

大学生领悟社会支持与抑郁的关系：心理资本和生命意义感的中介作用

王 熙^{1,2}, 陈佳晶^{1,2}, 杨美荣^{1,2*}

¹华北理工大学心理与精神卫生学院, 河北 唐山

²河北省心理健康与脑科学重点实验室, 河北 唐山

收稿日期: 2026年2月10日; 录用日期: 2026年3月4日; 发布日期: 2026年3月19日

摘 要

为了解大学生领悟社会支持、心理资本、生命意义感和大学生抑郁的情况, 考察它们之间的关系, 探讨心理资本和生命意义感在大学生领悟社会支持和抑郁之间的中介作用, 本研究采用领悟社会支持量表、抑郁自评量表、积极心理资本量表、生命意义感量表对478名大学生进行测量。结果发现, 领悟社会支持既可以直接影响大学生抑郁, 也可以通过心理资本和生命意义感的链式中介作用来影响大学生抑郁。

关键词

领悟社会支持, 心理资本, 生命意义感, 大学生抑郁

Relationship between College Students' Perceived Social Support and Depression: The Mediating Effect of Psychological Capital and Meaning in Life

Xi Wang^{1,2}, Jiajing Chen^{1,2}, Meirong Yang^{1,2*}

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

²Hebei Key Laboratory of Mental Health and Brain Science, Tangshan Hebei

Received: February 10, 2026; accepted: March 4, 2026; published: March 19, 2026

Abstract

To explore the status of perceived social support, psychological capital, meaning in life, and depression

*通讯作者。

文章引用: 王熙, 陈佳晶, 杨美荣(2026). 大学生领悟社会支持与抑郁的关系: 心理资本和生命意义感的中介作用. 心理学进展, 16(3), 443-451. DOI: 10.12677/ap.2026.163159

among college students, examine the relationships among these variables, and investigate the mediating role of psychological capital and meaning in life in the association between perceived social support and depression in college students, this study measured 478 college students using the Perceived Social Support Scale, Self-Rating Depression Scale, Positive Psychological Capital Questionnaire, and Meaning in Life Scale. The results showed that perceived social support not only directly affects depression in college students, but also exerts an indirect impact through the chain mediating effect of psychological capital and meaning in life.

Keywords

Perceived Social Support, Psychological Capital, Meaning in Life, Depression in College Students

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

2025年3月5日,十四届全国人大三次会议召开,《2025政府工作报告》明确提出要“普及心理健康教育”及“健全社会心理服务体系和危机干预机制”(国务院,2025),可见心理健康问题依然是备受关注的议题之一。近年来,随着社会转型和生活节奏加快,我国抑郁症发生率显著上升。据《2022年国民抑郁症蓝皮书》发布的中国精神卫生调查等资料显示(人民日报健康客户端等,2023),当时中国患抑郁症人数约9500万,每年28万自杀者中40%患有抑郁症(Huang et al.,2019)。按2023年底中国140,967万人口计算,每15个中国人中就有1人患病,且发病呈年轻化趋势,《2022年国民抑郁症蓝皮书》指出,50%的抑郁症患者为在校学生。

大学生心理健康状况尤为严峻,《2022年中国大学生心理健康状况调查报告》显示,15~26岁大学生抑郁风险比例达21.48%,焦虑风险45.28%,其中重点高校和本科生的心理健康水平更低(傅小兰,张侃,2023)。随着社会竞争加剧,大学生心理压力增大,其心理危机发生率呈现不断上升的趋势(鲁淑红等,2023)。

抑郁情绪的特点是持续情绪低落、对以前享受的活动失去兴趣或乐趣等(Marx et al.,2023),会损害社交与学习功能,甚至引发自残、自杀行为,且在大学生人群中极为普遍(Liu et al.,2017)。大学阶段是个体身心发展的关键阶段,许多研究表明,大学生在经历生活、学习、人际、工作等方面的负性生活事件影响后,容易陷入抑郁状态(Tao et al.,2025)。早期抑郁如果得不到缓解和干预,继续发展将可能对个人的认知功能、社会功能产生不良影响,发展到疾病阶段甚至会危及生命健康(周彦伊,2023)。其抑郁情绪受性别、家族史、个性特征等多种因素影响(张许林,2023),且大学生因应对能力有限,面对学业、人际等多重压力时易陷入抑郁。因此,大学生抑郁的预防与干预既是社会热点,也是学术研究重点(张珊明等,2024)。

在大学生心理健康研究领域,抑郁的产生并非孤立事件,而是受到多重心理社会因素的交织影响。过往研究表明,领悟社会支持是影响抑郁情绪的重要因素,与抑郁程度呈负相关(朱天怡等,2026);心理资本可通过调节个体的归因认知,降低大学生阈下抑郁的发生风险,成为连接双重归因与阈下抑郁的重要中介变量(孙昌隆等,2023);生命意义感与抑郁存在显著关联,充足的生命意义感能够有效降低大学生抑郁的发生风险,而生命意义感的缺失可能成为诱发或加剧抑郁情绪的重要心理因素(兰丽丽,王晓峰,

2025)。资源保存理论指出,环境压力会造成个体资源的消耗(Hobfoll, 1989),心理资本作为重要的内在积极资源,易受压力影响并进一步作用于个体的心理健康状况(Culbertson et al., 2010),根据自我决定理论的人格整合观点,个体的积极心理资源与生命意义感均源于自主、胜任、归属等基本心理需求的满足(Deci & Ryan, 1991),多项研究表明积极心理资本正向预测生命意义感(杨继, 郭斯萍, 2026; 赵正芳, 2025)。这些因素从不同层面作用于大学生心理状态,共同影响抑郁状况,为理解大学生抑郁的形成机制提供了多元视角,也为后续探究社会支持与抑郁的关联,以及心理资本、生命意义感在其中的作用奠定了基础。

本研究的目的是深入探讨大学生领悟社会支持与抑郁的关系,并重点分析心理资本和生命意义感在这一关系中的中介作用。

2. 方法

2.1. 研究对象

本研究采取方便取样法,以高校在校大学生作为调查对象,研究共发放问卷 478 份,回收 391 份,剔除无效问卷后,共回收有效问卷 326 份,回收问卷的有效回收率为 83.4%。

2.2. 研究工具

1) 抑郁自评量表(SDS)

SDS 是 Zung 于 1965 编制,个体通过填写调查问卷得到的分数了解到自己抑郁情绪的状况。本研究中,该量表的 Cronbach's α 系数为 0.885,由 20 个题目构成,包含了精神-情感症状、躯体性障碍、精神运动性障碍和心理障碍等四个方面。此量表采用 4 点计分,计算总分时采用原始分乘以 1.25。总分在 25~100 分之间,依据中国常模数据,得分 < 53 分为无抑郁,53~62 分为轻度抑郁,63~72 分为中重度抑郁,72 分以上为重度抑郁(王春芳等, 1986)。

2) 领悟社会支持量表(PSSS)

PSSS 采用 Zimet 等编制,后经由姜乾金译制修改形成的中文版本。本研究中,该量表的 Cronbach's α 系数为 0.932,共有 12 个条目 3 个维度,包括家庭支持、朋友支持和他人支持等维度,用于测定个体对来自家人、朋友以及其他人员的支持的感受程度。采用 7 点计分(1 = 完全不同意, 7 = 完全同意),分数越高表示个体领悟到的社会支持程度越高(潘云波, 2018)。

3) 积极心理资本问卷(PPQ)

PPQ 是 2010 年由张阔等人编著的,用于测量个体心理资本的量表。本研究中,该量表的 Cronbach's α 系数为 0.959,共有 26 个条目,采用 7 级计分(1 = 完全不符合, 7 = 完全符合)。该量表由四个维度构成,分别是自我效能、韧性、希望、乐观,该量表部分条目采用反向计分,除此之外都是正向计分,各维度求和所得分数越高表示个体的心理资本水平越高(熊丽欣, 2023)。

4) 生命意义感量表(MLQ)

生命意义感量表(MLQ)采用的中文版本由 Steger 编订,经刘思斯和甘怡群修订,本研究中,该量表的 Cronbach's α 系数为 0.872,共 9 题,分为拥有生命意义和寻求生命意义两个维度,量表采用 7 点计分(1 = 完全不符合, 7 = 完全符合),全部题目均为正向计分,分数越高,说明其生命意义感水平越高。

2.3. 数据处理

本研究采用 SPSS 23.0 及 Hayes 开发的 PROCESS 2.5 对数据进行描述统计、相关分析及中介效应模型检验。

3. 结果与分析

3.1. 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因子检验对共同方法偏差进行统计检验。结果显示,共提取 25 个载荷大于 1 的因子,第一个因子方差解释力为 38.496% (小于 40%),说明当前研究不存在严重的共同方法偏差。

3.2. 描述性统计

为了解大学生领悟社会支持、心理资本、生命意义感与抑郁的现状,本研究开展描述性分析,具体数据结果如表 1 所示,所测得的 326 份大学生的抑郁自评量表、领悟社会支持量表、积极心理资本问卷、生命意义感量表的平均得分分别为 53.45、59.83、125.90、39.85。其中,被试的抑郁自评量表总分平均值为 53.45,依据中国常模数据,得分 53~62 分为轻度抑郁,53.45 接近 53,因此本次取样的被试群体整体有抑郁状态,但抑郁水平较轻;领悟社会支持量表的条目均分高于理论中值 4,说明本次取样的被试群体领悟社会支持水平较高;心理资本的条目均分高于理论中值 4,说明本次取样的被试群体具有较高水平的心理资本;生命意义感的条目均分高于理论中值 4,说明本次取样的被试群体具有较高水平的生命意义感。

Table 1. Overall status of perceived social support, psychological capital, meaning in life and depression

表 1. 领悟社会支持、心理资本、生命意义感与抑郁的总体状况

变量	样本数	平均值	标准差	条目均分
抑郁	326	53.45	18.84	2.67
领悟社会支持	326	59.83	14.72	4.99
心理资本	326	125.90	27.83	4.84
生命意义感	326	39.85	9.02	4.43

3.3. 相关分析

相关性检验结果如表 2 所示,抑郁与领悟社会支持、心理资本、生命意义感的相关系数分别为-0.827、-0.863、-0.827,在 0.001 级别(双尾)存在显著负相关;领悟社会支持与心理资本、生命意义感的相关系数分别为 0.822、0.849,心理资本对生命意义感的相关系数为 0.854,均在 0.001 级别(双尾)存在显著正相关。

这些结果表明,抑郁与领悟社会支持、心理资本及生命意义感均呈现高度显著的负相关关系,说明这些心理资源可能对缓解抑郁具有积极作用。同时,领悟社会支持、心理资本与生命意义感之间表现出显著的正相关性,提示三者可能存在相互促进的关系,共同构成个体心理健康的保护性因素。这一结果为后续探讨心理资本和生命意义感在领悟社会支持与抑郁之间的中介作用奠定了重要的实证基础。

Table 2. Correlation analysis of perceived social support, psychological capital, meaning in life and depression

表 2. 领悟社会支持、心理资本、生命意义感与抑郁的相关分析

	抑郁	领悟社会支持	心理资本	生命意义感
抑郁	1			
领悟社会支持	-0.827**	1		
心理资本	-0.863**	0.822**	1	
生命意义感	-0.827**	0.849**	0.854**	1

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

3.4. 中介效应检验

由表 3 回归分析可知, 领悟社会支持对抑郁的影响显著, 回归效应显著, 数据显示, 领悟社会支持、心理资本、生命意义感对抑郁均具有较强的预测力。决定系数 R^2 为 0.794, 说明在抑郁的变异中, 能被领悟社会支持、心理资本、生命意义感的多元方程解释的比例为 0.794, 抑郁与三者的复相关系数为 0.794。此结果提示, 可以通过改善领悟社会支持、心理资本、生命意义感, 来达到降低抑郁水平的目的。

Table 3. Regression analysis of the relationship between various variables and depression

表 3. 各变量与抑郁的回归分析

因变量	自变量	β	t	R^2	调整后 R^2
抑郁	领悟社会支持	-0.281	-5.494***	0.794	0.792
	心理资本	-0.480	-9.252***		
	生命意义感	-0.178	-3.178**		

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

表 4 显示, 当因变量为心理资本时, $R^2 = 0.684$, 代表领悟社会支持可以解释心理资本的 68.4%, 且领悟社会支持对心理资本显著正向预测($\beta = 0.822, p < 0.001$)。即个体领悟到的社会支持程度越高, 心理资本水平越高; 相反, 个体领悟到的社会支持程度越低, 心理资本水平越低。

当因变量为生命意义感时, $R^2 = 0.788$, 代表领悟社会支持和心理资本可以共同解释生命意义感的 78.8%, 且领悟社会支持对生命意义感显著正向预测($\beta = 0.455, p < 0.001$), 心理资本对生命意义感显著正向预测($\beta = 0.479, p < 0.001$)。即个体领悟到的社会支持程度越高, 心理资本水平越高, 生命意义感水平越高; 相反, 当个体领悟到的社会支持程度越低, 其心理资本水平就越低, 其生命意义感水平也越低。

当因变量为抑郁时, $R^2 = 0.794$, 代表领悟社会支持、心理资本和生命意义感可以共同解释生命意义感的 79.4%, 且领悟社会支持对抑郁显著负向预测($\beta = -0.281, p < 0.001$), 心理资本对抑郁显著负向预测($\beta = -0.480, p < 0.001$), 生命意义感对抑郁显著负向预测($\beta = -0.178, p < 0.01$)。即个体领悟到的社会支持程度越高, 心理资本水平越高, 生命意义感水平越高, 抑郁程度越低; 相反, 个体领悟到的社会支持程度越低, 心理资本水平越低, 生命意义感水平越低, 抑郁程度越高。

Table 4. Chain mediating model of perceived social support on depression

表 4. 领悟社会支持对抑郁的链式中介模型

变量	心理资本			生命意义感			抑郁		
	β	SE	t	β	SE	t	β	SE	t
领悟社会支持	0.822***	0.032	26.011	0.455***	0.044	10.312	-0.281***	0.051	-5.494
心理资本				0.479***	0.044	10.847	-0.48***	0.052	-9.252
生命意义感							-0.178**	0.056	-3.178
R^2		0.684			0.788			0.794	
F		676.595			629.899			414.253	

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

运用 PROCESS 3.4 插件对中介模型进行检验, 采取 5000 次的重复抽样测试, 在 95% 的置信区间上进行假设验证, 最后得到结果如表 5 所示, 中介效应由 3 条路径组成: 1) 间接路径 1 (领悟社会支持 - 心理资本 - 抑郁); 2) 间接路径 2 (领悟社会支持 - 生命意义感 - 抑郁); 3) 间接路径 3 (领悟社会支持 - 心

理资本 - 生命意义感 - 抑郁)。若间接效应 95%的置信区间内不包括 0, 则说明存在中介效应; 若直接效应 95%的置信区间内包括 0, 则说明存在完全中介效应。从表 5 中可知, 95%的置信区间中直接效应[-0.382, -0.181]和间接效应[-0.643, -0.447]均不包含 0, 因此存在直接效应, 但中介效应不完全, 即心理资本和生命意义感起部分中介效应。这 3 条路径的效应值分别为-0.395、-0.081、-0.070, 分别占据总效应值的 47.76%、9.79%、8.46%, 且置信区间均不包含 0。综上可知, “领悟社会支持 - 心理资本 - 抑郁”和“领悟社会支持 - 生命意义感 - 抑郁”的中介效应有统计学意义, “领悟社会支持 - 心理资本 - 生命意义感 - 抑郁”的链式中介效应有统计学意义(见图 1)。

Table 5. Mediating effect table
表 5. 中介效应表

Effect	Boot 标准误差	Boot CI		相对中介效应	
		下限	上限		
间接效应 1	-0.395	0.061	-0.512	-0.275	47.76%
间接效应 2	-0.081	0.030	-0.512	-0.275	9.79%
间接效应 3	-0.070	0.027	-0.126	-0.021	8.46%
总间接效应	-0.546	0.049	-0.643	-0.447	66.02%
直接效应	-0.281	0.051	-0.382	-0.181	33.98%
总效应	-0.827	0.031	-0.889	-0.766	

注: 总效应值 = 总间接效应值 + 直接效应值; 相对中介效应 = Effect/总效应; 1) 间接路径 1 (领悟社会支持 - 心理资本 - 抑郁); 2) 间接路径 2 (领悟社会支持 - 生命意义感 - 抑郁); 3) 间接路径 3 (领悟社会支持 - 心理资本 - 生命意义感 - 抑郁)。

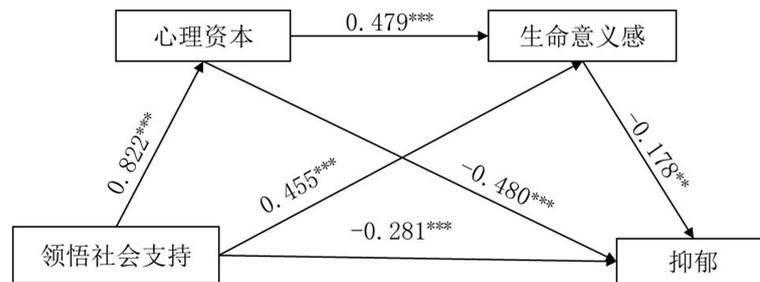


Figure 1. Chain mediating role of psychological capital and meaning in life between perceived social support and depression
图 1. 心理资本和生命意义感在领悟社会支持与抑郁之间的链式中介作用

4. 讨论

4.1. 大学生领悟社会支持对抑郁的直接作用

研究结果显示, 大学生领悟社会支持与抑郁之间存在显著负相关, 并且大学生领悟社会支持可以负向预测大学生的抑郁水平。这一结果再次验证了目前已知的理论研究: 1) 领悟社会支持的能力越强, 所感受到的积极情绪也越多, 抑郁情绪也将越少(Rueger et al., 2022)。2) 领悟社会支持对各种情绪均有增益作用。领悟社会支持水平高的个体, 在感知到来自别人的情感支持和物质支持时, 更容易提升幸福感水平, 减轻心理压力, 缓解抑郁情绪对自己的影响(许慧婷, 2024)。

并且, 依据社会支持主效应模型, 社会支持在个体情绪管理中起着重要作用。它既能协助个体维持积极的情绪状态, 又能有效减轻抑郁等负面情绪的影响(Davidson & Adams, 2013)。

4.2. 大学生领悟社会支持对抑郁的间接作用

研究表明,领悟社会支持对抑郁的直接影响较小,但通过心理资本和生命意义感的中介作用,能够显著缓解抑郁情绪。

心理资本作为个体在面对挑战时的心理资源,包括自我效能感、希望、乐观和韧性四个维度(Luthans & Youssef-Morgan, 2017)。本研究发现,领悟社会支持能够显著提升大学生的心理资本,而心理资本的提升又能有效降低抑郁水平。这表明,心理资本在领悟社会支持与抑郁之间起到了重要的中介作用。具体而言,较高的领悟社会支持能够增强个体的自我效能感和心理韧性,帮助他们更好地应对生活中的压力,从而降低抑郁的风险。

生命意义感作为幸福感的核心构成要素,表示个体对自身生命价值的认知深度与生活目标的明确感知(Steger, 2012)。它包括追寻意义和拥有意义两个维度。研究结果显示,领悟社会支持能够显著提升生命意义感,而生命意义感的提升又能进一步降低抑郁水平。这表明,生命意义感在领悟社会支持与抑郁之间也起到了重要的中介作用。此外,需要层次理论认为,生理、安全、归属和爱以及尊重是人的基本需要,这些需要的满足与否对个体的生存具有重要作用(Maslow, 1943)。基本心理需求满足模型认为:若个体的基本心理需要得以满足,个体就会体验到生命意义感,否则可能产生自我不确定感、不安全感以及自我排斥等消极感受,这也反映了生命意义感与抑郁之间的负向预测关系。

进一步的链式中介效应分析表明,领悟社会支持通过生命意义感和心理资本的链式中介作用对抑郁产生了显著的间接影响。具体而言,领悟社会支持首先提升生命意义感,生命意义感再通过增强心理资本,最终降低抑郁水平。这一链式中介路径揭示了领悟社会支持对抑郁的复杂作用机制,强调了生命意义感和心理资本在其中的重要桥梁作用。

5. 研究结论和展望

5.1. 研究结论

1) 大学生领悟社会支持对抑郁具有显著负向预测作用; 2) 大学生领悟社会支持不仅可以直接负向预测大学生的抑郁,也可以通过心理资本和生命意义感对抑郁产生间接影响,心理资本和生命意义感在大学生领悟社会支持和抑郁之间起部分中介作用; 3) 心理资本对生命意义感具有正向预测作用,因此,大学生领悟社会支持可以通过心理资本对生命意义感的作用间接影响抑郁,通过提高大学生领悟社会支持的水平达到提高大学生的心理资本、提高大学生的生命意义感,从而导致大学生的抑郁水平降低。

5.2. 研究不足

1) 在研究对象上,本研究样本容量相对偏小,可能影响研究结果的统计效力;其次,样本的人口学特征分布不够均衡,具体表现为性别比例、年级比例失调。

2) 在研究方法上,本研究采用的方法较为单一,只采用了问卷调查法;而且抽样方法采用的是方便取样法,而不是随机取样法,此因素可能导致样本缺乏代表性。

5.3. 研究展望

1) 建议后续采用分层随机抽样,扩大样本容量,并严格控制人口学变量的平衡性,以提高研究结果的普适性。

2) 在今后研究中,应尝试采用多种方法相结合去研究,如将访谈法、情境研究法引入研究中,同时进行长期追踪研究,保证研究结果更加可靠。

基金项目

本文为2024年河北省大学生创新创业训练计划项目“心灵护航：大学生全方位心理危机干预模式建构”(项目级别：国家级；项目编号：202410081052)研究成果。

参考文献

- 傅小兰, 张侃(2023). 2022年中国大学生心理健康状况调查报告. 见傅小兰, 张侃(编), *中国国民心理健康发展报告(2021-2022)* (pp. 86-115). 社会科学文献出版社.
- 国务院(2025). *政府工作报告——2025年3月5日在第十四届全国人民代表大会第三次会议上*. 中国政府网.
- 兰丽丽, 王晓峰(2025). 大学生价值观生命意义感和主观幸福感与抑郁的关联. *中国学校卫生*, 46(8), 1116-1119, 1124.
- 鲁淑红, 解厚荣, 杜逸群(2023). 大学生心理危机预警指标调查研究. *心理月刊*, 18(16), 219-221.
- 潘云波(2018). 中职护生领悟社会支持、一般自我效能感与心理韧性的关系. *中国健康心理学杂志*, 26(12), 1871-1876.
- 人民日报健康客户端, 健康时报, 好心情心理医疗和心理健康数字服务平台, 灵北中国, 抑郁症研究所(2023). *2022国民抑郁症蓝皮书*.
- 孙昌隆, 朱峻同, 张婧雅, 于少杰, 凌春光, 邹敏(2023). 大学生阈下抑郁与双重归因的关系: 心理资本的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 31(8), 1212-1216.
- 王春芳, 蔡则环, 徐清(1986). 抑郁自评量表——SDS对1340例正常人评定分析. *中国神经精神疾病杂志*, (5), 267-268.
- 熊丽欣(2023). *高中生学校联结、心理资本与学业倦怠的关系及教育对策研究*. 硕士学位论文, 汉中: 陕西理工大学.
- 许慧婷(2024). *领悟社会支持对大学生抑郁情绪的影响: 一个有调节的中介模型*. 硕士学位论文, 太原: 山西师范大学.
- 杨继, 郭斯萍(2026). 基于双因素模型的儒家伦理精神性对心理健康的影响及其作用机制. *中国临床心理学杂志*, (1), 190-195.
- 张珊明, 罗中千, 黎志华(2024). 积极冒险经历与大学生抑郁的关系: 自主性和自尊的链式中介作用. *中国临床心理学杂志*, 32(6), 1275-1280.
- 张许林(2023). *基于结构方程模型下人际信任在领悟社会支持对大学生抑郁影响的中介效应研究*. 硕士学位论文, 吉首: 吉首大学.
- 赵正芳(2025). *父母心理控制与青少年抑郁情绪的关系: 有调节的中介作用及干预*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 周彦伊(2023). *大学生抑郁与负性生活事件、认知情绪调节策略的关系及干预研究*. 硕士学位论文, 重庆: 重庆师范大学.
- 朱天怡, 徐家华, 胡艳楠, 沈晴, 谭淑平(2026). 领悟社会支持在积极共情与抑郁症状关系中的作用. *中国心理卫生杂志*, 40(2), 158-163.
- Culbertson, S. S., Fullagar, C. J., & Mills, M. J. (2010). Feeling Good and Doing Great: The Relationship between Psychological Capital and Well-Being. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15, 421-433. <https://doi.org/10.1037/a0020720>
- Davidson, S., & Adams, J. (2013). Adversity and Internalizing Problems among Rural Chinese Adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 37, 530-541. <https://doi.org/10.1177/0165025413503421>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A Motivational Approach to Self: Integration in Personality. In R. A. Dienstbier (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation: Perspectives on Motivation* (pp. 237-288). University of Nebraska Press.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. *American Psychologist*, 44, 513-524. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.44.3.513>
- 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)
- Liu, J., Bullock, A., Coplan, R. J., Chen, X., Li, D., & Zhou, Y. (2017). Developmental Cascade Models Linking Peer Victimization, Depression, and Academic Achievement in Chinese Children. *British Journal of Developmental Psychology*, 36, 47-63. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12212>
- Luthans, F., & Youssef-Morgan, C. M. (2017). Psychological Capital: An Evidence-Based Positive Approach. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 4, 339-366. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032516-113324>

-
- Marx, W., Penninx, B. W. J. H., Solmi, M., Furukawa, T. A., Firth, J., Carvalho, A. F. et al. (2023). Major Depressive Disorder. *Nature Reviews Disease Primers*, 9, Article No. 44. <https://doi.org/10.1038/s41572-023-00454-1>
- Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396. <https://doi.org/10.1037/h0054346>
- Rueger, S. Y., Pyun, Y., Coyle, S., Wimmer, J., & Stone, L. B. (2022). Youth Depression and Perceived Social Support from Parents: A Meta-Analysis of Gender and Stress-Related Differences. *Psychological Bulletin*, 148, 710-740. <https://doi.org/10.1037/bul0000378>
- Steger, M. F. (2012). Making Meaning in Life. *Psychological Inquiry*, 23, 381-385. <https://doi.org/10.1080/1047840x.2012.720832>
- Tao, T., Yi, H. S., & Liyaerebulaiti, Y. (2025). The Effect of Positive Life Events on Depression: The Moderating Role of Negative Life Events. *Psychology of China*, 7, 119-125. <https://doi.org/10.35534/pc.0701021>