

大学生幽默风格在成人依恋与抑郁间的中介作用

何晓琴¹, 吴晓薇¹, 唐海波^{1,2}, 胡青竹¹

(1.中南大学湘雅三医院临床心理科,长沙410013;2.中南大学马克思主义学院,长沙410083)

【摘要】 目的:探讨大学生幽默风格在成人依恋与抑郁间的中介作用。**方法:**采用亲密关系经历量表、幽默风格量表、贝克抑郁量表第2版对414名在校大学生进行问卷调查。**结果:**除依恋回避与自贬型幽默相关不显著外,依恋焦虑、依恋回避与非适应性幽默风格、抑郁显著正相关($P < 0.01$),与适应性幽默风格显著负相关($P < 0.01$);抑郁与非适应性幽默风格显著正相关($P < 0.01$),与适应性幽默风格显著负相关($P < 0.01$);自强型、嘲讽型、自贬型幽默在依恋焦虑与抑郁间起部分中介作用,自强型幽默在依恋回避与抑郁间起部分中介作用。**结论:**依恋焦虑、依恋回避既可以直接影响大学生抑郁,又可以通过幽默风格对抑郁产生间接影响。

【关键词】 大学生;成人依恋;幽默风格;抑郁

中图分类号: R395.2

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2015.02.021

Mediating Effect of Humor Style between Attachment and Depression in College Students

HE Xiao-qin¹, WU Xiao-wei¹, TANG Hai-bo^{1,2}, HU Qing-zhu¹

¹Department of Clinical Psychology, Third Xiangya Hospital, Central South University, Changsha 410013, China; ²College of Marxism, Central South University, Changsha 410083, China

【Abstract】 Objective: To explore the mediating effect of humor style between adult-attachment and depression symptoms. **Methods:** A total of 414 college students from one Chinese university completed a survey on Experiences in Close Relationship Inventory, Humor Style Questionnaire, and Beck Depression Inventory-II. **Results:** Except for the correlation between attachment avoidance and self-defeating humor, attachment anxiety and attachment avoidance were significantly and positively correlated with depression symptoms, maladaptive humor style, and negatively correlated with adaptive humor style; Depression symptoms was positively correlated with maladaptive humor style, and negatively correlated with adaptive humor style; The effect of attachment anxiety on depression symptoms was partially mediated by self-enhancing humor, self-defeating humor and aggressive humor, while the effect of attachment avoidance on depression symptoms was partially mediated only by self-enhancing humor. **Conclusion:** Attachment anxiety and attachment avoidance can directly affect depression symptoms, and also indirectly influence depression through humor style.

【Key words】 College student; Adult-attachment; Humor style; Depression

依恋是指个体早期在与抚养者的互动过程中所形成的强烈而持久的情感联结^[1]。Bowlby强调依恋是个体“从摇篮到坟墓”终生发展的现象^[2]。成人依恋与婴幼儿依恋类似,即成年个体试图寻找、建立亲密关系并维持与亲密对象接触和联系的倾向。Brennan等人认为依恋焦虑、依恋回避两个维度能够很好的描述成人依恋模式,高依恋焦虑的个体害怕分离、遗弃,高依恋回避个体不太信任他人,对亲密感到不适^[1,3]。根据两者的得分可划分不同的依恋类型,如依恋焦虑、依恋回避得分均高者为不安全型依恋,得分均低者为安全型依恋。成人依恋的研究多集中于与人格特质^[4]、负性情绪^[3,5]、情绪调节^[6,7]、压力应对、人际冲突^[1,8]、关系满意度^[8]等方面,特别是成人依恋与抑郁的关系得到了大量的实证支持^[9-13]。

幽默是一种稳定的人格特质或个体差异变量^[14]。Martin将幽默风格区分为适应型和非适应型,前者包括亲和型与自强型,后者则包括嘲讽型和自贬型,他认为幽默风格的适应性与非适应性对心理健康的作用同等重要^[15]。在幽默风格与成人依恋研究中,Cann^[8]等发现依恋焦虑与指向自己的幽默风格显著相关,而依恋回避与指向他人的幽默风格显著相关,Besser^[5]等研究也指出依恋焦虑、依恋回避与非适应性幽默风格显著正相关。另外幽默风格与人际关系、情绪方面的研究发现,指向自己的自强型、自贬型与抑郁、焦虑关系密切,而指向他人的亲和型、嘲讽型则与人际关系中的亲密感、社交能力、关系满意度联系紧密^[15,16]。

幽默作为一种常用的应对方式,涉及到个体的认知、情绪、言语等多个方面,特别是近年关于幽默风格的研究中,研究者们关注幽默积极面的同时,也

【基金项目】 湖南省哲学社会科学基金(11YBA329)

通讯作者:唐海波, E-mail: thb667@126.com

逐渐意识到其负面效应。因此本研究尝试透过幽默风格这一视角来探讨成人依恋与抑郁之间的关系,以期为大学生抑郁的预防和干预提供实证依据。研究假设:适应性、非适应性幽默风格在成人依恋与抑郁间起中介作用。

1 对象与方法

1.1 对象

对湖南省某大学以班级为单位进行方便取样,主试均为心理学专业的研究生。征得被试知情同意,量表采取集中、匿名、自评的方式进行,完成整个测验需要30分钟。发放问卷473份,收回有效问卷414份,其中男、女生各207人,年龄17~22岁,平均年龄 19 ± 0.97 岁。

1.2 工具

1.2.1 亲密关系经历量表(Experiences in Close Relationship Inventory, ECR) 由李同归等人2006年进行修订,共36个条目,含两个维度:依恋焦虑、依恋回避,各维度18个条目,每个项目采用1(完全不合适)~7(完全合适)级计分^[17]。本研究中两个维度的Cronbach α 系数为0.75、0.91。

1.2.2 幽默风格量表(Humor Style Questionnaire, HSQ) 由陈海国等人2007年进行修订,共25个条目,含四个维度:亲和型、自强型、嘲讽型、自贬型幽默风格,每个项目采用1(完全不合适)~7(完全合适)级计分,计算各维度分,得分越高表明幽默风格倾向越强^[18]。本研究中四个维度的Cronbach α 系数分别为0.82、0.76、0.82、0.75。

1.2.3 贝克抑郁量表第2版(Beck Depression Inventory- II, BDI- II) 由王振等人2011年进行修订,用于评估过去两周内抑郁症状的严重程度,共21个条目,每个项目采用0~3级评分。杨文辉等在大学生群体中进行了施测,量表具有良好的信度、效度^[19]。

1.3 统计分析

应用SPSS19.0和AMOS17.0对数据进行处理,统计方法包括描述性统计、*t*检验、相关分析、信度分析、模型拟合。

2 结果

2.1 成人依恋、幽默风格、抑郁各维度得分及性别差异检验

对各量表的正态性检验发现,抑郁得分为偏态(Skewness=1.43, Kurtosis=2.46),因此首先对其进行正态化转换。表1列出了量表各维度的平均数和标

准差,以及在性别上各维度的差异检验结果。嘲讽型、自贬型得分男女差异具有统计学意义,男生高于女生($P<0.05$),而其他维度上男女差异不显著。

表1 成人依恋、幽默风格、抑郁

基本情况及性别差异检验($\bar{x}\pm s$)

	总样本 (N=414)	男 (n=207)	女 (n=207)	<i>t</i>	<i>P</i>
依恋焦虑	68.73 \pm 17.17	68.56 \pm 17.73	68.91 \pm 16.62	0.212	0.833
依恋回避	67.01 \pm 10.98	67.64 \pm 10.64	66.38 \pm 11.30	1.173	0.241
亲和型	40.00 \pm 7.40	39.47 \pm 7.53	40.55 \pm 7.25	-1.476	0.141
自强型	25.00 \pm 4.76	25.02 \pm 4.68	24.97 \pm 4.96	0.124	0.902
嘲讽型	16.20 \pm 5.94	16.84 \pm 6.33	15.56 \pm 5.46	2.211	0.028
自贬型	13.93 \pm 5.00	14.53 \pm 5.99	13.34 \pm 4.94	2.433	0.015
抑郁	0.01 \pm 0.97	-0.03 \pm 0.95	0.06 \pm 0.95	-0.945	0.345

表2 成人依恋、幽默风格、抑郁各

维度 Pearson 相关矩阵(n=414)

项目	依恋焦虑	依恋回避	亲和型	自强型	嘲讽型	自贬型
依恋焦虑	1					
依恋回避	0.142**	1				
亲和型	-0.180**	-0.326**	1			
自强型	-0.325**	-0.207**	0.418**	1		
嘲讽型	0.402**	0.225**	-0.154**	-0.201**	1	
自贬型	0.399**	0.063	0.076	-0.131**	0.509**	1
抑郁	0.517**	0.233**	-0.200**	-0.402**	0.264**	0.334**

2.2 成人依恋、幽默风格、抑郁各维度的相关性

对成人依恋、幽默风格、抑郁各维度进行 Pearson 相关分析,结果见表2。除依恋回避与自贬型、亲和型与自贬型相关不具有统计学意义外,其余均具有统计学意义。

2.3 成人依恋、幽默风格、抑郁关系的路径分析

分别建立依恋焦虑、依恋回避与幽默风格和抑郁的关系模型 Ma、Mb。由于依恋回避与自贬型相关不显著,因此不再将其纳入中介模型。结构方程模型结果表明模型 Ma 拟合良好。因亲和型对抑郁的预测作用不显著,路径系数为0.045($t=0.93$, $P>0.05$),移除路径,得到模型 Ma1(图1)拟合良好(表3)。与模型 Ma 相比,两者的 $\Delta\chi^2(1, 414)=0.754$, $P>0.01$,表明减少该路径模型未明显改变,结合其标准化路径系数为0.04接近于0^[6],可认为自强型、嘲讽型、自贬型在依恋焦虑与抑郁间起部分中介作用。结构方程模型结果显示模型 Mb 拟合良好(表4)。先后删除亲和型、嘲讽型对抑郁的不显著路径(路径系数-0.006, $t=-0.152$, $P>0.05$; 路径系数0.021, $t=0.348$, $P>0.05$),分别得到模型 Mb1 和 Mb2。模型 Mb2(图2)拟合良好,相比于 Mb,两者的 $\Delta\chi^2=0.139$ (2, 414), $P>0.01$,表明两条路径的减少,模型未发生明显变化,结合它们的路径系数分别为-0.006,

0.021 接近于0^[6],可认为在依恋回避对抑郁的影响中,自强型起部分中介作用。

表3 依恋焦虑与抑郁间幽默风格中介模型的拟合指数

	χ^2	df	GFI	CFI	IFI	SRMR	RMSEA
模型 Ma	215.060	68	0.932	0.940	0.941	0.069	0.072
模型 Ma1	215.814	69	0.932	0.940	0.941	0.068	0.072

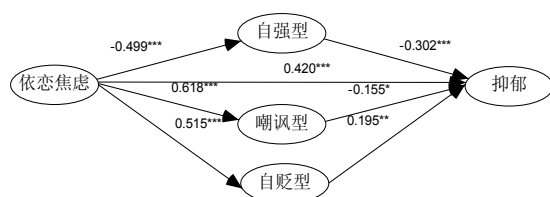


图1 以不同幽默风格为中介变量的依恋焦虑与抑郁间的关系模型

表4 依恋回避与抑郁间幽默风格中介模型的拟合指数

	χ^2	df	GFI	CFI	IFI	SRMR	RMSEA
模型 Mb	149.861	47	0.947	0.950	0.950	0.067	0.073
模型 Mb1	149.881	48	0.947	0.950	0.951	0.067	0.072
模型 Mb2	150.000	49	0.947	0.951	0.951	0.067	0.071

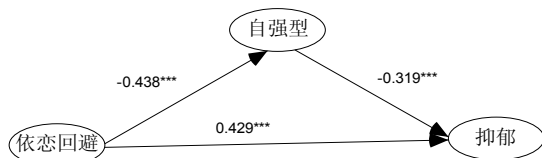


图2 以自强型幽默为中介的依恋回避与抑郁间的关系模型

3 讨 论

差异检验显示,嘲讽型、自嘲型得分中男生显著高于女生,男生比女生更倾向于使用非适应性幽默风格,与Martin^[15]、Frewen^[16]的研究结果一致。这可能是因为女生在社交过程中更注意言语对自己及他人的影响,相对于男生较少使用嘲笑他人或贬损自己的方式。

相关分析显示,除依恋回避与自嘲型相关不显著外,依恋焦虑、依恋回避与适应性幽默风格呈显著负相关,与非适应性幽默风格显著正相关。高依恋焦虑个体害怕分离、被拒绝,因此他们倾向以嘲笑、贬低自我的方式取悦他人。在遭遇挫折时,不断寻求外界的帮助,鲜少通过自我鼓励的方式度过逆境。一般而言高焦虑水平的个体较少嘲讽他人,以免遭到抛弃,但在否认拒绝感的痛苦中也会利用这一方式维护自己以减少伤害^[5]。而依恋回避个体因对亲密感到不适,较少使用亲和型,倾向用嘲讽的防

御方式达到隔绝他人的目的。依恋回避与自嘲型相关不显著的原因可能在于自嘲意味着屈服、放弃,和依恋回避个体的自我态度相矛盾,比起他人,他们更为信赖自己,自然不愿意通过自我嘲弄博得关注。

抑郁与各维度的相关研究显示,抑郁与依恋焦虑、依恋回避呈显著正相关。贝克的抑郁人格易感模型提出社会性依赖人格容易产生抑郁^[20]。依恋焦虑个体不相信自己,寻求他人肯定、认同缓解分离焦虑的表现与社会依赖性人格特征相似。另外,焦虑个体习惯冗思,难免加重了负性情绪的恶性循环^[7]。依恋回避个体与抑郁的关系相对较弱可能与他们试图消除与痛苦有关的情绪、认知和经历,采用压抑的情绪调节策略远离负性情绪的困扰有关^[3,7]。抑郁与适应性幽默风格负相关,与非适应性幽默风格正相关,与以往研究吻合^[15,16],特别是抑郁与自强型、自嘲型的关系。自强型个体以幽默、轻松的视角面对生活中的困难与不幸,将乐观作为应对策略鼓励自己正面问题。而自嘲型个体偏向神经质,常过度贬低自己来迎合、讨好他人忽视自己的真实感受,对负性情绪存在防御性否认倾向^[16],提高了其抑郁的可能性。

中介模型结果表明,幽默风格部分中介成人依恋对抑郁的影响,即成人依恋不但直接影响个体的抑郁水平,而且还通过幽默风格间接对抑郁产生影响。研究结果中依恋焦虑通过嘲讽型幽默影响抑郁的结果与预期相反,即高依恋焦虑个体使用较多的嘲讽型幽默,进而其抑郁情绪有所降低。这可能与采用嘲讽型幽默的作用有关,被人拒绝或抛弃后,高依恋焦虑个体通过诋毁他人提高自己的方式进行防御性否认,减少失落感,降低了抑郁情绪的体验。另外中介模型显示高依恋焦虑、高依恋回避个体较少使用自强型幽默,抑郁情绪随之升高,倾向于自嘲型幽默的高依恋焦虑个体会有更高的抑郁水平,说明提高自强型幽默的使用有利于依恋焦虑、依恋回避个体抑郁水平的降低,这一结果与Frewen^[16]、Dozoi^[16,21]的研究相一致。自强型和自嘲型是幽默风格中指向自我的正负性两面,自强型个体倾向于拥有较高的自尊水平,用一种正性的方式激励自己面对困境,自嘲型个体往往以牺牲自我的代价博得关心,自尊较低^[15,22],而负性自我评价容易引起抑郁情绪,这从侧面进一步说明鼓励自强型以提升个体的自我认同,降低自嘲型以减少自我牺牲,有利于自尊提高的同时也能降低抑郁的风险,对预防、干预大学生抑郁情绪具有启示和实践价值。

参 考 文 献

- 1 Cummings-Robbeau TL, Lopez FG, Rice KG. Attachment-related predictors of college students' problems with interpersonal sensitivity and aggression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2009, 28(3): 364-391
- 2 侯珂, 邹泓, 蒋索. 社会人格取向的成人依恋研究. *心理科学进展*, 2005, 13(5): 640-650
- 3 Garrison AM, Kahn JH, Sauer EM, et al. Disentangling the effects of depression symptoms and adult attachment on emotional disclosure. *Journal of Counseling Psychology*, 2012, 59(2): 230-239
- 4 曲晓艳, 甘怡群. 大学生成人依恋与人格特点的关系. *中国临床心理学杂志*, 2012, 20(1): 89-92
- 5 Besser A, Luyten P, Mayes LC. Adult attachment and distress: The mediating role of humor styles. *Individual Differences Research*, 2012, 10(3): 153-164
- 6 王力, 张厚粲, 李中权, 等. 成人依恋、情绪调节与主观幸福感: 重新评价和表达抑制的中介作用. *心理学探新*, 2007, 3: 91-96
- 7 Caldwell JG, Shaver PR. Exploring the cognitive-emotional pathways between adult attachment and ego-resiliency. *Individual Differences Research*, 2012, 10(3): 141-152
- 8 Cann A, Norman MA, Welbourne JL, et al. Attachment styles, conflict styles and humour styles: Interrelationships and associations with relationship satisfaction. *European Journal of Personality*, 2008, 22(2): 131-146
- 9 Marchand-Reilly JF. Attachment anxiety, conflict behaviors, and depressive symptoms in emerging adults' romantic relationships. *Journal of Adult Dev*, 2012, 170-176
- 10 Gormley B, Mcniel DE. Adult attachment orientations, depressive symptoms, anger, and self-directed aggression by psychiatric patients. *Cognitive Therapy and Research*, 2010, 34(3): 272-281
- 11 Wei M, Mallinckrodt B, Larson LM, et al. Adult attachment, depressive symptoms, and validation from self versus others. *Journal of Counseling Psychology*, 2005, 52(3): 368-377
- 12 汤芙蓉, 张大均, 刘衍玲. 大学生成人依恋、社会支持与抑郁的关系. *心理发展与教育*, 2009, 25(3): 95-100
- 13 杨红君, 周世杰. 成人依恋与精神病理的关系. *中国临床心理学杂志*, 2009, 17(1): 66-69
- 14 Erickson SJ, Feldstein SW. Adolescent humor and its relationship to coping, defense strategies, psychological distress, and well-being. *Child Psychiatry and Human Development*, 2007, 37(3): 255-271
- 15 Martin RA, Puhlik-Doris P, Larsen G, et al. Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the humor styles questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 2003, 37(1): 48-75
- 16 Frewen PA, Brinker J, Martin RA, et al. Humor styles and personality-vulnerability to depression. *Humor-International Journal of Humor Research*, 2008, 21(2):
- 17 李同归, 加藤和生. 成人依恋的测量: 亲密关系经历量表(ECR)中文版. *心理学报*, 2006, 3: 399-406
- 18 陈国海, Martin Rod A. 大学生幽默风格与精神健康关系的初步研究. *心理科学*, 2007, 30(1): 219-223
- 19 杨文辉, 吴多进, 彭芳. 贝克抑郁量表第2版中文版在大学生中的试用. *中国临床心理学杂志*, 2012, 6: 762-764
- 20 Frewen PA, Dozois DJA. Self-worth appraisal of life events and Beck's congruency model of depression vulnerability. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 2006, 20(2): 231-240
- 21 Dozois DJA, Martin RA, Bieling PJ. Early maladaptive schemas and adaptive/maladaptive styles of humor. *Cognitive Therapy and Research*, 2009, 33(6): 585-596
- 22 Leist AK, Müller D. Humor types show different patterns of self-regulation, self-esteem, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 2013, 14(2): 551-569
- (收稿日期: 2014-10-27)
- (上接第301页)
- 36 Miller RS. Are embarrassment and social anxiety disorder merely distant cousins, or are they closer kin. *Social Anxiety: Clinical, Developmental, and Social Perspectives*, 2010, 93-118
- 37 Gee BA, Antony MM, Koerner, N. Do socially anxious individuals fear embarrassment by close others? Development of the fear of embarrassment by others scale. *Personality and Individual Differences*, 2012, 52(3): 340-344
- 38 汪启荣, 钱铭怡. 自我概念羞耻感对大学生抑郁的影响. *中国学校卫生*, 2010, 31(8): 928-929
- 39 Hasson-Ohayon I, Ehrlich-Ben OrS, Vahab K, et al. Insight into mental illness and self-stigma: The mediating role of shame proneness. *Psychiatry Research*, 2012, 200(2): 802-806
- 40 戴赞, 王觅, 钱铭怡. 羞耻与创伤后应激障碍的相关研究及理论. *中国临床心理学杂志*, 2012, 20(2): 190-193
- 41 Matos M, Pinto-Gouveia J, Gilbert P. The effect of shame and shame memories on paranoid ideation and social anxiety. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 2013, 20(4): 334-349
- (收稿日期: 2014-10-12)