

自尊在大学生积极心理资本与手机依赖间的中介作用

张淑敏¹ 周巾裕¹ 杨忠²

(1. 贵州商学院 贵州贵阳 550014; 2. 黔南幼儿师范高等专科学校 贵州都匀 551200)

摘要: 为了了解大学生积极心理资本的现状和自尊、手机依赖之间的关系。采用积极心理资本量表 (PPQ)、手机依赖指数量表 (MAPI) 和自尊量表 (SES) 对 428 名大学生进行调查研究, 通过 Bootstrap 方法检验自尊的中介作用。研究对象的积极心理资本、自尊及手机依赖三者间的相关性分析结果显示: 积极心理资本与自尊呈正相关 ($r=0.583$, $P<0.01$), 而手机依赖与积极心理资本和自尊均呈负相关 ($r=-0.348$, $P<0.01$; $r=-0.360$, $P<0.01$)。积极心理资本可直接影响大学生的手机依赖行为, 又可以通过自尊对其产生间接作用。

关键词: 积极心理资本 自尊 手机依赖

1 引言

当前, 技伴随着科技突飞猛进, 新一轮数字经济化、知识经济化、网络一体化、智能化的网络科技引领世界经历逐渐转型成为时代潮流。以智能手机为典型的科技创新成为互联网建设大势所趋之一, 它不再以语言通讯工具作为终极目标, 而是智能化生活的便利工具, 值得说明的是超越和演变成集结支付、娱乐、视频语音等多功能高端设备。目前, 手机以另类而疯狂的速度影响人们的生活方式, 手机与人们的生活不断呈现出密切的关系, 手机依赖逐步成为“互联网+”时代和人工智能时代个体关注的行为问题。2019 年, 统计手机网民比例高达 99.1%, 其中, 学生是规模最大的群体^[1]。随着手机的高端设备的完善, 人们过度使用手机, 容易产生手机依赖问题, 甚至引发更多的负性情绪问题^[2-3]。就目前而言, 随着智能化的普及, 手机依赖引起学术界学者的关注。所谓手机依赖 (Mobile Phone Dependence) 是指个体因过度使用手机而失去控制, 导致生理、社会功能和心理有着明显受损的痴迷状态^[4]。纵览已有研究, 许多大学生对手机产生了依赖^[5-6]。

心理资本 (Psychological Capital) 作为大学生心理健康的研究内容和重要指标, 是一种以积极能力应对外界事件的资源。纵观已有研究, 个体有计划的调整目标的实现途径 (希望)、同时, 身处逆境或者遭遇挫折也能迅速恢复并能实现超越 (心理弹性) 和有信心获取成功 (自我效能感) 均能降低手机依赖程度^[7-9]。由此推论, 积极心理资本的子维度对个体手机依赖有着重要的影响。

自尊 (self-esteem) 对个体的心理健康起保护性作用^[10]。并有研究论证了自尊与手机成瘾倾向存在密切联系^[11], 而且研究表明作为个体内在因素的自尊是手机依赖的重要影响因素 (Philips 等, 2012)^[12], 但学术界对两者的因果关系尚未达成一致。据资源保存理论, 个体在日常的工作生活中, 总是努力追求生命中有意义的资源和维持积极能量, 包括自我效能和自尊等资源^[13]。研究表明, 积极心理资本与内在的自尊呈现显著相关^[14]。

大学生是价值观、人生观形成的关键期。对大学生积极心理资本现状及其与手机依赖关系的研究, 既是大学心理学的重要课题, 也能为大学生手机依赖问题的深入研究及当前教育教学实践及其班级管理提供心理学依据。纵观以往研究, 鲜有积极心理资本与手机依赖的系统整合研究。为此, 本研究旨在考量心理资本和手机依赖两者的具体关系以及以自尊在其中的中介作用, 进一步考察自尊的影响, 为本研究的推论提供依据。

2 研究方法

2.1 研究对象

本研究随机抽取贵州省在校大学生, 发放问卷 520 份, 回收有效问卷 428 份 (82.3%)。

2.2 研究工具

本研究采用积极心理资本量表 (PPQ)^[2]、手机依赖指数量表^[3]、自尊量表^[4] 对研究对象进行研究。

2.3 统计方法

本研究运用 SPSS20.0 对数据进行整理、分析, 采用 Amos23.0 检验中介作用。

3. 结果

3.1 描述统计分析

研究结果显示, 研究对象的心理资本、自尊和手机依赖呈显著的负相关。

表 1 描述性分析 (M ± SD)

变量	M ± SD	1	2	3
1. 心理资本	4.50 ± 0.813	1		
2. 自尊	2.69 ± 0.400	0.583**	1	
3. 手机依赖	2.72 ± 0.704	-0.348**	-0.360**	1

3.2 回归分析

回归分析结果显示: 以手机依赖为因变量时, 心理资本与自尊都进入回归方程, 且均对手机依赖有显著的预测作用, 其中积极心理资本与自尊负向预测手机依赖 (表 2)。

表 2 回归分析

因变量	预测变量	B	Beta	t	R ²	Δ R ²	F
手机依赖	心理资本	-.348	-.302	-7.672***	12.1%	11.9%	58.865***
手机依赖	心理资本	-.210	-.183	-3.843***	15.9%	15.5%	40.185***
	自尊	-.238	-.418	-4.346***			

3.3 自尊的中介效应分析

基于心理资本、自尊及手机依赖三大核心变量呈现显著相关, 并从研究结果得知, 有可能会存在中介作用, 所以尝试采用 Bootstrap 方法 [参见方杰 (2012) 的相关研究] 进行中介效应分析。

自尊在心理资本与手机依赖间的中介影响, 结果显示模型的各拟合指标为: $X^2/df=4.238$, $CFI=0.939$, $RMSEA=0.087$, $NFI=0.922$, $IFI=0.940$, $SRMR=0.069$, 说明

模型拟合度良好。并采用 Bootstrap 方法进行中介效应检验结果：自尊在积极心理资本与手机依赖之间扮演部分中介效应，其中介效应站总效应的比值为 46.8% (0.172/0.368)。

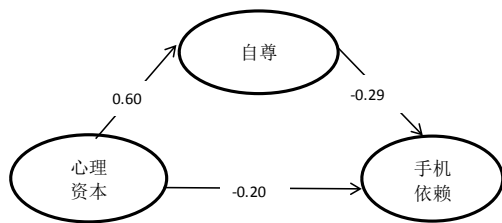


图1 中介模型

表3 Bootstrap 方法中介效应检验结果

路径系数	效应量	95%CI	
心理资本→手机依赖的总效应	-0.368	-0.491	-0.235
心理资本→自尊→手机依赖的中介效应	-0.172	-0.354	-0.021
心理资本→手机依赖的直接效应	-0.196	-0.263	-0.091

4 讨论

本研究中，大学生手机依赖在人口学变量（性别）的差异无统计学意义，心理资本（PPQ）与手机依赖存在显著负相关。具体而言，自我效能感低水平的大学生个体大多不愿正视所面临的挫败，而是选择消极的方式（如逃避）对待，而具备多功能、功效高的智能手机无形中成为避免“尴尬”局面的方式，进而容易引起手机依赖；韧性水平低水平的大学生遇到挫折或困境时，往往无法从容的做出合理的应对方式，并难以摆脱所处的困境，进而被不良的情绪所困扰，从而容易依托手机来排忧解难，故而个体容易陷入手机依赖；希望低水平的大学生经历挫败时，常常因无法根据实际情境来自我调整，对自己的生命意义、人生目标和长远规划往往不能有一个明确的认知，即便个体设定了一定的目标也难以坚持，往往会被外界刺激所干扰或诱惑（如高端智能化的手机），进而产生手机依赖。具备低水平乐观的大学生在面对学业压力、生活困难时，往往很难调整自己的情绪，反而更加容易产生消极的认知或者消极的归因，进而产生手机依赖。根据自尊的恐惧管理理论，个体的自尊受到恐惧或威胁越大，就越可能采取问题行为或不寻常行为加以弥补，而手机依赖属于其中的一种。而个体借助于手机的智能化、便捷性能能够替代在日常生活中无法满足的需要或者尊重，无形中加大对手机产生依赖。此外，研究表明自尊与手机依赖存在显著的负相关。因此，手机依赖与个体的自尊能力有着密切的联系。

本研究的结果表明，自尊在心理资本与手机依赖间扮演显著的部分中介效应。即心理资本较高水平的个体其自尊能力更强，而手机依赖的水平更低，说明积极的心理资源在一定程度上降低大学生的手机依赖程度。然而，手机依赖行为程度的高低，受个体拥有自尊水平高低的影响。综合分析得知，心理资本和自尊在一定程度上影响手机依赖行为。

通过本研究的研究，有助于大学生对心理资本的内涵有更深刻的认知。同时，“互联网+”时代不断冲击传统教学理念，也会影响到大学生的学习方式，尤其互联网太多的负性信息会影响到大学生的生活，因此也大学生个体更急切需要积极的心态引导大学生生活。高校可以引导和发掘学生个体的内在资源，帮助他们建立积极的心理资源体验，鼓励大学生把手机当做辅助学习、社交的重要工具，增强大学生的内在的自尊体验，防止引发消极的行为及后果，减少手机依

赖。因此，为了大学生的心理健康和学业发展，促进大学生能展现潜在的价值和才华，学校应该加强针对大学生群体的互联网时间管理，加强心理辅导，同时通过培育大学生积极心理资本，进一步探讨降低或增强自尊的调适方法，减少对手机的依赖，去探索生命有意义的事。但此次研究仍存在不足：因时间紧迫，只是采用了横断研究，未对大学生的手机依赖行为进行定期追踪或者长期跟踪调查，在未来的研究中可以尝试纵向研究，更好的解释手机依赖的持续时长和变化过程；其次，此次调查的样本偏少，在今后的研究中需要扩大样本范围，从而更加深入的评价心理资本对手机依赖的影响，以期做出权威、说服力和科学的研究。

参考文献：

- [1] 中国互联网络信息中心. 第44次中国互联网络发展状况统计报告[R]. 北京：中国互联网络信息中心, 2019.
 - [2] Salman A, Seyyed RM, Jannationfard F, et al. Assessment of semistructured clinical interview for mobile phone addiction disorder[J]. Iranian J Psychiatry, 2016, 4(1): 115-119.
 - [3] Oktan V. The predictive relationship between emotion management skills and internet addiction [J]. SocBehav Pers, 2011, 39 (10) : 1425 -1430.
 - [4] Yen CF, Tang TC, Yen JY, et al. Symptoms of problematic cellular phone use, functional impairment and its association with depression among adolescents in Southern Taiwan. [J]. Journal of Adolescence, 2009, 32(4): 863-873.
 - [5] 刘红, 王洪礼. 大学生的手机依赖倾向与孤独感 [J]. 中国心理卫生杂志, 2012, 26(1): 66—69.
 - [6] 孙玮玮, 胡瑜. 大学生手机依赖倾向与人格特点和社会支持的关系 [J]. 中国心理卫生杂志, 2018, 32(05): 425-431.
 - [7] 甘启颖. 大学生基本心理需要、自我效能与手机依赖关系剖析 [J]. 渭南师范学院学报, 2015, 30(6) : 61-64.
 - [8] 刘红霞. 高职生手机依赖与心理弹性、自我接纳之间的关系 [J]. 浙江工贸职业技术学院学报, 2015, 15(4) : 9-12.
 - [9] 张国进, 姚志强. 大学生积极心理资本与手机依赖的关系 [J]. 赣南师范大学学报, 2018, 39(02): 119-122.
 - [10] 张向葵, 田录梅. 自尊对失败后抑郁、焦虑反应的缓冲效应. 心理学报, 2005, 37(2) : 240-245.
 - [11] Smetaniuk P. A preliminary investigation into the prevalence and prediction of problematic cell phone use. Journal of Behavioral Addictions, 2014, 3(1): 41-53.
 - [12] Billieux J. Problematic Use of the Mobile phone: A Literature Review and a Pathways Model. Current Psychiatry Reviews, 2012, 8(4): 299-307.
 - [13] 张丽娜, 宫涛, 张学敏, 郭新娣. 医学院校三本学生心理资本与自尊、心理健康的相关研究——以包头医学院为例 [J]. 中国卫生产业, 2016, 13(02): 126-128.
 - [14] 张阔, 张赛, 董颖红. 积极心理资本：测量及其与心理健康的关系 [J]. 心理与行为研究, 2010, 8(01): 58-64.
- 项目名称：贵州省科学技术基金资助项目《贵州省心理健康服务体系实务模式探索》
项目编号：黔科合基础 [2019] 1174 号
立项单位：贵州省科技厅
张淑敏 (1969.10-), 女, 汉族, 天津市宝坻区人, 博士, 教授, 研究方向：社会心理学。