

大学生群体中社会支持、自我效能感在应激与抑郁间的作用

魏曙光¹, 张月娟^{1,*}, 席明静¹, 张春湘², 张娣¹

(1.河北师范大学教育科学学院; 2.河北师范大学生命科学学院, 河北 石家庄 050091)

【摘要】 目的: 探讨社会支持、自我效能感在应激/抑郁间的作用机制。方法: 对 370 名大学生施测流调中心用抑郁量表(CED-S)、青少年生活事件量表(ASLEC)、社会支持评定量表(SSRS)、一般自我效能感量表(GSES)。采用层次回归分析和复回归分析验证社会支持、自我效能感在应激/抑郁间的作用。结果: 社会支持 \times 应激显著预测了抑郁的变化; 自我效能感中介了应激与抑郁的关系。结论: 社会支持、自我效能感在应激/抑郁间的作用机制是不同的, 社会支持是调节变量, 自我效能感是中介变量。

【关键词】 抑郁; 社会支持; 自我效能感; 调节变量; 中介变量

中图分类号: R395.1

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2006)03-0300-03

The Functioning Mechanisms of Social Support and Self-efficacy between Stress and Depression

WEI Shu-guang, ZHANG Yue-juan, XI Ming-jing, et al

College of Education Science, Hebei Normal University, Shijiazhuang 050091, China

【Abstract】 Objective: To explore the functioning mechanisms of social support and self-efficacy between stress and depression. Methods: 370 college students were tested by CED-S, ASLEC, SSRS, GSES. Hierarchical multiple regression analyses and multiple regression were conducted to determine which model (mediational, or moderational) best explains the mechanisms of social support and self-efficacy between stress and depression. Results: Social support \times stress were significant to predict the increase of depression ($P < 0.01$). Self-efficacy mediated the relationship between stress and depression. Conclusion: The functioning mechanisms of social support are different between stress and depression. Social support serves as moderator, while self-efficacy serves as mediator between stress and depression.

【Key words】 Depression; Social support; Self-efficacy; Moderator; Mediator

应激性生活事件在青少年和大学生抑郁情绪发生中的作用已被大量的研究证实^[1], 但并不是所有人遭遇应激性生活事件后都会产生抑郁情绪, 在相同的应激条件下, 不同个体的抑郁程度也有所不同。研究已经发现了一些影响应激/抑郁的中间变量: 包括生理因素(如性别), 心理因素(如自我认知、应对策略、归因方式、控制点等), 社会特征因素(如社会经济地位、亲子关系、社会支持等)。不同的中间变量所起的作用是不同的, 或者是调节效应, 或者是中介效应。以往的研究对中间变量的作用机制探讨相对较少, 甚至存在调节变量、中介变量混用的情况^[2,3]。

调节变量、中介变量在概念上和统计层面上都有着本质的差异。调节变量影响自变量与因变量之间关系的强度或者方向, 在具体的统计层面上, 自变量与调节变量的交互作用显著预测因变量的变异^[4]。中介变量指模型中的变量之间在作用次序上存在着先后顺序, 在逻辑上具有因果关系, 即存在自变量-中介变量-因变量这一事件序列^[5]。

社会支持作为个体对应激性生活事件时的一种重要社会特征资源, 在抑郁的发生中起着重要的作用。应激-缓冲模型认为良好的社会支持减弱了应激性生活事件在抑郁发生中的预测作用^[6], 但也有研究结果没有支持这一模型^[7]。自我效能感是个体对自己是否有能力来完成某一行为的推测和判断, 由于自我效能感在人类自我调节中的中心地位, 其在身心健康领域的应用性研究也得到了普遍重视, 有研究发现自我效能感在青少年抑郁发生中起着重要的作用^[8]。在对认知中间变量作用机制的研究中, 最早在精神分裂症理论中提出的素质-应激理论影响很大。它认为仅仅应激是不足以形成抑郁的, 而是个体形成的一些认知中间变量(如认知图式、归因风格、自我效能感等)与应激的交互作用决定了抑郁的发生^[9]。已有的在成人中的研究都支持了素质-应激理论, 但在青少年中的研究结果并不一致, 有些研究表明认知变量是起中介效应的^[10]。

本研究拟用大学生为被试, 为探讨社会支持、自我效能感在应激/抑郁间起调节作用还是中介作用提供资料, 从而为大学生抑郁的预防和干预提供理论依据。

【基金项目】 河北省教育厅人文社科研究基金(项目号:S050327)及河北师范大学研究基金(项目号:103268)资助

* 通讯作者

1 对象与方法

1.1 对象

以班为单位采用整群抽样的方法,对河北省某师范大学一、二、三年级文理两类专业学生进行问卷调查。共发放问卷 400 份,回收 371 份,删除无效问卷一份。有效被试 370 人,平均年龄 21.27±1.43 岁。

1.2 工具

1.2.1 抑郁的评定 采用 Radloff 编制的流调中心用抑郁量表(CES-D)的中文修订版。它包括 20 个条目,得分越高表明抑郁程度越高。

1.2.2 应激的评定 采用刘贤臣编制的青少年生活事件量表(ASLEC)。该量表共包括 27 个条目,得分越高表明应激量越大。

1.2.3 社会支持的评定 在肖水源编制的“社会支持评定量表(SSRS)”的基础上稍加变动,包含三个维度,客观支持、主观支持和利用度。

1.2.4 自我效能感的评定 采用 Schwarzer 编制的一般自我效能感量表(GSES)的中文修订版^[11],由 10 个项目组成,得分越高表明自我效能感越高。

2 结 果

2.1 社会支持、自我效能感在应激与抑郁间的调节作用

将应激、社会支持、自我效能感作中心化变换。分别做抑郁对应激、社会支持、自我效能感的回归,抑郁对应激、社会支持、自我效能感、应激*社会支持、应激*自我效能感的回归,见表 1。应激*社会支持的标准回归系数 = -0.127(P<0.01),说明社会支持对应激与抑郁之间的调节效应显著,即调节效应成立。应激*自我效能感的标准回归系数 = -0.054(P>0.05),说明一般自我效能感在应激与抑郁之间不存在调节效应。

表 1 社会支持、一般自我效能的调节效应分析

		B	SE	Beta	R ²
第一步	应激	.177	.023	.310***	0.401***
	社会支持	-.374	.056	-.276***	
	效能	-.523	.057	-.381***	
第二步	应激	.174	.023	.305***	0.423***
	社会支持	-.362	.056	-.267***	
	效能	-.509	.056	-.371***	
	应激*社会支持	-.011	.003	-.127**	
	应激*效能	-.005	.004	-.054	

注: *P<0.05, **P<0.01, ***P<0.001,下同。

以平均数为界将社会支持分为高社会支持组(平均数以上)和低社会支持组(平均数以下)。分别做抑郁对应激的回归方程。从表 2 中可以看到,在高

社会支持组中应激对抑郁的解释量为 6.7%,远小于低社会支持组 22.6%的解释量,说明社会支持越高,应激对抑郁的预测力就越小。进一步说明了社会支持缓冲了应激对抑郁的影响作用,即社会支持起到了调节作用。

表 2 不同社会支持组抑郁对应激的回归分析

社会支持分组类别	B	SE	Beta	R ²
高社会支持组	0.119	0.032	0.259***	0.067
低社会支持组	0.303	0.043	0.475***	0.226

2.2 社会支持、自我效能感在应激与抑郁间的中介效应

Baron 和 Kenny 提出中介效应检验必须满足的三个条件^[9],由于本研究中社会支持与应激相关并不显著(r= -0.064, P>0.05),不满足自变量必须显著预测中介变量这一条件。自我效能感与应激、自我效能感与抑郁、应激与抑郁均有显著相关存在,满足中介效应检验的条件。分别建立抑郁(y)对应激(x),自我效能感(w)对应激(x),抑郁(y)对应激(x)和自我效能感(w)三个回归方程,见表 3。依次检验(指前面 3 个 t 检验)都是显著的,说明自我效能感的中介效应成立,第 4 个 t 检验也是显著的,但抑郁对应激的标准回归系数由中介变量引入前的 0.367 下降到了中介变量引入后的 0.321,说明存在部分中介效应。根据上述中介效应分析,绘制中介效应模式图,见图 1,图中标志的数据为相应的路径系数和残差系数。图中可见,应激可以直接影响抑郁的发生,也可以通过自我效能感为中介间接影响抑郁的发生。

表 3 一般自我效能感在应激与抑郁之间的中介效应依次检验

	标准化回归方程	回归系数检验
第一步	y=0.367x	SE=0.028, t=7.575***
第二步	w= -0.104x	SE=0.022, t=-1.998*
第三步	y=-0.443w +0.321x	SE=0.059, t=-10.320*** SE=0.025, t=7.477***

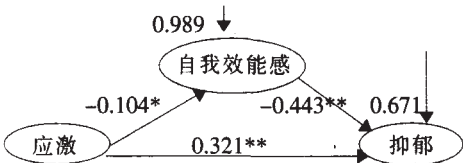


图 1 自我效能感对应激与抑郁关系的中介作用模型

3 讨 论

本研究通过层次回归分析表明社会支持在应激与抑郁间起调节作用,支持了应激-缓冲模型,也与国内李伟等人的研究是一致的^[12]。我们进一步把社会支持分为高社会支持组和低社会支持组,分别做

抑郁对应激的回归方程,结果表明,在高社会支持组中应激对大学生抑郁的发生的预测力要显著小于低社会支持组。也就是说,在遭遇应激后,有较多家人、同学、朋友、老师等人际关系网络的大学生形成抑郁的可能性会更小。这提示我们,学校应该为大学生,特别是发生较重应激事件的大学生提供更多的社会支持。

本研究通过对自我效能感的调节作用和中介作用的验证,研究结果支持了自我效能感的中介效应模型。复习文献可见,在以青少年为研究对象,探讨认知中间变量的作用机制的研究中,研究结果并不一致。Kraaij 和 Garnefski 等人对职业教育学校的学生(平均年龄 18.3 ± 2 岁)研究表明,认知应对策略中的自我责备、沉思、积极重新评估在应激与抑郁之间起调节作用,支持了在成人被试中提出的素质-应激理论^[13]; Stark, Schmidt 和 Joiner 等人在四年级到七年级被试中发现认知三联征在应激与抑郁间起着中介作用,支持了中介作用模型^[14]; Reinemann 和 Ellison 等人在对城市六年级被试(平均年龄 11.89 ± 0.64 岁)的研究中,发现认知三联征中介了应激与 CDI 量表中的负性心境、无能感、快感缺乏三个维度,而对应激与人际问题维度的关系起调节作用,控制感在应激与快感缺乏维度间起调节作用^[9]; 张月娟等人在大学生群体(平均年龄 20.53 ± 1.34 岁)中的研究表明,自动思维与应对方式在应激性生活事件与抑郁情绪之间起中介作用^[15]。对于在青少年群体的研究中存在的不一致, Cole 和 Turner 认为调节模型可能不太适用于青少年,因为青少年的认知素质还未充分形成,因此不能与应激产生交互作用^[10]。青少年的认知还处于发展阶段,所以很容易受应激事件的影响,稳定成熟的认知素质的形成应该在青少年后期。这种观点认为认知中介模型可能对青少年群体会更适用,也就是应激事件导致认知中间变量的形成,而后者又导致了抑郁的发生。我们认为,对于不同的认知中间变量,形成稳定的认知素质的年龄是有差别的,而且由于文化差异的影响,在集体主义文化取向下的中国大学生相对与个人主义文化取向下的西方国家大学生发展出稳定的认知素质的年龄会更晚一些。本研究结果表明,大学生的自我效能感还不稳定,易受到应激事件的影响。Bandura 认为,自我效能感建立在四种信息源的基础上。个体自己成功和失败的经验影响最大。成功的经验能够提高个人的自我效能感,多次的失败则会降低之。所以,大学生作为并不成熟的一群个体,在学习、生活中遇到挫折、失败等应激性生活事件后,可能会形成

低自我效能感。当个体知觉到低自我效能感后,就会感觉自己是无能的,觉得自己不能应对必须要做的工作和困难的情境,就可能发展出机能不良的自我评价,进而导致抑郁情绪的产生。

参 考 文 献

- 1 Kessler RC. The effect of stressful life events on depression. *Annual Review of Psychology*, 1997, 48:191-214
- 2 陈树林,郑全全. 应激源、认知评价与抑郁障碍的关系研究. *中国临床心理学杂志*, 2000, 8(1):104-106
- 3 Reinemann DHS, Ellison PAT. The applicability of cognitive mediational and moderational models to explain Children's Depression Inventory factor scores in urban youth. *School Psychology Quarterly*, 2004, 19, (3):231-252
- 4 温忠麟,侯杰泰,张雷. 调节效应与中介效应的比较和应用. *心理学报*, 2005, 37(2):268-274
- 5 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, 51:1173-1182
- 6 Cohen S, Wills TA. Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 1985, 98:310-357
- 7 Burton E, Stice E, Seeley JR. A prospective test of the stress-buffering model of depression in adolescent girls: no support once again. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2004, 72(4):689-697
- 8 Ehrenberg MF, Cox DN, Koopman RF. The Relationship between self-efficacy and depression in adolescents. *Adolescence*, 1991, 26, (102):361-374
- 9 Monroe SM, Simons AD. Diathesis-stress theories in the context of life stress research: implications for the depressive disorders. *Psychological Bulletin*, 1991, 110(3):406-425
- 10 Cole DA, Turner JE. Models of cognitive mediation and moderation in child depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 1993, 102:271-281
- 11 王才康. 一般自我效能感量表. *中国行为医学科学. 行为医学常用量表手册*, 2001, 10:185-186
- 12 李伟,陶沙. 大学生的压力感与抑郁、焦虑的关系:社会支持的作用. *中国临床心理学杂志*, 2003, 22(2):108-110
- 13 Kraaij V, Garnefski N, Wilde EJ et al. Negative life events and depressive symptoms in late adolescence: Bonding and cognitive coping as vulnerability factors?. *Journal of Youth and Adolescence*, 2003, 32:185-200
- 14 Stark KD, Schmidt KL, Joiner TE. Cognitive triad: Relationship to depressive symptoms, parents' cognitive triad, and perceived parental messages. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 1996, 24:615-631
- 15 张月娟,阎克乐,王进礼. 生活事件、负性自动思维及应对方式影响大学生抑郁的路径分析. *心理发展与教育*, 2005, 20(1):96-99

(收稿日期:2005-10-09)