

乐观、悲观倾向与抑郁的关系及压力、性别的调节作用^{*}

陶 沙

(北京师范大学 / 认知神经科学与学习 0 国家重点实验室, 北京 100875)

摘 要 采用问卷法, 考察了 334 名大学生的乐观、悲观两种一般结果期待倾向与其抑郁感受的关系, 以及压力水平和性别的可能调节作用。研究结果表明: (1) 乐观倾向、悲观倾向既显著相关又存在相对独立性, 二者对于抑郁的作用在强度上有所不同。其中, 悲观倾向对于抑郁变异的独立贡献率较高。(2) 压力水平是认知倾向与抑郁关系的显著调节因素, 主要作用表现为随着压力水平的增高, 乐观倾向的保护意义具有增强的趋势。(3) 性别也具有一定的调节作用, 主要表现在悲观倾向对于男性大学生抑郁的影响作用更强。特别是在控制压力水平的情况下, 性别对于悲观倾向和抑郁关系的调节作用更为明显。

关键词 乐观, 悲观, 抑郁, 性别, 压力, 调节作用。

分类号 R 395

1 问题提出

从心理学的角度看, 抑郁是无效应对生活压力的后果, 以情绪失调为核心、包括沮丧、无价值感、无助与绝望感、躯体活动水平下降等一系列身心不适症状^[1], 对个体的身心健康具有重要而广泛的影响。世界卫生组织在世界范围内的调研表明, 抑郁正在成为影响 21 世纪人类身心健康的重要因素^[2]。影响抑郁的因素很多, 既有外部的危险性因素, 也有个体自身的易感性。个体较为稳定的信念和认知倾向特点是个体自身易感性的重要方面。基于已有研究发现个体信念和认知系统中的一般结果期待倾向是抑郁的重要预测因素, 本研究旨在进一步探讨乐观和悲观两种一般结果期待倾向各自在大学生抑郁特点中的作用; 并结合压力水平这一重要情境因素和性别这一基本的个体因素, 探讨乐观、悲观倾向影响抑郁的作用条件。

1.1 一般结果期待倾向及其与抑郁的关系

一般结果期待倾向 (generalized outcome expectancies), 也被称为一般认知评价倾向, 指个体对于与自己有关的事件发展趋势及后果的信念和评价倾向, 主要包括乐观 (optimism) 和悲观 (pessimism) 倾向两类^[3]。乐观倾向指个体倾向于积极、正面地评价事情的发展趋势和后果, 而悲观倾向则指消极、负

面地评价事情的发展趋势和后果。在一般结果期待倾向概念下讨论的乐观和悲观倾向涉及的是个体的信念和认知评价倾向, 在概念上不同于日常生活中人们有时讨论的乐观 (积极) 与悲观 (消极) 情绪。

相对于特定情境与事件中的结果期待倾向, 一般结果期待倾向反映着个体较为稳定的素质性特征 (dispositional trait), 不仅具有跨时间、跨情景的稳定性^[3~5], 而且具有独特性。例如, 一般结果期待倾向与归因、控制点等人格特征具有概念上的联系, 它们都与个体与环境互动中的效能有关, 但是却在内容、指向方面存在明显不同, 实证研究往往发现它们具有显著但较低的相关^[6]。又如, 一般结果期待倾向与外向性、神经质、特质性积极情绪和消极情绪等人格特征也同样只具有中低度的相关^[4 7 8]。对大学生在一般结果期待倾向、自我效能、自尊、特质焦虑与神经质等问卷上的反应进行因素分析, 研究者发现一般结果期待倾向问卷中的项目稳定地负载到同一因素上, 而不与任何其他变量相混淆, 从另一角度证实一般结果期待倾向作为一种人格特征, 本身具有独特性^[4]。

长期以来, 结果期待倾向这一人格特征中的认知、信念成分对个体适应的重要意义在心理学理论中颇受重视。例如 Bandura 的自我效能理论就提示个体的行为在很大程度上受制于其自身对于可能的

收稿日期: 2005- 07- 13

^{*} 教育部人文社会科学研究 "十五" 规划项目 (01JCXIX002)。

通讯作者: 陶沙, E-mail: taosha@bnu.edu.cn

行为后果的信念^[9]。而 Beck所提出的抑郁的认知理论强调个体对自身、对外界和对未来的消极评价正是抑郁产生的重要原因^[110]。许多研究关注真实生活中一般结果期待的适应意义,揭示出其与身体健康、抑郁等个体适应的重要方面具有显著而持久的联系^[如 6 11~13],乐观的个体较少躯体症状和抑郁体验,而悲观的个体较多躯体不适和抑郁体验。对 56项有关研究开展的元分析表明,相对于生理症状等其他适应后果,一般结果期待倾向与抑郁情绪的内在联系更为稳定^[14]。

在一般结果期待倾向与个体适应关系的方向上,如果不考虑关于一般结果期待倾向影响个体适应的理论观点,单纯从数据的角度看,二者的相关既可能反映一般结果期待倾向对抑郁等个体适应的影响,也可能反映抑郁等个体适应状态对结果期待倾向的影响。为进一步探明一般结果期待倾向与抑郁关系的性质,研究者开展了实验室研究和追踪研究,揭示和不断验证了一般结果期待倾向与非抑郁症群体中抑郁体验的个体差异具有重要联系,一致发现一般结果期待倾向作为认知和信念层面的稳定人格特征,对于抑郁体验具有跨时间、跨情境的独特预测作用,而抑郁却不能预测一般结果期待倾向,表明二者的联系不是模糊的相关,也不是抑郁带来悲观的认知倾向。一般结果期待倾向作为相对稳定的个性特征,是抑郁等个体适应状况的重要预测变量。在实验室中,基于特定事件和情境,研究者证实了结果期待影响个体的反应行为^[3]。而追踪研究则反复验证了一般结果期待倾向是抑郁的重要预测因素。例如,一项为期一年的追踪研究^[6]表明,在控制个体初始抑郁水平的情况下,初始的一般结果期待倾向可以有效预测 3个月、6个月、12个月时的抑郁状况;而在控制初始一般结果期待倾向的条件下,抑郁对后期一般结果期待倾向的预测仅仅边缘显著或不再显著。另一项为期 4周的时间滞后研究^[15]也得到相似的结果。一般结果期待倾向不仅对于抑郁等个体适应状态具有跨时间的预测作用,而且这一预测作用还独立于外向性、神经质和特质性情绪倾向和压力等其他相关因素^[4 16 17]。进一步的研究发现,乐观主义者任务定向的积极应对行为较多,能够接受不利的现状并进行积极的认知重构,因而往往具有良好的适应后果;而悲观主义者较多使用情绪指向的应对行为、更多否认和回避反应,容易出现适应问题^[4 18 19]。可见,一般结果期待倾向可影响个体应对环境挑战的应对策略,进而影响个体的情绪

适应。基于已有一般结果倾向对于个体抑郁具有重要影响的研究发现,本研究旨在进一步探讨不同的结果期待倾向与抑郁的关系以及压力和性别的可能调节作用。

如前所述,一般结果期待倾向包括乐观倾向和悲观倾向两种。乐观和悲观倾向在字面含义上具有相互排斥性,然而,在个体的真实信念系统中,二者到底是单一维度相互排斥的两极?或是相关,但却各不同的两种结果期待倾向?在有关一般结果期待倾向及其适应意义的研究中,Scheier和 Carver于 1985年发展了包括乐观倾向和悲观倾向两个维度的/生活取向测验 0 (Life Orientation Test, 简称为 LOT)^[15],成为一般结果期待倾向研究中最常用的测量工具。在 LOT的应用中,他们将乐观倾向和悲观倾向视为单一维度的对立两极。这种概念框架实际上假设乐观倾向和悲观倾向不仅在字面上、而且在真实行为中也是相互排斥的,即在乐观倾向上高的人,悲观倾向一定低,反之亦然。因此,将悲观倾向维度上个体的反应反向编码,并与乐观倾向上的反应合并,得分高的就是乐观主义者,得分低的就是悲观主义者。然而,研究却表明,乐观倾向和悲观倾向实际上可能并不是非此即彼。首先,LOT中乐观和悲观倾向两组测验题目相关并不高^[20],提示二者有其相对的独立性。其次,多项研究应用探索性或验证性因素分析,结果表明两因素的结构更准确地反映了人们的结果期待倾向^[4 7, 8 16 21~23]。在有关中国人 LOT 结构的研究中,Cheng Hamid (1997)^[8]发现香港青少年和成年人群中一般结果期待倾向存在乐观和悲观两个相对独立的因素;Laj Yue(2000)^[23]则在中国大陆大学生中验证了一般结果倾向的两因素结构。虽然对一般结果期待倾向结构的认识仍然存在不同,两因素结构得到多数研究的支持,从理论上要求研究进一步探讨乐观和悲观不同倾向各自的适应价值。第三,更为重要的是,现实中人们的一般结果期待倾向是否存在除明显乐观、明显悲观之外的其他模式值得进一步探讨。如果理论上假定一般结果期待倾向具有单维的内部结构,而实际上有些个体不仅在乐观倾向上反应较高,在悲观倾向上可能也较高;或者,有些个体乐观倾向和悲观倾向均不明显,那么单维结构假设显然缺乏现实基础,而按乐观)悲观单一维度两极标准划分的乐观主义者或悲观主义者中可能就夹杂了大量的个体变异,因而可能扭曲人们对于一般结果期待倾向个体差异及其后果的认识。第四,简单

的合并使人们难以清晰地认识不良的适应到底来自明显的悲观倾向、抑或缺少乐观性。因此,乐观和悲观倾向各自的适应价值需要进一步探讨。总之,在有关一般结果期待倾向单维和两维观的争论中,不仅应重视运用因素分析开展有关一般结果期待倾向内部结构研究,同时还应当重视从实证的角度考察一般结果期待倾向模式的个体差异,进一步区分乐观倾向和悲观倾向各自的适应价值^[10 20 24],特别是二者对于个体适应的相对独立作用值得进一步探讨。

在乐观、悲观倾向与抑郁等身心适应的具体关系上,研究存在一些分歧。有研究指出,虽然一般结果期待倾向是影响身心适应的重要因素,悲观主义者往往存在更高罹患身心疾病的危险,但是乐观主义者在某些情况下可能存在不现实、不客观的认识,甚至可能在压力下存在更多的神经质反应^[6]。因此,乐观倾向与个体适应的关系可能具有情景的变化性^[24]。这些研究结果提示,乐观和悲观倾向也许具有不同的适应含义,而不同结果期待倾向的作用还可能具有条件性。进一步的研究表明,在不同的压力情境下,一般结果期待倾向的适应结果具有一定的差异。在压力情境可控的情况下,大学生的乐观倾向和问题指向的应对策略关系更为紧密;而当压力情景不可控时,乐观倾向与积极应对的相关不明显,但与自我防御的应对策略显著相关^[25 26]。另一些研究^[20]指出,在不同人群中,一般结果期待倾向与个体身心适应的关系甚至可能存在不同性质。因此,结合压力情境、人群特征等变量,进一步探讨乐观和悲观倾向影响个体适应的条件是极为重要的。

1.2 压力水平的作用

压力通常指被打破了平衡状态的个体与环境之间的关系^[27]。在大学生群体中,主要的压力来源包括学业、人际、经济等方面^[28 29]。大量研究已经揭示出压力影响包括大学生在内的各种人群多方面的身心适应。随着压力水平的提高,个体的抑郁、焦虑水平往往呈现上升的趋势^[30]。已有研究大多重视探讨压力对于抑郁等身心适应的主效应,较少探讨压力对于其他变量适应作用的调节效应。最近一项有关神经质倾向与抑郁关系的大规模研究^[31]表明,虽然在压力的不同水平下,较高的神经质倾向均与发生抑郁的较高可能性有关,但是,对于处于较高压力下的个体而言,神经质倾向的消极作用明显增大。可见,压力水平的高低对于个体适应机制的调节作

用值得进一步研究。

压力与抑郁等不良适应显著正相关,而与乐观倾向显著负相关^[32 33],提示乐观倾向可减少引起不适应的压力这一危险性因素。不过,乐观倾向在任何条件下都一定与较好的身心适应相联系吗?对此,有的研究者提出了乐观易损的假设(vulnerability hypothesis)^[24],认为当外部环境非常不利时,对未来的乐观期待反而可能不利于个体的适应。近期一项有关大学生的压力、乐观倾向和身心适应的研究支持了高压下乐观易损的假设^[33]。在这项研究中有两个重要结果,一是在持续的压力下,乐观主义者较多抑郁、身体不适应,这似乎支持了乐观易损的假设;二是在较低的压力下,乐观主义者比悲观主义者适应得更好,而悲观主义者无论在何种压力情境下都存在一定适应问题,提示压力情景对于乐观和悲观主义者的适应过程具有不同作用。这项研究证实了压力水平对于一般结果期待倾向的适应作用存在调节作用,但是其关于压力水平调节作用的性质尚需进一步讨论。在这项研究中,研究者使用了 LOT。如许多研究一样,该研究将所有悲观倾向维度的题目反向编码后,合成乐观)悲观倾向,得分高判定为乐观主义者,得分低判定为悲观主义者。在此情形下,研究结果有两个不确定之处:首先,研究所揭示的较低压力情境下乐观者适应更优既可能来自于较高的乐观倾向,也可能来自于较低的悲观倾向。其次,如 1.1 的分析,由于悲观倾向维度下的项目反向记分,如果有被试在乐观和悲观的所有陈述上都表现出较高的反应倾向,即存在双重倾向时,原本悲观倾向维度的高分被掩盖;如果有被试在两种倾向的陈述上都没有明显倾向时,原本较低的乐观倾向也会被同时也较低的悲观倾向的反向记分扭曲,因此,这两组被试都可能被误判为具有较高乐观倾向。由此,该研究所显示的乐观倾向强的个体在较高压力下较多身心不适应症状可能恰恰反映了乐观倾向不明显或悲观倾向也同时较多的个体在较高压力下出现适应困难,这正说明在较高压力下,乐观倾向的保护性作用可能更为重要。当然,在现实中是否存在双重倾向和倾向不明的个体还需进一步证实。其实,检验乐观易损假设最直接的方法就是考察在不同压力水平下,乐观倾向的适应作用是否发生了性质的改变。也就是说,如果在较高的压力水平下,乐观倾向越高,个体的抑郁水平也越高,那么,该假设就得到直接的证实,反之,该假设难以得到支持。可见,有关不同结果期待倾向、压力与适

应关系的讨论要求进一步深入研究在不同压力情景下,不同类型的一般结果期待倾向与个体适应关系的具体特点,特别是乐观和悲观倾向各自与适应的关系是否、以及如何因压力情境改变而发生变化。

1.3 性别的作用

性别差异一直是心理学研究关注的问题。有关抑郁的研究不仅重视探讨发生率的性别差异,更重视考察个体的抑郁产生机制在不同性别群体间的独特性和一致性^[34, 35]。研究指出,抑郁发生率的性别差异具有较大的情境性,不同性别群体中与抑郁有关的危险性因素在类别上也存在不同^[1, 34~37]。在一般结果期待倾向上,男性大学生也被发现具有更明显的悲观倾向^[8]。更深入的研究应当重视探讨抑郁产生机制,即各种可能的预测变量与抑郁的关系模式是否存在性别差异。已有研究表明,相同的预测变量与抑郁的关系在性别间相似性和差异性共存。例如,压力、应对、社会支持等因素与抑郁的关系性质在不同性别中具有一致性,但是在关系强度上往往具有明显的不同^[34],压力和社会支持对于女性适应的预测率较大,而应对策略对于男性适应的预测更好^[38, 39]。

上述研究结果提示,在不同性别中,个体适应机制总体上具有一致性,而在具体的预测模型上可能存在差异,提示性别在个体适应过程中可具一定的调节作用。这一调节作用还可能受到压力水平的影响。例如,只有在较低的压力水平下,神经质倾向对于抑郁的影响力在女性中更大,而当压力较高时,神经质倾向与抑郁关系的强度并不存在明显的性别差异^[31]。虽然在 Beck 的抑郁认知模型等理论中,个体的信念、认知判断倾向被认为是抑郁产生的源头和预防、干预的根本^[1],Radloff等研究者^[34]也曾提出,认知倾向的性别差异可能是抑郁性别差异的重要来源,但是较少有实证研究探讨个体认知倾向在抑郁产生中的作用是否存在性别差异。对该问题的探讨不仅有助于认识个体适应机制的性别模式,而且对于建立有针对性的个体适应干预方案也具有直接的指导意义。

1.4 调节作用的研究意义及主要分析方法

上述有关压力、性别与一般结果期待倾向和个体适应关系的研究涉及到个体适应过程的调节因素问题,即一般结果期待倾向对个体适应的作用在何时、对于何人具有怎样的特点。由于适应的机制极为复杂,随着研究的不断深入,人们日益认识到,在分析、界定个体适应不同影响因素的基础上,需要进

一步探讨各种影响因素产生作用的条件^[40]。也就是说,研究不仅应考察各种可能的影响因素对于抑郁等身心健康的重要方面具有怎样的主效应,还要重视探讨制约这些影响因素发挥作用的调节因素及其效应。对调节作用的探讨可以帮助人们认识特定变量在何种情况下、或对哪些人群最具影响力,引导人们不仅关注变量间的总体关系,而且进一步分析预测变量与结果变量的关系强度、方向是否以及如何随着情境、人群的变化而改变。由于这些情境和个体的变异广泛地存在于心理与行为科学研究领域,因此对调节效应的系统探讨不仅可以促进心理行为理论的完善,同时也是发展和实施有效的身心健康干预方案的重要前提^[41]。

对调节作用的研究,目前主要的分析策略有两类。(1)当调节变量是自然类别变量(如性别)时,可以比较在调节变量的不同取值(如不同性别)下,预测变量与结果变量相关关系的差异。该方法所获结果较为直观、易于理解,但是常常可能由于参与比较的群体在内部变异上差异较大而误报调节效应。(2)在控制预测变量和可能的调节变量主效应的前提下,检验二者对于结果变量是否还具有显著的交互效应^[40]。当假设的预测变量和调节变量均为类别变量时,二者的交互效应可以借助方差分析完成。而当假设的预测变量和调节变量有1项或二者均为连续变量时,分层多元回归(Hierarchical Multiple Regression)则成为检验调节作用的首选方法^[40, 42]。当预测变量或调节变量并非自然类别变量时,有时人们也人为地将预测变量或调节变量按某个数值(如平均数)分类,再使用方差分析检验交互作用的方法进行分析。与这种人为分类的方法相比,使用分层回归检验预测变量和调节变量的交互作用可以有效地降低出现Type I错误的可能。不过,分层回归分析检验交互作用这一策略明显的不足是统计检验力较低。较低的统计检验力通常可能与如下因素有关:(1)测量的信度;(2)不同组的人数差异显著;(3)可能受到其他变量的影响。对此,研究者建议,尽可能提高测量的信度,尽量平衡被试分布,将可能的协变量纳入供检验的模型中去,以及调高差异检验的 α 水平等^[40, 41]。由于本研究中预测变量和调节变量以连续变量为主,因此我们在对结果的分析中将主要使用第二种策略中的分层回归检验方法,以期相对客观、系统地考察压力水平、性别对于认知倾向和抑郁关系的可能调节效应。

综上所述,本研究拟探讨:(1)乐观倾向、悲观

倾向与大学生抑郁的关系及其各自特点; (2)作为一种重要的情境变量,压力水平对于乐观倾向、悲观倾向与抑郁的关系是否存在调节作用,以及这一调节作用是否改变了一般结果期待倾向与抑郁关系的性质; (3)性别作为重要的个体特点,对于乐观倾向、悲观倾向与抑郁的关系是否具有调节作用,以及性别调节作用的主要特点。

2 研究方法

2.1 被试

采用整班联系、自愿参加的方法,从北京三所大学得到大学生被试 453 名, 434 名完整回答了各问卷。由于在被试总体中女生明显较多,而本研究拟开展的性别调节效应分析要求相对平衡的被试分布,因此按照班内男女匹配的原则,抽取被试 334 名男女生均各为 167 名。被试平均年龄为 22.68 岁 ($SD = 1.08$)。其中,100 名学生来自文科系,76 名来自理科系,158 名来自文理兼收系。抽取参与分析的被试与未进入分析的被试在研究涉及的压力、乐观、悲观倾向和抑郁等变量上均没有显著差异, $F(1, 433) < 3.37, p > 0.05$ 。

2.2 研究工具

2.2.1 压力感问卷 采用压力感问卷^[43~45]考察学业压力、人际压力和经济压力等方面的压力感受。其中,学业压力涉及学业本身、学业成就期望和前途三个方面;经济压力由目前费用、打工赚钱和经济保障三个方面构成;人际压力则由家人关系、外人关系和恋人关系三个方面构成。在该问卷中,被试对近一个月内感受到某种压力或烦恼的次数进行评价,从 1 到 5 表示从没有到非常多,得分越高表明体验到的压力感受越强。该问卷共 15 个条目,在本研究中的内部一致性信度系数为 0.84。

2.2.2 一般结果期待倾向问卷 采用在一般结果期待倾向研究领域中最常用的工具/生活取向测验 0 (Life Orientation Test)^[15],要求被试判断每一项陈述与自己想法的符合程度,从 1 到 9 表示从不符合到非常符合。其中,乐观倾向维度考察个体对与事件发展或未来评价的积极程度,有 4 个条目,得分越高表明个体的乐观倾向越高;悲观倾向考察个体对事件发展或未来评价的消极程度,共 4 个条目,得分越高表明个体的悲观倾向越高。对本研究的被试反应,我们也进行了因素分析,结果表明 2 因素可以解释总变异的 65.5%,乐观倾向维度项目集中在一个因子上,悲观倾向维度项目集中在另一个因子

上,各项目在对应因子上的载荷大于 0.6。该问卷两个维度的内部一致性信度系数在本研究中均为 0.70。可见,该问卷在本研究中具有良好的信度和结构效度。

除本研究外,该问卷已经应用在数项有关中国人的研究中^[8, 23, 44]。研究主要验证了一般结果倾向的两因素结构,LOT 的同质性信度为 0.61~0.81,均达到可接受的水平。在 LOT 与其他人格变量的关系上,乐观倾向与外向性、特质性积极情绪的相关在 0.26 到 0.42 之间,与神经质、特质性消极情绪的相关在 -0.27 到 -0.41 间;悲观倾向与外向性、特质性积极情绪的相关在 -0.24 到 -0.32 间,与神经质、特质性消极情绪的相关在 0.24 到 0.32 间,相关系数均显著 ($p < 0.01$),表明该量表在中国人群中也具有与其他人格特征既相关同时也明显不同的特点。这些结果表明 LOT 可用于中国人群。

2.2.3 抑郁问卷 采用 Radloff (1977) 编制的流调中心抑郁量表 (CES-D) 的中文修订版^[46],由 20 个项目组成,采用 4 点评定,记分范围为 0~3。经过负向题重新编码后,得分越高表示抑郁反应越多;本研究中,该问卷内部一致性信度系数是 0.87。

2.2.4 一般情况问卷 自编,用于收集被试的年龄、性别、专业、联系方式等背景信息。

2.3 数据分析 采用 SPSS 10.0 进行数据管理与分析。

3 结果与分析

3.1 乐观倾向、悲观倾向的特点及其与抑郁的关系 研究中主要变量的平均数、标准差、以及相关如表 1。

总体上看,个体的乐观倾向强于悲观倾向 (配对 $t = 23.86, df = 333, p < 0.001$)。乐观倾向和悲观倾向的相关虽然显著,但相关系数值较低 ($r = -0.26, p < 0.001$),表明二者可反映着个体的不同认知倾向,而不一定是单一维度的两极。

表 1 压力水平、一般结果期待倾向与抑郁的特点和相关关系 ($N = 334$)

维度	M	SD	压力	乐观倾向	悲观倾向
压力	34.27	8.76			
乐观倾向	27.53	5.54	-0.16*		
悲观倾向	15.36	6.19	0.23** - 0.26***		
抑郁	32.65	8.53	0.44*** - 0.34***	0.49**	

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$ (下同)。

为考察个体一般结果期待倾向是否存在多样化的模式,我们将乐观倾向和悲观倾向的得分分别转化为标准分(z),以0为界,根据在两种倾向上的得分高于或低于0将被试归类,观察个体在乐观和悲观倾向上得分类型的分布情况。如果个体在乐观倾向上得分的标准分大于0,同时悲观倾向上得分的标准分小于0,则为明显乐观倾向型;如果在悲观倾向上得分的标准分大于0,同时乐观倾向上得分的标准分小于0,则为明显悲观倾向型。当然,本研究特别关注是否还存在除明显乐观倾向型和明显悲观倾向型之外的其它类型。即,是否存在在乐观和悲观倾向上得分的标准分都小于0,也就是倾向不明显型;以及是否存在在乐观和悲观倾向上得分的标准分都大于0,也就是双重倾向型。分类分析显示,在334名被试中分别有35.9%(120人)的个体具有明显的乐观倾向、23.4%(78人)的个体具有明显的悲观倾向;同时,也有21%(70人)的个体没有明显的倾向,而19.8%(66人)的个体存在双重倾向。可见,在乐观和悲观倾向之间,个体的现实反应并不是非此即彼的,而存在比较复杂的反应模式。

为确定分组的有效性,我们首先对于乐观组、悲观组、倾向不明组和双重倾向组在乐观、悲观倾向上的特点进行复方差分析,结果表明,被试的结果期待倾向模式具有非常显著的主效应(W ilks. Λ =0.12, F = 211.76, p < 0.001),该效应在乐观和悲观两个变量上均显著(F s \ 206.82, df = 3, p < 0.001)。后继比较显示,在乐观倾向上,乐观组 > 双重倾向组 > 倾向不明组 > 悲观组 (p s < 0.05);在悲观倾向上,悲观组、双重倾向组 > 乐观组和倾向不明组 (p s < 0.001),可见在一般结果期待倾向上,4组模式显著不同(见图1),表明分组有效。

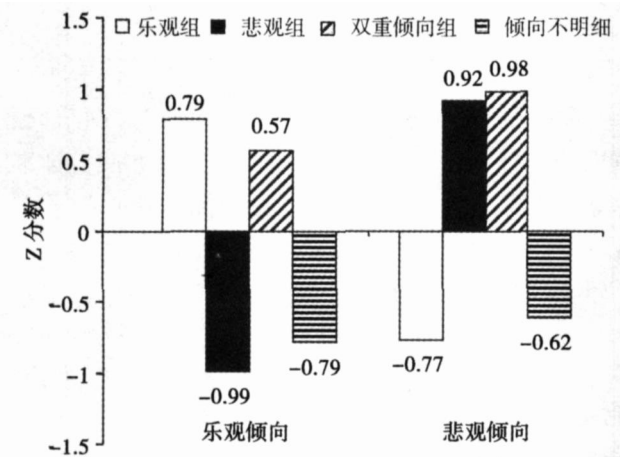


图1 四类不同结果期待倾向个体乐观、悲观倾向的特点

为进一步考察不同的一般结果期待模式的适应意义,我们对于明显乐观组、明显悲观组、倾向不明组和双重倾向组在压力和抑郁上的特点进行复方差分析,结果表明,被试的结果期待倾向模式具有非常显著的主效应(W ilks. Λ =0.80, F = 131.11, p < 0.001),该效应在压力和抑郁上均显著(F s \ 7.10, df = 3, p < 0.001)。具有不同结果期待模式的4组个体在压力和抑郁感受上表现出明显的差异(如图2)。在压力上,明显乐观倾向组显著少于双重倾向组和明显悲观组 (p s < 0.05),明显悲观组显著多于其他3组 (p s < 0.05),而倾向不明和双重倾向组之间没有显著差异。在抑郁上,4组模式间两两差异均显著 (p s < 0.05),明显悲观倾向组抑郁感受最多,双重倾向组次之,明显乐观组最少。因此可以认为,不同结果期待模式有着明显不同的适应后果。

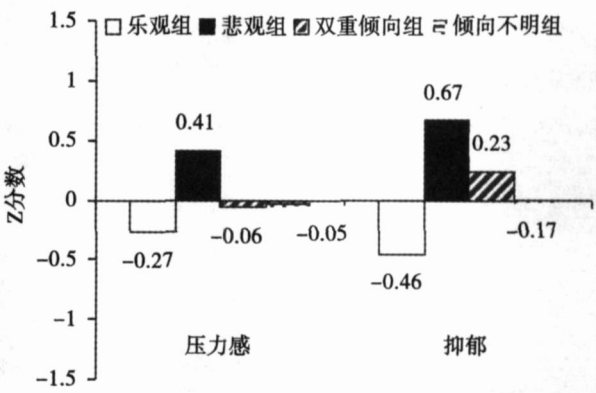


图2 四类不同结果期待倾向个体压力和抑郁的特点

此外,从表1中可以看到,乐观倾向和压力、抑郁具有显著的负相关,而悲观倾向与压力、抑郁具有显著的正相关。强制回归分析表明,性别、压力水平、乐观与悲观倾向是抑郁的有效预测因素(B s \ 0.16, 0.34, -0.21, 0.32, t s > 3.6, p s < 0.001),可解释抑郁变异的41%, F (4, 334) = 57.84, p < 0.001。在控制性别和压力水平作用的条件下,一般结果期待倾向对抑郁变异的独立贡献率为10% (F 变化 (2, 329) = 44.61, p < 0.001)。其中,悲观倾向的标准回归系数 (B = 0.32, t = 6.84, p < 0.001) 大于乐观倾向的标准回归系数 (B = -0.21, t = -4.66, p < 0.001),提示悲观倾向对于抑郁的预测作用较大。进一步的分层回归分析证实了这一点。在第一步控制性别和压力水平作用的条件下,第二步分别控制乐观倾向或悲观倾向的作用,以在最后的回归方程中考察悲观倾向或乐观倾向的独立

预测作用。结果表明, 悲观倾向可以独立解释抑郁变异的 8% ($F_{\text{变化}}(2, 329) = 46.78, p < 0.001$), 而乐观倾向的独立解释率为 4% ($F_{\text{变化}}(2, 329) = 211.69, p < 0.001$)。

表 2 不同压力水平下一般结果期待倾向与抑郁的特点和相关关系 (N = 334)						
变量	较低压力水平下 M (SD) n = 171	压力	乐观 倾向	悲观 倾向	抑郁	较高压力水平下 M (SD) n = 163
压力	27.43(5.27)		- 0.01	0.01	0.30 ^{***}	41.44(5.24) ^a
乐观倾向	28.29(5.26)	- 0.18 [*]		- 0.23 [*]	- 0.36 ^{***}	26.73(5.72) ^a
悲观倾向	13.88(5.77)	0.16 [*]	- 0.25 [*]		0.42 ^{***}	16.91(6.25) ^a
抑郁	29.57(6.92)	0.26 ^{***}	- 0.25 [*]	0.47 ^{***}		32.65(8.53) ^a

注: 对角线左下为压力较低群体的平均数、标准差以及相关情况, 右上为压力较高群体的有关情况;
a 在不同压力水平下变量平均数存在显著差异, $F_s(1, 334) > 6.76, p_s < 0.01$

从表 2 结果可以看到, 在不同压力水平下, 个体在一般结果期待倾向和抑郁上均存在显著差异。与较低压力条件相比, 在较高压力下, 个体的乐观倾向明显较弱, 悲观倾向较强, 而抑郁水平明显较高。在一般结果期待倾向与抑郁的相关关系上, 无论是压力较高还是压力较低组, 乐观倾向均与抑郁显著负相关, 而悲观倾向与抑郁显著正相关。
为进一步考察压力水平对于一般结果期待倾向和抑郁的关系是否存在调节作用, 参照已有研究的

3.2 压力水平的调节作用
我们将被试按压力水平高于平均数、等于或低于平均数分为压力较高组和压力较低组, 首先考察了在不同压力水平下, 个体认知倾向与抑郁的特点和相关关系。结果见表 2。

建议^[41~43], 我们将压力水平和乐观、悲观倾向的得分首先进行了标准化, 然后采用压力水平和乐观、悲观倾向的标准分数生成其交互作用项 / 压力水平 @ 乐观倾向 Q / 压力水平 @ 悲观倾向 Q。在此基础上使用分层回归, 首先引入压力水平和乐观、悲观认知倾向各自的标准分, 然后引入压力水平和认知倾向的交互作用项, 观察交互作用项是否具有显著的作用。结果如表 3。

表 3 压力水平对于一般结果期待倾向和抑郁关系的调节作用检验 (分层回归)			
回归步骤与变量	F 值变化及显著性	R ² 变化	" (B) 值及显著性
第一步	70.32 ^{***}	0.39	
压力水平 (z 分数)			2.97(0.35) ^{***}
乐观倾向 (z 分数)			- 1.61(- 0.19) ^{***}
悲观倾向 (z 分数)			3.04(0.36) ^{***}
第二步	3.59 [*]	0.02	
压力水平 @ 乐观倾向			- 0.92(- 0.11) ^{**}
压力水平 @ 悲观倾向			0.21(0.02)

从表 3 可知, 压力水平和两种一般结果倾向对于抑郁的主效应均显著, 同时二者的交互作用也显著 (R^2 变化为 0.02, F 值变化为 3.59, $p < 0.05$), 表明压力水平对于认知倾向和抑郁的关系具有显著的调节作用。其中, 压力水平与乐观倾向的交互作用项的回归系数显著 ($B = - 0.11, t = - 2.36, p < 0.0101$)。
为更加清晰地揭示压力水平对于乐观倾向和抑郁关系的调节作用, 根据已有研究的建议^[40~42], 我们抽出乐观倾向较低水平 (平均分以下一个标准

差) 和较高水平 (平均分以上一个标准差) 两组, 根据回归方程计算在较低压力 (平均分以下一个标准差) 和较高压力 (平均分以上一个标准差) 时, 乐观倾向对于抑郁的预测情况, 如图 3 所示。
从图 3 中可以看到, 随着压力水平的增高, 乐观倾向的保护性作用明显增强。在压力水平较低时, 具有不同乐观倾向的个体在抑郁上的差异较小; 而当压力水平较高时, 乐观倾向较强的个体明显较少体验到抑郁的感受。

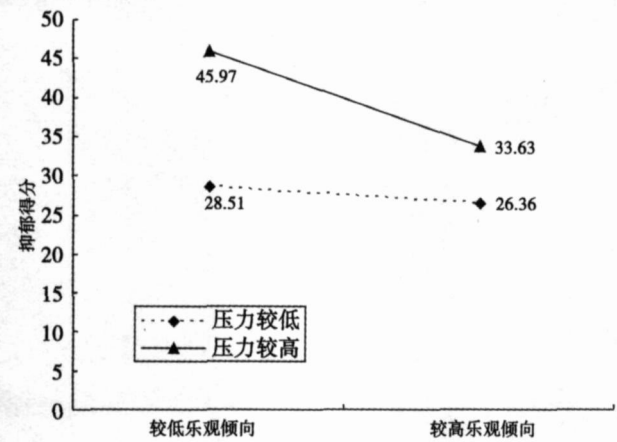


图 3 压力水平对乐观倾向与抑郁关系的调节作用

注：较低压力下，常数项为 27.43 斜率为 - 1.07, $t = - 0.68$ $p > 0.05$; 较高压力下，常数项为 39.80 斜率为 - 6.17, $t = - 2.59$ $p < 0.001$ 。

表 4 不同性别群体中一般结果期待倾向与抑郁的特点和相关关系 (N = 334)						
变量	女性 M (SD) n = 167	压力	乐观 倾向	悲观 倾向	抑郁	男性 M (SD) n = 167
压力	34.02(8.69)		- 0.10	0.15 ^a	0.39***	34.52(8.84)
乐观倾向	27.41(5.87)	- 0.23**		- 0.24* ^a	- 0.29***	27.65(5.21)
悲观倾向	13.95(5.46)	0.36***	- 0.32***		0.50***	16.76(6.57) ^b
抑郁	30.66(6.99)	0.56***	- 0.45***	0.39***		34.63(9.45) ^b

注：对角线左下为女性群体平均数 (标准差) 以及相关情况; 右上为男性群体情况;

b 在不同性别群体中存在显著差异, $F_s(1, 334) > 18.05$ $ps < 0.001$

在一般结果期待倾向与抑郁的相关关系上, 无论是在男性或是女性群体中, 乐观倾向均与抑郁显著负相关, 而悲观倾向与抑郁显著正相关。分别在男女两个群体中, 采用回归分析考察认知倾向与抑郁的关系, 结果表明, 一般结果期待倾向可以解释抑郁的变异率分别为 28% 和 27%, 可见, 乐观和悲观倾向在两个群体中都是预测抑郁的有效因素 (B 绝对值 > 0.18 ts 绝对值 > 2.65 $p < 0.01$)。不过, 悲观倾向的标准回归系数在男性和女性群体中分别为 0.46 0.28 ($ts > 3.92$ $p < 0.001$), 提示悲观的认知倾向对于男性的抑郁程度可能有更强的预测力。由于男性悲观倾向的标准差较大 ($F = 9.94$ $p < 0.0101$), 因此对性别在悲观倾向和抑郁关系上的调节作用还需进一步分析。

为考察性别对于认知倾向和抑郁的关系是否存在调节作用, 我们将性别变量进行效应编码, 男性为 - 1, 女性为 1, 将乐观、悲观倾向得分标准化, 然后使用性别的效应编码、乐观、悲观倾向各自的标准分生成交互作用项 / 性别 @乐观倾向 0 / 性别 @悲观

3.3 性别的调节作用

为揭示性别对于认知倾向和抑郁关系的可能调节作用, 我们首先考察了在不同性别群体中, 个体认知倾向与抑郁的特点和相关关系。结果见表 4。

从表 4 结果可以看到, 在不同性别群体中, 个体在压力水平和乐观倾向上没有显著差异, 在悲观倾向和抑郁上均存在显著差异。与女性相比, 男性的悲观倾向明显较强, 而抑郁水平明显较高。为进一步观察乐观与悲观倾向的性别差异, 我们对比了在 3.1 中所划分的结果期待倾向 4 类型中的性别分布, 结果表明, 在双重倾向组中男性明显多于女性 (62.1% vs 37.9%, $\chi^2 = 3.88$ $df = 1$ $p < 0.05$), 在倾向不明显、乐观倾向和悲观倾向组中男女分布没有显著差异, 这说明, 结果期待倾向的性别差异主要表现为男性比女性更多双重倾向。

倾向 0。在此基础上使用分层回归, 首先引入性别的效应编码、乐观和悲观倾向, 然后引入性别的效应编码与一般结果期待倾向的交互作用项, 观察交互作用项是否具有显著的预测效应。结果表明, 性别和一般结果期待倾向的交互作用接近显著 (R^2 变化为 0.01, F 值变化为 2.49 $p < 0.09$), 表明性别对于一般结果期待倾向和抑郁的关系具有一定的调节作用。其中, 性别与悲观倾向的交互作用项的回归系数显著 ($B = - 0.11$, $t = - 2.23$ $p < 0.05$)。

为进一步揭示性别对于悲观倾向和抑郁关系的调节作用, 我们将压力水平作为协变量进行了分层回归分析。压力水平的标准分作为协变量第一步进入方程, 然后引入性别的效应编码、悲观倾向的标准分, 再引入性别的效应编码与悲观倾向的交互作用项, 观察交互作用项是否具有显著的预测效应; 最后引入压力水平与所有其它变量的交互作用项, 观察压力水平的协变量作用是否在其它变量的不同水平上保持一致。由于压力水平这一协变量与其它变量的交互作用项作用不显著, 我们从模型中去除最后

一步, 结果如表 5。

表 5 以压力水平为协变量, 检验性别对于悲观倾向和抑郁关系的调节作用 (分层回归)

回归步骤与变量		F 值变化及显著性	R ² 变化	B(B)值及其显著性
第一步	压力水平 (z 分数)	85.73**	0.21	3.20(0.38)***
第二步		44.54**	0.17	
	性别 (效应编码)			-1.24(-0.15)**
	悲观倾向 (z 分数)			2.90(0.34)***
第三步	性别 @悲观倾向	7.94*	0.02	-1.09(-0.13)**

注: 性别的编码为男 - 1, 女 1

从结果中可知, 在控制压力水平的情况下, 性别和悲观倾向的交互作用显著 (R^2 变化为 0.02, F 值变化为 7.94 $p < 0.01$), 表明当压力水平相似时, 性别对于悲观倾向和抑郁的关系具有明显的调节作用 ($B = -0.13$, $t = -2.82$, $p < 0.01$)。

为更加清晰地揭示在控制压力水平的条件下, 性别对于悲观倾向和抑郁关系的调节作用, 我们首先按压力水平高低将被试分组, 再各分别抽取悲观倾向较低水平 (平均分以下一个标准差) 和较高水平 (平均分以上一个标准差) 2 组, 根据回归方程分别计算在较低压力和较高压力下, 男女群体中悲观倾向对于抑郁的预测情况 (如图 4 所示)。

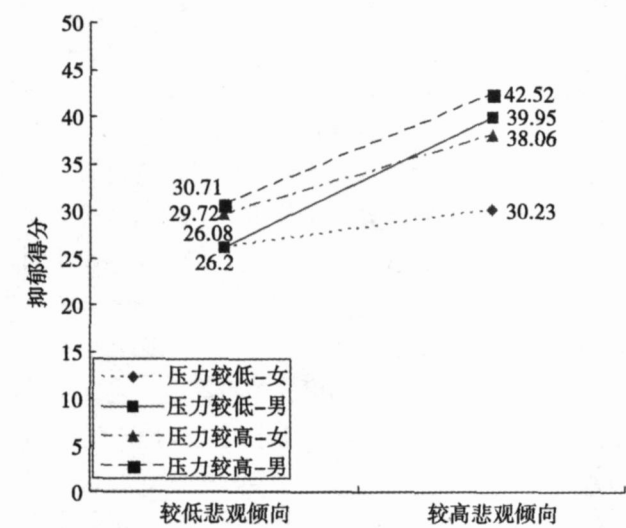


图 4 在不同压力水平下, 性别对于悲观倾向和抑郁关系的调节作用

注: 较低压力下, 女性和男性大学生中的常数分别为 28.22、31.51, 斜率及其显著性分别为 2.01, $t = 2.12$, $p < 0.05$; 5.43, $t = 4.06$, $p < 0.001$ 。较高压力下, 女性和男性大学生中的常数分别为 33.89、36.62, 斜率及其显著性分别为 4.17, $t = 2.65$, $p < 0.05$; 5.90, $t = 3.41$, $p < 0.01$ 。

从图 4 中可以看到, 无论在较高压力水平还是在较低的压力水平下, 悲观倾向对男女群体都是抑

郁的危险性因素。性别对于悲观倾向和抑郁关系的调节作用主要表现为, 相比较而言, 悲观倾向对于男性抑郁的消极影响明显较大。在相似压力水平下, 当悲观倾向较低时, 男性和女性的抑郁水平接近, 而当悲观倾向较高时, 男性抑郁明显高于女性。这一调节作用在压力较低时更加明显。

4 讨论

抑郁等情绪适应问题是大学生心理健康的重要因素^[47]。基于已有一般结果期待倾向影响个体适应的研究发现, 本研究着重探讨了乐观、悲观两种一般结果期待倾向与大学生抑郁的关系, 并考察了压力水平和性别对两种结果期待倾向作用的调节效应。从个体一般结果期待倾向模式的个体差异以及两种结果期待倾向与抑郁的关系可以看到, 乐观、悲观倾向是相关但又相对独立的两类一般结果期待倾向。乐观倾向越强, 抑郁水平越低, 悲观倾向越强, 抑郁水平越高, 二者对抑郁的变异各有显著、独特的贡献。压力水平和性别在一般结果期待倾向与抑郁的关系中具有一定的调节作用。其中, 悲观倾向的消极作用在任何压力水平下均显著, 而乐观倾向的保护性作用在压力较高的情况下更为明显。性别的调节作用主要表现在当压力水平相似时, 悲观倾向的消极作用在男性中更大。上述结果对于认识个体认知、信念系统在情绪适应中作用的复杂性及作用条件、以及提高情绪适应的干预针对性具有重要意义。

4.1 个体一般结果期待倾向反应模式的复杂性及乐观、悲观倾向的独特适应意义

本研究结果表明, 大学生在乐观倾向和悲观倾向上有不同的反应。相对而言, 个体在乐观倾向上得分更高, 反映出大学生中乐观倾向高于悲观倾向的特点。乐观倾向是抑郁的保护性因素, 而悲观倾向则是危险性因素。这些结果和以前的研究一致,

被认为反映了人类积极追求适应的普遍倾向及其重要的适应价值^[24]。对乐观和悲观倾向及其作用的认识应当结合认知和情绪两个角度。乐观或悲观倾向带来的不仅仅是个体情绪主观感觉的好或差,更重要的是,它们反映着个体在自我调控上的不同特点,可能影响个体应对环境要求、各种挑战的策略,因而广泛地影响着个体的身心适应^[如 4 6 13~24]。尽管我们的研究和许多其他研究对于具有不同结果期待倾向个体适应状况的评估都是采用主观报告的方法,结果期待倾向的适应效应可能掺杂个体主观报告倾向的影响,不过,即使采用客观方法评估适应状况(如与疾病及其康复有关的生理反应、外显行为),同样发现了结果期待倾向对个体适应具有重要影响^[12 49]。已有研究在确认一般结果期待倾向对身心适应的重要作用基础上,进一步探讨了一般结果期待倾向的作用机制。例如,具有不同结果期待倾向的个体在应对策略上存在显著差异,乐观倾向高的个体更多积极计划、寻求解决问题的信息、积极认知重构等有助于适应的应对策略,而悲观倾向高的个体更多拒绝、否认、回避、情绪指向等不利于适应的应对策略^[6 15]。可见,一般结果期待倾向显著影响了个体应对环境挑战的方式和策略。对这一适应机制的揭示,推动人们充分重视一般结果期待倾向作为较为稳定的重要个性特征在抑郁等不适应状态的发生中所具有的独特作用。在一定意义上可以认为一般结果期待倾向是个体适应差异的重要认知根源。当然,个体适应相当复杂,任何一种因素都无法解释全部的变异。结合多种影响因素开展研究是深入探讨个体适应机制的必然要求。

为深入认识乐观和悲观倾向的适应意义,需要探讨乐观和悲观倾向的性质。对这一问题的讨论和争议主要集中于二者是一个单一维度的两极,还是两个既相关又独立的维度。对这一问题的探讨,已有研究主要采用探索性和验证性因素分析的方法,从变量内部结构的角度进行考察。如问题提出部分所指出的,多数因素结构分析支持两因素的观点。因素分析可以解释变量的内部构成,不过,仅从因素分析出发尚不能回答不同成分是否具有独特的适应价值,不能说明是否存在除乐观和悲观两极之外的其他复杂适应模式,更难以说明具有不同结果期待倾向模式的个体有何不同适应后果,因而难以从现实适应意义的角度探讨乐观和悲观倾向的性质与价值。考虑到已有研究主要是从因素结构的角度进行探讨,极少进一步考察是否存在多样化的一般结果

期待倾向模式及其适应特点,因此,本研究着重考察是否不仅存在明显乐观倾向和明显悲观倾向的个体,还存在乐观和悲观倾向均强、或乐观和悲观倾向均弱的个体,并比较不同类型个体的压力和抑郁特点,从现实性的角度为探讨乐观和悲观倾向的内在关系提供新的依据。由于乐观倾向和悲观倾向并没有常模,倾向的强弱也没有绝对的标准,因此本研究以乐观倾向和悲观倾向各自的平均分为界,在某个倾向上高于平均分的界定为在相应倾向上较强,而低于平均分的界定为在相应倾向上较弱。这种分组的主要问题是组间可能只存在微小不同,而不一定存在显著的差异。为此,我们在分组后检验了分组的有效性,采用复方差分析考察组别是否在两种倾向上具有显著的效应。如果效应显著,可以认为分组是有效的,反之则表明分组无效。在本研究中,复方差分析显示组别具有显著的主效应,因此,可以认为,以两种倾向各自平均分为界的分组反映了一般结果期待倾向模式的个体差异,这既为认识乐观和悲观倾向的相对独立性提供了新的证据,而且也为进一步探讨一般结果期待倾向模式的适应意义提供了前提。

我们的研究结果从一般结果期待倾向模式的个体差异角度,通过区分四种一般结果期待倾向模式,提供了与两维度观点更为一致的证据,呼应了已有研究基于因素分析所得到的结论^[如 7, 8, 16 23]。在本研究中,虽然乐观倾向和悲观倾向的得分显著负相关,但是相关强度不到 0.3,属于较低的相关。这一结果与已有研究一致^[20 23]。对个体的反应倾向进行类别分析,可以清楚地看到,具有明确的乐观倾向或悲观倾向的个体总计不到 60%,其余 40% 以上的个体一部分是同时具有两种倾向,而另一部分两种倾向都不明显。已有有关研究更多支持两维结构,本研究进一步表明此两维结构具有现实性。可见,个体的一般结果期待倾向存在复杂模式,将乐观和悲观两种倾向视为同一维度的两极,这的确会导致忽略个体反应倾向的复杂性,在一定程度上可能扭曲或掩盖了一般结果期待倾向上的个体差异。不仅如此,四种不同结果期待倾向的个体在压力、抑郁上具有显著的组间差异,具有明显乐观倾向的个体压力感和抑郁体验最低,具有明显悲观倾向的个体压力感和抑郁体验最高;具有双重倾向的个体压力感与抑郁体验低于明显悲观倾向者,但同时明显高于明显乐观倾向者;两种倾向均不明显的个体虽然在压力感上与明显乐观倾向者没有显著区别,但是抑

郁体验明显较高。四种结果期待倾向个体适应上的差异从另一个角度说明,将乐观和悲观倾向视为单一维度互相排斥的两极这一观点不仅将一般结果期待倾向的个体差异简单化,而且也使得有关乐观和悲观倾向在个体适应中作用的认识趋于笼统。因此,乐观倾向和悲观倾向虽然同为对于未来发展方向、后果性质的认知信念,二者相互关联,但并不一定是互相排斥的两极,而可能是可以同时共存的两种信念。当然,近期有研究者^[22]提出,单一维度和两维度的观点并不是难以兼容的。借助验证性因素分析技术,他们提出了多层因素模型,认为乐观和悲观倾向是两个一阶因素,而一般结果期待倾向作为二阶因素。不过,多层因素模型本身就提示了两种倾向在一定程度上的相对独立性。此外,即使共同的二阶因素存在,由于个体本身反应具有多样性,简化个体在一般结果期待倾向两维度上的变异仍然可能阻碍深入认识乐观和悲观倾向反应的现实复杂性及其不同的适应价值。

乐观和悲观倾向对于个体适应的相对重要性是另一个值得讨论的问题,它直接关系到个体适应干预方案的设计和实施。由于已有研究多将乐观和悲观倾向合并,因此较少探讨这一问题。本研究分别考察了乐观倾向和悲观倾向与大学生抑郁的关系。分层回归分析的结果表明,虽然二者都是抑郁个体变异的重要解释源,二者的独立贡献率存在差异。其中,在控制了压力、性别以及乐观倾向的作用后,悲观倾向对于抑郁变异的独立解释率为 8%,标准偏回归系数为 0.32;在控制压力、性别及悲观倾向的作用后,乐观倾向的独立解释率为 4%,标准偏回归系数为 -0.21,提示悲观倾向对抑郁变异的贡献更大。这和有关四种结果期待倾向个体适应差异的分析结果一致。相对于乐观和悲观倾向均不明显的个体而言,双重倾向的个体有显著较多的抑郁体验。当然,在控制压力和性别的作用后,两种倾向对于抑郁变异的共同解释率为 10%,大于任何一种倾向的解释率;而乐观倾向强、悲观倾向弱的个体抑郁最少,悲观倾向强、乐观倾向弱的个体抑郁最多。基于这些结果可以认为,总的来看,在个体抑郁特点的变异中,乐观倾向具有保护性作用,而悲观倾向具有破坏性作用;相对而言,悲观倾向的消极作用比乐观倾向的保护性作用更强。这一结果与已有研究一致。如研究^[48]结合主观报告(抑郁体验)和客观躯体症状指标(血压),发现悲观倾向对个体的生理、心理不适具有广泛的影响。相对于生活事件和应对方

式,负性思维是预测抑郁最有力的因素^[49]。研究^[20]还表明,只有悲观倾向可以有效预测一年后个体的身心适应。因此,在抑郁的干预中,避免悲观和强化乐观对于降低抑郁水平都极为重要,而避免悲观的认知倾向可能更为迫切。

事实上,悲观倾向及其改变正是 Beck 关于抑郁的认知理论以及抑郁的认知-行为治疗的中心^[1, 50]。在抑郁的认知理论看来,抑郁的重要根源是消极的信念。由于悲观的信念,个体带着认知偏见与环境互动,产生一系列退缩和不当行为,严重妨碍其适应,并由于环境的消极反馈进一步强化了悲观的认知倾向,形成恶性循环。因此,矫治抑郁必须转变其悲观的信念。在认知-行为治疗中,工作的重点也是帮助个体认识泛化、固着的悲观倾向本身的不合理性及其消极作用,打破悲观信念-消极适应的恶性循环。

当然,打破、消除悲观倾向并不是减少抑郁、促进个体适应的全部要点。近年来,积极心理学(positive psychology)^[24]的兴起倡导人们重视从正面看待个体适应,不仅重视如何避免不良适应,还应当关注如何促进良好适应。因此,乐观倾向的增进同样也不可忽视。个体在结果期待倾向上的类型差异要求根据个体原有认知特点,有针对性地强化乐观倾向和降低悲观倾向。对于悲观倾向突出的个体,首先要引导其破除不合理的悲观倾向,在此基础上学习更多地从积极角度认识自己与环境互动的关系。而对于两种倾向都不明显的个体,强化其乐观的倾向则可能更为有益。

4.2 压力的调节作用

大量有关研究探讨了处于严重疾病等高度应激状态下的个体一般结果期待倾向与抑郁等适应状况的关系,指出乐观倾向是个体适应的重要保护性因素,而悲观倾向则可能是危险性因素。那么,对于正常人群来说,一般结果期待倾向与适应的关系是否与处于应激状态下的特殊人群一致?这种关系是否可能因压力水平的不同而产生变化?在正常人群中开展的研究证实了乐观和悲观倾向同样与个体的适应密切相关,但是却很少探讨压力水平的可能影响。本研究表明,无论在何种压力水平下,悲观倾向均对抑郁具有重要预测作用,而只有在较高压力情景下,乐观倾向降低抑郁的作用显著,提示悲观倾向的消极作用与压力水平独立,而乐观的保护性作用随压力水平的增加而加强。

不同的研究较为一致地显示,悲观主义者的抑

郁体验明显较多；虽然也有相当多的研究表明，乐观倾向是个体适应的重要保护性因素，但是乐观主义者的适应优势并没有得到一致地确认^[10 25 26 33]。如问题提出 1 2 中所述，对于在压力较高情境下，乐观倾向到底是保护性的因素，或可能转变成了危险性因素这一问题，研究存在争议。一些研究者更提出了在某些情景下/乐观易损 0 的假设^[24]。我们认为，乐观主义者是否存在适应优势的争论可能与许多研究简化个体结果期待倾向的复杂性带来的混淆个体适应差异有关。如前所述，在将悲观倾向维度项目的得分反向编码并与乐观倾向维度项目得分加和后，部分双重倾向和倾向不明的个体都可能误划成乐观主义者。我们的研究表明，这两类反应倾向的个体抑郁体验都明显高于乐观倾向者，因此/乐观易损 0 极可能来自双重倾向和倾向不明个体对于结果的影响，而并不反映乐观倾向在较高压力下具有消极作用。本研究考察了不同压力水平下，乐观倾向与抑郁的关系是否存在差异以及差异的性质，直接检验了/乐观易损 0 假设。首先，结果表明，乐观倾向和压力水平对于抑郁的确具有显著的交互效应。在控制乐观倾向和压力水平的主效应后，二者的交互效应仍能独立解释一部分抑郁的变异，表明乐观倾向与抑郁的关系的确随着压力水平的改变而有所变化。其次，压力水平对于乐观倾向与抑郁关系的调节作用主要表现在量上，而并未表现出对乐观倾向与抑郁关系质的改变。即无论在何种压力条件下，乐观倾向的增强都伴随抑郁体验的减少；而随着压力的增大，乐观倾向的保护性作用仍然存在，并有增强的趋势。这一有关压力调节作用的结果不支持/乐观易损 0 的假设，揭示出乐观倾向保护性作用的性质在不同压力水平下具有一致性；在压力较大时，乐观倾向更为重要。

事实上，在压力较小时，对个体为对付环境要求做出努力的要求并不高，只要个体避免悲观倾向及其消极作用（如回避、分散注意），个体往往就能达成与环境的平衡。当压力增大，个体惯常的行为不足以应付环境的挑战时，单纯的避免悲观已不能解决问题，必须增加积极的应对行为，因此，乐观倾向的保护性作用就变得必要而明显了。这一保护性作用的发挥可以通过多种途径。例如，乐观倾向带来对事件发展趋势和结果的积极期待，推动个体向目标不断努力。特别是在情境可以改变的情况下，积极努力的行为有助于达成目标，减少消极情绪体验。不仅如此，研究者还发现，乐观倾向还与较高的不可

控压力情境下个体较多地正视现实、与问题共处、对当前的困难处境进行认知重构等反应策略有关^[如 4]。虽然这些策略也属于情绪指向性的应对方式，但是与否认、拒绝、情绪发泄等与悲观倾向关系密切的情绪指向应对相比，并不具破坏性影响，而是帮助个体认清形势、正确计划和实施行动的重要条件。

本研究中重点关注两种一般结果期待倾向影响大学生抑郁的条件。因此，基于已有研究，我们将压力作为一个调节因素引入，考察在不同压力水平下，一般结果期待倾向与抑郁关系的相似性与差异性，揭示了一般结果期待倾向与抑郁关系的压力水平调节模式。当然，在一般结果期待倾向、压力与抑郁三者之间还可能存在其他的关系模式，例如压力以一般结果期待倾向为中介影响个体的抑郁体验^[44]。借助调节或中介模型，从不同角度考察影响个体适应的多因素作用特点对于认识个体适应的复杂过程无疑是重要的。

4.3 性别的调节作用

本研究表明，性别对于乐观、悲观倾向和抑郁关系的调节作用总体上只达到边缘显著（ $p < 0.09$ ）；在以压力为协变量时，这一调节作用达到显著水平（ $p < 0.01$ ）。这一方面说明，一般结果期待倾向与抑郁的关系总体上在不同性别群体间具有明显的一致性。不论对男性大学生还是女性大学生，乐观倾向与较低的抑郁相联，而悲观倾向与较高的抑郁相联。而且一般结果期待倾向对抑郁变异的解释率在男女大学生中接近，表明这一认知信念因素对于不同性别的个体情绪适应都是重要的。积极认知观念的建立和增强以及消极认知观念的破除是促进大学生情绪适应的共同课题。另一方面，个体适应机制的性别差异与情境有关。即虽然总体上性别间在适应的基本规律上具有共同性，但是在控制压力水平的情况下，特别是当同处于较低压力情境中时，一般结果期待倾向与抑郁的具体关系模式还存在一定的性别特异性，要求心理健康教育针对具体情况关注不同性别大学生的特殊需求。

在以压力为协变量时，悲观倾向和抑郁的关系受到性别的明显调节。在控制了压力、性别、一般结果期待倾向的主效应后，悲观倾向和性别的交互效应仍然对抑郁具有独立的显著贡献。进一步的分析表明，当控制压力水平时，虽然悲观倾向对男性和女性均具有消极的影响，但是悲观倾向对男性的消极作用明显较大。特别是在压力较低的情况下，悲观

倾向仍会使男性大学生的抑郁达到较高的水平。这表明,悲观倾向是影响男性大学生抑郁的重要因素,矫正男性大学生的悲观倾向对于抑郁的预防和控制是极为迫切的。当然,悲观倾向对于男性大学生抑郁的影响明显较大,这并不意味着悲观倾向对于女性大学生抑郁的影响就不重要。实际上,从图4可以看到,在任何压力水平下,随着悲观倾向的增强,女性大学生的抑郁水平也与男性一样具有增高的趋势,只是增加的幅度相对较小。结合前面有关压力调节作用的讨论,可以认为,当压力较高时,乐观倾向的增进是减少大学生抑郁的首要课题;与此同时,无论压力的高低,悲观倾向的破解对于男性也是极为重要的。

在结果中可以看到,相对于女性,男性悲观倾向更为明显。那么男性受到悲观倾向更大程度的影响是因为其悲观倾向更高吗?分析发现,男性悲观倾向较高的特点并不是完全因为男性中悲观的人多或悲观的程度普遍更高。实际上,在明显乐观倾向组、明显悲观倾向组和倾向不明组中,男女的分布没有显著差异,但是在双重倾向组中男性明显多于女性。这表明,除明显悲观倾向者外,双重倾向者是男性中需要特别关注的人群,而他们最需要的正是针对性地矫正较高的悲观倾向。

4.4 值得进一步研究的问题

首先,如同相关领域的大多数研究,本研究的样本为300余人,主要用于从总体上探讨乐观和悲观两种一般结果期待倾向作用于个体抑郁体验的特点和条件。在研究中,为考察乐观和悲观倾向的相对独立性以及各自的适应价值,我们按照个体在两种倾向上的得分进行了类别划分,分析了具有不同一般结果期待倾向模式在两种倾向和压力、抑郁上的差异,尝试为认识乐观和悲观倾向的性质提供新的依据。在对个体的一般结果期待倾向模式进行分组后,各组内的样本人数相对减少,研究没有对不同类别个体的适应条件进行进一步的分析。如果要进一步探讨具有不同的一般结果期待倾向模式个体适应机制的差异,则需要更大规模的样本。

其次,本研究是一项横断研究。虽然已有追踪研究显示二者的关系在性质上更多地是一般结果期待倾向影响抑郁^[如3,4,6,15],但是,这并不能完全排除长期持续的抑郁状态可能对个体一般结果期待倾向产生影响。从时间进程的角度看,虽然抑郁的变异首先是由结果期待倾向的个体差异引起的,然而在抑郁发生并长期持续的情况下,抑郁本身也可能进

一步影响结果期待倾向的个体特点,因而在长时间中二者之间仍然可能存在着动态双向作用。特别是长期持续抑郁是否可能、以及如何影响原本存在双重倾向或倾向不明个体进一步的结果期待倾向的变化值得进一步探讨。要揭示长期持续抑郁状态对于一般结果期待倾向的可能反向影响则需要锁定具有抑郁倾向的个体,开展长期追踪研究。

与上一问题相关的是,乐观和悲观倾向是否因个体经历而改变。虽然系统的临床干预能够矫治个体的悲观倾向、强化其乐观倾向,但是在非系统干预的自然生活中,一般结果倾向能否随个体的适应状况而改变却是受到争议的问题。一些研究者坚持,乐观和悲观倾向是稳定的人格特质,因此不会随个体的状况改变^[6];另一些研究者认为,临床干预已经证明一般结果期待倾向并非牢不可变,而可能随着个体际遇改变而改变^[20]。对这一问题的系统探讨有助于揭示个体与环境互动在适应中的作用与机制。

5 结论

本研究探讨了大学生乐观和悲观两类一般结果期待倾向与抑郁的关系,以及压力水平和性别的可能调节作用,研究结果显示(1)大学生具有的乐观倾向高于其悲观倾向。乐观倾向和悲观倾向是相关而不同的两种结果期待倾向,并具有不同的适应价值。其中,悲观倾向对于抑郁变异的独立贡献率相对较高。(2)压力水平是一般结果期待倾向与抑郁关系的显著调节因素,主要作用表现为随着压力水平的增高,乐观倾向的保护意义具有增强的趋势。(3)性别具有一定的调节作用,主要表现在悲观倾向对于男性大学生抑郁的预测作用更强。特别是在控制压力水平的条件下,性别对于悲观倾向和抑郁关系的这一调节作用更为明显。

参 考 文 献

1. Gotlib IH, Hammen CL. Psychological Aspects of Depression. Toward a Cognitive-Interpersonal Integration. West Sussex, UK: John Wiley & Sons Ltd. 1992.
2. Holden C. Global survey examines impact of depression. Science. 2000; 288: 39~40.
3. Scheier MF, Carver CS. Dispositional optimism and physical well-being: the influence of generalized outcome expectancies on health. Journal of Personality. 1987; 55: 169~210.
4. Scheier MF, Carver CS, Bridge MW. Distinguish optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery and self-esteem): A reevaluation of the life orientation test. Journal of Personality and Social Psychology. 1994; 67: 450~466.

cialPsychology, 1994, 67: 1063~1078

5 Schou I, Ekeberg O, Sandvik L, Ruland C M. Stability in optimism/pessimism in relation to bad news: A study of women with breast cancer. *Journal of Personality Assessment*, 2005, 84: 148~154

6 Scheier M F, Carver C S. Effects of optimism on psychological and physical well-being: theoretical overview and empirical updates. *Cognitive Therapy and Research*, 1992, 16: 201~228

7 Marshall G N, Wortman C B, Kusulas JW, Hervig L K, Vickers R R, Jr. Distinguishing optimism from pessimism: Relations to fundamental dimensions of mood and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1992, 62: 1067~1074

8 Cheng S T, Hamed P N. Dispositional optimism in Chinese people: what does the life orientation test measure? *International Journal of Psychology*, 1997, 32: 15~22

9 Bandura A, Pastorelli C, Barbaranelli C, Caprara G A. Self-efficacy pathways to childhood depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1999, 76: 258~276

10 Cassidy T. *Stress, cognition and Health*. London: Routledge, 1999

11 Bosompra K, Ashikaga T, Worden J K, Flynn B S. Is more optimism associated with better health? Findings from a population-based survey. *International Quarterly of Community Health Education*, 2001, 20: 39~58

12 Segerstrom S C, Taylor S E, Kemeny M E, Fahey J L. Optimism is associated with mood, coping, and immune change in response to stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1998, 74: 1646~1655

13 Hankin B L, Fraley R C, Abela J R Z. Daily Depression and Cognitions About Stress: Evidence for a Trait-like Depressogenic Cognitive Style and the Prediction of Depressive Symptoms in a Prospective Daily Diary Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2005, 88: 673~697

14 Anderson G. The benefits of optimism: A meta-analytic review of the life orientation test. *Personality and Individual Differences*, 1996, 21: 719~725

15 Scheier M F, Carver C S. Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 1985, 4: 219~247

16 Chang E C, Maydeu-Olivares A, Dzuilla T J. Optimism and pessimism as partially independent constructs: Relationship to positive and negative affectivity and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 1997, 23: 433~440

17 Vickers K S, Vogeltanzen D. Dispositional optimism as a predictor of depressive symptoms over time. *Personality and Individual Differences*, 2000, 28: 259~272

18 Fournier M, de Ridder D, Bensing J H. How optimism contributes to the adaptation of chronic illness: A prospective study into the enduring effects of optimism on adaptation moderated by the controllability of chronic illness. *Personality and Individual Differences*, 2002, 33: 1163~1183

19 Rovira T, Fernandez-Castro J, Edo S. Antecedents and consequences of coping in the anticipatory stage of an exam: A longitudinal study emphasizing the role of affect. *Anxiety, Stress & Coping*, 2005, 18: 209~225

20 Robinson-Wheeler S, Kim C, MacCallum R C, Kiecolt-Glaser J K. Distinguish optimism from pessimism in older adults: is it more important to be optimistic or not to be pessimistic? *Journal of Personality and Social Psychology*, 1997, 73: 1345~1353

21 Chang L, McBride-Chang C. The factor structure of the life orientation test. *Educational and Psychological Measurement*, 1996, 56: 325~329

22 Roysamb E, Styrud J. Optimism and pessimism: underlying structure and dimensionality. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2002, 21: 1~19

23 Lai J C L, Yue X D. Measuring optimism in Hong Kong and mainland Chinese with the revised life orientation test. *Personality and Individual Differences*, 2000, 28: 781~796

24 Peterson C. The future of optimism. *American Psychologist*, 2000, 55: 44~55

25 Bedi G, Brown S L. Optimism, coping style and emotional well-being in cardiac patients. *British Journal of Health Psychology*, 2005, 10: 57~70

26 Carver C S, Scheier M F. Stress, Coping, and self-regulatory process. In: Pervin L A, John O P (eds.) *Handbook of Personality* (2nd ed.). N. Y: Guilford, 1999: 553~575

27 Lazarus R, Folkman S. *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer, 1984

28 Humphrey J H. Understanding about stress. In: Shohov S P (ed.). *Advances in Psychological Research*. Nova Science Publishers, 2003, 25: 151~162

29 Arthur N. The effects of stress, depression, and anxiety on postsecondary students' coping strategies. *Journal of College Student Development*, 1998, 39 (1): 11~22

30 Li Hong Lin Chongde. College stress and psychological well-being of Chinese college students. *Acta Psychologica Sinica*, 2003, 35: 222~230

31 Kendler K S, Kuhn J, Prescott C A. The interrelationship of neuroticism, sex, and stressful life events in the prediction of episodes of major depression. *The American Journal of Psychiatry*, 2004, 161: 631~636

32 Baldwin D R, Chambliss L N, Towler K. Optimism and stress: an African American college student perspective. *College Student Journal*, 2003, 37: 276~285

33 Chang E C, Sanna L J. Optimism, accumulated life stress, and psychological and physical adjustment: is it always adaptive to expect the best? *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2003, 22: 97~115

34 Radloff L S, Rae D S. Susceptibility and precipitating factors in depression: sex differences and similarities. *Journal of Abnormal Psychology*, 1979, 88: 174~181

35 Nolen-Hoeksema S, Girgus J S. The emergence of gender differences in depression during adolescence. *Psychological Bulletin*, 1994, 115: 424~443

36 Brans C. Women and depression: a comprehensive analysis. In:

Beckman E E, Leber W R (eds). Handbook of Depression (2nd ed). NY: The Guilford Press 1995 539~ 566

37 Li Hong A comparative study of pressures on college students in Beijing (In Chinese). Tsinghua Journal of Education 2004, 25: 114~ 118
(李虹. 大学校园压力的年级和性别差异比较研究. 清华大学教育研究, 2004 25: 114~ 118)

38 Stein J A, Nymathi A Gender differences in relationships among stress coping and health risk behaviors in impoverished minority populations Personality and individual differences 1999, 26 141 ~ 157

39 Aranda M P, Castaneda I, Lee P2J, Sobel E. Stress social support and coping as predictors of depressive symptoms Gender differences among Mexican Americans Social Work Research, 2001, 25 37~ 48

40 Frazier P A, Tix A P, Barron K E. Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. Journal of Counseling Psychology 2004, 51: 115~ 157

41 Aguinis H. Statistical power problems with moderated multiple regression in management research Journal of Management 1995, 21: 1141~ 1158

42 Cohen J, Cohen P, West SG, Aiken L S Applied multiple regression /correlation analysis for the behavioral sciences (3rd ed). Mahwah, NJ: Erlbaum, 2003

43 Li Wei, Tao Sha The Relationship between Perceived Stress and Depression and Anxiety in College Students The Effect of Social Support (in Chinese). Chinese Journal of Clinical Psychology, 2003, (2): 108~ 110
(李伟, 陶沙. 大学生的压力感与抑郁、焦虑的关系: 社会支持作用的分析. 中国临床心理学杂志, 2003 (2): 108~ 110)

44 Tao Sha, Liu Xia The mediation effect of cognitive appraisal on the relationship between stress and negative feelings among university students (In Chinese). Chinese Mental Health Journal 2004, 18 (2): 107~ 110
(陶沙, 刘霞. 认知倾向在大学生压力与负性情绪关系中的中介作用. 中国心理卫生杂志, 2004 18(2): 107~ 110)

45 Liu Xia, Tao Sha The relationships among different stress sources coping strategies and female university students' negative feelings (In Chinese). Acta Psychologica Sinica 2005, 37 637~ 649
(刘霞, 陶沙. 不同类型的压力和应对策略在女性大学生负性情绪产生中的作用. 心理学报, 2005, 37: 637~ 649)

46 Wang Xiangdong, Wang Xilin, Ma Hong Rating scales for mental health (supplement) (In Chinese). Beijing Chinese Mental Health Journal 1999
(汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册 (增订版). 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999)

47 Wang Dengfeng, Zhang Boyuan College student's Clinical Psychology and consulting (In Chinese), Beijing: Peking University Press 1992 39~ 68
(王登峰, 张伯源. 大学生心理卫生与咨询. 北京: 北京大学出版社, 1992 39~ 68)

48 Raikkonen K, Matthews K, Flory J D. Effects of optimism, pessimism, and trait anxiety on ambulatory blood pressure and mood during everyday life Journal of Personality and Social Psychology 1999, 76: 104~ 113

49 Zhang Yuejuan, Yan Keke, Wang Jinli A path analysis on life events, negative automatic thoughts, coping styles and depression (In Chinese). Journal of Psychological Development and Education 2005 (1): 96~ 99
(张月娟, 阎克乐, 王进礼. 生活事件、负性自动思维及应对方式影响大学生抑郁的路径分析. 心理发展与教育, 2005 (1): 96~ 99)

50 Xu Xiqi, Fang Ping, Wei Haiyan Advances in theoretical and empirical research on adolescent depression (In Chinese). Journal of Capital Normal University (Social Science Edition), 2005, (2): 119~ 123
(徐馨琦, 方平, 卫海燕. 青少年抑郁研究理论及研究展望. 首都师范大学学报 (社会科学版), 2005 (2): 119~ 12)

Optimism, Pessimism and Depression: The Relations and Differences by Stress Level and Gender

Tao Sha

(State Key Laboratory for Cognitive Neuroscience and Learning, Beijing Normal University, Beijing 100875, China)

Abstract

Optimism and pessimism are two dimensions of the generalized outcome expectancies. Precious research has shown their important roles in predicting depression among various populations. Whereas optimism and pessimism were repeatedly revealed as two separate constructs, they were viewed as the bipolar opposites in many previous studies. The present study was aimed to examine if optimism and pessimism had distinct roles in depression among university students. Moreover, the effects of stress level were tested to examine the vulnerability hypothesis about the role of optimism proposed in previous studies. The gender differences in the roles of optimism and pessimism were also examined.

Three hundred and thirty-two students (female and male students 167 in each group) with diverse majors from three universities in Beijing completed questionnaires about their general outcome expectancies, depression and stress. The Life Orientation Test (Scheier & Carver, 1985) was used to measure students' optimism and pessimism (Cronbach's $\alpha = 0.170$), the Chinese version of CES-D (Radloff, 1977) was administered to measure students' depression (Cronbach's $\alpha = 0.87$), and a stress rating questionnaire was applied to measure students' stress level (Cronbach's $\alpha = 0.84$).

The results indicated that optimism and pessimism were significantly correlated ($r = -0.26, p < 0.001$). Hierarchical multiple regression analysis showed that while both of them explained unique variance of depression, pessimism explained relatively greater proportion than optimism did. In addition to groups of students who scored higher than average in either optimism or pessimism and lower than average in the other dimension (percentages for the group of optimism and the group of pessimism: 35.9%, 23.4%), there were other two groups of students who scored higher than average (19.8%) or lower than average (21%) in both optimism and pessimism. MANOVA further revealed significant group differences in stress and depression. Stress level moderated the relation between optimism and depression that the protective effect of optimism became more salient with increasing stress level. Gender moderated the relation between pessimism and depression to some extent. When stress level was included into the predictive model as a covariate, the negative effect of pessimism was much stronger among male students.

Taken these results together, optimism and pessimism are two related but distinct dimensions of general outcome expectancies, and have different roles in depression. The protective effects of optimism tend to be more important for students with higher stress level, and the destructive effects of pessimism tend to increase for male students with higher level of stress. The vulnerability hypothesis about the role of optimism was not supported.

Key words optimism, pessimism, depression, stress level, gender, moderator effects

全国心理健康指导与教育科普工作研讨会在西安举行

全国心理健康指导与教育科普工作研讨会于今年9月16~19日在古都西安举行。来自北京、山东、江苏、广东、浙江、黑龙江、重庆、福建和陕西九个省市的从事心理、教育、医疗以及政府相关机构的工作人员和相关社会服务机构人员等共130多人出席了此次会议。

会议分别由全国心理学会科普工作委员会副主任委员高文斌博士、陕西省心理学会名誉理事长欧阳仑教授和山东现代医学研究院院长王廷礼教授主持，中国心理学会李扬副秘书长致开幕词。会议议题针对我国自改革开放以来，由于经济的高速发展和急剧的社会变革所引发的人们心理和精神卫生问题。这些问题已被社会、相关机构和专业人员高度关注，并引起社会各界强烈的反映。与会代表认为，在大力提倡构建社会主义和谐社会的今天，举办加强我国人群的心理与行为的健康教育与指导，交流心理健康行为工作中的经验和体会的相关研讨会非常必要。

与会的12位专家学者从不同侧面报告了不同人群心理健康领域存在的问题和干预对策的研究成果。比如，对于儿童村孤儿的心理干预，青少年的心理健康干预，自杀的干预，包括最近媒体和社会都非常关注的网瘾的干预等等。

中国心理学会心理学会科普工作委员会主任委员梅建研究员在闭幕式上致闭幕词。他说，心理学普及工作委员会（科普委）举办的本次研讨会仅仅是这方面工作的开始。为提高和促进我国教育、心理和医务工作者在心理与行为、健康教育、促进健康保健技术服务的科普工作的开展，科普委责无旁贷地去开展和推动此方面工作。

中国心理学会心理学普及工作委员会、5心理学报6编辑部