

心理和谐对大学生抑郁的影响：领悟社会支持的中介作用

翟如月¹, 杨绍清^{1,2}

¹华北理工大学心理与精神卫生学院, 河北 唐山

²华北理工大学迁安学院, 河北 唐山

收稿日期: 2024年9月11日; 录用日期: 2024年10月9日; 发布日期: 2024年10月21日

摘要

目的: 探讨领悟社会支持在心理和谐与抑郁之间的中介作用。方法: 采用PHQ-9量表、大学生心理和谐量表、领悟社会支持水平量表(PSSS)对1928名大学生进行问卷调查。结果: 1) 心理和谐对抑郁具有直接预测作用; 2) 领悟社会支持在心理和谐和抑郁的中介效应显著。结论: 领悟社会支持存在中介效应, 心理和谐可以通过领悟社会支持影响抑郁。

关键词

心理和谐, 领悟社会支持, 抑郁, 大学生

The Effect of Psychological Harmony on Depression of College Students: The Mediating Role of Perceived Social Support

Ruyue Zhai¹, Shaoqing Yang^{1,2}

¹School of Psychology and Mental Health, North China University of Science and Technology, Tangshan Hebei

²Qian'an College, North China University of Science and Technology, Tangshan Hebei

Received: Sep. 11th, 2024; accepted: Oct. 9th, 2024; published: Oct. 21st, 2024

Abstract

Objective: This paper aims to explore the mediating role of perceived social support between psychological harmony and depression. **Methods:** A questionnaire survey was conducted among 1928 college students with PHQ-9 scale, Psychological Harmony Scale and Perceived Social Support Scale (PSSS). **Results:** 1) Psychological harmony has a direct predictive effect on depression; 2) Perceived social support has a significant mediating effect on psychological harmony and depression.

文章引用: 翟如月, 杨绍清(2024). 心理和谐对大学生抑郁的影响: 领悟社会支持的中介作用. *心理学进展*, 14(10), 204-211. DOI: 10.12677/ap.2024.1410717

Conclusion: Perceived social support has mediating effect, and psychological harmony can influence depression through perceived social support.

Keywords

Psychological Harmony, Perceived Social Support, Depression, College Students

Copyright © 2024 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

近年来, 各高校大学生因心理疾病, 精神障碍等原因伤害到自己和他人的案例时有发生, 且有上升的趋势, 在高校和社会上都产生了很大的影响, 也引起了社会的广泛关注和深刻反思(赵思博, 张杰, 2024)。已有研究表明, 大学生的抑郁状况不容乐观, 大学生抑郁水平显著高于常人, 并且随着年份呈逐渐上升的趋势(吴洪辉, 廖友国, 2013)。抑郁会显著增加个体的负面情绪, 且会伴有行动迟缓、注意力不集中、睡眠障碍等现象, 甚至导致悲观看待生活, 认为生活没有意义或价值(Beiter et al., 2015), 不论哪一种情况都不利于学生安心学习, 间接对学生的在校成绩造成威胁, 影响其未来发展。鉴于抑郁对大学生心理、生理造成的影响, 识别大学生心理困扰, 降低大学生中抑郁的产生具有重要的意义。

心理和谐是指心理以及直接影响心理的各要素之间形成相对统一、稳定的一种状态, 能够反映一个人的心理健康状况。吴九君将心理和谐分为三个维度: 自我和谐、人际和谐、人事和谐(吴九君, 郑日昌, 2011)。自我和谐是指个体能够悦纳自己, 协调理想自我与现实自我的关系, 一旦理想自我无法实现, 那么很有可能会导致个体产生抑郁情绪(李丹等, 2014)。大学生正处在心理日趋成熟的关键时期, 特别是他们的人生观、世界观、价值观尚未形成, 在社会化的过程中, 难免对自己和世界的认识和评价出现偏离或歪曲, 低估自己的能力, 怀疑且否认自己, 使人的成长潜力受到削弱或阻碍(魏义梅, 2007), 严重会影响个体内心的自我和谐, 从而导致抑郁的产生。已有研究证实, 自我和谐水平较低的个体更容易产生心理障碍, 焦虑、抑郁等心理问题越多(Stewart & Harkness, 2017)。人际和谐就是指人际关系的和谐。抑郁的人际关系理论(Rogers, 1959)认为, 不良的人际关系, 尤其是质量低、社会支持缺乏的亲密关系, 对抑郁的引发和维持至关重要。而宿舍人际关系是大学生高度密切接触的人际关系, 直接影响着他们的生活质量和心理健康, 且同性朋友的抑郁情绪对个体的抑郁情绪影响更大(Stewart & Harkness, 2017)。人事和谐反映了大学生处理问题, 解决冲突以及抗挫折的能力。研究表明, 人与事的冲突是大学生面对的主要问题, 生活事件直接影响到大学生的情绪反应和心理和谐水平(杨雪花, 陈万明, 2016; 刘晓宇等, 2018)。负性事件(应激)与消极的归因方式、应对方式皆会导致抑郁的产生(Vingerhoets & Marcelissen, 1988; 王纯, 张宁, 2004), 采用消极方式应对, 问题不仅不会解决, 反而会随着时间逐渐严重化, 而积极应对能够有效降低因事件引发的负性情绪, 减少抑郁的发生(王丽婷等, 2021)。同时, 女大学生对于负性事件的抗挫折能力与抑郁具有显著的预测作用, 抗挫折心理能力越差, 越容易抑郁(柏璐等, 2022)。中共中央十六届六中全会提出了心理和谐概念, 首次阐述了社会和谐与心理和谐是一致的(魏义梅, 2007)。社会中的个体能实现心理和谐, 社会也就会和谐, 同理, 构建和谐校园, 校园中的学生也需要和谐的心理。本研究从自我和谐、人际和谐、人事和谐三方面整合的心理和谐角度, 去研究大学生抑郁产生的心理机制, 去了解如何促进学生的心理和谐, 帮助大学生摆脱抑郁, 健康、快乐地学习和生活。由此, 提出研究假设 H1: 心理和谐对抑郁具有负向预测作用。

领悟社会支持作为一种与社会环境联系密切的心理资源, 是个体心理的主观体验, 即个体感到在社会中被尊重、被支持、被理解的情绪体验或满意程度, 它可能在缓冲压力和维护心理健康方面发挥重要作用(倪亚琨等, 2015)。领悟社会支持是一个已知的抑郁的强保护因素(Roohafza et al., 2014)。根据社会支持的主效应模型, 社会支持对个体身心健康具有普遍的增益作用, 它不一定要在出现心理危机的情况下才发挥作用, 也可以在平时维持个体愉悦的情绪体验, 增益人们的身心健康(魏义梅, 2007)。既往研究表明, 心理和谐与领悟社会支持之间呈显著正相关(王苗苗, 2016)。且人际关系困扰通过领悟社会支持对个体抑郁产生间接影响(张月等, 2023)。在遭受压力性生活事件时, 感知到较高的社会支持可能会避免青少年产生抑郁等情绪(盛靓等, 2022)。据此, 提出研究假设 H2: 领悟社会支持在心理和谐与抑郁之间起中介作用。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

采用整群抽样法, 以问卷的形式随机调查某高校大一到大四 2000 名大学生, 回收问卷 1963 份, 有效问卷 1928 份, 问卷有效率为 98.22%。其中男生 648 人(33.6%), 女生 1280 人(66.4%); 独生子女有 379 人(19.7%), 非独生子女的有 1549 人(80.3%); 大一学生 603 人(31.3%), 大二 529 人(27.4%), 大三 505 人(26.2%), 大四 291 人(15.1%)。

2.2. 研究工具

2.2.1. 患者健康问卷抑郁量表

采用患者健康问卷(Patient Health Questionnaire, PHQ)中抑郁自评量表部分(Patient Health Questionnaire-9, PHQ-9)(Spitzer et al., 1999), 调查大学生的抑郁情况。该量表包括 9 个项目, 各项目评分从 0 到 3(0= 完全不会, 1= 好几天, 2= 超过一半的天数, 3= 几乎每天), 总分为 27 分, 测量结果总分 0~4 分(无抑郁), 5~9 分(轻度抑郁), 10~14 分(中度抑郁), 15~27 分(重度抑郁)。本研究中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.88。

2.2.2. 心理和谐量表

采用吴九君和郑日昌(2011)编制的大学生心理和谐量表。该量表包括 20 个项目, 分为自我和谐、人际和谐和人事和谐 3 个维度, 从“完全不符合”到“完全符合”分别表示 1~5 分, 总分为 100 份, 分数越高, 说明心理和谐水平越高。本研究中, 心理和谐总量表的 Cronbach's α 系数为 0.94。

2.2.3. 领悟社会支持量表

采用由姜乾金(1999)翻译、修订的中文版领悟社会支持量表(Perceived Social Support Scale, PSSS)。该量表包括 12 个项目, 采取从 1 分“极不同意”到 7 分“极同意”计分, 总分为 84 分, 分数越高, 说明领悟社会支持水平越高。本研究中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.94。

2.3. 数据处理

采用 SPSS 26.0 对数据进行共同方法偏差检验、T 检验、单因素方差分析、描述性分析和相关分析, 使用 Hayes 编制的 SPSS-Process 插件的 Model 4 进行中介效应检验。

3. 结果与分析

3.1. 共同方法偏差

采用 Harman 单因子方法进行共同方法偏差检验。探索性因素分析结果显示, 特征值大于 1 的因子有 7 个, 其中第一个因子方差解释率为 33.1%, 小于临界值 40%, 表明本研究数据不存在严重的共同方法偏差问题。

3.2. 抑郁状况分析

根据 PHQ-9 量表推荐, 以 5, 10, 15 分分别判定为存在轻度、中度、重度抑郁(季文平等, 2023)。本研究检测出无抑郁(0~4 分)有 1204 人(62.4%), 轻度抑郁(5~9 分)有 512 人(26.6%), 中度抑郁(10~14 分)有 146 人(7.6%), 重度抑郁(15~27 分)有 66 人(3.4%)。根据 PHQ-9 在成人中推荐的诊断划界分为 10 分(胡星辰等, 2014), 因此, 本研究中抑郁检出率为 11% (212/1928)。据表 1, 男生抑郁得分(4.17 ± 4.96)与中、重度抑郁占比(12.1%)均大于女生抑郁得分(4.12 ± 4.24)与中、重度抑郁占比(10.4%), 但抑郁在性别上不存在显著差异($t = 0.23, p = 0.818 > 0.05$)。大一学生抑郁得分 4.46 ± 4.43 , 大二抑郁得分 3.97 ± 4.21 , 大三抑郁得分 4.01 ± 4.74 , 大四抑郁得分 3.99 ± 4.66 , 结果表明, 抑郁在年级上不存在显著差异($p > 0.05$)。但抑郁在是否独生上, 差异具有统计学意义($p < 0.01$), 是独生子女抑郁得分 3.40 ± 4.01 , 非独生子女抑郁得分 4.32 ± 4.59 , 非独生子女的抑郁得分远高于独生子女的抑郁得分(见表 1)。

Table 1. Depression detection situation

表 1. 抑郁检出情况

		调查人数	无(0~4 分)	轻度(5~9 分)	中度(10~14 分)	重度(15~27 分)	t/F
性别	男	648 (33.6%)	416 (64.2%)	153 (23.6%)	48 (7.4%)	31 (4.7%)	0.23
	女	1280 (66.4%)	788 (61.6%)	359 (28.0%)	98 (7.7%)	35 (2.7%)	
年级	大一	603 (31.3%)	362 (60.0%)	178 (29.5%)	38 (6.3%)	25 (4.2%)	1.52
	大二	529 (27.4%)	329 (62.2%)	143 (27.0%)	46 (8.7%)	11 (2.1%)	
	大三	505 (26.2%)	321 (63.6%)	129 (25.5%)	37 (7.3%)	18 (3.6%)	
	大四	291 (15.1%)	192 (66.0%)	62 (21.3%)	25 (8.6%)	12 (4.4%)	
是否独生	是	379 (19.7%)	261 (68.9%)	92 (24.3%)	17 (4.5%)	9 (2.3%)	-3.89 ($p < 0.01$)
	否	1549 (80.3%)	943 (60.9%)	420 (27.1%)	129 (8.3%)	57 (3.7%)	

3.3. 描述统计及相关性分析

Table 2. Descriptive statistics and correlation analysis of each variable

表 2. 各变量的描述统计及相关性

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	1								
2	-0.08**	1							
3	0.22**	-0.01	1						
4	-0.01	0.04	0.08**	1					
5	0.03	-0.01	-0.02	-0.45**	1				
6	0.02	-0.02	0.01	-0.34**	0.72**	1			
7	-0.05*	-0.01	-0.07**	-0.45**	0.74**	0.70**	1		
8	-0.01	-0.01	-0.03	-0.45**	0.90**	0.90**	0.91**	1	
9	0.11**	0.03	0.01	-0.36**	0.52**	0.52**	0.47**	0.55**	1
M	1.66	2.25	1.80	4.14	19.57	27.51	28.98	76.06	62.79
SD	0.47	1.06	0.40	4.49	3.25	3.78	4.06	10.02	10.75

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, 下同; 1 = 性别, 2 = 年级, 3 = 是否独生, 4 = PHQ-9, 5 = 自我和谐, 6 = 人际和谐, 7 = 人事和谐, 8 = 心理和谐, 9 = 领悟社会支持; 性别: 男 = 1, 女 = 2; 是否独生: 是 = 1, 否 = 2。

本研究中, 相关分析结果表明, 对于人口学变量, 性别与抑郁相关性不显著($p > 0.05$), 与领悟社会支持呈正相关($p < 0.01$), 与心理和谐及其各维度不存在相关关系; 年级与 PHQ-9、心理和谐及各维度、领悟社会支持均不存在相关关系($p > 0.05$); 是否独生与抑郁存在弱相关关系($r = 0.082, p < 0.01$), 与人事和谐存在负相关关系($r = -0.067, p < 0.01$)。对于三个主要变量, 抑郁与心理和谐及其各维度、领悟社会支持两两呈显著负相关($p < 0.01$); 心理和谐及各维度与领悟社会支持两两相关性显著($p < 0.01$) (见表 2)。

3.4. 中介效应检验

鉴于性别、是否独生、年级与心理和谐、领悟社会支持之间的相关, 将性别、是否独生和年级作为协变量纳入回归方程中。采用 SPSS-Process 中的 Model 4, 在控制三个人口学变量的前提下, 以心理和谐作为自变量, PHQ-9 作为因变量, 领悟社会支持作为中介变量进行分析。表 3 结果显示, 心理和谐可以显著负向预测抑郁($\beta = -0.20, p < 0.01$), 总效应显著; 心理和谐对领悟社会支持($\beta = 0.59, p < 0.01$)呈显著正向预测作用; 心理和谐对抑郁的直接效应为 $-0.16, p < 0.01$, 表明直接效应显著; 领悟社会支持对抑郁呈显著负向预测作用($\beta = -0.07, p < 0.01$)。同时, 对于三个控制变量, 性别对抑郁影响不显著($p > 0.05$), 对领悟社会支持影响显著($p < 0.01$); 是否独生对抑郁存在显著预测作用($p < 0.01$), 对领悟社会支持并不存在显著的预测作用($p > 0.05$); 年级对抑郁不存在显著预测作用($p > 0.05$), 对领悟社会支持预测作用显著($p < 0.05$) (见表 3)。

Table 3. Analysis of regression

表 3. 回归分析

回归方程		方程拟合指数			回归系数	显著性
结果变量	预测变量	R	R ²	F	β	t
PHQ-9	心理和谐	0.46	0.21	129.73	-0.20	-22.32**
	年级				0.13	1.49
	性别				-0.19	-0.95
	是否独生				0.82	3.50**
领悟社会支持	心理和谐	0.57	0.32	226.79	0.59	29.51**
	年级				0.43	2.22*
	性别				2.52	5.74**
	是否独生				0.05	0.10
PHQ-9	心理和谐	0.48	0.23	115.76	-0.16	-14.90**
	领悟社会支持				-0.07	-6.88**
	年级				0.16	1.85
	性别				-0.01	-0.06
	是否独生				0.82	3.55**

中介效应检验结果如表 4 所示, 控制三个人口学变量, 通过偏差校正的百分位 Bootstrap 检验(重复抽样 2000 次, 95%的置信区间), 间接效应为 -0.04 , 且 95%置信区间为 $[-0.18, -0.14]$, 不包含 0, 即领悟社会支持在自变量与因变量间发挥了部分中介作用。领悟社会支持在心理和谐与抑郁之间的中介效应为 -0.04 , 总效应为 -0.20 , 中介效应占总效应的 20.69%; 而心理和谐到抑郁的直接效应为 -0.16 , 占比 79.31%。具体中介模型见图 1。

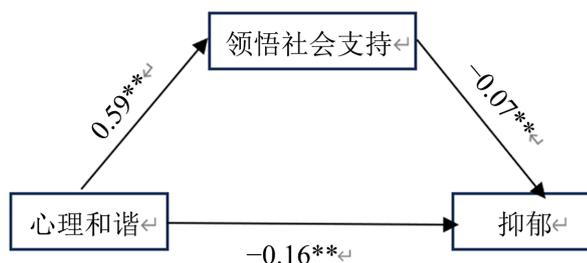


Figure 1. The mediating model of psychological harmony affecting depression

图 1. 心理和谐影响抑郁的中介模型

Table 4. Descriptive statistics and correlation analysis of each variable

表 4. 中介效应检验

中介效应路径	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI	效应占比
心理和谐→领悟社会支持→PHQ-9	-0.04	0.01	-0.06	-0.03	20.69%
心理和谐→PHQ-9	-0.16	0.01	-0.18	-0.14	79.31%
总效应	-0.20	0.01	-0.22	-0.18	/

4. 讨论

4.1. 心理和谐对抑郁的影响

结果显示, 心理和谐对抑郁情绪存在显著负向预测作用, 研究假设 H1 成立, 表明低心理和谐水平的大学生, 更容易产生抑郁情绪。低心理和谐水平者, 不能客观理智地认识自身、他人和环境状况, 自我内部不协调, 对自己的认知有欠缺, 造成自我内部不和谐, 长久会产生抑郁情绪(Wei et al., 2013)。在面对人际或人事冲突时, 研究表明, 男生年轻气盛, 冲突面前更具攻击性(朱丽娜等, 2017), 他们更容易采用竞争来应对冲突, 根据抑郁素质压力模型(邹涛, 姚树桥, 2006), 大学生若采取竞争的应对方式, 会使冲突情境激化, 从而导致更紧张的压力状态, 引发抑郁情绪。由于社会文化的原因, 女生则被教导谦让, 温柔, 所以在面对冲突时, 女生做得更多的是隐忍, 压抑内心的需求和感受(胡星辰等, 2014)。同时, 中国人通常把“冲突”和“动乱”联系在一起, 因此往往不喜欢冲突(牛更枫等, 2013), 部分个体更会由于恐惧冲突而选择自我消化和忍让。当代大学生的内心相对脆弱, 抗压力弱, 当人际或人事冲突无法解决且维持时间较长时, 就会导致身心不和谐, 间接产生抑郁情绪。这一假设为进一步考察领悟社会支持在心理和谐与抑郁之间的中介作用提供了前提条件。因此, 未来, 我们不仅可以从单个维度入手考虑大学生抑郁的影响机制, 也可以以心理和谐作为一个整体去探讨对抑郁的影响。同时, 鉴于心理和谐及各维度与抑郁的相关性, 我们还可以从自我和谐、人际和谐、人事和谐三个方面为学生提供教育和辅导以降低抑郁的产生。

4.2. 领悟社会支持在心理和谐与抑郁之间的中介作用

领悟社会支持属于一种保护性因素, 研究结果表明, 心理和谐水平可以通过领悟社会支持间接影响抑郁情绪, 起到中介作用, 研究假设 H2 成立, 低心理和谐水平导致个体负性的情绪状态, 使个体容易采取消极的应对方式, 影响其人际关系以及处理生活中事件的质量, 并进而降低个体感知到的社会支持水平, 进而导致其抑郁水平越高。这与以往的研究结果一致(石丹丹等, 2022)。当个体心理不和谐时, 其自我和谐、人际和谐、人事和谐均可能处于不太理想的状态, 三方面相连互通, 若个体对自己产生怀疑, 不接纳自己, 甚至泛化认为自己各个方面都不优秀, 进而会影响其交往与处事, 这种状态下, 个体陷入

消极自我中, 领悟不到周围人的关心, 其感知社会支持的能力下降, 加重其抑郁情绪的产生。根据社会情绪支持的主效应模型(魏义梅, 2007), 社会心理支持也有利于维持社会个体相对良好健康的精神情绪生活体验, 减少社会个体中的消极不良精神情绪, 例如抑郁、焦虑等。低心理和谐水平的大学生, 可以通过领悟身边的支持来缓解抑郁情绪。当个体感知到较高水平的社会支持时, 就会感到自己被理解、被尊重和被支持, 也会倾向于采用积极的心态和处理方式对待大学生活中遇到的各种小挫折(Huang, 2016)。即使个体的心理和谐水平不高, 个体也能充分地利用外界的支持和已有的经验进行自我的调节, 从而避免抑郁情绪的产生。因此, 各高校不仅可以为学生提供更多的社会支持, 也可通过心理辅导、大学生心理健康课等多种途径向大学生们讲解领悟社会支持相关知识, 引导他们正确认识和对待求助行为, 帮助他们提升人际交往能力, 从而提升其领悟社会支持的能力, 也可降低抑郁的产生。

4.3. 研究展望与不足

本研究首先着重考察分析了心理和谐问题对大学生抑郁的重大影响, 以及领悟社会支持在中间发挥的作用。这对了解大学生抑郁的成因、指导大学生心理健康工作具有一定的指导意义。其次, 学生心理和谐是构建和谐校园的现实需要, 从自我和谐、人际和谐与人事和谐三方面着手, 为促进学生心理和谐提供教育指南, 进而降低抑郁的产生。最后, 启示高校教育工作者不仅要关注学生的心理健康水平, 提供社会支持, 也要注意培养学生正确的人生观、价值观, 正确地看待自己, 培养学生乐观的心态, 积极地看待并解决人际或人事冲突, 提升心理和谐水平, 降低抑郁的产生。

本研究采用问卷调查的研究方法, 受被试主观报告的影响较大, 研究效力不如实验研究; 其次, 本研究只关注了领悟社会支持这一个中介变量, 构建的中介模型相对比较简单, 未来可以引入其他变量对模型进行进一步的补充和完善。

参考文献

- 柏璐, 贾媛媛, 蔡瑜, 管倩(2022). 大学生抗挫折能力、自尊、乐观归因风格调查分析. *中国健康教育*, 38(12), 1077-1081.
- 胡星辰, 张迎黎, 梁炜, 张红梅, 杨世昌(2014). 病人健康问卷抑郁量表(PHQ-9)在青少年中应用的信效度检验. *四川精神卫生*, 27(4), 357-360.
- 季文平, 张鸿雁, 田汉英, 杨钺, 汪松, 时玉东, 胡亮亮, 吴碧容, 夏磊(2023). 安徽省医学院校大学生抑郁与网络成瘾及失眠的关联. *中国学校卫生*, 44(8), 1174-1177, 1181.
- 姜乾金. *领悟社会支持量表(PSSS)*. *心理卫生评定量表手册*(pp. 131-133). 中国心理卫生杂志社出版.
- 李丹, 周艳, 尹华站(2014). 大学生的抑郁症状与完美主义、自我和谐. *中国心理卫生杂志*, 28(7), 545-549.
- 刘晓宇, 张婉莹, 许郡婷, 李文福(2018). 生活事件对大学生焦虑和抑郁的影响. *中国健康心理学杂志*, 26(12), 1906-1912.
- 倪亚琨, 郭腾飞, 陈萍, 王明辉(2015). 受艾滋病影响儿童领悟社会支持对自尊的影响: 安全感、同伴关系的复合式多元中介效应. *中国临床心理学杂志*, 23(4), 695-700, 745.
- 牛更枫, 郝恩河, 孙晓军, 周宗奎(2013). 负性生活事件对大学生抑郁的影响: 应对方式的中介作用和性别的调节作用. *中国临床心理学杂志*, 21(6), 1022-1025.
- 盛靓, 王金睿, 周姿言, 彭海云, 辛素飞(2022). 压力性生活事件与青少年抑郁——安全感与领悟社会支持的作用. *中国校外教育*, (5), 43-56.
- 石丹丹, 廖妮堰, 冯晓雪(2022). 领悟社会支持对大学生抑郁的影响: 人际信任的中介作用. *心理月刊*, 17(23), 39-41.
- 王纯, 张宁(2004). 抑郁的归因理论与归因训练. *中国心理卫生杂志*, 18(6), 423-425, 435.
- 王丽婷, 李强, 魏晓薇, 翟宏堃(2021). 抑郁症患者疾病认知与自我护理的关系: 希望和应对方式的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 29(4), 744-747.
- 王苗苗(2016). *领悟社会支持对心理和谐的影响: 有调节的中介效应*. 硕士学位论文, 南昌: 江西师范大学.

- 魏义梅(2007). *大学生抑郁的心理社会机制及认知应对干预*. 博士学位论文, 长春: 吉林大学.
- 吴洪辉, 廖友国(2013). 近十年大学生自评抑郁量表(SDS)调查结果的元分析. *宁波大学学报(教育科学版)*, 35(6), 9-12.
- 吴九君, 郑日昌(2011). 大学生心理和谐量表的编制. *中国健康心理学杂志*, 19(5), 622-624.
- 杨雪花, 陈万明(2016). 大学生人际交往能力对宿舍人际关系及幸福感的影响. *中国学校卫生*, 37(2), 300-303.
- 张月, 刘婧毓, 姜雅叶, 郑岚戈, 彭焱(2023). 高职生人际关系困扰和抑郁的关系: 一般自我效能感和领悟社会支持的链式中介作用. *中国健康心理学杂志*, 31(6), 942-948.
- 赵思博, 张杰(2024). 大学生自杀意念变动趋势和相关因素. *中国心理卫生杂志*, (9), 808-813.
- 朱丽娜, 张增国, 郑德伟, 孙宏伟, 解应平, 陈新岗(2017). 大学生焦虑与功能失调性态度在应激生活事件与攻击性间的中介和调节作用. *中国学校卫生*, 38(8), 1187-1190.
- 邹涛, 姚树桥(2006). 抑郁认知易感性应激模式的研究: 起源、发展和整合. *心理科学进展*, 14(5), 762-768.
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M. et al. (2015). The Prevalence and Correlates of Depression, Anxiety, and Stress in a Sample of College Students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90-96. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.054>
- Huang, L. (2016). Interpersonal Harmony and Conflict for Chinese People: A Yin-Yang Perspective. *Frontiers in Psychology*, 7, Article 847. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00847>
- Rogers, C. R. (1959). A Theory of Therapy, Personality and Interpersonal Relationships, as Developed in the Client-Centered Framework. *Cancer Research*, 65, 3958-3965.
- Roohafza, H. R., Afshar, H., Keshteli, A. H., Mohammadi, N., Feizi, A., Taslimi, M., & Adibi, P. (2014). What's the Role of Perceived Social Support and Coping Styles in Depression and Anxiety? *Journal of Research in Medical Sciences: The Official Journal of Isfahan University of Medical Sciences*, 19, 944-949.
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., & Williams, J. B. (1999). Validation and Utility of a Self-Report Version of PRIME-MD: The PHQ Primary Care Study. *JAMA*, 282, 1737-1744. <https://doi.org/10.1001/jama.282.18.1737>
- Stewart, J. G., & Harkness, K. L. (2017). Testing a Revised Interpersonal Theory of Depression Using a Laboratory Measure of Excessive Reassurance Seeking. *Journal of Clinical Psychology*, 73, 331-348. <https://doi.org/10.1002/jclp.22338>
- Vingerhoets, A. J. J. M., & Marcelissen, F. H. G. (1988). Stress Research: Its Present Status and Issues for Future Developments. *Social Science & Medicine*, 26, 279-291. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(88\)90392-9](https://doi.org/10.1016/0277-9536(88)90392-9)
- Wei, M., Su, J. C., Carrera, S., Lin, S., & Yi, F. (2013). Suppression and Interpersonal Harmony: A Cross-Cultural Comparison between Chinese and European Americans. *Journal of Counseling Psychology*, 60, 625-633. <https://doi.org/10.1037/a0033413>