

父母低头行为对大学生孤独感的影响：拒绝敏感性和社交焦虑的并行中介作用

余思慧^{1,2}, 刘邵磊^{2*}

¹东北师范大学心理学院, 吉林 长春

²衡阳师范学院教育科学学院, 湖南 衡阳

收稿日期: 2024年8月8日; 录用日期: 2024年9月3日; 发布日期: 2024年9月14日

摘要

目的: 采用父母低头行为量表、孤独感量表、拒绝敏感性量表和Liebowitz社交焦虑量表对湖南省450名大学生进行问卷调查, 考察父母低头行为对大学生孤独感的影响以及拒绝敏感性和社交焦虑的作用。结果: 1) 父母低头行为、拒绝敏感性、社交焦虑和孤独感之间两两呈正相关; 2) 拒绝敏感性、社交焦虑在父母低头行为和大学生孤独感中起并行中介作用。结论: 父母低头行为可以显著正向预测大学生孤独感, 且拒绝敏感性和社交焦虑在父母低头行为和大学生孤独感的关系间起并行中介作用。

关键词

父母低头行为, 拒绝敏感性, 社交焦虑, 孤独感

The Effect of Parental Phubbing on College Students' Loneliness: A Parallel Mediating Role of Rejection Sensitivity and Social Anxiety

Sihui She^{1,2}, Shaolei Liu^{2*}

¹School of Psychology, Northeast Normal University, Changchun Jilin

²School of Educational Sciences, Hengyang Normal University, Hengyang Hunan

Received: Aug. 8th, 2024; accepted: Sep. 3rd, 2024; published: Sep. 14th, 2024

Abstract

Objective: A questionnaire survey was conducted on 450 college students in Hunan Province using

*通讯作者。

文章引用: 余思慧, 刘邵磊(2024). 父母低头行为对大学生孤独感的影响: 拒绝敏感性和社交焦虑的并行中介作用. 心理学进展, 14(9), 397-403. DOI: 10.12677/ap.2024.149662

the Parental Phubbing Scale, Loneliness Scale, Refusal Sensitivity Scale, and Liebowitz Social Anxiety Scale to investigate the impact of parental phubbing on college students' loneliness and the effects of refusal sensitivity and social anxiety. Result: 1) There is a pairwise positive correlation between parental phubbing, rejection sensitivity, social anxiety, and loneliness. 2) Rejection sensitivity and social anxiety play a parallel mediating role in parental phubbing and loneliness among college students. Conclusion: parental phubbing can significantly positively predict college students' loneliness, and rejection sensitivity and social anxiety play a parallel mediating role in the relationship between parental phubbing and college students' loneliness.

Keywords

Parental Phubbing, Refusing Sensitivity, Social Anxiety, Aloneness

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial International License (CC BY-NC 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



Open Access

1. 问题提出

孤独感在日常生活中较为常见,常源于个体社会需求与人际关系的失衡。研究表明,20岁是孤独体验的第一个高峰期(Lee et al., 2019)。大多数大学生都曾体验过孤独感,而长期体验到孤独感的大学生会遭受到危害。相关研究表明,孤独感会导致害羞、抑郁、焦虑等情绪(张慧如等, 2024)。此外,许多研究也表明,大学生孤独感可能会导致一些问题行为。例如,孤独感被证实能够显著地正向预测大学生的自杀意念(赵丹等, 2023)。不仅如此,孤独感在大学生手机成瘾的形成中也扮演着举足轻重的角色,具体表现为孤独感的得分越高,大学生倾向于展现出更为严重的手机成瘾行为(王亚可等, 2023)。由此可见孤独感对大学生的发展存在许多影响,因此对大学生孤独感进行研究是非常有必要的。

随着互联网的广泛普及和深入应用,人们享受到了前所未有的便利,然而,这也伴随着一系列新兴社会问题的出现。因过度使用手机而忽略身边的人和事的现象随处可见,该现象称为“低头行为”。在亲子交流的场景中,当父母过度依赖或沉浸于手机使用时,我们称之为“父母低头行为”(姜倩云等, 2021)。根据生态环境系统理论,家庭环境被视为个体成长中不可或缺的重要因素,其对个体的影响是深远且潜移默化的。父母长时间关注手机,与孩子的交往减少,忽略了孩子的需求,会削弱亲子之间的情感连接,难以形成良好的依恋关系。根据依恋的内部工作模型,早期与父母的依恋关系及互动过程形成了个体稳定的人际预期。与此同时,多项研究表明,高依恋焦虑的个体容易产生更高的孤独感(Shaver & Mikulincer, 2007; 张裕鼎, 徐碧波, 2014)。因此可以提出本研究的假设 1: 父母低头行为可以正向预测大学生孤独感。

拒绝敏感性是对拒绝的焦虑预期、准备性知觉的过度反应。具有这种特质的个体,往往更容易陷入心理困扰。多项研究表明,拒绝敏感性在孤独感的形成中起到了关键的作用(郑志怀等, 2019; 赵丹等, 2023)。高拒绝敏感性的个体更容易深刻体验到孤独感,这种孤独感相较于他人更为强烈。高人际敏感性(包括拒绝敏感性)的个体,出于对负性评价的恐惧,倾向于采用防御性的交往策略,这种策略不仅影响了他们的社交互动,还导致了社交质量的下降,从而产生孤独感。而父母过度使用手机的行为,会增加忽视与拒绝孩子的频率(Romero-Canyas et al., 2010)。由此可提出本研究的假设 2: 拒绝敏感性在父母低头行为和大学生孤独感的关系中起中介作用。

社交焦虑是指在社会交往中,由想象的或真实的社交情景引起的强烈的紧张不安、苦恼的情绪体验

及回避社会交往的行为倾向(Lee-Won et al., 2015)。有研究表明社交焦虑会使得孤独感体验上升(李文辉等, 2024)。社交焦虑的个体有回避和退缩行为, 难以建立正常的社会交往关系, 个体感到人际关系的缺乏, 进而产生孤独感。此外, 父母总是低头玩手机忽视孩子, 会导致家庭亲密度较低。家庭亲密度能够负向预测社交焦虑(刘海东等, 2023)。生活在家庭亲密度较低环境下的个体更容易产生社交焦虑。由此可以提出本研究的假设 3, 社交焦虑在父母低头行为和大学生孤独感中起中介作用。

综上, 本研究选择拒绝敏感性、社交焦虑作为中介变量, 父母低头行为作为自变量, 孤独感为因变量, 探究四者之间的关系。通过这一研究, 我们期望能明确影响孤独感的路径, 同时希望通过本研究使父母意识到低头行为对大学生孤独感的负面影响, 纠正其低头行为, 缓解大学生的孤独感。

2. 对象与方法

2.1. 对象

本研究以湖南某高校大学生为研究对象, 采取方便抽样的方式进行调查研究, 共发放 450 份问卷, 在删除极端值和无效问卷后, 共回收问卷 408 份, 有效回收率约为 90.6%, 其中男生 95 份, 女生 313 份。

2.2. 方法

2.2.1. 父母低头行为量表

本研究采用丁倩等人修订的父母低头行为量表, 该量表共包括 9 个项目, 其中 1 个条目(第 7 题)采用反向计分方式(丁倩, 王兆琪, 2022)。量表采用李克特 5 级评分制, 量表总分越高, 父母低头行为现象越显著。在本项研究中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.70。

2.2.2. 孤独感量表

本研究采用 Russel 等人编制的孤独感问卷(Russell et al., 1978), 该问卷由 20 个条目构成, 其中 9 个条目(第 1, 5, 9, 10, 15, 16, 19, 20 题)采用反向计分方式。量表采用李克特 4 级评分制, 总分越高则表明被试者感受到的孤独感程度越高。本研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.80。

2.2.3. 拒绝敏感性量表

本研究采用李霞等人修订的拒绝敏感性量表拒, 该量表共包含 18 个项目, 其中 6 个条目(分别为 1, 2, 4, 9, 10, 17 和 18)采用了反向计分方式(李霞, 2007)。量表采用了李克特 5 级评分制, 总分越高, 则表明个体的拒绝敏感性也越强。本研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.83。

2.2.4. Liebowitz 社交焦虑量表

本研究采用 Liebowitz 等人编制的 Liebowitz 社交焦虑量表, 该量表共 24 题, 包括“恐惧或焦虑”和“回避”两个维度(Liebowitz, 1987)。量表采用了李克特 4 级评分制, 总分越高, 则表明个体的社交焦虑水平越高。本研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.94。

2.3. 统计处理

本研究采用 SPSS 26.0 软件对数据进行共同方法偏差检验、描述性统计、独立样本 t 检验、相关分析, 并用 PROCESS v3.3 的模型 4 对拒绝敏感性和社交焦虑的中介效应进行检验。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

本研究采用 Harman 单因素检验法进行共同方法偏差检验。结果表明, 本研究生成的特征根大于 1 的

因子共 25 个，且第一个因子方差解释度为 19.33%，小于 40%，故不存在共同方法偏差。

3.2. 各变量的相关分析

采用皮尔逊相关分析，探究父母低头行为、拒绝敏感性、社交焦虑及孤独感的相关关系，结果如表 1 所示。

Table 1. Correlation analysis of variables

表 1. 各变量的相关分析

变量	父母低头行为	拒绝敏感性	社交焦虑	孤独感
父母低头行为	1			
拒绝敏感性	0.23**	1		
社交焦虑	0.14**	0.46**	1	
孤独感	0.21**	0.43**	0.46**	1

注：*** $p < 0.001$ ，** $p < 0.01$ ，* $p < 0.05$ ；下同。

父母低头行为与拒绝敏感性($r = 0.23, p < 0.01$)、社交焦虑($r = 0.14, p < 0.01$)、孤独感($r = 0.21, p < 0.01$)成显著正相关。社交焦虑与拒绝敏感性($r = 0.46, p < 0.01$)成显著正相关。孤独感与拒绝敏感性($r = 0.43, p < 0.01$)、社交焦虑($r = 0.46, p < 0.01$)成显著正相关。

3.3. 并行中介作用检验

利用 PROCESS 插件中的模型 4 进行中介效应检验，结果如表 2 所示。

Table 2. Tests of the mediation model

表 2. 中介模型检验

结果变量	预测变量	拟合指标		系数显著性	
		R ²	F	t	β
孤独感	父母低头行为	0.04	17.85***	4.23***	0.33
拒绝敏感性	父母低头行为	0.05	21.89***	4.68***	0.43
社交焦虑	父母低头行为	0.02	21.89*	2.92*	0.63
	拒绝敏感性			5.53***	0.22
孤独感	社交焦虑	0.28	53.47***	6.49***	0.13
	父母低头行为			2.31*	0.16

父母低头行为可以正向预测孤独感($\beta = 0.33, t = 4.23, p < 0.001$)；父母低头行为可以正向预测拒绝敏感性($\beta = 0.43, t = 4.68, p < 0.001$)；父母低头行为可以正向预测社交焦虑($\beta = 0.63, t = 2.92, p < 0.05$)；将父母低头行为、拒绝敏感性、社交焦虑一起纳入回归方程，结果表明，父母低头行为对孤独感作用显著($\beta = 0.16, t = 2.31, p < 0.05$)；拒绝敏感性能显著正向预测孤独感($\beta = 0.22, t = 5.35, p < 0.001$)；社交焦虑能显著正向预测孤独感($\beta = 0.13, t = 6.94, p < 0.001$)。

此外，如表 3 所示，拒绝敏感性的中介效应的 Bootstrap 95%的置信区间为[0.05, 0.15]，不包括 0，且中介效应值为 0.09，占总效应的 27%，说明拒绝敏感性在父母低头行为与大学生孤独感中起部分中介作

用。社交焦虑的中介效应的 Bootstrap 95% 的置信区间为[0.02, 0.14], 不包括 0, 且中介效应值为 0.07, 占总效应的 21%, 说明社交焦虑在父母低头行为与大学生孤独感中起部分中介作用。中介模型见图 1。

Table 3. Decomposition of total effect, direct effect and mediating effect

表 3. 总效应、直接效应及中介效应分解表

效应类型	效应值	Boot 标准误	BootCI 下限	BootCI 上限	相对效应值
总效应	0.33	0.79	0.18	0.49	
直接效应	0.16	0.07	0.02	0.30	48.48%
拒绝敏感性	0.09	0.27	0.05	0.15	27.27%
社交焦虑	0.08	0.03	0.02	0.14	24.24%

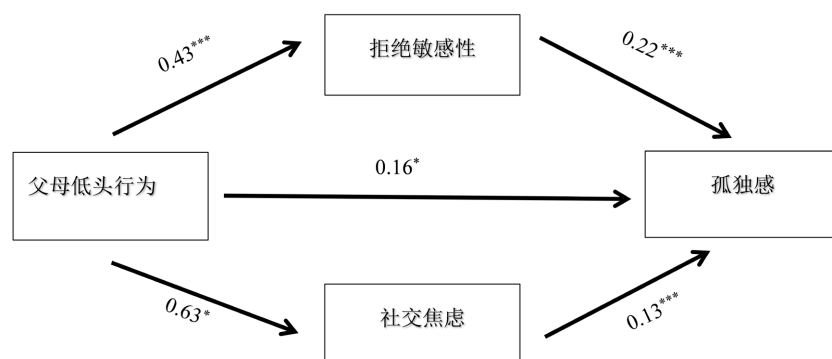


Figure 1. Parallel mediation model diagram

图 1. 并行中介模型图

4. 讨论

本研究发现父母低头行为可以正向预测大学生孤独感, 拒绝敏感性和社交焦虑发挥并行中介作用, 为预防大学生孤独感提供了理论支撑。

首先, 本研究发现父母低头行为不仅与大学生孤独感之间存在显著相关, 而且父母低头行为可以直接正向预测大学生孤独感。这说明父母的低头行为越严重, 大学生的孤独感体验更强烈。这一结果与 Pancani 等人的研究结果一致(Pancani et al., 2021)。个体被重要他人排斥在外会增加个体的孤独感体验, 父母低头看手机而忽视孩子、无法给予及时的情感反应或者以不耐烦的态度给予回应, 会让个体觉得父母不喜欢自己, 个体倾向于将父母的这一行为解读为对自身的排斥, 产生社会排斥的体验, 进而产出孤独感(邵蕾等, 2020)。因此, 为了降低大学生的孤独感体验, 使个体健康成长, 父母应该合理使用手机, 多和孩子交流, 满足孩子的需求, 让孩子感受到家庭的温暖, 减少孤独感体验, 促进个体的身心健康。

其次, 本研究发现拒绝敏感性在父母低头行为与大学生孤独感中起部分中介作用, 研究验证了假设 2。具体来说, 首先, 父母低头行为正向预测拒绝敏感性。在亲子互动过程中, 父母长时间低头玩手机, 对孩子的情感回应较少, 使孩子体验到更多的拒绝。孩子体验到较多的拒绝, 就会发展出对拒绝的敏感性。此外, 新精神理论认为, 经历过重要照顾者的拒绝的个体可能会对拒绝和关系中的不安全感产生更高的敏感性(郭瑞, 吴晶琳, 2016)。与此同时, 拒绝敏感性可以正向预测大学生孤独感。个体将拒绝体验内化之后, 高拒绝敏感性的个体容易将模糊的社交线索当作拒绝来处理, 从而影响人际关系, 进而会增强孤独感体验(Watson & Nesdale, 2012)。该研究结果提示要重视大学生的拒绝敏感性在父母低头行为与

大学生孤独感关系中的作用。父母应该积极回应孩子的情感需求,减少其被拒绝的体验,形成安全型的依恋关系,以降低孩子的拒绝敏感性,从而减少孤独感体验。此外,学校和心理工作者要帮助学生降低他们的拒绝敏感性,为学生提供一个更加安全、支持和理解的环境,帮助他们克服挑战,实现全面的成长和发展。

最后,本研究发现社交焦虑在父母低头行为与大学生孤独感中起部分中介作用,研究验证了假设3。具体来说,首先,父母低头行为正向预测社交焦虑。在亲子交流中,如果父母频繁表现出于低头行为,可能会加剧孩子感受到的排斥感,使其基本的情感需求无法得到充分的满足。这种情感缺失不仅会对孩子的社会功能造成负面影响,还可能使那些频繁遭遇父母拒绝的个体在社交互动中产生恐惧,进而演变为社交焦虑。其次社交焦虑可以正向预测大学生孤独感。社交焦虑的个体倾向于表现出消极的回避行为,这种行为导致他们逐渐从社会交往中脱离,增加了独处的时间,减少了社交互动的频率,进而加剧了孤独感的体验(王鑫等, 2023)。该研究结果提示要重视大学生的社交焦虑在父母低头行为与大学生孤独感关系中的作用。父母应该和孩子进行积极的互动,使得孩子能够习得良好的社交技能,提高自己的社交能力,从而降低社交焦虑的水平。学校与教师应当积极倡导学生主动与朋友、家长进行交流,借此机会学习如何有效地传达个人的情感以及解决所面临的挑战。此外,为了克服潜在的社交焦虑,学校与教师还应指导学生积极参与社会活动,拓宽社交圈子,结识新朋友,从而逐步增强他们的社交技能与自信。

本研究从拒绝敏感性和社交焦虑两个方面探讨了父母低头行为和大学生孤独感之间的关系,但还是存在许多不足,首先本研究中,由于研究者资源有限,参与调查研究被试主要来自与湖南地区,其中男女比例分布不均匀,这可能会使得研究结果的可推广性不足,未来有必要从不同地区收集样本重复本次研究。其次研究揭示了拒绝敏感性和社交焦虑在父母低头行为与大学生孤独感之间的中介作用相对较小。这意味着,父母的低头行为对大学生孤独感的影响主要来源于直接效应,而并非主要通过这两个中介变量。因此,在这一影响链条中可能还存在其他尚未被识别的中介因素。最后,从研究方法上看,本研究只采用了调查法,工作量略为单薄,如果未来条件允许,可以设计针对大学生孤独感的团体干预研究。

5. 结论

- 1) 父母低头行为能显著正向预测大学生孤独感。
- 2) 拒绝敏感性、社交焦虑在父母低头行为和大学生孤独感之间起并行中介作用。

基金项目

教育部人文社会科学研究专项任务项目(批准号: 23JDSZ3070)。

参考文献

- 丁倩, 王兆琪(2022). 父母低头行为量表在我国青少年群体中的初步修订. *中国临床心理学杂志*, 28(5), 942-945+896.
- 郭瑞, 吴晶琳(2016). 拒绝敏感性的研究历程及其展望. *心理学进展*, 6(4), 437-444.
- 姜倩云, 王兴超, 刘兵, 王鹏程, 雷雳(2021). 父母低头行为对儿童青少年心理发展的影响. *心理发展与教育*, 37(1), 137-145.
- 李文辉, 王迦乐, 祖静, 李婵(2024). 小学生自我控制、孤独感与社交焦虑的关系: 一项交叉滞后分析. *心理发展与教育*, (5), 687-694.
- 李霞(2007). *拒绝敏感性的相关性研究*. 硕士学位论文, 南昌: 江西师范大学.
- 刘海东, 虞芷筠, 叶宝娟, 杨强(2023). 家庭亲密度与大学生抑郁: 社交焦虑和感恩的作用. *心理与行为研究*, 21(4), 556-563.
- 邵蕾, 董妍, 冯嘉溪, 张登浩(2020). 父母“低头族”与青少年攻击性: 社会排斥与人际敏感性的作用. *心理技术与应用*, 8(9), 513-520.

- 王鑫, 张露露, 吴学强, 胡霜(2023). 留守儿童社交焦虑和孤独感的关系: 友谊质量和歧视知觉的中介作用. *教育生物学杂志*, (4), 316-322.
- 王亚可, 卢瑶, 陈建文(2023). 大学生孤独感与手机成瘾的关系. *中国心理卫生杂志*, 37(1), 85-90.
- 张慧如, 张伟达, 傅王倩, 邓敏, 彭苏浩, 李玉(2024). 孤独感对创造性倾向的影响: 无聊倾向和焦虑情绪的中介作用. *心理发展与教育*, 40(1), 132-141.
- 张裕鼎, 徐碧波(2014). 大学生成人依恋、社会支持与孤独感的关系. *宁波大学学报(教育科学版)*, 36(1), 9-14.
- 赵丹, 白苏好, 杨丽, 韩雨森(2023). 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. *中国临床心理学杂志*, 31(1), 226-229+234.
- 郑志怀, 陈明, 王蒙, 严建雯(2019). 拒绝敏感性与大学生病理性网络使用的关系: 自尊和孤独感的链式中介作用. *中国健康心理学杂志*, 27(12), 1890-1894.
- Lee, E. E., Depp, C., Palmer, B. W., Glorioso, D., Daly, R., Liu, J. et al. (2019). High Prevalence and Adverse Health Effects of Loneliness in Community-Dwelling Adults across the Lifespan: Role of Wisdom as a Protective Factor. *International Psychogeriatrics*, 31, 1447-1462. <https://doi.org/10.1017/s1041610218002120>
- Lee-Won, R. J., Herzog, L., & Park, S. G. (2015). Hooked on Facebook: The Role of Social Anxiety and Need for Social Assurance in Problematic Use of Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18, 567-574. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0002>
- Liebowitz, M. R. (1987). Social Phobia. In *Modern Trends in Pharmacopsychiatry* (pp. 141-173). S. Karger AG. <https://doi.org/10.1159/000414022>
- Pancani, L., Gerosa, T., Gui, M., & Riva, P. (2021). "Mom, Dad, Look at Me": The Development of the Parental Phubbing Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38, 435-458. <https://doi.org/10.1177/0265407520964866>
- Romero-Canyas, R., Downey, G., Berenson, K., Ayduk, O., & Kang, N. J. (2010). Rejection Sensitivity and the Rejection—Hostility Link in Romantic Relationships. *Journal of Personality*, 78, 119-148. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00611.x>
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a Measure of Loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4203_11
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2007). Adult Attachment Strategies and the Regulation of Emotion. *Psychopharmacology*, 103, 67-73. <https://doi.org/10.1007/BF02244076>
- Watson, J., & Nesdale, D. (2012). Rejection Sensitivity, Social Withdrawal, and Loneliness in Young Adults. *Journal of Applied Social Psychology*, 42, 1984-2005. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2012.00927.x>