

# 依恋质量与专业心理求助态度的关系：心理求助污名的中介作用

洪 芳, 杨月月

浙江理工大学心理系, 浙江 杭州

收稿日期: 2023年4月1日; 录用日期: 2023年5月8日; 发布日期: 2023年5月15日

## 摘 要

目的: 探究心理求助污名在依恋质量与专业心理求助态度间所起的作用。方法: 采用亲密关系经历量表、寻求专业心理帮助的污名量表、寻求专业心理帮助态度量表, 通过线上线下相结合的方式回收问卷305份进行探究。结果: 1) 依恋质量与专业心理求助态度间正相关( $r = 0.32, p < 0.01$ ), 心理求助污名与专业心理求助态度间负相关( $r = -0.55, p < 0.01$ ), 心理求助污名与依恋质量之间负相关( $r = -0.38, p < 0.01$ ); 2) 心理求助污名在依恋质量与专业心理求助态度间起部分中介作用。结论: 依恋质量可以直接或间接通过影响心理求助污名来正向预测个体的专业心理求助态度。

## 关键词

依恋质量, 心理求助污名, 专业心理求助态度

# The Relationship between Attachment Quality and Professional Psychological Help-Seeking Attitude: The Mediating Role of Psychological Help-Seeking Stigma

Fang Hong, Yueyue Yang

Department of Psychology, Zhejiang Sci-Tech University, Hangzhou Zhejiang

Received: Apr. 1<sup>st</sup>, 2023; accepted: May 8<sup>th</sup>, 2023; published: May 15<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

**Objective:** To explore the role of psychological help stigma in the relationship between attachment

**文章引用:** 洪芳, 杨月月(2023). 依恋质量与专业心理求助态度的关系: 心理求助污名的中介作用. *心理学进展*, 13(5), 1780-1786. DOI: 10.12677/ap.2023.135216

quality and professional psychological help seeking attitude. **Methods:** Using the Experiences in Close Relationships Inventory, the Questionnaire of Stigma for Seeking Professional Psychological Help, and the Questionnaire of Attitudes toward Seeking Professional Psychological Help, 305 questionnaires were collected through a combination of online and offline methods to explore. **Results:** 1) There was a positive correlation between attachment quality and professional psychological help seeking attitude ( $r = 0.32, p < 0.01$ ), a negative correlation between psychological help seeking stigma and professional psychological help seeking attitude ( $r = -0.55, p < 0.01$ ), and a negative correlation between psychological help seeking stigma and attachment quality ( $r = -0.38, p < 0.01$ ); 2) Psychological help seeking stigma plays a partial mediating role between attachment quality and professional psychological help seeking attitude. **Conclusion:** Attachment quality can directly or indirectly predict an individual's professional psychological help-seeking attitude by influencing psychological help-seeking stigma.

## Keywords

Attachment Quality, Stigma of Psychological Help Seeking, Attitudes toward Seeking Professional Psychological Help

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

随着我国经济和社会的高速发展,人们的生活节奏都在明显加大,出现心理行为问题和精神障碍的人群逐渐增加,2023年发布的《中国国民心理健康发展报告(2021~2022)》指出,抑郁风险检出率为10.6%,焦虑奉献检出率为15.8%。但由于公众对于心理疾病缺乏正确认识,心理疾病患者中接受治疗的人数不超过全部患者的20%,如何提高大众对于心理服务的使用率也成了广大工作者与学者关注的热点。根据计划行为理论,态度可以间接的预测行为,个体的求助态度越积极,对于求助行为的意向就越强,求助行为越可能发生(Ajzen, 1991),许多实证研究也发现,积极的专业心理求助态度可以正向预测求助行为,专业心理求助态度可以当作专业心理求助实际行为的前兆(Vogel & Wester, 2003; Chen et al., 2020; Conceição, Rothes, & Gusmao, 2022),由此可知,对于专业心理求助态度的研究是非常有必要的。专业心理求助态度受到多方因素的影响,主要可以将其分为三大类:人口统计学因素、家庭社会文化因素、个体心理因素(蔡婧娴, 2022),已有研究结果表明,在三大类因素中对求助影响解释力度较高的是个体自身因素(胡丹莹, 2020; 李盈, 2015),比如个体本身的依恋质量、心理求助污名等。

依恋最初是由 Bowlby (1969)提起,是指个体向重要他人,如父母、伴侣等寻求亲近和保护的倾向,是一种稳定的情感联结。根据 Bowlby (1973)提出的内部工作模型可知,由于生命早期与依恋对象互动过程中所形成的依恋风格不同,个体在成年以后对于自我与他人的心理表征方式也会不同,而这种心理表征方式会直接影响到个体对于获得他人帮助和支持的选择倾向,比如,当个体依恋回避维度得分较高时,个体对他人的表征倾向于消极,会选择与他人保持距离,避免依赖他人的帮助,不愿意承认自己的痛苦,希望依靠自己去解决问题(Cherniak, Mikulincer, Shaver, & Granqvist, 2021; Shaver & Mikulincer, 2010)。实证研究大多也验证了 Bowlby 所提出的观点, Zamudio (2015)在研究中发现,内部工作模型中对他人表征消极的被试在主动寻求帮助倾向上显著低于对他人表征积极的被试; Yip et al. (2018)也同样指出,对自己和他人表征皆偏向于积极的安全依恋被试在寻求帮助意愿上得分更高;还有研究者发现,回避维度、焦

虑维度与消极的心理健康存在负相关, 与消极的求助倾向同样存在相关(Zhang et al., 2022)。也就说个体在依恋回避维度或依恋焦虑维度得分越高, 心理求助倾向越消极, 而依恋回避、焦虑维度的得分越高意味着其依恋质量就越低, 由此推断, H1: 依恋质量与专业心理求助态度间存在正相关关系。

心理求助污名是指个体感知到的社会对于心理求助的不接受及寻求心理帮助的自己是不可接受的, 包含公众污名与自我污名两个维度(Pfeiffer & In-Albon, 2023; Vogel, Wester, Wei, & Boysen, 2005)。在一项关于医疗求助的研究中, 发现公众污名降低了男性在医疗求助上的意愿(Vogel, Heimerdinger-Edwards, Hammer, & Hubbard, 2011); 还有研究者通过问卷法探究了自我污名、公众污名与心理咨询态度间的关系, 结果表明自我污名在公众污名与对心理咨询态度间起中介作用, 高水平的公众污名导致了高水平的自我污名, 高水平的自我污名进一步影响了对于心理咨询的态度(Cheng, Kwan, & Sevig, 2013), 这一结果也符合修正标签理论提出的自我污名是个体对于公众污名内化的观点(Sommantico & Santa, 2022)。基于以往的研究结果可推测, H2: 心理求助污名与专业心理求助态度间存在负相关关系。

关于依恋质量与心理求助污名间的实证研究目前尚不多见, 以韩国大学生为样本的一项研究中发现, 公众污名与自我污名之间存在着不同的路径, 公众污名与依恋焦虑的相关性更强, 而依恋回避则与自我污名的相关性更强(Nam & Lee, 2015); 在以孤儿为被试群体的一项研究中, 发现亲子依恋缺失的孤儿对自己的表征是消极的, 对自己所属的群体的表征也是消极的, 且更容易形成高自我污名, 依恋与自我污名之间存在着负相关关系(王江洋, 李昂扬, 聂家昕, 2020); 以同性恋和双性恋男性为样本的一项研究中发现, 不安全依恋的个体对于同性恋污名的内化更高, 且更不容易改变(Sommantico & Santa, 2022)。可以推测, 个体的依恋质量越低, 心理求助污名越高, 即 H3: 依恋质量与心理求助污名间存在负相关关系。

依恋理论是心理学研究中的经典理论, Bowlby 在依恋理论中指出个体的依恋行为系统对于个体是否选择从他人那里获得保护、支持起着重要支配作用, 感知到的威胁与压力可以激活个体的依恋行为系统, 当依恋行为系统被激活时, 其会启动一系列情绪、认知反应来调节个体内部状态。结合本研究来看, 个体本身感知到的心理求助污名会给个体带来一定的压力与威胁, 这种压力与威胁会影响到个体内部状态, 激活依恋行为系统, 从而进一步影响从他人那里获得保护与支持的选择。可以推测, H4: 心理求助污名在依恋质量与专业心理求助态度间起到中介作用。

综上所述, 本研究以依恋理论为基础框架, 进一步展开探究依恋质量、心理求助污名、专业心理求助态度间的关系。

## 2. 研究方法

### 2.1. 研究对象

本研究通过线上、线下相结合的方式回收问卷 330 份, 除去答题时间过长、过短及问卷中测试题回答错误的无效问卷, 剩余有效问卷 305 份, 回收有效率 92.42%。其中, 被试年龄为  $19.43 \pm 1.91$  岁, 在性别分布上, 男性占比 48.52%, 女性占比 51.48%; 自己有过专业心理求助经历的占比 14.43%, 身边有朋友寻求过专业心理帮助的占比 43.61%。

### 2.2. 研究工具

#### 2.2.1. 亲密关系经历量表

采用李同归和加藤和生(2006)对亲密关系经历量表(ECR)的中文修订版。该量表共 36 个题目, 采用 7 点计分, “1”表示“非常不符合”, “7”表示“非常符合”, 包括依恋焦虑、依恋回避两个维度, 每个维度 18 个题目, 其中 3、15、19、22、25、27、29、31、33、35 题目需要进行反向计分, 依据两维度上得分总和对依恋质量进行评定, 得分越高, 依恋质量越低。本研究中量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.877。

2.2.2. 寻求专业心理帮助的污名量表

采用郝志红和梁宝勇(2011)编制的符合中国文化特点的寻求专业心理帮助的污名量表, 该量表共 10 个项目, 采用 5 点计分, “1”表示“非常不同意”, “5”表示“非常同意”, 包括自我污名和公众污名两个维度, 得分越高表明对于寻求专业心理帮助的污名越高。本研究中量表的 Cronbach’s  $\alpha$  系数为 0.847。

2.2.3. 寻求专业心理帮助态度量表

采用郝志红和梁宝勇(2007)修订的寻求专业心理帮助态度量表(ATSPPH), 该量表共 29 个题目, 采用 5 点计分, “1”表示“非常不同意”, “5”表示“非常同意”, 包括四个维度: 对心理帮助需要的自我认知、对耻辱的忍受性、人际开放性、对心理健康专家的信任性, 其中有 18 个题目需要反向计分, 得分越高表明对专业心理求助的态度越积极。本研究中量表的 Cronbach’s  $\alpha$  系数为 0.875。

2.3. 数据处理与分析方法

采用 SPSS25.0 对量表进行信度检验、共同方法偏差检验, 在此基础上对量表数据进行统计分析, 其中通过 Hase 编制的 Process3.3 中 Model4 进行中介分析。

3. 研究结果

3.1. 共同方法检验偏差

采用 Harman 单因子检验共同方法偏差, 将各量表的所有题目一起纳入 SPSS25.0 进行探索性因素分析。分析结果显示, KMO 值为 0.85, 特征根超过 1 的主成分包括 20 个, 累计解释变异 65.64%, 第一个公因子解释 16.42%的变异, 远小于临界值 40%, 表明本研究不存在严重的共同方法偏差。

3.2. 相关分析结果

对依恋质量、心理求助污名、专业心理求助态度进行皮尔逊相关分析, 结果发现, 依恋质量与专业心理求助态度间正相关( $r = 0.32, p < 0.01$ ), 心理求助污名与专业心理求助态度间负相关( $r = -0.55, p < 0.01$ ), 心理求助污名与依恋质量之间负相关( $r = -0.38, p < 0.01$ )。

3.3. 中介分析结果

依恋质量、心理求助污名、专业心理求助态度两两间皆存在显著的相关关系, 为了进一步探究心理求助污名在依恋与专业心理求助态度间的作用, 在控制性别、年级、自己是否寻求过专业心理帮助、身边是否有朋友寻求过专业心理帮助的条件下, 以依恋质量为自变量, 专业心理求助态度为因变量, 心理求助污名为中介变量, 采用 Bootstrap 方法进行中介效应检验, 选取 Process3.3 中的 Model4, 取样 5000 次, 置信区间设置为 95%。

回归分析结果如下表 1 所示: 依恋质量对于心理求助污名具有显著的负向预测作用( $\beta = -0.39, p < 0.001$ ); 依恋质量对于专业心理求助态度具有显著的正向预测作用( $\beta = 0.33, p < 0.001$ ); 心理求助污名对于专业心理求助态度具有显著的负向预测作用( $\beta = -0.42, p < 0.001$ )。

Table 1. Regression analysis of variable relationships  
表 1. 变量关系的回归分析

| 回归方程   |      | 整体拟合指数         |          | 回归系数显著性 |          |
|--------|------|----------------|----------|---------|----------|
| 结果变量   | 预测变量 | R <sup>2</sup> | F        | $\beta$ | t        |
| 心理求助污名 | 依恋质量 | 0.21           | 15.72*** | -0.39   | -7.45*** |

Continued

|          |        |      |          |       |          |
|----------|--------|------|----------|-------|----------|
| 专业心理求助态度 | 依恋质量   | 0.28 | 22.68**  | 0.33  | 6.64***  |
| 专业心理求助态度 |        | 0.41 | 34.95*** |       |          |
|          | 依恋质量   |      |          | 0.17  | 3.45**   |
|          | 心理求助污名 |      |          | -0.42 | -8.37*** |

注: \*代表  $p < 0.05$ 、\*\*代表  $p < 0.01$ 、\*\*\*代表  $p < 0.001$ 。

中介效应分析结果如下表 2 所示: 直接效应的 Bootstrap 95%置信区间不包含 0, 表明依恋质量对专业心理求助态度影响的直接效应显著, 效应量为 0.12, 对效应贡献率为 52.13%; 间接效应的 Bootstrap 95%置信区间不包含 0, 表明心理求助污名在依恋质量与专业心理求助态度间中介效应显著, 效应量为 0.11, 对效应贡献率为 47.87%。由此可知, 心理求助污名在依恋质量与专业心理求助态度间起部分中介作用。

**Table 2.** Analysis of the mediation effect of variable relationships

**表 2.** 变量关系的中介效应分析

| 效应类型 | 效应量  | BootSE | Bootstrap 95%CI |      | 相对效应   |
|------|------|--------|-----------------|------|--------|
|      |      |        | 下限              | 上限   |        |
| 总效应  | 0.23 | 0.34   | 0.16            | 0.29 | 1      |
| 直接效应 | 0.12 | 0.33   | 0.05            | 0.18 | 52.13% |
| 间接效应 | 0.11 | 0.02   | 0.07            | 0.15 | 47.87% |

#### 4. 讨论

本研究通过问卷法, 考察了专业心理求助态度的影响因素及其关系, 得到以下结果。

第一, 研究发现依恋质量与专业心理求助态度之间存在正相关关系。近些年提出的维度划分方法认为依恋由焦虑和回避两个稳定的维度组成, 个体在焦虑维度或回避维度得分越高, 个体的依恋质量相对来说就越低, 其专业心理求助的态度越消极。根据依恋的相关理论我们可以知道, 高依恋回避的个体, 对他人有着消极的表征, 经常使用去激活策略, 会远离他人, 回避寻求他人的帮助, 高依恋焦虑的个体会害怕自己被他人抛弃、拒绝, 经常使用过度激活的策略, 会更多的寻求他人的帮助, 以获得与他人的亲近和保护(Grodal, Nelson, & Siino, 2015; Mikulincer, Gillath, & Shaver, 2002), 然而由于现实多重环境综合的原因, 高依恋焦虑的个体在现实生活中, 往往会有更多的心理健康问题, 而更多的心理健康问题与依恋焦虑相结合会产生更高自我污名(Cheng, McDermott, & Lopez, 2015), 更高的自我污名则导致了个体对寻求专业心理帮助的消极态度。而焦虑和回避两个维度决定了个体依恋质量的高低, 因此个体的依恋质量越低, 其对于专业心理求助的态度越消极就不足为怪了。

第二, 研究发现心理求助污名与专业心理求助态度存在负相关关系。这一结果与前人研究相一致(Branam, Yigit, Haji, Clark, & Perkins, 2023; Conceição et al., 2022), 心理求助污名包括公众污名、自我污名两个维度, 在本研究中, 公众污名、自我污名与专业心理求助态度皆存在负相关关系, 对于个体而言, 其对于客体的感知不仅取决于自己的认知, 还会受到大环境的影响, 自我污名会直接影响专业心理求助态度, 而公众污名可以通过内化为自我污名来影响个体的专业心理求助态度(Vogel et al., 2017), 公众污名与自我污名相互作用组合成个体本身感知到的心理求助污名, 对其专业心理求助态度产生负面影响。

第三, 研究发现依恋质量与心理求助污名间存在负相关关系, 表明个体依恋质量越低, 其心理求助

污名就越高。对于个体而言,与依恋对象的互动模式决定了其依恋质量,当个体在需要支持却频繁没有得到及时的满足时,个体会逐渐形成消极的认知模式,而这种消极的认知模式会更容易感知到公众污名,及进一步将感知到的公众污名内化为自我污名(Bradstreet, Dodd, & Jones, 2018)。

第四,研究发现心理求助污名在依恋质量与专业心理求助态度间起部分中介作用。这一结果的得出也是有迹可循的,从依恋理论来看,人类具有一种先天的心理生物学系统,该系统促使他们在需要时寻求与依恋对象的接近以获得安全、舒适、支持,如果在个体需要时始终无法从依恋对象那里获得支持,那么其就会长期感到孤独和不受保护,会逐渐形成高回避或者高焦虑的依恋系统(Mikulincer & Shaver, 2022),由于社会支持的长期缺乏及消极的心理表征,相比较于依恋安全的个体,高回避或高焦虑的个体往往伴随着更多的心理健康问题和更高的心理求助污名,而个体的高回避、高焦虑与高心理求助污名可以共同作用导致个体对专业心理求助消极的态度(Zhao et al., 2015),消极的专业心理求助态度又会反作用于个体,更进一步加深个体心理求助污名。

综上,由于部分中介作用的存在,我们可以得知,依恋质量既可以正向预测个体的专业心理求助态度,也可以间接的通过影响心理求助污名来正向预测个体的专业心理求助态度,对于心理求助污名中介效应的探究,可以更好的帮助我们理解自变量依恋质量与因变量专业心理求助态度间的关系,这也是绝大多数中介作用研究的意义,帮助我们分析自变量对因变量的影响过程和作用机制,挖掘出事物的本质。

## 5. 结论

依恋质量、心理求助污名、专业心理求助态度间具有两两相关关系,依恋质量在心理求助污名与专业心理求助态度间起着部分中介作用。

## 参考文献

- 蔡婧娴(2022). 初中生校园被欺凌与专业心理求助态度的关系. 硕士学位论文, 武汉: 华中师范大学.
- 郝志红, 梁宝勇(2007). 关于寻求专业性心理帮助的态度问卷的修订. *中国临床心理学杂志*, 5(1), 9-13.
- 郝志红, 梁宝勇(2011). 寻求专业性心理帮助的污名问卷在大学生人群中的修订. *中国心理卫生杂志*, 25(9), 646-649.
- 胡丹莹(2020). 大学生专业心理求助态度影响因素研究综述. *校园心理*, 18(4), 332-334.  
<https://doi.org/10.19521/j.cnki.1673-1662.2020.04.022>
- 李盈(2015). 大学生专业心理求助态度的影响因素及干预研究. 硕士学位论文, 武汉: 华中师范大学.
- 王江洋, 李昂扬, 聂家昕(2020). 依恋与孤儿初中生心理健康的关系: 自我污名和心理韧性的并行中介作用. *心理发展与教育*, 36(2), 228-239. <https://doi.org/10.16187/j.cnki.issn1001-4918.2020.02.12>
- Ajzen, I. (1991). The Theory of Planned Behavior. *Organizational Behavior & Human Decision Processes*, 50, 179-211.  
[https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss* (Vol. 1). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss* (Vol. 2). New York: Basic Books.
- Bradstreet, S., Dodd, A., & Jones, S. (2018). Internalised Stigma in Mental Health: An Investigation of the Role of Attachment Style. *Psychiatry Research*, 270, 1001-1009. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.03.047>
- Branam, L. S., Yigit, I., Haji, S., Clark, J., & Perkins, J. M. (2023). Kurdish Refugee Beliefs about Mental Health and Help-Seeking: A Community-Engaged Research Study in Tennessee. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20, 12-24. <https://doi.org/10.3390/ijerph20021224>
- Chen, P., Liu, X. J., Wang, X. Q., Yang, B. X., Ruan, J., & Liu, Z. (2020). Attitude toward Seeking Professional Psychological Help among Community-Dwelling Population in China. *Frontiers in Psychiatry*, 11, Article 417.  
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00417>
- Cheng, H.-L., Kwan, K.-L. K., & Sevig, T. (2013). Racial and Ethnic Minority College Students' Stigma Associated with Seeking Psychological Help: Examining Psychocultural Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 60, 98-111.  
<https://doi.org/10.1037/a0031169>

- Cheng, H.-L., McDermott, R. C., & Lopez, F. G. (2015). Mental Health, Self-Stigma, and Help-Seeking Intentions among Emerging Adults: An Attachment Perspective. *The Counseling Psychologist*, 43, 463-487. <https://doi.org/10.1177/0011000014568203>
- Cherniak, A. D., Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Granqvist, P. (2021). Attachment Theory and Religion. *Current Opinion in Psychology*, 40, 126-130. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.08.020>
- Conceição, V., Rothes, I., & Gusmão, R. (2022). The Association between Stigmatizing Attitudes towards Depression and Help Seeking Attitudes in College Students. *PLOS ONE*, 17, e0263622. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263622>
- Grodal, S., Nelson, A. J., & Siino, R. M. (2015). Help-Seeking and Help-Giving as an Organizational Routine: Continual Engagement in Innovative Work. *Academy of Management Journal*, 58, 136-168. <https://doi.org/10.5465/amj.2012.0552>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2022). An Attachment Perspective on Loss and Grief. *Current Opinion in Psychology*, 45, Article ID: 101283. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.11.003>
- Mikulincer, M., Gillath, O., & Shaver, P. R. (2002). Activation of the Attachment System in Adulthood: Threat-Related Primes Increase the Accessibility of Mental Representations of Attachment Figures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 881-895. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.4.881>
- Nam, S. K., & Lee, S. M. (2015). The Role of Attachment and Stigma in the Relationship between Stress and Attitudes toward Counseling in South Korea. *Journal of Counseling & Development*, 93, 212-224. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2015.00197.x>
- Pfeiffer, S., & In-Albon, T. (2023). Gender Specificity of Self-Stigma, Public Stigma, and Help-Seeking Sources of Mental Disorders in Youths. *Stigma and Health*, 8, 124-132. <https://doi.org/10.1037/sah0000366>
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2010). New Directions in Attachment Theory and Research. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27, 163-172. <https://doi.org/10.1177/0265407509360899>
- Sommantico, M., & Santa, P. (2022). Internalized Stigma, Adult Attachment, Relationship Satisfaction, and Depression in Italian Gay and Bisexual Men: The Mediating Role of Emotion Regulation. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 26, 158-175. <https://doi.org/10.1080/19359705.2021.1913463>
- Vogel, D. L., & Wester, S. R. (2003). To Seek Help or Not to Seek Help: The Risks of Self-Disclosure. *Journal of Counseling Psychology*, 50, 351-361. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.50.3.351>
- Vogel, D. L., Heimerdinger-Edwards, S. R., Hammer, J. H., & Hubbard, A. (2011). "Boys Don't Cry": Examination of the Links between Endorsement of Masculine Norms, Self-Stigma, and Help-Seeking Attitudes for Men from Diverse Backgrounds. *Journal of Counseling Psychology*, 58, 368-382. <https://doi.org/10.1037/a0023688>
- Vogel, D. L., Strass, H. A., Heath, P. J., Al-Darmaki, F. R., Armstrong, P. I., Baptista, M. N. et al. (2017). Stigma of Seeking Psychological Services: Examining College Students across Ten Countries/Regions. *Counseling Psychologist*, 45, 170-192. <https://doi.org/10.1177/0011000016671411>
- Vogel, D. L., Wester, S. R., Wei, M., & Boysen, G. A. (2005). The Role of Outcome Expectations and Attitudes on Decisions to Seek Professional Help. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 459-470. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.459>
- Yip, J., Ehrhardt, K., Black, H., & Walker, D. O. (2018). Attachment Theory at Work: A Review and Directions for Future Research. *Journal of Organizational Behavior*, 39, 185-198. <https://doi.org/10.1002/job.2204>
- Zamudio, G. (2015). *Adult Attachment, Acculturation, and Help-Seeking Attitudes of Latino College Students*. Denton: University of North Texas.
- Zhang, X., Li, J., Xie, F., Chen, X., Xu, W., & Hudson, N. W. (2022). The Relationship between Adult Attachment and Mental Health: A Meta-Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 123, 1089-1137. <https://doi.org/10.1037/pspp0000437>
- Zhao, W., Young, R. E., Breslow, L., Michel, N. M., Flett, G. L., & Goldberg, J. O. (2015). Attachment Style, Relationship Factors, and Mental Health Stigma among Adolescents. *Canadian Journal of Behavioural Science-Revue Canadienne Des Sciences Du Comportement*, 47, 263-271. <https://doi.org/10.1037/cbs0000018>