不同的年龄有不同的孤独

作者：writer 来源：爱科学

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/10675.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

不同的年龄有不同的孤独。成年人的孤独感或因年龄不同而不同。8月6日发表于开放获取期刊《BMC公共卫生》的一项新研究认为，世上可能不存在一种人人通用的办法来减少孤独感，因为与孤独感相关的因素——例如与朋友、家人的接触，或对健康、工作的感知，在成年人生活的各个阶段有所不同。

迄今为止大部分针对孤独的研究，其对象都是特定年龄段的人群（如老人或青少年），或是有特定健康状况的人。过往这些研究并未研究过成年人中与孤独感相关的因素，以及它们如何随年龄变化。研究通讯作者Thanee Franssen说。

荷兰马斯特里赫特大学和南林堡公共卫生服务局的研究团队使用2016年9月至12月在该国收集的数据，在6143位年轻人（19~34岁）、8418位早期中年人（35~49岁）和11758位晚期中年人（50-65岁）中调研人口、社会及健康相关因素与孤独之间的关联。

总体而言，有10309个人（44.3%）报告有孤独感。年轻人中有2042人（39.7%）报告有孤独感，这一数字在早期中年人和晚期中年人中分别为3108人（43.3%）和5159人（48.2%）。

研究者发现，有些因素在所有年龄层中都与孤独感相关，包括独居、邻里接触频率、心理困扰以及心理和情绪健康。在感觉被社会排斥的人中，这些因素与孤独感的相关性最强。

有些因素只在特定年龄层中与孤独感相关。年轻人与孤独感相关性最强的是与朋友的接触频率，受教育水平也是年轻人特有的孤独感相关因素，而就业状况与孤独感的相关性只存在于早期中年人中。与家人的接触频率和孤独感的相关性只存在于早期中年人和晚期中年人中。对个人健康的感知和孤独感的相关性则只存在与晚期中年人中。

作者提出，当一个人的实际状况与其所属年龄层的常规设定，例如完成学业、有工作、有伴侣或孩子等偏离，就可能会感到孤独。不同年龄层的常规受不同因素影响，这或可解释不同年龄层中与孤独感相关的因素为何不同。

找出与孤独相关的因素，对于制定和针对性采取合适的干预措施很有必要。Franssen说，不幸的是，目前大部分干预措施似乎效果有限。造成这种情况的一个可能原因是大部分针对成年人的干预措施都是同一套无差别的。这项研究表明，应该针对特定年龄层制定干预措施。

作者提醒，一些可能会影响人们孤独感的因素——如关系的质量——未被包括在目前的研究中，因为它们不是原始数据的一部分。另外由于该研究为横断面研究，所以无法确定因果关系。

Franssen说：我们的研究结果还表明，在当前新冠肺炎大流行期间，成年人的孤独感可能会因其生命阶段的重要因素不同而受到不同的影响。例如，年轻人无法与朋友或同学面对面交流。在考虑当前疫情对孤独感的影响时，可能要考虑这种差异。（来源：中国科学报冯丽妃）

相关论文信息：https://doi.org/10.1186/s12889-020-09208-0

版权声明：凡本网注明来源：中国科学报、科学网、科学新闻杂志的所有作品，网站转载，请在正文上方注明来源和作者，且不得对内容作实质性改动；微信公众号、头条号等新媒体平台，转载请联系授权。邮箱：shouquan@stimes.cn。
作者：Thanee Franssen 来源：《BMC公共卫生》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发