

女大学生生命意义感学校适应对手机成瘾的影响

赵浩¹, 宋天娇¹, 张灵聪²

1. 山东女子学院教育学院, 济南 250000; 2. 闽南师范大学教育科学学院

【摘要】目的 考察学校适应在女大学生生命意义感与手机成瘾间的作用, 为改善大学生手机成瘾提供参考。**方法** 采用方便抽样的方法抽取济南市 6 所本科院校的 1 355 名女大学生, 采用生命意义感量表、大学生学校适应量表、大学生手机成瘾倾向量表进行问卷调查。**结果** 大一女生手机成瘾得分(34.02±7.87) 低于大二(36.67±8.03)、大三女生(37.19±10.40) ($F=4.58, P<0.05$)。女大学生生命意义感、学校适应与手机成瘾均呈负相关(r 值分别为-0.50, -0.58), 生命意义感与学校适应呈正相关($r=0.51$) (P 值均 <0.01)。多元线性回归分析显示, 拥有生命意义感和寻求生命意义感能够共同解释手机成瘾 24% 的变异。学校适应在生命意义感与女大学生手机成瘾间起完全中介作用。**结论** 生命意义感可以通过学校适应影响女大学生手机成瘾。

【关键词】 生命价值; 适应; 心理学; 便携式电话; 行为; 成瘾; 精神卫生; 女(雌)性; 学生

【中图分类号】 G 647.9 B 844.2 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2020)08-1174-03

Impact of life meaning and school adjustment on mobile phone addiction of female college students/ZHAO Hao^{*}, SONG Tianjiao, ZHANG Lingcong. *College of Education, Shandong Women's University, Jinan(250000), China*

【Abstract】Objective The research was to investigate the intermediary effect of school adjustment between female college students' life meaning and mobile phone addiction and to provide reference for mobile phone addiction prevention. **Methods** Totally 1 355 female college students in Jinan City were investigated with Life Meaning Scale, School Adjustment Scale and Mobile Phone Addiction Scale. **Results** Score of freshmen' mobile phone addiction (34.02±7.87) was significantly lower than that of sophomores' and junior' (36.67±8.03, 37.19±10.40) ($F=4.58, P<0.05$). Female college students' life meaning and school adjustment were negatively correlated with mobile phone addiction ($r=-0.50, -0.58, P<0.01$). Female college students' life meaning was positively correlated with school adjustment ($r=0.51, P<0.01$). Having a sense of life meaning and seeking a sense of life meaning could jointly explain 24% of the variation in mobile phone addiction. School adjustment played a complete mediating role between life meaning and mobile phone addiction in female college students. **Conclusion** Female college students' life meaning can affect mobile phone addiction through school adjustment.

【Key words】 Value of life; Adaptation, psychocological; Cellular phone; Behavior, addictive; Mental health; Female; Students

女大学生一旦步入大学需面临生活适应问题、学习压力、人际关系紧张等多重压力^[1]。有研究表明, 在青少年群体中过度使用手机的女性多于男性^[2], 女大学生手机成瘾的检出率高于男生^[3]。手机成瘾指由于不当使用手机而造成的生理及心理上的不适症状^[4]。生命意义感是个体对自己存在价值感、目的感的体验, 是个体通过自己的选择和对死亡与挫折的接纳, 从而达到具有丰富生命意义的状态^[5]。Steger 等^[6]研究发现, 高生命意义感的个体物质滥用行为较少, 低生命意义感容易引发大学生的手机依赖^[7-8]。学校适应指在学校背景下能够愉快地参加学校活动并获得学业成就的状况^[9]。生命意义感能够有效影

响大学生的学习适应、人际关系适应、生活适应、情绪适应^[10-14]等方面。而从学校适应与手机成瘾关系上来说, 情绪适应能力弱、人际关系适应不良、学习适应差^[15-18]会导致大学生手机成瘾。为了解女大学生生命意义感、学校适应对手机成瘾的影响, 笔者对山东省济南市 1 355 名女大学生进行调查。

1 对象与方法

1.1 对象 于 2018 年 10 月, 采用方便抽样方法从山东省济南市 6 所本科学校(济南大学、山东师范大学、齐鲁工业大学、山东中医药大学、山东女子学院、山东管理学院)各抽取 10 个班(共 60 个班)的女大学生作为被试。以班级为单位对女大学生当场发放问卷, 共发放 1 482 份问卷, 当场回收有效问卷 1 355 份, 有效回收率为 91.43%, 其中大一女生 450 名, 大二 462 名, 大三 443 名; 文科生 612 名, 理工科 743 名; 生源地农村 872 名, 城镇 483 名; 独生子女 472 名, 非独生子女 883 名。调查前告知调查对象研究的目的是意义, 在征得调查对象同意后进行调查。

【基金项目】 教育部中国教师发展基金会“十三五”规划重点课题(CTDF-KT1604162); 山东省教育科学研究课题(17SC020); 山东省青少年教育科学规划课题(19AJY015)。

【作者简介】 赵浩(1989-), 男, 安徽安庆人, 硕士, 讲师, 主要研究方向为儿童与青少年心理发展与教育。

1.2 方法

1.2.1 生命意义感量表 采用刘思斯等^[19]编制的生命意义感量表中文版,该量表包含拥有生命意义感(MLQ-P)和寻求生命意义感(MLQ-S)2个因子,共9道题。采用7点计分,由1代表“完全不符合”到7代表“完全符合”。本研究中量表的Cronbach α系数为0.88。

1.2.2 大学生学校适应量表 该量表由方晓义等^[20]编制,采用学习适应、人际关系适应、校园生活适应、情绪适应4个因子作为衡量大学生学校适应的指标,共38道题目,采用5点计分(不同意、有点不同意、不确定、有点同意、同意,分别计1~5分)。本研究中量表的Cronbach α系数为0.90。

1.2.3 大学生手机成瘾倾向量表 该量表由熊婕等^[4]编制,包括戒断症状、突显行为、社交抚慰、心境改变4个因子,共16道题。量表采用5点计分,由1代表“完全不符合”到5代表“完全符合”,当被试分值超过48分时,说明存在手机成瘾问题。本研究中量表的Cronbach α系数为0.86。

1.3 共同方法偏差检验 采用Harman's One-factor Test对研究中所有变量的项目采用未旋转的主成分分析法进行因素分析,结果表明共有16个因子的初始特征值大于1,且首个因子能够解释的方差变异量为19.89% (<40%),表明本研究不存在共同方法偏差问题。

1.4 统计学处理 采用SPSS 20.0对女大学生手机成瘾倾向进行描述性分析,对生命意义感、学校适应与手机成瘾进行相关分析;将年级设置为控制变量,以拥有生命意义感、寻求生命意义感为自变量,手机成瘾为因变量进行多元线性回归分析;采用Mplus 7.0,以年级作为控制变量,建立结构方程模型考察学校适应在生命意义感与手机成瘾间的中介作用,分析中使用Bootstrap法构造3000个样本量,检验路径的显著性。检验水准α=0.05。

2 结果

2.1 女大学生手机成瘾倾向 检出手机成瘾的女大学生378名,检出率为27.9%。女大学生手机成瘾得分在年级间差异有统计学意义(P<0.05),在专业、家庭所在地、是否独生子女间差异均无统计学意义(P值均>0.05)。见表1。

表1 不同人口统计学特征女大学生手机成瘾得分比较(̄x±s)

人口学指标	人数	得分	F/t值
年级			4.58*
大一	450	34.02±7.87	
大二	462	36.67±8.03	
大三	443	37.19±10.40	
专业			-0.12
文科	612	35.57±8.06	
理工科	743	37.88±8.43	
家庭所在地			0.26
农村	872	35.72±8.18	
城镇	483	35.68±8.85	
是否独生子女			1.91
是	472	38.48±12.27	
否	883	35.25±8.47	

注: * P<0.05。

2.2 女大学生生命意义感、学校适应与手机成瘾的相关分析 女大学生生命意义感、学校适应与手机成瘾均呈负相关(r值分别为-0.50, -0.58),生命意义感与学校适应呈正相关(r=0.51)(P值均<0.01)。见表2。

表2 女大学生生命意义感学校适应与手机成瘾的相关系数(r值, n=1355)

变量	拥有生命意义感	寻求生命意义感	生命意义感	学校适应
寻求生命意义感	0.61			
生命意义感	0.79	0.97		
学校适应	0.49	0.45	0.51	
手机成瘾	-0.50	-0.44	-0.50	-0.58

注: P值均<0.01。

2.3 生命意义感各因素对手机成瘾的多元线性回归分析 拥有生命意义感和寻求生命意义感能够共同解释手机成瘾24%的变异。其中拥有生命意义感的解释率为21%,寻求生命意义感的解释率为3%。见表3。

2.4 学校适应在生命意义感与手机成瘾间的中介作用 见图1。

表3 女大学生生命意义感对手机成瘾的逐步多元线性回归分析(n=1355)

自变量	B值	β值	t值	R ² 值	调整后R ² 值	F值
拥有生命意义感	-1.28	-0.37	-6.41**	0.21	0.21	107.97**
寻求生命意义感	-0.33	-0.22	-3.71**	0.24	0.24	13.78**

注: ** P<0.01。

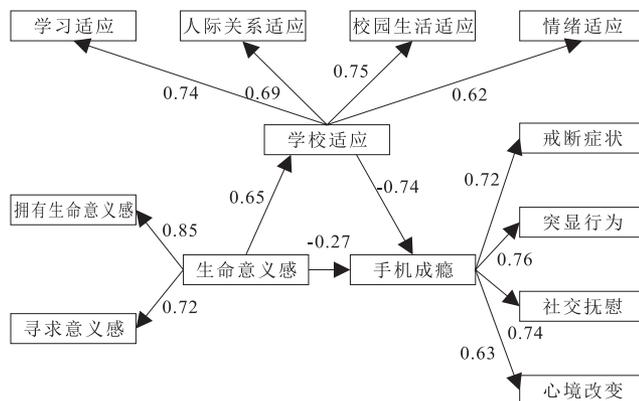


图1 女大学生学校适应在生命意义感与手机成瘾间的中介作用模型

由图1可见,中介作用模型检验结果显示,各项拟合指标为 $\chi^2 = 96.13, df = 32, \chi^2/df = 3.00, CFI = 0.95, TLI = 0.93, RMSEA = 0.07, SRMR = 0.05$,模型拟合良好。采用Bootstrap法检验中介效应的显著性,结果表明,生命意义感与学校适应($\beta = 0.65, 95\% CI = 0.33 \sim 0.78$)、学校适应与手机成瘾($\beta = -0.74, 95\% CI = -0.85 \sim -0.30$)之间的路径系数均有统计学意义(P值均<0.01),在所有路径上95%CI均不包含0。此外,生命意义感与手机成瘾之间路径系数($\beta = -0.27, 95\% CI = -0.79 \sim 0.15$)无统计学意义(P>0.05),95%CI包含0。说明学校适应在生命意义感与手机成瘾间发挥着完

全中介作用。

3 讨论

调查结果显示,女大学生手机成瘾得分在年级间差异有统计学意义,大一女生手机成瘾得分低于大二、大三女生。整体来说,从大一至大三,女大学生手机成瘾会随着年级的上升而不断加剧,其中从大一至大二的变化趋势最为明显,与以往研究一致^[8]。女大学生手机成瘾得分在文理专业、来自农村或城镇、是否独生子女间差异无统计学意义,说明智能手机是女大学生生活中必不可少的重要工具,手机成瘾已经是一种较为普遍的现象,需引起家长与高校教育工作者的高度重视^[21]。

相关分析结果表明,女大学生生命意义感、学校适应与手机成瘾呈负相关,生命意义感与学校适应呈正相关,与以往众多研究结果相一致^[7-18]。回归分析发现,拥有生命意义感和寻求生命意义感能够共同解释手机成瘾 24% 的变异,其中拥有生命意义感的解释率为 21%,寻求生命意义感的解释率为 3%。Frankl^[22] 提出意义治疗理论,认为人类生存的最基本动力是追求意义的意志,即不断去发现生命的意义与目的。生命意义感的确立影响着青少年的健康成长、人格完善、良好的社会适应和自身价值的实现^[23-24]。生命意义感的缺失则会使个体陷入一种空虚的状态,生活变得枯燥,导致心理症状和成瘾行为的产生^[25-26]。国外有研究发现,高生命意义感的个体物质滥用行为较少^[6]。国内实证研究也显示,生命意义感能够负向预测大学生的手机成瘾,通过意义疗法来提升大学生的生命意义感能够有效改善大学生的手机成瘾^[27]。

将学校适应作为中介变量,考察生命意义感对女大学生手机成瘾的作用机制,结果表明,学校适应在生命意义感与手机成瘾间起着完全中介作用,说明生命意义感可以通过学校适应对手机成瘾产生间接影响。女大学生生命意义感水平越高,在学习、人际关系、校园生活、情绪等方面的学校适应能力相对越强,手机成瘾行为出现的可能性就越低;相反,如果女大学生缺乏生命意义感,在学习中则容易表现出消极、逃避的态度,不能正确面对学习和生活压力、容易产生如抑郁、焦虑等负面情绪,人际关系也会变得敏感,最终导致整体学校适应能力不足。为了缓解负面情绪、弥补内心需求,女大学生很容易沉迷于智能手机的“虚拟世界”而不能自拔。

4 参考文献

[1] 赵浩,张灵聪.女大学生学习自控力与学习倦怠的关系:基于学校适应的中介作用[J].集美大学学报(教育科学版),2018,19(2):43-48.

[2] BILLEUX J.Problematic use of the mobile phone;a literature review and a pathways model[J].Curr Psych Rev,2012,8(4):299-307.

[3] WALSH S P,WHITE K M,COS S.Keeping in constant touch;the predictors of young Australians' mobile phone involvement[J].Comput Hum Behav,2011,27(1):333-342.

[4] 熊婕,周宗奎,陈武,等.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.

[5] 赵慧琴.大学生生命意义感与认知风格、应对方式的关系研究[D].福州:福建师范大学,2012.

[6] STEGER M F,FRAZIER P.Meaning in life;one link in the chain from religiousness to well-being[J].J Couns Psychol,2005,52(4):574-582.

[7] 姚梦萍,贾振彪,陈欣,等.大学生生命意义感在无聊感与手机依赖行为间中介作用[J].中国学校卫生,2016,37(3):453-456.

[8] 陈可人.大学生生命意义感、应对方式与手机依赖的关系研究[D].长沙:湖南师范大学,2017.

[9] LADD G W,HERALD S L,ANDREWS R K.The child behavior scale (CBS) revisited;a longitudinal evaluation of CBS subscales with children,preadolescents, and adolescents[J].Psychol Assess,2009,21(3):325.

[10] 金玲玲,李芳,刘芳,等.医学生生命意义感及其与学习动机关系的研究[J].北京教育学院学报(自然科学版),2011,6(3):22-25.

[11] 朱丽芳,杨盈.学业不良大学生人格特质与生命意义感研究[J].浙江海洋大学学报(人文科学版),2018,35(2):91-95.

[12] STEGER M F,OISHI S,KESEBIR S.Is a life without meaning satisfying? The moderating role of the search for meaning in satisfaction with life judgments[J].J Posit Psychol,2011,6(3):173-180.

[13] MCMAHAN E A,RENKEN M D.Eudaimonic conceptions of well-being' meaning in life, and self-reported well-being;initial test of a mediational model[J].Person Indiv Diff,2011,51(5):589-594.

[14] 赖巧珍,肖蓉.大学生抑郁与负性生活事件及生命意义感的关系[J].广东医学,2018,39(22):3404-3406.

[15] 韩雪.大学生手机成瘾倾向的影响因素和内观认知疗法的干预研究[D].苏州:苏州大学,2014.

[16] 张斌,邱致燕,蒋怀滨,等.大学生孤独感、负性情绪与手机成瘾的关系[J].集美大学学报,2015,16(1):41-45.

[17] 侯日莹,杨蕊,胡洁蔓.长春市大学生手机成瘾倾向与述情障碍的关系[J].中国学校卫生,2016,37(3):361-363.

[18] 卜樱芳,周俊,王栋,等.大学生智能手机成瘾与学习厌倦的相关研究[J].国际精神病学杂志,2018,45(1):103-106.

[19] 刘思斯,甘怡群.生命意义感量表中文版在大学生群体中的信效度[J].中国心理卫生杂志,2010,24(6):478-482.

[20] 方晓义,沃建中,蔺秀云.《中国大学生适应量表》的编制[J].心理与行为研究,2005,3(2):95-101.

[21] 卿再花,曹建平,吴彩虹,等.大学生亲子依恋和同伴依恋对手机成瘾的影响[J].中国学校卫生,2018,39(8):1185-1188.

[22] FRANKL V E.Man's search for meaning;an introduction to logo therapy[M].New York;Washington Square Press,1963.

[23] 李旭,卢勤.大学新生生命意义感与心理健康状况的相关研究[J].中国健康心理学杂志,2010,18(10):1232-1234.

[24] 沈清清,蒋素.青少年的生命意义感与幸福感[J].中国心理卫生杂志,2013,27(8):634-640.

[25] DAVID B F,SNYDER C R.Hope and the meaningful life;theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and lifemeaning[J].Soc Clin Psychol,2005,24(3):401-421.

[26] KRAUSE N.Thought suppression and meaning in life;a longitudinal investigation[J].Aging Hum Dev,2007,64(9):67-82.

[27] 王晶晶.基于意义疗法的团体辅导对青少年手机依赖的干预研究[D].长沙:湖南师范大学,2017.