

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

涂阳军¹, 郭永玉²

(1.湖南大学教育科学研究院,湖南 长沙 410082;2.华中师范大学心理学院,湖北 武汉 430079)

【摘要】 目的:考察社会支持与应对方式在生活事件与负性情绪间的中介、调节作用。方法:采用大学生生活事件量表、社会支持评定量表、应对方式量表、特质焦虑和抑郁简式量表对 943 名大学生进行调查。结果:社会支持的主观支持调节效应显著。积极应对方式的中介效应显著。与积极性质的应对方式的缓冲作用相比,消极性质的应对方式所起的负作用更明显些。退避与合理化能够在一定程度上减轻因生活事件所引发的负性情绪。结论:应对方式多个维度在生活事件与负性情绪间具有中介作用。仅主观社会支持的调节效应显著。

【关键词】 生活事件;负性情绪;社会支持;应对方式;中介调节效应

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2011)05-0652-04

The Influence of Life-events on Negative Emotions: Social Support as a Moderator and Coping Style as a Mediator

TU Yang-jun, GUO Yong-yu

Institution of Education, Hunan University, Changsha 410082, China

【Abstract】 **Objective:** To investigate the mediating role of coping style and the moderating role of social support on the negative emotions influenced by life events. **Methods:** Questionnaires were used to examine 943 college students. The methods of correlation, path analysis and hierarchical regression were used to analyse data. **Results:** The moderating effect of subjective supports is significant. The mediating effects of positive coping styles are significant. Negative coping styles, especially self-blame, greatly aggravate negative emotions caused by life events. **Conclusion:** Many dimensions of coping styles scale have partial mediating effects between life events and negative emotions. The moderating effect of subjective supports is significant.

【Key words】 Life events; Negative emotions; Social support; Coping style; Moderator and mediator

负性情绪(negative affect, NA)是一种心情低落和陷于不愉快激活境况的基本主观体验,包括各种令人生厌的情绪状态,如愤怒、恐惧和抑郁等^[1]。生活事件是诱发负性情绪的重要因素,它不但会导致问题行为的增加^[2],而且也是促发情感性障碍^[3]及激发抑郁症发作的重要诱因。如何降低或减少负性情绪已成为处理健康和行为问题的常用策略^[4]。在如何减少负性情绪的诸多因素中,个体在遭遇生活事件后的社会支持情况及应对方式受到了广泛关注,成为影响个体调控负性情绪的重要中间变量^[5]。就社会支持来看,它既可对心理症状产生直接的影响,同时又能在生活事件与心理症状间起到间接的缓冲作用^[6]。但这种缓冲作用到底为中介效应还是为调节效应,研究结论却各不相同。有研究^[7]支持了社会支持的调节作用,而有研究^[8]则认为社会支持为

应激生活事件与抑郁反应间的中介变量。就应对方式而言,许多研究均表明其具有中介变量的性质^[9],并且积极与消极应对方式具有不同性质的中介作用,表现为消极应对方式(如自责等)与焦虑、抑郁显著正相关,而积极应对方式(如问题解决等)则与其显著负相关或无关^[10]。

本研究以 943 名大学生为被试,同时纳入上述四个变量以进一步考查:社会支持在生活事件与负性情绪间到底起到中介还是调节作用?积极、消极应对方式的中介效应是否确实不同?社会支持与应对方式在应激生活事件与负性情绪间的关系如何,也即,社会支持是否为有中介的调节变量,应对方式是否为有调节的中介变量。一般认为,社会支持是环境变量,而应对方式则具有类特质的特征。另外,也有研究表明:社会支持对应对方式具有比较持久的影响力^[11],社会支持水平高的个体能更好的应用合理的应对方式,而较少采取自责等消极应对方式^[12]。因此,研究假设应对方式是受到社会支持影响的有调节的中介变量。

【基金项目】 教育部人文社会科学研究规划基金项目(07JAXLX013);湖南大学引进人才科研启动项目(2010031);中央高校基本科研业务费专项资金(2011174)

通讯作者:郭永玉

1 对象与方法

1.1 被试

从广东、南京、湖北等地高校整班选取被试,共获得有效被试 943 名。其中男生 392 人,女生 551 人。一、二、三年级分别为 495、235 和 213 名。医学类、文科类及理工类专业分别为 351、413 和 179 名。

1.2 测量工具

大学生生活事件量表^[13]共有 58 道客观是否题,回答“是”计 1 分,回答“否”计 0 分。社会支持评定量表^[14]有主观支持、客观支持、支持利用度三个维度,各条目得分之和为社会支持总分。应对方式问卷^[15]共有 62 个题目,包括解决问题、自责等六个分量表,分为成熟型、不成熟型及混合型 3 种类型。贝克抑郁简式量表^[16]和特质焦虑量表^[17]两个量表分数之和即为负性情绪的得分。

2 结 果

2.1 社会支持的调节效应分析

按温忠麟等的看法:如果一个变量与自变量或因变量相关不大,它不可能成为中介变量,但有可能成为调节变量。按此标准,社会支持符合调节变量检验的要求(见表 1)。将自变量与调节变量(均为连续变量)中心化后,按分层回归法进行调节效应的分析。结果表明:仅有主观支持的调节效应非常显著(见表 2)。

表 1 社会支持与生活事件和负性情绪的相关

	1	2	3	4	5	6
1	1					
2	0.336**	1				
3	0.272**	0.368**	1			
4	0.734**	0.821**	0.653**	1		
5	0.043	-0.066	-0.059	-0.035	1	
6	-0.274**	-0.312**	-0.275**	-0.387**	0.364**	1
M	9.44	18.90	7.99	36.33	16.44	48.90
SD	2.50	2.95	1.77	5.42	7.18	11.54

注:* $P<0.05$,** $P<0.01$,下同。“1”:客观支持,“2”:主观支持,“3”:对支持的利用度,“4”:社会支持总分,“5”:生活事件,“6”:负性情绪。 $n=943$,下同。

表 2 社会支持各变量的调节效应分析

		回归方程	R^2
社会支持总分	第一步	$Y=0.350X-0.375U$	0.273
	第二步	$Y=48.897+0.564X-0.791U-0.013UX$	0.275 (0.002)
客观支持	第一步	$Y=0.376X-0.291U_1$	0.217
	第二步	$Y=48.915+0.604X-1.340U_1-0.003U_1X$	0.218 (0.001)
主观支持	第一步	$Y=0.345X-0.290U_2$	0.216
	第二步	$Y=48.858+0.558X-1.137U_2-0.041U_2X$	0.232 (0.016**)
对支持的利用度	第一步	$Y=0.349X-0.254U_3$	0.197
	第二步	$Y=48.876+0.562X-1.646U_3-0.046U_3X$	0.200 (0.003)

注:Y 表示负性情绪,X 表示生活事件,U 表示社会支持总分,UX 表示社会支持总分与生活事件的乘积项。 U_1 表示客观支持, U_1X 表示客观支持与生活事件的乘积项。 U_2 表示主观支持, U_2X 表示主观支持与生活事件的乘积项。 U_3 表示对支持的利用度, U_3X 表示对支持的利用度与生活事件的乘积项。括号内数字为 R^2 的变化量。

2.2 应对方式的中介效应分析

应对方式的各个子维度及三个高阶因子与生活事件和负性情绪间的相关均显著(见表 3),与生活事件的相关系数的绝对值比较小,而与负性情绪的相关系数的绝对值均比较大。

首先对应对方式的高阶因素进行中介效应检验,其具体过程是这样的:先以回归的方式得到用于 Sobel 检验的非标准化回归系数及其标准误,然后计算得到 Sobel 检验的 Z 值,再通过 Lisrel 程序得到各变量中介效应的值。再按同样的方法,对应对方式的各子因素进行中介效应的检验(具体见表 4、表 5)。

就成熟、不成熟及混合型应对方式,Lisrel 中介检验结果发现:生活事件对负性情绪的标准化总效应为 0.39。标准化的总间接效应和直接效应分别为 0.19 和 0.20,分别占总效应的 48.72%、51.28%。成熟、不成熟型及混合型的标准化间接效应分别为:0.0372、0.1728 和 -0.012。成熟型应对与生活事件及负性情绪间的路径系数均为负,不成熟型应对与两者间的路径系数均为正,混合型与生活事件间的路径系数为正,但与负性情绪间的路径系数为负。就应对方式的各子维度,Lisrel 中介检验结果发现:生活事件的标准化总效应大小为 0.39。标准化总间接效应和直接效应分别为 0.24 和 0.15,分别占总效应的 61.54%和 38.46%。问题解决、自责、求助、幻想、退避、合理化的间接效应分别为:0.0312、0.1924、0.0014、0.0216、-0.0063、-0.0020。退避和合理化与生活事件间的路径系数为正,与负性情绪间为负,问题解决和求助与生活事件及负性情绪间的路径系数均为负,自责与幻想则与两者均为正。

从中介和调节变量检验的结果,主观支持的调节效应显著,应对方式的各个高阶因素的中介效应也显著。按温忠麟等提供的对调节的中介变量及有中介的调节变量的检验程序,对主观支持进行有中介的调节变量的检验。结果发现:在主观支持与生活事件的乘积项对成熟型、不成熟型和混合型的回归中,各系数均不显著。因此,认为主观支持为有中介的调节变量的假设不成立。将应对方式各高阶因素作为有调节的中介变量进行检验,主观支持与成熟

型的乘积项、主观支持与不成熟型的乘积项以及主
观支持与混合型的乘积项对负性情绪的回归系数

均不显著。因此,认为应对方式的各高阶因素为有调
节的中介变量的假设也不成立。

表 3 各变量的平均数、标准差及相关矩阵

变量	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	1										
2	0.364**	1									
3	-0.115**	-0.469**	1								
4	0.369**	0.668**	-0.360**	1							
5	-0.076*	-0.295**	0.305**	-0.267**	1						
6	0.270**	0.400**	-0.209**	0.507**	-0.093**	1					
7	0.213**	0.336**	-0.230**	0.494**	-0.107**	0.475**	1				
8	0.198**	0.246**	-0.067*	0.397**	-0.103**	0.370**	0.506**	1			
9	-0.118**	-0.464**	0.748**	-0.382**	0.829**	-0.181**	-0.202**	-0.103**	1		
10	0.357**	0.593**	-0.335**	0.848**	-0.201**	0.807**	0.781**	0.515**	-0.324**	1	
11	0.198**	0.246**	-0.067*	0.397**	-0.103**	0.370**	0.506**	1.000**	-0.103**	0.515**	1
M	16.44	48.90	8.69	3.64	5.27	4.25	3.71	4.36	13.96	11.61	4.36
SD	7.18	11.54	2.40	2.56	2.65	2.18	1.96	1.81	4.08	5.46	1.81

注:“1”:生活事件、“2”:负性情绪、“3”:解决问题、“4”:自责、“5”:求助、“6”:幻想、“7”:回避、“8”:合理化、“9”成熟型、“10”:不成熟型、“11”:混合型。

表 4 应对方式各高阶因素的中介效应依次检验

	非标准化 回归方程	回归系数 标准误	Z 值
第一步	y=39.291+0.585x	0.049	
第二步	y ₁ =15.065-0.067x	0.018	3.55**
	y ₂ =7.144+0.271x	0.023	9.29**
	y ₃ =3.544+0.050x	0.008	-1.98*
第三步	y=46.350	0.041	
	+0.280x	0.072	
	-0.846y ₁	0.065	
	+0.982y ₂	0.179	
	-0.374y ₃		

注:y 为负性情绪,x 为生活事件,y₁ 为成熟型,y₂ 为不成熟型,y₃ 为混合型。

表 5 应对方式各子因素的中介效应依次检验

	非标准化 回归方程	回归系数 的标准误	Z 值
第一步	y=39.291+0.585x	0.049	
第二步	y ₁ =9.321-0.039x	0.011	3.33**
	y ₂ =1.482+0.132x	0.011	9.63**
	y ₃ =5.730-0.028x	0.012	1.89*
	y ₄ =2.907+0.082x	0.010	2.60**
	y ₅ =2.755+0.058x	0.009	-1.02
	y ₆ =3.544+0.050x	0.008	-0.47
第三步	y=48.508+0.221x	0.039、0.120	
	-1.177y ₁ +2.211y ₂	0.137、0.104	
	-0.334y ₃ +0.401y ₄	0.146、0.170	
	-0.175y ₅ -0.081y ₆	0.171	

注:y:负性情绪,x:生活事件,y₁:问题解决,y₂:自责,y₃:求助,y₄:幻想,y₅:回避,y₆:合理化。

3 讨 论

研究表明,生活事件与负性情绪间的关系,受到了社会支持之主观支持的影响。由公式“Y=48.858-1.137U₂+(0.558-0.041U₂)X”可知,经历生活事件后,个体所受到的主观支持(U₂)越大,生活事件(X)对

负性情绪(Y)的负作用就越小。这一结论也得到了相关研究^[18]的证实。本研究的研究结果也为临床咨询提供了一定的启发:当面对因生活中的压力或烦恼的事件而备感焦虑或郁郁不欢的求助者时,哪怕只有来自咨询师的同理共情和无条件积极关注的主观心理支持,都能够有效地减低当事人情绪上的不快。本研究还发现,除主观支持外,客观支持和对支持的利用度的调节效应均不显著。这表明只有主观支持,才是有效降低个体因生活事件所引起的负性情绪的最重要的保护因素。

有研究表明消极、积极应对方式对心理健康具有不同质的影响^[19],本研究为该结果提供了支持:成熟型应对与生活事件和负性情绪间的路径系数均为负,而不成熟型应对则与该两者的关系均为正。这一结果表明:对所经历的生活事件采取不成熟应对方式者,因生活事件所引发的负性情绪会更严重些,不成熟应对方式成为负性情绪的负性恶化因子,它加剧了因生活事件引发的负性情绪。而采用成熟型应对方式者,其在面临突发事件时,能够采取解决问题和求助等成熟型的应对方式,因此能够有效降低因生活事件所引发的负性情绪。从中介效应绝对值大小来看,不成熟型应对方式的中介效应明显大于成熟型应对。这表明不成熟型应对在生活事件对负性情绪的影响中,其加剧或恶化的效应要大大过成熟型应对的缓和或减轻作用。这一研究结果提示我们:在降低由生活事件所引发的负性情绪中,与采用成熟的应对方式相比,认清并改变自己不成熟的应对方式应当更重要些。

具体就应对方式各个子维度而论,问题解决及求助与生活事件和负性情绪间的路径系数均为负,

只是与求助相比,问题解决的中介效应更大些,这说明在缓冲或降低生活事件对负性情绪的影响中,采用问题解决的应对策略将更为有效些。自责和幻想与生活事件及负性情绪间的路径系数均为正,表明两者均会加剧生活事件对负性情绪的负性作用。但与幻想相比,自责在生活事件对负性情绪的负向作用中,其加剧和恶化的效应更大、也更明显些,这表明历经生活事件后的自责,将导致更加严重的焦虑或抑郁等负性情绪。

许多研究均表明:只有积极应对方式才与负性情绪负相关,而消极应对方式则与负性情绪呈正相关。但本研究却发现:当个体经历的生活事件越多,则会更多采取退避和合理化的应对方式,而其负性情绪反而会更低些。具体来看,退避与合理化与生活事件间的路径系数为正,表明个体经历的生活事件越多,其采用退避与合理化的应对方式也越多,这与相关研究的结论相符^[20],但退避和合理化却与负性情绪间的路径系数为负,这样一来,就使得生活事件经由退避和合理化的应对方式,最终对负性情绪产生了负向的作用。从退避与合理化所属题项的义涵来看,退避表示的是对所遇到的生活事件不予理睬或者选择忍耐,藉由此方式而求得内心的宁静,正所谓“能忍者自安”,其从本质上是对这些应激事件采取区隔的方式以暂时回避由其所引起的不快。而合理化则是指从认识上摆脱生活事件的困扰,或者看到不好中有好的一面,或者认为人生本就如此,命运多舛而无能无力。无论是改变自己对生活应激事件的态度,还是采取回避的态度,很显然都能够在一定程度上暂时减低负性情绪的影响。

参 考 文 献

- 1 李晓敏,罗静,高文斌,等. 有留守经历大学生的负性情绪、应对方式、自尊水平及人际关系研究. 中国临床心理学杂志, 2009, 17(5): 620-622
- 2 代维祝,张卫,李董平,等. 压力性生活事件与青少年问题行为:感恩与意向性自我调节的作用. 中国临床心理学杂志, 2010, 18(6): 796-798
- 3 Walker M, Zona D, Fisher B. Depressive symptoms after lung cancer surgery: Their relation to coping style and social support. *Psycho-oncology*, 2006, 15(8): 684-693
- 4 Wells KJ, Booth-Jones M, Jacobsen PB. Do coping and social support predict depression and anxiety in patients un-

- dergoing hematopoietic stem cell transplantation. *Journal of Psychosocial Oncology*, 2009, 27(3): 297-315
- 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. 中国临床心理学杂志, 2011, 19(2): 225-227
- 6 Chen WQ, Siu QL, Lu JF, Cooper CL, Phillips DR. Work stress and depression: The direct and moderating effects of informal social supports and coping. *Stress and Health*, 2009, 25(5): 431-443
- 7 Devereux J, Hastings R, Noone S, Firth A, Totsika V. Social support and coping as mediators or moderators of the impact of work stressors on burnout in intellectual disability support staff. *Research in Developmental Disabilities*, 2009, 30(2): 367-377
- 8 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. 中国临床心理学杂志, 2010, 18(5): 610-613
- 9 庞智辉,游志麒,周宗奎,等. 大学生社会支持与学习倦怠的关系:应对方式的中介作用. 中国临床心理学杂志, 2010, 18(5): 654-656
- 10 丁凤琴. 国内大学生应对方式研究进展. 中国学校卫生, 2007, 28(11): 1046-1049
- 11 刘玉新,张建卫. 社会支持与人格对大学生应对方式的影响. 南京师大学报(社会科学版), 2006, 5: 103-108
- 12 黄万琪,周敦金,罗同勇,等. 四类人群社会支持与应对方式特征分析. 中国临床康复, 2006, 10(42): 37-39
- 13 王滔. 大学生情绪应对的策略及其相关因素研究. 西南大学博士学位论文, 2009
- 14 肖水源,杨德森. 社会支持对身心健康的影响. 中国心理卫生杂志, 1987, 1(1): 184-187
- 15 肖计划,许秀峰. “应付方式问卷”效度与信度研究. 中国心理卫生杂志, 1996, 4: 164-168
- 16 张作记. 贝克抑郁简式量表. 北京: 中华医学电子音像出版社, 2005
- 17 汪向东,王希付,马弘,等. 心理卫生评定量表手册. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999
- 18 Glass K, Flory K. Are coping strategies, social support, and hope associated with psychological distress among hurricane Katrina survivors. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2009, 28(6): 779-795
- 19 Annal L, Jillon S. The effects of social support and coping on the relationship between social anxiety and eating disorders. *Eating Behaviors*, 2010, 11: 85-91
- 20 邹兵,谢杏利. 农村高中生心理健康的多因素影响模型. 中国临床心理学杂志, 2009, 17(4): 504-506

(收稿日期:2011-03-30)