

# 自尊在完美主义和抑郁间的中介效应研究

杨丽<sup>1</sup>, 朱晓坤<sup>1</sup>, 翟瑞龙<sup>1</sup>, 李艳苓<sup>2</sup>, 李娟<sup>1</sup>

(1.天津大学心理研究所,天津 300072;2.鞍山市中心医院心理门诊,辽宁 鞍山 114001)

**【摘要】** 目的:在考虑完美主义的积极成分对消极成分与抑郁间关系调节效应的情况下,探讨自尊在完美主义的消极成分与抑郁间的中介效应。方法:采用近乎完美量表修订版的中文修订版、自尊量表和 Beck 抑郁问卷对 488 名大学生进行集体施测,用 SPSS 12.0 和 Lisrel 8.70 进行数据分析。结果:在整合模型中高标准调节了差异和抑郁间的关系,自尊部分中介了差异和抑郁间的关系。结论:在控制了高标准对差异和抑郁间关系的调节效应的情况下,自尊仍然部分中介差异和抑郁间的关系。

**【关键词】** 完美主义;自尊;抑郁

中图分类号: R395.6 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2011)03-0335-05

## A Study on the Mediating Effect of Self-esteem Between Perfectionism and Depression

YANG Li, ZHU Xiao-kun, ZHAI Rui-long, LI Yan-ling, LI Juan

Institute of Psychology, Tianjin University, Tianjin 300072, China

**【Abstract】 Objective:** In considering the moderating effect of the positive component of perfectionism on the relationship between the negative component of perfectionism and depression, we explored the mediating role of self-esteem between the negative component of perfectionism and depression. **Methods:** Almost Perfectionism Scale Revised Chinese Revised (APS-R-CR), The Self-Esteem Scale (SES) and Beck Depression Inventory (BDI) were administered to 488 undergraduate students, and SPSS 12.0 and Lisrel 8.70 were used to analyse the data. **Results:** In the integrated model, high standards mediated the relationship between discrepancy and depression. **Conclusion:** After controlling for the moderating effect of high standards on the relationship between discrepancy and depression, self-esteem still partially mediates the relationship between discrepancy and depression.

**【Key words】** Perfectionism; Self-esteem; Depression

作为和心理健康关系密切的人格特质,完美主义一直备受临床心理学家的关注。在早期的实证研究中,完美主义被认为是一种病态的单维的人格特质,包含着对不现实的高目标的强迫性的和无休止的追求<sup>[1]</sup>。后继的实证研究者相继提出完美主义是一种病态的多维的人格特质,包括错误在意度、个人标准、行为迟疑度、父母期望、父母批评、指向自我完美主义、指向他人完美主义、指向社会完美主义等多个维度<sup>[2,3]</sup>。近年来,研究者逐渐开始关注完美主义人格特质的积极方面<sup>[4]</sup>,认为完美主义不但具有消极成分,还具有积极成分<sup>[5]</sup>。对几个常用的多维完美主义量表的维度进行高阶因素分析也发现完美主义可以被区分为积极和消极两个高阶因子<sup>[6-8]</sup>。完美主义的积极成分以为自己的表现设置高标准,对自己的表现有很高期待为主要特征,也被称作个人标准完美主义<sup>[9]</sup>、高标准<sup>[10]</sup>、积极追求完美<sup>[11]</sup>、积极完美主义<sup>[12]</sup>和积极追求成就<sup>[6]</sup>,与自信、自我效能感和正性情绪等适应良好的心理指标正相关<sup>[6,10,11]</sup>。完美主

义的消极成分以总是对自己的表现不满意、总是对不完美的自我不接纳和对自己行为的过度批评性评价为主要特征,也被称作自我批评完美主义<sup>[9]</sup>、差异<sup>[10]</sup>、对不完美的消极反应<sup>[11]</sup>、消极完美主义<sup>[12]</sup>和适应不良的在意评价<sup>[6]</sup>,与抑郁、焦虑和负性情绪等适应不良的心理指标正相关<sup>[6,10,11]</sup>。

在考察完美主义与抑郁的关系时发现,完美主义的积极成分与抑郁不相关或负相关<sup>[10,11,13-15]</sup>,完美主义的消极成分与抑郁显著正相关<sup>[10,11,13-15]</sup>。自尊是个体对自我的总体评价,包括自我价值、重要性和能力等方面<sup>[16]</sup>。国内外对完美主义和自尊关系的研究结果一致表明:完美主义的积极成分与自尊正相关,完美主义的消极成分与自尊负相关<sup>[13-15]</sup>。对自尊和抑郁的关系的研究结果表明:自尊与抑郁负相关<sup>[13]</sup>。Robert 等将自尊看成是应激后抑郁发生的易感素质,他们指出不稳定的低自尊者更易表现出应激性抑郁反应<sup>[17]</sup>。

在上述关于完美主义、自尊和抑郁三者间的相关研究中,我们可以看出这三个变量中任意两个间都存在相关,那么三者整体会有什么样的关系呢? Blankstein 等指出,从概念、临床和实证的角度来

**【基金项目】** 本研究得到全国教育科学规划“十一五”规划教育部青年专项(EBA060192);教育部人文社科研究青年项目(06JCXLX004);天津市教育科学规划重点规划项目(ZGG162)资助

看,自尊都是完美主义和心理痛苦间的一个符合逻辑的中介变量<sup>[18]</sup>。自尊是完美主义和抑郁间的一个中介变量的假设也得到了一系列实证研究的支持。Preusser 等人用 Hewitt 多维完美主义量表(HMPS)来测量完美主义的研究发现:自尊在社会决定完美主义和抑郁间的中介模型在男、女被试中都成立,而自尊在指向自我完美主义和抑郁间的中介模型只在女性被试中成立<sup>[19]</sup>。Kenneth 等以近乎完美量表(APS)和 Frost 多维完美主义量表(FMPS)来测量适应良好完美主义与适应不良完美主义的研究表明:在大学生中,自尊部分中介了适应不良完美主义和抑郁间的关系,适应良好完美主义和抑郁间则没有直接相关或通过自尊间接相关<sup>[13]</sup>。张秀阁等以初中生为被试,以近乎完美量表修订版(APS-R)的中文修订版为工具测量完美主义的研究表明:自尊部分中介了适应不良完美主义和抑郁的关系,对适应良好完美主义与抑郁的关系没有中介作用<sup>[14]</sup>。

近几年,研究者陆续发现完美主义的积极成分可以作为调节变量影响完美主义消极成分与心理健康指标的关系<sup>[12,20]</sup>。Bergman 等的研究发现高积极完美主义也具有消极的心理功能,且高积极的完美主义可以增强消极完美主义对心理指标的影响<sup>[12]</sup>。与 Bergman 等的结果一致,杨宏飞和沈模卫的研究发现积极完美主义对消极完美主义和心理健康的关系存在显著的调节作用,主要表现为高积极完美主义条件下消极完美主义与心理健康(包括抑郁、焦虑两个消极指标和自尊、生活满意度两个积极指标)之间的联系更为密切,说明高积极完美主义增强了消极完美主义对心理健康的影响,而低积极完美主义则相反,能缓冲消极完美主义对心理健康的影响<sup>[20]</sup>。

既往对自尊在完美主义和抑郁间的中介效应的研究将完美主义的两个成分割裂开来,只探讨了自尊在完美主义的消极成分和抑郁间的中介效应,没有考虑完美主义的积极成分对自尊在完美主义的消极成分和抑郁间的中介效应的影响。本研究拟在控制了完美主义的积极成分对完美主义的消极成分和抑郁关系的调节作用的情况下,探讨自尊在完美主义的消极成分和抑郁间的中介效应,进而呈现一个更加全面的完美主义、自尊和抑郁的中介关系模型。

## 1 对象与方法

### 1.1 被试

整群抽取 488 名大学生,其中男生 307 名,女生 173 名,8 人性别不详。年龄从 16 到 23 周岁 ( $M=$

18.74,  $SD=0.943$ )。444 人是汉族,36 人是少数民族,8 人民族不详。年级分布为一年级 425 人,二年级 46 人,三年级 9 人,8 人年级不详。

### 1.2 研究工具

1.2.1 近乎完美量表修订版的中文修订版 近乎完美量表修订版的中文修订版(Almost Perfectionism Scale Revised Chinese Revised, APS-R-CR)由杨丽等<sup>[21]</sup>修订完成,采用李克特 7 点计分。本研究中,采用高标准分量表测量完美主义的积极成分,采用差异分量表测量完美主义的消极成分。

1.2.2 自尊量表 由 10 个条目组成,受试者直接报告这些描述是否符合他们自己。分值越高,自尊水平越高。

1.2.3 Beck 抑郁问卷 共 21 个条目,总分范围为 0-63 分。

### 1.3 研究程序

所有的问卷按照不同的顺序随机排列。每位参加者自愿参加测试,并签署知情同意书,测试后得到一份小礼品。对学生采取集体施测,当场收回问卷,测试时间 20 分钟左右。问卷收回后采用人工录入的方法整理数据,并用 SPSS 12.0 和 Lisrel 8.70 进行数据分析。

## 2 结果

### 2.1 相关分析

采用皮尔逊相关法,对完美主义、自尊和抑郁进行相关分析,结果见表 1。

表 1 完美主义、自尊和抑郁的描述统计和相关分析  
( $n=488$ )

	高标准	差异	自尊	抑郁	M ± SD
高标准	1				31.36 ± 5.73
差异	0.246**	1			41.91 ± 11.28
自尊	0.123**	-0.500**	1		30.27 ± 3.898
抑郁	0.069	0.449**	-0.483**	1	7.09 ± 5.91

注:\* $P<0.05$ ,\*\* $P<0.01$

2.2 未控制高标准的调节作用的情况下,自尊在差异和抑郁间的中介效应

为了验证既往自尊在完美主义和抑郁间关系的中介效应的结果,并方便对是否控制了高标准的调节作用下自尊在完美主义和抑郁间的中介效应进行比较,本研究首先在不考虑高标准对差异和自尊、抑郁间关系的调节作用的情况下,直接检验自尊在差异和抑郁间的中介效应。

本研究针对自尊在差异和抑郁间的中介效应设定了理论上可以接受的 2 个相互竞争的模型:部分

中介模型,从差异到抑郁的路径被估计;完全中介模型,从差异到抑郁的路径参数被设定为0。利用Lisrel8.70软件,采用最大似然法(maximum likelihood,ML)进行模型估计。完全中介模型和部分中介

模型的拟合指数见表2。

对比完全中介模型和部分中介模型的拟合指数,可以看到部分中介模型拟合指数整体优于完全中介模型,故选取部分中介模型,见图1。

表2 自尊在差异和抑郁间的中介效应模型的拟合指标

	$\chi^2$	df	$\chi^2/df$	RMSEA	SRMR	NNFI	CFI	IFI	PNFI	ECVI
完全中介模型	122.67	33	3.72	0.074	0.064	0.97	0.98	0.98	0.71	0.34
部分中介模型	102.23	32	3.19	0.070	0.044	0.97	0.98	0.98	0.69	0.31

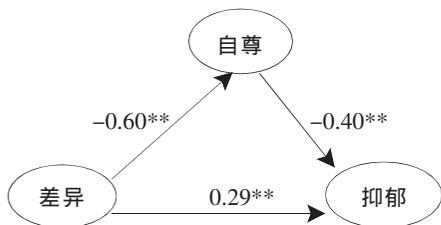


图1 自尊在差异和抑郁间的部分中介效应模型

### 2.3 考虑了高标准的调节作用的情况下,自尊在差异和抑郁间的中介效应

根据温忠麟提到的有中介的调节和有调节的中介的混合模型的结构方程模型处理方法<sup>[22,23]</sup>,首先建构出如图2所示的假想的结构模型,然后将有关变量做中心化变换,利用Lisrel 8.70软件进行数据分析,得出整合模型M1及其拟合指数。

M1的拟合指数分别为 $\chi^2/df=3.42$ 、RMSEA=0.070、NNFI=0.94、CFI=0.95、IFI=0.95、PNFI=0.75、ECVI=0.83,表明此模型拟合良好。检查模型中各条路径的标准化路径系数,发现差异 $\times$ 高标准 $\rightarrow$ 自尊、高标准 $\rightarrow$ 抑郁这两条路径的标准化路径系数无统计学意义,删除这两条路径进行重新拟合,得到如图3所示的整合模型M2。M2的拟合指数分别为 $\chi^2/df=3.42$ 、RMSEA=0.070、NNFI=0.94、CFI=0.95、IFI=0.95、PNFI=0.76、ECVI=0.83。表明高标准在差异和抑郁间有调节效应,高标准在差异和自尊间没有调节效应,自尊在差异和抑郁间有部分中介效应。

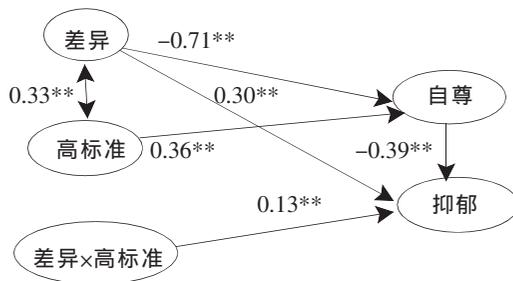


图3 高标准和自尊在差异和抑郁间效应分析的整合模型M2

### 3 讨论

本研究结果与前人的研究结果基本一致:完美主义的积极成分和消极成分正相关<sup>[13,15]</sup>、完美主义的积极成分和自尊正相关<sup>[14,15]</sup>、和抑郁不相关<sup>[13]</sup>、完美主义的消极成分和自尊负相关<sup>[13-15]</sup>、和抑郁正相关<sup>[13,14]</sup>。然而,有些结果与前人不一致:①在张秀阁等人的研究中,完美主义的积极成分和消极成分不相关、和抑郁负相关,究其原因可能是被试群体的不同所致。张秀阁等人的研究所用的被试为初中生,相比本研究大学生被试来说人格还不够稳定,这可能会导致结果的差异。②在Rice等人的研究中,完美主义的积极成分和自尊不相关,而在本研究中完美主义的积极成分和自尊存在低度的正相关。出现这一差异的原因可能与测量工具的不同有关,Rice等人的研究从不同的完美主义量表抽取相关维度来测量适应良好完美主义,其测量的并不是“纯粹的”完美主义的积极成分,这样测量出来的结果可能并不能真正地代表完美主义积极成分和自尊之间的关系<sup>[15]</sup>。

在本研究中,自尊部分中介了差异和抑郁间的关系,此结果与Kenneth等<sup>[13]</sup>和张秀阁等的研究<sup>[14]</sup>一致,表明差异既可以直接影响抑郁,也可以通过自尊间接地影响抑郁。一方面,当个体总是感觉自己的实际表现和自己想要达到的标准间有差距,对自身的表现不满意,对自己的缺点不容忍和对自己的失败不接纳时,可以直接引发抑郁;另一方面,个体的上述倾向性也可以通过使个体对自己的自我价值、重

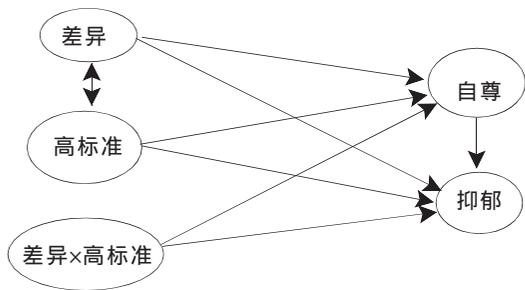


图2 高标准和自尊在差异和抑郁间效应分析的假想结构模型  
注:差异 $\times$ 高标准代表差异和高标准的交互作用项,下同。

要性和能力等方面的整体评价(即自尊)降低,进而产生抑郁情绪。

在整合模型中,对高标准调节效应进行分析可以发现:高标准虽然不可以直接预测抑郁,但可以作为调节变量通过差异对抑郁产生影响。高标准的调节效应具体表现为高标准水平较高时差异对抑郁的影响要大于高标准水平较低时差异对抑郁的影响。即当高标准高时,差异对抑郁的影响更大,更容易导致抑郁的产生,而当高标准低时,个体对达到自己所设置的目标或者是追求高标准的动机水平相对较低,使得个体在面临现实与期望不一致时失望、无助、沮丧等情绪的产生相对较少,进一步演化为抑郁的机率也较低。这与 Bergman 和杨宏飞的研究结果比较一致<sup>[12,20]</sup>。杨宏飞认为高积极完美主义客观上包含着一定的消极因素,因为越是追求高标准失败的可能性越大,得到的消极反馈的机会越多<sup>[20]</sup>。我们认为,追求现实的高标准,并以此作为自己行为的动力激励自己去实现自己设置的目标,对个体的生存、价值体验和潜力发掘是有积极意义的;然而,如果个体设置了不切实际的高标准,并以此来苛求自己去达到自我设置的、对自己来说不可能完成的目标,其结果必然会是一次又一次的失败,并最终会对自己的心理健康带来消极的影响。对于差异来说,对自己的表现不满意在多数情况下会给个体带来挫败感、使自我评价降低,并最终会对个体的心理健康造成消极的影响。然而如果个体能够理智地认识并勇敢地面对自己的实际表现和自己想要达到的标准间的差距,以此差距作为自己进步的动力,差异又会转化为一种对个体进步有益的积极成分。简言之,高标准和差异分别主要是作为积极成分和消极成分起作用的,但在一些情况下两者可能会向各自的反方向转化。这样看来,简单的把高标准称为完美主义的积极成分、把差异称为完美主义的消极成分可能会有失偏颇,对完美主义积极成分与消极成分的划分与称谓问题还有待进一步研究。

在本研究中,高标准并没有调节差异和自尊的关系,这与杨宏飞的研究结果不一致。对比图1和图3我们可以发现虽然高标准在差异和自尊间没有调节效应的存在,但是高标准和差异 $\times$ 高标准的加入使差异对自尊的影响变大(标准化路径系数由-0.60变为-0.71),这一趋势与杨宏飞的研究结果趋向于一致。然而从整合模型M2中我们可以看出,高标准本身对自尊的标准化路径系数为0.36,说明高标准水平越高的情况下个体的自尊水平也越高。这

样看来,高标准本身对自尊有正向的作用,而高标准与差异的交互项对自尊有负向的作用,两者在同一模型中正负向的作用相互抵消,这可能是造成高标准在差异和自尊间没有调节效应结果的原因。为自己设置更高标准的个体在感觉没有达到自己所设置的目标时,更容易对自己的价值、能力等产生怀疑,进而造成对自己评价的降低和自尊水平的下降。

为了完善前人的研究结果,使自尊在完美主义和抑郁间中介效应的分析更加全面和科学,本研究在控制了高标准的调节作用的情况下,探讨了自尊在差异和抑郁间的中介效应,最后拟合出一个高标准、差异、自尊、抑郁四个变量间关系的整合模型。最终的整合模型显示:在控制了高标准对差异和抑郁间关系的调节效应的情况下,自尊在差异和抑郁间的部分中介效应依然存在。对比图1和图3,我们可以发现在考虑了高标准的调节效应后,差异和自尊以及差异和抑郁之间的标准化路径系数均有增大。对此结果我们认为:个体越是追求高标准,在他们感觉到自己的实际表现和想要达到的目标间有差距时,个体就越容易体验到抑郁情绪。整合模型中显示的中介效应和调节效应的结果与单独研究中介效应和调节效应的研究结果基本一致,可以更清晰和全面地揭示自尊在完美主义和抑郁间的中介效应。本研究既验证和支持了前人关于自尊在完美主义和抑郁间的中介效应的研究结果<sup>[13,14]</sup>,也是对前人研究结果的一个补充和完善,同时也表明考虑到完美主义的积极成分对消极成分和心理健康指标间关系的调节作用是必要的。

近年来研究者把自尊分为外显自尊和内隐自尊来研究,并发现内隐自尊调节外显自尊与抑郁的关系<sup>[24]</sup>,也调节外显自尊与适应性完美主义的关系<sup>[13]</sup>。后续研究有必要把内隐自尊引入本研究的整合模型中,以得到更全面和科学的完美主义、自尊和抑郁的中介关系模型。

#### 参 考 文 献

- 1 Burns DD. The spouse who is a perfectionist. *Medical aspects of human sexuality*, 1983, 17(3): 219-230
- 2 Frost RO, Marten P, Lahart C. The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 1990, 14: 449-468
- 3 Hewitt PL, Flett GL. Perfectionism in the self and social contexts: Conception, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, 60: 456-470
- 4 Stoeberl J, Otto K. Positive conceptions of perfectionism: Ap-

- proaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 2006, 10(4): 295-319
- 5 Alden LE, Ryder AG, Mellings TM. Perfectionism in the context of social fears: Toward a two-component model. In Flett GL, Hewitt PL. *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington DC: American Psychological Association, 2002. 373-391
  - 6 Frost RO, Heimberg RG, Holt CS, et al. A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 1993, 14: 119-126
  - 7 Slaney RB, Ashby JS, Trippi J. Perfectionism: Its measurement and career relevance. *Journal of Career Assessment*, 1995, 3(3): 279-297
  - 8 Rice KG, Ashby JS, Slaney RB. Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 1998, 45(3): 304-314
  - 9 Dunkley DM, Blankstein KR, Zuroff DC, et al. Self-critical and personal standards factors of perfectionism located within the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences*, 2006, 40: 409-420
  - 10 Slaney RB, Rice KG, Mobley M, et al. The revised almost perfect scale. *Measurement and evaluation in counseling and development*, 2001, 34: 130-145
  - 11 Stoeber J, Rambow A. Perfectionism in adolescent school students: relations with motivation, achievement, and well-being. *Personality and Individual Differences*, 2007, 42: 1379-1389
  - 12 Bergman AJ, Nyland JE, Burns LR. Correlates with perfectionism and the utility of a dual process model. *Personality and Individual Differences*, 2007, 43: 389-399
  - 13 Rice KG, Ashby JS, Slaney RB. Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 1998, 45(3): 304-314
  - 14 张秀阁, 杨丽, 梁宝勇, 等. 以自尊为中介因素的完美主义与抑郁的关系研究. *心理与行为研究*, 2008, 6(3): 217-222
  - 15 Ashby JS, Rice KG. Perfectionism, dysfunctional attitudes, and self-esteem: A structural equations analysis. *Journal of Counseling and Development*, 2002, 80(2): 197-203
  - 16 Rosenberg FR, Rosenberg M. Self-esteem and delinquency. *Journal of Youth and Adolescence*, 1978, 7: 279-291
  - 17 申自力, 蔡太生. 低自尊的心理学研究. *中国临床心理学杂志*, 2007, 15(6): 634-636
  - 18 Blankstein KR, Dunkley DM, January W. Evaluative concerns and personal standards perfectionism: Self-esteem as a mediator and moderator of relations with personal and academic needs and estimated GPA. *Current Psychology*, 2008, 27(1): 29-61
  - 19 Karen PJ, Kenneth RG, Jeffrey AS. The role of self-esteem in mediating the perfectionism-depression connection. *Journal of College Student Development*, 1994, 35(2): 88-93
  - 20 杨宏飞, 沈模卫. 积极完美主义的调节作用研究. *应用心理学*, 2008, 14(3): 244-248
  - 21 杨丽, 梁宝勇, 张秀阁, 等. 近乎完美量表修订版(APS-R)的中文修订. *心理与行为研究*, 2007, 5(2): 139-144
  - 22 温忠麟, 张雷, 侯杰泰. 有中介的调节变量和有调节的中介变量. *心理学报*, 2006, 38(3): 448-452
  - 23 吴艳, 温忠麟, 林冠群. 潜变量交互效应建模: 告别均值结构. *心理学报*, 2009, 41(12): 1252-1259
  - 24 吴明证, 孙晓玲, 梁宁建. 青少年自尊与抑郁的关系: 迷思的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2009, 17(6): 753-755
- (收稿日期:2010-10-18)
- 
- (上接第 288 页)
- 15 Pfefferbaum A, Sullivan EV, Rosenbloom MJ, et al. A controlled study of cortical gray matter and ventricular changes in alcoholic men over a 5-year interval. *Archives of General Psychiatry*, 1998, 55(10): 905-912
  - 16 Chanraud S, Martelli C, Delain F, et al. Brain morphometry and cognitive performance in detoxified alcohol-dependents with preserved psychosocial functioning. *Neuropsychopharmacology*, 2007, 32(2): 429-438
  - 17 Liu X, Matochik JA, Cadet JL, London ED. Smaller volume of prefrontal lobe in polysubstance abusers: A magnetic resonance imaging study. *Neuropsychopharmacology*, 1998, 18(4): 243-252
  - 18 Cardenas VA, Studholme C, Gazdzinski S, et al. Deformation-based morphometry of brain changes in alcohol dependence and abstinence. *Neuroimage*, 2007, 34(3): 879-887
  - 19 Bartsch AJ, Homola G, Biller A, et al. Manifestations of early brain recovery associated with abstinence from alcoholism. *Brain*, 2007, 130(1): 36-47
- (收稿日期:2010-11-04)