

高职护生短视频成瘾对亲社会行为倾向的影响： 孤独感与共情的平行中介作用

高晔秋¹,杨景明²,戴红良¹

(1.锦州医科大学 护理学院,辽宁 锦州 121001;2.锦州医科大学 现代教育技术与信息管理中心)

【摘要】 目的 探讨孤独感和共情在高职护生短视频成瘾与亲社会行为倾向间的平行中介作用,为教育工作者制订干预措施提供理论依据。**方法** 2025年3-5月,采用便利抽样法选取无锡市某高职院校1822例在读护生为研究对象,采用短视频成瘾量表、加州大学洛杉矶分校孤独感量表第3版、杰弗逊共情量表-护生版、亲社会行为倾向量表进行问卷调查。**结果** 高职护生短视频成瘾总分为(36.64±12.03)分,其短视频成瘾与孤独感呈正相关($r=0.22, P<0.01$),与共情、亲社会行为倾向呈负相关($r=-0.13, r=-0.14$,均 $P<0.01$);孤独感与共情在短视频成瘾与亲社会行为倾向之间起平行中介作用。**结论** 教育工作者可以通过降低高职护生的孤独感、增强其共情能力,削弱短视频成瘾对其亲社会行为倾向的不良影响,促进其身心健康及职业良好发展。

【关键词】 高职护生;短视频成瘾;亲社会行为倾向;孤独感;共情;平行中介

DOI:10.3969/j.issn.2097-1826.2026.03.006

【中图分类号】 R47 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 2097-1826(2026)03-0022-04

Impact of Short Video Addiction on Prosocial Behavior Tendency Among Higher Vocational Nursing Students: Parallel Mediating Effects of Loneliness and Empathy

GAO Yequiu¹, YANG Jingming², DAI Hongliang¹ (1.School of Nursing, Jinzhou Medical University, Jinzhou 121001, Liaoning Province, China; 2.Modern Educational Technology and Information Management Center, Jinzhou Medical University)

Corresponding author: DAI Hongliang, Tel: 0416-3675138

【Abstract】 Objective To explore the parallel mediating effects of loneliness and empathy between short video addiction and prosocial behavior tendency among higher vocational nursing students, and to provide a theoretical basis for educators to formulate intervention measures. **Methods** A total of 1822 nursing students from a higher vocational college in Wuxi were selected by the cluster sampling method from March to May 2025. Questionnaires including the Short Video Addiction Scale (SVAS), UCLA Loneliness Scale (Version 3), Jefferson Scale of Empathy-Health Professions Students (JSE-HPS), and Prosocial Tendencies Measure (PTM) were used for investigation. **Results** The total score of short video addiction among higher vocational nursing students was (36.64±12.03) points. Short video addiction was positively correlated with loneliness ($r=0.22, P<0.01$), and negatively correlated with empathy and prosocial behavior tendency ($r=-0.13, r=-0.14$, all $P<0.01$). Loneliness and empathy played parallel mediating roles between short video addiction and prosocial behavior tendency. **Conclusions** Educators can mitigate the adverse impact of short video addiction on prosocial behavior tendency by reducing loneliness and enhancing empathy among higher vocational nursing students, thereby promoting their physical and mental health and professional development.

【Key words】 higher vocational nursing student; short video addiction; prosocial behavior tendency; loneliness; empathy; parallel mediation

[Mil Nurs, 2026, 43(03): 22-25]

亲社会行为指社会交往中有益于他人或社会的行为^[1],当前高职护生亲社会行为总体处于中等水

平,仍有提升空间^[2]。高职护生作为医疗服务的主要储备力量,其亲社会行为培养至关重要,护士亲社会行为能促进患者康复、提升护理质量^[3]。短视频成瘾是因长期过度使用短视频平台而形成的持续失控性行为^[4],它会影响亲社会行为的习得^[5],但其内

【收稿日期】 2025-07-16 **【修回日期】** 2026-01-21

【基金项目】 辽宁省社会科学规划基金教育学项目(L22BED010)

【作者简介】 高晔秋,硕士在读,电话:0416-3675138

【通信作者】 戴红良,电话:0416-3675138

在机制仍有待研究。根据使用与满足理论^[6]以及社会认知理论^[7],短视频成瘾可能通过影响个体情感与认知过程,间接影响亲社会行为发展。孤独感是关键情感因素^[8],研究^[9]表明,短视频成瘾会加剧本科护生孤独感,导致社交退缩与现实疏离,削弱亲社会动机。共情是核心认知能力之一,研究^[10]发现短视频成瘾会影响医学生共情能力,削弱亲社会行为。因此,本研究假设孤独感与共情在短视频成瘾和亲社会行为倾向间起中介作用,旨在揭示内在机制,为提升高职护生亲社会行为提供依据。

1 对象与方法

1.1 研究对象 2025年3—5月,采用便利抽样法,选取无锡市某高职院校五年一贯制护理专业一至五年级学生为研究对象。纳入标准:护理专业全日制在校;知情同意且自愿参与。排除标准:因休学或病假状态无法参与,或因各种原因中途退出者。本研究已通过学校伦理委员会审批(HER2025001)。

1.2 方法

1.2.1 调查工具

1.2.1.1 一般资料调查表 自行设计,包括性别、年龄、年级、户口所在地、父母受教育程度、是否学生干部、是否单亲家庭、是否独生子女、是否自愿选择护理专业、是否有见习或实习经历等。

1.2.1.2 短视频成瘾量表(short video addiction scale,SVAS) 基于研究目的及对短视频成瘾概念的界定,采用秦浩轩等^[4]编制的短视频成瘾量表。该量表包含戒断性(5个条目)、逃避性(3个条目)、失控性(4个条目)和低效性(2个条目)4个维度,共14个条目,采用Likert 5级评分法,从“完全不符”到“完全符合”依次计1~5分,总分为14~70分。得分越高,表明短视频成瘾倾向越强。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.921。

1.2.1.3 加州大学洛杉矶分校孤独感量表第3版(University of California at Los Angeles loneliness scale version 3,UCLA LS-3) 该量表由Russell^[11]于1996年修订,为单维度量表。共包含20个条目,其中9个条目采用反向计分,评分采用Likert 4级评分法,从“从不”到“一直”依次计1~4分,总分为20~80分,<40分为无孤独或轻度孤独、40~50分为中度孤独、>50分为重度孤独。所得分数越高,表明孤独感越强。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.880。

1.2.1.4 杰弗逊共情量表—护生版(Jefferson scale of physician empathy-nursing student version,JSPE-NS) 该量表由Hojat等^[12]开发,中文版经邱志军等^[13]翻译并修订,包含观点采择(10个条目)、情感护理(8个条目)和换位思考(2个条目)3个维

度,共20个条目,其中10个条目为反向计分。量表采用Likert 7级评分法,从“非常不同意”到“非常同意”依次计1~7分,总分为20~140分,得分越高表明共情能力越强。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.839。

1.2.1.5 亲社会行为倾向量表(prosocial tendencies measure,PTM) 该量表由Carlo等^[14]编制,中文版经寇彧等^[15]翻译修订而成,包含公开(4个条目)、匿名(5个条目)、利他(4个条目)、依从(5个条目)、情绪(5个条目)及紧急(3个条目)6个维度,共26个条目。量表采用Likert 5级评分法,从“非常不像我”到“非常像我”依次计1~5分,总分范围为26~130分,得分越高表明亲社会行为倾向越显著。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.940。

1.2.2 资料收集方法 调查开始前,研究人员接受规范培训,随后用标准化指令向被试说明研究目的、注意事项及问卷填写方法,承诺所收集信息仅用于本次学术研究。获得被试知情同意后,研究人员发放纸质问卷,要求被试匿名独立填写,当场完成后立即收回。共发放问卷1847份,回收有效问卷1822份,有效回收率98.65%。

1.2.3 统计学处理 采用SPSS 26.0软件统计。符合正态分布的计量资料采用 $\bar{x}\pm s$ 描述,计数资料则以%描述。运用Process 4.2插件进行中介效应检验。采用偏差校正的百分位Bootstrap方法(重复抽样5000次,95%置信区间),通过判断置信区间是否包含0以断定中介效应是否显著。以 $P<0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 高职护生的一般资料 本研究共纳入高职护生1822例,年龄为15~22岁,平均(17.51±1.66)岁。其中,女1659例(91.05%)、男163例(8.95%);一至五年级分别为363例(19.92%)、369例(20.26%)、420例(23.05%)、363例(19.92%)和307例(16.85%);城市户口1140例(62.57%);父亲受教育程度高中及以下层次1022例(56.09%)、母亲受教育程度高中及以下层次1123例(61.64%);班干部540例(29.64%);非单亲家庭1639例(89.96%);独生子女868例(47.64%);自愿选择护理专业1346例(73.87%);有实习或见习经历1159例(63.61%)。

2.2 高职护生短视频成瘾、孤独感、共情与亲社会行为倾向得分情况 结果显示,高职护生短视频成瘾总分为(36.64±12.03)分,条目均分为(2.62±0.86)分;亲社会行为倾向总分为(100.40±15.44)分,条目均分为(3.86±0.59)分;孤独感总分为

(42.56±9.76)分,条目均分为(2.13±0.49)分;共情总分为(100.22±15.25)分,条目均分为(5.01±0.76)分。

2.3 高职护生短视频成瘾、孤独感、共情与亲社会行为倾向相关性分析 Pearson 相关分析结果显示,短视频成瘾与孤独感($r=0.22$)呈正相关,与共情($r=-0.13$)和亲社会行为倾向($r=-0.14$)呈负相关(均 $P<0.01$);孤独感与共情($r=-0.33$)和亲社会行为倾向($r=-0.24$)呈负相关(均 $P<0.01$)。

2.4 孤独感与共情在高职护生短视频成瘾与亲社会行为倾向间的回归分析及中介效应检验 本研究以短视频成瘾为自变量、亲社会行为倾向为因变量、孤独感与共情为中介变量的中介效应模型(见图1)。模型拟合结果显示:拟合优度指数为0.94,大于0.9的判定标准;残差均方根为0.036,小于0.05的判定标准;标准化残差均方根为0.097,小于0.1的判定标准,上述拟合指数表明该模型具有良好的拟合度。

回归分析结果显示,短视频成瘾可正向预测孤独感($\beta=0.218, P<0.01$),并负向预测亲社会行为倾向与共情($\beta=-0.138, \beta=-0.129$, 均 $P<0.01$);以短视频成瘾、孤独感与共情为自变量,亲社会行为倾向为因变量同时纳入回归方程,结果显示,孤独感负向预测亲社会行为倾向($\beta=-0.160, P<0.01$),共情则正向预测亲社会行为倾向($\beta=0.183, P<0.01$);同时,短视频成瘾对亲社会倾向的负向预测仍然成立($\beta=-0.079, P<0.01$),详见表1。

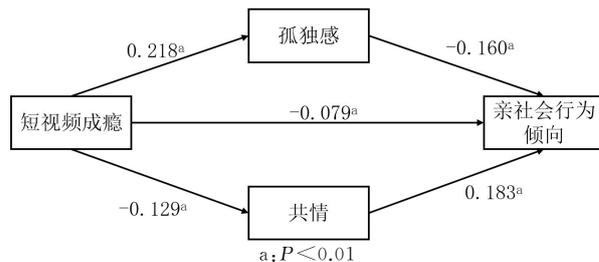


图1 孤独感、共情在短视频成瘾与亲社会行为倾向的中介模型

表1 平行中介模型变量关系的回归分析($n=1822$)

自变量	因变量	R^2	F	B	β	t
短视频成瘾	亲社会行为倾向	0.019	35.248 ^a	-0.095	-0.138	-5.937 ^a
短视频成瘾	孤独感	0.048	90.773 ^a	0.124	0.218	9.527 ^a
短视频成瘾	共情	0.017	30.641 ^a	-0.114	-0.129	-5.535 ^a
短视频成瘾	亲社会行为倾向	0.094	62.663 ^a	-0.055	-0.079	-3.465 ^a
孤独感				-0.195	-0.160	-6.648 ^a
共情				0.143	0.183	7.743 ^a

a: $P<0.01$

中介效应检验结果显示,高职护生短视频成瘾对亲社会行为倾向的直接效应和间接效应的95%置信区间均不包含0,表明孤独感与共情在短视频成瘾

对亲社会行为倾向的影响中发挥多重中介作用。模型总效应值为-0.138,直接效应值为-0.079,间接效应值为-0.059,占总效应的42.75%。详见表2。

表2 孤独感、共情在短视频成瘾与亲社会行为倾向间的中介效应检验($n=1822$)

名称	效应值	占总效应比(%)	Boot 标准误	95%CI	P
直接效应	-0.079	57.25	0.016	-0.086~-0.024	0.003
间接效应	-0.059	42.75	0.005	-0.079~-0.041	0.000
路径1:短视频成瘾→孤独感→亲社会行为倾向	-0.035	25.36	0.007	-0.050~-0.021	0.001
路径2:短视频成瘾→共情→亲社会行为倾向	-0.024	17.39	0.005	-0.036~-0.013	0.007
总效应	-0.138	100.00	0.016	-0.127~-0.064	0.000

3 讨论

3.1 高职护生短视频成瘾现状及对亲社会行为倾向的影响分析 本研究结果显示,高职护生短视频成瘾总分为(36.64±12.03)分,高于黄传昊等^[16]对大学生的调查结果(32.71±9.90)分。分析原因可能是个体学历层次影响成瘾程度,护理院校虽重视人文素养,但对短视频媒介素养的针对性引导不足,导致成瘾风险高于普通大学生。高职护生亲社会行为

倾向条目均分为(3.86±0.59)分,高于中间值3分,处于中等偏上水平,与梁晓军等^[2]的研究结果类似,表明高职护生有责任担当,乐于助人。进一步研究发现,平行中介模型中短视频成瘾对亲社会行为倾向直接效应最大,占总效应的57.25%。亲社会行为是护生职业素养的核心^[1],而短视频成瘾会削弱亲社会动机^[5],已有研究^[17]证实亲社会行为与多种成瘾行为负相关。因此,教育者需关注短视频成瘾的消极影响,可建立个性化监测与干预机制,通过定期

心理测评筛查高风险个体,制订差异化使用计划,组建同伴互助小组监督,减少对短视频的依赖,降低对亲社会行为的不良影响。

3.2 孤独感在高职护生短视频成瘾与亲社会行为倾向之间存在中介作用 本研究证实,孤独感在高职护生短视频成瘾与亲社会行为倾向之间起中介作用,且“短视频成瘾→孤独感→亲社会行为倾向”的中介效应最大,占总效应的 25.36%。研究^[9]发现,过度使用短视频会使社交能力下降、孤独感增加,虚拟社交替代现实互动,弱化个体与社会的连接,加剧孤独感,陷入恶性循环。而孤独感会强化自我聚焦,降低对他人需求的关注与回应,减少亲社会行为^[8]。高职护生作为未来护理从业者,良好的亲社会行为有益护理服务质量^[3],孤独感引发的社交退缩会影响其职业胜任力。因此,教育者要注重培养学生人际交往能力,开设社交技能课堂,教授沟通与压力疏导技巧,降低短视频成瘾的消极影响;建立激励机制,拓展第二课堂活动,减少学生对短视频虚拟社交的依赖,抑制孤独感产生。

3.3 共情在高职护生短视频成瘾与亲社会行为倾向之间存在中介作用 本研究发现,共情在短视频成瘾与亲社会行为倾向间起中介作用,占总效应的 17.39%。研究^[10]证实,若长期沉浸短视频会降低个体共情能力,而共情是亲社会行为重要驱动和护理职业核心素养,护生共情不足会影响其亲社会行为^[18]。低年级护生处于职业素养形成关键期,可塑性强^[19],因此解决短视频成瘾致情感钝化问题对提升共情能力至关重要。教育者可开展短视频媒介素养教育,如合理规划使用时长、区分虚拟与现实社交边界;利用 AI 模拟护患沟通场景,让护生沉浸式体验以提高共情力、降低对虚拟互动依赖,破解短视频成瘾导致的感知弱化问题;开设临床共情实训,结合真实案例,练习观点采择与情感回应技巧,结合短视频成瘾对自身情感感知的影响,撰写共情反思日志;通过道德实例干预和训练,帮助护生建立同理心,增强共情能力,提升亲社会行为。

4 小结

本研究丰富了高职护生群体短视频成瘾与亲社会行为倾向关系领域的研究,深入剖析了孤独感与共情在其中的中介作用。本研究尚存在以下不足:研究采用横断面设计,难以明确变量间的因果关系,需通过纵向追踪或实验干预加以验证,以进一步探索其心理机制;模型设定较为单一,横断面设计限制了对其他因果顺序的验证,未来需进一步考察多重中介效应与反向路径,以揭示更复杂的心理机制;被

试取样存在局限,样本代表性有限,尚难以推论全国高职护生的整体状况,未来可扩大取样范围。

【参考文献】

- [1] 苗慧,王佳誉,王汕珊.护生亲社会行为的研究进展[J].职业与健康,2025,41(3):425-428.
- [2] 梁晓军,王波,张景欣,等.铜陵市高职在校护生亲社会行为现状及影响因素分析[J].职业与健康,2023,39(5):666-670.
- [3] SUAZO I, PÉREZ-FUENTES M C, MOLERO JURADO M M, et al. Moral sensitivity, empathy and prosocial behavior: implications for humanization of nursing care[J/OL]. [2025-12-30]. https://www.mdpi.com/1660-4601/17/23/8914. DOI: 10.3390/ijerph17238914.
- [4] 秦浩轩,李霞,曾美红,等.大学生短视频成瘾量表的初步编制[J].中国心理学前沿,2019,1(8):586-598.
- [5] 钦凤,孙佳.短视频成瘾对青少年亲社会行为习得的影响机制及应对策略——基于观察学习理论[J].中小学心理健康教育,2024(30):23-27.
- [6] KATZ E, BLUMLER J G, GUREVITCH M. Uses and gratifications research[J]. Public Opin Q, 1973, 37(4):509-523.
- [7] BANDURA A. Social foundations of thought and action; a social cognitive theory[M]. Upper Saddle River: Prentice Hall, 1986: 296-316.
- [8] 刘瑞帆.从技术依赖到平台隔离:数字时代青年群体孤独感的形成[J].吉首大学学报:社会科学版,2024,45(5):110-121.
- [9] 郭晏杰,李娜,赵玉,等.孤独感在本科护生短视频成瘾与睡眠质量间的中介效应[J].护理学报,2023,30(7):20-24.
- [10] 冯田青,杨景明,崔梦杰,等.医学生短视频成瘾与社交退缩的关系:拒绝敏感性和共情的中介作用[J].中国健康心理学杂志,2026,34(1):144-148.
- [11] RUSSELL D W. UCLA loneliness scale (Version 3): reliability, validity, and factor structure[J]. J Pers Assess, 1996, 66(1):20-40.
- [12] HOJAT M, MANGIONE S, NASCA T J, et al. The Jefferson scale of physician empathy: development and preliminary psychometric data[J]. Educ Psychol Meas, 2001, 61(2):349-365.
- [13] 邱志军,刘可,姜娜.湖南省高职护生共情现状的调查研究[J].中国实用护理杂志,2011,27(1):68-71.
- [14] CARLO G, RANDALL B A. The development of a measure of prosocial behaviors for late adolescents[J]. J Youth Adolesc, 2002, 31(1):31-44.
- [15] 寇彧,洪慧芳,谭晨,等.青少年亲社会行为倾向量表的修订[J].心理发展与教育,2007,23(1):112-117.
- [16] 黄传昊,肖璟,郭娟丽,等.孤独感与短视频成瘾的关系——错失恐惧的中介作用[J].兵团教育学院学报,2025,35(2):40-44.
- [17] TOMEI A, STUDER J, GMEL G. Prosocialness in young males with substance and behavioral addictions[J]. J Behav Addict, 2021, 10(2):327-337.
- [18] 王瑞琦,陈勤,徐敏.护理专业学生共情能力的研究进展[J].中华护理教育,2020,17(3):279-282.
- [19] 吴欣莲,王雪,赵哲,等.低年级本科护生专业态度与职业成熟度在素质希望与职业认同感间的中介效应[J].军事护理,2023(4):103-107.

(本文编辑:刘于晶)