

青少年生活事件与手机依赖的关系:一项交叉滞后研究

何安明, 万娇娇, 惠秋平

(信阳师范学院教育科学学院, 信阳 464000)

【摘要】 目的:考察青少年生活事件与手机依赖的稳定性、两变量间的相关关系和预测关系。**方法:**采用青少年自评生活事件量表和手机依赖指数量表,对604名青少年进行为期6个月的两阶段纵向追踪。**结果:**①相关分析显示,生活事件与手机依赖间的同时性相关和继时性相关均显著;②方差分析结果显示,前后测生活事件之间差异不显著,前后测手机依赖之间差异也不显著,生活事件在性别上差异显著;③交叉滞后回归分析结果表明,前测的生活事件可以显著正向预测后测青少年的手机依赖,前测的手机依赖可以显著正向预测后测青少年的生活事件。**结论:**生活事件与手机依赖之间关系密切,生活事件与手机依赖均具有一定的稳定性,在大学生、中学生和整个青少年群体中,生活事件均可以预测手机依赖;在中学生群体中,手机依赖也可以预测生活事件。

【关键词】 生活事件; 手机依赖; 交叉滞后分析; 青少年

中图分类号: R395.2

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2021.02.030

The Relationship between Life Events and Mobile Phone Dependence in Adolescents: A Cross-lagged Study

HE An-ming, WAN Jiao-jiao, HUI Qiu-ping

School of Education Science, Xinyang Normal University, Xinyang 464000, China

【Abstract】 Objective: To explore the stability of life events and mobile phone dependence, as well as the correlation and causality between life events and mobile phone dependence in adolescents. **Methods:** 604 adolescents were surveyed with Adolescent Self-Rating Life Events Checklist and Mobile Phone Addiction Index for 6 months. **Results:** ①Correlation analysis showed that the simultaneity and continuance correlation between life events and mobile phone dependence were significant; ②The variance analysis results showed that there were no significant difference in life events and mobile phone dependence scores between the pre-test and post-test, but the gender differences in life events was significant; ③Cross-lagged regression analysis showed that pre-test life events could significantly positively predict the post-test mobile phone dependence of adolescents, and pre-test mobile phone dependence could significantly positively predict the post-test life events of adolescents. **Conclusion:** There is a close relationship between life events and mobile phone dependence. Both life events and mobile phone dependence have certain stability; among college students, middle school students and the entire group of adolescents, life events can predict mobile phone dependence, middle school students' mobile phone dependence can also predict life events.

【Key words】 Life events; Mobile phone dependence; Cross-lagged regression; Adolescents

2019年中国互联网络信息中心的统计数据显示,截至2019年6月,我国网民使用手机上网的比例达98.6%,平均每周上网时长逐年攀升,10-29岁年龄段的网民群体占比最高,达44.3%^[1]。可见青少年群体对手机的使用愈加频繁,同时也引发了不良现象——手机依赖。手机依赖又称手机成瘾,是指个体因使用手机行为失控,导致其生理、心理、社会功能明显受损的痴迷状态,其实质是一种类似游戏成瘾的行为成瘾^[2]。手机依赖会引发一系列生理、心理

和社会问题^[3-5],目前,手机依赖的消极影响作用问题引起了社会和学术界的广泛关注。然而,哪些因素影响手机依赖,目前这方面的研究尚比较欠缺。

青少年正处于人生的敏感期,对生活中的应激事件具有易感性^[6],生活事件容易对其产生影响。冯丽云等指出,生活事件的刺激强度、发生频度、持续时间长短等会导致心理反应,影响身心健康^[7]。刘贤臣等人认为触发个体主要压力、消极情绪,来源于客观世界且难于应付的刺激就是生活事件^[8]。素质-应激模型提出,不同的个体在经历压力事件时,对身心会产生不同影响^[9]。根据资源保存模型,生活事件会使个体的资源受到威胁,在现实生活中缺乏资源补充时,个体便会寻求网络资源。手机因其便捷性、包容性等特点,在青少年面对重重压力时,

【基金项目】 国家社会科学基金重点项目(18ASH012),河南省高等学校哲学社会科学创新团队支持计划(2018-CXTD-04),河南省高等学校哲学社会科学应用研究重大项目(2019-YYZD-14),信阳师范学院“南湖学者奖励计划”青年项目(Nanhu Scholars Program for Young Scholars of XYNU)。

通讯作者:惠秋平, huiqiuping@163.com

便成为了部分青少年应对生活事件的一种方式,很可能导致手机依赖^[10]。广义紧张假设认为:生活事件所带来的压力感,会导致个体体验到消极情绪,为缓解情绪,个体会表现出一些非适应性行为或成瘾^[11]。此外,在实证研究方面,刘怡婷等人研究发现,压力性生活事件与手机成瘾呈正相关,压力性生活事件影响大学生手机成瘾^[12]。黄曙杰等人对青少年群体的研究发现,生活事件可以显著预测问题性网络使用^[13]。何安明等人的研究也发现,相对于非手机依赖青少年,青少年手机依赖者更大程度受到生活事件的影响^[14]。基于上述理论与实证分析,我们推测生活事件可能预测手机依赖。

与此同时,手机依赖作为青少年群体中的一种常见现象,会引发一系列生理、心理和社会问题^[3-5]。虽然目前缺乏手机依赖影响生活事件的直接证据,但根据资源有限理论^[15],手机依赖的青少年已经将大量的资源消耗在手机网络这一虚拟现实中,所剩较少的心理资源往往不足以应对现实中的种种刺激和挑战,更容易感受到压力,也更容易产生消极情绪,遭遇生活事件的可能性往往要比正常青少年更大。可以推测手机依赖可能对青少年生活事件具有预测作用。

然而,迄今关于生活事件与手机依赖关系的研究甚少,且均局限于横向研究,缺乏纵向研究设计。而横向研究只能探讨变量间的相关关系,无法考察变量间的相互预测关系(准因果关系)。因此,本研究基于纵向研究设计,采用交叉滞后方法,综合探讨生活事件与手机依赖之间的相关关系和相互预测关系。为有效改善青少年的手机依赖状况提供实证依据,为后继研究提供启示和借鉴。

1 对象与方法

1.1 研究对象

随机选取河南省、山东省、江西省、黑龙江省、天津市共8所大学的大学生和河南省4所中学的初中生为研究对象,测查分两次进行,中间间隔六个月。对两次的数据进行对照整理,剔除漏答、不认真作答以及只有前测或只有后测数据的被试数据,最终得到问卷604份,其中,男生268人(44.40%)、女生336人(55.60%),来自城镇的338人(56.00%)、来自农村的266人(44.00%),初中生202人(33.40%)、高中生157人(26.00%)、大学生245人(40.60%),平均年龄为 16.40 ± 3.11 岁。

1.2 研究工具

1.2.1 生活事件 采用刘贤臣等人编制的青少年自评生活事件量表^[8]。该量表包括27个条目,主要包括人际关系、学习压力、受惩罚、丧失、健康适应和其它六个分量表。采用5点计分法,1分表示“未发生过”或“发生过,但影响程度为没有”,5分表示“发生过,影响程度为极重”。所有条目之和为量表总分,被试得分越高,表示其受到负性生活事件的影响越大。在本研究的前后测测量中,青少年自评生活事件量表的Cronbach's α 系数分别为0.94、0.98。

1.2.2 手机依赖 采用Leung编制的手机依赖指数量表^[16]。量表包括17个题目,失控性、戒断性、逃避性和低效性4个维度。采用5点计分,1表示“几乎没有”,5表示“总是”。总分越高,表示手机依赖程度越高。本研究的前后测测量中,量表的Cronbach's α 系数分别为0.88、0.91。

1.3 数据处理

采用SPSS20.0进行数据输入与分析,运用皮尔逊相关分析考察前后测生活事件、手机依赖间的相关关系;运用重复测量方差分析探讨两个变量的稳定性特点,并采用二元交叉滞后分析验证变量间的相互预测关系。

2 结果

2.1 前后测生活事件与手机依赖的相关矩阵

相关分析结果显示:生活事件与手机依赖的同时性相关显著,生活事件与手机依赖在前后测的继时性相关也显著。见表1。

表1 青少年生活事件、手机依赖的平均值、标准差及相关矩阵

	M	SD	1	2	3	4
1.生活事件T1	44.50	15.54	1			
2.生活事件T2	43.24	20.10	0.34***	1		
3.手机依赖T1	45.78	11.53	0.23***	0.14*	1	
4.手机依赖T2	47.67	11.66	0.19**	0.32***	0.31***	1

注:* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$ 。

2.2 生活事件、手机依赖的稳定性及特点

以青少年总体为研究对象,以测查时间(包括前测T1和后测T2)为被试内变量,性别为被试间变量,生活事件为因变量,进行 2×2 的重复测量方差分析。结果发现,测查时间的主效应不显著($F_{(1,602)} = 2.66$, $P > 0.05$),表明青少年受生活事件的影响具有一定的稳定性;性别的主效应显著($F_{(1,602)} = 14.38$, $P < 0.001$, $\eta_p^2 = 0.02$),男生受生活事件影响的程度显著高于女生;测查时间和性别的交互作用不显著($F_{(1,602)} = 0.12$, $P > 0.05$)。

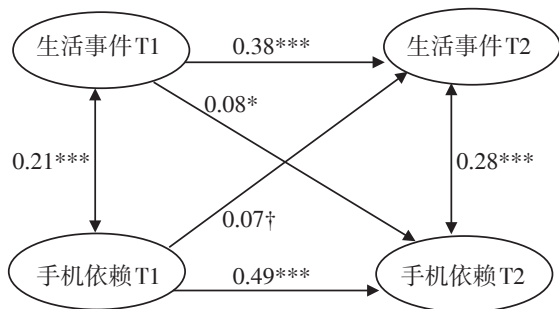
$_{602}=2.06, P>0.05$)。

以测量时间(包括前测T1和后测T2)为被试内变量,性别为被试间变量,手机依赖为因变量,进行 2×2 的重复测量方差分析。结果发现,测量时间的主效应不显著($F_{(1,602)}=3.26, P>0.05$),表明青少年的手机依赖具有一定的稳定性;性别的主效应不显著($F_{(1,602)}=1.81, P>0.05$),测量时间和性别的交互作用不显著($F_{(1,602)}=2.91, P>0.05$)。

2.3 生活事件与手机依赖的交叉滞后回归分析

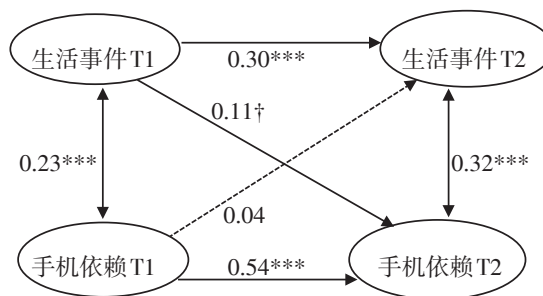
采用交叉滞后回归分析方法,分别在全体青少年样本及大学生、中学生样本中检验生活事件与手机依赖之间的相互预测作用。首先,考察生活事件对手机依赖的预测作用。在控制性别的情况下,以前测手机依赖和生活事件为自变量,后测手机依赖为因变量,以强制指定方法先后进入回归方程,进行回归分析。其次,分析手机依赖对生活事件的预测作用,以前测手机依赖和生活事件为自变量,后测生活事件为因变量,以强制指定方法先后进入回归方程,进行回归分析。

结果表明:对全体青少年而言,在控制了前测的手机依赖后,前测的生活事件可以显著正向预测后测手机依赖($\beta=0.08, P<0.05$);在控制了前测的生活事件后,前测的手机依赖可以边缘显著正向预测后测生活事件($\beta=0.07, P<0.10$)(图1)。对大学群体而言,在控制了前测的手机依赖后,前测的生活事件对后测的手机依赖预测作用边缘显著($\beta=0.11, P<0.10$);在控制了前测的生活事件后,前测的手机依赖对后测的生活事件的预测作用不显著($\beta=0.04, P>0.05$)(图2)。对中学生群体而言,在控制了前测的手机依赖后,前测的生活事件对后测的手机依赖预测作用边缘显著($\beta=0.09, P<0.10$);在控制了前测的生活事件后,前测的手机依赖对后测的生活事件的预测作用显著($\beta=0.12, P<0.01$)(图3)。



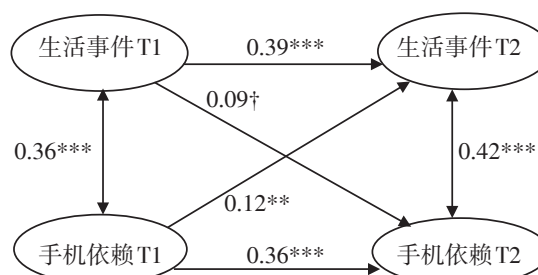
注: * $P<0.05$, *** $P<0.001$, † $P<0.10$ 。

图1 青少年生活事件与手机依赖的交叉滞后分析图



注: *** $P<0.001$, † $P<0.10$ 。

图2 大学生生活事件与手机依赖的交叉滞后分析图



注: ** $P<0.01$, *** $P<0.001$, † $P<0.10$ 。

图3 中学生生活事件与手机依赖的交叉滞后分析图

3 讨论

纵横向相关分析结果均显示,青少年生活事件与手机依赖呈显著的正相关关系。该结果与已有生活事件与手机依赖关系的横向研究结果一致^[12,13],说明生活事件与手机依赖之间存在着密切的内在联系。个体遭遇生活事件的程度越重,其手机依赖程度往往越重。

相关分析结果表明,前后测的生活事件相关显著,且重复测量方差分析结果表明:青少年生活事件的时间主效应不显著,这表明生活事件在短期内具有一定稳定性。个体在进行生活事件测试时一般都是依据回忆,在短时间内青少年的回忆感受没有发生改变,因此受到生活事件的影响程度基本稳定。生活事件的性别主效应显著且男生受生活事件影响程度要高于女生,这与以往的研究结果相一致^[17]。可能的原因是男生由于性别标准和刻板印象的束缚所受到的期望要高于女生^[18],再加上女生在生活中的情绪调节和适应能力要高于男生,遇到压力事件时,常常能够以积极的方式进行调节,因此受到生活事件的影响要低。

重复测量的方差分析结果显示,手机依赖的时间主效应不显著,表明手机依赖呈现一定跨时间的稳定性;手机依赖也不存在性别差异。吴祖宏的研究结果也表明,手机依赖不存在年级和性别差异^[19],这与本研究的结果相一致。可能的原因是:随着科

技的进步,手机基本可以涵盖生活中的吃、穿、用、行等方方面面,手机不仅可以满足游戏、娱乐等需求,也可以满足情感、交流等需求。根据马斯洛的需要层次理论,手机在一定程度上既可以直接满足个体的基本需求,也可以间接满足个体情感归属、尊重等高级需求,是个体的一种内在动机,因此具有稳定性和一致性。

研究结果显示:在整个青少年和大学生、中学生样本中,生活事件均可以预测手机依赖。Vaish等人提出网络成瘾的“减少紧张假说”,并发现问题性网络使用与应对现实压力有重要关系^[20]。生活事件影响手机依赖可能的原因是:青少年处于敏感期,在面对生活中的压力时常常易受影响,在情绪上常常表现出失落、难过,出现认知偏差,如果没有外界及时的支持,在行为上常常表现出退避、幻想等,不愿面对现实的压力,就容易选择沉迷手机这样消极的应对方式^[21]。因为手机网络的开放性、包容性,恰好为青少年提供了逃避现实负性生活事件压力的“避风港”^[20]。因此青少年生活事件可以正向预测手机依赖。这一研究结果也验证了手机依赖的“逃避性”这一特点^[16]。

此外,本研究还发现在中学生群体中,手机依赖也可以显著正向预测生活事件,即中学生手机依赖程度越高,其受到生活事件的影响程度越大。资源有限理论能很好的解释这一现象^[14]:高手机依赖的中学生已经将大量的资源消耗在手机网络这一虚拟现实中,所剩较少的心理资源往往不足以应对现实中的压力性生活事件,压力感倍增,更容易产生消极情绪,也更加脆弱,生活事件发生时往往受到的影响要比正常中学生要更多。此外,相较于大学生,中学生的心智发展不太成熟,自我控制能力较低,面对手机这一新异刺激更容易产生依赖心理而难以自拔,导致自我调节能力降低,发生负性压力事件时更容易产生负面结果。因此,对中学生而言,手机依赖也可以正向预测生活事件。这一研究结果启示我们:要对产生手机依赖的中学生高度重视,引导其合理使用手机网络,帮助其积极应对现实生活事件,避免其陷入手机依赖与生活事件的恶性循环中。

参 考 文 献

- 1 中国互联网络信息中心(CNNIC). 第44次中国互联网络发展状况统计报告. 2019-8-30. 取自 http://www.cac.gov.cn/2019-08/30/c_1124938750.htm
- 2 刘红,王洪礼. 大学生的手机依赖倾向与孤独感. 中国心理卫生杂志, 2012, 26(1): 66-69
- 3 张雨晴, 黄海, 张亚梅, 等. 大学生手机依赖与认知失败的关系——自尊和抑郁的链式中介作用. 中国心理卫生杂志, 2018, 32(8): 710-712

- 4 何安明, 惠秋平. 大学生手机依赖与生活满意度的交叉滞后分析. 中国临床心理学杂志, 2019, 27(6): 1260-1263
- 5 惠秋平, 石伟, 何安明. 中学生大五人格特质对心理健康的影响: 手机成瘾倾向的中介作用和手机使用动机的调节作用. 教育研究与实验, 2017, (1): 92-96
- 6 Steinberg L, Dahl R, Keating D, et al. The study of developmental psychopathology in adolescence: Integrating affective neuroscience with the study of context. *Developmental Psychopathology*, 2015, 2: 710-741
- 7 冯丽云, 王宇中, 吴国华, 等. 生活事件因素对青年学生心理健康水平影响的探讨. 中国公共卫生, 2000, 16(1): 4-6
- 8 刘贤臣, 刘连启, 杨杰, 等. 青少年生活事件量表的编制与信度效度测试. 山东精神医学, 1997, (1): 15-19
- 9 Monroe SM, Simons AD. Diathesis-stress theories in the context of life stress research: implication for the depressive disorders. *Psychological Bulletin*, 1991, 110(3): 406-425
- 10 Jing J, Lam LT, Peng ZW, et al. Factors associated with internet addiction among adolescents. *Cyberpsychol Behav*, 2009, 12(5): 551-555
- 11 Agnew RA. Foundation for a general strain theory of crime and delinquency. *Criminology*, 1992, 30(1): 47-88
- 12 刘怡婷, 叶宝娟, 杨强. 压力性生活事件对大学生学习倦怠的影响: 链式中介效应分析. 中国临床心理学杂志, 2019, 27(4): 782-784+789
- 13 黄曙杰, 郭菲, 王雅芯, 等. 生活事件对青少年问题性网络使用的影响: 有调节的中介效应. 中国临床心理学杂志, 2017, 25(1): 70-74
- 14 何安明, 万娇娇, 惠秋平. 青少年手机依赖者的心理健康状况及与生活事件、学业倦怠的关系. 中国临床心理学杂志, 2019, 27(2): 410-413
- 15 Halbesleben JRB, Buckley MR. Burnout in Organizational Life. *Journal of Management*, 2004, 30(6): 859-879
- 16 Leung L. Linking psychological attributes to addiction and improper use of the mobile phone among adolescents in Hong Kong. *Journal of Children and Media*, 2008, 2(2): 93-113
- 17 王超. 大学生积极心理资本在生活事件与抑郁关系的调节作用——基于追踪的多层线性分析. 硕士毕业论文. 青海师范大学, 2018
- 18 卢家楣, 陈念劬, 徐雷, 等. 中国当代大学生情绪智力现状调查研究. 心理科学, 2016, 39(6): 1302-1309
- 19 吴祖宏. 大学生手机社交媒体依赖的问卷编制及特点研究. 硕士毕业论文. 西南大学, 2014
- 20 Vaish PS, Dey B, Pathak A. Internet use pattern, coping styles and quality of life: Is there a relationship?. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 2014, 5(12): 1463-1467
- 21 丁倩, 孔令龙, 张永欣, 等. 父母“低头族”与初中生手机成瘾的交叉滞后分析. 中国临床心理学杂志, 2018, 26(5): 952-955

(收稿日期: 2020-05-06)