

医学生乐观归因风格对抑郁的影响*

——自尊与抗挫折能力的链式中介作用

柏璐^{1△} 笈倩¹ 贾媛媛²

【摘要】目的 探讨医学生乐观归因风格通过自尊和抗挫折能力的中介作用对抑郁的影响。**方法** 2023 年 6 月至 7 月采用流调中心用抑郁量表、乐观归因风格问卷、自尊量表、大学生抗挫折能力问卷对 2734 名医学生施测。**结果** 乐观归因风格、自尊、抗挫折能力与抑郁存在负相关,乐观归因风格、自尊和抗挫折能力之间存在正相关。自尊和抗挫折能力在乐观归因风格与抑郁之间的简单中介效应以及链式中介效应都显著。**结论** 自尊、抗挫折能力在乐观归因风格与抑郁之间发挥链式中介作用。可以通过培养乐观的品质、提高自尊水平和抗挫折能力来减少抑郁的发生。

【关键词】 医学生 抑郁 乐观归因风格 自尊 抗挫折能力

【中图分类号】 R749.4 **【文献标识码】** A **DOI** 10.11783/j.issn.1002-3674.2025.01.019

抑郁是大学生群体中最常见的不良情绪之一,进一步发展可能导致抑郁症^[1]。一项 meta 分析显示,我国近十年大学生抑郁症患病率达 31.38%^[2]。相比于其他专业,医学专业学制长,专业知识学习和临床实习实践难度大,医学生的学习压力普遍较大,其抑郁发生率较高且逐年增加^[3-4]。抑郁不仅影响医学生身心健康、学业生活,甚至对家庭、社会的和谐也构成潜在威胁。

归因风格是指个体对成功或失败归因时表现出的一种稳定倾向,包括乐观与悲观^[5]。与悲观者相比,乐观者可以体验到更多的社会支持和生活满意度,抑郁发生率也相对较低^[6]。自尊是对自身所持有的一种肯定或否定的态度^[7]。有研究表明高自尊的个体能通过自我服务策略对失败后的抑郁情绪进行有效缓冲^[8]。抗挫折能力是个体忍耐、抵抗、应对、利用挫折的一种心理能力。具有较强抗挫折能力的个体其抑郁程度会相应的降低^[9]。

已有研究显示大学生乐观归因风格与抑郁之间密切相关^[10-12],但关于医学生群体乐观归因风格、自尊、抗挫折能力、抑郁之间关系的研究尚为缺乏,且具体影响机制尚未明确。本研究以现有研究成果为基础,对医学生乐观归因风格与抑郁的关系做深入分析,检验自尊、抗挫折能力在乐观归因风格与抑郁的关系间是否存在中介作用,为预防和改善医学生的抑郁症状提供理论依据。

对象与方法

1.对象

采用方便抽样法,于 2023 年 6 月至 7 月选取陕西 3 所高校的 2800 名医学生作为调查对象。纳入标准:

①全日制医学专业本科学生;②知情同意、自愿参加本研究。排除标准:①有严重身心疾病者;②因个人原因不能完成本研究者。

2.工具

(1)流调中心用抑郁量表

采用 Radloff 编制,刘平翻译^[13]的流调中心用抑郁量表。该量表共 20 个条目,每项计 0~3 分,总分范围 0~60 分,分数越高抑郁越严重,通常使用 16 分为界。量表在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.90。

(2)乐观归因风格问卷(成人版)

采用 Seligman 编制、洪兰翻译^[14]的乐观归因风格问卷(成人版)。该问卷共 48 个条目,积极事件归因、消极事件归因各 24 个条目。每项计 0 或 1 分,积极事件归因分数越高表示受试者越乐观,消极事件归因分数越高表示受试者越悲观。乐观归因风格总分=积极事件归因评分-消极事件归因评分。

(3)自尊量表(中文版)

采用 Rosenberg 编制,季富益、于欣翻译并修订的自尊量表(中文版)^[15]。该量表共 10 个条目,每项计 1~4 分,总分范围 10~40 分,分数越高表示自尊水平越高。量表在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.88。

(4)大学生抗挫折能力问卷

采用方鸿志等人编制的大学生抗挫折能力问卷^[16]。该问卷共 23 个条目,分为自我疏导、人际交往、问题解决、支持寻求、压力承受 5 个维度。每项计 1~5 分,分数越高表示符合程度越高。问卷在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.92。

3.统计分析

采用 SPSS 26.0 对数据描述统计和相关性分析。采用 Mplus 8.0 建立结构方程模型,用 Bootstrap ($N=5000$) 法进行标准误的校正,通过偏差校正的置信区间判断中介效应的显著性,即当中介效应的 95% 置信区间包含 0 时为不显著,不包含 0 时为显著。

* 基金项目:陕西省高校数字心理创新教育研究(2022C054);陕西高校学生工作研究(2023XKT54)

1.西安医学院(710021)

2.西安医学院第一附属医院

△通信作者:柏璐,E-mail:bailu@xiyi.edu.cn

结果

1. 研究对象基本情况

剔除无效问卷后,有效问卷 2734 份,有效率 97.6%。其中,男 621 人(22.7%),女 2113 人(77.3%);临床医学专业 1690 人(61.8%),护理学专业 1044 人(38.2%);大一 1069 人(39.1%),大二 645 人(23.6%),大三 537 人(19.6%),大四 390 人(14.3%),大五 93 人(3.4%);城镇 1172 人(42.9%),农村 1562 人(57.1%);独生子女 991 人(36.2%),非独生子女 1743 人(63.8%);经济困难学生 859 人(31.4%),非经济困难学生 1875 人(68.6%);获得过奖学金 517 人(18.9%),未获得过奖学金 2217 人(81.1%);遭受过重大挫折 481 人(17.6%),未遭受过重大挫折 2253 人(82.4%)。

医学生抑郁、乐观归因风格、自尊、抗挫折能力得分见表 1。此外,医学生抑郁症状的检出率为 44.8%。

表 1 描述性统计结果($n=2734$)

变量(分)	$\bar{x} \pm s$
抑郁总分	15.47±9.20
积极事件归因	11.02±2.38
消极事件归因	12.20±2.51
乐观归因风格总分	-1.18±3.67
自尊总分	28.95±4.15
自我疏导	3.56±0.69
人际交往	2.96±0.76
问题解决	3.41±0.63
支持寻求	3.55±0.61
压力承受	3.32±0.63
抗挫折能力总分	3.37±0.50

2. 相关性分析结果

对抗挫折能力、自尊、乐观归因风格和抑郁总分进

行 Pearson 相关分析,结果见表 2。乐观归因风格($r=-0.22, P<0.01$)、自尊($r=-0.61, P<0.01$)、抗挫折能力($r=-0.50, P<0.01$)与抑郁存在显著负相关,乐观归因风格和自尊($r=0.25, P<0.01$)、和抗挫折能力($r=0.29, P<0.01$)以及自尊与抗挫折能力($r=0.57, P<0.01$)之间都存在显著正相关。

表 2 相关系数矩阵($n=2734$)

变量	乐观归因风格	自尊	抗挫折能力	抑郁
乐观归因风格	1			
自尊	0.25**	1		
抗挫折能力	0.29**	0.57**	1	
抑郁	-0.22**	-0.61**	-0.50**	1

注: ** $P<0.01$

3. 中介作用分析结果

以抑郁为因变量,乐观归因风格为自变量,自尊和抗挫折能力为中介变量。此外,还加入了性别、专业、年级、生源地、是否独生子女、是否经济困难学生、是否获得过奖学金以及遭受重大挫折经历等 8 个人口学变量为控制变量,建立结构方程模型,见图 1。路径系数见表 3。

表 3 显示,在控制了人口学控制变量之后,乐观归因风格对自尊具有显著正向预测作用($\beta=0.238, P<0.001$),自尊对抗挫折能力具有显著正向预测作用($\beta=0.520, P<0.001$),而抗挫折能力则对抑郁具有显著负向预测作用($\beta=-0.208, P<0.001$)。此外,乐观归因风格还对抗挫折能力具有显著的直接正向预测作用($\beta=0.154, P<0.001$),而对抑郁具有显著的直接负向预测作用($\beta=-0.032, P=0.031$),自尊对抑郁也有显著的直接负向预测作用($\beta=-0.464, P<0.001$)。因而,“乐观归因风格→自尊→抗挫折能力→抑郁”的中介作用关系链成立。此外,模型对抑郁具有中等稍低的预测效力($R^2=0.439$)。

表 3 标准化路径系数估计($n=5000$)

预测变量	中介变量 1:自尊		中介变量 2:抗挫折能力		因变量:抑郁	
	$\beta(SE)$	t	$\beta(SE)$	t	$\beta(SE)$	t
性别	0.035(0.019)	1.863	-0.074(0.017)***	-4.137	0.005(0.015)	0.315
专业	0.004(0.019)	0.232	0.010(0.016)	0.620	0.002(0.016)	0.156
年级	-0.072(0.020)***	-3.610	-0.069(0.017)***	-3.993	-0.002(0.016)	-0.102
生源地	-0.052(0.021)*	-2.468	-0.037(0.017)*	-2.128	-0.019(0.016)	-1.199
独生子女	-0.014(0.021)	-0.673	0.015(0.017)	0.855	-0.006(0.016)	-0.373
经济困难学生	0.004(0.020)	0.185	0.001(0.016)	0.061	0.002(0.016)	0.143
获得过奖学金	-0.084(0.020)***	-4.124	-0.035(0.016)*	-2.175	-0.023(0.015)	-1.504
重大挫折经历	0.119(0.021)***	5.593	0.071(0.017)***	4.167	-0.171(0.017)***	-10.199
乐观归因风格	0.238(0.017)***	13.954	0.154(0.016)***	9.515	-0.032(0.015)*	-2.154
自尊			0.520(0.017)***	31.317	-0.464(0.018)***	-25.389
抗挫折能力					-0.208(0.021)***	-10.104

注:控制变量编码如下:性别(1=男,2=女),专业(1=临床医学,2=护理学),年级为等级变量(1~5 年级),生源地(1=城镇,2=农村),独生子女(1=是,2=否),经济困难学生(1=是,2=否),获得过奖学金(1=是,2=否),重大挫折经历(1=是,2=否)。* $P<0.05$, *** $P<0.001$ 。

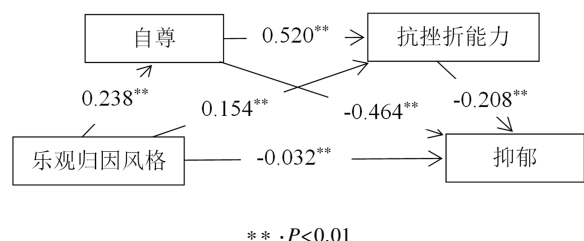


图 1 标准化系数的链式中介作用模型(控制变量省略)

结合表 3 和图 1,“乐观归因风格→自尊→抑郁”(indirect effect = -0.110, SE = 0.009, 95% CI: -0.129 ~ -0.092)和“乐观归因风格→抗挫折能力→抑郁”(indirect effect = -0.032, SE = 0.005, 95% CI: -0.042 ~ -0.023)的中介效应都显著,“乐观归因风格→自尊→抗挫折能力→抑郁”的链式中介效应也显著(indirect effect = -0.026, SE = 0.003, 95% CI: -0.032 ~ -0.020),表明自尊和抗挫折能力在乐观归因风格与抑郁之间起部分中介作用。其中,以上三个中介作用链的中介效应分别占总效应的 55%、16%和 13%,而乐观归因风格的直接预测作用占总效应的 16%。这表明乐观归因风格对抑郁的预测作用主要是通过自尊和抗挫折能力的中介作用,而直接作用只占很小的一部分,自尊和抗挫折能力的链式中介作用甚至要大于乐观归因风格的直接预测作用。

讨论

本研究发现近 50%的医学生存在抑郁症状,高于钱淑红^[17]等人对大学生的调查结果(25.02%),也高于李海峰^[18]对医学生的调查结果(34.0%)。说明医学学生的抑郁问题不容乐观。医学专业课程多、难度大、要求高,部分医学生进入大学后不能很好地适应角色和环境的转变,在面临较大的学业压力时难免产生焦虑情绪,甚至出现抑郁症状。

在本研究中,乐观归因风格对抑郁有负向预测作用,与周宗奎^[19]等人的研究结果相符。相较于高乐观水平者,低乐观水平者在面对困境时倾向于采用消极的应对方式,容易产生抑郁等消极情绪。自尊对抑郁有负向预测作用,与蒋怀滨^[20]等人的研究结果一致。低自尊水平的个体往往对自己评价较低,且易产生认知失调,出现抑郁情绪的几率更大。抗挫折能力对抑郁有负向预测作用,与杨文敏^[21]等人的研究结果一致。原因可能是抗挫折能力弱的个体在面对困境时,不能通过采取寻求支持、解决问题等科学的方式去应对,由此容易引发抑郁情绪。乐观归因风格对自尊具有正向预测作用,与刘志军^[22]等人的研究结果一致。原因在于当遇到正性事件时,乐观型归因风格的个体往往将正性事件归因于内在的、持久的因素,从而有助于发展个体良好自尊。自尊对抗挫折能力具有正向预

测作用。陈鹏飞^[23]的研究结果也表明,个体的自尊水平越高,对自我的评价越积极,抵抗挫折的能力就越强。乐观归因风格对抗挫折能力具有正向预测作用,与刘志军^[22]等人的研究结果相符。具有乐观归因风格的个体更擅长自我调节,在面对困难和挫折时,倾向于采取积极的应对方式,冷静地应对挫折,因而具有更强的抵御挫折的能力。

从结构方程模型可以看出,三个中介作用链的中介效应都显著。自尊在乐观归因风格与抑郁之间发挥中介作用。积极的归因风格有助于个体正确认知自我,培养良好自尊,降低抑郁的发生率。消极的归因风格不利于个体客观的认知自我,从而影响自尊水平,可能导致抑郁发生。

抗挫折能力在乐观归因风格与抑郁之间发挥中介作用。具有乐观归因风格的个体往往将正性事件归因于内在的因素,因而具有更高的自我效能感和更好的抗挫折能力,不易产生抑郁。反之,悲观归因风格的个体往往将正性事件归因于外在的因素,不利于树立良好的自信心,遇到困境时不善于进行自我疏导,更容易产生抑郁症状。

自尊及抗挫折能力在乐观归因风格与抑郁之间发挥链式中介的作用。积极、乐观的归因风格有助于提高个体的自尊水平,从而具有更高的抵抗挫折的能力,在面对挫折或者失败时更不容易产生抑郁。消极、悲观的归因风格则会降低个体的自尊水平,容易形成认知偏差,没有很好的抗挫折能力去应对困境,在面对挫折或者失败时可能产生抑郁。

综上,乐观归因风格除了对抑郁产生直接预测作用外,还通过自尊与抗挫折能力的链式中介对抑郁产生间接预测作用。可以通过培养乐观的品质、提高自尊水平和抗挫折能力来减少抑郁的发生。

本研究对医学生乐观归因风格、自尊、抗挫折能力与抑郁的关系和作用机制进行探讨,丰富了已有研究。但仅在陕西省内的 3 所医学院校进行调查,地域范围相对窄,因此研究结果可能无法完全反映全国范围内的情况。今后的研究可以扩大样本范围,涵盖更多地区的医学院校,以提高研究的外部有效性。基于研究结果,未来可以设计针对帮助医学生形成乐观归因风格、提高自尊水平、抗挫折能力的干预方案,并对其实施效果进行评估,为进一步减少医学生抑郁的发生提供参考。

参考文献

[1] 刘双金,胡义秋,孙焕良.生活事件对大学生抑郁的影响:神经质与应对方式的链式中介作用[J].中国临床心理学杂志,2018,26(6):1230-1233.