

# The Relationship between Personality Characteristics and Loneliness of College Students: The Mediating Role of Online Self-Disclosure

Yuan Sun, Chengyi Liang

School of Education, Jiangnan University, Wuhan Hubei  
Email: dbnjyuan@163.com

Received: Oct. 2<sup>nd</sup>, 2019; accepted: Oct. 15<sup>th</sup>, 2019; published: Oct. 22<sup>nd</sup>, 2019

---

## Abstract

A questionnaire survey is conducted among 320 college students in order to investigate the relationship between personality characteristics, online self-disclosure and loneliness for college students' mental health education. The results indicate that in terms of loneliness, boys are significantly higher than girls, and rural students are significantly higher than those of urban students, and senior students are significantly higher than those of freshmen. The loneliness of college students is positively correlated with neuroticism and responsibility, but negatively related to extraversion, openness and agreeableness. Online self-disclosure plays a partial mediating effect between neuroticism, extraversion and loneliness.

## Keywords

College Students, Personality Characteristics, Online Self-Disclosure, Loneliness

---

# 大学生人格特征与孤独感的关系：网络自我表露的中介作用

孙 远, 梁城焱

江汉大学教育学院, 湖北 武汉  
Email: dbnjyuan@163.com

收稿日期: 2019年10月2日; 录用日期: 2019年10月15日; 发布日期: 2019年10月22日

## 摘要

采用问卷调查法对320名大学生进行调查, 研究大学生人格特征、网络自我表露与孤独感之间的关系, 为大学生心理健康教育提供依据。结果表明: 大学生的孤独感方面, 男生显著高于女生, 农村学生显著高于城镇学生, 大四学生显著高于大一学生; 大学生的孤独感与神经质、责任性具有显著正相关, 与外向性、开放性和宜人性格具有显著负相关; 网络自我表露在神经质、外倾性与孤独感之间起部分中介作用。

## 关键词

大学生, 人格特征, 网络自我表露, 孤独感

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

孤独是一种负面的、消极的情感体验或心理感受。孤独感是指个体因为缺乏人际交往, 而感到一种脱离社会或其他人的被隔离的不愉快体验。强烈的孤独感对大学生的心理健康有着严重的负面影响, 容易导致抑郁、自闭、胆怯、羞怯、焦虑、陌生、怨恨、无助、不和谐等不良现象[1] [2]。

随着互联网的迅速发展, 网络已经深入到大学生生活的方方面面。大学生更容易接受网络交流, 更愿意在网络中表达自己的想法、观点、情绪等, 网络交流逐渐代替了真实生活中的近距离交流。自我表露是个体对他人表达情感、想法与观点的窗口, 具有重要的社会功能[3]。网络自我表露是指在网络情境中, 个体与他人交流时, 对自身的信息和情绪情感体验主动或者被动地通过各种网络工具进行表露的过程。

那么网络中的交流与自我表露会对孤独感产生怎样的影响, 对于这个问题的研究结论不一致。由于网络交流低社会存在的特点, 降低了个体被伤害的风险, 这可能会促使个体表露出自己更多的信息。在现实社会中, 高孤独感的人更容易感到恐惧和寂寞, 他们会在网络交流中毫不保留、较深入地透露与自身相关的讯息; 孤独感高的个体也更倾向于在网络中去寻求归属感和友谊, 证明自己的存在。有研究发现, 网络交流中的自我表露有可能会增加个体的孤独感[4] [5]; 而另外一些研究则认为网络自我表露与现实生活中的孤独感呈负相关[6] [7]。本研究试图从大学生人格特征和网络自我表露出发, 探讨它们与孤独感之间的关系。

## 2. 对象与方法

### 2.1. 对象

采用方便抽样的方法, 调查了贵州、湖北、江西、广西、重庆、四川等地的大学生。发放问卷 360 份, 回收问卷 335 份, 其中有效问卷 320 份, 回收率为 93.06%, 有效率为 95.52%。其中男生 120 人(占 37.5%), 女生 200 人(占 62.5%); 大一 108 人(占 33.75%), 大二 74 人(占 23.13%), 大三 73 人(占 22.81%), 大四 65 人(占 20.31%); 家庭所在地为城镇的有 132 人(占 41.25%), 农村的有 188 人(占 58.7%)。样本涉及大学四个年级, 家庭来源地既有农村也有城镇。

## 2.2. 工具

### 2.2.1. 大五人格量表

共有 60 个题目, 采用 5 点计分方法, 1 表示“非常不符合”, 2 表示“不符合”, 3 表示“不知道”, 4 表示“符合”, 5 表示“非常符合”。包括外向性、宜人性、开放性、责任性和神经质五个维度。此量表的  $\alpha$  系数为 0.864, 五个维度的  $\alpha$  系数在 0.709~0.929 之间。

### 2.2.2. 网络自我表露问卷

采用曹玉的网络自我表露问卷[6], 共有 18 个项目, 分为数量、深度、诚实性、意识性和积极性五个维度, 采用七点量表的计分方法, 以总分的高低表示个体网络自我表露的水平。此问卷的  $\alpha$  系数为 0.892, 五个维度的  $\alpha$  系数在 0.674~0.782 之间。

### 2.2.3. 孤独感量表

采用 UCLA 孤独感量表[8], 共有 20 道题目, 采用四级计分的方法, 这是一个一维的量表, 得分越高表示孤独的程度越高。UCLA 孤独感量表的系数为 0.855, 表明量表的内部一致性较好。

## 2.3. 统计分析

运用 SPSS22.0 对数据进行描述性统计、T 检验、方差分析、相关分析和回归分析。

## 3. 研究结果

### 3.1. 大学生孤独感的性别、生源地、年级差异检验

T 检验结果表明, 在孤独感方面, 男生高于女生( $p < 0.01$ ), 农村学生高于城镇学生( $p < 0.01$ ), 见表 1 和表 2。通过方差分析, 见表 3, 并对表 3 的结果又经过事后多重比较, 大四的学生的孤独感显著高于大一的学生( $p = 0.03$ )。

**Table 1.** Gender difference testing of loneliness

**表 1.** 孤独感的性别差异检验

	平均分		均值方程的 T 检验	
	男	女	t	p 值
性别	3.73 ± 0.67	3.49 ± 0.55	2.956**	0.003

**Table 2.** Origin difference testing of loneliness

**表 2.** 孤独感的生源地差异检验

	平均分		均值方程的 T 检验	
	城镇	农村	t	p 值
生涯地	3.42 ± 0.57	3.56 ± 0.64	0.638**	0.002

**Table 3.** Grade difference testing of loneliness

**表 3.** 孤独感的年级差异检验

	平均分				均值方程的 F 检验		
	大一	大二	大三	大四	F	df	p 值
	3.48 ± 0.53	3.73 ± 0.66	3.49 ± 0.59	3.52 ± 0.65	1.586**	3	0.00

### 3.2. 大学生人格特征、网络自我表露与孤独感的相关性分析

由表 4 可知, 大学生人格特征在神经质和责任性这两个维度上与孤独感存在显著的正相关, 外向性、开放性和宜人性这三个维度与孤独感之间存在显著的负相关。网络自我表露与孤独感之间存在显著的负相关。

**Table 4.** Correlation analysis of personality characteristics, network self-disclosure and loneliness

**表 4.** 人格特征、网络自我表露与孤独感之间的相关性

	神经质	外向性	开放性	宜人性	责任性	网络自我表露	孤独感
外向性	0.570**						
开放性	0.612**	0.565**					
宜人性	0.641**	0.582**	0.507*				
责任性	0.439**	0.311**	0.261**	0.446**			
网络自我表露	0.453**	0.326*	0.76	0.68	0.53		
孤独感	0.434**	-0.413**	-0.312**	-0.401**	0.327**	-0.254**	1

注: \*表示在 0.05 水平上有显著性差异; \*\*表示在 0.01 水平上有显著性差异。

### 3.3. 网络自我表露在人格特征与孤独感之间的中介作用检验

由上表 4 的相关分析可知, 大学生人格特征中神经质、外向性这两个维度与网络自我表露、孤独感都两两相关且显著, 满足中介效应的检验条件, 采用温忠麟等提出的三步回归中介检验方法[9], 分别检验: 1) 网络自我表露在神经质与孤独感之间的中介作用分析; 2) 网络自我表露在外向性与孤独感之间的中介作用分析。

#### 3.3.1. 网络自我表露在神经质与孤独感之间的中介作用检验

首先将各变量做中心化处理, 然后在控制性别、生源地、年级的影响后, 第一步, 考察神经质对孤独感的预测作用; 第二步, 考察神经质对网络自我表露的预测作用; 第三步, 考察神经质与网络自我表露共同对孤独感的预测作用(见表 5)。结果表明, 神经质能够有效预测孤独感和网络自我表露, 进一步分析表明, 在控制网络自我表露的作用后, 神经质对孤独感的预测作用依然显著, 但预测力降低而且网络自我表露对孤独感的预测作用显著, 说明网络自我表露在神经质与孤独感之间起部分中介效应, 中介效应占总效应的比例为  $0.453 \times 0.435 / 0.434 = 45.4\%$ 。

**Table 5.** Mediating effect of network self-disclosure on neuroticism and loneliness

**表 5.** 网络自我表露在神经质与孤独感之间的中介作用检验

因变量	预测变量	$\beta$	T 值	F 值	调整后 R <sup>2</sup>
孤独感	神经质	0.434**	0.316**	11.541**	0.025
网络自我表露	神经质	0.453**	0.256**	13.451**	0.061
孤独感	神经质	0.164**	0.364**	16.258**	0.054
	网络自我表露	0.435**	1.658**		1

注: \*表示在 0.05 水平上有显著性差异; \*\*表示在 0.01 水平上有显著性差异。

#### 3.3.2. 网络自我表露在外倾性与孤独感之间的中介作用检验

首先将各变量做中心化处理, 然后在控制性别、生源地、年级的影响后, 第一步, 考察外向性对孤

孤独感的预测作用；第二步，考察外向性对网络自我表露的预测作用；第三步，考察外向性与网络自我表露共同对孤独感的预测作用(见表6)。结果表明，外向性能够有效预测孤独感和网络自我表露。进一步分析表明，再控制网络自我表露的作用后，外向性对孤独感的预测作用依然显著，但预测力降低而且网络自我表露对孤独感的预测作用显著，说明网络自我表露在外向性与孤独感之间起部分中介效应，中介效应占总效应的比例为： $0.342 \times (-0.262)/(-0.323) = 27.74\%$ 。

**Table 6.** Mediating effect of network self-disclosure on extroversion and loneliness

**表 6.** 网络自我表露在外向性与孤独感之间的中介作用检验

因变量	预测变量	$\beta$	T 值	F 值	调整后 $R^2$
孤独感	外向性	-0.323**	-0.205**	13.436**	0.056
网络自我表露	外向性	0.342**	0.158**	16.325**	0.079
孤独感	外向性	-0.171**	-0.257**	14.147**	0.034
	网络自我表露	-0.262**	-1.596**		1

注：\*表示在 0.05 水平上有显著性差异；\*\*表示在 0.01 水平上有显著性差异。

#### 4. 讨论

在大学里，男生独立性更强，业余时间更多的是宅在宿舍投入自己的事情，而女生独立性相对较弱，更希望寻找小团体，成群结队地外出游玩或参加各种社团组织等，所以能更多地体会到周围人的友谊，孤独方面的感受比较低。农村学生相对城镇学生来说，见识、视野没有那么广阔，自尊心强而比较敏感，对一些事情的参与度较低，会体验到更多的孤独感。刚入学的大一新生，对大学生活充满好奇与向往，各种社团、组织吸引着他们，使得他们的业余生活比较丰富，体验到更多的活力，而即将走入社会的大四学生，面临着同学之间的离别，就业的激烈竞争等，压力比较大，因此大四学生的孤独感显著高于大一新生。在对大学生进行心理健康教育的时候，我们要多关注男生、农村学生及大四的学生，帮助他们树立正确的交往意识，学会交往技能，进而扩大交往范围，丰富休闲生活，以减少不良的孤独感受。

本研究结果支持了网络自我表露能够缓解现实生活中孤独感的结论[6]。神经质较高的人，抗压能力、思维和决策能力都相对较差，他们更容易产生胆怯、害羞、焦虑、抑郁等消极情绪，也更容易产生孤独感。当他们在现实生活中与他人的交往得不到满足时，就会寻求新的途径来满足自己的需求，而网络刚好是一个很好的选择，网络的匿名性和虚拟性，可以缓解他们在与他人交流时的害羞、胆怯心理，可以让他们放心大胆地与他人交流，网络自我表露一定程度上缓解了他们的孤独感，起到了中介效应。外向性越低的人，对外部世界的积极投入也就越少，与外部世界的联接越少也就会越容易感到孤独，而网络也刚好可以作为一个补偿途径，他们可以在互联网上展示自己，与外界产生联系，同样也会降低他们的孤独感。

有研究也发现，当孤独感高的个体在网络上表达的内容不能引起网友的兴趣时，会感到更加孤独[4]。虽然这一结论与本研究的结论不一致，但是也提示我们学生的网络表达内容和方式比较重要，在这方面需要加强引导，引导学生用适宜的方式表达合宜的内容，以使他们得到积极的反馈，才能避免陷入孤独[6]。

对于大学生来说，我们可以引导他们适度地利用网络来表达自己，使自己的不良情绪得以宣泄，并能在网络的帮助下找到一些问题的解决方案。有研究也发现，现实生活中孤独感高的个体在网络中会更多向陌生人表露[5]，所以也要引导学生在网络交往中注意做好防范，学会识别信息，避免接受一些不当言论及虚假信息。同时也要采取一些措施保护好个人的信息，避免信息被不法分子利用，防止上当受骗

[10]。同时网络人际交往不能代替现实生活中的人际互动,还是要鼓励大学生在真实生活中寻找友谊、合作,过度沉溺于虚拟世界的人际关系,也会对个体的社会功能和情绪健康产生不利的影响。

## 5. 结论

- 1) 大学生的孤独感方面,男生显著高于女生,农村学生显著高于城镇学生,大四学生显著高于大一学生。
- 2) 大学生的孤独感与神经质、责任性具有显著正相关,与外向性、开放性和宜人性具有显著负相关。
- 3) 网络自我表露在神经质、外倾性与孤独感之间起部分中介作用。

## 基金项目

湖北省教育厅人文社会科学研究项目“微时代背景下大学生人际交往模式及辅导研究”(16G089)。

## 参考文献

- [1] 韩雪. 大学生人格特征、父母教养方式与孤独感的关系[D]: [硕士学位论文]. 哈尔滨: 哈尔滨工程大学, 2009.
- [2] 许燕. 人格心理学[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2004: 440-460.
- [3] 蒋索, 邹泓, 胡茜. 国外自我表露研究述评[J]. 心理科学进展, 2008, 16(1): 114-123.
- [4] 聂丽萍. 大学生网络聊天中的自我表露、应对方式与孤独感的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 苏州: 苏州大学, 2009.
- [5] 杨晶, 朱晓伟. 大学生线上线下自我表露与孤独感关系研究[J]. 长江大学学报(社科版), 2016, 39(7): 80-83.
- [6] 曹玉. 大学生网络自我表露、领悟性社会支持和孤独感的关系[D]: [硕士学位论文]. 桂林: 广西师范大学, 2014.
- [7] 王浩. 大学生父母依恋、孤独感以网络自我表露的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 成都: 四川师范大学, 2015.
- [8] 汪向东. 心理卫生评定量表手册[M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 284-287.
- [9] 温忠麟, 张雷, 侯杰泰, 等. 中介效应检验程序及其应用[J]. 心理学报, 2004, 36(5): 614-620.
- [10] 张敏, 郝素冰, 龚子捷, 等. 大学生信息安全认知的测量及其与人格特征的关系[J]. 高等工程教育研究, 2016(6): 144-148+174.