

青少年自尊与抑郁的关系:迷思的中介作用

吴明证¹, 孙晓玲², 梁宁建^{*}

(1.浙江大学心理与行为科学系, 浙江 杭州 310028; 2.杭州师范大学心理学系, 浙江 杭州 310036)

【摘要】 目的:了解青少年外显自尊、内隐自尊、迷思与抑郁的关系。方法:采用 Rosenberg 自尊问卷、流调中心用抑郁量表(CES-D)、迷思反应问卷和自尊 IAT 测量 171 名青少年。结果:外显自尊与迷思呈显著负相关($r=-0.394, P<0.001$),与抑郁呈显著负相关($r=-0.467, P<0.001$),迷思与抑郁呈显著正相关($r=0.634, P<0.001$)。迷思在外显自尊与抑郁之间发挥着部分中介作用,当迷思进入回归方程时,外显自尊对抑郁的预测效应从 0.467 降低为 0.258;中介性调节分析发现,当迷思进入回归方程时,外显自尊 \times 内隐自尊对抑郁的预测效应从-0.169 降为-0.090($\beta=-0.090, t=-1.499, P=0.139$)。结论:外显自尊 \times 内隐自尊对抑郁的预测效应是通过迷思这一中介变量实现的。

【关键词】 外显自尊;内隐自尊;迷思;抑郁

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2009)06-0753-03

A Study on the Relationship Between Self-esteem and Depression: Mediator Role of Rumination

WU Ming-zheng, SUN Xiao-ling, LIANG Ning-jian

Department of Psychology and Behavioral Sciences, Zhejiang University, Hangzhou 310028, China

【Abstract】 Objective: To investigate the relationship of explicit self-esteem, implicit self-esteem, rumination and depression in a sample of adolescents. **Methods:** 171 adolescents were investigated by Rosenberg Self-esteem Scale, CES-D, Ruminative Responses Scale and self-esteem IAT. **Results:** Pearson's correlation analysis showed a significant and negative relationship between explicit self-esteem and rumination ($r=-0.394, P<0.001$) and depression ($r=-0.467, P<0.001$). However, rumination and depression correlated positively ($r=0.634, P<0.001$). It showed that rumination partially mediated the effect of explicit self-esteem on depression. Once rumination entered the regression equation as a predictor, the index of the effect of explicit self-esteem \times implicit self-esteem on depression dropped from-0.169 to -0.090 ($\beta=-0.090, t=-1.499, P=0.139, n.s.$). **Conclusion:** The effect of explicit self-esteem \times implicit self-esteem on depression was mediated by rumination.

【Key words】 Explicit self-esteem; Implicit self-esteem; Rumination; Depression

Nolen-Hoeksema 在其反应方式理论中,将迷思界定为个体反复从消极方面关注自己的忧虑和苦恼,以及导致忧虑和苦恼的原因与后果,并认为迷思是引发抑郁以及影响抑郁持续时间的重要因素^[1]。迷思作为抑郁的风险性因素这一观点获得了大量研究的支持。大学生的迷思可以有效预测其 18 个月后的抑郁症状^[2],不仅如此,迷思还与大量适应不良的认知方式,如消极归因方式、失功能性的态度、无助感、悲观、低掌控感、神经质等紧密相关^[3]。在我国,迷思影响着高中生的抑郁^[4],并在大学生的心理控制源和抑郁之间发挥着中介作用,外控者倾向于采用迷思的反应风格应对负性情绪,从而导致抑郁^[5]。

自尊指的是个体对自我价值的情感性反应。内隐社会认知研究认为存在两种形式的自尊:外显自尊指个体对自我的意识性的、推理性的评价;内隐自尊指个体对自我相关线索的自动化的情感反应,这

一过程不需要个体的意识性监控^[6]。一般认为,高自尊有助于个体的社会适应,如较高的生活满意度和学业成就,低自尊则容易导致抑郁^[7]。但是,高外显自尊有时候会导致个体的社会适应不良,追求高自尊的过程会降低个体的自我调节能力,追求高外显自尊目标的失败会引发愤怒、惭愧^[8]。个体作为外显自尊与内隐自尊的结合体,其外显自尊与内隐自尊的一致性与否影响着个体的心理调适。外显自尊与内隐自尊不一致者表现出较高程度的抑郁^[9],更为消极的抑郁性归因方式,以及更长时间的生理健康受损^[10]。自尊影响着个体的记忆偏差。低外显自尊者更倾向于关注自己的缺点和不足,对消极信息的编码更为充分,从而可能更多地表现出迷思^[11]。

外显自尊与内隐自尊一致性与否是否会影响着个体的迷思,即外显自尊与迷思的关系是否受到内隐自尊的调节是本研究的主要目的。此外,本研究试图采用中介性调节分析策略,探讨迷思是否在外显自尊、内隐自尊与抑郁之间发挥着中介作用。

1 对象与方法

【基金项目】 教育部人文社会科学研究基金青年项目(06JJCXLX005);上海市教育科学研究项目(B07057)

通讯作者:吴明证;*华东师范大学心理与认知科学学院

1.1 被试

共 179 名大学生参加了本研究,最后获得有效数据 171 份。被试中,男大学生为 112 人,女大学生为 59 人,年龄在 18-20 岁之间。

1.2 测量工具

1.2.1 外显自尊量表 采用 Rosenberg 编制的自尊量表^[12]。量表由 10 个条目组成。

1.2.2 流调中心用抑郁量表 (CES-D)^[12] 量表共 20 个项目,每个项目的分值范围是 0-3。

1.2.3 迷思反应问卷 该问卷由 22 道题目构成,分四级评分,总分范围为 22-88^[13]。

1.2.4 内隐自尊测量 采用 INQUISIT 软件测量个体的内隐自尊(自尊 IAT)。自尊 IAT 中,表示自我的词为:俺、俺的、自己、自己的、自个、自个的、我、我的、本人、本人的;表示他人的词为:他、他的、别人、别人的、人家、人家的、外人、外人的、他人、他人的;表示积极的词为:诚实、自豪、可爱、伶俐、高贵、高尚、聪明、漂亮、成功、强壮;表示消极的词为:罪恶、卑鄙、无能、愚蠢、失败、讨厌、笨拙、可恨、陈腐、丑陋。采用 Greenwald 等^[14]的方法来统计青少年的内隐自尊。

2 结 果

2.1 青少年外显自尊、内隐自尊、迷思和抑郁的关系

由表 1 可知,外显自尊和内隐自尊相关不显著。外显自尊与迷思和抑郁呈显著负相关。迷思与抑郁呈显著正相关。内隐自尊与迷思、抑郁的相关都不显著。

2.2 青少年外显自尊、迷思与抑郁的关系

由表 2 可知,当迷思进入回归方程后,外显自尊对抑郁的预测作用下降(标准化回归系数从-0.467降为-0.258)。Sobel 检验表明,迷思在外显自尊与抑郁中发挥着部分中介作用($Z=-4.667, P=0.000$)。

表 1 青少年外显自尊、内隐自尊、迷思和抑郁的关系

	平均数 ± 标准差	外显自尊	内隐自尊	迷思
外显自尊	30.600 ± 4.500			
内隐自尊	0.434 ± 0.289	0.054		
迷思	37.970 ± 9.006	-0.394***	-0.111	
抑郁	33.070 ± 8.470	-0.467***	-0.148	0.634***

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

表 2 青少年外显自尊、迷思与抑郁的关系

	抑郁	迷思	抑郁
外显自尊	-0.467***	-0.394***	-0.258***
迷思			0.532***
R^2	0.219	0.155	0.458
F	47.264***	30.982***	70.866***

2.3 青少年自尊与抑郁关系的中介性调节作用

依照 Baron 和 Kenny^[15],温忠麟等^[16]的中介性调

节分析策略,研究探讨了外显自尊与抑郁之间关系中内隐自尊的调节作用和迷思的中介作用。见表 3。

由表 3 可知,外显自尊×内隐自尊对抑郁的预测效应显著($t=-2.417, P=0.017$),表明内隐自尊调节着外显自尊与抑郁的关系。迷思对抑郁的预测效应显著($\beta=-0.634, t=-10.615, P=0.017$)。外显自尊×内隐自尊对迷思的预测效应显著($\beta=-0.156, t=-2.216, P=0.035$)。当迷思进入回归方程时,外显自尊×内隐自尊对抑郁的预测效应下降(标准化回归系数从-0.169降为-0.090),并且外显自尊×内隐自尊对抑郁的预测效应不再显著($t=-1.499, P=0.139$)。这表明,外显自尊×内隐自尊对抑郁的预测效应是通过迷思这一中介变量实现的。

简单斜率检验表明,在高外显自尊青少年中,内隐自尊与抑郁($\beta=-0.248, t=-2.939, P=0.004$)、迷思($\beta=-0.206, t=-2.321, P=0.022$)呈负相关;在低外显自尊青少年中,内隐自尊与抑郁($\beta=0.167, t=1.062, P=0.290$)、迷思($\beta=-0.019, t=-0.213, P=0.831$)之间的相关不显著。

表 3 青少年自尊与抑郁关系的中介性调节分析

	抑郁	抑郁	迷思	抑郁
外显自尊	-0.409***		-0.341***	-0.236***
内隐自尊	-0.115		-0.082	-0.073
外显自尊×内隐自尊	-0.169*		-0.156*	-0.090
迷思		0.634***		0.509***
R^2	0.260	0.401	0.430	0.470
F	19.509***	113.308***	12.642***	36.866***

3 讨 论

研究发现,外显自尊和迷思影响着青少年的抑郁。自尊是影响青少年抑郁的重要因素,低自尊青少年表现出暴力、学业不良等适应不良现象,从而容易体验到更高水平的抑郁。迷思影响着青少年的抑郁,可能原因在于:首先,迷思者表现出对消极信息的注意偏差^[17]。其次,迷思者过多地从消极方面思考自己过去、当前和未来的生活事件,其观念过多集中于消极的生活主题。第三,迷思者将自己的注意资源过多集中于情绪困扰,阻碍了其有效地解决自己面临的问题。第四,迷思降低了迷思者的自我效能感,抑制了迷思者解决问题的动机。第五,迷思减少了迷思者所能获得的社会支持。研究还发现,迷思在外显自尊与抑郁之间发挥着部分中介作用,外显自尊经由迷思影响着青少年的抑郁。低外显自尊者在失败后更容易关注消极后果,责备自己并怀疑自己的能力,高自尊者则会形成一系列的自我防御过程,高估自己对环境的控制和能力,在失败时能够及时采取措施^[18]。而迷思者对自己大多采取自我批评和自我责态

度,对克服当前的困难自信心不足^[19]。因此,低外显自尊者表现出较高程度的迷思,从而表现出较高的抑郁水平。

研究发现,外显自尊×内隐自尊对抑郁的预测效应是通过迷思这一中介变量实现的。进一步的分析发现,高外显自尊青少年的内隐自尊与抑郁和迷思相关显著,低外显自尊青少年的内隐自尊与抑郁和迷思相关不显著。这表明,对高外显自尊青少年来说,如果其内隐自尊较低,会表现出较高程度的迷思和抑郁;对低外显自尊青少年来说,内隐自尊的高低不影响迷思和抑郁。Jordan, Spencer 和 Zanna^[20]将高外显自尊者分为两类,其中,安全型高自尊者的外显自尊和内隐自尊都高,防卫型高自尊者外显自尊高而内隐自尊低,在意识性水平上两类个体均表现出高外显自尊,但在无意识水平上防卫型高自尊者却持有消极的自我观点。因此,防卫型高自尊者更多地将自己的自尊基于不稳定的绩效领域,自我价值感容易受到消极反馈的作用,面临失败时情绪容易波动,并表现出较低的自尊稳定性^[21]。本研究发现,防卫型高自尊者表现出较高水平的迷思和抑郁。可能原因在于,防卫型高自尊者的自我评价在意识与无意识层面存在着冲突,使得防卫型高自尊者表现出对消极刺激的自动化的注意偏差^[22]。此外,与自我相关的消极线索能够自动激活其无意识层面的自我贬低倾向,防卫型高自尊者为了满足自己意识层面的积极评价,不得不耗费认知资源去抑制这一自我贬低倾向的作用,从而将认知资源集中于自我相关的消极线索,表现出较高程度的迷思。这一耗费认知资源过程还使得防卫型高自尊者无法分配足够认知资源用于建设性地解决当前问题,从而影响着其心理调适,表现出高水平的抑郁。在低外显自尊者中,内隐自尊高低不影响迷思和抑郁,可能原因在于,在这一群体中,低内隐自尊者不存在自我评价的意识和无意识层面的冲突,高内隐自尊者可能不存在对消极刺激的注意偏差,同时,与自我相关的消极线索不会自动激活其无意识层面的自我贬低倾向,从而使得个体不至于陷入迷思。

参 考 文 献

- Nolen-Hoeksema S. Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 1991, 100(4):569-582
- Just N, Alloy LB. The response styles theory of depression: Tests and an extension of the theory. *Journal of Abnormal Psychology*, 1997, 106(2):221-229
- Nolen-Hoeksema S, Wisco BE, Lyubomirsky S. Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 2008, 5(3):400-424
- 杨娟,凌宇,肖晶,等. 沉思反应量表中文版在高中生中初步运用结果分析. *中国临床心理学杂志*, 2009, 17(1):27-28, 31
- 邹玲,甘怡群. 青少年心理控制源与抑郁:穷思竭虑的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2007, 15(5):496-498
- Bargh JA, Burrows L. Automaticity of social behavior: Direct effects of trait construct and stereotype activation on action. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, 71(2):230-244
- Kernis MH, Whisenhunt CR, Waschull SB, et al. Multiple facets of self-esteem and their relations to depressive symptoms. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1998, 24(6):657-668
- Crocker J, Park LE. The costly pursuit of self-esteem. *Psychological Bulletin*, 2004, 130(3):392-414
- 吴明证,水仁德,孙晓玲. 自尊结构的压力调节作用研究. *心理科学*, 2006, 29(1):68-72, 67
- 梁宁建,吴明证,邱扶东,等. 基于分化/整合视角的自尊结构与心理调适的关系. *心理科学*, 2009, 32(1):104-112
- Tafarodi, Marshall, Milne. Self-esteem and memory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2003, 84(1):29-45
- 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册(增订版). 北京:中国心理卫生杂志社,1999. 318-320, 200-202
- Nolen-Hoeksema S, Morrow JA. prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, 61(1):115-121
- Greenwald AG, Nosek BA, Banaji MR. Understanding and using the implicit association test. An improved scoring algorithm. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2003, 85(2):197-216
- Baron RM, Kenny DA. The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1986, 51(6):1173-1182
- 温忠麟,张雷,侯杰泰. 有中介的调节变量和有调节的中介变量. *心理学报*, 2008, 38(3):448-452
- 黄秀琼. 抑郁个体的穷思竭虑和注意偏向以及两者关系. 北京大学硕士论文, 2005
- Campbell WK, Rudich EA, Sedikides C. Narcissism, self-esteem, and the positivity of self-views: Two portraits of self-love. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2002, 28(3):358-368
- Greenberg J, Pyszczynski, Burling J et al. Depression, self-focused attention, and the self-serving attributional bias. *Personality and Individual Differences*, 1992, 13(9):959-965
- Jordan CH, Spencer SJ, Zanna MP, et al. Secure and defensive self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2003, 85(5):969-978
- 吴明证,梁宁建,孙晓玲. 自尊水平与自尊稳定性的关系:完美主义的中介作用. *应用心理学*, 2009
- 吴明证,梁宁建,孙晓玲. 消极反馈条件下青少年自尊结构与注意偏差的关系. *心理研究*, 2009, 2(2):27-33

(收稿日期:2009-05-10)