

自我效能感在大学生主观社会支持与抑郁间的中介作用

王秀丽^{1,2}, 王丽敏¹, 姚桂英¹, 隋虹¹

(1.哈尔滨医科大学公卫学院, 黑龙江 哈尔滨 150086; 2.黑龙江边防总队医院, 黑龙江 哈尔滨 150016)

【摘要】 目的: 探讨自我效能感在大学生主观社会支持与抑郁间的作用机制。方法: 采用贝克抑郁自评量表(BDI-13)、一般自我效能感量表(GSES)、社会支持问卷(SRRS)对 451 名大学生进行问卷调查。结果: 抑郁与自我效能感($r=-0.421$)和主观社会支持($r=-0.329$)呈负相关关系($P<0.001$);自我效能感在主观支持与抑郁间起着部分中介作用,其中中介效应占总效应的比例为 23.87%。结论: 提高大学生对社会支持的主观感知能力,并提高其自我效能感水平,将有利于减少大学生抑郁情绪的发生。

【关键词】 抑郁; 主观社会支持; 自我效能感; 中介作用

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2008)04-0376-02

Mediating Effect of Self-efficacy Between Perceived Social Support and Depression in College Students

WANG Xiu-li, WANG Li-min, YAO Gui-ying, et al

College of Public Health, Harbin Medical University, Harbin 150086, China

【Abstract】 Objective: To explore the mediating effect of self-efficacy between perceived social support and depression in college students. Methods: 451 undergraduate students from 2 universities in Harbin completed a battery of questionnaires, including BDI-13, GSES and SRRS. Results: Depression was negatively related to self-efficacy ($r=-0.421$) and perceived social support ($r=-0.329$) ($P<0.001$). The effect of perceived social support on depression was partially mediated by self-efficacy, and the mediating effect made up 23.87% of the total effect. Conclusion: Enhancing the level of perceived social support and self-efficacy of undergraduates will contribute to their mental health.

【Key words】 Depression; Perceived social support; Self-efficacy; Mediating effect

抑郁是一种较为常见的消极情绪状态,长期存在的抑郁会对大学生的身心健康发展产生不良影响。自我效能感指的是个体对自己是否有能力完成某一行为的推测和判断,是个体对应付生活中各种困难和挑战的自信心。研究表明,自我效能感与抑郁呈明显的负相关关系^[1]。高自我效能感个体相信自己能够对外界环境中的潜在威胁实施有效的控制,从而可以通过采取积极的应对方式而维持较好的心理健康水平。社会支持作为个体生活中一种重要的环境资源,可以有效缓冲抑郁等负性情绪对大学生个体的不良影响^[2]。在社会支持中,主观感知到的支持比客观得到的支持及对支持的利用度更能影响大学生的心理健康水平^[3],主观支持分高的大学生个体抑郁水平低^[4]。本文以大学生为被试,探讨自我效能感在主观社会支持与抑郁之间的作用机制。

1 对象与方法

1.1 被试

以班为单位采用整群抽样的方法,对哈尔滨市两所高校一至三年级大学生进行问卷调查,发放问

卷 500 份,收回有效问卷 451 份,有效率为 90.2%。其中男生 206 人,女生 245 人;平均年龄 (20.87 ± 1.56) 岁。于 2006 年 12 月对研究样本以团体方式进行测试,统一指导语,匿名答卷,当场收回问卷。

1.2 工具

1.2.1 抑郁的评定 采用贝克抑郁自评量表(BDI-13)。包括 13 个条目,得分越高抑郁程度越高。

1.2.2 自我效能感的评定 采用一般自我效能感量表(GSES)。共 10 个条目,各条目均为 1~4 级评分。总分越高说明自我效能感越强。

1.2.3 主观支持的评定 在肖水源编制的“社会支持评定量表(SRRS)”的基础上稍加变动,包括客观支持、主观支持和支持利用度三个维度。

1.3 统计方法

全部数据使用 SPSS13.0 进行统计处理。

2 结果

2.1 描述性统计

自我效能感总分,社会支持中的主观支持分及抑郁总分及相关见表 1。相关分析结果显示,抑郁与自我效能感和主观支持显著负相关。

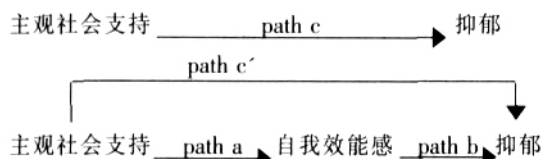
表 1 各变量间的相关检验($\bar{x} \pm s$)

变量	平均数 \pm 标准差	自我效能感	主观支持	抑郁
自我效能感	2.62 \pm 0.53	1		
主观支持	20.69 \pm 3.37	0.214***	1	
抑郁	5.17 \pm 4.92	-0.421***	-0.329***	1

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$, 下同。

2.2 中介回归的统计结果

Divna 的研究表明, 自我效能感是社会支持与抑郁间的中介变量^[9], 因此本文假设自我效能感作为中介变量在主观社会支持与抑郁间存在中介作用。如下图所示。



采用 Baron 和 Kenny 所建议的三步骤中介效应检验模型进行检验^[9]。具体步骤: 首先, 求抑郁在主观社会支持上的回归(path c); 其次, 求自我效能感在主观社会支持上的回归(path a); 最后, 求抑郁在自我效能感和主观社会支持上的回归 (path b, path c')。如果 path c' 的非标准回归系数 B 值减弱但仍显著, 则说明自我效能感在主观社会支持与抑郁间存在部分中介作用, 如果 B 值减弱为不显著则为完全中介作用。结果显示, 在第一个回归方程中主观社会支持对抑郁的负向预测作用显著 ($B = -0.480$, $P < 0.001$), 在第二个回归方程中主观社会支持对自我效能感的正向预测作用显著 ($B = 0.341$, $P < 0.001$), 在第三个回归方程中自我效能感对抑郁的负向预测作用显著 ($B = -0.336$, $P < 0.001$), 在控制自我效能感对抑郁作用的基础上, 主观社会支持对抑郁的负向预测作用亦显著 ($B = -0.365$, $P < 0.001$), 同时主观社会支持的非标准回归系数变小, 由原来的 0.480 减小为 0.365, 说明自我效能感在主观社会支持与抑郁间的作用为部分中介作用, 其中中介效应占总效应的比例为 $0.341 \times 0.336 / 0.480 = 23.87\%$ ^[7], 结果见表 2。

由以往的经验可知^[9], 对于中介效应的检验, 在按 Baron 和 Kenny 所建议的三步骤检验模型的基础上还应该检验非标准回归系数从 C 到 C' 的变化 (即从 0.480 到 0.365 间的变化) 是否显著, 才可以充分证明中介效应的显著性。有多种方法可以验证非标准回归系数从 C 到 C' 的变化是否显著, 本研究采用 Kenny 所提出的方法: 如果 $a^*b / \sqrt{b^2sa^2 + a^2sb^2 + sa^2sb^2} > 1.96$, 则说明在 $\alpha = 0.05$ 的水平上此中介效应是显著的, 其中 a 和 b 分别是 path a 和 path b 的非标准回归系数, sa 和 sb 分别是 path a 和 path b 的标准

误。值得注意的是该方法用的是非标准回归系数 B 值而非 Sobel 检验所要求的 β 值。将得到的数据带入公式, $0.341 \times 0.336 / \sqrt{0.336^2 \times 0.074^2 + 0.341^2 \times 0.039^2 + 0.074^2 \times 0.039^2} = 4.09 > 1.96$, 由此证明自我效能感在主观社会支持与抑郁间的中介作用是显著的 ($\alpha = 0.05$)。

表 2 中介回归的统计结果

检验步骤	F	B	SE B	β
第一步				
因变量: 抑郁	54.426***			
自变量: 主观社会支持		-0.480***	0.065	-0.329***
第二步				
因变量: 自我效能感	21.487***			
自变量: 主观社会支持		0.341***	0.074	0.214***
第三步				
因变量: 抑郁	69.722***			
中介变量: 自我效能感		-0.336***	0.039	-0.368***
自变量: 主观社会支持		-0.365***	0.062	-0.250***

3 讨 论

本研究的结果表明, 在自我效能感、主观支持与抑郁三者之间的关系中, 自我效能感是主观支持作用于抑郁的中介变量, 即主观支持对抑郁有直接的影响作用, 同时主观支持以自我效能感为中介对抑郁产生影响。这一结果验证了本文最初的假设。

回归分析结果表明, 主观支持对抑郁的负向预测作用显著, 说明主观支持对维持个体良好的情绪体验有普遍的增益作用, 这证实了社会支持的主效应假说, 与王桢等人的研究结果相同^[9]。通过对自我效能感的中介效应的验证, 支持了自我效能感在主观支持与抑郁间起着部分中介作用的观点, 与 Sukau 等人的研究结果亦一致^[10]。个体主观支持水平越高, 越会积极地与他人建立良好的社会关系, 同时也相信在自己需要时能够得到来自亲友与社会提供的必要支持与援助, 因此对自身状况和周围环境掌控能力的信心就会不断增强, 并进而提高个人应对困难和挫折的自我效能感, 从而保护自己免受抑郁等不良情绪的困扰^[11]。因此, 针对大学生个体的心理健康教育, 一方面要不断提高其主观支持水平, 同时通过归因与行为训练提高其自我效能感将更有利于减少大学生个体抑郁情绪的发生。

参 考 文 献

- 1 马伟娜, 徐华. 中学生生活事件、自我效能与焦虑抑郁情绪的关系. 中国临床心理学杂志, 2006, 14(3): 303-305
- 2 魏曙光, 张月娟, 席明静. 大学生群体中社会支持与自我效能感在应激与抑郁间的作用. 中国临床心理学杂志, 2006, 14(3): 300-302

(下转第 375 页)

低; Ruggiero 等^[18]也曾发现, 在高压力情景下“关注错误”和“父母批评”(属于消极完美主义)与“追求苗条”呈显著正相关, 而在低压力情景下这种相关不显著, 说明消极完美主义通过高压力才对追求苗条的心理产生影响。此外, 无论男生还是女生, 属于积极完美主义的个性完美主义完全通过降低个性压力而提高个性满意度。以往大量研究证明, 良好的个性与压力呈负相关, 而与生活满意度呈正相关, 本研究结果与之吻合, 且进一步证明追求良好的个性并不能直接提高个性满意度, 而是通过减轻压力而起作用。

参 考 文 献

- Gilman R, Barry J. Multidimensional Perfectionism in a Sample of Middle School Students: An Exploratory Investigation. *Psychology in the Schools*, 2003, 40(6): 677-689
- Chang EC, Watkins A, Banks K H. How adaptive and maladaptive perfectionism relate to positive and negative psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. *Journal of Counseling Psychology*. 2004, 51(1): 93-102
- Gilman R, Ashby JS, Sverko D. The relationship between perfectionism and multidimensional life satisfaction among Croatian and American youth. *Personality and individual differences*, 2005, 39(1): 155-166
- 佟月华, 宋尚桂. 完美主义对心理健康、自尊及主观幸福感的影响. *中国健康心理学杂志*, 2005, 13(6): 404-406
- Hewitt PL, Flett GL, Ediger E. Perfectionism and depression: Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 1996, 105(2): 276-280
- Chang EC. Perfectionism as a predictor of positive and negative psychological outcomes: Examining a mediation model in younger and older adults. *Journal of Counseling Psychology*, 2000, 47(1): 18-26
- Chang EC. Perfectionism and dimensions of psychological well-being in a college student sample: A test of a stress-mediation model. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2006, 25(9): 1001-1022
- Ashby JS, Rice KG and Martin JL. Perfectionism, shame, and depressive Symptoms. *Journal of Counseling and Development*, 2006, 84: 148-156
- 杨宏飞, 张小燕, 赵燕. 大学生一般完美主义量表的编制. *中国心理卫生杂志*, 2007, 21(2): 107-110
- 张小燕, 杨宏飞, 赵燕. 大学生特殊完美主义量表的编制. *中国临床心理学杂志*, 2007, 15(2): 125-128
- Cohen S, Williamson GM. Perceived stress in a probability sample of the United States. In Spacapan S, and Oskamp S. *The social psychology of health. The claremont symposium on applied social psychology*. Sage, Thousand Oaks, CA, 1988. 31-67
- Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S. The satisfaction of life scale. *Journal of Personality Assessment*, 1989, 49: 71-75
- Baron R, Kenny D. The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1986, 51(6): 1173-1182
- 王雪莲, 王绪郎. 大学生心理压力研究概观. 大学生心理压力研究概观. *青年探索*, 2005, 2: 53-56
- O'Brien S, Page S. Self-efficacy, perfectionism, and stress in Canadian nurses. *Canadian Journal of Nursing Research*, 1994, 26(3): 49-61
- 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(11): 129-137
- 王宇中, 时松和. 大学生生活满意度量表的编制. *中国行为医学科学*, 2003, 12(2): 199-201
- Ruggiero GM, Levi D, Ciuna A, et al. Stress situation reveals an association between perfectionism and drive for thinness. *International J Eating Disorders*, 2003, 34: 220-226

(收稿日期: 2008-01-29)

(上接第 377 页)

- Quimby JL, O'Brien KM. Predictors of well-being among nontraditional female students with children. *Journal of Counseling and Development*, 2006, 84(4): 451-460
- 马伟娜, 林飞. 大学生社会支持、自我效能与心理健康的关系. *中国临床心理学杂志*, 2006, 14(6): 641-643
- Divna M, Kenneth I. Social support and postpartum depressive symptomatology: The mediating role of maternal self-efficacy. *Infant Mental Health Journal*, 2006, 27(3): 276-291
- 谢义忠, 萧爱玲, 任孝鹏, 等. 程序公平对工作满意度、组织承诺的影响: 工作不安全感的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2007, 15(2): 138-141
- 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
- Patricia AF, Andrew PT. Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. *Journal of Counseling Psychology*, 2004, 51(1): 115-134
- 王桢, 陈雪峰, 时勤. 大学生应对方式、社会支持与心理健康的关系. *中国临床心理学杂志*, 2006, 14(4): 378-380
- Su-Kau CH, Stephen YK. Effects of self-efficacy and social support on the mental health conditions of mutual-aid organization members. *Social Behavior and Personality*, 2000, 28(5): 413-422
- Peter S, Alexander JR. Emotional states and physical health. *American Psychologist*, 2000, 55(1): 110-121

(收稿日期: 2007-12-17)