

青少年同伴侵害与抑郁情绪之间的关系： 一个有调节的中介模型

◎ 高毓婕¹ 展望² (1. 陕西省西安高级中学, 西安 710021; 2. 上海市进才中学北校, 上海 200135)

摘要: 为探讨同伴侵害与青少年抑郁情绪之间的关系, 以及孤独感和线下/线上友谊质量在上述关系中起到的作用, 采用儿童欺负问卷、儿童孤独感问卷、流调中心用抑郁量表及友谊质量量表, 对陕西省西安市 245 名中学生进行调查。结果发现: (1) 同伴侵害能显著正向预测青少年的抑郁情绪; (2) 孤独感在同伴侵害和青少年抑郁情绪之间起部分中介作用; (3) 线下友谊质量和线上友谊质量均在上述中介机制中起调节作用, 当青少年感知到的线上友谊和线下友谊质量水平较高时, 孤独感对抑郁情绪的正向预测作用变弱。

关键词: 同伴侵害; 抑郁情绪; 孤独感; 友谊质量

中图分类号: G44 **文献标识码:** B **文章编号:** 1671-2684 (2022) 18-0015-06

一、引言

抑郁作为青少年常见的情绪障碍之一, 全球每年的发病率在 4%~5%^[1]。抑郁对青少年的学习和生活造成了严重影响, 在影响抑郁的诸多因素中, 同伴侵害受到越来越多的关注。研究表明, 遭受同伴侵害的青少年往往会出现抑郁等情绪问题^[2-3]。厘清同伴侵害和抑郁情绪的关系, 探究其中的影响机制, 能够为相关干预计划的制定提供依据。

(一) 同伴侵害对青少年心理健康的不良影响

同伴侵害指来自同伴在身体、语言和人际关系中的伤害和骚扰 (如殴打、辱骂和社会排斥)^[4]。同伴侵害作为一个普遍存在的世界性问题, 已被美国医学协会列为公共健康忧虑^[5]。联合国教科文组织发布的关于同伴欺凌的报告显示, 全球每年有 2.4 亿青少年因为各种原因受到同伴欺负。国内同伴侵害的相关数据表明, 我国 16.5% 的青少年经常受到欺负^[6]。值得注意的是, 同伴侵害对青少年的发展有着广泛而深刻的不利影响^[7]。根据人际风险模型 (interpersonal risk model), 来自不良同伴关系的压力是导致个体抑郁情绪产生的主要原因^[8]。压力性人际体验不仅会阻碍个体某些能力的发展 (如积极的自我认知和有效的自我调节), 还会带来消极的自我评价和无价值感, 从而引发抑郁等消极情绪^[9]。综上, 本研究提出假设 1: 同伴侵害正向预测青少年的抑郁情绪。

(二) 孤独感的中介作用

除了直接引发抑郁情绪之外, 同伴侵害还会通过引起青少年的孤独感进而诱发抑郁情绪。受到同伴欺凌的青少年通常会遭到特定同伴的孤立和排斥, 缺少来自其他同伴的社会支持^[10-12]。已有研究表明, 受到同伴欺凌的青少年孤独感水平更高, 对社交网络的评价更消极^[13]。此外, 孤独感作为来自人际压力的一种消极体验, 其在抑郁的发生和发展过程中发挥着重要作用。孤独感可能会导致儿童产生适应不良的认知偏见和应对策略, 使他们更容易罹患抑郁^[14]。一项来自英国的长达八年的追踪研究表明, 儿童在 5 岁时感知到的孤独感, 能够正向预测 13 岁时的抑郁水平^[15]。由此本研究提出假设 2: 孤独感在同伴侵害和抑郁之间起中介作用。

(三) 友谊的调节作用

友谊能够保护青少年免受同伴侵害的影响, 因为友谊为青少年提供了亲密、获得接纳和认可的机会, 并有助于提升他们的总体幸福感^[16]。对于受欺负的青少年来说, 无论是拥有的朋友的数量, 还是友谊的质量, 都能缓解欺负带来的不良后果。不过 Hartup^[17]认为, 相对于友谊的数量, 友谊的质量, 尤其是来自朋友的亲密与支持, 对青少年的发展更为重要。友谊的质量之所以能缓解人际压力事件 (如同伴侵害) 的不良后果, 是因为高质量的友谊能够提高受欺负青少年的自尊水平, 提供有效的应

注: 本文系上海学校“德尚”项目“初中家班共育开展生命教育路径研究” (课题批准号: DS2021JC020) 研究成果。通讯作者: 展望。

对策略和社交关系中的安全感^[18]，从而使得青少年感知到更少的孤独感和抑郁情绪。因此，本研究提出假设3a：友谊质量可以在“同伴侵害—孤独感—抑郁情绪”这一中介机制中起到调节作用，具体见图1。

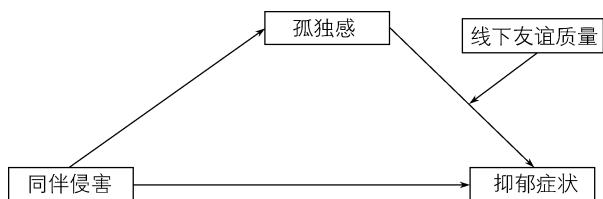


图1 同伴侵害、孤独感、线下友谊质量与抑郁情绪关系的假设模型

值得注意的是，在当今互联网高速发展的时代，基于网络的线上交往正在与基于面对面的线下交往逐渐融合，成为青少年同伴交往与社会性发展的另一重要背景^[19]。线上交往的匿名性和低门槛等特征增加了个体的自我表露，高自我表露会促进亲密感，也使个体更容易与交往对象建立关系，从而具有和线下友谊类似的亲密属性和支持性意义^[20]。除此之外，线上交往具有积极的心理效应。例如，线上交往可以显著地降低孤独和抑郁，提高个体自尊和知觉到的社会支持^[21]。在互联网这一虚拟空间里，青少年更容易找到和自己经历相似、兴趣相投的人做朋友，并且通过线上交流或者线下交流更好地沟通、分担忧愁、减轻压力。基于此，我们提出研究假设3b：与线下友谊类似，线上友谊质量同样能在“同伴侵害—孤独感—抑郁情绪”中起到调节作用，具体见图2。

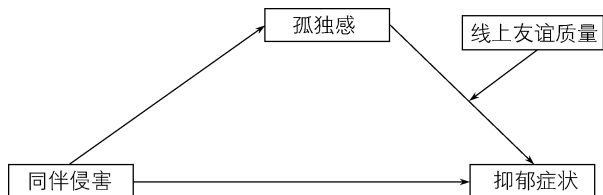


图2 同伴侵害、孤独感、线上友谊质量与抑郁情绪关系的假设模型

二、研究方法

（一）研究对象

受到疫情的影响，本研究通过线上调查，采用滚雪球的方式，选取陕西省西安市的初中和高中生共282名作为研究对象。删除极端数据后，获得有效样本245份，平均年龄15.50岁。其中男生82

人（占总样本的33.5%），女生163人（占总样本的66.5%）；初中生84人（占总样本的34.3%），高中生161人（占总样本的65.7%）。为了减少性别和年级的比例不均衡可能带来的影响，我们在后续分析中控制了性别和年级。

（二）研究工具

1. 儿童欺负问卷

采用张文新、武建芬^[22]修订的Olweus儿童欺负问卷（初中版）里的6个题目调查被试受同伴欺负的状况。这6个题目分别是：（1）我在学校里被叫难听的外号，被取笑，被恶意地戏弄；（2）我在学校里被人踢打，被推搡；（3）学校里的其他同学故意冷落我，将我排除在他们的朋友圈外，或者完全忽视我；（4）学校里的一些同学散布关于我的虚假谣言，让其他人不喜欢我；（5）在学校里，我被威胁或强迫做我不愿意做的事情；（6）在学校里，因为家庭背景，我被人叫外号或被人评论。采用5级计分，1表示“从未发生过”，2表示“较少发生”，3表示“有时发生”，4表示“经常发生”，5表示“总是发生”，得分越高，表明学生受同伴欺负的程度越高。在本研究中，该量表的内部一致性 α 系数为0.92。

2. 儿童孤独感问卷

采用Asher等^[23]编制的儿童孤独感问卷（Loneliness Scale）中文版测量被试的孤独感水平。该量表由16个项目组成，采用5点计分，其中有6个反向计分题，反向题转换之后，16道题目的平均分即代表个体的孤独感得分。均分越高，表明孤独感越强烈。本研究中，该量表的内部一致性 α 系数为0.88。

3. 流调中心用抑郁量表

采用美国国立精神卫生研究所Radloff^[24]编制的流调中心用抑郁量表（Center for Epidemiologic Studies Depression Scale, CES-D）测量被试的抑郁情绪。该量表主要用于评价个体当前（一周内）的抑郁情绪，着重考察抑郁情感或心境，常用于不同时间断面调查结果的比较，也广泛用于流行病学调查，初步筛选出具有抑郁情绪的对象。该量表共20个题目，其中4个题目为反向计分题，要

表1 各变量的描述统计和相关分析

	$M \pm SD$	1	2	3	4	5	6	7
1. 性别	0.88 ± .33	1						
2. 年龄	15.5 ± 1.89	-0.15*	1					
3. 同伴侵害	1.58 ± .64	-0.056	0.02	1				
4. 孤独感	2.28 ± .81	0.06	0.03	0.49**	1			
5. 抑郁情绪	1.58 ± .42	0.11	-0.11	0.46**	0.62**	1		
6. 线下友谊质量	3.42 ± 1.02	0.01	0.1	-0.12	-0.42**	-0.27**	1	
7. 线上友谊质量	2.38 ± 1.12	-0.01	0.07	-0.01	-0.10	-0.07	0.35**	1

注: 性别为虚拟变量, 男生=0, 女生=1, 均值为女生所占比例。* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$, 下同。

表2 孤独感中介作用的回归分析

结果变量	预测变量	回归系数显著性		整体拟合指标		
		β	t	R	R^2	F
抑郁	性别	0.04	7.21***	0.48	0.23	24.00***
	年龄	-0.12	-2.14*			
	同伴侵害	0.47	8.24***			
孤独感	性别	0.14	0.99	0.5	0.25	26.52***
	年龄	0.04	0.16			
	同伴侵害	0.62	8.82***			
抑郁	性别	0.01	0.2	0.66	0.43	44.45***
	年龄	-0.03	-2.57			
	同伴侵害	0.14	3.78***			
	孤独感	0.26	9.02***			

求被试回答最近一周内症状出现的频度。题目反映了抑郁状态的六个侧面: 抑郁心情、罪恶感和无价值感、无助与绝望感、精神运动性迟滞、食欲丧失、睡眠障碍。采用4级计分, 1代表“没有或几乎没有”(少于一天), 2代表“很少时间”(1~2天), 3代表“有时或中等时间”(3~4天), 4代表“大部分或所有时间”(5~7天)。得分越高, 表明抑郁水平越高。本研究中, 该量表的内部一致性 α 系数为0.83。

4. 友谊质量量表

采用Parker和Asher^[25]编制的友谊质量量表(Friendship Quality Questionnaire, FQQ)测量被试的友谊质量。该量表共有6个题目, 包括亲密坦露与交流、冲突两个维度。其中第(1)(2)(5)题测量友谊质量。本研究中, 该量表的内部一致性 α 系数分别为0.90(线下友谊)和0.92(线上友谊)。

(三) 施测程序与数据处理

问卷由教师在班级群内发放, 学生自愿填写。问卷回收后, 采用SPSS 26.0对数据进行录入和整

理, 采用Mplus对问卷进行共同方法偏差检验, 采用SPSS 26.0及PROCESS宏程序进行描述统计及有调节的中介模型检验。

三、研究结果

(一) 共同方法偏差检验

由于本研究所有变量的数据均来自被试的自我报告, 可能存在共同方法偏差, 因此需要进行共同方法偏差检验。使用Harman单因子检验法对所有变量进行探索性因子分析, 结果显示, 特征值大于1的因子共有4个, 第一个因子解释的变异量为21.3%, 小于40%的临界标准, 故可认为不存在严重的共同方法偏差。

(二) 描述统计和相关分析

相关分析结果显示, 同伴侵害、孤独感、抑郁情绪、友谊质量(线上和线下)这四个变量间均存在显著相关, 各变量均值、标准差及相关矩阵见表1。

(三) 孤独感的中介作用检验

将被试的性别和年龄作为控制变量, 使用SPSS26.0宏程序PROCESS模型4进行中介效应检验。

表3 友谊质量调节作用的回归分析

结果变量	预测变量	回归系数显著性		整体拟合指标		
		β	t	R	R^2	F
抑郁	性别	0.07	1.51			
	年龄	0.06	1.28			
	同伴侵害	0.14	3.73***			
	孤独感	0.43	5.66***			
	线下友谊质量	-0.12	-2.12*			
	孤独感 x 线下友谊质量	-0.06	-2.52*	0.67	0.45	32.47***
抑郁	性别	0.06	1.43			
	年龄	0.08	1.78			
	同伴侵害	0.14	1.93			
	孤独感	0.38	6.89***			
	线上友谊质量	-0.11	-2.21*			
	孤独感 x 线上友谊质量	-0.05	-2.42*	0.67	0.45	32.20***

结果显示,同伴侵害和孤独感分别能显著正向预测青少年的抑郁情绪;当同时纳入同伴侵害和孤独感的预测作用时,同伴侵害正向预测抑郁情绪,孤独感正向预测抑郁情绪,具体结果见表2。间接效应检验结果显示,孤独感在同伴侵害对抑郁情绪的预测中起到部分中介作用,95%的Bootstrap置信区间不包含0,中介效应为0.16,占总效应的53.3%。

(四) 友谊质量的调节作用检验

为了检验线下友谊质量和线上友谊质量是否在“同伴侵害—孤独感—抑郁情绪”这一中介机制中起到调节作用,我们采用SPSS26.0宏程序PROCESS中的模型8分别对其进行有调节的中介模型检验。如表3所示,线下友谊质量与孤独感的交互作用对青少年抑郁情绪的预测作用显著,线上友谊质量与孤独感的交互作用对青少年抑郁情绪的预测作用也显著。由此可知,线下友谊质量和线上友谊质量均在上述中介模型的后半段起调节作用。

随后,分别将线上/线下友谊质量得分正负一个标准差作为高低两组,进行简单效应分析(见图3和图4)。由图3可知,线下友谊质量越高的青少年,其孤独感对抑郁情绪的预测作用越弱($\beta = 0.30, t=8.36, p<0.001$);同样的结果也出现在线上友谊质量较高的青少年群体中($\beta = 0.33, t=8.47, p<0.001$),详见图4。总体来说,无论是线下友谊质量还是线上友谊质量,均能缓解孤独感对抑郁情绪的不良影响。

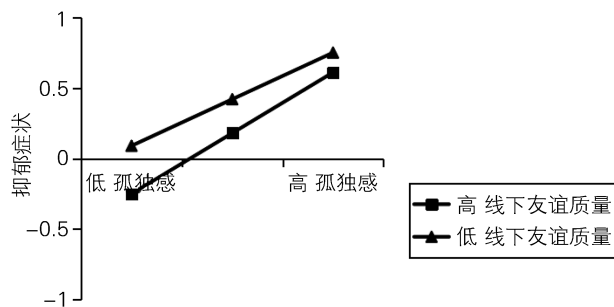


图3 线下友谊质量在孤独感和抑郁情绪之间的调节作用

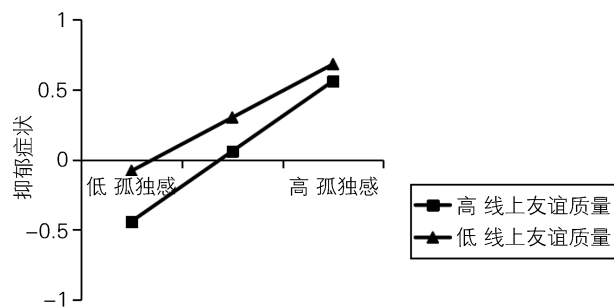


图4 线上友谊质量在孤独感和抑郁情绪之间的调节作用

四、讨论

本研究考察了同伴侵害对青少年心理健康的影响,结果显示,同伴侵害能正向预测青少年的孤独感和抑郁情绪,这与以往的研究结果一致^[8-9]。在此基础上,本研究还从线上和线下双重视角,通过构建有调节的中介模型,探讨了同伴侵害如何影响青少年的抑郁情绪(孤独感的中介作用),以及在何种情况下影响青少年的抑郁情绪(友谊质量的调节作用)。本研究的结果有助于更全面地了解青少年同伴侵害的作用机制,为预防和干预同伴侵害

对青少年心理健康的不良影响提供依据。

首先,本研究发现孤独感在同伴侵害和抑郁情绪之间起中介作用,这与假设2一致。受到同伴欺负的青少年通常被认为是比较“怪异”的,同时他们也容易在社交情境中受到他人的拒绝。社交机会的减少不仅使得青少年体验到更多的孤独感^[26],同时也使得他们在独处时情绪更低落,甚至产生消极的自我评价,从而引发抑郁^[27]。本研究结果不仅为青少年抑郁情绪的影响因素及其机制提供了实证研究依据,对深化青少年抑郁研究具有一定的理论意义,同时对帮助青少年缓解受到同伴侵害后的抑郁情绪、更好地适应同伴群体和校园生活具有一定的现实意义。

其次,本研究还发现,无论是高质量的线下友谊还是线上友谊,都能缓解受到同伴侵害后引起的孤独感,进而减少抑郁情绪,这与假设3a和3b一致。在青少年早期,很多人已经有了很好的朋友,亲密的友谊对他们心理适应的影响很大。在面对同伴欺负时,高友谊质量(例如亲密、安慰和陪伴)可以降低个体的抑郁体验。除此之外,朋友有可能在青少年被其他人欺负时挺身而出,为受欺负的青少年解困或提供更多的陪伴,减轻其孤独感;来自朋友的鼓励也能够使受欺负的青少年树立正确的自我观念,减少自我苛责及抑郁的产生。

除此之外,本研究还发现,线上友谊与线下友谊具有类似的缓解同伴侵害的不良影响的作用。线上友谊也具有为个体提供帮助和亲密性的功能,能够减少受欺负的青少年的孤独感和抑郁情绪。同时,部分受欺负的青少年可能由于担心被报复而不敢对身边的人(例如面对面的朋友、家长和教师)讲述自己的遭遇,而匿名的线上朋友可使其放松戒备心,袒露自己的真实经历和想法^[28],这有利于其身心健康发展。

随着互联网和新兴媒体的蓬勃发展,青少年的线上交往受到教师和家长的普遍关注。虽然过度使用网络会损害其社会功能,但是一味地反对、禁止青少年使用互联网社交服务只能适得其反,了解他们的实际情况并因势利导,使他们科学对待、健康

使用网上社交服务才是正确的做法。尤其是最近几年受到疫情的影响,青少年不仅要通过网络完成课堂互动和课程学习,还需要通过线上与朋友交流、谈心,线上互动成为他们目前主要的人际交流方式。家长和学校应辩证地看待青少年线上交友,尊重其交友方式,通过合理引导,发挥线上友谊对其心理健康的促进作用。

综上,本研究发现了同伴侵害对青少年心理健康的作用条件和机制,为以后的相关干预研究提供了一定的实证依据。本研究也存在一些不足,需要未来继续进行深入地探讨。

首先,出于横断研究设计本身固有的缺点,本研究对同伴侵害与青少年心理健康之间的因果关系解释有限,未来可以通过追踪研究进行更有深度的探讨。

其次,本研究的数据收集均是通过青少年的自我报告,可能会受到社会赞许效应的影响。未来研究可以结合多方报告(父母、同伴与教师等)收集数据,从而提高研究结果的可靠性。

最后,本研究只考虑了友谊质量的调节作用,尚未探讨其他关系如亲子关系、师生关系质量对同伴侵害不良影响的缓解作用。未来可以进一步探讨青少年与其他重要他人(如父母和教师)的关系质量是否能在同伴侵害和抑郁情绪中起到调节作用。

参考文献

- [1]Stockman J A. Lifetime prevalence of mental disorders in U.S. adolescents: results from the national comorbidity survey replication-adolescent supplement (NCS-A) [J]. Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 2010, 49 (10): 980-989.
- [2]Thapar A, Collishaw S, Pine D S, et al. Depression in adolescence[J]. The Lancet, 2010, 379 (9820): 1056-1067.
- [3]Gaffrey M S, Tillman R, Barch D M, et al. Continuity and stability of preschool depression from childhood through adolescence and following the onset of puberty[J]. Comprehensive Psychiatry, 2018, 86 (7): 39-46.
- [4]Olweus D. Bullying at school[M]. Malden, 1993, MA: Blackwell.

[5]Earnshaw V A, Elliott M N, Reisner S L, et al. Peer victimization, depressive symptoms, and substance use: a longitudinal analysis [J]. Pediatrics, 2017, 139 (6).

[6]张文新. 中小学生欺负/受欺负的普遍性与基本特点[J]. 心理学报, 2002 (4): 387-394.

[7]Kretschmer T. What explains correlates of peer victimization? a systematic review of mediating factors[J]. Adolescent Research Review, 2016, 1 (4): 341-356.

[8]Rose J, Rudolph D. A review of sex differences in peer relationship processes: potential trade-offs for the emotional and behavioral development of girls and boys [J]. Psychological bulletin, 2006, 132 (1): 98-131.

[9]Megan F, Karen D, Rudolph A. Prospective examination of emotional clarity, stress responses, and depressive symptoms during early adolescence[J]. The Journal of Early Adolescence, 2014, 34 (7): 923-939.

[10]Vanhalst J, Luyckx K, Goossens L. Experiencing loneliness in adolescence: a matter of individual characteristics, negative peer experiences, or both? [J]. Social Development, 2014 (23): 100-118.

[11]Hay D F, Payne A, Chadwick A. Peer relations in childhood[J]. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 2004, 45 (1): 84-108.

[12]Holt M, Espelage D L. Social support as a moderator between dating violence victimization and depression/anxiety among African American and Caucasian adolescents[J]. School Psychology Review, 2005 (3): 309-328.

[13]Povedano A, Cava M J, Monreal M C, et al. Victimization, loneliness, overt and relational violence at the school from a gender perspective[J]. International Journal of Clinical and Health Psychology, 2015 (15): 44-51.

[14]Qualter P, Munn P. The friendships and play partners of lonely children[J]. J Soc Pers Relationship, 2005 (22): 379-397.

[15]Qualter P, Brown S L, Munn P, et al. Childhood loneliness as a predictor of adolescent depressive symptoms: an 8-year longitudinal study[J]. European child & adolescent psychiatry, 2010, 19 (6): 493-501.

[16]Boulton M J, Trueman M, Chau C, et al. Concurrent

and longitudinal links between friendship and peer victimization: Implications for befriending interventions[J]. Journal of Adolescence, 1999, 22 (4): 461-466.

[17]Hartup W W. The social worlds of childhood[J]. American Psychologist, 1979 (34): 944-950.

[18]Sandler I N, Miller P, Short J, et al. Social support as a protective factor for children in stress. In D. Belle (Ed.), Children's social networks and social supports (pp. 277-307). Oxford, England: John Wiley & Sons. 1989.

[19]张永欣, 杜红芹, 丁倩, 等. 青少年的同伴交往: 线上与线下的交互[J]. 心理研究, 2016, 9 (1): 53-59.

[20]Wright K. Computer-mediated social support, older adults, and coping[J]. Journal of Communication, 2000, 50 (3): 100-118.

[21]Shaw H, Gant M. In Defense of the internet: the relationship between internet communication and depression, loneliness, self-esteem, and perceived social support[J]. Cyber Psychology & Behavior, 2002, 5 (2): 157-171.

[22]张文新, 武建芬. Olweus儿童欺负问卷中文版的修订[J]. 心理发展与教育, 1999 (2): 8-12, 38.

[23]Asher S R, Hymel S, Renshaw P D. Loneliness in children[J]. Child Development, 1984, 55: 1457-1464.

[24]Radloff L S. The CES-D Scale: a self-report depression scale for research in the general population[J]. Applied Psychological Measurement, 1997, 1 (3): 385-401.

[25]Parker J G, Asher S R. Friendship and friendship quality in middle childhood: links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction[J]. Developmental Psychology, 1993, 29 (4): 611-621.

[26]郭冬升. 大学生孤独感现状及相关因素分析[J]. 太原城市职业技术学院学报, 2021 (2): 114-117.

[27]文婉紫. 大学生抑郁、心理孤独感与核心自我评价的关系研究[J]. 现代职业教育, 2019 (16): 198-200.

[28]Ybarra M L, Mitchell K J, Palmer N A, et al. Online social support as a buffer against online and offline peer and sexual victimization among U.S. LGBT and non-LGBT youth[J]. Child Abuse & Neglect, 2015, 39 (1): 123-136.