

社会支持与大学生抑郁的关系:一个有调节的中介模型*

叶宝娟 马婷婷

(江西师范大学心理健康教育研究中心, 心理学院, 南昌 330022)

摘要:为考察社会支持、社交焦虑、一般自我效能感和抑郁之间的关系,采用社会支持评定量表、社交焦虑量表、一般自我效能感量表以及抑郁自评量表对640名大学生进行调查。研究显示:(1)社交焦虑在社会支持与大学生抑郁之间起部分中介作用;(2)一般自我效能感在社会支持—社交焦虑—抑郁这一中介过程中的后半路径起调节作用。

关键词:社会支持;社交焦虑;一般自我效能感;抑郁;大学生

中图分类号:B848

文献标识码:A

文章编号:1003-5184(2020)05-0465-07

1 引言

抑郁是反映个体心理健康的重要指标(富伟伟,王广曦,李永娟,2018),据2017年世界卫生组织统计,从2005年至2015年共十年间,全球患抑郁症的人数增加约18%,在中国,抑郁症患者约占全国人口总数的4.2%(姚碧芳,2018)。而随着教育改革和就业形势愈发严峻,大学生承受着更大的学习压力与就业压力(刘双金,胡义秋,孙焕良,2018),这就使得大学生容易产生抑郁情绪。有研究显示,大学生群体的抑郁检出率相对较高,有的甚至高达50%以上(权梦娅,2018)。抑郁作为一种负面情绪状态,会对个体的身心健康产生严重影响。处于抑郁状态的个体,不仅仅呈现出心境低落、产生睡眠障碍,食欲下降等外在表现,严重者甚至产生自残、自杀等行为(苏鹏,苏丽,2018),对个体的工作、学习、生活甚至是生命造成严重损害。鉴于抑郁在大学生群体中的高发性及其危害性,因此非常有必要研究大学生抑郁的影响因素及作用机制,进而降低大学生的抑郁水平,促进其身心健康发展。

社会支持是心理健康的重要保护因素(汤芙蓉,张大均,刘衍玲,2009),指的是个体从社区、社交网络或从亲戚朋友那里获得的物质或精神帮助(Cullena,1994)。社会支持的主效果模型认为社会支持有助于维持个体良好的情绪体验(李强,1998),减少个体的消极情绪(Lakey & Orehek, 2011),降低抑郁发生的可能性(亢莉,2004)。有研究表明,社会支持对抑郁具有负向预测作用(庞英,

洪伟,赵楠,印江,2011)。也就是说,高水平的社会支持会降低个体的抑郁水平(Eric, Kendice, & Limoges, 2010)。若个体体验到的社会支持越少,社会支持对个体的增益作用越小,越容易产生抑郁情绪(刘瑜,2009)。为了更好地降低大学生的抑郁水平,研究社会支持对抑郁的影响具有非常重要的价值。

随着个体进入大学,其社会支持的主要方式发生了改变,社会交往活动的数量及形式较以往有了明显的增加,个体面临着建立新的人际关系以及处理复杂人际关系的任务,而如果个体在这一过程中不能合理处理人际关系问题,则会导致社会适应问题,如:社交焦虑(汪隼,2009)。社交焦虑指的是个体在与他人进行社会交往的过程中,由想象或真实的社交情景所引起的非适应性情绪体验,如不舒服、不自然、紧张、恐惧等(Schlenker & Leary, 1982),社交焦虑通常具有较高的发生率,相关调查数据表明社交焦虑的发生率在7.1%到7.9%之间(Stefan, Asnaani, & Devon, 2010)。社会支持的缺乏不利于培养个体良好的社交技能(曾嘉鸿,陆爱桃,郭煜阳,蔡润阳,2017),也就是说,缺少来自家庭、朋友的精神支持以及社会的物质支持使得个体缺少与他人的沟通、交流,减少了个体社交技巧的训练,不利于培养个体良好的社交技能,进而导致个体害怕社交活动,产生社交退缩行为,导致社交焦虑情绪的产生(张紫璇,2016),同时,社交技能缺乏模型也认为,社交技能的缺乏会导致个体在社交活动不能很

* 基金项目:江西省教育科学“十三五”规划课题(20YB029),江西省社科规划项目(18JY09)。

通讯作者:叶宝娟, E-mail: yebaojuan0806@163.com。

好地表达自己,进而产生社交焦虑的情绪(马红英,2019)。而高水平的社交焦虑影响个体在社交活动中的正常发挥,往往导致社交活动的失败,使个体对自己缺乏正确的认识,产生对社交能力的负性评价,导致抑郁情绪产生(王璇,2008)。因此,社会支持可能会通过社交焦虑影响抑郁。据此,提出假设1:社交焦虑在社会支持与大学生抑郁之间起中介作用。

社会支持通过社交焦虑影响大学生的抑郁这一中介过程可能会因为个体差异而有所不同,所以本研究对这一中介过程是否会受到其他因素的影响进行了探究。一般自我效能感会影响个体的抑郁(刘洋,李国军,2012;权梦娅,2018)。一般自我效能感水平较高个体对自己有充足的自信,在完成任务时会保持积极探索、乐观的情绪状态(武潇潇,2018),不易抑郁(陈芳蓉,侯东亮,2012;刘洋,李国军,2012;张小红,2008),但是随着社交焦虑水平的增加,在社交过程中会自动激活负性评价且对自己的负性评价不断增加(Clark & Wells,1995),此时较高的自我效能感不足以矫正不断增加的负性评价,抑郁水平显著上升;而一般自我效能感较低的个体过于担心自己的失败,对自己没有信心(张鸿鹏,2018),会用消极的方式去看待和解释自己以及日常生活中的事件(赵申苒,郭腾飞,王明辉,2018),在完成任务的过程中会一直有思想包袱、患得患失,同时产生巨大的思想压力,往往会关注消极的后果带来的一系列负性情绪体验,从而使自己一直处于抑郁的状态(Chemers, Hu, & Garcia, 2001),个体对自身评价已经非常负性,随着社交焦虑水平的增加,抑郁水平也不会进一步显著变化。也就是说,一般自我效能感调节了社交焦虑与抑郁之间的关系。据此,提出假设2:一般自我效能感调节了社会支持—社交焦虑—抑郁这一中介过程的后半路径。

综上所述,本研究拟构建一个有调节的中介模型(图1),旨在研究社交焦虑是否在社会支持与大学生抑郁之间起中介作用,以及一般自我效能感是如何调节这一中介过程的后半路径的。

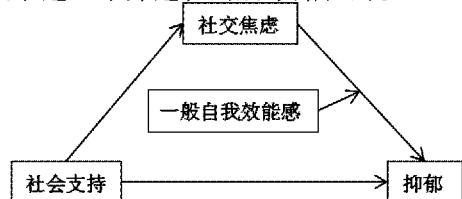


图1 概念框架图

2 方法

2.1 被试

本研究首先从中部地区选取6所本科院校,包括理科大学、文科大学以及综合类大学,然后分别在每个学校的每个年级随机选取1~2个班级发放问卷。主试均为受过专业培训的心理学专业学生,施测时获得学院领导、老师及被试本人的同意,采用集体施测,强调了自愿填写、资料保密、匿名填写等原则,并对被试的性别、年级等变量进行控制。剔除因数据缺失、规律作答等原因导致的无效问卷后,回收有效问卷为640份。被试的平均年龄为20.00,标准差为1.54。其中男生为312人(48.8%),女生为328人(51.3%)。大一学生157人(男71,女86),占全体被试24.5%;大二学生145人(男73,女72),占全体被试22.7%;大三学生168人(男92,女76),占全体被试26.3%;大四学生170人(男76,女94),占全体被试26.6%。

2.2 工具

2.2.1 社会支持评定量表

采用肖水源(1994)编制、何安明(2015)修订的社会支持评定量表,共10个条目,包括主观支持、客观支持、支持利用度三个维度,得分越高,被试社会支持程度越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.72。

2.2.2 社交焦虑量表

采用Fenigstein(1975)编制的、Scheier和Carver(1981)修订的社交焦虑量表,中文版由蒋灿(2007)修订。该量表共包括6个题目,采用4点计分,从“0=一点儿不像我”到“3=非常像我”,得分越高表示个体的社交焦虑水平越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.79。

2.2.3 一般自我效能感量表

采用心理学家Schwarzer(1997)编制、王才康(2001)修订的一般自我效能感量表,该量表共10个题目,为李克特4点量表,从“1=完全不正确”到“4=完全正确”,得分越高表示一般自我效能感越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.85。

2.2.4 抑郁自评量表

采用Zung(1965)编制、王春芳等(1986)修订的抑郁自评量表,主要用来测查被试一周以内的抑郁水平。该量表包括20道题目,采用4级计分,其中“1=没有或很少时间”,“4=绝大部分或全部时间”。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.80。

2.3 数据处理与分析

采用 SPSS21.0 对数据进行 Harman 共同方法偏差检验、各变量描述性统计和相关分析等数据统计分析,并使用 Mplus7.0 进行结构方程模型分析来检验社交焦虑在社会支持与大学生抑郁之间的中介效应以及一般自我效能感的调节效应。

3 结果

3.1 共同方法偏差检验

本研究采用控制未测单一方法潜因子法来检验

共同方法偏差。结果显示,特征值大于1的因子有10个,其中第一个因子解释的总方差为16.01%,小于40%的临界值,表明本研究共同方法偏差不明显(熊红星,张璟,叶宝娟,郑雪,孙配贞,2012)。

3.2 描述性统计和相关分析

如表1所示,社会支持、一般自我效能感与抑郁呈显著负相关,社交焦虑与抑郁呈显著正相关;社会支持与一般自我效能感呈显著正相关,社交支持、一般自我效能感与社交焦虑呈显著负相关。

表1 各变量的描述统计和相关分析结果

变量	M	SD	1	2	3	4
1. 社会支持	3.63	0.60	-			
2. 社交焦虑	1.54	0.65	-0.21**	-		
3. 一般自我效能感	2.67	0.44	0.25**	-0.31**	-	
4. 抑郁	2.12	0.39	-0.33**	0.29**	-0.33**	-

注: $N=640$, ** $p<0.01$ 。

3.3 社会支持对大学生抑郁的影响:有调节的中介模型检验

根据吴艳和温忠麟(2011)的观点,对于通常的多个子量表(多维结构)测验,推荐在子量表内打包,推荐使用内部一致性法将维度内的题目打包,即以维度为单位进行打包,因此,对社会支持等量表采用以维度为单位进行打包,这种打包方法可能存在遗漏原始信息等问题(卞冉,车宏生,阳辉,2007)。本研究主要检验一个有调节的中介模型,采用吴艳和温忠麟(2011)所推荐的题目打包法对各个变量的题目进行打包,形成潜变量指标来检验结构方程模型。结果显示,模型拟合指标为:RMSEA=0.04, CFI=0.96, NNFI=0.95, SRMR=0.05, 模型拟合良好(温忠麟,侯杰泰,马什赫伯特,2004)。如图2所示,首先,社会支持显著负向预测大学生的社交焦虑($\gamma=-0.38, t=-6.94, p<0.001$)。社交焦虑会显著正向预测大学生抑郁($\gamma=0.16, t=3.14, p<0.01$),因此,社交焦虑是社会支持与大学生抑郁之间的中介变量,假设1得到支持。其次,在加入社交焦虑这一中介变量后,社会支持仍然能够显著负向预测大学生抑郁($\gamma=-0.34, t=-5.62, p<0.001$),表明社交焦虑在社会支持与大学生抑郁的关系中起到的是部分中介作用。再次,社交焦虑 \times 一般自我效能感可以显著正向预测大学生抑郁($\gamma=0.11, t=2.36, p<0.05$),即一般自我效能感调节了社交焦虑与大学生抑郁之间的关系,假设2得到支持。所以社会支持对大学生抑郁的影响为有调节的中介效应。

为了检验一般自我效能感如何调节社交焦虑对

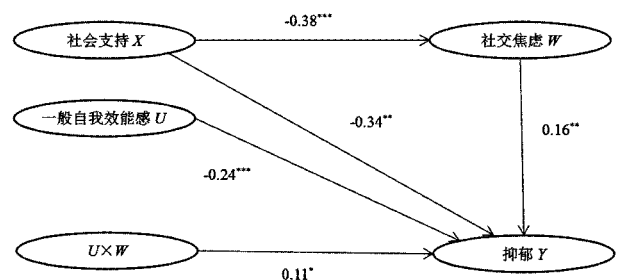


图2 有调节的中介模型图

大学生抑郁的影响,分别取一般自我效能感的Z分数的 ± 1 ,绘制交互作用图,如图3所示。简单斜率检验表明,对一般自我效能感较高(如 $Z=1$)的大学生来说,社交焦虑程度越高,抑郁表现出较为显著的上升趋势($\gamma=0.28, t=5.07, p<0.001$),社交焦虑每增加一个标准差,抑郁就会增加0.28个标准差;而对于一般自我效能感低(如 $Z=-1$)的大学生,随着社交焦虑程度的增加,大学生抑郁程度的上升趋势并不显著($\gamma=0.05, t=1.40, p>0.05$)。

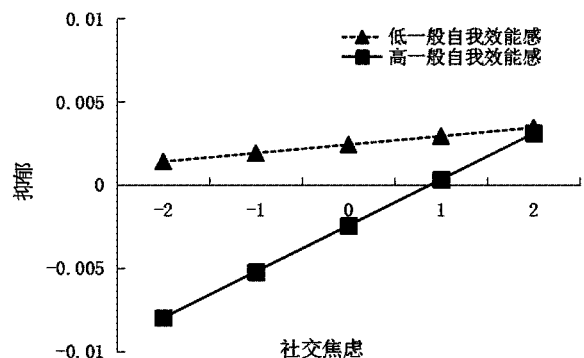


图3 一般自我效能感对社交焦虑与抑郁关系的调节作用

4 讨论

在全球范围内,抑郁是发病率最高的精神卫生疾病(WHO, 2016),也是造成残疾和疾病负担的五大原因之一(Caspi et al., 2003),10%~15% 的大众人群一生中会经历抑郁,5% 男性和 9% 女性在某一年中会经历抑郁障碍(Hirschfeld, 2012),预计到 2030 年,抑郁将成为全球范围内引发死亡和导致残疾的首要因素(Lépine & Briley, 2011),对抑郁的影响因素和影响机制进行研究是对其进行科学预防 and 有效控制的基础,具有重要的理论意义和实证价值。本研究建立了一个有调节的中介模型来检验大学生抑郁的影响因素及其作用机制。研究发现,社会支持对大学生抑郁具有负向预测作用,这与以往多数研究结果一致(谢笑春, 雷雳, 牛更枫, 2016; 叶俊杰, 2006)。但是,乌拉和旭日花(2015) 研究表明社会支持与大学生抑郁无关,这可能是由于不同研究对社会支持测量存在差异。乌拉和旭日花(2015) 测量的社会支持侧重于就业方面的社会支持,其被试群体包含过半的大一和大二学生(51.64%),这部分群体的抑郁可能并不是就业问题引起,所以该研究测量的就业方面的社会支持与抑郁无关;而本研究与叶俊杰(2016)、谢笑春等(2016) 所测量的是被试在各个方面的主观支持、客观支持和对支持的利用度,这些支持可以给予个体温暖和接纳,增加积极情绪,降低消极情绪(苗甜, 王娟娟, 宋广文, 2018),使个体不易抑郁。

4.1 社交焦虑的中介作用

在验证社会支持对大学生抑郁存在负向预测作用的基础上,本研究还深入考察了社会支持“怎样”影响大学生抑郁。研究发现社会支持能够负向预测社交焦虑,个体社会支持水平越高,个体能够获得支持与鼓励也就越多,在社会交往活动中其社交焦虑也会相应的降低(龙坚力, 2008);社交焦虑对大学生抑郁具有显著的正向预测作用,高水平的社交焦虑会使个体在社会交往过程中产生退缩行为,阻碍个体与他人建立良好的人际关系,降低其获得同伴、朋友的社会支持的可能性,增加其抑郁的风险(张丛丽, 周宗奎, 2018)。更重要的是本研究发现,社交焦虑在社会支持与大学生抑郁之间起部分中介作用,也就是说社会支持一方面直接影响大学生的抑郁,另一方面通过社交焦虑间接影响大学生的抑郁,这可能是由于个体进入大学之后,面对社交活动的增多,高水平社会支持的个体可以就如何建立、处理与他人的人际关系这一问题,与其社会支持的来源(如: 家长、朋友等) 进行沟通交流,获得来自家人、朋友的温暖以及他们处理人际问题的经验(杨晓

峰, 许思安, 2009),增加其处理人际问题的信心,进而降低其社交焦虑水平,减少焦虑、紧张等情绪对其行为的影响,增加社交活动成功的机会,建立良好的人际关系,不易抑郁(窦芬, 王曼, 王明辉, 2018);而低社会支持的个体面对社交活动时,无法与他人进行交流获得相应的经验,这就使得其在人际交往过程中缺乏信心(庞英, 洪炜, 赵楠, 印江, 2011),导致个体害怕与他人进行社交、害怕社交失败,进而形成社交焦虑,而社交焦虑水平高的个体在进行社交活动时通常伴随着恐惧、紧张、焦虑的情绪,这些情绪会影响个体在社交活动中的表现,导致社交活动失败(武潇潇, 2018),增加其抑郁情绪。与此同时,高水平的社交焦虑会抑制情感的表达(Davila & Beck, 2002),进而使个体抑郁水平增加。这提示我们可以通过建立大学生的社会支持体系,增加大学生社会支持的来源,来降低其社交焦虑水平,进而降低其抑郁水平。

4.2 一般自我效能感的调节作用

本研究还检验了社会支持—社交焦虑—抑郁这一中介过程是否存在个体差异,即一般自我效能感是否调节了这一中介过程。本研究运用抑郁的双信息处理模型深入考察了一般自我效能感在其中的调节作用。研究发现,一般自我效能感调节了社交焦虑与大学生抑郁之间的关系。具体而言,对一般自我效能感较高的大学生,其抑郁水平随着社交焦虑水平的提高呈快速上升趋势;对一般自我效能感较低大学生,随着社交焦虑水平的提高,其抑郁水平的上升趋势并不明显,这可能是因为对于一般自我效能感较高的大学生,其面对不同事物或环境都拥有较高的信心,认为自己有能力去处理各种情境,但是随着社交焦虑水平的提高,对社交活动的恐惧、害怕使得个体的社交活动面临更多的失败风险,导致其对自己社交能力的负面评价也随着增加,但是其一般自我效能感这种总体性的信心所带的矫正能力是有限的(金一波, 2008)。随着社交焦虑水平的提高,一般自我效能感不足以矫正不断增加的个体对自己社交能力的负性认知,其抑郁水平呈显著上升趋势;与此同时,个体在一般自我效能感的作用下,认为自己有足够的力量面对各种问题,但是社交焦虑所导致的社交失败这一现实却与其对于自己的总体性认知相悖,这也会导致抑郁水平的显著提高。这就提示对于一般自我效能感较高大学生,主要是通过降低其社交焦虑水平,使其能够在社交活动中不受焦虑等情绪的影响,减少其对自己社交能力的负面评价,从而降低抑郁。而对于一般自我效能感较低的大学生,由于其对自己缺乏信心,导致其对于

自己的能力认识不足,认为自己没有能力去应对各种问题,这种总体性的低自我评价使个体降低活动的兴趣,情绪低落(李婷婷,2016),抑郁程度本身就处于较高的水平(天花板效应),所以随着社交焦虑水平的提高,其抑郁的上升趋势不显著。与此同时,一般自我效能感较低的个体,其对于自己各方面的能力总体持消极认知,而社交焦虑所导致的对自己社交能力的负性评价是其消极认知的一部分,所以随着社交焦虑提高,其抑郁的上升趋势不显著。这就提示我们对于这部分大学生而言,低水平的一般自我效能感是导致其抑郁的原因,对这一部分大学生进行干预时,我们需要着重关注其一般自我效能感的提升,改变其对于自己的消极认识,进而降低其抑郁水平。

总之,为了更好的降低大学生的抑郁水平,我们应该在以下方面采取措施:(1)学校、家庭、社会可以联合建立一个社会支持体系,采取合理的措施来提高大学生的社会支持水平,如:父母、朋友可以密切关注大学生的生活,及时给予大学生精神支持以及物质支持,使其体验到来自各方面的温暖、支持与鼓励,在需要的时候能够获得各方面的帮助,而不是处于孤立无援的状态,进而降低其抑郁水平;学校可以采取合理的措施(如心理健康公开课程)来引导大学生转变其社会支持的方式,从以父母支持为主转向父母、朋友支持并重的社会支持方式,帮助其建立良好的人际关系,增加社会支持的来源,适应大学生活,进而降低其抑郁水平。(2)家庭和学校可以通过提供鼓励以及人际交往的经验、提供练习的机会等方式,降低大学生的社交焦虑水平,减少其对于社交活动的恐慌、害怕等情绪,以轻松的心情进行社交活动,扩大其在社交活动中取得成功的可能性,增加对社交能力的积极评价,进而降低其抑郁水平。(3)针对一般自我效能感低的大学生,由于其相对于一般自我效能感较高的个体而言,抑郁程度处于较高水平,所以可以通过给予鼓励、提高情绪调节能力、改变错误的归因方式等提高其一般自我效能感,使其有足够的信心去面对各种挑战,进而降低其抑郁水平;而针对一般自我效能感高的大学生,主要可以通过增加社会交往的技能等方式降低其社交焦虑水平,进而降低其抑郁水平。

4.3 研究价值与展望

本研究揭示了社会支持对大学生抑郁的影响机制,既有理论意义,也有实践价值。理论上,本研究不仅有助于理解社会支持如何直接、间接作用于大学生抑郁,调节效应的存在也进一步揭示了在不同一般自我效能感水平的个体间中介效应的强度差

异,进一步揭示了社会支持对大学生抑郁的影响机制。实践上,探讨大学生抑郁形成机制对大学生抑郁的预防和干预具有重要启示。本研究启示我们应该为大学生提供较多的社会支持,且降低其社交焦虑,进而降低其抑郁水平。而且在对大学生的抑郁进行预防和干预时,要考虑到个体的一般自我效能感水平,针对不同的水平的个体采取不同措施。

本研究存在一些不足,需要在以后的研究加以改进。首先,本研究采取横断研究探讨社会支持对大学生抑郁的影响机制,虽然横断研究有其优势,横断研究有效的回答了许多类型的研究问题,能够对研究结果进行风险因素的评估,并且只要选择信效度较高的测验,研究结果就可以支持和解释复杂的模型(Levin,2006;Pandis,2014),但也存在缺点,横断研究无法从严格意义上明确各变量之间的因果关系,今后研究应该结合纵向追踪研究设计,以便更有效的解释社会支持如何影响大学生抑郁;其次,本研究采用自我报告法对大学生进行调查,但是这种方法可能会使得研究结果受到共同方法偏差的影响,虽然本研究的共同方法偏差未达到显著性水平,今后的研究应该尝试从多个渠道(如:父母、教师、同伴等)收集数据,以便更加深入的了解变量之间的关系;最后,本研究的被试群体为大学生,样本来源较为单一,对社会支持、社交焦虑、一般自我效能感、抑郁之间的复杂关系的探究结果推论到其他年龄群体时仍需谨慎,因此今后的研究要扩大取样范围,确保样本的代表性。

5 结论

(1)社交焦虑部分中介了社会支持与大学生抑郁之间的关系,即社会支持不仅可以直接预测大学生抑郁,还可以通过影响社交焦虑间接影响大学生抑郁。

(2)一般自我效能感在“社交焦虑→抑郁”这条路径上起调节作用:对一般自我效能感较低大学生,随着社交焦虑增加,其抑郁变化不明显;对一般自我效能感较高大学生,随着社交焦虑的增加,其抑郁显著上升。

参考文献

- 卞冉,车宏生,阳辉.(2007).项目组合在结构方程模型中的应用.心理科学进展,15(3),567-576.
- 陈芳蓉,侯东亮.(2012).大学生自我效能感与情绪关系研究.中国健康心理学杂志,20(2),276-277.
- 窦芬,王曼,王明辉.(2018).大学生同伴依恋与抑郁:自我认同感和宿舍人际关系的中介作用.中国临床心理学杂志,26(4),772-779.

- 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.
- 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.
- 亢莉.(2004).大学生抑郁与应激源、认知评价、人格特征及社会支持的相关研究(硕士学位论文).陕西师范大学.
- 蒋灿.(2007).自我意识量表的初步修订及相关研究(硕士学位论文).西南大学.
- 金一波.(2008).抑郁个体情绪认知机制及干预性研究(博士学位论文).华东师范大学.
- 龙坚力.(2008).高中生情绪智力、应对方式、社会支持和社交焦虑的关系研究(硕士学位论文).上海师范大学.
- 李玲玉.(2010).大学生社交焦虑、依恋与心理健康的关系研究.《中国健康心理学杂志》,18(2),186-189.
- 李强.(1998).社会支持与个体心理健康.《天津社会科学》,(1),67-70.
- 刘双金,胡义秋,孙焕良.(2018).生活事件对大学生抑郁的影响:神经质与应对方式的链式中介作用.《中国临床心理学杂志》,26(6),1230-1233.
- 连帅磊.(2016).社交网站中的上行社会比较与抑郁的关系:一个有调节的中介模型(硕士学位论文).华中师范大学.
- 李婷婷.(2016).大学生抑郁情绪相关因素及其自信心训练的干预研究(硕士学位论文).山西医科大学.
- 刘瑜.(2009).大学生乐观、社会支持、应对方式与抑郁的关系研究(硕士学位论文).广西师范大学.
- 刘洋,李国军.(2012).临床实习期医学生自我效能感与焦虑、抑郁的关系.《心理研究》,5(5),70-74.
- 芦炎,张月娟.(2008).初中生抑郁与依恋、自我效能感的关系研究.《心理发展与教育》,(1),55-87.
- 马红英.(2019).社交网站上行社会比较与社交焦虑的关系:身体意象和一般自我效能感的中介作用(硕士学位论文).哈尔滨师范大学.
- 苗甜,王娟娟,宋广文.(2018).粗暴养育与青少年抑郁的关系:一个有调节的中介模型.《中国特殊教育》,(6),71-77.
- 庞英,洪炜,赵楠,印江.(2011).高中生的自我认知在社会支持与抑郁间的中介作用.《中国临床心理学杂志》,19(3),353-356.
- 权梦娅.(2018).大学生自我缄默对抑郁的影响:应对方式的中介和社会支持的调节(硕士学位论文).浙江大学.
- 苏鹏,苏丽.(2018).影响大学生抑郁的家庭因素研究.《吉林工程技术师范学院学报》,34(12),15-17.
- 汤芙蓉,张大均,刘衍玲.(2009).大学生成人依恋、社会支持与抑郁的关系.《心理发展与教育》,(3),95-100.
- 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》,12(5),267-268.
- 王才康,胡中锋,刘勇.(2001).一般自我效能感量表的信度和效度研究.《应用心理学》,(1),37-40.
- 乌拉,旭日花.(2015).大学生就业心理及其影响因素调查与分析.《内蒙古教育(职业版)》,(6),19-21.
- 汪隼.(2009).社会支持、气质与大学生社交焦虑的关系研究(硕士学位论文).安徽医科大学.
- 王璇.(2008).大学生社会比较倾向、自我接纳和抑郁关系研究(硕士学位论文).西北师范大学.
- 武潇潇.(2018).流动儿童一般自我效能感与社交焦虑的关系及团体心理辅导研究(硕士学位论文).华中师范大学.
- 吴艳,温忠麟.(2011).结构方程建模中的题目打包策略.《心理科学进展》,19(12),1859-1867.
- 温忠麟,侯杰泰,Marsh, H. W. (2008).结构方程模型中调节效应的标准化估计.《心理学报》,40,729-736.
- 温忠麟,侯杰泰,马什赫伯特.(2004).结构方程模型检验:拟合指数与卡方准则.《心理学报》,36(2),186-194.
- 肖水源.(1994).社会支持评定量表的理论基础与研究应用.《临床精神医学杂志》,4(2),98-100.
- 熊红星,张璟,叶宝娟,郑雪,孙配贞.(2012).共同方法变异的影响极其统计控制途径的模型分析.《心理科学进展》,20(5),757-769.
- 谢笑春,雷雳,牛更枫.(2016).青少年网络自我表露与抑郁:社会支持的性别效应.《心理科学》,39(5),1144-1150.
- 姚碧芳.(2018).宽恕心理对大学生抑郁、攻击影响的研究(硕士学位论文).苏州大学.
- 叶宝娟,朱黎君,方小婷,刘明矾,王凯凯,杨强.(2018).压力知觉对大学生抑郁的影响:有调节的中介模型.《心理发展与教育》,34(4),497-503.
- 叶俊杰.(2006).领悟社会支持、实际社会支持与大学生抑郁.《心理科学》,29(5),1141-1143.
- 杨晓峰,许思安,郑雪.(2009).大学生社会支持、核心自我评价与主观幸福感的关系研究.《中国特殊教育》,12,85-91.
- 张丛丽,周宗奎.(2018).被动性社交网站使用、社交焦虑、反刍思维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(3),490-493.
- 曾嘉鸿,陆爱桃,郭煜阳,蔡润杨.(2017).高校贫困生的社会支持和社交焦虑的关系:心理弹性的中介作用.《心理研究》,10(2),83-89.
- 张鸿鹏.(2018).压力如何影响怀旧:自我效能感和调节定向的调节作用(硕士学位论文).吉林大学.
- 赵申苒,郭腾飞,王明辉.(2018).受艾影响儿童教师支持与一般自我效能感的关系:学校归属感的中介作用.《中国临床心理学杂志》,26(1),151-154.
- 张小红.(2008).自我效能感及对大学生心理健康的影响.《科教文汇》,(3),40.
- 张紫璇.(2016).大学生自我接纳与社交焦虑的关系:领悟社会支持的中介作用(硕士学位论文).吉林大学.
- Caspi, A., Sugden, K., Moffitt, T. E., Taylor, A., Craig, I. W., Harrington, H., ... Poulton, R. (2003). Influence of life stress on depression: Moderation by a polymorphism in the 5-HTT gene. *Science*, 301(5631), 386-389.
- Chemers, M. M., Hu, L. T., & Garcia, B. F. (2001). Academic

- self-efficacy and first-year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55-64.
- Cullen, F. T. (1994). Social support as an organizing concept for criminology: Presidential address to the academy of criminal justice sciences. *Justice Quarterly*, 11(4), 527-559.
- Davila, J., & Beck, J. G. (2002). Is social anxiety associated with impairment in close relationship? A preliminary investigation. *Behavior Therapy*, 33(3), 427-446.
- Eric, C. K. H., Kendice, M. L., & Tak, S. F. (2010). Functional social support and major depression in cancer patients. *Psychology Journal*, 7(2), 46-50.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
- Hirschfeld, R. M. (2012). The epidemiology of depression and evolution of treatment. *Journal of Clinical Psychiatry*, 73(1), 5-9.
- Lahey, B., & Orehek, E. (2011). Relational regulation theory: A new approach to explain the link between perceived social support and mental health. *Psychological Review*, 118(3), 482-495.
- Lépine, J. P., & Briley, M. (2011). The increasing burden of depression. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 7(1), 3-7.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1981). The self-consciousness Scale: A revised version for use with general populations. *Journal of Applied Social Psychology*, 15, 687-699.
- Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization model. *Psychological Bulletin*, 92(3), 641-669.
- Schwarzer, R., & Born, A. (1997). Optimistic self-beliefs: Assessment of general perceived self-efficacy in thirteen cultures. *Word Psychology*, 3(1-2), 177-190.
- Stefan, G. H. P. D., Asnaani, M. A. A., & Devon, E. H. P. D. (2010). Cultural aspects in social anxiety and social anxiety disorder. *Depression & Anxiety*, 27(12), 1117-1127.
- World Health Organization. (2016). *World health statistics 2016: Monitoring health for the sustainable development goals (SDGs)*. World Health Organization.
- Zung, W. W. K. (1965). A self-rating depression scale. *Archives of General Psychiatry*, 12(12), 63-70.

The Relationship between Social Support and College Students' Depression: A Moderated Mediation Model

Ye Baojuan Ma Tingting

(Center of Mental Health Education and Research, School of Psychology, Jiangxi Normal University, Nanchang 330022)

Abstract: To explore the relationship of social support, social anxiety, general self-efficacy, and depression, 640 college students in this study completed social support scale, social anxiety scale, general self-efficacy scale and depression scale. The results showed that: (1) Social anxiety played partial mediating effect between social support and college students' depression. Social support not only directly influenced college students' depression, but also influenced college students' depression by social anxiety. (2) General self-efficacy moderated the relationship between social anxiety and college students' depression. The effect of social anxiety on college students' depression was stronger for college students with high level of general self-efficacy.

Key words: social support; social anxiety; general self-efficacy; depression; college students