

# 综合活力、自我欺骗对幼师生抑郁的影响

陈玉霞<sup>1,2\*</sup>, 谭春桃<sup>3</sup>, 陈英萍<sup>1</sup>

<sup>1</sup>广东茂名幼儿师范专科学校教育科学学院, 广东 茂名

<sup>2</sup>马来亚大学教育学院, 马来西亚 吉隆坡

<sup>3</sup>广东茂名农林科技职业学院生物技术系, 广东 茂名

收稿日期: 2022年3月15日; 录用日期: 2022年4月15日; 发布日期: 2022年4月24日

## 摘要

目的: 探讨综合活力六因子、自我欺骗对抑郁的程度的影响。方法: 采用流调中心抑郁量表、自欺性提升量表、大学生希望量表、感恩问卷-6、乐观主义-悲观主义量表、大学生生活满意度量表、一般自我效能感量表和大学生勇气问卷对287名幼师生进行调查。结果: 1) 自我欺骗、感恩、希望、乐观、生活满意度和自我效能都分别与抑郁(症状)显著负相关。2) 综合活力中的自我效能、生活满意度和乐观能预测幼师生抑郁情绪变化的42%, 当把自我欺骗与综合活力同步加入回归模型时, 自我欺骗、生活满意度和乐观也可以预测幼师生抑郁情绪变化的44%。结论: 综合活力、自我欺骗可以显著预测抑郁(症状), 说明自我欺骗可以作为一个重要的积极心理变量。

## 关键词

综合活力, 自我欺骗, 抑郁, 幼师生

# The Influence of Covitality and Self-Deception on Depression in Preschool Students

Yuxia Chen<sup>1,2\*</sup>, Chuntao Tan<sup>3</sup>, Yingping Chen<sup>1</sup>

<sup>1</sup>School of Educational Science, Guangdong Preschool Normal College in Maoming, Maoming Guangdong

<sup>2</sup>Faculty of Education, University of Malaya, Kuala Lumpur Malaysia

<sup>3</sup>School of Biotechnology, Guangdong Maoming Agriculture & Forestry Technical College, Maoming Guangdong

Received: Mar. 15<sup>th</sup>, 2022; accepted: Apr. 15<sup>th</sup>, 2022; published: Apr. 24<sup>th</sup>, 2022

\*通讯作者。

## Abstract

**Objective:** To explore the effect of six factors of covitality and self-deception on depression. **Methods:** 287 preschool students were investigated by using the Center for Epidemiological Studies Depression Scale, Self-Deceptive Enhancement, College Students' Hope Scale, Gratitude Questionnaire-6, Optimism-Pessimism Scale, Life Satisfaction Scales Applicable to College Student, General Self-Efficacy Scale and College Students' Courage Scale. **Results:** 1) Self-deception, gratitude, hope, optimism, life satisfaction and self-efficacy were negatively correlated with depression (symptoms). 2) Self-efficacy, life satisfaction and optimism of covitality predicted 42% of the depressive mood changes in preschool students. It was revealed that self-deception, life satisfaction and optimism also predicted 44% of depressive mood changes in preschool students when self-deception and covitality were synchronously added into the regression model. **Conclusion:** Covitality and self-deception can significantly predict depression (symptoms), indicating that self-deception can be an important positive psychological variable.

## Keywords

Covitality, Self-Deception, Deception, Preschool Students

Copyright © 2022 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

由于 COVID-19 在全球爆发, 2020 年全球抑郁症病例增加了 28%, 焦虑症病例增加了 26%, 并且女性比男性受大流行的影响更大, 年轻人比老年人受影响更大(Santomauro et al., 2021)。抑郁症不仅是心理健康的重要指标, 也是普通人群中最常见的精神病理状况之一(GBD 2019 Diseases and Injuries Collaborators, 2020)。新冠肺炎大流行可能加剧了大学生的心理健康, 对 COVID-19 的恐惧与抑郁、焦虑和压力等心理健康问题有关(Erbiçer et al., 2022)。有研究表明, 在新冠期间, 大学生抑郁人数逐年增加(王蜜源等, 2020)。在两项关于大学生抑郁的 meta 分析中发现大学生抑郁(症状)发生率分别为 24.71% (马慧等, 2019) 和 28.4% (Gao et al., 2020)。抑郁症不仅严重影响了大学生的学习和生活, 也是自杀死亡的主要原因(World Health Organization, 2017)。

Weiss, King 和 Enns (2002) 首先提出综合活力(covitality)这个词, 用来描述同时出现的典型的和遗传相关的积极特质, 例如幸福感、自信和健康。2004 年, 积极心理学家 Peterson 和 Seligman 提出关于个体的 24 个性格优势和 6 个核心价值, 分别是智慧和知识、勇气、人性、正义、节制、超越(Peterson & Seligman, 2004)。Jones, You 和 Furlong 在研究综合活力的组成成分时提出, 综合活力包含希望、乐观、自我效能、感恩和生活满意度五因子, 同时发现综合活力的各因子与个人适应呈正相关, 与消极情绪症状(如抑郁和焦虑)呈负相关(Jones, You, & Furlong, 2013)。另有研究使用自我效能、感恩、勇气、希望和乐观五个积极品质来研究综合活力时发现, 除了感恩以外, 其余四因子可以显著预测退休人员的抑郁情绪, 共同解释抑郁改变量的 34% (Allenden et al., 2018)。自我欺骗(简称自欺)被认为是一种与心理健康和幸福相关的应对策略(Taylor & Brown, 1994)。Sheridan 等在研究综合活力与大学生焦虑时发现, 自欺较高的学生各种积极特质得分较高, 同时焦虑程度较低(Sheridan et al., 2015)。

积极品质(自信、希望、乐观等)与抑郁存在显著负效应,积极应对可缓解大学生抑郁症状,而消极应对会增强抑郁症状,降低心理健康水平(刘和珺, 杨海波, 2019)。自欺可以被看作是一种健康的心理防御机制,在面对一些模棱两可的信息时可保持心理健康(Baumeister, 1993; Taylor & Brown, 1994)。除了有研究结合综合活力、自我欺骗对焦虑(Sheridan et al., 2015)进行研究以外,还没有研究结合综合活力、自我欺骗来研究抑郁。本研究根据前面的研究选取希望、乐观、自我效能、感恩、勇气和生活满意度六个积极品质作为综合活力构成因子,研究其对幼师抑郁的预测,同时加入自我欺骗这个变量,探讨其对幼师积极心理变量与抑郁的影响。

## 2. 对象和方法

### 2.1. 对象

选取广东某高职院校学前教育专业大一和大二的学生 287 人,删除没有标清年级的被试 24 人。其中大一 119 人,大二 144 人;男生 13 人,女生 250 人;独生子女 32 人,非独生女 231 人;来自城镇 112 人,来自农村 151 人;被试年龄在 15~22 ( $17.63 \pm 1.39$ )岁。

### 2.2. 工具

#### 2.2.1. 流调中心抑郁量表(Center for Epidemiological Studies Depression Scale, CES-D)

CES-D 由 Radloff (1997)编制,共 20 道题目,采用 Likert 4 级评分,由“偶尔或无”到“多数时间或持续”分别计 0~3 分。主要指标为总分。其中总分 $\leq 15$ 分为无抑郁症状,16~19 分为可能有抑郁症状, $\geq 20$ 分为肯定有抑郁症状。本量表具有良好的信效度(章婕等, 2010),本研究中,该量表的  $\alpha$  系数为 0.95。

#### 2.2.2. 自欺性提升量表(Self-Deceptive Enhancement, SDE)

本研究旨在测量自我欺骗,所以选择 Paulhus 在 1998 年编制的期待性平衡回答量表(BIDR)中的自欺性提升量表,共 20 道题目,采用 Likert 7 级评分,由“完全不同意”到“完全同意”分别计 1~7 分。主要指标为总分,SDE 总分越高,自我欺骗程度越高(Paulhus, 1998)。本研究中,该量表的  $\alpha$  系数为 0.75。

#### 2.2.3. 大学生希望量表

大学生希望量表由郭传辉编制,共 28 道题目,采用 Likert 4 级评分,由“完全不同意”到“完全同意”分别计 1~4 分。总分越高表明学生希望水平越高,总问卷的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.899 (郭传辉, 2009)。本研究中,该量表的  $\alpha$  系数为 0.95。

#### 2.2.4. 感恩问卷-6 (Gratitude Questionnaire-6, GQ-6)

GQ-6 由 McCullough 等编制,共 6 道题目,采用 Likert 7 级评分,由“非常不同意”到“非常同意”分别计 1~7 分。McCullough 等发现,GQ-6 总分越高,个体的感恩倾向越显著,GQ-6 的内部一致性系数为 0.82 (McCullough et al., 2002)。本研究中,该量表的  $\alpha$  系数为 0.75。

#### 2.2.5. 乐观主义 - 悲观主义量表(Optimism-Pessimism Scale, OPS)

OPS 由袁立新等编制,包括悲观主义和乐观主义两个因子,共 11 道题目,采用 Likert 5 级评分,由“非常赞同”到“非常反对”分别计 1~5 分(袁立新, 林娜, 江晓娜, 2007)。将乐观主义分量表反向计分后与悲观主义分量表得分相加得量表总分,总分越高,乐观倾向越明显。OPS 具有较高的信度,本研究中,该量表的  $\alpha$  系数为 0.91。

#### 2.2.6. 大学生生活满意度量表(Life Satisfaction Scales Applicable to College Student, CSLSS)

CSLSS 由王宇中等(1999)编制,共 6 道题目,采用 Likert 7 级评分,由“非常不满意”到“非常满意”

分别计 1~7 分。前 5 个项目的均分为客观满意度得分，第 6 个项目为主观满意度，CSLSS 总分为客观满意度均分与主观满意度得分之和；总分越高则生活满意度越高。CSLSS 具有较高的信度，本研究中，该量表的  $\alpha$  系数为 0.73。

### 2.2.7. 一般自我效能感量表(General Self-Efficacy Scale, GSES)

GSES 由王才康等编制，共 10 道题目，采用 Likert 4 级评分，由“完全不正确”到“完全正确”分别计 1~4 分(王才康, 胡中锋, 刘勇, 2001)。量表分为 10 个项目的总分，总分越高则一般自我效能感越高。GSES 具有较高的信度，本研究中，该量表的  $\alpha$  系数为 0.90。

### 2.2.8. 大学生勇气问卷

大学生勇气问卷由吴沙(2009)编制，共 21 道题目，分为一般勇气和个体勇气两个分问卷，采用 Likert 5 级评分，由“完全不同意”到“完全同意”分别计 1~4 分。本研究主要采用总量表得分，得分越高表明勇气程度越高。大学生勇气问卷具有较高的信效度(吴沙, 2009)，本研究中，该量表的  $\alpha$  系数为 0.86。

## 2.3. 数据收集与分析

问卷通过网络进行发布与收集，学生在填写之前被告知：“问卷数据是匿名收集的，只用于研究，自愿填写，请大家根据提示语认真并且真实地填写自己最近的状况。”对收集的数据使用 SPSS20 统计软件对数据进行录入、独立样本 t 检验、Pearson 相关和回归分析。

## 3. 结果

### 3.1. 不同人口学变量上各量表得分比较

根据抑郁总分标准，本次研究中，有 108 人无抑郁症状，占比 41.1%；50 人可能有抑郁症状，占比 19%；105 人肯定有抑郁症状，占比 39.9%，情况堪忧。

以年级、家庭所在地、是否是独生子女为自变量，抑郁、自我欺骗、希望、感恩、乐观、生活满意度、自我效能和勇气为因变量，分别进行独立样本 t 检验，采用 Cohen 的方程来计算其效果量  $d$ ， $d$  值为 0.8 时效果量大，0.5 时为中等，0.2 时为小。结果表明(如表 1)，抑郁( $t(261) = -2.71, P < 0.01, d = 0.33$ )、自欺( $t(261) = 2.22, P < 0.05, d = 0.27$ )、希望( $t(261) = 2.77, P < 0.05, d = 0.24$ )和乐观( $t(261) = 2.68, P < 0.01, d = 0.33$ )在年级上存在显著差异；独生子女的勇气( $t(261) = -3.55, P < 0.01, d = 0.67$ )与非独生子女的存在显著差异；所有的变量在居住地是城镇还是农村上不存在统计意义上的差异。

Table 1. Comparison of scores of each scale on different demographic variables

表 1. 不同人口学变量上各量表得分比较

变量	年级			居住地			是否独生子女		
	大一 (n = 119)	大二 (n = 144)	t	城镇 (n = 112)	农村 (n = 151)	t	是 (n = 32)	否 (n = 231)	t
CES-D	16.35 ± 10.56	19.92 ± 10.66	-2.71**	17.74 ± 10.59	18.72 ± 10.87	-0.73	18.59 ± 9.44	18.26 ± 10.93	0.16
SDE	84.39 ± 11.06	81.46 ± 10.35	2.22*	82.23 ± 11.38	83.20 ± 10.29	-0.72	83.19 ± 9.05	82.73 ± 10.99	0.22
Hope	78.69 ± 13.78	75.61 ± 11.56	1.98*	76.64 ± 12.90	77.27 ± 12.56	-0.40	77.53 ± 12.39	76.93 ± 12.75	0.25
GQ-6	26.61 ± 5.15	25.49 ± 4.04	1.96	26.58 ± 4.52	25.56 ± 4.62	1.78	25.47 ± 5.21	26.07 ± 4.52	-0.69

Continued

OPS	38.78 ± 8.18	36.30 ± 6.84	2.68**	37.18 ± 8.17	37.60 ± 7.09	-0.45	38.97 ± 9.24	37.21 ± 7.30	1.24
CSLSS	9.15 ± 1.98	8.88 ± 1.70	1.18	9.06 ± 1.83	8.96 ± 1.84	0.44	9.03 ± 1.91	9.00 ± 1.83	0.08
GSES	21.71 ± 5.60	21.83 ± 5.35	-0.17	22.04 ± 5.66	21.58 ± 5.31	0.67	20.81 ± 5.81	21.91 ± 5.40	-1.07
Courage	67.85 ± 11.26	68.30 ± 8.27	-0.37	68.14 ± 8.87	68.06 ± 10.34	0.07	62.50 ± 9.36	68.87 ± 9.54	-3.55**

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

### 3.2. 各变量的描述统计及相关关系

幼师生抑郁、自我欺骗、希望、感恩、乐观、生活满意度、自我效能和勇气的描述统计结果及相关分析见表 2。结果显示, 抑郁除了与勇气相关不显著以外, 与其余七个变量都显著负相关; 自我欺骗、希望、感恩、乐观、生活满意度、自我效能和勇气七个变量之间两两分别显著正相关( $P < 0.01$ )。

Table 2. Descriptive statistical results and correlation of the variables (r)

表 2. 各变量的描述性统计结果及相关(r)

变量	$\bar{X} \pm s$	CES-D	SDE	Hope	GQ-6	OPS	CSLSS	GSES	Courage
CES-D	18.30 ± 10.74	1							
SDE	82.73 ± 10.76	-0.57**	1						
Hope	77.00 ± 12.68	-0.48**	0.63**	1					
GQ-6	26.00 ± 4.60	-0.38**	0.39**	0.45**	1				
OPS	37.42 ± 12.68	-0.57**	0.63**	0.68**	0.53**	1			
CSLSS	9.01 ± 1.83	-0.59**	0.64**	0.60**	0.42**	0.65**	1		
GSES	21.78 ± 5.45	-0.37**	0.42**	0.51**	0.27**	0.39**	0.41**	1	
Courage	68.10 ± 9.72	-0.09	0.28**	0.46**	0.35**	0.24**	0.23**	0.23**	1

### 3.3. 综合活力与抑郁的多元回归分析

在多元回归分析中, 采用分层回归的方式, 抑郁作为因变量, 所有人口统计学变量作为第一层自变量, 希望、感恩、乐观、生活满意度和自我效能作为第二层自变量, 因为勇气与抑郁相关不显著而没有作为预测变量。没有一个先验的假设来决定预测变量的进入顺序。五个积极心理特质的 VIF 在 1.06~2.51 之间, 说明五个预测变量之间不存在共线性问题。结果表明(如表 3), 最终影响抑郁的回归方程为:  $CED-6 = 52.94 - 0.23 * GSES - 2.00 * CSLSS - 0.38 * OPS$ , 模型经方差检验,  $F = 19.55, P < 0.01$ , 调整后  $R^2 = 0.42$  ( $D-W = 1.80$ ), 自变量(自我效能、生活满意度、乐观)能解释抑郁情绪变化的 42%。

### 3.4. 自我欺骗、综合活力与抑郁的多元回归分析

步骤基本跟上面一致, 除了在分层回归的第二层把自我欺骗加入, 同时第二层选择逐步回归方法。结果表明(如表 4), 最终只有生活满意度、自我欺骗和乐观进入了回归模型。影响抑郁的回归方程为:  $CED-6$

= 53.99 - 1.63 \* CSLSS - 0.25 \* SDE - 0.33 \* OPS, 模型经方差检验,  $F = 26.46$ ,  $P < 0.01$ ,  $1.03 < VIF < 2.06$ , 调整后  $R^2 = 0.44$  ( $D-W = 1.86$ ), 生活满意度、自我欺骗和乐观共同解释抑郁情绪变化的 44%。

**Table 3.** Multiple regression analysis of the influence on depression

**表 3.** 影响抑郁的多元回归分析

因变量	自变量	B	标准误差	Beta	t	P
CED-6	常量	52.94	12.83		4.13	0.00
	性别	-0.76	2.44	-0.02	-0.31	0.76
	年龄	0.27	0.51	0.04	0.53	0.60
	年级	2.50	1.44	0.12	1.73	0.09
	居住地	0.70	1.06	0.03	0.66	0.51
	独生子女	-1.28	1.60	-0.04	-0.80	0.42
	GSES	-0.23	0.11	-0.12	-2.08	0.04
	CSLSS	-2.00	0.39	-0.34	-5.19	0.00
	GQ-6	-0.13	0.14	-0.05	-0.93	0.35
	Hope	0.003	0.006	0.003	0.05	0.96
OPS	-0.38	0.11	-0.27	-3.61	0.00	

注: 赋值情况, 性别(男 = 1, 女 = 2); 年级(大一 = 1, 大二 = 2); 居住地(城镇 = 1, 农村 = 2); 独生子女(是 = 1, 不是 = 2); 下同。

**Table 4.** Multiple regression analysis of self-deception and covitality on depression

**表 4.** 自我欺骗、综合活力与抑郁的多元回归分析

因变量	自变量	B	标准误差	Beta	t	$\Delta R^2$
CED-6	常量	53.99	12.35		4.37***	
	性别	0.44	2.33	-0.02	0.19	0.03
	年龄	0.46	0.51	0.04	0.91	
	年级	2.54	1.41	0.12	1.80	
	居住地	1.30	1.02	0.03	1.27	
	独生子女	-1.66	1.55	-0.04	-1.07	
	CSLSS	-1.63	0.39	-0.12	-4.19***	0.34
	SDE	-0.25	0.07	0.003	-3.77***	0.06
	OPS	-0.33	0.09	-0.27	-3.51***	0.03

## 4. 讨论

本研究表明, 学前教育专业中, 19% 的学生可能有抑郁症状; 39.9% 肯定有抑郁症状, 这远远高于大学生抑郁(症状)发生率的 28.4% (Gao et al., 2020), 但也有最新的研究表明, 在新冠疫情期间, 大学生的抑郁检出率高达 52.37% (马元广, 2022) 和 57.08% (马文燕, 黄大炜, 高朋, 邹维兴, 2021), 说明新



冠疫情对心理健康的影响很大。在新冠肺炎大流行期间，学生的学习和生活发生了巨大的变化，许多课程都是在线授课，无法与老师、同伴面对面交流，课外生活受到限制。学生不仅不能像以前那样自由外出活动或旅行，而且还担心自己是否会被感染，对 COVID-19 的恐惧与抑郁、焦虑和压力等心理健康问题相关(Erbıçer et al., 2022)。在调查中，大二学生的抑郁得分显著高于大一新生，而自我欺骗、希望和乐观水平显著低于大一新生，这可能因为大二学生的校园生活跟新冠疫情的时间完全重合，长期相对封闭的校园让学生对未来产生更多的恐惧与担忧。

根据我们所知，这是第一次研究综合活力、自我欺骗对抑郁的影响。本研究中，综合活力中六个因子，除了勇气以外，其余五个积极心理品质都与抑郁显著负相关，这与 Jones 等(2013)的研究一致。在第一次的标准回归分析中，自我效能、生活满意度和乐观共同解释抑郁情绪变化的 42%。生活满意度是抑郁得分较低的最显著的预测因子，生活满意度是心理感受和心理素质中十分重要的动力性认知因素(王金阳, 李春花, 2016)，是个体对自己生活及状态的整体评价，得分越高的幼师对生活满意度是比较高的，是对自己当下生活的肯定，这样体验到更多积极的情绪，抑郁情绪就会降低。乐观主义是指一个人对未来事件的积极预期(Carver & Scheier, 2014)，也就是说，一个人总是期望好事会发生在自己身上。研究表明，较高水平的乐观与较低的抑郁水平和广泛性焦虑显著负相关(Wrosch, Jobin, & Scheier, 2017; Schug et al., 2021)。一般自我效能感侧重于对自身能力的感知，心理学上“知”是会影响我们的“情”，对自己能力的合理认知也可以降低个体的抑郁情绪。

自我欺骗与综合活力对抑郁的逐步回归分析中发现，生活满意度最先进入回归模型，然后是自我欺骗，最后是乐观，这三个变量共同解释了幼师抑郁变化的 44%，这说明此时自我欺骗是积极心理品质。Kinney (2000)提出，对抑郁进行认知行为治疗的过程中，认知转变应该包含自欺这一认知策略(叶建梅, 吴柳, 2020)。运用自欺的个体容易关注自己积极的品质或行为(王中杰等, 2018)，并且这种行为更多是无意识的自欺(钟罗金, 汝涛涛, 范梦, 莫雷, 2019)，在遇事时一般容易往好的方面去想，这样产生的消极情绪会较少，有利于降低抑郁情绪。

## 5. 结论与展望

### 5.1. 结论

本文主要探讨学前专业学生的综合活力、自我欺骗对抑郁的影响，研究结果发现：1) 除了勇气与抑郁相关不显著以外，自我欺骗、感恩、希望、乐观、生活满意度和自我效能都分别与抑郁(症状)显著负相关；2) 综合活力中的自我效能、生活满意度和乐观能预测幼师抑郁情绪变化的 42%；3) 当把自我欺骗与综合活力同时加入回归模型时，自我欺骗、生活满意度和乐观也可以预测幼师抑郁情绪变化的 44%，说明在研究综合活力时，自我欺骗也可以作为一种积极心理变量而进行研究。

### 5.2. 不足与展望

本研究还存在一些不足，可以通过以下进行改进：1) 本研究只是选取了一所高职院校里的幼师，样本量不够，把结论进行推广会受到地域的限制，未来可以扩大到不同地区的幼师群体中去，得到更有力的数据支持。2) 据我们所知，这是第一篇研究综合活力、自我欺骗对抑郁的影响的文章，也需要更多的研究去支持自我欺骗可以作为综合活力的其中一个积极心理变量。

## 基金项目

茂名市直属学校 2019 年度研究项目(编号：SZ201948)；广东茂名幼儿师范专科学校教育科学规划课题(名称：幼师心理资本、应对方式和抑郁的关系及干预研究，编号：2022GMYSKT14)。

## 参考文献

- 郭传辉(2009). *大学生希望与自尊、人际关系的关系研究*. 硕士学位论文, 福州: 福建师范大学.
- 刘和珺, 杨海波(2019). 青少年应激源对心理健康的影响: 应对方式与自我效能感的多重中介作用. *心理学进展*, 9(5), 822-830. <https://doi.org/10.12677/AP.2019.95101>
- 马慧, 杨超, 刘娜, 陶建刚, 张力国, 高红新(2019). 大学生抑郁症状与人格特征及应对方式的关系研究. *中国健康教育*, 35(2), 179-181. <https://doi.org/10.16168/j.cnki.issn.1002-9982.2019.02.018>
- 马文燕, 黄大炜, 高朋, 邹维兴(2021). 新冠疫情期间压力性生活事件和高职高专学生自杀意念的关系: 反刍思维和抑郁的链式中介作用. *中国健康心理学杂志*, 1-10. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.R.20211119.1336.012.html>
- 马元广(2022). 人际关系对抑郁的影响: 生活满意度与生命意义的链式中介效应. *中国健康心理学杂志*, 1-9. <https://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.R.20220315.1435.008.html>
- 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*, 7(1), 37-40.
- 王金阳, 李春花(2016). 大学生抑郁心理现状的研究. *科技视界*, 24(24), 120-121. <https://doi.org/10.3969/j.issn.2095-2457.2016.24.093>
- 王蜜源, 韩芳芳, 刘佳, 黄凯琳, 彭红叶, 黄敏婷, 赵振海(2020). 大学生抑郁症状检出率及相关因素的 meta 分析. *中国心理卫生杂志*, 34(12), 1041-1047. <https://doi.org/10.3969/j.issn.1000-6729.2020.12.012>
- 王宇中, 冯丽云, 王志铭, 李克均, 张国强, 杨中华, 肖战峰, 何文高, 王保娣, 薛志芬(1999). 大中专学生生活事件量表的初步编制. *中国心理卫生杂志*, 13(4), 206-207.
- 王中杰, 高柳萍, 黄文栋, 邓竣方, 王峰(2018). 大学生自欺与拖延行为: 自尊的中介作用. *现代预防医学*, 45(4), 670-673.
- 吴沙(2009). *大学生勇气问卷的编制及特点研究*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 叶建梅, 吴柳(2020). 自我欺骗对个体和社会的积极作用. *科技文汇*, (14), 158-159. <https://doi.org/10.16871/j.cnki.kjwhb.2020.05.071>
- 袁立新, 林娜, 江晓娜(2007). 乐观主义-悲观主义量表的编制及信效度研究. *广东教育学院学报*, 24(1), 55-59. <https://doi.org/10.3969/j.issn.1007-8754.2007.01.012>
- 章婕, 吴振云, 方格, 李娟, 韩布新, 陈祉妍(2010). 流调中心抑郁量表全国城市常模的建立. *中国心理卫生杂志*, 24(2), 139-143. <https://doi.org/10.3969/J.ISSN.1000-6729.2010.02.015>
- 钟罗金, 汝涛涛, 范梦, 莫雷(2019). 认知模糊程度和动机强度对有意识和无意识自我欺骗的影响. *心理学报*, 51(12), 1330-1340. <https://doi.org/10.3724/SP.J.1041.2019.01330>
- Allenden, N., Boman, P., Mergler, A., & Furlong, M. J. (2018). Positive Psychology Constructs as Predictors of Depression in Retirees. *Ageing & Society*, 38, 995-1017. <https://doi.org/10.1017/S0144686X16001410>
- Baumeister, R. F. (1993). Lying to Yourself: The Enigma of Self-Deception. In M. Lewis, & C. Saarni (Eds.), *Lying and Deception in Everyday Life* (pp. 166-183). The Guilford Press.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional Optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, 18, 293-299. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2014.02.003>
- Erbiçer, E. S., Metin, A., Çetinkaya, A., & Şen, S. (2022). The Relationship between Fear of COVID-19 and Depression, Anxiety, and Stress. *European Psychologist*, 26, 323-333. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000464>
- Gao, L., Xie, Y., Jia, C., & Wang, W. (2020). Prevalence of Depression among Chinese University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Scientific Reports*, 10, Article No. 15897. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-72998-1>
- GBD 2019 Diseases and Injuries Collaborators (2020). Global Burden of 369 Diseases and Injuries in 204 Countries and Territories, 1990-2019: A Systematic Analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet*, 396, 1204-1222. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30925-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30925-9)
- Jones, C., You, S., & Furlong, M. J. (2013). A Preliminary Examination of CoVitality as Integrated Well-Being in College Students. *Social Indicators Research*, 111, 511-526. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0017-9>
- Kinney, A. (2000). Positive Illusions of Well-Being and Irrationality: Implications for Rational-Emotive Behavior Therapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 30, 401-415. <https://doi.org/10.1023/A:1010235620775>
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. (2002). The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112-127. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>
- Paulhus, D. L. (1998). *Manual for the Balanced Inventory of Desirable Responding: Version 6*. Multi-Health Systems.



- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Oxford University Press.
- Radloff, L. S. (1997). Scale: A Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Journal of Clinical Experimental Neuropsychology*, *19*, 340-356.  
<https://conservancy.umn.edu/bitstream/handle/11299/98561/v01n3p385.pdf?sequence>
- Santomauro, D. F., Herrera, A. M. M., Shadid, J., Zheng, P., Ashbaugh, C., Pigott, D. M. et al. (2021). Global Prevalence and Burden of Depressive and Anxiety Disorders in 204 Countries and Territories in 2020 Due to the COVID-19 Pandemic. *The Lancet*, *398*, 1700-1712. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)02143-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)02143-7)
- Schug, C., Morawa, E., Geiser, F., Hiebel, N., Beschoner, P., Jerg-Bretzke, L., Erim, Y. et al. (2021). Social Support and Optimism as Protective Factors for Mental Health among 7765 Healthcare Workers in Germany during the COVID-19 Pandemic: Results of the VOICE Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*, 3827.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph18073827>
- Sheridan, Z., Boman, P., Mergler, A., Furlong, M. J., & Elmer, S. (2015). Examining Well-Being, Anxiety, and Self-Deception in University Students. *Cogent Psychology*, *2*, Article ID: 993850. <https://doi.org/10.1080/23311908.2014.993850>
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1994). Positive Illusions and Wellbeing Revisited: Separating Fact from Fiction. *Psychological Bulletin*, *116*, 21-27. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.1.21>
- Weiss, A., King, J. E., & Enns, R. M. (2002). Subjective Wellbeing Is Heritable and Genetically Correlated with Dominance in Chimpanzees (Pan Troglodytes). *Journal of Personality and Social Psychology*, *83*, 1141-1149.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.5.1141>
- World Health Organization (2017). *Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates* (No. WHO/MSD/MER/2017.2). <https://apps.who.int/iris/handle/10665/254610>
- Wrosch, C., Jobin, J., & Scheier, M. (2017). Do the Emotional Benefits of Optimism Vary across Older Adulthood? A Life Span Perspective. *Journal of Personality*, *85*, 389-399. <https://doi.org/10.1111/jopy.12247>