

留守青少年孤独感对心理韧性的影响：感恩的中介作用

马文燕¹, 马文琴², 邓雪梅¹

¹毕节幼儿师范高等专科学校, 贵州 毕节

²黔西市中坪镇中心幼儿园, 贵州 毕节

收稿日期: 2022年3月7日; 录用日期: 2022年4月2日; 发布日期: 2022年4月8日

摘要

目的: 探讨留守青少年的孤独感、感恩和心理韧性的关系。方法: 以1095名留守青少年学生为对象进行调查。结果: 1) 孤独感与感恩($r = -0.26, p < 0.001$)、心理韧性($r = -0.44, p < 0.001$), 感恩与心理韧性($r = 0.31, p < 0.001$)的相关关系均有统计学意义; 2) 孤独感对感恩($B = -0.26, p < 0.001$)、心理韧性($B = -0.39, p < 0.001$), 感恩对心理韧性($B = 0.21, p < 0.001$)的预测作用均有统计学意义; 3) 感恩在孤独感与心理韧性之间起部分中介作用。结论: 降低留守青少年的孤独感体验和培养其感恩特质, 能有效提高留守青少年的心理韧性水平。

关键词

留守青少年, 孤独感, 感恩, 心理韧性, 中介效应

The Influence of Loneliness on Resilience of Left behind Adolescents: The Intermediary Role of Gratitude

Wenyan Ma¹, Wenqin Ma², Xuemei Deng¹

¹Bijie Preschool Education College, Bijie Guizhou

²Central Kindergarten, Zhongping Town, Qianxi City, Bijie Guizhou

Received: Mar. 7th, 2022; accepted: Apr. 2nd, 2022; published: Apr. 8th, 2022

Abstract

Objective: To explore the relationship between loneliness, gratitude and resilience among left-behind

文章引用: 马文燕, 马文琴, 邓雪梅. 留守青少年孤独感对心理韧性的影响: 感恩的中介作用[J]. 社会科学前沿, 2022, 11(4): 1059-1065. DOI: 10.12677/ass.2022.114144

adolescents. Methods: 1095 left behind young students were investigated. Results: 1) There was a statistically significant negative correlation between loneliness and gratitude ($r = -0.26, p < 0.001$) and resilience ($r = -0.44, p < 0.001$), statistically significant positive correlation between gratitude and resilience ($r = 0.31, p < 0.001$); 2) Loneliness is a statistically significant negative predictor of gratitude ($B = -0.26, p < 0.001$) and resilience ($B = -0.39, p < 0.001$). Gratitude is a statistically significant positive predictor of resilience ($B = 0.21, p < 0.001$); 3) Gratitude plays a partial mediating role between loneliness and psychological resilience. Conclusion: Reducing the loneliness experience of left-behind adolescents and cultivating their gratitude traits can effectively improve the psychological resilience level of left-behind adolescents.

Keywords

Left behind Adolescents, Loneliness, Gratitude, Resilience, Mediating Effect

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

留守青少年是指因父母双方或其中一方长期在外务工而被迫留在户籍所在地继续生活与学习的 18 岁以下未成年儿童[1] [2]。留守青少年在成长与发展的过程中会面临诸多潜在危险性因素, 容易使其产生各种不良心理及行为问题[3]。心理韧性是个体的一种积极心理特质[4], 也是积极心理学研究的重要内容[5], 主要是指个体在面对逆境、创伤、威胁、以及压力性生活事件时的一种良好适应过程及心理反弹能力[6]。在面临压力性生活事件时, 心理韧性不仅能帮助个体更好地应对压力与适应环境, 而且还能起到重塑自我的作用[7], 从而有效维护个体的身心健康[8]。Kumpfer 的心理韧性理论模型指出, 个体与应激环境的相互作用会影响其情绪情感, 进而影响心理韧性[9], 根据该模型的观点进行推测, 孤独感可能会影响个体心理韧性的发展。

孤独感是心理健康和生活质量的危险性因素, 主要是指个体因社会关系或社会支持匮乏而产生的一种消极情绪体验[10]。长期处于孤独状态并体验到孤独感的个体, 其身心发展会受到严重损害[11], 不仅容易产生自卑、害羞、神经质、社交退缩等心理和行为问题, 也容易出现抑郁、焦虑等症状[12], 进而导致个体出现绝望和自杀行为[13]。留守青少年由于长期与父母分离、缺乏父母关爱, 常常会体验到较多的孤独感。研究发现, 孤独感与心理韧性的负相关关系有统计学意义, 对心理韧性的负向预测作用有统计学意义, 说明较高的孤独感体验会制约个体心理韧性的发展[14]。因此, 降低孤独感水平, 能有效提高个体的心理韧性[15]。

感恩作为一种人格特质[16], 是人类最重要的美德之一, 主要表现为个体对施恩者的报答或感激[17]。拥有感恩人格特质的个体, 不仅较少经历焦虑、抑郁、敌意和愤怒等心理问题[18], 还能够体验到较多的积极情绪、幸福和希望[19]。感恩的拓展建构理论也指出, 感恩水平较高的个体更注重建构自己的人际关系, 从而获取更多的社会支持性资源, 进而有利于维护自己的身心健康[20]。研究发现, 孤独感与感恩呈显著负相关, 对感恩有显著的负向预测作用, 说明较高的孤独感会降低个体的感恩水平[21] [22]。研究也发现, 感恩与心理韧性的正相关关系有统计学意义, 对心理韧性的正向预测作用有统计学意义, 说明感恩水平较高的个体往往拥有较好的心理韧性水平[23] [24]。

综上所述,感恩可能是留守青少年孤独感和心理韧性之间一个重要的中介变量,因此,本研究采用问卷调查的方法,主要探讨留守青少年的孤独感、感恩和心理韧性之间的相互关系。

2. 对象与方法

2.1. 研究对象

采用方便取样的方法对 1200 名贵州省留守青少年进行调查,回收有效问卷 1095 份,问卷有效率为 91.25%。在所调查的有效样本中,男生的数量是 528 名,女生的数量是 567 名;初中学生的数量是 410 名,高中学生的数量是 440 名,中职学生的数量是 245 名,所调查样本的年龄范围为在 12 到 21 岁之间。

2.2. 研究工具

2.2.1. 感情与社会孤独量表

该量表由 Wittenbers 等人编制[25],并具有良好的信效度[26]。该量表共 10 个条目,采用 5 点计分方式,量表的 Cronbach's α 系数为 0.66。验证性因素分析的各拟合指标为: $\chi^2/df = 3.91$, CFI = 0.92, TLI = 0.86, GFI = 0.98, RMSEA = 0.05, SRMR = 0.05。

2.2.2. 六项目感恩问卷

该问卷由 McCullough 等人编制[27],并具有良好的信效度[28]。该量表共 6 个条目,采用 7 点计分方式,量表的 Cronbach's α 系数为 0.71。验证性因素分析的各拟合指标为: $\chi^2/df = 3.83$, CFI = 0.98, TLI = 0.96, GFI = 0.99, RMSEA = 0.05, SRMR = 0.02。

2.2.3. 青少年心理韧性量

该量表由胡月琴、甘怡群编制[29],并具有良好的信效度[30]。该量表共 27 个条目,分目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持和人际协助 5 个维度,采用 5 点计分方式,量表的 Cronbach's α 系数分别为 0.75。验证性因素分析的各拟合指标为: $\chi^2/df = 3.54$, GFI = 0.93, CFI = 0.86, TLI = 0.84, RMSEA = 0.05, SRMR = 0.04。

2.3. 统计分析

使用 Epidata、Spss 23.0 和 Amos 26.0 软件包对数据进行录入、描述、相关、回归、Bootstrap 中介效应、验证性因素等分析。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

参考前人研究对数据进行偏差检验[31],检验结果为:KMO = 0.82, Bartlett = 9191.52, $df = 903$, $p < 0.001$,特征根大于 1 的公共因子数有 12 个,第一公因子解释了总方差的 12.83%,检验结果表明没有共同方法偏差效应[32]。

3.2. 各变量的偏相关分析

以性别、年龄、学段为控变量,对变量进行相关分析,结果发现:孤独感与感恩($r = -0.26$, $p < 0.001$)、心理韧性($r = -0.44$, $p < 0.001$)的负相关关系有统计学意义,感恩与心理韧性($r = 0.31$, $p < 0.001$)的正相关关系有统计学意义(见表 1)。

Table 1. Partial correlation analysis of each variable
表 1. 各变量的偏相关分析

项目	$M \pm SD$	孤独感	感恩	心理韧性
孤独感	2.66 ± 0.49	1		
感恩	4.97 ± 0.93	-0.26***	1	
心理韧性	3.24 ± 0.43	-0.44***	0.31***	1

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

3.3. 各变量的回归分析

以性别、年龄、学段为控变量，对变量进行回归分析，结果发现：孤独感对感恩($B = -0.26, p < 0.001$)和心理韧性($B = -0.39, p < 0.001$)的负向预测作用有统计学意义，感恩对心理韧性($B = 0.21, p < 0.001$)的正向预测作用有统计学意义(见表 2)。

Table 2. Regression analysis of each variable
表 2. 各变量的回归分析

因变量	预测变量	R^2	调整后的 R^2	F 值	标准化系数(Bate)	t
感恩	孤独感	0.08	0.08	24.62***	-0.26	-8.89***
心理韧性	孤独感	0.24	0.24	70.10***	-0.39	-14.16***
	感恩				0.21	7.77***

3.4. 中介效应检验

以留守青少年的性别、年龄、学段为控制变量，孤独感为预测变量，感恩为中介变量，心理韧性为结果变量，构建中介效应模型(如图 1)。使用 Hayes (2013)编制的 SPSS 宏程序 Process 进行中介效应检验，结果发现：感恩的中介效应的置信区间不包含 0，表明感恩在孤独感与心理韧性之间存在显著的中介效应。并且，孤独感通过两条路径对心理韧性产生影响，第一条路径为：孤独感 → 心理韧性，直接效应值为-0.34，置信区间不包含 0，表明孤独感能够直接对心理韧性产生影响；第二条路径为：孤独感 → 感恩 → 心理韧性，间接效应值为-0.05，置信区间不包含 0，表明孤独感可以通过感恩间接对心理韧性产生影响，并且，中介效应量占总效应量的比值为 $(-0.05)/(-0.39) = 12.80\%$ (见表 3)。

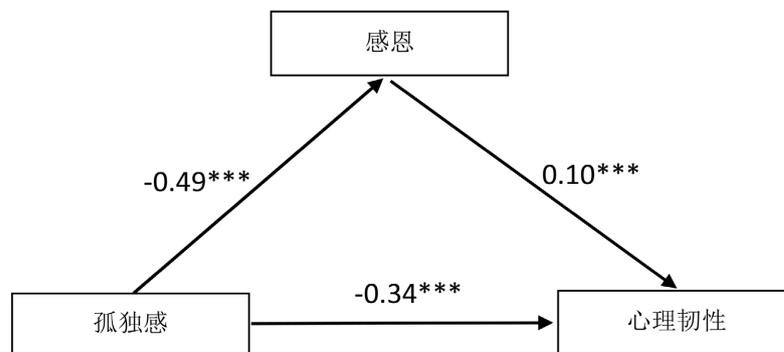


Figure 1. Model diagram of the intermediary effect
图 1. 中介效应模型图

Table 3. Mediating effect test
表 3. 中介效应检验

路径	效应值	Boot 标准误	95%置信区间	
			下限	上限
孤独感 → 心理韧性直接效应	-0.34	0.02	-0.39	-0.29
孤独感 → 感恩 → 心理韧性中介效应	-0.05	0.01	-0.07	-0.03
孤独感 → 心理韧性总效应	-0.39			

4. 讨论

相关和回归分析结果发现,留守青少年的孤独感与心理韧性呈显著负相关,对心理韧性有显著的负向预测作用,这与以往的研究结果基本一致[14]。父母和同伴是维护留守青少年身心健康发展的两大社会支持性力量,虽然留守青少年进入青春期以后,同伴的作用会变得越来越重要,但父母的作用仍然不可忽视。研究发现,亲子关系对孤独感有较好的预测作用[33],并且,家庭氛围越融洽,个体的孤独感程度越低,心理韧性水平也越好[34]。对于留守青少年来说,由于长期与父母分离,亲子关系发生疏远,家庭教育严重不足,这会使留守青少年有较强烈的孤独感体验。长期体验到孤独感的留守青少年,其应对压力与适应环境的能力都会受到严重损害[35],这不利于留守青少年心理韧性水平的发展。心理韧性作为个体的重要心理资源[4],对提高留守青少年应对压力时的反弹能力和维护身心健康皆有重要作用。有研究发现,当遭遇压力性生活事件时,心理韧性水平较高的个体会感知和调用自己身边的积极资源,并采用积极的应对方式来应对压力性生活事件,以使自己避免伤害或降低心理痛苦程度[36]。因此,父母和同伴给予留守青少年更多的关心和爱护,是有效降低其孤独感体验,提高其心理韧性水平的有效途径。

中介效应发现,留守青少年的感恩在孤独感与心理韧性之间起部分中介作用。本研究发现,留守青少年体验到的孤独感水平越高,其感恩倾向就越低,这与前人的研究结果存在一致[37]。有研究发现,家庭中亲子关系的好坏不仅对个体的健康成长有较大影响往往较大,而且也会制约个体感恩倾向的产生和发展[38]。留守青少年由于父母长期在外务工,长时间无法与父母面对面进行沟通和交流,也无法得到父母的关心和照顾,致使亲子关系和依恋关系受损,经常会有被疏远以及被分离的消极情绪体验,这不仅会使留守青少年体验到较高的孤独感,也会影响留守青少年感恩特质的发展。本研究也发现,留守青少年的感恩倾向越高,其心理韧性也就越强。Fred 等研究发现,拥有感恩特质的个体,容易建立和维持比较丰富的人际资源[39],拓展自己的行为 and 认知模式[40],当个体遭遇创伤或压力性生活事件时,个体所拥有的人际资源会对个体起到较好的保护作用[37],这对提高个体的心理适应能力与身心健康发展都有重要作用。因此,给予留守青少年更多的关注和支持,是降低留守青少年孤独感体验、提高心理韧性水平的有效途径,同时,通过培养留守青少年的感恩特质,也可以有效提高留守青少年的心理韧性水平。

5. 结论

在本研究条件下,所获得的结论是:降低留守青少年的孤独感体验和培养其感恩特质,能有效提高留守青少年的心理韧性水平。

基金项目

贵州省教育科学规划课题(2020B134)、贵州省理论创新课题(联合课题)(GZLCLH-2020-039)、毕节市社科理论研究课题(BSKZ-2015)、毕节市社科理论研究课题(BSKZ-21051)。

参考文献

- [1] 王玉龙, 袁燕, 张家鑫. 消极情绪与留守青少年自伤: 家庭功能与情绪表达的调节作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2017, 25(1): 75-78+81.
- [2] 向伟, 肖汉仕, 王玉龙. 父母关爱缺乏与留守青少年自伤: 消极情绪的中介和学校联结的调节[J]. 中国特殊教育, 2019(7): 63-68.
- [3] 谢玲平, 王洪礼, 邹维兴, 张翔, 何壮. 留守初中生自我效能感与社会适应的关系: 心理韧性的中介作用[J]. 中国特殊教育, 2014(7): 52-58.
- [4] Yang, C., Xia, M., Han, M. and Liang, Y. (2018) Social Support and Resilience as Mediators Between Stress and Life Satisfaction Among People With Substance Use Disorder in China. *Frontiers in Psychiatry*, **9**, Article No. 436. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00436>
- [5] Yakici, E. and Tras, Z. (2018) Life Satisfaction and Loneliness as Predictive Variables in Psychological Resilience Levels of Emerging Adults. *Reserch on Education and Psychhology (REP)*, **2**, 176-184.
- [6] 韩黎, 袁纪玮, 赵琴琴. 农村留守儿童生活事件对心理健康的影响: 同伴依恋、心理韧性的中介作用及安全感的调节作用[J]. 中国特殊教育, 2019(7): 55-62.
- [7] Bonanno, G.A. (2004) Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive after Extremely Adverse Events? *American Psychologist*, **59**, 20-28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>
- [8] 刘佳. 城市留守青少年心理韧性在社会疏离感和歧视知觉之间的关系[J]. 现代预防医学, 2019, 46(3): 476-479+486.
- [9] 崔月, 尚亚飞. 心理韧性的研究综述[J]. 卫生职业教育, 2020, 38(16): 157-159.
- [10] 李若璇, 刘红瑞, 姚梅林. 父母和班主任自主支持对青少年幸福感和孤独感的影响: 个体为中心的视角[J]. 心理科学, 2019, 42(4): 827-833.
- [11] Chiao, C., Chen, Y.-H. and Yi, C.-C. (2019) Loneliness in Young Adulthood: Its Intersecting Forms and Its Association with Psychological Well-Being and Family Characteristics in Northern Taiwan. *PLoS ONE*, **14**, Article ID: e0217777. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217777>
- [12] Gandhi, A., Luyckx, K., Goossens, L., Maitra, S. and Claes, L. (2018) Association between Non-Suicidal Self-Injury, Parents and Peers Related Loneliness, and Attitude towards Aloneness in Flemish Adolescents: An Empirical Note. *Psychologica Belgica*, **58**, 3-12. <https://doi.org/10.5334/pb.385>
- [13] Chang, E.C., Muyan, M. and Hirsch, J.K. (2015) Loneliness, Positive Life Events, and Psychological Maladjustment: When Good Things Happen, Even Lonely People Feel Better! *Personality and Individual Differences*, **86**, 150-155. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.06.016>
- [14] 蒲茜. 寄宿制小学生孤独感、心理韧性和学习投入之间的关系[D]: [硕士学位论文]. 陕西理工大学, 2021.
- [15] Gerino, E., Rollè, L., Sechi, C. and Brustia, P. (2017) Loneliness, Resilience, Mental Health, and Quality of Life in Old Age: A Structural Equation Model. *Frontiers in Psychology*, **8**, Article No. 2003. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02003>
- [16] Demirtaş, A.S. (2019) Secure Attachment and Mental Well-Being: Gratitude, Hope and Ego-Resiliency as Mediators. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, **9**, 937-964.
- [17] 汪晗, 杜建政. 亲子关系对青少年感恩的影响: 责任心的中介作用[J]. 心理研究, 2019, 12(4): 356-362.
- [18] Wood, A.M., Joseph, S. and Maltby, J. (2008) Gratitude Uniquely Predicts Satisfaction with Life: Incremental Validity above the Domains and Facets of the Five-Factor Model. *Personality and Individual Differences*, **45**, 49-54. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.02.019>
- [19] Watkins, P.C., Woodward, K., Stone, T. and Kolts, R.L. (2003) Gratitude and Happiness: Development of a Measure of Gratitude, and Relationships with Subjective Well-Being. *Social Behavior and Personality*, **31**, 431-451. <https://doi.org/10.2224/sbp.2003.31.5.431>
- [20] 范志宇, 吴岩. 亲子关系与农村留守儿童孤独感、抑郁: 感恩的中介与调节作用[J]. 心理发展与教育, 2020, 36(6): 734-742.
- [21] 马文燕, 邓雪梅, 马文琴. 留守青少年孤独感对感恩的影响: 领悟社会支持和自尊的链式中介作用[J]. 贵州师范学院学报, 2020, 36(12): 45-52.
- [22] 张更立. 农村留守儿童孤独感与社会适应的关系: 感恩的中介作用[J]. 教育研究与实验, 2017(3): 25-30.
- [23] 董泽松. 桂东地区瑶族留守儿童亲子沟通、感恩与心理韧性的关系[J]. 教育科学论坛, 2020(19): 74-76.
- [24] 董泽松, 魏昌武, 兰兴妞, 莫璐熙. 桂东民族地区留守儿童心理韧性在感恩与学习投入间中介作用[J]. 中国学校

- 卫生, 2017, 38(4): 598-600.
- [25] 汪向东, 王希林, 马弘, 等. 心理卫生评定量表手册[J]. 中国心理卫生杂志(增订版), 1999(12): 299-301.
- [26] 孔凤, 王庭照, 李彩娜, 和娟, 王瑾, 游旭群. 大学生的社会支持、孤独及自尊对主观幸福感的作用机制研究[J]. 2012, 35(2): 408-411.
- [27] 魏昶, 吴慧婷, 孔祥娜, 王海涛. 感恩问卷 GQ-6 的修订及信效度检验[J]. 中国学校卫生, 2011, 32(10): 1201-1202.
- [28] 王文超, 伍新春. 共情对灾后青少年亲社会行为的影响: 感恩, 社会支持和创伤后成长的中介作用[J]. 心理学报, 2020, 52(3): 307-316.
- [29] 胡月琴, 甘怡群. 青少年心理韧性量表的编制和效度验证[J]. 心理学报, 2008, 40(8): 902-912.
- [30] 宋淑娟, 许秀萍. 思维模式对留守经历大学生心理韧性的影响[J]. 中国特殊教育, 2019(11): 64-68.
- [31] 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法[J]. 心理科学进展, 2004, 12(6): 942-950.
- [32] 罗杰, 周瑗, 陈维, 潘运, 赵守盈. 教师职业认同与情感承诺的关系: 工作满意度的中介作用[J]. 心理发展与教育, 2014, 30(3): 322-328.
- [33] 孙晓军, 周宗奎, 范翠英, 柯善玉. 童年中期不同水平的同伴交往变量与孤独感的关系[J]. 心理科学, 2009, 32(3): 567-570.
- [34] 叶彩霞, 陈榕, 赵顺应. 孤独感视觉下客家儿童心理韧性的实证研究[J]. 基础教育研究, 2017(13): 71-73.
- [35] 赵冬梅, 周宗奎, 刘久军. 儿童的孤独感及与同伴交往的关系[J]. 心理科学进展, 2007(1): 101-107.
- [36] 谷传华. 农村留守中学生心理韧性与孤独感的关系: 人际信任和应对方式的中介作用[J]. 首都师范大学学报(社会科学版), 2015(2): 143-149.
- [37] 何安明, 惠秋平, 刘华山. 大学生社会支持与孤独感的关系: 感恩的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2015, 23(1): 150-153.
- [38] Hoy, B.D., Suldo, S.M. and Mendez, L.R. (2013) Links between Parents' and Children's Levels of Gratitude, Life Satisfaction, and Hope. *Journal of Happiness Studies*, **14**, 1343-1361. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9386-7>
- [39] Fredrickson, B. and Branigan, C. (2005) Positive Emotions Broaden the Scope of Attention and Thought-Action Repertoires. *Cognition and Emotion*, **19**, 313-332. <https://doi.org/10.1080/02699930441000238>
- [40] 李艳玲, 高昌红. 初中生感恩与学习投入的关系研究: 感知的教师情感支持的中介作用[J]. 中国人民大学教育, 2015(3): 64-72.