

冲动性对藏族大学生手机成瘾的影响： 手机使用的中介作用

次仁拉姆 李晓伟 高 蕾

西藏大学教育学院 拉萨师范高等专科学校 850000

【摘要】目的：探讨使用手机过程中，产生的冲动性对于少数民族藏族大学生造成的手机成瘾影响。方法：采用冲动性问卷、大学生手机依赖倾向问卷和手机使用问卷对西藏某大专院校 339 名大学生进行问卷调查，用 SPSS20.0 及 AMOS18.0 进行数据分析。结果：(1) 少数民族藏族大学生出现冲动性情况，与手机成瘾和手机使用特点存在促进影响；(2) 手机使用会成为藏族大学生冲动性与手机成瘾之间起部分中介连接作用，生成的效应数值为 0.09，中介作用带来的效应额度占总效应额度的 33%。结论：藏族大学生的手机成瘾不仅受到冲动性的影响，还会受到手机使用的中介作用影响，改善藏族大学生的手机使用可以有助于减少其手机成瘾，促进个体健康发展。

【关键词】藏族大学生；手机；冲动性；成瘾；使用；中介

随着时代的发展、科技的进步，手机逐渐成为一种大众化的工具，又由于手机具备功能的强大性、内容的丰富性以及使用的便利性等特点，因此已经成为现代人们生活、工作、学习、娱乐的重要途径，大部分现代人的生活已经无法离开使用手机^[1]。目前，我国网民规模已经超过九个亿，其中手机网民已经占到 99% 以上，与此同时，数据的增加表明我国手机网民呈逐步上升的趋势，但随之而来的是手机成瘾问题。

手机成瘾是指对手机的使用率无法控制，往往是受手机使用者的生理、心理和周遭的社会环境所共同影响。一旦对手机成瘾经常会出现明显的强迫行为、部分功能失调等情况。手机成瘾可以视为人类行为成瘾中的一项^[2]。对于大学生而言，手机成瘾不仅能够影响到学生的学业成绩，更会带来家庭不和谐等问题，给大学生造成消极的影响^[3]。同时，手机本身的使用以及个体自身的心理因素，如冲动性也会造成手机成瘾^[4]。

冲动性是指当某个人受到来自内部或外部的因素刺激时而做出的应激反应，是一种无计划的心理现象，反应过程中个体不考虑行为是否会产生消极影响。研究证明，个体的冲动性使得手机使用的可能性大大增加，利用冲动性指数调查可以推断手机成瘾的程度。手机使用也可以推断出个体对于手机的依赖程度。而大学生的手机成瘾问题会给他们带来各种各样的消极影响，其中冲动性和手机使用都可预测手机成瘾。那对于藏族大学生来说又是怎样的呢？手机使用是否在手机成瘾过程中带来了中介性影响作用？因此，本研究采用问卷调查法，

以少数民族藏族大学生为调查案例，探讨冲动性对藏族大学生手机成瘾的影响以及手机使用的中介作用，以期了解藏族大学生手机成瘾的现状，降低其手机成瘾，以便促进藏族大学生更好的发展。

1 研究方法

1.1 被试

采用方便取样选取西藏自治区某大专院校藏族大学生作为调查对象。共发放 400 份调查问卷，其中问卷有效率 85.75%，即 339 份。参与调查问卷的藏族大学生中，男性 129 人 (38%)，女生 210 人 (62%)；大一 250 人 (74%)，大二 43 人 (13%)，大三 46 人 (14%)；手机使用少于三年 67 人 (19%)，三年以上 272 人 (78%)。

1.2 研究工具

1.2.1 手机使用

采用柴晶鑫编制的手机使用情况问卷 [8]，共有 10 个项目，分为人际使用、娱乐使用、消费使用三个层面。该问卷的总系数为 0.66。

1.2.2 手机成瘾

对藏族大学生手机依赖程度进行问卷调查 [9]，内容包括十六个类别，并被归纳在四个层次内容中，包括：戒断症状、突显行为、社交抚慰和心境改变。该问卷的系数为 0.78。

1.2.3 冲动性

采用冲动性量表中文修订版 [10]，共有二十六个内容，分为非计划性、行动冲动性和认知冲动性三个层次。

冲动性量表的总系数为 0.76。

1.3 数据分析

数据采用 SPSS20.0 和 AMOS18.0 进行统计分析。

2 结果

2.1 藏族大学生手机成瘾与手机使用、冲动性的差异检验

按照量表制定的手机成瘾标准进行分组,其中无成

瘾 21 人;可能成瘾 280 人;手机成瘾 38 人。由表 1 可知,手机使用总分、人际使用和娱乐使用与手机成瘾存在显著差异。通过调查对比发现,手机依赖程度越高的藏族学生,手机使用相关的数据得分就越高。冲动性人格特质中的非计划性和行为冲动与手机成瘾也存在显著差异。两两比较发现,手机可能成瘾组非计划性得分显著高于无成瘾组,手机成瘾组的行为冲动性得分显著高于其他两组。

表 1 手机成瘾与手机使用、冲动性的差异检验 ($M \pm SD$)

	无成瘾①	可能成瘾②	手机成瘾③	F	事后检验
人际使用	11.36±2.36	11.81±2.10	12.87±1.87	5.09**	③>①, ③>②, ②>①
娱乐使用	11.87±2.26	12.17±1.90	14.26±4.97	12.70**	③>①, ③>②
购物使用	6.48±1.50	6.54±1.30	7.07±1.07	2.87	
手机使用	29.71±4.25	30.51±4.20	34.20±5.32	12.88**	③>①, ③>②, ②>①
非计划性	35.66±6.81	31.70±6.60	32.24±6.85	3.50*	②>①
行为冲动	22.92±5.82	27.20±5.79	30.54±5.53	12.12**	③>①, ③>②, ②>①
认知冲动	34.94±6.23	32.16±4.94	32.54±5.20	2.98	
冲动性总分	93.51±10.03	91.06±12.01	95.33±13.22	2.36	

2.2 冲动性、手机使用与手机成瘾的相关分析

对结果进行调查分析可以证明,冲动性等其他层次中的项目内容与手机成瘾均呈现出积极影响作用,手机使用等其他层次中的项目内容与手机成瘾呈现出积极影响作用,手机使用总分及娱乐使用与冲动性总分及其各

个维度呈显著正相关,人际使用与冲动性总分、非计划性和认知冲动呈显著正相关,购物使用与冲动性总分、行为冲动和认知冲动呈显著正相关。各变量之间的相关矩阵如表 2 所示。

表 2 冲动性、手机使用与手机成瘾相关分析

变量	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 非计划性	1								
2 行为冲动	.029	1							
3 认知冲动	.551**	.160**	1						
4 冲动性总分	.770**	.561**	.772**	1					
5 人际使用	.123*	.037	.186**	.165**	1				
6 娱乐使用	.142**	.096*	.110*	.172**	.328**	1			
7 购物使用	.021	.168**	.126*	.147**	.404**	.029**	1		
8 手机使用总分	.144**	.120*	.186**	.217**	.773**	.800**	.637**	1	
9 手机成瘾	.095*	.375**	.081*	.098*	.149**	.251**	.148**	.255**	1

2.3 手机使用的中介效应分析

采用结构方程模型进行检验分析,以冲动性为,手机成瘾为,手机使用为,模型如图 1。结果表明,拟合指数 $\chi^2/df=5.55$, $GFI=0.91$, $CFI=0.81$, $RMSEA=0.11$,表明模型的拟合较为理想,手机使用过程中,受到冲动性及手机成瘾的中介影响作用。在使用偏差校对时,利用非参数百分位法,对手机使用过程中出现的中介效应进行调查分析,取出 3000 值作为抽样数,区间为 95%。得出结论证明,本次调查所建立的模型中,各个数据路径均具有良好的调查数据显著性,即各项指标均呈现出 $P<0.01$,所以可以证明,手机使用在冲动性与手机依赖的关系中起到了明显的中介影响作

用,其中总效应为 0.27,中介效应为 0.09,中介效应占总效应的比例分别为 33%。

3 讨论

我国是一个统一的多民族国家,藏族同胞是我们必不可少的一部分。因此,本研究以藏族大学生作为调查对象,探讨手机使用在冲动性与手机成瘾间的中介影响作用,以期发现藏族大学生成瘾现状、以及成瘾原因,为未来藏族大学生手机成瘾的干预提供方法。

3.1 冲动性与手机使用对手机成瘾的作用

冲动性与手机成瘾呈显著正相关,这一结果与以往结果一致。对于这一结果,可能是因为手机使用的普及

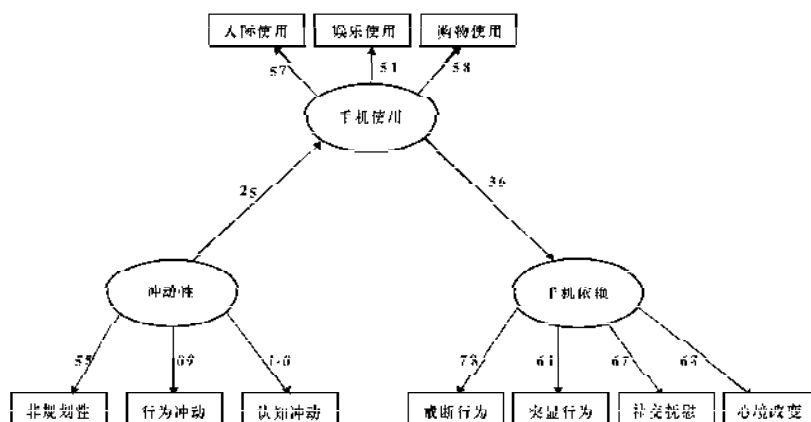


图1 各变量之间的结构方程模型路径系数图

性,使得个体在手机上获得的满足感作为一种奖赏,而在现实生活中存在各种各样的压力和痛苦,因此手机使用频率上升。手机使用与手机成瘾呈显著正相关,这一结果与徐华[12]等人研究结果一致。存在这一结果的原因可能是手机成瘾实际上不是对手机本身的成瘾,而是过度使用甚至沉迷于网络游戏、小视频等功能上的成瘾。

3.2 手机使用在冲动性与手机成瘾间的中介作用

冲动性作为一种人格特质,经常表现出迅速、无计划且难以抑制的反应倾向,这一结果导致个体在日常生活中没有良好的规划,也无法集中注意力,甚至容易分心。高冲动性的个体更是难以控制自己的行为,手机使用量更是大大上升。因此,当手机变得日益普遍且功能逐渐强大时,手机便成为这一类人打发时间、寻求安全感的工具,手机成瘾带来的负面问题也会因手机使用的满足感加以弥补,这就进一步导致个体不断增加手机使用的时间和频率,导致手机成瘾问题更加严重。

通过本次调查研究发现,手机使用能够成为导致手机成瘾的原因,该结果与以往研究结果一致,即手机使用量越高的个体更容易出现手机成瘾问题[13]。同时,本研究发现手机使用在冲动性与手机成瘾之间起着部分中介作用,这一结果可以为改善手机成瘾问题提供借鉴或思考。一是,我们可以重点关注藏族大学生的手机使用情况;二是手机使用与成瘾行为相关,学校、家庭和社会可以为那些有成瘾行为的学生提供心理指导,帮助其掌握正确的行为管理方法,进一步改善手机成瘾问题;三是,藏族大学生可以积极参加各类校园活动,转移兴趣爱好关注点,进而减少手机的使用。总而言之,手机成瘾问题不可忽视,应该得到各方面的高度关注,从而促使学生逐渐养成正确使用手机的习惯。

参考文献

[1] 刘勤学,杨燕,林悦等.智能手机成瘾:概念、测量及影响因素.中国临床心理学杂志,2017,25(1):82-87.

[2] 郭璐璐.手机成瘾者的抑制控制能力缺陷[D].重庆:西南大学,2017.

[3] 王平,孙继红,王亚格.大学生手机成瘾与孤独感、父母教养方式的关系研究.当代教育科学,2015(1):56-58.

[4] 李丽,梅松丽,牛志民等.大学生孤独感和睡眠质量的关系:智能手机成瘾的中介作用及性别的调节作用[J].中国临床心理学杂志,2016,24(2):345-348.

[5] Swann, A. C., Lijffijt, M., Lane, S. D. et al. (2011). Interacting mechanisms of impulsivity in bipolar disorder and antisocial personality disorder. Journal of Psychiatric Research, 45(11):1477-1482.

[6] 梅松丽,柴晶鑫,李娇朦等.冲动性、自我调节与手机依赖的关系研究:手机使用的中介作用[J].心理与行为研究,2017,15(1):136-143.

[7] 刘勇,陈健芒,赵建芳.哈尔滨大学生人格特质与手机使用及成瘾行为的关系[J].中国学校卫生,2014,35(7):995-997.

[8] 柴晶鑫.大学生手机依赖行为意向及影响因素研究[D].吉林:吉林大学,2017.

[9] 熊婕,周宗奎,陈武.大学生手机成瘾倾向量表的编制[J].中国心理卫生杂志,2012,26(3):222-225.

[10] 李献云,费立鹏,徐东.Barratt 冲动性量表中文修订版在社区和大学人群中应用的信效度.中国心理卫生杂志,2011,25(8):610-615.

[11] James, A. R., Stephen, F. P. (2013). A preliminary investigation of materialism and impulsiveness as predictors of technological addictions among young adults. Journal of Behavioral Addictions, 2(1):56-62.

[12] 徐华,吴玄娜,兰彦婷.大学生手机依赖量表的编制[J].中国临床心理学杂志,2008(1):26-27.

[13] 周芳蕊.大学生抑郁、孤独与手机依赖:手机使用类型的中介作用[D].吉林:吉林大学,2018.

作者简介:次仁拉姆(1993-),女,西藏拉萨,研究生,研究方向:心理健康教育与咨询;李晓伟(1996-),女,山东烟台,研究生,研究方向:藏汉双语加工机制;高蕾(1983-),女,河北秦皇岛,副教授,研究方向:心理健康教育与咨询;邮寄地址:西藏自治区拉萨市城关区娘热乡第十一安居苑收件人:次仁拉姆 电话:13518980853