

团体训练对大学生抑郁情绪干预效果的 Meta 分析

胡如艳¹, 陈嘉², 王艳菊², 陈真真¹

1. 延边大学护理学院, 吉林 延吉 133000; 2. 延边大学附属医院

【摘要】 目的 系统评价团体训练干预对大学生抑郁情绪的效果, 为制定大学生心理健康措施提供参考。**方法** 计算机检索中国期刊全文数据库、维普期刊网、万方知识平台、中国生物医学、PubMed、Cochrane Library、Medline、Embase、ScienceDirect 等中英文中关于团体训练对在校抑郁倾向大学生的随机对照试验, 检索年限从建库至 2016 年 6 月, 中文检索词为“团体训练”“团体辅导”“团体咨询”“抑郁”, 英文检索词为“group training”“group practicing”“group guidance”“organization training”“team training”“depressed”“gloomy”“despondent”, 采用 RevMan 5.3 和 Meta Analyst Beta 3.13 软件对纳入文献进行 Meta 分析。**结果** 共检出 142 篇相关文献, 经筛选最终共纳入文献 10 篇, 累计研究对象 415 例, 其中团体训练组 197 例, 对照组 218 例。团体训练组抑郁情绪即刻得分高于对照组 ($SMD = -12.63, 95\% CI = -14.40 \sim -10.86, P < 0.01$); 团体训练组抑郁随访得分与即刻得分差异有统计学意义 ($SMD = 2.20, 95\% CI = 0.18 \sim 4.22, P = 0.03$)。**结论** 针对性的团体训练可降低抑郁倾向大学生的抑郁情绪水平, 可为大学生开展针对性团体训练提供循证依据。

【关键词】 团体处理; 抑郁; 干预性研究; 学生

【中图分类号】 B 395.6 R 749.4⁺1 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2017)05-0676-05

Effectiveness of group training on depressive mood among college students: a Meta-analysis/HU Ruyan^{*}, CHEN Jia, WANG Yanju, CHEN Zhenzhen. ^{*} College of Nursing, Yanbian University, Yanji(133000), Jilin Province, China

【Abstract】 Objective To systematically evaluate the effects of group training on depressive mood among college students in China by using the Meta analysis. **Methods** All relevant studies in Chinese and English Database were searched by computer. The retrieval time was updated to June, in 2016. The retrieval words were "group training" "group practicing" "group guidance" "organization training" "team training" "depressed" "gloomy" "despondent". Then Meta-analysis on the data collected was conducted by using RevMan 5.3 and Meta Analyst Beta3.13 software. **Results** A total of 142 studies were retrieved, but finally 10 studies were selected which included 415 cases(197 in intervention group and 218 in control group). Meta-analysis showed that, intervene later the instant depression score of the intervention group was higher than control group, standardized mean different ($SMD = -12.63, 95\% CI = -14.40 \sim -10.86$). In group training the difference of the follow-up and instantly scores were statistically significant ($SMD = 2.20, 95\% CI = 0.18 \sim 4.22$). **Conclusion** Targeted group training can reduce depression for college students, and provides references for relevant agencies.

【Key words】 Group processes; Depression; Intervention studies; Students

抑郁(depression)是一种在无助状态和自我无法满足自尊愿望的情况下表达的情感^[1], 是一种常见的负性情绪状态^[2]。现今在校大学生承担着升学、经济、人际交往以及就业等多方面的压力, 可能会使他们产生抑郁等消极情绪。有研究报道, 大学生抑郁情绪的发生率为 10%~85%^[3]; 抑郁水平越高, 越容易产生自杀意识甚至自杀行为^[4-5]。Eisenberg 等^[6]调查发现, 只有 22% 的抑郁学生得到了有效的心理援助。团体训练作为一种有效的心理干预方式, 能够在同一时间内帮助多个个体, 最大限度地缓解这种矛盾并取得

了显著的效果。本研究将团体训练对大学生抑郁情绪干预的随机对照试验进行 Meta 分析, 旨在为大学生心理健康措施的制定提供参考。

1 资料来源与方法

1.1 资料来源 检索语种仅限于中文和英文, 中文以“团体训练”“团体辅导”“团体咨询”“抑郁”为检索词, 检索中国期刊全文数据库、维普期刊网、万方知识平台、中国生物医学数据库。英文以“group training”“group practicing”“group guidance”“organization training”“team training”“depressed”“gloomy”“despondent”为检索词, 检索 PubMed、Cochrane Library、Medline、Embase、ScienceDirect 数据库, 检索年限均从建库至 2016 年 6 月。检索步骤: (1) 首先在中国期刊全文数据库、维普期刊网、万方知识平台、中国生物医学、

【作者简介】 胡如艳(1991-), 女, 山东东营人, 在读硕士, 主要研究方向为临床护理。

【通讯作者】 陈嘉, E-mail: 0069cj@163.com。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2017.05.011

PubMed、Cochrane Library、Medline、Embase、ScienceDirect 等数据库中进行检索;(2)由 2 名已系统培训学习循证护理学的研究者分别阅读文献标题和摘要,如果初步符合纳入标准,则进一步浏览全文;(3)通过滚雪球的方式,查找纳入文献对应的后附参考文献。

1.2 文献纳入和排除标准

1.2.1 纳入标准 (1)研究对象为在校大学生抑郁倾向者;(2)研究类型为随机对照试验;(3)干预组采用结构化的团体训练方案,对照组不做任何处理;(4)文献中报道了 2 组抑郁即刻得分或随访得分或能用文中所占比例计算出所需的指标。

1.2.2 排除标准 (1)综述类或重复发表的文献;(2)文献中数据存在明显异常;(3)研究设计构思不合理,分析评价方法错误。

1.3 文献筛选和资料提取 由 2 名研究者独自阅读文献标题和摘要,剔除明显不符合纳入标准的文献,对可能符合的文献阅读全文后决定是否纳入。而后 2 名研究者就纳入研究的结果进行讨论,若有异议与第 3 名研究者商榷。研究者资料提取的内容包括:(1)纳入研究的基本信息(第一作者、发表年份);(2)样本量;(3)干预方式;(4)测量量表;(5)文献质量评价。最终形成正式的文献提取表。

1.4 文献质量评价 由 2 位研究者以互盲的形式^[7]分别完成,首先每人按照 Cochrane 手册评价标准对纳入文献进行质量评鉴,评鉴项目包括随机分组方法、是否采用分配隐藏方案、参与者与研究者盲法、结果评价者盲法、选择性报告偏倚、结局指标的完整性、其他偏倚^[8-9],每项均以“偏倚风险高”“偏倚风险低”和“不清楚”来测评。完全满足上述标准提示发生偏倚风险可能性低,文献质量等级为“A”;部分满足的为“B”;完全不满足的文献提示发生风险偏倚可能性大,文献质量为“C”。2 位研究者就评价结果进行讨论并

形成共识,若有异议,将与第三位研究者商榷^[10]。

1.5 数据分析 采用 RevMan 5.3 和 Meta Analyst Beta 3.13 软件对纳入文献进行 Meta 分析。首先通过 I^2 检验确定各研究间异质性,当 $P>0.1, I^2<50\%$ 时,认为纳入研究间不具有异质性,采用固定模型进行结果合并;当 $P<0.1, I^2\geq 50\%$ 时,有临床异质性,用随机效应模型分析^[10]。效应值合并时用连续性变量和标准化均数差(SMD 值)、二分类变量用比值比(OR 值)、95% 的置信区间表示^[11]。根据倒置漏斗图判断是否存在发表偏倚^[12]。

2 结果

2.1 文献检索结果 初次检索得到相关文献 142 篇,经 EndNoteX 3 软件去除重复文献 63 篇,经阅读题目和摘要排除明显不符合纳入排除标准的文献 43 篇,进一步检索全文后排出无法获得全文、研究设计不符、结局指标不符的 26 篇文献后,最终纳入较好的文献 10 篇,累计研究对象 415 例。文献检索过程见图 1,纳入研究的基本特征见表 1。

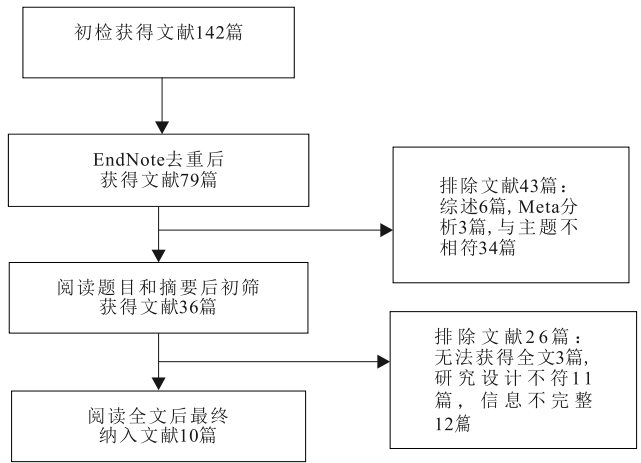


图 1 文献筛选过程和结果

表 1 纳入研究的基本特征

第一作者	发表年份	样本量		干预方式	测量量表
		团体训练组	对照组		
李婷婷 ^[3]	2016	35	35	4 周, 2 次/周, 120 min/次, 共 8 次	SDS 自评抑郁量表
刘婷 ^[13]	2013	8	28	8 周, 1 次/周, 2 h/次, 共 8 次	BDI 贝壳抑郁量表
张东宁 ^[14]	2006	7	8	8 周, 1 次/周, 100 min/次, 共 8 次	Beck 抑郁量表
董杉 ^[15]	2011	20	20	7 周, 1 次/周, 2 h/次, 共 7 次	SDS 抑郁自评量表
何元庆 ^[2]	2015	11	15	8 周, 集体训练, 1 次/周, 90 min/次; 非集体训练, 6 次/周, 30 min/次	SDS 抑郁自评量表
李婷婷 ^[16]	2016	35	35	4 周, 2 次/周, 2 h/次, 共 4 次	SDS 抑郁自评量表
吴家栋 ^[17]	2010	21	11	7 周, 1 次/周, 2 课时/次, 共 7 次	SDS 抑郁自评量表
李婷婷 ^[18]	2016	33	35	4 周, 2 次/周, 120 min/次, 共 8 次	SDS 抑郁自评量表
李兰兰 ^[19]	2014	11	15	8 周, 1 次/周, 90 min/次, 共 8 次	SDS 抑郁自评量表
穆薇 ^[20]	2013	16	16	6 周, 1 次/周, 2~3 h/次, 共 6 次	SDS 抑郁自评量表

2.2 纳入研究的方法学质量 根据 Cochrane 手册(5.1.0)质量评价标准,由 2 名研究者分别对纳入的 10 篇文献进行质量评价和分级。纳入的 10 篇文献中,全

都评为 B 级;8 篇文献采用随机方法进行分组;由于研究实施者是整个训练的策划人,难以对其做到盲法。见图 2。

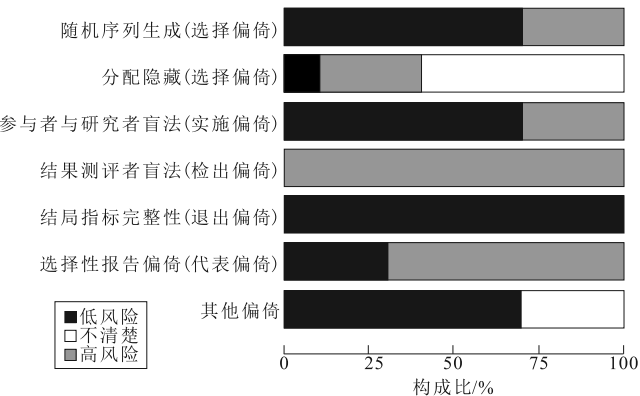


图 2 纳入研究偏倚风险

2.3 Meta 分析结果

2.3.1 抑郁情绪干预后即刻效果 纳入的 10 篇文献均关注了团体训练对大学生抑郁情绪的干预后即刻效果(均标明均数和标准差)。将 10 篇研究进行效果合并,显示研究间不存在异质性($P=0.04, I^2=48\%$),采用固定效应模型进行 Meta 分析,合并效应值 $SMD=-12.63, 95\%CI=-14.40\sim-10.86, P<0.01$ 。见图 3。本研究 95%可信区间不包含 0,表明团体训练对大学生抑郁情绪有积极影响。

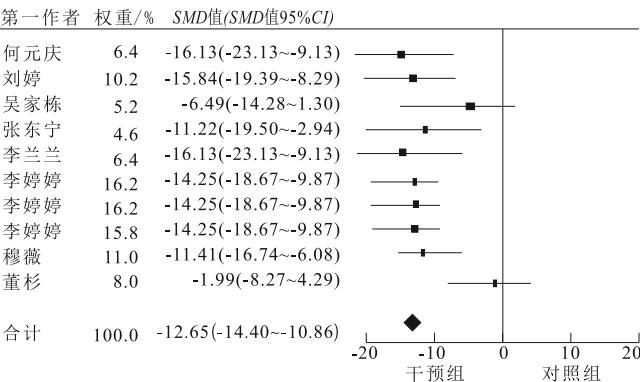


图 3 团体训练对大学生抑郁情绪的即刻效果

2.3.2 干预后随访效果 纳入文献中有 5 篇文献在团体训练干预结束后,对团体训练组的抑郁情绪得分进行随访调查,研究对象有 242 例。将 5 篇研究进行效果合并,显示研究间不存在异质性($P=0.89, I^2=0$),采用固定效应模型进行 Meta 分析,结果显示,间隔一段时间后,团体训练组抑郁情绪随访得分与即刻评价得分的差异有统计学意义($SMD=2.20, 95\%CI=0.18\sim4.22$)。以时间间隔进行亚组分析,干预结束后 4 周、6 个月时,团体训练组前后抑郁情绪得分差异均无统计学意义(P 值均 >0.05);间隔 3 个月($P=0.96, I^2=0$)时,团体训练组前后抑郁评分差异有统计学意义($Z=1.96, P=0.05$)。见图 4。

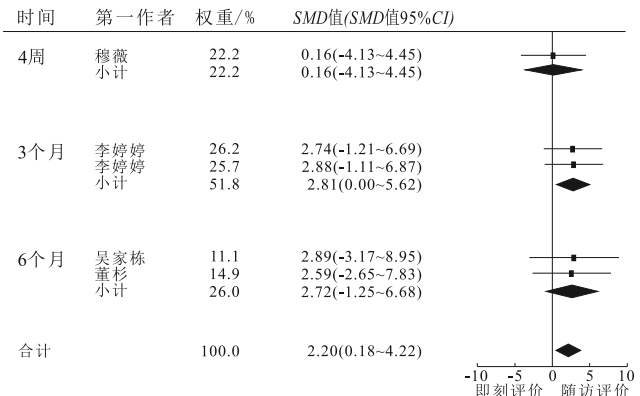


图 4 团体训练对大学生抑郁情绪的长期效果

2.3.3 发表性偏倚 纳入的 10 篇文献以抑郁得分的 SMD 值为横坐标,标准误为纵坐标绘制漏斗图,用漏斗图进行发表偏倚的分析,见图 5。纳入研究的对称性一般,提示可能存在发表性偏倚,Begg 秩相关检验无统计学意义($Z=1.23, P=0.174$);Egger 回归检验显示无统计学意义(双尾 P 检验为 0.691)^[11]。上述检验提示不存在发表性偏倚,但由于本研究纳入文献数量较少,且文献质量一般,故不能排除发表性偏倚的存在。

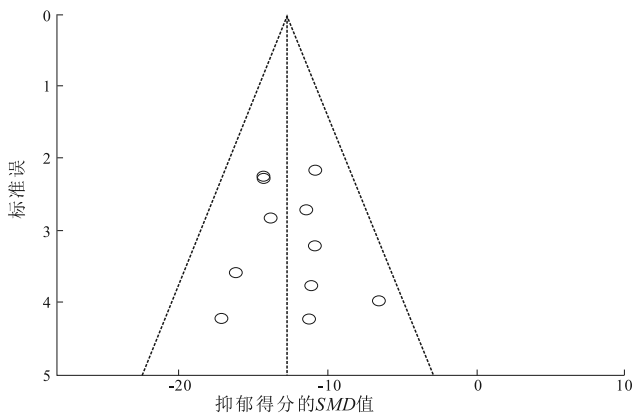


图 5 纳入研究效应值分布状况

2.3.4 敏感性分析 对本研究各项对比指标分别用固定和随机 2 种不同的模型计算并比较结果,可以根据 2 个结果的一致性程度来判断可靠性大小^[21]。结果发现,2 种模型合并的 SMD 值及 95% CI 值差别不大,故认为本研究的文献结果可以合并。

3 讨论

个体持久且相对稳定的愉快感缺乏称为抑郁^[22]。抑郁情绪依据个体心理压力标准对生活事件作出整体反映,代表特殊群体对生活态度的承受程度。大学生的抑郁情绪与性别^[23-24]、生活事件^[25]、社会支持^[26]、自尊、应对方式^[27]、完美主义者^[28]等相关。团体训练已被认可是一种有效缓解情绪的心理辅导形

式^[29],通过团体内交互作用,促进个体学习、体验、认识自我、接纳自我、学习新的态度与行为方式,发展良好生活适应过程,在改善大学生人际关系、提高自信、心理素质等方面具有积极作用。本研究汇总关于团体训练对大学生抑郁情绪的随机对照试验,目的是为团体训练在改善在校大学生抑郁情绪方面提供询证依据。

本研究在干预结束后 4 周、6 个月的随访评价时显示,团体训练组抑郁评分差异均无统计学意义,说明团体训练对减轻大学生抑郁情绪具有稳定性。但在干预结束后 3 个月时,团体训练组抑郁得分高于即刻抑郁得分的现象,原因可能是被调查大学生在这段时间接受某些外界因素的干预,也可能与研究人员数据收集偏倚等相关,故还需扩大样本量和纳入高质量文献进一步验证。部分研究中的团体训练组对象表示,在团体训练中获得了增强自信心、减轻焦虑、摆脱心理困惑等诸多技巧,形成良好的心理韧性,较之前能更好的适应环境^[13,15-17]。

部分学者认为,如果对对照组中有抑郁倾向的大学生不采取及时针对性治疗,而是任其发展可能会形成抑郁症,而抑郁症不仅影响大学生的身心健康,还是他们自杀的主要原因之一。相关研究报道显示,抑郁倾向大学生在不采取任何心理指导环境下,抑郁程度有上升的趋势^[2],非理性消极应对情绪持续存在^[17],而积极应对策略未能建立^[15,17]。如果能帮助处于抑郁初期的大学生走出负性情绪的阴影,将会影响他们以后的人生。

综上所述,团体训练能降低在校抑郁倾向大学生的抑郁情绪,且维持程度具有一定的稳定性。后续研究可扩大样本量、纳入高质量的文献来证实该研究的正确性;同时还可以适当延长随访动态时间监测,以确定团体训练对抑郁情绪干预效果维持时间^[8]。

当今大学生容易在学校、工作和经济的精神压力下产生负性情绪^[30]。因此心理治疗不仅要面向已经出现心理疾病症状的学生,还应建立心理问题倾向人群的心理防御机制。团体训练较个体心理治疗和心理健康教育的优势有:(1)受益面广泛,受益对象从单一个体到众多人群,受益对象不仅包含已出现症状人群还包括潜在倾向的大学生;(2)增加成员间的互动交流机会,摆脱传统的“填鸭式”说教方式,学生之间可以分享自己的经历,起勉励作用;(3)将团体当成一个微型社会,使学生在受到不良情绪前有一个缓冲阶段。在进行团体干预时也要综合考虑以下 2 个方面:(1)由于学生专业和年级不同,不仅抑郁产生原因有差异,而且心理问题产生的时间也有差别;(2)由于学生心理需求不同,在设置团体训练干预课程时要有针

对性。

Meta 是循证医学中统计学处理的基本方法,可以汇总多个研究后给出肯定结论,但 Meta 分析还存在许多不足之处:首先,Meta 分析是一种回顾性研究,其质量好坏受原始文献的影响^[31];其次,本研究检索了已发表的文献而对未发表文献可能造成的结果偏倚未采取措施。此外,10 项研究的测量工具不完全相同,信效度检验水平不一致,从而夸大或缩小研究的真实状况等;且纳入的文献中样本量和高质量文献量相对较少,在某种程度上影响研究结果的真实性。但从总体来看,本研究结果仍具有一定的参考价值:(1)严格按照纳入/排除标准筛选文献,纳入的文献设计较合理、数据信息完整,结果较可信;(2)所纳入的研究结果显示团体训练能调节学生抑郁情绪,与汇总后 Meta 分析结果一致;(3)本研究对团体训练后抑郁即刻得分指标所纳入的文献进行了偏倚漏斗图分析、Begg 秩相关检验、Egger 回归检验等验证不存在发表性偏倚。

4 参考文献

- [1] GILBERT P. Overcoming depression: a step-by-step approach to gaining control over depression[M]. New York:OUP,2001.
- [2] 何元庆,刘杨,李兰兰.正念团体咨询对大学生抑郁的影响[J].中国卫生事业管理,2015,32(5):389-392.
- [3] 李婷婷,葛玲,王鑫杰,等.自信心团体训练对大学生抑郁情绪及自动思维的干预研究[J].中华行为医学与脑科学杂志,2016,25(2):171-174.
- [4] 杨楹,程小簪,张金玲.绝望在初中生抑郁与自杀危险性间的中介作用[J].中华行为医学与脑科学杂志,2014,23(8):691-693.
- [5] MUSTAFFA S, AZIZ R, MAHMOOD M, et al. Depression and suicidal ideation among university students[J]. Proced Soc Behav Sci, 2014(116):4205-4208.
- [6] EISENBERG D, CHUNG H. Adequacy of depression treatment among college students in the United States[J]. Gen Hosp Psychiat, 2012, 34(3):213-220.
- [7] 胡一字,章芳芳.糖尿病饮食教育的 Meta 分析[J].中国健康教育,2014,30(6):496-500.
- [8] 王新田,彭娟,张延霞,等.老年高血压健康教育的循证评价[J].中国老年杂志,2015,35(23):6734-6738.
- [9] 易惺钱,陈晓凡,乐毅敏,等.运动疗法治疗老年性便秘疗效与安全性的系统评价[J].中国康复医学杂志,2016,31(4):457-460.
- [10] 胡雁.循证护理学[M].北京:人民卫生出版社,2012:112.
- [11] 罗盛,张锦,李伟,等.不同养老模式下老年人生活满意度的 Meta 分析[J].中国老年学杂志,2013,36(5):1176-1179.
- [12] 潘珍,毛绍菊,唐寒梅,等.中国大学生非自杀性自伤检出率的 Meta 分析[J].中国学校卫生,2016,37(6):878-881.
- [13] 刘婷.团体辅导对大学男生抑郁和焦虑的生理和心理干预效果评价[D].南京:东南大学,2013.
- [14] 张东宁,白玉.对抑郁倾向大学生的认知—行为团体干预[J].中国临床康复,2006,10(10):164-165.

(下转第 682 页)

信息知晓率明显提高,基本达到了“全国结核病防治规划(2011—2015 年)”中全民结核病防治核心信息知晓率达到 85%的目标^[15]。但有些知识如活动期肺结核患者具有传染性,结核分枝杆菌分离培养阳性/肺部病变是确诊标准的知晓率分别只有 81.76%,80.50%;态度行为中如自己有结核病会告诉他人,定期翻晒被褥至少 2 周一次,还达不到 85%的目标。今后要有针对性地实施健康教育,同时加强教育过程中的互动交流,充分利用微信的语音、视频功能,对疑难问题在群里展开讨论,并将肺结核的病因、诊断、预防治疗与日常行为相结合,使大学生全面了解结核病防治知识,以提高大学生结核病防治知识知晓率及正确态度行为形成率,有效控制结核病在学校的流行与蔓延。

在本研究中,微信组学生对该微信群的关注度、参与度分别为 92.1%和 86.7%,较高的关注度和参与度有利于健康教育的实施。要想获得较高的关注度、参与度,群管理人员需要充分利用微信的多种功能,将不同形式的宣教内容轮流发送,定期请结核病防治专家解答疑难问题,定期发动群成员进行讨论,同时检查督促,要求群成员进群浏览信息留言,发现经常不进群的及时进行沟通。建群最好以班级为单位,每班 50 人左右,便于管理。为使群成员阅读方便,建议将发在群里的宣教内容个人收藏,以利于日后阅读学习。给群成员分配任务,如要求每人每周发送至少 1 条有关结核病防治的信息。也可考虑与有关部门合作,将表现突出的学生给予适当奖励。

4 参考文献

- [1] 刘雅.我国结核病形势与高校结核病防控工作探讨[J].保健医学研究与实践,2010,7(3):64-69.
- [2] 王黎霞,成诗明,陈明亭,等.2010 年全国第五次结核病流行病学抽样调查报告[J].中国防痨杂志,2012,34(8):485-508.
- [3] 魏倩,王仕昌,姜蕾,等.山东四所大学学生结核病防治知识知晓率调查分析[J].中国防痨杂志,2013,35(7):516-520.
- [4] 丁书姝,文育锋,黄月娥,等.某医学院校大学生结核病相关知识知晓情况[J].中国学校卫生,2014,35(7):1061-1062.
- [5] 张珍,张学宁,曹松玉,等.南京某高校大学生结核病知识知晓现状[J].中国学校卫生,2012,33(3):263-264.
- [6] 石如娟,王春蒲.结核病健康教育的现状及意义[J].山西职工医学院学报,2012,22(3):58-60.
- [7] 沈旭娟,张宝津.不同健康教育方式对大学生结核病干预效果探讨[J].中国学校卫生,2014,35(1):103-105.
- [8] 李源,郑加玉,李霄媛.拓展高校结核病健康教育形式效果分析[J].中国健康教育,2015,31(1):69-70,75.
- [9] 胡跃强,沈淑青.金华市大学生结核病防治知识宣教效果分析[J].中国学校卫生,2013,34(1):97-98.
- [10] 曹宏,陈姣,方静.某高校学生结核病互联网健康教育效果评价[J].中国学校卫生,2014,35(6):890-892.
- [11] 王勐,吴珺敏,王乐,等.杭州大学生结核病防治核心知识知晓率调查[J].浙江预防医学,2014,26(12):1284-1285.
- [12] 党昊祺.从传播学角度解构微信的信息传播模式[J].东南传播,2012(7):71-72.
- [13] 王铮,徐志远.微信对大学生思想政治教育的影响及对策探析[J].思想理论教育导刊,2014(12):123-125.
- [14] 刘锴,陈丽艳,霍晓伟,等.微信在兽医微生物学辅助教学中的应用[J].微生物学通报,2013,40(12):2330-2334.
- [15] 国务院办公厅.全国结核病防治规划(2011—2015 年)[J].中国实用乡村医生杂志,2012,19(3):1-3.

收稿日期:2016-10-17;修回日期:2016-12-03

(上接第 679 页)

- [15] 董杉,董晓梅,代金芳,等.团体训练对大学生抑郁情绪的干预效果评价[J].中华疾病控制杂志,2011,15(9):758-761.
- [16] 李婷婷.大学生抑郁情绪相关因素及自信心训练的干预研究[D].太原:山西医科大学,2016.
- [17] 吴家栋.团体训练对大学生抑郁情绪的干预效果评价[D].广州:暨南大学,2010.
- [18] 李婷婷,葛玲,王鋈杰,等.自信心团体训练对大学生抑郁情绪及信任水平的干预研究[J].中国高等医学教育,2016(6):55-56.
- [19] 李兰兰.正念团体咨询对大学生正念水平及抑郁情绪的影响[D].芜湖:安徽师范大学,2014.
- [20] 穆薇.团体辅导对抑郁倾向高师学生干预研究[D].重庆:重庆师范大学,2013.
- [21] 唐庆,汪洋,唐晓军,等.团体训练对大学生主观幸福感干预效果 Meta 分析[J].中国学校卫生,2016,37(7):1031-1036.
- [22] 林霞玉.团体心理辅导对大学抑郁倾向干预效应研究[D].呼和浩特:内蒙古师范大学,2016.
- [23] IBRAHIM A K, KELLY S J, ADAMS C E, et al. A systematic review of studies of depression prevalence in university students[J]. J Psychiatric Res, 2013, 47(3):391-400.
- [24] 钟意,周辉,萧文泽,等.大学生抑郁危险因素的 Logistic 回归分析

- [J].现代预防医学,2007,34(8):1438-1440.
- [25] SLOPEN N, WILLIAMS D R, GILMAN S E. Sex, stressful life events, and adult onset depression and alcohol dependence: are men and women equally vulnerable[J]. Soc Sci Med, 2011, 73(4):615-622.
- [26] SANTINI Z I, KOYANAGI A, TYROVOLAS S, et al. The association between social relationships and depression: a systematic review[J]. J Affect Disord, 2015, 175(175):53-65.
- [27] LEANDOR P G, CASTILLO M D. Coping with stress and its relationship with personality dimensions, anxiety, and depression[J]. Proced Soc Behav Sci, 2010, 5:1562-1573.
- [28] 杨丽,王岳飞,邓晶晶.完美主义、应激和抑郁的关系研究[J].中国临床心理学,2013,21(2):272-280.
- [29] 程族栢,王奕冉.团体心理辅导对大学生抑郁焦虑症状的治疗效果研究[J].中国健康心理学杂志,2008,16(8):843-844.
- [30] 祝淑媛,杨正清,杭琳.高职院校大学生心理压力的分析与消除对策[J].淮南师范学院学报,2006,5(8):1-4.
- [31] 邵世亮,李秀昌,王志勇,等.辽宁省大中学生现在饮酒与学习成绩的相关性分析[J].中国学校卫生,2013,34(11):1319-1320.

收稿日期:2016-09-25;修回日期:2016-11-20