

## 童年期不良经历对抑郁的影响： 抗逆力的中介作用

苟雨诗

西南民族大学，成都

**摘要** | 本文采用儿童期创伤问卷、抗逆力水平量表和病人健康问卷抑郁自评量表对548名大学生进行调查，旨在探索大学生童年期不良经历、抗逆力与抑郁的关系，为进一步预防抑郁症提供建议。研究结果显示，大学生童年期不良经历与抑郁水平呈正相关；抗逆力与抑郁呈负相关；抗逆力在童年期不良经历与抑郁之间起部分中介作用。提升个体的抗逆力水平，可以增强其应对逆境的能力，从而降低大学生抑郁风险。

**关键词** | 童年期不良经历；抗逆力；抑郁；大学生

Copyright © 2024 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 前言

抑郁是当今主要的心理障碍之一，全球约有2.8亿人患有抑郁症，且有逐年增加的趋势，也是导致全球疾病总负担增加的主要原因之一（WHO, 2021）。抑郁不仅深刻侵蚀着个体的身心健康，更在极端情况下会导致个体自杀（刘创等, 2023）。2021年，我国首次公布的全国成人精神障碍流行病学调查结果显示，我国成人抑郁障碍终生患病率为6.8%，这一数据深刻反映了抑郁问题的严峻性。

在这一背景下，大学生群体作为社会的中坚力量与未来希望，其心理健康问题尤为引人关注。他们正处于从青春期到成年期的关键过渡期，面临着前所未有的学业、职业及社会压力，这是人生中压力最大的时期之一（Ghrouz et al., 2019）。而抑郁是大学生群体中最为高发、伤害性最大的精神障碍之一，当前大学生群体的抑郁症状检出率高，且发生率仍在不断增长（张雅萍, 2017）。

童年期不良经历（adverse childhood experiences, ACEs）是指个体在18岁以前暴露于虐待、忽视、家庭功能不全或其他不良经历中的一种或多种，主要包括了童年期虐待、忽视与家庭功能不全等（Ports

et al., 2019)。ACEs在不同国家和地区都普遍存在，其流行情况严峻。在美国，61%的成年人在18岁前至少经历过1种ACEs (Jia and Lubetkin, 2020)。英国的一项研究发现，84%的参与者经历了至少1种ACEs，23.8%暴露于4种或更多类型的ACEs (Houtepen et al., 2020)。而在我国，儿童和青少年ACEs问题同样突出，发生率达76.9% (Fang et al., 2015)。

ACEs不仅是抑郁的催化剂，更是其顽固存在的温床。一项前瞻性出生队列研究发现 (Gallo et al., 2017)，与未遭受童年期不良经历的青少年相比，曾遭受2种或以上不良经历的青少年患抑郁症的风险显著增高，且性别会影响青少年的患病率。达玛安提等人 (Dhamayanti et al., 2020) 的研究也发现，受到情感虐待的青少年罹患抑郁症的可能性是平常人的3倍。频繁暴露于ACEs不仅会导致个体社会功能的受损，还会进一步影响成年后的情绪和行为，最后对个体的心理发展产生显著而持续的影响 (Bell and Belicki, 1998; 涂阳军、郭永玉, 2010)。

然而，在逆境与挑战面前，并非所有人都无能为力。抗逆力 (Resilience) 这一积极应对压力与逆境的心理机制，为个体提供了宝贵的缓冲与支撑。抗逆力是指积极适应个人重大逆境或压力的动态心理过程 (Anyan and Hjemdal, 2016)，它可以促进个体成功地适应环境，应对不良经历并减少风险暴露的负面影响 (Davydov et al., 2010)。多项研究指出，ACEs暴露水平与抗逆力之间存在显著负相关 (李奕慧、刘小珍, 2016; 韦雯珊等, 2019; Babad et al., 2022)。具体而言，高水平的ACEs暴露往往预示着个体较低的抗逆力发展水平，进而增加了其未来面临情绪问题的风险 (Zetino et al., 2020; 韦雯珊等, 2019)。

抗逆力常被视为抑郁的保护因素，一项前瞻性研究发现，经过1年的随访，基线抗逆力与1年后的抑郁症状呈显著负相关，抗逆力水平较高的儿童罹患抑郁症的风险较低 (Wu et al., 2017)。李 (Lee, 2021) 进一步的研究发现，高水平的抗逆力是抑郁的保护因素，抗逆力可以通过促进个体的人际关系，来降低青少年的抑郁水平。弗里茨 (Fritz, 2018) 的荟萃分析为理解抗逆力与ACEs之间的复杂关系提供了更为全面的视角。该研究表明，高抗逆力的个体能够有效地运用自我调节策略，以应对生活中的不良经历，从而降低罹患心理疾病的风险。

综上所述，本研究提出假设：假设1，大学生童年期不良经历显著正向预测成年后抑郁水平；假设2，抗逆力在童年期不良经历与抑郁之间起中介作用。

## 2 研究方法

### 2.1 研究对象

本研究采用方便抽样，发放网络问卷，剔除作答明显不完整、答题过程明显不认真的数据，最终回收有效问卷548份，有效率为94.49%。其中，女生472人，男生76人。独生子女98人，非独生子女450人。有分离经历的个人243人，无分离经历的243人。所有参与调查的被试均对该研究知情同意。

### 2.2 研究工具

#### 2.2.1 儿童期创伤问卷 (CTQ-SF)

采用伯恩斯坦和芬克 (Bernstein and Fink, 1998) 开发的儿童期创伤问卷 (CTQ-SF)。该问卷主要

由25个临床项目和3个有效性项目组成。整份问卷包含五个维度，即情绪虐待、情绪忽视、身体虐待、身体忽视、性虐待。每个维度包含五个项目，采用5分计分法，1为“从不”，5为“总是”。分数越高，表明个体童年期的创伤就越多。本研究中该量表的Cronbach's  $\alpha$  系数为0.805。

### 2.2.2 抗逆力水平量表 (CD-RISC)

采用由康纳和戴维森 (Connor and Davidson, 2003) 编制，于肖楠等 (2007) 翻译的抗逆力水平量表中文版 (connor-davidson resilience scale, CD-RISC)。该量表共25个项目，包括三个维度：坚韧、自强、乐观。采用五点计分，1为“从不”，5为“一直如此”。分数越高，表明个体的抗逆力水平越高。本研究中该量表的Cronbach's  $\alpha$  系数为0.968。

### 2.2.3 病人健康问卷抑郁自评量表 (PHQ-9)

采用由克伦克 (Kroenke, 2001) 及其研究团队在精神障碍评分量表的基础上编制的病人健康调查问卷 (patient health questionnaire-9, PHQ-9)。量表共包含9个项目，各项目采用4点计分，0为“完全不会”，3为“几乎每天”，0~4分为无抑郁，5~9分为轻度抑郁，10~14分为中度抑郁，20~27分为重度抑郁 (Kroenke et al., 2001; 徐勇、吴海苏、徐一峰, 2007)。本研究中该量表的Cronbach's  $\alpha$  系数为0.916。

## 2.3 统计学方法

采用SPSS 24.0统计软件进行数据处理。采用独立样本 $t$ 检验、Pearson相关分析、多元线性回归分析。使用SPSS的宏程序Process检验抗逆力在大学生童年期不良经历与抑郁之间的中介效应。

## 3 结果

### 3.1 共同方法偏差分析

采用Harman单因素检验法对童年期不良经历、抗逆力、抑郁的测量题项进行共同方法偏差检验。未旋转的主成分因素分析结果表明，特征根大于1的因子有7个，第一个主因子的方差变异解释率为27.61%，小于40%的临界标准，表明本研究不存在严重的共同方法偏差。

### 3.2 大学生抗逆力、童年期不良经历及抑郁的描述性分析

将大学生抗逆力、童年期不良经历及抑郁进行描述性统计分析，结果如表1所示。

表 1 描述性统计

Table 1 Descriptive statistics

项目	$M \pm SD$
童年期不良经历	37.94 $\pm$ 10.62
躯体虐待	5.67 $\pm$ 2.20
情感虐待	6.85 $\pm$ 2.85
性虐待	5.47 $\pm$ 2.11

续表

项目	<i>M</i> ± <i>SD</i>
情感忽视	10.76 ± 4.45
躯体忽视	9.19 ± 2.98
坚韧	43.73 ± 10.44
自强	28.38 ± 6.12
乐观	13.39 ± 3.30
抗逆力	85.51 ± 18.93
抑郁	5.37 ± 5.01

### 3.3 相关分析

将大学生抗逆力、童年期不良经历及抑郁进行Pearson相关分析，结果如表2所示。大学生童年期不良经历与抗逆力呈负相关（ $r=-0.33$ ， $p<0.001$ ），抗逆力与抑郁呈显著负相关（ $r=-0.25$ ， $p<0.001$ ），童年期不良经历与抑郁呈显著正相关（ $r=0.39$ ， $p<0.001$ ）。

表2 相关分析

Table 2 Correlation analysis

项目	1	2	3	4	5	6	7	8
1.性别	-							
2.童年期不良经历	0.15***	-						
3.躯体虐待	0.18***	0.75***	-					
4.情感虐待	0.81	0.78***	0.71***	-				
5.性虐待	0.14***	0.68***	0.84***	0.61***	-			
6.情感忽视	0.64	0.70***	0.19***	0.31***	0.10*	-		
7.躯体忽视	0.14**	0.75***	0.38***	0.43***	0.34***	0.49***	-	
8.抗逆力	0.04	-0.33***	-0.01	-0.18**	0.01	-0.47***	-0.35***	-
9.抑郁	0.08	0.39***	0.33***	0.43***	0.38***	0.15***	0.26***	-0.25***

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

### 3.4 中介效应检验

以SPSS的宏程序Process对中介模型进行检验分析。以童年期不良经历为自变量，抗逆力为中介变量，抑郁为因变量，性别为控制变量，进行中介效应检验，结果如表3所示。分析结果显示，大学生的童年期不良经历可显著正向预测抑郁得分（ $\beta=0.181$ ， $p<0.001$ ）；童年期不良经历与抗逆力同时预测大学生抑郁的得分，且抗逆力显著负向预测抑郁得分（ $\beta=-0.361$ ， $p<0.001$ ），而童年期不良经历显著正向预测抑郁得分（ $\beta=0.158$ ， $p<0.001$ ）。抗逆力在童年期不良经历与抑郁之间起部分中介作用。

通过Bootstrap偏差校正法检验，重复抽样5000次，对中介效应进行检验，结果如表4所示。抗逆力在童年期不良经历与抑郁中的Bootstrap95%置信区间为[0.005, 0.051]，区间不包含0，说明中介效应显著，该路径的中介效应值为0.023。

表3 中介作用的回归分析

Table 3 Regression analysis of the mediating effect

因变量	自变量	$R^2$	$F$	$\beta$	$t$
抑郁	童年期不良经历	0.149	47.537	0.181	9.584***
抗逆力	童年期不良经历	0.118	36.604	-0.617	-8.509***
抑郁	童年期不良经历	0.166	36.089	0.158	7.935***
抗逆力			-0.361	-3.374***	

表4 中介效应的Bootstrap分析

Table 4 Bootstrap analysis of mediation effects

影响路径	效应值	Boot标准误	Boot CI下限	Boot CI上限	相对效应比
童年期不良经历—抗逆力—抑郁	0.023	0.019	0.005	0.051	12.71%
直接效应	0.158	0.020	0.119	0.197	87.29%
总效应	0.181	0.019	0.144	0.278	100%

## 4 讨论

本研究对中国大学生的童年期不良经历与抑郁水平之间的关系，以及抗逆力在这一过程中所扮演的角色进行了探讨。结果表明，童年期不良经历与抑郁水平之间存在着显著正相关，抗逆力与抑郁之间存在着显著负相关，通过中介效应分析发现，抗逆力在童年期不良经历与抑郁之间起到部分中介作用。本研究的结果与前人结果相一致（韦霁珊等，2019；Babad et al., 2022），进一步证实了早期生活经历对个体心理健康的深远影响。童年时期遭受的创伤性事件，如持续的负面情感体验、家庭关系进展或暴力行为，均可能破坏个体的心理安全感，影响其情绪调节能力和社会适应能力，从而增加成年后罹患抑郁症的风险。麦克尤恩（McEwen, 2017）的研究得出，当个体面临压力源时，大脑会经历一系列的反应，导致个体的适应不良，这也意味着抗逆力的缺乏可能在心理疾病方面发挥着关键作用。

童年期不良经历与抗逆力的负相关关系表明，早期的负面经历可能会削弱个体的心理韧性，使其在面对后续生活中的挑战时更加脆弱，难以采取有效的应对方式。这与博伊斯和埃利斯（Boyce and Ellis, 2005）提出的生物环境敏感理论一致，如果个体暴露于严重的ACEs之下，其可能发生敏化效应，即在短时间内能够应对不良经历，但在后续的压力环境中可能出现更为严重的不良结果，导致抗逆力进一步降低。

本研究进一步确认了抗逆力与抑郁之间的负相关关系。抗逆力水平较高的个体在面对生活中的压力和挫折时，能够更有效地调节自己的情绪，保持积极的心态，避免陷入抑郁的泥潭（段登艾等，2024）。因此，提升抗逆力是缓解童年期不良经历负面影响、预防抑郁症的关键途径之一。

在探讨童年期不良经历、抗逆力与抑郁之间的关系时，本研究进一步揭示了抗逆力的部分中介作用。这一发现表明，童年期的不良经历不仅直接增加了个体成年后抑郁的风险，还通过削弱其心理弹性这一间接途径对抑郁产生影响。具体来说，不良经历降低了个体的抗逆力水平，使得他们在面对生活中的压力和挑战时更容易陷入消极情绪，进而发展为抑郁症状。然而，值得注意的是，心理弹性并非完全

中介这一关系，即存在其他未纳入本研究的因素也在起作用。但即便如此，心理弹性的部分中介作用仍然具有重要的理论和实践意义。它提示我们，在预防和干预抑郁症时，不仅要关注童年期不良经历的消极影响，还要注重提升个体的抗逆力水平，以增强其应对逆境的能力，从而降低抑郁风险。

## 5 结论

童年期不良经历可以直接预测大学生的抑郁水平，抗逆力在童年期不良经历与抑郁之间起到部分中介作用。在预防和干预抑郁症时，可以通过提升个体的抗逆力水平，以增强其应对逆境的能力，从而降低抑郁风险。

## 参考文献

- [1] 崔庆霞, 王在翔. 大学生抑郁现状调查及影响因素研究 [J]. 中国卫生事业管理, 2014 (8): 629-630, 633.
- [2] 段登艾, 张志雄, 王维, 等. 儿童期虐待对青少年抑郁障碍患者非自杀性自伤行为的影响: 心理弹性和抑郁情绪的链式中介作用 [J]. 郑州大学学报 (医学版), 2024 (1): 95-99.
- [3] 李奕慧, 刘小珍. 中学生儿童期创伤与心理弹性的关系 [J]. 湘南学院学报, 2016 (4): 103-107.
- [4] 刘创, 李媚珍, 李秀红. 抑郁障碍青少年自杀行为预测因素研究进展 [J]. 中国学校卫生, 2023 (2): 316-320.
- [5] 涂阳军, 郭永玉. 创伤后成长: 概念、影响因素、与心理健康的关系 [J]. 心理科学进展, 2010, 18 (1): 114-122.
- [6] 韦雯珊, 时俊新, 张敏莉, 等. 2015年武汉市中小学生早期创伤经历及其与心理弹性关联 [J]. 卫生研究, 2019 (5): 717-722, 727.
- [7] 徐勇, 吴海苏, 徐一峰. 病人健康问卷抑郁量表 (PHQ-9) 在社区老年人群中的应用——信度与效度分析 [J]. 上海精神医学, 2007 (5): 257-259, 276.
- [8] 张雅萍. 大学生抑郁的相关因素及注意偏向特点研究 [D]. 重庆师范大学, 2017.
- [9] Anyan F, Hjemdal O. Adolescent stress and symptoms of anxiety and depression: Resilience explains and differentiates the relationships [J]. Journal of Affective Disorders, 2016 (203): 213-220.
- [10] Babad S, Zwilling A, Carson K W, et al. Childhood Environmental Instability and Social-Emotional Outcomes in Emerging Adults [J]. Journal of interpersonal violence, 2022, 37 (7/8): NP3875-NP3904.
- [11] Bell D, Belicki K. A Community-Based Study of Well-Being in Adults Reporting Childhood Abuse [J]. Child Abuse & Neglect, 1998, 22 (7): 681-685.
- [12] Bernstein D, Fink L, Bernstein D. Childhood Trauma Questionnaire: A retrospective self-report manual [J]. 1998.
- [13] Boyce W T, Ellis B J. Biological sensitivity to context: I. An evolutionary-developmental theory of the origins and functions of stress reactivity [J]. Development and Psychopathology, 2005, 17 (2): 271-301.
- [14] Connor K M, Davidson J R T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) [J]. Depression and Anxiety, 2003, 18 (2): 76-82.
- [15] Davydov D M, Stewart R, Ritchie K, et al. Resilience and mental health [J]. Clinical Psychology Review, 2010, 30 (5): 479-495.

- [ 16 ] Dhamayanti M, Novianhari A, Masdiani N, et al. The association of depression with child abuse among Indonesian adolescents [ J ] . *BMC pediatrics*, 2020, 20 ( 1 ) : 313.
- [ 17 ] Fang X, Fry D A, Ji K, et al. The burden of child maltreatment in China: A systematic review [ J ] . *Bulletin of the World Health Organization*, 2015, 93 ( 3 ) : 176–185C.
- [ 18 ] Fritz J, de Graaff A M, Caisley H, et al. A Systematic Review of Amenable Resilience Factors That Moderate and/or Mediate the Relationship Between Childhood Adversity and Mental Health in Young People [ J ] . *Frontiers in Psychiatry*, 2018 ( 9 ) : 230.
- [ 19 ] Gallo E A G, De Mola C L, Wehrmeister F, et al. Childhood maltreatment preceding depressive disorder at age 18 years: A prospective Brazilian birth cohort study [ J ] . *Journal of affective disorders*, 2017 ( 217 ) : 218–224.
- [ 20 ] Ghrouz A K, Noohu M M, Dilshad Manzar M, et al. Physical activity and sleep quality in relation to mental health among college students [ J ] . *Sleep Breath*, 2019, 23 ( 2 ) : 627–634.
- [ 21 ] Houtepen L C, Heron J, Suderman M J, et al. Associations of adverse childhood experiences with educational attainment and adolescent health and the role of family and socioeconomic factors: A prospective cohort study in the UK [ J ] . *PLoS medicine*, 2020, 17 ( 3 ) : e1003031.
- [ 22 ] Jia H, Lubetkin E I. Impact of adverse childhood experiences on quality-adjusted life expectancy in the U. S. population [ J ] . *Child Abuse & Neglect*, 2020 ( 102 ) : 104418.
- [ 23 ] Kroenke K, Spitzer R L, Williams J B. The PHQ-9: validity of a brief depression severity measure [ J ] . *Journal of general internal medicine*, 2001, 16 ( 9 ) : 606–613.
- [ 24 ] Lee T S, Wu Y J, Chao E, et al. Resilience as a mediator of interpersonal relationships and depressive symptoms amongst 10th to 12th grade students [ J ] . *Journal of affective disorders*, 2021 ( 278 ) : 107–113.
- [ 25 ] McEwen B S. Allostasis and the Epigenetics of Brain and Body Health Over the Life Course: The Brain on Stress [ J ] . *JAMA psychiatry*, 2017, 74 ( 6 ) : 551–552.
- [ 26 ] Ports K A, Holman D M, Guinn A S, et al. Adverse Childhood Experiences and the Presence of Cancer Risk Factors in Adulthood: A Scoping Review of the Literature From 2005 to 2015 [ J ] . *Journal of pediatric nursing*, 2019 ( 44 ) : 81–96.
- [ 27 ] WHO. Depression [ EB/OL ] . [ 2021-12-20 ] . <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>.
- [ 28 ] Wu Y L, Zhao X, Ding X X, et al. A prospective study of psychological resilience and depression among left-behind children in China [ J ] . *Journal of health psychology*, 2017, 22 ( 5 ) : 627–636.
- [ 29 ] Zetino Y L, Galicia B E, Venta A. Adverse Childhood Experiences, Resilience, and Emotional Problems in Latinx Immigrant Youth [ J ] . *Psychiatry Research*, 2020 ( 293 ) : 113450.

# The Effect of Adverse Childhood Experiences on Depression: A Mediation of Resilience

Gou Yushi

*Southwest Minzu University, Chengdu*

**Abstract:** In this study, 548 college students were surveyed using the Childhood Trauma Questionnaire, Connor-Davidson Resilience Scale, and P Patient Health Questionnaire-9, with the aim of exploring the relationship between adverse childhood experiences, resilience, and depression among college students and providing suggestions for further prevention of depression. The results indicated that adverse childhood experiences were positively correlated with the degree of depression. Resilience was negatively correlated with depression. Resilience partially mediated the relationship between adverse childhood experiences and depression. Enhancing the level of individual resilience can improve their ability to cope with adversity, thereby reducing the risk of depression among college students.

**Key words:** Adverse childhood experience; Resilience; Depression; College student