

初中生生活事件和心理弹性的相互作用关系

张光珍, 王娟娟, 梁宗保, 邓慧华

(儿童发展与学习科学教育部重点实验室/东南大学儿童发展与教育研究所, 南京 210096)

【摘要】 目的:考察初中生的生活事件与其心理弹性之间的相互作用关系。**方法:**对江苏省苏州市三所初中的442名初中生进行了为期两年的追踪,由初中生报告自己的生活事件和心理弹性。**结果:**①在第一年、第二年和第三年,生活事件和心理弹性之间存在显著的负相关;②在控制了变量自身的连续性之后,第一年心理弹性能显著负向预测第二年生活事件,第二年心理弹性能显著负向预测第三年生活事件,但头一年的生活事件不能显著预测下一年的心理弹性。**结论:**心理弹性能负向预测生活事件,反之则不然,二者之间存在单向作用关系。

【关键词】 初中生; 生活事件; 心理弹性

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2017.03.030

Relationship between Life Events and Resilience in Adolescents

ZHANG Guang-zhen, WANG Juan-juan, LIANG Zong-bao, DENG Hui-hua

Key Laboratory of Child Development and Learning Science, Ministry of Education/Institute of Child Development and Education, Southeast University, Nanjing 210096, China

【Abstract】 Objective: To examine the relationship between life events and resilience in adolescents. **Methods:** Four hundred and forty-two adolescents who were followed up for two years reported experienced stressful life events and resilience. **Results:** ①Life events were negatively correlated with resilience concurrently at Time 1, Time 2 and Time 3; ②After controlling for the stability of life events and resilience, resilience at Time 1 significantly predicted life events at Time 2, and resilience at Time 2 significantly predicted life events at Time 3. **Conclusion:** Adolescents' resilience has indirect effect on the occurrence of life events.

【Key words】 Adolescents; Life events; Resilience

生活事件是指对人们有重要影响并要求人们对其适应和进行应对的事件^[1]。初中阶段是个体快速发展的时期,个体面临着身体上的快速发展与心理上的发展相对滞后的不平衡状态^[2],初中生在生活经历着更多的压力性生活事件,如同伴关系、师生关系、亲子关系、学习压力等等^[3]。研究发现,个体在快速发展时期最易受到所处环境的影响^[4],初中生经历的生活事件对个体发展具有重要的影响。

关于生活事件给个体发展带来的影响,心理学界存在两种相反的观点。在二十世纪中叶,随着心理卫生运动的开展,儿童的高危经历及其对儿童发展造成的不利影响得到了广泛关注^[5]。如研究发现,许多癌症患者经历了丧失等生活事件后,负性情绪未能得到及时有效的宣泄^[6];个体经历的生活事件越多,其抑郁症状越严重^[7];生活事件也可正向预测焦虑情绪^[8]。基于此,当时的心理学界普遍认为,个体经历的压力性生活事件会导致个体的发展不利^[9]。

然而,在二十世纪七、八十年代,Werner及其同

事的一项研究却发现了不同的结果。在研究选取的700名儿童中,有200名儿童由于经历了临产压力、贫穷、不稳定的日常生活以及严重的父母精神疾病被列为高危儿童。然而,即使处于如此危险的境地,仍有72名儿童发展良好,甚至超过了正常儿童。Werner把这种经历高危却适应良好的现象称为“创伤后成长”现象^[10]。从此,心理学界产生了一种新的观点,即个体经历的高危事件并不一定有损个体的发展,反而可能有助于个体的成长,心理学界由此开始了对心理弹性的研究。但心理弹性至今没有统一的定义,研究者们分别从特质能力取向、结果取向和过程取向三种视角对心理弹性展开了研究。其中,过程取向的研究者认为心理弹性是环境与个体相互作用的动态过程,在这个过程中,心理弹性会发展变化^[11];生活事件是心理弹性得以发展的前提^[4,12],当面临压力和挑战时,如果个体能从中积累经验,学习技能,那么个体的心理弹性会获得发展,达到更高的水平^[11],生活事件就能促进个体心理弹性的发展。

另外一种折衷的观点是Garmezy等人提出的心理弹性挑战模型^[13],该模型认为,生活事件对个体心理弹性的影响是积极还是消极的,主要取决于生活

【基金项目】 国家自然科学基金(31300858),中央高校基本科研业务费专项资金资助(2242016R30015;2242015R30017)

通讯作者:张光珍,zhangguangzhen@seu.edu.cn

事件的严重程度,二者之间是一种非线性的关系。个体经历适度的生活事件可以使个体增加经验、提高能力,从而增强个体的心理弹性。如果生活事件持续的时间很短或程度很轻,个体无法从生活事件中获得有益经验,心理弹性得不到成长;相反,如果生活事件的持续时间太长或程度太严重,个体所具有的心理弹性不能应对,则会产生消极的发展结果,有损个体的心理弹性。

Kumpfer的心理弹性框架理论^[14]则认为,生活事件与个体心理弹性之间是相互作用的关系。一方面,个体可以从生活事件中积累丰富的经验,学会处理问题的技能,改变自身对事物的认知方式,同时与他人之间的联系会更加紧密,心理弹性会获得成长。另一方面,个体借助心理弹性,通过对生活事件的积极感知和解释,减少负性情绪带来的影响,借助家庭及他人的帮助和支持,来构建更加积极的环境,降低生活中类似事件再次发生的频率。

到目前为止,实证研究的结果并不一致。有的研究发现,生活事件可以改变个体的心理弹性水平^[15],个体的生活事件对心理弹性有显著的正向预测作用^[12]。另外一些研究却发现了相反的结果^[16,17]。因此,生活事件究竟对心理弹性的作用是积极的还是消极的还有待检验。另一方面,一些研究则发现,高心理弹性的个体知觉到更少的疼痛与压力^[18],较少患有焦虑、抑郁等精神疾病^[19],心理弹性能减轻抑郁症状^[20],并通过抑郁症状的中介作用间接降低继发的生活事件^[21]。

总的来说,目前该领域的研究大多是在西方国家中进行,国内这方面的实证研究还相对缺乏,采用追踪设计来考察二者关系的研究就更是稀少,且已有研究结果存在诸多不一致之处。本研究拟采用追踪研究设计,探讨初中生经历的生活事件与心理弹性之间的相互作用关系。

1 方 法

1.1 被试和程序

被试来自于江苏省苏州市的三所初中。采用整群取样的方法,从三所初中各抽取一些班级的学生参加本次研究。在初一上学期期中考试结束两个星期之后开始第一次数据收集。数据收集由受过培训的主试以班级为单位展开,让初中生报告自己的心理弹性、生活事件和性别。一年之后(初二上学期)和两年之后(初三上学期),分别进行第二次和第三次的数据收集工作。数据收集之前,征得了儿童和

家长的同意。共442名初中生(242名男孩,200名女孩)参与了本研究,在第一次测量时,被试的平均年龄为12.95岁($SD=0.91$)。由于转学、搬家、信息填写不完整等原因,被试有一定的流失。第二次和第三次数据收集,有效的儿童问卷分别是430和394份。对第二年及第三年流失的被试与未流失被试在第一年的生活事件及心理弹性上分别进行t检验,结果表明,第二年及第三年流失的被试与未流失的被试相比,在第一年的心理弹性方面的差异均不显著(第二年,流失组的均值和标准差为 3.38 ± 0.09 ,未流失组为 3.53 ± 0.03 , $t(440)=-1.387$, $P>0.05$;第三年,流失组为 3.38 ± 0.09 ,未流失组为 3.52 ± 0.03 , $t(440)=-1.584$, $P>0.05$),但在第一年的生活事件得分上差异均显著(第二年,流失组为 1.40 ± 0.13 ,未流失组为 1.13 ± 0.03 , $t(440)=2.447$, $P<0.05$;第三年,流失组为 1.43 ± 0.12 ,未流失组为 1.13 ± 0.04 , $t(440)=2.448$, $P<0.05$),流失儿童的生活事件平均值显著高于继续参加儿童的。

1.2 研究工具

1.2.1 青少年心理韧性量表 采用胡月琴和甘怡群编制的《青少年心理韧性量表》^[22],共有27道题目,采用5点计分,从“非常不符合”到“非常符合”。该量表包括目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持和人际协助五个方面。本研究中,用所有题目的平均值来代表个体心理弹性的总体情况。在本研究中,三年的Cronbach's α 系数分别为0.86,0.86和0.85。

1.2.2 青少年生活事件量表 采用刘贤臣编制的青少年生活事件量表^[23],共27项题目,包括人际关系、学习压力、受惩罚、丧失、健康适应和其它因素六个分量表。被试先确定该事件在限定时间(近12个月内)发生与否,0代表“未发生”,如果该事件发生过,则再对该事件的心理感受进行5级评分,从1(代表“无影响”)到5(代表“极重影响”)。在本研究中,三年的Cronbach's α 系数分别是0.93,0.94和0.95。

1.3 共同方法偏差的控制与检验

由于生活事件和心理弹性均由初中生自身报告,可能存在共同方法偏差的问题,文中采用Harman单因素检验的方法进行共同方法偏差的检验^[24]。初中生报告的生活事件与心理弹性的单因素模型拟合指数为: $\chi^2=559.169$, $df=15$, $RMSEA=0.171$, $CFI=0.773$, $TLI=0.622$, $SRMR=0.084$ 。模型的各项拟合指标均较差,表明个体报告的生活事件和心理弹性之间不存在较严重的共同方法偏差。

1.4 数据分析策略

采用SPSS 17.0进行数据录入与整理。先对各个时间点的生活事件与心理弹性分别做简单相关分析以判断二者之间是线性相关还是非线性相关;接着用M-plus 7.0软件进行交叉滞后回归分析考察心理弹性与生活事件之间的纵向预测关系。

2 结 果

2.1 描述统计与相关分析

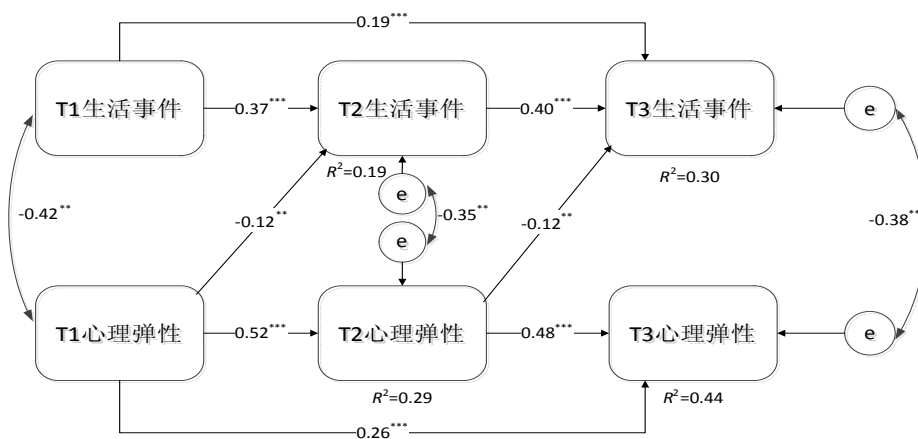
各个变量的平均值、标准差见表1。分别对第

一年、第二年和第三年时的生活事件与心理弹性之间的关系做散点图。结果表明,在三次测量中,生活事件和心理弹性的即时关系都呈现出线性相关趋势,且二者呈现出较强的负相关关系。计算三次测量中心理弹性与生活事件的简单相关系数,结果见表1。从表1可以看出,在第一年、第二年和第三年上生活事件与心理弹性存在显著负相关。从第一年到第二年,从第二年到第三年,生活事件和心理弹性均存在中等程度以上的稳定性。

表1 初中生生活事件与心理弹性的描述及相关分析结果

变量	M	SD	生活事件T1	心理弹性T1	生活事件T2	心理弹性T2	生活事件T3	心理弹性T3
生活事件T1	1.16	0.72	1					
心理弹性T1	3.51	0.61	-0.42**	1				
生活事件T2	1.18	0.76	0.43**	-0.28**	1			
心理弹性T2	3.43	0.57	-0.26**	0.55**	-0.35**	1		
生活事件T3	1.27	0.83	0.38**	-0.27**	0.52**	-0.30**	1	
心理弹性T3	3.40	0.55	-0.26**	0.53**	-0.27**	0.64**	-0.38**	1

注:T1、T2、T3分别表示第一年、第二年、第三年;* $P<0.05$,** $P<0.01$,*** $P<0.001$



$\chi^2=0.92$, $df=2$, $RMSEA=0.00$, $90\%CI=[0.00, 0.07]$, $CFI=1.00$, $TLI=0.90$, $SRMR=0.01$

注:图中只显示 $P<0.05$ 的路径,* $P<0.05$,** $P<0.01$,*** $P<0.001$

图1 生活事件与心理弹性的交叉滞后回归分析

2.2 生活事件与心理弹性的纵向关系

用Mplus 7.0软件建立结构方程模型来检验生活事件与心理弹性之间的纵向关系。在结构方程模型中,允许生活事件与心理弹性从第一年到第二年和第二年到第三年的自回归路径,以及生活事件与心理弹性之间从第一年到第二年和第二年到第三年的双向预测路径;同时,允许第一年时各个变量之间相关,允许第二年和第三年时各个变量之间的残差相关。用极大似然法对缺失值进行处理。

结构方程模型的结果显示拟合指数为 $\chi^2=45.63$, $df=4$, $RMSEA=0.15$, $90\%CI=[0.11, 0.19]$, $CFI=$

0.94, $TLI=0.77$, $SRMR=0.05$,该模型拟合不佳。根据模型提示的修正指数,同时考虑了理论上的恰当性之后,增加了从第一年的生活事件到第三年的生活事件的路径,以及从第一年的心理弹性到第三年的心理弹性的路径,修正后的模型拟合良好。标准化的路径系数见图1(图中只显示显著性水平小于0.05的路径)。从图1可以看出,在控制了生活事件和心理弹性各自的稳定性之后,第一年的心理弹性能够负向预测第二年的生活事件,第二年的心理弹性能够负向预测第三年的生活事件;第二年和第三年时生活事件和心理弹性的残差之间具有显著相关;第

一年的生活事件无法预测第二年的心理弹性,第二年的生活事件也无法预测第三年的心理弹性。

3 讨 论

散点图的结果表明,生活事件与心理弹性之间呈线性相关而不是非线性关系,这一结果不支持 Garmezy 的心理弹性挑战模型。在控制了生活事件和心理弹性自身的稳定性之后,第一年的生活事件无法预测第二年的心理弹性;同样地,第二年的生活事件也无法预测第三年的心理弹性。这一结果表明,在本样本中,生活事件对个体的心理弹性的发展既没有明显的积极影响,也没有明显的消极影响。这与之前的研究结果是不一致的。

出现不一致的原因,一方面可能是由于以往研究大多采用的是横断设计,考察的是二者之间的即时关系而不是纵向的预测关系。而本研究也发现,在三个时间点上,生活事件与心理弹性之间的即时关系也都呈现负相关的关系,这与之前的部分结果相似。但在控制了二者自身的稳定性以后,本研究并未发现生活事件对心理弹性的纵向预测作用。这表明,以往横断研究中发现的二者之间的负相关关系并不能说明是生活事件影响了儿童的心理弹性,二者之间的关系需要更多纵向研究设计来证实。

另一方面,研究结果的不一致也可能是由于本研究中被试所遭遇的压力性生活事件的总体水平较低,回归分析中出现了全距限制效应。由平均值可知,本研究中,被试在生活事件量表上的平均分偏低,被试遭遇的压力性生活事件较少,压力性生活事件对被试造成的影响也较小,因此在统计上难以发现生活事件对心理弹性的纵向预测作用,未来的研究可能需要选择一些处境不利的儿童,这样能够更加准确的揭示压力性生活事件对心理弹性的影响。

然而,即便本研究中被试所经历的压力性生活事件的整体水平偏低,在控制了生活事件和心理弹性二者自身的稳定性之后,我们依然发现,第一年的心理弹性能够负向预测第二年的生活事件,第二年的心理弹性能够负向预测第三年的生活事件。这一稳定的关系模式表明,心理弹性水平较高的个体,能够在生活中建构更加积极的环境,降低压力性生活事件再次、继续发生的频率,这与 Kumpfer 的弹性框架理论一致。心理弹性是个体积极调动内外部资源处理压力性生活事件的过程^[25],心理弹性水平较高的个体,能够专注于目标,有效地管理情绪,对生活事件有积极性的认知,并且有家庭支持,人际关系良

好^[9]。这些资源都能够帮助个体更好地处理生活事件带来的影响^[26],快速有效地从压力性生活事件中恢复过来^[27]。

这一结果也提示我们,之前横断研究中发现的生活事件与心理弹性之间的相关可能是由于心理弹性影响生活事件(而不是相反)而导致的。然而,从结构方程模型的结果也可以看出,在控制了生活事件与心理弹性在前一时间点的相关及它们各自的连续性之后,生活事件和心理弹性在第二年和第三年时的残差仍然呈显著负相关的关系,这表明生活事件和心理弹性之间还存在其他的共变关系(只是我们无法确定作用的方向),未来的研究还需要进一步探讨这个问题。

参 考 文 献

- 1 Rabkin JG, Struening EL. Life events, stress, and illness. *Science*, 1976, 194(4269): 1013-1020
- 2 郭念锋. 心理咨询师基础知识. 北京:民族出版社, 2012. 251-264
- 3 邓多林. 初中生生活事件、心理弹性与生活满意度的关系研究. 硕士学位论文. 长沙:湖南师范大学, 2013
- 4 Anthony EJ. Risk, vulnerability, and resilience: an overview. New York, NY, US: Guilford Press, 1987. 3-48
- 5 Bowlby J, Ainsworth MDS, Organization WH. Maternal care and mental health: a report prepared on behalf of the World Health Organization as a contribution to the United Nations programme for the welfare of homeless children. Berlin: Schocken Books, 1966
- 6 Fris I, Litin EM, Pearson JS. Comparison of psychiatric symptoms in carcinoma of the pancreas with those in some other intra-abdominal neoplasms. *American Journal of Psychiatry*, 1967, 123(123): 1553-1562
- 7 Warheit GJ. Life events, coping, stress, and depressive symptomatology. *American Journal of Psychiatry*, 1979, 136(4B): 502-507
- 8 McLaughlin KA, Hatzenbuehler ML. Stressful life events, anxiety sensitivity, and internalizing symptoms in adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*, 2009, 118(3): 659-669
- 9 Tiet QQ, Bird HR, Davies M, et al. Adverse life events and resilience. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 1998, 37(11): 1191-1200
- 10 Werner EE, Smith RS. Vulnerable but invincible: a study of resilient children. New York, NY, US: McGraw-Hill, 1982
- 11 Richardson GE, Neiger BL. The resiliency model. *Health Education*, 1990, 21(6): 33-39
- 12 Bonanno GA, Westphal M, Mancini AD. Resilience to loss

- and potential trauma. *Annual Review of Clinical Psychology*, 2010, 7(1): 511-535
- 13 Garmezy N, Masten AS, Tellegen A. The study of stress and competence in children: a building block for developmental psychopathology. *Child Development*, 1984, 55(1): 97-111
 - 14 Kumpfer KL. Factors and processes contributing to resilience. *Resilience and Development*. New York, NY, US: Springer US, 2002. 179-215
 - 15 Rutter M. Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 2006, 1094(1): 1-12
 - 16 刘恋. 大学生生活事件、心理弹性和情绪的关系研究. 硕士学位论文. 哈尔滨: 哈尔滨工程大学, 2012
 - 17 Luthar SS. Vulnerability and resilience: a study of high-risk adolescents. *Child Development*, 1991, 62(3): 600-616
 - 18 Friberg O, Hjemdal O, Rosenvinge JH, et al. Resilience as a moderator of pain and stress. *Journal of Psychosomatic Research*, 2006, 61: 213-219
 - 19 Campbell-Sills L, Cohan SL, Stein MB. Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 2006, 44(4): 585-599
 - 20 Wingo AP, Wrenn G, Pelletier T, et al. Moderating effects of resilience on depression in individuals with a history of childhood abuse or trauma exposure. *Journal of Affective Disorders*, 2010, 126(3): 411-414
 - 21 叶艳, 范方, 陈世键, 等. 心理弹性、负性生活事件和抑郁症状的关系: 钢化效应和敏化效应. *心理科学*, 2014, 37(6): 1502-1508
 - 22 胡月琴, 甘怡群. 青少年心理韧性量表的编制和效度验证. *心理学报*, 2008, 40(8): 902-912
 - 23 刘贤臣, 刘连启. 青少年生活事件量表的信度效度检验. *中国临床心理学杂志*, 1997, 1: 34-36
 - 24 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 2004, 12(6): 942-950
 - 25 Hunter AJ, Chandler GE. Adolescent resilience. *Image--the Journal of Nursing Scholarship*, 1999, 31(3): 243-247
 - 26 Shek DTL. Chinese cultural beliefs about adversity. *Childhood*, 2004, 11(1): 63-80
 - 27 Tugade MM, Fredrickson BL. Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2004, 86(2): 320-333

(收稿日期: 2016-07-27)

(上接第538页)

- 17 赵娟. 高职生心理资本与社会支持对人际关系的影响. *淮南职业技术学院学报*, 2016, 16(4): 57-62
- 18 李力, 郑治国. 社会支持、职业心理资本与工作绩效间的调节——基于高校人力资源管理的视角. *江西社会科学*, 2015, 11: 225-230
- 19 Paterson TA, Luthans F, Jeung W. Thriving at work: Impact of psychological capital and supervisor support. *Journal of Organizational Behavior*, 2014, 35(3): 434-446
- 20 蔡好荻, 叶宝娟. 压力性生活事件、情绪智力与工读生毒品使用的关系. *中国临床心理学杂志*, 2016, 24(2): 314-316
- 21 Lazuras L, Eiser JR, Rodafinos A. Predicting smokers' non-compliance with smoking restrictions in public places. *Tobacco Control*, 2009, 18(2): 127-31
- 22 王艳辉, 张卫, 彭家欣, 等. 亲子依恋、自我概念与大学生自我伤害的关系. *心理学探新*, 2009, 29(5): 56-61
- 23 Fergus S, Zimmerman MA. Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review of Public Health*, 2005, 26: 399-419
- 24 李霓霓, 张卫, 李董平, 等. 青少年的依恋、情绪智力与攻击性行为的关系. *心理发展与教育*, 2009, 25(2): 91-96
- 25 张华峰. 同伴支持对职业探索的影响. 上海师范大学硕士学位论文, 2015
- 26 Luthans F, Avolio BJ, Walumbwa FO, et al. The psychological capital of Chinese workers: Exploring the relationship with performance. *Management & Organization Review*, 2005, 1(2): 249-271
- 27 王苑. 大学生职业价值观及就业能力与就业绩效的关系研究. 浙江大学硕士学位论文, 2006

(收稿日期: 2016-10-08)