

学习动机对女大学生抑郁情绪的影响： 应对方式和坚韧的中介作用

刘家僊 莫亚连 杨赟潼 罗艳红

湖南中医药大学人文与管理学院应用心理学系, 长沙

摘要 | 目的：探讨学习动机、应对方式、坚韧人格与女大学生抑郁情绪的关系。方法：使用抑郁自评量表、学习动机问卷、坚韧人格量表和简易应对方式问卷对 319 名女大学生进行调查研究。结果：（1）应对方式、学习动机、坚韧人格与抑郁情绪均呈显著负相关（ $r=-0.56, P<0.01$ ； $r=-0.25, P<0.01$ ； $r=-0.38, P<0.01$ ）；学习动机与应对方式、坚韧人格呈显著正相关（ $r=0.29, P<0.01$ ； $r=0.35, P<0.01$ ）。（2）学习动机对女大学生的抑郁情绪的直接预测作用不显著（ $\beta=-0.06, p>0.05$ ），但能够通过三种间接效应对女大学生的抑郁情绪产生影响，即应对方式的单独中介作用、坚韧的单独中介作用和二者的链式中介作用。结论：链式中介模型能较好解释应对方式和坚韧在学习动机与女大学生抑郁之间所起的中介作用。

关键词 | 抑郁；学习动机；应对方式；坚韧人格

Copyright © 2022 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

抑郁是大学生心理健康的重点关注问题，女大学生的抑郁显著高于男生，随着高校录取人数的增多，女大学生的人数也越来越多，对女大学生群体的抑郁情绪进行探索，有利于加深对高校女生抑郁的认识，也是对前人抑郁情绪研究的重要补充。

近年来，对抑郁的影响因素及机制的研究，多集中在负性生活事件和日常活动。学习作为大学生生活的主要活动，也与抑郁联系紧密。已有研究发现学习对抑郁的产生表现在专业认同上，目前针对学习

基金项目：湖南省十三五规划课题“高校女生自信特点、影响因素及培育研究（编号：XJK19CXL002）”。

通讯作者：罗艳红，博士，副教授，湖南中医药大学，研究方向：心理咨询与治疗，E-mail: luoyanhong2006@126.com。

文章引用：刘家僊，莫亚连，杨赟潼，等. 学习动机对女大学生抑郁情绪的影响：应对方式和坚韧的中介作用 [J]. 中国心理学前沿, 2022, 4 (1) : 29-35.

<https://doi.org/10.35534/pc.0401004>

动机影响抑郁的研究鲜少，然而，学习动机对成绩高低产生影响，学习成绩不理想是抑郁的高发因子。西班牙的一项研究提到，患有抑郁症的个体努力意愿更低，这提示我们，动机水平与抑郁存在联系。因此本文设想学习动机负向预测抑郁情绪。

在以往研究中，人格和应对常作为负性情绪的中介变量。应对方式是应激过程中的重要中介调节因素，许多研究都表明应对方式直接影响抑郁。学习动机与大学生坚韧人格显著正相关，坚韧人格是一种保护个体免受伤害的积极心理品质，具有坚韧品质的大学生较少感受到孤独感，坚韧可以保护员工减少压力事件带来的情绪危害。坚韧与抑郁的关系研究不多，但有研究提出女性的坚韧负向预测抑郁。对于老年群体，坚韧可缓解孤独感对抑郁的作用。因此，应对方式和坚韧人格可能在学习动机对抑郁情绪的影响中发挥中介作用。

综上所述，本研究拟对学习动机与女大学生抑郁情绪的关系做深入分析，以及探讨应对方式和坚韧人格在学习动机和抑郁情绪的关系中是否起中介作用，构建了一个链式中介模型，为更好应对抑郁情绪对女大学生学习生活的影响提供理论指导。

2 研究方法

2.1 被试

本研究对湖南某女子高校以班级为单位进行随机抽样。确保被试理解调查目的，获得有效问卷 319 份。其中大一 164 份（51.4%），大二 119 份（37.3%），大三 30 份（9.4%），大四 4 份（1.3%），缺失 2 份（0.6%）。被试的平均年龄是 19.20 ± 1.27 岁

2.2 研究工具

2.2.1 大学生学习动机问卷

该问卷由田澜、潘伟刚编制，共有 34 个问题，包含内部动机和外部动机两个维度，Likert 5 点计分法计分（15 分分别代表符合、有点不确定、有点不符合、比较不符合以及非常不符合），分数越高，学习动机越强。本研究中该量表的 α 系数为 0.93。

2.2.2 简易应对方式问卷

该问卷由解亚宁编制，共 20 个条目，区分为积极应对（问题 1-12）和消极应对（问题 13-20），Likert 4 点评分法计分（不采取、偶尔采取、有时采取和经常采取，分别为 0 ~ 3 分），应对倾向是积极应对标准分减去消极应对标准分的差，应对方式大于 0，说明被测者主要采用积极应对方式。整个量表的 α 系数是 0.90。本研究中该量表的 α 系数是 0.73。

2.2.3 抑郁自评量表

该量表由祖恩（Zung）编制，共 20 个条目，采用 Likert4 点计分（没有或很少时间、少部分时间、相当多时间、绝大部分或全部时间，分别为 1 ~ 4 分）。总分越高，表示抑郁越严重。本研究中，该量表的 α 系数 0.80。

2.2.4 大学生坚韧人格量表

本量表由卢国华和梁宝勇编制，共 27 个条目，由投入、韧性、挑战和控制四个因子，采用 Likert4 点计分，总分越高，表明人格越坚韧^[19]。本量表的信度系数为 0.91。本研究中，该量表的 α 系数为 0.89。

3 结果与分析

3.1 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因素法检验共同方法偏差检验，将学习动机、抑郁、应对方式和坚韧人格等 4 个量表的所有项目进行未旋转的因子分析，结果表明，共有 29 个因子的特征根大于 1，且第一个因子的变异量为 12.43%，小于最低标准 40%，表明此研究中不存在明显的共同方法偏差问题。

3.2 变量的描述性统计及相关分析

皮尔逊积差相关分析表明(见表 1)：学习动机与应对方式、坚韧均显著正相关，学习动机、应对方式、坚韧与抑郁情绪均显著负相关，坚韧与应对方式显著正相关。

表 1 各变量间的相关

Table 1 Bivariate correlations between learning motivation coping styles hardiness personality and depression

	学习动机	应对方式	坚韧	抑郁
学习动机	1			
应对方式	0.29**	1		
坚韧	0.35**	0.38**	1	
抑郁	-0.25**	-0.56**	-0.38**	1

注：** $P < 0.01$ 。

3.3 链式中介模型分析

学习动机、应对方式、坚韧人格与抑郁四个变量中均呈显著相关，符合进一步对积极应对方式和坚韧人格进行中介效应分析的统计学要求。采用海斯(Hayes)编制的 PROCESS V3.3 宏程序中的模型 6 进行回归分析。结果显示(见表 2)，学习动机对抑郁的总效应显著($\beta = -0.25$, $P < 0.001$)，但直接负向预测抑郁不显著($\beta = -0.06$, $p > 0.05$)。学习动机不仅能够正向预测应对方式($\beta = 0.40$, $p < 0.001$)，还能够正向预测坚韧人格特质($\beta = 0.26$, $p < 0.001$)；应对方式不仅能够正向预测坚韧人格特质($\beta = 0.22$, $p < 0.001$)，还能够负向预测抑郁($\beta = -0.34$, $p < 0.001$)；坚韧人格能够负向预测抑郁($\beta = -0.18$, $p < 0.001$)。由此可见积极应对方式和坚韧人格在学习动机对抑郁的影响中存在链式中介作用。

表2 链式中介模型

Table 2 Chain mediation model fit index

回归方程		方程拟合指数			系数	显著性
结果变量	预测变量	<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>	β	<i>t</i>
抑郁	学习动机	0.25	0.06	21.92***	-0.25	-4.68***
应对方式	学习动机	0.29	0.08	28.61***	0.40	5.35***
坚韧人格	学习动机	0.45	0.20	40.39***	0.26	4.99***
	应对方式				0.22	5.73***
抑郁	学习动机	0.59	0.35	55.24***	-0.06	-1.12
	应对方式				-0.34	-9.40***
	坚韧人格				-0.18	-3.59***

注：数据均已标注化，*** $P < 0.001$ 。

中介效应分析显示（见表3）：应对方式和坚韧人格的中介效应的 Bootstrap95% 置信区间都不包含0，表明应对方式和坚韧人格是学习动机影响女大学生抑郁情绪的中介变量，中介效应值为-0.20，占总效应（-0.25）的80.00%。应对方式和坚韧人格的中介效应主要是通过以下三条路径实现的：第一条途径为学习动机→应对方式→抑郁，其间接效应值为-0.14，占总间接效应的70.00%；第二条途径为学习动机→坚韧人格→抑郁，其间接效应值为-0.04，占总间接效应的20.00%；第三条途径为学习动机→应对方式→坚韧人格→抑郁，其间接效应值-0.02，占总间接效应的10.00%。

表3 中介效应检验

Table 3 Mediating effect test

	间接效应值	Boot 标准误	Boot 95%CI		相对中介效应
			下限	上限	
总间接效应	-0.20	0.03	-0.27	-0.13	
间接效应1	-0.14	0.03	-0.19	-0.08	70.00%
间接效应2	-0.04	0.02	-0.09	-0.02	20.00%
间接效应3	-0.02	0.01	-0.03	-0.01	10.00%

4 讨论

本研究发现女大学生的学习动机与抑郁情绪显著负相关，学习动机与应对方式和坚韧人格显著正相关。动机和奖赏联系紧密，奖赏所诱发的动机能够有效促进个体的情绪调节，即可以获得更低的负性情绪体验和更高的正性情绪体验。自主性动机越高，越能体验到完成任务的满足感，缓解抑郁情绪。本研究构建了一个链式中介模型，探讨了学习动机对女大学生抑郁情绪的影响，并说明了应对方式和坚韧人格的中介作用机制问题。结果表明，学习动机通过间接路径预测女大学生的抑郁情绪。

首先，本研究发现应对方式是学习动机和抑郁情绪之间的一个中介变量。这一结果与以往有关研究结果一致：刘双金等学者的研究指出应对方式影响个体的抑郁水平，刘剑波等学者研究也表明积极应对抑郁特质起负向预测作用。这可能是因为，应对是个体为减轻负面影响而做出认知和行为努力的过程，

努力程度总是与动机相匹配，因此具有较强学习动机的个体往往积极寻求资源，将学业目标作为努力的指向，采取以解决问题为导向的积极应对方式，积极应对的个体相信自己有能力解决问题，对自己、对学习都有比较大的信心和动力，从而体验到更低水平的抑郁情绪。

其次，本研究结果表明坚韧人格是学习动机和抑郁情绪之间的另一重要中介变量。以往研究表明，坚韧可以减少压力性的生活事件带来的负面影响，坚韧与情感处理、整合和调节相关的大脑区域的激活呈正相关，对于众多不同的群体，坚韧和抑郁之间都存在显著关联。具有坚韧特质的学生在面对繁重的学习任务时能及时调整自己，保持乐观积极的心态，规避厌学情绪，本研究对此做出了验证。研究认为特定的心理资源是形成坚韧人格的核心，根据本研究结果，可能是因为增强学习动机能够唤醒并激发个体更多的心理资源，使得个体更愿意将改变和挑战视为成长的机会或是需要征服的事物，而不是威胁或痛苦的来源，从而减少抑郁情绪。

最后，本研究结果表明应对方式和坚韧人格在学习动机与抑郁情绪间起链式中介作用。应对方式与坚韧密切相关支持了以往的研究。根据期待-价值理论，学习动机强的学生会认为学业成功的可能性更大，并对相应价值做出更高的判断，因此也更倾向于使用积极的应对方式来解决学习中的问题，那么在遇到困难时，他们比学习动机弱的学生更能够坚持下去，培养了坚韧的品质，增强了自我效能感。本研究进一步为抑郁易感性-应激模型提供了实证支持，即抑郁情绪的产生是环境应激与素质因素共同作用的结果，应对方式为应激与心理症状间的重要中介因素之一，素质因素与个体人格特征有关。因此，通过提高女大学生的学习动机，培养积极的应对方式与坚韧的个性特征，能够降低其抑郁情绪，促进心理健康水平。

参考文献

- [1] Asher BlackDeer Autumn, Patterson Silver Wolf David A, Maguin Eugene, et al. Depression and anxiety among college students: Understanding the impact on grade average and differences in gender and ethnicity [J]. Journal of American college health: J of ACH, 2021, 9 (6): 1-12.
- [2] 刘双金, 胡义秋, 孙焕良. 生活事件对大学生抑郁的影响: 神经质与应对方式的链式中介作用 [J]. 中国临床心理学杂志, 2018, 26 (6): 1230-1233, 1229.
- [3] 林丽妮, 刘梅, 邝家旺, 等. 负性生活事件对大学生抑郁的影响: 链式中介效应 [J]. 中国健康心理学杂志, 2021, 29 (6): 932-936.
- [4] 张丽. 大学生的抑郁心理研究 [J]. 教育观察, 2018, 7 (21): 32-33, 128.
- [5] 纪凌开, 刘华山, 李晨璐. 温水煮青蛙: 专业认同对大学生抑郁的影响机制 [J]. 心理与行为研究, 2020, 18 (6): 833-838.
- [6] 高秀梅. 当代大学生学习动机的特征及其对学业成绩的影响 [J]. 高教探索, 2020 (1): 43-47.
- [7] 王蜜源, 韩芳芳, 刘佳, 等. 大学生抑郁症状检出率及相关因素的 meta 分析 [J]. 中国心理卫生杂志, 2020, 34 (12): 1041-1047.
- [8] Horne S J, Topp T E, Quigley L. Depression and the willingness to expend cognitive and physical effort for rewards: A systematic review [J]. Clinical Psychology Review, 2021, 8 (88): 1-13.
- [9] 宋蕊, 李曼. 社会支持与中学生抑郁的关系: 应对方式和心理弹性的链式中介作用 [J]. 中国健康心理学杂志, 2020 (9): 1392-1397.

- [10] 张林, 车文博, 黎兵. 大学生心理压力应对方式特点的研究 [J]. 心理科学, 2005 (1): 36-41.
- [11] 李浩杰. 体育学院大学生的坚韧人格与学习动机的关系研究 [J]. 当代体育科技, 2020, 10 (15): 59, 61.
- [12] 卢国华, 梁宝勇. 坚韧人格量表的编制 [J]. 心理与行为研究, 2008 (2): 103-106, 160.
- [13] 王礼申, 朱如倩. 大学生坚韧人格、人际信任与孤独感的关系 [J]. 韶关学院学报, 2017, 38 (10): 100-103.
- [14] Mazzetti Greta, Guglielmi Dina, Topa Gabriela. Hard Enough to Manage My Emotions: How Hardiness Moderates the Relationship Between Emotional Demands and Exhaustion [J]. Frontiers in Psychology, 2020 (11): 1-8.
- [15] Zahra Ghasemi, Mohammad Bagher Kajbaf. The Relationship of Mindfulness, Psychological Hardiness and Spirituality with Depression in Mothers [J]. Social Behavior Research & Health, 2019, 3 (1): 287-297.
- [16] Sin Man Ng, Tatia M C. Lee. The mediating role of hardiness in the relationship between perceived loneliness and depressive symptoms among older [J]. Aging & Mental Health, 2020, 24 (5): 805-810.
- [17] 田澜, 潘伟刚. 大学生学习动机问卷的初步编制 [J]. 社会心理科学, 2006 (6): 42-46.
- [18] 戴晓阳. 常用心理评估量表手册 [M]. 北京: 人民军医出版社, 2011: 82-134.
- [19] 卢国华, 梁宝勇. 坚韧人格量表的编制 [J], 心理与行为研究, 2008, 6 (2): 103-106.
- [20] 李含笑, 龙泉杉, 陈安涛, 等. 奖赏动机对情绪调节的影响 [J]. 生理学报, 2019, 71 (4): 562-574.
- [21] 钱超, 梁胜林, 陈军良, 等. 自主性动机对抑郁症病情与临床治疗效果的影响研究 [J]. 中国预防医学杂志, 2020, 21 (9): 1043-1046.
- [22] 刘双金, 胡义秋, 孙焕良. 生活事件对大学生抑郁的影响: 神经质与应对方式的链式中介作用 [J]. 中国临床心理学杂志, 2018, 26 (6): 1229-1233.
- [23] 刘剑波, 龚靖波, 杨听雨, 等. 儿童期创伤应对方式自动思维与大学生抑郁特质间的关系 [J]. 中国学校卫生, 2020, 41 (4): 547-550.
- [24] 彭自芳, 傅纳, 张新杰. 父母冲突与中学生应对方式的关系: 教养方式和情绪安全感的链式中介作用 [J]. 心理发展与教育, 2020, 36 (6): 668-676.
- [25] Ruiz-Alfonso Z, León J, Vega-Santana L, et al. Teaching Quality: Relationships between Students' Motivation, Effort Regulation, Future Interest, and Connection Frequency [J]. Psicología Educativa. Revista de los Psicólogos de la Educación, 2021, 27 (1): 67-76.
- [26] Kowalski C M, Schermer J A. Hardiness, perseverative cognition, anxiety, and health-related outcomes: A case for and against psychological hardiness [J]. Psychological reports, 2019, 122 (6): 2096-2118.
- [27] Ng S M, Lee T M C. The mediating role of hardiness in the relationship between perceived loneliness and depressive symptoms among older [J]. Aging & mental health, 2020, 24 (5): 805-810.
- [28] Jenkins E N, Allison P, Innes K, et al. Depressive symptoms among police officers: Associations with personality and psychosocial factors [J]. Journal of police and criminal psychology, 2019, 34 (1): 67-77.
- [29] Dhillon R, Arora M. Perceived Stress, Self Efficacy, Coping Strategies and Hardiness as Predictors of Depression [J]. Journal of Psychosocial Research, 2017, 12 (2): 325-333.
- [30] 田良臣, 袁青. 高中生父母教养方式、坚韧人格与学习投入的关系——基于甘肃省三所高中的实证研

- 究 [J]. 教育科学研究, 2019 (6): 33-40.
- [31] Zeer E F, Yugova E A, Karpova N P, et al. Psychological Predictors of Human Hardiness Formation [J]. International Journal of Environmental and Science Education, 2016, 11 (14): 7035-7044.
- [32] 王道阳, 陆祥, 殷欣. 流动儿童消极学业情绪对学习自我效能感的影响: 情绪调节策略的调节作用 [J]. 心理发展与教育, 2017, 33 (1): 56-64.

The Effect of Learning Motivation on Depression of Female College Students: The Mediating Role of Coping and Hardiness Personality

Liu Jiayi Mo Yalian Yang Yuntong Luo Yanhong

Department of Applied Psychology, School of Humanities and Management, Hunan University of Chinese Medicine, Changsha

Abstract: Objective: To explore the relationship between learning motivation, positive coping style, hardiness personality and female college students' depression. Methods: 319 female college students were tested by self-rating depression scale, learning motivation questionnaire, hardiness personality scale and simple coping style questionnaire. Results: coping style, learning motivation, hardiness personality were negatively correlated with depression ($r=-0.56, P<0.01$; $r=-0.25, P<0.01$; $r=-0.38, P<0.01$). The learning motivation was positively correlated with coping style and hardiness personality ($r=0.29, P<0.01$; $r=0.35, P<0.01$). The learning motivation can't significantly direct predictive effect on the depression of female college students ($\beta=-0.06, p>0.05$), but can through three indirect effect on female namely the independent mediating effect of coping style and hardiness personality, and the serial intermediary effect of both. Conclusion The serial mediation model can better explain the mediating role of coping style and hardiness personality between learning motivation and depression of female college students.

Key words: Depression; Learning motivation; Coping styles; Hardiness personality