

青少年负性生活事件对抑郁症状的影响： 共同反刍潜在类型的调节作用

章 晴¹, 周广东^{1,2,3,4*}

¹天津师范大学心理学部, 天津

²教育部人文社会科学重点研究基地天津师范大学心理与行为研究院, 天津

³学生心理发展与学习天津市高校社会科学实验室, 天津

⁴华东师范大学心理与认知科学学院, 上海市心理健康与危机干预重点实验室, 上海

收稿日期: 2025年11月18日; 录用日期: 2025年12月29日; 发布日期: 2026年1月12日

摘 要

为了解青少年负性生活事件与抑郁症状之间的关系, 并探讨共同反刍类型的调节作用, 本研究采用青少年生活事件量表、修订后的共同反刍量表中文版、9项患者健康问卷, 对576名青少年进行问卷调查。结果显示: 通过潜在剖面分析发现, 青少年的共同反刍可以分为低、中、高三个潜在类型; 青少年负性生活事件与抑郁症状显著正相关; 青少年的共同反刍潜在类型在负性生活事件与抑郁症状的关系中起到调节作用。对于低共同反刍组的青少年来说, 负性生活事件与抑郁症状的相关性显著大于中共同反刍组。在高共同反刍组中, 存在边缘显著差异。研究结果提示, 负性生活事件是青少年抑郁的重要危险因素, 且这一关系的强弱会因共同反刍类型而异。高水平 and 低水平的共同反刍均会增加负性生活事件对抑郁症状的影响, 而中等水平的共同反刍会降低负性生活事件对抑郁症状的影响。

关键词

负性生活事件, 抑郁症状, 共同反刍, 潜在剖面分析

The Impact of Negative Life Events on Depressive Symptoms in Adolescents: The Moderating Role of Latent Co-Rumination Profiles

Qing Zhang¹, Guangdong Zhou^{1,2,3,4*}

¹Faculty of Psychology, Tianjin Normal University, Tianjin

²Key Research Base of Humanities and Social Sciences of the Ministry of Education, Academy of Psychology and

*通讯作者。

文章引用: 章晴, 周广东(2026). 青少年负性生活事件对抑郁症状的影响: 共同反刍潜在类型的调节作用. *心理学进展*, 16(1), 119-128. DOI: 10.12677/ap.2026.161016

Behavior, Tianjin Normal University, Tianjin

³Tianjin Social Science Laboratory of Students' Mental Development and Learning, Tianjin

⁴Shanghai Key Laboratory of Mental Health and Psychological Crisis Intervention, School of Psychology and Cognitive Science, East China Normal University, Shanghai

Received: November 18, 2025; accepted: December 29, 2025; published: January 12, 2026

Abstract

To understand the relationship between negative life events and depressive symptoms in Chinese adolescents and to investigate the moderating effect of latent co-rumination types, survey data were collected from 576 adolescents using the Adolescent Self-Rating Life Events Checklist, the revised Chinese version of the Co-Rumination Questionnaire, and the Patient Health Questionnaire-9. The results showed that through latent profile analysis, the study identified three distinct profiles of co-rumination among Chinese adolescents: low, moderate, and high co-rumination. Negative life events were significantly positively correlated with depressive symptoms in adolescents. The latent co-rumination profiles of adolescents played a moderating role in the relationship between negative life events and depressive symptoms. For adolescents in the low co-rumination group, the correlation between negative life events and depressive symptoms was significantly larger than that in the moderate co-rumination group. In the high co-rumination group, there was also a marginal difference. The results indicated that negative life events are a crucial risk factor for depressive symptoms in adolescents, and the strength of this relationship varies depending on the type of co-rumination. High and low levels of co-rumination increase the impact of negative life events on depressive symptoms, while moderate levels reduce this impact.

Keywords

Negative Life Event, Depressive Symptom, Co-Rumination, Latent Profile Analysis

Copyright © 2026 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

抑郁障碍是一种常见的精神障碍, 会严重损害个人的心理和社会功能, 从而降低生活质量(Malhi & Mann, 2018)。《中国国民心理健康发展报告(2023~2024)》指出, 有 15%~25%的中国青少年存在抑郁症状, 显示出该问题的普遍性与严重性(孙向红等, 2025)。

负性生活事件被认为是引发抑郁症状的重要因素。大量研究发现, 负性生活事件与抑郁症状之间存在显著的正相关关系(Phillips et al., 2015; Stikkelbroek et al., 2016), 其原因可能在于个体在面对压力时倾向于采用消极应对策略, 从而增加抑郁风险(牛更枫等, 2013)。然而, 并非所有经历负性生活事件的个体都会出现抑郁症状, 这提示其中可能存在调节变量(Visser et al., 2012)。

已有研究指出, 积极的应对方式与社会支持在负性生活事件与抑郁症状的关系中具有缓冲作用。例如, 一项针对寄宿青少年的研究发现, 积极应对和同伴支持均能显著减弱负性生活事件对抑郁症状的影响(Gao et al., 2021)。类似地, 感知到的社会支持也被证实能降低二者之间的关联(Miloseva et al., 2017)。然而, 部分研究进一步指出, 某些类型的同伴互动虽然体现了社会支持, 但也可能带来消极影响, 其中

“共同反刍”(Co-Rumination)便是一种典型形式。

共同反刍是一种通过在二元关系中过度讨论自己或他人的问题来寻求社会支持的行为。它的特点是经常反复讨论同一个问题,并关注负面情绪,相互鼓励讨论和猜测问题(Rose, 2002)。虽然共同反刍能够增加自我表露与情感亲密,但其过度的负性聚焦常与抑郁症状相关(Rose et al., 2007; White & Shih, 2012)。元分析显示,共同反刍与抑郁症状等内化问题呈轻至中度正相关(Spendelov et al., 2016);日记法研究亦发现,日常的共同反刍可预测抑郁情绪的上升(White & Shih, 2012)。

共同反刍引起抑郁症状的原因可能是共同反刍中包含反刍的成分,这是导致抑郁症状的重要因素(Stone & Gibb, 2015)。然而反刍和共同反刍之间的关键区别在于,反刍是个人对负面情绪的重复思考,而共同反刍发生在两个人之间(Rose, 2002)。因此,尽管共同反刍可能导致抑郁症状,但它可以通过自我表露增加与他人的情感亲密度,这有助于人际关系(Rose et al., 2007)。也就是说,共同反刍包括与反刍类似的消极应对策略,但同时,由于其二元关系,它也为个体提供了一定程度的支持。

研究者对此持有不同观点。一方面,有研究认为共同反刍通过促进反刍间接影响抑郁症状(Bastin et al., 2021);另一方面,也有证据表明,共同反刍可缓冲社交焦虑与抑郁之间的关系,帮助个体提升社交技能、减少孤独感(Zalk & Tillfors, 2017)。此外,有研究发现共同反刍与抑郁症状之间的关系可能呈非线性:适度的共同反刍有助于情绪调节,而过低或过高的水平则与更高的抑郁症状相关(Ames-Sikora et al., 2017)。

进一步的研究发现,共同反刍的不同维度对青少年心理适应的影响并不一致。Bastin 等人(2014; 2018)将共同反刍分为两个部分:共同反思与共同沉思。前者强调对问题的分析和解决倾向,与较好的友谊质量和较低的抑郁水平相关;后者则侧重于聚焦负面情绪和重复讨论,与更高的抑郁水平相关。Rose 等人(2014)提出了四个维度:相互鼓励讨论、深入思考、关注负性情绪和反复讨论事件,后续研究表明,其中“关注负性情绪”与青少年内化症状显著相关,而其他维度则无显著关联(Miller-Slough & Dunsmore, 2021)。此外,观察性研究发现,朋友在问题讨论中的积极回应可预测抑郁症状的减轻,而消极或回避性反应则与抑郁症状的增加显著相关(Spiekerman & Rose, 2024)。

总体而言,关于共同反刍与抑郁症状关系的研究结果并不一致。一个重要原因可能在于共同反刍的不同维度具有不同心理功能。然而,现有研究多采用以变量为中心的研究方法,难以揭示个体在多维共同反刍特征上的潜在差异。因此,本研究拟采用以人为中心的潜在剖面分析,以探讨青少年在共同反刍各维度上的潜在类别,从而更全面地理解青少年共同反刍的异质性。

此外,部分研究提示,共同反刍可能在负性生活事件与抑郁症状的关系中发挥调节作用。例如,Zalk 和 Tillfors (2017)发现,共同反刍削弱了社交焦虑与抑郁之间的联系;而 Huang 等人(2022)的研究则指出,共同反刍可能强化同伴受害与抑郁症状的关系。这种不一致可能与共同反刍的类型差异有关。因此,本研究将进一步探讨共同反刍潜在类型在负性生活事件与抑郁症状关系中的调节作用。

综上所述,本研究提出以下假设:1) 负面生活事件与青少年抑郁症状呈正相关;2) 共同反刍潜在类别在青少年负性生活事件与抑郁症状之间的关系中起着调节作用。

2. 对象与方法

2.1. 对象

2022 年 10 月~2023 年 3 月,采用方便抽样的方式对天津市中学生进行问卷调查,共收集问卷 714 份。在问卷调查前,采用指令操作检查(Instructional Manipulation Check, IMC)进行质量控制(Oppenheimer et al., 2009),在调查问卷中插入检查性问题,例如“这道题请你选择‘完全没有’”。选择正确答案的人被认为通过了指令操作检查。

最终共 576 份有效问卷纳入后续分析。其中, 女生 436 人(75.4%), 男生 140 人(24.3%), 平均年龄 (15.82 ± 1.22) 岁。本研究已获得天津师范大学伦理委员会的批准(2019031101), 并获得了所有参与者及其父母的知情同意。

2.2. 方法

2.2.1. 负性生活事件

采用刘贤臣等人(1997)编制的青少年生活事件量表(Adolescent Self-Rating Life Events Check List), 其由 27 个可能引起青少年心理和生理反应的负性生活事件组成。如果未发生此事件, 则计 0 分; 如果发生此事件, 将根据发生时的心理感受给予 1~5 分的评分。1~5 分表示“没有影响”到“极重影响”。得分越高, 表明该生活事件对青少年的影响就越大。在这项研究中, Cronbach's $\alpha = 0.89$ 。

2.2.2. 共同反刍

采用 Rose (2002) 编制、任肖霏(2021)修订的共同反刍量表中文版。该量表共包括 25 项题目, 每道题目分为 1~5 分五级评定, 1~5 分表示从“完全不符合”到“完全符合”, 得分越高表明共同反刍越严重。量表分为三个维度, 分别是详细讨论(Cronbach's $\alpha = 0.91$)、反复讨论(Cronbach's $\alpha = 0.79$)及鼓励讨论(Cronbach's $\alpha = 0.76$)。修订后的共同反刍总量表在本研究当中的 Cronbach's α 系数为 0.93。

2.2.3. 抑郁症状

采用 DSM-5 中推荐的量化评估标准——患者健康问卷(Patient Health Questionnaire-9, PHQ-9) (Kroenke et al., 2001)。共包括 9 个条目, 每个条目分为 0~3 分四级评定, 0~3 分表示从“完全没有”到“几乎每天都有”, 得分越高表示抑郁症状越严重。在本研究当中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.88。

2.3. 统计处理

首先, 使用 SPSS 25.0 进行描述性统计、信度检验、皮尔逊相关分析和 t 检验。其次, 使用 Mplus 8.3 进行潜在剖面分析, 根据共同反刍子量表识别潜在类别。潜在剖面模型指数包括 AIC、BIC、aBIC、Entropy、LMR 和 BLRT (Ferguson et al., 2019)。AIC、BIC 和 aBIC 越低, 模型的拟合程度越高。Entropy 表示模型的分类准确率。该值越接近 1, 准确率就越高。Entropy 值高于 0.80 通常被认为分类良好。此外, 如果 LMR 和 BLRT 的 p 值显著, 则表明 k 类模型优于 k-1 类模型。最后, 使用 Mplus 8.3, 利用 Wald 检验方法来评估不同潜在类型的共同反刍中, 负面生活事件对抑郁症状的回归系数是否存在显著差异。Wald 检验评估一组参数是否等于指定值, Wald 值显著则表明二者有差异(Engle, 1984)。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

为了减少自陈问卷带来的共同方法偏差, 本研究采用 Harman 单因子法检验共同方法偏差。探索性因子分析结果显示, 特征根大于 1 的因子有 13 个, 最大因子的方差解释度为 18.12%, 低于临界值 40%, 表明本研究不存在明显的共同方法偏差。

3.2. 各变量的描述统计及性别差异

以性别为分组变量, 对青少年的抑郁症状、共同反刍和负性生活事件进行了独立样本 t 检验。如表 1 所示, 女孩在抑郁症状($t(574) = 5.85, p < 0.001$)、共同反刍($t(574) = 2.14, p = 0.03$)和负面生活事件($t(574) = 3.10, p = 0.002$)方面的得分明显高于男孩。

在不同维度上，共同反刍没有显著的性别差异。在负面生活事件的各个维度上，适应不良和学习压力方面存在性别差异。具体而言，女孩在适应不良($t(574) = 4.21, p < 0.001$)和学习压力($t(574) = 4.64, p < 0.001$)方面的得分明显高于男孩。

Table 1. Descriptive statistics and gender difference of research variables
表 1. 研究变量的描述性统计及性别差异检验

变量	总体(M ± SD)	男生(M ± SD)	女生(M ± SD)	t	d
抑郁	11.28 ± 6.48	8.57 ± 5.57	12.15 ± 6.51	5.85***	0.57
共同反刍	3.07 ± 0.70	2.91 ± 0.71	3.05 ± 0.70	2.14*	0.20
详细讨论	2.92 ± 0.80	2.82 ± 0.81	2.95 ± 0.79	1.75	
反复讨论	3.11 ± 0.78	3.02 ± 0.77	3.14 ± 0.78	1.59	
鼓励讨论	3.17 ± 0.82	3.01 ± 0.78	3.22 ± 0.82	2.67	
负性生活事件	1.17 ± 0.65	1.03 ± 0.65	1.22 ± 0.64	3.10**	0.30
适应不良	1.40 ± 0.84	1.14 ± 0.82	1.48 ± 0.83	4.21***	0.41
学习压力	2.32 ± 1.13	1.94 ± 1.08	2.44 ± 1.12	4.64***	0.45
人际紧张	1.59 ± 1.10	1.47 ± 1.06	1.63 ± 1.09	1.56	
受惩罚	0.51 ± 0.60	0.50 ± 0.64	0.63 ± 0.83	0.21	
丧失	0.66 ± 0.75	0.63 ± 0.83	0.68 ± 0.73	0.63	

注：* $p < 0.05$ ，** $p < 0.01$ ，*** $p < 0.001$ ；下表同。

3.3. 各变量的相关系数

对抑郁症状、共同反刍、负性生活事件进行 Pearson 相关分析，如表 2 所示，负性生活事件与抑郁呈显著正相关($r = 0.56, p < 0.001$)；共同反刍和抑郁呈显著正相关($r = 0.20, p < 0.001$)；负性生活事件和共同反刍呈显著正相关($r = 0.18, p < 0.001$)。

此外，性别与负性生活事件($r = 0.13, p = 0.002$)、共同反刍($r = 0.09, p = 0.03$)和抑郁($r = 0.24, p < 0.001$)均呈显著正相关。年龄与抑郁症状呈显著负相关($r = -0.13, p = 0.002$)。故在后续的调节效应检验当中，主要控制性别和年龄变量。

Table 2. Correlation coefficients of all study variables
表 2. 各变量的相关系数

	1	2	3	4	5
1) 抑郁症状	1				
2) 共同反刍	0.20***	1			
3) 负性生活事件	0.56***	0.18***	1		
4) 性别	0.24***	0.09*	0.13**	1	
5) 年龄	-0.13**	-0.01	-0.06	-0.18***	1

3.4. 共同反刍的潜在剖面分析

以青少年在共同反刍 3 个维度上的得分作为显变量，采用潜在剖面分析对共同反刍的潜在类别进行探索。

模型拟合指标如表 3 所示，随着类别数量的增加，指标值逐渐减小。其中，三类别模型的 Entropy 最高，LMR 和 BLRT 的 p 值显著。因此，本研究选取三类别模型为最优模型。

Table 3. Model fit indices for latent classes of co-rumination subscales
表 3. 共同反刍症状潜在类别模型拟合指标

模型	AIC	BIC	aBIC	Entropy	LMR(p)	BLRT(p)
1	4124.65	4150.79	4131.74	N/A	N/A	N/A
2	3702.64	3746.20	3714.45	0.69	<0.01	<0.001
3	3427.84	3488.82	3444.38	0.83	<0.01	<0.001
4	3311.88	3390.29	3333.15	0.80	0.37	<0.001

注：AIC 为赤池信息量准则，BIC 为贝叶斯准则，aBIC 为校正贝叶斯信息准则，LMR 为基于 Lo-Mendell-Rubin 的似然比检验，BLRT 为基于 bootstrap 的似然比检验。

如表 4 所示，共同反刍三类别模型中 Class 1、Class 2 和 Class 3 的归属概率为 93%、90%和 92%，且各类别对其他类别的归属概率均小于 0.10，说明三类别模型的可靠性和准确性较高。

Table 4. The average attribution probability of the three categories in the shared rumination model.
表 4. 共同反刍三类别模型的平均归属概率

	Class 1	Class 2	Class 3
Class 1 (n = 370)	0.93	0.03	0.04
Class 2 (n = 78)	0.10	0.90	0
Class 3 (n = 128)	0.08	0	0.92

确定采用共同反刍三类别模型后，结果如图 1 所示，根据各潜在类别的特点，对其进行命名。Class 1 各项目得分均在 2.5~3.5 分之间，将该组命名为中共同反刍组；Class 2 各项目得分均在 2 分以下，将该组命名为低共同反刍组；Class 3 各项目得分均在 3.5~4.5 之间，将该组命名为高共同反刍组。

3.5. 共同反刍潜在类别的调节效应检验

在控制性别和年龄后，检验不同类型共同反刍中负面生活事件与抑郁症状之间的关系。结果如表 5 所示，在低、中、高三个共同反刍组中，负性生活事件与抑郁症状之间均存在显著的正相关关系($\beta = 0.48\sim 0.61, ps < 0.001$)。

负性生活事件与抑郁症状的关系在低共同反刍组和中共同反刍组之间存在显著差异(Wald $\chi^2 = 4.90, p = 0.03$)，在高共同反刍组和中共同反刍组之间的差异边缘显著(Wald $\chi^2 = 3.14, p = 0.08$)，在低共同反刍组和高同共反刍组之间没有显著差异(Wald $\chi^2 = 0.50, p = 0.48$)。这些结果表明，不同类型的共同反刍在负面生活事件和抑郁症状之间的关系中起着调节作用。

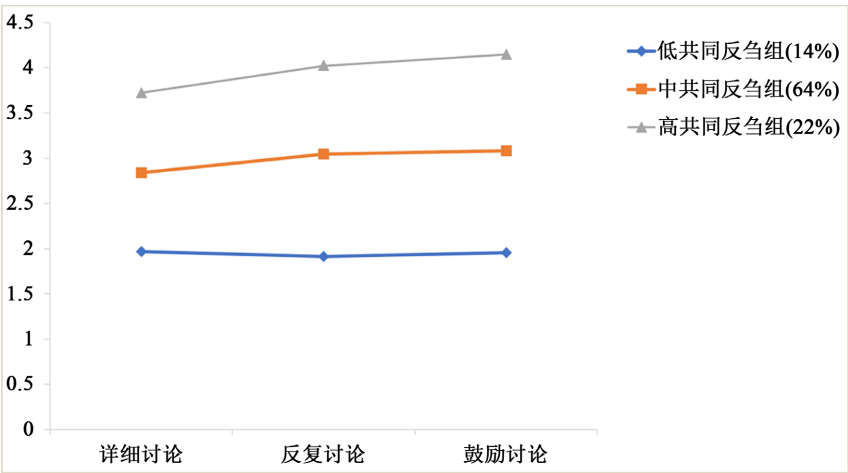


Figure 1. Latent profile distribution of co-rumination
图 1. 共同反刍的潜在类别分布图

Table 5. Results of moderating effect test
表 5. 调节效应检验结果

	抑郁症状			Wald 检验	
	β	p	95% CI	Wald χ^2	p
低共同反刍组					
负性生活事件	0.61	<0.001	[0.470, 0.744]	4.90	0.027
性别	0.19	0.025	[0.024, 0.356]		
年龄	-0.12	0.134	[-0.280, 0.037]		
中共同反刍组					
负性生活事件	0.48	<0.001	[0.401, 0.555]	3.14	0.076
性别	0.16	<0.001	[0.075, 0.250]		
年龄	-0.06	0.166	[-0.149, 0.026]		
高共同反刍组					
负性生活事件	0.60	<0.001	[0.492, 0.712]	0.50	0.478
性别	0.08	0.259	[-0.059, 0.218]		
年龄	-0.07	0.324	[-0.208, 0.069]		

4. 讨论

首先，本研究发现青少年最主要的负性生活事件来自于学习压力，其次是人际紧张和适应不良。这与中国教育情景具有密切关系，中学生面临着升学考试的压力，学习任务繁重。虽然近年来“双减”政策开始实施，但是“校内减负，校外增负”使得中学生的学习压力依旧在缓慢上升(王琇，杨惠雯，2022)。另外，在青春期，青少年会有明显的生理和心理变化，这很容易出现许多情绪问题(Luo et al., 2024)，导致与同学、老师和父母的关系不和谐。面对学业压力和各种人际关系紧张，青少年可能会出现适应不良的现象。

此外,与前人研究结果一致,青少年的负性生活事件与抑郁症状呈正相关(Phillips et al., 2015; Stikkelbroek et al., 2016)。这种关联可能有两个原因:其一,压力事件会增加个体的易感性,从而诱发抑郁症状(牛更枫等, 2013);其二,负性生活事件可能激活个体的消极认知,使其倾向于采取消极的应对策略,从而放大压力的负面影响,导致内化问题的增加(Sontag & Graber, 2010)。

在共同反刍的潜在类别方面,本研究识别出了低、中、高三个水平的潜在组别。潜在剖面分析作为一种以人为中心的统计方法,能够根据个体在不同维度上的得分模式识别内部同质、外部异质的子群体,比起传统变量中心方法依赖单一指标进行划分,更能呈现共同反刍作为多维构念的整体特征(Ferguson et al., 2019; Marsh et al., 2009)。值得注意的是,本研究中多数青少年被划分至中等甚至高水平的共同反刍组,只有约 14%的青少年属于低共同反刍组,呈现出共同反刍水平整体偏高的趋势。这一结果与既有研究的发现相一致。方玉(2024)指出,我国青少年的共同反刍水平普遍处于中等偏上,这可能与中国文化强调群体归属、情感互惠和关系维系的特点密切相关。在这样的文化语境下,青少年往往将反复分享困扰视为建立亲密关系、维持同伴支持的重要方式之一,因此更倾向通过持续讨论负性事件来获得理解与共鸣,从而形成普遍较高的共同反刍水平。

在共同反刍的调节作用方面,本研究呈现出明显的倒 U 型关系:适度的共同反刍缓冲了负性生活事件与抑郁症状之间的关联,而过低或过高水平则强化了二者之间的联系。有研究发现,低水平和高水平的共同反刍都与低社会支持有关。当一个人与朋友、父母或伴侣的共同反刍程度较低时,他们在这些关系中获得的社会支持也较低(Ames-Sikora et al., 2017)。因此,共同反刍水平低的青少年可能从朋友那里得到的社会支持很少,在独自经历负面生活事件后,他们可能会采取一些不适应的情绪调节策略(如反刍、自责等),导致抑郁症状的出现。

适度的共同反刍可以缓解负性生活事件与抑郁症状的关系。根据 Ames-Sikora 等人(2017)的研究,中等程度的共同反刍提供了最大的社会支持。这可能是因为青少年适度地与朋友谈论负性生活事件,能够从朋友那里得到反馈和专注的倾听,从而促进负面情绪的释放。这种温和的谈话避免了过度的抱怨和其他负面影响,使个人感知到更多的支持。根据社会支持缓冲模型(Cohen & Wills, 1985),社会支持不仅可以直接增强心理健康,还可以通过减轻压力源的影响来保护个体免受心理困扰。因此,适度的共同反刍通过提供最大程度的社会支持,减轻负性事件对抑郁症的影响。

另外,与大部分研究一致的是,高度共同反刍会导致负性生活事件与抑郁症状关联更强(Rose, 2002; Rose et al., 2007; White & Shih, 2012)。可能是由于在高度的共同反刍下,两个人对问题进行讨论会使得这个问题看起来更大、更加难以解决,从而导致内化症状的产生(Rose, 2021)。并且,在高度共同反刍下,个体高度注意他人的观点,会导致一些人际适应不良的过程,例如移情观点采纳、过度抱怨以及寻求安全感等,这些都被认为会导致严重的抑郁症状(Ames-Sikora et al., 2017)。另外,Hatfield 等人(1994)的情绪渲染理论认为,在人际交往中,情绪通过非言语行为、面部表情、肢体语言等传递给他人。当青少年进行高强度的共同反刍时,他们不仅会反复谈论负面事件,还会在这些讨论中不断强化彼此的负面情绪,从而导致情绪传染。这种情绪的加剧可能会导致恶性循环,进一步加剧个人的抑郁症状。因此,高共同反刍组的青少年容易出现高水平的抑郁症状。

鉴于此,本研究结果在实践层面具有重要启示意义。青少年心理健康干预不应简单地削弱或禁止共同反刍,而应引导其发展“适度、建设性”的情绪交流方式。例如,学校可通过心理健康课程教授情绪表达、认知重评、问题解决等技能,帮助学生区分“表达情绪”与“过度反刍”。同伴支持体系可通过团体辅导、朋辈互助等方式,使青少年在结构化情境下学习如何倾诉与回应,从而避免情绪共振与消极循环。此外,干预应根据共同反刍类别进行区分:低水平的青少年需要提升情绪表露能力和寻求支持的意愿,中水平群体则应强化其积极沟通方式,而高水平群体需要学习情绪区隔、适度分享和停止负性循环的技巧。

尽管本研究揭示了共同反刍的重要调节作用,但仍存在一些局限性。首先,采用横断面设计限制了识别变量之间因果关系的能力,且未能捕捉到它们随时间的动态变化。未来研究应考虑采用纵向设计,以更好地理解变量间的时间轨迹和因果机制。其次,研究中的参与者采用了方便抽样方式,导致样本在性别和年级分布上存在明显不平衡,尤其是在高中生和女性参与者中占主导地位。这些因素可能会影响研究结果的代表性和生态效度。未来的研究应扩大样本量,并采用更具代表性的抽样方法,以提升结果的外部效度和可推广性。

5. 结论

- 1) 负性生活事件是青少年抑郁症状的一个重要危险因素,其影响因共同反刍的类别而异。
- 2) 无论是高水平还是低水平的共同反刍,都会加剧负性生活事件对抑郁症状的影响,但中等程度的共同反刍则有利于减轻负性生活事件对抑郁症状的影响。

基金项目

上海市科技计划项目资助(20dz2260300)和中央高校基本科研业务费专项资金资助。

参考文献

- 方玉(2024). 高中生家庭教养方式、自我表露、共同反刍与友谊质量的关系及干预研究. 硕士学位论文, 成都: 四川师范大学.
- 刘贤臣, 刘连启, 杨杰, 柴福勋, 王爱桢, 孙良民, 等(1997). 青少年生活事件量表的信度效度检验. *中国临床心理学杂志*, 5(1), 34-36.
- 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.
- 任肖霏(2021). 大学生共同反刍对内化问题的影响机制及干预. 硕士学位论文, 武汉: 华中师范大学.
- 孙向红, 蒋毅, 陈雪峰, 陈祉妍(2025). *中国国民心理健康发展报告(2023-2024)*. 社会科学文献出版社.
- 王琇, 杨惠雯(2022). 学业负担真的越减越轻吗——中学生学习压力的横断历史元分析. *上海教育科研*, (10), 24-30.
- Ames-Sikora, A. M., Donohue, M. R., & Tully, E. C. (2017). Nonlinear Associations between Co-Rumination and Both Social Support and Depression Symptoms. *The Journal of Psychology*, 151, 597-612.
<https://doi.org/10.1080/00223980.2017.1372345>
- Bastin, M., Bijttebier, P., Raes, F., & Vasey, M. W. (2014). Brooding and Reflecting in an Interpersonal Context. *Personality and Individual Differences*, 63, 100-105. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.062>
- Bastin, M., Luyckx, K., Raes, F., & Bijttebier, P. (2021). Co-Rumination and Depressive Symptoms in Adolescence: Prospective Associations and the Mediating Role of Brooding Rumination. *Journal of Youth and Adolescence*, 50, 1003-1016.
<https://doi.org/10.1007/s10964-021-01412-4>
- Bastin, M., Vanhalst, J., Raes, F., & Bijttebier, P. (2018). Co-Brooding and Co-Reflection as Differential Predictors of Depressive Symptoms and Friendship Quality in Adolescents: Investigating the Moderating Role of Gender. *Journal of Youth and Adolescence*, 47, 1037-1051. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0746-9>
- 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>
- Engle, R. F. (1984). Chapter 13 Wald, Likelihood Ratio, and Lagrange Multiplier Tests in Econometrics. In Z. Griliches, & M. D. Intriligator (Eds.), *Handbook of Econometrics* (pp. 775-826). Elsevier.
[https://doi.org/10.1016/s1573-4412\(84\)02005-5](https://doi.org/10.1016/s1573-4412(84)02005-5)
- Ferguson, S. L., Moore, E. W. G., & Hull, D. M. (2019). Finding Latent Groups in Observed Data: A Primer on Latent Profile Analysis in Mplus for Applied Researchers. *International Journal of Behavioral Development*, 44, 458-468.
<https://doi.org/10.1177/0165025419881721>
- Gao, J., Wang, L., Yin, X., Hsieh, H., Rost, D. H., Zimmerman, M. A. et al. (2021). The Promotive Effects of Peer Support and Active Coping in Relation to Negative Life Events and Depression in Chinese Adolescents at Boarding Schools. *Current Psychology*, 40, 2251-2260. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-0143-5>

- Hatfield, E., Cacioppo, J. T., & Rapson, R. L. (1994). *Emotional Contagion*. Cambridge University Press.
<https://doi.org/10.1017/cbo9781139174138>
- Huang, Y., Bullock, A., Liu, J., Wang, Z., Xu, G., & Sang, B. (2022). Co-Rumination with Friends Exacerbates Association between Peer Victimization and Adjustment in Adolescence. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 80, Article 101410.
<https://doi.org/10.1016/j.appdev.2022.101410>
- Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. W. (2001). The PHQ-9: Validity of a Brief Depression Severity Measure. *Journal of General Internal Medicine*, 16, 606-613. <https://doi.org/10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x>
- Luo, D., Dashti, S. G., Sawyer, S. M., & Vijayakumar, N. (2024). Pubertal Hormones and Mental Health Problems in Children and Adolescents: A Systematic Review of Population-Based Studies. *eClinicalMedicine*, 76, Article 102828.
<https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2024.102828>
- Malhi, G. S., & Mann, J. J. (2018). Depression. *The Lancet*, 392, 2299-2312.
[https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(18\)31948-2](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(18)31948-2)
- Marsh, H. W., Lüdtke, O., Trautwein, U., & Morin, A. J. S. (2009). Classical Latent Profile Analysis of Academic Self-Concept Dimensions: Synergy of Person- and Variable-Centered Approaches to Theoretical Models of Self-Concept. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 16, 191-225. <https://doi.org/10.1080/10705510902751010>
- Miller-Slough, R. L., & Dunsmore, J. C. (2021). Co-Rumination with Parents and Friends: Gender-Specific Links to Adolescent Internalizing Symptoms. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 77, Article 101342.
<https://doi.org/10.1016/j.appdev.2021.101342>
- Miloseva, L., Vukosavljevic-Gvozden, T., Richter, K., Milosev, V., & Niklewski, G. (2017). Perceived Social Support as a Moderator between Negative Life Events and Depression in Adolescence: Implications for Prediction and Targeted Prevention. *EPMA Journal*, 8, 237-245. <https://doi.org/10.1007/s13167-017-0095-5>
- Oppenheimer, D. M., Meyvis, T., & Davidenko, N. (2009). Instructional Manipulation Checks: Detecting Satisficing to Increase Statistical Power. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45, 867-872.
<https://doi.org/10.1016/j.jesp.2009.03.009>
- Phillips, A. C., Carroll, D., & Der, G. (2015). Negative Life Events and Symptoms of Depression and Anxiety: Stress Causation and/or Stress Generation. *Anxiety, Stress, & Coping*, 28, 357-371. <https://doi.org/10.1080/10615806.2015.1005078>
- Rose, A. J. (2002). Co-Rumination in the Friendships of Girls and Boys. *Child Development*, 73, 1830-1843.
<https://doi.org/10.1111/1467-8624.00509>
- Rose, A. J. (2021). The Costs and Benefits of Co-rumination. *Child Development Perspectives*, 15, 176-181.
<https://doi.org/10.1111/cdep.12419>
- Rose, A. J., Carlson, W., & Waller, E. M. (2007). Prospective Associations of Co-Rumination with Friendship and Emotional Adjustment: Considering the Socioemotional Trade-Offs of Co-Rumination. *Developmental Psychology*, 43, 1019-1031.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.4.1019>
- Rose, A. J., Schwartz-Mette, R. A., Glick, G. C., Smith, R. L., & Luebbe, A. M. (2014). An Observational Study of Co-Rumination in Adolescent Friendships. *Developmental Psychology*, 50, 2199-2209. <https://doi.org/10.1037/a0037465>
- Sontag, L. M., & Graber, J. A. (2010). Coping with Perceived Peer Stress: Gender-Specific and Common Pathways to Symptoms of Psychopathology. *Developmental Psychology*, 46, 1605-1620. <https://doi.org/10.1037/a0020617>
- Spendlow, J. S., Simonds, L. M., & Avery, R. E. (2016). The Relationship between Co-Rumination and Internalizing Problems: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 24, 512-527.
<https://doi.org/10.1002/cpp.2023>
- Spiekerman, A. M., & Rose, A. J. (2024). Associations between Adolescent Friends' Responses during Problem Talk and Depressive Symptoms. *Developmental Psychology*, 60, 778-790. <https://doi.org/10.1037/dev0001685>
- Stikkelbroek, Y., Boddien, D. H. M., Kleinjan, M., Reijnders, M., & van Baar, A. L. (2016). Adolescent Depression and Negative Life Events, the Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation. *PLOS ONE*, 11, e0161062.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0161062>
- Stone, L. B., & Gibb, B. E. (2015). Brief Report: Preliminary Evidence That Co-Rumination Fosters Adolescents' Depression Risk by Increasing Rumination. *Journal of Adolescence*, 38, 1-4. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.10.008>
- Visser, P. L., Loess, P., Jeglic, E. L., & Hirsch, J. K. (2012). Hope as a Moderator of Negative Life Events and Depressive Symptoms in a Diverse Sample. *Stress and Health*, 29, 82-88. <https://doi.org/10.1002/smi.2433>
- White, M. E., & Shih, J. H. (2012). A Daily Diary Study of Co-Rumination, Stressful Life Events, and Depressed Mood in Late Adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 41, 598-610.
<https://doi.org/10.1080/15374416.2012.706518>
- Van Zalk, N., & Tillfors, M. (2017). Co-Rumination Buffers the Link between Social Anxiety and Depressive Symptoms in Early Adolescence. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 11, Article No. 41.
<https://doi.org/10.1186/s13034-017-0179-y>