

# 认知情绪调节和领悟社会支持在大学生情绪表达冲突与抑郁间的作用

冯克曼, 王佳宁, 于静

(哈尔滨师范大学教育科学学院, 哈尔滨 150025)

**【摘要】 目的:**探讨认知情绪调节和领悟社会支持在大学生情绪表达冲突与抑郁之间的中介作用。**方法:**采用情绪表达冲突问卷(AEQ)、认知情绪调节问卷(CERQ)、领悟社会支持量表(PSSS)和简版流调中心抑郁量表(CES-D-13)测量了428名大学生,用结构方程模型分析各变量之间的关系。**结果:**①情绪表达冲突与消极认知情绪调节、抑郁得分之间呈显著正相关( $r=0.44, 0.35, P<0.001$ );领悟社会支持与情绪表达冲突、消极认知情绪调节和抑郁得分之间呈显著负相关( $r=-0.11, P<0.05$ ;  $r=-0.16, P<0.01$ ;  $r=-0.38, P<0.001$ ),消极认知情绪调节和抑郁得分之间呈显著正相关( $r=0.42, P<0.001$ );②消极认知情绪调节和领悟社会支持在情绪表达冲突与抑郁之间起部分中介作用,其中介效应分别占总效应的55.3%和10.6%。**结论:**情绪表达冲突通过消极认知情绪调节和领悟社会支持的部分中介作用影响个体的抑郁水平。

**【关键词】** 情绪表达冲突; 认知情绪调节; 社会支持; 抑郁

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2018.02.039

## Effects of Cognitive Emotion Regulation and Perceived Social Support on Relationship between Ambivalence over Emotional Expression and Depression in College Students

FENG Ke-man, WANG Jia-ning, YU Jing

School of Education Science Harbin Normal University, Harbin 150025, China

**【Abstract】 Objective:** To explore the mediation effects of cognitive emotion regulation and perceived social support between ambivalence over emotional expression and depression. **Methods:** Totally 428 college students were assessed with the Ambivalence over Emotional Expression Questionnaire(AEQ), Cognitive Emotion Regulation Questionnaire(CERQ), Perceived Social Support Scale(PSSS), The Center for Epidemiological Studies Depression Scale(CES-D-13). The relationship among these factors was analyzed by structural equation modeling. **Results:** CERQ and CES-D-13 were significantly positively correlated with the AEQ( $r=0.44, 0.35, P<0.001$ ); AEQ, CERQ and CES-D-13 were significantly and negatively correlated with the scores of PSSS( $r=-0.11, P<0.05$ ;  $r=-0.16, P<0.01$ ;  $r=-0.38, P<0.001$ ); CERQ were significantly positively correlated with the scores of CES-D-13( $r=0.42, P<0.001$ ). Path analysis showed that AEQ had indirect effects on CES-D-13 through the mediation of CERQ and PSSS. The mediation effects accounted for 55.3% and 10.6% of the total effect, respectively. **Conclusion:** Ambivalence over emotional expression influences depression through the mediation effects of cognitive emotion regulation and perceived social support.

**【Key words】** Ambivalence over emotional expression; Depression; Cognitive emotion regulation; Social support

大学阶段是个体社会化发展的一个重要过渡时期,由于学业、人际、就业、恋爱等方面的压力,使大学生心理健康问题日益凸显出来。情绪表达冲突被认为是个体对自己的情绪想表达和不表达间相互竞争的状态,也是表达和不表达的决策过程,是个体幸福感、抑郁、焦虑等的主要影响因素<sup>[1]</sup>。情绪表达冲突被看作是个体心理异常的起源,是导致许多心理问题,以及社会问题的个性特征或者倾向<sup>[1]</sup>。相关研究认为情绪表达冲突与高抑郁相关<sup>[2,3]</sup>,一些研究甚至认为压抑情绪的表达,会影响个体的能力以及对生活的憧憬,最终甚至可能恶化成抑郁症<sup>[4]</sup>。且大

量实证研究都表明,情绪表达冲突越高,个体消极情绪或抑郁程度越强烈,健康水平、幸福感或生活的满意度越低<sup>[3,5-8]</sup>。在国内,关于情绪表达冲突和抑郁之间关系的研究还未起步,本研究将以中国大学生群体为研究对象,探讨在中国文化背景下情绪表达冲突和抑郁之间的关系。

认知情绪调节主要指个体在处理来自内部或外部的刺激时,所做出的认知上的努力<sup>[9]</sup>。研究表明,认知应对可有效地预测抑郁,并且通过认知应对训练可改善大学生的抑郁情绪<sup>[10]</sup>。Beck的图式理论<sup>[11]</sup>指出,个体依据早期消极生活经历中所形成的信息加工图式,将会比其他个体具有更高的易感特征、消耗更多的认知资源,易导致个体的抑郁、焦虑障碍。

**【基金项目】** 黑龙江省自然科学基金面上项目(项目编号:G2016004)

通讯作者:王佳宁, wjn@hrbnu.edu.cn

对于情绪表达冲突的个体,由于受情绪的抑制表达、后悔表达和过度迷思等特质的影响,因此通常习惯性地采用消极的信息加工图式去应对外部刺激<sup>[12]</sup>。有研究指出情绪表达冲突与消极认知和消极情感等存在显著相关<sup>[1,13]</sup>。Mongrian认为情绪表达冲突个体内部的认知可能在情绪表达和个体心理健康状况之间充当重要变量<sup>[14]</sup>。因此本研究提出假设1,认为情绪表达冲突的个体倾向通过内在的认知应对方式对自己的情绪状态发生作用。

社会支持作为一种重要的个人资源,对维持良好心理和情绪,促进身心健康有重要作用<sup>[15]</sup>。Emmons等发现情绪表达冲突的个体报告自己体会到的来自于他人的同情和帮助的感受极少<sup>[16]</sup>。King指出情绪表达冲突的个体可能同时存在着对情绪的识别、描述、理解方面的困难或障碍,从而影响其感知到的社会支持水平<sup>[17]</sup>。黄任之认为情绪表达冲突的个体报告他们所感知到的帮助比社会支持系统提供的帮助少得多<sup>[18]</sup>。高情绪表达冲突的个体,由于其对亲密关系感到害怕,因此感知到的社会支持减少<sup>[19]</sup>。Jennifer的研究也指出情绪表达冲突能够显著负向预测个体的领悟社会支持水平<sup>[20]</sup>。同时,社会支持状况能有效预测大学生的抑郁水平,感知到较少的社会支持的个体会体验到较高的抑郁水平<sup>[21,22]</sup>。社会支持能帮助个体减少对压力事件严重性的感知,减少消极情绪,降低压力事件对个体身心健康的危害性<sup>[23]</sup>。因此,本研究提出假设2:领悟社会支持在情绪表达冲突对抑郁的影响中起着中介作用。

综上所述,本研究在前人的实证研究以及相关理论的基础上,以中国大学生群体为研究对象,分析在中国文化背景下情绪表达冲突和抑郁之间的关系,并进一步探讨认知情绪调节和领悟社会支持在情绪表达冲突和抑郁之间的中介作用。

## 1 对象与方法

### 1.1 被试

采用整群抽样法选取哈尔滨两所高校大学生为被试,共发放问卷450份,回收有效问卷428份,有效率为95.1%。其中男生163名,女生265名;年龄范围在18~24岁( $M=20.36, SD=1.22$ );是独生子女的有217人,非独生子女的有211人。

### 1.2 工具

1.2.1 情绪表达冲突问卷(Ambivalence over Emotional Expression Questionnaire, AEQ) 采用冯克曼修订的King编制的情绪表达冲突问卷的中文版<sup>[24]</sup>,共23个条目,分为五个维度:抑制正性情绪表达、抑

制负性情绪表达、情绪迷思、渴望被理解和后悔表达。问卷采用1(完全不同意)~7(完全同意)七级评分,得分越高表明个体的情绪表达冲突水平越高。本研究中总量表的Cronbach's  $\alpha$ 系数为0.90。

1.2.2 认知情绪调节问卷(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ) 采用朱熊兆修订的认知情绪调节问卷(CERQ)<sup>[25]</sup>,共36个条目,包括9个分问卷:自责、接受、沉思、积极重新关注、重新关注计划、积极重新评价、理性分析、灾难化、责难他人。每个分问卷4个条目,每个条目采用1(从不)~5(总是)五级评分。在某个分问卷上得分越高,表明被试就越有可能在面临负性事件时使用这个特定的认知策略。本研究只选用消极的认知情绪调节策略,即自责、沉思、责难他人和灾难化四个分问卷。消极认知情绪调节策略问卷在本研究中的Cronbach's  $\alpha$ 系数为0.88。

1.2.3 领悟社会支持量表(Perceived Social Support Scale, PSSS) 领悟社会支持量表是测量被试所感受到被关怀、被尊重、或与某人紧密相关的感觉。最初是由Zimet编制的,量表共12个题目,每个题目七级计分(0~6),得分越高则说明感受的社会支持越多。姜乾金将其本土化<sup>[26]</sup>,中文版问卷共12个条目,分为家庭支持、朋友支持和其他支持三个维度。问卷采用1(极不同意)~7(极同意)七级评分,得分越高,领悟社会支持水平越高。本研究中总量表的Cronbach's  $\alpha$ 系数为0.91。

1.2.4 抑郁量表(The Center for Epidemiological Studies Depression Scale, CES-D-13) 采用张宝山等人<sup>[27]</sup>修订的简版流调中心抑郁量表。该量表是对被试最近一段时间出现的抑郁感受的频率进行的评价,主要测量抑郁心境和体验,同其它抑郁量表相比更适用于对普通人群的抑郁评定。该量表共有13个题目,分为三个维度:躯体症状、抑郁情绪和积极情绪。问卷采用四点计分,从“1=偶尔或无”到“4=多数时间或持续”,其中有3个条目为反向计分,得分越高,抑郁水平越高。本研究中总量表的Cronbach's  $\alpha$ 系数为0.86。

### 1.3 数据处理及分析

采用SPSS22.0进行数据前期处理、描述性统计、信度分析以及相关分析等;采用Mplus7.0进行结构方程的建模。

## 2 结 果

### 2.1 共同方法偏差的检验

采用Harman单因素方法进行共同方法偏差的

检验。对所有的问卷项目进行未旋转的探索性因素分析,结果显示,共提出15个特征值大于1的公共因子,并且第一个公共因子解释了总变异量的17.9%,小于Podsakoff等提出的40%的判断标准<sup>[28]</sup>,说明本研究不存在共同方法偏差。

## 2.2 各变量间的相关分析

情绪表达冲突与消极认知情绪调节、抑郁得分之间呈显著正相关;领悟社会支持与情绪表达冲突、消极认知情绪调节和抑郁得分之间呈显著负相关,消极认知情绪调节和抑郁得分之间呈显著正相关。如表1。

## 2.3 消极认知情绪调节和领悟社会支持在情绪表达冲突对抑郁的中介作用分析

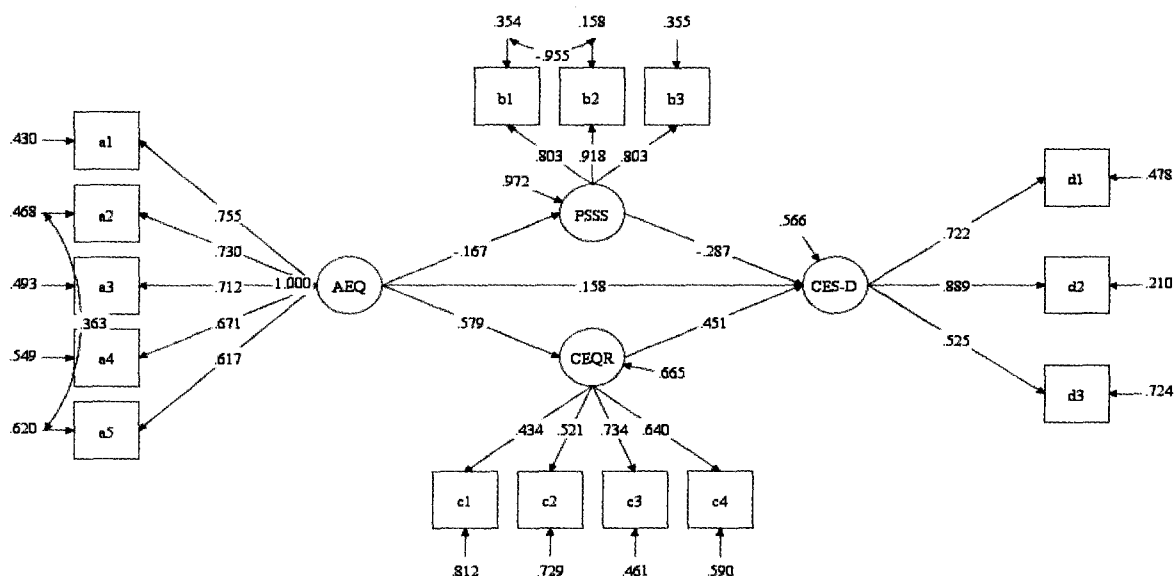
采用结构方程模型考察大学生情绪表达冲突与抑郁、消极认知情绪调节、领悟社会支持的关系。根据中介效应检验程序<sup>[29]</sup>,首先检验情绪表达冲突对

抑郁的总效应(c),分析结果显示情绪表达冲突对抑郁的作用显著( $B=0.33, P<0.001$ ),效应大小为0.47。然后检验加入中介变量消极认知情绪调节和领悟社会支持后路径系数的显著程度及模型的拟合情况。在情绪表达冲突和抑郁之间加入中介变量消极认知情绪调节和领悟社会支持,结构方程模型如图1,中介效应模型的拟合度指标显示,该模型拟合较好,具体指标见表2。

表1 情绪表达冲突、领悟社会支持、消极认知情绪调节和抑郁的描述性结果及相关矩阵( $n=428$ )

	M±SD	情绪表达冲突	领悟社会支持	消极认知情绪调节	抑郁
情绪表达冲突	4.19±0.83	1			
领悟社会支持	5.20±0.95	-0.11*	1		
消极认知情绪调节	2.45±0.49	0.44***	-0.16**	1	
抑郁	1.76±0.51	0.35***	-0.38***	0.42***	1

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



注: a1, 后悔表达; a2, 渴望被理解; a3, 抑制正性情绪表达; a4, 情绪迷思; a5, 抑制负性情绪表达。b1, 家庭支持; b2, 朋友支持; b3, 其他支持。c1, 自责; c2, 沉思; c3, 灾难化; c4, 责难他人。

AEQ, 情绪表达冲突; CERQ, 消极认知情绪调节; PSSS, 领悟社会支持; CES-D, 抑郁。下同。

图1 消极认知情绪调节、领悟社会支持作为情绪表达冲突与大学生抑郁之间的中介变量模型图

表2 中介效应模型的拟合度指标表

指标	$\chi^2/df$	TLI	CFI	SRMR	RMSEA
结果	3.50	0.89	0.91	0.08	0.07

进一步的进行中介模型检验。运用Bootstrap技术进行中介效应的检验以及置信区间的估计,研究共重复抽样2000次。结果表明,情绪表达冲突对抑郁的直接效应显著( $B=0.12, P<0.05$ ),直接效应( $c'=0.16$ )显著;情绪表达冲突通过消极认知情绪调节对

抑郁的间接效应估计值( $a1*b1$ )为0.26,其95%的置信区间为[0.17, 0.36],置信区间内不包含0,可以认为消极认知情绪调节的中介效应成立;情绪表达冲突通过领悟社会支持对抑郁的间接效应估计值( $a2*b2$ )为0.05,其95%的置信区间为[0.01, 0.08],置信区间内不包含0,可以认为领悟社会支持的中介效应成立,具体检验指标见表3。因此,在情绪表达冲突对抑郁的影响中,消极认知情绪调节和领悟社会支持的中介效应占总效应的55.3%和10.6%。

表3 以消极认知情绪调节和领悟社会支持作为中介效应分析表

路径	标准化的间接效应估计值	P	95% 可信区间		效应比例
			下限	上限	
AEQ <sup>a1</sup> →CERQ <sup>b1</sup> →CES-D(a1*b1)	0.26	0.000	0.17	0.36	55.3%
AEQ <sup>a2</sup> →PSSS <sup>b2</sup> →CES-D(a2*b2)	0.05	0.019	0.02	0.10	10.6%
AEQ→CES-D(a1*b1+a2*b2)	0.31	0.000	0.01	0.09	65.9%

### 3 讨 论

本研究结果表明,情绪表达冲突对抑郁有正向的预测作用,即大学生的情绪表达冲突水平越高,则个体的抑郁程度越严重,这与国外的研究结果一致<sup>[30]</sup>。说明情绪表达冲突特质的个体,由于长期处于对真实情绪表达的冲突之中或长期压抑自己的真实情绪,从而体验到较高的抑郁水平。

本研究进一步探究了消极认知情绪调节、领悟社会支持在情绪表达冲突与抑郁之间所起的作用。结果发现:第一,消极认知情绪调节在情绪表达冲突与抑郁之间起到部分中介作用,即情绪表达冲突可以通过消极认知情绪调节间接预测抑郁水平,这证实了本研究的假设1。同时结合情感网络理论和抑郁的社会认知理论,可进一步解释这一作用机制。Bower的情感网络理论<sup>[31,32]</sup>认为不同人格特质的个体对内外部刺激会有不同的敏感度,当外界刺激达到了个体自身的阈限值时,就会对外界信息进行相对应的认知加工,即产生相应的认知调节模式。情绪表达冲突的个体长期处于既渴望表达真实情绪,同时又担心表达自己的真实情绪将导致消极后果的矛盾心理状态<sup>[33]</sup>,因而会对外部刺激更为敏感,会倾向于选择消极的认知策略去应对,以缓解自己内心的冲突。而抑郁的社会认知理论认为认知情绪调节方式是抑郁形成的重要因素,情绪表达冲突个体由于倾向采用不良的消极认知情绪调节方式进而导致个体产生较高的抑郁水平。此外,研究表明高情绪表达冲突个体在人际交往以及社会生活中存在很大的不适应性,影响其社会能力<sup>[34]</sup>,特别是对于处于社会化发展的关键期的大学生,其在与同学老师以及校园外的社会交际中,内心会出现胆怯、孤独甚至是恐惧的心理,因此会更加消极地去认知自己周围的环境等,这样的消极认知和情绪会更加深个体的抑郁水平。因此,情绪表达冲突的大学生是通过自己内部的消极认知图式而影响其抑郁情绪的。第二,领悟社会支持在情绪表达冲突与抑郁之间起到部分中介作用,这证实了本研究的假设2,也从实证的角度证明了黄任之、陈丽等提出的观点<sup>[18,33]</sup>。本研究

认为,一方面高情绪表达冲突的个体会过多考虑表达真实情绪后的后果,因此,即使在事件已过去很长时间后,个体仍会继续不断谈论事件以及周围人对事件的感受,这将可能导致他们的家人、朋友等疏远甚至离开,使得高情绪表达冲突的个体产生对社会支持的不满。另一方面,由于高情绪表达冲突的个体常以一种消极的态度生活,面对问题会做出消极的推断,使得他们对自己的社会支持系统的感知更消极,所报告的感知到的社会支持水平较低。而领悟社会支持水平较低可能会使个体认为自己社会能力不足、对自己的评价较低、自我效能感降低,从而导致个体体验到较高的消极情绪情感水平以及抑郁情绪等。另外,高情绪表达冲突的个体还可能由于对社会环境持消极态度而较少寻求社会支持以及感知到较低的社会支持水平,因此自认为得不到帮助的个体有效处理事件的可能性也将降低,导致个体较高的无助感和压力水平,而这些都会增加个体抑郁发生的风险<sup>[34]</sup>。

### 参 考 文 献

- 1 King LA, Emmons RA. Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, 58(5): 864-877
- 2 Timo B, Martin GH, Tobias K, et al. Ambivalence over emotional expression in major depression. *Personality and Individual Differences*, 2013, 54(7): 862-864
- 3 Manuel T, Annalies G, Miriamlily VKN, et al. Keep it in or Let it out? Ambivalence over the Expression of Emotion as a Moderator of Depressiveness in Unemployed Subjects. *Swiss Journal of Psychology*, 2010, 69(3): 141-146
- 4 Gayton WF, Bassett JE, Tavormina J, et al. Repression-sensitization and health behavior. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 1978, 46(6): 1542-1544
- 5 King LA, Emmons RA. Psychological, physical, and interpersonal correlates of emotional expressiveness, conflict, and control. *European Journal of Personality*, 2010, 5(2): 131-150
- 6 Mongrain M, Zuroff DC. Ambivalence over emotional expression and negative life events: Mediators of depressive symptoms independent and self-critical individuals. *Personality and Individual Difference*, 1994, 16(3): 447-452
- 7 Laura SP, Francis JK, Isaac L, et al. Ambivalence over emotional expression in patients with gastrointestinal cancer and their caregivers Associations with patient pain and quality of life. *Pain*, 2005, 117(3): 340-348
- 8 Cornelia A Gerd, Joachim VL, et al. Ambivalence over Emotional Expressiveness psychometric evaluation of the AEQ-G18 in a representative German. *GMS Psycho-Social-*

- Medicine, 2007, 4: 1860-5214
- 9 Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. CERQ: manual for the use of the cognitive emotion regulation questionnaire. Leiden, The Netherlands: DATEC, 2002
  - 10 Garnefski N, Kraaij V. Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, 2006, 40(8): 1659-1669
  - 11 Beck AT. Cognitive therapy and the emotional disorders. New York: International Universities Press, 1976, 168(4): 339-348
  - 12 Jochen ML, Markus BH, Matthias Z, et al. Are alexithymia, ambivalence over emotional expression, and social insecurity overlapping constructs? *Journal of Psychosomatic Research*, 2008, 64(3): 319-325
  - 13 King LA, Emmons RA. Psychological, physical and interpersonal correlates of emotional expressiveness, conflict, and control. *European Journal of Personality*, 1991, 5(2): 131-150
  - 14 Myiram M, Lisa C. Conflict over Emotional Expression: Implications for Interpersonal Communication. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2003, 29(4): 545-555
  - 15 陈琼妮, 刘莉, 张丹, 等. 社会支持对精神分裂症患者生活质量和康复的影响. *中国临床心理学杂志*, 2016, 24(1): 185-187
  - 16 Emmons RA, Colby. Emotional Conflict and Well-Being: Relation to Perceived Availability, Daily Utilization, and Observer Reports of Social Support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995, 68(5): 947-959
  - 17 King LA. Ambivalence Over Emotional Expression and Reading Emotions in Situations and Faces. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1998, 74(3): 753-762
  - 18 黄任之, 张庆林. 青年情绪表达冲突. *青年探索*, 2003, 9(4): 31-34
  - 19 Jennifer LB, Michelle CQ, Chelsie MY, et al. General Needs Satisfaction as a Mediator of the Relationship Between Ambivalence Over Emotional Expression and Perceived Social Support. *The Journal of Social Psychology*, 2016, 156(1): 115-121
  - 20 Jennifer LB, Michelle CQ, Chelsie MY, et al. Canine comfort: Pet affinity buffers the negative impact of ambivalence over emotional expression on perceived social support. *Personality and Individual Differences*, 2014, 68(5): 23-27
  - 21 Ikiz FE, Cakar FS. Perceived social support and self-esteem in adolescence. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2010, 5(5): 2338-2342
  - 22 Kinnunen ML, Feldt T, Kinnunen U, et al. Self-esteem: An antecedent or a consequence of social support and psychosomatic symptoms? Cross-lagged associations in adulthood. *Journal of Research in Personality*, 2008, 42(2): 333-347
  - 23 辛自强, 池丽萍. 快乐感与社会支持的关系. *心理学报*, 2001, 33(5): 442-447
  - 24 冯克曼, 王佳宁, 刘勇. 情绪表达冲突问卷中文版在大学生中应用的信度和效度. *中国临床心理学杂志*, 2017, 25(2): 289-293
  - 25 朱熊兆, 等. 认知情绪调节问卷中文版(CERQ-C)的信效度研究. *中国临床心理学杂志*, 2007, 15(2): 121-131
  - 26 汪向东, 王希林, 马弘, 等. 心理卫生评定量表手册(增刊). 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999. 106-107, 194-196
  - 27 张宝山, 李娟. 简版流调中心抑郁量表在全国成年人群中的信效度. *中国心理卫生杂志*, 2011, 25(7): 506-511
  - 28 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 2004, 12(6): 942-950
  - 29 温忠麟, 叶宝娟. 中介效应分析: 方法和模型发展. *心理科学进展*, 2014, 22(5): 731-745
  - 30 Jennifer LB, Chelsie MY, Sydnee L, et al. Should I say thank you? Gratitude encourages cognitive reappraisal and buffers the negative impact of ambivalence over emotional expression. *Personality and Individual Differences*, 2016
  - 31 Bower GH. Mood and memory. *American Psychologist*, 1981, 36(2): 129-148
  - 32 Bower GH. How might emotions affect learning?. *Educational Leadership*, 1991, 52(2): 60-65
  - 33 陈丽, 刘毅. 情绪表达冲突研究综述. *社会心理科学*, 2011, 26(5-6): 123-124
  - 34 叶俊杰. 领悟社会支持、实际社会支持与大学生抑郁. *心理科学*, 2006, 29(5): 1141-1143

(收稿日期: 2017-06-13)