R=-4.27,  $P<0.01$ );学校氛围的直接效应显著( $\gamma=-0.45$ , C.R=-6.15,  $P<0.001$ )。

为了检验中介效应的显著性,采用Bias-Corrected Bootstrap程序进行检验<sup>[18]</sup>。首先利用重复随机抽样的方法在原始数据(N=431)中抽取5000个Bootstrap样本,然后根据这些样本拟合附图的模型,生成并保存5000个中介效应的估计值,形成一个近似抽样分布,将这些效应值按数值大小排序,用第2.5百分位数和第97.5百分位数估计95%的中介效应置信区间。如果中介效应95%的置信区间没有包括0,表明中介效应显著。使用Bias-Corrected Boot-

strap方法得到学校氛围至抑郁的间接效应95%置信区间为-0.074至-0.024之间,说明上述中介效应显著。这些结果表明,学校氛围既可直接负向预测青少年抑郁,也可通过自我控制的中介作用影响青少年抑郁。中介效应值为-0.046 $(-0.20 \times 0.23)$ ,占总效应的9.2%。

### 3 讨 论

#### 3.1 学校氛围和抑郁的性别差异

本研究发现青少年学生抑郁存在性别差异,女生显著的高于男生。这与以往大多数研究结果一致<sup>[19-21]</sup>。这表明青少年时期的到来可能改变了在童年期或者更早时候性别之间没有差异的情况。从12-13岁左右开始,更多的女孩表现出抑郁,抑郁的性别差异在青少年中期和末期最为显著,从青少年期到整个成人期,男女抑郁症状发生率的比率一直保持1:2左右<sup>[22]</sup>。

本研究还发现,女生的同学支持显著高于男生,这与其他研究的结果一致<sup>[7,23]</sup>。这可能因为女生更擅长处理人际关系,从而可获得更多的同伴支持。此外,无论男生和女生,学校氛围的三个维度高到低均是依次为同学支持、教师支持和自主机会。这说明处在高中阶段的青少年最明显感受到的是来自同学支持,这与该阶段同伴影响明显增加相一致。然而,自主机会在高中生的感受水平最低。究其原因有以下两方面,其一、高中生的年龄特点决定了高中生的自主需求有较大的提高,对于在学校中能否行使自主决定的权利非常在意;其二、在中国文化背景下,学校更强调集体的协调一致。尤其,高中阶段面临着高考压力,大多数学校都是进行程序化的管理模式;学校更强调学生要听从教师的指导,不鼓励个体在班级或学校中的自主行事<sup>[13,24]</sup>。

#### 3.2 学校氛围对抑郁的直接和间接作用

本研究发现,学校氛围对青少年抑郁的保护性作用有两条途径:通过直接作用,或者通过自我控制的部分中介作用来实现。社会联接理论可以很好的解释学校氛围对抑郁的直接作用。该理论认为在校园文化背景中,最重要的他人无非是教师和同学;如果感受到较多的人际支持,青少年的学业成就获得提高,或者自杀意念减少<sup>[3,4,7,23]</sup>,那么其抑郁的风险就会降低。学校氛围的直接作用也符合依恋理论<sup>[25]</sup>的观点,即所持有的与重要他人的良性互动会促进青少年的社会适应。

本研究还发现,自我控制可以减少抑郁。如果

个体具有了较高的自我控制水平,其抑郁程度也可能更低,与以往研究结果一致<sup>[9]</sup>。自我决定理论<sup>[26]</sup>认为人具有积极地成长和自我调节倾向,这种倾向促进人格整合和心理健康。自我控制水平高的人更乐于付出努力和采取策略应付所遇到的当前问题,并且更主动地解决当前困难,在面临压力之后会有较高的可控制感,而自我控制水平低的人缺乏对自我行为的调节和有效的控制,在生活学习的过程中一旦遇到困难,也就更容易抑郁。

本研究进一步发现,学校氛围还可以通过青少年自我控制的部分中介作用来影响青少年抑郁,这个结果符合“情境-过程-结果模型”<sup>[27]</sup>。该理论认为学校情境因素会通过影响学生的心理特点进而影响发展结果。

#### 参 考 文 献

- 1 Bronfenbrenner U. The ecology of human development: Experiments by nature and design: Cambridge: Harvard University Press, 2009
- 2 Hoy WK, Hannum JW. Middle school climate: An empirical assessment of organizational health and student achievement. *Educational Administration Quarterly*, 1997, 33(3): 290-311
- 3 Cohen J, McCabe L, Michelli NM, et al. School climate: Research, policy, practice, and teacher education. *The Teachers College Record*, 2009, 111(1): 180-213
- 4 张平平,李凌艳,辛涛. 学校氛围对学生数学成绩影响的跨文化比较:基于多水平分析的结果. *心理发展与教育*, 2011, 27(6): 625-632
- 5 潘彦谷,滕召军,刘衍玲,等. 媒体暴力与攻击性:社会认知神经科学视角. *心理发展与教育*, 2013, 29(6): 664-672
- 6 鲍振宙,张卫,李董平,等. 校园氛围与青少年学业成就的关系:一个有调节的中介模型. *心理发展与教育*, 2013, 29(1): 61-70
- 7 杨雪,王艳辉,李董平,等. 校园氛围与青少年的自杀意念/企图:自尊的中介作用. *心理发展与教育*, 2013, 29(5): 541-551
- 8 谭树华,郭永玉. 大学生自我控制量表的修订. *中国临床心理学杂志*, 2008, 16(5): 468-470
- 9 Khan ZH, Watson P, Cothran DL. Self-control in Pakistani Muslims: Relationships with religious orientation, depression and anxiety. *Journal of Beliefs and Values*, 2008, 29(2): 213-216
- 10 陈京军,范兴华,程晓荣,等. 农村留守儿童家庭功能与问题行为:自我控制的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2014, 22(2): 319-323
- 11 何灿,夏勉,江光荣,等. 自尊与网络游戏成瘾—自我控制的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2012, 20(1): 58-60



- 12 黄曼,史滋福,刘妹. 未成年犯自尊与攻击性的关系自我控制的中介作用. 中国临床心理学杂志, 2013, 21(4): 603-604
- 13 Jia Y, Way N, Ling G, et al. The influence of student perceptions of school climate on socioemotional and academic adjustment: A comparison of Chinese and American adolescents. *Child Development*, 2009, 80(5): 1514-1530
- 14 Tangney JP, Baumeister RF, Boone AL. High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 2004, 72(2): 271-324
- 15 Zung WW, Richards CB, Short MJ. Self-rating depression scale in an outpatient clinic: Further validation of the SDS. *Archives of General Psychiatry*, 1965, 13(6): 508-516
- 16 Podsakoff PM, MacKenzie SB, Lee JY, et al. Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 2003, 88(5): 879-903
- 17 温忠麟,张雷,侯杰泰,等. 中介效应检验程序及其应用. 心理学报, 2004, 36(5): 614-620
- 18 Preacher, K. J., Hayes, A. F.. Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 2008, 40(3), 879-891
- 19 王极盛,丁新华. 中学生抑郁与其相关影响因素的综合研究. 中国学校卫生, 2003, 4: 336-338
- 20 崔丽霞,史光远,张玉静,等. 青少年抑郁综合认知模型及其性别差异. 心理学报, 2012, 11: 1501-1514
- 21 陈慧,邓慧华,钟萍,等. 青少年早期的抑郁与生活事件的交叉滞后分析. 中国临床心理学杂志, 2012, 20(1): 80-83
- 22 Angold A, Erkanli A, Silberg J, et al. Depression scale scores in 8-17-year-olds: Effects of age and gender. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2002, 43(8): 1052-1063
- 23 鲍振宙,张卫,李董平,等. 校园氛围与青少年学业成就的关系: 一个有调节的中介模型. 心理发展与教育, 2013, 1: 61-70
- 24 Chen X, Hastings PD, Rubin KH, et al. Child-rearing attitudes and behavioral inhibition in Chinese and Canadian toddlers: a cross-cultural study. *Developmental Psychology*, 1998, 34(4): 677-693
- 25 Cassidy J, Shaver PR. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*(2nd ed). New York: The Guilford Press, 2008
- 26 Deci EL, Ryan RM. *Self-Determination: Wiley Online Library*, 2010
- 27 Roeser RW, Midgley C, Urdan TC. Perceptions of the school psychological environment and early adolescents' psychological and behavioral functioning in school: The mediating role of goals and belonging. *Journal of Educational Psychology*, 1996, 88(3): 408-417

(收稿日期:2014-04-06)

(上接第859页)

- 15 Ajzen I. The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 1991, 50(2): 179-211
- 16 Armitage CJ, Conner M. Efficacy of the theory of planned behaviour: A meta-analytic review. *British Journal of Social Psychology*, 2001, 40: 471-499
- 17 Mceachan RRC, Conner M, Taylor NJ, et al. Prospective prediction of health-related behaviours with the Theory of Planned Behaviour: a meta-analysis. *Health Psychology Review*, 2011, 5(2): 97-144
- 18 Gollwitzer PM, Sheeran P. Implementation intentions and goal achievement: A meta-analysis of effects and processes. *Advances in experimental social psychology*, 2006, 38: 69-119
- 19 Owens SG, Bowman CG, Dill CA. Overcoming procrastination: The effect of implementation intentions. *Journal of Applied Social Psychology*, 2008, 38(2): 366-384
- 20 Ajzen I. Constructing a theory of planned behavior questionnaire: Conceptual and methodological considerations. Department of Psychology, University of Massachusetts, 2002
- 21 Claessens BJ, van Eerde W, Rutte CG, et al. Things to do today ... : A daily diary study on task completion at work. *Applied Psychology - an International Review*, 2010, 59(2): 273-295
- 22 Senécal C, Koestner R, Vallerand RJ. Self-regulation and academic procrastination. *The Journal of Social Psychology*, 1995, 135(5): 607-619
- 23 Ackerman DS, Gross BL. My instructor made me do it: Task characteristics of procrastination. *Journal of Marketing Education*, 2005, 27(1): 5-13
- 24 Scher SJ, Ferrari JR. The recall of completed and noncompleted tasks through daily logs to measure procrastination. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2001, 15(5): 255-265
- 25 Lay CH. At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 1986, 20(4): 474-495
- 26 Preacher KJ, Zhang Z, Zyphur MJ. Alternative methods for assessing mediation in multilevel data: The advantages of multilevel SEM. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 2011, 18(2): 161-182
- 27 Ryan RM, Deci EL. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 2000, 55(1): 68-78

(收稿日期:2014-04-28)