

乐观与大学生抑郁的关系： 负性认知偏向与消极情感的链式中介

郑雪^{1*}, 吴舒蔓², 刘丽妃²

(1. 华南师范大学心理学院, 广州 510631; 2. 华南师范大学教育科学学院, 广州 510631)

摘要:目的:考察乐观对大学生抑郁的影响及其作用机制,以及探究负性认知偏向和消极情感在乐观与大学生抑郁之间的中介作用。方法:采用贝克抑郁自评问卷、负性认知加工偏向问卷、消极情感量表、乐观量表对801位大学本科生进行调查。结果表明:(1)乐观与负性认知偏向显著负相关;负性认知偏向与消极情感呈负相关,与抑郁呈正相关;消极情感与抑郁呈正相关;(2)乐观对抑郁直接产生影响,负性认知偏向和消极情感在乐观与抑郁之间起显著的中介作用。具体为三条中介路径:一是负性认知偏向的单独中介作用;二是消极情感的单独中介作用;三是负性认知偏向和消极情感的链式中介作用。结论:乐观既可以直接影响大学生抑郁水平,又可以分别通过负性认知偏向、消极情感的中介作用,以及负性认知偏向——消极情感的链式中介作用间接影响大学生抑郁水平。研究揭示了乐观与大学生抑郁的关系及其作用机制,拓展了大学生抑郁的影响因素,对大学生的心理健康工作具有一定的现实意义。

关键词:大学生;乐观;抑郁;负性认知偏向;消极情感

中图分类号:B848

文献标识码:A

文章编号:1003–5184(2024)01–0066–08

1 引言

抑郁是一种以显著持久和稳定的情绪低落、兴趣减退和愉快感缺失等为临床表现的情绪障碍,具有高发病率、高复发率、高自杀率及高致残率等特点(王蜜源等,2020)。抑郁症是造成全球疾病总负担的主要原因和主要致残原因,大学生正处于青少年晚期向成年早期过渡的阶段,心理发展不够成熟,是抑郁的高发群体。研究显示2011~2020年我国大学生抑郁总体检出率为31.38%,远高于一般人群(王蜜源等,2020),引发大学生抑郁的原因主要包括校园的学习生活、人际关系、情感和就业(杨洋,韩继明,2022)。所以,研究大学生抑郁的影响机制具有重要的现实和社会意义。

在研究抑郁症的成因和预防方面,认知理论(Beck, 1979)和素质压力理论(Rosenthal, 1963)都认为抑郁症的发生不仅受到外界环境的刺激,还有一定程度上的人格基础。然而,积极心理学的角度(郭以诺,2022)则强调了乐观是一种积极的人格特质,其核心是个人对未来事件的积极期待,相信事件会趋向好的结果(Scheier & Carver, 1985)。Beck认为乐观者的认知图式比悲观者的认知图式更加积

极,抑郁水平也更低(Beck, 1979)。事实上, Scheier和Carver(1985)也强调了乐观作为一种稳定的人格特质,能有效缓冲抑郁所带来的影响,并积极发挥保护个体的功能。有研究表明,乐观可以显著预测个体的抑郁水平,有乐观倾向的个体心理状况较好,也较少产生抑郁情绪(徐云轩等,2011)。此外,牛更枫等(2015)认为乐观可以增强大学生的心理素质,在一定程度上可以缓解抑郁情绪的影响。故提出假设1:乐观对大学生抑郁水平具有负向预测作用。

认知图式理论认为,图式会被负性应激事件激活,影响个体对信息的获取和加工,从而产生负性认知偏向,导致抑郁发生(朱婉等,2022)。负性认知偏向是指个体在信息加工过程中对于负性信息存在加工偏好的一种认知特质,包括负性注意偏向、负性记忆偏向和负性解释偏向(李亮等,2021)。乐观对个体的认知和心理健康等都有显著影响,Kress等人(2017)认为乐观和负性认知偏向负相关,也有研究发现乐观者更倾向于积极的认知加工活动和行为活动(银小兰,朱翠英,刘文俐,2018)。但是目前有关乐观和负性认知偏向之间的研究普遍只关注注意偏

* 通讯作者:郑雪, E-mail: zhengxue77@126.com。

向维度。负性记忆偏向也是负性认知偏向的重要组成部分。负性记忆偏向指的是个体在面对外界刺激时,更容易编码和回忆起与负性情绪相关的信息,由负性认知偏向引起的负性情绪增加是影响抑郁症发病率的重要因素(蒋娟等,2017)。有关研究表明,负性认知偏向对抑郁症的发作、维持和复发起消极作用(程晓彤等,2020)。乐观者通过影响负性认知偏向的解释偏向,更倾向于采用积极、正向的解释方式,从而减轻抑郁情绪的影响。此外,国外有研究者发现认知偏向在人格和抑郁之间起中介作用(Gawęda, Prochwicz, & Cella, 2015)。故此提出假设2:负性认知偏向在乐观和大学生抑郁间发挥中介作用。

情感可分为两个维度:消极情感和积极情感。积极情感作为个体心理健康的标志,与乐观相关;而消极情感则是指个体存在焦虑或抑郁等负向的心理状态,并长期经历不愉快的情绪体验(Watson, Clark, & Tellegen, 1988)。自我决定理论指出个体乐观的、积极的基本需求得不到满足,就会产生焦虑和悲伤的消极情感(左奎勇等,2023)。有研究者将乐观与不同心理消极指标进行随机模型分析发现,乐观与消极情感显著相关并呈负相关(齐晓栋等,2012),即乐观的人更不容易出现消极情感。这说明,乐观可以帮助个体更好地应对压力和挫折,从而减少消极情绪的产生。而抑郁患者表现为过度沉浸于消极情绪中,难以摆脱消极情绪的影响,这也是抑郁不断增强的主要原因(黄敏儿,郭德俊,2001),消极情感与抑郁密切相关,在一定程度上,消极情感可以预测个体抑郁的发生(谢俊鹏等,2018)。故此提出假设3:消极情感在乐观与大学生抑郁间发挥中介作用。

以上理论和研究表明抑郁症的形成和发展受诸多因素的影响,且涉及多种因素的相互作用。认知(归因)—情绪—行为模型指出,个体遇到的事件会与其个性系统中复杂的认知—情感单元发生交互作用,并最终决定个体的行为(Mischel & Shoda, 1995)。有研究指出,负性认知偏向体现在个体会对负性刺激产生更强的情绪体验,并且会导致个体表现出更多的消极情感,进而会影响其心理健康状态,增加抑郁发作的易感性(朱永泽,毛伟宾,王蕊,2014)。认知易感素质—应激理论认为,具有负性认知偏向的个体会持续存在消极情感,将负面事件解释为自己的内部稳定特质,归因于自己的能力,这

种内化的归因导致消极情感的增加和自我评价的下降,增加抑郁等心理问题的发生的概率(Hankin & Abramson, 2001),对个体的心理健康产生消极影响。因此提出假设4:负性认知偏向和消极情感在乐观与大学生抑郁中起链式中介作用。

综上,该研究拟构建一个链式中介模型,以负性认知偏向和消极情感为中介变量,深入探讨乐观、负性认知偏向和消极情感对大学生抑郁的影响及其作用机制。该研究意在构建乐观与抑郁之间的直接路径,为抑郁的预测和恢复提供一个新的解释框架,有利于我们重点加强培养大学生的乐观人格,增强高校的指导与心理咨询来消除抑郁大学生群体的性格不适应,帮助他们纠正其不合理认知,促进更多积极的情感体验,从而减少抑郁。

2 研究方法

2.1 研究对象

研究采用方便抽样法对三所广东省高校的本科生进行问卷调查,共收到810份问卷,剔除作答不完整的数据,得到有效问卷801份,有效率为98.89%。其中男生340人(42.40%),女生461人(57.60%);大一370人(46.20%),大二377人(47.10%),大三40人(5.00%),大四14人(1.70%)。被试平均年龄为 19.12 ± 1.21 岁。

2.2 研究工具

2.2.1 贝克抑郁自评问卷

采用贝克抑郁自评问卷(Beck et al., 1996),共21个项目,0—3级评分。例如项目1关于“悲伤”的评定,0表示我不感到悲伤;1表示我感到悲伤;2表示我始终悲伤,不能自制;3表示我太悲伤或不愉快,不堪忍受。本次测量中量表的 α 系数为0.88,验证性因子分析单因子模型拟合良好,CFI = 0.92, TLI = 0.90, RMSEA = 0.05, SRMR = 0.02,该量表具有良好的信度与结构效度。

2.2.2 负性认知偏向问卷

采用张睿(2015)编制的负性认知加工偏向问卷,共15个项目(如“我的注意力容易被负性的东西吸引,并难以转移”“我总是清晰地记得自己的失误”),包括负性注意偏向、负性记忆偏向、负性解释偏向三个维度。量表采用李克特4级计分,1表示完全不符合,4表示完全符合。该研究中3个分量表的 α 系数分别为0.84、0.88和0.82,研究中改良版的 α 系数为0.93。验证性因子分析表明3因子模型拟合良好,CFI = 0.96, TLI = 0.95, RMSEA =

0.06, SRMR = 0.03, 该量表具有良好的信度与结构效度。

2.2.3 消极情感量表

采用邱林、郑雪和王雁飞(2008)修订的积极消极情感量表的消极情感维度,共10项目,(如“气愤”“敌意”“惊恐”),采用李克特5级评分,即1表示完全没有,5表示完全有。研究中该量表的 α 系数为0.86,验证性因子分析单因子模型拟合良好, CFI = 0.96, TLI = 0.94, RMSEA = 0.07, SRMR = 0.03, 该量表具有良好的信度与结构效度。

2.2.4 乐观量表

该量表由 Scheier 等 1985 年编制、1994 年修订 (Scheier, Carver, & Bridges, 1994) 的生活取向测验的乐观维度,有3个项目(如“我对自己的未来充满希望”),采用李克特5级评分法,从1(完全没有)到5(完全有)。该量表的 α 系数为0.88。验证性因子分析单因子模型拟合良好, CFI = 0.99, TLI = 0.98, RMSEA = 0.07, SRMR = 0.02, 该量表具有良好的信度与结构效度。

2.3 步骤和数据处理

通过在线问卷平台进行调查,收集数据,问卷施测过程大约15分钟。问卷采取匿名方式,所有参与

者均在做问卷前阅读并接受《知情同意书》。整个数据收集、分析过程都遵守保密原则。研究中所有的数据分析均使用 SPSS26.0 处理,采用 Amos 23.0 分析中介效应。

3 结果

3.1 区分效度及共同方法偏差

研究采用验证性因子分析评估变量之间的区分效度。因为该研究中测量的题目较多,这会在很大程度上影响拟合指数的有效性,故依据吴艳和温忠麟(2011)建议采用题目打包策略。具体来说,采取多维量表按维度打包,单维量表采取平衡法进行打包的策略。四因子模型与其他竞争模型的拟合指数如表1所示。可以看出,与其他几种竞争模型的拟合指数相比较,四因子模型拟合最好,这验证了研究变量间的区分效度(温忠麟,黄彬彬,汤丹丹,2018)。

另外,考虑到该研究采用自我报告法收集数据,且所有数据来源于学生个体,可能存在共同方法偏差,采用 Harman 单因子进行检验,发现消极情感、负性认知偏向、抑郁、乐观,第一因子解释的变异量为28.76%,小于40%的临界标准,表明这4个量表的研究数据也不存在严重的共同方法偏差。

表1 模型区分效度检验

模型	χ^2	df	χ^2/df	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
单因子	1436.38	44.00	32.65	0.69	0.62	0.20	0.10
两因子	625.73	43.00	14.55	0.87	0.84	0.13	0.03
三因子	529.41	41.00	12.91	0.89	0.86	0.12	0.02
四因子	163.55	38.00	4.30	0.97	0.96	0.06	0.02

注:单因子:所有变量合为一个因子;两因子:消极情感+负性认知偏向+抑郁,乐观;三因子:负性认知偏向+抑郁,消极情感,乐观。

3.2 各变量的描述统计分析结果

该研究各变量均值、标准差和相关分析结果如表2所示。被试的性别与负性认知偏向及其各维度、消极情感、抑郁均呈显著正相关($p < 0.01$),表现为女大学生的负性注意偏向、负性记忆偏向、负性解释偏向、负性认知偏向和消极情感评分高于男大学生。被试的年级与乐观显著正相关($p < 0.05$),表现为乐观随着年级的升高而升高。因此数据分析时将性别、年级纳入控制变量进行分析。

大学生的乐观人格与其抑郁水平显著负相关($p < 0.01$)。负性认知偏向及其各维度与乐观显著

负相关($p < 0.01$);与消极情感、抑郁呈正相关($p < 0.01$),表现为消极情感、抑郁评分随着负性注意偏向、负性记忆偏向、负性解释偏向、负性认知偏向的评分升高而升高;乐观评分随着负性注意偏向、负性记忆偏向、负性解释偏向、负性认知偏向的评分升高而降低;

乐观与消极情感、抑郁均负相关($p < 0.01$),表现为消极情感、抑郁评分随着乐观的升高而降低;消极情感与抑郁正相关($p < 0.01$),表现为抑郁评分随着消极情感评分的升高而升高。

表2 乐观、抑郁、负性认知偏向、消极情感的相关分析

	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 性别	1.58	0.5	1.00								
2 年级	1.62	0.66	0.06	1							
3 负性注意偏向	2.15	0.63	0.01**	-0.01	1						
4 负性记忆偏向	2.52	0.73	0.14**	0.02	0.69**	1					
5 负性解释偏向	2.09	0.60	0.19**	0.01	0.66**	0.69**	1				
6 负性认知偏向	2.25	0.58	0.17**	0.01	0.88**	0.91**	0.87**	1			
7 乐观	3.70	1.05	-0.04	0.07*	-0.45**	-0.42**	-0.38**	-0.47**	1		
8 消极情感	2.43	0.66	0.15**	0.001	0.41**	0.46**	0.44**	0.49**	-0.37**	1	
9 抑郁	1.35	0.34	0.07*	-0.05	0.46**	0.55**	0.48**	0.56**	-0.44**	0.41**	1

注：*表示 $p < 0.05$ ，**表示 $p < 0.01$ ，***表示 $p < 0.001$ 。性别和年级为虚拟变量，男 = 1，女 = 2；大一 = 1，大二 = 2，大三 = 3，大四 = 4

3.3 乐观对大学生抑郁的影响：负性认知加工偏向与消极情感的中介作用

该研究通过建立结构方程模型检验负性认知偏向与消极情感在乐观与大学生抑郁之间的中介效应（见图1和表3）。首先，在控制性别和年龄的影响后，检验乐观对大学生抑郁的影响，结果显示数据对模型拟合良好（温忠麟等，2004）， $RMSEA = 0.06$ ， $SRMR = 0.02$ ， $CFI = 0.97$ ， $TLI = 0.96$ 。大学生的乐观对其负性认知偏向具有显著预测作用（ $\gamma = -0.54, t = -13.86, p < 0.001$ ），即负性认知偏向因乐观评分的升高而降低，负性认知偏向显著预测大学生的抑郁水平（ $\gamma = 0.41, t = 8.46, p < 0.001$ ），即大学生的抑郁水平因负性认知偏向评分的升高而升高。用Bootstrap法重复抽样5000次，计算负性认知偏向在大学生的乐观与抑郁水平之间的中介效应，经检验，中介效应统计量 $-0.07, P < 0.001$ ，

95%的区间为（ $-0.09, -0.05$ ），置信区间不包括0，说明中介效应显著，负性认知偏向在乐观对大学生抑郁水平的影响中起中介作用，即中介效应占总效应的40.22%。

大学生的乐观对其消极情感具有显著预测作用（ $\gamma = -0.21, t = -4.57, p < 0.001$ ），即消极情感因乐观评分的升高而降低；消极情感显著预测大学生的抑郁水平（ $\gamma = 0.31, t = 6.70, p < 0.001$ ），即大学生抑郁水平因消极情感的评分升高而升高。用Bootstrap法重复抽样5000次，计算消极情感在大学生的乐观与抑郁水平之间的中介效应，经检验，中介效应统计量 $-0.05, P < 0.001$ ，95%的区间为（ $-0.06, -0.03$ ），置信区间不包括0，说明中介效应显著，消极情感在乐观对大学生抑郁水平的影响中起中介作用，即中介效应占总效应的26.26%。

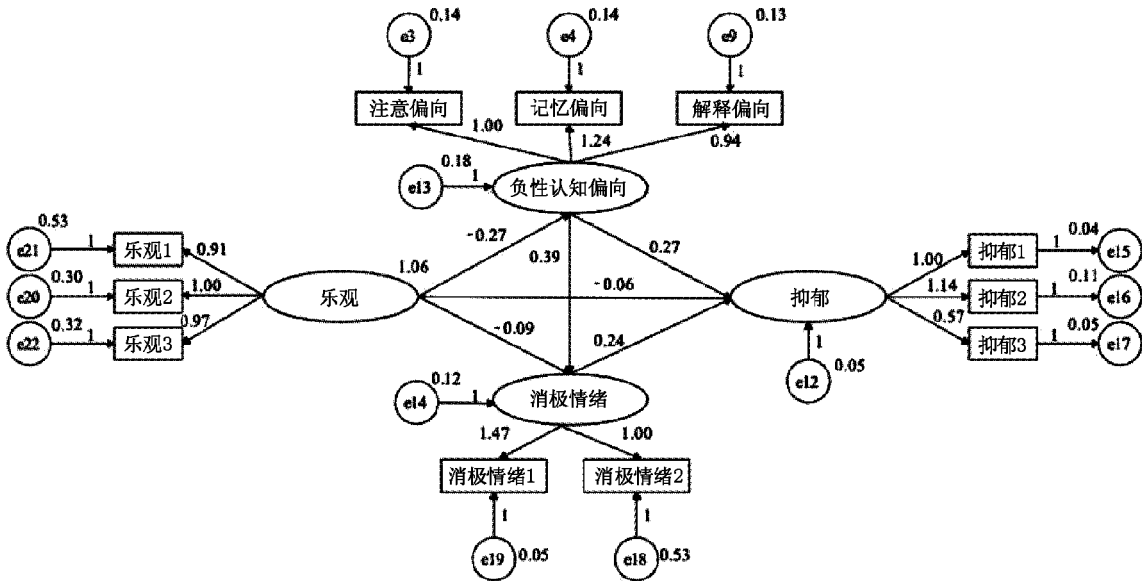


图1 乐观对抑郁的链式中介作用模型

负性认知偏向对其消极情感具有显著预测作用 ($\gamma = 0.46, t = 7.62, p < 0.001$), 即负性认知偏向对其消极情感具有正向影响; 用 Bootstrap 法重复抽样 5000 次, 验证乐观通过影响负性认知偏向进一步影响消极情感最终影响抑郁之间的链式中介效应, 经检验, 中介效应统计量 0.004, $P < 0.001$, 95% 的区间为 (0.002, 0.007), 置信区间不包括 0, 说明中介

效应显著, 乐观通过影响负性认知偏向进一步影响消极情感最终影响抑郁, 链式中介成立。

另外, 在加入负性认知加工偏向和消极情感后, 乐观对抑郁的作用依然显著 ($\gamma = -0.19, t = -4.74, p < 0.001$), 说明负性认知偏向、消极情感在大学生的乐观与抑郁之间起部分中介作用, 中介效应所占比例为 66.48%。

表 3 中介效应 Bootstrap 检验和效应量 1

路径	效应值	区间(95%)	效应占比
乐观→负性认知偏向→抑郁	-0.07***	(-0.09, -0.05)	40.22
乐观→消极情感→抑郁	-0.05***	(-0.06, -0.03)	26.26
乐观→负性认知偏向→消极情感→抑郁	0.004**	(0.002, 0.007)	10.52
直接效应	-0.19***	(-0.35, -0.04)	-

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

本文进一步研究负性认知偏向的三个维度的中介作用, 发现三个维度分别作为中介变量时, 和消极情感构成的多重中介, 中介效应都显著。由表 4 可知, 负性注意偏向和消极情感在乐观和大学生抑郁间中介效应 95% 的区间为 (0.001, 0.006), 中介效

应显著; 负性记忆偏向和消极情感在乐观和大学生抑郁间中介效应 95% 的区间为 (0.003, 0.008), 中介效应显著; 负性解释偏向和消极情感在乐观和大学生抑郁间中介效应 95% 的区间为 (0.002, 0.009), 中介效应显著。

表 4 中介效应 Bootstrap 检验和效应量 2

路径	效应值	区间(95%)	效应占比
乐观→负性注意偏向→抑郁	-0.05***	(-0.06, -0.03)	25.70
乐观→消极情感→抑郁	-0.05***	(-0.07, -0.04)	29.61
乐观→负性注意偏向→消极情感→抑郁	0.003***	(0.001, 0.006)	8.97
乐观→负性记忆偏向→抑郁	-0.06***	(-0.07, -0.04)	31.28
乐观→消极情感→抑郁	-0.05***	(-0.07, -0.03)	27.37
乐观→负性记忆偏向→消极情感→抑郁	0.01***	(0.003, 0.008)	11.24
乐观→负性解释偏向→抑郁	-0.05***	(-0.06, -0.03)	25.14
乐观→消极情感→抑郁	-0.05***	(-0.07, -0.04)	29.05
乐观→负性解释偏向→消极情感→抑郁	0.01***	(0.002, 0.009)	10.47

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

4 讨论

本研究构建了一个链式中介模型, 综合探讨了乐观、负性认知偏向、消极情感共同对大学生抑郁的影响, 结果显示, 乐观不仅可以直接影响大学生的抑郁水平, 还可以通过负性认知偏向和消极情感的中介作用以及负性认知偏向和消极情感的链式中介作用间接影响大学生的抑郁水平。

4.1 乐观对大学生抑郁水平的影响

研究结果显示, 乐观与大学生抑郁水平之间存在负相关关系。验证了假设 1, 这与以往前人的研究结果相一致, 即大学生的乐观倾向越高, 抑郁水平就越低 (陈永涌, 霍涌泉, 2016), 也就是说, 乐观倾向低的个体更容易出现抑郁症状。认知理论认为乐观这种稳定的人格特质, 作为个体心理健康的保护

性因素, 在一定程度上对心理疾病起着缓冲和抵御的作用, 有研究表明, 乐观的人在面对挑战时更有可能采取积极的解决方案, 更能够寻找有效的方式减轻负面的环境刺激影响 (Holmes & Blackwell, 2017)。以往研究也证明, 乐观的个体拥有较好的心理健康水平, 抑郁的可能性也降低; 乐观可以负向预测抑郁, 乐观的人似乎更容易克服生活中的问题。高水平的乐观有助于减少负性生活经历或者事件可能导致的抑郁, 并增强个体的心理健康 (Kapikiran & Acun - Kapikiran, 2016)。

4.2 负性认知偏向的中介作用

该研究显示, 负性认知偏向是乐观影响大学生抑郁的一个中介变量, 即负性认知偏向在乐观与抑郁的关系中起中介作用, 假设 2 得到验证。此研究

表明,乐观负向预测负性认知偏向,这与 Kress 等人(2017)的研究结果基本一致,即乐观倾向较高的个体,负性认知偏向会较低,对未来事件会更倾向积极的阐述。Orchard 和 Reynolds(2018)的研究发现负性认知偏向能准确地预测抑郁水平,该研究也证实了这一点。基于 Beck 的认知图式理论,负性认知偏向是产生情绪问题的主要原因,在被环境刺激的知觉中,普通人对正性刺激有偏向,抑郁患者对负性刺激有偏向。Ingram 的信息加工模型(1984)认为个体的认知图式被负性事件激活后,个体会对负性认知触发的信息进行过度解读,从而导致抑郁的发生。通过对该研究结果的分析可知,负性认知偏向与乐观呈负相关,与大学生抑郁水平呈正相关。乐观水平高的大学生更可能倾向于积极的认知加工活动,从而减少抑郁。

4.3 消极情感的中介作用

研究数据显示消极情感是乐观预测抑郁的另一个中介变量,即乐观可以通过消极情感间接影响大学生的抑郁水平,验证了假设3。该研究结果表明,乐观可以负向预测消极情感,这与前人的研究结论基本一致(Kennes et al., 2021),即乐观不仅与高水平的积极情绪有关还与较低水平的消极情绪有关。自我决定理论认为良好的情感支持和社会支持能够减少抑郁的风险。Eysenck(1975)提出积极情感与健康人格相关,消极情感与人格缺陷密切相关,也有学者将消极情感作为心理健康的消极指标,结果显示,高水平的抑郁与高水平的消极情绪呈正相关(Cucu - Ciuhan & Dumitru, 2017),该研究结果也与其基本一致。通过分析研究结果发现,消极情感可以正向预测大学生的抑郁水平,即消极情绪越高,抑郁水平就越高,反之,消极情绪越低,抑郁水平就越低。此研究说明,乐观倾向越高的个体,消极情感越低,就越不容易激发抑郁发作。

4.4 负性认知偏向和消极情感的链式中介作用

在探究乐观对大学生抑郁水平之间的作用机制时,研究还发现了负性认知偏向到消极情感这一条重要的链式中介路径,假设4得到验证。该研究结果发现,负性认知偏向可以正向预测消极情感,这与前人的研究结论一致,即负性认知偏向会加剧抑郁患者的消极情感(LeMoult & Gotlib, 2018)。认知—情感—行为模型(Zayas, Shoda, & Ayduk, 2002)指出外部的信息会刺激个体产生认知和情感反应,最后决定个体的行为,即个体对中性刺激的加工越

倾向于负性,其消极情感就更强烈,抑郁水平就越高。总的来说,乐观水平高的个体可以更积极地调节认知偏向,减少消极情绪,在面对生活事件和情境时能够降低抑郁的发作。通过进一步分析研究结果可知,负性认知偏向的三个维度作为中介变量时,与消极情感构成的多重中介,中介效应都显著,说明负性认知偏向和消极情感,在乐观对大学生抑郁的影响路径中起到链式中介的作用。

4.5 价值与局限

该研究揭示了乐观与大学生抑郁水平之间的关系,并构建了一个链式中介模型,有助于更加全面地揭示高校大学生群体抑郁的发生和发展,对加强大学生心理健康教育具有一定的理论和现实意义,同时对预防和干预大学生抑郁提供启示。首先,高校要重视大学生的心理健康教育,培养学生以积极乐观的人格特质面对生活;其次,高校要关注大学生的负性认知偏向特点,采取合理有效的心理辅导,对大学生不恰当的认知进行干预;最后,高校要提供支持性的心理咨询或讲座,缓解学生已经出现的消极情感,从而减少负面情绪对心理健康的消极影响。

当然,此研究存在一些不足之处。首先,该研究采取横断研究,探讨了乐观对大学生抑郁的影响机制,但难以确定各变量间的因果关系,未来的研究可采用纵向研究的方式。其次,研究采用自我报告的方式进行问卷调查,以后可以采用多主体评定方式采集数据。最后,研究的选取被试集中于某一省份,未来的研究可以聚焦于不同区域不同类型的高校进一步验证该研究的相关结论。

5 结论

- (1)乐观能负向预测大学生抑郁水平;
- (2)负性认知偏向在乐观与大学生抑郁之间起中介作用;
- (3)消极情感在乐观与大学生抑郁之间起中介作用;
- (4)负性认知偏向和消极情感在乐观与大学生抑郁之间起链式中介作用。

参考文献

- 陈永涌,霍涌泉.(2016).西部高校大学生乐观与心理健康:应激的调节作用.《中国健康心理学杂志》,24(8),1247-1253.
- 程晓彤,徐慧敏,王佳,冯正直.(2020).新训期新兵抑郁症状与负性认知加工偏向、聪慧的关系研究.《解放军预防医学杂志》,38(1),11-14.

- 郭以诺. (2022). 积极心理学的研究进展探析. *大学*, 17(5), 5-8.
- 黄敏儿, 郭德俊. (2001). 大学生情绪调节方式与抑郁的研究. *中国心理卫生杂志*, 15(6), 438-441.
- 蒋娟, 谢守荣, 李丽, 李晋, 刘云波, 徐文佳, 等. (2017). 高原某部官兵负性认知加工偏向特征与抑郁情绪间关系分析. *第三军医大学学报*, 39(19), 1891-1895.
- 李亮, 韩磊, 高峰强, 陈英敏. (2021). 负性认知加工偏向在大学生羞怯与自我表露关系中的作用. *中国临床心理学杂志*, 29(6), 1260-1265.
- 牛更枫, 范翠英, 周宗奎, 田媛, 连帅磊. (2015). 青少年乐观对抑郁的影响: 心理韧性的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 23(4), 709-711.
- 齐晓栋, 张大均, 邵景进, 王佳宁, 龚玲. (2012). 气质性乐观与心理健康关系的元分析. *心理发展与教育*, 28(4), 392-404.
- 邱林, 郑雪, 王雁飞. (2008). 积极情感消极情感量表(PA-NAS)的修订. *应用心理学*, 14(3), 249-254.
- 王蜜源, 刘佳, 吴鑫, 李磊, 郝肖迪, 等. (2020). 近十年中国大学生抑郁症患病率的 Meta 分析. *海南医学院学报*, 26(9), 686-693.
- 温忠麟, 黄彬彬, 汤丹丹. (2018). 问卷数据建模前传. *心理科学*, 41(1), 204-210.
- 温忠麟, 张雷, 侯杰泰, 刘红云. (2004). 中介效应检验程序及其应用. *心理学报*, 36(5), 614-620.
- 吴艳, 温忠麟. (2011). 结构方程建模中的题目打包策略. *心理科学进展*, 19(12), 1859-1867.
- 谢俊鹏, 徐松, 于永菊, 彭李, 徐媛媛. (2018). 新兵情感人格特点及其与抑郁、正负性情感、认知偏向的关系. *第三军医大学学报*, 40(15), 1343-1349.
- 徐云轩, 吴大兴, 徐远超, 张积标, 彭小虎. (2011). 内外向与神经质在大学生乐观-悲观倾向与抑郁关系的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 19(1), 116-118.
- 杨洋, 韩继明. (2022). 大学生抑郁和自杀现状、影响因素以及干预措施. *心理学进展*, 12(7), 2451-2457.
- 银小兰, 朱翠英, 刘文俐. (2018). 大学生乐观与心理健康的关系: 特质应对方式的中介作用. *兰州教育学院学报*, 34(5), 155-157.
- 张睿. (2015). 负性认知加工偏向问卷的编制与应用(硕士学位论文). 第三军医大学.
- 朱婉, 司峰, 邓星萍, 张臣臣, 曹建琴. (2022). 抑郁症联合认知偏向的研究进展. *神经疾病与精神卫生*, 22(8), 591-595.
- 朱永泽, 毛伟宾, 王蕊. (2014). 负性偏向的神经机制. *心理科学进展*, 22(9), 1393-1403.
- 左奎勇, 李冉冉, 何彬彬, 陈玉军, 王相英. (2023). 余暇体育锻炼氛围对大学生智能手机成瘾的影响: 消极情感和自我控制的链式中介作用. *中国健康心理学杂志*, 31(2), 288-294.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Manual for the Beck depression inventory*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.
- Cucu - Ciuhan, G., & Dumitru, I. E. (2017). Unconditional Self - Acceptance, Functional and Dysfunctional Negative Emotions, and Self - Esteem as Predictors for Depression in Adolescents: A Brief Pilot Study Conducted in Romania. *Journal of Experiential Psychotherapy/Revista de Psihoterapie Experientiala*, 20(4), 30-38.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1975). *Manual of the Eysenck Personality Questionnaire (junior and adult)*. London: University of London Press.
- Gawęda, L., Prochwicz, K., & Cella, M. (2015). Cognitive biases mediate the relationship between temperament and character and psychotic - like experiences in healthy adults. *Psychiatry Research*, 225(1-2), 50-57.
- Hankin, B. L., & Abramson, L. Y. (2001). Development of gender differences in depression: An elaborated cognitive vulnerability - transactional stress theory. *Psychology Bulletin*, 127(6), 773-796.
- Ji, J. L., Holmes, E. A., & Blackwell, S. E. (2017). Seeing light at the end of the tunnel: Positive prospective mental imagery and optimism in depression. *Psychiatry Research*, 247, 155-162.
- Kapikiran, S., & Acun - Kapikiran, N. (2016). Optimism and Psychological Resilience in Relation to Depressive Symptoms in University Students: Examining the Mediating Role of Self - Esteem. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 16(6), 2087-2110.
- Kennes, A., Peeters, S., Janssens, M., Reijnders, J., Simons, M., Lataster, J., & Jacobs, N. (2021). Optimism and mental health in adolescence: A prospective validation study of the Dutch life - orientation test - revised (LOT - RA) for adolescents. *Psychologica Belgica*, 61(1), 104.
- Kress, L., & Aue, T. (2017). The link between optimism bias and attention bias: A neurocognitive perspective. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 80, 688-702.
- LeMoult, J., & Gotlib, I. H. (2019). Depression: A cognitive perspective. *Clinical Psychology Review*, (69), 51-66.
- Mischel, W., & Shoda, Y. (1995). A cognitive - affective system theory of personality: Re - conceptualizing situations, dispositions, dynamics, and invariance in personality structure. *Psychological Review*, 102(2), 246-268.
- Orchard, F., & Reynolds, S. (2018). The combined influence of cognitions in adolescent depression: Biases of interpretation,

- self-evaluation, and memory. *British Journal of Clinical Psychology*, 57(4), 420-435.
- Rick, E. I. (1984). Toward an information-processing analysis of depression. *Cognitive Therapy and Research*, 8(5), 443-477.
- Rosenthal, D. (1963). A suggested conceptual framework. In D. Rosenthal (Ed.), *The Genain quadruplets* (pp. 505-516). New York: Basic Books.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063-1078.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1984). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology Official Journal of the Division of Health Psychology American Psychological Association*, 4(3), 219-247.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Watson, D., Clark, L. A., Tellegen, A. development and validation of brief measures of positive and negative affect - the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Zayas, V., Shoda, Y., & Ayduk, O. N. (2002). Personality in context: An interpersonal systems perspective. *Journal of Personality*, 70(6), 851-900.

The Relationship between Optimism and Depression in College Students: A Chain Mediator of Negative Cognitive Bias and Negative Affect

Zheng Xue¹, Wu Shuman², Liu Lifei²

(1. School of Psychology, South China Normal University, Guangzhou 510631;

2. School of Education Science, South China Normal University, Guangzhou 510631)

Abstract: Aims To investigate the influence and mechanism of optimism on depression in college students, and to explore the mediating role of negative cognitive bias and negative emotion between optimism and depression in college students. Methods 801 undergraduates were investigated by Beck Depression self-rating questionnaire, negative cognitive Processing Bias questionnaire, negative affective Scale and optimism scale. Results (1) Optimism was significantly negatively correlated with negative cognitive bias; Negative cognitive bias was negatively correlated with negative emotion and positively correlated with depression. Negative emotion is positively correlated with depression. (2) Optimism has a direct impact on depression, and negative cognitive bias and negative emotion play a significant mediating role between optimism and depression. There are three mediating paths: one is the single mediating effect of negative cognitive bias; Second, the single mediating effect of negative emotion; The third is the chain mediation of negative cognitive bias and negative emotion. Conclusion Optimism can not only directly affect the depression of college students, but also indirectly affect the depression level of college students through the mediating effect of negative cognitive bias, negative emotion, and the chain mediating effect of negative cognitive bias - negative emotion. This study reveals the relationship between optimism and depression of college students and its mechanism of action, expands the influencing factors of depression of college students, and has certain practical significance for the mental health work of college students.

Key words: college students; optimism; depression; negative cognitive bias; negative affect