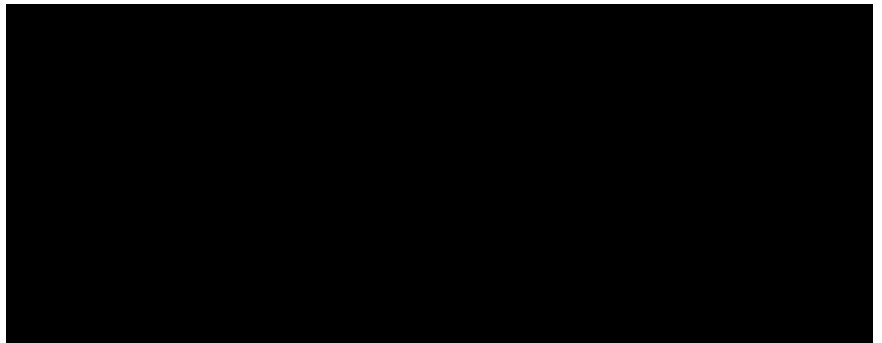

心情不好，真的会“招来”麻烦

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/35343.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

心情不好，真的会“招来”麻烦。



分析模型。西安交通大学供图

?

压力生成模型认为，心理健康状况不佳的个体（如患有抑郁或焦虑症状）不仅更容易感受到外部压力，还更容易经历由自己行为引发的依赖性压力事件。这些压力事件反过来会进一步加重心理健康问题，从而形成恶性循环。

为了更清晰地揭示心理健康与压力之间的交互作用，该研究采用荟萃分析结构方程模型，在现有纵向研究的基础上，对该领域的核心理论进行了更严格的检验。

研究表明：心理健康状况较差的个体更容易经历依赖性压力事件，而非独立性压力事件；该效应在不同研究样本、测量工具和时间跨度下均保持稳定，研究间的异质性很低，表明心理健康对压力生成的影响具有较强的普适性；进一步分析发现，依赖性压力事件在心理健康的恶化过程中起到了中介作用，即心理健康状况不佳的个体会经历更多依赖性压力事件，这些压力事件进一步加重他们的心理困扰。

该研究在压力生成模型的框架下，提供了一种更精确的分析方式，揭示了心理健康问题如何通过增加依赖性压力事件来维持自身的恶性循环。这一结果意味着，打破心理健康与压力的恶性循环需要从减少依赖性压力事件入手。（来源：中国科学报 李媛）

相关论文信息：<https://doi.org/10.1037/bul0000475>

作者：党君华等 来源：《心理学公报》

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](http://www.iikx.com)转发