大学生家庭亲密度对孤独感的影响：应对方式的中介效应

任泽鑫 菏泽学院 山东·菏泽 274000

摘要：为了调查应对方式在大学生家庭亲密度与孤独感之间的中介作用，本文以菏泽学院为例，使用方便取样的手段，利用简易应对方式量表（SCSQ）、家庭亲密度和适应性量表(FACESⅡ-CV)、孤独量表（UCLA）对500名菏泽学院大学生进行调查，并用SPSS20.0进行数据分析。得到研究结果如下:（1）大学生孤独感状况不容乐观，孤独感总得分为42.12±8.291分，高分组占64.1%，中间组占20.1%，低分组占15.8%；（2）大学生家庭亲密度与孤独感显著负相关（r=-0.423,P <0.001）、与消极应对方式显著负相关（r=-0.137, P<0.01），大学生家庭亲密度与积极应对方式显著正相关（r=0.470, P<0.001）；（3）应对方式在大学生家庭亲密度、孤独感之间起着部分中介效应，积极应对方式解释量为29.66%、消极应对方式解释量为2.947%。

关键词：大学生；家庭亲密度；孤独感；应对方式；中介效应

The Effect of Family Cohesion on Loneliness：The Mediating Role of Coping Style

Student majoring in psychology Ren Zexin

Tutor Zhou Hongmei

**Abstract:** In order to analyze the relationship between family intimacy, loneliness and coping style of College students, the mediating role of coping style in family intimacy and loneliness was explored. Taking Heze Universitiy as an example, 500 college students were surveyed by Family Intimacy and Adaptability Scale (FACES II-CV), Loneliness Scale (UCLA) and Simple Coping Style Questionnaire (SCSQ), and the data were analyzed by SPSS20.0. The results are as follows: (1) Loneliness status of college students is not optimistic, with a total score of 42.12±8.291, 64.1% in high group, 20.1% in middle group and 15.8% in low group; (2) There is a significant negative correlation between family intimacy and loneliness of college students (r=-0.423, P < 0.001), and there is a significant positive correlation between family intimacy and positive coping styles of college students (r = 0.470, P < 0.001). There is a significant negative correlation between family intimacy and negative coping styles (r=-0.137, P < 0.01); (3) Coping style plays a part of mediating effect between family intimacy and loneliness, with positive coping styles explaining 29.66% and negative coping styles explaining 2.947%.

**Key words:** College student；Family Cohesion；Loneliness；Coping style；Mediation.

引言 孤独感是人类广泛存在的情绪体验，已成为现代人的通病。目前的大学生群体常常伴有思想和心理上的双重问题，由孤独感的体验所引发的不良行为时有发生。国内外的许多研究表明：孤独感是构成人们心理问题的一个重要方面。王莹[1]等学者发现人们对孤独感的体会在过去的20年里明显增加，其中在大学生这个群体中上升比率更为显著。最初，李传银[2]等学者调查发现，经常有孤独感体验的大学生百分比在20%-30%，但最近十年李云峰[3]等学者研究发现，高孤独感的大学生所占比高达83%。大学生群体的孤独感状况不容乐观。

Miller I W[4]提出家庭的主要作用是培养亲子感情并且有助于个体成长，它也是个体习得人际互动模式的第一场所，在健康的家庭中成长不仅会促进个体身心健康发展，也利于个体的社会性发展。邓丽芳[5]等学者发现，家庭关系尤其是个体和父母间的关系是影响孤独感的重要而具有长效性的因素。亲密度高的家庭，可以为子女营造积极、正向、温暖的生活环境，也能给予孩子更多情感上的支持，更加有利于孩子人格的塑造以及个性的培养，并且形成良好融洽的亲情关系；而亲密度低的家庭，家庭中亲情的淡漠会导致不健康的相处模式，李鹏[6]的研究证明了父母与子女间的隔阂会影响子女身心健康发展。

应对方式是指当个体身处于由许多压力事件所构成的应激情境下，自主的采用一些方式作出行为上的改变或者对认知进行调节，以此来减少该情境对自我的伤害。大学生作为一个特殊群体，在大学里面对着许多压力和困惑，若采取消极的应对方式则会带来不良后果，采取积极的应对方式会更利于问题的解决。目前，消极应对和积极应对是我们对应对方式进行的常见的一种划分类型。庞敏的研究表明，人与人交往所产生的人际关系上的信任与消极应对方式之间存在显著负相关，也就是说在人际信任方面水平较低的个体，在面临困难和解决问题时往往更多的采用消极的应对方式；人际交往之间所产生的信任水平能显著地被问题解决应对方式所预测[7]。还有研究者发现，应对方式在自尊对心理韧性的影响中起到了中介作用[8]。国内王桢、时勘[9]等运用多元回归分析证明了在社会支持和心理健康关系的研究中，积极应对方式起到了部分中介的作用。由此可见，我们应该把应对方式当做一个重要的中介变量来加以研究。同样，应对方式也是影响大学生心理健康的重要因素。张惠和段兴华[10]认为学校心理健康教育应当重视训练和干预大学生应对方式这一任务，拓展学生应对知识和应对资源、培养应对能力应成为大学生心理健康的重要内容。

目前有许多研究都分别探讨了孤独感与气质类型、同伴关系、家庭教养方式等之间存在的关系，或者是研究家庭功能与大学生的社会适应、情绪情感、应对方式、社交自尊、人格特征等之间的关系，较少探讨家庭功能、家庭模式对孤独感产生的影响；在中国心理健康教育和特殊教育等领域已有了以应对方式为中介进行的相关研究，但在家庭功能和孤独感的关系中，应对方式是否起到中介作用这一点，还未曾有人进行过细致的研究。因此，本研究将对大学生家庭亲密度和孤独感、应对方式进行探讨，拟了解大学生家庭亲密度、应对方式及孤独感的总体水平，为大学生提供一定的策略指导以降低孤独感、发展积极的应对方式。

# 1 材料与方法

## 1.1 研究对象

采用随机取样和方便取样的方法，选取菏泽学院1-4年级在校大学生共500名进行调查研究。共发放问卷500份，回收有效问卷468份，有效回收率为93.6%。被试年龄范围为17-24岁（μ=19.72，SD=1.361)。

表1-1 取样的基本情况

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | N（%） |  |  | N（%） |  |  | N（%） |  |  | N（%） |
| 年级 | 大一 | 158  （33.8%） | 性别 | 男 | 191  （40.8%） | 学历 | 本科 | 293  （62.6%） | 生源地 | 城镇 | 138  （29.5%） |
|  | 大二 | 135  （28.8%） |  | 女 | 277  （59.2%） |  | 专科 | 175  （37.4%） |  | 农村 | 330  （70.5%） |
|  | 大三 | 131  （28%） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 大四 | 44  （9.4%） |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

## 1.2 研究工具

### 1.2.1 家庭亲密度与适应性量表

家庭亲密度与适应性量表第二版（FACES II）由Olson等于1982年编制。该量表为自评量表，共有30个项目，分为以下两个分量：（1）适应性（Adaptability），即家庭体系随家庭处境和家庭不同发展阶段出现的问题而相应改变的能力；（2）亲密度（Cohesion），即家庭成员内部的情感连接程度。本文采用的是由费立鹏等（1991）修订的中文版第二版量表，两个分量表内部一致性系数α>0.60,本文选取的亲密度分量表的内部一致性系数α为0.799。有16个题目涉及到家庭亲密度，14个题目涉及到适应性。

### 1.2.2 UCLA 孤独量表（UCLA Loneliness Scale）

UCLA孤独量表首版于1978年，由Russell等人编制而成，该量表为自评量表，其功能是界定个体由对社交的向往和真实水平的差距而导致的孤独感。本文采用的为王登峰（1995）修订的第三版量表，全量表共有20个条目，每个条目有4个选项，采用多级评分，其中1,2,3,6,10,13,14,16,20反向记分，分数越高，孤独程度越高。在本研究中该问卷的重测信度为0.62，内部一致性系数α为0.94。

### 1.2.3 简易应对方式问卷(SCSQ)

该量表为双维量表，由积极应对和消极应对两个分量表组成，共包括20个题目。其中，积极应对分量表由项目1-12组成，消极应对分量表由项目13-20组成。该问卷为自评量表，采用4级评分。数字1-4分别表示“不采用”、“偶尔采用”、“有时采用”和“经常采用”。量表的重测信度为0.89，α系数为0.90，积极应对分量表的α系数为0.89，消极应对分量表的α系数为0.78。

## 1.3 施测与试测

由受过专业训练的高年级本专业学生担任主试，并对被试以外的其它三十名在校大学生进行试测，以此界定完成问卷的时间范围、调整问卷排版、控制额外变量的影响。

在分层抽取的菏泽学院在校大学生500人中分发调查问卷，每份问卷都包含家庭亲密度问卷的16个项目、简易应对方式问卷的20个项目以及孤独感问卷的20个项目。被试按照统一指导语，以匿名形式独立真实回答。被试答题后需要填写一些人口学变量。

## 1.4 统计分析

使用SPSS20.0统计学软件以及Indirect插件把筛选后的有效数据进行录入并统计分析。具体统计分析方法包括描述性统计、差异检验、单因素方差分析、相关分析、回归分析以及自举中介效应检验等。

# 2 结果

## 2.1 大学生孤独感的现状

表2-1 大学生孤独感现状

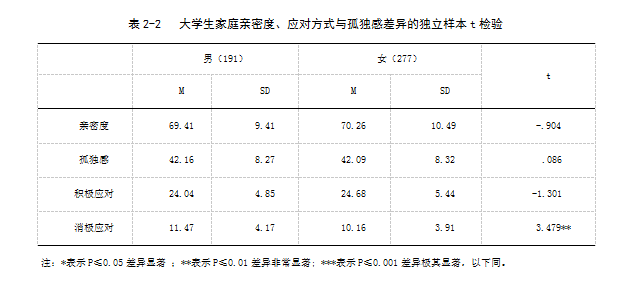
|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | 频数 | 百分比 | 有效百分比 | ±s |
| Valid | 低孤独感 | 27 | 5.8 | 5.8 | 25.48±1.929 |
| 一般偏下孤独感 | 47 | 10.0 | 10.0 | 31.32±1.476 |
| 中间孤独感 | 94 | 20.1 | 20.1 | 36.64±1.645 |
| 一般偏上孤独感 | 115 | 24.6 | 24.6 | 42.02±1.420 |
| 高度孤独感 | 185 | 39.5 | 39.5 | 50.14±4.515 |
| Total | 468 | 100.0 | 100.0 |  |

表2-1是根据UCLA量表计分方式，根据得分区间划分五个分组，分别为：不超过28分为“低孤独感”，28-33分为“一般偏下孤独感”，33-39分为“中间孤独感”，39-44分为“一般偏上孤独感”，高于44分为“高孤独感”。

UCLA量表总分平均值为42.12，标准差为8.291，最小值为22，最大值为70。其中，高孤独感的个体有185人（39.5%），一般偏上孤独感的个体有115人（24.6%），中间孤独感的个体有94人（20.1%），一般偏下孤独感的个体有47人（10%），低孤独感的个体有27人（5.8%）。

## 2.2 大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感的人口学变量的差异

### 2.2.1 大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感的性别差异 为了解大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感的性别差异，以性别为分组变量，大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感为检验变量，进行独立样本t检验分析，调查结果如下：



从表2-2可以看出，在性别上，大学生家庭亲密度和孤独感不存在显著差异，积极应对方式也不存在显著差异（t=-1.301,P=0.194）；消极应对方式存在显著差异（t=3.479,P=0.01），即男生消极应对方式比女生要多。

### 2.2.2 大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感的年级差异 为了解大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感的年级差异，以年级为分组变量，大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感为检验变量，进行以下分析，调查结果如下：

表2-3 大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感年级差异的单因素方差分析及多重比较（LSD）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 大一（158） | 大二（135） | 大三（131） | 大四（44） | F | 事后多重比较 |
|  | (M±SD) | (M±SD) | (M±SD) | (M±SD) | （LSD） |
| 亲密度 | 71.78±10.9 | 71.04±9.1 | 68.13±9.6 | 65.07±9.2 | 7.448\*\*\* | 大一>大三；  大一>大四；  大二>大三；  大二>大四； |
| 孤独感 | 41.71±8.4 | 41.94±7.9 | 42.53±8.6 | 42.91±8.2 | .387 |  |
| 积极应对 | 25.07±4.7 | 24.29±5.3 | 24.25±5.4 | 22.98±6.1 | 2.031 |  |
| 消极应对 | 10.39±4.1 | 10.87±3.9 | 10.62±4.1 | 10.69±4.0 | .897 |  |

从表2-3可以看出，在年级上，孤独感、积极应对方式和消极应对方式不存在显著差异，家庭亲密度存在显著差异（F=7.448，P=0.001）。事后分析的多重比较结果显示：大一大二年级的亲密度得分高于大三大四年级。

### 2.2.3 大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感的学历差异 为了解大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感的学历差异，以学历为分组变量，大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感为检验变量，进行独立样本t检验分析，调查结果如下：

表2-4 大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感学历差异的独立样本t检验

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 本科（293） | | 专科（175） | | t |
|  | M | SD | M | SD |
| 亲密度 | 69.19 | 9.98 | 71.13 | 10.11 | -2.03 |
| 孤独感 | 42.46 | 8.08 | 41.54 | 8.62 | .417 |
| 积极应对 | 24.41 | 5.01 | 24.43 | 5.54 | -.050 |
| 消极应对 | 10.89 | 4.04 | 10.37 | 4.11 | 1.343 |

从表2-4可以看出，在学历上，大学生家庭亲密度、应对方式、孤独感无显著差异。

### 2.2.4 大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感的生源地差异 为了解大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感的学历差异，以生源地为分组变量，大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感为检验变量，进行独立样本t检验分析，调查结果如下：

表2-5 大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感生源地差异的独立样本t检验

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 城镇（138） | | 农村（330） | | t |
|  | M | SD | M | SD |
| 亲密度 | 24.74 | 5.47 | 24.28 | 5.10 | .860 |
| 孤独感 | 42.28 | 8.94 | 42.05 | 8.02 | .266 |
| 积极应对 | 24.74 | 5.47 | 24.28 | 5.10 | .860 |
| 消极应对 | 10.84 | 4.49 | 10.63 | 3.89 | .509 |

从表2-5可以看出，大学生家庭亲密度、应对方式、孤独感无显著生源地差异。

## 2.3 大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感的相关分析

为了解大学生家庭亲密度、应对方式与孤独感之间的关系，对三个变量进行了相关分析，调查结果如下：

表2-6 大学生家庭亲密度对孤独感的影响：应对方式的中介作用相关分析

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 积极应对 | 消极应对 | 亲密度 | 孤独感 |
| 积极应对 | 1 |  |  |  |
| 消极应对 | -.005 | 1 |  |  |
| 亲密度 | .470\*\* | -.137\*\* | 1 |  |
| 孤独感 | -.406\*\* | .147\*\* | -.423\*\* | 1 |

从表2-6可以看出，亲密度与孤独感、亲密度与消极应对方式、积极应对方式与孤独感显著负相关；积极应对方式与亲密度、孤独感和消极应对方式显著正相关。两种应对方式相关不显著，亲密度、孤独感及应对方式相关达到了显著性水平，符合中介效应的分析条件。

## 2.4 大学生亲密度对孤独感的影响：应对方式的中介作用

2.4.1 共同方法偏差 为了避免问卷调查的自陈形式引起的共同方法偏差，我们按照周浩和龙立荣[11]方法，对家庭亲密度与适应性量表、孤独感量表及应对方式量表进行了Harman 单因素检验，我们设定公共因子为1，使用最大方差旋转法，我们发现方差解释率为19.10%<40%，因此，我们认为本研究中没有严重的共同方法偏差。

2.4.2中介效应分析 按照温忠麟[12]等人的依次检验法，对应对方式各因子在家庭亲密度与孤独感之间可能存在的中介效应进行检验。由表2-7可知，第一、二、三步检验均显著，应对方式中介效应显著。其中，在第二步检验中，亲密度为自变量，积极应对方式为因变量的回归分析中，自变量可以解释因变量变异的22.1%；亲密度为自变量，消极应对方式为因变量的回归分析中，自变量可以解释因变量变异的1.9%。而在第三步中，亲密度与积极应对方式同时做自变量，孤独感作因变量的回归分析中，自变量可以解释因变量变异的23.4%，相比第一步增加了5.5%；亲密度与消极应对方式同时做自变量，孤独感作因变量的回归分析中，自变量可以解释因变量变异的18.7%，相比第一步增加了0.8%。

结果显示，家庭亲密度能有效地预测孤独感（β=-0.423，P<0.001），家庭亲密度能有效预测积极应对方式（β=0.470，P <0.001），家庭亲密度能有效预测消极应对方式（β=-0.137，P <0.01），积极应对方式能有效预测孤独感（β=0.406，P <0.001），消极应对方式能有效预测孤独感（β=0.147，P =0.001）。即当亲密度加上中介变量应对方式后，家庭亲密度对孤独感仍有显著的预测作用，分别为积极应对方式（β=-0.297，P <0.001）、消极应对方式（β=-0.091，P =0.033），因此，应对方式在家庭亲密度与孤独感之间起到部分中介作用，积极应对方式中介效应占总效应的比例为29.66%［0. 470×(-0.267) / (-0.423)］；消极应对方式中介效应占总效应的比例为2.947%[-0.137×(0.091)/(-0.423)]。

表2-7 大学生家庭亲密度和应对方式对孤独感的回归分析

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 步骤 | 自变量 | 因变量 | β | t | R2 | 调整R2 | F |
| 第一步 | 亲密度 | 孤独感 | -.423 | -10.069 | .179 | .177 | 101.380 |
| 第二步 | 亲密度 | 积极应对方式 | .470 | 11.49 | .221 | .219 | 132.08 |
|  |  | 消极应对方式 | -.137 | -2.995 | .019 | .017 | 8.970 |
| 第三步 | 亲密度 | 孤独感 | -.297 | -6.468 | .234 | .231 | 71.057 |
|  | 积极应对方式 |  | -.267 | -5.799 |  |  |  |
|  | 亲密度 | 孤独感 | -.410 | -9.717 | .187 | .183 | 53.378 |
|  | 消极应对方式 |  | .091 | 2.143 |  |  |  |

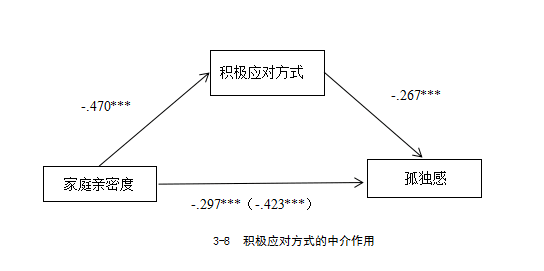


图2-1 积极应对方式的中介作用

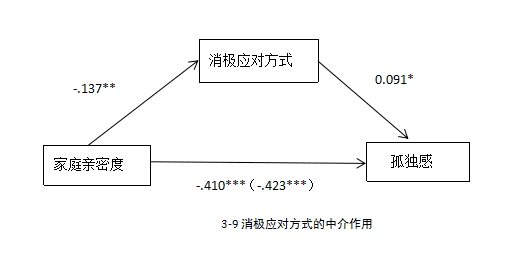


图2-2 消极应对方式的中介作用

为了确认应对方式在家庭亲密度与孤独感间的中介效应，研究采用自举（Bootstrap）程序[13]，运用偏矫正 Bootstrap 分别对以下模型进行中介效应检验，在控制性别与年级等人口学变量的前提下，选取95%的置信区间，抽样5000次。由表2-8得出，积极应对方式的中介效应显著（Indirect effect=-0.1033），此外，控制了中介变量积极应对方式后，直接效应显著但不包括0（LLCI=-0.3195,ULCI=-0.1706）。因此，积极应对方式在家庭亲密度对孤独感的影响中发挥着中介作用，但并非是完全中介，而是部分中介。

同样的方法，对消极应对方式进行中介效应分析。由表2-8得出，消极应对方式的中介效应显著（Indirect effect=-0.0102），此外，控制了中介变量消极应对方式后，直接效应显著且没有出现0（LLCI=-0.4064,ULCI=-0.2697）。因此，消极应对方式在家庭亲密度对孤独感的影响中发挥着中介作用，但并非是完全中介，而是部分中介。

表2-8 应对方式的中介效应

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目 | 间接效应 | Boot SE | BootLLCI | BootULCI |
| 积极应对 | -.1033 | .0218 | -.1497 | -.0646 |
| 消极应对 | -.0102 | .0069 | -.0288 | -.0006 |

注：０不包含在 ＢｏｏｔＣＩ的上下限中则表示统计学上显著

# 3 讨论

## 3.1 大学生孤独感特点分析

从总体上看，大学生孤独感现状不容乐观，处于中间及以上孤独感的个体数占总比高达64.1%。影响孤独感的因素很多，本文研究了人口学变量对孤独感的影响。首先，男性与女性的孤独感水平不存在显著差异，这与常若松[14]等人研究结果（男大学生孤独感水平要显著高于女大学生）不一致，也有学者研究结果与常若松相反，黄海[15]的研究支持了本文的研究结果。另外，Borys 和 Perlman 研究发现孤独感不存在性别差异，这可能与男性在自评量表中不愿报告孤独，以及害怕遭到歧视有关。因此，本文得到与薛桂英，赵小云[16]研究一致的结论，即性别和孤独感之间的关系还尚不明确。

其次，是年级和学历对大学生孤独感的影响。本文研究结果表明，不同年级的孤独感之间不存在显著差异，与孟恒芳[17]研究结果得出一致结论。我们通常认为刚入学的学生由于要独自面对充满许多压力和挑战的新异环境，可能会导致心理上的适应不良，容易诱发孤独感体验。但是本文调查结果显示大一新生的孤独感程度与另外几个年级学生的孤独感程度并没有显著差异。这可能与学校开展的各种新生主题班会以及举办的文娱类活动有关，在学校老师和各院系辅导员的帮助下，新生很快的融入到新的班集体，结交新的朋友，以此有效的缓解了刚入学时的孤独感体验；谭千保[18]调查结果显示，专科生孤独感比例比本科生和成教生高，但本文未得出一致结论。这是因为目前菏泽学院对本专科生除了教学目标培养不同以外，在其他方面的培养并没有什么区别，因此不存在学历上的孤独感差异。

最后，是生源地对大学生孤独感的影响。国内许多研究显示，农村来源的大学生孤独感要显著高于城镇大学生。而本文没有得出不同生源间的显著性差异，可能是选取的生源样本中农村和城镇学生的比重不同，使得结果不具备差异显著能力。

## 3.2 大学生家庭亲密度特点分析

大学生家庭亲密度在年级上存在着显著差异，事后检验结果为，大学一、二年级学生分别与大学三、四年级学生间存在显著差异，且家庭亲密度随着年级的升高而逐渐降低，大学一二年级时的学生家庭亲密度水平明显高于大学三四年级时学生家庭亲密度水平。可能随着学生年级的升高，父母对子女的期待和要求也变得尤为突出，学生面临着学业和就业的巨大压力和选择，由此可能导致家庭成员之间的冲突，使得家庭亲密度水平较刚入学时有所降低。

大学生家庭亲密度在性别、学历、生源地上都不存在显著差异，这与池丽萍，辛自强[19]研究结果一致。可能随着生活水平的提高，男女性别平等的观念逐渐深入人心，父母对不同性别子女的关照程度没有差异；同时，不论是农村家庭还是城镇家庭，父母都对家庭教育有所重视，极力希望给孩子创造一个更有利的生活和学习环境，父母都能在孩子的成长上投入更多的时间和精力；无论是专科三年制还是本科四年制的学生他们之间并没有太大区别，父母对子女的要求以及他们自身在学业上和就业上的压力大多是一致的。

## 3.3 大学生应对方式特点分析

大学生在面对困难和解决问题时所采用的应对方式分为积极应对和消极应对两个水平，本文研究发现，应对方式在不同学历、年级、生源地上都不存在显著差异。以往的研究结果也并不统一，本研究表明，无论高年级还是低年级，其应对方式均无显著差异，这可能与大学生对互联网的过度依赖和面临的不同阶段的各种学业压力有关，所以新生和老生在面对不同的处境时所采取的应对方式具有随机性；在生源地上，来自农村和城镇的大学生各有其优势和劣势，比如农村大学生会经历较多的磨炼、行为处事比较成熟，但生活环境相对朴素、单纯，而城镇的生活环境比农村环境复杂多元，来自城镇的大学生可能会出现更多应对不良的反应，但又由于城镇的大学生人际交往和生活的环境较好，又因此弥补了经验的不足，因此，在生源地上，应对方式不存在显著差异；在性别上，积极应对方式和性别之间无差异，消极应对方式和性别之间存在显著差异，即男生消极应对方式比女生要多，张林，车文博[20]研究也表明，在面对困难和解决问题时，积极的应对方式尤其是求助更多地被女生所采用。

## 3.4 大学生家庭亲密度与孤独感、应对方式间的相关关系

本研究表明，大学生家庭亲密程度与孤独程度存在显著的负相关。也就是说在大学生生活的家庭中，家庭成员间的亲密度越高，个体所体验到的孤独感水平就越低，这与前人以往的研究结果一致。大学生孤独感和不健康的（消极）应对方式存在显著正相关、与健康的（积极）应对方式存在显著负相关，当大学生有更多孤独感体验时，他们经常性地使用一些不健康的应对方式来处理问题；孤独感体验不强烈时，则采用健康的应对方式；大学生家庭亲密度和不健康的应对方式之间存在显著负相关、与健康的应对方式之间存在显著正相关，即良好的家庭氛围和成员关系与孩子面对问题时采取更加积极成熟的应对方式间有着显著的相关，在良好家庭环境和教育中成长的孩子更倾向于成熟的处理问题和积极地面对困难，而在家庭亲密度不良好的家庭则相反。

## 3.5 大学生应对方式中介效应

本研究发现，大学生家庭亲密度对孤独感有显著的预测作用，即家庭亲密度作为影响个体心理健康的重要因素之一，可以对孤独感产生直接影响。家庭环境的不同会导致个体成长的人格差异，亲密度较高的家庭会给予孩子更多的情感支持、更多的互动和情感交流，并且易建立融洽的、安全的、信任的亲子关系，有利于培养孩子积极乐观、自信、勇敢等积极品质，有助于孩子更好的融入新环境、结交新朋友，因此这类孩子比在亲密度较低家庭中生活的孩子有更多积极的情绪体验，能更好的排解消极情绪，具有更正向的人生态度，处理问题所采用的应对方式也更为积极和成熟，也较少的体验到孤独。

中介效应检验的结果表明，应对方式在家庭亲密度和孤独感之间存在部分中介效应，即家庭亲密度可以通过应对方式对孤独感产生显著的间接作用，其中，积极应对方式在家庭亲密度和孤独感之间的间接效应达到了29.66%。这种在家庭背景中养成的人格品质和思维模式会泛化到学习和生活中，大学生在处理在校期间所面临的人际交往、问题解决、压力应对等种种问题时，就会反映出个体的应对方式的差异，应对方式良好的个体更容易避免不良结果带来的消极情绪体验，应对方式不良的个体往往比较被动，更多体验到失败后果所带来的消极感受，比如孤独感的体验会比较多。所以，良好的家庭亲密关系不仅可以培养孩子积极健康的心态和人格特质，也有利于降低个体孤独感的体验；面对困难时，他们往往采取积极的应对方式。

# 4 对策与建议

## 4.1 对策与建议

第一，因为积极应对方式在家庭亲密度对孤独感的影响中起部分中介作用，所以大学要注重心理健康教育，引导学生采取积极的应对方式，从而降低个体孤独感水平。

第二，大学教师应通过开展个体心理咨询和团体心理辅导等活动，帮助学生采用积极的应对方式客观地分析问题、解决问题。

第三，学生在遇到困难和挫折时，应积极主动地寻求帮助，充分地利用身边的资源，使自己的问题得到解决，并在他人遇到困难的时候，尽自己的能力去帮助他人，在生活中通过积极的应对方式来减轻孤独感体验。

# 5 结论

表5-1 本文研究结论

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 显著性差异检验 | | | |  | 相关性分析 | | | |  | 中介效应分析 | |
|  | 性别 | 年级 | 学历 | 生源地 |  | 家庭亲密度 | 孤独感 | 积极应对方式 | 消极应对方式 |  | 部分中介 | 完全中介 |
| 家庭亲密度 | 无 | 大一大二>大三大四 | 无 | 无 | 家庭亲密度 |  |  |  |  | 积极应对方式 | 显著 | 无 |
| 孤独感 | 无 | 无 | 无 | 无 | 孤独感 | 显著负相关 |  |  |  | 消极应对方式 | 不显著 | 无 |
| 积极应对方式 | 无 | 无 | 无 | 无 | 积极应对方式 | 显著正相关 | 显著负相关 |  |  |  |  |  |
| 消极应对方式 | 男生>女生 | 无 | 无 | 无 | 消极应对方式 | 显著负相关 | 显著正相关 | 不显著 |  |  |  |  |

参考文献

[1]王莹 李丽娜 马红霞. 家庭亲密度的研究进展[C]. 河北联合大学学报（医学版）, 2012.  
[2]李传银. 大学生的孤独心理探析[J]. 淄博师专学报, 1998.  
[3]李云峰 帅煜朦. 大学生网络交往和孤独感的关系:应对方式的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2016.  
[4]Miller I W, Ryan C E, Keitner G I. The McMaster approach to families: Theory, assessment, treatment and research[J]. Journal of Family Theracy, 2000.  
[5]邓丽芳 徐慊 郑日昌. 大学生气质类型、父母教养方式与孤独感的关系研究[J]. 心理发展与教育, 2006.  
[6]李鹏. 大学生孤独感及其影响因素研究[J]. 聊城大学学报（社会科学版）, 2010.  
[7]戚少枫. 高职大学生应对方式、人格特征与人际信任的相关研究[D]. 陕西师范大学, 2002.  
[8]周海明 张爱群 时勘. 大学生的自尊、应对方式与心理韧性的关系研究[J]. 淮南师范学院学报, 2012.  
[9]王桢 陈雪峰 时勘. 大学生应对方式、社会支持与心理健康的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2006.  
[10]张惠 段兴华. 大学生应对方式研究及其对应对教育的思考[A]. 内蒙古农业大学学报(社会科学版), 2010.  
[11]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]温忠麟 叶宝娟. 中介效应分析:方法和模型发展[J]. 心理科学进展, 2014.  
[13]江程铭 李纾. 中介分析和自举(bootstrap)程序应用[J]. 心理学探新, 2015.  
[14]常若松 王瑜 熊亚刚. 大学生孤独感状况及其应对方式特点的调查分析[J]. 辽宁师范大学学报(社会科学版), 2007.  
[15]黄海. 大学生孤独感现状及其影响因素的研究[D]. 江西师范大学, 2004.  
[16]薛桂英 赵小云. 论中国大学生的孤独感及其应对[A]. 黑龙江高教研究, 2009.  
[17]孟恒芳. 大学生孤独感与应对方式的相关研究[J]. 山西大同大学学报(自然科学版), 2014.  
[18]谭千保. 大学生心理健康状况研究[J]. 湘潭师范学院学报(自然科学版), 2001.  
[19]池丽萍 辛自强. 家庭功能及其相关因素研究[J]. 心理学探新, 2001.  
[20]张林 车文博. 大学生心理压力应对方式特点的研究[J]. 心理科学, 2005.