

大学生手机成瘾倾向、自尊及羞怯与人际关系困扰的关系

廖慧云^{1,3}, 钟云辉², 王冉冉¹, 唐宏³

(1.赣南师范大学教育科学学院, 赣州 341000; 2.赣州市
第三人民医院, 赣州 341000; 3.赣南医学院, 赣州 341000)

【摘要】 目的: 考察大学生手机成瘾与人际关系困扰之间的关系, 羞怯在其中的中介作用以及自尊对上述中介作用的调节。方法: 使用人际关系诊断量表、自尊量表、羞怯量表、大学生手机成瘾倾向量表对 472 名大学生被试进行调查。结果: 不同手机成瘾倾向水平的大学生在人际关系困扰总分及各个维度上均存在显著差异 ($P < 0.05$)。手机成瘾倾向与羞怯、人际关系困扰显著正相关 ($r = 0.228, r = 0.349, P < 0.05$)。自尊与人际关系困扰显著负相关 ($r = -0.184, P < 0.05$), 与手机成瘾倾向显著负相关 ($r = -0.155, P < 0.05$)。手机成瘾倾向通过羞怯对人际关系困扰的间接效应受到自尊的调节。结论: 手机成瘾倾向和人际关系困扰中既存在中介效应, 也存在调节效应。

【关键词】 手机成瘾倾向; 自尊; 羞怯; 人际关系困扰

中图分类号: R395.2

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2016.05.019

Mobile Phone Addiction, Self-esteem, Shyness and Interpersonal Communication Disturbance

LIAO Hui-yun^{1,3}, ZHONG Yun-hui², WANG Ran-ran¹, TANG Hong³

¹School of Education Science, Gannan Normal University, Ganzhou 341000, China; ²the Third People's
Hospital of Ganzhou, Ganzhou 341000, China; ³Gannan Medical University, Ganzhou 341000, China

【Abstract】 **Objective:** To explore the mediating effect of shyness and moderating effect of self-esteem between mobile phone addiction tendency and interpersonal communication disturbances in college students. **Methods:** 472 college students were assessed with the Relationship Comprehensive Diagnostic Scale, Self-esteem Scale, Shyness Scale and Mobile Phone Addiction Tendency Scale. **Results:** There were significant differences on interpersonal communication disturbances between students with different levels of mobile phone addiction tendency ($P < 0.05$). Mobile phone addiction tendency was positively related with shyness and interpersonal communication disturbances ($r = 0.228$ and $r = 0.349$, respectively, $P < 0.05$). Self-esteem was negatively related to interpersonal communication disturbances ($r = -0.184, P < 0.05$) and mobile phone addiction tendency ($r = -0.155, P < 0.05$). Shyness mediated the relationship between mobile phone addiction tendency and interpersonal communication disturbances, and self-esteem moderated the effect of shyness on interpersonal communication disturbances. **Conclusion:** Shyness may mediate the relationship between mobile phone addiction tendency and interpersonal communication disturbances, which is possibly moderated by self-esteem.

【Key words】 Mobile phone addiction tendency; Self-esteem; Shyness; Interpersonal communication disturbances

根据《第 36 次中国互联网络发展状况统计报告》,截至 2015 年 6 月,我国手机网民规模达 5.94 亿,网民中使用手机上网的人群所占比例由 2014 年 12 月的 85.8% 提升至 88.9%^[1]。网民中学生群体的占比最高,为 24.6%,可见手机等电子产品在学生群体中的冲击力更强。而我国青少年学生进入大学后,生活环境与高中时期截然不同,他们自由支配的时间更多,并且由于网络 and 手机具有多功能性、实时性、便利性和互动参与性等特点而广为青少年所喜爱,因而更易于沉溺其中,表现出使用时间长、使用频率高等特点^[2],因此本文主要针对大学生群体进行研究。

姜永志等人的研究发现,大学生对手机的过度

依赖,弱化了他们人际交往能力的发展,使大学生出现了人际关系不和谐、适应困难等问题^[3]。人际交往能力对于大学生的社会化以及良好社会适应能力起重要作用。手机成瘾如何影响人际交往? 是否有其他变量在其中起作用? 以往研究发现人格特质与手机成瘾密切相关^[4],也有研究认为羞怯作为一种人格特征,对个体的社会适应产生消极影响^[5]。林施等人的研究表明,害羞者的人际交往状况与人际关系的各个方面都比非害羞者差^[6]。人际交往中过分羞怯、害怕遭到拒绝会导致人际关系困扰,羞怯是导致个体很难和生人打交道、结识新朋友的重要因素^[7]。总之,羞怯是影响人际关系的一个重要变量。关于羞怯与手机成瘾的前因后果关系还存在不一致的看法,有研究者认为羞怯的个体更具有手机

成瘾倾向^[7]以及网络成瘾倾向^[8];但Kim等人的研究表明,孤独感既是问题网络使用的原因,也是其结果^[9]。李彩娜等人的研究证实了孤独感和羞怯的共生性^[10],也有研究表明手机成瘾的本质和互联网成瘾的本质相似^[11],羞怯的个体更易沉溺于虚拟网络,而长时间沉迷于网络也会让其更加羞怯^[8]。那么,手机成瘾倾向是否会影响个体的羞怯,并进一步影响人际关系?

此外,现有研究较少探讨手机成瘾影响人际关系困扰的调节机制。手机成瘾会通过羞怯对人际关系困扰产生影响,但是这种影响可能存在差异性。因此,有必要考察手机成瘾倾向与人际关系困扰的关系是否受其他变量调节。已有研究表明自尊与行为上瘾密切相关^[12]。Philips等人的研究发现相较于较少使用手机的人而言,频繁使用手机的人自尊水平较低,并且他们频繁使用手机是为了提高自尊^[13],但是关于自尊与手机成瘾倾向之间的关系并未得到一致的证明^[14]。自尊是个体适应社会文化环境的心理机制,它能缓解焦虑,对个体的心理健康起保护性作用:高自尊者可以利用一切自尊资源缓冲痛苦,而低自尊者的自尊资源较少,缺乏有效的自我保护策略^[15]。自尊也常被认为对某些心理特质起调节或缓冲作用^[16]。作为自我图式的核心要素,大量研究证明自尊是影响心理与社会适应的重要因素。低自尊个体倾向于间接的人际关系,高自尊个体则倾向于现实的人际关系^[14],本研究中的人际关系困扰是针对现实人际关系而言,因而高自尊会缓解其人际关系困扰水平,本研究还假设自尊在手机成瘾倾向—羞怯—人际关系困扰中起调节作用。

1 对象与方法

1.1 被试

采用随机抽样的方法,选取江西省三所高校的大学生作为研究对象,发放问卷500份,剔除无效以及智能手机使用时间少于一年的问卷后,最终有效问卷为472份。男生218名,女生254名;独生子女114名,非独生子女358名;大一76名,大二208名,大三146名,大四42名;年龄范围在18~25岁,平均年龄20.82岁(SD=1.329)。

1.2 研究工具

1.2.1 大学生手机成瘾倾向量表 由熊婕、周宗奎等人编制^[17],采用5点计分,1~5分分别表示非常不符、不太符合、一般、比较符合、非常符合五种程度。该量表共16个项目,由戒断症状、突显行为、社交抚

慰和心境改变4个维度组成。在本研究中,该问卷的内部一致性 α 系数为0.866。

1.2.2 自尊量表 采用Rosenberg的自尊量表^[18],该量表包括10个项目,采用4点计分方式,得分越高,个体的自尊水平越高。本研究中该问卷的内部一致性 α 系数为0.781。

1.2.3 羞怯量表 采用Check和Buss编制的羞怯量表^[9],该量表采用5点计分,共13个项目。得分越高表明个体的羞怯程度越高。问卷的 α 系数为0.751。

1.2.4 人际关系诊断量表 采用郑日昌等人编制的人际关系诊断量表^[9]对大学生的人际关系困扰进行测试,该量表共28个项目,包括人际交谈困扰、人际交友困扰、待人接物困扰、异性交往困扰4个维度,每个维度包含7个项目。在本研究中,该问卷的内部一致性 α 系数为0.813。

2 结果

2.1 高/低手机成瘾倾向组人际关系困扰比较

将手机成瘾倾向总分按分数高低排序,以27%的低分端为低分组(总分 ≤ 34),27%的高分端为高分组(总分 ≥ 46),进行*t*检验。结果表明,不同手机成瘾倾向水平的大学生在人际关系困扰总分及人际交谈困扰、人际交友困扰、待人接物困扰、异性交往困扰上均存在显著差异。见表1。

表1 大学生高/低手机成瘾倾向与人际关系困扰的差异比较(M \pm SD)

	手机成瘾倾向 高分组(n=131)	手机成瘾倾向 低分组(n=131)	<i>t</i> 值
人际交谈困扰	3.007 \pm 1.713	1.901 \pm 1.677	-5.358**
人际交友困扰	3.698 \pm 1.688	2.206 \pm 1.572	-7.501**
待人接物困扰	2.072 \pm 1.940	0.924 \pm 1.079	-5.962**
异性交往困扰	2.662 \pm 1.730	1.695 \pm 1.588	-4.777**
人际关系困扰总分	11.432 \pm 5.161	6.725 \pm 4.452	-8.002**

注:* $P < 0.05$,** $P < 0.01$,下同。

2.2 手机成瘾、自尊、害羞与人际关系困扰的相关

相关分析结果显示:手机成瘾、羞怯与人际交谈困扰、人际交友困扰、待人接物困扰和异性交往困扰显著正相关。自尊与人际交谈困扰、人际交友困扰、待人接物困扰和异性交往困扰显著负相关。手机成瘾与自尊显著负相关,与羞怯显著正相关。自尊与羞怯显著负相关。见表2。

2.3 手机依赖倾向对人际关系困扰的有调节的中介效应检验

根据Muller等人提出的对有调节的中介模型分析和检验步骤^[19],对三个回归方程的系数进行估

计。第一步,做因变量(人际关系困扰)对自变量(手机成瘾倾向)、调节变量(自尊)和手机成瘾倾向×自尊的回归;第二步,做中介变量(羞怯)对自变量(手机成瘾倾向)、调节变量(自尊)和手机成瘾倾向×自尊的回归;第三步,做因变量(人际关系困扰)对自变量(手机成瘾倾向)、调节变量(自尊)、手机成瘾倾向×自尊、中介变量(羞怯)、羞怯×自尊的回归。回归分析之前,对预测变量都进行了中心化处理。所有预测变量方差膨胀因子均不高于1.30,因此不存在严重的多重共线性问题。

如果检验结果满足以下两个条件,则说明假设模型成立,有调节的中介效应存在:①第一步回归方程中,手机成瘾倾向的总效应显著,且该效应的大小不取决于自尊;②第二步和第三步回归方程中手机成瘾倾向对羞怯的效应显著,羞怯与自尊对于人际关系困扰的交互效应显著。检验结果见表3。第一步回归方程中,手机成瘾倾向对人际关系困扰正向预测作用显著,自尊的负向预测作用显著,手机成瘾倾向与自尊的交互作用项不显著;第二步回归方程中,手机成瘾倾向对羞怯正向预测作用显著,自尊的

负向预测作用显著,手机成瘾倾向与自尊的交互作用项不显著;第三步回归方程中,羞怯正向预测人际关系困扰,且羞怯与自尊的交互项负向预测人际关系困扰。检验结果表明,手机成瘾倾向对人际关系困扰有正向影响作用,羞怯是有调节的中介变量,自尊在其中起调节作用。

为了进一步揭示自尊对羞怯和人际关系困扰之间关系的调节作用,按自尊为平均数正负一个标准差的标准,将被试分为两组,再以人际关系困扰为因变量,以羞怯为自变量,分别对自尊高分组和自尊低分组被试进行分组回归分析。当自尊水平较高时,羞怯程度高的个体比羞怯程度低的个体手机成瘾倾向水平表现出较弱的上升趋势($b=0.306, t=3.193, P<0.05$);当自尊水平较低时,羞怯程度高的个体比羞怯程度低的个体手机成瘾倾向水平表现出较明显的上升趋势($b=0.409, t=4.761, P<0.001$)。说明个体羞怯程度越高,人际关系困扰水平越高,但这种升高的趋势受到自尊的调节。自尊缓解了羞怯与人际关系困扰之间的正向影响。

表2 手机成瘾倾向、自尊、害羞与人际关系困扰的相关分析

	1	2	3	4	5	6	7	8
1 手机成瘾倾向	1.000							
2 羞怯	0.228**	1.000						
3 自尊	-0.155**	-0.309**	1.000					
4 人际交谈困扰	0.289**	0.441**	-0.141**	1.000				
5 人际交友困扰	0.300**	0.571**	-0.261**	0.532**	1.000			
6 待人接物困扰	0.302**	0.273**	-0.066	0.428**	0.405**	1.000		
7 异性交往困扰	0.182**	0.437**	-0.074	0.404**	0.483**	0.382**	1.000	
8 人际关系困扰	0.349**	0.557**	-0.184**	0.778**	0.814**	0.694**	0.755**	1.000
M	40.228	36.381	30.184	2.273	2.989	1.397	2.061	8.703
SD	9.789	6.440	3.469	1.624	1.778	1.355	1.685	4.922

表3 手机成瘾倾向对人际关系困扰的有调节的中介效应检验

	第一步			第二步			第三步		
	B	SE	t	B	SE	t	B	SE	t
手机成瘾倾向	0.149	0.022	6.799**	0.094	0.029	3.249**	0.109	0.019	5.676**
自尊	-0.326	0.054	-6.067**	-0.565	0.071	-7.920**	-0.122	0.050	-2.466*
手机成瘾倾向×自尊	-0.011	0.005	-1.937	-0.008	0.006	-1.289	-0.006	0.004	-1.420
羞怯							0.392	0.031	12.704**
羞怯×自尊							-0.014	0.006	-2.163*
R ²		0.191			0.164			0.399	
ΔR ²		0.185			0.159			0.393	
F		36.715**			30.606**			61.984**	

3 讨 论

随着信息化、网络化社会进一步发展,新媒介渗

入到社会生活的各个部分,对手机依赖、手机成瘾、问题性手机使用等问题的研究逐渐增多。但大多集中于对前因变量的研究^[3-5,7],本研究主要探讨手机

成瘾的后果变量,及其对人际关系困扰的影响机制,对以往研究进行补充。结果发现不同手机成瘾倾向水平的大学生在人际关系困扰总分及各个维度上均存在显著差异,与已有研究结果一致^[5]。相关分析结果表明,手机成瘾与羞怯、人际关系困扰显著正相关,自尊与人际关系困扰显著负相关,手机成瘾与自尊显著负相关,也与已有研究结果一致。

有调节的中介效应检验结果表明,羞怯在手机成瘾倾向与人际关系困扰之间具有中介效应,且自尊对羞怯与人际关系困扰之间的间接效应存在调节作用。首先,高手机成瘾倾向水平的大学生更容易存在人际关系困扰,将羞怯纳入模型分析中,发现这种人际关系困扰通过羞怯而起作用,也进一步印证了螺旋下降模型^[20],即恶性循环:羞怯的个体比不羞怯的个体更容易手机成瘾,而长期沉溺于手机,缺乏与人的现实交流,一旦进入面对面交往中,个体的羞怯水平就会上升,即高手机成瘾倾向会进一步增强个体的羞怯。其次,大学生的自尊对羞怯与人际关系困扰之间的间接效应存在调节作用。自尊水平较低的大学生,羞怯对人际关系困扰的影响更大,即羞怯与人际关系困扰之间的关系取决于自尊水平。出现这种调节效应的原因可能在于,个体的自尊水平越高,所拥有的积极心理资源越多,对人际关系的发展起促进作用。关于自尊对个体的保护性作用在其他研究中也表现^[15,16]。因此,可以通过提高大学生的自尊水平以及缓解他们的羞怯水平,来削弱手机成瘾倾向对大学生人际关系困扰的影响。

参 考 文 献

- 1 中国互联网络信息中心. 第35次中国互联网络发展状况统计报告. 2015-12-5. 取自 <http://cnnic.cn/hlwfzyj/hlwxbg/hlwtjbg/201507/P020150723549500667087.pdf>
- 2 Yen CF, Tang TC, Yen JY, et al. Symptoms of problematic cellular phone use, functional impairment and its association with depression among adolescents in Southern Taiwan. *Journal of Adolescence*, 2009, 32(4): 863-873
- 3 姜永志,白晓丽. 大学生手机互联网依赖与孤独感的关系:网络社会支持的中介作用. *中国特殊教育*, 2014(1): 41-47
- 4 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. *中国临床心理学杂志*, 2014, 22(3): 447-450
- 5 姜永志,白晓丽. 大学生羞怯与手机移动互联网过度使用行为的关系:人际交往困扰的中介作用. *杭州师范大学学报*, 2015, 14(2): 133-137
- 6 林施,李伟强,陈朝阳. 害羞大学生的网络社会支持及其对人际交往的影响. *中国健康心理学杂志*, 2014, 22(10): 1544-1546
- 7 Öztunc M. Analysis of problematic mobile phone use, felling of shyness and loneliness in accordance with several variables. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2013, 10(106): 456-466
- 8 罗青,周宗奎,魏华,等. 羞怯与互联网使用的关系. *心理科学进展*, 2013, 21(9): 1651-1659
- 9 Kim J, LaRose R, Peng W. Loneliness as the Cause and the Effect of Problematic Internet Use: The Relationship Between Internet Use and Psychological Well-being. *Cyber Psychology and Behavior*, 2009, 12(4): 451-455
- 10 李彩娜,党健宁,何姗姗,等. 羞怯与孤独感——自我效能的多重中介效应. *心理学报*, 2013, 45(11): 1251-1260
- 11 Pedrero Pérez EJ, Rodríguez Monje MT, Ruiz Sánchez De León JM. Mobile phone abuse or addiction: A review of the literature. *Adicciones*, 2012, 24(2): 139-152
- 12 Smetaniuk P. A preliminary investigation into the prevalence and prediction of problematic cell phone use. *Journal of Behavioral Addictions*, 2014, 3(1): 41-53
- 13 Phillips JG, Ogeil RP, Alex B. Electronic interests and behaviors associated with gambling problems. *International Journal of Mental Health Addiction*, 2012, 10(4): 585-596
- 14 Billieux J. Problematic Use of the Mobile phone: A Literature Review and a Pathways Model. *Current Psychiatry Reviews*, 2012, 8(4): 299-307
- 15 张向葵,田录梅. 自尊对失败后抑郁、焦虑反应的缓冲效应. *心理学报*, 2005, 37(2): 240-245
- 16 姜永志,白晓丽. 手机互联网依赖与心理和谐的关系:自尊的中介作用. *广州大学学报*, 2014, 13(2): 31-37
- 17 熊婕,周宗奎,陈武,等. 大学生手机成瘾倾向量表的编制. *中国心理卫生杂志*, 2012, 26(3): 222-225
- 18 汪向东,王希林,马弘,等. 心理卫生评定量表手册(增订版). 北京:中国心理卫生杂志社, 1999. 318-320
- 19 Muller D, Judd CM, Yzerbyt VY. When moderation is mediated and mediation is moderated. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2005, 89(6): 852-863
- 20 Slater MD, Henry KL, Swaim RC, et al. Violent Media Content and Aggressiveness in Adolescents: A Downward Spiral Model. *Communication Research*, 2003, 30(6): 713-736

(收稿日期:2016-01-19)