

大学生生活满意度对网络成瘾的影响： 社会支持和自尊的多重中介作用

周惠玉^{1,2}, 梁圆圆³, 刘晓明⁴

(1.哈尔滨工程大学马克思主义学院, 哈尔滨 150001; 2.黑龙江科技大学环境与化工学院, 哈尔滨 150022; 3.黑龙江科技大学学生处, 哈尔滨 150022; 4.东北师范大学心理学院, 长春 130024)

【摘要】 目的:探究社会支持、自尊在生活满意度与大学生网络成瘾之间的中介作用。方法:采用生活满意度量表、社会支持评定量表、自尊量表和中文网络成瘾量表对1055名大学生进行调查。结果:①相关分析显示,大学生生活满意度、社会支持、自尊与网络成瘾存在显著负相关;②结构方程模型分析结果表明,自尊在生活满意度对网络成瘾的影响中起到完全中介作用,社会支持在生活满意度对网络成瘾的影响中不起中介作用,社会支持、自尊在生活满意度对网络成瘾的影响中起到链式中介作用。结论:生活满意度不仅可以通过自尊,也可以通过社会支持-自尊的链式中介作用间接预测大学生网络成瘾。

【关键词】 生活满意度; 社会支持; 自尊; 网络成瘾; 大学生

中图分类号: R395.2

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2020.05.012

The Effect of the Life Satisfaction on Internet Addiction of College Students: The Multiple Mediating Roles of Social Support and Self-esteem

ZHOU Hui-yu^{1,2}, LIANG Yuan-yuan³, LIU Xiao-ming⁴

¹School of Marxism, Harbin Engineering University, Harbin 150001, China; ²School of Environment and Chemical Engineering, Heilongjiang University of Science and Technology, Harbin 150022, China;

³Students' Affairs Division, Heilongjiang University of Science and Technology, Harbin 150022, China;

⁴School of Psychology, Northeast Normal University, Changchun 130024, China

【Abstract】 **Objective:** This study aimed to examine the mediating effect of social support and self-esteem between life satisfaction and internet addiction in college students. **Methods:** A sample of 1055 college students was recruited in the study to complete Life Satisfaction Scale, Social Support Rating Scale, Self-esteem Scale and Chinese Internet Addiction Scale. **Results:** ①The correlation analysis showed that life satisfaction, social support and self-esteem were negatively related to Internet Addiction. ②The structural equation model (SEM) analysis indicated that self-esteem in life satisfaction played a full mediator effect of internet addiction. ③Additionally, social support and self-esteem played a chain mediating role between life satisfaction and internet addiction in college students. **Conclusion:** Life satisfaction not only indirectly predicts college students' Internet addiction through self-esteem, but also through the chain mediated role of social support and self-esteem.

【Key words】 Life satisfaction; Social support; Self-esteem; Internet addiction; College students

2019年8月,中国互联网络信息中心(CNNIC)颁布的第44次《中国互联网络发展状况统计报告》显示,中国网民规模达到8.54亿,互联网普及率为61.2%^[1]。互联网虽然使人们生活更加便捷,促进了“互联网+”时代的到来,但是也带来了诸多负面影响,其中网络成瘾就是人们使用互联网不当而引发的典型消极问题。研究发现,网络成瘾对个体的焦虑、抑郁、孤独有显著影响^[2,3],甚至导致犯罪^[4]。近年来,互联网已经成为当代大学生学习、生活不可缺

少的一部分,他们可以从网络上接触最前沿的知识和信息。但是,部分大学生出现过度使用和依赖网络的现象,这对其健全人格的形成产生了许多不利影响^[5]。网络成瘾所带来的负面影响已引起高校乃至整个社会的普遍关注,也成为大学生心理干预的重要内容^[6,7]。

生活满意度(life satisfaction)是指个体对自己总体生活状态或者生活主要方面的一种稳定、概括的认知评价^[8],也是衡量个体生活质量和主观幸福感的重要指标^[9]。具有较低生活满意度的个体往往采取消极的应对方式,体验到更多的消极情绪,容易引发抑郁、心理功能失调^[10]。网络成瘾缺失补偿理论认为,正是由于大学生在现实生活中的各种需求受

【基金项目】 教育部人文社会科学研究专项任务项目(高校思想政治工作):“新媒体视阈下大学生网络成瘾的形成机制与干预研究”(17JDSZ3013)

通讯作者:周惠玉, zhouhuiyu88@126.com

到了干扰阻碍,得不到满足,产生了大量的负向情绪和挫败感,他们进而转向网络寻求满足和成就感,呈现“病理性补偿”^[11]。也有研究发现生活满意度是预测大学生网络成瘾的重要因子^[12]。心理需求网络满足优势理论认为,当个体心理需要的现实满足强于网络满足时,个体就有可能降低形成网络成瘾的概率^[13]。生活满意度是个体心理需要在现实得到满足的外化表现,个体通过生活满意的需求来建构自己的认知、情感体验。因此,一旦自我认知、情感体验出现了问题,大学生就会产生网络成瘾。综上,生活满意度与网络成瘾的内在作用机制比较复杂,需要进一步进行研究。

社会支持、自尊作为个体自我评价的核心变量,一直受到研究者的关注。Davis 针对网络成瘾问题提出了“认知-行为模型”,该模型把影响网络成瘾的因素分为远端必要条件和近端充分条件,其中远端必要条件包括易患素质和生活事件,近端充分条件主要包括非适应性认知、社会孤立和缺乏社会支持等因素^[14]。由此可见,社会支持是影响网络成瘾的重要因素。实证研究结果证实了社会支持对网络成瘾有显著影响的理论假设^[15,16]。研究者也发现,生活满意度与社会支持感之间具有密切的关系^[17]。具有较高生活满意度的个体倾向于积极解释风格和积极问题定向^[18,19],能更多地积极正向地认知和评价外部世界,体验到更多的社会支持感。由此,我们提出研究假设 H1:社会支持在生活满意度对网络成瘾的影响中起到中介作用。自尊是指个体知觉到的现实自我状态和理想或期望自我状态之间的差异,是自我调节过程的重要变量。自尊对预测网络成瘾的影响显著大于社会和家庭因素对其的影响^[20]。自尊是降低网络成瘾的重要保护因素,高自尊者能够积极地应对来自生活各方面的压力,减少生活中不良行为^[21]。生活满意度作为主观幸福感的重要指标,研究发现具有高生活满意度的个体将积极建构自我调节,提升自尊水平^[22]。由此,提出研究假设 H2:自尊在生活满意度对网络成瘾的影响中起到中介作用。

值得注意的是,社会支持与自尊之间也具有密切的关系。社会支持对自尊具有正向预测作用^[23-25],即得到更多社会支持的人,对自我评价越高,自尊水平也越高。综合以往的研究可知,社会支持感受生活满意度的影响,同时又与自尊具有密切的关系,而自尊可以进一步的预测网络成瘾。由此,提出研究假设 H3:社会支持和自尊在生活满意度对网络

成瘾的影响中起到链式中介作用。

1 对象与方法

1.1 对象

采用整群随机抽样的方法对黑龙江省4所高校的1200名大学生进行施测,剔除无效问卷后,收到有效问卷1055份,有效率为87.9%。其中,男生458名(占43.4%),女生597名(占56.6%);文科339名(占32.1%),理科289名(占27.4%),工科427名(占40.5%);独生子女656名(占62.2%),非独生子女399名(占37.8%);大一446名(42.3%),大二295名(28.0%),大三205名(19.4%),大四109名(10.3%)。平均年龄为 19.64 ± 1.42 岁。

1.2 工具

1.2.1 生活满意度量表 采用中文版生活满意度量表(Satisfaction with Life Scale, SLS)^[26]。该量表包括5个题目,采用李克特7点计分,从“非常不符合”到“非常符合”,总得分越高表示满意感越强。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.80。

1.2.2 网络成瘾量表 采用陈淑慧等编制的中文网络成瘾量表(Chinese Internet Addiction Scale, CIAS)^[27],共26个题目,分为耐受性症状、戒断症状、强迫上网症状、时间管理问题和人际健康问题5个维度。采用李克特4点计分,从“极不符合”到“非常符合”,总分越高表示网络成瘾倾向越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.94。

1.2.3 社会支持量表 采用肖水源编制的社会支持评定量表(Social Support Rating Scale, SSRS)^[28],共10个题目,分为客观支持、主观支持和支持利用度3个维度,总分越高表示个体的社会支持感水平越高。本研究中量表的Cronbach's α 系数为0.76。

1.2.4 自尊量表 研究采用Rosenberg自尊量表中文版(The Self-Esteem Scale, SES)^[29],共10个题目,其中4项反向计分题,采用李克特4点计分,从“很不符合”到“非常符合”,总分得分越高表明自尊水平越高。该量表的Cronbach's α 系数为0.82。

1.3 研究程序 and 数据处理

问卷施测以班级为单位,每次时间约25分钟。为保障数据质量,由心理学硕士、博士研究生担任主试,并进行统一培训。采用SPSS22.0、AMOS23.0对回收的数据进行处理。

1.4 共同方法偏差的控制与检验

采用Harman单因素检验进行统计控制,对所有变量的项目进行未旋转的主成分因素分析。结果显

示,共有11个因子的特征值大于1,其中第一个因子解释的变异量为20.39%,小于40%的临界值,表明本研究不存在严重的共同方法偏差。

2 结 果

2.1 各变量之间的相关分析

生活满意度与社会支持、自尊存在显著正相关,与网络成瘾存在显著负相关;社会支持与自尊存在显著正相关,与网络成瘾存在显著负相关;自尊与网络成瘾存在显著负相关,详见表1。

表1 各研究变量间相关分析

	M±SD	生活 满意度	社会 支持	自尊	网络 成瘾
生活满意度	3.80±1.26	1			
社会支持	38.60±6.65	0.30**	1		
自尊	2.93±0.47	0.30**	0.40**	1	
网络成瘾	2.07±0.48	-0.18**	-0.17**	-0.32**	1

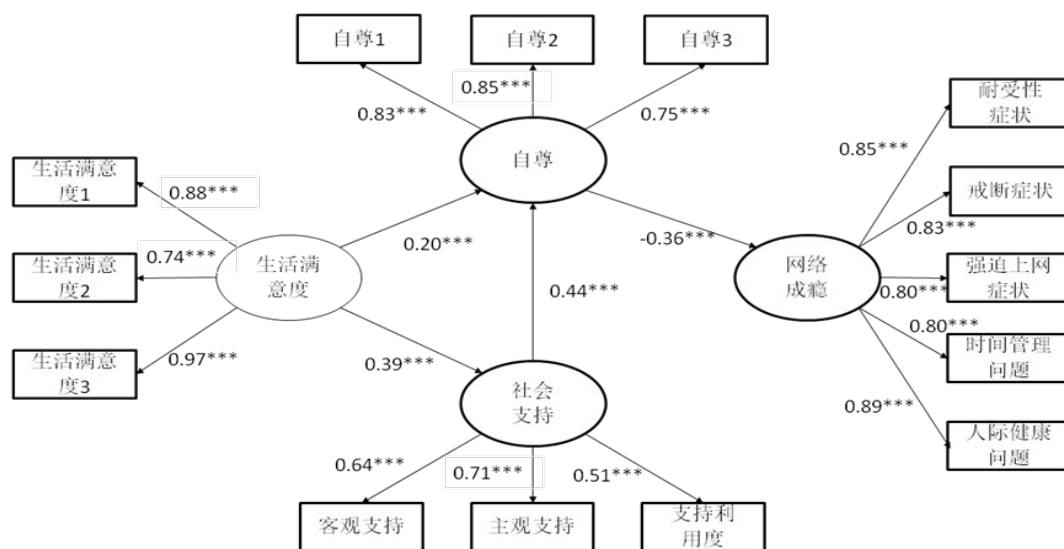
注:** $P<0.01$ 。

2.2 社会支持、自尊在生活满意度与网络成瘾之间的中介效应

为防止多项目造成的潜变量膨胀测量误差,研究采用平衡取向(item-to-construct balance)方法分别对生活满意度、自尊两个量表进行打包处理。由于网络成瘾量表有5个维度,社会支持有3个维度,

故不对其做打包处理。

根据研究假设构建初始结构模型 M_1 。初始结构模型以社会支持、自尊和网络成瘾为内生潜变量,以生活满意度为外源潜变量,生活满意度对社会支持、自尊和网络成瘾均产生影响,社会支持、自尊均对网络成瘾产生影响,社会支持还对自尊产生影响。采用AMOS23.0对结构模型进行估计和检验。模型拟合结果显示(表2),初始模型的各项拟合指标较好,但发现生活满意度对网络成瘾($\beta=-0.05$, $P=0.152>0.05$)、社会支持对网络成瘾($\beta=-0.06$, $P=0.453>0.05$)的直接路径均不显著,故对初始模型(M_1)进行修改,设定这两条不显著路径为0,建立竞争模型(M_2),模型各项拟合指标较好。根据嵌套模型比较的原理,竞争模型 M_2 减少了两条路径,自由度增加2个, $\Delta\chi^2(2)=3.53$, $P=0.171>0.05$,说明卡方值没能显著增加,表明竞争模型 M_2 的拟合程度没有发生变化,但是基于模型的简约性原则以及模型 M_2 具有更小AIC和ECVI,所以模型 M_2 被认为是最优的模型。从图1可知,自尊在生活满意度对网络成瘾的影响中起到完全中介的作用,中介效应为: $0.20\times(-0.36)=-0.072$;生活满意度又通过社会支持和自尊的链式中介作用对网络成瘾产生影响,效应值为 $0.39\times 0.44\times(-0.36)=-0.062$;但社会支持在生活满意度对网络成瘾的影响中不存在中介作用。



注:*** $P<0.001$ 。

图1 生活满意度、社会支持、自尊与网络成瘾的结构模型(M_2)

表2 结构方程模型拟合指数

模型	χ^2	df	χ^2/df	RMSEA	GFI	NFI	CFI	AIC	ECVI
M_1	110.325	68	1.622	0.024	0.958	0.931	0.972	184.325	0.175
M_2	113.859	70	1.627	0.024	0.958	0.928	0.971	183.859	0.174

基于图1所示的结构方程模型,采用偏差校正的非参数百分位 Bootstrap 法对中介效应进行检验。采用重复随机抽样的方法在原始数据(N=1055)中抽取2000个 Bootstrap 样本,如果这些平均路径系数的

95%置信区间不包括0,则表明中介效应显著。由表3可知,各路径的95%置信区间都不包括0,表明社会支持和自尊在生活满意度与网络成瘾之间存在中介效应。

表3 中介效应显著性 bootstrap 分析

路径	标准化的间接效应	95%的置信区间	
		下限	上限
生活满意度—自尊—网络成瘾	$0.20 \times (-0.36) = -0.072$	-0.082	-0.037
生活满意度—社会支持—自尊—网络成瘾	$0.39 \times 0.44 \times (-0.36) = -0.062$	-0.039	-0.019

3 讨 论

本研究发现,生活满意度与网络成瘾之间存在显著负相关,这与以往研究结果一致^[12]。也进一步从实证研究的角度支持了“缺失补偿理论”和“心理需求网络满足优势理论”。结构方程模型结果发现,生活满意度对网络成瘾的直接效应不显著,而是完全通过自尊间接地影响网络成瘾,即自尊在生活满意度与网络成瘾之间起到完全中介的作用。验证了研究假设 H2。生活满意度是自己对现在整体生活状态的一种肯定和感受,那么,高生活满意度的个体就会产生积极情绪体验。积极心理学认为积极情绪在外部社会活动内化成为人格特质中起到至关重要的作用^[30],自尊又是自我意识的核心变量和稳定的人格特质,这意味着生活满意度与自尊之间有着密切的关系。自尊具有自我调节作用,具有较高自尊水平的个体可以有效地处理遇到的生活压力,降低不良行为的发生。所以,当大学生有较高生活满意度的时候,就会产生积极体验,内化增强自尊水平,使得大学生能够更加正确地认识和使用网络,从而预防和减少网络成瘾,形成了“生活满意度→自尊→网络成瘾”的影响路径。

本研究还发现,同时考虑社会支持、自尊之后,社会支持对网络成瘾的影响不再显著,并在生活满意度对网络成瘾的影响中不起中介作用,这与相关研究并不一致^[31]。社会支持通过自尊间接地影响网络成瘾,即“生活满意度→社会支持→自尊→网络成瘾”这条路径显著,验证了研究假设 H3。说明社会支持、自尊是生活满意度对网络成瘾影响中的重要内因。积极情绪扩展理论认为,在积极情绪状态下,人们面对事物会有更多的行为选择,甚至能创造出前所未有的新的思想和行为,也倾向积极的心态认识事物,发现逆境的积极意义,增强个人目标和社会支持等资源^[32]。具有高生活满意度的个体往往具有积极解释风格,体现更多的积极情绪;那么,结合积

极情绪扩展理论,我们就不难理解高水平生活满意度的个体能够更多地感受外部事件的积极意义,体会到更多的支持感(他人认可和支持)。所以,高生活满意度的大学生也就能体验到较高的社会支持感,即解释了本研究生活满意度对社会支持具有正向预测作用的结果。“符号互动理论”认为人与人是通过一定的符号系统进行相互交流的,而这些符号本身的意义就能在个体生活中逐渐内化为自己的观念和态度。当一个人经常受到他人的批评、贬低或者拒绝时,就会内化形成低自尊;当一个人经常受到他人的赞许、重视或者接纳时,就会内化形成高自尊^[33]。因此,感知较高社会支持水平的大学生就会感受到更多的认可与接纳而内化形成高自尊,从而发挥自尊的自我调节作用,降低对网络的不良依赖。这就很好地解释了社会支持、自尊在生活满意度与网络成瘾之间的复杂关系。

参 考 文 献

- 1 中国互联网信息中心 CNNIC. 第44次中国互联网络发展状况统计报告. (2019-08-30)[2020-03-26]. http://www.cac.gov.cn/2019-08/30/c_1124939590.htm
- 2 Özdemir Y, Kuzucu Y, Ak Ş. Depression, loneliness and Internet addiction: How important is low self-control. *Computers in Human Behavior*, 2014, 34(4): 284-90
- 3 Ostovar S, Allahyar N, Aminpoor H, et al. Internet addiction and its psychosocial risks (depression, anxiety, stress and loneliness) among Iranian adolescents and young adults: A structural equation model in a cross-sectional study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 2016, 14(3): 257-267
- 4 Song H, Lynch MJ, Cochran JK. A macro-social exploratory analysis of the rate of interstate cyber-victimization. *American Journal of Criminal Justice*, 2016, 41(3): 583-601
- 5 Wu J Y-W, Ko H-C, Lane H-Y. Personality disorders in female and male college students with Internet addiction. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 2016, 204(3): 221-225

- 6 Odacı H, Çelik Ç B. Group Counselling on College Students' Internet Dependency and Life Satisfaction. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 2017, 27(2): 239-250
- 7 Khazaei F, Khazaei O, Ghanbari-H B. Positive psychology interventions for internet addiction treatment. *Computers in Human Behavior*, 2017, 72: 304-311
- 8 Huebner ES. Research on Assessment of Life Satisfaction of Children and Adolescents. *Social Indicators Research*, 2004, 66(1-2): 3-33
- 9 王鑫强, 张大均. 初中生生活满意度的发展趋势及心理韧性的影响: 2年追踪研究. *心理发展与教育*, 2012, 28(1): 91-98
- 10 Proctor CL, Linley PA, Maltby J. Youth Life Satisfaction: A Review of the Literature. *Journal of Happiness Studies*, 2009, 10(5): 583-630
- 11 高文斌, 陈祉妍. 网络成瘾病理心理机制及综合心理干预研究. *心理科学进展*, 2006, 4: 596-603
- 12 Bozoglan B, Demirev V, Sahin I. Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of Internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian Journal of Psychology*, 2013, 54(4): 313-319
- 13 方晓义, 刘璐, 邓林园, 等. 青少年网络成瘾的预防与干预研究. *心理发展与教育*, 2015, 31(1): 100-107
- 14 Davis RA. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 2001, 17(2): 187-195
- 15 Wu X-S, Zhang Z-H, Zhao F, et al. Prevalence of Internet addiction and its association with social support and other related factors among adolescents in China. *Journal of Adolescence*, 2016, 52: 103-111
- 16 丁倩, 张永欣, 魏华, 等. 中庸思维与大学生网络成瘾: 社会支持和孤独感的序列中介作用. *心理与行为研究*, 2019, 17(4): 553-560
- 17 Siedlecki KL, Salthouse TA, Oishi S, et al. The Relationship Between Social Support and Subjective Well-Being Across Age. *Social Indicators Research*, 2014, 117(2): 561-576
- 18 杨燕, 杨冉明, 林潇骁, 等. 认知行为团体咨询对大学生抑郁症状的干预效果. *中国心理卫生杂志*, 2014, 28(12): 913-919
- 19 崔佳颖, 李娜. 我国企业员工乐观解释风格研究. *财经问题研究*, 2014, 12: 101-106
- 20 Park SG. A study on the Internet Addiction Affected by the Level of Self-Esteem. 2013, 18(11): 153-158
- 21 Andreassen CS, Pallesen S, Griffiths MD. The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 2017, 64: 287-293
- 22 Park, Nansook. The Role of Subjective Well-Being in Positive Youth Development. *Annals of the American Academy of Political & Social Science*, 2004, 591(1): 25-39
- 23 刘东玮, 周郁秋, 李国华. 社会支持与精神分裂症残疾: 自尊与心理韧性的链式中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2019, 27(1): 78-82
- 24 宋潮, 董舒阳, 徐鑫, 等. 自尊在同性恋者社会支持与孤独感关系中的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2018, 26(2): 401-404
- 25 龚牟利, 何晶. 社会支持与自尊对大学生网络成瘾的影响. *中国青年社会科学*, 2015, 34(2): 80-85
- 26 汪向东, 王希林, 马弘. 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. 52
- 27 陈淑慧, 翁俪祯, 苏逸人. 中文成瘾量表的编制与心理计量特性研究. *台湾中华心理学期刊*, 2003, 45(3): 279-282
- 28 肖水源. 《社会支持评定量表》的理论基础与研究应用. *临床精神医学杂志*, 1994, 4(2): 98-100
- 29 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册(增订版). 自尊. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999. 75-79
- 30 任俊. 积极心理学思想的理论研究. 南京: 南京师范大学, 2006
- 31 Mo PKH, Chan VWY, Chan SW, et al. The role of social support on emotion dysregulation and Internet addiction among Chinese adolescents: A structural equation model. *Addictive Behaviors*, 2018, 82: 86-93
- 32 Isgett SF, Fredrickson BL. Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, 2015, 56(3): 864-869
- 33 Heatherton TF, Wyland CL. Assessing self-esteem. *Personality & Individual Differences*, 2003, 20(2): 219-233

(收稿日期: 2019-11-18)