

# 有留守经历大学新生社交焦虑与正念水平及述情障碍的关系\*

谭笑<sup>1,2</sup>, 方圆<sup>1</sup>, 赵久波<sup>1,3</sup>, 周亮<sup>2</sup>, 张小远<sup>1,3A</sup>

(1. 南方医科大学公共卫生学院心理学系, 广州 510515; 2. 广州医科大学附属脑科医院社区精神科, 广州 510370; 3. 南方医科大学珠江医院精神心理科, 广州 510282)

**摘要 目的:**探索大学新生留守经历、社交焦虑、正念水平及述情障碍的关系。**方法:**选取广东省某医科大学大一新生 2 341 名(有留守经历者 723 名, 无留守经历者 1 618 名), 采用自编人口学及留守经历相关问卷、正念注意觉知量表(MAAS)、述情障碍量表(TAS-20)、社交焦虑量表(IAS)进行调查, 采用 AMOS 24.0 构建结构方程模型。**结果:**有留守经历大学新生 TAS-20 得分、IAS 得分均高于无留守经历大学新生, MAAS 得分低于无留守经历大学新生( $P < 0.01$ )。大学新生 MAAS 得分与 TAS-20 得分和 IAS 得分呈负相关关系( $r = -0.647, r = -0.350, P < 0.01$ )。TAS-20 得分与 IAS 得分呈正相关关系( $r = 0.338, P < 0.01$ )。留守经历对社交焦虑的直接效应不显著, 留守经历与社交焦虑的关系受正念水平(效应值为 0.022, 占总效应的 44%)、述情障碍(效应值为 0.009, 占总效应的 18%)以及正念水平和述情障碍的链式中介效应(效应值为 0.019, 占总效应的 38%)的间接效应影响。**结论:**留守经历可能通过正念水平、述情障碍的中介作用, 以及正念水平和述情障碍的链式中介作用对社交焦虑产生影响。

**关键词** 留守经历; 正念水平; 述情障碍; 社交焦虑

中图分类号: B844.2; R749.72 文献标志码: A 文章编号: 1005-930X(2023)10-1652-05

DOI: 10.16190/j.cnki.45-1211/r.2023.10.009

## Relationship among social anxiety, mindfulness level and alexithymia in freshmen with left-behind experience

Tan Xiao<sup>1,2</sup>, Fang Yuan<sup>1</sup>, Zhao Jiubo<sup>1,3</sup>, Zhou Liang<sup>2</sup>, Zhang Xiaoyuan<sup>1,3</sup>. (1. Department of Psychology, School of Public Health, Southern Medical University, Guangzhou 510515, China; 2. Department of Community Mental Health, the Affiliated Brain Hospital of Guangzhou Medical University, Guangzhou 510370, China; 3. Department of Psychiatry, Zhujiang Hospital, Southern Medical University, Guangzhou 510282, China)

**Abstract Objective:** To explore the relationship among left-behind experience, social anxiety, mindfulness level and alexithymia of college freshmen. **Methods:** A total of 2,341 freshmen (723 with stay-behind experience and 1,618 without stay-behind experience) were selected from a medical university in Guangdong Province. The investigation was conducted using self-designed demographic and stay-behind experience questionnaire, Mindfulness Attention Awareness Scale (MAAS), Alexithymia Scale (TAS-20) and Social Anxiety Scale (IAS). AMOS 24.0 was used to construct the structural equation model. **Results:** The scores of TAS-20 and IAS of freshmen with stay-behind experience were higher than those of freshmen without stay-behind experience, and the score of MAAS was lower than that of freshmen without stay-behind experience ( $P < 0.01$ ). MAAS score of freshmen was negatively correlated with TAS-20 score and IAS score ( $r = -0.647, r = -0.350, P < 0.01$ ). TAS-20 score was positively correlated with IAS score ( $r = 0.338, P < 0.01$ ). The direct effect of left-behind experience on social anxiety was not significant. The relationship between left-behind experience and social anxiety was affected by the indirect effects of mindfulness level (effect size: 0.022, effect ratio: 44%), alexithymia (effect size: 0.009, effect ratio: 18%), and the chain mediating effect between the mindfulness level and alexithymia (effect size: 0.019, effect ratio: 38%). **Conclusion:** Left-behind experience may influence social anxiety through the mediating effect of mindfulness level, alexithymia, and the chain mediating effect of mindfulness level and alexithymia.

**Keywords** left-behind experience; mindfulness level; alexithymia; social anxiety

\*基金项目: 国家自然科学基金面上项目(No.72174082)

△通信作者, E-mail: zhxy1619@126.com

收稿日期: 2023-06-01

大学新生处于一个由中学生向大学生角色转换的阶段,面临新校园、人际交往等多方面的挑战。既往研究发现,有留守经历大学生群体心理问题的检出率显著高于其他群体<sup>[1]</sup>。大学新生是一个高焦虑群体<sup>[2]</sup>,社交焦虑是最常见的表现形式<sup>[3]</sup>。有留守经历的大学新生可能面临更加严峻的挑战,如何促进该群体的心理健康发展尤其值得关注。

近年来,正念引起了心理治疗实践和研究的广泛关注<sup>[4]</sup>。一方面,有留守经历会对大学生正念水平产生影响,有留守经历大学生正念水平低于无留守经历大学生;另一方面,正念水平与个体社交焦虑水平相关,正念水平高的个体更不容易发展出社交焦虑<sup>[5]</sup>。此外,正念水平可能与个体述情障碍有关,正念水平越高的个体述情障碍水平越低<sup>[6]</sup>。其中述情障碍是指对情绪变化的领悟力较差,不能意识到自己或他人的情感体验,表现为不能适当地识别和表达情绪<sup>[7]</sup>。有研究发现,述情障碍可能是导致社交焦虑的重要因素。因此,留守经历、社交焦虑、正念水平及述情障碍可能存在一定相关关系。本研究以大学新生为研究对象,探讨大学新生留守经历、社交焦虑、正念水平、述情障碍四者之间的关系,为有留守经历的大学新生的社交焦虑干预工作提供理论依据。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

本研究将“有留守经历大学新生”界定为在18岁前,父母一方或双方在外工作时间达半年及以上,将其留在生源地由父母一方或其他亲人照顾,目前就读大学一年级者。采取整群抽样的方法,选取广东省某医科大学全体大一新生进行测量,该方案已通过学校伦理委员会审核,共有2 953名学生参与并给予了口头知情同意。参与者被要求在规定的时间内在学校机房完成一份在线调查问卷。问卷回收后对问卷进行筛选,剔除填写不完整或回答存在明显逻辑矛盾的问卷,有效问卷2 633份,有效应答率为89.16%。剔除有流动经历(跟随父母一起外出打工)的大学生后,最终有2 341名大学生的数据纳入本研究,平均年龄(18.29±0.83)岁。其中男生909名(38.82%),女生1 432名(61.17%);有留守经历者723名(30.88%),无留守经历者1 618名(69.12%)。

### 1.2 调查工具

1.2.1 正念注意觉知量表(mindful attention awareness scale, MAAS)<sup>[8]</sup> 用于测量基于当前注意和觉知概念的正念水平的量表,是单维度结构,共15个条目,涉及个体认知、情绪、生理等方面。采用1(几乎总是)~6(几乎从不)级计分,分数越高,代表正念水平越高。在本研究中的内部一致性系数为0.902。

1.2.2 述情障碍量表(the 20-item toronto alexithymia scale, TAS-20)<sup>[9]</sup> 述情障碍量表共20个条目,包含3个因子结构:f1:情绪识别困难;f2:情绪描述困难;f3:外向型思维。采用1(很不同意)~5(很同意)级计分,分数越高代表述情障碍水平越高。在本研究中的内部一致性系数为0.849。

1.2.3 交往焦虑量表(interaction anxiousness scale, IAS) 交往焦虑量表共15个条目,采用1(完全不符合)~5(完全符合)级计分,分数越高代表社交焦虑水平越高。在本研究中,内部一致性系数为0.873。

### 1.3 统计学方法

本研究通过在线电子问卷,利用SPSS 20.0统计软件进行数据处理和分析。计量资料以均数±标准差( $\bar{x} \pm s$ )表示,组间比较采用独立样本 $t$ 检验;采用Pearson积差相关分析探索有留守经历大学生群体正念水平、述情障碍和社交焦虑之间的相关性。使用AMOS24.0建立结构方程模型,考察正念水平和述情障碍在留守经历和社交焦虑关系中的作用,并使用重复抽样5 000次的Bootstrap方法进行中介效应的检验及置信区间(CI)的估计,以 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 有无留守经历大学新生各量表得分比较

年龄、性别构成在是否有留守经历大学新生间无显著差异( $P > 0.05$ )。有无留守经历大学新生的正念水平、述情障碍水平及社交焦虑水平得分比较,差异均有统计学意义(均 $P < 0.001$ );有留守经历大学新生正念水平得分低于无留守经历大学新生,在述情障碍总分及各个维度的得分以及社交焦虑得分上,有留守经历大学新生均高于无留守经历大学新生(均 $P < 0.01$ ),见表1。

### 2.2 大学新生的正念水平、述情障碍和社交焦虑的相关分析

Pearson积差相关分析表明,在大学新生群体中,正念水平与社交焦虑及述情障碍各个维度均呈

显著负相关关系( $P<0.01$ ), 社交焦虑与述情障碍各个维度均呈显著正相关关系( $P<0.01$ ), 见表2。

2.3 正念水平、述情障碍对有留守经历大学新生社交焦虑影响的结构方程模型

以留守经历为自变量, 社交焦虑为因变量, 正念水平及述情障碍为中介变量, 在全体大学新生中建立结构方程模型, 模型拟合度良好, 模型拟合度指数:  $\chi^2/df=6.291$ ,  $P=0.000$ , 比较拟合指数(CFI)=0.992, 非归准适配指数(TLI)=0.981, 拟合优度指数(GFI)=0.995, 近似误差均方根(RMSEA)=0.048。

结构方程模型图, 见图1。

2.4 正念水平和述情障碍在留守经历与社交焦虑关系中的中介效应分析

为进一步检验、分析中介效应, 本研究采用Bootstrap程序检验中介效应的显著性, 在全部大学新生原始数据中, 随机重复抽取5 000次, 计算95% CI, 结果表明, 留守经历→正念水平→述情障碍→社交焦虑路径的Bootstrap 95% CI为0.012~0.029, 不包含0, 链式中介效应显著, 中介效应值为0.019, 链式中介效应占总效应的38%, 见表3。

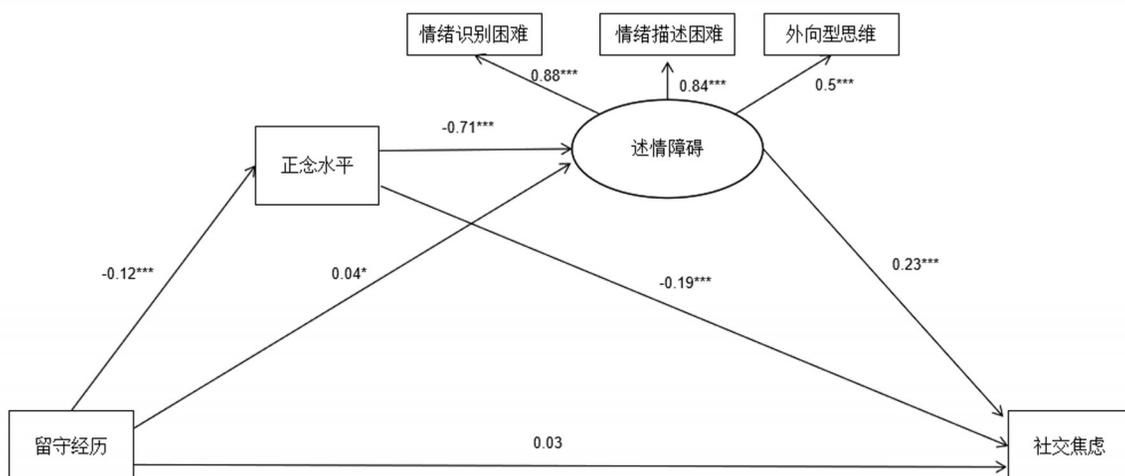
表1 有无留守经历大学新生人口学变量和各个量表得分比较

变量	全体 (n=2 341)	有留守 (n=723)	无留守 (n=1 618)	t/ $\chi^2$	P
男性, n(%)	909(38.82)	279(38.59)	630(38.94)	1.817	>0.05
年龄/岁, $\bar{x} \pm s$	18.3±0.8	18.3±0.9	18.3±0.8	0.025	>0.05
正念水平总分/分, $\bar{x} \pm s$	67.6±11.2	65.6±10.8	68.5±11.3	-5.83	<0.001
述情障碍总分/分, $\bar{x} \pm s$	45.8±9.3	47.4±8.8	45.1±9.4	5.67	<0.001
情绪识别困难/分, $\bar{x} \pm s$	15.3±4.5	16.0±1.3	15.0±4.5	4.94	<0.001
情绪描述困难/分, $\bar{x} \pm s$	12.2±3.2	12.8±3.1	12.0±3.2	5.59	<0.001
外向型思维/分, $\bar{x} \pm s$	18.3±3.5	18.7±3.4	18.2±3.5	3.22	<0.01
社交焦虑总分/分, $\bar{x} \pm s$	40.8±9.8	42.0±9.3	40.2±10.0	4.10	<0.001

表2 全体大学新生正念水平、述情障碍和社交焦虑之间的相关性分析

变量	述情障碍总分	情绪识别困难	情绪描述困难	外向型思维	社交焦虑总分
正念水平总分	-0.647*	-0.622*	-0.577*	-0.391*	-0.350*
述情障碍总分		0.895*	0.859*	0.721*	0.338*
情绪识别困难			0.740*	0.416*	0.294*
情绪描述困难				0.417*	0.324*
外向型思维					0.224*
社交焦虑总分					

各个维度之间的关系, \* $P<0.01$ 。



各个变量之间关系, \* $P<0.05$ ; \*\*\* $P<0.001$ 。

图1 述情障碍和正念水平在留守经历与社交焦虑关系中的中介效应模型图

表3 正念水平和述情障碍在留守经历与社交焦虑关系中的中介效应分析

效应	路径	效应值	95% CI	效应占比/%
直接效应	留守经历→社交焦虑	0.031	-0.006~0.071	0
间接效应	留守经历→正念水平→社交焦虑	0.022	0.013~0.035	44
	留守经历→述情障碍→社交焦虑	0.009	0.002~0.018	18
	留守经历→正念水平→述情障碍→社交焦虑	0.019	0.012~0.029	38

### 3 讨论

研究表明,有留守经历大学新生正念水平得分显著低于留守经历大学新生,有留守经历的大学新生在成长过程中会面对很多负性情绪,如孤独、焦虑、自卑等<sup>[10]</sup>。这可能是由于长时间缺乏父母对其情绪和状态的镜映与引导<sup>[11]</sup>,使他们对于自身的状态无法形成清晰的觉知,因此正念水平较低。

本研究发现,有留守经历大学新生的述情障碍水平高于无留守经历大学新生,这与以往研究<sup>[12]</sup>结论一致,有留守经历大学新生在成长过程中,缺少父母陪伴,不良的依恋方式<sup>[13]</sup>,面对生活中的不良情绪,无法与亲人进行有效的沟通和表达,容易采取压抑情绪的应对策略<sup>[14]</sup>,因而个体会逐渐难以识别自身的情绪,难以清晰地描述和表达自身的情感。有留守经历的大学新生社交焦虑得分高于无留守经历新生,与以往的研究<sup>[15-17]</sup>结果一致,说明留守经历对情绪的影响是一个持续性的过程。亲子关系的缺失会导致儿童和青少年在心理发展的关键时期产生被抛弃感,对人际交往没有安全感,且这些消极感觉越强烈,成年后对人际交往的满意度越低。儿童时期的情感虐待<sup>[17]</sup>和忽视问题<sup>[18]</sup>都有可能导日后出现社交焦虑。本研究对大学新生正念水平、述情障碍及社交焦虑的相关性进行分析,发现正念水平与述情障碍水平、社交焦虑水平呈负相关关系,这与以往的研究<sup>[19-20]</sup>结果一致。

中介效应结果表明,留守经历对大学新生的社交焦虑无直接作用,说明留守经历对社交焦虑的影响可能是一个复杂的过程,正念水平在留守经历和述情障碍间起着中介作用,说明有留守经历的大学新生正念水平更低,在面对社会交往时,会采用更消极被动的策略去应对,比如拒绝、回避、自我责备等<sup>[21]</sup>,从而可能产生社交焦虑。同时,述情障碍在留守经历和社交焦虑间起中介作用,有留守经历大学新生往往关注于自身的情绪体验,忽视与他人的交往及情感交流,难以找到恰当的语言与人沟通,从而增加社交焦虑风险。此外,正念水平与述情障碍在留守经历和社交焦虑间起链式中介作用。高正念水平可提高个人的识别和描述自己感受的能力,从而拥有更好的情绪表达能力<sup>[22]</sup>,能避免因情绪表

达不当,如不恰当的语言和行为在社交过程中产生冲突<sup>[23]</sup>,进而降低社交焦虑的风险。

本研究存在一定的局限性:首先,自我报告留守经历可能存在报告偏移和回忆偏移;其次,本研究采用横断面研究对留守经历、正念水平、述情障碍以及社交焦虑进行了初步探索,未来应通过实验干预法探索四者的因果关联。最后,本研究对象来自于一所高校,且未进行社交焦虑障碍的严格诊断或者访谈,仅使用量表测量,结果外推可能受到限制,未来的研究中应该扩大研究对象范围并纳入临床样本进行验证。

综上所述,留守经历可能通过正念水平和述情障碍的中介作用的对社交焦虑产生影响,这为高校心理健康教育工作提供了思路。教育工作者应该加强对有留守经历大学新生这一人群的关注,积极探索如何提高其正念水平、降低述情障碍,从而缓解有留守经历大学新生的社交焦虑,使他们在走向社会的关键过渡时期维持良好的身心健康水平。

### 参考文献:

- [1] 张莉华.具有“留守经历”大学生的心理分析[J].当代青年研究,2006(12):28-30.  
ZHANG L H. Psychological analysis of college students with "left-behind experience"[J].Contemporary youth research,2006(12):28-30.
- [2] 刘巧.大学新生焦虑状态的调查分析[J].中国健康教育,2007(6):468-469.  
LIU Q.State of anxiety among freshmen[J].Chinese journal of health education,2007(6):468-469.
- [3] 郭晓薇.大学生社交焦虑成因的研究[J].心理学探新,2000(1):55-58.  
GUO X W. Study on cause of social anxiety[J].Psychological exploration,2000(1):55-58.
- [4] 段文杰.正念研究的分歧:概念与测量[J].心理科学进展,2014,22(10):1616-1627.  
DUAN W J, Disagreements of studies on mindfulness: conceptualization and measurements[J].Advances in psychological science, 2014,22(10):1616-1627.
- [5] V S M, DEANNA S, LAUREN B, et al. A pilot study of the effects of mindfulness-based cognitive therapy on positive affect and social anxiety symptoms[J]. Frontiers in psychology,2018,9:866.
- [6] YUAN F, BAOER Z, PEIYI C, et al. Mindfulness and sui-

- cide risk in undergraduates: exploring the mediating effect of alexithymia[J]. *Frontiers in psychology*,2019,10: 2106.
- [7] TAYLOR G J , BAGBY R M , PARKER J D A ,et al. The development and regulation of affects[J]. *Disorders of affect regulation*, 1997(1):7-25.
- [8] 陈思佚,崔红,周仁来,等. 正念注意觉知量表(MAAS)的修订及信效度检验[J]. *中国临床心理学杂志*, 2012, 20(2):148-151.  
CHEN S Y, CUI H, ZHOU R L, et al Revision of mindful attention awareness scale (MAAS) [J]. *Chinese journal of clinical psychology*,2012,20(2):148-151.
- [9] 蚁金瑶,姚树桥,朱熊兆. TAS-20中文版的信度、效度分析[J]. *中国心理卫生杂志*,2003(11):763-767.  
YI J Y, YAO S Q, ZHU X Z. The Chinese version of the TAS-20: reliability and validity [J]. *Chinese mental health journal*,2003(11):763-767.
- [10] YU S, ZHANG C, ZHOU Y, et al. Longitudinal relationship between inferiority and maladjustment among college students: The mediation of dispositional mindfulness and moderation of left-behind experience[J]. *Children and youth services review*,2020,116:105249.
- [11] LAN X, WANG W. Is early left-behind experience harmful to prosocial behavior of emerging adult? The role of parental autonomy support and mindfulness[J]. *Current psychology*,2020,40(4):1-14.
- [12] 张蒙蒙,张志鹏. 留守经历对大学生述情障碍的影响研究[J]. *农村经济与科技*,2021,32(21):302-305.  
ZHANG M M, ZHANG Z P. A study on the influence of left-behind experience on college students' alexithymia[J]. *Rural economy and science-technology*,2021,32(21):302-305.
- [13] LI X Q, HAO C R. The relationship between parental attachment and mobile phone dependence among Chinese rural adolescents: The role of alexithymia and mindfulness [J]. *Frontiers in psychology*,2019,10:598.
- [14] 张春雨,张进辅,张静秋,等. 述情障碍成因的认知及社会机制[J]. *心理科学进展*,2011,19(3):398-409.  
ZHANG C Y, ZHANG J F, ZHANG J Q, et al. A review of researches on cognitive and social mechanism of alexithymia[J]. *Advances in psychological science*, 2011,19(3): 398-409.
- [15] 胡钰雪. 有留守经历大学生的应对方式、心理安全感和社交焦虑的关系研究[D]. 贵阳:贵州师范大学,2017.  
HU Y X. Research of the relationship among coping style, psychological security and social anxiety of college students with left-behind experience[D]. Guiyang: Guizhou normal university, 2017.
- [16] 杨琳,吴丹. 有留守经历的大学生的心理安全感和社交焦虑的关系[J]. *科教导刊(下旬)*,2015(9):165-166.  
YANG L, WU D. The Relationship between college students' left-home-experience, security and social anxiety[J]. *The guide of science & education*,2015(9):165-166.
- [17] 梁洁霜,张珊珊,吴真. 有留守经历农村大学生社交焦虑与情感虐待和心理韧性的关系[J]. *中国心理卫生杂志*,2019,33(1):64-69.  
LIANG J S, ZHANG S S, WU Z. Relationship among social anxiety, emotional maltreatment and resilience in rural college students with left-behind experience[J]. *Chinese mental health journal*,2019,33(1):64-69.
- [18] 程培霞,达朝锦,曹枫林,等. 农村留守与非留守儿童心理虐待与忽视及情绪和行为问题对比研究[J]. *中国临床心理学杂志*,2010,18(2):250-251.  
CHENG P X, DA C J, CAO F L, et al. A comparative study on psychological abuse and neglect and emotional and behavioral problems of left-behind children and non-left-behind children in rural areas[J]. *Chinese journal of clinical psychology*,2010,18(2):250-251.
- [19] 黄明明,赵守盈. 述情障碍对大学生手机成瘾倾向的影响:孤独感与正念的作用[J]. *心理与行为研究*, 2020, 18(5):686-692.  
HUANG M M, ZHAO S Y. The influence of alexithymia on college students' mobile addiction tendency: the role of loneliness and mindfulness[J]. *Studies of psychology and behavior*,2020,18(5):686-692.
- [20] 周碧薇,钱志刚. 有留守经历大学生正念与社交焦虑的关系:情绪调节自我效能感的中介作用[J]. *锦州医科大学学报(社会科学版)*,2019,17(1):62-65.  
ZHOU B W, QIAN Z G. Mediating effect of regulatory emotional self-efficacy between mindfulness and social anxiety in college students with left-behind experience [J]. *Journal of Jinzhou medical university (social science edition)*,2019,17(1):62-65.
- [21] 徐鑫,吴大兴,赵晓华,等. 医学生正念与心理弹性的关系:抑郁、焦虑的中介作用[J]. *中国健康心理学杂志*, 2016,24(11):1738-1742.  
XU X, WU D X, ZHAO X H, et al. The relationship between medical students' mindfulness and resilience mediating effect of depression and anxiety[J]. *China journal of health psychology*,2016,24(11):1738-1742.
- [22] ARCH J J, CRASKE M G. Mechanisms of mindfulness: emotion regulation following a focused breathing induction[J]. *Behaviour research and therapy*, 2006, 44(12): 1849-1858.
- [23] OAKLEY B, JONES E, CRAWLEY D, et al. Alexithymia in autism: cross-sectional and longitudinal associations with social-communication difficulties, anxiety and depression symptoms[J]. *Psychological medicine*,2022,2(8): 1458-1470.

本文引用格式:

谭笑,方圆,赵久波,等. 有留守经历大学新生社交焦虑与正念水平及述情障碍的关系[J]. *广西医科大学学报*,2023,40(10):1652-1656. DOI: 10.16190/j.cnki.45-1211/r.2023.10.009

TAN X, FANG Y, ZHAO J B, et al. Relationship among social anxiety, mindfulness level and alexithymia in freshmen with left-behind experience[J]. *Journal of Guangxi medical university*, 2023, 40(10): 1652-1656. DOI: 10.16190/j.cnki.45-1211/r.2023.10.009