



山西大学 2020 届专业学位论文

寄宿高中生同伴依恋与孤独感和自尊的 关系研究

作者姓名 赵紫艳

指导教师 孙雅峰

殷琪

学科专业 教育硕士

研究方向 心理健康教育

培养单位 教育科学学院

学习年限 2017 年 7 月至 2020 年 6 月

二〇二〇年六月

山西大学
2020 届硕士学位论文

寄宿高中生同伴依恋与孤独感和自尊的关系研究

作者姓名	赵紫艳
指导教师	孙雅峰 殷琪
学科专业	教育硕士
研究方向	心理健康教育
培养单位	教育科学学院
学习年限	2017 年 7 月至 2020 年 6 月

二〇二〇年六月

Thesis for Master's degree, Shanxi University, 2020

**A Study on the Relationship between Peer Attachment and
Loneliness and Self-esteem in Boarding High School
Students**

Student Name	Zi-yan Zhao
Supervisor	Ya-feng Sun Qi Yin
Major	Master of Arts in Education
Specialty	Mental Health Education
Department	School of Educational Science
Research Duration	2017.07-2020.06

June, 2020

目 录

中文摘要.....	I
Abstract.....	II
引 言.....	1
第 1 章 文献综述.....	2
1.1 孤独感的定义及相关研究.....	2
1.2 同伴依恋的定义及相关研究.....	2
1.3 自尊的定义及相关研究.....	4
1.4 高中生同伴依恋与孤独感关系的相关研究.....	4
1.5 高中生同伴依恋与自尊关系的相关研究.....	5
1.6 高中生自尊与孤独感关系的相关研究.....	6
1.7 高中生同伴依恋、孤独感和自尊关系的相关研究.....	7
第 2 章 问题提出及研究设计.....	8
2.1 问题提出	8
2.2 研究目的及意义.....	8
2.3 研究内容.....	8
2.4 研究对象和研究假设.....	9
2.4.1 研究对象	9
2.4.2 研究假设.....	10
2.5 研究工具.....	10
2.6 统计方法.....	11
第 3 章 研究结果.....	12
3.1 共同方法偏差检验.....	12
3.2 寄宿高中生同伴依恋的基本情况.....	12
3.3 寄宿高中生依恋类型在性别、年级和生源地上的分布.....	12
3.4 自尊和孤独感在不同依恋类型上的差异.....	13
3.5 寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的人口学差异.....	13
3.5.1 寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的性别差异	13
3.5.2 寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的年级差异.....	14
3.5.3 寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的生源地差异.....	14

3.6 寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的关系.....	14
3.7 自尊在同伴依恋和孤独感之间的中介作用.....	15
第4章 讨 论.....	16
4.1 寄宿高中生同伴依恋的特点及人口学差异.....	16
4.1.1 寄宿高中生同伴依恋的性别差异特点.....	16
4.1.2 寄宿高中生同伴依恋年级特点.....	17
4.1.3 寄宿高中生同伴依恋生源地特点.....	18
4.2 寄宿高中生孤独感的人口学差异.....	18
4.3 自尊的中介作用.....	19
第5章 结论及建议.....	20
5.1 结 论	20
5.2 对策及建议.....	20
5.2.1 家庭教育方面的启示.....	20
5.2.2 给教师以及学校关于改善寄宿高中生孤独感的建议.....	20
参考文献.....	23
附 录.....	27
致 谢.....	1
个人简况及联系方式.....	2
承 诺 书.....	3
学位论文使用授权声明.....	4

Contents

Chinese Abstract	I
Abstract	II
Introduction	1
Chapter 1 Literature Review	2
1.1 Definition of Loneliness and Related Research.....	2
1.2 Definition and Research of Peer Attachment.....	2
1.3 Definition and Related Research of Self-esteem.....	4
1.4 Research on the Relationship between Peer Attachment and Loneliness in High School Students.....	4
1.5 Research on the Relationship between Peer Attachment and Self-esteem in High School Students.....	5
1.6 Research on the Relationship between Self-esteem and Loneliness of High School Students.....	6
1.7 Research on the Relationship between Self-esteem and Loneliness of High School Students.....	7
Chapter 2 Preposed Questions and Research Design	8
2.1 Questions Raised.....	8
2.2 Research Purposes and Significance.....	8
2.3 Research Content.....	8
2.4 Research Object and Research Hypothesis.....	9
2.4.1 Research Object.....	9
2.4.2 Research Hypothesis.....	10
2.5 Research Tools.....	10
2.6 Statistical Methods.....	11
Chapter 3 Research Result	12
3.1 Common Method Deviation Test.....	12
3.2 Basic Situation of Peer Attachment of Boarding High School Students.....	12
3.3 Distribution of Boarding High School Students' Attachment Types by Gender, Grade and Origin.....	12

3.4 Differences in Self-esteem and Loneliness in Different Types of Attachment	13
3.5 Demographic Differences in Peer Attachment, Self-esteem, and Loneliness of Boarding High School Students.....	13
3.5.1 Gender Differences in Peer Attachment, Self-esteem, and Loneliness of Boarding High School Students.....	14
3.5.2 Grade Differences in Peer Attachment, Self-esteem, and Loneliness of Boarding High school students.....	14
3.5.3 Hometown High School Student Peer Attachment, Self-esteem, and Loneliness.....	14
3.6 The Relationship between Boarding High School Students' Peer Attachment, Self-esteem, and Loneliness.....	15
3.7 Mediating role of self-esteem between peer attachment and loneliness.....	16
Chapter 4 Discussion.....	17
4.1 Characteristics and Demographic Differences of Peer Attachment of Boarding High School Students.....	17
4.1.1 Gender Differences in Peer Attachment of Boarding High School Students.....	17
4.1.2 Grade characteristics of Boarding High School Student Companion Attachment.....	17
4.1.3 Hometown High School Student Peer Attachment Features.....	17
4.2 Demographic Differences in Loneliness of Boarding High School Students	18
4.3 Mediating Role of Self-esteem.....	19
Chapter 5 Conclusion and recommendations.....	20
5.1 Conclusion.....	20
5.2 Countermeasures and Suggestions.....	20
5.2.1 Implications for Family Education.....	20
5.2.2 Advice for Teachers and Schools on improving the loneliness of Boarding High School Students.....	20
References.....	23
Appendix.....	27
Acknowledgement.....	1

Personal profile and contact information.....	2
Commitment.....	3
Dissertation Authorization Statement.....	4

中文摘要

当前社会新形势下，社会发展激增了一系列的教育需求，随之学校管理模式也在不断创新，寄宿学校因满足了当下许多家庭的需求而日益增多。寄宿的管理模式一方面可以帮助学生养成良好的生活习惯和自我管理能力，抑制儿童饮食和学习方面的不良表现，另一方面也可以提高学生的独立性和自主性，但是寄宿的生活方式也引发了学生适应不良、抑郁、孤独感等负向的心理健康问题，而这个现象在高中阶段则更为普遍。随着近年来积极心理学研究的兴起，更多教育和社会工作者希望通过培育高中生的心理适应能力和为之创造更为有利的成长环境来促进高中生的积极适应和健康发展。孤独感的产生是由于个体的实际交往能力与其渴望达到的交往能力之间存在的较大差距而产生的心理现象，处理好寄宿高中生的孤独感问题也会为其积极适应学校生活与健康发展助一臂之力，故本研究通过使用同伴依恋量表、自尊量表和孤独感量表，对 336 名寄宿高中生进行调查，了解其同伴依恋、自尊和孤独感的现状，探究它们三者之间的关系，为缓解寄宿高中生孤独感寻求理论支持，本研究结果如下：

- （1）寄宿高中生安全型和非安全型人数分布在性别和年级上存在显著差异；
- （2）寄宿高中生在同伴依恋的沟通、疏离维度以及孤独感上，存在显著的年级差异，在沟通维度，高一年级得分显著高于高二年级，其他年级无显著差异；在疏离维度上，高二年级的得分显著高于高一年级的得分，其他年级无显著差异；在孤独感上，高一年级的得分显著低于高二、高三和复读生的得分；
- （3）寄宿高中生仅在同伴依恋的沟通维度存在显著的性别差异，女生的得分显著高于男生；
- （4）寄宿高中生在同伴依恋的信任和沟通维度，存在显著的生源地差异，城市学生的得分显著高于农村学生的得分；
- （5）自尊在同伴依恋和孤独感之间起中介的作用。

关键词：寄宿高中生；同伴依恋；孤独感；自尊；中介作用

ABSTRACT

In the current new social situation, social development has surged a series of educational needs, and the school management model has been continuously innovated. Boarding schools are increasing because they meet the needs of many families today. The management mode of boarding can help students develop good living habits and self-management ability, and suppress the poor performance of children's diet and learning. It has caused negative mental health problems such as maladjustment, depression, and loneliness, which is more common in high school. In recent years, with the rise of active psychology research, more education and social workers hope to promote the active adaptation and healthy development of high school students by cultivating their psychological adaptability and creating a more favorable growth environment for them. The feeling of loneliness is a psychological phenomenon caused by the large gap between the individual's actual ability to communicate and the ability to achieve it. Dealing with the problem of loneliness in boarding high school students will also actively adapt to school life and healthy development. Therefore, this study used a peer attachment scale, self-esteem scale, and loneliness scale to survey 336 boarding high school students to understand the status of peer attachment, self-esteem, and loneliness. Alleviating the loneliness of boarding high school students seeking theoretical support. The results of this study are as follows:

(1) There is a difference in the distribution of safe and non-safety boarding high school students in terms of gender and grade;

(2) There are grade differences in communication, alienation, and loneliness among boarding high school students. In the communication dimension, the score of the first grade of high is significantly higher than that of the second grade, and there is no significant difference in other grades. The scores of the first grade are significantly lower than the scores of sophomores, seniors and repeaters;

(3) Boarding high school students have significant gender differences only in the communication dimension of peer attachment, Girls score significantly higher than boys;

(4) There is a significant difference in the source of trust of the boarding high school students in the dimensions of trust and communication among peer attachments, Urban students scored significantly higher than rural students;

(5) Self-esteem acts as an intermediary between peer attachment and loneliness.

Key words: Boarding; peer attachment; loneliness; self-esteem

引 言

随着我国经济的快速发展与人民生活水平的提高，国家不断加大对教育的投入并逐渐优化配置教育资源，调整学校布局，再加之部分民间人士参与其中，例如马云公益基金倡导：“乡村寄宿制学校”，寄宿学校越来越多。

当前新形势下，社会发展激增了一系列的教育需求，学校管理模式也在不断创新，寄宿模式也是屡见不鲜^[1]。寄宿学校因为可以帮助儿童养成良好的生活习惯和提升自我管理能力，弥补家庭教育的不足，寄宿制会因为这些优势受到学生家长的欢迎和肯定。但是，寄宿生活真的对学生的身心发展有益吗？很多学者对这个问题有不同的看法^{[2][3]}。现在越来越多的研究表明，寄宿学生的心理健康会存在一些问题，例如更加敏感，情绪更容易激烈，孤独、环境适应等问题。

高中是学生从青春期过渡到成人阶段的关键时期，也是需要我们去关注的阶段。这一时期孩子的心理矛盾很容易加剧，首先是因为孩子们需要自己去面对更复杂的人际关系和高强度的学习任务，其次是因为身心发展让他们变得更加脆弱和敏感^[4]。进入高中之后，学生由于面临高考压力、课业负担加重、不能融入宿舍集体，想念家人和外校朋友等多种因素很容易产生不良情绪。有研究指出寄宿生会出现环境适应不良、孤独、情绪抑郁焦虑等心理健康问题^[5]；也有研究显示，与父母沟通越少，学生越倾向于自责^{[1][6][7]}。这些严重影响着高中学生的学习和生活质量。而与走读的学生相比，寄宿生更多的会从学校内部寻求人际交往对象，获取社会支持，通俗来讲，寄宿生生活在相对封闭的活动空间，必须遵从学校的时间安排，因此只能更多的从学校环境中寻找归属感和安全感^[8]。

伴随着近年来积极心理学研究的热潮，通过培育高中生的心理适应能力和为之创造更为有利的成长环境以促进高中生的积极适应和健康发展这一重要课题不仅仅得到了心理学研究者、更得到了社会工作者以及教育工作者的高度关注。而本研究拟通过对寄宿高中生依恋、孤独感与自尊的关系研究以为缓解寄宿高中生的孤独感提供有效措施。

第1章 文献综述

1.1 孤独感的定义及相关研究

孤独感是个体因人际关系和社交不良产生的不愉快的孤立状态。本文所采用的是 Weiss 的观点，即认为孤独感是由于个体的实际交往能力与其渴望达到的交往能力之间存在的较大差距而产生的心理障碍^[9]。

关于高中生孤独感的研究，国内集中在两个方面，第一个方面是在了解高中生孤独感现状的同时，探究其形成原因。孙经等人的调查结果显示学生中无孤独感的占 38.1%，有重度孤独感占 5.7%，较重占 8.0%，中度占 14.8%，轻度占 33.4%，不同的性别、学校的类型、学段、是否住宿、是否长期与父母一起生活、学习成绩对中学生孤独感均有影响；王士栋的研究分析了高中生孤独感产生的因素，他发现高中生孤独感产生的原因主要来自于学校和家庭。高中生与家人的交流情况、学习的压力、友谊的质量都与高中生的孤独感有密切联系^[10]。张娟通过调查发现，高中生的独生子女的孤独感得分显著高于非独生子女，高二年级孤独感得分显著高于高一年级，父母的教养方式和学历会影响高中生的孤独感，与祖父母一同生活的高中生孤独感最强^[11]。第二个方面是关系研究，将孤独感与心理健康等其他因素相联系，探究它们之间的关系。李仲平以高中生为研究对象，探讨孤独感与内外因素之间的关系，发现孤独感与家庭功能和社会知觉有显著的负相关，它们对孤独感有直接的负向预测力^[12]。孙经等人用分层整群抽样的方法调查了 21870 名中学生，发现中学生孤独感与心理健康状况密切相关；综上所述，我们不难发现高中生或多或少都存在一定的孤独感，张娟认为是青少年时期是青少年孤独感发生和发展的高危期，在这一阶段学生的孤独感会比其他年龄阶段更加常见^[13]，并且由于孤独感与心理健康状况关系密切，所以更应该引起我们足够的重视。研究发现，孤独感常与父母教养方式、自身的依恋类型等相关，这为本研究探究寄宿高中生同伴依恋和孤独感的关系提供了一定的理论基础，同时由于孤独感与心理健康相联系，所以探究其内在机制就尤为重要。

1.2 同伴依恋的定义及相关研究

依恋是个体与重要他人（尤其父母）形成的稳固而持续的情感联结。依恋起源

于孩子第一次尝试社会行为——与母亲（看护者）的联结，婴儿期期间婴儿与母亲（看护者）开始逐渐形成情感联结，个体在成长的过程中还会与家庭以外的他人建立持久的依恋联结，其中包括同伴依恋，师生依恋等^[14]。同伴依恋是指青少年与其同伴间建立的二者互有的亲密的感受和相互给予支持、温暖的关系^[15]。

Bowlby 认为，激发人类在需要的时候去向那个重要的他人(即依恋对象) 寻求亲密感的人类依恋行为系统是与生俱来的，Ainsworth 等人用“陌生情境法”将母婴依恋划分成了安全型，焦虑—矛盾型、焦虑—回避型和混乱型四种类型，这种早期的依恋模式影响着个体在将来对人际关系的期待^{[16][17]}。其中，Hazen 和 Shaver 最早将 Bowlby 的分类法拓展到成人依恋研究中^[18]，研究者们将成人依恋风格分为安全型、焦虑—矛盾型和回避型三种，因为它无法区别属于同一种类型的个体之间具体有些什么差别，以及它有限的统计效力因而受到批评^{[19][20]}。张国华等人通过对北京 404 名中学生的调查，发现同伴依恋中的疏离维度与自我认同和网络成瘾有显著的相关，并且同伴依恋中的疏离维度可以显著预测青少年网络成瘾^[21]。戴晓阳等人对 422 名高中生施测，探究了高中生的依恋类型与独处行为之间的关系，发现害怕型依恋的主要特征是社交回避，安全型依恋个体的主要特点是积极独处，冷漠型依恋个体的主要特点是孤僻，而专注型个体依恋的主要特点是孤独^[22]。贾会丽对 665 名高中生进行调查，探讨高中生依恋与人际信任的关系，并探讨其作用机制，发现高中生依恋与人际关系和自我同情都具有显著相关^[23]。王玉洁等人通过对 858 名青少年进行问卷调查，发现同伴依恋、情绪调节效能感和抑郁情绪有显著相关，并且情绪调节效能感在其中起中介作用，从而得出结论，安全的同伴关系有助于青少年形成良好情绪调节的信念，进而可以降低青少年的抑郁状况^[24]。Laible Carlo 和 Raffadlli 发现在青少年发展过程当中，同伴依恋对青少年心理健康的影响作用相对于父母依恋更大。Wesis 认为：同伴之间稳定的关系能够给青少年提供必要的鼓励和支持，还可以为青少年提供正向的情绪依恋。

综上，我们可以看出，关于高中生同伴依恋的研究较少，大多在探究同伴依恋与其他变量之间的关系，大约可以分成两个类型，第一类是依恋类型的调查研究，看各个依恋类型在高中生群体中的分布情况，单纯对依恋类型调查的研究比较少，更多的为第二种类型，探究同伴依恋与其他变量，像心理健康、独处行为、人际关系、社会能力等的关系研究，并探讨其中的作用机制，从而提出一些相应的建议。本研究旨在了解寄宿高中生同伴依恋特点的基础上，探讨其对孤独感的影响，并考

察自尊在其中所起到的作用。

1.3 自尊的定义及相关研究

一种观点认为自尊是对自己的综合价值的肯定，受自己做事成败的自我肯定、他人评价、社会比较的影响，即自我价值感；另一种观点认为自尊最先呈现为自我尊敬与自我爱护，然后自尊还包括他人、集体以及社会对自己尊重的期许，简单讲自尊是个体对自己社会角色进行自我的评价结果，也就是自我尊重。国内黄希庭学者认为自尊是在社会生活中，个体感知和评价作为客体的自我对主体的自我和社会主体的积极的情感体验，即自我价值感。本文采用黄希庭老师的定义。

国内对高中生自尊的研究比较多，以关系研究为主，其中也有部分是对自尊内部结构的探究。张丽华等人通过理论分析和问卷调查的方式，发现高中生自尊结构包括自我胜任感、重要感、归属感和形象感四个方面，并编制了高中生自尊自评问卷^[25]。孙志风通过对 885 名高中生的调查，探究其自尊的特点，以及与心理健康、学业成绩之间的关系，结果发现高中生心理健康的调节变量是自尊，并且在性别和年级的人口学变量上差异显著；个体早年自尊得到满足的程度直接影响其成年后的心理健康^[26]。杨昭宁通过对高一高二学生调查，发现高中生的自尊不存在性别差异，但发现自尊和人际信任呈现显著相关，表明在影响人际信任的因素中包含自尊，并且自尊是很重要的一个因素^[27]。张伟娟调查农村 140 名高三学生，发现农村高三学生的自尊处于中等偏上的水平，自尊并无性别差异，并且自尊通过解决问题和自责的应对方式来对主观幸福感产生部分影响^[28]。

综上，我们不难发现，自尊与人际关系、心理健康等多种变量都具有显著的相关，同时自尊更多以中介或者调节变量出现在各研究中，本研究也在探究自尊在同伴依恋和孤独感中所起的作用。

1.4 高中生同伴依恋与孤独感关系的相关研究

研究者将孤独感的产生原因按其重要性依次归为：早期的依恋方式，人格因素，个体消极的认知和应对，社交技能的缺乏和社会性忽略等。已有研究表明，依恋与孤独感关系密切，依恋安全的个体比其他依恋类型个体体验到更少的孤独感^[29]。调查显示安全型依恋类型与孤独感呈负相关，安全依恋的人一般会建立积极健康的人际关系，并因个体对自己和他人的积极正向的评价带来的安全感来获取对孤独感的

免疫。恐惧型依恋类型与孤独感呈显著的正相关,恐惧型依恋类型得分越高,孤独感得分越高,恐惧型依恋类型得分高的人通常会拒绝和别人建立亲密无间的关系,再加上一般采取疏离、回避等不良的应对方式,因而个体很容易有孤独的感受^{[30][31]}。专注型依恋类型与孤独感成负相关,专注型的个体通过主动的人际交往来获得自尊,积极主动的进行社交的原因是他们害怕失去亲密关系,然而在这种不健康的人际关系中,个体自身又很容易感受到孤独感。据调查统计,忽视型依恋类型与孤独感呈现不显著相关。忽视型个体认为只有自己才是值得信任和依靠的,而他人不值得信赖^[32],因为他们认为没有亲密关系也是很舒适的,所以他们并不会轻易感受到孤独。从发展心理学来看,建立有意义的人际关系是青少年主要的发展任务之一,如果在此阶段没有建立良好且安全的同伴依恋关系,个体体验到的孤独感就会更为强烈^[33]。

心理动力学理论认为:孤独感体验是以个体早期情感关系和人际依恋为基础的,这也在暗示着作为一种比较重要的情感关系,依恋可能会影响着个体的孤独体验^[34]。

综上所述:不同的同伴依恋类型都会影响孤独感。

1.5 高中生同伴依恋与自尊关系的相关研究

国内虽未有直接探究同伴依恋与自尊两者关系的研究,但是探讨依恋和自尊的关系研究却不少。依恋理论认为,个体对自身的评价、基本感受会来源于早期与个体的抚养者的交往经历,尤其是母亲,健康的亲子关系的儿童的自尊往往较高,他们感觉自己是有能力且自信的;不健康的亲子关系会让儿童感觉自己是没有价值且不被人喜欢的,这些儿童的自尊较低^[35]。

杨安博通过对四个地区高中生进行调查,发现学生对父亲的依恋焦虑、依恋回避和学生的自尊均与学生的学业成就呈显著的正相关,学生对父亲的依恋回避和依恋焦虑可以预测高中生的自尊和学业成就^[36]。谢玲平为考察中学生依恋与安全感对自尊的影响,对700名中学生进行了调查,发现依恋与安全感都可以正向预测自尊。安全感在父母依恋和自尊之间起着部分中介作用,从而得出学生的依恋可直接正向影响自尊,也可以通过安全感影响自尊^[37]。张诗敏认为依恋对个体的成长和自尊的形成具有深远的影响,她采用内隐联想测验来测量自尊,采用亲密关系量表来测量依恋,在此基础上考察自尊和依恋的关系,发现内隐自尊和依恋的焦虑维度两者之间成负相关,则与依恋的回避维度成正相关^[38]。琚晓燕通过对浙江两个城市的519

名初一到高三的学生调查,发现同伴依恋与父母依恋都对自尊有着不同程度的预测力,其中对自尊预测力最强的是母亲依恋,其次是同伴依恋和父亲依恋^[39]。

综上,我们发现,自尊和依恋有显著的相关,并且依恋对自尊有正向预测作用,一个具有安全依恋关系的个体会让他自己产生自信,并让他相信自己是有能力有价值的,从而提升个体自身的自尊水平,反之,一个人如果没有形成安全的依恋关系,就会让个体认为自己是不受欢迎的,从而降低他们的自尊水平。

1.6 高中生自尊与孤独感关系的相关研究

在探讨自尊和孤独感关系的研究中,以往更多是以大学生、儿童为研究对象,较少有以高中生为研究对象的,但结论大致相同,即自尊和孤独感具有显著的负相关。

咎旻通过对四川省绵阳市两所非寄宿制学校和两所寄宿制学校四、五、六年级共 548 名学生进行自尊和孤独感的研究,调查发现四、五、六年级学生的自尊与孤独感呈现显著负相关,也在说明自尊可以很好的预测孤独感^[40]。杨雨露为探讨流浪儿童的孤独感、自尊与社会支持三者之间的关系,对 75 名流浪儿童进行调查,结果发现社会支持、自尊与孤独感呈显著的负相关。他们还进行了回归分析,结果表明社会支持、自尊显著负向预测孤独感,自尊在社会支持与孤独感之间起部分中介作用^[41]。王继玉对 303 名大学生调查发现:自尊与孤独感之间存在负相关,与生活满意度存在正相关,自尊在孤独感与生活满意度之间起部分中介的作用^[42]。于绪丽通过对 211 名大学生进行调查,发现大学生孤独感在年级上具有显著差异,大学生孤独感与自尊、社会支持三者之间有显著的负相关,孤独感可以较好的预测自尊和社会支持^[43]。张连云采用问卷法、访谈法对 264 名留守儿童和 213 名非留守儿童进行调查,探究儿童孤独感的影响因素,发现自尊对留守儿童的孤独感具有显著的负向影响,同时家庭亲密度、同学支持、自尊、教师支持这几个变量共同反向影响留守儿童的孤独感^[44]。

综上我们不难发现,自尊与孤独感具有相关性,并且成显著性负相关,但是因为缺少以高中生为研究对象的调查研究,所以研究结论对高中生这一处在青春期特殊时期的学生群体是否适用,还需要进一步去验证。

1.7 高中生同伴依恋、孤独感和自尊关系的相关研究

班兰美认为早期与父母的依恋方式是孤独感产生的最重要的原因之一，她通过调查 439 名大学生孤独感的特点及其与自尊、依恋的关系，结果显示大学生孤独感、自尊与依恋三者之间存在显著的相关，依恋的三个维度安全、恐惧和焦虑可以显著预测大学生的孤独感，当控制依恋的预测作用之后，会发现自尊对孤独感的预测作用依旧显著，可以得出自尊在依恋与孤独感间起中介作用^[45]。李彩娜等人调查了 500 名大学生，结果发现大学生的孤独感呈现性别差异，而且男生的孤独感得分会显著高于女生的孤独感得分，大学生的依恋、孤独感与自尊之间有着显著相关，依恋可以显著预测大学生的孤独感，自尊在中间起部分中介的作用^[46]。王翠萍通过对 323 名农村初中生调查，发现农村初中生的孤独感处在中等水平，孤独感、自尊与同伴依恋之间显著相关，同伴依恋、自尊显著影响初中生孤独感，且自尊在二者之间起部分中介作用^[47]。胡静初等人在网上发放问卷和发放纸质问卷的方式，调查 202 名男同性恋者，发现男同性恋者孤独感水平和依恋焦虑水平均显著高于男异性恋者，自尊水平和依恋回避水平显著低于男异性恋者，自尊在依恋焦虑和孤独感之间起着部分中介的作用^[48]。张兴对 311 名的老年人进行了调查，结果发现孤独感会在依恋焦虑对主观幸福感的影响中起到部分中介的作用，孤独感会在依恋回避对主观幸福感的影响中起到完全中介的作用；而自尊在依恋回避、依恋焦虑对主观幸福感的影响中不起中介作用；孤独感与自尊会在依恋回避和依恋焦虑对主观幸福感的影响中起到链式中介的作用^[49]。自尊不仅是依恋内部工作模式的重要组成部分，而且自尊是具有自我评价性成分的人格变量，作为人格变量的自尊会影响个体的情绪情感，也可以理解为自尊连接着依恋与孤独感，在依恋和孤独感的关系当中，会通过自尊起作用。

综上，我们发现，虽然少有以高中生为研究对象的调查，但以大学生、老年人，甚至男同性恋等人群的研究，得到的结论基本相似，即依恋、孤独感和自尊之间是有显著相关的，同时自尊在其中起部分中介的作用，所以本研究猜想，将此结论推广到寄宿高中生这一群体，也同样适用。

第2章 问题提出及研究设计

2.1 问题提出

这些年来，孤独感这个话题越来越受到心理学家的重视，成为一个热门的话题，这与社会的需求也是密不可分的，孤独感，作为一种负性的情绪体验，对我们的身心健康都会造成影响，对于寄宿中学生来说，更为明显。有研究表明寄宿环境中的青少年更容易感知到冲突，更少感知到人际关系支持。寄宿生具有既渴望与他人建立亲密关系同时又想远离人群的矛盾心理，因而会产生更多的心理问题。

了解个体的孤独感对人类适应学校社会和身心健康有着重要意义。目前国内外已有不少关于依恋，自尊和孤独感的相关研究，但大多都是关于大学生的，也有针对特定群体的研究，例如男同性恋者^[32]，但缺乏对中学生，尤其是寄宿中学生这一特殊群体的研究，同时，以往的研究更多关注依恋这一大的类别，而很少针对同伴依恋进行研究，我们知道中学生，尤其是寄宿中学生，由于长年在学校生活，所以更多是面对同伴之间的关系。与父母接触较少，同时青春期这一自我意识飞速发展的时期，同伴关系渐渐超越父母关系，成为影响中学生的主要因素，所以需要单独探讨同伴依恋，不能把三种依恋一概而论。本研究将对象确定为寄宿高中生，通过探讨其孤独感，自尊与同伴依恋现状及三者之间的关系，为缓解寄宿高中生的孤独感提供理论支持。

2.2 研究目的及意义

目的：探讨寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感之间的关系，探究自尊在其中所起的作用。

理论意义：本研究通过对寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感三个变量之间的关系和自尊作用的研究，为减轻寄宿高中生孤独感提供理论支持。

实践意义：将自尊在寄宿高中生同伴依恋与孤独感间的关系作用特点的研究成果运用到实际教学当中，帮助和改善高中生的孤独感。

2.3 研究内容

- 1、考察寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的一般特征。
- 2、考察寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感之间的关系。

3、考察寄宿高中生的同伴依恋是否以自尊为中介影响孤独感。

2.4 研究对象和研究假设

2.4.1 研究对象

以某中学学生为研究对象，共发放 371 份纸质问卷，回收 371 份，回收率 100%，剔除 3 份未完成的问卷，有效问卷为 368 份，问卷有效率为 99.2%。（被试基本情况见表 1）

1、被试基本情况表

变量		人数 (N)	百分数 (%)
性别	男	190	51.6
	女	178	48.4
年级	高一	104	28.3
	高二	125	34.0
	高三	53	14.4
	复读生	86	23.4
生源地	城市	164	44.6
	农村	204	55.4
寄宿	寄宿生	336	91.3
	非寄宿生	32	8.7
独生子女	是	44	12
	否	324	88
父母婚姻状况	原配	343	93.2
	离异	14	3.8
	丧偶	5	1.4
	重组	6	1.6
母亲学历	初中及以下	207	56.3
	中专	47	12.8
	高中	62	16.8
	大专	24	6.5
	本科及以上	28	7.6
父亲学历	初中及以下	202	54.9
	中专	41	11.1

高中	59	15.3
大专	45	11.7
本科及以上	21	5.4
总计	368	100

2.4.2 研究假设

- 1、安全型和非安全型人数分布在性别和年级上存在差异；
- 2、寄宿高中生在同伴依恋的部分维度上边存在人口学变量差异；
- 3、寄宿高中生在孤独感上存在年级差异；
- 4、自尊在同伴依恋与孤独感之间起中介作用。

2.5 研究工具

（1）同伴依恋量表（Inventory of parent and peer attachment, IPPA）

由 Armsden 和 Greenberg 编制，其中包含父子依恋、母子依恋和同伴依恋三个分量表，各有 25 个项目，每个分量表分三个维度：信任、沟通、疏离，划分标准为量表的平均分，依恋质量分为两种，分别是安全型和不安全型。以下是操作方法：当疏离分数小于或等于 3，信任分数大于或等于 3，沟通分数大于或等于 3，划分为安全的依恋关系，其它则为不安全的依恋关系。该量表具有良好的信效度，本研究中该量表的内部一致性信度为 0.78。

（2）自尊量表(The self-Esteem Scale, SES)

自尊量表是美国心理学家 Rosenberg 编制的，共由 10 个条目组成，属于自陈量表，其中 5 道为正向计分，5 道为反向计分。在此设计中充分考虑了测定的方便，受测者可以直接报告这十条描述是否与他们自己一致，一共四级评分，非常符合用 1 来表示，符合用 2 来表示，不符合用 3 来表示，很不符合用 4 来表示。分数相加，即受测者的自尊分数，分数越高，自尊的程度就越高。本研究中 SES 内部一致性信度为 0.72。得分 15 分以下，说明自尊水平很低，15 分到 20 分自尊水平较低，20 分到 30 分为正常水平，30 分到 35 分为自尊水平较好，35 分以上为自尊水平很高。

（3）孤独感量表（University of California at Los Angeles, UCLA）

UCLA 孤独感量表一共包含 20 个项目，其中含 9 个反向计分项目，采用 1（从不）~4（一直）评分，总分 80 分，分值越高，孤独感体验越严重。该量表的内部

一致性信度为 0.83。得分 28 分以下为低孤独，28 分到 33 分为一般偏下孤独，33 分到 39 分为中间水平，39 分到 44 分为一般偏上孤独，44 分以上为高孤独。

2.6 统计方法

采用 SPSS 21.0 和 Amos21.0 对数据进行分析。

第3章 研究结果

3.1 共同方法偏差检验

本研究都是由被试自我报告，可能会存在共同方法偏差；在数据收集时虽使用了匿名的形式并且部分题目反向计分进行施测，但是为进一步提升研究的严谨性，使用 Harman 的单因素检验法进行共同方法偏差的统计检验，结果显示，因子的特征值大于 1 的有 24 个，并且首个主成分的方差解释率为 12.99%，低于临界值，因而判断本研究无明显的共同方法偏差。

3.2 寄宿高中生同伴依恋的基本情况

本研究共调查 368 名高中生，其中寄宿生有 336 人，占总人数的 91.3%，在寄宿高中生中，安全依恋型的有 212 人，占寄宿高中生的 63.1%，不安全依恋型的有 124 人，占寄宿高中生的 36.9%。（详情见表 1）

1、参与调查寄宿高中生依恋类型结果统计

	人数（n）	百分数（%）
安全型	212	63.1
不安全型	124	36.9
总计	336	100

3.3 寄宿高中生依恋类型在性别、年级和生源地上的分布

由于被试人数在寄宿与否、是否独生子女、父母婚姻状况、母亲学历、父亲学历上的差异较大，我们在此只考察寄宿高中生安全型和不安全型两种依恋类型在性别、年级和生源地上的分布，卡方检验表明安全型和非安全型人数分布在性别和年级上存在差异。（见表 2）

2、寄宿高中生依恋类型在性别、年级和生源地的分布（%）

		安全型	不安全型	χ^2
性别	男	101（57.7）	74（42.3）	4.89*
	女	111（69.4）	49（30.6）	
年级	高一	69（75.0）	23（25.0）	8.39*
	高二	69（57.0）	52（43.0）	

	高三和复读	74 (60.7)	48 (39.3)	
生源地	农村	114 (59.1)	79 (40.9)	3.48
	城市	98 (69.0)	44 (31.0)	

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

3.4 自尊和孤独感在不同依恋类型上的差异

t 检验表明，安全型学生自尊得分显著高于不安全型学生，不安全型学生孤独感得分显著高于安全型学生。（见表3）

3、自尊和孤独感在不同依恋类型上的差异（ $M\pm SD$ ）

	安全型 ($N=212$)	不安全型 ($N=123$)	t
自尊	28.46 ± 4.95	25.33 ± 5.74	5.25***
孤独感	40.31 ± 7.91	49.26 ± 9.77	9.14***

3.5 寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的人口学差异

由于是否寄宿、是否独生子女、父母婚姻状况、母亲学历、父亲学历在被试人数上差异较大，所以本研究不做差异性检验，只对性别、年级和生源地上不同的被试的得分做差异检验。

3.5.1 寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的性别差异

本研究调查了175名男寄宿高中生和161名女寄宿高中生， t 检验表明男、女生只有在同伴依恋的沟通维度上差异显著，并且女生的得分要显著高于男生，而在同伴依恋的其他维度以及自尊和孤独感上，男女之间并无显著差异。（详情见表4）

4、寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感各维度得分的性别差异（ $M\pm SD$ ）

	男（ $N=175$ ）	女（ $N=161$ ）	t 值
信任	3.47 ± 0.79	3.53 ± 0.64	0.78
沟通	3.30 ± 0.82	3.51 ± 0.68	2.51*
疏离	2.56 ± 0.72	2.49 ± 0.62	0.87
自尊	27.19 ± 5.92	27.45 ± 4.89	0.44
孤独感	43.92 ± 10.52	43.19 ± 8.62	0.69

3.5.2 寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的年级差异

因高三和复读生人数较少，与其他年级差异大，现将高三和复读生合并处理，分析表明，在沟通、疏离和孤独感三个方面存在年级差异，经事后检验可得，在沟通维度，高一年级的得分显著高于高二年级，其他年级间无显著差异；在疏离维度上，高二年级的得分显著高于高一年级的得分，其他年级之间无显著差异；在孤独感上，高一年级的得分显著低于高二年级、高三年级和复读生的得分。（详细情况见表 5）。

5、寄宿高中生同伴依恋各维度、自尊和孤独感得分的年级差异（M±SD）

	高一（N=92）	高二（N=121）	高三和复读（N=122）	F 值
信任	3.65±0.78	3.40±0.76	3.50±0.62	2.99
沟通	3.58±0.75	3.26±0.81	3.40±0.71	4.89**
疏离	2.39±0.61	2.61±0.76	2.54±0.61	3.25*
自尊	27.78±5.47	27.07±4.81	26.63±7.23	0.55
孤独感	41.17±11.24	45.06±9.16	43.92±8.47	4.26**

3.5.3 寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的生源地差异

本次调查的寄宿高中生中，一共有 142 名生源地为城市的学生，194 名生源地为农村的学生，发现在同伴依恋的信任 and 沟通维度城市学生的得分显著高于农村学生的得分，然而在其它方面，城市和农村学生并无显著差异。（详情见表 6）

6、寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感各维度得分的生源地差异（M±SD）

	城市（N=142）	农村（N=194）	t 值
信任	3.64±0.70	3.40±0.72	3.07**
沟通	3.53±0.70	3.31±0.80	2.67*
疏离	2.46±0.68	2.56±0.67	1.56
自尊	26.70±5.64	27.76±5.26	1.78
孤独感	43.20±9.50	43.90±9.77	0.73

3.6 寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的关系

采用 Pearson 相关分析，考察寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感的关系，结

果发现寄宿高中生其信任与沟通维度和自尊有显著的正相关，与孤独感具有显著的负相关，疏离和自尊也具有显著的负相关，与孤独感有显著正相关，自尊与孤独感有显著负相关。（详细情况见表7）

7、寄宿高中生同伴依恋、自尊和孤独感各维度的相关

	信任	沟通	疏离	自尊
自尊	0.30**	0.25**	-1.36*	
孤独感	-0.59**	-0.60**	0.47**	-0.31**

3.7 自尊在同伴依恋和孤独感之间的中介作用

为了进一步探讨自尊、同伴依恋和孤独感之间的关系，使用 Amos21.0 进行中介效应分析，详见图1，该模型的各项拟合度指标良好（NFI=0.93，RFI=0.86，IFI=0.93，CFI=0.93）。同伴依恋对自尊和孤独感的预测显著（ $p<0.001$ ），自尊对孤独感的预测作用显著（ $p<0.05$ ）。同伴依恋对孤独感的直接效应量为 0.38（ $p<0.05$ ）；同伴依恋对孤独感的间接效应量为 0.54（ $p<0.05$ ），说明自尊会在同伴依恋对孤独感的作用当中起中介作用。

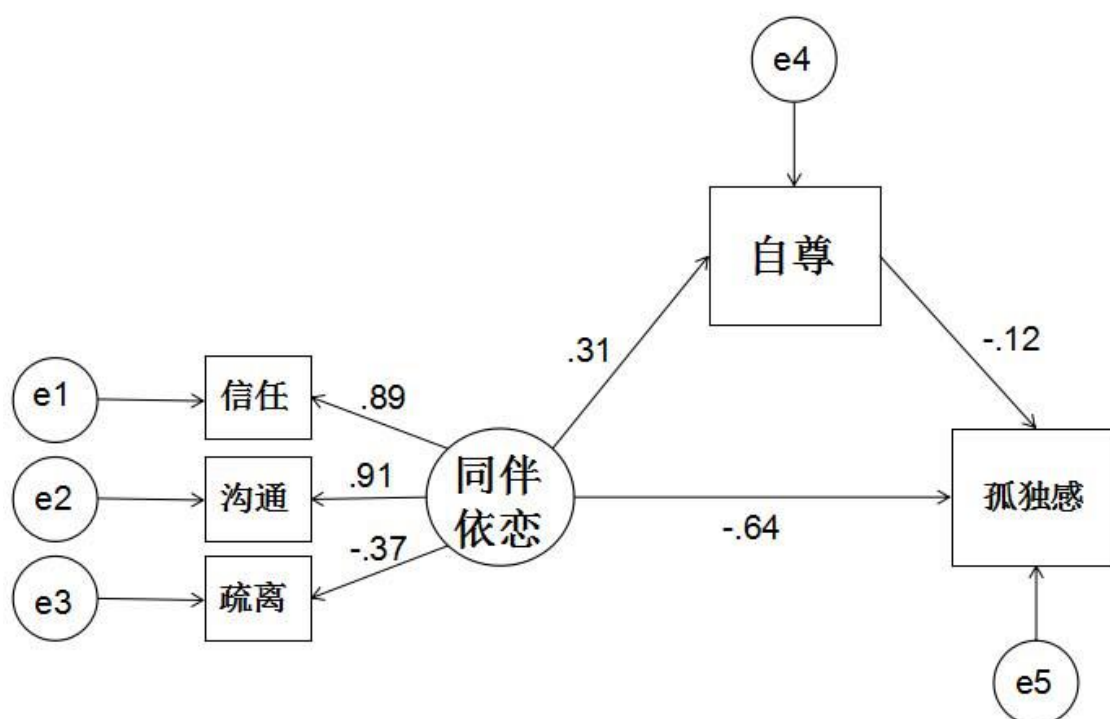


图1 同伴依恋、自尊和孤独感的关系图

第4章 讨 论

4.1 寄宿高中生同伴依恋的特点及人口学差异

从本次的调查可以看出,虽然大部分寄宿高中生的同伴依恋类型为安全型,但是也有三分之一的学生的安全依恋类型是非安全型的,袁军的调查结果表明安全型的同伴依恋个体总数大约占总调查人数的65%~70%,而其他依恋类型的个体总数约占30%,李小青等调查人员同样也发现同伴安全型的比例也是最高的,而恐惧型的人数占比最低,这个调查结果也与陈丽君和Batholome的结论相一致。本研究结果也与以往研究结果相一致,也在说明还有部分学生并没有与同伴之间建立相互信任的关系,在与同伴交往方面有一定的问题。

高中生正处在青春期,而这一时期学界普遍认为有这样一种转变,这种转变是高中生的依恋对象会由父母转向同伴,友谊在青少年的学习与日常生活中变得愈加重要,在这一阶段高中生通过良好的同伴关系给予他们安全感,提供给他们大量的情感支持。也有依恋研究者曾经预测,一个亲密的同伴最终会取代父母,逐渐成为个体情感支持的等级之首^[50]。尤其是个体在青少年这一时期的社会适应和情绪调节能力可能会因为不同的同伴依恋关系在今后的生活中沿着不同的轨迹发展^[51]。总之,如果青少年可以获得良好的同伴依恋关系,就可以降低他们感受到高孤独感的概率,而且也会对青少年的人格和社会性发展产生积极影响;反之,如果青少年获得不良的同伴依恋关系则很容易产生孤独感,并且还有可能导致对他人抱有消极期待,无法有效沟通,最终损害社会功能^[52]。

4.1.1 寄宿高中生同伴依恋的性别差异特点

在依恋的三个维度中,本研究发现显著的性别差异只存在于沟通这一维度,在这一维度上女生的得分显著高于男生的得分,在信任和疏离维度并没有显著差异。已有研究表明,更多的女孩报告了对同伴的依恋^[53]。意大利研究者使用IPPA同伴依恋分量表调查了1059名13到18岁的学生,其中574名女性、402名男性(83名没有报告性别),发现男女生的同伴依恋性别差异显著,进一步分析发现,性别在疏离维度上差异不显著,在信任和沟通维度上差异显著,皆为女性的分数显著高于男性的分数,该结果表明男性与同伴相处时有更高的不安全感,女性对同伴更容易产生积极的依恋。日本的一项研究发现,同伴依恋安全型风格的女孩的数量显著

多于男孩，但研究者认为该差异也有可能仅表现在青少年晚期。对此合理的解释是女孩比男孩会更早的脱离家庭联系，并与更多的同伴建立关系^[54]。这一结果也说明，男性和女性拥有不同的亲密感的发展轨迹^[55]。本研究也发现，在县级寄宿高中，女生的安全型依恋人数占比高于男生，这与以往的研究结果一致。虽然女性的认同感更多源于亲密关系，但女性比男性更加敏感，女生只有有了足以信任的闺蜜，才会对他人建立信赖感，而男孩子更倾向于与同伴接触交流。造成男女生在同伴沟通上的差异可能与以下几个原因相关：女孩沟通方式的习得更多的来源于模仿母亲，从小教导以温柔的方式与人沟通，而男生沟通方式的习得更倾向于模仿父亲，从小经常以下命令的方式沟通；女性更加重视分享美的东西，传递感情，在与别人聊天时，她们总是耐心地聆听谈话内容、感受所传达的感情，通过这样的形式来表现她们对别人的爱和尊重；而男性更关注能力和效率，他们一般喜欢通过获取成就来体现个人价值，所以他们在谈话过程中会更多的通过提供解决办法来体现自己的能力；心理学家 Bem 的性别特质理论提到：女性擅长与人交流沟通，并与之建立各种各样的情感连接；然后将内心的孤独通过人际交往上的相互支持与滋养有效排遣，而许多研究也支持了这一观点。

4.1.2 寄宿高中生同伴依恋年级特点

本研究发现，寄宿生在同伴依恋的沟通、疏离维度上存在显著的年级差异，经事后检验得到：在沟通维度高一年级得分显著高于高二年级；在疏离维度，高二年级得分显著高于高一年级得分；卡方检验表明安全型和非安全型人数分布在年级上存在差异。这与已有研究结果存在差异，李可欣以广州市某三所普通高中中学生为被试，高一年级 199 人，高二年级 171 人，通过 ECR 量表测试，结果表明在普通高中高一、高二年级学生同学们的依恋得分差异并不显著^[56]，造成这种差异的原因可能是由于高一年级在进入高中之后，对高中的校园生活以及新的寄宿方式充满好奇，加之学业负担较轻，因为寄宿的原因校园活动比一般高中更多，高一年的学生通过各种各样的活动不断建立新的同伴关系，与同伴取得沟通并成为志同道合的朋友，再加上县里只有一所高中，在这所高中会遇到小学和初中的同学，同伴关系的建立相对来讲更为轻松；而高二年级的学生由于学科内容以及难度的加大，投入学习的时间较多，减少了与同伴之间的沟通，并且在与同伴交往中由于缺少沟通，学习压力大以及学业竞争关系导致与同伴之间产生疏离。

4.1.3 寄宿高中生同伴依恋生源地特点

在生源地方面，城市的学生在信任和沟通方面要好于农村的学生，这或许与他们所成长的环境有关系。与农村学生相比，城市学生的生活条件和周围环境会好一些，在与人沟通时，会更加自信一些。之前有些研究并未发现同伴依恋存在生源地差异，例如在谌俏通过选取湖南省某两所职校不同专业不同年龄的 509 名高职生进行的同伴依恋的问卷调查中，通过使用独立样本 t 检验的方法探讨高职生同伴依恋的生源地差异，其结果显示，高职生在同伴依恋的三个维度上并没有显著差异，总分差异也不显著^[57]。造成此差异的原因可能是本研究的被试是县级的寄宿高中生，而谌俏的研究是以湖南省的俩所职校生为被试，虽然两个研究中被试年龄相似，但是职校和寄宿高中在管理方式上并不相同，高中生面对较大的高考压力，学校对他们的管理更加严格，学校要求不能使用手机，所以学生在同伴交往中更倾向于面对面的交往，同伴交往的渠道受到了限制，生活与学习环境更加单调，而职校的高中生在学校管理上较为宽松，学生高考压力小于寄宿高中生，同伴交往中可以使用网络、面对面等多种的方式，所以无论是农村的孩子还是城市的学生都能在相对自由的环境，通过不同的方式形成高质量的同伴依恋。

4.2 寄宿高中生孤独感的人口学差异

本研究表明，不同性别和生源地的高中生，他们的孤独感得分并无显著差异，这与以往的研究一致^{[20][22][23]}，但是不同年级高中生的孤独感得分有显著差异，在本调查结果中高一年级的得分显著低于高二、高三年级的得分。在张珍伟等人的研究中通过选取西安市一所高中三个年级十个班级 435 名的学生为被试，对他们的孤独感进行考察，发现不同年级高中生的孤独感的差异并不显著。此次研究结果和张珍伟等人的研究结果产生差异，究其原因，或许是因为在寄宿高中当中高一学生进入一个新的环境，虽然会出现适应性问题，但是因在学校中有很多认识的小初同学，并没有因为升学导致与之前的同学分开，反而与部分小学同学也在一起了，再加上高一学生与初中同学因为刚刚毕业一直保持密切的联系，通过丰富的文化活动学生可以在原有的同伴基础上逐渐认识新的朋友，扩大朋友圈，因此高一年级的学生孤独感得分较低；高二学生面临文理分科，由于分科会分到不同的班级、要面对和适应新的班级环境，并且随着学业难度加大、内容增多，这些都让高二学生的孤独感得分变高；学生步入高三年级高考的压力随之而来，已经开始明白自己的最重要任

务是学业，学校更为严格的管理使得自己可以安排的时间更少，因而高三阶段学生的孤独感得分也偏高^[58]。

4.3 自尊的中介作用

本研究表明，自尊在依恋与孤独感之间起中介作用，这与以前的研究也是一致的^[59]，这可能基于以下几个原因：首先个体的情绪情感会受到作为自我意识中具有评价性成分的自尊的制约；其次个体与他人人际关系好坏可以通过自尊系统来反映，自尊系统可以用来度量个体对他自己和社会尤其是和重要他人之间的关系，通过度量也可以反映个体是否拥有友好的长久的人际关系^[60]；再次，自尊是与情感和认知以及人际交往方式密切相关的起中介作用的人格变量，这又预示着自尊连接着依恋与孤独感，即依恋在影响个体的孤独感体验中会通过自尊这一中介变量^[61]。也可以这么理解，一个具有安全型依恋的人，他们有自己的可以依靠的对象，并且依靠的对象可以与之相互尊重、理解，因而他们容易形成较高的自尊水平，对自己有更多积极、正面的评价，拥有较好的社会交际能力和良好的人际关系，进而体会到的孤独感就比较少；相反，一个不具有安全依恋的人，他们往往缺乏依恋的对象，或是与依恋的对象无法相互信任和交流，因此会产生对自己负性、消极的评价，不相信自己的能力，所以自尊水平也会比较低，而自尊水平的降低，又会让他们害怕与别人交往，更加逃避，从而产生更多的孤独感。

同伴依恋对孤独感的影响不仅存在直接效应而且还存在间接效应，这一结果不仅仅证明了在青少年的成长中同伴依恋的重要性，而且还很好验证了依恋会通过个体在早期与重要他人互动过程中形成的与自我相关的心理特征对个体心理的状态起作用，而这种内部工作模式的重要成分包含自尊，也是在暗示依恋会通过个体的自尊对个体心理的状态起作用。

第5章 结论及建议

5.1 结论

- (1) 寄宿高中生安全型和非安全型人数分布在性别和年级上存在显著差异；
- (2) 寄宿高中生在同伴依恋的沟通、疏离维度以及孤独感上，存在显著的年级差异，在沟通维度，高一年级的得分显著高于高二年级，其他年级间无显著差异；在疏离维度上，高二年级的得分显著高于高一年级的得分，其他年级之间无显著差异；在孤独感上，高一年级的得分显著低于高二年级、高三年级和复读生的得分。；
- (3) 寄宿高中生仅在同伴依恋的沟通维度存在显著的性别差异，女生的得分要显著高于男生；
- (4) 寄宿高中生在同伴依恋的信任和沟通维度，存在显著的生源地差异，城市学生的得分显著高于农村学生的得分；
- (5) 自尊在同伴依恋和孤独感之间起中介的作用

5.2 对策及建议

5.2.1 家庭教育方面的启示

寄宿高中生的孤独感问题会受到同伴依恋的影响，这就要求不同的同伴依恋类型的学生需要选择适合自己的学校模式以利于学生建立和谐的同伴关系。这样一来，父母和学生在选择高中学校以及决定是否住宿时，需要进行更多的实地考察。不同的寄宿学校的教学风格不同，有的是完全封闭式管理，有的学校除了学习之外还有更多的社团活动等等，不同的孩子适合不同的学习生活方式，父母和孩子可以在实地考察了解之后结合学生的特点再确定适合自己的学校，不要只考虑距离或师资等单方面因素做出决策。

5.2.2 给教师以及学校关于改善寄宿高中生孤独感的建议

在寄宿高中生同伴依恋的人口学变量中，我们发现女生在沟通方面优于男生；在同伴依恋的沟通维度高一年级的得分显著高于高二年级；在疏离维度，高二年级的得分显著高于高一年级的得分；在孤独感方面，高一年级得分显著低于高二年级、高三年级和复读生得分；农村孩子在信任和沟通维度低于城市的孩子，因此我们更加关注男生、高二、高三年级以及农村的学生这四种群体。从三者之间的关系得出，

寄宿高中的教育工作者想让寄宿高中生获得同伴群体的支持与认可，形成良好的同伴依恋，就需要帮助寄宿高中生建立同伴信任，避免同伴疏离，通过朋友的社会支持使寄宿高中生形成积极的自我概念、提高自尊，从而降低他们的孤独感。为达到这一目的，引导寄宿高中生正确处理社会支持、朋友和学业之间的关系就显得尤为重要。

作为寄宿学校的班主任，班主任也“扮演”着高中生家长的角色，这就启示我们：作为高二、高三年级的班主任，老师们要多学习相关心理学知识、开展各类主题班会，在不同的考试节点给到孩子们正确的引导。本调查发现高二年级的同伴疏离会显著高于高一年级，同伴沟通也会显著低于高一年级，针对此结果，高二学生在进行分班之后，团辅活动以及班会也要创新形式并定期开展，以关注学生的心理状态为重要目标其次，班主任还应做好日常的团辅工作和咨询工作，建立团结互助的班级氛围，缓解学生考试压力；另外，还可以开展相关的职业生涯规划课，帮助同学们根据自己的职业规划选取对应的目标院校，最大化的提升学生的成就动机；针对所有的高中生，班主任要给到每一个班级孩子无条件的积极关注，通过各种活动形式给孩子们创设平等互助的班级环境，通过观察挖掘农村学生的优势之处，让农村学生在校生活中实现自身价值，通过对客体自我有积极认知以应对青春期个体所遇到的各种困难，缓解寄宿生的孤独感，促进寄宿生的心理健康发展。

作为心理健康教育老师，在日常的心理教育课中要注重提升学生的沟通技巧，增设相关心理课程以及相关活动，从理论与实践两个方面教授给学生沟通的技巧与方法，在校园当中营造乐于沟通的氛围。在咨询过程中，咨询师应该鼓励来访者调整或者重新建立与依恋对象之间的关系，不是一味的追求绝对的依赖或绝对的独立，而是找到某个平衡点，帮助个体尽可能的转化为安全型依恋。中介变量的检验说明，在干预个体的不安全依恋时，咨询师要注意治本不治标，用恰当合适的方法改变咨询者的内部工作模型，为可能出现的问题打好基底。简单来讲从咨询者的认知，和对他人的想法中做调整，从而使得学生的孤独感有效降低。

因为该调查的院校是属于县级高中，并且整个县只有一所高中，无法让孩子们选择适合自己的学校，这就更要求学校能够提供多元化的学校生活模式：成立多样化的社团，根据本次调查结果显示，男生沟通维度低于女生，为解决此问题学校可以通过调查男生喜欢的社团情况，然后根据学校实际情况成立社团，为男生形成良好的同伴依恋提供途径；设立学校文化节，文化节并不局限于学习类、艺术类，还

可以有美食类、摄影类等等，确保提供的平台可以让每一位孩子都有展示的机会，尤其要关注男生和农村孩子两个群体，确保他们可以在这些活动中获得积极的自我评价，形成良好的自我概念，从而提高这两个群体的自尊水平，减少孤独感；学校要完善心理教育体系，做好日常的监督；另外在不同的年级和群体要进行好体系化的心理教学，对学科教师团队定期开展心理知识培训。

参考文献

- [1] 马欣仪, 凌辉, 李新, 王梦怡. 寄宿与非寄宿小学生学习适应性、心理健康与学业成绩比较. 中国临床心理学杂志, 2013, 21, 497-499.
- [2] 贺武华. 孩子眼中的农村寄宿制小学: 办学现状及发展建议——基于山东蒙阴县8所寄宿制小学的调研. “公平、质量、效率: 农村教育政策的抉择”国际学术研讨会论文集. 吉林: 东北师范大学, 2009. 254-2605.
- [3] 李德亮. 寄宿和走读高中生学业成绩及心理健康状况比较研究——以山东省实验中学为个案. 山东: 山东师范大学, 杨毅. 反思当前寄宿制对学生发展的利弊影响. 2007, 6.
- [4] 林崇德. 发展心理学. 北京人民教育出版社, 1995, 345-386.
- [5] 方华. 小学阶段寄宿对中学时期孤独感的影响, 华中师范大学硕士学位论文, 2014.
- [6] 高雪屏. 儿童青少年多动冲动行为与父母养育方式的关系. 中国临床心理学杂志, 2003, 11, 36-38.
- [7] 杜红梅. 小学高年级学生应对方式与自我意识、家庭功能的关系. 中国特殊教育, 2007, 10, 71-73.
- [8] 张丽锦, 沈杰, 李志强, 盖笑松. 寄宿制与非寄宿制学校初中生心理健康状况比较. 中国特殊教育, 2009, 5, 8286.
- [9] 李彩娜, 石鑫欣, 黄凤, 马婧. 安全依恋的概念、机制与功能. 北京师范大学学报, 2013, 6, 30-37.
- [10] 佚名. 高中生孤独感的分析. 科技风, 2018, 63, 212.
- [11] 张娟. 高中生孤独感与家庭功能关系. 中国公共卫生, 2012, 28, 688-689.
- [12] 李仲平. 高中生孤独感现状与社会自我知觉、家庭功能的关系研究. 青春岁月, 2013, 13, 343-343.
- [13] 孙经, 何健, 张丁. 河南省中学生孤独感现况及其与心理健康关系分析. 中国学校卫生, 2014, 35, 543-545.
- [14] 钟歆, 刘聚红, 陈旭. 青少年同伴依恋: 基于发展的视角. 心理科学进展, 2014, 22, 1.
- [15] 庄鸿娟, 儒德, 刘颖. 青少年同伴依恋与问题性手机使用的关系: 自我建构对孤独感中介作用的调节. 心理科学, 2017, 40, 89-95.
- [16] Ainsworth. A Attachment and exploratory behavior of one-year-olds in a strange

- situation. Determinants of infant behavior, 1969, 4, 111 — 136.
- [17] Bretherton, Munholland. Internal Working Model in Attachment Relationships Handbook of attachment. Theory, research, and clinical applications, 1999, 89-111.
- [18] J.B, Li, Nemotional X, Li TG. Adult attachment and incidental memory for words. Interpersona: An International Journal on Personal Relationships, 2020, 4, 1-20.
- [19] Mikulincer, Shaver, Mikulincer, Shaver. The attachment behavioral system in adulthood. Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. 2003, 35, 53 — 152.
- [20] Fraley R.C, Shaver P R. Adult romantic attachment, Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. Review of General Psychology, 4, 132-154.
- [21] 张国华, 雷雳. 青少年的同伴依恋自我认同与网络成瘾的关系. 中国学校卫生, 2008, 05, 75-76.
- [22] 戴晓阳, 刘佳培. 高中生依恋类型与独处行为的关系. 中国临床心理学杂志, 2012, 20, 222-224.
- [23] 贾会丽. 高中生依恋、自我同情与人际信任的关系研究. 河南大学, 2014.
- [24] 王玉洁, 窦凯. 同伴依恋与青少年抑郁的关系: 情绪调节效能感的中介作用. 中国健康心理学杂志, 2019, 7.
- [25] 张丽华, 邸秀娟, 沈洪. 高中生自尊结构研究. 辽宁师范大学学报., 2012, 35, 196-200.
- [26] 孙志凤. 高中生自尊研究. 苏州大学, 2001.
- [27] 杨昭宁, 贾蕊, 陈祥丽. 高中生自尊和人际信任的关系研究. 中国健康心理学杂志, 2007, 1.
- [28] 张伟娟. 农村高三学生的自尊水平、应对方式和主观幸福感的研究. 中国健康心理学杂志, 2011, 3.
- [29] 李彩娜, 班兰美, 李红梅. 大学生孤独感及其与依恋、自尊的关系. 中国临床心理学杂志, 2010, 18, 514-516.
- [30] Zimmermann P. Attachment representations and characteristics of friendship relations during adolescence. J Exp Child Psychol, 2004, 88, 83-101.
- [31] Mikulincer M, Florian V. Appraisal and coping with a real-life stressful situation: the contribution of attachment styles. Personality and Social Psychology, 1995, 21, 406-414.
- [32] 孔鑫, 葛玲. 273 名山西大学学生依恋类型与孤独感的相关性研究. 中国校医,

- 2011, 25, 327-328.
- [33] 庄鸿娟, 刘儒德, 刘颖. 青少年同伴依恋与问题性手机使用的关系: 自我建构对孤独感中介作用的调节. 心理科学, 2017, 40, 89-95.
- [34] Allen, J. P. The attachment system in adolescence. Handbook of attachment Theory, research, and clinical applications, 2008, 2, 419-435.
- [35] Collins N L, Allard L M. Cognitive Representations of Attachment: The Content and Function of Working Models. Blackwell Handbook of Social Psychology Interpersonal Processes, 2004.
- [36] 杨安博, 王登峰, 滕飞. 高中生对父母的依恋与学业成就和自尊的关系. 中国临床心理学杂志, 2008, 16, 55-58.
- [37] 谢玲平, 邹维兴. 中学生依恋与自尊的关系: 安全感的中介作用. 教育导刊, 2016, 9, 61-64.
- [38] 张诗敏, 李美华, 耿晓伟. 大学生依恋与内隐自尊的关系. 青少年学刊, 2013, 2, 6-9.
- [39] 琚晓燕, 刘宣文. 青少年依恋与自尊、社会适应关系研究. 全国心理学学术大会, 2009.
- [40] 咎旻. 寄宿与非寄宿制小学生自尊和孤独感的现状研究. 四川师范大学, 2011.
- [41] 杨雨露, 袁飞, 熊韦锐. 流浪儿童社会支持、自尊和孤独感的关系研究——以重庆市为例. 四川文理学院学报, 2018, 28, 97-103.
- [42] 王继玉. 303 名大学生自尊和孤独感与生活满意度的关系. 中国校医, 2010, 24, 254-256.
- [43] 于绪丽. 大学生孤独感及其与自尊、社会支持的关系研究. 东南大学学报, 2008, S1, 262-266.
- [44] 张连云. 农村留守儿童孤独感的影响因素研究. 中小学心理健康教育, 2011, 27, 4, 18-20.
- [45] 班兰美, 李彩娜. 大学生依恋、自尊与孤独感的关系研究. 全国心理学学术大会, 2009.
- [46] 李彩娜, 班兰美, 李红梅. 大学生孤独感及其与依恋、自尊的关系. 中国临床心理学杂志, 2010, 18, 514-516.
- [47] 王翠萍. 西安农村初中生孤独感及其与同伴依恋、自尊的关系. 卫生研究, 2013, 42, 30-32.
- [48] 胡静初, 胡纪泽, 萧嘉慰. 男同性恋者的孤独感、自尊和依恋. 中国心理卫生杂志, 2013, 27, 930-936.

- [49] 张兴, 陈旭, 冉光明. 老年人依恋对主观幸福感的影响:孤独感与自尊的中介作用. 心理发展与教育, 2016, 32, 6.
- [50] Weiss R S. The attachment bond in childhood and adulthood. Attachment across the life cycle, 2006, 74-84.
- [51] Gorrese A, Ruggieri R. Peer attachment: A Meta-analytic review of gender and age differences and associations with parent attachment. Journal of Youth and Adolescence, 2012, 5, 650–672.
- [52] Allen, J P. The attachment system in adolescence. Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications, 2008, 2 ,419–435.
- [53] Lapsley, D K, Rice, K G, Fitz Gerald, DP. Adolescent attachment, identity and adjustment to college:Implications for the continuity of adaptation hypothesis. Journal of Counseling Development, 1990, 68, 561–565.
- [54] Pace, C S, Martini PS, Zavattini, G C. The factor structure of the Inventory of Parent and Peer Attachment(IPPA): A survey of Italian adolescents. Personality and Individual Differences, 2011, 51, 83–88.
- [55] Feldman S, Gowen, L, Fisher L. Family relationships and gender as predictors of romantic intimacy in young adults: A longitudinal study. Journal of Research on Adolescence, 1998, 8 , 263–286.
- [56] 李可欣. 自尊在高中生同伴依恋与交往焦虑关系中的影响机制. 华中师范大学, 2013.
- [57] 湛俏. 高职生父母冲突知觉对手机成瘾的影响. 湖南师范大学, 2019.
- [58] 张珍伟. 青少年自恋、自尊和孤独感的关系研究. 陕西师范大学, 2014.
- [59] Lear MR, Haupt AL, Strausser KS. Calibrating the sociometer: The relationship between interpersonal appraisals and state self-esteem. Journal of Personality and Social Psychology, 1998, 74, 1290-1299.
- [60] 邓林园, 马博辉, 方晓义. 初中生同伴依恋与生活满意度:班级自尊的中介作用. 心理与行为研究, 2016, 14, 145-151.

附 录

附录 1:同伴依恋量表(部分)

	全 符 合	太 符 合	时 符 合	常 符 合	全 符 合
1、我心烦意乱的时候，朋友们能理解我。					
2、当我们讨论事情时，朋友们在意我的观点。					
3、朋友们理解我。					
4、朋友们接受我的现状。					
5、朋友们不理解我最近的状况。					
6、我感到我的朋友们都很好。					
7、要和朋友们说上话很容易。					
8、朋友们在意我的感受。					
9、我信任朋友们。					
10、朋友们尊重我的感受。					

附录 2:自尊量表(部分)

	常 符 合	合	符 合	常 不 符 合
1. 我感到我有许多好的品质。				
2. 归根结底，我倾向于觉得自己是一个失败者。				
3. 我能像大多数人一样把事情做好。				

4. 我对自己持肯定态度。				
5. 我时常认为自己一无是处。				

附录 3:孤独感量表(部分)

	不	少	时	直
1、你常感到缺少伙伴吗?				
2、你常感到寂寞吗?				
3、你常感到与周围的人有许多共同点吗?				
4、你常感到想要与人来往、结交朋友吗?				
5、你常感到被人冷落吗?				
6、你常感到没有人很了解你吗?				
7、你常感到当你愿意时就能找到伙伴吗?				
8、你常感到羞怯吗?				
9、你常感到有人愿意与你交谈吗?				

致 谢

转眼间，三年的研究生生涯即将结束。在我的导师的悉心指点下，学习任务也圆满完成，论文也顺利告成，回想论文写作期间，孙老师从论文的整体框架到每一个细节，总是不厌其烦的帮我审阅和修改，正是老师的指导和鼓励让我克服了写作过程中的种种困难，让我领略了作为研究学者的魅力；同时感谢在我论文写作过程中帮助过我的同学，祝愿你们今后的人生一切顺利！最后我要向各位评审老师和学者表示感谢，向答辩委员会成员表示深深谢意，由于我的水平有限，论文尚有许多不足之处，希望各位老师提出宝贵意见。

个人简况及联系方式

个人简况：

姓名：赵紫艳

性别：女

籍贯：山西晋中

个人简历：2010、9-2013、6 就读于灵石一中

2013、9-2017、7 就读于佳木斯大学文学院

2017、9-2020、7 就读于山西大学教育科学学院

联系方式：13313443659

电话：0354——7650678

电子信箱：13313443659@163.com

承 诺 书

本人郑重声明：所呈交的学位论文，是在导师指导下独立完成的，学位论文的知识产权属于山西大学。如果今后以其他单位名义发表与在读期间学位论文相关的内容，将承担法律责任。除文中已经注明引用的文献资料外，本学位论文不包括任何其他个人或集体已经发表或撰写过的成果。

作者签名：赵志艳

2020 年 5 月 31 日

学位论文使用授权声明

本人完全了解山西大学有关保留、使用学位论文的规定，即：学校有权保留并向国家有关机关或机构送交论文的复印件和电子文档，允许论文被查阅和借阅，可以采用影印、缩印或扫描等手段保存、汇编学位论文。同意山西大学可以用不同方式在不同媒体上发表、传播论文的全部或部分内容。

保密的学位论文在解密后遵守此协议。

作者签名：赵志乾

导师签名：孙雅峰

2020 年 5 月 31 日