

DOI:10.16781/j.CN31-2187/R.20220544

• 海洋军事医学 •

海军官兵孤独感及影响因素分析

熊雅妮, 曾文峰, 汪洁滢, 王云霞*

海军军医大学(第二军医大学)心理系航海心理学教研室, 上海 200433

[摘要] **目的** 初步探索海军官兵孤独感状况及其影响因素。**方法** 采用简单整群抽样法, 于 2022 年 4 月使用加利福尼亚大学洛杉矶分校(UCLA)孤独量表、领悟社会支持量表、人际关系综合诊断量表、自尊量表、一般自我效能感量表、7 项广泛性焦虑障碍量表、9 项患者健康问卷抑郁量表及自编一般人口学问卷对调查对象进行调查。采用 Spearman 相关和 Pearson 相关对一般人口学变量和各心理变量进行相关性分析, 采用简单线性回归分析和多元线性回归分析探索社会支持、人际关系、自尊、自我效能感、焦虑、抑郁与孤独感之间的关系。**结果** 发放问卷 3 338 份, 共回收有效问卷 3 105 份, 有效率为 93.02%。调查对象中男 3 032 人(97.65%)、女 73 人(2.35%), 年龄 18~55 (25.85±5.30) 岁。官兵的孤独感得分为 20~69 (34.04±9.79) 分。不同性别和不同年龄组的官兵孤独感差异均有统计学意义(P 均 <0.05), 其中女性官兵的孤独感得分高于男性官兵($P<0.05$), 26~33 岁组官兵的孤独感高于 18~25 岁组($P<0.05$)。官兵的孤独感与人际关系困扰程度、焦虑和抑郁水平均呈正相关(P 均 <0.01), 与社会支持程度、自尊水平和自我效能感均呈负相关(P 均 <0.01)。人际关系困扰程度、焦虑和抑郁水平均对孤独感有正向预测作用(P 均 <0.01), 而社会支持程度、自尊水平和自我效能感则均对孤独感有负向预测作用(P 均 <0.01)。**结论** 海军官兵中, 社会支持、人际关系、自尊、自我效能感、焦虑和抑郁对孤独感有显著影响。

[关键词] 孤独感; 领悟社会支持; 人际关系; 自尊

[中图分类号] R 833

[文献标志码] A

[文章编号] 2097-1338(2023)04-0499-07

Analysis of loneliness and its influencing factors in naval officers and soldiers

XIONG Ya-ni, ZENG Wen-feng, WANG Jie-ying, WANG Yun-xia*

Department of Naval Psychology, Faculty of Psychology, Naval Medical University (Second Military Medical University), Shanghai 200433, China

[Abstract] **Objective** To explore the loneliness and its influencing factors in naval officers and soldiers. **Methods** With simple cluster sampling, the University of California at Los Angeles (UCLA) loneliness scale, perceived social support scale, interpersonal comprehensive diagnostic scale, self-esteem scale, general self-efficacy scale, general anxiety disorder scale 7, patient health questionnaire scale 9 and self-designed demography questionnaire were used to investigate the officers and soldiers in Apr. 2022. Correlations between general demographic variables and psychological variables were analyzed by Spearman correlation analysis and Pearson correlation analysis. Simple linear regression analysis and multiple linear regression analysis were used to explore the relationships between social support, interpersonal relationship, self-esteem, self-efficacy, anxiety, depression and loneliness. **Results** A total of 3 338 questionnaires were distributed and 3 105 valid questionnaires were collected, with an effective rate of 93.02%. Among the survey subjects, 3 032 (97.65%) were male and 73 (2.35%) were female, aged 18-55 (25.85±5.30) years old. The loneliness score of the officers and soldiers was 20-69 (34.04±9.79). There were significant differences in loneliness in different gender and age groups (both $P<0.05$), among which loneliness of the females was significantly higher than that of the males and loneliness of those aged 26-33 was significantly higher than that of those aged 18-25 (both $P<0.05$). The loneliness of officers and soldiers was positively correlated with interpersonal relationship score and anxiety and depression levels (all $P<0.01$), and was negatively correlated with perceived social support, self-esteem and self-efficacy (all $P<0.01$). Interpersonal relationship score and anxiety and depression levels had significant positive predictive effects on loneliness (all $P<0.01$), while the levels of perceived social support, self-esteem and self-efficacy had significant negative predictive effects on loneliness (all $P<0.01$). **Conclusion** Social support, interpersonal relationship, self-esteem, self-efficacy, anxiety and depression have significant impacts on loneliness in naval officers and soldiers.

[收稿日期] 2022-06-27 **[接受日期]** 2022-09-02

[基金项目] 海军军事训练条件建设计划(TJ2021018)。Supported by the Construction Project for Naval Military Training Conditions (TJ2021018).

[作者简介] 熊雅妮, 硕士生。E-mail: ssssherry11@qq.com

*通信作者(Corresponding author). Tel: 021-81871665, E-mail: cloudywang66@163.com

[Key words] loneliness; perceived social support; interpersonal relationship; self-esteem

[Acad J Naval Med Univ, 2023, 44(4): 499-505]

孤独感是人类的一种普遍体验,也是一个世界性的公共健康卫生问题^[1]。孤独感通常被定义为当人们认为他们的社会关系网络在数量或质量上有缺陷时所产生的不愉快感觉^[2],它的特点是社会关系不尽如人意^[3]。信息时代下,人们的社交方式和距离发生了改变,独居、独身的情况变得普遍,这些新变化令原本短暂的孤独体验可能转变为成长期持久的孤独感。

国内外已有许多关于孤独感的研究,但研究对象主要集中在青少年和老年人群体。与一般人群相比,海军群体由于职业、组织和任务的特殊性以及工作环境的封闭性,对其孤独感状况的研究不易开展。研究表明,孤独感与抑郁^[4-5]、焦虑^[5]、睡眠障碍^[6]、网络成瘾^[7]、同伴拒绝与伤害^[8]等心理健康问题和社会心理问题有关。研究指出,孤独感与低水平的身心健康和 unhealthy 的生活方式有关^[9],还可能是自杀意念和自杀企图的重要风险因素^[10]。作为海军中一支特殊的主体力量,水面舰艇官兵长期离岸进行海上任务,面对艰苦的作业环境和单调枯燥的任务,加上饮食调节受限、与亲人和朋友联系不便等,心理上更易感到孤独。关注水面舰艇官兵的孤独感状况有利于提升军队精神面貌、保障军队战斗力。因此,有必要对影响水面舰艇官兵孤独感的因素进行研究。

黄海^[11]整理了自 20 世纪 70 年代以来心理学家们从各个角度研究孤独感影响因素的成果,将影响孤独感的因素归纳为社会环境、人格、认知和人口学背景等 4 个方面。水面舰艇官兵身处集体中,社交互动较为频繁,人际关系能否达到预期水平对其身心状况会产生影响。社会支持的获得对一个人认知和情绪体验的调节也至关重要^[12]。一个人的自尊以及对自我能力的评估往往会影响其在与人交往时的表现和体验,较低的自尊在环境变化或陌生的情境中极易使人们产生暂时性的孤独体验,而较低自我效能感可能又会使个体不能适当地调节自己的情感体验,从而转变为长期性孤独^[13]。此外,孤独感作为一种负性情绪,对健康的影响不容忽视。因此,本研究从上述提到的 4 个方面出发,选取社会支持、人际关系、自尊、自我效能

感、焦虑和抑郁等 6 个心理变量,以海军某部水面舰艇官兵为调查对象,探索孤独感状况及其影响因素,为进一步开展孤独感相关研究提供基础数据和理论依据。

1 对象和方法

1.1 调查对象 采用简单整群抽样法,于 2022 年 4 月对海军某部水面舰艇官兵的孤独感水平进行整体调查。

1.2 研究工具

1.2.1 自编一般人口学问卷 包括个人信息(性别、年龄、受教育程度、婚姻状态、已婚分居情况、是否为独生子女、有无爱好特长、是否吸烟/饮酒、成长期间有无遭遇重大变故等)、家庭情况(家庭居住地、家庭经济状况、成长家庭状况、父母受教育程度、家庭关系、近亲中有无心理疾病史等),以及躯体症状(口腔溃疡症状、胃肠道症状)和近期心理状况(近 2 周压力感受状况、与战友的相处关系、疫情对生活的影响程度)。

1.2.2 加利福尼亚大学洛杉矶分校(University of California at Los Angeles, UCLA)孤独量表 采用 Russell 等^[14]编制的 UCLA 孤独量表评价官兵的孤独感水平。该量表共 20 个条目,采用 4 级评分(1=从不,2=很少,3=有时,4=经常),其中 9 个条目为反向计分。总分为 20~80 分,量表得分为所有条目得分之和,得分越高代表被试的孤独感水平越高。本研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.92。

1.2.3 领悟社会支持量表 采用 Zimet 等^[15]编制的领悟社会支持量表评价官兵的社会支持水平。该量表由 12 个自评项目组成,每项计 1~7 分,“非常不同意”计 1 分,“非常同意”计 7 分。总分为 12~84 分,量表得分为所有项目得分之和,得分越高代表被试的社会支持水平越高。本研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.96。

1.2.4 人际关系综合诊断量表 采用郑日昌^[16]编写的《大学生心理诊断》一书中收录的人际关系综合诊断量表评价官兵的人际困扰程度。该量表共 28 道题,分别从交谈、交友、待人接物、与异性

交往4个方面全面评估被试个体当前的人际状况。所有问题均为“是”“非”2种回答:“是”得1分,“非”得0分。总分为各个题目得分之和,得分越高代表被试受到的人际困扰程度越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.90。

1.2.5 自尊量表 采用Rosenberg^[17]编制的自尊量表评价官兵的自尊水平。该量表共10个条目,采用4级评分(1=很不符合,2=不符合,3=符合,4=非常符合),其中第3、5、8、9、10个条目为反向计分。总分为10~40分,量表得分为所有条目得分之和,得分越高代表被试的自尊水平越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.88。

1.2.6 一般自我效能感量表 采用由Schwarzer等^[18]编制的一般自我效能感量表评价官兵的一般自我效能感。该量表共10个条目,采用4级评分(1=完全不正确,2=有点正确,3=多数正确,4=完全正确)。量表得分为所有项目得分之和,得分越高说明被试的一般自我效能感越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.94。

1.2.7 7项广泛性焦虑障碍量表(general anxiety disorder scale 7, GAD-7) 采用Spitzer等^[19]编制的GAD-7进行焦虑筛查及症状严重程度的评估。该量表由7个项目组成,每个项目分值为0~3分:0分表示“从来不会”,3分表示“几乎每天”。总分为0~21分,量表得分为所有项目得分之和。根据得分,焦虑状况分为正常(0~4分)、有焦虑倾向(5~6分)、轻度焦虑(7~10分)、中度焦虑(11~17分)、重度焦虑(18~21分)。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.92。

1.2.8 9项患者健康问卷抑郁量表(patient health questionnaire scale 9, PHQ-9) 该量表^[20]用于基层医疗和临床进行抑郁症筛查,由9个条目组成,每个条目分值为0~3分,0分表示“从来不会”,3分表示“几乎每天”。总分为0~27分,量表得分为所有条目得分之和。根据得分,抑郁状况分为正常(0~4分)、有抑郁倾向(5~7分)、轻度抑郁(8~14分)、中度抑郁(15~21分)、重度抑郁(22~27分)。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.91。

1.3 统计学处理 应用SPSS 26.0软件进行统计分析。采用Harman单因素检验进行共同方法偏

差检验。呈正态分布的计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示,采用独立样本 t 检验或单因素方差分析;呈偏态分布的计量资料以中位数(下四分位数,上四分位数)表示。计数资料以人数和百分数表示。采用Spearman相关和Pearson相关对一般人口学变量和各心理变量进行相关性分析,采用简单线性回归分析和多元线性回归分析探索社会支持、人际关系、自尊、自我效能感、焦虑、抑郁与孤独感之间的关系。检验水准(α)为0.05。

2 结果

2.1 调查对象的总体情况 共发放问卷3 338份,剔除缺失和结果不可靠的问卷,回收有效问卷3 105份,有效率为93.02%。年龄为18~55(25.85 ± 5.30)岁,男3 032人(97.65%)、女73人(2.35%)。

2.2 共同方法偏差检验 UCLA孤独量表和自尊量表设置正反计分,有利于控制共同方法偏差问题。利用Harman单因素检验法进行统计检验,结果共析出12个特征值 >1 的公共因子,其中显示第一公因子解释的变异量为28.41%,小于临界标准(40%),说明本研究的数据不存在明显的共同方法偏差问题。

2.3 官兵的总体孤独感情况 官兵的孤独感得分为20~69(34.04 ± 9.79)分。在性别、年龄、受教育程度、婚姻状态和已婚分居情况上官兵的孤独感得分见表1,结果显示孤独感在不同性别和不同年龄组间的差异均有统计学意义(P 均 <0.05),在不同受教育程度、婚姻状态和已婚分居情况组间的差异均无统计学意义(P 均 >0.05)。其中,男性官兵的孤独感低于女性官兵,26~33岁组官兵的孤独感高于18~25岁组(P 均 <0.05)。

2.4 官兵的孤独感得分与一般人口学变量之间的关系 官兵的孤独感得分与性别、年龄、家庭经济状况(与当地生活水平相比)、家庭关系、成长期间有无遭遇重大变故、近亲中是否有心理疾病史、是否饮酒、有无爱好特长、口腔溃疡症状、胃肠道症状(如恶心、腹泻等)存在相关性(P 均 <0.05);而与受教育程度、婚姻状态、已婚分居情况、家庭居住地、父母受教育程度、是否为独生子女、成长家庭完整与否、是否吸烟无相关性(P 均 >0.05)。见表2。

表 1 海军水面舰艇官兵的总体孤独感情况

		$\bar{x} \pm s$		
人口学变量	<i>n</i>	孤独感得分	统计值	<i>P</i> 值
性别			6.656	0.010
男	3 032	33.97±9.75		
女	73	36.96±10.95		
年龄/岁			2.585	0.035
18~25	1 939	33.68±9.65		
26~33	849	34.79±10.06*		
34~41	255	34.59±9.73		
42~49	57	33.19±10.12		
50~55	5	28.80±5.85		
受教育程度			1.738	0.139
初中及以下	5	39.80±9.18		
高中或中专	809	33.69±9.74		
大专	1 462	33.87±9.76		
本科	780	34.59±9.87		
研究生	49	35.59±9.86		
婚姻状态			0.560	0.571
未婚	2 361	33.94±9.83		
已婚	740	34.35±9.62		
离异	4	35.75±17.63		
已婚分居情况			0.860	0.354
分居两地	461	34.10±9.68		
未分居两地	279	34.77±9.52		

**P*<0.05 与 18~25 岁年龄组比较.

表 2 海军水面舰艇官兵一般人口学变量与孤独感得分的关系

		<i>N</i> =3 105, <i>n</i> (%)	
人口学变量	人数及占比	<i>r</i>	<i>P</i> 值
性别		0.040	<0.05
男	3 032 (97.65)		
女	73 (2.35)		
年龄/岁		0.040	<0.05
18~25	1 939 (64.45)		
26~33	849 (27.34)		
34~41	255 (8.21)		
42~49	57 (1.84)		
50~55	5 (0.16)		
受教育程度		0.032	0.072
初中及以下	5 (0.16)		
高中或中专	809 (26.05)		
大专	1 462 (47.09)		
本科	780 (25.12)		
研究生	49 (1.58)		
婚姻状态		0.021	0.252
未婚	2 361 (76.04)		
已婚	740 (23.83)		
离异	4 (0.13)		
已婚分居情况		-0.038	0.297
分居两地	461 (14.85)		
未分居两地	279 (9.00)		
家庭居住地		0.009	0.616
城市	660 (21.26)		
农村	1 518 (48.89)		
县城	468 (15.07)		
乡镇	459 (14.78)		

续表 2

人口学变量	人数及占比	<i>r</i>	<i>P</i> 值
独生子女		0.020	0.260
是	1 261 (40.61)		
否	1 844 (59.39)		
父亲受教育程度		-0.001	0.943
初中及以下	1 701 (54.78)		
高中或中专	1 089 (35.07)		
大专	182 (5.86)		
本科	125 (4.03)		
研究生	8 (0.26)		
母亲受教育程度		0.032	0.071
初中及以下	1 926 (62.03)		
高中或中专	938 (30.21)		
大专	149 (4.80)		
本科	87 (2.80)		
研究生	5 (0.16)		
成长家庭		0.018	0.318
家庭完整	2 775 (89.37)		
离异	204 (6.57)		
单亲(指一方去世)	126 (4.06)		
家庭经济状况		0.125	<0.001
很好	63 (2.03)		
中上	240 (7.73)		
中等	1 856 (59.77)		
中下	756 (24.35)		
差	190 (6.12)		
家庭关系		0.342	<0.001
很好	1988 (64.03)		
中上	829 (26.70)		
中等	253 (8.15)		
中下	24 (0.77)		
差	11 (0.35)		
成长期间遭遇重大变故		0.095	<0.001
无	2 827 (91.05)		
有	278 (8.95)		
近亲中心理疾病史		0.054	<0.01
无	2 951 (95.04)		
有	154 (4.96)		
吸烟		-0.004	0.818
否	1 488 (47.92)		
是	1 617 (52.08)		
饮酒		0.080	<0.001
否	2 435 (78.42)		
是	670 (21.58)		
爱好特长		-0.195	<0.001
无	543 (17.49)		
有	2 562 (82.51)		
口腔溃疡症状		0.185	<0.001
没有	1 515 (48.79)		
偶尔	1 489 (47.95)		
经常	101 (3.25)		
胃肠道症状		0.243	<0.001
没有	2 217 (71.40)		
偶尔	801 (25.80)		
经常	87 (2.80)		

官兵近 2 周压力感受状况、与战友相处关系、疫情对生活的影响程度等均与孤独感得分存在相关性 (*P* 均<0.01), 见表 3。

表3 海军水面舰艇官兵近期心理状况与孤独感得分的关系

N=3 105, n (%)			
评分	近2周压力感受状况	与战友的相处关系	疫情对生活的 影响程度
0	7 (0.23)	2 (0.06)	1 (0.03)
1	999 (32.17)	80 (2.58)	557 (17.94)
2	358 (11.53)	38 (1.22)	180 (5.80)
3	377 (12.14)	30 (0.97)	278 (8.95)
4	365 (11.76)	26 (0.84)	245 (7.89)
5	183 (5.89)	33 (1.06)	160 (5.15)
6	319 (10.27)	115 (3.70)	537 (17.29)
7	136 (4.38)	90 (2.90)	218 (7.02)
8	120 (3.86)	205 (6.60)	223 (7.18)
9	97 (3.12)	570 (18.36)	239 (7.70)
10	17 (0.55)	435 (14.01)	95 (3.06)
11	127 (4.09)	1 481 (47.70)	372 (11.98)
r	0.446**	-0.442**	0.299**

**P<0.01.

2.5 不同心理变量的得分与孤独感得分之间的关系 Pearson 相关分析结果显示,孤独感与人际关系困扰程度、焦虑水平和抑郁水平均呈正相关(P 均<0.01),与社会支持程度、自尊水平和自我效能感均呈负相关(P 均<0.01)。同时,各心理变量之间也存在相关性(P 均<0.01)。见表4。

2.6 官兵孤独感的影响因素 以孤独感得分为因变量,以社会支持程度、人际关系困扰程度、自尊水平、自我效能感、焦虑水平、抑郁水平作为自变量进行简单线性回归分析。结果显示,人际关系困扰程度、焦虑和抑郁水平均对孤独感有正向预测作用(P 均<0.01),而社会支持程度、自尊水平和自我效能感则均对孤独感有负向预测作用(P 均<0.01)。见表5。

表4 海军水面舰艇官兵各心理变量得分与孤独感得分的关系

		r					
变量	得分	社会支持程度	人际关系困扰程度	自尊水平	自我效能感	焦虑水平	抑郁水平
社会支持程度	70.68±10.42 ^a	1					
人际关系困扰程度	1 (0, 4) ^b	-0.384**	1				
自尊水平	30.94±3.79 ^a	0.541**	-0.386**	1			
自我效能感	28.93±6.61 ^a	0.498**	-0.354**	0.558**	1		
焦虑水平	1 (0, 4) ^b	-0.402**	0.578**	-0.414**	-0.343**	1	
抑郁水平	0 (0, 3) ^b	-0.415**	0.596**	-0.424**	-0.346**	0.812**	1
孤独感	34.04±9.79 ^a	-0.613**	0.556**	-0.628**	-0.535**	0.595**	0.578**

^a: $\bar{x}\pm s$; ^b: 中位数(下四分位数,上四分位数). **P<0.01.

表5 海军水面舰艇官兵各心理变量对孤独感影响的简单线性回归分析

变量	R ²	F 值	β	t 值
社会支持程度	0.376	1 866.966**	-0.576	-43.208**
人际关系困扰程度	0.310	1 391.287**	1.307	37.300**
自尊水平	0.395	2 026.015**	-1.623	-45.011**
自我效能感	0.286	1 243.587**	-0.792	-35.265**
焦虑水平	0.354	1 698.647**	1.949	41.215**
抑郁水平	0.334	1 553.607**	1.722	39.416**

**P<0.01. R²:决定系数;β:偏回归系数估计值.

进一步以孤独感得分为因变量,将以上所有心理变量作为自变量进行多元线性回归分析,结果如表6所示。可以看出,社会支持程度、人际关系困扰程度、自尊水平、自我效能感、焦虑水平、抑郁水平等6个变量全部进入以孤独感得分为因变量的回归方程,且有着显著的预测力,共解释了孤独感总变异的62.4%($F=855.614$, $P<0.01$)。

3 讨论

本研究以海军某部水面舰艇官兵为对象进行调查,初步探索孤独感状况及相关影响因素。本研究采用个体自我报告的方法收集数据,可能存在共同方法偏差的问题。结果显示,海军某部水面舰艇

官兵整体的孤独感得分为(34.04±9.79)分,孤独感在不同性别和不同年龄组间的差异均有统计学意义(P 均<0.05),26~33岁组官兵的孤独感高于18~25岁组($P<0.05$)。相关分析也表明,官兵的孤独感与性别、年龄等变量相关。一项关于大学生孤独感的调查研究结果显示,男性大学生的孤独感得分为(42.89±8.35)分,女性大学生的孤独感得分为(43.10±7.31)分,且不同年级中大二学生的孤独感高于大一、大三和大四学生^[21]。两者比较可以看出水面舰艇官兵的孤独感相对大学生群体较低。在有关孤独感的研究中,性别和年龄经常被作为背景变量纳入研究^[22]。但多数研究聚焦到具体年龄段,如青少年和老年人群体,这可能是因为在

同年龄阶段群体所面对的生活事件不同,其孤独感的研究主题也有所差异^[23]。因此,周遭环境发生巨大变化的大学生在面对新鲜且多变的校园生活时,可能比部队生活规律可控的官兵遭受更多孤独感。

表6 海军水面舰艇官兵各心理变量对孤独感影响的多元线性回归分析

变量	β	t 值
社会支持程度	-0.228	-17.308**
人际关系困扰程度	0.394	11.680**
自尊水平	-0.656	-17.344**
自我效能感	-0.180	-8.706**
焦虑水平	0.664	10.439**
抑郁水平	0.187	3.164**

** $P < 0.01$. β : 偏回归系数估计值。

关于性别对孤独感的差异性分析,多数研究结果为女性报告的孤独感更多,也有研究表明男性的孤独感高于女性^[24],造成这种差异的原因可能是女性的自我表露意愿更强,而男性却受到自尊等因素的影响较少抒发内心的感受,尤其是负面的心理状况。本研究的结果表明,女性官兵的孤独感高于男性官兵,似乎支持了多数研究的结论,但本研究中的被试多为男性,女性被试较少,关于部队官兵的孤独感的性别差异还有待进一步的研究。

孤独感与官兵近期的心理状况存在相关性(P 均 <0.01),提示孤独感的模式可能随持续时间的长短而不同。研究表明,短期、急性的社会孤立状态可能会导致人们暂时对社会联系的狭窄关注,而长期或发展中的孤立状态可能会导致这些适应性努力关闭,从而使社会退缩和其他非社会动机出现补偿性变化^[25]。

为探究官兵孤独感的影响因素,本研究从环境方面(如社会支持程度、人际关系)、人格方面(如自尊、自我效能感)和心理健康方面(如焦虑、抑郁水平)析出6个变量探索其与孤独感之间的关系^[11]。研究发现,社会支持、人际关系、自尊、自我效能感、焦虑和抑郁与孤独感相关,其中人际关系困扰程度、焦虑和抑郁与孤独感呈正相关,社会支持、自尊和自我效能感与孤独感呈负相关。简单线性回归分析表明,人际关系困扰程度、焦虑和抑郁水平对孤独感有正向预测作用(P 均 <0.01),而社会支持程度、自尊水平和自我效能感则对孤独感有负向预测作用(P 均 <0.01),与文献结果^[26-28]基本一致。研究孤独感往往离不开对个体人际关系网络的讨论,个人的交往需求如果没

有得到满足就可能会产生孤独感^[29],在人际关系上产生困扰与孤独感呈现出正相关^[30],反过来孤独感高也会影响个体建立社交关系^[29]。

焦虑、抑郁与孤独感之间的密切关系已有大量研究结果^[5,31]支持,提示孤独感对心理健康的影响值得关注,孤独感与焦虑、抑郁等负性情绪的相互作用机制也有深入探究的空间。

人们感知的社会支持与孤独感水平呈负相关,这一结果不仅在大学生群体中被观察到^[32],同时也在老年人的孤独感研究中被证明^[33]。就本研究而言,海军水面舰艇官兵感知到的社会支持程度同样对其孤独感有负向预测作用,而官兵的年龄在18~55岁,这可能补充了对中青年这一年龄阶段的孤独感和感知社会支持的关系的研究。

自尊水平高的个体自我价值感较高^[34]。在人际交往中,对自身价值评估较低的低自尊水平的人可能会有更多的回避社交活动,进而产生更多的孤独感^[35],而人际交往能力的强弱和感知到的社会支持则可能会影响个体的自尊水平和自我效能感^[36]。

进一步的多元线性回归分析结果显示,社会支持程度、人际关系困扰程度、自尊水平、自我效能感、焦虑水平、抑郁水平等6个变量全部进入以孤独感得分为因变量的回归方程,但各心理变量对孤独感的变异的解释量都有不同程度的降低,这可能预示着当社会支持、人际关系、自尊、自我效能感、焦虑和抑郁共同作用于孤独感时,内部关系相互作用,产生了中介效应。

[参考文献]

- [1] CACIOPPO J T, CACIOPPO S. The growing problem of loneliness[J/OL]. *Lancet*, 2018, 391: 426. DOI: 10.1016/S0140-6736(18)30142-9.
- [2] PERLMAN D, PEPLAU L A. Toward a social psychology of loneliness[M]. London: Academic Press, 1981: 31-56.
- [3] BELLUCCI G. Positive attitudes and negative expectations in lonely individuals[J/OL]. *Sci Rep*, 2020, 10: 18595. DOI: 10.1038/s41598-020-75712-3.
- [4] 马鹏,黄明明,何必凯,潘文浩,赵守盈.大学生孤独感对抑郁的影响:基于潜调节的结构方程模型[J]. *心理科学*, 2021, 44: 1186-1192.
- [5] MOELLER R W, SEEHUUS M. Loneliness as a mediator for college students' social skills and experiences of depression and anxiety[J]. *J Adolesc*, 2019, 73: 1-13.
- [6] HAWKLEY L C, CACIOPPO J T. Loneliness matters: a theoretical and empirical review of consequences and

- mechanisms[J]. *Ann Behav Med*, 2010, 40: 218-227.
- [7] YAO M Z, ZHONG Z J. Loneliness, social contacts and Internet addiction: a cross-lagged panel study[J]. *Comput Hum Behav*, 2014, 30: 164-170.
 - [8] ALMEIDA T S, RIBEIRO O, FREITAS M, RUBIN K H, SANTOS A J. Loneliness and social functioning in adolescent peer victimization[J/OL]. *Front Psychol*, 2021, 12: 664079. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.664079.
 - [9] RICHARD A, ROHRMANN S, VANDELEUR C L, SCHMID M, BARTH J, EICHHOLZER M. Loneliness is adversely associated with physical and mental health and lifestyle factors: results from a Swiss national survey[J/OL]. *PLoS One*, 2017, 12: e0181442. DOI: 10.1371/journal.pone.0181442.
 - [10] GOMBOC V, KROHNE N, LAVRIČ M, PODLOGAR T, POŠTUVAN V, ŠEDIVY N Z, et al. Emotional and social loneliness as predictors of suicidal ideation in different age groups[J]. *Community Ment Health J*, 2022, 58: 311-320.
 - [11] 黄海. 大学生孤独感现状及其影响因素的研究[D]. 南昌:江西师范大学,2004.
 - [12] 高静. 初中生家庭功能、领悟社会支持和孤独感的关系研究[D]. 石家庄:河北师范大学,2011.
 - [13] 戴革,雷良忻,邓稳根,杨丽霞,姚耀飞. 医科大学生孤独感与自尊的相互关系探讨[J]. *中国健康心理学杂志*, 2009, 17: 1352-1354.
 - [14] RUSSELL D, PEPLAU L A, FERGUSON M L. Developing a measure of loneliness[J]. *J Pers Assess*, 1978, 42: 290-294.
 - [15] ZIMET G D, DAHLEM N W, ZIMET S G, FARLEY G K. The multidimensional scale of perceived social support[J]. *J Pers Assess*, 1988, 52: 30-41.
 - [16] 郑日昌. 大学生心理诊断[M]. 济南:山东教育出版社, 1999:339-344.
 - [17] ROSENBERG M. Society and the adolescent self-image[M]. New Jersey: Princeton University Press, 2015: 305-307.
 - [18] SCHWARZER R, MUELLER J, GREENGLASS E. Assessment of perceived general self-efficacy on the Internet: data collection in cyberspace[J]. *Anxiety Stress Coping*, 1999, 12: 145-161.
 - [19] SPITZER R L, KROENKE K, WILLIAMS J B, LOWE B. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7 [J]. *Arch Intern Med*, 2006, 166: 1092-1097.
 - [20] WANG W, BIAN Q, ZHAO Y, LI X, WANG W, DU J, et al. Reliability and validity of the Chinese version of the patient health questionnaire (PHQ-9) in the general population [J]. *Gen Hosp Psychiatry*, 2014, 36: 539-544.
 - [21] 郭妮妮. 大学生孤独感现状调查及影响因素研究[J]. *价值工程*, 2016, 35: 170-172.
 - [22] MAHON N E, YARCHESKI A, YARCHESKI T J, CANNELLA B L, HANKS M M. A meta-analytic study of predictors for loneliness during adolescence[J]. *Nurs Res*, 2006, 55: 308-315.
 - [23] CACIOPPO J T, HAWKLEY L C, ERNST J M, BURLESON M, BERNTSON G G, NOURIANI B, et al. Loneliness within a nomological net: an evolutionary perspective[J]. *J Res Pers*, 2006, 40: 1054-1085.
 - [24] BARRETO M, VICTOR C, HAMMOND C, ECCLES A, RICHINS M T, QUALTER P. Loneliness around the world: age, gender, and cultural differences in loneliness[J/OL]. *Pers Individ Dif*, 2021, 169: 110066. DOI: 10.1016/j.paid.2020.110066.
 - [25] TOMOVA L, WANG K L, THOMPSON T, MATTHEWS G A, TAKAHASHI A, TYE K M, et al. Acute social isolation evokes midbrain craving responses similar to hunger[J]. *Nat Neurosci*, 2020, 23: 1597-1605.
 - [26] TIAN Y, CHEN P P, MENG W X, ZHAN X P, WANG J, WANG P, et al. Associations among shyness, interpersonal relationships, and loneliness in college freshmen: a longitudinal cross-lagged analysis[J]. *Scand J Psychol*, 2019, 60: 637-645.
 - [27] BERGMAN Y S, SEGEL-KARPAS D. Aging anxiety, loneliness, and depressive symptoms among middle-aged adults: the moderating role of ageism[J]. *J Affect Disord*, 2021, 290: 89-92.
 - [28] 于绪丽. 大学生孤独感及其与自尊、社会支持的关系研究[J]. *东南大学学报(哲学社会科学版)*, 2008, 10 (S1): 261-265.
 - [29] 任丽杰,莫碧波,李丹,刘俊升. 大学生人际关系能力与孤独感的交叉滞后分析[J]. *中国临床心理学杂志*, 2020, 28: 850-852, 856.
 - [30] SIMCHAROEN S, PINYOPORN PANISH M, HAOPROM P, KUNTAWONG P, WONGPAKARAN N, WONGPAKARAN T. Prevalence, associated factors and impact of loneliness and interpersonal problems on Internet addiction: a study in Chiang Mai medical students[J]. *Asian J Psychiatry*, 2018, 31: 2-7.
 - [31] 陈熙维. 大学生社会支持、社交焦虑与孤独感间的关系[J]. *黑龙江高教研究*, 2011(5): 121-123.
 - [32] PAMUKÇU B, MEYDAN B. The role of empathic tendency and perceived social support in predicting loneliness levels of college students[J]. *Procedia Soc Behav Sci*, 2010, 5: 905-909.
 - [33] 吴园园. 社会支持对老年人孤独感的影响:情绪智力的中介作用[J]. *心理学进展*, 2022, 12: 397-404.
 - [34] 马金焕,张耀庭,史梦梦. 大学生自尊与孤独感、人际关系困扰的关系[J]. *信阳师范学院学报(哲学社会科学版)*, 2017, 37: 7-10.
 - [35] ZHAO J J, KONG F, WANG Y H. Self-esteem and humor style as mediators of the effects of shyness on loneliness among Chinese college students[J]. *Pers Individ Differ*, 2012, 52: 686-690.
 - [36] 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: 45-52.