

DOI: 10.16781/j.0258-879x.2018.05.0520

· 论 著 ·

## 军医院校研究生情绪调节自我效能感在心理素质和抑郁间的中介效应

苏红<sup>1,2\*</sup>, 冯正直<sup>1</sup>

1. 陆军军医大学(第三军医大学)心理学院, 重庆 400038

2. 重庆城市管理职业学院健康与老年服务学院, 重庆 401331

**[摘要]** **目的** 探讨军医院校研究生情绪调节自我效能感在心理素质和抑郁之间的中介作用。**方法** 采用医学硕士研究生心理素质问卷(PQQMM)、情绪调节自我效能感量表(RESES)、抑郁自评量表(SDS)对485名军医院校研究生进行整群抽样调查,采用SPSS 19.0软件进行数据分析。**结果** 心理素质总得分和各维度(认知、适应性与个性)得分均与情绪调节自我效能感得分呈正相关(表达积极情绪自我效能感得分 $r=0.74$ 、 $0.57$ 、 $0.41$ 、 $0.67$ ,  $P$ 均 $<0.01$ ;管理消极情绪自我效能感得分 $r=0.78$ 、 $0.65$ 、 $0.37$ 、 $0.64$ ,  $P$ 均 $<0.01$ ),两者均与抑郁得分呈负相关(心理素质总得分及各维度得分 $r=-0.78$ 、 $-0.54$ 、 $-0.50$ 、 $-0.62$ ,  $P$ 均 $<0.01$ ;表达积极情绪自我效能感得分 $r=-0.60$ ,  $P<0.01$ ;管理消极情绪自我效能感得分 $r=-0.65$ ,  $P<0.01$ )。高情绪调节自我效能感个体的心理素质得分高于低情绪调节自我效能感个体( $t=14.71$ ,  $P<0.01$ )、抑郁得分低于低情绪调节自我效能感个体( $t=-9.43$ ,  $P<0.01$ )。表达积极情绪自我效能感在心理素质3个维度(认知、个性、适应性)与抑郁之间存在部分中介效应,分别占总效应的22.38%、6.25%、24.75%;管理消极情绪自我效能感在心理素质3个维度与抑郁之间存在部分中介效应,分别占总效应的24.80%、13.50%、24.54%。**结论** 情绪调节自我效能感在军医院校研究生心理素质与抑郁之间具有部分中介作用。

**[关键词]** 军事医学; 研究生; 心理素质; 情绪调节自我效能感; 抑郁**[中图分类号]** R 749.42 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0258-879X(2018)05-0520-05

### Mediating role of regulatory emotional self-efficacy between psychological quality and depression in graduate students of military medical college

SU Hong<sup>1,2\*</sup>, FENG Zheng-zhi<sup>1</sup>

1. College of Psychology, Army Medical University (Third Military Medical University), Chongqing 400038, China

2. Department of Health and Aging-Service, Chongqing City Management College, Chongqing 401331, China

**[Abstract]** **Objective** To explore the mediating role of regulatory emotional self-efficacy between psychological quality and depression in graduate students of military medical college. **Methods** A cluster sampling survey was conducted among 485 military medical college graduate students using psychological quality questionnaire for medical master (PQQMM), regulatory emotional self-efficacy scale (RESES) and self-rating depression scale (SDS). The statistical analysis was performed using SPSS 19.0 software. **Results** Total score of psychological quality and scores of 3 dimensions, including cognition, adaptability and personality, were significantly positively correlated with the score of expressing positive emotional self-efficacy ( $r=0.74$ ,  $0.57$ ,  $0.41$ , and  $0.67$ ; all  $P<0.01$ ) and managing negative emotional self-efficacy ( $r=0.78$ ,  $0.65$ ,  $0.37$ , and  $0.64$ ; all  $P<0.01$ ). The scores of psychological quality and regulatory emotional self-efficacy were significantly negatively correlated with depression (psychological quality and 3 dimensions:  $r=-0.78$ ,  $-0.54$ ,  $-0.50$ , and  $-0.62$ , all  $P<0.01$ ; expressing positive emotional self-efficacy:  $r=-0.60$ ,  $P<0.01$ ; and managing negative emotional self-efficacy:  $r=-0.65$ ,  $P<0.01$ ). The military medical college graduate students having high regulatory emotional self-efficacy level had significantly higher score of psychological quality and significantly lower score of depression compared with the students having low regulatory emotional self-efficacy level ( $t=14.71$ ,  $-9.43$ ; both  $P<0.01$ ). Expressing positive emotional self-efficacy had partial mediating effect between 3 dimensions of psychological quality and depression, and the proportions of total effect were 22.38%, 6.25% and 24.75%. Managing negative emotional self-efficacy had partial mediating effect between

**[收稿日期]** 2017-09-25 **[接受日期]** 2017-11-23**[基金项目]** 国家社会科学基金(15XSH017), 重庆市社会科学规划项目(2017YBWT08). Supported by National Social Science Fund of China (15XSH017), and Program of Social Science of Chongqing (2017YBWT08).**[作者简介]** 苏红, 博士, 副教授.

\*通信作者(Corresponding author). Tel: 023-86968833, E-mail: 350562419@qq.com

3 dimensions of psychological quality and depression, and the proportions of total effect were 24.80%, 13.50% and 24.54%.

**Conclusion** Regulatory emotional self-efficacy has partial mediating effect between psychological quality and depression in military medical college graduate students.

**[Key words]** military medicine; college graduate students; psychological quality; regulatory emotional self-efficacy; depression

[Acad J Sec Mil Med Univ, 2018, 39(5): 520-524]

心理素质 (psychological quality) 是以生理条件为基础的将外在获得的刺激内化成稳定的、基本的、内隐的、具有衍生和发展功能的与人适应和创造行为密切联系的心理品质, 包括认知、个性和适应性 3 个维度<sup>[1]</sup>。抑郁 (depression) 是一种以情绪持续低落为主要表现的消极情绪, 是心理健康重要的消极指标。研究发现, 心理素质是抑郁发生的内在诱因<sup>[2]</sup>。根据素质-压力模型理论, 抑郁性素质主要有归因方式、人格、自我等, 其中自我包括自我评价、自信等, 均与抑郁高度相关, 表明心理素质除可直接影响个体的抑郁症状外, 也可作为个体的内在品质间接影响个体的抑郁症状, 如通过影响个体的自信程度间接影响个体的抑郁症状<sup>[3]</sup>。因此, 缓解军医院校研究生抑郁症状的根本在于重视其心理素质水平。然而, 目前有关心理素质影响抑郁症状内在机制的报道较少, 不利于后期有效缓解军医院校研究生的抑郁症状。

情绪调节自我效能感 (regulatory emotional self-efficacy) 主要指个体对是否能够有效调节自身情绪状态的一种自信程度, 本质是个体基于对自身情绪调节能力的认识和评价而形成的自信感<sup>[4-6]</sup>, 同时具有情绪调节和自我效能感的双重性。研究发现, 较低水平的情绪调节自我效能感与个体的抑郁情绪高度相关<sup>[7-8]</sup>。另有研究发现高心理素质的军人自信开朗<sup>[9-10]</sup>, 而情绪调节自我效能感就是一种自信程度。因此, 可以推测心理素质与情绪调节自我效能感呈正相关。本研究假定心理素质可通过作用于情绪调节自我效能感对军医院校研究生的抑郁症状产生影响, 考察军医院校研究生心理素质和抑郁关系的内在机制, 即探讨情绪自我调节效能感在心理素质与抑郁之间的中介作用, 以期为有效减缓军医院校研究生的抑郁症状奠定基础。

## 1 对象和方法

1.1 研究对象 采用分层整群抽样法选取陆军军医大学 (第三军医大学)、空军军医大学 (第四军医大学) 的在读医学研究生进行团体施测, 由经过

培训的心理学专业人员运用统一指导语指导问卷填写。现场填写并收回。共发放问卷 550 份, 回收有效问卷 485 份, 有效率为 88.18%。实测对象年龄为 21~35 岁, 平均为 (25.60±3.11) 岁; 研一、研二、研三学生人数分别为 334 名 (68.87%)、92 名 (18.97%)、59 名 (12.16%); 男性 286 名 (58.97%), 女性 199 名 (41.03%)。

1.2 研究工具 医学硕士研究生心理素质问卷 (psychological quality questionnaire for medical master, PQQMM) 由认知、个性与适应性 3 个维度构成, 共 62 个题项, 其中认知分问卷 19 个题项、个性分问卷 28 个题项、适应性分问卷 15 个题项, 每个题项均采用李克特 5 级评分制。以问卷总分、分问卷分及因子分作为评价指标, 得分越高说明心理素质或该因子对应的心理素质越高<sup>[11]</sup>。本研究中总问卷的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.88, 认知、个性和适应性 3 个分问卷的 Cronbach's  $\alpha$  系数分别为 0.79、0.79、0.75。

情绪调节自我效能感量表 (regulatory emotional self-efficacy scale, RESES) 由 Caprara 等编制, 并由王玉洁等<sup>[12]</sup>修订, 共计 17 个题项, 包括表达积极情绪自我效能感和管理消极情绪自我效能感 2 个维度。题项均采用李克特 5 级评分制, 得分越高说明情绪调节自我效能感越高。本研究中总问卷的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.86, 2 个分问卷的 Cronbach's  $\alpha$  系数分别为 0.77、0.81。

抑郁自评量表 (self-rating depression scale, SDS) 由 Zung<sup>[13]</sup>编制, 共计 20 个题项, 均采用 4 级评分, 评定最近 1 周的抑郁症状的严重程度, 得分越高说明抑郁症状越严重。本研究中 SDS 的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.84。

1.3 统计学处理 采用 SPSS 19.0 软件对数据进行处理。数据以  $\bar{x}\pm s$  表示, 采用独立样本  $t$  检验比较高、低情绪调节自我效能感军医院校研究生的心理素质和抑郁得分, 采用 Pearson 相关分析检验心理素质、情绪调节自我效能感和抑郁的关系。采用多元线性逐步回归分析检验情绪调节自我效能感在

心理素质与抑郁之间的中介效应。检验水准 ( $\alpha$ ) 为 0.05。

## 2 结果

2.1 心理素质、情绪调节自我效能感和抑郁的相关性 将军医院校研究生心理素质总得分及各维度得分和表达积极情绪效能感得分、管理消极情绪效能

感得分、抑郁得分进行相关分析,发现心理素质总得分 ( $3.37 \pm 0.43$ ) 及各维度得分 (认知、适应性和个性得分分别为  $3.38 \pm 0.56$ 、 $3.29 \pm 0.50$ 、 $3.41 \pm 0.48$ ) 与表达积极情绪效能感得分 ( $3.76 \pm 0.82$ )、管理消极情绪效能感得分 ( $3.53 \pm 0.76$ ) 均呈正相关 ( $P$  均  $< 0.01$ ), 与抑郁得分 ( $2.32 \pm 0.38$ ) 均呈负相关 ( $P$  均  $< 0.01$ )。见表 1。

表 1 军医院校研究生心理素质、情绪调节自我效能感与抑郁的相关性

Tab 1 Correlation of psychological quality, regulatory emotional self-efficacy and depression in military medical college graduate students

Variable	Psychological quality	Cognition	Adaptability	Personality	Exp-pos	Man-neg	Depression
Psychological quality	1						
Cognition	0.86**	1					
Adaptability	0.69**	0.38**	1				
Personality	0.93**	0.71**	0.61**	1			
Exp-pos	0.74**	0.57**	0.41**	0.67**	1		
Man-neg	0.78**	0.65**	0.37**	0.64**	0.68**	1	
Depression	-0.78**	-0.54**	-0.50**	-0.62**	-0.60**	-0.65**	1

Exp-pos: Expressing positive emotional self-efficacy; Man-neg: Managing negative emotional self-efficacy. Pearson correlation analysis. \*\* $P < 0.01$

2.2 高、低情绪调节自我效能个体心理素质和抑郁得分的比较 将所有军医院校研究生按情绪调节自我效能感总得分从高到低排序,选取前 27% 作为高情绪调节自我效能组,后 27% 作为低情绪调

节自我效能组。高情绪调节自我效能感组研究生心理素质总得分及 3 个维度得分均高于低情绪调节自我效能感组 ( $P$  均  $< 0.01$ ), 抑郁得分低于低情绪调节自我效能感组 ( $P < 0.01$ )。见表 2。

表 2 军医院校研究生高、低情绪调节自我效能个体的心理素质和抑郁情况比较

Tab 2 Comparison of psychological quality and depression of high and low regulatory emotional self-efficacy group in military medical college graduate students

Variable	High regulatory emotional self-efficacy level	Low regulatory emotional self-efficacy level	<i>t</i> value	<i>P</i> value
Psychological quality	$3.72 \pm 0.38$	$3.01 \pm 0.40$	14.71	$< 0.01$
Cognition	$3.77 \pm 0.51$	$2.95 \pm 0.58$	12.03	$< 0.01$
Adaptability	$3.56 \pm 0.55$	$3.06 \pm 0.38$	8.39	$< 0.01$
Personality	$3.78 \pm 0.83$	$3.03 \pm 0.49$	14.10	$< 0.01$
Depression	$2.18 \pm 0.35$	$2.68 \pm 0.33$	-9.43	$< 0.01$

$n = 132, \bar{x} \pm s$

2.3 情绪调节自我效能感在心理素质与抑郁之间的中介作用 本研究假设的第 1 个中介模型为心理素质  $\rightarrow$  表达积极情绪自我效能感  $\rightarrow$  抑郁。按照中介作用检验步骤分别检验心理素质各维度模型,并对表达积极情绪自我效能感的中介作用进行检验。首先,以抑郁为因变量、心理素质各维度为自变量进行回归分析,3 个模型的标准回归系数分别

为  $-0.36$ 、 $-0.32$ 、 $-0.48$  ( $P$  均  $< 0.01$ ); 其次,以表达积极情绪自我效能感为因变量、心理素质各维度为自变量进行回归分析,3 个模型的回归系数分别为  $0.26$ 、 $0.25$ 、 $0.27$  ( $P$  均  $< 0.01$ ); 最后,以抑郁为因变量、心理素质各维度和表达积极情绪自我效能感为自变量进行回归分析,结果显示 3 个模型中认知、个性、适应性对抑郁的预测作用均

显著 ( $r = -0.28$ 、 $-0.31$ 、 $-0.36$ ,  $P$  均  $< 0.01$ ), 表达积极情绪自我效能感也有显著的预测作用 ( $r = -0.31$ 、 $-0.08$ 、 $-0.44$ ,  $P$  均  $< 0.05$ ), 表明表达积极情绪自我效能感在心理素质 3 个维度与抑郁之间存在部分中介效应, 分别占总效应的 22.38%、6.25%、24.75%。见表 3。

表 3 表达积极情绪自我效能感在心理素质和抑郁之间的中介检验

**Tab 3 Mediating effect of expressing positive emotional self-efficacy on psychological quality and depression**

Model hypothesis	Step	Dependent variable	Independent variable	$\beta$	$t$ value	$R^2$	$F$ value
Cognition→exp-pos→depression	First	Depression	Cognition	-0.36	-14.33**	0.30	205.62**
	Second	Exp-pos	Cognition	0.26	15.29**	0.33	233.71**
	Third	Depression	Cognition	-0.28	-9.31**	0.33	118.68**
			Exp-pos	-0.31	-4.75**		
Personality→exp-pos→depression	First	Depression	Personality	-0.32	-17.28**	0.38	298.16**
	Second	Exp-pos	Personality	0.25	21.22**	0.48	450.41**
	Third	Depression	Personality	-0.31	-11.65**	0.38	149.74**
			Exp-pos	-0.08	-1.09*		
Adaptability→exp-pos→depression	First	Depression	Adaptability	-0.48	-12.76**	0.25	162.69**
	Second	Exp-pos	Adaptability	0.27	9.95**	0.17	99.02**
	Third	Depression	Adaptability	-0.36	-9.20**	0.33	117.40**
			Exp-pos	-0.44	-7.36**		

Exp-pos: Expressing positive emotional self-efficacy. Multiple linear stepwise-regression analysis. \* $P < 0.05$ , \*\* $P < 0.01$

本研究假设的第 2 个中介模型为心理素质→管理消极情绪自我效能感→抑郁。按照中介作用检验步骤分别检验心理素质各维度模型, 对管理消极情绪自我效能感的中介作用进行检验。首先, 以抑郁为因变量、心理素质各维度为自变量进行回归分析, 3 个模型的标准回归系数分别为  $-0.36$ 、 $-0.32$ 、 $-0.48$  ( $P$  均  $< 0.01$ ); 其次, 以管理消极情绪自我效能感为因变量、心理素质各维度为自变量进行回归分析, 3 个模型的回归系数分别为  $0.47$ 、 $0.36$ 、 $0.38$  ( $P$  均  $< 0.01$ ); 最后, 以抑郁为因变量、心理素质各维度及管理消极情绪自我效能感为自变量进行回归分析, 结果 3 个模型中认知、个性、适应性对抑郁的预测作用均显著 ( $r = -0.28$ 、 $-0.28$ 、 $-0.36$ ,  $P$  均  $< 0.01$ ), 管理消极情绪自我效能感也有显著的预测作用 ( $r = -0.19$ 、 $-0.12$ 、 $-0.31$ ,  $P$  均  $< 0.01$ ), 表明管理消极情绪自我效能感在心理素质 3 个维度和抑郁之间存在部分中介效应, 分别占总效应的 24.80%、13.50%、24.54%。见表 4。

表 4 管理消极情绪自我效能感在心理素质和抑郁之间的中介检验

**Tab 4 Mediating effect of managing negative emotional self-efficacy on psychological quality and depression**

Model hypothesis	Step	Dependent variable	Independent variable	$\beta$	$t$ value	$R^2$	$F$ value
Cognition→man-neg→depression	First	Depression	Cognition	-0.36	-14.33**	0.30	205.62**
	Second	Man-neg	Cognition	0.47	19.13**	0.43	365.86**
	Third	Depression	Cognition	-0.28	-8.33**	0.32	114.19**
			Man-neg	-0.19	-4.03**		
Personality→man-neg→depression	First	Depression	Personality	-0.32	-17.28**	0.38	298.16**
	Second	Man-neg	Personality	0.36	18.72**	0.42	350.24**
	Third	Depression	Personality	-0.28	-11.49**	0.39	154.54**
			Man-neg	-0.12	-2.67*		
Adaptability→man-neg→depression	First	Depression	Adaptability	-0.48	-12.76**	0.25	162.69**
	Second	Man-neg	Adaptability	0.38	8.87**	0.14	78.97**
	Third	Depression	Adaptability	-0.36	-9.508**	0.35	127.71**
			Man-neg	-0.31	-8.34**		

Man-neg: Managing negative emotional self-efficacy. Multiple linear stepwise-regression analysis. \* $P < 0.05$ , \*\* $P < 0.01$

### 3 讨论

本研究表明,军医院校研究生心理素质的高低与其抑郁状况呈负相关,这与既往研究发现认知、个性、适应性等因素与抑郁水平关系紧密的结果一致<sup>[14-15]</sup>。本研究通过分析心理素质各维度(认知、个性、适应性)与抑郁的关系,发现心理素质各维度均能显著预测抑郁水平,直接效应为 $-0.48\sim-0.32$ 。表明心理素质对军医院校研究生的抑郁水平具有预测作用,提升军医院校研究生心理素质水平可有效降低其抑郁水平。

本研究发现,情绪调节自我效能感得分与抑郁得分呈负相关,与心理素质得分呈正相关,进一步分析发现与低情绪调节自我效能感军医院校研究生相比,高情绪调节自我效能感研究生的心理素质得分更高、抑郁得分更低。心理素质是个体内源性的心理品质,具有高心理素质的个体依托自身认知与个性优势,能在社会中达到良好的适应状态<sup>[16]</sup>,即适应良好的个体会以积极的方式认知生活事件并赋予其更正性的解释,从而提升自我信心。本研究也提示,心理素质得分高的军医院校研究生面对学习、科研活动中的负性事件时可能较多地采用积极评价,从而稳定情绪,以便维持内心状态的和谐。情绪调节自我效能感是一种对自己的情绪调节有信心的状态。高情绪调节自我效能感研究生对自己的情绪调节能力有信心,因此会体验到更多的正性情绪,并转化为较多的正能量去应对生活中出现的问题,较少受负性情绪的影响,因而抑郁水平低。

通过逐层回归分析发现,在加入情绪调节自我效能感时,心理素质的认知、个性与适应性品质对抑郁的作用减弱,表明无论是表达积极情绪自我效能感还是管理消极情绪自我效能感,均在心理素质3维度与抑郁之间起部分中介作用,即心理素质不仅直接影响军医院校研究生的抑郁水平,还可能通过情绪调节自我效能感间接影响。心理素质水平高的医学院校研究生更倾向于采取对自身有利的方式看待周遭的一切,有信心对自己的情绪进行调节,更多地感受正性情绪对自己的影响,减少负性情绪的干扰,使自己常处于较和谐健康的状态,远离抑郁的困扰。反之,心理素质水平低的医学院校研究生更倾向于看到不利于自身的事件,缺乏调节情绪的信心与能力,更多受负性情绪的影响,易陷入抑郁的漩涡,常使自己处于不健康状态。

综上所述,本研究结果为军医院校开展研究生心理教育提供了参考,一方面可以设计一些课程

与活动提升研究生的情绪调节自我效能感,尤其是管理消极情绪如沮丧、愤怒的自我效能感,减少消极情绪的影响;另一方面,从认知、个性、适应性3个方面入手加强心理素质教育,提高军医院校研究生的心理素质水平,从而提升其情绪调节自我效能感,降低抑郁水平。

### [参考文献]

- [1] WANG X Q, ZHANG D J. The criticism and amendment for the dual-factor model of mental health: from Chinese psychological Suzhi research perspectives[J]. *Int J Clin Med*, 2012, 3: 319-327.
- [2] 王极盛,赫尔实,邱炳武. 中学生抑郁(CES-D)与心理素质的关系[J]. *健康心理学杂志*, 1998, 6: 92-93.
- [3] 邱炳武,王极盛. 抑郁研究中的素质-压力理论述评[J]. *心理科学*, 2000, 23: 361-362.
- [4] BANDURA A. Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning[J]. *Educ Psychol*, 1993, 28: 117-148.
- [5] CAPRARA G V, DI GIUNTA L, EISENBERG N, GERBINO M, PASTORELLI C, TRAMONTANO C. Assessing regulatory emotional self-efficacy in three countries[J]. *Psychol Assess*, 2008, 20: 227-237.
- [6] CAPRARA G V, STECA P. Self-efficacy beliefs as determinant of prosocial behavior conducive to life satisfaction across ages[J]. *J Soc Clin Psychol*, 2005, 24: 191-217.
- [7] BANDURA A, CAPRARA G V, BARBARANELLI C, GERBINO M, PASTORELLI C. Role of affective self-regulatory efficacy on diverse spheres of psychosocial functioning[J]. *Child Dev*, 2003, 74: 769-782.
- [8] 王佳慧,刘爱书. 大学生情绪调节自我效能感在虐待与抑郁间的中介作用[J]. *中国心理卫生杂志*, 2015, 29: 305-310.
- [9] 谢静,余红艳,冯正直,杨国愉,蒋娟. 陆军青年军人心理素质与人格、心理健康的相关研究[J]. *现代生物医学进展*, 2011, 11: 2163-2167.
- [10] 宁淑娥,李成义,李寿先,刘洪学,李永刚. 海军院校学员战时心理素质训练效果观察及MMPI和16PF测评[J]. *第四军医大学学报*, 2007, 28: 1717-1720.
- [11] 苏红. 医学硕士研究生心理素质结构、测量及教育训练模式构建研究[D]. 重庆:第三军医大学, 2016.
- [12] 王玉洁,窦凯,刘毅. 情绪调节自我效能感量表的修订[J]. *广州大学学报(社会科学版)*, 2013, 12: 45-50.
- [13] ZUNG W W. A self-rating depression scale[J]. *Arch Gen Psychiatry*, 1965, 12: 63-70.
- [14] 杨营凯,刘衍玲. 抑郁反刍的认知神经机制[J]. *心理科学进展*, 2016, 24: 1042-1049.
- [15] 周晗昱,李欢欢,周坤,徐瑞琦,傅聿昕. 抑郁特质大学生的社会适应性及其与情绪调节策略的关系[J]. *中国临床心理学杂志*, 2015, 23: 799-803.
- [16] 张大均. 论人的心理素质[J]. *心理与行为研究*, 2003, 1: 143-146.