

# 职高生自责倾向与抑郁水平的关系： 孤独倾向的中介作用

靳元可<sup>1</sup>, 张楠<sup>2</sup>, 梁冠兰<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup>谷城中等职业教育中心学校学工处, 湖北 襄阳

<sup>2</sup>天水市第三人民医院医学心理科, 甘肃 天水

<sup>3</sup>浙江水利水电学院信息工程学院, 浙江 杭州

收稿日期: 2023年2月27日; 录用日期: 2023年4月5日; 发布日期: 2023年4月18日

## 摘要

为了解职高生抑郁水平现状, 探讨自责倾向、抑郁水平和孤独倾向之间的关系, 本研究采用《心理健康诊断测验(MHT)》、《抑郁症筛查量表(PHQ-9)》对襄阳市某职业高中796名学生进行问卷调查, 通过SPSS25.0和AMOS22.0进行数据统计分析, 得出以下结论: (1) 职高生的抑郁得分处于中等水平。(2) 自责倾向与孤独倾向显著正相关, 与抑郁显著正相关。(3) 孤独倾向与抑郁显著正相关。(4) 自责倾向对抑郁水平的直接预测作用以及孤独倾向在两者关系中的中介作用均显著。(5) 孤独倾向在自责倾向与抑郁水平中起部分中介作用。

## 关键词

职高生, 自责倾向, 抑郁水平, 孤独倾向

# The Relationship between Self-Reproach Tendency and Depression Level of Vocational High School Students: The Intermediary Role of Loneliness Tendency

Yuanke Jin<sup>1</sup>, Nan Zhang<sup>2</sup>, Guanlan Liang<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup>Student Affairs Office, Gucheng Vocational Center School, Xiangyang Hubei

<sup>2</sup>Medical Psychology Department, The Third People's Hospital of Tianshui, Tianshui Gansu

<sup>3</sup>School of Information Engineering, Zhejiang University of Water Resources and Electric Power, Hangzhou Zhejiang

\*通讯作者。

## Abstract

In order to explore the relationship between self-reproach tendency, depression level and loneliness tendency, 796 students from a vocational high school in Xiangyang City were investigated with the Mental Health Diagnostic Test (MHT) and the Depression Screening Scale (PHQ-9) in order to investigate the current situation of depression level of discharged high school students, and the following conclusions were drawn through statistical analysis of SPSS25.0 and AMOS220.0: (1) The depression level of vocational high school students was at the middle level. (2) There was a significant positive correlation between self-reproach and loneliness, and depression. (3) Loneliness tendency was significantly positively correlated with depression. (4) The direct predictive effect of self-blame tendency on depression level and the intermediary effect of loneliness tendency in the relationship between the two are significant. (5) Loneliness tendency plays a part of mediating role between self-reproach tendency and depression level.

## Keywords

Vocational High School Students, Self-Blame Tendency, Depression Level, Loneliness Tendency

Copyright © 2023 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

中等职业教育是我国高中阶段教育的重要组成部分，在发展现代职业教育中具有基础性作用。职业高中学生(简称职高生)的学业发展、技能提高、身心健康应该得到每个教育工作者的重视。高中生处于身心快速发展的阶段，抑郁、焦虑等心理问题高发[1] [2]。然而以往研究多关注普通高中学生，对职高生的研究较少，因此本研究对职高生抑郁问题及其影响因素进行探讨。

全球范围内，抑郁症是人们面临的重大公共卫生问题，也是青少年面临的重大健康问题之一[3]。职高生作为高中学生中的一类特殊群体，因其学业成绩不太突出，容易缺失更多的机会，加之家庭教育方式不当，他们会容易缺乏自信、情绪消极，有研究通过 SCL-90 测查发现职高生在多个因子上得分均显著高于全国常模[4]，其抑郁情绪检出率也相对更高[5] [6]，值得更多关注。

自责倾向指当发生不如意的事情时，总是把问题归咎于自身的一种倾向，其根源是对失去别人的关爱与认可的不安，当学生感受到父母、教师、朋友的不认可时，往往容易形成自责，产生悲哀和忧郁的情绪[7]。研究发现，青少年抑郁情绪会受到自责因素的影响[8]。抑郁症自杀患者具有自责、情绪低落、消极等行为特征[9]。因此，本研究假设职高生的自责倾向与抑郁水平呈正相关。

除了直接引发抑郁情绪之外，自责情绪还会通过引起青少年的孤独感进而诱发抑郁情绪。有研究发现，自责这一适应不良的应对策略对学生孤独感有预测作用[10] [11]。此外，孤独感是来自人际压力的一种消极体验，其在抑郁的发生和发展过程中发挥着关键作用[12]。高职生因学业、家庭等各方面原因获得的社会支持较少，容易产生孤独的情绪[13] [14]。因此，本研究假设职高生的孤独倾向是其自责倾向对抑郁水平产生影响的中介变量。假设模型如图 1 所示。

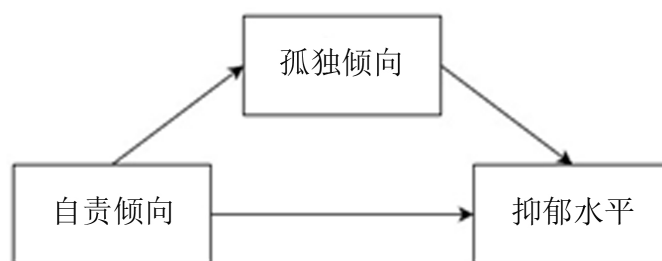


Figure 1. Hypothetical model  
图 1. 假设模型

## 2. 研究意义

职高生群体规模日益扩大,从近年来对职高生抑郁情况的调查发现,抑郁的检出率较高,是危害职高生心理健康的重要原因之一。自责倾向的个体倾向于过低评价自己,自我鄙视,这种状态会加剧个体的抑郁情绪。职高生在学习专业技能知识的同时,随着自我意识的快速发展,会渴望得到别人的接纳和认可,渴望融入集体,建立起良好的人际关系。然而由于种种原因,有的个体常常难以保持良好健康的人际关系,由此诱发孤独感,长此以往,孤独感愈加严重,则容易引发抑郁。因此,减轻职高生的自责倾向、孤独倾向和抑郁倾向,提高他们的心理健康水平,是作为心理学工作者一项重要任务。本文试图通过研究自责倾向与抑郁倾向的关系,探讨孤独倾向的中介作用对抑郁的影响,探寻减轻抑郁的方法,为自责、抑郁、孤独的进一步的理论研究和职高生的心理健康教育工作提供依据。

## 3. 对象与方法

### 3.1. 研究对象

采用方便取样的方法,于 2022 年 11 月 24 日到 11 月 27 日选取湖北省襄阳市某所职业高中的高二学生为研究对象。最终获得问卷 888 份,经过筛选得到有效问卷 796 份,回收率为 89.64%。其中,男生 393 人(49.4%),女生 403 人(50.6%);农村 568 名(71.4%),城镇 228 名(28.6%)。平均年龄  $16.48 \pm 0.54$  岁。

### 3.2. 研究工具

#### 3.2.1. 心理健康诊断测验(MHT)

采用 1991 年华东师范大学周步成教授翻译并修订的《心理健康诊断测验》作为测验工具[15]。MHT 由 8 个内容量表和 1 个效度量表构成,其中包括孤独倾向和自责倾向两个维度。选择“是”计 1 分,选择“否”计 0 分,各分量表 $\geq 8$  分表明被试在此单项上有明显症状,分量表 $\geq 3$  表明被试者在此单项上有一定症状。本研究中,孤独倾向维度的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.801,自责倾向维度的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.872。

#### 3.2.2. 抑郁症筛查量表(PHQ-9)

采用 Kroenke 等提出的抑郁症筛查量表[16],该量表以美国精神障碍诊断与统计手册第 4 版(DSM-IV)为参考标准,是一个包含 9 个条目的抑郁自评工具。该量表评估被试过去两周的感受,每个条目采用 4 级评分,总分范围为 0~27 分,得分越高表明抑郁症状越严重[17]。本研究中该量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.890。

### 3.3. 共同方法偏差

由于所有数据均来源于学生自陈,因此在分析之前,采用 Harman 单因子方法进行了共同方法偏差

检验。Harman 单因子检验结果显示,特征根大于 1 的因子共有 4 个,且第一个因子的解释变量是 28.62%,小于临界标准 40%,由此可知本研究不存在显著的共同方法偏差[18]。

## 4. 结果

### 4.1. 相关分析

采用皮尔逊相关分析,对自责倾向、孤独倾向和抑郁进行相关分析。结果如表 1 所示,自责倾向与孤独倾向显著正相关( $r = 0.59, P < 0.001$ ),与抑郁显著正相关( $r = 0.33, P < 0.001$ )。孤独倾向与抑郁水平显著正相关( $r = 0.41, P < 0.001$ )。

**Table 1.** Describe statistics and related analysis results (N = 796)

**表 1.** 描述统计及相关分析结果(N = 796)

变量	M ± SD	1	2	3
1. 自责倾向	5.08 ± 3.38	1		
2. 孤独倾向	3.33 ± 2.77	0.59***	1	
3. 抑郁水平	5.26 ± 5.62	0.33***	0.41***	1

注: \* $P < 0.05$ , \*\* $P < 0.01$ , \*\*\* $P < 0.001$ 。

### 4.2. 孤独倾向的中介作用

如表 2 所示:自责倾向能够正向预测孤独倾向( $\beta = 0.49, t = 20.30, P < 0.001$ ),孤独倾向也能够显著正向预测抑郁水平( $\beta = 0.66, t = 8.21, P < 0.001$ );放入孤独倾向后,自责倾向还能够直接预测高中生的抑郁水平( $\beta = 0.23, t = 3.44, P < 0.001$ ),说明自责倾向对抑郁水平的直接预测作用以及孤独倾向在两者关系中的中介作用均显著。中介模型如图 2 所示。

**Table 2.** An intermediary model test of loneliness tendency

**表 2.** 孤独倾向的中介模型检验

回归方程(N = 796)		拟合指标			系数显著性	
结果变量	预测变量	R	R <sup>2</sup>	F	$\beta$	t 值
孤独倾向		0.59	0.35	140.50***		
	性别				-0.19	-1.18
	家庭所在地				-0.04	-0.21
	自责倾向				0.49	20.30***
抑郁水平		0.42	0.18	43.56***		
	性别				-0.19	-0.53
	家庭所在地				-0.48	-1.20
	孤独倾向				0.66	8.21***
	自责倾向				0.23	3.44***

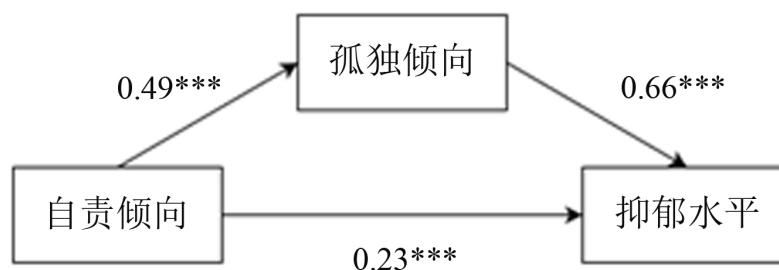
此外,使用偏差校正的百分位 Bootstrap 方法对直接效应及中介效应进行检验,结果如表 3 所示:95% 置信区间(95% CI)不包含 0,表明孤独倾向在自责倾向与抑郁水平中起部分中介作用。其直接效应(0.23)

和间接效应(0.32)分别占自责倾向对抑郁水平总效应(0.55)的 41.82%和 58.18%。

**Table 3.** Test of direct effect and intermediary effect

**表 3.** 直接效应及中介效应检验

作用路径	效应值	BootSE	95%CI		相对效应占比
			BootCLCI	BootULCI	
总效应	0.55	0.06	0.44	0.67	100%
直接效应	0.23	0.07	0.10	0.36	41.82%
间接效应	0.32	0.04	0.24	0.41	58.18%



**Figure 2.** Mediation model of loneliness tendency

**图 2.** 孤独倾向中介作用模型图

## 5. 讨论

本研究中, 抑郁的检出率为 44.5%, 低于 2019 年姜林辉对东莞市某校中职生的研究(57.8%), 也低于 2021 年李迎娣对中职生抑郁现状调查的研究(52.36%) [19] [20]。可能是因为近年来, 职高生的心理健康问题已引起了学校的高度重视, 各类心理活动的开展, 心理课程的探索, 对学生的心理健康起到了积极的作用。本研究的抑郁检出率虽低于部分研究, 但仍处于较高水平, 可能是因为职高生的学习成绩不理想, 导致其自我效能感较低, 而自我效能感被认为是影响抑郁情绪的重要因素[21]。

本研究采用 MHT 及 PHQ-9 量表对大学生自责倾向、孤独倾向和抑郁之间的相关性进行了分析。结果表明, 自责倾向与孤独倾向显著正相关( $r = 0.59, P < 0.001$ ), 与抑郁显著正相关( $r = 0.33, P < 0.001$ )。可能是进入高中后, 自我意识快速发展, 更注重对自己进行体察和分析, 因而在遇到负性的生活事件时, 更倾向于从自身内部找原因, 反复地思考, 推敲自己的一言一行, 或者反复地批评自己、责备自己, 自信心不足, 自责倾向的根源是缺乏关爱和认可而产生的不安情绪, 较容易体验到孤独感[22]。在郑开梅的研究中, 自责为引发抑郁的因素, 自责的应对方式会加剧个体的抑郁[23]。

孤独倾向与抑郁显著正相关( $r = 0.41, P < 0.001$ )。这可能是因为受孤独影响的大学生, 更容易情绪低落, 不愿和人交流, 如果较长时间没有找到适当的宣泄渠道, 这种状况一直得不到好转, 则处于这种状态的大学生, 更可能产生抑郁。在以往的研究中, 孤独与抑郁情绪的关系比较复杂, 二者并不总是呈正相关关系。在王希林的孤独、抑郁情绪及其相互关系一文的探讨中, 孤独与抑郁呈正相关关系[24]。在 Gerson 和 Perlmen 的研究结果中显示, 特质孤独与抑郁呈负相关。抑郁与孤独的相互关系可能受多种因素的影响, 要获得进一步认识, 还需深入研究。自责倾向对抑郁水平的直接预测作用以及孤独倾向在两者关系中的中介作用均显著。这和陈启山在高职生心理健康的研究中的部分结果一致[25]。提示我们可以通过减少自责倾向和孤独倾向降低职高生的抑郁水平, 提升职高生的心理健康水平。

## 6. 结论

- (1) 职高生的抑郁得分处于中等水平。
- (2) 自责倾向与孤独倾向显著正相关，与抑郁显著正相关。
- (3) 孤独倾向与抑郁显著正相关。
- (4) 自责倾向对抑郁水平的直接预测作用以及孤独倾向在两者关系中的中介作用均显著。
- (5) 孤独倾向在自责倾向与抑郁水平中起部分中介作用。

## 参考文献

- [1] 吴梦希, 刘朝莹, 方晓义, 胡伟, 唐芹, 陈海德. 青少年心理行为问题与专业心理求助态度: 父母知晓的中介作用[J]. 心理科学, 2014, 37(1): 94-100.
- [2] Yu, C.F., Li, X., Wang, S.J. and Zhang, W. (2016) Teacher Autonomy Support Reduces Adolescent Anxiety and Depression: An 18-Month Longitudinal Study. *Journal of Adolescence*, **49**, 115-123. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.03.001>
- [3] Forbes, E.E. and Dahl, R.E. (2012) Research Review: Altered Reward Function in Adolescent Depression: What, When and How? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, **53**, 3-15. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2011.02477.x>
- [4] 张伶. 职高学生心理健康状况调查分析及对策[J]. 科教文汇(中旬刊), 2011(3): 181-182.
- [5] 车贝贝, 高晶蓉, 陈德, 贾晓娴, 续琨, 王剑, 杨建军, 余金明. 上海市中学生抑郁症状流行现状及行为因素对其影响分析[J]. 中国健康教育, 2021, 37(1): 27-32.
- [6] 张红亚, 王智勇, 刘启贵, 燕春婷, 雷芳, 王润南, 章吉威, 宋桂荣. 中学生抑郁症状的影响因素分析[J]. 现代预防医学, 2022, 49(4): 651-655.
- [7] 吴文明. 小学高年级学生自我概念与孤独倾向、自责倾向的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京师范大学, 2011.
- [8] 米热姑丽·阿布都热依木. 青少年抑郁症患者抑郁情绪与认知倾向、应付方式及家庭环境因素的调查分析[J]. 新疆医学, 2021, 51(2): 193-195+213.
- [9] 王世茹. 抑郁症患者自杀倾向的识别与护理对策[J]. 中外医学研究, 2013, 11(3): 77.
- [10] 赵蓉蓉, 江锦祥, 陈佳欣, 张雪琴. 广州地区医学留学生孤独感特点及其相关因素研究[J]. 中国健康教育, 2017, 33(1): 3-7.
- [11] 王嘉楠, 沈约, 王波, 刘媛, 曹宝花, 王安辉. 某军校新生孤独、焦虑与应对方式现况调查[J]. 解放军预防医学杂志, 2016, 34(2): 179-182.
- [12] 高毓婕, 展望. 青少年同伴侵害与抑郁情绪之间的关系: 一个有调节的中介模型[J]. 中小学心理健康教育, 2022(18): 15-20.
- [13] 袁文萍, 黎雪琼, 马磊. 高职生积极心理品质与主观幸福感的关系: 领悟社会支持和学校归属感的链式中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2021, 29(4): 615-619.
- [14] 贺娟, 肖泽军, 夏涓艺, 苏双双. 社会支持对高职学生心理健康的影响研究[J]. 教师, 2021(9): 3-4.
- [15] 周步成. 心理健康诊断测验(MHT) [M]. 上海: 华东师范大学出版社, 1991.
- [16] Kroenke, K. and Spitzer, R.L. (2002) The PHQ-9: A New Depression Diagnostic and Severity Measure. *Psychiatric Annals*, **32**, 509-521. <https://doi.org/10.3928/0048-5713-20020901-06>
- [17] 胡星辰, 张迎黎, 梁炜, 张红梅, 杨世昌. 病人健康问卷抑郁量表(PHQ-9)在青少年中应用的信效度检验[J]. 四川精神卫生, 2014, 27(4): 357-360.
- [18] 熊红星, 张璟, 叶宝娟, 郑雪, 孙配贞. 共同方法变异的影响及其统计控制途径的模型分析[J]. 心理科学进展, 2012, 20(5): 757-769.
- [19] 姜林辉, 李珍. 东莞市中职生抑郁情绪的调查与研究[J]. 广东职业技术教育与研究, 2019(5): 206-208.
- [20] 李迎娣. 中职生抑郁现状调查及成因分析[J]. 中小学心理健康教育, 2021(32): 15-18.
- [21] 吴世珍. 大学毕业生自我效能感对抑郁的抑制效应: 应对方式的中介模型[J]. 临沂大学学报, 2021, 43(4): 106-113

- 
- [22] 杨乐, 胡雯洁. 单亲家庭青少年心理健康状况研究[J]. 中小企业管理与科技(上旬刊), 2011(10): 197-198.
- [23] 郑开梅. 高职高专学生抑郁情绪的应激因素及应对和自我概念的影响[J]. 现代预防医学, 2011, 38(13): 2520-2522.
- [24] 王希林, 任桂英, 赵晓明. 孤独、抑郁情绪及其相互关系探讨[J]. 中国心理卫生杂志, 2000, 14(6): 367-369.
- [25] 陈启山, 温忠麟. 高职大学毕业生的应对方式与心理健康的关系[J]. 心理发展与教育, 2005, 21(2): 92-97.