

初中生领悟社会支持与抑郁的关系 ——情绪调节策略的中介作用

高晓荣

辽宁师范大学心理学院, 辽宁 大连

收稿日期: 2025年9月3日; 录用日期: 2025年9月22日; 发布日期: 2025年9月30日

摘 要

目的: 为探究初中生领悟社会支持对抑郁的影响及其情绪调节策略在两者之间的中介作用。方法: 本研究以439名初中生为研究对象, 采用《领悟社会支持量表》《流调中心抑郁量表》和《情绪调节量表》进行测评, 所有数据运用SPSS26.0进行处理, 运用的统计方法包括t检验、F检验、相关分析及PROCESS中介效应检验。结果: 初中生抑郁得分在性别和年级上差异显著, 认知重评和表达抑制情绪调节策略在年级上存在显著差异; 相关分析显示, 领悟社会支持、认知重评均与抑郁呈负相关, 而表达抑制和抑郁呈正相关。此外, 领悟社会支持能正向预测认知重评, 负向预测表达抑制。中介分析进一步表明, 认知重评和表达抑制在领悟社会支持与抑郁之间均起部分中介作用。

关键词

初中生, 领悟社会支持, 抑郁, 情绪调节策略

The Relationship between Perceived Social Support and Depression among Middle School Students

—The Mediating Role of Emotion Regulation Strategies

Xiaorong Gao

College of Psychology, Liaoning Normal University, Dalian Liaoning

Received: September 3, 2025; accepted: September 22, 2025; published: September 30, 2025

Abstract

Objective: To explore the influence of perceived social support on depression among middle school

students and the mediating role of emotional regulation strategies between the two. **Methods:** 439 middle school students were evaluated using the Perceived Social Support Scale, the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale, and the Emotion Regulation Scale. SPSS26.0 was used to analyze the data through t-test, F-test, correlation analysis, and PROCESS mediating effect test. **Result:** The scores of depression among middle school students vary significantly by gender and grade, and there are significant differences in cognitive reappraisal and expression suppression emotion regulation strategies among grades. Relevant analysis shows that Perceived social support and cognitive reappraisal are both significantly negatively correlated with depression, while expression suppression is significantly positively correlated with depression. In addition, Perceived social support can positively predict cognitive reappraisal and negatively predict expression suppression. Mediating analysis further indicates that both cognitive reappraisal and expression suppression play a partial mediating role in the relationship between perceived social support and depression.

Keywords

Middle School Students, Perceived Social Support, Depression, Emotion Regulation Strategies

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. 引言

抑郁是一种以沮丧、失望、无助等负面情绪为主的情感体验(富伟伟等, 2018; 张莉等, 2019)。近年来, 抑郁一直是一个备受关注的公共卫生问题, 研究指出, 抑郁是青少年群体中的心理情绪问题之一(Maughan et al., 2013), 且多数患者的首次发病可追溯至青少年阶段(Solmi et al., 2022)。若青少年的抑郁状态持续存在, 将会对心理发展产生不利影响, 并干扰其正常的学习与生活, 严重者还会造成自伤和自杀行为(Huang et al., 2019)。中国科学院心理所发布的《中国国民心理健康发展报告(2021~2022)》显示, 中国青少年群体中 14.8%存在不同程度的抑郁风险。此外, 据《2023 年度中国精神心理健康》蓝皮书显示, 初中生抑郁检出率超 30%。初中生正处于生理和心理发育的关键时期, 同时也是抑郁最为敏感的时期, 如不能及时缓解, 将会对其健康造成不良的影响。探究初中生抑郁的作用路径与机制, 能为其早期识别和干预策略提供关键的实证依据与理论借鉴。

初中阶段属于青春期初期, 也是个体生理和心理发展的关键时期(周宗奎等, 2021)。这一阶段的个体既是充满活力的, 又是矛盾和冲突的。他们渴望独立, 但由于心理尚未成熟, 活动和认知水平有限, 使他们在许多方面还需要依附父母和其他人的帮助, 因此, 社会支持对于初中生的发展尤为重要。领悟社会支持是指个体对社会支持的期望和评价, 即个体在社会中感到被理解、尊重、支持的情感体验和满意程度(Dahlem et al., 1991)。有研究表明, 领悟社会支持可以在很大程度上缓解留守初中生的负面情绪, 如: 焦虑、抑郁等。同时, 个体感受到的领悟社会支持越高, 其在生活中受负面情绪的影响越小(何安明等, 2015)。根据主效应模型的理论观点, 社会支持对个体心理健康与生理状态均表现出广泛的促进作用, 具体而言, 较高的社会支持水平不仅能够有效缓解抑郁、焦虑等消极情绪, 还对提升身体健康水平具有积极的贡献(邓琳双等, 2012; 刘晓, 黄希庭, 2010)。据此, 提出假设 1: 领悟社会支持显著负向预测抑郁。

情绪调节(Emotion Regulation, ER)是指个体根据调节目标并基于不同的调节策略改变自己或他人情绪的主观体验、生理反应及行为表现,从而适应不断变化的环境的过程(Gross, 1998)。在 Gross 提出的情绪调节过程模型中,认知重评和表达抑制被确立为该理论框架中最具代表性的两种情绪调节策略(刘岩等, 2023)。认知重评(Cognitive Reappraisal, CR)是重新评价或重新思考负面情绪刺激,以更积极或中性的方式解释它们,理论上发生在认知水平,其目的是通过改变认知,尽量减少情境对情绪的显著影响;而表达抑制(Expression Suppression, ES)是一种以反应为中心的策略,涉及情绪表达的抑制(Gross & John, 2004)。研究发现,使用认知重评的个体会体验更少的负性情绪且与低抑郁有关,而使用表达抑制的个体则会体验和表达更少的积极情绪且与高抑郁有关(Gross & John, 2003)。在一项针对大学生的研究中发现,领悟社会支持与情绪调节策略中的认知重评策略呈正相关(杨慧芳等, 2017),这表明领悟社会支持能够有效地提高个体的情绪调节能力,帮助个体更好地应对生活中的挑战和压力,进而减少抑郁等负面情绪的发生。鉴于此,提出假设 2: 情绪调节策略在领悟社会支持与抑郁之间起中介作用。

2. 对象与方法

2.1. 研究对象

本研究采用方便取样的方法,以河南省新乡市某中学初中部全体学生为调查对象。共发放问卷 460 份,回收有效问卷 439 份,有效回收率为 95.4%。有效样本中,男生 224 人(51.0%),女生 215 人(49.0%)。

2.2. 研究工具

2.2.1. 领悟社会支持(PSSS)

本研究采用 Zimet 等人(1990)编制的领悟社会支持量表,该量表包含家庭支持、朋友支持和其他支持三个维度,共 12 个条目(每个维度 4 个条目),采用 Likert 7 点计分,量表总分反映个体感知到的社会支持水平,得分越高代表其领悟社会支持水平越高。本研究中,该量表的 α 系数为 0.905,信度良好。

2.2.2. 流调中心抑郁量表(CES-D)

流调中心抑郁量表(CES-D)是 Radloff (1977)年编制,适用于各个年龄段人群,用于评估抑郁症状水平,共 20 题,总分为 0~60 分。采用四点计分法表示被试在过去一星期中出现的各个项目的频率,0 代表“没有或几乎没有(少于 1 天)”,1 代表“少有(1~2 天)”,2 代表“常有(3~4 天)”,3 代表“几乎一直都有(5~7 天)”,其中第 4、8、12、16 题为反向计分。CES-D 分析比较简单,主要是计算总分。总分 ≤ 15 分为无抑郁。16~19 分为疑似抑郁情绪, ≥ 20 分为肯定有抑郁情绪。该量表的 α 系数为 0.903。

2.2.3. 情绪调节量表(ERQ)

采用 Gross-John 等编制,并经陈维等(2020)进行中文修订的情绪调节量表,该量表包含认知重评和表达抑制两个维度,共计 10 个题项。其中认知重评维度包含 6 个题项,表达抑制包含 4 个题项,所有题项均采用 7 点计分方式,各维度得分越高,表明日常生活中运用相应情绪调节策略的频率越高。在本研究中,认知重评维度的 α 系数为 0.895,表达抑制维度的 α 系数为 0.843,信度良好。

2.3. 数据处理

本研究 SPSS26.0 对数据进行处理,采用的统计方法包括描述统计、独立样本 t 检验、单因素方差分析、相关分析及中介效应检验。

3. 研究结果

3.1. 共同方法偏差

采用 Harman 单因子检测对共同方法偏差进行检验(周浩, 龙立荣, 2004), 结果显示, 特征值大于 1 的因子有 8 个, 其中第一个因子解释的变异量为 26.92%, 低于 40%的临界标准。表明本研究不存在严重的共同方法偏差问题。

3.2. 描述性统计

本研究使用了独立样本 T 检验和方差分析, 考察了不同人口学变量在领悟社会支持总分及各维度、抑郁水平以及情绪调节策略各维度得分上是否存在显著差异。分析结果如表 1 和表 2 所示, 被试的领悟社会支持中家庭支持维度、抑郁水平在性别上存在显著差异: 女生家庭支持得分显著低于男生($p < 0.05$), 而女生抑郁水平得分显著高于男生($p < 0.01$)。此外, 抑郁水平、认知重评和表达抑制得分在年级上也存在显著差异: 在抑郁水平上, 初三学生得分显著高于初二和初一学生, 初二学生得分显著高于初一学生($p < 0.01$)。在认知重评方面, 初二学生得分显著高于初一和初三学生, 初一学生得分也显著高于初三学生($p < 0.01$), 在表达抑制方面, 初三学生得分显著高于初二和初一学生, 初二学生得分显著高于初一学生($p < 0.05$)。

Table 1. Analysis of the gender differences in perceived social support, depression and emotion regulation strategies and their respective dimensions

表 1. 领悟社会支持、抑郁和情绪调节策略及其各维度在性别上的差异分析

差异来源	男 M ± SD	女 M ± SD	t
家庭支持	20.96 ± 5.15	19.75 ± 5.49	2.08*
朋友支持	20.99 ± 5.06	20.67 ± 4.86	0.68
其他支持	19.02 ± 5.28	18.59 ± 5.41	0.85
领悟社会支持总分	60.97 ± 13.03	59.01 ± 13.25	1.56
抑郁	16.14 ± 10.67	20.18 ± 10.78	-3.94***
认知重评	28.87 ± 8.21	28.55 ± 7.42	0.42
表达抑制	16.46 ± 6.43	17.12 ± 6.30	-1.08

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.1$, *** $p < 0.001$, 下同。

Table 2. Analysis of grades differences in perceived social support, depression and emotion regulation strategies and their respective dimensions

表 2. 领悟社会支持、抑郁和情绪调节策略及其各维度在年级上的差异分析

差异来源	初一 M ± SD	初二 M ± SD	初三 M ± SD	F
家庭支持	20.48 ± 4.93	20.31 ± 5.43	20.31 ± 5.76	0.05
朋友支持	20.79 ± 4.94	21.27 ± 4.71	20.35 ± 5.26	1.21
其他支持	18.98 ± 5.12	19.21 ± 5.45	18.13 ± 5.43	1.55
领悟社会支持总分	60.26 ± 12.83	60.78 ± 13.08	58.79 ± 13.66	0.84

续表

抑郁	16.26 ± 10.40	17.75 ± 11.00	20.81 ± 10.94	6.46***
认知重评	27.71 ± 8.10	30.69 ± 7.12	27.56 ± 7.90	7.87***
表达抑制	15.56 ± 6.08	17.38 ± 6.95	17.53 ± 5.80	4.51*

3.3. 领悟社会支持、抑郁与情绪调节的相关分析

本研究采用皮尔逊相关分析方法对被试的抑郁水平、领悟社会支持总分及其各维度得分、情绪调节策略各维度得分进行了相关分析。结果如表 3 所示，领悟社会支持、抑郁水平和情绪调节策略两两之间均存在显著相关($p < 0.01$)。具体表现为：领悟社会支持总分及其各维度与抑郁之间呈负相关；领悟社会支持总分及其各维度与认知重评呈显著正相关，与表达抑制呈显著负相关；抑郁与认知重评呈显著负相关，与表达抑制之间呈显著正相关。

Table 3. The correlation analysis of perceived social support, depression and emotion regulation strategies and their respective dimensions

表 3. 领悟社会支持、抑郁和情绪调节策略及其各维度之间的相关分析

	抑郁	家庭支持	朋友支持	其他支持	领悟社会支持总分	认知重评	表达抑制
抑郁							
家庭支持	-0.43***						
朋友支持	-0.39***	0.54***					
其他支持	-0.33***	0.53***	0.61***				
领悟社会支持总分	-0.46***	0.83***	0.85***	0.85***			
认知重评	-3.72***	0.37***	0.40***	0.43***	0.48***		
表达抑制	0.35***	-0.16**	-0.16**	-0.13**	-0.18***	0.13**	

3.4. 中介效应分析

使用 SPSS 中 process 插件，以性别和年级作为协变量，以初中生领悟社会支持为预测变量，结果变量为抑郁，情绪调节策略中的认知重评策略和表达抑制策略作为中介变量进行中介检验，结果如表 4 所示，领悟社会支持对抑郁具有显著的负向预测作用($\beta = -0.377, t = -10.678, p < 0.001$)。在加入中介变量后，领悟社会支持显著正向预测认知重评($\beta = 0.283, t = 11.313, p < 0.001$)，并显著负向预测表达抑制($\beta = -0.086, t = -3.796, p < 0.001$)。同时，认知重评对抑郁存在显著的负向预测作用($\beta = -0.280, t = -4.225, p < 0.001$)，而表达抑制对抑郁具有显著的的正向预测作用($\beta = 0.467, t = 6.596, p < 0.001$)。

如表 5 所示，以认知重评作为中介变量时，领悟社会支持对抑郁的直接效应占总效应的 77.35%，其中中介检验的 95%置信区间(LLCI = -0.1314, ULCI = -0.0387)不包含 0，表明认知重评的中介效应显著，其在领悟社会支持与抑郁之间起部分中介作用，中介效应量为 22.65%。该路径关系见图 1。在以表达抑制作为中介变量时，领悟社会支持对抑郁的直接效应占总效应的 90.09%，其中中介效应 95%置信区间(LLCI = -0.0627, ULCI = -0.0135)不包含 0，说明表达抑制的中介作用显著，在领悟社会支持与抑郁之间起部分中介作用，中介效应量为 9.94%。该路径关系见图 2。

Table 4. Regression analysis of the relationships among various variables in the mediation model
表 4. 中介模型中各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	R ²	F	β	t
抑郁	领悟社会支持	0.207	0.205	114.015	-0.377***	-10.678***
认知重评	领悟社会支持	0.476	0.227	127.993	0.283***	11.313***
抑郁	认知重评	0.488	0.238	68.133	-0.280***	-4.225***
	领悟社会支持				-0.298***	-7.559***
抑郁	领悟社会支持	0.207	0.205	114.015	-0.377***	-10.678***
表达抑制	领悟社会支持	0.179	0.032	14.411	-0.086***	-3.796***
抑郁	表达抑制	0.528	0.279	84.308	0.467***	6.596***
	领悟社会支持				-0.337***	-9.827***

Table 5. Analysis of the mediating effects of emotion regulation strategies
表 5. 情绪调节策略的中介效应分析

		效应量	Boot SE	Bootstrap95%CI		相对效应值
				下限	上限	
领悟社会支持→认知重评→抑郁	总效应	-0.3633	0.0346	-0.4313	-0.2954	
	直接效应	-0.2810	0.0385	-0.3566	-0.2054	77.35%
	间接效应	-0.0823	0.0237	-0.1314	-0.0387	22.65%
领悟社会支持→表达抑制→抑郁	总效应	-0.3633	0.0346	-0.4313	-0.2954	
	直接效应	-0.3273	0.0337	-0.3934	-0.2611	90.09%
	间接效应	-0.0361	0.0127	-0.0627	-0.0135	9.94%

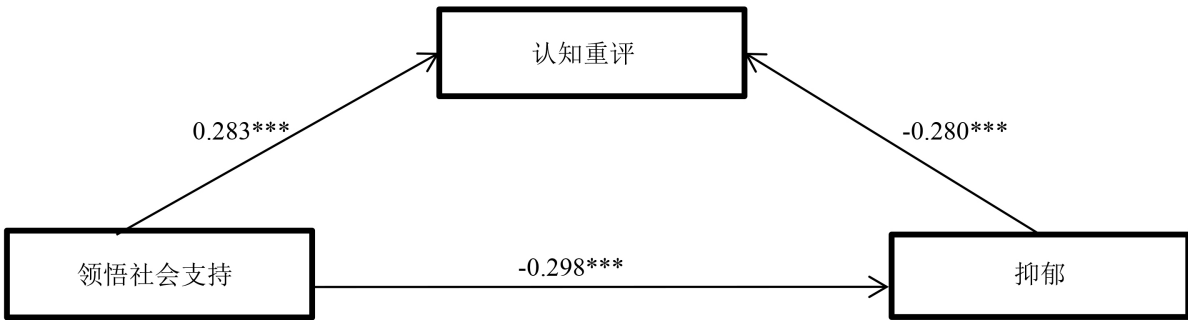


Figure 1. The mediating effect path diagram of cognitive reappraisal between perceived social support and depression
图 1. 认知重评在领悟社会支持和抑郁之间的中介效应路径图

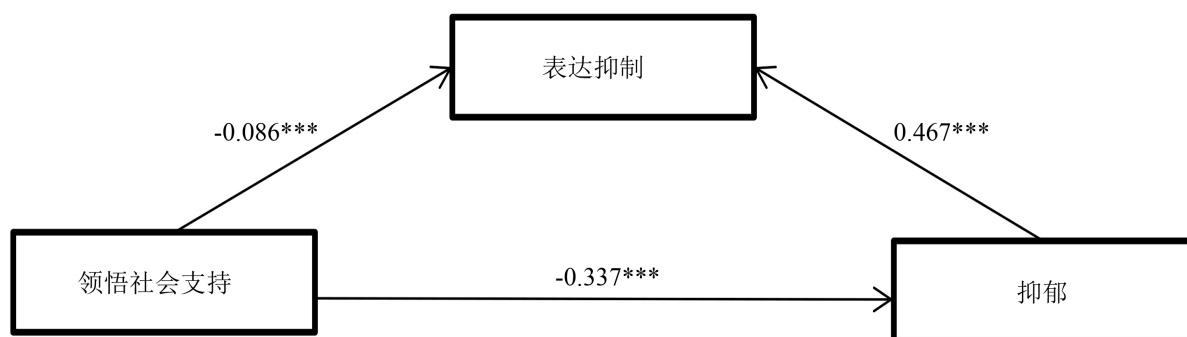


Figure 2. The mediating effect path diagram of expression suppression between perceived social support and depression
图 2. 表达抑制在领悟社会支持和抑郁之间的中介效应路径图

4. 讨论

4.1. 初中生领悟社会支持与抑郁的关系

本研究发现，初中生领悟社会支持得分可以负向预测其抑郁水平，也就是说对于初中生而言，领悟社会支持得分越高，他们的抑郁水平就越低，这与以往研究一致(Jin et al., 2025; Liu et al., 2023)。研究发现，领悟社会支持被认为是预测个人抑郁水平的重要社会因素之一(Hyde et al., 2011)，领悟社会支持和抑郁之间存在直接或间接的联系(Cohen & Wills, 1985)，较高的领悟社会支持与较低的抑郁水平相关(Grey et al., 2020; Chan & Lee, 2022)。社会支持的主效应模型指出，外部的支持和帮助对于个体的心理健康具有重要的积极作用(Liu et al., 2023)。社会支持已被证明是保护心理健康和身体健康的重要因素；较低水平的社会支持更可能导致抑郁症状(Gu et al., 2016)。一个人获得或感知到的社会支持越多，他们就越能有效应对压力源和处理负面事件，从而减少抑郁情况的发生，促进心理健康。同时，社会支持的缓冲模型也强调，社会支持能够缓解负面事件带来的负面影响，并提升个人的身体和心理健康(Cohen & Wills, 1985)。对于初中生而言，在面临压力的人生事件时，领悟社会支持水平低的人更易产生抑郁情绪，反之亦然。在现实生活中，若能与亲友分享快乐、分担忧伤、感受他人关怀与支援，则会更自信、更乐观，因而会得到更多的正面情绪，减少抑郁的发生。

4.2. 情绪调节策略的中介作用

中介作用表明，情绪调节策略中的认知重评在领悟社会支持和抑郁中起部分中介作用。这说明领悟社会支持不仅可以直接预测初中生的抑郁，也可以通过认知重评策略间接影响初中生的抑郁水平。以往研究表明，认知重评是对抗抑郁的一个保护性因素，认知重评与抑郁之间呈显著的负相关关系(陈亮等, 2016; 张妮等, 2022; 张少华等, 2020)，使用认知重评策略能有效降低抑郁水平，策略使用越频繁，抑郁程度就越低(Gullone & Taffe, 2012)。这表明领悟社会支持能够有效提高个体的情绪调节能力，帮助个体更好地应对生活中的挑战和压力。可见，领悟社会支持水平较高的个体由于可以得到更多来自家人、朋友的关爱和支持，在面对情绪事件尤其是负性情绪的时候更有信心和能力去采用认知重评策略来调节自身的情绪(顾曼丽等, 2024)，从而减轻负性情绪的影响，减少抑郁情绪的发生，促进心理健康。

此外，情绪调节策略中的表达抑制在领悟社会支持和抑郁中也起部分中介作用。研究发现，青少年采用的情绪调节策略中表达抑制与抑郁症状呈显著正相关(Schäfer et al., 2017)，领悟社会支持与表达抑郁之间呈显著的负相关(顾曼丽等, 2024)。这表明领悟社会支持较高的个体，能够感知到来自各方的关心与支持，拥有情绪表达的机会增加，在情绪上压抑和回避的机会就少，就会较少使用表达抑制的策略，抑郁水平就会随之降低。

5. 研究的不足与展望

本研究确定了情绪调节策略在初中生领悟社会支持与抑郁起到部分中介作用,但是研究仍存在许多的不足之处,未来可以进一步探究。首先,研究所选初中生被试数量较少,代表性上具有很大的局限性,未来可以选取不同地区不同学校的初中生被试,扩大样本量,让结果更具有普适性。其次,本研究中所选人口学变量较少,未来可以考虑加入更多的人口学变量进行分析。最后,研究只探究了一个变量作为中介变量进行探究,未来可考虑探究其他变量的中介和调节作用。

6. 结论

研究结果表明:(1) 初中生领悟社会支持、抑郁和情绪调节策略之间存在显著相关。初中生领悟社会支持可以负向预测抑郁。(2) 情绪调节策略中的认知重评与表达抑制均在领悟社会支持与抑郁之间起部分中介作用。

参考文献

- 陈亮, 刘文, 张雪(2016). 儿童青少年情绪调节问卷在中高年级小学生中的初步修订. *中国临床心理学杂志*, 24(2), 259-263.
- 陈维, 张谷吟, 田雪, 罗杰, 高荣芬, 杨涛(2020). Gross-John 情绪调节问卷在中学生中的适用. *中国心理卫生杂志*, 34(3), 206-211.
- 邓琳双, 郑雪, 杨帮琰, 李慧玲, 胡金凤, 罗琳(2012). 人格与青少年疏离感的关系:社会支持的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 20(5), 692-696.
- 富伟伟, 王广曦, 李永娟(2018). 压力与青少年抑郁的关系:有调节的中介效应分析. *中国临床心理学杂志*, 26(4), 788-791.
- 顾曼丽, 徐济达, 姜茂敏, 李志祥, 张鸿来(2024). 领悟社会支持与大学生情绪调节的关系. *中国学校卫生*, 45(1), 82-86.
- 何安明, 惠秋平, 刘华山(2015). 大学生社会支持与孤独感的关系:感恩的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 23(1), 150-153.
- 刘晓, 黄希庭(2010). 社会支持及其对心理健康的作用机制. *心理研究*, 3(1), 3-8+15.
- 刘岩, 任桂琴, 曲可佳(2023). 认知重评策略对抑郁倾向大学生的情绪调节研究. *中国临床心理学杂志*, 31(1), 39-44.
- 杨慧芳, 熊俊霞, 董潮恩(2017). 大学生情绪调节方式在社会支持与抑郁间的中介作用. *中国学校卫生*, 38(8), 1195-1197.
- 张莉, 薛香娟, 赵景欣(2019). 歧视知觉、抑郁和农村留守儿童的学业成绩:纵向中介模型. *心理科学*, 42(3), 584-590.
- 张妮, 刘文, 刘方, 郭鑫(2022). 8-12 岁儿童抑郁与认知重评的关系:悲伤面孔注意偏向的中介作用. *心理学报*, 54(1), 25-39.
- 周浩, 龙立荣(2004). 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 12(6), 942-950.
- 周宗奎, 曹敏, 田媛, 黄淳, 杨秀娟, 宋友志(2021). 初中生亲子关系与抑郁:自尊和情绪弹性的中介作用. *心理发展与教育*, 37(6), 864-872.
- Chan, M. H., & Lee, A. T. C. (2022). Perceived Social Support and Depression among Occupational Therapists in Hong Kong during COVID-19 Pandemic. *East Asian Archives of Psychiatry*, 32, 17-21. <https://doi.org/10.12809/eaap2205>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Dahlem, N. W., Zimet, G. D., & Walker, R. R. (1991). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support: A Confirmation Study. *Journal of Clinical Psychology*, 47, 756-761. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199111\)47:6<756::aid-jclp2270470605>3.0.co;2-l](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199111)47:6<756::aid-jclp2270470605>3.0.co;2-l)
- Grey, I., Arora, T., Thomas, J., Saneh, A., Tohme, P., & Abi-Habib, R. (2020). The Role of Perceived Social Support on Depression and Sleep during the COVID-19 Pandemic. *Psychiatry Research*, 293, Article ID: 113452. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113452>
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2,

- 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2004). Healthy and Unhealthy Emotion Regulation: Personality Processes, Individual Differences, and Life Span Development. *Journal of Personality*, 72, 1301-1334. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00298.x>
- Gu, Y. M., Hu, J., Hu, Y. P., & Wang, J. R. (2016). Social Supports and Mental Health: A Cross-Sectional Study on the Correlation of Self-Consistency and Congruence in China. *BMC Health Services Research*, 16, Article No. 207. <https://doi.org/10.1186/s12913-016-1463-x>
- Gullone, E., & Taffe, J. (2012). The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA): A Psychometric Evaluation. *Psychological Assessment*, 24, 409-417. <https://doi.org/10.1037/a0025777>
- Huang, Y., Wang, Y., Wang, H., Liu, Z., Yu, X., Yan, J. et al. (2019). Prevalence of Mental Disorders in China: A Cross-Sectional Epidemiological Study. *The Lancet Psychiatry*, 6, 211-224. [https://doi.org/10.1016/s2215-0366\(18\)30511-x](https://doi.org/10.1016/s2215-0366(18)30511-x)
- Hyde, L. W., Gorka, A., Manuck, S. B., & Hariri, A. R. (2011). Perceived Social Support Moderates the Link between Threat-Related Amygdala Reactivity and Trait Anxiety. *Neuropsychologia*, 49, 651-656. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2010.08.025>
- Jin, L., Pan, C., Li, D., Zhang, T., Zhao, C., & Wu, Y. (2025). Perceived Social Support and Symptoms of Depression and Anxiety among Chinese Adolescents: A Moderated Chain Mediation Model. *International Journal of Mental Health Promotion*, 27, 29-40. <https://doi.org/10.32604/ijmhp.2025.057962>
- Liu, D., Cui, Z., Zhang, Q., Liu, F., Chen, H., Wang, J. et al. (2023). The Mediating Role of Specific Coping Styles in the Relationship between Perceived Social Support and Depressive Symptoms in Adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 325, 647-655. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.01.043>
- Maughan, B., Collishaw, S., & Stringaris, A. (2013). Depression in Childhood and Adolescence. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 22, 35-40.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D Scale a Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401. <https://doi.org/10.1177/014662167700100306>
- Schäfer, J. Ö., Naumann, E., Holmes, E. A., Tuschen-Caffier, B., & Samson, A. C. (2017). Emotion Regulation Strategies in Depressive and Anxiety Symptoms in Youth: A Meta-Analytic Review. *Journal of Youth and Adolescence*, 46, 261-276. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0585-0>
- Solmi, M., Radua, J., Olivola, M., Croce, E., Soardo, L., Salazar de Pablo, G. et al. (2022). Age at Onset of Mental Disorders Worldwide: Large-Scale Meta-Analysis of 192 Epidemiological Studies. *Molecular Psychiatry*, 27, 281-295. <https://doi.org/10.1038/s41380-021-01161-7>
- Zimet, G. D., Powell, S. S., Farley, G. K., Werkman, S., & Berkoff, K. A. (1990). Psychometric Characteristics of the Multi-dimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 55, 610-617. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5503&4_17