

教师关怀行为对初中生抑郁的影响:冗思与宽恕的中介作用

郑清¹, 叶宝娟¹, 夏扉², 陈莉³, 方小婷¹, 刘林林¹

(1.江西师范大学心理学院,南昌 330022; 2.江西师范大学教育学院,
南昌 330022; 3.云南师范大学教育科学与管理学院,昆明 650500)

【摘要】 目的:考察冗思与宽恕在教师关怀行为与初中生抑郁之间的中介效应。**方法:**使用教师关怀行为量表、冗思量表、宽恕量表与抑郁量表对845名初中生进行调查。**结果:**①教师关怀行为、宽恕与抑郁显著负相关,冗思与抑郁显著正相关。②教师关怀行为、宽恕会负向预测抑郁,冗思会正向预测抑郁。③冗思中介了教师关怀行为对初中生抑郁的影响,宽恕中介了冗思对初中生抑郁的影响。④冗思与宽恕在教师关怀行为与抑郁之间起链式中介作用。**结论:**教师关怀行为不仅会直接影响初中生抑郁,也会通过冗思与宽恕间接影响初中生抑郁。

【关键词】 教师关怀行为; 冗思; 宽恕; 抑郁; 中介作用

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2017.01.035

Teachers' Caring and Depressive Symptoms: Mediating of Rumination and Forgiveness

ZHENG Qing¹, YE Bao-juan¹, XIA Fei², CHEN Li³, FANG Xiao-ting¹, LIU Lin-lin¹

¹School of Psychology, Jiangxi Normal University, Nanchang 330022, China;

²School of Education, Jiangxi Normal University, Nanchang 330022, China;

³School of Education Science and Management, Yunnan Normal University, Kunming 650500, China

【Abstract】 Objective: To explore the mediating effect of rumination and forgiveness between teachers' caring behavior and depressive symptoms in junior school students. **Methods:** A sample of 845 junior school students was recruited in the study to complete teachers' caring behavior scale, rumination scale, forgiveness scale and depression scale. **Results:** ① Teachers' caring behavior and forgiveness were both negatively correlated with depression, while rumination was positively correlated with depression. ② Rumination mediated the effect between teachers' caring behavior and depressive symptoms in junior school students, and forgiveness mediated the effect between rumination and depressive symptoms in junior school students. ③ Rumination and forgiveness played a chain mediating role between teachers' caring behavior and depressive symptoms in junior school students. **Conclusion:** Teachers' caring behavior not only directly influences depressive symptoms in junior school students, but also influences depressive symptoms indirectly through rumination and forgiveness in junior school students.

【Key words】 Teachers' caring behavior; Rumination; Forgiveness; Depression; Mediating effect

抑郁是指个体生活中出现的持续性的失落、悲伤、无望等常见的一种情绪体验^[1],世界卫生组织曾估计,到2020年抑郁将成为影响人类死亡与残疾第2重要的因素^[2]。作为青少年普遍存在的消极情绪问题,抑郁会给青少年带来诸多不良影响,它会引起个体不良的心理与行为反应,如心境低落、睡眠障碍、食欲下降,严重的甚至会导致自残、自杀等行为^[3-5]。研究显示我国初中生抑郁比例约为28.2%~38.1%^[6,7],以往大量研究对抑郁的影响因素进行了探究,但以往研究大都是从家庭环境因素与个人因素进行研究,较少研究从学校因素来考察初中生抑郁的作用机制,教师作为与初中生“朝夕相处”的群

体,其对初中生心理健康的影响不容忽视^[8],基于此,本研究将考察教师因素对初中生抑郁的影响因素与作用机制,以期更科学的预防和干预初中生抑郁。

教师关怀行为是指教师为了建构一种良好的师生关系,而在教育教学过程中尽职尽责地完成教学任务,投入时间来支持学生发展,并且包容学生等诸多行为活动的综合体现^[8]。首先,根据Noddings^[9]提出的关怀理论的观点,教师对学生的关怀与情感方面的支持有助于促进良好的师生关系,对学生来说,教师关怀行为可以促进学生的心理健康状态,进而更少出现诸如抑郁、焦虑等消极情绪^[9,10]。初中生大部分时间在学校度过,而教师是他们主要人际系统之一^[8],因此,教师关怀行为可能会促进他们心理健康,较少出现抑郁情绪。其次,根据社会支持的主效

【基金项目】 国家自然科学基金(31271116,31360237)、江西省社会科学研究“十二五”规划项目(15YJ08)

通讯作者: 叶宝娟, E-mail: yebaojuan0806@163.com

应模型的观点,社会支持具有普遍增益作用,即社会支持可以减少个体的不良情绪(如抑郁),在维持个体身心健康方面都发挥着作用^[11]。此外,根据情绪认知的观点,外部环境(如教师关怀行为)会对个体的认知产生影响进而影响个体的情绪(如抑郁),因此,教师关怀行为对初中生抑郁的影响可能受到其他认知层面变量的中介。在回顾相关理论与文献的基础上,本研究认为冗思是值得考虑的中介变量^[12]。冗思指个体经历负性生活事件后或者面对压力事件时,自发性的重复思维的一种现象^[12,13],根据认知行为理论的观点,个体的认知与客体环境息息相关,个体的认知会受到环境的影响,因此,教师的关怀行为会对其认知(如冗思)产生影响^[14]。实证研究也表明,教师关怀行为会降低个体的冗思水平,获得更多教师关怀的学生,冗思水平越低^[15,16]。此外,实证研究也表明,冗思会增加个体的抑郁情绪,冗思水平越高的个体抑郁水平也越高^[17]。综上可知,教师关怀行为可能会通过降低冗思水平进而降低初中生抑郁水平,据此,本研究提出假设1:冗思中介了教师关怀行为对初中生抑郁的影响。

此外,根据自我决定理论的观点,个体对外部刺激的评价与认知(如冗思)会通过影响个体的动机进而影响个体行为^[18,19]。因此,冗思可能通过其他中介变量对初中生抑郁产生影响,在文献回顾的基础上,本研究认为宽恕是值得考虑的中介变量。宽恕是一种由被侵犯者对侵犯者产生的动机改变,这种动机改变有利于舒缓双方的冲突,并促进双方紧张关系的改善。Witvliet等人以及Chung的研究也表明,冗思会负向预测个体宽恕,换言之,冗思水平越高的个体宽恕水平会越低^[20,21]。此外,实证研究还表明,宽恕会负向预测个体抑郁,作为个体抑郁的保护因素,宽恕水平越高的个体抑郁水平会越低^[22]。综上可推测,宽恕可能在冗思与初中生抑郁之间起中介作用。据此,本研究提出假设2:宽恕中介了冗思对初中生抑郁的影响。

1 方 法

1.1 被试

选取某地区6所中学845名初中生(M_{年龄}=15.11,SD_{年龄}=2.96)作为调查对象,其中,男生450名,女生395人;初一306名,初二320人,初三219人。

1.2 工具

1.2.1 教师关怀行为量表 采用雷浩等人^[8]编制的

教师关怀行为量表,该量表共有18个题目,由尽责性、支持性和包容性三个因子组成。采用5点计分,从“1=非常不同意”到“5=非常同意”。验证性因素分析表明,RMSEA=0.07,CFI=0.91,NNFI=0.93,SRMR=0.05,三因素模型拟合良好,问卷的结构效度良好,本次测量中该量表的 α 系数为0.86。

1.2.2 冗思量表 采用Sukhodolsky^[23]等人编制的冗思量表,该量表共有19个题目,由事后愤怒、报复想法、愤怒记忆和理解原因四个因子组成。采用4点计分,从“1=偶尔或无”到“4=持续”。验证性因素分析表明,RMSEA=0.06,CFI=0.90,NNFI=0.91,SRMR=0.06,四因素模型拟合良好,问卷的结构效度良好,本次测量中该量表的 α 系数为0.85。

1.2.3 宽恕量表 采用Yamhure等人^[24]编制的宽恕量表,该量表共有23个题目,由宽恕他人与宽恕自己两个因子组成。采用7点计分,从“1=完全不符合”到“7=完全符合”。验证性因素分析表明,RMSEA=0.08,CFI=0.92,NNFI=0.90,SRMR=0.07,两因素模型拟合良好,问卷的结构效度良好,本次测量中该量表的 α 系数为0.96。

1.2.4 抑郁量表 采用Radloff等人编制陈祉妍等人^[25]修订的流调中心抑郁量表,该量表共有20个题目,由抑郁情绪、积极情绪、躯体症状与活动迟缓四个因子组成。采用4点计分,从“1=偶尔或无”到“4=多数时间或持续”。验证性因素分析表明,RMSEA=0.05,CFI=0.91,NNFI=0.95,SRMR=0.08,四因素模型拟合良好,问卷的结构效度良好,本次测量中该量表的 α 系数为0.81。

2 结 果

2.1 描述统计分析

各变量描述统计如表1所示。相关分析表明,教师关怀行为、宽恕与初中生抑郁显著负相关,冗思与初中生抑郁显著正相关。教师关怀行为与宽恕显著正相关,冗思与宽恕显著负相关。教师关怀行为与冗思显著负相关。

表1 各变量描述统计

变量	M	SD	1	2	3	4
1.教师关怀行为	3.50	0.65	-			
2.冗思	1.83	0.45	-0.14***	-		
3.宽恕	4.37	0.65	0.32***	-0.48***	-	
4.抑郁	2.04	0.45	-0.24***	0.45***	-0.36***	-

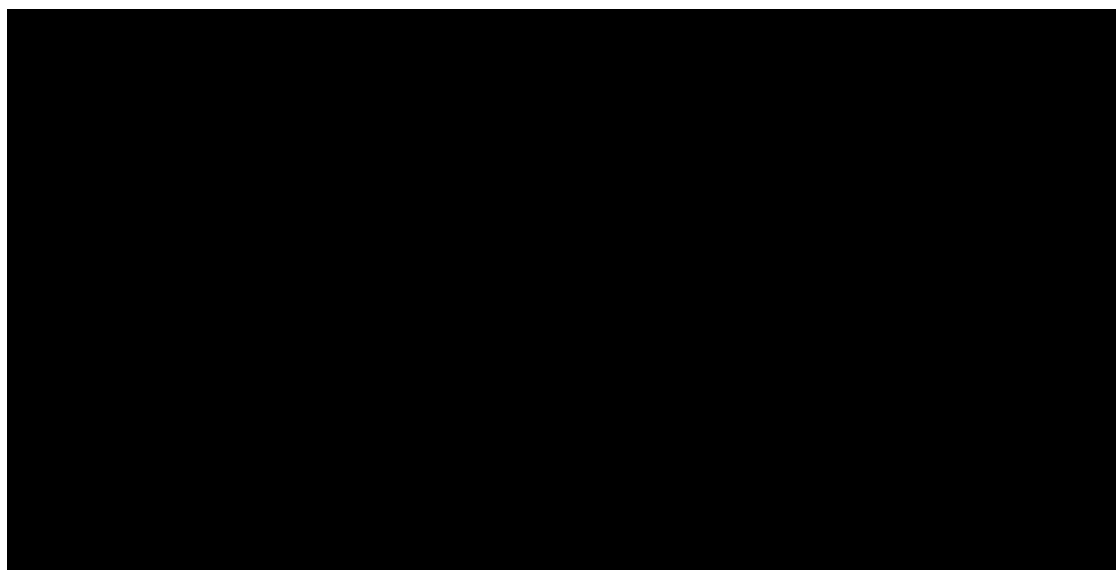
注:N=845,***P<0.001

2.2 链式中介模型检验

根据温忠麟与叶宝娟^[26]推荐的中介效应检验流程进行分析,本研究采用结构方程模型对该模型进行检验,采用吴艳与温忠麟^[27]推荐的题目打包策略对本研究中各个量表的指标进行打包,首先检验教师关怀行为对抑郁的影响,结果如附图所示,结果发现数据对模型拟合良好, RMSEA=0.05, SRMR=0.03, CFI=0.98, NNFI=0.97。结果表明,教师关怀行为能显著预测初中生抑郁($\gamma=-0.32, t=-7.68, P<0.001$)。

其次,检验冗思与宽恕在教师关怀行为与抑郁之间的中介作用,结果如附图所示,结果发现数据对模型拟合良好, RMSEA=0.04, SRMR=0.04, CFI=0.97, NNFI=0.95。结果表明,教师关怀行为会显著负向

预测冗思($\gamma=-0.19, t=-4.75, P<0.001$),冗思会显著正向预测初中生抑郁($\gamma=0.49, t=12.01, P<0.001$),因此,冗思中介了教师关怀行为对初中生抑郁的影响,假设1得到验证。冗思会显著负向预测宽恕($\gamma=-0.41, t=-10.72, P<0.001$),宽恕会显著负向预测初中生抑郁($\gamma=-0.11, t=-1.99, P<0.05$),因此,宽恕中介了冗思对初中生抑郁的影响,假设2得到验证。据此可知,冗思与宽恕在教师关怀行为与初中生抑郁之间起链式中介作用。由于加入宽恕后教师关怀行为对抑郁的作用仍然显著($\gamma=-0.18, t=-4.56, P<0.001$),因此冗思与宽恕在教师关怀行为与抑郁之间起部分中介作用。



附图 链式中介模型检验图

3 讨论

首先,本研究发现,教师关怀行为会负向预测初中生抑郁,也就是说,教师关怀行为会降低初中生抑郁,获得教师关怀越多的初中生报告出较低的抑郁水平。这一发现再一次从实证的角度验证了关怀理论^[9],关怀理论认为个体获得的外界关怀越多,越有助于其身心健康,较少出现心理失调。初中生在 学校与教师有较强的情感联接,因此,教师的关怀行为有助于促进学生的心理健康,降低学生诸如抑郁等不良情绪。该结果也符合社会主效果模型的观点,社会主效果模型认为个体获得的社会支持有助于降低其不良情绪,教师关怀行为作为学生获得的主要社会支持之一,可以降低其抑郁情绪水平,促进其更健康发展。该结果从实证的角度启示我们,初中生正处在“心理断乳期”^[5],外界的关怀有助于其更好

应对该阶段发生的变化,较少出现抑郁,因此,教师应该给予学生更多关怀,构建良好的师生关系,进而促进初中生心理健康,降低初中生抑郁水平。

本研究还进一步考察了冗思与宽恕在教师关怀行为与抑郁之间的中介作用,结果发现冗思和宽恕在教师关怀行为与初中生抑郁之间起“桥梁”作用,即冗思与宽恕在教师关怀行为对初中生抑郁之间起链式中介作用。值得注意的是,冗思与宽恕在教师关怀行为与抑郁之间起部分中介作用,一方面,教师关怀行为会直接降低初中生抑郁,另一方面,教师关怀行为会通过降低冗思水平和提高宽恕水平进而降低初中生抑郁。首先,冗思会中介教师关怀对初中生抑郁的影响。整体而言,这一中介效应再一次验证了认知行为理论与认知情绪理论的观点,即外部环境会通过影响个体的认知进而对个体的情绪产生影响。具体而言,一方面教师关怀行为会降低初中生

冗思水平,诚如认知行为理论所述^[14],个体的认知会受到客体环境的影响,本研究中教师关怀作为初中生从学校及教师层面获得的支持,会降低初中生的冗思。另一方面,冗思作为初中生抑郁的风险因素会增加个体抑郁,该结果也再一次为认知情绪理论提供实证依据,即个体对外界信息的评价与认知(如冗思)会影响个体的情绪(如抑郁)^[14]。其次,宽恕会中介冗思对初中生抑郁的影响,一方面冗思会降低个体的宽恕水平,即冗思水平越高的学生宽恕水平越低,该结果与以往研究相一致^[20]。该结果也再一次从实证的角度为自我决定理论提供实证依据,根据自我决定理论的观点^[18],个体的动机变化,会受到对外界信息的评价的影响,本研究中,初中生的宽恕会受到其冗思的影响,冗思会降低其宽恕水平。另一方面,本研究发现宽恕是初中生抑郁的保护因素,宽恕水平越高的学生较少出现抑郁,该结果与以往研究结果一致^[22]。综上可知,冗思与宽恕在教师关怀行为与初中生抑郁之间起链式中介作用,该作用机制从实践角度启示我们,降低初中生冗思水平,提高其宽恕水平均可以降低初中生抑郁水平。

参 考 文 献

- Handbook of depression. Guilford Press, 2008
- 肖晶,闫菁,候文颖,等. 大学生过度概括化自传体记忆与日常应激对抑郁症状影响的追踪研究. 中国临床心理学杂志, 2015, 23(5): 929-931
- 孙晓军,连帅磊,牛更枫,等. 社交网站使用对青少年抑郁的影响: 上行社会比较的中介作用. 中国临床心理学杂志, 2016, 24(1): 32-35
- 肖晶,孔天竺,张祯,等. 大学生冗思与抑郁的关系: 具体性自传体记忆降低的中介作用. 中国临床心理学杂志, 2015, 23(6): 1056-1057
- 牛更枫,范翠英,周宗奎,等. 青少年乐观对抑郁的影响: 心理韧性的中介作用. 中国临床心理学杂志, 2015, 23(4): 709-711
- 王慧娟. 初中生的学业成绩与抑郁: 父母教养方式,同伴关系的调节作用. 华中师范大学硕士学位论文, 2007
- 柳璐璐,韦小芬,江光荣. 中小学教师成人依恋与其师生互动风格的关系. 中国临床心理学杂志, 2009, 17(1): 104-106
- 雷浩,徐瑰瑰,邵朝友,等. 教师关怀行为与学生学业成绩的关系: 学习效能感的中介作用. 心理发展与教育, 2015, 31(2): 188-197
- Noddings N. Starting at home: Caring and social policy. Univ of California Press, 2002
- Noddings N. The caring relation in teaching. Oxford Review of Education, 2012, 38(6): 771-781
- 刘文俐,蔡太生. 社会支持与大学生手机依赖倾向的关系: 孤独的中介作用. 中国临床心理学杂志, 2015, 23(5): 926-928
- McCullough ME, Bellah CG, Kilpatrick SD, et al. Vengefulness: Relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the Big Five. Personality and Social Psychology Bulletin, 2001, 27(5): 601-610
- 杨会芹,刘晖. 生活事件自尊及冗思对初中留守儿童内化情绪问题影响路径分析. 中国临床心理学杂志, 2014, 22(6): 1107-1110
- Meichenbaum D. Cognitive behaviour modification. Cognitive Behaviour Therapy, 1977, 6(4): 185-192
- Sansone RA, Sansone LA. Rumination: relationships with physical health. Innovations in Clinical Neuroscience, 2012, 9(2): 29-34
- Perlick DA, Gonzalez J, Michael L, et al. Rumination, gender, and depressive symptoms associated with caregiving strain in bipolar disorder. Acta Psychiatrica Scandinavica, 2012, 126(5): 356-362
- Wagner CA, Alloy LB, Abramson LY. Trait rumination, depression, and executive functions in early adolescence. Journal of Youth and Adolescence, 2015, 44(1): 18-36
- 陈炜夷,甘怡群,郭兆龙,等. 自我决定理论视角下意义思考与工作倦怠的关系. 中国临床心理学杂志, 2014, 22(4): 646-651
- Ryan RM, Deci EL. Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. Contemporary Educational Psychology, 2000, 25(1): 54-67
- Witvliet CO, Hofelich Mohr AJ, Hinman NG, et al. Transforming or Restraining rumination: The impact of compassionate reappraisal versus emotion suppression on empathy, forgiveness, and affective psychophysiology. The Journal of Positive Psychology, 2015, 10(3): 248-261
- Chung MS. Pathways between attachment and marital satisfaction: The mediating roles of rumination, empathy, and forgiveness. Personality and Individual Differences, 2014, 70: 246-251
- Kararimak Ö, Güloğlu B. Forgiveness and PTSD among veterans: the mediating role of anger and negative affect. Psychiatry Research, 2014, 219(3): 536-542
- Sukhodolsky DG, Golub A, Cromwell EN. Development and validation of the anger rumination scale. Personality and Individual Differences, 2001, 31(5): 689-700
- Yamhure Thompson L, Snyder CR, Hoffman L. Heartland Forgiveness Scale, 2005
- 陈祉妍,杨小冬,李新影. 流调中心抑郁量表在我国青少年中的试用. 中国临床心理学杂志, 2009, 17(4): 443-445
- 温忠麟,叶宝娟. 中介效应分析: 方法和模型发展. 心理科学进展, 2014, 22(5): 731-745
- 吴艳,温忠麟. 结构方程建模中的题目打包策略. 心理科学进展, 2011, 19(12): 1859-1867

(收稿日期: 2016-03-24)