

# 初中生的生活事件、应对方式与不良情绪的结构模型研究

井世洁, 乐国安

(南开大学社会心理学系, 天津 300071)

**【摘要】** 目的:探讨初中生的生活事件、应对方式与不良情绪之间的内在作用机制。方法:以 345 名初中生为研究对象,采用初中生生活事件量表、应对方式量表、以及焦虑(SAS)、抑郁(SDS)自评量表,对他们的生活事件、应付方式和不良情绪进行模型设定和验证。结果:应对方式对焦虑、抑郁情绪的产生具有重要作用,生活事件通过应对方式间接对焦虑和抑郁情绪起作用。结论:要重视对初中生合理使用应对方式的培养和训练。

**【关键词】** 应对方式;生活事件;焦虑;抑郁;结构方程模型;初中生

中图分类号:B844.2

文献标识码:A

文章编号:1005-3611(2004)03-0256-02

## Structural Equation Modeling:Stressful Life Events,Coping Styles and Emotional Disorder of Junior Middle Student Students

JING Shi - jie, YUE Guo - an

Department of Social Psychology, Nankai University, Tianjin 300071

**【Abstract】 Objective:** To study the relationship of stressful life events, coping styles and emotional disorder. **Methods:** 345 junior middle school students were collected as sample. They were tested with Stressful Life Event Questionnaire, Coping Style Questionnaire, SAS and SDS. **Results:** The coping style played an important role on the anxiety and depression; and stressful life events influenced the anxiety and depression indirectly through the coping styles. **Conclusion:** Anxiety and depression were determined by the emotional - focused coping style.

**【Key words】** Coping style; Life events; Anxiety; Depression; SEM; Junior middle school students

初中阶段由于应对能力仍未发展完善,在面对各种应激性生活事件时,很容易因为处理不当而导致各种不良情绪的出现,对他们的身心健康造成不良影响。以往研究由于受到研究方法的局限,一直未能明晰生活事件、应对方式作用于不良情绪的内在机制<sup>[1-3]</sup>。本研究以初中生群体为研究对象,以较为常见的焦虑和抑郁这两种不良情绪反应为研究重点,使用结构方程模型(SEM)尝试对生活事件、应对方式导致不良情绪这一应激过程的内在作用机制进行探索,以期为维护 and 促进中学生的心理健康提供理论依据和指导。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

以随机整群分层取样法从三所普通中学共选取学生 345 人,男女性别比例为 1:1.02,其中初一年级 132 人,初二年级 125 人,初三年级 88 人,被试的平均年龄为 14.06 岁。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 初中生应对方式量表<sup>[4]</sup> 该量表改编自

Carver 等人的 COPE,共有 39 个条目,分为三个分量表:针对问题积极主动应对、寻求外界支持并伴随情绪反应、逃避和解脱。第一个分量表包括积极筹划、接受、正面认识和直接行动四个因子;第二个分量表包括寻求精神依赖、寻求社会支持、否认、情绪专注与渲泄四个因子;第三个分量表包括分心行为、心理回避、自我否定和行为回避四个因子。

1.2.2 初中生生活事件量表<sup>[5]</sup> 该量表包括 34 个条目,全部题目分为同学关系、生活环境、学习压力和师生关系四个子量表。

1.2.3 焦虑抑郁评定 采用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS),各为 20 个题目,各题目均采取 4 等级评分。

## 2 结 果

根据以往应激理论构建两个模型,一个模型为生活事件与应对方式各自独立地作用于焦虑和抑郁,称之为独立模型;一个模型为生活事件直接以及间接通过应对方式这两种方式作用于焦虑和抑郁,将其称为整合模型。通过将测量数据与理论模型进行拟合度检验,发现:整合模型的各种拟合度指标均优于独立模型,各个拟合度指标都在 0.90 以上,并

且均方根残差(RMR)只有 0.026。这表明整合模型具有较高的拟合度和稳定性(拟合度指标见附表)。所以本研究接受整合模型,将其作为解释应激过程的理论模型。生活事件及应对方式作用于不良情绪的机制详见图。

附表 独立和整合模型的拟合度指标 ( $n = 345$ )

	$\chi^2/df$	NFI	NNFI	CFI	GFI	IFI	RMR
独立模型	7.44	0.892	0.863	0.905	0.900	0.905	0.047
整合模型	5.47	0.927	0.904	0.939	0.927	0.939	0.026

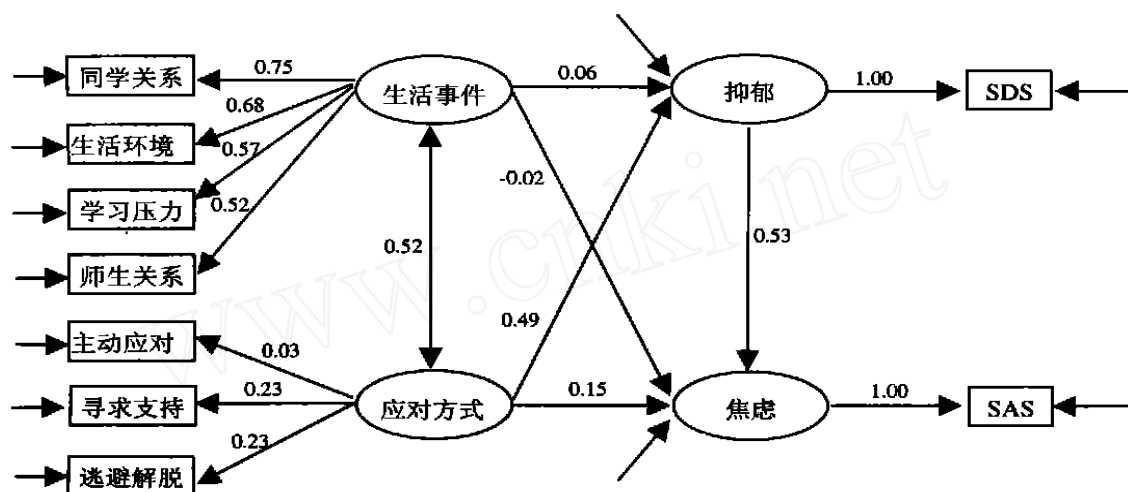


图 整合模型因果关系路径图

### 3 讨 论

本研究通过对初中生的应激过程进行模型验证后发现生活事件与应对方式并不是相互独立地对焦虑和抑郁起作用,而是整合在一起协同作用,这一结论支持 Lazarus 等人<sup>[6]</sup>所提出的应激交互作用模型。这一理论认为应对方式作为中介变量,处于应激情境与人的身心健康之间,调节个体对生活事件的认知,并进行行为努力以缓解和调节环境对个体的压力,从而达到保持身心健康的目的。研究结果表明生活事件对焦虑和抑郁的直接作用极为微弱,而应对方式以及生活事件通过应对方式对抑郁和焦虑的作用却很大。同时,应对方式对生活事件的应激强度具有极大的调节作用。可见,应对方式是应激性情绪反应产生的核心因素。

本研究显示,寻求各种外界支持、情绪宣泄、逃避和解脱等情绪性应对方式与焦虑和抑郁具有极为密切的关系,而针对问题积极主动应对与不良情绪反应基本无关<sup>[1-3,7-8]</sup>。这说明当初中生面临应激性生活事件时,如果使用不良应对方式会增加发生身心健康问题的危险性。所以指导学生学习采取正确的应对方式是减少焦虑和抑郁发生的关键,这也应该成为学校心理咨询工作的重点。

本研究虽然在一定程度上明晰了应激过程的内在作用机制,但在应激过程中起作用的因素很多,除了应对方式外,归因方式、人格特征等因素也起着重要作用。同时,抑郁和焦虑虽然都是不良情绪反应,但二者具有本质性区别,本研究发现应对方式对抑郁和焦虑的作用程度不同可能与此有关,这些都有待进一步深入研究。

### 参 考 文 献

- 1 陈树林,郑全全. 中学生应激源、应付方式和情绪相关性探讨. 中国心理卫生杂志, 2002, 16(5): 337 - 339
- 2 刘贤臣,等. 青少年应激生活事件和应对方式研究. 中国心理卫生杂志, 1998, 12(1): 46 - 48
- 3 冯永辉,周爱保. 中学生生活事件、应对方式及焦虑的关系研究. 心理发展与教育, 2002(1): 71 - 74
- 4 井世洁,严芳. 中学生应对的多维结构分析. 心理科学, 2003, 26(4): 757 - 758
- 5 井世洁. 初中生日常生活事件的应激强度与心理健康关系的研究. 青年研究, 2000(5): 22 - 26
- 6 Lazarus RS. From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. Annual Review of Psychology, 1993, 44: 2 - 19
- 7 崔明,敖翔. 中学生焦虑、抑郁与生活事件和应对方式研究. 中国临床心理学杂志, 2002, 10(2): 124 - 125
- 8 张玉山. 某医科大学生焦虑与抑郁状况应对方式研究. 中国学校卫生, 2001, 22(2): 157

(收稿日期: 2003 - 11 - 26)