

DOI: 10.13718/j.cnki.xdzk.2018.10.008

儿童心理素质对孤独感的影响： 情绪调节和同伴关系的连续中介^①

彭小凡， 鲍 未， 钟媛媛， 朱 迪

贵州师范大学 教育科学学院， 贵阳 550025

摘要：为进一步在小学群体中探索心理素质对个体孤独感的影响，采用小学生心理素质问卷、情绪调节困难问卷、人际关系量表以及儿童孤独感量表对1 267名小学四、五年级的儿童进行调查，探索心理素质通过情绪调节能力和人际关系影响孤独感的心理机制。结果表明：在控制性别和年级因素后，小学生心理素质可以通过多个途径降低孤独感，情绪调节与同伴关系在两者之间起连续中介作用。

关键词：小学生；心理素质；同伴关系；情绪调节；孤独感；中介作用

中图分类号：B844.2

文献标志码：A

文章编号：1673-9868(2018)10-0053-05

心理素质是学生素质结构的重要组成部分，是我国素质教育的核心内容之一^[1]。心理素质不仅能促进心理健康^[2]，还能提高个体的人际适应水平^[3]。进入小学阶段以后，同伴关系对儿童的影响越发重要^[4-5]，而情绪调节可以提高同伴关系^[6-7]，这两者可能是心理素质减少儿童孤独感的一个内在机制。为进一步验证该机制，本研究以小学儿童为样本，探索及验证心理素质、情绪调节、同伴关系和孤独感四者之间的中介关系。

对于小学阶段的儿童而言，同伴关系和亲子关系同等重要，它与儿童心理发展联系密切^[5]，而且会直接影响儿童孤独问题^[8]的产生。孤独是一种消极、不愉快的情绪体验，当个体的社交网络范围比预期小时，就会产生孤独感^[9]。同伴关系是影响儿童孤独感的重要因素，随着个体从学前期进入学龄期(小学阶段)，同伴关系的影响日益显著^[4]。以往研究显示，不同水平的同伴关系或多或少都会对孤独感产生不同的影响^[10]，儿童会将同伴关系作为对孤独感评估的重要依据^[11]，同伴关系能直接显著预测其孤独感体验^[12]。

儿童群体中心理素质影响同伴关系的直接证据尚待补充，但现有研究已验证了儿童心理素质在师生关系和父母关系上的积极作用^[13]。此外，有研究已经验证了心理素质对青少年同伴关系的积极影响^[14]，譬如可以通过提升青少年的自尊来促进同伴关系的发展^[3]。由此推测，心理素质对儿童的同伴关系可能同样存在积极影响，心理素质越高，儿童的同伴关系就越好。作为影响孤独感的重要因素，同伴关系可能是心理素质降低儿童孤独感的内在机制之一。

相较于心理素质通过同伴关系影响孤独感，情绪调节是一个更加近端的因素。已有研究表明，人际关系的好坏与个体的情绪表达方式有关^[7]，情绪调节策略与同伴关系联系密切，积极的情绪调节方式可以产生积极的同伴关系类型^[15]。作为一种内在的心理品质，心理素质的高低也会影响个体的情绪调节水平。不同心理素质水平的初中生，会在学习生活中采用不同的情绪调节方式^[16]。高心理素质的个体具有更好的积极情绪能力和情绪恢复能力，进而让自己经常处在积极情绪之中^[15]。鉴于孤独感和同伴关系的紧密联系，

① 收稿日期：2018-09-03

基金项目：国家哲学社会科学基金项目(CBA140146)；重庆市教育科学规划项目(2014-WT-06)。

作者简介：彭小凡(1986-)，男，讲师，博士，主要从事心理发展与教育的研究。

儿童的心理素质可能会通过情绪调节这一近端因素来促进同伴关系,减少自身的孤独感。

综上,儿童的心理素质一方面可能直接对孤独感产生积极影响,一方面可能可以通过提高个体的情绪调节能力来提高同伴关系的水平,进而降低孤独感.本研究以小学儿童为样本,为探索其心理素质、情绪调节、同伴关系和孤独感之间的关系,建立连续中介模型并加以验证(图 1)。

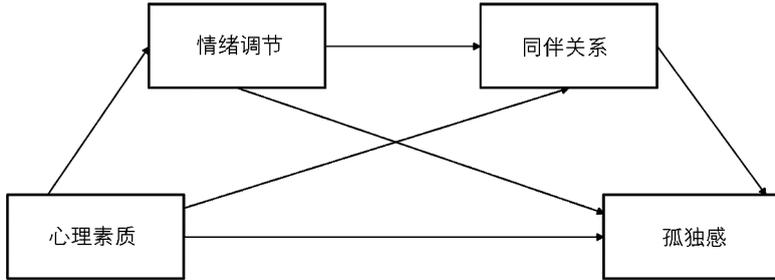


图 1 情绪调节、同伴关系与儿童心理素质和孤独感的中介关系

1 研究方法

1.1 研究对象

在 9 个省市(湖南、江苏、河南、吉林、安徽、湖北、重庆、四川、陕西)11 所小学中,采用整群随机抽样方法,选取四、五年级的学生作为研究对象.一共发放问卷 1 267 份,收回有效问卷 1 247 份.其中,四年级 589 人,五年级 658 人,平均年龄 9~11 岁($M=10.25$; $SD=1.72$).

1.2 研究工具

1.2.1 心理素质

本研究选取《小学生心理素质问卷》测量小学生的心理素质水平,问卷为张大均等人^[17]开发,由潘彦谷等^[18]根据双因子模型在已有小学生心理素质问卷基础上进行修订而成,问卷共有 27 个题项,由心理素质的一般因子和 3 个特殊因子构成,3 个特殊因子为认知品质、个性品质以及适应能力.每个维度 9 个题项,分数越高,心理素质越好.本研究中,心理素质总量表的内部一致性系数为 0.927,认知品质、个性品质、适应能力分量表的内部一致性系数分别为 0.882,0.85 和 0.779.

1.2.2 孤独感

本研究选取 1984 年由 Asher 等人编制的儿童孤独量表^[19],该量表专用于 3 年级至 6 年级学生的孤独感测量.被试按照自己的实际情况作答,量表采用 5 点记分法,得分越高,即孤独感越强.此问卷具有良好的信效度,本研究中的 α 系数为 0.886.

1.2.3 情绪调节

本研究选取 Gratz 等人编制、邵景进^[20]修订的《情绪调节困难问卷(DERS)》来测量小学生的情绪调节水平.问卷有 22 个题项,包括目标定向困难、行为冲动控制困难、移情困难、情绪觉知困难、情绪调节策略应对困难和情绪理解困难 6 个维度,5 点计分,得分越高,情绪调节越困难.为方便后面的结果描述,本研究用反向计分对最终分数进行统计,即分数越高,情绪调节能力越好.本研究中问卷的 α 系数为 0.807.

1.2.4 同伴关系

本研究选取《人际关系量表(IRS)》来测量儿童和同伴之间的关系^[21].该问卷共 22 个条目,由工具性帮助、价值肯定和陪伴 3 个维度构成.采用 1—4 级计分,从 1“不是这样”到 5“总是这样”,得分越高,同伴关系越差.反向计分题目已做好相应处理,最终分数越高,同伴关系越好.此问卷适用于小学生人际关系水平测量,有良好的信效度,在本研究中 α 系数为 0.848.

1.3 数据分析

采用 SPSS20.0 和 RStudio 对数据进行处理和统计分析,主要包括:① 对心理素质、情绪调节困难、同伴关系及孤独感的性别和学段差异分别进行独立样本 t 检验;② 对心理素质、情绪调节困难、同伴关系及孤独感进行相关分析;③ 进行回归分析,检验小学生情绪调节困难、同伴关系在心理素质与孤独感之间的连续中介作用.本研究中,所有问卷均采用主观自评的作答方式。

2 结 果

2.1 共同方法偏差检验

通过 Harman 单因素法, 对本研究中的共同方法偏差进行检验, 使所有测量题项负荷在一个共同潜因子上, 结果显示, 模型拟合不良 ($\chi^2 = 20418.118$, $df = 2345$, $\chi^2/df = 8.707$, $RMSEA = 0.067$, $CFI = 0.551$, $TLI = 0.537$, $SRMR = 0.083$), 即本研究中不存在可以解释大部分变异的方法学因子, 不存在明显的共同方法偏差。

2.2 描述性分析

本研究中各变量得分及相关情况如表 1 所示, 心理素质与孤独感呈显著负相关, 与情绪调节、同伴关系之间呈显著正相关; 情绪调节与同伴关系呈显著正相关; 孤独感与心理素质、情绪调节和同伴关系均呈显著负相关。

表 1 心理素质、情绪调节困难、同伴关系和孤独感的相关矩阵 ($N = 1\ 247$)

| 变量 | <i>M</i> | <i>SD</i> | 心理素质 | 情绪调节 | 同伴关系 | 孤独感 |
|------|----------|-----------|---------|---------|---------|-----|
| 心理素质 | 99.11 | 18.83 | — | | | |
| 情绪调节 | 77.18 | 13.48 | 0.59** | — | | |
| 同伴关系 | 70.04 | 10.34 | 0.44** | 0.52** | — | |
| 孤独感 | 30.26 | 11.05 | -0.56** | -0.53** | -0.65** | — |

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

分别对心理素质、情绪调节困难、同伴关系和孤独感的性别、年级使用独立样本 t 检验进行差异显著性检验, 结果显示: 心理素质和情绪调节困难在性别、年级上差异具有统计学意义, 女生的心理素质显著好于男生, 效应量 Cohen's d 值为 -0.28 ; 五年级的心理素质显著好于四年级, 效应量 Cohen's d 值为 -0.19 ; 男生的情绪调节能力显著高于女生, 效应量 Cohen's d 值为 -0.13 ; 五年级的情绪调节能力显著高于四年级, 效应量 Cohen's d 值为 -0.20 ; 女生的同伴关系显著好于男生, 效应量 Cohen's d 值为 -0.12 ; 同伴关系在年级上的差异不具有统计学意义。孤独感在性别上差异不具有统计学意义; 五年级孤独感体验显著高于四年级, 效应量 Cohen's d 值为 0.20 。具体见表 2。

表 2 心理素质、情绪调节困难、同伴关系和孤独感的性别、年级差异 ($N = 1\ 247$)

| 变 量 | 男 生 | 女 生 | t | 四年级 | 五年级 | t |
|--------|---------------|----------------|----------|---------------|----------------|----------|
| | $M \pm SD$ | $M \pm SD$ | | | | |
| 心理素质 | 96.22 ± 19.09 | 101.43 ± 18.27 | -5.34*** | 97.07 ± 19.55 | 100.79 ± 18.51 | -3.35*** |
| 情绪调节困难 | 76.29 ± 13.71 | 78.12 ± 13.09 | -2.61** | 76.09 ± 12.76 | 78.76 ± 14.05 | -3.4*** |
| 同伴关系 | 69.49 ± 10.42 | 70.69 ± 10.13 | -2.25* | 69.93 ± 10.55 | 70.98 ± 9.77 | -1.74 |
| 孤独感 | 30.69 ± 10.76 | 29.78 ± 10.98 | 1.62 | 31.77 ± 11.12 | 29.58 ± 11.08 | 3.36*** |

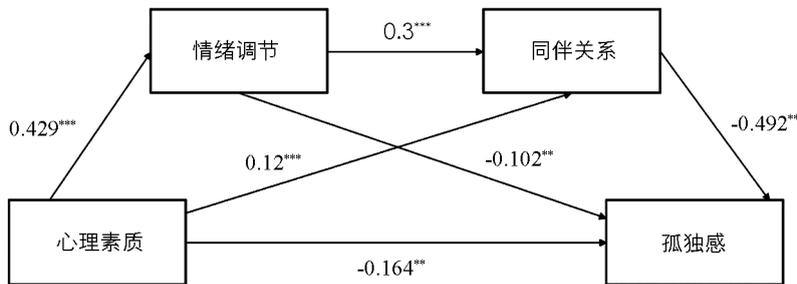
注: * $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; *** $p < 0.001$ 。

2.3 中介效应检验

本研究对缺失数据采用全信息极大似然估计法 (FIML) 进行处理, 用极大似然估计法 (ML) 和偏差校正的非参数百分位 Bootstrap 法 (设置 1 000 次重复取样和 95% 的置信区间) 建立结构方程模型检验情绪调节困难、同伴关系在小学生心理素质和孤独感间的中介效应。基于描述性分析中独立样本 t 检验的结果, 儿童的性别和年级被设置为控制变量。

本研究对儿童心理素质、情绪调节、同伴关系和孤独感之间的中介关系模型进行验证, 结果显示, 心理素质对孤独感的直接效应显著 ($\beta = -0.164$, $p < 0.001$, 95% $CI[-0.138, 0.0.189]$), 中介效应也显著 ($\beta = -0.166$, $p < 0.001$, 95% $CI[-0.146, 0.188]$), 四者之间是部分中介的关系; 其它各路径系数均显著, 如图 2 所示。

路径分析的结果显示, 心理素质—情绪调节—孤独感的部分中介效应显著 ($\beta = -0.044$, $p < 0.001$, 95% $CI[-0.060, -0.026]$), 心理素质—同伴关系—孤独感的部分中介效应也显著 ($\beta = -0.059$, $p < 0.001$, 95% $CI[-0.076, -0.043]$), 心理素质—情绪调节—同伴关系—孤独感的连续中介效应也显著 ($\beta = -0.063$, $p < 0.001$, 95% $CI[-0.075, -0.052]$)。



图中路径系数均为标准化路径系数。* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$ 。

图 2 情绪调节在儿童心理素质和孤独感间的中介作用

3 讨 论

本研究对小学生群体的心理素质、情绪调节、同伴关系和孤独感四者的中介关系进行了分析和验证,并首次在小学生群体中探索心理素质影响个体社交功能的心理机制。从整体结果来看,心理素质既可以通过促进儿童的情绪调节能力来提高其同伴关系的水平,以降低孤独感,也能直接对儿童的孤独感产生积极的影响,两者之间是一种连续中介的关系。心理素质可以通过多个机制渠道降低儿童的孤独感。

本研究发现,儿童的心理素质与同伴关系有直接的积极显著的正相关,心理素质越高,其同伴关系就越好。相较于已有结论,本研究进一步确认和补充了心理素质对儿童群体同伴关系的积极影响。由此可见,作为一种内源性的心理品质^[1],心理素质对个体社交表现的积极影响十分稳定,在各个年龄阶段都能帮助个体建立更好的同伴关系。

本研究的结果还进一步确认了心理素质对儿童情绪调节的积极影响。已有研究^[5]曾在中学生群体中验证,心理素质越高,个体越能保持自己的积极情绪,或者更快地从消极情绪中恢复过来。结合本研究的样本来看,心理素质对情绪调节的积极作用同样存在于儿童群体。本研究同样还支持了情绪调节对同伴关系的积极影响。合理的情绪调节,可以让个体维持积极情绪或减少自己的消极情况,从而更好地适应外界人际关系的需要^[15],进而获得更好的同伴关系^[6,22]。本研究中,儿童的情绪调节能力越高,同伴关系越好,该结果与上述研究相一致。

孤独感是个体人际关系在情感体验上的一种表现,心理素质可以通过多个途径降低小学儿童的孤独感。从本研究的连续中介模型来看,心理素质不仅可以直接降低孤独感,还可以通过增进个体的情绪调节能力来排解孤独感,或者通过增进人际关系来减少孤独感。心理素质给情绪调节能力带来的积极影响,可以增进人际关系,最终降低孤独的感受。该结果不仅在小学群体上对心理素质和孤独感的相关结论^[3, 6, 8, 10, 15, 22-25]提供了新的支持,同时也直观地展示出心理素质功能的全面性。心理素质不仅有多方面的积极影响,还有多渠道的影响机制,后者可能是前者得以实现的一个重要特征。对于这一特征,本研究只能提供部分支持,其它的则有待后续研究逐步印证。

4 结 论

心理素质与情绪调节能力和同伴关系呈显著正相关,与孤独感显著正负相关,两者之间是连续中介的关系,心理素质可以通过多个途径降低儿童的孤独感。

参考文献:

- [1] 张大均. 论人的心理素质 [J]. 心理与行为研究, 2003, 1(2): 143-146.
- [2] 罗世兰, 王 智, 张大均, 等. 幼儿心理素质与良好行为习惯、问题行为的关系 [J]. 学前教育研究, 2017(4): 56-63.
- [3] 刘广增, 张大均, 潘艳谷, 等. 中学生心理素质与同伴关系的研究: 自尊的中介作用 [J]. 心理科学, 2016(6): 1290-1295.
- [4] WENTZEL K R, ASHER S R. The Academic Lives of Neglected, Rejected, Popular, and Controversial Children [J]. Child Development, 2010, 66(3): 754-763.
- [5] 董 莉, 沃建中. 3-6 年级小学生人际交往发展特点的研究 [J]. 中国临床心理学杂志, 2005, 13(1): 45-47.
- [6] 郑杨婧, 方 平. 中学生情绪调节与同伴关系 [J]. 首都师范大学学报(社会科学版), 2009(s4): 99-104.

- [7] 李梅, 卢家楣. 不同人际关系群体情绪调节方式的比较 [J]. 心理学报, 2005, 37(4): 517-523.
- [8] 赵冬梅, 周宗奎. 童年中期同伴关系的变化对孤独感的影响 [J]. 心理科学, 2006, 29(1): 194-197.
- [9] PEPLAU L, GOLDSTON S E. Preventing the Harmful Consequences of Severe and Persistent Loneliness [J]. *Natural Resources Forum*, 1986, 31(2): 147-156.
- [10] 赵璇, 周琿, 董光恒, 等. 网游成瘾大学生孤独感与认知情绪调节策略的关系 [J]. 中国健康心理学杂志, 2012, 20(4): 617-619.
- [11] ROTENBERG K J E, HYMEL S E. *Loneliness in Childhood and Adolescence* [M]. New York: Cambridge University Press, 1999.
- [12] 孙晓军, 周宗奎. 儿童同伴关系对孤独感的影响 [J]. 心理发展与教育, 2007, 23(1): 24-29.
- [13] AKIN I, RADFORD L. Exploring the Development of Student Self-Esteem and Resilience in Urban Schools [J]. *Contemporary Issues in Education Research*, 2018, 11(1): 15-22.
- [14] 周宗奎, 孙晓军, 赵冬梅, 等. 同伴关系的发展研究 [J]. 心理发展与教育, 2015, 31(1): 62-70.
- [15] 张娟, 梁英豪, 苏志强, 等. 中学生心理素质与正性情绪的关系: 情绪弹性的中介作用 [J]. 中国特殊教育, 2015(9): 71-76.
- [16] 罗世兰, 张大均, 潘彦谷. 初中生心理素质与应对方式的关系 [J]. 教育科学论坛, 2016(02), 9-14.
- [17] 张大均, 陆星月, 程刚, 等. 小学生心理素质质量表全国常模的制定 [J]. 西南大学学报(社会科学版), 2017, 43(6): 91-97.
- [18] 潘彦谷, 张大均, 武丽丽. 小学生心理素质问卷的修订及验证——基于双因子模型 [J]. 西南大学学报(社会科学版), 2017, 43(2): 127-133.
- [19] ASHER S R, HYMEL S, RENSHAW P D. Loneliness in Children [J]. *Child Development*, 1984, 55(4): 1456-1464.
- [20] 邵景进. 小学语文教学中培养学生情绪调节能力的研究 [D]. 重庆: 西南师范大学, 2005.
- [21] DONG Qi, LIN Chongde. Characteristics of Psychological Development of Children and Adolescents in Contemporary China—A Report of the Survey on the Psychological Development of Children and Adolescents in China [M]. Peking: Science Press, 2001.
- [22] HERNÁNDEZ M M, EISENBERG N, VALIENT C, et al. Observed Emotions as Predictors of Quality of Kindergartners' Social Relationships [J]. *Social Development*, 2017, 26(1): 21-39.
- [23] 房立艳, 张大均, 武丽丽, 等. 中学生心理素质的类别特征: 基于个体中心的潜在类别分析 [J]. 心理与行为研究, 2017, 15(1): 20-25.
- [24] 高琨, 邹泓, 刘艳. 初中生社会交往策略的发展及其与同伴接纳的关系 [J]. 心理发展与教育, 2002, 18(4): 41-46.
- [25] 邹泓. 儿童的孤独感与同伴关系 [J]. 心理发展与教育, 1993, 9(2): 12-18.

The Influence of Children's Psychological Suzhi on Loneliness: Mediated by Emotional Adjustment and Peer Relationship

PENG Xiao-fan, BAO Wei, ZHONG Yuan-yuan, ZHU Di

College of Education Science, Guizhou Normal University, Guiyang 550025, China

Abstract: To explore how children's psychological suzhi affects loneliness through emotional regulation and peer relationship, the present study investigated 1 267 students in the 4th and 5th grades of primary schools with the Psychological Suzhi Questionnaire-Child Version, Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS), Interpersonal Relationship Scale (IRS) and Children's Loneliness Scale (CLS). The results showed that after controlling the factors of gender and grade, the children's psychological suzhi significantly reduced their loneliness. Emotional regulation and peer relationship were two mediating variables that connected psychological suzhi and loneliness.

Key words: primary school students; psychological suzhi; peer relationship; emotional adjustment; loneliness; mediation effect