

初中生情绪应对与心理健康的交叉滞后分析

朱海腾¹, 代良¹, 王会娜¹, 姚小雪¹, 赵鹏¹, 刘金平²

[摘要] **目的** 探讨初中生情绪应对与心理健康之间的关系。 **方法** 采用中学生应对方式量表和中学生心理健康量表对 95 名初中生进行间隔 5 个月的重复测量, 并对数据进行交叉滞后回归分析。 **结果** 在 2 次测量中, 4 种情绪应对与心理健康总均分均成正相关。高心理症状组被试情绪应对得分高于低心理症状组被试, 差异有统计学意义 ($P < 0.01$)。交叉滞后分析表明, 心理健康对情绪应对有较好的预测力, 而情绪应对不能很好地预测心理健康状况。 **结论** 心理健康有时可能是应对方式的前因变量, 应对方式受很多因素影响。

[关键词] 青少年; 学生; 适应; 心理学; 回归分析

Emotionfocused coping and mental health of junior high school students: a crosslagged regression analysis

ZHU Hai-teng, DAI Liang, WANG Hui-na, et al. College of Educational Science, Henan University, Kaifeng 475004, Henan, China

[Abstract] **Objective** To explore the relationship between emotionfocused coping styles and mental health of junior high school students. **Methods** A total of 95 junior high school students were measured repeatedly with an interval of 5 months with the Coping Style Scale of Middle School Students and Mental Health Inventory of Middle School Students, and the data were analyzed with the crosslagged regression analysis method. **Results** The four emotionfocused coping styles were all positively correlated with the total average score of mental health in both measurements. The scores of emotionfocused coping styles of subjects in the high mental disorder group were significantly higher than those in the low mental disorder group. The crosslagged analysis indicated that the mental health condition could reasonably predict emotionfocused coping styles whereas emotionfocused coping styles could not predict mental health. **Conclusions** Sometimes mental health may be the cause of coping styles which are influenced by many factors.

[Key words] Adolescent; Student; Adaptation, Psychological; Regression Analysis

应对方式(coping style)是指人们为对付内外环境要求由此引起的心理困扰而采用的方法、手段或策略^[1]。是一个与应激或压力(stress)和应对或应付(coping)相伴而生的概念, 因其与外部生活事件和个体身心健康有密切联系, 而成为备受心理学工作者重视的研究领域。根据不同的标准, 应对方式可分为多种类型, 目前广为接受的是问题指向的应对(problem-focused coping)和情绪指向的应对(emotion-focused coping)^[2], 前者针对应激事件, 通过调动心理资源来力图改变问题本身, 后者则注重缓解由应激事件引起的消极情绪。有学者认为, 问题应对在可控条件下有利于缓解压力, 而情绪应对多在不可控条件下发挥作用^[3]。从较为宽泛的意义上, 由于问题应对包含了个体积极主动地寻求解决问题, 改善不利局面的行动。而情绪应对大多涉及不可控事件下个体被迫的认知改变和退缩行为, 如发泄情绪、逃避, 因此不少学者也笼统地将其称为“积极应对”和“消极应对”。实际上, 情绪应

对并非总是消极的, 它与问题应对同样重要, 2 者并没有绝对的好坏之分^[4], 采用何种应对方式更为有效, 取决于具体的情境条件, 还要根据它是否能缓解由心理压力造成的不适感来客观评判。

现在普遍认为, 个体的应对方式是应激与疾病之间的中介物, 不良的应对方式对心理问题 and 心理疾病的形成有重要影响。与之相应, 国内的一些多变量研究将应对方式作为中介变量来处理, 考察压力事件对心理健康的影响机制^[5, 9], 有的还建立了结构模型或路径模型进行深入探讨^[6, 7]。在 2 变量研究中, 则倾向于将应对方式视为心理健康的前因变量, 得出积极应对方式有益于心理健康, 消极应对方式不利于心理健康的结论^[8, 9]。在数据处理上, 基本是采用相关分析和回归分析, 发现消极应对方式与多种心理症状存在正相关^[6, 8, 10], 而由几种消极应对方式拟合的回归方程对心理健康有较好的预测力^[5, 7]。但由于这些研究多是对上百人的大样本的测量, 根据统计学原理, 在样本量很大的情况下, 即使相关系数的绝对值很小, 也容易达到显著性水平, 在一定程度上放大了 2 者的关系。还有学者发现, 用生活事件的 6 个因子和应对方式的 6 个因子作为自变量预测个体焦虑水平, 在其中 6 个因子进入回归方程的情况下, 只能解释因变量 11.1% 的变异, 不能很好地预测焦虑的产生^[7]。这提示我们, 心理问题的发生发展是一个复杂的过程, 是个体自身素质与外界诸多因素交互作用的结果, 应对方式作为中介变量在其中所起的作用应当慎重对待。

[基金项目] 河南大学 2010 年大学生创新性实验计划资助 (10NB037)

[作者单位] 1 河南大学教育科学学院(河南 开封 475004); 2 河南大学心理与行为研究所

[作者简介] 朱海腾(1990—), 男, 山东青岛人, 应用心理学专业在读学生, 研究方向为应用心理学。

[收稿日期] 2011-09-16

表 1 初中生心理健康状况与应对方式的相关分析(r 值)

因子	问题解决	社会支持	积极解释	忍耐	逃避	发泄情绪	幻想否认
心理健康总均分(第 1 次)	0.035	0.047	0.075	0.354 **	0.326 **	0.537 **	0.530 **
心理健康总均分(第 2 次)	-0.234 *	0.035	-0.113	0.472 **	0.397 **	0.667 **	0.517 **

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$ 。

还有一些研究注意到了个体的心理健康水平对应对方式的潜在影响。梅梓^[9]、吴素梅高^[11]、汪涛^[12]等学者根据心理健康状况将被试分为高症状组和低症状组,发现高症状组的消极应对方式得分显著高于低症状组。个体相对稳定的心理健康水平也许是应对方式的一个影响因素。此外,之前的研究大多停留在静态分析或横断面调查,难以捕捉到各变量随时间变化的情况,使所得结论可能缺乏全面性。本研究基于应对方式与心理健康相互作用、相互影响的假设,拟采用交叉滞后设计,对一定数量的初中生展开追踪研究,以更精确地探究 2 者的动态关系。

1 对象和方法

1.1 对象 采用整群随机取样的方法,在河南省开封市某初级中学选取 2 个教学班,对全班学生进行统一问卷调查。第 1 次调查在 2010 年 11 月中旬进行,第 2 次调查在 2011 年 4 月中旬进行,前后间隔 5 个月,分别发放相同的问卷 118 份,得到 2 次均有效的问卷 95 份,有效回收率为 80.51%。其中男生 57 名(60.0%),女生 38 名(40.0%)。年龄最小 12 岁,最大 16 岁,平均年龄(14±1)岁。

1.2 方法

1.2.1 中学生应对方式量表 由黄希庭等编制,有 2 个分量表,一个是“问题指向的应对”分量表,包括问题解决、寻求社会支持、积极的合理化的解释 3 个因子;另一个是“情绪指向的应对”分量表,包括忍耐、逃避、发泄情绪、幻想否认 4 个因子。共有 36 个项目,采用 4 级计分(从不采用、偶尔采用、有时采用、经常采用),其重测信度为 0.76 克隆巴赫 α 系数为 0.77,具有良好的信度和构想效度^[13]。

1.2.2 中学生心理健康量表 由王极盛等编制,包括强迫症状、偏执、敌对、人际关系敏感与紧张、抑郁、焦虑、学习压力感、适应不良、情绪不稳定、心理不平衡 10 个分量表,共有 60 个项目,采用 5 级计分(无、偶尔、时有、经常、总是)。10 个分量表重测信度在 0.716~0.905 之间,同质性信度在 0.601~0.858 之间,分半信度在 0.634~0.873 之间,各分量表与总分的相关在 0.765~0.873 之间,信度、效度均比较理想^[14]。

1.3 研究程序与数据处理 研究人员事先进行培训,拟定详细的调查方案后,以班级为单位进行团体施测,使用标准化指导语介绍问卷填写方法,并指导学生认真完成问卷,当场收回。2 次施测程序完全一致。采用 SPSS 13.0 统计软件包对回收的问卷进行数据录入和分析,统计分析方法主要有独立样本 t 检验、线性相关分析、回归分析。

2 结果

2.1 初中生应对方式与心理健康的相关分析 根据 2 次调查获得的数据,对应对方式 7 个因子的得分与中学生心理健康量表总均分进行线性相关分析(表 1)。可见,3 种问题应对中,问题解决因子在第 2 次调查中与心理健康总均分存在负

相关,其他 2 个因子与心理健康总均分无显著相关,而 4 种情绪应对与心理健康在 2 次调查中均呈正相关。

2.2 不同心理健康状况的中学生应对方式得分比较 以第 2 次调查的中学生心理健康量表总均分作为分组指标,抽取最高和最低各 27% 的被试分别组成高症状组和低症状组,对其应对方式各因子的得分和问题应对、情绪应对总分进行独立样本 t 检验(表 2)。

表 2 不同心理健康状况中学生应对方式的比较

应对方式	高症状组 ($n=25$)		低症状组 ($n=25$)		t 值	P 值
	\bar{x}	s	\bar{x}	s		
问题解决	2.85	0.48	3.10	0.36	-2.103	0.041
寻求社会支持	2.66	0.64	2.54	0.55	0.744	0.461
积极的合理化的解释	2.84	0.64	2.90	0.50	-0.392	0.697
忍耐	2.64	0.55	1.93	0.48	4.880	0.000
逃避	2.10	0.56	1.51	0.58	3.679	0.001
发泄情绪	2.72	0.63	1.53	0.49	7.475	0.000
幻想否认	2.57	0.66	1.74	0.52	4.910	0.000
问题应对总分	8.35	1.45	8.54	1.00	-0.538	0.594
情绪应对总分	10.03	1.55	6.71	1.60	7.441	0.000

由表 2 可以看出,高症状组被试问题解决因子得分低于低症状组,而忍耐、逃避、发泄情绪、幻想否认因子得分和情绪应对总分高于低症状组,差异均有统计学意义($P < 0.05$ 或 $P < 0.01$)。2 组被试寻求社会支持、积极的合理化的解释因子得分和问题应对总分差异无统计学意义($P > 0.05$)。

2.3 中学生情绪应对与心理健康水平的交叉滞后分析 交叉滞后相关法基于在不同时间对 2 个变量重复测量的结果来推测其因果关系,其潜在前提是,2 个变量必须存在同时性的相关。根据表 1,3 种问题应对与心理健康状况的相关不满足这一前提,故不予考虑,只考察 4 种情绪应对与心理健康的关系。以 2 次调查所得的各应对方式因子分和心理健康总均分作为分析指标,分析的结果可用以下 4 个交叉滞后回归模式图来描述。图中的双向箭头表示相关分析的结果,数据为相关系数,单向箭头表示采用指定变量二元回归法(Enter 法)得到的回归分析结果,数据为偏回归系数(β)。

图 1 显示,前后测忍耐得分之间的相关为 0.227($P < 0.05$),心理健康总均分之间的相关为 0.738($P < 0.01$),稳定相关较高;前后测忍耐与心理健康之间的相关分别为 0.354、0.472(均 $P < 0.01$),同步相关一致,符合交叉滞后设计的基本假设^[15]。根据回归分析的结果,当以初中生的忍耐(前测)和心理健康(前测)为自变量,预测 5 个月后的心理健康得分时,在控制心理健康(前测)的作用后,忍耐(前测)并没有很好的预测作用($\beta = -0.087$, $P > 0.05$);而以初中生的忍耐(前测)和心理健康(前测)为自变量,预测 5 个月后的忍耐得分时,在控制忍耐(前测)的作用后,心理健康(前测)具有较好的

预测力($\beta = 0.280, P < 0.01$)。

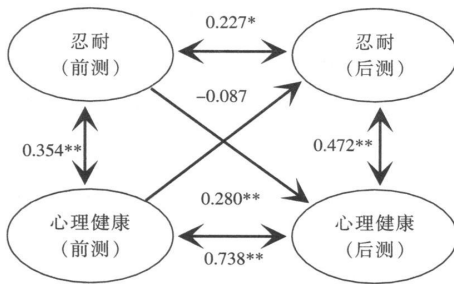


图 1 忍耐与心理健康的交叉滞后分析

图 2 显示, 前后测逃避得分之间的相关为 0.442 ($P < 0.01$), 前后测逃避与心理健康之间的相关分别为 0.326 ($P < 0.01$)、0.397 ($P < 0.01$), 同步相关和稳定相关均较理想。当以初中生的逃避(前测)和心理健康(前测)为自变量, 预测 5 个月后的心理健康得分时, 在控制心理健康(前测)的作用后, 逃避(前测)的预测力很弱($\beta = -0.041, P > 0.05$)。而以初中生的逃避(前测)和心理健康(前测)为自变量, 并控制逃避(前测)的作用, 发现心理健康(前测)对 5 个月后的逃避得分有一定预测力($\beta = 0.171, P = 0.082$, 达到临界显著水平)。

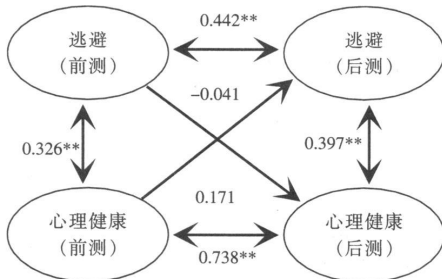


图 2 逃避与心理健康的交叉滞后分析

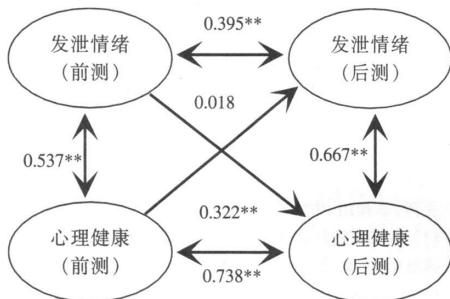


图 3 发泄情绪与心理健康的交叉滞后分析

图 3 显示, 前后测发泄情绪得分的稳定相关为 0.395 ($P < 0.01$), 与前后测心理健康分别有 0.537、0.667 (均 $P < 0.01$) 的高相关。在交叉方向上, 在控制心理健康(前测)的作用后, 发泄情绪(前测)不能很好地预测 5 个月后的心理健康得分

($\beta = 0.018, P > 0.05$), 而控制发泄情绪(前测)的作用后, 心理健康(前测)对发泄情绪(后测)的预测力颇为显著($\beta = 0.322, P < 0.01$)。

图 4 显示, 前后测幻想否认得分的稳定相关为 0.383 ($P < 0.01$), 与前后测心理健康总均分的相关系数分别为 0.530、0.517 (均 $P < 0.01$)。在交叉方向上, 在控制心理健康(前测)的作用后, 幻想否认(前测)对 5 个月后的心理健康得分有微弱预测力($\beta = -0.132, P > 0.05$), 而控制幻想否认(前测)的作用后, 心理健康(前测)可以较好地预测幻想否认(后测) ($\beta = 0.338, P < 0.01$)。

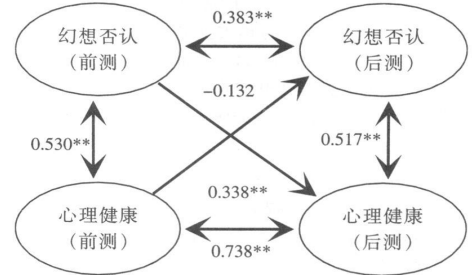


图 4 幻想与心理健康的交叉滞后分析

3 讨论

本研究首先对初中生应对方式和心理健康之间的关系进行了同时性的测量和分析。根据相关分析的结果, 除问题解决因子外, 问题应对与心理健康状况之间无显著相关, 而情绪应对各因子与心理健康状况呈正相关, 表明与问题应对相比, 情绪应对与个体心理健康水平的关系更为密切, 其相互作用更为明显, 与之前的研究结果基本一致。以极端分组法对高心理症状组和低心理症状组应对方式差异的考察表明, 面对压力事件时, 心理健康状况较差的初中生直面困境、力求解决问题的频率明显偏低, 而倾向于采用消极被动的忍耐、逃避等情绪指向的应对方式。可以推断, 个体当前的心理健康水平为应对方式的选择提供了相对稳定的心理环境, 心理健康者在面对挫折压力时倾向于充分调动自身资源投入积极、成熟的应对, 而存在心理问题者则容易畏缩不前, 逆来顺受, 以消极的情绪应对来被动地缓解紧张状态。这也支持了已有的研究结果^[9, 11, 12, 16]。

本研究的重点在于采用交叉滞后相关法判断初中生情绪应对与心理健康之间因果关系的明确程度。变量之间的高相关是存在因果关系的必要条件, 但相关只能揭示变量相互作用的方向和程度, 无法确切甄别原因变量和结果变量。采用回归分析虽然比相关分析能够更进一步地发现两个乃至多个变量之间的因果关系, 并严格区分各变量的作用大小, 但由于拟合回归方程时即已确定了自变量和因变量, 应主要用于探索哪些因素“能够”和“在多大程度上能够”影响因变量。而交叉滞后相关组设计作为一种准实验设计, 通过对被试间隔一定时间进行标准化的前后 2 次施测, 结合相关和回归分析追踪各变量跨时间的稳定性和一致性, 以及前测变量 A—后测变量 B 和前测变量 B—后测变量 A 相关性的大小, 试图对 A、

B 两变量的因果关系形成逼近性的推测,是发展心理学领域一种新颖而有效的研究方法。综合国内有关研究,在满足同步相关和稳定相关均达显著的条件后,比较交叉方向上的偏回归系数大小,即可判断因果关系。根据本研究的数据分析结果,前测忍耐、逃避、发泄情绪、幻想否认 4 种情绪应对加在后测心理健康得分上的 β 值分别只有 -0.087、-0.041、0.018、-0.132,而前测心理健康得分对后测忍耐、逃避、发泄情绪、幻想否认的 β 值分别达到 0.280、0.171、0.322、0.338,表明情绪应对对 5 个月后心理健康状况的预测力,远远 < 心理健康状况对 5 个月后情绪应对的预测力。此外,由于原因变量的相对稳定,其 2 次测量间的相关应 > 结果变量,根据图 1 至图 4,心理健康前后测的相关达 0.738 而 4 种情绪应对的前后测相关在 0.227 到 0.442 之间,亦满足该条件。由此可以推断,个体的心理健康状况可能是情绪应对的前因变量,常采用情绪应对的个体,心理健康水平未必会明显下降,可能会保持稳定,甚至有所提高,而存在心理问题的个体则表现出持续采用情绪应对,特别是发泄情绪和幻想否认的趋势。

此前的研究多着眼于提高人们的心理健康水平和对特殊群体进行危机干预,故将应对方式作为心理健康的影响因素和外界应激事件的“缓冲器”进行探讨,提出通过引导个体多采用积极的问题应对,勇敢面对挫折逆境,尽力而为化解困难,以达到维护心理健康的目的,有其合理性。本研究则发现,心理健康状况对个体应对方式的选择有显著影响,因性格、家庭、环境、突发事件等造成的心理问题,可能通过阻碍个体对应激事件的正确认知、降低自我效能感、减少领悟社会支持等途径,导致他们频繁使用情绪应对,忍气吞声,胆怯退缩,过度发泄,沉湎幻想,不肯接受现实,时常为消极情绪所困扰,也不利于心理症状的缓解,久而久之形成恶性循环。可以认为,应对方式与心理健康相互作用、相互影响,当生活中的压力事件出现时,个体当前的心理健康状况会影响其对事件的认知和评估,进而影响其应对方式的选择,若应对有效,可削弱或消除压力事件的负面作用,维持心理平衡状态;若应对失败,未能起到缓冲作用,会导致个体的紧张感和焦虑,可能损害心理健康。

综上所述,本研究认为,在未经人为干预的情况下,个体的心理健康状况具有较强的稳定性和持续性,而应对方式具有相对的灵活性和可变性,它可以随生活事件的性质、强度、预期后果、个人卷入程度等因素的差异而有所不同,也可以因自身心理状态而发生变化,也就是受情境和个人的双重影响。心理健康状况可能使个体逐渐形成某种带有一定倾向性的反应模式,影响对应激事件的评估和应对,应对的结果又会对心理健康状况产生一定影响。心理健康和应对方式始终处于动态的共同变化过程中。越来越多的研究表明,应对方式的影响因素很多,除心理健康、人口学特征外,还有个性^[17]、自尊^[18]、自我概念^[19]、自我效能感^[20]、完美主义^[21]等,它们都为个体应对方式的选择提供了一个心理背景,是心理变量或主观变量,而生活事件、社会支持^[9]、父母教养方式^[22]等可作为情境变量或客观变量发挥作用。因此,应激事件、应对方式、心理健康和其余诸变量之间的关系是复杂多变、交织融合的。本研究依据对 95 名初中生间隔 5 个月的调查得出的初步结论仍有局限,今后应广泛采用多变量设计对此进行深入

的探析。

[参考文献]

- [1] 王桢,陈雪峰.当代大学生应对方式、社会支持与心理健康的关系[J].中国临床心理学杂志,2006,14(4):378-380.
- [2] Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal and coping[M]. New York: Springer, 1984.
- [3] Cheng C. Cognitive and motivational processes underlying coping flexibility: A dual-process model[J]. J Pers Soc Psychol, 2003, 84(2): 425-438.
- [4] 孙越异,张宁.情绪应对的理论与实践意义[J].中国心理卫生杂志,2005,19(7):501-503.
- [5] 周丽,高玉峰,邱海棠,等.留守初中生心理健康与生活事件、应对方式的关系[J].中国心理卫生杂志,2008,22(11):796-800.
- [6] 余欣欣,郑雪.初中生应激生活事件、社会支持、应对方式与心理症状关系的结构模型[J].中国心理卫生杂志,2008,22(2):83-86.
- [7] 冯永辉,周爱保.中学生生活事件、应对方式及焦虑的关系研究[J].心理发展与教育,2002,(1):71-74.
- [8] 刘霞,张悦兵,马俊卿,等.农村留守初中生心理健康和应对方式的相关性研究[J].济宁医学院学报,2010,33(6):422-424.
- [9] 梅梓,胡淑芳,刘芳娥.大学生的防御机制和应对方式与心理健康的相关性分析[J].中国健康心理学杂志,2009,17(6):712-714.
- [10] 张婷,关蕊贞,汤婕,等.飞行员心理健康与工作压力和应对方式的相关分析[J].中国健康心理学杂志,2011,19(5):554-556.
- [11] 吴素梅,郑日昌.广西高师学生应对方式与心理健康[J].中国心理卫生杂志,2002,16(12):862-863.
- [12] 汪涛,冯正直,钟铁军,等.军人应对方式影响因素调查[J].解放军预防医学杂志,2006,24(1):23-26.
- [13] 黄希庭,余华,郑涌,等.中学生应对方式的初步研究[J].心理科学,2000,23(1):1-5.
- [14] 王极盛,李焰,赫尔实.中国中学生心理健康量表的编制及其标准化[J].社会心理科学,1997,(4):15-20.
- [15] 王重鸣.心理学研究方法[M].北京:人民教育出版社,1990.107-109.
- [16] 蒋庆飞,张载福,杨致蓉,等.金华外来务工人员自我效能、应对方式、心理健康相关性研究[J].医学与社会,2009,22(4):59-61.
- [17] 梁军林,刘珍妮,全东明.518名高中生的应对方式与个性调查[J].中国临床心理学杂志,1999,7(4):238-239.
- [18] 方柳,杨海燕,周丽,等.初中生自尊与心理控制源、应对方式的相关研究[J].中国健康心理学杂志,2009,17(10):1258-1259.
- [19] 张涛,李祚山.中学生自我概念、应对方式特点及其关系研究[J].重庆师范大学学报(自然科学版),2006,23(1):85-89.
- [20] 姚梅玲,王燕.农村儿童应对方式与生活事件、自我效能感相关研究[J].中国妇幼保健,2010,(25):803-804.
- [21] 宋尚桂,张美艳,何光明.大学生完美主义与应对方式的关系[J].济南大学学报(社会科学版),2009,19(2):69-72.
- [22] 李瑾,周海渤.中学生父母教养方式、应对方式的关系及影响因素[J].中国健康心理学杂志,2008,16(12):1382-1385.

[编辑] 汤伊明