

# 大学生完美主义对负性情绪的影响:应激的调节作用

周雪婷<sup>1</sup>, 吴思遥<sup>2</sup>, 朱虹<sup>2</sup>, 张斌<sup>3</sup>, 蔡太生<sup>2</sup>

(1.长沙理工大学外国语学院,长沙 410004;2.中南大学湘雅二医院医学心理学研究所,长沙 410011;3.湖南中医药大学人文社科学院心理学系,长沙 410208)

**【摘要】 目的:**从完美主义双重过程模型的角度考察应激在大学生完美主义与负性情绪关系间的调节机制。**方法:**使用积极、消极完美主义量表,抑郁-焦虑-应激自评量表简版对426名在校大学生进行施测。**结果:**①偏相关分析结果显示,消极完美主义与应激、焦虑和抑郁呈显著正相关,积极完美主义与应激、焦虑呈显著正相关,与抑郁存在显著负相关( $P<0.05$ );②调节效应分析显示应激能调节完美主义与焦虑、抑郁之间的关系。**结论:**完美主义与负性情绪之间的关系受到应激水平的调节,应激可能是完美主义者产生焦虑、抑郁的风险因素。

**【关键词】** 完美主义; 应激; 抑郁; 焦虑; 调节效应

中图分类号: R395.6 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2014)02-0341-03

## Stress as a Moderator between Perfectionism and Depression and Anxiety

ZHOU Xue-ting, WU Si-yao, ZHU Hong, ZHANG Bin, CAI Tai-sheng

<sup>1</sup>School of Foreign Languages, Changsha University of Science & Technology, Changsha 410004, China;

<sup>2</sup>Medical Psychological Institute, Second Xiangya Hospital, Central South University, Changsha 410011, China;

<sup>3</sup>School of Humanities and Social Sciences, Hunan University of Chinese Medicine, Changsha 410208, China

**【Abstract】 Objective:** The study aimed to examine the role of stress in the relationship between perfectionism and depression/anxiety from the perspective of the dual-process model of perfectionism in Chinese college students. **Methods:** A cross-sectional study was designed and a sample of 426 college students completed two questionnaires including Positive and Negative Perfectionism Scale and the Depression Anxiety Stress Scale-21. **Results:** ①Partial correlation indicated that depression/anxiety were significantly and positively correlated with stress and perfectionism, while perfectionism negatively related to depression( $P<0.01$ ). ②Hierarchical regression indicated that stress significantly moderated the influence of perfectionism upon depression/anxiety. **Conclusion:** These findings suggest that the higher level of stress, the greater influence of perfectionism on depression and anxiety.

**【Key words】** Perfectionism; Stress; Depression; Anxiety; Moderator

完美主义在过去的临床心理学和精神病学文献里一直被描述为是具有潜在的负面性质的人格特质。精神分析和认知心理学理论认为完美主义是心理病理学的易感因素<sup>[1,2]</sup>。虽然至今对完美主义的定义未明,许多的研究者倾向于将其定义为消极心理现象,如完美主义者会为自己设置不必要的高标准,但更多的研究者认为完美主义存在两面性,他们从行为及其强化结果是否正常的价值判断视角将完美主义分为积极和消极完美主义<sup>[3,4]</sup>。Slade等<sup>[5]</sup>, Owens等<sup>[6]</sup>用完美主义的双重过程模型来解释积极完美主义和消极完美主义的内在行为差异,这些差异来源于积极强化和消极强化的区别。消极完美主义者努力追求目标是为了逃避负性结果的出现,而积极完美主义者努力追求目标是为了追求正性的结果,达到更好的期望,而非为了避免负性结果的出现。

现有的研究已经发现完美主义与抑郁、焦虑之间都存在着显著的正相关<sup>[7,8]</sup>。完美主义的素质-应

激模型认为完美主义与生活应激交互作用可以预测抑郁水平。Flett等人<sup>[9]</sup>研究发现,在经历了重大生活应激的个体中,消极完美主义能预测三个月后的抑郁症状增加。另一项纵向研究表明,消极完美主义与知觉到的应激水平的交互作用能预测一个月后的心理痛苦症状<sup>[10]</sup>。这些研究支持了Hewitt等人<sup>[11]</sup>提出的完美主义的特质易感性模型。

完美主义对心理健康的影响的中介变量和调节变量是近年来完美主义研究关注的方向<sup>[12]</sup>。此外,现有关于完美主义和应激共同在焦虑中的作用的研究还较少。因此,本研究主要目的是考察应激在完美主义对负性情绪的影响中是否起调节作用。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

在两所高校发放450份问卷,有效问卷426份。男生195人,女生230人,1人性别不详;平均年龄 $19.82\pm 1.40$ 岁;195人为独生子女,217人为非独生子

女,14人数据不详;汉族398人,其他民族26人,2人民族不详;大一学生244人,大二学生127人,大三学生48人,7人年级不详。

## 1.2 测量工具

1.2.1 积极、消极完美主义量表(Positive and Negative Perfectionism Scale, PANPS) 由Terry-Short等人<sup>[13]</sup>编制,中文版由周雪婷等<sup>[14]</sup>修订完成。中文版包括25个条目,可分为积极完美主义和消极完美主义两个维度,采用李克特5点计分,从“1=完全不同意”到“5=完全同意”。该量表在本研究中积极和消极完美主义的内部一致性系数均为0.8。

1.2.2 抑郁-焦虑-应激自评量表简版(The Depression Anxiety Stress Scale, DASS-21) 采用龚栩等人<sup>[15]</sup>修订的DASS-21中文版,全量表包含21个条目,可分为抑郁、焦虑和应激三个分量表。采用李克特4点量表计分,0分为“不符合”,3分为“总是符合”。本研究选取抑郁和焦虑分量表作为负性情绪健康指标,选取应激作为调节变量,抑郁、焦虑和应激的内部一致性系数分别为0.77,0.79,0.80。

## 2 结 果

### 2.1 描述性统计分析及偏相关分析结果

首先,对人口学变量与完美主义、应激、抑郁和焦虑之间的关系进行了相关分析,结果显示只有性别和是否独生子女与完美主义、应激、抑郁和焦虑间存在显著相关。此外,男性报告的焦虑、抑郁水平要显著高于女性;独生子女的应激水平也要显著高于非独生子女的应激水平。因此,在偏相关分析和调节效应分析中,性别和是否独生子女将作为控制变量进入分析。

偏相关分析结果显示,抑郁与应激呈显著正相关;积极完美主义与应激、焦虑呈显著正相关,与抑郁呈显著负相关;消极完美主义与应激、焦虑和抑郁均呈显著正相关。各变量的均数及标准差见表1。

表1 完美主义、应激和抑郁、焦虑的偏相关分析

	消 极 完 美 主 义	积 极 完 美 主 义	应 激	抑 郁	焦 虑	$\bar{X} \pm s$
消极完美主义	1.000					4.38±0.66
积极完美主义	0.377***	1.000				6.08±0.70
应激	0.425***	0.109***	1.000			0.73±0.52
抑郁	0.323***	-0.145***	0.693***	1.000		0.45±0.43
焦虑	0.369***	0.101**	0.741***	0.655***	1.000	0.52±0.43

### 2.2 应激对完美主义和抑郁关系间的调节作用

根据温忠麟等<sup>[16]</sup>提出的检验调节效应的方法,我们对应激是否能调节完美主义和抑郁的关系进行了检验。结果显示,性别、应激水平对抑郁有显著的

预测作用,乘积变项的进入使结果模型对抑郁的解释度显著地增加了0.9%,其中,积极完美主义、消极完美主义分别与应激的乘积项显著,说明应激在积极完美主义和抑郁关系间起消极的调节作用,应激在消极完美主义和抑郁关系间起积极的调节作用。

交互作用如图1显示,应激水平越高,积极完美主义对抑郁的负性影响越大,即积极完美主义得分越低,抑郁水平越高。如图2所显示,应激水平越高,消极完美主义对抑郁的正性影响越大,即消极完美主义得分越高,抑郁水平越高。

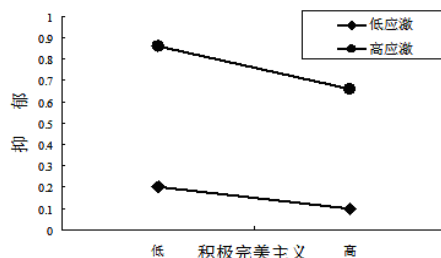


图1 应激对积极完美主义和抑郁关系间的调节作用

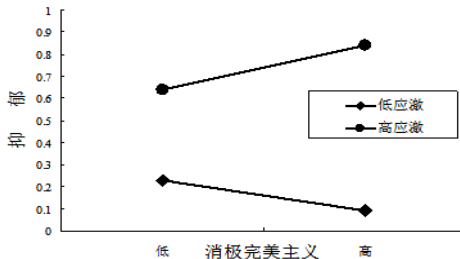


图2 应激对消极完美主义和抑郁关系间的调节作用

### 2.3 应激对完美主义和焦虑关系间的调节作用

表2显示应激对焦虑有显著的正向预测作用,乘积变项的进入使结果模型对抑郁的解释度显著地增加了1.2%,其中,积极完美主义与应激的乘积项的回归系数不显著,消极完美主义与应激的乘积项的回归系数显著,说明了应激在消极完美主义与焦虑关系间起积极的调节作用。

交互作用如图3显示,应激水平越高,消极完美主义对焦虑的正性影响越大,即消极完美主义得分越高,焦虑水平越高。

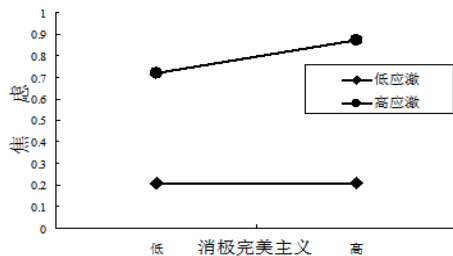


图3 应激对消极完美主义和焦虑关系间的调节作用

表2 应激对完美主义和抑郁关系间的调节作用

变量	抑郁						焦虑					
	B	Beta	t	R <sup>2</sup>	ΔR <sup>2</sup>	F	B	Beta	t	R <sup>2</sup>	ΔR <sup>2</sup>	F
第一步 性别	-0.291	-0.146	-2.992**	0.027	0.027	5.600***	-0.214	-0.108	-2.216*	0.030	0.030	6.265**
独生子女	-0.128	-0.064	-1.318				-0.253	-0.128	-2.623**			
第二步 PP	-0.304	-0.308	-6.449***	0.209	0.183	26.923***	-0.117	-0.119	-2.439*	0.174	0.144	21.426***
NP	0.435	0.436	9.134***				0.406	0.410	8.393***			
第三步 应激	0.642	0.645	16.607***	0.531	0.321	100.805***	0.694	0.702	18.594**	0.554	0.380	100.805***
第四步 PP×应激	-0.077	-0.085	-2.353**	0.539	0.009	75.200***	-0.051	-0.057	-1.619	0.566	0.012	75.200***
NP×应激	0.070	0.082	2.128**				0.103	0.122	3.268***			

注:\* $P<0.05$ , \*\* $P<0.01$ , \*\*\* $P<0.001$ ; NP=消极完美主义; PP=积极完美主义

### 3 讨 论

本研究结果表明,完美主义在大学生的负性情绪中起到重要作用,且应激与完美主义、抑郁和焦虑间都存在显著相关,该结果与 Wearden 等的研究结果一致<sup>[17]</sup>。但是,完美主义并非对所有的大学生的焦虑、抑郁水平产生一致的影响<sup>[18]</sup>。因此,在进一步的研究中我们发现,应激在完美主义和负性情绪关系间具有调节作用。具体表现为,在高应激状态下,积极完美主义水平越高,个体体验到的抑郁水平越低;而消极完美主义水平越高,个体体验到的焦虑、抑郁水平越高。在低应激条件下,完美主义对焦虑、抑郁的作用不明显。Enns 和 Cox<sup>[19]</sup>认为完美主义作为一种人格易感性因素,可以通过与应激相互作用进而导致抑郁。本研究结果则进一步说明,在考察完美主义与应激的交互作用对负性情绪的影响时,区分积极完美主义与消极完美主义是非常重要的。

### 参 考 文 献

- Hewitt PL, Flett GL, Ediger E. Perfectionism and depression: Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 1996, 105(2): 276-281
- Arrindell WA, Akkeiman A, Bagis N, et al. The short-EMBU in Australia, Spain, and Venezuela: Factorial invariance, and associations with sex roles, self-esteem, and Eysenckian personality dimensions. *European Journal of Psychological Assessment*, 2005, 21(1): 56-66
- Slade PD, Coppel DB, Townes BD. Neurocognitive correlates of positive and negative perfectionism. *International Journal of Neuroscience*, 2009, 119:1741-1754
- Stober J, Kobori O, Tanno Y. The multidimensional perfectionism cognitions inventory-English(MPCI-E): Reliability, validity, and relationships with positive and negative affect. *Journal of Personality Assessment*, 2010, 92:16-25
- Slade PD, Owens RG. A dual process model of perfectionism

- based on reinforcement theory. *Behavior Modification*, 1998, 22(3): 372-390
- Owens RG, Slade PD. So perfect it's positively harmful? *Behavior Modification*, 2008, 32(6): 928-937
- Kawamura KY, Hunt SL, Frost RO, DiBartolo PM. Perfectionism, anxiety, and depression: Are the relationships independent? *Cognitive Therapy and Research*, 2001, 25: 291-301
- Hewitt PL, Flett GL. Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, 60: 456-470
- Flett GL, Hewitt PL, Blankstein KR, et al. Perfectionism, life events and depressive symptoms: A test of a diathesis-stress model. *Current Psychology*, 1995, 14(2): 112-137
- Chang EC, Rand KL. Perfectionism as a predictor of subsequent adjustment: Evidence for a specific diathesis-stress mechanism among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 2000, 47(1): 129-137
- Hewitt PL, Flett GL. Dimensions of perfectionism, daily stress, and depression: A test the specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 1993, 102(1): 58-65
- Dunkley DM, Schwartzman D, Loeper KJ, et al. Perfectionism dimensions and dependency in relation to personality vulnerability and psychosocial adjustment in patients with coronary artery disease. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 2011, 12: 2-14
- Terry-Short LA, Owens GR, Slade PD. Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 1995, 18(5): 663-668
- 周雪婷. 父母教养方式,大学生完美主义与心理健康的关系研究. 中南大学, 2012
- 龚栩, 谢嘉瑶, 徐蕊, 等. 抑郁-焦虑-应激量表简体中文版(DASS-21)在中国大学生中的测试报告. *中国临床心理学杂志*, 2010, 18(4): 443-446

(下转第346页)

本研究还发现,舞蹈专业女生的BS得分显著低于非舞蹈专业女生,而男生中的这种专业差别不明显。BS反映的是对任何重复性刺激(包括程序式的工作、重复的经历、令人乏味的人、稳定不变的环境等)的耐受程度。众所周知,舞蹈形体、动作的训练存在单调、乏味、重复性强的特点。一个简单的动作往往要练上几十甚至几百遍才能掌握。只有对单调环境具有高耐受度的人才能适应舞蹈的专业训练过程。因此,能忍受单调的人可能更匹配专业舞蹈的职业人格特点。本研究结果对于从事舞蹈或选择舞蹈专业的女生多于男生这一现象提供了一种解释。另一种方面,长期的舞蹈基本功训练也可能对女生的人格有所改变。训练的严格和单一可能导致女生对单调环境的适应和习惯。

### 参 考 文 献

- Weisskirch RS, Murphy, LC. Friends, porn, and punk: Sensation seeking in personal relationships, Internet activities and music preference among college students. *Adolescence*, 2004, 39(154): 189-201
- Rawlings D, Vidal NB, Furnham A. Personality and aesthetic preference in Spain and England: Two studies relating sensation seeking and openness to experience to liking for paintings and music. *European Journal of Personality*, 2000, 14(6): 553-576
- Feist GJ, Brady TR. Openness to experience, non-conformity, and the preference for abstract art. *Empirical Studies of the Arts*, 2004, 22(1): 77-89
- 徐佳,高劲松,徐中敏,等. 美术与感觉寻求的关系. *广东海洋大学学报*, 2008, 28(5): 91-94
- 徐佳,施建农,张雨青. 美术工作者的人格特质研究. *中国临床心理学杂志*, 2005, 4: 420-422
- Furnham A, Walker J. Personality and judgments of abstract popart and representational paintings. *European Journal of Personality*, 2001, 15(1): 57-72
- Pemberton WA. Further dimensions of sensation seeking. Paper presented at the meeting of the delaware psychological association. Newark, DE, 1971
- Kish GB, Donnenwerth GV. Interests and stimulus seeking. *Journal of Counseling Psychology*, 1969, 16: 551-556
- Kish GB, Donnenwerth GV. Sex differences in the correlates of stimulus seeking. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1972, 38: 42-49
- Farley FH, Dionne MT. Value orientation of sensation seekers. *Perceptual and Motor Skills*, 1972, 34: 509-510
- Oleszkiewicz ZZ. Demand for stimulation and vocational preferences. *Polish Psychological Bulletin*, 1982, 13: 185-195
- Van den Berg PT, Feij JA. De ontwikkeling van een selectieproef van de spansingsbehoefte (SBL-s). *Nederlandsche Tijdschrift voor de Psychologie*, 1988, 43, 328-343
- Feij JA, van Zuilen RW, Gazendam A. The development of a Dutch sensation seeking questionnaire: The spansingsbehoefte (SBL-s). *Gedrag-Tijdschrift voor Psychologie*, 1982, 10: 364-383
- Rohleder N, Beulen SE, Chen E, et al. Stress on the dance floor: The cortisol stress response to social-evaluative threat in competitive ballroom dancers. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2007, 33(1): 69-84
- Piet S. What motivates stunt men? *Motivation and Emotion*, 1987, 11: 195-213
- 张雨青,陈仲庚. 感觉寻求量表对我国被试的测定及因素分析. *心理科学通讯*, 1990, 2: 1-6
- 黄宗贤. 从原理到形态—普通艺术学. 长沙: 湖南美术出版社, 2003. 231
- as moderator of perfectionism, depression and anxiety in college students. *Social Behavior and Personality*, 2013, 41: 1141-1152
- Enns MW, Cox BJ. Perfectionism, stressful life events, and the 1-year outcome of depression. *Cognitive Therapy and Research*, 2005, 29(5): 541-553

(收稿日期:2013-05-26)

(上接第343页)

- 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
- Wearden A, Tarrier N, Barrowclough C, et al. Review of expressed emotion research in health care. *Clinical Psychology Review*, 2000, 20: 633-666
- Zhou XT, Zhu H, Zhang B, Cai TS. Perceived social support

(收稿日期:2013-10-28)