

大学生媒体多任务对社会幸福感的影响： 一个有调节的中介模型

何晓宇

(广东科技学院 广东 东莞 523083)

【摘要】媒体多任务指个体同时对多个电子或非电子媒体进行操控。过往研究尚未探过媒体多任务与社会幸福感的关系及其内部机制和影响因素。为了更全面地了解媒体多任务对大学生的影响,本研究对大学生媒体多任务与社会幸福感的关系进行探讨,并进一步检验二者之间的内在作用机制和影响因素——学校社区感的中介作用与自我控制的调节作用。研究采用便利样本法,从广东、江苏等地抽取642名大学生进行问卷调查,结果表明:(1)大学生平均媒体多任务指数(MMI)为3.4,即大学生在同一时间平均进行3.4个媒体活动。(2)大学生媒体多任务对社会幸福感具有显著的负向预测作用,学校社区感在大学生媒体多任务和社会幸福感的关系中起部分中介作用。(3)自我控制在学校社区感与社会幸福感的关系中起调节作用。

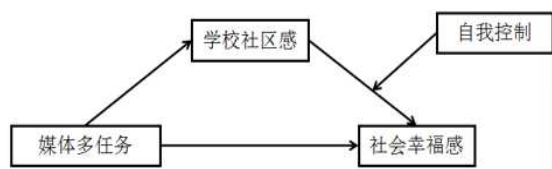
【关键词】媒体多任务;社会幸福感;学校社区感;自我控制;大学生

1 前言

学校社区感(Sense of School Community)是学生在学校中体验到的归属感与安全感,信任他人并愿意与之接触和交往,在学校中能得到支持的主观与客观相统一的感受。学校是大学生成长之地,其对社会的看法和态度也大都来自于大学社区。根据社区感的需求模型,当一个社区拥有满足人类重要需求的资源时(比如归属感和情感联系),社区中的个体可能会体验到更多的幸福感。从这个角度看,社区感可能是幸福感的一种来源。媒体多任务很可能通过学校社区感进而影响社会幸福感。

自我控制指个体克服不受欢迎的行为趋势并且控制使其不依照冲动行动的能力。自我控制是一种能力特质,属于个体的心理特性,不同个体的自我控制力都不尽相同,相关研究表明自我控制在媒体行为和调节情绪中的重要性。自我控制很可能是媒体多任务、学校社区感和社会幸福感之间的一个调节变量,

综上,本研究选定大学生为研究对象,探讨大学生媒体多任务行为和社会幸福感之间的关系,并探讨学校社区感的中介作用以及自我控制在的调节作用。研究理论模型如下:



2 研究方法

2.1 研究对象

本研究采用便利样本的方法,选取广东、江苏等地区的高校大学生发放问卷。为减少共同方法偏差,本研究的调查分两次收集,通过填写学号的方式进行样本配对,时间间隔一个月。经过两次问卷的配对,共得到642份有效的配对问卷,形成最终样本。

2.2 研究工具

2.2.1 媒体使用问卷(Media Use Questionnaire, MUQ)

本研究采用杨晓辉等翻译修订Oprihr^[1]的媒体使用问卷(MUQ),该问卷分别测量10种不同形式日常活动的媒体多任务情况。被调查者需要回答平均每天进行每种活动的时间以及“同时进行其他媒体活动的频率”(采用4点计分,不同频率给予不同的赋值:“大部分时间”=1,“一些时间”=0.

67,“很少的时间”=0.33,“从来没有”=0),再通过公式计算出个体的媒体多任务操作的指数(MMI),计算公式如下:

$$MMI = \sum_{i=1}^{i=10} \frac{m_i \times h_i}{h_{total}}$$

其中 m_i 表示使用某种媒体同时进行其他媒体活动数量, h_i 是每天从事 i 活动的时间, h_{total} 是每天从事所有主要媒体活动时间。

本研究根据国内目前的发展情况,对条目的提示语做了相应的修改与增加。如在观看网络视频的提示语增加“抖音”等。

2.2.2 社会幸福感量表

本研究采用苗元江和王青华修订的《社会幸福感量表》。该问卷共有15个条目,包括社会认同等5个维度,采用7点评分。得分越高,代表社会幸福感越高。本研究量表的Cronbach's α 系数为0.89,对量表进行验证性因素分析,结果表明模型的各项拟合指数较好, $\chi^2/df=4.46$ 、RMSEA=0.074、CFI=0.94、TLI=0.921。

2.2.3 课堂与学校社区调查量表

本研究对学校社区感测量将采用Rovia等[2004]修订的《课堂与学校社区调查表》。包括课堂社区和学校社区两个分量表,每个分量表各有10个条目,采用4级评分法。得分越高,说明学生的学校社区感越强。本研究量表的Cronbach's α 系数为0.90,对量表进行验证性因素分析,结果表明模型的各项拟合指数较好, $\chi^2/df=3.78$ 、RMSEA=0.066、CFI=0.948、TLI=0.925。

2.3 统计方法

采用SPSS24.0对各量表进行信度检验、描述统计、中介效应分析和调节效应分析。采用Mplus7.0进行各量表效度检验。

3 结果与分析

3.1 媒体多任务基本情况

如下表所示,大学生群体使用媒体的平均时间为 20.06 ± 13.31 小时,其中最大值为49.1小时,最小值为4小时。媒体多任务指数(MMI)的平均值为3.4,即同时进行3.4个媒体活动。在各项媒体活动的多任务指数中,得分最高的三种活动分别是面对面交流、收发即时信息和使用社交网站。

3.2 各变量相关关系

表2 各变量描述统计及相关分析结果

变量	媒体多任务指数	社会幸福感	学校社区感	自我控制
媒体多任务指数	1			
社会幸福感	-0.353**	1		
学校社区感	-0.261**	0.750**	1	
自我控制	-0.163**	0.249**	0.257**	1
M	3.390	70.871	67.886	59.285
SD	1.281	14.213	10.536	10.599

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

由上表可知, 媒体多任务指数与社会幸福感、学校社区感呈显著负相关, 学校社区感与社会幸福感呈显著正相关, 为进一步检验研究假设提供初步的支持。

3.3 媒体多任务、社会幸福感与学校社区感

对媒体多任务、学校社区感、社会幸福感三个变量进行标准化处理。以媒体多任务为自变量、社会幸福感为因变量、学校社区感为中介变量, 使用 SPSS 24.0 PROCESS 宏程序 (model 4) 进行中介效应检验 (Hayes, 2013), 采用偏差校正的非参数百分位 Bootstrap 法进行取样, 设置的迭代次数为 5000 次, 结果可得, 在总效应中, 媒体多任务对社会幸福感的总效应值为 -0.353 , 95% 的置信区间为 $(-0.426, -0.281)$, 不包含 0, 说明总效应存在。在中介效应中, 媒体多任务通过学校社区感对社会幸福感的中介效应值为 -0.184 , 95% 的置信区间为 $(-0.252, -0.121)$, 不包含 0, 表明中介效应存在。在直接效应中, 媒体多任务对社会幸福感的直接效应值为 -0.169 , 95% 的置信区间为 $(-0.221, -0.118)$, 说明直接效应存在。

媒体多任务对社会幸福感直接效应显著, 直接效应值为 -0.169 ; 学校社区感在媒体多任务与社会幸福感的中介效应显著, 中介效应值为 -0.184 。说明在引入学校社区感作为中介变量后, 媒体多任务对社会幸福感仍然影响显著, 学校社区感在媒体多任务与社会幸福感之间起部分中介效应, 中介效应占总效应的 $-0.184/(-0.353) \times 100\% = 52.1\%$ 。

3.4 自我控制的调节作用

本研究采用 SPSS 24.0 PROCESS 宏程序 (model 14) 对研究模型进行检验。结果显示, 以学校社区感为因变量, 媒体多任务对学校社区感效应显著 ($\beta = -0.261$)。以社会幸福感为因变量, 媒体多任务和学校社区感对社会幸福感效应均显著。学校社区感和自我控制对社会幸福感的交互项效应显著 ($\beta = 0.055$), 说明有调节的中介模型成立。

4 讨论

4.1 媒体多任务的基本情况

本研究结果发现, 在媒体使用时间上, 大学生平均每天使用媒体总时间为 20.06 小时, 与近年来国内的研究者得出的 21.66 小时的结果相近, 对比 2014 年杨晓辉等的 13.6 小时有所增长。这说明随着信息技术的发展, 涌现的数字媒体越来越多, 大学生每天使用媒体的总时间也越来越长, 媒体使用已经成为大学生日常生活中不可或缺的一部分。大学生媒体多任务指数 (MMI) 的平均值为 3.4, 与近年来国内学者研究发现的 3.64 个媒体活动相近, 略低于国外的 4.30 个媒体活动。这说明, 媒体多任务行为具有跨文化性。在各项媒体活动的多任务指数中, 得分最高的三种活动分别是面对面交流、收发即时信息和使用社交网站, 这可能是由于在玩

电子游戏、电话、视频聊天和观看视频时, 个体需要集中注意力, 因此需要占用的认知资源较多, 使得个体无法再去进行其他媒体操作。而相反得分最低的三项——面对面交流、收发即时信息和使用社交网站时对个体的注意力要求相对宽松, 使得个体可以将认知资源分配到其他媒体任务中。

4.2 大学生媒体多任务、学校社区感和社会幸福感的关系

研究结果显示, 在大学生群体中, 媒体多任务对学校社区感和社会幸福感均具有显著的负向预测作用。

媒体多任务对社会幸福感具有负向预测作用。长期的使用媒体多任务处理会破坏人体内积极的应对机制, 这种应对机制本身是能够使注意力迅速从负面刺激中转移。但是因为遭到破坏, 人体内的消极情绪难以得到舒缓, 从而导致焦虑或抑郁加剧, 社会幸福感也随着降低。其次, 个体进行多任务的本意是想提升活动效率, 但是过多的任务同时处理反而会使效率降低、媒体使用时间增加, 个体会因此产生消极的情绪和认知 (如对自己效能感的消极评判), 对自身的社会功能等方面的评估也会因此较低, 社会幸福感也自然随着下降。

学校社区感在媒体多任务和社会幸福感之间起部分中介作用。一方面, 大学生长期进行媒体多任务, 可能会带来社交焦虑、考试成绩、记忆力、效率、社交恐怖等问题, 这些问题都会在学习、校园交往上产生影响, 带来较低水平的学校社区感, 低水平的学校社区感可能会给个体带来一种消极的应对方式和负面态度, 影响个体对自己、他人和社会的态度和判断。另一方面, 媒体多任务特别是在同步社交 (面对面交流、电话视频聊天) 中采用媒体多任务会影响到同伴之间的关系质量, 影响校园交往, 导致较低的学校社区感, 进而可能带来更少的社会支持。而社会支持对于社会幸福感有着重要的影响, 姚若松和郭梦诗认为社会支持是社会幸福感的预测因素之一, McDowell 和 Newell 更是将社会支持作为社会幸福感的维度之一。缺少社会支持可能会使个体无法感受到更多的社会正面氛围, 因而没能体验到更多的社会幸福感。

5 结论

5.1 大学生倾向于多个媒体结合使用, 在同一时间段进行的媒体活动较多。其中, 最容易与其他媒体活动结合使用的三种媒体活动分别是面对面交流, 收发即时信息, 使用社交网站; 最少与其他活动结合使用的三种媒体活动分别是玩电子游戏或网络游戏, 电话、视频聊天, 观看电视、电影、在线和离线视频。

5.2 大学生媒体多任务对社会幸福感具有显著的负向预测作用, 学校社区感在大学生媒体多任务和社会幸福感的关系中起部分中介作用。

5.3 自我控制在学校社区感与社会幸福感的关系中起调节作用。

参考文献:

- [1] 苑新群. 大学生媒体多任务与心理健康的关系 [D]. 首都师范大学.
- [2] 胡月. 大学生媒体多任务行为对阅读中心智游移的影响研究 [D]. 中国地质大学.
- [3] 李琼, 黄希庭. 自我控制: 内涵及其机制与展望 [J]. 西南大学学报 (社会科学版), 2012, 38 (02): 41-52+173.
- [4] 苗元江, 王青华. 大学生社会幸福感调查研究 [J]. 赣南师范学院学报, 2009.