论著·医学心理研究

高中生理想水平对抑郁情绪的影响及耐挫力的中介作用:一项前瞻性队列研究

金晨璇[1],谭洁滢[1],代宗佩[1],孙笑笑[1],周巧宁[1],向文君[1,2],郝维红[1],戴 琴[1] [1]陆军军医大学(第三军医大学)医学心理系心理训练中心,重庆;[2]联勤保障部队第九二六医院普通外科,云南开远

[摘要] **目的** 当前高中生心理健康问题亟待关注,理想水平作为重要的心理品质,其对抑郁情绪的长期影响尚不明确,且耐挫力在二者间的中介作用仍缺乏前瞻性研究证据。本研究以重庆市高中生为对象,探讨理想水平对抑郁情绪的预测作用及耐挫力的中介机制。**方法** 采用前瞻性队列设计,对重庆市3所中学308名高中生进行3次调查(T1为2024年11月,T2为2025年5月,T3为2025年11月),使用修订版当代青少年理想问卷、学生耐挫心理量表、患者健康问卷分别测量高中生的理想、耐挫力和抑郁情绪水平,对问卷结果进行描述性分析、相关分析、交叉滞后分析,并建立结构方程模型。**结果** ①高中生的理想水平较高,总分为(154.28±13.68)分,且一年后变化不显著,耐挫力总分为(61.77±14.39)分,一年后逐步上升至(65.83±15.68)分(P<0.001),抑郁情绪得分为(1.23±2.45)分,一年后显著升高至(4.79±4.33)分(P<0.001);16岁青少年职业理想得分高于15岁群体(P<0.05),男生耐挫力总分高于女生(P<0.01)。②理想水平与耐挫力呈正相关(r=0.17~0.30,P<0.01),二者与抑郁情绪均呈负相关(r=−0.23~−0.15,P<0.01)。③交叉滞后模型结果显示,理想水平正向预测半年后的耐挫力水平(β=0.10,P<0.01)。④耐挫力在理想水平和抑郁情绪得分之间起完全中介作用(β=−0.07,95%*CI*:−0.19~−0.02,P<0.01),链式中介总间接效应占总效应的8.24%。**结论** 高中生理想水平可正向预测耐挫力,耐挫力在理想水平与抑郁情绪之间起完全中介作用。建议家-校-社抓住理想形成关键时期加强耐挫力培育,以期降低抑郁情绪,为服务国家战略目标实现奠定基础。

[关键词] 理想;耐挫力;抑郁情绪;青少年

[中图法分类号] G638.3;R395.1;R749.4 [文献标志码] A

Impact of ideal levels on depressive symptoms among high school students and mediating role of frustration tolerance: a prospective cohort study

JIN Chenxuan[1], TAN Jieying[1], DAI Zongpei[1], SUN Xiaoxiao[1], ZHOU Qiaoning[1], XIANG Wenjun[1,2], HAO Weihong[1], DAI Qin[1] [1]Psychological Training Centre, College of Medical Psychology, Army Medical University (Third Military Medical University), Chongqing; [2]Department of General Surgery, No. 926 Hospital of Joint Logistic Support Force, Kaiyuan, Yunnan, China

[**Abstract**] **Objective** The mental health problems among senior high school students require urgent attention in recent years. Ideal level, as an essential psychological quality, its long-term impact on depressive emotions remains unclear, and the mediating role of frustration tolerance between these 2 factors still lacks prospective evidence. This study aims to determine the predictive effect of ideal level on depressive symptoms

[基金项目] 重庆市社会科学规划项目(2023NDYB94)

[通信作者] 戴 琴,E-mail: daiqin101@hotmail.com

2097-0927/Copyright © 2026, 陆军军医大学(第三军医大学)。这篇开放获取文章遵循 CC BY 许可协议 (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

引用格式:金晨璇,谭洁滢,代宗佩,等. 高中生理想水平对抑郁情绪的影响及耐挫力的中介作用:一项前瞻性队列研究[J]. 陆军军医大学学报,2026,48(07):936-945. DOI:10.16016/j.2097-0927.202601008.

Citation: JIN C X, TAN J Y, DAI Z P, *et al*. Impact of ideal levels on depressive symptoms among high school students and mediating role of frustration tolerance: a prospective cohort study[J]. J Army Med Univ, 2026, 48(07): 936-945. DOI: 10.16016/j.2097-0927.202601008.

and the mediating mechanism of frustration tolerance among high school students in Chongqing. **Methods** This study adopted a prospective cohort design. A total of 308 high school students from 3 high schools in Chongqing were surveyed at 3 time points: T1 (November 2024), T2 (May 2025), and T3 (November 2025). Revised Contemporary Adolescent Ideal Questionnaire, Frustration Tolerance Scale for Students, and Patient Health Questionnaire-9 were used to assess the levels of ideal, frustration tolerance, and depressive symptoms, respectively. Descriptive analysis, correlation analysis, cross-lagged analysis, and structural equation modeling were performed on the questionnaire data. **Results** ① High school students demonstrated relatively high ideal levels, with a total score of 154.28±13.68, which remained stable over 1 year. The frustration tolerance scores were 61.77±14.39 at baseline and increased progressively to 65.83±15.68 after 1 year ($P<0.001$). The depressive symptom scores were 1.23±2.45 at baseline and elevated significantly to 4.79±4.33 after 1 year ($P<0.001$). The career ideal scores were higher in 16-year-old adolescents than in 15-year-old counterparts ($P<0.05$), and the male students had higher total frustration tolerance scores than the female ($P<0.01$). ② The ideal level was positively correlated with frustration tolerance ($r=0.17$ to 0.30, $P<0.01$), and both were negatively correlated with depressive symptoms ($r=-0.23$ to -0.15, $P<0.01$). ③ The results from the cross-lagged model indicated that ideal level positively predicted frustration tolerance levels at 6 months later ($\beta=0.10$, $P<0.01$). ④ Frustration tolerance played a fully mediating role between ideal level and depressive symptom scores ($\beta=-0.07$, 95%*CI*: -0.19 to -0.02, $P<0.01$), with the total indirect effect of the chain mediation accounting for 8.24% of the total effect. **Conclusion** Ideal level in high school students positively predicts frustration tolerance, and frustration tolerance plays a fully mediating role between ideal level and depressive symptoms. It is recommended that families, schools, and communities seize the critical period of ideal formation to strengthen frustration tolerance training, thereby reducing depressive symptoms and laying a foundation for achieving national strategic goals.

[**Key words**] ideal; frustration tolerance; depressive symptoms; adolescent

Supported by the Project of Social Science Plan of Chongqing (2023NDYB94). Corresponding author: DAI Qin, E-mail: daiqin101@hotmail.com

抑郁症已成为威胁青少年心理健康的严重公共卫生问题[1]。研究数据显示,全球范围内约有34%的青少年存在罹患抑郁障碍的潜在风险[2]。在我国,14.8%的青少年存在不同程度的抑郁表现[3],因此,青少年的心理健康问题、尤其是抑郁情绪不容小觑。具有抑郁情绪的学生,未能达成预期目标引发的无价值感可能在其中起核心作用[4]。理想是个体关于未来的、同实际相联系的、符合事物发展规律并有实现可能的想象、追求及奋斗目标[5]。既往研究表明,理想为个体带来的人生意义感与个体身心健康水平存在密切联系[6],个体可以通过追求理想来减少消极情绪影响,从而降低抑郁障碍的发生风险[7]。通过查阅文献,理想在青春期晚期(15~19岁)[8]、特别是中学高年级形成较多,极大地影响成年后的发展及心理状况[9],因此,高中生理想培育问题也是关乎国家人才储备质量的战略命题。但既往文献报道并未聚焦高中生[10],心理学视角下关于高中生理想和抑郁情绪的相关实证研究仍有大量空白。

个人理想对抑郁情绪的影响可能存在中介机制。作为后续行为与心理品质发展的重要驱动力,理想更可能在时间上先于耐挫力发展,且作为重要的内部资源对耐挫力的培育至关重要[11],既往研究中也有证实,LATEEF等[12]的研究中指出黑人青少年目标的树立可以有效预测包含耐挫力在内的社会能力。此外,耐挫力强的学生在面对学业压力、人际冲突等挫折时更能保持积极的情绪和行为调节[13],不易因暂时的失败而放弃长期目标,从而有助于理想的稳定维持,相反,社交过度受挫的个体无法实现自身理想目标,易引发严重的心理和行为后果[14]。提示理想对耐挫力培育具有重要的促进作用,且耐挫力在其中具有明显的中介效应。另有研究证实,具有明确理想的个体往往通过对挫折进行认知重构[15],从而减轻挫折带来的抑郁等负性情绪;个人理想能够通过心理韧性等中介变量显著负向预测抑郁情绪[16]。总的来说,既往研究提示耐挫力可能在理想影响抑郁情绪中起中介作用,然而缺乏纵向研究揭示理想水平、耐挫力和抑郁情绪

之间的因果关系。

本研究以重庆市高中生为研究对象,观察其理想、耐挫力和抑郁情绪水平及变化趋势,并探讨理想水平对耐挫力和抑郁情绪的预测作用,为提升青少年心理韧性、减少抑郁情绪提供实证依据,为国家可持续发展奠定青年群体的心理建设基础。

1 对象与方法

1.1 研究设计

本研究为前瞻性队列研究,将高中生理想水平作为连续预测变量进入纵向模型,比较不同理想水平的高中生在耐挫力和抑郁情绪上的系统差异。本研究采用“工具修订-纵向追踪-机制检验”三阶段设计:首先,通过文献梳理、专家咨询等方式,对当代青少年理想问卷进行维度整合与修订,随后通过预调查检验问卷的信效度,最终形成适用于当代高中生群体的理想问卷,为后续追踪调查提供可靠的测量工具。其次,选取重庆市高中生作为研究对象,通过问卷调查的方式,在3个时间点分别测量其理想水平、耐挫力与抑郁情绪,捕捉变量的中长期动态变化,揭示理想水平对耐挫力、抑郁情绪的预测作用。最后,基于追踪调查获得的三波时点数据,采用结构方程模型与中介效应检验方法,探讨高中生耐挫力在理想水平对抑郁情绪影响中的中介作用。本研究通过三时点追踪设计,深入剖析高中生理想、耐挫力和抑郁情绪间的内在作用机制,为理解青少年情绪健康的保护机制提供新的理论视角,也为助力提升高中生心理健康素养,为高中生耐挫力培养与抑郁情绪的干预提供新路径。研究对象调查流程及人数如图1所示。

1.2 研究对象

样本量计算:采用G*Power 3.1.9.7软件,以重复测量方差分析为方法开展样本量估算,设定效应量取值0.2[17],检验水准α=0.05,检验效能(1-β)=0.95,组别数量为2组,重复测量次数为2次。经计算,本研究所需最小样本量为166例,结合纵向研究中可能出现的20%样本流失率,最终确定本研究实际招募的样本量不应低于200例。

纳入标准:①重庆市内学校在读的高中生;②本人和监护人均签署知情同意书。排除标准:①因身体状况或心理状况不佳,未能正常参加学习者;②确诊重大生理或心理疾病者。

采取整群抽样的方式,以班级为单位对重庆市3所中学(包括重点和普通高中)高中生470人进行问卷调查,第一次施测(高一年级,2024年11月)测量了高中生的理想水平、耐挫力、抑郁情绪水平,有效问卷450份,有效率为95.74%;第二次施测(高一年级,2025年5月)对相同的15个班级再次进行集体施测,测量内容与T1一致,获得有效问卷为400份,有效率

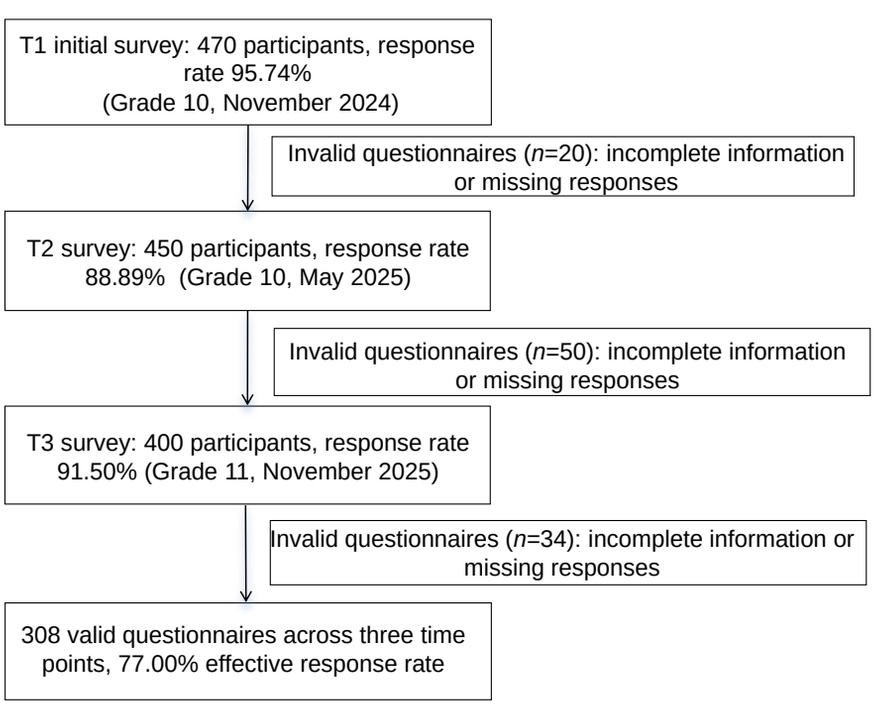


图1 研究对象调查流程及人数示意图

Figure 1 Flowchart of the survey process and sample sizes

为88.89%;第三次施测(高二年级,2025年11月)对该15个班级再次进行集体施测,测量内容与T1一致,获得有效问卷为366份,有效率为91.50%;3次正式施测均为有效问卷的共308份,被试年龄15~17(16.23±0.45)岁,其中男生177人(57.47%)、女生131人(42.53%)。

1.3 研究工具

1.3.1 一般资料调查问卷 采用自行设计的一般资料调查问卷,对高一学生的人口学特征进行采集,内容包括性别、年龄、自感学习成绩等。

1.3.2 修订版当代青少年理想问卷 本研究采用经修订的《当代青少年理想问卷》,该问卷基于周宵(2012)编制的原版量表[18],结合既往研究维度[10,18]及当代高中生群体特点,邀请20名心理学、教育学等领域专家进行专家咨询及10名心理学专业人员进行语句修订后确定。修订版当代青少年理想问卷共34题,分为物质、自我、学业、职业、家庭、社会理想6个维度,采用Likert 5点计分,从"完全不符"到"完全符合"1~5计分,总分34~170分,得分越高,表明理想水平越高。

采用修订的正式问卷对1 160人进行测量,测试结果采用SPSS 26.0和AMOS 21.0进行分析。检验如下指标来考察修订后量表的区分度:①项目分析,将总分按高低(前27%和后27%)进行分组,各条目得分与总分相关系数为0.66~0.88,且高低分组在各题项上的差异均达到显著水平(P<0.001),高低组之间的决断值为8.17~16.17,表明量表具有良好的项目区分度。②效度分析,将样本数据随机分为两部分,对样本1(505人)进行探索性因子分析[19],KMO=0.92,Bartlett检验χ^2=8 164.71(P<0.001),各题项在所属因子上的载荷均>0.50;对样本2(655人)进行验证性因子分析,拟合结果显示,χ^2/df=4.884,P<0.001;RMSEA=0.077,NFI=0.900,IFI=0.918,TLI=0.907,CFI=0.918,6因子模型适配。③信度分析,各维度的Cronbach's α系数均在0.80以上(0.86~0.95)。删除任一项目后,α系数均未明显升高,提示各题项具有良好的区分度和贡献度。

1.3.3 学生耐挫心理量表(中学生版) 该量表由20题组成[20],包含坚信、乐观、可控和醒悟4个维度,从"非常不同意"到"非常同意"0~5计分,量表结构拟合指数良好,其内部一致性信度为0.91。

1.3.4 患者健康问卷(Patient Health Questionnaire-9,PHQ-9) 患者健康问卷[21]主要用于开展抑郁的自评、筛查,已广泛应用于青少年抑郁情绪筛查,共包含9个条目,采用Likert 4点计分,从"完全没有"到"几乎每天"0~3计分,评定标准:总分≤4为无抑郁情绪,5~9分为轻度抑郁情绪,10~14分为中度抑郁情绪,15~19分为中重度抑郁情绪,20~27分为重度抑郁情绪,其Cronbach's α系数为0.88。

1.4 研究过程和质量控制

本研究已通过陆军军医大学伦理审查(2024第31-02),所有未成年参与者及其家长均签署知情同意书。采用分层整群抽样选取重点高中和普通高中学生,并在基线纳入性别、年龄、户口和学习成绩等协变量。研究实施阶段严格执行纳入与排除标准,对调查员进行统一培训,并在追踪前一周进行提醒以降低脱落率。每次问卷约20~30 min,完成后向参与者提供学习用品作为补偿。现场检查问卷完整性,必要时补充填写;对不配合者标记并剔除废卷。数据采用双人录入与交叉核对,确保准确性。

1.5 共同方法偏差检验

采用Harman单因素检验法对T1、T2和T3三个时间段样本进行共同方法偏差检验,结果显示,3个时间点首个特征根大于1因子的解释率分别为16.01%、20.47%、21.38%,均<40%的临界标准,说明本研究无严重共同方法偏差。

1.6 统计学分析

使用SPSS 25.0统计软件对数据进行共同方法偏差检验、描述性统计分析,采用Spearman相关分析考察高中生理想水平、耐挫力和抑郁情绪之间的相关性,揭示它们之间的关系强度和方向。使用Mplus 8.3进行交叉滞后分析,检验理想水平和耐挫力、抑郁情绪的纵向因果关系,采用Bootstrap程序(5 000个重复样本,95%*CI*)检验理想水平对抑郁情绪中介效应的显著性,以95%*CI*不含0表示中介效应显著。以P<0.05表示差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 高中生理想水平较高,耐挫力逐步提升而抑郁情绪显著增高

重庆市3所高中学生理想水平总分为(154.28±13.68)分,耐挫力总分为(61.77±14.39)分,半年后总分为(63.77±15.29)分,一年后总分上升为(65.83±15.68)分;抑郁情绪总分为(1.23±2.45)分,一年后抑郁情绪总分上升为(4.79±4.33)分(P<0.001)。根据既往研究结果,以PHQ-9总分≥10分作为判定抑郁的标准[22],T1、T2、T3时间点的高中生抑郁人数分别为3人(0.97%)、4人(1.30%)和42人(13.64%)。年龄16岁的青少年职业理想得分高于年龄15岁群体(P<0.05),男生耐挫力总分高于女生(P<0.01,表1)。

表1　重庆市3所高中学生理想水平、耐挫力、抑郁情绪及T1时间点人口社会学特点[n=308，$\bar{x}\pm s$，例(%)，分]

Table 1　Ideal level，frustration tolerance，depressive symptoms，and demographic and sociological characteristics at T1（November 2024）among students from 3 high schools in Chongqing[n=308，$\bar{x}\pm s$，case(%)，points]

Variable	Sample size	Total score of ideal level	*F/t*	Total score of frustration tolerance	*F/t*	Total score of PHQ-9	*F/t*	Material ideal	*F/t*	Ideal self	*F/t*	Academic ideal	*F/t*	Family ideal	*F/t*	Career ideal	*F/t*	Social ideal	*F/t*
Time point			9.97[b]		5.57[c]		95.13[c]		0.30		15.60[c]		5.60[b]		17.83[c]		65.16[c]		1.69
T1	308(100)	154.28±13.68		61.77±14.39		1.23±2.45		26.33±3.82		67.61±7.07		17.76±2.41		14.69±1.10		13.36±2.06		14.54±1.17	
T2	308(100)	157.38±12.72		63.77±15.29		1.90±3.15		26.56±3.72		69.61±5.84		17.99±2.57		13.98±1.72		14.74±0.82		14.49±1.18	
T3	308(100)	152.06±17.68		65.83±15.68		4.79±4.33		26.49±3.87		66.35±8.70		17.27±3.15		14.26±1.53		13.33±2.09		14.36±1.43	
T1 Gender			0.14		3.34[b]		−0.15		−1.51		0.44		1.61		−0.13		0.38		0.10
Male	177(57.47)	154.38±14.14		64.16±12.61		1.21±2.40		26.05±3.89		67.76±7.41		17.95±2.38		14.68±1.24		13.40±2.12		14.55±1.14	
Female	131(42.53)	154.15±13.09		58.53±15.97		1.25±2.53		26.71±3.70		67.40±6.60		17.50±2.43		14.69±0.89		13.31±1.98		14.53±1.21	
T1 Age			0.10		1.97		0.85		1.41		0.02		0.61		0.64		2.74[a]		1.11
15	4(1.30)	154.00±9.56		52.00±22.20		1.25±1.50		29.50±0.58		67.00±5.10		17.25±2.06		15.00±0.01		11.25±3.10		14.00±1.41	
16	229(74.35)	154.49±13.30		62.57±14.87		1.33±2.57		26.27±3.86		67.61±6.78		17.85±2.34		14.72±1.09		13.46±1.98		14.59±1.16	
17	75(24.35)	153.67±15.08		59.83±12.11		0.91±2.07		26.35±3.75		67.65±8.05		17.52±2.63		14.57±1.16		13.16±2.21		14.41±1.19	
T1 Registration location			0.17		−1.47		−1.47		0.10		0.42		−0.56		1.43		−1.20		1.02
Urban	167(54.22)	154.41±12.74		60.66±14.98		1.04±2.19		26.35±3.86		67.77±6.62		17.69±244		14.77±0.65		13.23±2.10		14.60±1.06	
Rural	141(45.78)	154.13±14.76		63.08±13.59		1.45±2.72		26.30±3.78		67.43±7.60		17.84±2.37		14.58±1.47		13.51±2.02		14.47±1.28	
T1 Only child			1.18				0.37		1.00		1.17		1.33		0.33		0.06		0.37
Yes	95(30.84)	155.66±13.50		62.23±14.86		1.31±2.43		26.65±3.91		68.32±7.05		18.03±2.28		14.72±0.94		13.37±1.85		14.58±0.96	
No	213(69.16)	153.67±13.75		61.56±14.21		1.19±2.46		26.18±3.78		67.30±7.08		17.64±2.46		14.67±1.17		13.35±2.16		14.53±1.25	
T1 Academic performance			1.61		0.05		0.28		0.86		1.79		0.92		0.49		0.85		0.38
Excellent	26(8.44)	155.35±14.31		61.92±14.13		1.12±2.79		26.27±3.87		68.85±7.01		17.54±2.58		14.73±1.04		13.42±2.23		14.54±1.17	
Good	121(39.29)	156.19±11.05		61.99±15.30		1.11±2.24		26.73±3.46		68.50±5.93		18.03±2.26		14.77±0.75		13.53±1.93		14.63±0.93	
Competent	123(39.93)	152.84±14.67		61.38±14.58		1.38±2.58		26.13±3.89		66.86±7.48		17.63±2.36		14.60±1.42		13.13±2.26		14.48±1.33	
Inferior	38(12.34)	152.16±16.89		62.18±11.05		1.18±2.51		25.74±4.58		66.34±8.70		17.45±2.86		14.66±0.88		13.50±1.64		14.47±1.29	

T1：November 2024；T2：May 2025；T3：November 2025；PHQ-9：Patient Health Questionnaire-9. a：P<0.05，b：P<0.01，c：P<0.001

2.2　理想水平与耐挫力呈正相关,二者与抑郁情绪均呈负相关

T1理想总分与T1耐挫力、T2理想总分、T2耐挫力呈显著正相关(r=0.17~0.30,P<0.01),T1理想总分与T3抑郁情绪得分呈显著负相关(r=−0.15,P<0.01),T2耐挫力与T3抑郁情绪得分呈显著负相关(r=−0.23,P<0.001)。由此可知,变量间的同步相关和稳定性相关基本一致,符合交叉滞后设计的基本假设。

2.3　理想水平与耐挫力相互正向预测

通过对高中生理想水平和耐挫力、抑郁情绪得分的交叉滞后分析发现,理想水平对抑郁情绪没有直接预测关系。理想水平与耐挫力构建的交叉滞后饱和模型显示:T1理想总分显著正向预测T2耐挫力总分(β=0.10,P<0.01),T1耐挫力显著正向预测T2理想总分(β=0.08,P<0.05,图2A)。理想水平各维度与高中生耐挫力总分的交叉滞后分析显示:T1物质理想、理想自我、学业理想、社会理想显著正向预测T2耐挫力总分(β=0.08~0.11,P<0.05),T1耐挫力显著正向预测T2物质理想、理想自我得分(β=0.09~0.11,P<0.05,图2B~E)。

2.4　耐挫力在理想水平降低抑郁情绪中发挥显著纵向中介作用

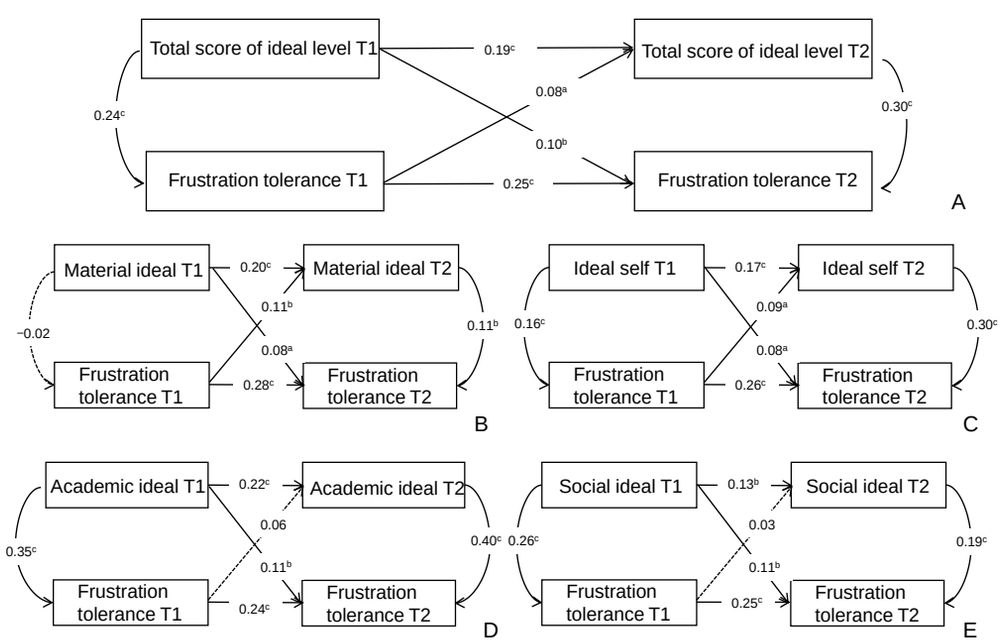
为了进一步探讨高中生个人理想、耐挫力和抑郁情绪的因果关系,分别对3个时间点的延时中介作用进行检验,在此基础上进一步考察不同时间点耐挫力的纵向中介作用,将T1理想水平总分作为预测变量,T1、T2耐挫力总分分别作为中介变量,T3抑郁情绪得分作为因变量,构建纵向中介模型(图3)。性别、年龄、户口所在地和学习成绩作为协变量被纳入。结果表明,中介效应模型显著,具体而言,T1理想总分-T2耐挫力-T3抑郁情绪得分的效应值为−0.21(P<0.01),占总效应的24.71%;T1理想总分-T1耐挫力-T2耐挫力-T3抑郁情绪得分的效应值为−0.07(P<0.01),占总效应的8.24%(表2)。

3　讨论

本研究通过观察重庆市3所高中学生的理想水平发现,该群体理想水平较高,抑郁情绪一年后有上升趋势,16岁学生的职业理想得分较高,理想水平可以正向预测耐挫力,且耐挫力完全中介理想水平对青少年抑郁情绪得分的影响。

3.1　重庆市高中生升入高二后耐挫力与抑郁情绪显著升高

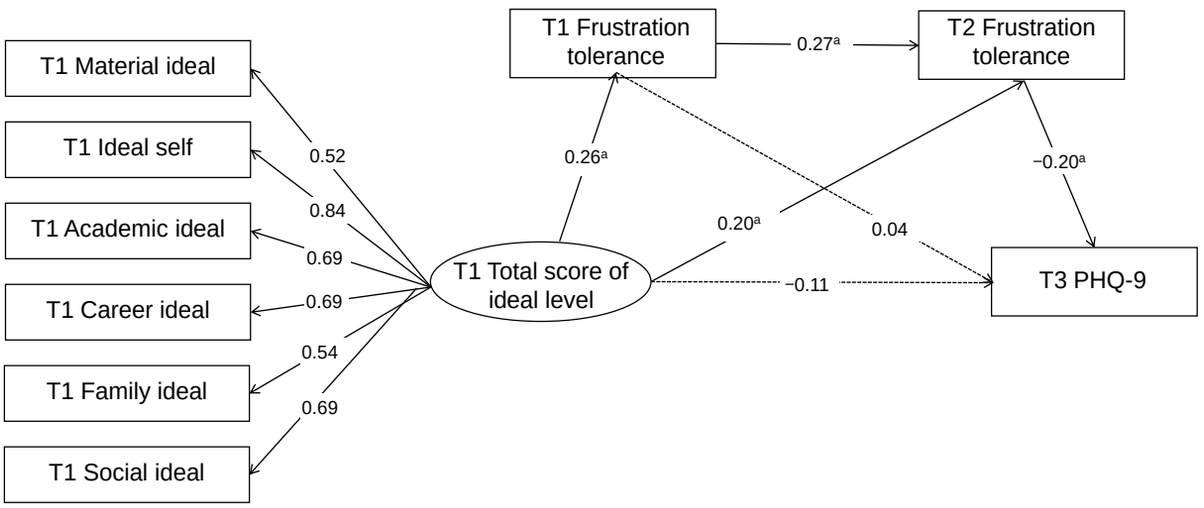
本研究显示,重庆市三所高中高一学生的理想总分(154.28±13.68)分,高于2012年对全国青少年理想水平的测量总分(144.98±14.11)分[18]和2018年对云



A: total scores of ideal level and frustration tolerance; B: material ideal and frustration tolerance; C: ideal self and frustration tolerance; D: academic ideal and frustration tolerance; E: social ideal and frustration tolerance. T1: November 2024; T2: May 2025. a: P<0.05, b: P<0.01, c: P<0.001

图2　高中生理想分维度与耐挫力的交叉滞后模型

Figure 2　Cross-lagged model of ideal level dimensions and frustration tolerance among high school students



T1: November 2024; T2: May 2025; T3: November 2025. a: $P<0.001$

图3 耐挫力在高中生理想水平与抑郁情绪之间的中介作用

Figure 3 The mediating role of frustration tolerance in the relationship between ideal level and depressive emotions among high school students

表2 耐挫力在理想水平总分对抑郁情绪影响中的中介效应检验

Table 2 Mediation effect of frustration tolerance in the relationship between total score of ideal level and depressive symptoms

Path	Effect size	Bootstrap standard error	95%*CI*
T1 Total score of ideal level→ T1 Frustration tolerance→ T3 Depressive symptoms	0.05	<0.01	−0.20—0.26
T1 Total score of ideal level→ T2 Frustration tolerance→ T3 Depressive symptoms	−0.21	<0.01	−0.48—−0.08
T1 Total score of ideal level→ T1 Frustration tolerance→ T2 Frustration tolerance→ T3 Depressive symptoms	−0.07	<0.01	−0.19—−0.02
Total effect	−0.85	0.02	−0.02—−0.01

T1: November 2024; T2: May 2025; T3: November 2025

南青少年理想水平的测量总分均值144.50分[23]。国家将青少年理想教育渗透到中学的学科教育、思想政治教育和德育课程之中,极大促进了理想树立的关键时期——青春期晚期(15~19岁)的青少年内化理想的重要作用,并萌发对未来美好愿景的期待。重庆市高一学生的耐挫力总分(61.77±14.39)分,与2022年对北京市大学生耐挫力的测量总分(61.75±11.99)分基本持平[24],一年后耐挫力有上升趋势,这可能由于随着年龄增长,高中生的情绪调节能力和问题解决能力进一步发展,使其更能有效应对挫折事件[25];高一学生的抑郁情绪总分为(1.23±2.45)分,与2020年对广东青少年抑郁情绪的测量总分(1.67±1.54)分[26]相比基本持平,一年后抑郁情绪总分上升至(4.79±4.33)分。原因可能是升至高二年级后,受到学业压力增大、目标缺失等因素影响,使其有明显的能力发展“低谷期”[27],焦虑、抑郁情绪有所上升。

在人口学特征中,年龄16岁的青少年职业理想得分高于年龄15岁群体,这可能是由于16岁青少年的抽象思维与逻辑推理能力显著提升[28],比15岁群体更能清晰构建“职业理想”的抽象模型。此外,高一男生的耐挫力总分显著高于女生,可能由于女生情感感知维度更为精细,但应对策略相对匮乏,因此耐挫力水平不高。综上可知,高中生理想水平是国家理想教育成效的重要体现,家庭和学校尤需关注升入高年级青少年抑郁情绪的变化,通过持续优化教育引导与心理支持,助力青少年形成坚定理想与健康心理状态。

3.2 高中生理想水平能够预测其耐挫力

交叉滞后分析发现,高中生理想水平能够预测耐挫力,揭示了高中生理想发展与心理特质之间的因果联系。根据目标设定理论,适度挑战性目标可训练个体将挫折视为反馈而非失败[29],具有较高理想水平的高中生,往往对自己的未来有更积极、清晰的目标,在面对追求理想的过程中遇到的困难和挫折时,通过调整心态、采取积极的应对策略等方式增加耐挫折能

力。高中阶段青少年面临自我同一性冲突[30],探索失败可能导致心理退行。耐挫力作为重要心理品质,有助于高中生应对学业与社交挫折,促进自我与环境探索,形成稳定的自我认知。因此,建议学校可以增设理想培育课程,老师和家长通过"脚手架式引导"激发学生自主思考,将挫折转化为成长资源。

3.3 耐挫力在理想水平预测抑郁中的完全中介作用

相关分析显示高中生理想水平与PHQ-9得分存在显著负相关。纵向中介模型证实T2耐挫力对高中生理想水平与抑郁情绪得分的预测关系起到完全中介作用,且理想水平可以通过耐挫力的延时作用降低抑郁情绪得分。这与国家人才培养的核心逻辑一致:既需要坚定理想信念作为精神支撑,也需要良好的耐挫力作为行动保障,而情绪健康是长期承担使命的基础。目标设定理论也指出,与理想一致的目标投入会增强耐挫力并促进情绪调节[31-32]。对于高中生而言,T1的积极理想会促使其在面对挫折时采取更积极的应对方式[33],将困难视为成长的一部分,从而避免抑郁等心理问题的发生[34]。

值得指出的是,虽然理想水平能够通过T1耐挫力-T2耐挫力负向影响抑郁情绪,但无法直接"跨越"T2阶段作用于T3抑郁情绪,这说明耐挫力的保护作用不是"一劳永逸"的,若不能在T2阶段维持较高水平,早期的耐挫力优势会逐渐衰减,无法传递到远期抑郁情绪的预测中。提示学校和家庭在教育实践中,需跳出"唯成绩论"的评价框架,强化耐挫力的前置储备和持续培育。

3.4 提升高中生理想水平与耐挫力是缓解抑郁情绪的关键路径

本研究聚焦高中生理想水平,从国防后备力量培育与民族精神传承的角度,为青少年家国情怀培养与心理建设提供了理论与实践参考。研究发现,重庆市3所高中学生理想水平总体较高,而抑郁情绪在一年内呈上升趋势,提示学校与家庭需在学业压力背景下加强职业启蒙与理想教育,为国防后备力量储备具有稳定理想信念的青年群体。此外,理想水平正向预测耐挫力,说明理想教育中可融入耐挫力训练,以增强青少年的心理韧性。最后,耐挫力在理想水平与抑郁情绪之间起中介作用,建议学校通过正向反馈与激励机制提升学生耐挫力,为抑郁情绪干预提供新路径,促进青少年身心健康发展,为国家人才培养奠定基础。

3.5 局限性

首先,样本仅为重庆市高中生,代表性有限;其次,未纳入更多变量(如自我效能感)对理想预测耐挫力和抑郁情绪的作用机制进行探讨。尽管如此,本研究首次揭示了青少年理想水平较高、正向预测耐挫力,并且耐挫力在理想水平对抑郁情绪影响中的中介作用,为"中国梦"社会背景下青少年理想的培育及抑郁情绪相关干预方案的拟定提供了理论依据和干预靶点。

本研究显示重庆市3所高中学生理想水平较高、正向预测耐挫力,耐挫力在理想水平对抑郁情绪水平的影响中起完全中介作用。需要注意的是,这些关联均为间接且效应量较小,因此对因果关系的解释应保持谨慎。研究结果提示学校和社区的心理工作者在开展青少年心理健康教育时,可适当关注学生的理想发展状况,通过耐挫力训练等方式提升其心理适应能力,以期在一定程度上降低抑郁情绪风险,促进青少年心理健康发展。

利益冲突 本文所有作者声明不存在利益冲突

参考文献:

[1] HUANG Y T, ZHU C Y, FENG Y, *et al*. Comparison of three machine learning models to predict suicidal ideation and depression among Chinese adolescents: a cross-sectional study [J]. J Affect Disord, 2022, 319: 221-228. DOI: 10.1016/j.jad.2022.08.123.

[2] SHOREY S, NG E D, WONG C H J. Global prevalence of depression and elevated depressive symptoms among adolescents: a systematic review and meta-analysis [J]. Br J Clin Psychol, 2022, 61(2): 287-305. DOI: 10.1111/bjc.12333.

[3] 傅小兰, 张侃. 中国国民心理健康发展报告(2021~2022), 2021-2022[M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2023.
FU X L, ZHANG K. Development report on mental health of Chinese people (2021 - 2022)[M]. Beijing: Social Sciences Academic Press, 2023.

[4] ZHAO Y, QU D Y, CHEN S Y, *et al*. Network analysis of Internet addiction and depression among Chinese college students during the COVID-19 pandemic: a longitudinal study [J]. Comput Human Behav, 2023, 138: 107424. DOI: 10.1016/j.chb.2022.107424.

[5] 王东华, 姚本先. 大学生理想的现状调查与分析[J]. 成都工业学院学报, 2017, 20(3): 22-26. DOI: 10.13542/j.cnki.51-1747/tn.2017.03.006.
WANG D H, YAO B X. The empirical study on current situation of college students' ideal [J]. J Chengdu Technol Univ, 2017, 20(3): 22-26. DOI: 10.13542/j.cnki.51-1747/tn.2017.03.006.

[6] CZEKIERDA K, BANIK A, PARK C L, *et al*. Meaning in life and physical health: systematic review and meta-analysis [J]. Health Psychol Rev, 2017, 11(4): 387-418. DOI: 10.1080/17437199.2017.1327325.

[7] DU H F, LI X M, CHI P L, *et al*. Meaning in life, resilience, and psychological well-being among children affected by parental HIV [J]. AIDS Care, 2017, 29(11): 1410-1416. DOI:10.1080/09540121.2017.1307923.

[8] 颜吾佴, 孔琳. 大学生的自我认知与理想信念[M]. 北京: 北京交通大学出版社, 2007.
YAN W E, KONG L. Self-cognition, Ideals and beliefs of college students [M]. Beijing: Beijing Jiaotong University Press, 2007.

[9] 张娥. 大学生信仰危机引发的自杀[J]. 法制博览, 2015(35): 285-286.
ZHANG E. Suicide caused by college students' belief crisis [J]. Leg Vis, 2015(35): 285-286.

[10] 张灵, 姚本先. 当代青少年理想的现状、特点与影响因素分析[J]. 绍兴文理学院学报(教育版), 2019, 39(11): 34-42. DOI:10.16169/j.issn.1008-293x.j.2019.11.006.
ZHANG L, YAO B X. On the current situation, features and influence factors of adolescents' ideals [J]. J Shaoxing Univ, 2019, 39(11): 34-42. DOI: 10.16169/j.issn.1008-293x.j.2019.11.006.

[11] CLOUGH P, EARLE K, SEWELL D. Mental toughness: the concept and its measurement [M]. London: Thomson, 2002.

[12] LATEEF H, HORTON D, BRUGGER L, *et al*. Goal orientation and adolescent social competence: ubuntu as a mediator among black American adolescents [J]. J Prev, 2023, 44(3): 325-339. DOI:10.1007/s10935-023-00726-2.

[13] 白学军, 都旭, 牛宏伟, 等. 耐挫心理结构的探索: 基于大学生群体的测量[J]. 心理与行为研究, 2020, 18(5): 638-644.
BAI X J, DU X, NIU H W, *et al*. The exploration of the structure of perseverance: based on the measurement of undergraduates [J]. Stud Psychol Behav, 2020, 18(5): 638-644.

[14] KOPETZ C, OREHEK E. When the end justifies the means: self-defeating behaviors as "rational" and "successful" self-regulation [J]. Curr Dir Psychol Sci, 2015, 24(5): 386-391. DOI:10.1177/0963721415589329.

[15] 郑艳丽. 农村初中生耐挫力的现状研究[D]. 武汉: 湖北大学, 2015.
ZHENG Y L. Research on the current situation of frustration tolerance of rural junior middle school students [D]. Wuhan: Hubei University, 2015.

[16] LIU D W, ZHOU Y Q, LI G H, *et al*. The factors associated with depression in schizophrenia patients: the role of self-efficacy, self-esteem, hope and resilience [J]. Psychol Health Med, 2020, 25(4): 457-469. DOI: 10.1080/13548506.2019.1695862.

[17] 郑昊敏, 温忠麟, 吴艳. 心理学常用效应量的选用与分析[J]. 心理科学进展, 2011, 19(12): 1868-1878.
ZHENG H M, WEN Z L, WU Y. The appropriate effect sizes and their calculations in psychological research [J]. Adv Psychol Sci, 2011, 19(12): 1868-1878.

[18] 周宵. 当代青少年理想: 结构、现状及特征[D]. 芜湖: 安徽师范大学, 2012.
ZHOU X. Ideal of contemporary teenagers: structure, present situation and characteristics [D]. Wuhu: Anhui Normal University, 2012.

[19] 吴明隆. 问卷统计分析实务: SPSS操作与应用[M]. 重庆: 重庆大学出版社, 2010.
WU M L. Practical questionnaire statistical analysis: SPSS operation and application [M]. Chongqing: Chongqing University Press, 2010.

[20] 都旭. 学生耐挫心理的发展特点和神经基础[D]. 天津: 天津师范大学, 2021.
DU X. The Developmental characteristics and neural basis of students' psychological resilience [D]. Tianjin: Tianjin Normal University, 2021.

[21] ZHANG Y L, LIANG W, CHEN Z M, *et al*. Validity and reliability of Patient Health Questionnaire-9 and Patient Health Questionnaire-2 to screen for depression among college students in China [J]. Asia Pac Psychiatry, 2013, 5(4): 268-275. DOI:10.1111/appy.12103.

[22] MANEA L, GILBODY S, MCMILLAN D. Optimal cut-off score for diagnosing depression with the Patient Health Questionnaire (PHQ-9): a meta-analysis [J]. CMAJ, 2012, 184(3): E191-E196. DOI:10.1503/cmaj.110829.

[23] 李昌茂, 杨丽宏, 赵科, 等. 论青少年理想、领悟社会支持与主观幸福感的相关性: 兼及性别对生活满意度和积极情感的调节作用[J]. 楚雄师范学院学报, 2018, 33(2): 100-105. DOI:10.3969/j.issn.1671-7406.2018.02.018.
LI C M, YANG L H, ZHAO K, *et al*. On relevance of future orientation and perceived social support of the youth to their subjective well-being- and on the regulating effect of gender on life satisfaction and positive emotions [J]. J Chuxiong Norm Univ, 2018, 33(2): 100-105. DOI: 10.3969/j.issn.1671-7406.2018.02.018.

[24] 李丹枫, 闫星如, 刘倩. 大学生耐挫心理常模的制定: 以北京市为例[J]. 心理与行为研究, 2023, 21(3): 381-387. DOI:10.3969/j.issn.1672-0628.2023.03.013.
LI D F, YAN X R, LIU Q. Establishing norms for the undergraduate perseverance scale for university students:

take Beijing as an example[J]. Stud Psychol Behav, 2023, 21(3): 381-387. DOI: 10.3969/j.issn.1672-0628.2023.03.013.

[25] WANG W Z, WANG B, YANG K, *et al*. When project commitment leads to learning from failure: the roles of perceived shame and personal control[J]. Front Psychol, 2018, 9: 86. DOI:10.3389/fpsyg.2018.00086.

[26] 吴晓燕, 刘林盛, 丁赞, 等. 采用PHQ-9及GAD-7量表评估青少年痤疮患者心理状况的临床研究[J]. 皮肤病与性病, 2020, 42(2): 227-228. DOI: 10.3969/j.issn.1002-1310.2020.02.036.
WU X Y, LIU L S, DING Z, *et al*. Clinical study on evaluating the psychological status of adolescent acne patients with PHQ-9 and GAD-7 scales[J]. J Dermatol Venereol, 2020, 42(2): 227-228. DOI: 10.3969/j.issn.1002-1310.2020.02.036.

[27] 袁榕蔓. 高职院校学生社会情感能力现状调查研究: 以北京市三所高职院校为例[J]. 心理月刊, 2025, 20(6): 120-122, 135. DOI:10.19738/j.cnki.psy.2025.06.031.
YUAN R M. Investigation on the current situation of social and emotional competence among students in higher vocational colleges: a case study of three vocational colleges in Beijing[J]. Psychol Mon, 2025, 20(6): 120-122, 135. DOI:10.19738/j.cnki.psy.2025.06.031.

[28] 马超, 汪彦云, 付军军, 等. 不同类型学业压力对不同年级高中生执行功能子成分的影响[J]. 心理学报, 2025, 57(1): 18-35. DOI:10.3724/SP.J.1041.2025.0018.
MA C, WANG Y Y, FU J J, *et al*. The impact of different types of academic stress on subcomponents of executive function in high school students of different grades[J]. Acta Psychol Sin, 2025, 57(1): 18-35. DOI:10.3724/SP.J.1041.2025.0018.

[29] SCHIPPERS M C, MORISANO D, LOCKE E A, *et al*. Writing about personal goals and plans regardless of goal type boosts academic performance[J]. Contemp Educ Psychol, 2020, 60: 101823. DOI: 10.1016/j.cedpsych.2019.101823.

[30] 顾红磊, 余伟明, 成宇芳. 同一性混乱和青少年自伤的循环作用关系: 疏离感的纵向中介效应[J]. 心理学报, 2025, 57(2): 247-259. DOI: 10.3724/SP.J.1041.2025.0247.
GU H L, YU W M, CHENG Y F. Reciprocal associations between identity confusion and adolescent NSSI: The longitudinal mediation effect of alienation[J]. Acta Psychol Sin, 2025, 57(2): 247-259. DOI:10.3724/SP.J.1041.2025.0247.

[31] 杨宜音, 牧石玲. 大学生"躺平"心态剖析[J]. 北京行政学院学报, 2024(6): 109-117. DOI:10.16365/j.cnki.11-4054/d.20241108.004.
YANG Y Y, MU S L. An analysis of university students' mentality of "Tang Ping"[J]. J Beijing Adm Inst, 2024(6): 109-117. DOI:10.16365/j.cnki.11-4054/d.20241108.004.

[32] 唐旭, 杨欣霖, 王静, 等. 医学生学业倦怠、抑郁、焦虑关系研究: 来自网络分析的证据[J]. 空军军医大学学报, 2026, 47(3): 354-363.
TANG X, YANG X L, WANG J, et al. Exploring the relationship between academic burnout, depression, and anxiety in medical students: evidence from network analysis[J]. J Air Force Med Univ, 2026, 47(3): 354-363.

[33] 胡蕊, 彭丽莉, 蒋莉华, 等. 逆境信念和社会支持状况对成都市青少年抑郁症状的影响[J]. 医学与社会, 2024, 37(11): 67-73. DOI:10.13723/j.yxysh.2024.11.010.
HU R, PENG L L, JIANG L H, *et al*. The impact of adversity beliefs and social support on depressive symptoms among adolescents in Chengdu[J]. Med Soc, 2024, 37(11): 67-73. DOI:10.13723/j.yxysh.2024.11.010.

[34] 王慧, 冯廷勇. 青少年学业压力与心理健康: 溯源分析、影响机制与应对策略[J]. 人民教育, 2024(9): 16-21.
WANG H, FENG T Y. Adolescents' academic stress and mental health: traceability analysis, influence mechanism and coping strategies[J]. People's Educ, 2024(9): 16-21.

(**收稿**:2026-01-04;**修回**:2026-02-12)

(编辑 张艺霖)