

中医药院校学生孤独感现状及其影响因素

段丹丹

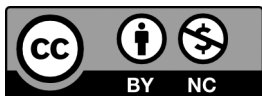
浙江中医药大学，杭州

摘要 | 目的：了解中医药院校学生孤独感现状，考察影响大学生孤独感的相关因素，为缓解大学生孤独感提供理论依据和对策建议。方法：以某中医药大学在校大学生为被试群体，采用自编问卷和UCLA孤独量表进行测量调查，结果采用SPSS 23.0对数据进行统计分析。结果：该中医药大学学生孤独感得分在 45.55 ± 8.71 ；有无寄养留守经历、家庭氛围等因素在孤独感水平上有显著差异，其中有寄养留守经历学生孤独感水平显著高于无寄养留守经历的学生，家庭氛围疏离的学生孤独感水平显著高于家庭氛围亲密的学生。事后检验结果显示，处于单身状态的学生所体验到的孤独感显著高于处于恋爱状态的学生；大学生寄养留守经历、家庭氛围与孤独感有极其显著相关。结论：该中医药大学学生孤独感总体处于中等偏上水平，大学生孤独感和寄养留守经历、家庭氛围、亲密关系等有较大关联，可以从社会、学校、家庭、个人四个层面出发来改善大学生孤独感现状。

关键词 | 孤独感；寄养留守经历；家庭氛围；中医药院校学生

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



孤独感是一种不愉快的、令人痛苦的情感体验，指个体期望的人际交往和亲密关在现实中无法得到满足时所产生的负面情绪和认知^[1]。以往研究得知，孤独感与抑郁、自杀意念、生命意义感、焦虑、手机成瘾、反刍思维等方面存在密切关联^[2-5]。孤独感作为大学生心理健康的重要指标之一，了解医学生群体的孤独感现状及其影响因素对促进关注医学生群体的身心健康有着重要意义。以往研究较少聚焦中医药院校大学生群体，本文将某中医药大学在校大学生作为研究对象，致力于了解中医药院校学生孤独感现状，考察影响大学生孤独感的相关因素。

1 对象与方法

1.1 研究对象

采取分层整群抽样的方式，先将某中医药大学在校大学生按照年级进行分层，然后在大一至大五年

基金项目：校级科研基金项目（2023JKXS08）。

作者简介：段丹丹，浙江中医药大学助教，研究方向：心理健康教育。

文章引用：段丹丹. 中医药院校学生孤独感现状及其影响因素 [J]. 中国心理学前沿, 2024, 6 (10): 1942-1947.

<https://doi.org/10.35534/pc.0610213>

级随机抽取两个教学班，通过多次线下统一现场组织，在教室中说明问卷施测指导语，被试遵循自愿参与原则填写线上问卷，在问卷施测填写过程中被试均已知情同意本项研究。本次问卷施测共收集到458份问卷，剔除答题时间不足、回答项目不足等无效问卷后，有效问卷共计410份。

1.2 研究工具

经过前期调查以及和团队专家讨论论证后，本研究设计的问卷内容包括两个部分：第一部分为被试基本概况，包括被试性别、年级、生源地、专业类型（是否医学生）、是否独生子女、目前情感状态、过往寄养留守经历、家庭氛围、家庭经济状况、家庭结构等信息；第二部分为孤独感水平测量，本研究采用UCLA孤独量表（UCLA Loneliness Scale, University of California at Los Angeles）^[6]来测量孤独感，该量表由罗斯（Russell）等人编制而成，全量表共有20个条目，每个条目有4级评分：没有或很少时间（过去一周内，出现这类情况的日子不超过一天）计1分；小部分时间（过去一周内，有1~2天有过这类情况）计2分；相当多时间（过去一周内，3~4天有过这类情况）计3分；绝大部分或全部时间（过去一周内，有5~7天有过这类情况）计4分，总分越高则孤独感水平越高。在本研究中，该量表内部一致性信度和分半信度均为0.90，表明该量表信度良好。

1.3 统计方法

采用SPSS 23.0对数据进行整理和统计分析。

2 结果

2.1 共同方法偏差检验

由于本研究数据来源于被试自我报告，为了有效检验共同方法偏差，采用Harman单因素检验法进行检验分析，结果发现，第一个主因子解释的变量量为34.97%，小于40%，因此共同方法偏差并不严重。

2.2 一般情况

调查结果显示，410名中医院校学生的孤独感得分平均为45.55，标准差为8.71，孤独感总体处于中等偏上水平。孤独感在相关因素的情况如下表1所示。

表 1 某中医药大学在校生孤独感现状

Table 1 The current situation of loneliness among students in a university of traditional Chinese medicine

因素	人数	孤独感水平	t值/F值	p值	
性别	男生	159人（占比38.8%）	44.36 ± 10.46	-1.28	0.20
	女生	251人（占比61.2%）	46.31 ± 7.37		
是否医学生	医学生	371人（占比90.5%）	45.64 ± 8.79	0.34	0.73
	非医学生	39人（占比9.5%）	44.77 ± 8.15		

续表

因素	人数	孤独感水平	t值/F值	p值
生源地	农村 194人 (占比47.3%)	45.38 ± 9.13	-0.25	0.80
	城镇 216人 (占比52.7%)	45.75 ± 8.29		
是否独生子女	独生子女 177人 (占比43.2%)	45.58 ± 9.16	0.03	0.98
	非独生子女 233人 (占比56.8%)	45.54 ± 8.41		
目前情感状态	单身中 314人 (占比76.6%)	46.42 ± 8.18	4.50	0.09
	恋爱中 72人 (占比17.5%)	42.13 ± 9.96		
寄养留守经历	有喜欢的人但是尚未确定关系 24人 (占比5.8%)	44.50 ± 10.07	2.99**	0.00
	有 93人 (占比22.7%)	49.55 ± 6.44		
家庭氛围	无 317人 (占比77.3%)	44.39 ± 8.96	6.16**	0.00
	亲密融洽 284人 (占比69.3%)	46.56 ± 7.08		
家庭经济状况	疏离 15人 (占比3.6%)	58.20 ± 9.28	0.51	0.68
	紧张 6人 (占比1.5%)	44.00 ± 16.97		
家庭结构	冲突 6人 (占比1.5%)	45.00 ± 2.83	0.24	0.86
	富裕 3人 (占比0.7%)	54.00 ± 7.12		
家庭结构	较好 177人 (占比43.2%)	44.83 ± 9.58	0.24	0.86
	一般 219人 (占比53.4%)	45.98 ± 8.16		
家庭结构	贫困 11人 (占比2.7%)	46.25 ± 4.92	0.24	0.86
	完整 380人 (占比92.7%)	45.71 ± 8.80		
家庭结构	单亲 12人 (占比2.9%)	43.75 ± 8.10	0.24	0.86
	重组 15人 (占比3.6%)	42.80 ± 8.61		
家庭结构	孤儿 3人 (占比0.7%)	47.12 ± 8.71	0.24	0.86

注：其中 *表示 $p < 0.05$ ，**表示 $p < 0.01$ 。

根据上表可知，有无寄养留守经历、家庭氛围等因素在中医院校学生孤独感水平上有显著差异，其中有寄养留守经历学生孤独感水平显著高于无寄养留守经历的学生，家庭氛围疏离的学生孤独感水平显著高于家庭氛围亲密的学生。事后检验结果显示，处于单身状态的学生所体验到的孤独感显著高于处于恋爱状态的学生 ($p < 0.05$)。

2.3 孤独感与各因素的相关分析

表 2 各因素与孤独感的相关系数

Table 2 The correlation coefficient between each factor and loneliness

因素	孤独感
性别	0.11
是否医学生	0.03
生源地	0.03
是否独生子女	0.01
目前情感状态	0.16
寄养留守经历	0.26**
家庭氛围	0.30**
家庭经济情况	0.03
家庭结构	0.06

相关分析结果显示，大学生过往寄养留守经历、家庭氛围与孤独感有极其显著相关，而性别、年

级、生源地、专业类型（是否医学生）、是否独生子女、目前情感状态、家庭经济状况、家庭结构与大学生孤独感无显著相关。

3 讨论

本次调查结果显示，该中医药大学学生孤独感得分在 45.55 ± 8.71 ，总体处于中等偏上水平，远高于王登峰在1995年测量的600名大学生被试的孤独感常模数据 35.20 ± 9.59 ^[9]，也高于许鹏在2023年硕士论文中对883名大学生被试进行测量的孤独感水平 42.90 ± 14.26 ^[10]，综合来看，随时间发展大学生孤独感有上升的趋势，医学生群体的孤独感高于非医学类大学生群体。这表明随着社会环境、生活方式、学习压力等多方面因素的变化，大学生的孤独感体验在逐渐加剧。医学生群体的孤独感水平高于非医学类大学生，这可能与医学生较长的学制、繁重的学业、严格的实习要求以及未来高压力的职业环境等因素有关，这也提醒我们要更加关注医学生群体的心理需求和心理健康水平。

研究显示，大学生过往寄养留守经历、家庭氛围与孤独感有极其显著相关，有寄养留守经历学生孤独感水平显著高于无寄养留守经历的学生，家庭氛围疏离的学生孤独感水平显著高于家庭氛围亲密的学生。范兴华等人研究指出，家庭处境不利使得留守儿童的快乐感、安全感减少，伤心、孤独等负性情绪增多^[11]。答会明等人曾提出，家庭功能往往对孤独感具有显著的预测作用，如果大学生与其家庭成员缺乏亲密而有效的沟通，家庭管理比较混乱，家庭教养方式缺乏人性化和科学性，他们有可能在这种家庭背景下直接体验到孤独感^[12]。由此看来，寄养留守经历和家庭氛围对个体感受到的孤独感的影响是复杂且深远的。首先，寄养留守经历往往伴随着与父母或主要抚养者的长期分离，这种分离可能导致儿童在情感上缺乏必要的支持和陪伴，从而增加孤独感，由于长期缺乏与亲人的亲密互动和情感交流，留守儿童可能会感到被遗弃、不被重视，进而产生自卑和沮丧等负面情绪，使他们在日常生活中感到更加孤立无援，从而产生孤独心理。其次，家庭氛围对孤独感的影响也是不可忽视的，一个亲密、稳定且抱持的家庭氛围可以为孩子提供情感上的安全感和归属感，减少他们的孤独感。而如果家庭氛围疏离紧张或缺乏情感沟通，在这种环境下长大的孩子可能会变得内向、退缩，自我效能感显著降低，孩子可能会感到孤独无助和不自信。

另外，事后检验得知，处于单身状态的学生所体验到的孤独感显著高于处于恋爱状态的学生，这和李雪平在2013年的研究结果一致，即非恋爱生比恋爱生感受到更强烈的一般孤独、自我孤独及人际孤独^[13]，这也符合埃里克森的人生发展八阶段理论，大学生群体正处于成年早期（18~25岁），在这一阶段，个体开始寻求建立稳定的亲密关系，否则可能会产生内心的孤独感。

综合来看，中医药院校大学生群体的孤独感可能与医学专业压力、家庭成长环境、个体人际关系等有较大关联。

改善大学生孤独感现状，可以从社会、学校、家庭、个人四个层面出发。

从社会层面，可以通过营造全社会关爱青少年群体的氛围，通过加强媒体宣传，提高社会对大学生孤独感问题的关注度。

从学校层面，高校应加强心理健康教育，通过开展举办相关主题讲座和研讨会，提高大学生的心理素养和自助能力，鼓励学生参加各类社团活动，通过共同的兴趣爱好结识新朋友，减轻孤独感，也可通

过加强宿舍文化建设和建立朋辈互助小组等方式,营造温馨和谐的宿舍和朋辈氛围,增强集体归属感和扩大交友范围。

从家庭层面,家长应尽量不缺席孩子的成长过程,通过营造温馨和谐的家庭氛围,做好榜样示范,加强与孩子的情感沟通,让孩子感受到家庭的温暖和关爱,关注孩子的心理变化,及时给予关心和支持,从而减少由寄养留守经历、家庭氛围等因素影响带来的孤独感。

从个人层面,个体可通过积极主动地参与社交活动,结交新朋友,扩大社交圈;培养兴趣爱好,找到自己喜欢的事情并投入其中,增加自我价值感与自我效能感;增强自我认知,了解自己的性格特点和心理需求,当感到内心孤独感难以承受时,必要时应主动寻求家人朋友帮助或专业心理援助。

4 结论

(1) 中医药大学学生孤独感总体处于中等偏上水平,综合来看,随时间发展大学生孤独感有上升的趋势,医学生群体的孤独感高于非医学类大学生群体。(2) 大学生过往寄养留守经历、家庭氛围与孤独感有极其显著相关,有寄养留守经历学生孤独感水平显著高于无寄养留守经历的学生,家庭氛围“疏离”的学生孤独感水平显著高于家庭氛围“亲密”的学生。(3) 处于单身状态的学生所体验到的孤独感显著高于处于恋爱状态的学生。

参考文献

- [1] Boyce P, Parker G. Development of a scale to measure interpersonal sensitivity [J]. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 1989, 23 (3): 341-351.
- [2] Costa R P O, Peixoto A, Lucas C C A, et al. Profile of non-suicidal self-injury in adolescents: interface with impulsiveness and loneliness [J]. *J Pediatr*, 2021, 97 (2): 184-190.
- [3] 张阔, 方春夏, 杨宁. 孤独感和反刍思维与大学生抑郁的关系: 有调节的中介模型 [J]. *心理研究*, 2021, 14 (5): 457-463.
- [4] 邓俊豪. 大学生孤独感、生命意义、忍耐与抑郁的关系 [D]. 南方医科大学, 2022.
- [5] 赵丹, 白苏好, 杨丽, 等. 人际敏感性对大学生自杀意念的影响: 孤独感的中介作用与自然联结的调节作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2023, 31 (1): 226-229, 234.
- [6] 杨笑颜, 白玉佳, 于媛媛, 等. 大学生孤独感、社交焦虑与手机依赖的交叉滞后分析 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2022, 30 (1): 64-67.
- [7] 刁宇聪. 大学生孤独感与焦虑: 手机成瘾的中介作用及性别的调节作用 [D]. 中国医科大学, 2023.
- [8] Russell, Daniel. UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, and Factor Structure [J]. *Journal of personality assessment*, 1996 (66): 20-40.
- [9] 王登峰. Russell孤独量表的信度与效度研究 [J]. *中国临床心理学杂志*, 1995 (1): 23-25.
- [10] 许鹏. 大学生体育锻炼与手机依赖的关系: 孤独感的中介作用及性别的调节作用 [D]. 浙江师范大学, 2023.
- [11] 范兴华, 方晓义, 陈锋菊. 留守儿童家庭处境不利的结构及影响: 一项质性研究 [J]. *湖南社会科学*, 2012 (6): 85-87.
- [12] 答会明, 李利琴, 李晓红. 十年来我国大学生孤独感研究综述 [J]. *内蒙古师范大学学报 (教育科学)*

版), 2009, 22(1): 85-90.

[13] 李雪平. 大学生的孤独感与恋爱动机的关系研究[J]. 教育研究与实验, 2013(4): 92-96.

The Current Situation and Influencing Factors of Students' Loneliness in Chinese Medicine Colleges

Duan Dandan

Zhejiang Chinese Medical University, Hangzhou

Abstract: Objective To investigate the current situation of college students' loneliness, investigate the related factors affecting college students' loneliness, and provide theoretical basis and countermeasures to alleviate college students' loneliness. Methods A self-developed questionnaire and UCLA Loneliness Scale were used to measure the survey of college students in a university of Chinese medicine, and SPSS23.0 was used to statistically analyze the data. Results The loneliness scores of students in the University of Chinese Medicine were 45.55 ± 8.71 , and there were significant differences in the level of loneliness among students with or without foster care experience and family atmosphere. The results of the post-hoc test showed that the loneliness experienced by the students who were single was significantly higher than that of the students who were in a relationship. There is a significant correlation between college students' foster care experience and family atmosphere and loneliness. Conclusion The loneliness of students in the University of Chinese Medicine is generally at the upper middle level, and the loneliness of college students is greatly related to the experience of foster care, family atmosphere, and intimate relationship, which can be improved from the four levels of society, school, family and individual.

Key words: Loneliness; Foster care experience; Family atmosphere; Students of Chinese medicine colleges