

·应激与健康·

大学毕业生应激性事件、个性、社会支持与心境的关系

迟松¹ 林文娟[®]

【摘要】目的:考察应激性事件、个性、社会支持对大学毕业生心境的作用。**方法:**采用修订后的简明心境量表(BPOMS)、自编的大学毕业生应激性事件问卷(CSSQ)和艾森克人格问卷简式版(EPQ-RSC)等测量工具对1221名大学毕业生的心境状况及其影响因素进行评定,并通过结构方程模型的方法考察它们之间的关系。**结果:**应激性事件对大学毕业生的负性心境有较多的直接作用,而对活力状态作用较小,多通过间接途径产生。社会支持对大学毕业生的负性心境多通过个性的间接途径产生,且影响较小,而对活力状态具有重要作用。个性是应激性事件、社会支持与心境状态的重要中介因素。**结论:**应激性事件和社会支持分别是负性心境和活力状态的重要影响因素,个性是它们的中介因素。

【关键词】大学毕业生;应激性事件;横断面研究;个性;社会支持;心境

中图分类号:R395.6

文献标识码:A

文章编号:1000-6729(2005)08-0513-04

Stressful Events, Personality, Social Support and Mood States of College Seniors

CHI Song, LIN Wen-Juan Institute of Psychology, Chinese Academy of Sciences, Beijing 100101

【Abstract】 Objective: To investigate the effects of stressful events, personality and social support on the mood states of college seniors. **Methods:** Mood states and the relevant causes were assessed among 1221 college seniors using scales including self-designed College Seniors Stress Questionnaire, revised Brief Profile of Mood States, EPQ-R Short Scale etc. And then a structure equation model was used to assess their relationships. **Results:** Stressful events exerted the major effect on the negative mood states of college seniors mainly in a direct way, while they only had little effect on vigor through personality and social support; social support only exerted poor effect on negative mood states through personality, while it had the major effect on vigor. Personality was an important mediator of stressful events, social support and mood states. **Conclusion:** Stressful events and social support were major factors of negative mood states and vigor respectively, and personality was an important mediator.

【Key Words】 college seniors; stressful events; cross-sectional study; personality; social support; mood states

有研究表明大学生的心理健康问题不容乐观,应激性事件是影响他们心理健康的重要因素^[1]。大学毕业生处于从学校走向社会的特殊时期,将面临更多的应激和压力,其心理健康水平可能受到更大的影响。面对应激性事件时,具有良好人格特性的个体会采用积极的应对方式,因此不容易产生心理健康问题^[2]。个体的情感虽然具有可变性,但是却具有跨时间和地域的稳定性^[3],心境状态的变化其实就是一种人格特性的反映^[4]。此外,人格特性与社会支持也密切相关,外向性个体的社会网络系统相对多于神经质的个体,社会支持的利用度也相对要高^[5],而适度的社会支持是决定个体能否适应于应激性事件的重要因素^[6]。缺乏社

会支持本身就可能是一种应激源,可使个体长期产生孤独感^[7],因此社会支持对个体的心境状况也有重要的预测作用。

尽管应激性事件、人格特质、社会支持与心境之间均存在一定的关系,三者对心境的综合作用却报道不多。由于应激性事件对正负性情感的作用可能并不相同^[8],本研究通过分别对正负性心境及其影响因素建立结构模型,旨在发现各种影响因素对大学毕业生心境的作用途径及作用大小,以期为该群体的心理健康指导提供一定的帮助。

对象和方法

本研究由中国科学院创新工程项目(KSCX2-2-03)资助和国家自然科学基金重点项目资助(13145326015)

作者单位:中国科学院心理研究所脑-行为研究中心,心理健康重点实验室(100101) @ 通讯作者:E-mail:Linwj@psych.ac.cn

1.现工作单位:青岛大学医学院附属医院神经内科

1.1 对象

测试样本为北京、青岛、济南和成都 15 所大学的 1221 名应届毕业生,共涉及 16 个学科方向。其中男 561 人,平均年龄 22 ± 3 岁;女 611 人,平均年龄 22 ± 2 岁;未填写性别的缺失值 49 人。测试时间为 2003 年 11 月 1 日至 11 月 7 日,调查的实施采用集体测试与个别测试相结合的方式,由各所院校的辅导教师及班干部在该时间阶段采用统一的指导语完成,测试主要在课间休息时完成。

1.2 工具

修订后的简明心境状态量表(BPOMS)^[9]由焦虑、抑郁、愤怒、疲劳、困惑和活力 6 个维度构成,其中活力为阳性心境,其它 5 种心境为阴性心境,修订后的 BPOMS 具有较好的信效度^[9]。本研究中将 5 种阴性心境合并计分反映阴性心境,活力维度单独计分。应激性事件问卷(CSSQ)由学习压力、求职压力、日常生活困扰、人际关系和重要事件 5 个因子组成,共 19 个条目。问卷的 Cronbach $\alpha = 0.877$ 。验证性因素分析结果表明,问卷具有良好的结构效度($\chi^2/df = 2.19, CFI = 0.88, RMSEA = 0.04$)。EPQ-RSC 由钱铭怡等修订^[10],共包括神经质(Neuroticism, N)、外向性(Extraversion, E)、精神质(Psychoticism, P)和掩饰(Lie, L)4 个分量表,共 48 个项目,本研究采用 N 和 E 两个分量表计分。社会支持量表采用肖水源编制的自评量表^[11],共包括 10 个条目,客观支持、主观支持和社会支持利用度三个维度。特质应对方式问卷由姜乾金编制^[12],共包括 20 个条目,积极和消极应对方式 2 个因子。

1.3 统计方法

统计方法采用结构方程模型统计法,Amos 软件(4.0 版)完成,其它统计过程采用 SPSS 软件进行 t 检验、回归分析和相关分析。

结 果

2.1 各量表的得分情况

按性别分组对各量表进行 t 检验,结果显示,女生焦虑心境的得分显著高于男生($P < 0.01$),而活力的得分显著低于男生($P < 0.01$)。尽管女生总体阴性心境的得分也高于男生,但差异没有显著性。在应激性事件中,男生学习压力的得分显著高于女生,而重要事件的得分明显少于女生(P 均 < 0.01)。此外,女生在消极的应对方式、神经质以及社会支持的利用度上得分均显著高于男生($P < 0.01$),见表 1。

2.2 相关研究统计结果

将心境状态的得分与 EPQ-E、EPQ-N、应对方式、

总体支持及应激性事件得分之间进行相关分析,结果见表 2。从表 2 中可见,活力状态与 EPQ-N、消极应对及应激性事件之间均为负相关,与 EPQ-E、积极应对方式及总体支持之间均为正相关。各种阴性心境以及阴性心境总分与 EPQ-N、消极应对及应激性事件之间均为正相关,与 EPQ-E、积极应对方式及总体支持之间均为负相关。但以上有统计学意义的相关强度都比较小,大部分相关系数小于 0.3。

表 1 各量表的得分及男女间的比较($\bar{x} \pm s$)

因素	男(N=561)	女(N=611)	t
阴性心境	17.81 \pm 14.58	19.09 \pm 14.52	-1.51
焦虑	3.54 \pm 3.21	4.13 \pm 3.43	-3.05**
抑郁	3.89 \pm 3.61	3.88 \pm 3.64	0.04
疲劳	5.05 \pm 4.07	5.25 \pm 4.05	-0.85
愤怒	2.98 \pm 3.32	3.12 \pm 3.17	-0.75
活力	9.21 \pm 4.44	8.31 \pm 4.15	3.57**
困惑	2.34 \pm 3.42	2.70 \pm 3.36	-1.81
人际关系	6.14 \pm 1.94	6.33 \pm 1.84	-1.75
求职压力	4.83 \pm 1.68	4.85 \pm 1.87	-0.12
学习压力	8.87 \pm 3.52	8.39 \pm 2.91	2.58**
重要事件	3.33 \pm 1.16	3.58 \pm 1.50	-3.12**
日常困扰	5.22 \pm 2.32	5.11 \pm 2.14	0.82
积极应对	-30.07 \pm 5.49	-29.93 \pm 4.32	-0.456
消极应对	20.79 \pm 4.45	21.87 \pm 4.13	-4.27**
EPQE	-6.90 \pm 2.75	-6.78 \pm 2.83	-0.73
EPQN	4.79 \pm 3.13	5.39 \pm 2.96	-3.36**
客观支持	15.72 \pm 3.95	16.13 \pm 3.93	-1.76
主观支持	8.64 \pm 1.64	8.51 \pm 1.42	1.48
支持利用度	4.93 \pm 1.49	5.54 \pm 1.43	-7.11**

* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

表 2 心境状态与人格、应对、支持及应激间的相关(r)

	阴性心境	活力	焦虑	抑郁	疲劳	愤怒	困惑
EPQ-E	-0.24**	0.36**	-0.17**	-0.24**	-0.17**	-0.13**	-0.26**
EPQ-N	0.58**	-0.37**	0.46**	0.54**	0.41**	0.42**	0.53**
积极应对	-0.15**	0.26**	-0.13**	-0.14**	-0.13**	-0.13**	-0.13**
消极应对	0.36**	-0.16**	0.30**	0.30**	0.28**	0.25**	0.32**
总体支持	-0.20**	0.24**	-0.14**	-0.21**	-0.16**	-0.08**	-0.21**
应激事件	0.53**	-0.14**	0.46**	0.43**	0.47**	0.38**	0.43**

** $P < 0.01$

由于应对方式在一定程度上是一种人格特质的反映,具有跨情境的一致性^[12],因此将应对方式与人格特性合并作为个性因素与社会支持及应激性事件进行两两相关分析,结果见表 3。由表 3 可见,社会支持与应激性事件之间负相关;社会支持与 EPQ-E、积极应对之间正相关,与 EPQ-N 负相关;应激性事件与 EPQ-E、积极应对之间负相关,与 EPQ-N 正相关。但同样,以上相

关的强度都很低,属于很弱的相关。

表 3 个性、社会支持及应激性事件间的相关(r)

r	EPQE	EPQN	积极应对	消极应对	社会支持
社会支持	0.32**	-0.24**	0.20**	-0.16**	
应激性事件	-0.11**	0.34**	-0.09*	0.24**	-0.07*

2.3 回归分析结果

为了考察社会支持和个性在应激性事件与心境之间是否担任中介作用,以总体负性心境和活力状态为结果变量,应激性事件为原因变量,社会支持和个性分别为中介变量向结果变量进行回归分析,结果见表 4。从表 4 中可见,社会支持、个性与应激性事件同时向结果变量进行回归分析时,应激性事件的 Beta 值均较其单独向结果变量进行回归分析时有所下降。除了活力状态回归方程中,以个性为中介变量时应激性事件 Beta 值的下降没有达到统计学显著性外,其余 Beta 值的下降均具有统计学显著性 ($P < 0.001$)。

由于社会支持在一定程度上与人格特性密切相关^[5],因此人格特性可能为社会支持与心境之间重要的中介变量。以总体负性心境和活力状态为结果变量,社会支持为原因变量,个性为中介变量向结果变量进行回归分析,结果见表 4。从表 4 中可见,社会支持的 Beta 值较其单独向结果变量进行回归分析时有所下降,其中活力状态回归方程中 Beta 值的下降具有统计学意义 ($P < 0.001$)。

表 4 原因变量、中介变量对心境的回归分析

因变量	中介变量	原因变量	Beta1	Beta2	t
负性心境	社会支持	应激性事件	0.527	0.519	20.98***
	个性	应激性事件	0.527	0.398	12.20***
	个性	社会支持	-0.196	-0.042	-1.18
活力状态	社会支持	应激性事件	0.136	0.119	4.186***
	个性	应激性事件	0.136	0.017	0.434
	个性	社会支持	-0.241	-0.140	-3.69***

2.4 模型的设定和检验

2.4.1 模型的假设

在负性心境的回归方程中,个性介导的原因变量社会支持的 Beta 值未出现显著下降。根据 Huon^[14]的理论,如果原因变量的 Beta 值未出现显著下降,说明原因变量完全通过中介变量作用于结果变量,因此个性因素应为社会支持与负性心境之间的完全中介变量。同样,如果原因变量的 Beta 值出现了显著下降,说明中介变量只起着部分中介的作用^[14]。因此,社会支持与个性应为负性心境与应激性事件的部分中介变量,

负性心境与应激性事件之间还应存在其它路径。活力状态的回归分析显示,个性介导的原因变量应激性事件的 Beta 值未出现显著下降,因此个性应为应激性事件与活力状态的完全中介变量,而社会支持和个性分别为应激性事件与活力状态、社会支持与活力状态的部分中介变量。

根据上述结果,分别对负性心境和活力状态模型进行假设:(1) 应激性事件与负性心境之间既存在直接作用途径,还通过个性和社会支持两种中介途径实现;应激性事件主要通过个性和社会支持的中介途径作用于活力状态(2) 社会支持既可以通过个性因素,又可以直接作用于活力状态,而只能通过个性因素作用于负性心境。由于男女在活力状态上存在显著差异,将性别虚拟后作为外源潜变量进入活力状态的关系模型。

2.4.1 模型的验证和分析

负性心境和活力状态模型的验证结果均显示出较好的拟合数据(其中负性心境 $\chi^2/df=3.808$, TLI=0.940, CFI=0.951, RMSEA=0.048; 活力状态 $\chi^2/df=4.400$, TLI=0.907, CFI=0.933, RMSEA=0.053)。在负性心境的结构模型中,应激性事件对负性心境的直接路径系数为 0.59,通过个性和社会支持的间接路径系数分别为 0.21 和 0.04;个性因素对负性心境的直接路径系数为 0.42;社会支持通过个性的间接其路径系数为 -0.16。在活力状态的结构模型中,应激性事件通过社会支持和个性的间接路径系数分别为 -0.10 和为 -0.08;社会支持对活力状态的直接路径系数为 0.35,通过个性介导的间接路径系数为 0.10;个性和性别对活力状态的直接路径系数分别为 -0.20 和 -0.06。

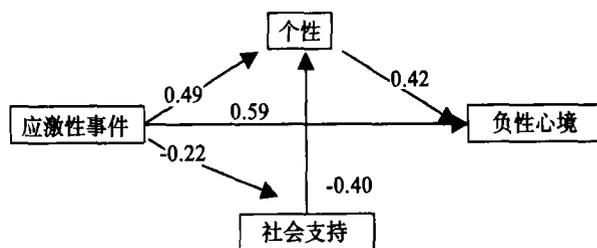


图 1 应激性事件、个性、社会支持与负性心境的路径图

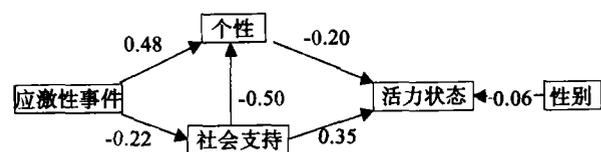


图 2 应激性事件、个性、社会支持与活力状态的路径图

讨 论

以往的研究认为正负性情感的影响因素可能存在一定差异^[6]。本研究发现,各种影响因素在负性心境和活力状态的作用方式和程度上均有所不同。应激性事件可对大学毕业生的负性心境产生较大影响,它既可通过直接途径,又可通过个性和社会支持的间接途径发挥作用,其直接作用大于通过个性(0.59/0.205)和社会支持(0.59/0.037)的间接作用。因此,尽管人格特性能够影响个体对应激性事件的评价继而决定其应对方式^[15],但其作用相对局限,大学毕业生的负性心境可能更多来源于应激性事件的直接作用。与负性心境相比,应激性事件对大学毕业生活力状态的影响较小,主要通过个性和社会支持的间接途径产生。应激性事件对活力状态的作用途径与以往的研究结论一致^[2-4],即具有良好人格特性的个体在面对应激性事件时更容易保持心理健康。

与预期假设不同,社会支持更多通过个性的间接作用影响大学毕业生的负性心境,且作用较小,这与社会支持能够有效缓解某些应激源对负性情绪的作用这一观点不同^[6],与以往研究中缺乏社会支持本身就可能是一种应激源,可使个体长期产生孤独感的观点亦有所不同^[7]。结论上的差异可能与研究的应激性事件类型有关,大学生的应激性事件如学习压力对心境的影响更多需要自我克服,因此社会支持的作用可能并不显著,因此预防大学毕业生负性心境的关键在于减少他们的应激性事件。与负性心境相比,社会支持对大学毕业生的活力状态有较多的影响,而且直接和间接作用途径并存,其直接途径大于通过个性的间接途径(0.35/0.1),因此无论大学毕业生的个性如何,加强社会支持都可能有效地改善他们的活力状态。

与以往的研究结论一致^[5-15],个性是应激性事件、社会支持与心境的重要中介因素,与负性心境和活力状态之间都存在较高的路径系数,说明个性对大学毕业生的心理健康具有不可忽略的作用。在以往的研究中,认知评价被认为是引起个体应激反应的重要通路^[17],本研究未将其纳入模型之内,因此该模型尚存在一定的不足,需进一步补充和完善。

参考文献

- 樊富民,王建中.北京大学生心理素质及心理健康研究.清华大学教育研究,2001,(4):26-32.
- Kobasa SC. Stressful life events, personality and health: an inquiry into hardiness. *J Pers Soc Psychol*,1979,37(1):1-11.
- Watson. *Mood and temperament*. New York: Guilford Press, 2000.
- McConville C, Cooper C. Personality correlates of variable moods. *Pers Individ Differ*, 1999, 26: 65-78.
- Pedersen SS, Middel B, Larsen ML. The role of personality variables and social support in distress and perceived health in patients following myocardial infarction. *J Psychosom Res*, 2002,53(6):1171-1175.
- Caplan G. *Support systems and community mental health: Lectures on concept development*. Pasadena, CA, US: Behavioral Publications. xvii, 1974.267.
- Rook K. The negative side of social interaction: impact on psychological well-being. *J Pers Soc Psychol*,1984,46(5): 1097-1108.
- Goldstein MD, Strube MJ. Independence revisited: The relation between positive and negative affect in a naturalistic setting. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1994, 20: 57-64.
- 迟松,林文娟.简明心境量表(BPOMS)的初步修订.中国心理卫生杂志,2003,17(11):768-770.
- 钱铭怡,武国城,朱荣春,等.艾森克人格问卷简式量表中国版(EPI-RSC)的修订.心理学报,2000,32(3):317-323.
- 肖水源.社会支持评定量表;见:汪向东,王希林,马弘,编著.心理卫生评定量表手册.中国心理卫生杂志,1999(增刊): 127-131.
- 姜乾金.特质应对方式问卷.见:汪向东,王希林,马弘,编著.心理卫生评定量表手册.中国心理卫生杂志,1999(增刊): 120-122.
- 姜乾金,黄丽.心理应激:应对的分类与身心健康.中国心理卫生杂志,1993,7(4):145-147.
- Huon GF, Strong KG. The initiation and the maintenance of dieting: Structural models for large scale longitudinal investigations. *Int J Eat Disord*, 1998, 23(4):361-370.
- Magnus K, Diener E, Fujita F, et al. Extraversion and neuroticism as predictors of objective life events: A longitudinal study. *J Pers Soc Psychol* 1983, 65(5):1046-1053.
- Olstad R, Sexton H, Sogaard AJ. The Finnmark Study. A prospective population study of the social support buffer hypothesis, specific stressor and mental distress. *Soc Psychiatry Psychiatric Epidemiol*,2001,36(2):582-589.
- Monroe SM, Kelley JM. *Measurement of stress appraisal. Measuring stress: A guide for health and social scientists*. London: Oxford University Press. 1995. xii: 122-147.

责任编辑:唐宏宇

04-11-01 收稿,05-04-08 修回