

專輯論文

# 社交媒體使用如何增進在線社會支持 尋求：社會資本與心理韌性的鏈式 中介作用

王韻、張葉

## 摘要

社交媒體環境下，在線社會支持尋求是個人應對逆境的重要手段，體現了社交媒體用戶與他人、社會的在線連接傾向。本研究聚焦在線社會支持尋求行為及影響該行為的因素，考察人們的社交媒體使用對在線社會支持尋求的影響，以及結構、關係和認知三個緯度的社會資本和心理韌性在兩者之間是否存在連續中介作用。研究運用網絡問卷調查法，對中國大陸的社交媒體用戶進行抽樣，共獲得1,069份有效問卷。研究發現，社交媒體用戶的教育程度和年收入對在線社會支持尋求有顯著正向影響，受教育程度和年收入水平越高的群體，在線

王韻，北京師範大學藝術與傳媒學院副教授、北京師範大學傳媒發展研究中心副主任。研究興趣：視聽傳播、媒介文化、社交媒體。電郵：[wyun2009@126.com](mailto:wyun2009@126.com)

張葉，北京師範大學藝術與傳媒學院碩士生。研究興趣：社交媒體、健康傳播。電郵：[382908916@qq.com](mailto:382908916@qq.com)

論文投稿日期：2023年1月31日。論文接受日期：2023年9月12日。

《傳播與社會學刊》，（總）第67期（2024）

社會支持尋求的行為頻率越高。社交媒體使用能夠正向預測在線社會支持尋求行為頻率，三個緯度的社會資本和心理韌性分別在兩者之間發揮了中介作用，結構和認知緯度的社會資本和心理韌性在此關係中還發揮了鏈式中介作用。

關鍵詞：在線社會支持尋求、社交媒體、社會資本、心理韌性、媒介效果

---

Special Research Article

## **Social Media Enhance Online Social Support Seeking: The Chain-Mediating Effects of Social Capital and Psychological Resilience**

Yun WANG, Ye ZHANG

---

### **Abstract**

In the context of social media, seeking online social support is an important means of coping with adversity, reflecting the tendency of social media users to connect online with others and society. This study focuses on online social support-seeking behavior and its influential factors. It also examines the effects of people's social media use on online social support, seeking to determine whether there is a continuous mediating effect between social capital and psychological resilience in the three dimensions of structure, relationship, and cognition. In this study, an online survey was used to obtain 1,069 valid questionnaires from a nationwide sample of social media users. The study found that the education level and annual income of social media users have a significant positive impact on online social support seeking. The higher the level of education and annual income, the higher the frequency of online social support-seeking behavior. The dimensions of social capital and psychological resilience played mediating roles, and the structural and cognitive

---

Yun WANG (Associate Professor). School of Arts and Communication, Beijing Normal University. Research interests: audio-visual communication, media culture, social media.

Ye ZHANG (Graduate Student). School of Arts and Communication, Beijing Normal University. Research interests: social media, health communication.

*Communication and Society*, 67 (2024)

dimensions of social capital and psychological resilience played chain-mediating roles in this relationship. These findings indicate that social media use can positively predict the frequency of online social support-seeking behavior.

**Keywords:** online social support seeking, social media, social capital, mental resilience, media effect

**Citation of this article:** Wang, Y., & Zhang, Y. (2024). Social media enhance online social support seeking: The chain-mediating effects of social capital and psychological resilience. *Communication and Society*, 67, 185–217.

## 前言

自2019年12月以來，新冠肺炎(COVID-19)疫情持續波及全球，給人們的生產、生活甚至生命造成了嚴重危害，高水平的感知壓力引發了人們的信息不確定性，以及抑鬱、恐懼、焦慮等諸多負面情緒與消極心理反應(蘇斌原等，2020)。在大流行性疾病蔓延背景下，社交媒體成為人們尋求社會支持的渠道(Saud et al., 2020)，例如信息支持、情感支持。在信息支持層面，社交媒體是突發公共衛生事件中重要的信息傳播渠道(Tsao et al., 2021)，尤其是伴隨「封鎖」成為全球範圍內減緩疾病蔓延的有效防控策略，處於社會隔離狀態的人們面臨著信息危機(Zhao & Basnyat, 2022)，被封鎖的人們需要適應新的信息環境，這對在大流行中的生存至關重要(Pan, S., et al., 2020)。在情感支持層面，社交媒體上的社會支持類信息能夠幫助受眾進行心理調適，獲取情感上的慰藉與支持(李曉靜等，2021)，個體通過獲取突發公共衛生事件的相關信息緩解心理恐慌(劉毅等，2022)。

社會支持(social support)這一學術概念最早出現於上世紀70年代，其後，心理學、醫學、社會學、傳播學等不同學科學者對之開展了大量且持續的研究。概念界定上，心理學學者從個體對獲得支持的感知視角出發，認為社會支持是他人提供的一種資源，這種資源使個體認為他是被愛、被關心、被尊重的，是彼此溝通且資源共享的社會網絡中的一員(Cobb, 1976)，或個人在溝通和互惠的基礎上對社會網絡產生歸屬感和價值感的程度(Gilmour et al., 2020)；社會學學者則側重從人與人之間的社會網絡出發，認為社會支持是人際關係網絡提供的各種資源(Cohen & Hoberman, 1983)，是兩個個體之間用來增加接受者福祉的資源交換(Shumaker & Brownell, 1984)，其本質是一種物質救助、生活扶持、心理慰藉等社會性行為(方曙光，2013)。本文傾向於採納社會學研究視角，認為社會支持是個人從社會關係網絡中得到的情感、陪伴、信息、工具等方面的支持性資源。

蓬勃發展的社交媒體帶來了人們交流方式的深刻變革，亦增加了社會支持的可得渠道，研究者們逐漸將視野從傳統面對面的線下社會支持拓展到社交網絡空間的在線社會支持。國內外學者對在線社會支

《傳播與社會學刊》，（總）第67期（2024）

持已開展了大量實證研究，主要可歸納為四種路徑：一是對在線健康社區的內容分析，研究在線社會支持類型與用戶互動特徵等；二是獲得的在線社會支持對用戶心理健康和參與行為的影響研究；三是獲取在線社會支持的影響因素研究；四是關注在線社會支持的尋求行為。基於前文給出的社會支持定義，社會支持尋求是個體為應對負面情緒、信息不確定性或困難事件，從社會關係網絡中尋求情感、陪伴、信息、工具等支持的求助行為。國內外學者圍繞影響尋求原因、尋求類別和策略，以及尋求行為帶來的影響等對在線社會支持尋求行為展開了一系列研究。由於「社會支持尋求」是本研究的核心命題，後文將對已有研究展開詳細探討。

社會支持尋求行為的產生受到個體內在與外在多因素的影響，其中，社交媒體提供了新的網絡互動空間，在人們尋求社會支持中發揮了不可替代的作用。有鑒於此，本研究嘗試考察社交媒體使用與在線社會支持尋求行為的關係，並探討兩者之間的作用機制。關注個體層面社會支持尋求行為的影響因素，可以啟發人們在面對負面情緒或遭遇困境時作出更為主動的「自助」，對人們獲得及時且更多的精神與物質幫助，實現身心健康具有重要意義。

## 文獻探討與研究假設

### 社會支持的尋求行為

國內外學者對社會支持尋求的研究主要包括以下四個方面：

一是社會支持尋求的內容特徵和網絡結構。有學者探討了人們尋求社會支持的內容類型（李子怡，2022；Shi & Chen, 2014），還有學者基於在線社區和社群，通過內容分析和社會網絡分析方法研究了尋求和提供在線社會支持的網絡結構特徵（肖亞龍等，2023；晏青、劉鈺，2022）。

二是社會支持尋求的特徵、方式、策略如何影響社會支持的獲得。已有研究指出，支持尋求的語言特徵（Buehler et al., 2019; Rains & Carter, 2023; Zhou & High, 2023）、信息類型（Rains et al., 2023）、直接

## 社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

或間接的請求方式 (Li et al., 2020)、自我表露程度 (Pan, W., et al., 2020) 均會影響社會支持的獲得。另外，尋求者自身的特點，例如與尋求對象的關係類型和親密度 (熊慧、鍾玉鑫，2020；Li & Zhang, 2021)、個人資料中的情感表露及性別暗示 (Li, S., Coduto, K. D., & Morr, L., 2019; Youngvorst & High, 2018)、以往的評論回覆情況 (Li, S., Feng, B., & Wingate, V. S., 2019)、對自身痛苦的責任程度 (Rains et al., 2019) 等也會影響在線社會支持尋求的效果。

三是社會支持尋求行為對其他因素的影響，主要包括心理和行為兩個層面。從心理層面看，社會支持尋求會影響人們孤獨、抑鬱、焦慮等負面情緒 (Frison & Eggermont, 2015; Hill, 2016; Lisitsa et al., 2020; Murberg & Bru, 2005; Vélez et al., 2016)、健康自我效能 (Oh et al., 2013)、疾病不確定性 (Kuang & Wang, 2022) 和感知生活質量 (Rudnick & Kravetz, 2001) 等。從行為層面看，社會支持尋求還會影響人們應對問題或工作的行為 (Li et al., 2018; Wagstaff et al., 2015)、網絡攻擊行為 (Xie & Xie, 2019)、健康信息的媒體使用意向 (賀建平等，2021) 等。

四是產生社會支持尋求行為的前因。如當個體受到壓力時社會支持尋求的水平較高 (Li et al., 2018; Frison & Eggermont, 2015; Li & Yang, 2009; Galaif et al., 2003)；不同年齡群體的社會支持尋求行為有所不同，例如一項針對歐美人的研究發現，與18至25歲的年輕人相比，60歲以上的老年人由於對潛在社會成本的擔憂而更少地尋求顯性的社會支持 (Jiang et al., 2018)；另外，性別 (Ashton & Fuehrer, 1993)、感知威脅 (Chen et al., 2019)、健康擔憂 (Oh et al., 2013)、價值觀 (游潔，2005)、家庭溝通模式 (High & Scharp, 2015)、好友在線狀態與感知社交存在 (Feng & Hyun, 2012) 以及不同國家或國籍的文化差異 (Kim et al., 2006; Kim et al., 2011; Mortenson et al., 2009; Taylor et al., 2004) 均會帶來社會支持尋求行為的差異。

只有很少學者關注了社交媒體使用和社會支持尋求的關係。Lisitsa 等人 (2020) 探討了 COVID-19 大流行以來，18 至 34 歲和 35 歲及以上兩類人群如何通過社交媒體使用和社會支持尋求兩個連續中介變量對孤獨感產生影響，但並未區分社會支持尋求的線上和線下行為，也缺少對社交媒體使用、在線社會支持尋求兩者之間作用機制的探討。

《傳播與社會學刊》，（總）第67期（2024）

## 社交媒體使用與在線社會支持尋求

媒介效果研究肇始於上世紀20到30年代，聚焦於媒介使用對受眾的認知、情感、態度和行為產生的影響，是傳播學領域的一個重要命題。在經驗學派研究中，對於媒介效果研究階段劃分最具影響力的，莫過於上世紀70年代麥奎爾 (Denis McQuail) (1977) 提出的三階段論，即「媒介萬能論」到「有限效果論」再到「強效果論」。自上世紀80年代以來，得益於測量方法的進步與使用，媒介效果經驗研究更加側重在微觀層面進行精細化的效果考察。有學者指出，媒介效果的影響是「大」還是「小」已不是一個重要的問題，重要的在於媒介效果如何在不同的環境下產生以及這些效果形成的「過程」(de Sola Pool, 1983)。進入21世紀後，對社交媒體展開媒介效果研究逐漸成為這一領域的熱點。本文依循媒介效果研究理路，在行為層面考察社交媒體使用對個體在線社會支持尋求的影響，並挖掘制約其效果的中介變量。

媒介化社會中，社交媒體提供了激活在線關係和維持在線連接的渠道，為人們尋求社會支持提供了平台化的基礎設施。有研究考察了社交媒體依賴、在線支持行為對感知社會支持的影響，其中發現在中國性少數群體 (LGBT) 中，社交媒體依賴程度能夠正向影響在線社會支持尋求 (Han et al., 2019)。還有研究探究了微信使用程度、微信群網絡規模和網絡信任三個因素對意見尋求的影響，其中，微信使用程度能夠正向影響人們的意見尋求行為 (宮賀, 2018)。意見尋求屬社會支持尋求的範疇，因此，基於以上研究本文認為，社交媒體使用越多，越可能通過社交媒體尋求社會支持，由此提出研究假設一：

**H1：社交媒體使用越多，在線社會支持尋求行為的頻率越高。**

## 社交媒體使用與社會資本、在線社會支持尋求

社會資本概念由法國社會學家Bourdieu (1986, p. 248) 提出，指「在與熟知或相識人的長期關係網絡中，與網絡中所有物相關聯的實際或潛在資源的集合」，換言之，是人們從自身社會關係中積累的資源和利益。學者Nahapiet和Ghoshal (1998) 從結構、關係、認知三個維度定義了社會資本。結構資本指社會互動模式或關係網絡結構，例如與其他



## 社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

成員的聯繫強度等；關係資本指通過長期社會互動而形成的一種關係類型，如信任、規範、互惠行為等；認知資本指個人在社會關係中共享的共同規範和語言，表明關係成員具有對問題的共同解釋和理解。

互聯網尤其是社交媒體的使用，建構了人際互動的新空間，為在線關係建立與社會資本積累提供了網絡渠道。大量研究證明互聯網使用與社會資本積累有關（來向武、任玉琛，2020；許丹紅，2016；Kavanaugh & Patterson, 2001; Wellman et al., 2001）。其中社交媒體的影響作用尤為顯著，在線社交網站或互助社區作為一種動態演化著的社會網絡，為人際交流提供了新途徑，用戶通過參與討論在社會關係中進行投資，彼此交換社會資源，從而累積虛擬社區內的社會資本（潘文靜、劉迪一，2021；Putnam, 2000; Williams, 2019），微信、臉書（Facebook）等社交媒體的使用強度對社會資本積累呈顯著正向效應（朱曉文、鄂翌婷，2017；周懿瑾、魏佳純，2016；潘曙雅、劉岩，2018；Ellison et al., 2007）。從社會資本具體緯度看，有研究發現，微信使用正向促進了城市老年人結構維度的社會資本（賀建平、黃肖肖，2020），工作中的社交媒體使用會正向促進員工社會資本形成的潛力，這些社會資本表現為社交網絡、信任和共享語言，即結構、關係和認知緯度的社會資本（Cao et al., 2015; Sun & Shang, 2014）。

與此同時，社會資本亦可能對在線社會支持尋求產生影響。有研究指出，在線健康社區中結構、認知、關係三個緯度的社會資本都對獲得社會支持有影響（Liu et al., 2023）。社交媒體上的結構資本反映了在線社交關係網絡中用戶之間的連接和互動模式，高水平的結構資本代表著用戶之間高密度的互動和交流，方便了網絡資源和支持的流動。有研究發現，結構資本顯著正向影響信息支持的獲得，用戶在微信群會話中建立的關係連接數累計值越高、關係強度越強，其在尋求信息支持時會有更大概率得到回答（吳江等，2020），社會資本構成了在線社會關係的「人脈」，提高了用戶對於獲得社會支持的期望，進而可能會提高用戶尋求在線社會支持的意願和行為頻率。關係資本反映社交媒體用戶之間的信任和親密關係，這種信任關係會影響用戶對獲得他人幫助的自信，進而可能會激勵用戶通過社交媒體尋求其他用戶的在線社會支持。認知資本反映用戶在網絡社會關係中的共同規範和語言，高水平的認知資本代表著用戶有相對統一的溝通模式、表達方

《傳播與社會學刊》，（總）第 67 期（2024）

式和對問題的共同理解，有助於提高用戶之間的溝通效率，這種高效交流可能會促進用戶通過社交媒體尋求在線社會支持的意願。

由此本文認為，結構、關係和認知三個緯度的社會資本既可能會受到社交媒體使用的影響，又可能對在線社會支持尋求產生正向影響，即社交媒體使用可能會通過促進結構、關係和認知三個緯度的社會資本積累，促進人們的在線社會支持尋求行為。據此，本文提出研究假設二：

**H2a：**結構資本在社交媒體使用對在線社會支持尋求行為的影響路徑中存在中介效應；

**H2b：**關係資本在社交媒體使用對在線社會支持尋求行為的影響路徑中存在中介效應；

**H2c：**認知資本在社交媒體使用對在線社會支持尋求行為的影響路徑中存在中介效應。

### 社交媒體使用與心理韌性、在線社會支持尋求

心理韌性 (psychological resilience) 是個體面對重大壓力或創傷時自我適應或管理的過程，是一種從逆境中「反彈」的能力 (Windle, 2011)。在中國文化中，心理韌性的結構表現為堅韌、自強和樂觀的三位一體 (Yu & Zhang, 2007)。有學者綜述了新冠疫情期間社交媒體與個體韌性關係的相關研究，在此基礎上討論總結了社交媒體使用對個體韌性的影響，社交媒體使用對個體韌性的影響存在積極的一面，因為各種在線活動擴大了人際連接的深度和範圍，提高了人們獲得社會支持的機會，進而增強了個體的韌性 (Mano, 2020)。本文認為，新冠疫情大流行期間，中國內地的「動態清零」政策使人們線下的互動交往受到嚴格限制，社交媒體作為人們突破空間制約獲取信息和資源的渠道作用更為顯著。人們通過社交媒體能夠積累應對逆境的各類資源，從而提高人們在面對困難時的自我適應能力，即人們的社交媒體使用可能對心理韌性水平有正向促進作用。

另一方面，在線社會支持尋求作為一種通過網絡進行「求助」的行為，可能會受到個體心理韌性的影響。有研究表明，問題解決、忍

## 社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

耐、退避、求助、發洩、幻想是人們在面臨挫折和煩惱時主要採用的應對方式(黃希庭等, 2000), 其中, 心理韌性能顯著正向預測「求助」行為(謝玲平、鄒維興, 2015; 凌華明、凌華龍, 2013)。本文認為, 來自外部環境的壓力、刺激等因素激發了人們的求助動機, 而高水平的樂觀、堅韌、自強等心理韌性可以提高人們尋求幫助的主動性。因此, 心理韌性可能會對在線社會支持尋求具有正向影響作用, 即個體心理韌性心理水平越高, 在線社會支持尋求行為的頻率就越高。

由此本文認為, 心理韌性既可能會受到社交媒體使用的影響, 又可能會對在線社會支持尋求行為產生影響, 即社交媒體使用可能會通過影響心理韌性對在線社會支持尋求產生間接影響, 使用社交媒體越多的用戶心理韌性可能會越強, 也因此更有可能通過社交媒體尋求在線社會支持。據此, 本文提出研究假設三:

**H3: 心理韌性在社交媒體使用對在線社會支持尋求行為的影響路徑中存在中介效應。**

## 社會資本與心理韌性

已有研究發現, 社會資本對心理韌性有正向促進作用。例如, 結構資本、關係資本、認知資本可以幫助提高員工的心理韌性, 從而減少長期的工作倦怠(Khaksar et al., 2019); 癌症患者的社會資本對心理韌性有正向預測作用(Kordan et al., 2019); 艾滋病患者之間的信任、互惠、社會凝聚力等可以預測心理韌性(Dageid & Grønlie, 2015)等。由此本文認為, 用戶在社交媒體上積累的結構、關係、認知三個緯度的社會資本可能會促進心理韌性的提高, 在社交媒體使用和在線社會支持尋求行為之間發揮鏈式中介作用, 提出研究假設四:

**H4a: 結構資本和心理韌性在社交媒體使用對在線社會支持尋求行為的影響路徑中存在鏈式中介效應;**

**H4b: 關係資本和心理韌性在社交媒體使用對在線社會支持尋求行為的影響路徑中存在鏈式中介效應;**

**H4c: 認知資本和心理韌性在社交媒體使用對在線社會支持尋求行為的影響路徑中存在鏈式中介效應。**

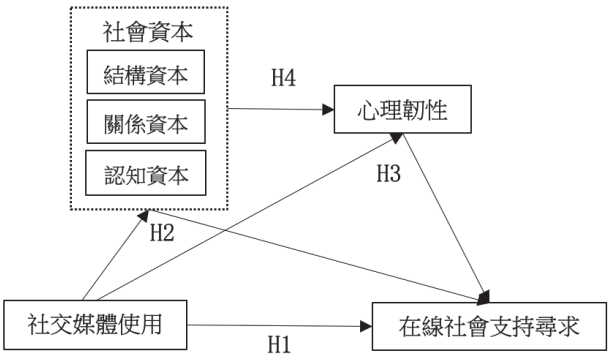
《傳播與社會學刊》，（總）第 67 期（2024）

### 人口統計學變量與在線社會支持尋求

人口統計學變量是媒介效果研究不可忽視的控制變量，性別、年齡、受教育程度、收入、地域等個體特徵，均有可能對在線社會支持尋求產生影響。本研究聚焦社交媒體使用等相關因素對在線社會支持尋求的影響，將性別、年齡、受教育程度、收入、地域等人口統計學變量納入考察。

綜上所述，本研究認為在線社會支持尋求與社交媒體使用、社會資本、心理韌性具有密切關係，嘗試探析人們的社交媒體使用與在線社會支持尋求之間可能存在的中介因素。綜合本研究的研究問題與假設，整理出研究關係模型（圖一）：

圖一 研究假設模型



### 研究方法

#### 抽樣方法與數據來源

本研究的數據來自 2022 年 8 月底至 9 月初收集的一手網絡問卷調查數據。在正式調查前，研究者於 8 月下旬在北京某高校開展了小規模的預調查，回收了 51 份前測問卷，通過對問卷數據的分析以及對填答者的詢問，修改了部分語義模糊或易引發歧義的題項，形成最終的正式問卷。

社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

為了在全國範圍內有效調查社交媒體用戶，提高樣本的代表性和質量，本研究委託採集學術數據調查公司「極術雲」進行了全國性網絡抽樣調查，其數據庫擁有超過一百萬個互聯網用戶，能較好地滿足調查需要。本調查對地域、性別和年齡等人口統計學因素進行配額抽樣(quota sampling)，借助極術雲管理平台對目標人群隨機發送問卷鏈接進行在線填寫邀請。調查樣本完整覆蓋了全國31個省市自治區(不包括香港、澳門兩個特別行政區和台灣)；男女各分配50%的樣本量；參考中國互聯網絡中心2022年8月發布的《第50次中國互聯網絡發展狀況統計報告》中的網民年齡結構，為「18–29歲」、「30–39歲」、「40–49歲」、「50–59歲」四個年齡層各分配20%的樣本量，「18歲以下」和「60歲及以上」各分配10%的樣本量。

正式問卷的發放時間為2022年9月2日至9月8日，共有1,124人在線填答，在刪除數據不完整、作答時長過短等不合格樣本後，最終得到1,069份有效問卷。樣本分布相對均衡，具體見表一。

表一 人口統計變量的描述性統計 (N = 1,069)

變量	分類	頻率	百分比 %	變量	分類	頻率	百分比 %
性別	男	527	49.30	地域	華北地區	267	24.98
	女	542	50.70		東北地區	94	8.79
年齡	18歲以下	109	10.20		華東地區	232	21.70
	18–29歲	210	19.64		中南地區	335	31.34
	30–39歲	215	20.11		西南地區	111	10.38
	40–49歲	218	20.39		西北地區	30	2.81
	50–59歲	217	20.30	年收入	1萬元以內	206	19.27
	60歲及以上	100	9.35		1–5萬元 (不包括5萬元)	223	20.86
受教育程度	初中及以下	104	9.73		5–10萬元 (不包括10萬元)	313	29.30
	職高/高中/ 中專/技校	346	32.37		10–15萬起 (不包括15萬)	196	18.33
	大專/本科	580	54.26		15–20萬 (不包括20萬)	65	6.08
	碩/博研究生	39	3.65		20萬元及以上	66	6.17

註：地域一題在問卷中包含了31個具體省市自治區，為方便進行數據分析將其按照中國行政區劃分轉變為地區。其中華北地區包括北京、天津、河北、山西和內蒙古；東北地區包括遼寧、吉林和黑龍江；華東地區包括上海、江蘇、浙江、安徽、福建、江西和山東；中南地區包括河南、湖北、湖南、廣東、廣西和海南；西南地區包括重慶、四川、貴州、雲南和西藏；西北地區包括陝西、甘肅、青海、寧夏和新疆

《傳播與社會學刊》，（總）第67期（2024）

## 研究變量與測量方法

### I. 社交媒體使用

本研究的社交媒體使用參考Ellison等人(2007)的臉書使用強度量表，該量表共包含八個題目，被國內外學者多次引用。首先，由於本研究不針對單一特定平台，因此去掉「臉書好友數量」和「對告訴他人在使用臉書感到驕傲」兩個題項。其次，針對「臉書使用時長」一題，由於社交媒體的使用行為類型多樣，因此本研究參考Burke等人(2010)的社會網絡行為量表和韋路與陳穩(2015)的社交媒體使用模式量表，選取「更新個人狀態」、「進行點讚、評論」、「共享或轉載內容」等11個具體社交媒體使用行為分別測量頻繁程度，頻繁程度採用李克特五級量表(Likert scale；從1－從不，到5－非常頻繁)，最終以11道題目的平均值納入量表之中。剩餘五個題項將表述從針對臉書單一平台改為針對社交媒體，例如「使用社交媒體是我日常生活的一部分」、「使用社交媒體已經成了我的日常習慣」、「如果有一天沒有使用社交媒體，我會感到失去聯繫」等，符合程度採用李克特五級量表(從1－非常不符合，到5－非常符合)。

### II. 社會資本

社會資本的測量參考Chiu等人(2006)的社會資本量表，將社會資本分為結構、認知、關係三個緯度。「結構資本」關注網絡聯繫及個人在網絡聯繫中所處的位置，「認知資本」主要包括網絡個體間的共同語言，「關係資本」指人與人之間的信任與認可程度。此量表最終形成19道題目，符合程度採用李克特五級量表(從1－非常不符合，到5－非常符合)。

### III. 心理韌性

對心理韌性的測量使用Yu和Zhang(2007)修訂的Connor-Davidson韌性量表，該量表共包含25個題項以及符合中國人特點的堅韌、自強和樂觀三個維度，例如堅韌層面的「我不輕易因失敗而氣餒」、「我知道去哪裏尋求幫助」、自強層面的「我傾向於無論如何都要盡最大努力」、



社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

「我能夠適應變化」和樂觀層面的「我擁有親密、穩固的關係」、「我認為有時候命運或神可以幫忙」等，該量表被國內學者廣泛使用。符合程度採用李克特五級量表（從1－非常不符合，到5－非常符合）。

IV. 在線社會支持尋求

在線社會支持尋求量表的設計參考Nick等人（2018）的在線社會支持量表，該量表是基於已有理論、研究和線下社會支持的測量開發的，包括「情感/尊重支持」、「社交陪伴」、「信息支持」、「工具支持」四個緯度，檢驗結果表明，線下社會支持的類型也存在於網絡世界中，並且信度、效度等檢驗效果良好。因此，本研究借鑒其在線社會支持量表，並對題項依次進行稍許改編，最終共形成24道題目，頻繁程度採用李克特五級量表（從1－從不，到5－非常頻繁）。

數據分析結果

變量的信效度檢驗

研究者首先對四個量表進行了可靠性分析和因子分析，各量表的克隆巴赫系數（Cronbach’s  $\alpha$ ）和KMO值均大於.80，顯示問卷各變量的信度和效度合格，量表具有較高可靠性。具體見表二。

表二 變量信效度檢驗

變量名	題項數	克隆巴赫系數	KMO
社交媒體使用	6	.85	.89
在線社會支持尋求	34	.97	.99
社會資本	19	.94	.98
心理韌性	25	.95	.98

在線社會支持尋求的人口特徵分析

對社交媒體使用、社會支持尋求、社會資本、心理韌性四個核心變量的描述性統計分析結果顯示（表三），所有變量的均值在3與3.4之間，其中，「社交媒體使用」（平均數＝3.34，標準差＝.85）和「心理韌

《傳播與社會學刊》，（總）第 67 期（2024）

性」（平均數 = 3.34，標準差 = .68）得分最高，「在線社會支持尋求」得分最低（平均數 = 3.02，標準差 = .73）。

表三 核心研究變量的均值和標準差

變量	均值 (M)	標準差 (SD)
社交媒體使用	3.34	.85
社會資本	3.23	.71
心理韌性	3.34	.68
在線社會支持尋求	3.02	.73

之後，本研究探索了性別、年齡、受教育程度、收入和地域的人口統計學變量是否會對因變量在線社會支持尋求產生影響。迴歸分析發現，如表四所示，社交媒體用戶的受教育程度和年收入對在線社會支持尋求有顯著正向影響，性別、地域和年齡無顯著影響。因此，本文選取受教育程度和年收入水平作為後續研究假設檢驗的控制變量。

表四 人口統計學變量對在線社會支持尋求的影響

人口統計學變量	$\beta$	$t$	顯著性
性別	-.01	-.22	.83
年齡	-.03	-1.75	.08
受教育程度	.08*	2.43	.02
年收入	.07***	4.24	.00
地域	.01	.59	.56

註：N = 1,069， $\beta$  為未標準化迴歸系數，\* $p < .05$ ；\*\* $p < .01$ ；\*\*\* $p < .001$

## 研究假設檢驗

### I. 總體迴歸分析

為驗證研究假設 1，即社交媒體使用是否對在線社會支持尋求具有正向影響，本研究採用多元迴歸分析，將社交媒體使用作為自變量、在線社會支持尋求作為因變量，並將受教育程度和收入作為控制變量。迴歸分析結果顯示，社交媒體使用對社會支持尋求具有顯著正向預測力 ( $\beta = .42, p < .001$ )，即社交媒體使用越多，在線社會支持尋求行為越頻繁，模型解釋力為 27%。因此，假設 1 成立。



II. 中介效應檢驗

本研究採用Bootstrap方法(Hayes, 2017)檢驗研究假設2、3、4的三個中介模型。首先檢驗社會資本在社交媒體使用對在線社會支持尋求影響路徑中的中介作用。在SPSS 26軟件中運行PROCESS插件，按照社會資本的三個緯度，分別運行三次模型4，數據結果顯示(表五)，控制人口統計學變量後，結構資本、關係資本、認知資本三個緯度的社會資本在社交媒體使用和在線社會支持尋求之間的中介效應均達到顯著水平，因此假設2a、2b和2c成立，結構、關係、認知三個維度的社會資本在社交媒體使用和在線社會支持尋求之間都發揮了中介作用，其中認知資本的中介效應最大( $\beta = .29, 95\% \text{ CI } [.25, .34]$ )，關係資本( $\beta = .24, 95\% \text{ CI } [.20, .29]$ )和結構資本效應次之( $\beta = .24, 95\% \text{ CI } [.19, .27]$ )。

表五 社會資本中介模型檢驗結果

效應	路徑關係	$\beta$	SE	$t$	$p$	95% 置信區間	
						LLCI	ULCI
(M1a=結構資本)							
直接效應	X→M1a	.46	.03	16.71	.00	.40	.51
	M1a→Y	.51	.02	25.49	.00	.48	.55
	X→Y	.18	.02	8.96	.00	.14	.22
中介效應	X→M1a→Y	.24	.02	—	—	.19	.27
總效應		.42	.02	18.24	.00	.37	.46
(M1b=關係資本)							
直接效應	X→M1b	.43	.02	17.98	.00	.38	.47
	M1b→Y	.57	.02	23.97	.00	.53	.62
	X→Y	.17	.02	8.23	.00	.13	.21
中介效應	X→M1b→Y	.24	.02	—	—	.20	.29
總效應		.42	.02	18.24	.00	.37	.46
(M1c=認知資本)							
直接效應	X→M1c	.49	.02	21.23	.00	.45	.54
	M1c→Y	.60	.02	24.75	.00	.55	.65
	X→Y	.12	.02	5.67	.00	.08	.17
中介效應	X→M1c→Y	.29	.02	—	—	.25	.34
總效應		.42	.02	18.24	.00	.37	.46

註：N = 1,069，Bootstrap 次數為 5,000， $\beta$  為未標準化迴歸系數

《傳播與社會學刊》，（總）第 67 期（2024）

其次檢驗心理韌性在社交媒體使用對在線社會支持尋求影響路徑中的中介作用。同樣運行PROCESS模型4，數據結果顯示（表六），控制人口統計學變量後，社交媒體使用對在線社會支持尋求的中介效應達到顯著水平（ $\beta = .18$ , 95% CI [.14, .22]），因此假設3成立，心理韌性在社交媒體使用和在線社會支持尋求之間發揮了中介作用。

表六 心理韌性中介模型檢驗結果

效應	影響路徑	$\beta$	SE	$t$	$p$	95% 置信區間	
						LLCI	ULCI
直接效應	X→M2	.40	.02	19.31	.00	.36	.45
	M2→Y	.44	.03	14.24	.00	.38	.50
	X→Y	.24	.02	9.85	.00	.19	.29
中介效應	X→M2→Y	.18	.02	—	—	.14	.22
總效應		.42	.02	18.24	.00	.37	.46

註：N = 1,069，Bootstrap 次數為 5,000， $\beta$  為未標準化迴歸系數

最後檢驗社會資本、心理韌性在社交媒體使用對在線社會支持尋求影響路徑中的鏈式中介作用，按照結構資本、關係資本、認知資本，分別運行三次PROCESS模型6。數據結果顯示（表七），控制人口統計學變量後，在結構資本緯度檢驗中，結構資本的中介效應、心理韌性的中介效應和兩者的鏈式中介效應均顯著（Effect = .21, 95% CI [.17, .24]; Effect = .05, 95% CI [.03, .07]; Effect = .03, 95% CI [.02, .04]）。在認知資本緯度檢驗中，認知資本的中介效應、心理韌性的中介效應和兩者的鏈式中介效應均顯著（Effect = .27, 95% CI [.22, .31]; Effect = .02, 95% CI [.01, .03]; Effect = .03, 95% CI [.01, .05]）。在關係資本緯度的檢驗中，關係資本的中介效應顯著（Effect = .23, 95% CI [.19, .27]），但心理韌性的中介效應和兩者的鏈式中介效應不顯著（Effect = .01, 95% CI [-.00, .03]; Effect = .01, 95% CI [-.01, .04]）。因此假設4a和4c成立，假設4b不成立，鏈式中介效應僅在結構資本、認知資本的模型中成立，在關係資本的模型中不成立。

社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

表七 社會資本、心理韌性鏈式中介模型檢驗結果

效應	影響路徑	Effect	SE	95% 置信區間	
				LLCI	ULCI
(M1a=結構資本)					
直接效應	X→Y	.13	.02	.09	.17
中介效應	X→M1a→Y	.21	.02	.17	.24
	X→M2→Y	.05	.01	.03	.07
	X→M1a→M2→Y	.03	.01	.02	.04
總中介效應		.28	.02	.24	.33
總效應		.42	.02	.37	.46
(M1b=關係資本)					
直接效應	X→Y	.16	.02	.12	.21
中介效應	X→M1b→Y	.23	.02	.19	.27
	X→M2→Y	.01	.01	-.00	.03
	X→M1b→M2→Y	.01	.01	-.01	.04
總中介效應		.25	.02	.21	.30
總效應		.42	.02	.37	.46
(M1c=認知資本)					
直接效應	X→Y	.10	.02	.06	.15
中介效應	X→M1c→Y	.27	.02	.22	.31
	X→M2→Y	.02	.01	.01	.03
	X→M1c→M2→Y	.03	.01	.01	.05
總中介效應		.31	.02	.27	.36
總效應		.42	.02	.37	.46

註：N = 1,069，Bootstrap 次數為 5,000

結論與討論

本研究考察了社交媒體使用對在線社會支持尋求的影響，以及結構、關係、認知三個緯度的社會資本和心理韌性在兩者間的鏈式中介作用。調查委託數據公司在全國範圍內收集一手經驗數據，樣本質量及其代表性達到了較好水平，因此本研究針對概念之間關係的推論較為有效，最終建立的鏈式中介模型能夠為後續研究提供參考依據。

《傳播與社會學刊》，（總）第67期（2024）

## 研究的主要發現

針對人口統計學變量與在線社會支持尋求的迴歸分析發現，社交媒體用戶的受教育程度和年收入對在線社會支持尋求有顯著正向影響，性別、年齡、地域則無顯著影響。從表四可見，受教育程度越高的用戶群體，在線社會支持尋求行為頻率越高，這可能與社交媒體使用的強度、能力和目的有關。有研究顯示，有大學經歷的人比高中學歷或更低學歷的人更有可能使用社交媒體 (Perrin, 2015)，教育水平是社交媒體使用量的重要預測因素，隨著教育水平的提高，社交媒體的使用也在增加 (Özgüven & Mucan, 2013)，進而可能影響在線社會支持尋求的行為頻率。同時，社交媒體使用存在一定的技術門檻，教育程度較高的用戶具有較強的信息搜索和識別能力 (盧春天等, 2017)，為人們通過社交媒體尋求在線社會支持提供了能力基礎。從年收入看，收入水平越高的用戶群體，在線社會支持尋求行為頻率也越高。這或是因為，收入作為一種社會經濟變量可以被轉換為對媒介產品的消費，進而影響了個體的媒介使用和信息可得性 (甘浩辰、賈雨歌, 2021)，同受教育程度的影響相似，收入水平與社交媒體使用之間存在正相關關係 (Perrin, 2015; Özgüven & Mucan, 2013)。同時，收入水平越高，人們的信息處理能力也越強 (周葆華、陸曄, 2008)，這可能會影響人們通過社交媒體獲得在線社會支持的信心，進而影響在線社會支持尋求行為的頻率。

總體迴歸檢驗發現，社交媒體使用是在線社會支持尋求的預測因素，人們使用社交媒體越多，越會通過社交媒體尋求在線社會支持。社交媒體在建立和鞏固社會關係網絡方面發揮了重要作用，作為在線社交的強大基礎設施為在線社會支持尋求提供了條件，突破了傳統線下社會支持尋求的時空局限。

中介作用檢驗發現，結構、關係和認知三個緯度的社會資本在社交媒體使用對在線社會支持尋求的影響中均發揮了中介效應。從結構資本看，社交媒體使用的重要內容之一就是通過調動在線社會關係網絡與他人產生聯繫，在線人際傳播互動過程也是一個潛在資源積累的過程，社交媒體使用增加了結構資本的積累，增加了人們在社會關係網路中可調用的資源，進而促進了人們的在線社會支持尋求行為，這

## 社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

與以往研究結果相符(賀建平、黃肖肖, 2020; 吳江等, 2020)。從關係資本看, 社交媒體使用作為一種社會資本的維護行為, 成為人們塑造關係的一種工具(董晨宇、張恬, 2019), 社交媒體使用增強了用戶間的信任、親密和互惠程度, 提高了人們對從其他用戶那裏獲得幫助的期望, 進而提高了用戶主動尋求社會支持的意願。換言之, 用戶在社交媒體付出時間、精力等資源的積極程度, 可以轉化為社會資本在網絡社區中贏得互惠性關係的回報(晏青、劉鈺, 2022)。從認知資本看, 由於部分社交媒體在線社群由不同背景和不熟悉的網絡用戶組成, 消除交流障礙和不確定性成為激勵人們與他人產生聯繫的重要條件, 使用共同語言可以建立起社交網絡、增強可信度, 以解決人們遇到的問題(Cao et al., 2015)。社交媒體使用培養了用戶在網絡社會關係中的共同規範和語言, 高水平的認知資本代表著用戶有相對統一的溝通模式、表達方式和對問題的共同理解, 有助於提高溝通效率, 增強了人們在應對困難時進行高效交流和資源共享的自信, 進而可以促進在線社會支持的尋求行為。綜上, 社交媒體使用通過影響結構、關係和認知三個維度的社會資本對在線社會支持尋求行為產生了正向影響。

除此之外, 心理韌性也在社交媒體使用對在線社會支持尋求的影響中發揮了中介效應。一方面, 社交媒體使用可以影響用戶的心理韌性, 這可能與人們對在線相關信息和資源獲取的目的有關, 社交媒體為人們在「逆境」中抵抗未知和適應環境提供了在線渠道。另一方面, 心理韌性對在線社會支持尋求具有正向影響。過去有關心理韌性與社會支持的研究多集中於探討社會支持如何通過影響心理韌性對心理健康產生正向影響(呂藝芝等, 2020; 葉寶娟等, 2018; Labrague, 2021), 將心理韌性作為社會支持獲取帶來的結果, 而本研究將心理韌性視為前置變量考察其對社會支持尋求的反向影響, 發現個體心理韌性水平同樣可以促進在線社會支持的尋求, 激發人們採用「求助」這一應對方式。綜上, 社交媒體使用通過影響用戶的心理韌性對在線社會支持尋求行為產生了正向影響。

最後, 鏈式中介作用檢驗發現, 結構、認知兩個維度的社會資本和心理韌性在社交媒體使用與在線社會支持尋求之間發揮了鏈式中介作用。一方面, 社交媒體使用越多, 在線社交關係網絡中用戶之間的

《傳播與社會學刊》，（總）第67期（2024）

連接和互動就越多，使用戶積累起更多的結構資本，方便了網絡資源和支持的流動，人們在應對困難時更加清楚從何處能夠尋得幫助，提高了人們解決困難的自信和能力，心理韌性水平得以提高，進而促進了用戶通過在線關係網絡尋求在線社會支持。另一方面，社交媒體使用越多，越可能培養和提高用戶在網絡社會關係中的共同規範和語言，使用戶積累起更多的認知資本，這種共享的規範建構了用戶之間的認知默契，促使用戶培養起幫助他人解決問題的共同願景，增強了人們在應對困難時解決問題的自信，心理韌性水平得以提高，進而激發人們對在線社會支持的尋求。

在關係資本和心理韌性的鏈式中介效應檢驗中，本研究發現，「社交媒體使用－關係資本－在線社會支持尋求」的中介效應顯著，但「社交媒體使用－心理韌性－在線社會支持尋求」的中介效應和「社交媒體使用－關係資本－心理韌性－在線社會支持尋求」的鏈式中介效應均不顯著。前文中介檢驗發現，心理韌性在社交媒體使用與在線社會支持尋求變量間的單獨中介作用成立，卻在加入關係資本後變為不成立，這說明，關係資本與心理韌性有很強的關聯性，且心理韌性可能掩蓋了部分關係資本的中介效應。換言之，社交媒體使用對在線社會支持尋求的影響主要是通過關係資本的中介作用，而不是心理韌性的中介作用或關係資本和心理韌性的鏈式中介作用。

## 研究的理論貢獻

基於以上研究發現，本研究的理論貢獻主要有三個方面。第一，本研究聚焦於心理健康研究領域的「在線社會支持尋求」，將研究重點從對社會支持的內容性質、獲得社會支持對用戶心理健康和行為影響的考察，轉向探討用戶個體在獲得社會支持前的尋求行為及其影響因素，豐富了研究視角，拓寬了「社會支持」研究的外延。同時，研究發現了社會資本和心理韌性兩個影響因素在社交媒體使用和在線社會支持尋求之間的連續中介作用，擴展了在線社會支持尋求影響因素的研究。

第二，本文是對媒介效果經驗研究的拓展，考察了社交媒體使用這一重要因素對人們在線社會支持尋求的影響。研究發現，社交媒體



## 社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

提供了激活和拓展社會關係網絡的渠道，其使用促進了人與人之間的聯結，增強了在線社會支持的尋求，同時，本研究確認了產生這一效果的具體路徑，通過引入社會資本和心理韌性變量，找到了影響產生的制約機制。

第三，本研究是對社會資本和心理韌性研究的補充。一方面，從社會資本視角看，以往研究證實了社交媒體使用有助促進社會資本積累（周懿瑾、魏佳純，2016；潘曙雅、劉岩，2018；Williams, 2019），本研究進一步發現，社交媒體使用可以通過影響社會資本的積累進而影響在線社會支持尋求行為，社會資本是社交媒體使用影響在線社會支持尋求的間接路徑。另一方面，從心理韌性視角看，已有研究發現社會支持的獲得可以增強個體心理韌性（呂藝芝等，2020），本研究進一步發現，高水平的心理韌性可以促進在線社會支持尋求，因此，心理韌性與尋求在線社會支持以及獲得社會支持三者之間實際上是形成了一種「良性循環」。

## 研究局限與未來研究建議

本研究仍存在以下研究局限性，未來研究可以完善改進。首先，研究在迴歸分析中沒有考察不同社交媒體使用類別和不同使用內容對因變量的影響，這可能導致結果效度的下降。未來研究可以進一步細化社交媒體使用的類別與內容，比較不同社交媒體使用行為帶來的在線社會支持尋求的差異。其次，雖然本研究對在線社會支持尋求的測量包括了「情感/尊重支持」、「社交陪伴」、「信息支持」、「工具支持」四個緯度，但在迴歸分析時沒有將此變量具體細化，即沒有探討社交媒體使用、社會資本、心理韌性對不同類型在線社會支持尋求存在的影響。未來研究可以重點探討不同社交媒體使用強度、社會資本高低及不同緯度等對不同類型社會支持尋求的影響。

在社交媒體時代，在線社會支持尋求並非特定時期或某些群體的特殊行為，而是一種人們長期且普遍存在的社會行為，因而值得更多跨學科學者的關注。尋求行為發生越多，才越有可能獲得他人的支持與幫助。在中國社會結構急劇轉型背景下，社會各界需特別燭照受教育程

《傳播與社會學刊》，（總）第67期（2024）

度較低和年收入較低用戶群體的社會支持狀況，幫助其提升社交媒體使用素養，鼓勵其使用社交媒體增益人際互動，增強其心理韌性，並建立良好的外界社會支持系統，以促進該群體社會支持尋求的行動。

## 參考文獻

### 中文部分 (Chinese Section)

- 方曙光 (2013)。〈社會支持理論視域下失獨老人的社會生活重建〉。《國家行政學院學報》，第4期，頁104–108。
- Fang Shuguang (2013). Shehui zhichi lilun shiyu xia shidu laoren de shehui shenghuo chongjian. *Guojia xingzheng xueyuan xuebao*, 4, 104–108.
- 甘浩辰、賈雨歌 (2021)。〈收入差異、媒介使用與知識獲取：農村老年群體知溝的影響機制研究——基於Logistics迴歸的調節檢驗與分析〉。《新聞界》，第3期，頁54–62、93。
- Gan Haochen, Jia Yuge (2021). Shouru chayi, meijie shiyong yu zhishi huoqu: Nongcun laonian qunti zhigou de yingxiang jizhi yanjiu——Jiyu Logistics huigui de tiaojie jianyan yu fenxi. *Xinwenjie*, 3, 54–62, 93.
- 朱曉文、鄂翌婷 (2017)。〈社交網絡服務平台使用對大學生社會資本影響的實證分析〉。《西安交通大學學報 (社會科學版)》，第5期，頁79–87。
- Zhu Xiaowen, E Yiting (2017). Shejiao wangluo fuwu pingtai shiyong dui daxuesheng shehui ziben yingxiang de shizheng fenxi. *Xi'an jiaotong daxue xuebao (shehui kexue ban)*, 5, 79–87.
- 吳江、魏子瑤、王誠坤 (2020)。〈即時會話情境下學術交流的社會支持交換機制研究〉。《信息資源管理學報》，第4期，頁36–47。
- Wu Jiang, Wei Ziyao, Wang Chengkun (2020). Jishi huihua qingjing xia xueshu jiaoliu de shehui zhichi jiaohuan jizhi yanjiu. *Xinxi ziyuan guanli xuebao*, 4, 36–47.
- 呂藝芝、李婷、王秋芳、劉磊、倪士光 (2020)。〈社會支持與新冠肺炎抗疫一線醫務工作者創傷後成長的關係：心理韌性和表達抑制的作用〉。《中國臨床心理學雜誌》，第4期，頁743–746。
- Lü Yizhi, Li Ting, Wang Qiufang, Liu Lei, Ni Shiguang (2020). Shehui zhichi yu xinguan feiyan kangyi yixian yiwu gongzuozhe chuangshang hou chengzhang de guanxi: Xinli renxing he biaoda yizhi de zuoyong. *Zhongguo lincuang xinlixue zazhi*, 4, 743–746.



社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

- 李曉靜、付強、王韜 (2021)。〈新冠疫情中的媒介接觸、新聞認知與媒介信任——基於中外大學生的焦點小組訪談〉。《新聞記者》，第3期，頁76–86。
- Li Xiaojing, Fu Qiang, Wang Tao (2021). Xinguan yiqing zhong de meijie jiechu, xinwen renzhi yu meijie xinren——Jiyu Zhongwai daxuesheng de jiaodian xiaozu fangtan. *Xinwen jizhe*, 3, 76–86.
- 李子怡 (2022)。〈癌症患者的新媒體使用行為與在線社會支持獲取研究〉。《傳媒與社會學刊》，第61期，頁197–229。
- Li Ziyi (2022). Aizheng huanzhe de xinmeiti shiyong xingwei yu zaixian shehui zhichi huoqu yanjiu. *Chuanmei yu shehui xuekan*, 61, 197–229.
- 肖亞龍、馮皓、朱承璋、馮傑 (2023)。〈基於社會網絡分析的重大自然災害事件線上社會支持尋求與供給研究〉。《情報雜誌》，第3期，頁190–198。
- Xiao Yalong, Feng Hao, Zhu Chengzhang, Feng Jie (2023). Jiyu shehui wangluo fenxi de zhongda ziran zaihai shijian xianshang shehui zhichi xunqiu yu gongji yanjiu. *Qingbao zazhi*, 3, 190–198.
- 周葆華、陸曄 (2008)。〈受眾的媒介信息處理能力——中國公眾媒介素養狀況調查報告之一〉。《新聞記者》，第4期，頁60–63。
- Zhou Baohua, Lu Ye (2008). Shouzhong de meijie xinxi chuli nengli——Zhongguo gongzhong meijie suyang zhuangkuang diaocha baogao zhiyi. *Xinwen jizhe*, 4, 60–63.
- 周懿瑾、魏佳純 (2016)。〈「點讚」還是「評論」？社交媒體使用行為對個人社會資本的影響——基於微信朋友圈使用行為的探索性研究〉。《新聞大學》，第1期，頁68–75。
- Zhou Yijin, Wei Jiachun (2016). “Dianzan” haishi “pinglun”? Shejiao meiti shiyong xingwei dui geren shehui ziben de yingxiang—Jiyu Weixin pengyouquan shiyong xingwei de tansuoxing yanjiu. *Xinwen daxue*, 1, 68–75.
- 來向武、任玉琛 (2020)。〈中國互聯網使用對社會資本影響的元分析〉。《新聞與傳播研究》，第6期，頁21–38。
- Lai Xiangwu, Ren Yuchen (2020). Zhongguo hulianwang shiyong dui shehui ziben yingxiang de yuanfenxi. *Xinwen yu chuanbo yanjiu*, 6, 21–38.
- 韋路、陳穩 (2015)。〈城市新移民社交媒體使用與主觀幸福感研究〉。《國際新聞界》，第1期，頁114–130。
- Wei Lu, Chen Wen (2015). Chengshi xinyimin shejiao meiti shiyong yu zhuguan xingfugan yanjiu. *Guoji xinwenjie*, 1, 114–130.
- 凌華明、凌華龍 (2013)。〈高中生心理韌性與應付方式的相關調查分析〉。《湖南科技學院學報》，第4期，頁120–123。

《傳播與社會學刊》，（總）第67期（2024）

- Ling Huaming, Ling Hualong (2013). Gaozhongsheng xinli renxing yu yingfu fangshi de xiangguan diaocha fenxi. *Hunan keji xueyuan xuebao*, 4, 120–123.
- 宮賀 (2018)。〈網絡信任對信息傳遞與意見尋求的影響——基於微信用戶與微信群的實證研究〉。《新聞與傳播評論》，第3期，頁86–95。
- Gong He (2018). Wangluo xinren dui xinxi chuandi yu yijian xunqiu de yingxiang——Jiyu Weixin yonghu yu Weixinqun de shizheng yanjiu. *Xinwen yu chuanbo pinglun*, 3, 86–95.
- 晏青、劉鈺 (2022)。〈社交媒體平台抑鬱群體的社會支持尋求研究——基於對微博「抑鬱症超話」的考察〉。《新聞界》，第6期，頁45–56、64。
- Yan Qing, Liu Yu (2022). Shejiao meiti pingtai yiyu qunti de shehui zhichi xunqiu yanjiu——Jiyu dui Weibo “yiyuzheng chaochua” de kaocha. *Xinwenjie*, 6, 45–56, 64.
- 許丹紅 (2016)。〈互聯網使用動機、網絡密度與網民社會資本〉。《青年研究》，第6期，頁21–31、91–92。
- Xu Danhong (2016). Hulianwang shiyong dongji, wangluo midu yu wangmin shehui ziben. *Qingnian yanjiu*, 6, 21–31, 91–92.
- 黃希庭、余華、鄭湧、楊家忠、王衛紅 (2000)。〈中學生應對方式的初步研究〉。《心理科學》，第1期，頁1–5。
- Huang Xiting, Yu Hua, Zheng Yong, Yang Jiazhong, Wang Weihong (2000). Zhongxuesheng yingdui fangshi de chubu yanjiu. *Xinli kexue*, 1, 1–5.
- 游潔 (2005)。〈價值觀與大學生尋求社會支持的關係研究〉。《心理科學》，第3期，頁713–717。
- You Jie (2005). Jiazhiguan yu daxuesheng xunqiu shehui zhichi de guanxi yanjiu. *Xinli kexue*, 3, 713–717.
- 葉寶娟、朱黎君、方小婷、劉明礬、王凱凱、楊強 (2018)。〈壓力知覺對大學生抑鬱的影響：有調節的中介模型〉。《心理發展與教育》，第4期，頁497–503。
- Ye Baojuan, Zhu Lijun, Fang Xiaoting, Liu Mingfan, Wang Kaikai, Yang Qiang (2018). Yali zhijue dui daxuesheng yiyu de yingxiang: You tiaojie de zhongjie moxing. *Xinli fazhan yu jiaoyu*, 4, 497–503.
- 董晨宇、張恬 (2019)。〈反思「孤獨社交」：社交媒體真的讓我們更加疏離嗎〉。《新聞與寫作》，第6期，頁48–52。
- Dong Chenyu, Zhang Tian (2019). Fansi “gudu shejiao”: Shejiao meiti zhende rang women gengjia shuli ma. *Xinwen yu xiezuo*, 6, 48–52.
- 賀建平、黃肖肖 (2020)。〈城市老年人的微信使用與主觀幸福感：以社會資本為中介〉。《新聞界》，第8期，頁57–66。

社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

- He Jianping, Huang Xiaoxiao (2020). Chengshi laonianren de Weixin shiyong yu zhuguan xingfuguan: Yi shehui ziben wei zhongjie. *Xinwenjie*, 8, 57–66.
- 賀建平、杜寶珠、黃肖肖 (2021)。〈城市老年人新冠肺炎健康信息尋求行為——基於擴展的信息尋求綜合模型〉。《新聞記者》，第3期，頁63–75。
- He Jianping, Du Baozhu, Huang Xiaoxiao (2021). Chengshi laonianren xinguan feiyan jiankang xinxi xunqiu xingwei——Jiyu kuozhan de xinxi xunqiu zonghe moxing. *Xinwen jizhe*, 3, 63–75.
- 熊慧、鍾玉鑫 (2020)。〈策略性「報憂」與「孝」倫理重構：知識型新移民的家庭支持尋求機制及其文化內涵〉。《中國青年研究》，第3期，頁16–22。
- Xiong Hui, Zhong Yuxin (2020). Celuexing “baoyou” yu “xiao” lunli chonggou: Zhishixing xinyimin de jiating zhichi xunqiu jizhi ji qi wenhua neihan. *Zhongguo qingnian yanjiu*, 3, 16–22.
- 潘曙雅、劉岩 (2018)。〈微信使用對大學生社會資本的影響機制研究〉。《國際新聞界》，第4期，頁126–143。
- Pan Shuya, Liu Yan (2018). Weixin shiyong dui daxuesheng shehui ziben de yingxiang jizhi yanjiu. *Guoji xinwenjie*, 4, 126–143。
- 潘文靜、劉迪一 (2021)。〈在線互助論壇中如何獲得社會支持：結構化社會資本與禮貌原則的影響〉。《國際新聞界》，第4期，頁51–73。
- Pan Wenjing, Liu Diyi (2021). Zaixian huzhu luntan zhong ruhe huode shehui zhichi: Jiegouhua shehui ziben yu limao yuanze de yingxiang. *Guoji xinwenjie*, 4, 51–73.
- 劉毅、姜曉源、邵靜怡 (2022)。〈社交媒體中的新冠肺炎疫情信息獲取及對個體行為意向的影響：基於拓展的問題解決情境理論〉。《國際新聞界》，第9期，頁109–130。
- Liu Yi, Jiang Xiaoyuan, Shao Jingyi (2022). Shejiao meiti zhong de xinguan feiyan yiqing xinxi huoqu ji dui geti xingwei yixiang de yingxiang: Jiyu tuozhan de wenti jie jue qingjing lilun. *Guoji xinwenjie*, 9, 109–130.
- 盧春天、趙雲澤、張志堅 (2017)。〈論教育程度和媒介涵化對社會公平感的塑造〉。《現代傳播（中國傳媒大學學報）》，第12期，頁149–155。
- Lu Chuntian, Zhao Yunze, Zhang Zhijian (2017). Lun jiaoyu chengdu he meijie hanhua dui shehui gongpinggan de suzao. *Xiandai chuanbo (Zhongguo chuanmei daxue xuebao)*, 12, 149–155.
- 謝玲平、鄒維興 (2015)。〈留守初中生心理韌性與社會適應的關係：應對方式的中介作用〉。《重慶醫學》，第33期，頁4674–4676。

《傳播與社會學刊》，（總）第 67 期（2024）

Xie Lingping, Zou Weixing (2015). Liushou chuzhongsheng xinli renxing yu shehui shiying de guanxi: Yingdui fangshi de zhongjie zuoyong. *Chongqing yixue*, 33, 4674–4676.

蘇斌原、葉苑秀、張衛、林瑪 (2020)。〈新冠肺炎疫情不同時間進程下民眾的心理應激反應特徵〉。《華南師範大學學報(社會科學版)》，第 3 期，頁 79–94。

Su Binyuan, Ye Yuanxiu, Zhang Wei, Lin Ma (2020). Xinguan feiyan yiqing butong shijian jincheng xia minzhong de xinli yingji fanying tezheng. *Huanan shifan daxue xuebao (shehui kexue ban)*, 3, 79–94.

### 英文部分 (English Section)

Ashton, W. A., & Fuehrer, A. (1993). Effects of gender and gender role identification of participant and type of social support resource on support seeking. *Sex Roles*, 28(7–8), 461–476.

Buehler, E. M., Crowley, J. L., Peterson, A. M., & High, A. C. (2019). Broadcasting for help: A typology of support-seeking strategies on Facebook. *New Media & Society*, 21(11–12), 2566–2588.

Burke, M., Marlow, C., & Lento, T. (2010, April 10). *Social network activity and social well-being*. Proceedings of the Special Interest Group on Computer–Human Interaction (SIGCHI) conference on human factors in computing systems, 1909–1912.

Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. In J. Richardson (Ed.), *Handbook of theory of research for the sociology of education* (pp. 241–258). Westport, CT: Greenwood Press.

Cao, X., Guo, X., Liu, H., & Gu, J. (2015). The role of social media in supporting knowledge integration: A social capital analysis. *Information Systems Frontiers*, 17(2), 351–362.

Chen, L., Guo, Y., & Shi, J. (2019). Social support seeking on social media among Chinese gay men living with HIV/AIDS: The role of perceived threat. *Telemedicine and e-Health*, 25(7), 655–659.

Chiu, C.-M., Hsu, M.-H., & Wang, E. T. G. (2006). Understanding knowledge sharing in virtual communities: An integration of social capital and social cognitive theories. *Decision Support Systems*, 42(3), 1872–1888.

Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300–314.

Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99–125.

## 社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

- Dageid, W., & Grønlie, A. A. (2015). Measuring resilience and its association to social capital among HIV-positive South Africans living in a context of adversity. *Journal of Community Psychology*, 43(7), 832–848.
- de Sola Pool, I. (1983). What ferment?: A challenge for empirical research. *Journal of Communication*, 33(3), 258–261.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook “friends:” Social capital and college students’ use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1143–1168.
- Feng, B., & Hyun, M. J. (2012). The influence of friends’ instant messenger status on individuals’ coping and support-seeking. *Communication Studies*, 63(5), 536–553.
- Frison, E., & Eggermont, S. (2015). The impact of daily stress on adolescents’ depressed mood: The role of social support seeking through Facebook. *Computers in Human Behavior*, 44, 315–325.
- Galaif, E. R., Sussman, S., Chou, C.-P., & Wills, T. A. (2003). Longitudinal relations among depression, stress, and coping in high risk youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(4), 243–258.
- Gilmour, J., Machin, T., Brownlow, C., & Jeffries, C. (2020). Facebook-based social support and health: A systematic review. *Psychology of Popular Media*, 9(3), 328–346.
- Han, X., Han, W., Qu, J., Li, B., & Zhu, Q. (2019). What happens online stays online?—Social media dependency, online support behavior and offline effects for LGBT. *Computers in Human Behavior*, 93, 91–98.
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd edition). Guilford Publications.
- High, A. C., & Scharp, K. M. (2015). Examining family communication patterns and seeking social support direct and indirect effects through ability and motivation. *Human Communication Research*, 41(4), 459–479.
- Hill, E. M. (2016). Quality of life and mental health among women with ovarian cancer: Examining the role of emotional and instrumental social support seeking. *Psychology, Health & Medicine*, 21(5), 551–561.
- Jiang, L., Drolet, A., & Kim, H. S. (2018). Age and social support seeking: Understanding the role of perceived social costs to others. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 44(7), 1104–1116.
- Kavanaugh, A. L., & Patterson, S. J. (2001). The impact of community computer networks on social capital and community involvement. *American Behavioral Scientist*, 45(3), 496–509.
- Khaksar, S. M. S., Maghsoudi, T., & Young, S. (2019). Social capital, psychological resilience and job burnout in hazardous work environments. *Labour & Industry: A Journal of the Social and Economic Relations of Work*, 29(2), 155–180.

- Kim, H. S., Sherman, D. K., Ko, D., & Taylor, S. E. (2006). Pursuit of comfort and pursuit of harmony: Culture, relationships, and social support seeking. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(12), 1595–1607.
- Kim, Y., Sohn, D., & Choi, S. M. (2011). Cultural difference in motivations for using social network sites: A comparative study of American and Korean college students. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 365–372.
- Kordan, Z., Lolaty, H. A., Mousavinasab, S. N., & Fard, J. H. (2019). Relationship between psychological well-being and social capital and resilience among cancer patients. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 6(3), 131–137.
- Kuang, K., & Wang, N. (2022). A longitudinal investigation of information and support seeking processes that alter the uncertainty experiences of mental illness. *Communication Monographs*, 89(4), 470–492.
- Labrague, L. J. (2021). Psychological resilience, coping behaviours and social support among health care workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review of quantitative studies. *Journal of Nursing Management*, 29(7), 1893–1905.
- Li, M.-H., Eschenauer, R., & Persaud, V. (2018). Between avoidance and problem solving: Resilience, self-efficacy, and social support seeking. *Journal of Counseling & Development*, 96(2), 132–143.
- Li, M.-H., & Yang, Y. (2009). Determinants of problem solving, social support seeking, and avoidance: A path analytic model. *International Journal of Stress Management*, 16(3), 155–176.
- Li, S., Coduto, K. D., & Morr, L. (2019). Communicating social support online: The roles of emotional disclosures and gender cues in support provision. *Telematics and Informatics*, 39, 92–100.
- Li, S., Coduto, K. D., & Song, C. (2020). Comments vs. one-click reactions: Seeking and perceiving social support on social network sites. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 64(5), 777–793.
- Li, S., Feng, B., & Wingate, V. S. (2019). Give thanks for a little and you will find a lot: The role of a support seeker's reply in online support provision. *Communication Monographs*, 86(2), 251–270.
- Li, S., & Zhang, G. (2021). Supportive communication on social networking sites: The impact of post valence and relational closeness on support provision. *Telematics and Informatics*, 63, 101657.
- Lisitsa, E., Benjamin, K. S., Chun, S. K., Skalsky, J., Hammond, L. E., & Mezulis, A. H. (2020). Loneliness among young adults during COVID-19 pandemic: The mediational roles of social media use and social support seeking. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 39(8), 708–726.
- Liu, X., Lin, S., Jiang, S., Chen, M., & Li, J. (2023). Social support acquisition in online health communities: A social capital perspective. *Internet Research*, 33(2), 664–695.

## 社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

- Mano, R. (2020). Social media and resilience in the COVID-19 crisis. *Advances in Applied Sociology*, 10(11), 454–464.
- McQuail, D. (1977). The influence and effects of mass media. In J. Curran, M. Gurevitch, & J. Woolacott (Eds.), *Mass communication and society* (pp. 70–94). Sage Publications, Inc.
- Mortenson, S. T., Burleson, B. R., Feng, B., & Liu, M. (2009). Cultural similarities and differences in seeking social support as a means of coping: A comparison of European Americans and Chinese and an evaluation of the mediating effects of self-construal. *Journal of International and Intercultural Communication*, 2(3), 208–239.
- Murberg, T. A., & Bru, E. (2005). The role of coping styles as predictors of depressive symptoms among adolescents: A prospective study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 46(4), 385–393.
- Nahapiet, J., & Ghoshal, S. (1998). Social capital, intellectual capital, and the organizational advantage. *The Academy of Management Review*, 23(2), 242–266.
- Nick, E. A., Cole, D. A., Cho, S.-J., Smith, D. K., Carter, T. G., & Zerkowicz, R. L. (2018). The online social support scale: Measure development and validation. *Psychological Assessment*, 30(9), 1127–1143.
- Oh, H. J., Lauckner, C., Boehmer, J., Fewins-Bliss, R., & Li, K. (2013). Facebooking for health: An examination into the solicitation and effects of health-related social support on social networking sites. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 2072–2080.
- Özgüven, N., & Mucan, B. (2013). The relationship between personality traits and social media use. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 41(3), 517–528.
- Pan, S. L., Cui, M., & Qian, J. (2020). Information resource orchestration during the COVID-19 pandemic: A study of community lockdowns in China. *International Journal of Information Management*, 54, 102143.
- Pan, W., Feng, B., Wingate, V. S., & Li, S. (2020). What to say when seeking support online: A comparison among different levels of self-disclosure. *Frontiers in Psychology*, 11, 978.
- Perrin, A. (2015). *Social media usage: 2005–2015*. Pew Research Center. Retrieved October 8, 2015, from <http://www.pewinternet.org/2015/10/08/2015/Social-Networking-Usage-2005-2015/>.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon and Schuster.
- Rains, S. A., Tsetsi, E., Akers, C., Pavlich, C. A., & Appelbaum, M. (2019). Factors influencing the quality of social support messages produced online: The role of responsibility for distress and others' support attempts. *Communication Research*, 46(6), 866–886.



- Rains, S. A., Bonito, J. A., Lutovsky, B. R., Nemcova, K., Tssetsi, E., Ashtaputre, A., Pavlich, C. A., & Akers, C. (2023). Mutual influence in support seeking and provision behaviors during comforting conversations: A turn-level analysis. *Human Communication Research*, 49(1), 1–12.
- Rains, S. A., & Carter, S. N. (2023). Psycholinguistic properties of informational support seeking posts in online health communities and predictors of community responsiveness. *Journal of Language and Social Psychology*, 42(2), 2764–2789.
- Rudnick, A., & Kravetz, S. (2001). The relation of social support-seeking to quality of life in schizophrenia. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 189(4), 258–262.
- Saud, M., Mashud, M., & Ida, R. (2020). Usage of social media during the pandemic: Seeking support and awareness about COVID-19 through social media platforms. *Journal of Public Affairs*, 20(4), e2417.
- Shi, J., & Chen, L. (2014). Social support on Weibo for people living with HIV/AIDS in China: A quantitative content analysis. *Chinese Journal of Communication*, 7(3), 285–298.
- Shumaker, S. A., & Brownell, A. (1984). Toward a theory of social support: Closing conceptual gaps. *Journal of Social Issues*, 40(4), 11–36.
- Sun, Y., & Shang, R.-A. (2014). The interplay between users' intraorganizational social media use and social capital. *Computers in Human Behavior*, 37, 334–341.
- Taylor, S. E., Sherman, D. K., Kim, H. S., Jarcho, J., Takagi, K., & Dunagan, M. S. (2004). Culture and social support: Who seeks it and why? *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(3), 354–362.
- Tsao, S.-F., Chen, H., Tisseverasinghe, T., Yang, Y., Li, L., & Butt, Z. A. (2021). What social media told us in the time of COVID-19: A scoping review. *The Lancet Digital Health*, 3(3), e175–e194.
- Vélez, C. E., Krause, E. D., McKinnon, A., Brunwasser, S. M., Freres, D. R., Abenavoli, R. M., & Gillham, J. E. (2016). Social support seeking and early adolescent depression and anxiety symptoms: The moderating role of rumination. *The Journal of Early Adolescence*, 36(8), 1118–1143.
- Wagstaff, M. F., del Carmen Triana, M., Kim, S., & Al-Riyami, S. (2015). Responses to discrimination: Relationships between social support seeking, core self-evaluations, and withdrawal behaviors. *Human Resource Management*, 54(4), 673–687.
- Wellman, B., Quan Haase, A., Witte, J., & Hampton, K. (2001). Does the Internet increase, decrease, or supplement social capital? Social networks, participation, and community commitment. *American Behavioral Scientist*, 45(3), 436–455.
- Williams, J. R. (2019). The use of online social networking sites to nurture and cultivate bonding social capital: A systematic review of the literature from 1997 to 2018. *New Media & Society*, 21(11–12), 2710–2729.



## 社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求

- Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21(2), 152–169.
- Xie, D., & Xie, Z. (2019). Adolescents' online anger and aggressive behavior: Moderating effect of seeking social support. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 47(6), 1–9.
- Youngvorst, L. J., & High, A. C. (2018). “Anyone free to chat?” Using technological features to elicit quality support online. *Communication Monographs*, 85(2), 203–223.
- Yu, X., & Zhang, J. (2007). Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with Chinese people. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 35(1), 19–30.
- Zhao, X., & Basnyat, I. (2022). Online information and support seeking during COVID-19 lockdown in Wuhan: Implications for health promotion. *Health Promotion International*, 37(3), 1–11.
- Zhou, Y., & High, A. C. (2023). Language use in online support provision: The impact of others' supportive messages, support-seeking strategy, and channel publicness. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 28(2), zmac038.

## 本文引用格式

王韻、張葉 (2024)。〈社交媒體使用如何增進在線社會支持尋求：社會資本與心理韌性的鏈式中介作用〉。《傳播與社會學刊》，第67期，頁185–217。