

孤独感与留守儿童社交焦虑的关系： 压力知觉的中介作用

张 婵

西南大学(重庆)心理学部, 重庆

收稿日期: 2023年3月6日; 录用日期: 2023年4月14日; 发布日期: 2023年4月25日

摘 要

目的: 为探究孤独感和留守儿童社交焦虑的关系, 同时考察压力知觉的中介作用和感觉加工敏感性的调节作用。方法: 本研究以湖南省某城镇的1所中学和1所小学的725名留守儿童为被试, 采用青少年社交焦虑量表、压力知觉量表、孤独量表进行测试。结果: ① 孤独感与留守儿童社交焦虑呈显著正相关($r = 0.280$; $P < 0.01$), 与压力知觉呈正相关($r = 0.324$; $P < 0.01$); ② 压力知觉在孤独感与留守儿童社交焦虑之间起中介作用, 效应值为0.08, 总效应为0.285, 占总效应的28%。结论: 压力知觉在孤独感与社交焦虑关系中起部分中介作用。本研究揭示了孤独感与留守儿童社交焦虑的关系及作用机制, 为预防和干预留守儿童的社交焦虑提供了实证支持。

关键词

留守儿童, 孤独感, 压力知觉, 社交焦虑

The Relationship between Loneliness and Social Anxiety of Rural Left behind Children: A Mediating Model of Perceived Stress

Chan Zhang

Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing

Received: Mar. 6th, 2023; accepted: Apr. 14th, 2023; published: Apr. 25th, 2023

Abstract

Objective: Investigate the link between social anxiety and loneliness in left-behind children, as

well as the mediating and moderating effects of stress perception and sensory processing sensitivity. **Methods:** In this study, the Adolescent Social Anxiety Scale, the Perceived Stress Scale, and the Loneliness Scale were administered to 725 left-behind students from a middle school and a primary school in a town of Hunan Province. **Findings:** Loneliness was positively connected with social anxiety ($r = 0.280$; $p < 0.01$) and positively correlated with felt stress ($r = 0.324$; $p < 0.01$). Perceived stress also mediated the association between loneliness and social anxiety in children who were left behind. The total effect size was 0.285, or 28% of the entire impact, while the effect size was 0.08. **Conclusion:** perceived stress partially mediates the connection between social anxiety and loneliness. The association and mechanism between loneliness and social anxiety in left-behind children are revealed in this study, which also offers empirical support for social anxiety in left-behind children prevention and intervention.

Keywords

Left behind Children, Loneliness, Perceived Stress, Social Anxiety

Copyright © 2023 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

据 2018 年国家统计局发布的调查结果显示,中国 0~17 岁的留守儿童目前有 6000 多万。由于父母缺席,留守儿童难以从父母身上得到足够的关爱和妥善的照顾,导致留守儿童出现了较多的心理问题。研究表明,相比于非留守儿童,留守儿童具有更高的抑郁风险、自杀风险[1]和社交焦虑[2]等心理问题。社交焦虑是青少年群体中的一种常见的心理问题[3],主要表现为对社交环境的显著恐惧和焦虑,或害怕被他人负面评价[4]。当个体体验到较高的社交焦虑水平时,其心理健康水平会降低。同时,社交焦虑往往伴随其他的症状出现。比如,社交焦虑者大多伴有抑郁情绪,甚至可能导致自杀行为[5]。一项元分析表明,农村留守儿童社交焦虑水平高于非留守儿童[4],而社交焦虑是留守儿童形成良好健康心理的风险因素之一,因此针对这一特殊群体,社交焦虑的作用机制值得研究探讨。

孤独感是当个体感到缺乏令人满意的人际关系时,对人际交往的需要和自身实际人际交往水平存在距离时产生的主观心理体验,通常伴有无助、空虚、无聊等负性情绪反应[6]。与非留守儿童相比,留守儿童更容易产生孤独感[7],研究发现,孤独感水平较高的个体不善于人际交往[8]、不愿意自我表露[9]等。这些缺点可能会导致孤独的个体比不孤独的个体更容易受到消极影响[10]。研究表明,留守儿童的心理健康与问题行为都与他们体验到的孤独感有关[11]。一项横断研究中指出,孤独感可以显著正向预测社交焦虑[12],此外,一项纵向研究也发现,孤独感水平能显著预测今后的社交焦虑水平[13]。有学者通过对农村留守儿童进行调查研究,结果显示,在留守儿童群体中,孤独感和社交焦虑同样呈现显著相关[14]。因此,孤独感是导致留守儿童产生社交焦虑的风险因素之一。

压力知觉是指个体遭受外界刺激性事件时对自身压力的程度评定,常以紧张和失控的状态表现出来[15]。“压力增加假说”提出,孤独感本身就是一种应激源,孤独感较高的人如果与他人的互动质量较差,那么个体能够获得的支持和安慰较少,对压力的缓冲能力比较弱,从而导致更高的压力水平[16]。在老年人群中,孤独感能够显著预测压力知觉[17];但目前留守儿童群体的孤独感和压力知觉的关系尚不明确。基于以上研究,本文提出假设 1:孤独感能够正向预测压力知觉。

当个体遭遇挫折和压力时，并不一定直接作用于个体本身，只有被感知到的压力才能产生系列的情绪和行为反应。当个体压力水平较高时，更容易认为社交情境信息具有威胁性，从而对个体造成消极影响，导致个体的身心健康受损。研究表明，社交焦虑与较高的主观压力反应有关，压力越大，社交焦虑水平越高[18]。有研究者对流动儿童进行研究，发现压力知觉能够正向预测社交焦虑[19]。儿童压力知觉越高，对社交情境的心理预期越消极，从而导致更高的社交焦虑体验[20]。综上所述，本研究提出假设 2：压力知觉能够预测社交焦虑并在孤独感和社交焦虑间起中介作用。

因此，本研究基于压力增加假说考察压力知觉在孤独感和留守儿童社交焦虑之间的中介作用(见图 1)。

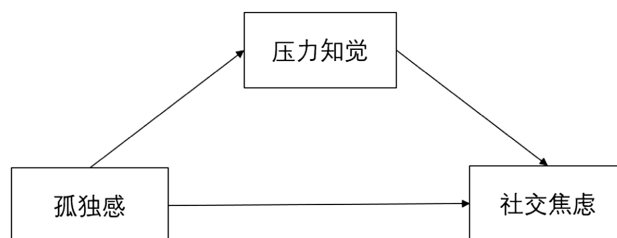


Figure 1. The basic hypothesis model of studies

图 1. 研究基本假设模型

2. 对象与方法

2.1. 对象

在湖南省娄底市某贫困片区城镇的 1 所中学和 1 所小学进行问卷调查。经过学校和学生本人知情同意之后，由学校统一组织小学段 4 到 6 年级，中学段 1 到 3 年级各班班主任在课堂上发放问卷并填写。总共发放问卷 1300 份，最终获取有效留守儿童的数据为 725 份。

其中，男生 356 人(占比 49.1%)，女生 369 人(占比 50.9%)，平均年龄 11.76 岁(SD = 1.424)。其中 4 年级人数为 142 人，占比 19.6%；5 年级人数为 182 人，占比 25.1%；6 年级人数为 135 人，占比 18.6%；7 年级人数为 202 人，占比 27.9%；8 年级人数为 28 人，占比 3.9%；9 年级人数为 36 人，占比 5%。

2.2. 方法

2.2.1. 孤独感量表

采用 Asher 编制的，汪向东修订的孤独感量表来测量青少年的孤独感[21]，该量表包括 24 个题目，其中 10 个题目指向孤独，6 个题目指向非孤独，8 个题目作为插入题不计入总分。采用李克特五点计分方法，从“一点也不符合”到“完全符合”，量表各题目得分相加为总分，分数越高，表明孤独感越强。本研究中，此问卷的 Cronbach's α 系数为 0.796。

2.2.2. 中文版压力知觉量表

本研究采用杨延忠修订的中文版压力知觉量表[22]。该量表共 14 个题目，包含两个维度：紧张感和失控感。采用李克特 5 点计分方法，从“从不”到“总是”记 1~5 分，其中失控感维度项目采用反向计分，量表各条目得分相加为总分，分数越高，表明压力知觉水平越高。本研究中，此问卷的 Cronbach's α 系数为 0.678。

2.2.3. 社交焦虑

采用朱海东修订的中文版《青少年社交焦虑》量表进行测量[23]。该量表共 13 个题目，包含三个维

度：害怕消极评价、陌生情境下的社交回避及苦恼、一般情境下的社会回避及苦恼。采用 5 点计分，从“完全不符合”到“完全符合”记 1~5 分。本研究中，此问卷的 Cronbach's α 系数为 0.865。量表各条目得分相加为总分，分数越高，表明社交焦虑水平越高。

2.3. 统计处理

采用 SPSS 25.0 以及 Hayes 编写的 PROCESS 2.16 统计软件对数据进行录入及统计分析，采用 Pearson 相关分析、Harman 单因素检验、中介效应分析及调节效应分析等统计方法、Bootstrap 方法等。其中使用 Bootstrap 方法时，设置抽样 5000 次，置信区间为 95%，当置信区间内不包括 0 时表明结果是显著的[24]。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因子检验法对研究变量的所有项目进行探索性因素分析，结果表明，特征根大于 1 的因子共有 12 个，第一个公因子的解释率为 15.50%，低于 40%的临界标准，说明本研究不存在严重的共同方法偏差。

3.2. 各变量的平均数、标准差及相关性

描述性统计及相关分析的结果表明(见表 1)，孤独感、压力知觉及社交焦虑均呈显著正相关。感觉加工敏感性与社交焦虑、压力知觉呈现显著正相关。年龄与社交焦虑、感觉加工敏感性、压力知觉呈显著正相关，但和孤独感相关不显著；性别和社交焦虑、感觉加工敏感性 & 压力知觉呈显著正相关，但与孤独感相关不显著。

Table 1. Mean, standard deviation and correlation coefficient of each variable

表 1. 各变量的平均数、标准差和相关系数

变量	M	SD	1	2	3	5	6
年龄	11.760	1.424	1				
性别	0.510	0.500	0.015	1			
社交焦虑	32.420	11.137	0.132**	0.188**	1		
孤独感	38.710	10.914	0.064	-0.021	0.280**	1	
压力知觉	42.250	7.127	0.208**	0.086*	0.326**	0.324**	1

注：性别为分类变量(男生 = 0, 女生 = 1)；*表示 0.05 水平显著，**表示 0.01 水平显著；***表示 0.001 水平显著，下同。

3.3. 压力知觉在孤独感和社交焦虑间的中介效应检验

采用 Process 程序中的 Model 4 模型，对压力知觉在孤独感与社交焦虑之间的中介效应进行分析。孤独感对社交焦虑的直接预测作用显著，当加入中介变量压力知觉之后，孤独感对社交焦虑的预测作用依然显著。孤独感能显著预测压力感，压力知觉显著预测社交焦虑，见表 2。因此，压力感在孤独感和社交焦虑之间起到部分中介作用。采用 Bootstrap 法对压力感在孤独感与社交焦虑的中介效应进行检验，结果表明，亲子沟通的中介效应显著，95%置信区间为[0.052, 0.113]，中介效应为 0.08，总效应为 0.285，占总效应的 28%。

Table 2. The mediating effect test of perceived stress
表 2. 压力知觉的中介效应检验

结果变量	预测变量	R	R ²	F	β	t	95%CI
压力感		0.385	0.148	41.780			
	年龄				0.131	5.424***	[0.084, 0.179]
	性别				0.180	2.612***	[0.045, 0.315]
	孤独感				0.314	9.100***	[0.246, 0.381]
社交焦虑		0.417	0.174	37.929			
	年龄				0.048	1.972*	[0.001, 0.096]
	性别				0.343	5.041***	[0.210, 0.477]
	孤独感				0.205	5.718***	[0.134, 0.275]
	压力感				0.231	6.290***	[0.159, 0.303]

4. 讨论

本研究表明即孤独感能够正向预测社交焦虑。根据压力窒息理论[25]，高孤独感的个体由于缺乏良好的人际交往技巧，当他们想要建立起良好的人际关系时，由于害怕在社交场合中被他人评价，因此会在人际交往情境中引发过度焦虑，进而社交场合会给孤独的个体带来压力，产生“窒息”效应，影响他们在人际交往中的表现，进一步限制了个体的人际关系能力，导致恶性循环。留守儿童由于亲子依恋水平较低，容易将依恋对象转向同伴。同时，孤独感会导致同伴归属感和友谊质量水平更低[26]，这些因素都不利于留守儿童减轻他们的社交焦虑，因此孤独感越高，社交焦虑的程度就越高。

研究进一步发现，压力知觉在孤独感和留守儿童社交焦虑之间起部分中介作用。一方面，孤独感对压力知觉具有正向预测作用，即留守儿童的孤独感水平越高，则压力知觉水平越高。另一方面，留守儿童的的压力知觉水平越高，社交焦虑水平也越高。进一步验证了之前的假设。善于情绪表达的个体可以宣泄内心的情感并促进与外界的互动，不易产生抑郁和焦虑情绪，进而提高个体的心理健康水平[27]。而孤独感高的留守儿童与外界互动较弱，因此不能够得到合理的情感宣泄。同时，“压力增加假说”提出，孤独感本身就是一种应激源，孤独感较高的人如果与他人的互动质量比较差，那么个体能够获得的支持和安慰较少，对压力的缓冲能力比较弱，从而导致更高的压力水平。Lazarus 和 Folkman 提出的“压力认知交互作用理论”认为，客观存在的压力会对个体造成积极或消极的影响[28]。与此同时，留守儿童还需面对外界不同的压力，家庭经济压力、学业压力、同辈压力等等。风险因素累积效应理论认为儿童遭受单一的风险并不一定导致不良的发展结果，但如果同时经历多种风险因素则更容易身心受损[29]。长期面对威胁性的压力刺激源，会促使留守儿童用更加消极的应对方式解决问题。压力知觉水平高的个体，容易在人际交往中关注到社交互动的负性刺激，对人际情境和人际关系持有消极的心理预期，在面对社交情景时，会产生更多的焦虑体验甚至社交回避行为。

综上所述，本研究发现压力知觉和感觉加工敏感性在孤独感和留守儿童社交焦虑的关系中起着有调节的中介作用，这对留守儿童的社交焦虑的形成机制有了新的补充以及对今后留守儿童社交焦虑的干预方式提供了现实指导意义。首先，压力知觉的中介作用表明可从这一角度入手，间接降低留守儿童的社交焦虑。例如，可以在留守儿童的心理健康教育中融入缓解压力的教学内容，同时随时关注留守儿童的心理健康动态，减轻留守儿童的压力。

参考文献

- [1] Fellmeth, G., Rose-Clarke, K., Zhao, C., *et al.* (2018) Health Impacts of Parental Migration on Left-Behind Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *The Lancet*, **392**, 2567-2582. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)32558-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)32558-3)
- [2] 李梦龙, 任玉嘉, 蒋芬. 中国农村留守儿童社交焦虑状况的 Meta 分析[J]. 中国心理卫生杂志, 2019, 33(11): 839-844.
- [3] Pontillo, M., Guerrero, S., Santonastaso, O., *et al.* (2017) An Overview of Recent Findings on Social Anxiety Disorder in Adolescents and Young Adults at Clinical High Risk for Psychosis. *Brain Sciences*, **7**, 127. <https://doi.org/10.3390/brainsci7100127>
- [4] Hirsch, C.R., Meeten, F., Krahe, C. and Reeder, C. (2016) Resolving Ambiguity in Emotional Disorders: The Nature and Role of Interpretation Biases. *Annual Review of Clinical Psychology*, **12**, 281. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-021815-093436>
- [5] Koyuncu, A., Nce, E., Ertekin, E., *et al.* (2019) Comorbidity in Social Anxiety Disorder: Diagnostic and Therapeutic Challenges. *Drugs in Context*, **8**, Article ID: 212573. <https://doi.org/10.7573/dic.212573>
- [6] 马俊军, 安连超. 反刍思维对大学生社交焦虑的影响: 孤独感的中介作用[J]. 心理学探新, 2019, 39(3): 277-281.
- [7] Jia, Z. and Tian, W. (2010) Loneliness of Left-Behind Children: A Cross-Sectional Survey in a Sample of Rural China. *Child Care Health & Development*, **36**, 812-817. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2010.01110.x>
- [8] Horowitz, L.M. and de Sales French, R. (1979) Interpersonal Problems of People Who Describe Themselves as Lonely. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **47**, 762. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.47.4.762>
- [9] Wei, M., Russell, D.W. and Zakalik, R.A. (2005) Adult Attachment, Social Self-Efficacy, Self-Disclosure, Loneliness, and Subsequent Depression for Freshman College Students: A Longitudinal Study. *Journal of Counseling Psychology*, **52**, 602-614. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.602>
- [10] Tsai, F.F. and Reis, H.T. (2010) Perceptions by and of Lonely People in Social Networks. *Personal Relationships*, **16**, 221-238. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2009.01220.x>
- [11] Li, M., Ren, Y. and Sun, H. (2020) Social Anxiety Status of Left-Behind Children in Rural Areas of Hunan Province and Its Relationship with Loneliness. *Child Psychiatry & Human Development*, **51**, 1016-1024. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-01045-x>
- [12] Fang, J. and Sun, Y.W. (2018) The Effect of Loneliness on College Students' Social Anxiety: A Moderated Mediating Model. *Psychological Research*, **11**, 77-82.
- [13] Lim, M.H., Rodebaugh, T.L., Zyphur, M.J., *et al.* (2016) Loneliness over Time: The Crucial Role of Social Anxiety. *Journal of Abnormal Psychology*, **125**, 620. <https://doi.org/10.1037/abn0000162>
- [14] 袁博成, 金春玉, 杨绍清. 农村不同类型留守儿童的孤独感与社交焦虑[J]. 中国健康心理学杂志, 2014, 22(10): 1564-1565, 1566.
- [15] 孙琦, 闫静怡, 姚晶, 等. 童年期创伤对高中生抑郁的影响: 压力知觉的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2022, 30(1): 81-84, 148.
- [16] Cacioppo, J.T., Hawkley, L.C. and Berntson, G.G. (2003) The Anatomy of Loneliness. *Current Directions in Psychological Science*, **12**, 71-74. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.01232>
- [17] 郑闪闪, 门瑞雪, 范志光, 等. 孤独感对老年高血压患者抑郁的影响: 知觉压力的中介作用[J]. 中国老年学杂志, 2021, 41(24): 5768-5771.
- [18] Heinrichs, M., von Dawans, B., Trueg, A., *et al.* (2018) Acute Social and Physical Stress Interact to Influence Social Behavior: The Role of Social Anxiety. *PLOS ONE*, **13**, e0204665. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0204665>
- [19] 胡宁, 方晓义, 蔺秀云, 等. 北京流动儿童的流动性, 社交焦虑及对孤独感的影响[J]. 应用心理学, 2009, 15(2): 166-176.
- [20] Ling, Y., Huebner, E.S., Liu, J., *et al.* (2015) The Origins of Hope in Adolescence: A Test of a Social-Cognitive Model. *Personality and Individual Differences*, **87**, 307-311. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.08.016>
- [21] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册[M]. 增订版. 北京: 中国心理卫生杂志, 1999: 56-59, 247-249.
- [22] 杨廷忠, 黄晶晶, 吴秀娟, 等. 城市居民社会转型心理压力研究[J]. 中国行为医学科学, 2007, 16(4): 331-333.
- [23] 朱海东, 刘云艳, 陈蔚. 中学生依恋情绪与社交焦虑的关系研究[J]. 教学与管理: 理论版, 2010(10): 34.
- [24] Hayes, A.F. (2017) Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach. Guilford Publications, New York.
- [25] Knowles, M.L., Lucas, G.M., Baumeister, R.F., *et al.* (2015) Choking under Social Pressure: Social Monitoring among

- the Lonely. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **41**, 805-821. <https://doi.org/10.1177/0146167215580775>
- [26] 凌辉, 张建人, 钟妮, 等. 留守儿童的孤独感与友谊质量及社交地位的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2012, 20(6): 826-830.
- [27] 梁晓燕, 汪岑. 留守儿童情绪智力对幸福感的影响: 情绪体验及心理健康的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2018, 26(2): 387-390.
- [28] Folkman, S. and Lazarus, R.S. (1985) If It Changes It Must Be a Process: Study of Emotion and Coping during Three Stages of a College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, **48**, 150-170. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.1.150>
- [29] Evans, G.W. and Kim, P. (2013) Childhood Poverty, Chronic Stress, Self-Regulation, and Coping. *Child Development Perspectives*, **7**, 43-48. <https://doi.org/10.1111/cdep.12013>