

大学生抑郁情绪与家庭亲密度、孤独感的关系

刘皓宇

(淮北师范大学 教育学院,安徽 淮北 235000)

摘 要:为了探讨家庭亲密度与抑郁情绪的关系,以及孤独感在家庭亲密度与抑郁情绪间的作用机制,采用家庭环境量表、抑郁自评量表和孤独感量表对 310 名大学生进行随机调查。结果发现,身体健康状况差的大学生更容易产生抑郁情绪与孤独感,家庭关系破裂的大学生家庭亲密度较低;家庭亲密度与抑郁情绪之间存在显著负相关;孤独感与抑郁情绪之间存在显著正相关;家庭亲密度与孤独感之间存在负相关;家庭亲密度、孤独感对抑郁情绪均有显著的预测作用,且孤独感在家庭亲密度与抑郁情绪之间存在部分中介作用。研究认为,无论是直接调节抑郁情绪还是通过孤独感间接调节抑郁情绪,家庭亲密度对抑郁情绪都具有显著的效果。

关键词:抑郁;家庭亲密度;孤独感;大学生

OSID:

中图分类号:B844.2 文献标志码:A 文章编号:1003-0964(2019)05-0050-05

一、问题的提出

抑郁是常见的负面情绪之一,出现抑郁的个体往往会经历悲观、消极、痛苦、自责等负面情绪体验。抑郁状态常见于青春期后各个年龄阶段的群体,但调查显示,目前我国大学生出现抑郁的人数比例高达 20%~60%^[1]⁴,已超过国际大学生的平均抑郁水平。抑郁情绪的加深会使个体对日常生活失去兴趣,影响他们的学习和生活,且出现失落感、无价值感,并伴随着一定的自虐自伤行为,严重时甚至会危及个体生命。在心理学领域,不同学者从不同角度对抑郁情绪进行了范围界定,认为抑郁有时表现为一种症状,有时则是病理性疾病。本研究从心理健康角度切入,将个体在遭遇挫折或阻碍时出现的失落、自卑、自厌等负面情绪界定为抑郁情绪。目前国内对抑郁情绪的研究多集中在抑郁情绪发生的病理性机制,即研究抑郁情绪出现时的躯体伴随状态或者疾病与抑郁情绪的相关程度^[2]。国内的研究对象多为癌症患者^[3],或易出现抑郁情绪的特殊群体,如孕妇和老年人等。

家庭亲密度是家庭功能系统一个组成部分,特指联系家庭成员的情感,如彼此的情感距离、爱好活动的一致性、家庭成员共处时间等。国外关

于家庭亲密度的研究对象多集中在特殊群体,如移民家庭^[4]、童年有被虐待经历者^[5]、非裔群体^[6],研究内容大多涉及家庭亲密度对家庭生活、家庭和谐以及儿童后期成长的影响,较少涉及家庭亲密度与个体个性之间的关系。国内学者对于家庭的研究大多集中在家庭功能、家庭环境以及家庭教养方式对其他因素产生的影响,较少研究家庭亲密度^[7],研究对象多为青少年群体,且集中在农村留守儿童^[8],研究内容多涉及学生的归属感、环境适应性问题、人格特质等。孤独感作为一种负性情感体验,当个体感到自己的人际关系单薄,并且与自身理想状态差距较大时就会产生^[9]。孤独感是一种慢性疾病,同抑郁情绪一样,如果不及控制和缓解就会严重影响大学生的日常生活,对其后期的人际关系发展造成负面影响^[10]。

以往研究发现抑郁情绪与家庭亲密度、孤独感有着十分密切的关系。早在 1994 年,Henwood 在研究家庭与儿童孤独感的时候就发现母亲的孤独感对儿童的孤独感影响显著^[9]。国内也有学者对影响孤独感的因素进行了研究,发现家庭适应性可以对初中生的孤独感进行预测^[11]。国外学者在近年来对于抑郁情绪的研究多见于研究抑郁情绪的流行病例,或对影响抑郁情绪的因素进行分析

收稿日期:2018-12-24;收修日期:2019-03-05
基金项目:国家社会科学基金“十三五”规划教育学一般课题(BBA170063)
作者简介:刘皓宇(1995—),女,河南周口人,硕士,研究方向为心理健康教育。

与综述。国内外在研究青少年抑郁情绪时,研究对象多为临床青少年抑郁患者,涉及大学生抑郁情绪的研究时也多从单一因素出发,研究某一因素对于大学生抑郁情绪的影响。国内外研究均表明家庭亲密度同抑郁情绪显著相关^[12,13],家庭亲密度高的个体较少产生抑郁情绪。阳德华早在2000年就以中学生作为被试对家庭亲密度和抑郁情绪的相关关系进行了研究,发现较高的家庭亲密度能够缓解中学生的抑郁情绪^[14]。此外,良好的亲子关系和来自家庭的支持能够给个体创建温馨和谐的家庭氛围与成长环境,给个体以尊重和自信,可以缓解抑郁情绪和孤独感。在后续的研究过程中,王东、朱孔美等人对中学生群体的研究发现抑郁情绪和孤独感呈正相关,且孤独感对抑郁情绪具有预测作用^[15];张伊、何云祥等人以中老年群体为被试,研究了家庭亲密度与抑郁情绪的关系,并深入探究了孤独感在两者中的作用,发现家庭亲密度较低的中老年人容易出现抑郁情绪和孤独感,家庭亲密度对抑郁情绪存在预测作用,且孤独感在其中起着完全中介作用^[3]。

综合国内外的研究发现,以往对大学生抑郁情绪的研究着重探讨其临床病症及特殊群体的情绪研究,很少有探讨家庭亲密度和孤独感共同作用于抑郁情绪时三者之间的关系。为了扩展研究群体范围,更加全面地考察家庭亲密度、孤独感对抑郁情绪的影响,本研究拟采用量表法测量大学生的家庭亲密度对孤独感和抑郁的影响,采用回归分析探讨三者间的作用机制,以丰富抑郁情绪的影响机制研究,为提高大学生积极情绪,降低抑郁和孤独感,提升大学生的心理适应水平和心理健康水平提供支持。

二、对象与方法

(一)对象

随机选取河南大学、淮北师范大学被试共310名发放问卷,回收有效问卷285份,有效回收率为91.9%。其中,男生84人,女生201人;父母婚姻关系完整的有262人,父母离异的14人,父(母)亲去世的9人;身体健康的有238人,身体健康状况一般的41人,正处于生病状况的6人;被试年龄为18-27岁。

(二)工具及使用方法

1.家庭环境量表

本研究在测量家庭亲密度时所采用的测量工具是费立鹏等人于1991年修订的家庭环境量表

(Family Environment Scale, FES)中文版。此量表包括10个分量表,在本研究中只选用家庭亲密度这一分量表对被试进行施测,共9道题,评分采用“是否”制,回答“是”评“1”分,回答“否”评“2”分。其中得分在0—5分的表示家庭亲密度较低,6—8分表示家庭亲密度中等,9分及以上表示具有高家庭亲密度。

2.流调用抑郁情绪自评量表

选用流调用抑郁自评量表(Center for Epidemiologic Studies-Depression, CES-D),由美国国立精神卫生研究所Sirodff于1977年编制。在该量表中,每个条目可自评1个症状,共有20个条目。量表评定为4级评分,按照过去1周的真实情况进行评定,不足1天者记为0分;1-2天计1分;3-4天计2分;5-7天计3分。其分数总和小于10分表示没有抑郁症状出现,10—15分则出现抑郁状态,20分以上表示抑郁明显,25分以上表示抑郁状态严重。

3.UCLA孤独感自评量表

本研究采用的是简化后的UCLA孤独感自评量表第2版^[16],该量表共20道题目,其中内容维度只针对被试的孤独状态。得分计算方法为“从不”计1分,“很少”计2分,“有时”计3分,“一直”计4分,其中有9道反向计分,最后相加后总分为44分以上表示高度孤独状态,28分以下表示低度孤独状态,33—39分之间则表示自然状态,28—33表示一般偏下孤独,39—44分表示一般偏上孤独。

(三)数据处理

采用SPSS21.0统计软件对数据进行统计分析,方法包括差异检验、相关分析、中介效应检验。

三、结果

(一)大学生抑郁、家庭亲密度与孤独感在人口学变量上的差异分析

对大学生家庭亲密度、孤独感与抑郁情绪在性别、家庭来源、家庭关系、健康状况等人口学变量上的差异进行检验。结果显示,不同家庭关系的大学生在家庭亲密度上存在显著差异($p=0.02$)。家庭关系完整的大学生家庭亲密度最高,父母离异的家庭亲密度最低;不同身体健康状况的大学生在抑郁情绪和孤独感上存在显著差异($p<0.001$),即虚弱或处于生病状态的大学生的抑郁情绪和孤独感都显著高于身体健康的大学生。大学生家庭亲密度、抑郁情绪和孤独感在其他人口学变量,如性别、家庭来源等不存在显著差异。具体情况见表1。

表 1 人口学因素在家庭亲密度、抑郁情绪、孤独感上的差异分析

	变量	家庭亲密度	抑郁情绪	孤独感
家庭关系	家庭关系完整	6.74±1.66	11.32±11.74	43.85±8.11
	父母离异	5.50±1.60	15.07±13.25	46.79±6.00
	父母去世	6.22±1.99	11.89±10.33	47.33±3.94
	<i>t</i>	3.985*	0.678	1.678
健康状况	健康	6.70±1.05	9.71±10.27	43.22±7.89
	一般	6.44±1.98	21.49±13.62	48.39±6.91
	生病	6.50±1.05	15.67±19.38	49.83±6.40
	<i>t</i>	0.464	20.383**	9.508**

注：*表示 $p<0.05$ ；**表示 $p<0.01$ 。以下同

(二)大学生抑郁、家庭亲密度与孤独感的相关分析

大学生家庭亲密度与抑郁情绪呈负相关关系($r=-0.306, p<0.01$),家庭亲密度与孤独感呈负相关关系($r=-0.282, p<0.01$),大学生抑郁情绪与孤独感呈显著正相关关系($r=0.461, p<0.01$)。见表 2。

表 2 家庭亲密度与大学生抑郁情绪、孤独感的相关分析(r)

变量	1	2	3
1.家庭亲密度	1		
2.大学生抑郁情绪	-0.306**	1	
3.大学生孤独感	-0.282**	0.461**	1

(三)孤独感在大学生家庭亲密度与抑郁情绪之间的中介效应检验

第一步,以家庭亲密度为预测变量,以抑郁情绪为结果变量进行回归分析;第二步,以家庭亲密度为预测变量,以孤独感为结果变量进行回归分析;第三步,以家庭亲密度和大学生抑郁情绪为预测变量,以孤独感为结果变量进行回归分析。结果发现家庭亲密度对大学生抑郁情绪的直接效应显著($\beta=-2.134, p<0.001$),中介变量孤独感对大学生抑郁情绪作用显著($\beta=-0.602, p<0.001$)。孤独感在家庭亲密度和大学生抑郁情绪中起部分中介作用。大学生孤独感对家庭亲密度与大学生抑郁情绪的回归模型拟合良好,各项指标正常。见表 3。

表 3 大学生孤独感在家庭亲密度与大学生抑郁情绪的中介效应检验

步骤	结果变量	预测变量	ΔR^2	β	<i>t</i>	<i>p</i>
第一步	抑郁情绪	家庭亲密度	0.091	-2.134	-5.414	0.00
第二步	孤独感	家庭亲密度	0.076	-1.33	-4.951	0.00
第三步	抑郁情绪	家庭亲密度、孤独感	0.247	-1.332	-3.551	0.00
				0.602	7.563	0.00

四、讨论

(一)大学生家庭亲密度、抑郁和孤独感现状分析与讨论

调查结果表明,大学生出现抑郁症状的占总体的36.7%,其中出现明显抑郁症状的占 22.0%,大学生家庭亲密度处于中等水平的有 81.4%。这说明大学生的家庭亲密度总体水平是良好的,但还不具备高水平的家庭亲密度,且家庭亲密度处于低水平的仍有近 20%,说明大学生家庭亲密度状况仍需继续改善。描述统计结果表明,我国当代大学生抑郁现状严峻,需要加以重视,需要及时预防大学生抑郁情绪的出现,并对已有抑郁情绪的大学生加以关注和治理。

大学生的家庭亲密度在性别、家庭来源、健康状况等方面不存在显著差异,其中性别、家庭来源的研究结果同冯先刚^[17]等人的研究一致。随着社会的发展,人们的生活水平逐渐上升,不管是来自农村还是城市的孩子都能够得到父母更好的照料,因此城市和农村的孩子在家庭亲密度上的感受并不会产生太大的差异。但结果显示大学生的家庭亲密度在家庭关系上存在显著差异:家庭关系完整的家庭亲密度得分显著高于家庭关系破裂的(父母离异/去世);父母去世的大学生家庭亲密度得分显著高于父母离异的。

本研究认为存在这一现状的原因可能是由以下几个方面的原因造成的:从父母的角度来看,家庭关系完整的家庭能够给予孩子完整的关爱,而离异或亲人去世造成的单亲家庭则无法提供完整的关爱,并且家庭关系的维持会较普通家庭更为困难。从个体的角度来看,单亲家庭会更容易让个体缺乏信任和关爱,更容易产生自卑情绪和逆反心理,从而失去爱的能力,也就无法感受到关爱与亲密。

大学生抑郁情绪在健康状况上存在显著差异。身体健康一般的大学生更容易产生抑郁情绪;处于生病状态的人群抑郁情绪得分高于健康人群的抑郁情绪得分^[18]。本研究认为产生这一结果的原因可能是身体处于亚健康状况的大学生活动的自由度受到了限制,人际交往方面也受到了影响,由此更容易产生抑郁情绪。

由描述统计结果可知,处于自然状态下的大学生只有 15.1%,而处于高度孤独状态的大学生有 53.0%,由此可见,当代大学生的孤独情绪严重,需要格外重视。应帮助大学生增加人际交往,及时对大学生的孤独心理进行疏导,排解大学生的孤独情

绪。调查表明大学生的孤独感在健康状况上存在着显著差异($p < 0.001$):从健康状况来看,生病的大学生孤独感得分更高,这可能与生病时情绪容易低落、不愿与朋友交往、缺乏必要的户外活动等因素有关。

(二)家庭亲密度、孤独感与大学生抑郁情绪的关系分析与讨论

研究使用皮尔逊积差相关分析检验家庭亲密度、孤独感与大学生抑郁情绪三者的相关关系,结果显示,大学生家庭亲密度得分越高,抑郁情绪越低,孤独感得分越低;大学生抑郁情绪和孤独感得分越高,抑郁情绪得分也越高,这与以往文献研究结果一致^[19,8]。原因可能是大学生的家庭亲密度与家人的支持和关爱有着密切的关系。个体在日常生活中可以得到家人的支持和关心,在陷入情绪困境时也能够一定程度上缓解自身的抑郁情绪,同时,家人的陪伴和支持也能给予个体足够的安全感,缓解其孤独感的产生。当缺少家庭支持和帮助的时候,个体陷入情绪困境,一般都会选择自我消化和排解,这会导致个体的压力增加,并且个体不一定会选择正确的方式加以发泄,就会产生迷茫无助,从而加深自身的抑郁情绪和孤独感。

此外,研究使用逐步回归分析验证家庭亲密度、孤独感与大学生抑郁情绪的中介模型,结果显示,家庭亲密度对于大学生抑郁情绪、孤独感具有负向预测作用;抑郁情绪对家庭亲密度具有负向预测作用,对孤独感为正向预测作用,且作用均显著。可以得出,家庭亲密度对于大学生抑郁情绪直接效应显著,孤独感对于大学生抑郁情绪直接作用显著,且孤独感在家庭亲密度与大学生抑郁情绪之间起部分中介作用。这一结果与张伊、何祥云等人的研究结果部分一致^[3]。张伊等人的研究发现,孤独感完全中介了家庭亲密度与抑郁情绪之间的关系,中老年抑郁情绪与家庭亲密度和适应性显著相关。这可能是由于本研究的研究对象为在校大学生,相对于中老年被试,他们个体经历过少,对孤独感的忍耐度较低,孤独感对其抑郁情绪的影响作用就显著放大。

五、结论与不足

通过以上调查与分析,本研究发现:(1)家庭亲密度在性别和家庭关系上差异显著($p < 0.05$),大学生的健康状况对其抑郁情绪、孤独感影响显著($p < 0.05$);(2)家庭亲密度与大学生抑郁情绪呈显著负相关,即大学生的家庭亲密度得分越高,则其抑郁情绪越低;孤独感与大学生抑郁情绪呈显著正相关,

即孤独感得分越高,大学生抑郁情绪得分越高;家庭亲密度与大学生孤独感呈显著负相关,即家庭亲密度得分越高,大学生的孤独感得分越低;(3)大学生孤独感在家庭亲密度与抑郁情绪之间起部分中介作用,当大学生家庭亲密度不易改善时,可选择通过降低大学生孤独感帮助其缓解抑郁情绪。

本研究还存在一定的局限性。首先,本研究为横断研究,无法对因果关系做出准确推论,后续可结合纵向研究或相关实验范式进行完善。其次,本研究调查范围为师范类高校,取样集中,导致男女比例不平衡。最后,本研究只进行单一中介变量孤独感对抑郁情绪的影响,未考虑潜在变量或调解变量对其影响,未来可考虑从多角度测量大学生抑郁情绪与其他变量的关系,从而得出更为精确的结论。

参考文献:

- [1] 亢莉. 大学生抑郁与应激源、认知评价、人格特征及社会支持的相关研究[D]. 西安:陕西师范大学, 2004.
- [2] 白元, 赵阳, 李娜, 等. 童年创伤、家庭亲密度与适应性对青少年抑郁倾向的影响研究综述[J]. 产业与科技论坛, 2017, 16(3): 128-129.
- [3] 张伊, 何祥云, 史露露, 等. 家庭亲密度与适应性对中老年抑郁的影响: 孤独感的中介作用[J]. 科技视界, 2016(19): 24-25+7.
- [4] GANAPATHY-COLEMAN, HEMALATHA. Speaking About Independence and Family Closeness: Socialisation Beliefs of Immigrant Indian Hindu Parents in the United States[J]. Journal of Intercultural Communication Research, 2013, 42(4): 393-410.
- [5] SAVLA J T, ROBERTO K A, JARAMILLO-SIERA A L, et al. Childhood abuse affects emotional closeness with family in mid- and later life[J]. Child Abuse & Neglect, 2013, 37(6): 388-399.
- [6] HOLDER B J. Family Cohesion and Perceived Family Closeness in Afro-American Families with Adolescent Sons[J]. Journal of the New York State Nurses Association, 1988, 19(1): 33.
- [7] 茆正洪, 闵惠萍, 赵旭东. 亲子间家庭功能知觉特点与青少年自尊[J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2015, 24(4): 371-373.
- [8] 杨青, 易礼兰, 宋薇. 农村留守儿童孤独感与家庭亲密度、学校归属感的关系[J]. 中国心理卫生杂志, 30(3): 197-201.
- [9] HENWOOD P G, SOLANO C H. Loneliness in young children and their parents.[J]. Journal of Genetic Psychology, 1994, 155(1): 35-45.
- [10] 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)

学版),2017,37(4):7-10.

[11] 辛自强,池丽萍.家庭功能与儿童孤独感的关系:中介的作用[J].心理学报,2003(02):216-221.

[12] CORDOVA D, HUANG S, LALLY M, et al. Do Parent-Adolescent Discrepancies in Family Functioning Increase the Risk of Hispanic Adolescent HIV Risk Behaviors? [J]. Family Process, 2014, 53(2): 348-363.

[13] WEINER M F. Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation[J]. Contemporary Sociology, 1975, 25(25):39-41.

[14] 阳德华.家庭亲密度和适应性与初中生抑郁、焦虑情绪的关系[J].健康心理学杂志,2001(6):417-419.

[15] 王东,朱孔美,李萍,等.大学生孤独、抑郁情绪状况及其相互关系研究[J].中国民康医学,2003,15(1):18-20.

[16] 黎芝. UCLA 孤独感量表中文简化版(ULS-8)的考评及应用研究[D]. 长沙:中南大学, 2012.

[17] 冯现刚,王青.大学生家庭亲密度、适应性与人际信任的关系[J].医学与社会,2011,24(7):75-78.

[18] 肖蓉,王齐秀子,郑泽珊.大学生体育活动与抑郁的关系:性别差异的影响[J].中国运动医学杂志,2017,36(9):812-816+822.

[19] 熊亚敏,李非,盛晓春.大学生抑郁情绪与家庭亲密度和适应性的相关性[J].中国健康心理学杂志,2013, 21(3):449-451.

The Influence of Family Intimacy on Depression: the Mediating Effect of Loneliness

LIU Haoyu

(Huaibei Normal University, Huaibei 235000, China)

Abstract: The objective of this paper is to explore the relationship between family intimacy and depression and the mechanism of loneliness in the relationship between family intimacy and depression. The methods are as follow: 310 college students were measured by family environment scale (FES) , depression self-rating scale (CED-S) and loneliness scale (UCLA) . We get the following results: (1) college students with poor physical health were more likely to suffer from depression and loneliness, and college students with broken family relationship had lower family intimacy; (2) there was a significant negative correlation between family closeness and depression. There was a significant positive correlation between loneliness and depression. There is a negative correlation between family closeness and loneliness. (3) family intimacy and loneliness have significant predictive effects on depression, and loneliness has some mediating effects between family intimacy and depression. Finally we come to such a conclusion: whether family intimacy directly or indirectly regulates depression through loneliness, it has a significant effect.

Key words: depression; family intimacy; loneliness; college students

(责任编辑:金云波)