

# 大学新生应激、倦怠和抑郁的关系:来自纵向研究的证据

李永鑫<sup>\*1</sup> 周广亚<sup>2</sup>

(1河南大学心理与行为研究所, 开封, 475001)(2安阳师范学院教育科学系, 安阳, 455000)

**摘 要** 应激、倦怠和抑郁是职业健康心理学中三个非常容易混淆的概念, 为了对三者的关系加以明确的考察, 本研究利用大一学生生活事件问卷、简式倦怠量表和自评抑郁量表在三个不同的时间段对 230 名大学新生进行施测, 结果表明: (1) 应激(主要生活事件和日常琐事)、倦怠和抑郁是三个可以相互区分的心理学概念; (2) 无论是在横断考察还是在纵向分析中, 日常琐事都是抑郁的有效预测变量; (3) 无论是在横断考察还是在纵向分析中, 日常琐事都是倦怠的有效预测变量; (4) 无论是在横断考察还是在纵向分析中, 倦怠都是抑郁的有效预测变量; (5) 倦怠能够(部分)中介日常琐事对于抑郁的影响。

**关键词:** 应激 主要生活事件 生活琐事 倦怠 抑郁

## 1 问题的提出

据统计, 仅在 1980—1985 年间, 就至少有 300 篇有关倦怠的论文发表。到目前为止, 倦怠已经成为组织行为学和健康心理学的热点研究领域之一<sup>[1]</sup>。遗憾的是, 倦怠与在其之前已有的许多心理学概念在含义上有一定的联系或重叠, 如厌烦、应激、工作不满意感和职业性的精神抑郁症等<sup>[2]</sup>。在这其中, 最容易为人们所混淆的就是倦怠与应激和抑郁的关系。

“应激”主要包括三个方面的含义: 造成生理、心理功能紊乱的紧张性刺激物; 刺激物所导致的适应不良反应; 介于两者之间的一种状态<sup>[3]</sup>。为了区别, 人们用应激源来表示第一种含义, 用应激反应表示第二种含义。在本研究中, 我们采用应激源(主要生活事件和日常琐事)来对个体的应激水平加以测量。在对应激源的相关研究中, 学者们逐渐形成了对应激巨砾和应激细砾的不同认识<sup>[4]</sup>。应激巨砾模式认为, 应激是由一些巨大刺激所引起的现象, 虽不经常发生, 但是一旦发生, 就会由于其影响巨大而难以应对。与应激巨砾研究模式相对应, 细砾模式认为, 负性事件会消耗个体的精力和体力, 长期积累达到某一程度就会导致个体健康出现问题。而抑郁的素质应激理论认为, 抑郁素质和应激事件是抑郁发生的重要因素, 与主要生活事件相比, 日常琐事产生的应激可以更好地预测抑郁的发生<sup>[5]</sup>。基于此, 我们提出本研究的假设 1: 与主要生活事件相比, 日常琐事能够更好地预测个体的抑郁水平。

即使在权威的出版物和职业著作中, 我们也经常能发现把应激和倦怠的概念相混淆的现象。有些学者采用应激问卷对被试的倦怠水平加以调查, 也有学者采用倦怠的测量工具来考察被试的应激水平。李永鑫等(2005)提出, 可以从性质(积极与消极或良性与不良)和强度(巨砾和细砾)两个角度来对应激加以分类, 而倦怠则是不良应激细砾的长期积累并超过了个体的应对水平, 所导致的个体疲惫不堪、情绪低沉、成就感降低的一种现象<sup>[6]</sup>。基于这一理论阐述, 我们提出本研究的假设 2: 与主要生活事件相比, 日常琐事能够更好的预测个体的倦怠水平。

在心理学的研究范围内, 学者们发现倦怠和抑郁在症状上有一定的重叠, 如无助感、空虚、悲伤、心理抱怨和植物性神经系统的症候。正如 Leiter(1994)针对倦怠的测量工具

MBI(Maslach Burnout Inventory)所说, 该问卷的情感耗竭因素包含有精力衰退和慢性疲劳等内容, 但这些被认为是抑郁的典型症状, 另外该问卷的人格解体因素则包含有社会退缩和习得性无助的含义在内, 而这些内容在理论上又被认为是抑郁状态的重要成分<sup>[7]</sup>。但实证研究的结果表明, 倦怠和抑郁并不是相同的心理结构。Glass 等(1996)总结说: “倦怠和抑郁并不是表示同一种烦躁不安的状态的两个不同的名词。在考虑到情感耗竭因素的情况下, 它们确实能解释共同的变异, 但是结果并不能证明它们是完全的同一种结构。”<sup>[8]</sup>而 Iacoviels 等(2003)则明确指出, 在倦怠与抑郁的先后关系上, 虽没有一个明确的先后顺序问题, 但从理论上讲, 抑郁应当是出现在倦怠之后, 而不是出现在之前<sup>[9]</sup>。基于以上分析, 我们提出本研究的假设 3: 倦怠能够有效的预测个体的抑郁水平。

依据 Baron 等(1986)的观点, 要考察变量之间的中介关系必须按照下面四个步骤来进行: 第一, 预测变量与中介变量之间存在显著性相关; 其次, 中介变量和后果变量之间存在显著性相关; 第三, 预测变量和后果变量之间存在显著性相关; 最后, 当中介变量进入回归方程时, 预测变量对于后果变量的解释量显著降低(部分中介)或消失(完全中介)<sup>[10]</sup>。显然, 如果我们把应激、倦怠和抑郁分别看作预测变量、中介变量和后果变量的话, 假定本研究的假设 1、假设 2 和假设 3 得到支持的话, 一个随之而来的问题就是倦怠能否中介(部分中介或完全中介)应激和抑郁之间的关系? 基于此, 我们提出本研究的假设 4: 倦怠能够中介个体的应激与其抑郁水平之间的关系。

综合上述 4 个研究假设, 我们不难发现, 这些假设实际上都蕴含了一个更为基本的假定, 即应激、倦怠和抑郁是不同的心理结构, 它们在操作上具有一定的可区分性。所以我们提出了本研究的假设 5: 应激、倦怠和抑郁是可以加以有效区分的心理结构。

以往有关应激、倦怠和抑郁的研究主要采用横断设计来进行, 这种研究设计比较适合于进行各变量之间的相关推断, 但不能完全确定各变量之间关系的因果方向。鉴于此, 本研究拟采用纵向设计, 在三个不同的时间点对大学新生的应激、倦怠和抑郁水平加以测量, 从而在对变量之间关系进行横断考察的基础上, 进一步进行因果关系的纵向探索。

\* 通讯作者, 李永鑫, E-mail: Liyongxin\_@hotmail.com

2 研究方法

2.1 被试

本研究的被试来自于国内某大学的 314 名大学新生,三次施测结果均有效的被试为 230 名。最终样本的年龄为 17~22 岁( $M=18.95$ ,  $SD=0.93$ );男性 84 人(36.5%),女性 146 人(63.5%);农村生源 178 人(77.4%),城市生源 52 人(22.6%)。

2.2 研究工具

大一学生生活事件问卷(Life Events Scale of Freshman)。该问卷由常逢锦(2003)编制,共有 39 个项目,包括主要生活事件和日常琐事两个分量表,项目采用 4 级记分<sup>[11]</sup>。

简式倦怠量表(Burnout Measure (short version),简称 BMS)。该量表由 Pines(2005)编制而成,共包含 10 个项目,采用 7 点记分<sup>[12]</sup>。在国内学者李永鑫等(2006)的研究中,探索性因素分析累计删除 3 个项目,对剩余的 7 个项目再次进行因素分析的结果表明,问卷呈单维度结构,问卷具有令人

满意的信度和效度<sup>[13]</sup>。

自评抑郁量表(Self-Rating Depression Scale,简称 SDS)。由 Zung(1965)编制而成,该量表由 20 个项目组成,采用 4 级评分<sup>[14]</sup>。

2.3 施测

将上述测量工具装订成册,利用班级活动时间进行集体施测。前后共施测 3 次,第一次施测在上一新生入学约半个月后进行,间隔 6 周后进行第二次施测,间隔 12 周后进行第三次施测,每两次施测时间间隔为 6 周。每次施测时间均在 15 分钟左右。

2.4 统计分析

将所有调查结果用 Foxpro6.0 进行管理,采用 Spss11.5 和 Amos5.0 进行统计分析,具体分析技术包括相关分析、验证性因素分析和回归分析等。

3 研究结果

3.1 3 次测量中所有测量指标的相关分析

表 1 3 次测量中所有测量指标的相关矩阵

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	1										
2	0.626**	1									
3	0.325**	0.482**	1								
4	0.442**	0.563**	0.639**	1							
5	0.713**	0.546**	0.319**	0.374**	1						
6	0.508**	0.752**	0.519**	0.475**	0.704**	1					
7	0.311**	0.455**	0.666**	0.578**	0.382**	0.575**	1				
8	0.328**	0.443**	0.498**	0.699**	0.374**	0.522**	0.679**	1			
9	0.750**	0.605**	0.322**	0.403**	0.843**	0.645**	0.374**	0.395**	1		
10	0.550**	0.789**	0.494**	0.498**	0.616**	0.840**	0.522**	0.484**	0.704**	1	
11	0.373**	0.504**	0.609**	0.588**	0.365**	0.557**	0.727**	0.630**	0.405**	0.583**	1
12	0.312**	0.420**	0.451**	0.654**	0.280**	0.435**	0.589**	0.733**	0.393**	0.473**	0.699**

注: \*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ (下同)。1=主要生活事件 1,2=日常琐事 1,3=倦怠 1,4=抑郁 1,5=主要生活事件 2,6=日常琐事 2,7=倦怠 2,8=抑郁 2,9=主要生活事件 3,10=日常琐事 3,11=倦怠 3,12=抑郁 3。各变量名后的 1、2、3 分别代表第一、二、三次测量。

表 1 为 3 次测量中所有变量的相关矩阵。从横断的角度来看,在 3 个不同的时间点上,主要生活事件、日常琐事与倦怠和抑郁的相关都达到了统计显著性水平( $p < 0.01$ ),表明个体的应激水平越高,其倦怠和抑郁症状就越严重。从纵向的角度来看,在不同时间点所测得的同一变量之间的相关要明显高于不同变量之间的相关,这一方面说明所研究变量在时间上的稳定性,另一方面也表明主要生活事件、日常琐事、倦怠和抑郁是不同的心理结构,本研究的假设 5 得到了初步支持。

3.2 应激、倦怠和抑郁的区分效度

为了进一步对应激、倦怠和抑郁的区分进行考察,本研

究构建了三个理论模型供验证。模型一为单因素模型,即 3 次测量的所有测量指标负荷于一个潜变量;模型二为三因素模型,即所有测量指标依据测量时间的不同分别负荷于三个相关的潜变量,如主要生活事件 1、日常琐事 1、倦怠 1 和抑郁 1 共同负荷于一个潜变量;模型三为四因素模型,即所有测量指标依据测量内容的不同分别负荷于四个相关的潜变量,如主要生活事件 1、主要生活事件 2、主要生活事件 3 和主要生活事件 4 共同负荷于一个潜变量。

由表 2 可知,在所有的拟合指标上,四因素模型的拟合指数都要明显优于单因素模型和三因素模型,本研究的假设 5 得到了进一步的支持。

表 2 应激(主要生活事件和日常琐事)、倦怠和抑郁的区分效度

模型	$\chi^2/df$	GFI	AGFI	NFI	IFI	TLI	CFI	RMSEA
单因素模型	16.340	0.553	0.355	0.636	0.651	0.571	0.649	0.259
三因素模型	17.088	0.552	0.314	0.641	0.655	0.550	0.652	0.265
四因素模型	5.273	0.843	0.745	0.896	0.914	0.881	0.913	0.137

3.3 应激、倦怠和抑郁关系的横向考察

对应激(主要生活事件和日常琐事)、倦怠和抑郁的关系

进行横断考察。结果发现,首先,在 3 次不同时间点的横断测量中,主要生活事件对于倦怠的预测作用都未能达到统计

显著性水平( $p > 0.05$ ),而日常琐事对于倦怠的预测作用均达到统计显著性水平( $p < 0.01$ ),本研究的假设 2 得到了初步支持。其次,在不同的时间点上,在回归方程的第一步,日常琐事对于抑郁的预测作用都达到了统计极其显著性水平( $p < 0.01$ ),而主要生活事件对于抑郁的预测作用只有在第一次施测时达到了统计显著性水平( $p < 0.05$ ),本研究的假设 1 得到了初步支持。第三,在不同的时间点上,在回归方程的第二步,倦怠对于抑郁的预测作用都达到了统计极其显著性水平( $p < 0.01$ ),本研究的假设 3 得到了初步支持。最后,在第一次的横断回归分析中,当倦怠进入回归方程时,主要生活事件和日常琐事对于抑郁的预测作用没有发生明显变化,倦怠的中介作用未能得到证实,本研究的假设 4 未能得到支持;在第二次的横断回归分析中,当倦怠进入回归方程时,日常琐事对于抑郁的预测作用发生了明显变化,其预测效力从极其显著性水平( $p < 0.01$ )下降到显著性水平( $p < 0.05$ ),出现了倦怠的部分中介作用;而在第三次的横断回归分析中,当倦怠进入回归方程时,日常琐事对于抑郁的预测作用发生了根本性的变化,其预测效力从极其显著性水平( $p < 0.01$ )下降到显著性水平以外( $p > 0.05$ ),出现了倦怠的完全中介效应。总的看来,在横断考察中,本研究的假设 4 得到了部分支持。

### 3.4 应激、倦怠和抑郁关系的纵向考察

对应激(主要生活事件和日常琐事)、倦怠和抑郁关系的纵向考察结果发现,首先,日常琐事 1 对于倦怠 2 的预测作用以及日常琐事 2 对于倦怠 3 的预测作用均达到了统计显著性水平( $p < 0.01$ ),而主要生活事件 1 对于倦怠 2 的预测作用以及主要生活事件 2 对于倦怠 3 的预测作用均未能达到统计显著性水平( $p > 0.05$ ),本研究的假设 2 得到了进一步的支持。与此同时,在以倦怠 3 为因变量时,回归方程的第一步,日常琐事 1 的预测作用达到了统计显著性水平( $p < 0.01$ ),但在日常琐事 2 进入回归方程后,日常琐事 1 的预测效力就下降到显著性水平以外( $p > 0.05$ ),表明日常琐事 2 完全中介了日常琐事 1 与倦怠 3 之间的关系。其次,日常琐事 1 对于抑郁 2 的预测作用以及日常琐事 2 对于抑郁 3 的预测作用均达到了统计显著性水平( $p < 0.01$ ),而主要生活事件 1 对于抑郁 2 的预测作用以及主要生活事件 2 对于抑郁 3 的预测作用均未能达到统计显著性水平( $p > 0.05$ ),本研究的假设 1 得到了进一步的支持。与此同时,在以抑郁 3 为因变量时,回归方程的第一步,日常琐事 1 的预测作用达到了统计显著性水平( $p < 0.01$ ),但在日常琐事 2 进入回归方程后,日常琐事 1 的预测效力就下降到显著性水平以外( $p > 0.05$ ),表明日常琐事 2 完全中介了日常琐事 1 与抑郁 3 之间的关系。第三,倦怠 1 对于抑郁 2 的预测作用以及倦怠 2 对于抑郁 3 的预测作用均达到了统计显著性水平( $p < 0.01$ ),本研究的假设 3 得到了进一步的支持。与此同时,在以抑郁 3 为因变量时,回归方程的第一步,倦怠 1 的预测作用达到了统计显著性水平( $p < 0.01$ ),但在倦怠 2 进入回归方程后,倦怠 1 的预测效力就下降到显著性水平以外( $p > 0.05$ ),表明倦怠 2 完全中介了倦怠 1 和抑郁 3 之间的关系。最后,当以抑郁 3 为因变量时,在回归方程的第一步,主要生活事件 1 的预测作用未能达到统计显著性水平( $p > 0.05$ ),而日常琐

事 1 的预测作用达到了统计显著性水平( $p < 0.01$ ),本研究的假设 1 得到了进一步的支持。而当倦怠 2 进入回归方程后,日常琐事 1 对于抑郁 3 的预测作用就从极其显著性水平( $p < 0.01$ )下降到显著性水平( $p < 0.05$ ),表明倦怠 2 能够部分中介日常琐事 1 和抑郁 3 的关系。

## 4 讨论

### 4.1 研究的理论意义与实践价值

在过去的 30 余年里,学者们对于倦怠的研究兴趣日益高涨,倦怠已经成为职业健康心理学研究的核心主题之一。围绕倦怠的结构问题、倦怠与其前因变量的关系以及倦怠与其后果变量的关系,学者们进行了大量研究,并取得了较为丰硕的研究成果<sup>[15]</sup>,但倦怠与其相关变量概念之间的关系却并未随着研究成果的增加而日益明晰,这种概念的模糊与混淆严重影响了倦怠研究的进一步开展。因此,在理论思考的基础上,采用实证的方法对应激、倦怠和抑郁的概念进行区分并进而对这些概念之间的关系进行深入考察,不仅有助于倦怠研究的进一步发展,而且能够丰富职业健康心理学的具体研究领域,有助于这一新兴学科内容体系的早日建立。

作为一种负性的心理现象,倦怠也引起了实际工作者的广泛关注,如何最大程度的预防、干预乃至消除这一现象的消极影响,成为摆在实践心理学家面前的一个重要话题<sup>[16]</sup>。然而,由于概念之间的模糊和混淆,导致实践心理学家很难找到针对倦怠进行预防和干预的有效措施。本研究对于应激、倦怠和抑郁关系的探索,在概念厘清的基础上,初步勾画了“应激—倦怠—抑郁”模式的因果链条,这对于健康心理学家和工业与组织心理学家的实际工作都具有重要的指导价值。

### 4.2 本研究的结果

很多学者倾向于把倦怠当作一种特殊的应激反应形式来看待,如 Hobfoll 等(2000)就认为“倦怠是个体对于长期性的情感和人际应激源的延长性反应”<sup>[17]</sup>。基于这一认识,许多学者在具体研究中也把应激源当作倦怠的前因变量来加以考察,如 Pines 等(2005)在最近的研究中,就通过紧张和倦怠与应激源的相关差异来对倦怠和紧张加以区分<sup>[18]</sup>。该研究的潜在前提就是应激源是紧张和倦怠的前因变量,但他们并未能对该潜在前提的真实性进行检验。如表 2 所示,在本研究中我们首先证实了应激源(主要生活事件和日常琐事)和倦怠概念的可区分性,从而为随后的横断考察和纵向分析把应激源作为倦怠的前因变量奠定了坚实的基础。无论是在横断考察中,还是在纵向分析中,生活琐事都是倦怠的有效预测变量( $p < 0.01$ ),这不仅支持了 Pines 等(2005)的研究结果,而且支持了李永鑫等(2005)“倦怠是长期的琐碎的不良应激反应”的理论观点。

Kessler(1997)总结说:“各种文献都一致表明,生活事件与严重抑郁的产生有联系”<sup>[19]</sup>。根据事件在日常生活中的位置,可以把事件分为主要生活事件和次要事件。与主要生活事件相比,次要事件指的就是日常琐事,这类事件虽然强度低,但是发生频率高。有学者认为,次要事件可以更好的预测抑郁的发生。本研究结果发现,无论在横断考察中,还是在纵向分析中,生活琐事都是抑郁的有效预测变量( $p < 0.01$ ),而主要生活事件只是在横断考察的第一次测量时

对于抑郁的预测作用达到了显著性水平( $p < 0.01$ ),有力的支持了上述学者的理论观点。

近来的研究表明,倦怠和抑郁在统计上是可以区分的,如 Bakker 等(2000)发现,在验证性因素分析中,倦怠和抑郁的项目分别负荷在不同的潜变量之上。虽然 Iacovieds 等(2003)在横断研究的基础上指出,从理论上讲,抑郁应当是出现在倦怠之后,而不是出现在之前。但正如 Ahola 等(2005)所指出的那样,还缺少纵向研究的结果来对“倦怠引发抑郁的观点”进行支持。如表 2 所示,在本研究中我们首先证实了倦怠和抑郁在统计上的可区分性,支持了 Bakker 等(2000)的研究结果。其次,无论是在横断考察中,还是在纵向分析中,都发现倦怠总是抑郁的有效预测变量( $p < 0.01$ ),这一结果不仅弥补了已有研究的不足,而且使“倦怠引发抑郁的观点”建立在更为坚实的实证研究基础之上。

以往的研究只是孤立的考察“应激—倦怠”、“应激—抑郁”和“倦怠—抑郁”的关系模式,依据我们所搜集到的文献,尚没有研究在一个整合的框架内来对“应激—倦怠—抑郁”的关系模式进行考察。然而,在现实生活中,这些心理现象往往是密切交织在一起的。基于此,我们借鉴了 Baron 等(1986)关于中介效应的分析框架,对“应激—倦怠—抑郁”的关系模式进行横向的考察和纵向的分析。研究结果发现,倦怠能够(部分)中介日常琐事和抑郁之间的关系,表明应激特别是日常琐事是倦怠和抑郁发生的主要原因,倦怠是“应激—抑郁”的重要发展阶段,而在某些情况下,处于应激状态下的个体可能不经历倦怠而直接进入到抑郁阶段,显然,这一结果无论是对于倦怠还是抑郁的预防与干预都具有重要的实践意义。

## 5 参考文献

- 1 李永鑫. 工作倦怠及其测量. 心理科学, 2003, 26(3): 556—557
- 2 Schabracq M J, Winuubst A M, & Cooper C L. The handbook of work & health psychology. England Chichester: John Wiley & Sons Ltd., 2003
- 3 李永鑫, 李艺敏. 护理工作应激研究现状. 护理研究, 2003, 17(6A): 629—631
- 4 Rice 著, 胡佩诚译. 健康心理学. 北京: 中国轻工业出版社, 2000: 143—146
- 5 邱炳武, 王极盛. 抑郁研究中的素质压力理论述评. 心理科学, 2000, 23(3): 361—362
- 6 李永鑫, 侯祎. 倦怠、应激和抑郁. 心理科学, 2005, 28(4): 972—974
- 7 Leiter M P, Durup J. The discriminant validity of burnout and depression: a confirmatory factor analytic study. Anxiety Stress and Coping, 1994, 7(2): 357—373
- 8 Glass D C, McKnight J D. Perceived control, depressive symptomatology, and professional burnout: a review of the evidence. Psychology and Health, 1996, 61(1): 147—155
- 9 Iacovides A, Fountoulakis K N, & Kaprinis S, et al. The relationship between work stress, burnout and clinical depression. Journal of Affective Disorders, 2003, 75(1): 209—221
- 10 Baron R M, Kenny D A. The moderator—mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, Strategic, and statistical considerations. Journal of Personality and Social Psychology, 1986, 51(6): 1173—1182
- 11 常逢锦. 大一学生生活事件问卷. 见: 常逢锦编. 大一新生生活事件的应对方式心境对其身心健康的影响. 东北师范大学硕士学位论文, 2003
- 12 Pines A M. The Burnout Measure, Short Version. International Journal of Stress Management, 2005, 12(1): 78—88
- 13 李永鑫, 周广亚. 应激、倦怠与抑郁的关系研究. 中国临床心理学杂志, 2006, 23(5): 361—362
- 14 汪向东, 王希林, 马弘编著. 心理卫生评定量表手册. 中国心理卫生杂志, 1999 年(增): 194—195
- 15 李超平, 时勘. 分配公平与程序公平对工作倦怠的影响. 心理学报, 2003, 35(5): 677—684
- 16 Maslach C, Leiter M P. The truth about burnout: how organizations cause personal stress and what to do about it? San Francisco: Jossey-Bass Inc., 1997
- 17 Hobfoll S E, Shirom A. Conservation of resources theory: applications to stress and management in the workplace. In: R. T. Golembiewski. (Ed.). Handbook of organizational behavior. New York: Dekker, 2000
- 18 Pines A M, Keinan G. Stress and burnout: the significant difference. Personality and Individual Difference, 2005, 39(3): 625—635
- 19 Kessler R C. The effects of stressful life events on depression. Annual Review of Psychology, 1997, 48(1): 191—211

# Relations Among College Freshmen's Stress, Burnout and Depression Evidence From a Longitudinal Study

Li yongxin<sup>1</sup>, Zhou Guangya<sup>2</sup>

(<sup>1</sup>Institute of Psychology and Behavior, He'nan University, Kaifeng, 475004)(<sup>2</sup>Department of Education, Anyang Teachers' College, Anyang, 455000)

**Abstract** To explore the relationships among stress, burnout and depression, three confusable psychological concepts, the Life Events Scale of Freshman, the Burnout Measure (Short Version) and the Self-Rating Depression Scale were administered to 230 freshmen at three time intervals. The results show that a) stress, burnout and depression are different psychological concepts; b) in both cross analysis and longitudinal analysis, secondary life events are significant predictors of depression; c) in both cross analysis and longitudinal analysis, secondary life events are significant predictors of burnout; d) in both cross analysis and longitudinal analysis, burnout is a significant predictor of depression; e) burnout mediates (partly) the relationships between secondary life events and depression.

**Key Words:** stress, primary life events, secondary life events, burnout, depression