

Doi:10.3969/j.issn.1672-0105.2015.04.003

高职生手机依赖与心理弹性、自我接纳之间的关系*

刘红霞

(海南政法职业学院 公安司法系, 海南 海口 571100)

摘要: 为了了解高职生手机依赖与自我接纳、心理弹性的关系, 本文采用分层抽取高职生 535 名, 采用手机依赖、心理弹性和自我接纳三个量表实测。结果显示高职生手机依赖检出率 23.55%; 手机依赖与心理弹性、自我接纳显著负相关, 心理弹性与自我接纳显性正相关; 心理弹性、自我接纳负向预测手机依赖, 且心理弹性对自我接纳影响手机依赖起中介效应。

关键词: 高职生; 手机依赖; 心理弹性; 自我接纳; 关系

中图分类号: B842

文献标识码: A

文章编号: 1672-0101(2015)04-0009-04

Relationship of Mobile Phone Addiction, Resilience and Self-acceptance for Higher Vocational Students

LIU Hong-xia

(Hainan Vocational College of Politics and Law, Department of Public Security and Justice, HaiKou, 571100, China)

Abstract: In order to clarify the relationship between higher vocational students' mobile addiction, self-acceptance and resilience, we tested these three scales based on stratified sampling of 535 higher vocational students. The results show that the detection rate of higher vocational students' mobile phone addiction was 23.55%; there was dominant negative correlation between mobile phone addiction and resilience and self acceptance; however, there was obvious positive correlation between resilience and self-acceptance; resilience and self-acceptance predicted negatively to mobile phone addiction, furthermore, resilience played a mediating effect on self-acceptance and mobile phone.

Key Words: higher vocational students; mobile phone addiction; resilience; self-acceptance; relationship

手机依赖是伴随手机的普及而出现的一个社会性的问题, 并引起教育学、心理学、管理学等领域的重视。2008 年, 英国 YouGov PLC 研究机构首次提出“Mobile Phone Addiction”, 我们将之翻译“手机依赖”、“手机成瘾”、“手机综合症”、“手机焦虑”等等, 主要指过度沉迷于以手机为媒介的各种活动, 对手机使用产生强烈、持续的渴求感与依赖感, 并导致个体出现明显的社会、心理功能损害^[1], 高文凤、丛中^[2]研究发现大学生自尊和自我接纳都与社交焦虑呈现显著的负相关; 并发现自尊、认

同、性格、焦虑、心理弹性等心理变量能预测手机依赖^[3-5], 白雪^[6]研究发现自我接纳对心理弹性具有显著的预测作用在手机依赖人群里, 而社会适应、社会支持、家庭教养方式等社会变量能预测手机依赖^[7]; 李晏、李昊等^[8]研究得出自我接纳与网络依赖程度存在极显著负相关, 大学生是最为严重的一个群体, 陈丽晶研究发现, 大学生手机依赖在 15% ~ 40%, 已经影响到学生的生活、学习及课堂教学^[9]。鉴于手机依赖与自我接纳、心理弹性之间有一些两两相关的研究成果, 本次研究以法律类高职生、其

收稿日期: 2015-10-05

基金项目: 2015 年海南省哲学社会科学课题“海南省农村青年社会情绪问题研究”(HNSKZX 14-164)

作者简介: 刘红霞, 硕士, 海南政法职业学院讲师, 主要研究方向: 大学生心理健康教育、情绪与认知。

他高职生为研究对象,对手机依赖与自我接纳、心理弹性三者之间的关系进行研究,为改善大学生手机依赖提供理论参考。

一、对象与方法

(一) 对象

从法律类高职院校和其他高职院校抽取学生550名,对其实施问卷调查,收取有效问卷535份,其中男生368名,女生167名。

(二) 方法

1. 研究工具

手机依赖量表由熊捷、周宗奎编制,共15个项目,由戒断症状、突显行为、社交抚慰、心境改变4个因子组成。心理弹性量表由胡月琴、甘怡群编制,共27个条目,由情绪控制、目标专注、积极认知、家庭支持、人际协助五个因子构成,其中前

三个维度构成个人支持力,后两个维度构成家庭支持力。两个量表按照“非常不符合”到“非常符合”分别计1—5分。

2. 数据处理

采用SPSS19.0对数据进行描述性统计、t检验、相关分析和回归分析。

二、结果

(一) 手机依赖与心理弹性、自我接纳的基本情况

大学生手机依赖得分(2.49±.74),高于3分的有126人,即手机依赖查出率是23.55%。在此基础上,将高职生分为手机依赖和非手机依赖两组,对高职心理弹性、自我接纳及各因子进行t检验。结果显示,手机依赖的高职生在心理弹性、自我接纳及各个因子上得分均显著低于非手机依赖的高职生,具体见表1。

表1 手机依赖与心理弹性、自我接纳的基本情况

项目	个人支持 (M±SD)	家庭支持 (M±SD)	心理弹性总 (M±SD)	自我接纳因子 (M±SD)	自我评价因子 (M±SD)	自我接纳总 (M±SD)
≥3(n=126)	3.31±.48	3.16±.48	3.24±.37	2.75±.46	2.87±.38	2.81±.37
<3(n=409)	3.55±.50	3.32±.46	3.44±.41	3.08±.49	2.94±.42	3.01±.40
t	4.77***	3.35***	5.18***	6.80***	1.87	5.18***

注 * < .05, ** < .01, *** < .001.

(二) 手机依赖与心理弹性、自我接纳的相关

对手机依赖、心理弹性和自我接纳三者进行相关分析,手机依赖与心理弹性及个人支持因子显性负相关;手机依赖与自我接纳及两个因子显性负相关,心理弹性及两个因子与自我接纳及两个因子显性正相关,具体见表2。

(三) 回归分析

1. 以心理弹性、自我接纳作为自变量,手机依赖为因变量做回归分析

以心理弹性两个因子个人支持力、家庭支持力和自我接纳两个因子自我接纳和自我评价共四个因子作为自变量,手机依赖作为因变量进行回归分

表2 手机依赖、心理弹性与自我接纳的相关(r)

项目	手机依赖	个人支持	家庭支持	心理弹性	自我接纳因子	自我评价因子	自我接纳总
手机依赖	1						
个人支持	-.264**	1					
家庭支持	-.068	.433**	1				
心理弹性	-.199**	.857**	.836**	1			
自我接纳因子	-.322**	.356**	.295**	.385**	1		
自我评价因子	-.100	.198**	.088*	.171**	.555**	1	
自我接纳总	-.252**	.323**	.229**	.327**	.906**	.855**	1

注 * < .05, ** < .01, *** < .001.

析,具体情况如表3。

由表3知,四个因子作为手机依赖的自变量进行回归分析, R^2 为0.149,拟合度不高,但是方程依然有意义。四个因子均进入方程: $Y=3.868-0.315X_1+0.184X_2-0.514X_3+0.227X_4$ 。其中,个人支持力和自我接纳负向预测手机依赖,影响力度较大;家庭支持力和自我评价因子正向预测手机依赖,但影响力度较小。

2.心理弹性在手机依赖与自我接纳的中介作用分析

手机依赖、心理弹性与自我接纳三者之间显著相关,符合中介效应检验的前提。为此,按照温忠麟等^[10]中介效应检验程序,对心理弹性在手机依赖与自我接纳的中介作用,进行以下三步分析。(1)以自我接纳为自变量,手机依赖为因变量进行回归分析;(2)以自我接纳为自变量,心理弹性为因变量进行多元回归分析;(3)以心理弹性和自我接纳为自变量,手机依赖为因变量进行多元回归分析,详情见表4。

由表4的中介效应检验可知,当自我接纳单独作为自变量, R^2 为0.063,回归方程拟合度较低,但回归方程依然有意义。当心理弹性出现时, R^2 由0.063上升到0.079,方程的拟合度提高,标准回归系数也由原来的-0.459降低到-0.381,但影响依然显著,说明心理弹性在手机依赖和自我接纳之间起到中介作用,且中介效应占总效应的百分比为: $0.334 \times -0.234 / -0.459 = 17.03\%$ 。根据上表可以绘制出三者之间的中介效应模型,即个体的自我接纳不仅直接影响手机依赖,而且通过心理弹性间接影响手机依赖,可表示为图1。

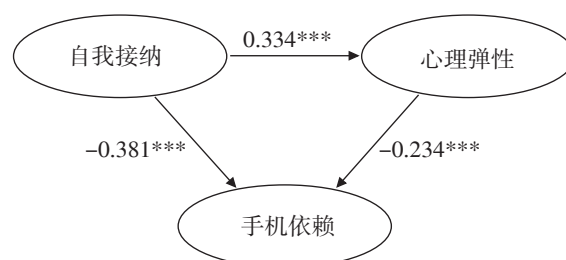


图1 高职生手机依赖与心理弹性、自我接纳的路径分析

表3 心理弹性、自我接纳对手机依赖的回归分析

因变量	自变量	B	Beta	t	R^2	ΔR^2	F
手机依赖		3.868		12.937	.149	.143	23.232***
	个人支持力	-.315	-.215	4.657***			
	家庭支持力	.184	.118	2.593*			
	自我接纳因子	-.514	-.351	6.820***			
	自我评价因子	.227	.127	2.624**			

表4 心理弹性在自我接纳与手机依赖关系中的中介效应检验

项目	因变量	自变量	标准化回归方程	R^2	SE	β	t
第一步	手机依赖	自我接纳	$Y=-0.459X$	.063	.713	-.459	6.601***
第二步	心理弹性	自我接纳	$M=0.334X$	.107	.390	.334	7.994***
第三步	手机依赖	心理弹性	$Y=-0.234M$	.079	.708	-.234	2.978**
		自我接纳	$-0.381X$		.708	-.381	4.745***

三、讨论

高职生手机依赖的检出率是23.55%，手机依赖不是特别严重，与已有的研究结果相似^[11-12]，大学生、高职生手机依赖程度地域性差异不显著，从而说明大学生群手机依赖是个普遍现象，需要相关部门重视。手机依赖的高职生在心理弹性和自我接纳程度上比非手机依赖的高职生得分低，说明个体的心理弹性和自我接纳程度对手机依赖有一定的影响。要降低手机依赖，可以从这两个方面着手。手机依赖与心理弹性、自我接纳显性负相关，且与支持力和自我接纳两个因子显性负相关。由此可见，个人支持力和自我接纳的程度对手机依赖的印象比较重要，所以要想降低手机依赖，必须从个体找原因。手机依赖与家庭支持和自我评价负相关，但是没有到达显著性水平。所以，家庭和自我评价对手机依赖严格的说没能造成负面的影响，这也与家庭经济好大学生手机依赖严重具有一致性^[13]。高职生的心理弹性与自我接纳显性正相关，四个因子之间也显性正相关，与以往的研究结果具有一致性^[7]。

以个人支持、家庭支持、自我接纳和自我评价为自变量，手机依赖为因变量进行回归分析知：个

人支持和自我接纳负向预测手机依赖，且强度较大；家庭支持和自我评价正向预测手机依赖，影响较弱。这说明高职生只有个人支持比较强大，自我接纳程度比较高才不易形成手机依赖。而家庭对手机依赖是正向预测，这可能与家庭主要承担高职生学生的经济和忽视精神有关，与经济条件好的学生比经济条件差的手机依赖严重一致^[13]。从而可以推测，目前家庭给孩子提供的支持主要是物质方面的，而忽略了精神方面的。所以，家庭可以重视与孩子的情感交流，便于控制手机的使用。自我评价正向预测手机依赖，但是系数比较低，所以，自我评价高低的高职生都可能手机依赖，只是他们通过手机达到的目的不同而已。

由手机依赖、心理弹性与自我接纳之间的路径可以看出，自我接纳除了直接负向预测手机依赖外，还通过心理弹性间负向预测手机依赖，即心理弹性在自我接纳与手机依赖中起了部分中介作用，中介效应为17.03%。因此，想降低高职生手机依赖可以从两方面思考，一是提升高职生自我接纳程度，二是增强高职生的心理弹性，进而提高自我接纳程度降低手机依赖。

参考文献：

- [1] 梁娜,杨烁.80后大学生的手机依赖程度调查报告[J].东南传播,2009(3):99-101.
- [2] 高文凤,丛中.医学院新生自尊与自我接纳心理调查[J].中国学校卫生,2001(1):18-19.
- [3] [Takao,M.,Takahashi,S.,&Kitamura]M.Addictive Personality and Problematic Mobile Use.Cyber Psychology & Behaviour.2009,12(5):501-507.
- [4] 周喜华.大学生手机成瘾的探究[J].教育与教学研究,2010(4):16-20.
- [5] Ha JH, Chin B, Park DH, et al. Characteristics of excessive cellular phone use in Korean adolescents. Cyber Psychology and Behavior, 2008,11(6):783-784
- [6] 白雪.技校学生自我接纳与心理弹性的关系及其干预研究[D].河南大学,2012.
- [7] 王小辉.中学生手机依赖现状及社会支持、社会适应性的关系研究[D].福建师范大学,2011.
- [8] 李晏,李昊,王长虹,等.青少年自我接纳意识与网络依赖行为的关系[J].实用儿科临床杂志,2007(12).
- [9] 陈丽晶.关于大学校园手机“短信文化”的思考[J].福建师大福清分校学报,2004,(4):32-36.
- [10] 温忠麟,张雷,等.中介效应检验程序及其应用[J].心理学报,2004,36(5):614-620.
- [11] 黄海,余莉,郭诗卉.大学生手机依赖与大五人格的关系[J].中国学校卫生,2013,34(4):414-416.
- [12] 王欢,黄海,吴和鸣.大学生人格特征与手机依赖的关系:社交焦虑的中介作用[J].中国临床心理学杂志,2014,22(3):447-450.
- [13] 王相英.大学生手机依赖与孤独感、人格特质的关系研究[J].中国特殊教育,2012,150(12):59-63.

(责任编辑:邱开金)