

大学生抑郁、焦虑与自我概念的关系

陈芸¹, 刘坚平^{2*}, 廖黎芳³

¹湖南中医药大学人文与管理学院, 湖南 长沙

²湖南艺术职业学院戏剧学院, 湖南 长沙

³湖南工程职业技术学院工程设计学院, 湖南 长沙

收稿日期: 2024年2月7日; 录用日期: 2024年3月21日; 发布日期: 2024年3月31日

摘要

目的: 探讨大学生抑郁、焦虑与自我概念的关系。方法: 选取2200名大学生, 采用贝克抑郁自评量表(BDI)、特质焦虑问卷(T-AI)、田纳西自我概念问卷(TSCS)分别测量其抑郁、焦虑及自我概念现状。结果: 女大学生TSCS总分及道德伦理自我、家庭自我、自我认同、自我行动上的得分都显著高于男大学生($P < 0.01$), 自我批评显著低于男大学生($P < 0.05$); 非独生子女大学生的BDI和T-AI得分显著高于独生子女($P < 0.05$), 自我认同得分显著低于独生子女($P < 0.05$); 城市大学生社会自我得分显著高于农村大学生($P < 0.05$)。对照组TSCS总分最高, 之后依次为抑郁组、焦虑组和抑郁焦虑组($P < 0.001$); 对照组自我批评得分显著低于其他三组($P < 0.001$)。大学生BDI和T-AI得分呈正相关($r = 0.58, P < 0.01$); BDI和T-AI得分与TSCS总分及各正向因子呈负相关($r = -0.39 \sim -0.52, P < 0.01$; $r = -0.52 \sim -0.70, P < 0.01$), 与负向因子自我批评呈正相关($r = 0.24, P < 0.01$; $r = 0.31, P < 0.01$)。大学生的心理自我和生理自我都对BDI和T-AI得分有负向预测作用, 其解释量分别为31.1%和53.7%; 自我批评有正向预测作用, 其解释量为0.5%和0.7%。结论: 大学生抑郁和焦虑受其自我概念及正向因子的负面影响, 受其负向因子自我批评的正向影响。

关键词

抑郁, 焦虑, 自我概念

The Relationship among Depression, Anxiety and Self-Concept in College Students

Yun Chen¹, Jianping Liu^{2*}, Lifang Liao³

¹School of Humanities and Management, Hunan University of Chinese Medicine, Changsha Hunan

²School of Drama, Hunan Vocational College of Art, Changsha Hunan

³Department of Engineering Design, Hunan Vocational College Engineering, Changsha Hunan

Received: Feb. 7th, 2024; accepted: Mar. 21st, 2024; published: Mar. 31st, 2024

*通讯作者。

文章引用: 陈芸, 刘坚平, 廖黎芳(2024). 大学生抑郁、焦虑与自我概念的关系. *心理学进展*, 14(3), 507-516.
DOI: 10.12677/ap.2024.143186

Abstract

Objective: To explore the relationship among depression, anxiety and self-concept in college students. **Methods:** 2200 college students were selected. Beck Depression Rating Scale (BDI), Trait Anxiety Inventory (T-AI) and Tennessee Self-Concept Scale (TSCS) were adopted to measure the college students' depression, anxiety and self-concept, respectively. **Results:** The total score of TSCS and scores of moral self-concept, family self-concept, self-identification and self-action of female college students were significantly higher than those of male college students ($P < 0.01$), and self-criticism was significantly lower than that of male college students ($P < 0.05$). The BDI and T-AI scores of non-only child college students were significantly higher than those of only child ($P < 0.05$), and the self-identification scores were significantly lower than those of only child ($P < 0.05$). The social self-concept scores of urban college students were significantly higher than those of rural college students ($P < 0.05$). The total score of TSCS in control group was the highest, followed by depression group, anxiety group, depression and anxiety group ($P < 0.001$). The self-criticism scores of the control group were significantly lower than those of the other three groups ($P < 0.001$). BDI and T-AI scores of college students were positively correlated ($r = 0.58, P < 0.01$). The scores of BDI and T-AI were negatively correlated with the total score of TSCS and positive factors ($r = -0.39 \sim -0.52, P < 0.01; r = -0.52 \sim -0.70, P < 0.01$), was positively correlated with negative factor self-criticism ($r = 0.24, P < 0.01; r = 0.31, P < 0.01$). Both physiological and psychological self-concept of college students negatively predicted BDI and T-AI scores, and their explanatory quantities were 31.1% and 53.7%, respectively. Self-criticism has a positive predictive effect, and its explanatory volume is 0.5% and 0.7%. **Conclusion:** Depression and anxiety of college students are negatively affected by their self-concept and its positive factors, and positively affected by its negative factors self-criticism.

Keywords

Depression, Anxiety, Self-Concept

Copyright © 2024 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(Depression)也称抑郁症或抑郁障碍,是一种以显著而持久的心境低落、精力缺乏及兴趣减退为临床表现的心理疾病(Li et al., 2020)。抑郁也可以泛指抑郁情绪及抑郁症状,这些心理健康问题是人类面临的重大情绪威胁,会导致个体产生压力感和虚弱感(Hankin, 2015)。根据流行病学调查发现,我国抑郁症患者已超 9500 万人,青少年抑郁症患病率为 15%~20%; 18~24 岁人群抑郁检出率高达 24.1%,为高风险群体(傅小兰, 张侃, 2023)。

焦虑(Anxiety)是指个体对即将发生且可能会对自身有负面影响或威胁的情况,感受到紧张、忧虑、烦心等综合情绪体验(刘建斌, 祁健, 2018),是比较常见的心理健康问题之一。当个体焦虑体验超过其承受范围时,会造成负面影响,比如会影响个体心情、降低工作效率、造成睡眠困扰、影响身体健康等(温静怡, 2021)。根据流行病学调查发现,焦虑风险的检出率为 15.8%,青年为焦虑的高风险群体(傅小兰, 张侃, 2023)。

自我概念(Self-Concept)是指个体对于自身身体、性格等方面的稳定评价和认知,这些评价和认知主

要源自与他人交往过程中,通过他人对自身的看法与评价来认识自我并对自身做出的适当评价(刘明月, 2019)。自从 1890 年 William James 首次提出自我概念以来,心理学各理论流派对自我概念进行了深入的研究,均提出了独特的见解。其中由美国心理学家 Williams H. Fitts 首创的田纳西自我概念多维理论模型,提出对自我概念进行评价时,既要评价个体自我概念的总体水平,又要考虑自我概念的多维性。据此他编制了“田纳西自我概念量表”,从结构性维度、内容性维度和综合情况来对自我概念进行考察,既可以从总体上对自我概念进行描述和测量,也可以从各个具体维度上对自我概念进行描述和测量。基于这些优势与较强的操作性,该量表在有关自我概念的研究领域中得到了广泛应用,也为田纳西自我概念多维理论模型提供了充分的支持(万德智, 2007)。

大量研究发现个体的抑郁和焦虑与其自我概念联系紧密,呈显著负相关(Freud, 1961; 郑涌, 黄希庭, 1997; 刘明月, 2019)。自我概念偏低的个体,产生负面情绪和行为的可能性偏高(王晶, 2016; 王柳, 2018)。通过比较自我概念得分高低不同的大学生心理健康状态发现,自我概念得分高的大学生抑郁和焦虑水平都较低,而自我概念得分低的大学生抑郁和焦虑水平都比较高(王平, 2001)。

大学生的心理健康与自我概念的关系一直广受关注,因其抑郁焦虑等情绪困扰尤为突出,了解和改善其自我概念并降低其抑郁和焦虑水平是高校心理健康教育的重要课题。本研究的目的是厘清大学生抑郁、焦虑与自我概念的关系,为大学生心理健康教育提供实证依据。

2. 对象与方法

2.1. 对象

本研究采用方便取样法对某省 8 所院校的 2200 名大学生进行问卷调查,收取有效问卷 2027 份(有效率 92.14%),其中男生 657 人,女生 1370 人;独生子女 631 人,非独生子女 1396 人;农村生源大学生 1122 人,城镇 485 人,城市 420 人。研究得到所在单位伦理委员会批准,所有被试知情同意并获得一定报酬。

2.2. 工具

2.2.1. 贝克抑郁自评量表(Beck Depression Rating Scale, BDI)

由 Beck 于 1974 年编制,主要用来评估个体的抑郁症状,广泛应用于临床流行病学调查(戴晓阳, 2010)。采用该量表 13 项版本,各项均采用 4 级评分法进行计分,0 表示无该项症状,1 表示轻度症状,2 表示中度症状,3 表示重度症状,总计 39 分。无抑郁症状的总分范围为 0~4 分,轻度抑郁症状的总分范围为 5~7 分,中度抑郁症状的总分范围为 8~15 分,重度抑郁总分为 16 分及以上。该量表具有较高的灵敏度和阳性预测值,信效度良好。

2.2.2. 特质焦虑问卷(Trait Anxiety Inventory, T-AI)

状态-特质焦虑问卷由 Spielberger 等人于 1970 年编制,分为状态焦虑和特质焦虑两个分量表。本文中特质焦虑问卷为中文版状态-特质焦虑问卷后半部分,主要用来评估个体较为稳定的焦虑、紧张的人格特质(戴晓阳, 2010)。该分量表共 20 个项目,采用 4 级评分法进行计分,1 表示几乎没有,2 表示有些,3 表示经常,4 表示几乎总是如此,总分在 20~80 分之间,总分越高表示个体特质焦虑程度越高。该分量表 Cronbach's α 系数为 0.88,信效度良好。

2.2.3. 田纳西自我概念问卷(Tennessee Self-Concept Scale, TSCS)

由 Williams H. Fitts 于 1965 年编制,我国学者林邦杰于 1978 进行了修订,主要用来测量个体的自我概念水平(陈进, 2013)。该问卷共 70 道题目,采用 5 级评分法进行计分,从结构性维度、内容性维度和综合情况来对自我概念进行考察,在结构性维度上自我概念包括自我认同、自我满意、自我行动 3 个方

面；在内容性维度上自我概念包括生理自我、道德伦理自我、心理自我、家庭自我、社会自我 5 个方面；综合状况包括自我批评总分和自我概念总分。总量表 Cronbach's α 系数为 0.89，信效度良好。

2.3. 统计方法

使用 SPSS26.0 进行各人口统计学变量上大学生抑郁、焦虑、自我概念量表得分的差异性检验，各量表间的 Pearson 积差相关分析及多元回归分析。

3. 结果

3.1. 不同人口统计学特征大学生贝克抑郁自评量表、特质焦虑问卷和田纳西自我概念问卷的得分比较

不同性别大学生在贝克抑郁量表、特质焦虑问卷上的得分差异不显著。不同性别大学生在田纳西自我概念问卷上的总分差异显著($t = -2.86, P < 0.01$)，男生得分显著低于女生；且在道德伦理自我概念($t = -8.45, P < 0.001$)、家庭自我概念($t = -4.45, P < 0.001$)、自我认同($t = -3.32, P < 0.01$)、自我行动($t = -5.06, P < 0.001$)这四个维度上，男生得分显著低于女生；在自我批评($t = 2.03, P < 0.05$)上男生得分显著高于女生。

是否独生子女在贝克抑郁量表和特质焦虑问卷上的得分都差异显著($t = -3.00, P < 0.01; t = -2.25, P < 0.05$)，均为非独生子女得分显著高于独生子女。独生子女和非独生子女大学生在田纳西自我概念问卷的自我认同维度上得分差异显著($t = 2.11, P < 0.05$)，独生子女得分显著高于非独生子女。

不同生源地大学生在贝克抑郁量表、特质焦虑问卷上的得分差异不显著。不同生源地大学生在田纳西自我概念问卷的社会自我概念维度上得分差异显著($F = 4.01, P < 0.05$)，农村大学生的得分显著低于城市大学生(见表 1)。

Table 1. Comparison of beck depression rating scale, trait anxiety inventory and Tennessee self-concept inventory scores in college students with different demographic characteristics ($\bar{x} \pm s$)

表 1. 不同人口学特征大学生贝克抑郁量表、特质焦虑问卷、田纳西自我概念问卷得分的比较($\bar{x} \pm s$)

项目	男生 ($n = 657$)	女生 ($n = 1370$)	t 值	独生 ($n = 631$)	非独生 ($n = 1396$)	t 值	① 农村 ($n = 1122$)	② 城镇 ($n = 485$)	③ 城市 ($n = 420$)	F 值	多重比较 $P < 0.05$
抑郁	5.41 ± 5.4	5.03 ± 4.7	1.54	4.66 ± 4.6	5.37 ± 5.1	-3.00**	5.35 ± 5.0	5.00 ± 4.9	4.79 ± 4.7	2.23	
焦虑	41.34 ± 9.1	40.61 ± 8.7	1.71	40.19 ± 8.6	41.15 ± 8.9	-2.25*	41.03 ± 8.9	40.77 ± 8.9	40.45 ± 8.7	0.67	
生理自我	43.99 ± 6.4	43.79 ± 5.9	0.67	44.15 ± 6.0	43.72 ± 6.1	1.46	43.67 ± 6.1	43.99 ± 6.0	44.20 ± 6.2	1.27	
道德理论自我	45.90 ± 6.3	48.31 ± 5.3	-8.45***	47.54 ± 5.9	47.52 ± 5.7	0.07	47.58 ± 5.7	47.32 ± 6.0	47.64 ± 5.8	0.45	
心理自我	42.43 ± 5.7	42.63 ± 5.3	-0.75	42.87 ± 5.5	42.43 ± 5.4	1.68	42.62 ± 5.4	42.22 ± 5.5	42.81 ± 5.5	1.48	
家庭自我	45.90 ± 6.7	47.29 ± 6.3	-4.45***	47.12 ± 6.5	46.71 ± 6.5	1.34	46.85 ± 6.2	46.89 ± 6.7	46.75 ± 6.8	0.05	
社会自我	42.07 ± 6.5	42.16 ± 6.0	-0.31	42.42 ± 6.3	42.00 ± 6.1	1.41	41.91 ± 6.0	42.00 ± 6.2	42.89 ± 6.4	4.01*	① < ③
自我批评	30.77 ± 6.0	30.19 ± 6.0	2.03*	30.31 ± 5.6	30.41 ± 6.1	-0.36	30.21 ± 6.0	30.48 ± 5.8	30.74 ± 6.0	1.32	
自我认同	92.11 ± 11.1	93.78 ± 9.4	-3.32**	93.94 ± 10.2	92.92 ± 9.9	2.11*	93.12 ± 9.8	93.02 ± 10.4	93.79 ± 10.0	0.83	
自我满意	82.58 ± 9.2	82.16 ± 8.4	0.99	82.67 ± 9.0	82.13 ± 8.5	1.29	81.99 ± 8.4	82.47 ± 9.0	82.92 ± 9.0	1.93	
自我行动	76.37 ± 8.8	78.44 ± 8.1	-5.06***	77.81 ± 8.5	77.75 ± 8.3	0.15	77.72 ± 8.2	77.40 ± 8.5	78.31 ± 8.7	1.38	
自我总分	251.07 ± 25.2	254.37 ± 22.4	-2.86**	254.41 ± 24.1	252.80 ± 23.1	1.43	252.83 ± 22.8	252.89 ± 24.2	255.03 ± 23.9	1.44	

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

3.2. 不同抑郁、焦虑水平大学生田纳西自我概念问卷得分的差异性分析

按照常模数据与计分标准，贝克抑郁量表得分 > 7 ，特质焦虑问卷 T 分 < 60 为抑郁组入组标准，得到抑郁组被试 283 例；特质焦虑问卷 T 分 > 60 ，贝克抑郁量表得分 < 8 为焦虑组入组标准，得到焦虑组被试

128例；贝克抑郁量表得分 > 7 ，特质焦虑问卷 T 分 > 60 为抑郁焦虑组入组标准，得到抑郁焦虑组被试 204 例；贝克抑郁量表得分 < 8 ，特质焦虑问卷 T 分 < 60 进入非抑郁非焦虑的对照组，得到对照组被试 1412 例。

单因素方差分析表明四组被试在贝克抑郁量表得分上差异显著($F = 1201.62, P < 0.001$)，得分从高到低依次为抑郁焦虑组、抑郁组、焦虑组、对照组；在特质焦虑问卷得分上差异显著($F = 694.20, P < 0.001$)，得分从高到低依次为抑郁焦虑组、焦虑组、抑郁组、对照组。

四组被试的田纳西自我概念问卷总分存在显著差异($F = 247.30, P < 0.001$)，得分从高到低依次为对照组、抑郁组、焦虑组、抑郁焦虑组。其中，在田纳西自我概念问卷的生理自我概念、心理自我概念、社会自我概念、自我认同和自我满意 5 个维度上的得分也存在显著差异($F = 161.74\sim 262.71, P < 0.001$)，都是对照组得分最高，其次为抑郁组和焦虑组，最低为抑郁焦虑组；在道德伦理自我概念、家庭自我概念、自我行动 3 个维度上的得分也存在显著差异($F = 132.07\sim 167.80, P < 0.001$)，都是对照组得分最高，其次为抑郁组，最低为焦虑组和抑郁焦虑组；在自我批评维度上的得分也存在显著差异($F = 40.80, P < 0.001$)，对照组的得分显著低于抑郁组、焦虑组和抑郁焦虑组(见表 2)。

Table 2. The difference test of Tennessee Self-concept Inventory scores of college students with different depression and anxiety levels ($\bar{x} \pm s$)

表 2. 不同抑郁、焦虑水平大学生田纳西自我概念问卷得分的差异性检验($\bar{x} \pm s$)

量表	① 抑郁组 $n = 283$	② 焦虑组 $n = 128$	③ 抑郁焦虑组 $n = 204$	④ 对照组 $n = 1412$	F 值	事后多重比较 $P < 0.05$
抑郁	10.86 \pm 4.0	3.92 \pm 2.6	13.73 \pm 5.1	2.88 \pm 2.2	1201.62***	③ > ① > ② > ④
焦虑	43.68 \pm 5.4	52.49 \pm 2.9	55.13 \pm 5.3	37.16 \pm 6.7	694.20***	③ > ② > ① > ④
生理自我	40.77 \pm 6.0	39.73 \pm 5.5	37.53 \pm 5.3	45.76 \pm 5.1	215.17***	④ > ①② > ③
道德伦理自我	45.38 \pm 5.6	42.82 \pm 6.1	43.23 \pm 5.7	49.00 \pm 5.1	132.07***	④ > ① > ②③
心理自我	39.83 \pm 4.4	38.72 \pm 4.8	36.26 \pm 4.4	44.37 \pm 4.7	262.71***	④ > ①② > ③
家庭自我	44.57 \pm 6.4	42.80 \pm 6.4	41.00 \pm 6.4	48.50 \pm 5.7	138.31***	④ > ① > ②③
社会自我	39.22 \pm 5.5	38.62 \pm 5.3	36.41 \pm 4.9	43.86 \pm 5.7	161.74***	④ > ①② > ③
自我批评	32.06 \pm 5.6	32.95 \pm 5.6	32.87 \pm 6.0	29.45 \pm 5.8	40.80***	①②③ > ④
自我认同	89.45 \pm 10.1	87.26 \pm 10.5	83.09 \pm 9.5	96.00 \pm 8.5	168.38***	④ > ①② > ③
自我满意	78.51 \pm 7.1	77.11 \pm 7.6	73.63 \pm 6.7	84.78 \pm 7.9	178.06***	④ > ①② > ③
自我行动	73.87 \pm 7.7	71.27 \pm 6.8	70.58 \pm 5.8	80.18 \pm 7.8	167.80***	④ > ① > ②③
自我总分	241.82 \pm 20.6	235.64 \pm 20.7	227.29 \pm 17.9	260.96 \pm 20.2	247.30***	④ > ① > ② > ③

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

3.3. 大学生贝克抑郁量表、特质焦虑问卷得分与田纳西自我概念问卷总分的相关分析

大学生在贝克抑郁量表和特质焦虑问卷上的得分呈正相关($r = 0.58, P < 0.01$)。抑郁和焦虑的得分与田纳西自我概念问卷总分呈负相关($r = -0.51, P < 0.01$; $r = -0.67, P < 0.01$)。其中，抑郁、焦虑得分与田纳西自我概念问卷中的生理自我概念、道德伦理自我概念、心理自我概念、家庭自我概念、社会自我概念、自我认同、自我满意、自我行动维度上的得分都呈负相关($r = -0.39\sim -0.52, P < 0.01$; $r = -0.52\sim -0.70, P < 0.01$)，

与自我批评维度呈正相关($r = 0.24, P < 0.01; r = 0.31, P < 0.01$) (见表 3)。

Table 3. The correlation coefficients of beck depression rating scale, trait anxiety inventory and Tennessee self-concept inventory scores in college students (r)

表 3. 大学生贝克抑郁量表、特质焦虑问卷、田纳西自我概念问卷得分的相关系数(r)

	$\bar{x} \pm s$	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1) 抑郁	5.15 ± 4.9											
2) 焦虑	40.85 ± 8.8	0.58**										
3) 生理自我	43.86 ± 6.1	-0.49**	-0.61**									
4) 道德伦理自我	47.53 ± 5.8	-0.39**	-0.52**	0.54**								
5) 心理自我	42.57 ± 5.4	-0.52**	-0.70**	0.64**	0.60**							
6) 家庭自我	46.84 ± 6.5	-0.41**	-0.54**	0.56**	0.62**	0.60**						
7) 社会自我	42.13 ± 6.2	-0.45**	-0.58**	0.54**	0.52**	0.68**	0.55**					
8) 自我批评	30.38 ± 6.0	0.24**	0.31**	-0.33**	-0.21**	-0.26**	-0.20**	-0.18**				
9) 自我认同	93.24 ± 10.0	-0.44**	-0.53**	0.64**	0.70**	0.69**	0.74**	0.67**	0.04			
10) 自我满意	82.30 ± 8.6	-0.45**	-0.60**	0.65**	0.58**	0.70**	0.70**	0.78**	-0.04	0.65**		
11) 自我行动	77.77 ± 8.4	-0.43**	-0.63**	0.67**	0.75**	0.75**	0.65**	0.62**	-0.13**	0.61**	0.60**	
12) 自我总分	253.30 ± 23.4	-0.51**	-0.67**	0.76**	0.78**	0.82**	0.81**	0.80**	-0.05*	0.89**	0.86**	0.84**

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

3.4. 大学生贝克抑郁量表、特质焦虑问卷得分与田纳西自我概念问卷总分和各维度得分及人口学变量的回归分析

为进一步探索大学生抑郁、焦虑与自我概念之间的关系,运用逐步多元回归分析法开展回归分析。

以贝克抑郁量表得分为因变量,将性别、独生子女、生源地转化为虚拟变量后,与田纳西自我概念问卷总分及各维度得分一起作为预测变量纳入回归方程。结果显示,进入回归方程式的显著变量有 7 个,多元相关系数为 0.575,其联合解释变异量为 0.33,即表 4 中的这 7 个变量能联合预测大学生抑郁程度 33%的变异量。其中,心理自我维度得分的预测力最佳(解释量为 27.1%),其次为生理自我维度得分(解释量为 4%) (见表 4)。

标准化回归方程式为:

$$\text{抑郁} = -0.221 \times \text{心理自我} - 0.154 \times \text{生理自我} - 0.056 \times \text{社会自我} + 0.121 \times \text{自我批评} - 0.107 \times \text{自我认同} + 0.043 \times \text{独生子女} - 0.079 \times \text{自我满意}$$

以特质焦虑问卷得分为因变量,将性别、独生子女、生源地转化为虚拟变量后,与田纳西自我概念问卷总分及各维度得分一起作为预测变量纳入回归方程。结果显示,进入回归方程式的显著变量有 6 个,多元相关系数为 0.753,其联合解释变异量为 0.568,即表 5 中的这 6 个变量能联合预测大学生抑郁程度 56.8%的变异量。其中,心理自我维度得分的预测力最佳(解释量为 49.4%),其次为生理自我维度得分(解释量为 4.3%) (见表 5)。

标准化回归方程式为:

$$\text{焦虑} = -0.326 \times \text{心理自我} - 0.112 \times \text{生理自我} - 0.036 \times \text{社会自我} + 0.149 \times \text{自我批评} - 0.446 \times \text{自我总分} + 0.182 \times \text{自我认同}$$

Table 4. Multiple regression analysis of factors related to beck depression rating scale score ($n = 2027$)**表 4.** 贝克抑郁量表得分相关因素的多元回归分析($n = 2027$)

因变量	自变量	多元相关系数 R	决定系数 R^2	增加的解釋量 ΔR	F 值	净 F 值	标准化回归系数
贝克抑郁量表得分	心理自我	0.520	0.271	0.271	751.437	751.437	-0.221
	生理自我	0.558	0.311	0.040	456.680	118.371	-0.154
	社会自我	0.565	0.319	0.008	315.896	23.964	-0.056
	自我批评	0.569	0.324	0.005	241.911	13.909	0.121
	自我认同	0.572	0.327	0.003	196.295	9.677	-0.107
	独生子女	0.573	0.329	0.002	164.876	5.563	0.043
	自我满意	0.575	0.330	0.002	142.258	4.728	-0.079

Table 5. Multiple regression analysis of factors related to trait anxiety inventory score ($n = 2027$)**表 5.** 特质焦虑问卷得分相关因素的多元回归分析($n = 2027$)

因变量	自变量	多元相关系数 R	决定系数 R^2	增加的解釋量 ΔR	F 值	净 F 值	标准化回归系数
特质焦虑问卷得分	心理自我	0.703	0.494	0.494	1976.991	1976.991	-0.326
	生理自我	0.733	0.537	0.043	1174.662	188.894	-0.112
	社会自我	0.740	0.547	0.010	815.223	45.126	-0.036
	自我批评	0.745	0.555	0.007	629.775	33.789	0.149
	自我总分	0.749	0.561	0.006	516.505	28.797	-0.446
	自我认同	0.753	0.568	0.007	441.971	30.985	0.182

4. 讨论

4.1. 不同人口统计学特征大学生抑郁、焦虑、自我概念的差异比较

本研究发现,不同性别、不同生源地大学生在贝克抑郁量表、特质焦虑问卷上的得分差异不显著,非独生子女大学生抑郁和焦虑的得分显著高于独生子女。这些结果与以往研究结果不完全一致,如刘明月(2019)研究发现女大学生的社交焦虑程度显著高于男大学生,农村大学生的社交焦虑程度显著高于城镇大学生,大学生社交焦虑在是否独生上不存在显著差异;王涵等(2023)研究发现大学生的抑郁水平在性别、独生子女、生源地上没有显著差异;傅小兰和张侃(2023)研究发现女大学生抑郁得分显著高于男大学生,城镇户口大学生抑郁风险显著高于农村户口。这些不一致可能是取样范围的差异导致的。

本研究表明,女大学生自我概念总分及道德伦理自我、家庭自我、自我认同、自我行动上的得分都显著高于男大学生。这个结果与以往研究有相似之处,一项以大学生为被试的研究显示,女大学生的自我概念总分显著高于男生,且家庭自我上的得分显著高于男生(刘明月,2019);一项以研究生为被试的研究显示,男性研究生的自我概念得分低于女性研究生(薛敏霞,2021)。

自我概念总分表示个体对整体自我的看法,得分越高表示个体越喜欢自己、信任自己,认为自己是 有价值的并按照这个信念行事;道德伦理自我表示个体对自己的道德观、宗教信仰、好人坏人等的看法;

家庭自我表示个体对自己作为家庭成员所感受到的价值感及胜任程度；自我认同表示个体对自己现状的描述；自我行动表示个体在接纳或拒绝自己后实际所采取的行为(万德智, 2007)。

本研究样本的女大学生在道德伦理自我、家庭自我、自我认同和自我行动上的得分及自我概念总分都显著高于男大学生, 表明女大学生对自己的道德品质、自我现状描述、行为举止的评价都高于男大学生, 且与家庭的关系更加融洽, 性情较为平和(万德智, 2007)。这些差异可能源自社会传统文化, 传统文化对女性在道德伦理和家庭方面的期望要高于男性, 女性在道德方面所受的约束要多于男性, 比男性具有更多的自律性; 社会和家庭对女性的期望值低于男性, 社会竞争相对较小, 心理压力较轻, 更擅长于家庭交流与沟通。女性在成长过程中感受到这些社会期望并内化到其自我概念当中, 最终表现出了与男性在道德伦理自我概念和家庭自我概念及自我认同和自我行动方面的差异。

本研究还发现在自我批评上, 男大学生得分显著高于女大学生。自我批评为负向因子, 表示个体对自己缺点及不良品质的认知评价, 包括坏脾气、骂人、厌恶他人、干坏事、说闲话、撒谎、攻击性等方面, 其得分越高表示个体自我形象越差, 自我概念越低(陈进, 2013)。本样本中男大学生自我批评得分较高, 一方面可能是相对女大学生, 其缺点和不良品质更多, 另一方面也可能是其自我反思、认识错误、总结经验的能力更强, 更能正视自身的缺点和不足。

4.2. 不同抑郁、焦虑水平大学生自我概念的差异比较

在田纳西自我概念问卷总分上, 对照组得分最高, 其次为抑郁组, 再次为焦虑组, 最低为抑郁焦虑组; 在自我批评这个负向因子上对照组的得分显著低于抑郁组、焦虑组和抑郁焦虑组。说明非抑郁非焦虑的对照组自我概念比其他三组更偏向于积极正面, 自我形象更好。

在生理自我概念、心理自我概念、社会自我概念、自我认同和自我满意维度上对照组得分最高, 其次为抑郁组和焦虑组, 最低为抑郁焦虑组; 在道德伦理自我概念、家庭自我概念、自我行动维度上对照组得分最高, 其次为抑郁组, 最低为焦虑组和抑郁焦虑组。说明非抑郁非焦虑的对照组自我概念各维度除“自我批评”外, 得分都显著高于其他三组, 更进一步证明了其自我概念及各维度都更倾向于积极正面, 且自我觉知更清晰。

4.3. 大学生抑郁、焦虑、自我概念的相关分析

大学生在贝克抑郁量表和特质焦虑问卷上的得分呈正相关; 抑郁和焦虑的得分与田纳西自我概念问卷总分及各正向因子呈负相关, 与负向因子自我批评呈正相关。有研究发现大学生自我概念总分与忧郁等负向因子有较高的负相关(樊富珉, 付吉元, 2001); 也有研究发现社交焦虑与自我概念之间存在显著的负相关(陈春锋, 2007; 刘明月, 2019)。这些都表明大学生自我概念得分越低越消极, 其抑郁和焦虑程度越高越明显, 这可能是由于自我概念得分高的个体, 对自身的认识更清晰, 更可能拥有健全的人格, 有助于降低其抑郁和焦虑水平。

4.4. 大学生抑郁、焦虑、自我概念的回归分析

多元回归分析表明, 自我概念中的心理自我和生理自我都对抑郁和焦虑有负向预测作用, 这两个变量可以共同预测抑郁 31.1%和焦虑 53.7%的变异量, 其中心理自我的预测力最佳, 其解释量分别为 27.1%和 49.4%, 其次为生理自我, 其解释量分别为 4%和 4.3%。自我概念中的自我批评对抑郁和焦虑有正向预测作用, 其解释量分别为 0.5%和 0.7%。胡义秋等(2015)研究发现个体的消极心理减少时其积极心理增多, 反之亦然。本研究中心理自我和生理自我都进入了对抑郁和焦虑的回归方差, 具有负向预测作用; 自我批评对抑郁和焦虑具有正向预测作用。可见心理自我、生理自我和自我批评都可能是影响大学生抑郁和焦虑水平的重要因素, 这与许多研究结果相似(刘明月, 2019; 王海平, 2022)。这些结果表明, 提升

大学生的心理自我和生理自我水平,减少其自我批评,可以提升其自我概念水平,进而有效降低其抑郁和焦虑程度。

本研究属于横断面研究,缺乏长时程的纵向追踪数据,不能深入探讨抑郁、焦虑与自我概念的动态变化,之后的研究可以考虑从纵向追踪的角度来继续考察抑郁、焦虑与自我概念之间的关系,对大学生抑郁与焦虑进行更深入的了解,从提升自我概念的角度改善大学生心理健康状态,为心理健康教育与促进做出贡献。

5. 结论

本研究中,不同性别、不同生源地大学生在贝克抑郁量表、特质焦虑问卷上的得分差异不显著,非独生子女大学生在这2个问卷上的得分显著高于独生子女。女大学生自我概念总分及道德伦理自我、家庭自我、自我认同、自我行动上的得分都显著高于男大学生,但在自我批评上,男大学生得分显著高于女大学生。独生子女大学生自我概念中自我认同维度得分显著高于非独生子女。城市大学生自我概念中社会自我维度得分显著高于农村大学生。

在田纳西自我概念问卷总分上,对照组得分最高,其次为抑郁组,再次为焦虑组,最低为抑郁焦虑组;在自我批评维度上对照组的得分显著低于抑郁组、焦虑组和抑郁焦虑组。在生理自我概念、心理自我概念、社会自我概念、自我认同和自我满意5个维度上对照组得分最高,其次为抑郁组和焦虑组,最低为抑郁焦虑组;在道德伦理自我概念、家庭自我概念、自我行动3个维度上对照组得分最高,其次为抑郁组,最低为焦虑组和抑郁焦虑组。

大学生在贝克抑郁量表和特质焦虑问卷上的得分呈正相关;抑郁和焦虑的得分与田纳西自我概念问卷总分及各正向因子呈负相关,与负向因子自我批评呈正相关。

大学生自我概念中的心理自我和生理自我都对抑郁和焦虑有负向预测作用,自我批评对抑郁和焦虑有正向预测作用。

基金项目

湖南省社会科学成果评审委员会课题(编号: XSP22YBZ090); 湖南省哲学社科基金项目(编号: 21YBA296); 湖南省高校思想政治工作精品项目(编号: 22JP090); 湖南省普通高校校企合作创新创业教育基地“心理健康全程服务校企合作人才培养示范基地”; 湖南省第二批“三全育人”综合改革试点院(系)——湖南艺术职业学院戏剧系。

参考文献

- 陈春锋(2007). 当代大学生的自我概念与社交焦虑的关系. 硕士学位论文, 济南: 山东师范大学.
- 陈进(2013). 多维内隐自我概念的特性与应用研究. 硕士学位论文, 上海: 华东师范大学.
- 戴晓阳(2010). 常用心理量表评估手册. 人民军医出版社.
- 樊富珉, 付吉元(2001). 大学生自我概念与心理健康的相关研究. *中国心理卫生杂志*, 15(2), 76-77.
- 傅小兰, 张侃(2023). *中国国民心理健康发展报告(2021-2022)*. 社会科学文献出版社.
- 胡义秋, 王冰蕊, 黎志华(2015). “90后”大学生心理健康、主观幸福感和个性的相关研究. *大学教育科学*, 2(2), 121-124.
- 刘建斌, 祁健(2018). 独立学院毕业生就业的焦虑、抑郁情绪与a-b型人格类型相关研究. *教育现代化*, 5(28), 257-259.
- 刘明月(2019). 大学生社交焦虑、手机成瘾与自我概念的关系研究. 硕士学位论文, 南充: 西华师范大学.
- 万德智(2007). 大学生自我概念发展特点及其与应对方式的相关性研究. 硕士学位论文, 济南: 山东大学.
- 王海平(2022). 中学生自尊、自我概念与社交焦虑的关系研究. 硕士学位论文, 汉中: 陕西理工大学.
- 王涵, 陈芸, 刘坚平, 陈玉清, 郑芑飞, 周晶晶(2023). 大学生抑郁与五态人格、社会支持及生活事件的关系. *心理学*

进展, 13(7), 2929-2938.

王晶(2016). 父母教养方式与高中生心理健康的关系: 自我概念的中介作用. 硕士学位论文, 太原: 山西师范大学.

王柳(2018). 3-6岁儿童焦虑与父母教养方式的关系-父母养育压力的中介作用. 硕士学位论文, 西安: 陕西师范大学.

王平(2001). 大学生自我概念与心理健康关系研究. 硕士学位论文, 苏州: 苏州大学.

温静怡(2021). 教养方式、自我概念与高校学生焦虑发展轨迹的关系研究. 硕士学位论文, 天津: 天津师范大学.

薛敏霞(2021). 研究生自我概念和心理健康的关系: 心理弹性的中介效应. *保定学院学报*, 34(1), 109-114.

郑涌, 黄希庭(1997). 自我概念的结构: 大学生“我是谁”反应的内容分析. *西南师范大学学报(哲学社会科学版)*, (1), 72-77.

Freud, S. (1961). The Ego and the Id. *Academic Medicine*, 36, 846.

Hankin, B. L. (2015). Depression from Childhood through Adolescence: Risk Mechanisms across Multiple Systems and Levels of Analysis. *Current Opinion in Psychology*, 4, 13-20. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.01.003>

Li, C., Huang, J., Cheng, Y.-C., & Zhang, Y.-W. (2020). Traditional Chinese Medicine in Depression Treatment: From Molecules to Systems. *Frontiers in Pharmacology*, 11, Article 586. <https://doi.org/10.3389/fphar.2020.00586>