

医学生社会支持对心理危机脆弱性的影响： 积极心理资本的中介作用

颜思佳, 王娟, 郭天*

济宁医学院临床医学院(附属医院), 山东 济宁

收稿日期: 2025年5月28日; 录用日期: 2025年7月15日; 发布日期: 2025年7月30日

摘要

目的: 医学生心理危机脆弱性问题逐渐明显, 有必要进一步提升医学生心理健康水平。方法: 采用问卷调查法, 依据危机脆弱性问卷、社会支持评定量表和积极心理资本量表, 对415名医学生展开调查, 探索社会支持对心理危机脆弱性的影响机制, 并验证积极心理资本的中介作用。结果: (1) 心理危机脆弱性与社会支持、积极心理资本呈负相关, 社会支持和积极心理资本之间呈正相关; (2) 积极心理资本在社会支持对心理危机脆弱性的影响起部分中介效应。结论: 社会支持对心理危机脆弱性具有影响作用, 积极心理资本发挥中介作用。需要关注医学生心理危机的脆弱性, 建立心理危机干预机制, 降低医学生的心理危机发生率。

关键词

心理危机脆弱性, 社会支持, 积极心理资本

The Effect of Medical Students' Social Support on Vulnerability to Psychological Crisis: The Mediating Role of Positive Psychological Capital

Sijia Yan, Juan Wang, Tian Guo*

Jining Medical University Clinical College (Affiliated Hospital), Jining Shandong

Received: May 28th, 2025; accepted: Jul. 15th, 2025; published: Jul. 30th, 2025

*通讯作者。

文章引用: 颜思佳, 王娟, 郭天(2025). 医学生社会支持对心理危机脆弱性的影响: 积极心理资本的中介作用. *心理学进展*, 15(7), 290-297. DOI: 10.12677/ap.2025.157431

Abstract

The problem of psychological crisis vulnerability of medical students is becoming obvious, and it is necessary to further improve the mental health of medical students. **Methods:** A questionnaire survey was conducted on 415 medical students based on the Crisis Vulnerability Questionnaire, the Social Support Rating Scale, and the Positive Mental Capital Scale to explore the mechanism of the influence of social support on psychological crisis vulnerability and to verify the mediating role of positive mental capital. **Results:** (1) Psychological crisis vulnerability was negatively correlated with social support and positive psychological capital, and positively correlated between social support and positive psychological capital; (2) Positive psychological capital partially mediated the effect of social support on psychological crisis vulnerability. **Conclusion:** Social support has an influential role in psychological crisis vulnerability, and positive psychological capital plays a mediating role. It is necessary to pay attention to the vulnerability of medical students to psychological crisis and establish a psychological crisis intervention mechanism to reduce the incidence of psychological crisis among medical students.

Keywords

Psychological Crisis Vulnerability, Social Support, Positive Psychological Capital

Copyright © 2025 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. 前言

心理压力已成为公众面临的重要挑战。医学生学业负担重、临床实践压力大，并经受处理医患关系的考验，心理危机概率随之增加(郭静等, 2018; 胡凡等, 2023)。心理危机本质上是一种心理失衡的状态，指个体遭受的高强度压力和生活状态重大变动打破原有的心理平衡，从而降低对现有状态的应对能力(张勇, 2018)。心理危机影响个人生活质量，也是导致自残、自杀等行为的重要因素。因此，有必要对心理危机脆弱性展开研究。

学者主要探讨了社会支持和积极心理资本对心理危机脆弱性的影响作用。社会支持指的是个人从社会网络中能够获取的各类资源，以缓解个体压力，减少心理危机概率(甘秀英等, 2009; 季卫东等, 2010)。积极心理资本是指个人积极的心理发展状态(Luthans & Youssef, 2007)。涵盖自我效能感、乐观心态、希望以及韧性等方面，对个体成长和心理健康有着动力作用。

在此背景下，本研究探索社会支持、积极心理资本和心理危机脆弱性的联系，有助于了解社会支持和积极心理资本对心理危机脆弱性的影响机制，便于建立心理干预体系和制定心理干预工作。

2. 概念及相关研究

2.1. 心理危机脆弱性概念及特点

心理危机脆弱性体现为个体心理易感性较强，并缺少应对潜在心理危机的应对手段(郭静等, 2018)。此前研究发现，有童年虐待经历的学生更容易展现心理危机脆弱性，当其面临压力时，心理危机问题更严重(李梦菊等, 2021)。

心理危机易感性群体存在异质性。在学生群体中,性别、年级和专业都会导致心理危机易感性出现差异。此外,学习阶段也是导致心理危机易感性的重要因素,本科生在出入大学时,可能会由于学习环境、生活环境发生变化,导致适应困难产生心理危机;研究生阶段则由于面临科研压力、工作和升学压力,也有可能产生心理危机易感性上升(郭静等,2018;胡凡等,2023)。还有学者发现了专业差异,认为理工科学生可能因课程难度高、学习任务重等学业压力导致心理危机概率更高(胡凡等,2023)。

2.2. 社会支持、积极心理资本概念及对心理健康的影响

社会支持体系涵盖正式支持(如学校政策、心理辅导)与非正式支持(如家庭关怀、同伴关系),是减轻医学生心理危机的重要动力。张胜男(2024)研究发现社会支持不仅能减少人际关系困扰,还可间接提升自尊水平,进而降低抑郁风险。

此前学者研究发现社会支持有助于提升个体心理健康水平,如社会支持水平越高,心理危机脆弱性越低、焦虑和抑郁水平越低,心理幸福感越高(甘秀英等,2009;季卫东等,2010;王宣予等,2019)。同时,社会支持可以促进个人的心理成长。社会支持提供了交流和支持机会,个体通过交流学习,提升解决问题的能力水平。医学生在社会支持中,可以培养社交能力,提升对心理危机的防范能力,促进心理健康发展(黄煜文,罗芊懿,尚鹤睿,2021)。积极心理资本属于一种正向心理资源,是提升个体面对成长挑战中的重要因素,能够呈现出积极心理状态,并对心理健康有显著提升作用(Luthans & Youssef, 2007; 郑亚楠,胡雯,2019)。积极心理资本中,心理韧性是核心构成要素,能够改善心理健康带来的负面影响,这对临床实践背景下的医学生而言尤为关键。

2.3. 心理危机脆弱性、社会支持和积极心理资本的关系

此前研究发现,心理危机脆弱性与社会支持、积极心理资本存在关联。胡凡等(2023)提出,社会支持是影响农村大学生心理危机脆弱性的关键因素之一。唐礼庆等(2020)对学生危机脆弱性、应对方式及社会支持的相关性展开研究,发现社会支持对学生危机脆弱性有显著改善作用,当个体积极心理资本水平较低时,生活与学习中更易产生消极情绪,抗压能力也相对较弱。

本研究根据“资源保护模式”解释三者之间的互动机制。社会支持作为外部资源,通过增强积极心理资本(如提升心理复原力、自我效能感等),间接降低心理危机脆弱性。具体而言,社会支持的作用体现在三个方面:(1) 直接影响:社会支持通过提供情感安抚与实际帮助,直接削弱压力源的负面冲击。例如,同伴间的支持能有效缓解医学生的孤独情绪,降低抑郁发生几率。(2) 间接影响:社会支持借助强化积极心理资本的中介效应改善心理健康。张胜男(2024)的链式中介模型显示,“社会支持→人际关系困扰→自尊→抑郁”的病理效应显著,表明社会支持能够通过改善人际关系、提升自尊水平,间接降低心理危机脆弱性。(3) 动态交互效应:积极心理资本的四个维度在不同压力阶段发挥不同作用。比如,心理韧性在应对急性压力(如考试)时至关重要,而乐观心态在面对慢性压力时更为关键。

3. 方法

3.1. 研究样本

选取某医科大学在校大学生为被试,本研究共发放 438 份问卷,有效问卷 415 份,有效率 94.75%。

3.2. 研究工具

3.2.1. 危机脆弱性问卷

本研究采用危机脆弱性问卷,该问卷由 G. Parry 设计,包含 15 道题目,每题设置“是”“不确定”

“否”三个选项。得分越高，个体受危机影响的可能性越大；低于 5 分表明几乎不受危机影响；5 至 10 分说明能够有效应对多数危机；11 至 15 分意味着可能难以在危机中维持心理平衡；超过 15 分则显示个体极易受到危机冲击。本研究中，该量表的 Cronbach' α 系数为 0.71。

3.2.2. 社会支持评定量表

本量表包含 10 个项目，涵盖主观支持、客观支持及对支持的利用度三个维度。分数越高，表明个体获得的社会支持水平越高。本研究中，该量表的 Cronbach' α 系数为 0.79。

3.2.3. 积极心理资本量表

该量表包含自我效能、韧性、乐观和希望四个维度，共有 26 个条目。得分越高，说明个体的积极心理资本水平越高。本研究中，该量表的 Cronbach' α 系数为 0.94。

3.3. 研究程序

本研究采用在线问卷进行收集，测量内容除了量表之外还对性别等人口学变量进行了调查，测量后的数据统一使用 SPSS21.0、PROCESS 进行数据分析。

3.4. 共同方法偏差检验

将所有项目进行探索性因子分析，结果显示，特征根大于 1 的因子共 10 个，第一个因子解释的变异量是 30.43% (<40%)，因此不存在严重的共同方法偏差。

4. 结果

4.1. 描述性统计

4.1.1. 医学院本科生一般资料

Table 1. Results of demographic variables ($N = 415$)

表 1. 人口统计学变量结果($N = 415$)

	项目	人数	百分比
性别	男	206	49.60
	女	209	50.40
户籍类型	农村	212	51.10
	城镇	203	48.90
家庭类型	双亲抚养	391	94.20
	单亲家庭	21	5.10
	亲戚抚养	2	0.50
	孤儿	1	0.20
是否独生子女	是	145	34.90
	否	270	65.10
月生活费	0~600 元	5	1.20
	600~1200 元	95	22.90
	1200~1800 元	203	48.90
	1800 元以上	112	27.00

样本中共包括206(49.60%)名男性医学生和209(50.40%)名女性医学生,农村户籍有212(51.10%)人,城镇户籍有203(48.90%)人。家庭类型中,双亲抚养人数为391(94.20%)人,单亲抚养人数为21(5.10%)人,亲戚抚养人数为2(0.50%)人,孤儿为1(0.20%)人。独生子女为145(34.90%)人,非独生子女为270(65.10%)人。样本中月生活费在0~600元的人数为5(1.20%)人,600~1200元的有95(22.90%)人,1200~1800元的有203(48.90%)人,1800元以上的有112(27.00%)人。具体见表1。

4.1.2. 心理危机脆弱性的总体情况

由表2可见,医学院本科生心理危机脆弱性的平均分是9.57,这表明大多数医学生还是能够成功度过危机。

Table 2. Crisis vulnerability statistics of the subjects (N = 415)

表2. 被试危机脆弱性情况统计表(N = 415)

	均值	最大值	最小值	标准差
心理危机脆弱性	9.57	22	1	4.16

由表3可知,得分低于5分的学生有51人,占比12.29%,表明这部分同学基本不会受危机影响;得分在5至10分之间的有200人,占比48.19%,意味着他们能够有效应对多数危机情境。值得关注的是,11至15分的群体有140人,占比33.73%,反映出这些学生应对危机的能力相对薄弱,面对压力时容易出现心理失衡;尤其需要注意的是,得分超过15分的有24人,占比5.78%,这类学生仅依靠自身能力较难渡过危机,显示出其心理状态较为脆弱。

Table 3. Statistics on the distribution of subjects' crisis vulnerability by score band (N = 415)

表3. 被试危机脆弱性各分数段分布情况统计表(N = 415)

	5分以下	5~10分	11~15分	15分以上	总计
人数	51	200	140	24	415
%	12.29	48.19	33.73	5.78	100

4.1.3. 心理危机脆弱性在人口统计学变量上的差异

由表4所知,男性学生在心理危机脆弱性上显著高于女性学生, $p < 0.05$, $t = 3.70$ 。由表5所知,心理危机脆弱性在家庭类型上差异显著。

Table 4. Gender differences in vulnerability to psychological crisis (N = 415)

表4. 心理危机脆弱性在性别上的差异(N = 415)

性别	M ± SD	t
男	10.32 ± 4.11	3.70***
女	8.83 ± 4.09	

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$, 下同。

Table 5. Differences in psychological crisis vulnerability on demographic variables (N = 415)

表5. 心理危机脆弱性在人口统计学变量上的差异(N = 415)

户籍类型	M ± SD	F
农村	9.67 ± 4.22	0.279
城镇	9.46 ± 4.11	

续表

家庭类型	双亲抚养	9.59 ± 4.15	3.118*
	单亲家庭	8.48 ± 3.75	
	亲戚抚养	11.00 ± 4.24	
	孤儿	21.00 ± 0.00	
独生子女	是	9.63 ± 4.23	0.055
	否	9.53 ± 4.13	
月生活费	0~600 元	11.40 ± 6.46	1.105
	600~1200 元	9.79 ± 4.36	
	1200~1800 元	9.71 ± 4.01	
	1800 元以上	9.04 ± 4.17	

4.2. 三个变量之间的关系

Table 6. Correlation between the three ($N = 415$)

表 6. 三者间的相关关系($N = 415$)

	心理危机脆弱性	社会支持	积极心理资本
心理危机脆弱性	1	-0.44**	-0.56**
社会支持	-0.44**	1	0.51**
积极心理资本	-0.56**	0.51**	1

由表 6 可知, 心理危机脆弱性、社会支持和积极心理资本三者显著相关, 心理危机脆弱性与社会支持、积极心理资本之间呈显著负相关。

4.3. 中介效应检验

Table 7. Mediated effects test ($N = 415$)

表 7. 中介效应检验($N = 415$)

步骤	因变量	自变量	R	$R-sq$	F	β	t
第一步	积极心理资本	社会支持	0.51	0.26	74.37***	1.51	12.19***
第二步	心理危机脆弱性	社会支持	0.47	0.22	61.08***	-0.25	-10.24
第三步	心理危机脆弱性	积极心理资本	0.62	0.38	85.74***	-0.09	-10.21
		社会支持				-0.11	-4.56

Table 8. Mediated effects test ($N = 415$)

表 8. 中介效应检验($N = 415$)

效应关系	效应值	LLCI	ULCI	效应占比
总效应	-0.25	-0.30	-0.20	
直接效应	-0.11	-0.16	-0.06	46%
间接效应	-0.13	-0.17	-0.10	54%

如表 7 所示,通过 bootstrap 技术对积极心理资本在模型中的中介作用进行检验,间接效应值为-0.13,95%置信区间[-0.17,-0.10]不包含 0,因此说明间接效应成立,所以积极心理资本在模型中起到了显著的中介作用。

根据效应占比计算结果可以看出,积极心理资本的效应占比为 54%。详见表 8。

5. 讨论

5.1. 关于三个变量的描述性统计

研究表明,样本中的多数医学生心理危机脆弱性处于较好水平,这表明其对心理危机具有较强的抵御能力,能够适应外部环境变化,并且有足够能力应对危机。本研究发现 33.73%的医学生在危机面前承受能力较弱,5.78%的学生仅依靠个人力量难以渡过危机,显示出部分群体的心理危机风险较高。因此,必须正视当前医学生心理危机脆弱性的整体状况,重点关注存在潜在心理危机的学生,提前防范危机可能引发的负面效应。

心理危机脆弱性在大学生生源地和是否为独生子女方面未呈现显著差异,这与王宣予等(2019)的研究结果相符。心理危机脆弱性存在性别的异质性,相较于女生,男生的心理危机脆弱性更高,这一结论与过往研究一致。这可能是由于男性医学生的心理负担更重,较女性更容易出现心理失衡(郑亚楠等,2019),有必要关注其心理健康问题。

在家庭类型方面,心理危机脆弱性与社会支持、主观支持、客观支持、积极心理资本及自我效能、乐观、希望等指标存在关联。与孤儿群体相比,双亲家庭的学生普遍拥有更高的社会支持和积极心理资本,心理危机脆弱性也相对更高。有研究指出,家长通过调整学业期望、提供情感陪伴等方式,能够有效降低学生的焦虑水平(张胜男,2024)。双亲家庭中,大学生与父母的情感交流更为频繁,心理承受能力也往往更强,这也契合了王道阳等(2017)提出的双亲家庭子女心理健康水平更优的结论。可见,良好的家庭环境有助于维护大学生的心理稳定性,需重视家庭因素在心理危机预警中的作用(卢勤,2010)。

我们的研究发现非独生子女获得的社会支持高于独生子女,这可能因为非独生子女拥有更多亲属关系的支持来源。此外,主观支持、积极心理资本和自我效能在月生活费水平上也存在显著差异,月生活费较高的学生在主观支持和积极心理资本方面表现更突出。根据社会支持理论,物质支持与信息支持能够帮助个体解决实际问题,增强应对压力的能力。经济基础较好的家庭通常拥有更丰富的物质精神生活,学生可以获取多渠道的情感和社会支持。

5.2. 三者间的关系

相关性分析结果显示,心理危机脆弱性与社会支持、积极心理资本之间存在负相关关系,而社会支持与积极心理资本则呈正相关。进一步分析发现,积极心理资本在社会支持影响心理危机脆弱性的过程中发挥部分中介作用。

研究指出,社会支持对心理危机的缓冲机制体现在两个阶段:其一,在危机发生前,若个体感知到自身具备应对危机的内在资源及外部社会支持,往往不会将困境视为危机;其二,在危机发生时,充足的社会支持既能降低危机带来的负面影响,也能帮助个体找到解决途径,从而抵御危机冲击、实现缓冲效果。因此,若要降低医学院本科生的心理危机脆弱性,需着力提升其社会支持水平。这需要从学校、家庭、社会等多层面完善社会支持网络,注重培养学生人际交往能力,营造积极互动的校园氛围,对维护学生心理平衡具有重要意义。

社会支持能够预测个体的积极心理品质。社会支持水平较高的大学生,在面对心理危机时更倾向于采取积极应对策略,能切实感受到家庭内外的支持力量,从而以更勇敢积极的心态处理问题、渡过危机

(林静, 涂巍 2015)。本研究验证了积极心理资本的中介作用, 表明社会支持水平越高, 医学生越能感受到来自家庭、师长、同伴及社会的关怀与帮助, 进而形成理性平和、乐观向上的心理品质, 有助于降低心理危机风险。此外, 社会支持较高的医学生可能拥有更丰富的物质条件、更和谐的家庭氛围及更良好的社会关系, 当个体意识到这些优势时, 往往心态更积极、生活满意度更高, 负面情绪更少, 且具备更强的情绪调节能力与目标专注力, 对未来充满信心与希望。

6. 结论

心理危机脆弱性与社会支持、积极心理资本呈显著负相关, 社会支持和积极心理资本之间呈显著正相关。积极心理资本在社会支持对心理危机脆弱性的影响中起部分中介效应。因此, 需要关注医学生心理危机的脆弱性, 建立心理危机干预机制, 降低医学生的心理危机发生率。

本研究受限于家庭类型样本量分布不均, 未能开展事后检验, 后续可采用均衡样本设计以优化研究设计。也可进一步扩大样本规模, 对不同年级、医学专业及非医学专业群体展开对比分析。

基金项目

2023 年度济宁医学院思想政治教育研究课题资助(JYSZY2023011)。

参考文献

- 甘秀英, 聂衍刚, 罗蕴琪(2009). 中学生心理危机与社会支持、应对方式的关系. *心理与行为研究*, 7(2), 107-112.
- 郭静, 王瑛, 季丽丽, 贾丽萍, 卢国华(2018). 心理危机脆弱性量表的编制及信效度检验. *心理与行为研究*, 16(6), 847-853.
- 胡凡, 汤春苹, 张珂(2023). 农村大学生心理危机脆弱性及其相关因素分析. *中国学校卫生*, 44(7), 1021-1025.
- 黄煜文, 罗芊懿, 尚鹤睿(2021). 广州地区医学生社会支持与心理健康的关系: 心理弹性的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 29(3), 398-403.
- 季卫东, 周国权, 方文莉, 高运庆, 王珺等(2010). 团体心理辅导对社区居民心理危机脆弱性和应付方式的影响. *中国社会医学杂志*, 27(1), 5-7.
- 李梦菊, 杨琴, 王煜, 周春燕(2021). 童年期心理虐待对大学生心理危机脆弱性的影响——一个有调节的中介模型. *中国临床心理学杂志*, 29(5), 1064-1068.
- 林静, 涂巍(2015). 大学生积极心理品质与应对方式、领悟社会支持的关系. *中国健康心理学杂志*, 23(2), 225-228.
- 卢勤(2010). 家庭因素对大学生心理健康的影响. *西华大学学报(哲学社会科学版)*, 29(1), 107-110, 120.
- 唐礼庆, 韩琪, 陈燕, 金岳龙(2020). 大学生危机脆弱性现状及与特质应对方式、领悟社会支持的相关性研究. *赣南医学院学报*, 40(6), 583-587.
- 王道阳, 李书婷, 胡铭铭(2017). 基于倾向得分匹配方法的双亲与单亲家庭孩子心理健康及抚养人身份的作用. *卫生研究*, 46(5), 709-716.
- 王宣予, 李祚山, 齐卉, 陈雪, 黄小梅(2019). 大学生社会支持与危机脆弱性的关系——应对方式的中介作用. *内江师范学院学报*, 34(8), 9-15.
- 张胜男(2024). 大学生积极心理资本对抑郁的影响: 人际关系困扰和自尊的链式中介作用. *社会科学前沿*, 13(3), 513-520.
- 张勇(2018). *我国大学生心理危机行为的系统分析与对策研究*. 博士学位论文, 合肥: 合肥工业大学.
- 郑亚楠, 胡雯(2019). 自尊在赣州市某医学院校学生专业性心理求助态度及积极心理资本之间的中介作用. *医学与社会*, 32(7), 99-102.
- 郑亚楠, 胡雯, 龚茜, 等(2019). 在校大学生精神信仰与危机脆弱性现状及相互关系调查分析. *国际精神病学杂志*, 46(2), 231-234, 238.
- Luthans, F., & Youssef, C. M. (2007). Emerging Positive Organizational Behavior. *Journal of Management*, 33, 321-349. <https://doi.org/10.1177/0149206307300814>