

- [10] 王芳梅.农村小学 3~6 年级学生心理健康调查与分析[J].现代教育科学,2012(6):28-29.
- [11] 方琪,王宏,李雷雷,等.重庆三峡库区中学生心理健康现状调查[J].中国卫生事业管理,2009,26(11):774-775.
- [12] 吴瑞,李建桥,刘琴,等.留守中学生生活事件与应对方式对心理健康的影响[J].卫生研究,2014,43(4):586-590.
- [13] 俞国良,李天然,王勃.中部地区学校心理健康教育状况调查[J].中国特殊教育,2015(4):70-75.
- [14] 卫萍,许成武,刘燕,等.中小学生学习心理健康状况的调查分析与教育策略[J].教育研究与实验,2017(2):91-96.
- [15] 邓厚才,杨敬源,邓冰,等.中学生心理社会因素与抑郁关系[J].中国公共卫生,2012,28(10):1274-1277.
- [16] 许玲丽,周亚虹.义务教育资源配置对初中升学机会的影响[J].上海经济研究,2011(12):25-35.
- [17] 周漫,黄森飞.贵阳市城乡结合部初中学生心理现状分析:以花溪区金竹民族学校 2013 届学生为例[J].现代基础教育研究,2014(3):104-109.
- [18] 孙路平,葛秋风,郭辽朴.漯河市 1541 名中学生心理健康状况调查[J].河南预防医学杂志,2015,26(1):52-55.
- 收稿日期:2018-04-18;修回日期:2018-05-15

大学生主观幸福感与冲动性对手机依赖的影响及其交互作用

牛露颖^{1,2}, 黄海², 郭兰²

1.武汉工程大学邮电与信息工程学院,湖北 430073;2.中国地质大学(武汉)

【摘要】 目的 探索主观幸福感与冲动性对大学生手机依赖的影响及其交互作用,为大学生手机依赖的预防与干预提供理论依据。**方法** 采用方便取样方法,选取湖北省某高校 2 394 名在校大学生作为调查对象,采用手机依赖指数量表(Mobile Phone Addiction Index,MPAI)、Barratt 冲动性量表(Barratt Impulsiveness Scale,BIS-II)和总体幸福感量表(General Wellbeing Schedule,GWB)进行测量。**结果** 不同手机依赖水平大学生的冲动性、主观幸福感差异有统计学意义,高手机依赖者的冲动性得分高于低手机依赖者,主观幸福感得分低于低手机依赖者(F 值分别为 252.35,282.06, P 值均 <0.01)。手机依赖与个体冲动性呈正相关、与主观幸福感呈负相关,冲动性与主观幸福感呈负相关(r 值分别为 0.45, -0.48, -0.62, P 值均 <0.01)。在以手机依赖为因变量的回归方程中,冲动性与主观幸福感交互作用项的回归系数有统计学意义($\beta=0.23, t=2.34, P<0.05$),且引入交互作用项后新增解释量亦有统计学意义($\Delta R^2=0.28, P<0.05$)。**结论** 主观幸福感和冲动性对大学生手机依赖的影响有交互作用,主观幸福感在冲动性和手机依赖之间起调节作用。

【关键词】 幸福;冲动行为;行为;成瘾;学生

【中图分类号】 B 844.2 G 444 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2018)08-1259-03

“手机依赖症”是近几年出现的一种新型心理疾病,指个体过度沉迷于以手机为媒介的各种活动^[1],对手机产生一种持续的渴求感和强烈的依赖感,并导致个体出现明显的社会、心理功能损害^[2],是一种“成瘾行为”^[3]。从成瘾行为的生物心理社会模型来看,人格是导致成瘾行为的关键心理因素^[4-5],而冲动性是一种重要的人格因素^[6],主要特征为情绪不稳定及缺乏冲动控制能力。以往研究发现冲动性和成瘾行为或相关心理病理状态之间有因果关系^[7],高冲动性者有更多的手机使用需求^[8]。另外,从个体的抑制能力来看,具有低抑制能力的人很难抑制自己的冲动行

为,导致他们在情绪化的条件下更难控制手机使用行为,容易出现依赖^[9]。同时,冲动性对个体主观幸福感具有预测作用,高冲动性的个体易产生抑郁、焦虑^[10]等消极情绪体验,在现实的学习生活中体验到的幸福感水平不高。主观幸福感是指个体以自定的标准经自我评价而产生的生活满意度、积极与消极的情感体验^[11],是影响个体成瘾行为形成的一个重要心理因素^[12]。本文试探索冲动性和主观幸福感对大学生手机依赖的影响,并尝试探讨两者对大学生手机依赖的影响是否存在交互作用,为预防与干预大学生的手机依赖问题提供一定的参考依据。

1 对象与方法

1.1 对象 采用方便取样方法,于 2017 年 3 月选取湖北省某高校在校大学生作为调查对象,以班级为单位进行集体施测,共发放调查问卷 2 500 份,回收有效问卷 2 394 份。其中大一学生 887 名,大二学生 817 名,大三学生 690 名;男生 1 344 名,女生 1 050 名;年

【基金项目】 教育部人文社会科学一般项目(14YJC190027);湖北省学生工作精品项目(SZHB006)。

【作者简介】 牛露颖(1990-),女,河南林州人,硕士,讲师,主要研究方向为应用心理学。

【通讯作者】 黄海, E-mail: huanghai76@163.com。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2018.08.043

龄 16~25 岁,平均(19.10±1.33)岁。本研究均由学生辅导员协助提前告知学生具体情况,并知情同意。

1.2 方法

1.2.1 手机依赖指数量表(Mobile Phone Addiction Index,MPAI) 该量表原由 Leung 编制,由黄海等^[13]修订,共计 17 个条目,包括失控性、戒断性、逃避性、低效性 4 个维度,总量表的内部一致性系数为 0.91。量表采用 5 点计分,每个条目为 1~5 计分,得分越高,手机依赖性越强。本研究中,量表内部一致性系数为 0.92。

1.2.2 Barrat 冲动性量表(Barratt Impulsiveness Scale,BIS-II) 该量表原由 Barratt 编制,由李献云等^[14]修订,共计 30 个条目,分为运动冲动性、认知冲动性、无计划冲动性 3 个维度,量表采用 5 点计分,每个条目为 1~5 分计分,总量表的内部一致性系数为 0.77。得分越高,冲动性越强。本研究中量表内部一致性系数为 0.79。

1.2.3 总体幸福感量表(General Wellbeing Schedule,GWS) 该量表原由 Fazio 编制、段建华等^[15]修订,共计 18 个条目,包括对健康的担心、精力、对生活的满足和兴趣、忧郁或愉快的心境、对情感和行为的控制以及松弛与紧张(焦虑)6 个维度。量表共有 3 种计分方

式:第 2,5,6,7 题为 1~5 分 5 点计分;第 1,3,4,8~14 题为 1~6 分 6 点计分;第 15~18 题为 0~10 分 11 点计分。总量表的内部一致性系数为 0.93。得分越高,幸福感越高。本研究中量表内部一致性系数为 0.86。

1.3 数据处理 运用 SPSS 17.0 和 AMOS 17.0 对数据进行整理和分析,采用 Pearson 相关分析、单因素方差分析、多层回归分析进行检验,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 不同手机依赖组大学生冲动性、主观幸福感比较 根据极端分组法,将大学生手机依赖总分从低到高排序,取首尾各 27% 的被试分别为手机依赖高分组(总分>41 分)和低分组(总分<28 分),结果表明,手机依赖高分组大学生的冲动性得分高于低分组,而主观幸福感得分则低于低分组(P 值均<0.01)。见表 1。

2.2 手机依赖、冲动性及主观幸福感的相关分析 结果表明,手机依赖总分及各因子与个体冲动性总分及各因子呈正相关,与主观幸福感总分呈负相关,冲动性总分及各因子与主观幸福感总分呈负相关(P 值均<0.05)。见表 2。

表 1 不同手机依赖组大学生冲动性主观幸福感得分比较($\bar{x}\pm s$)

组别	人数	运动冲动性	认知冲动性	无计划冲动性	冲动性总分	主观幸福感总分
高手机依赖	659	35.06±13.89	37.37±12.34	40.43±14.03	37.38±10.61	81.55±11.33
低手机依赖	644	20.16±13.97	26.32±15.23	25.19±16.58	23.66±12.73	96.56±12.01
F 值		200.64	118.86	174.37	252.35	282.06
P 值		<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01

表 2 大学生手机依赖冲动性及主观幸福感之间的相关系数(r 值, $n=2\ 394$)

变量	失控性	戒断性	逃避性	低效性	手机依赖总分	运动冲动性	认知冲动性	无计划冲动性	冲动性总分
戒断性	0.56								
逃避性	0.50	0.52							
低效性	0.65	0.52	0.44						
手机依赖总分	0.89	0.80	0.74	0.77					
运动冲动性	0.37	0.32	0.26	0.41	0.42				
认知冲动性	0.29	0.25	0.18	0.33	0.32	0.42			
无计划冲动性	0.35	0.26	0.23	0.39	0.38	0.41	0.75		
冲动性总分	0.41	0.33	0.27	0.46	0.45	0.73	0.87	0.88	
主观幸福感总分	-0.41	-0.38	-0.33	-0.44	-0.48	-0.48	-0.51	-0.54	-0.62

注: P 值均<0.01。

2.3 主观幸福感与冲动性对手机依赖的交互作用 为进一步探究手机依赖、冲动性及主观幸福感的关 系,以冲动性、主观幸福感为预测变量,使用多层回归分析主观幸福感是否调节了冲动性与手机依赖的关系。第一步以冲动性和主观幸福感为自变量,手机依赖为因变量,结果显示, $R^2=0.28$,调整后 $R^2=0.28$, $P<0.01$;第二步以冲动性和主观幸福的交互项为自变量,手机依赖为因变量,结果发现, $R^2=0.28$,调整后 $R^2=0.28$, $P=0.02$ 。交互作用的 $\beta=0.23$, $t=2.34$, $P=0.02$ 。

主观幸福感和冲动性交互项增加了,并且交互项的系数有统计学意义。主观幸福感在冲动性与手机依赖的关系中有调节作用。

3 讨论

本研究结果发现,大学生冲动性对手机依赖的形成有直接作用,高冲动性者有更多的手机依赖行为,与以往研究结论基本一致^[8]。可能与冲动性人格的行为抑制功能特点有关,一方面,冲动性会导致个体

对优势反应的抑制失败^[16],即冲动性高的个体往往会表现出更低的行为抑制能力。而较弱的行为抑制能力是成瘾行为产生的重要预测因子^[17]。所以,功能丰富的手机容易吸引人们花费一些时间去使用,但当影响到日常生活时,低冲动性者则具有更好的行为抑制能力,能够控制自己的手机使用,而高冲动性个体则恰恰相反。另一方面,高冲动性个体对抗前摄抑制存在困难^[16],即他们很难抑制之前某个与任务有关而现在已无关的信息对记忆的干扰,比如反复思考最近与某人发生过的争吵。以往研究也显示,冲动性与打电话的数量、时长等呈正相关^[11]。

本研究结果还表明,主观幸福感和冲动性人格的交互作用能够预测手机依赖,与已有研究相似^[18]。主观幸福感主要包括生活满意度、积极与消极情感体验。一方面,个体的幸福感体验愈低,说明对整个生活的满意程度越低,该类个体在现实生活中常受到许多的困难或挫折,对适应现实生活缺乏信心,也缺乏有效的处理问题能力。而已往研究发现,低主观幸福感往往与逃避等消极应对方式有密切关系^[19]。另一方面,低主观幸福感的个体所体验到的积极情感少而体验到的消极情感更多,包括抑郁、焦虑、紧张等。而手机的特点与一些消极情绪有一定的契合性,比如焦虑情绪。Townsend^[20]认为手机的基本功能在本质上是使两个身处异地的个体能够在同一时间联系,并可以从根本上消除人类因孤独所引起的焦虑。因此,具有消极情绪的个体可能更容易通过使用手机来缓解自己的不良情绪,寻找快乐^[17]。Diener 等^[10]认为,主观幸福感低的个体比主观幸福感高的个体更容易产生冲动性,冲动性高的个体自我控制力极低,更难适应现实生活,促使个体寻求手机作为逃避生活和调整情绪的重要途径,在手机的虚拟世界中,通过聊天、上网、游戏方式获得安慰,找到快乐,并被这种快感所驱使,从而更加频繁地使用手机,形成依赖,而主观幸福感高的个体能更好控制自己的行为和情感,从而更少的出现手机依赖行为^[10]。

值得注意的是,本研究中由于冲动性属于人格特质,是相对稳定的,而幸福感主观性强,提高可能性更大,意味着主观幸福感可以作为一项降低或避免手机依赖的保护因子。因此,可以通过提高大学生对自我生活的正向评价与快乐感受,即良好的幸福感来降低或避免手机依赖。心理健康教育工作者在日常心理健康教育中可以培养大学生在日常生活面对问题和挫折的处理能力,提高他们的自控力和情绪调节能力,有利于增强其幸福感,从而预防手机依赖的产生。

4 参考文献

- [1] 黄海,侯建湘,余莉,等.大学生网络和手机依赖及其与心理健康状况的相关性[J].中国学校卫生,2014,35(11):1654-1656.
- [2] 黄海,周春燕,余莉.大学生手机依赖与心理健康的关系[J].中国学校卫生,2013,34(9):1074-1076.
- [3] CHOLIZ M. Mobile phone addiction: a point of issue[J]. Addiction, 2010,105(2):373-374.
- [4] BIANCHI A, PHILLIPS J G. Psychological predictors of problem mobile phone use[J]. Cyber Psychol Behav, 2005,8(1):39-51.
- [5] SARRAMON C, VERDOUX H, SCHMITT L, et al. Addiction and personality traits: sensation seeking, anhedonia, impulsivity [J]. L. Encephale, 1998,25(6):569-575.
- [6] MAZHARI S. Association between problematic Internet use and impulse control disorders among Iranian university students[J]. Behav Soc Net, 2012,15(5):270-273.
- [7] BILLIEUX J. Problematic Use of the mobile phone: a literature review and a pathways model[J]. Curr Psych Rev, 2012,8(4):1-9.
- [8] BILLIEUX J, VANDER L. The role of impulsivity in actual and problematic use of the mobile phone[J]. Appl Cogni Psychol, 2008,22(9):1195-1210.
- [9] BILLIEUX J, VANDER L, KHAZAAL Y, et al. Trait gambling cognitions predict near-miss experiences and persistence in laboratory slot machine gambling[J]. Br J Psychol, 2012,103(3):412-427.
- [10] DIENER E, LUCAS R E, SMITH H L. Subjective well-being: three decades of progress[J]. Psychol Bull, 1999,125(2):276.
- [11] JENARO C, FLORES N, GOMEZ-VELA M, et al. Problematic internet and cell-phone use: psychological, behavioral, and health correlates [J]. Addic Res Theory, 2007,15(3):309-320.
- [12] 叶剑辉.大学生主观幸福感与网络体验、网络成瘾关系[J].福建工程学院学报,2009,7(2):85-189.
- [13] 黄海,牛露颖,周春燕,等.手机依赖指数中文版在大学生中的信效度检验[J].中国临床心理学杂志,2014,5(10):16-18.
- [14] 李献云,费立鹏,徐东,等. 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[J].中国心理卫生杂志,2011,25(8):610-615.
- [15] 段建华.总体幸福感量表在我国大学生中的试用结果与分析[J].中国临床心理学杂志,1996,4(1):56-57.
- [16] GAY P, ROCHAT L, BILLIEUX J, et al. Heterogeneous inhibition processes involved in different facets of self-reported impulsivity: evidence from a community sample[J]. Acta Psychol, 2008,129(3):332-339.
- [17] LEPP A, BARLIEY J E, KARPINSKI A C. The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and Satisfaction with Life in college students[J]. Comp Human Behav, 2014,31(1):343-350.
- [18] 邓兆杰,黄海,桂娅菲,等.周春燕.大学生手机依赖与父母教养方式、主观幸福感的关系[J].中国心理卫生杂志,2015,29(1):68-73.
- [19] 孔德生,张微.贫困大学生生活事件、应付方式、社会支持与其主观幸福感的关系[J].中国临床心理学杂志,2007,15(1):61-62.
- [20] TOWNSEND A M. Life in the real-time city: mobile telephones and urban metabolism[J]. J Urban Technol, 2000,7(2):85-104.

收稿日期:2018-03-20;修回日期:2018-05-30