

高校大学生族群手机依赖的影响研究综述

张 婷 奚荣设 唐莲花 张 蕾 张婉莹

(桂林理工大学旅游学院 广西·桂林 541004)

中图分类号:G640

文献标识码:A

DOI:10.16871/j.cnki.kjwhc.2016.05.002

摘 要 大学生族群作为使用手机的新生主流,因“被手机绑架”而引发的交往障碍、学习认知障碍、角色认知障碍、行为失当等问题已经成为影响其社会心理发展的重要因素。本文通过大量的文献检索,梳理了国内外关于手机依赖社会心理影响研究所涉及的五大方面,为进一步科学研究高校大学生手机依赖族群的社会心理影响因素,揭示大学生手机依赖与社会化之间的关系,对大学生社会心理的健康发展起到有利引导作用。

关键词 手机依赖 影响因素 大学生

Review of the Research on the Influencing Factors of College Students' Mobile Phone Dependence // Zhang Ting, Xi Rongshe, Tang Lianhua, Zhang Lei, Zhang Wanying

Abstract Currently, the problems caused by mobile phone dependence have become important factors affecting the social psychological development of contemporary college students as the major group of mobile phone users. The problems include communication disorder, learning and cognitive disorder, role cognition disorder, misconduct and so on. Through literature review, this paper summarizes the five major aspects of domestic and foreign research concerning the social psychological influence of mobile phone dependence, aiming to further research the social psychological influencing factors of college students' mobile phone dependence, reveal the relationship between college students' mobile phone dependence and socialization, and guide the healthy social psychological development of college students.

Key words mobile phone dependence; influencing factors; college students

据中国互联网信息中心(CNNIC)最新发布的《第36次中国互联网发展状况统计报告》显示,截至2015年6月,我

国手机网民规模达6.68亿,互联网普及率为48.8%,网络游戏用户规模达到3.80亿,占整体网民的56.9%,其中,青少年网民中网络成瘾的比例高达15.6%^[1]。随着手机消费粘性的不断增加,使得手机依赖成为不可避免且亟需解决的社会问题。大学生族群作为使用手机的新生主流,因“被手机绑架”而引发的交往障碍、学习认知障碍、角色认知障碍、行为失当等问题已经成为影响其社会心理健康发展的重要因素。因此,研究高校大学生族群的手机依赖问题,科学把握大学生手机依赖对其社会心理的影响机制,是当前新媒体环境下高校教育科学研究的前沿课题。

本文通过CNKI和Elsevier数据库进行国内外文献检索,对手机依赖的相关研究主要包括概念探讨、具体表现形式、影响因素、研究量表的诊断和测量工具的使用、干预方案等五个方面。

1 手机依赖概念的探讨

关于大学生手机依赖的概念及定义,不同学者观点不一。精神科医生认为手机依赖是一种“过度使用”行为,对身心健康和学习进步产生多种负面影响。心理学家认为手机依赖是一种“成瘾行为”,通过刺激中枢神经造成兴奋或愉悦感,是一种额外的超乎寻常的嗜好和习惯性。屠斌斌、章俊龙等人^[2]将其定义为由重复使用手机所导致的一种慢性或周期性着迷状态,并产生强烈的、持续的需求感和成瘾感的心理和行为,包括手机关系成瘾、手机娱乐成瘾、手机信息搜集成瘾三种类型。

“手机综合症”“手机依赖”“手机依赖综合症”“手机焦虑症”“手机成瘾”,都是对过度使用手机的描述。从某种程度上过度依赖手机这一现象符合行为科学研究者提出的“行为成瘾”的概念,徐华^[3]将“行为成瘾”定义为一部分人身上存在着过度沉湎于某种事物或活动的现象,这些成瘾行为可能并不涉及任何具体直接生物效应的物质,而是指一

基金项目:广西教育科学“十二五”规划项目;广西高校大学生手机依赖族群的社会心理影响机制与对策研究(2015C362),项目负责人:张婷;国家级大学生创新创业训练计划项目(201510596024)。

作者简介:张婷(1978—),女,湖北黄陂人,副教授,硕士研究生,主要从事高等教育研究;奚荣设,唐莲花,张蕾,张婉莹,均为桂林理工大学旅游学院本科生。

种异乎寻常的行为方式,由于反复从事这些活动,导致个体痛苦或明显影响其生理心理健康、职业功能或社会交往等。

综上所述,笔者认为大学生手机依赖是指大学生习惯性频繁地、周期性地使用手机,当没有手机在身边时,就产生焦虑、失落等不良心理情绪,导致其学习效率降低、厌学、记忆力减退、社交能力迟钝等不良影响的状态。

2 手机依赖的具体表现

韩登亮^[4]认为手机成瘾的标准体现在三个方面:一是对手机的滥用;二是手机过多地影响生活、工作和学习;三是停机或手机不在身边时,身心会出现一系列生理和心理的不适反应。针对他提出的这三种现象,王薇^[5]在《手机成瘾的综述》一文中提到一些用户无节制或不适当地滥用手机,还有一些用户发短信过量和幻听手机响铃等,年轻用户还会因此产生财务紧张等问题。熊婕^[6]认为手机成瘾表现为:心理上的焦虑不安;生理上的手脚发麻、心悸、头晕、冒汗、胃肠功能失调等症状。袁潇^[7]通过统计分析,详细列举了不同行为、心理和生理表现的学生占比数。

总的说来,手机成瘾往往表现为过度频繁地使用手机并且在心理状态上强调个体对手机使用存在强烈持续的需求感和依赖感,陷入痴迷状态。行为结果上导致个体身心不适。

3 手机依赖的影响因素

纵观以往学术研究成果,关于手机依赖影响因素的探讨主要集中在以下三个方面。

3.1 内部主观因素

国内学者周喜华^[8]在手机成瘾探究中总结大学生自身原因:大学生发展的特殊性和自身性格特点、大学生对群体规范的顺从、大学生的情绪转移、满足某些心理需求。胡珊珊和李林英^[9]认为人格特征、自尊、孤独、控制感对手机成瘾影响较大。汤敏佳^[10]发现自制力弱和虚荣是导致大学生手机依赖的两大主观因素。刘红和王洪礼^[11]采用手机成瘾指数量表、孤独量表和手机使用动机问卷对大学生进行测量,并综合运用相关分析、多元方差分析和路径分析考察变量间的关系,证明孤独感是手机成瘾重要隐形因素。

由此可见,大学生手机依赖的内部原因可归结为大学生对信息的渴求、大学生的从众心理、大学生追求时尚、大学生的情绪迁移等四大方面。

3.2 外部客观因素

周喜华^[8]从手机的特点(开放性、交互性、虚拟性、平等性、快捷性、多元性、可操作性、匿名性、即时性)、学校生活方式和教育方式的影响、家庭因素等客观因素进行分析。胡

珊珊、李林英^[9]通过人口统计学(年龄、性别、专业、年级、地域差异)变量,从社会交往的角度进行论述。董海军、杨荣辉^[12]通过因子建立线性回归模型分析,将手机依赖程度作为因变量,将用户对手机的需求作为自变量,得出网络社交需求因子、传统社交需求因子、自我管理需求因子、娱乐需求因子等四大手机依赖影响因子。汤敏佳^[10]选取社会环境因素和管理因素,认为社会、家庭、学校对大学生手机依赖程度影响很大。

3.3 国内外比较

朱凯悦、张玮芝^[13]通过调查研究大学生“手机依赖症”的现状,对比分析中国不同性质大学、中国与英国不同大学的大学生,得出大学生手机依赖的相同原因和不同原因。相同原因包括内因(大学生自控能力差,手机情结严重、厌学情绪作祟、对信息的渴求、追求时尚、满足强烈的交往欲望)和外因(社会因素、家庭因素、高校因素);不同原因指地域环境不同、文化背景不同、经济发展水平不同、学校管理模式不同。Mizuko Ito^[14]通过对日本大学生和高中生的追踪调查访问,认为手机已成为年轻人与社会交往的替代品。

4 手机依赖研究量表的诊断和测量工具的使用

4.1 国内研究

徐华等^[15]根据美国精神障碍诊断与统计手册第 4 版(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition, DSM-IV)和相关资料中对物质依赖和行为成瘾等的描述编制了手机依赖问卷,对 300 名在校大学生进行调研,结果表明效标效度为 0.578($P < 0.01$),并且各维度之间的相关也达到了显著的水平。香港中文大学梁永炽编制了《中学生手机依赖综合症量表》,区分了手机成瘾者和非手机成瘾者的手机使用时间。熊婕等^[6]编制了大学生手机成瘾倾向量表(Mobile Phone Addiction Tendency Scale, MPATS),从戒断症状、突显行为、社交抚慰和心境改变 4 个维度进行手机成瘾测量。

4.2 国外研究

Bianchi A 和 Phillips JG^[16]最早将手机使用不当和手机成瘾联系起来,设计了《手机问题使用量表(Mobile Phone Problem Usage Scale)》,通过对澳大利亚居民的调查,得出内外向、自尊水平、神经质、年龄、性别也是影响手机问题使用的主要因素,并发现外向的、低自尊的年轻人更容易会有手机使用上的问题。Billieux J、Van der Linden M 和 Rochat L^[16]通过探讨手机的禁止性使用、危险性使用、财政问题和依赖症状等四个方面,编制了手机的问题性使用问卷(Problematic Mobile Phone Use Questionnaire, PMPUQ)。Woong Ki Park^[17]

根据成瘾的心理模型,以韩国大学生为被试建立具有信效度的手机依赖问卷。Kwon M、Lee JY 和 Won WY^[18]针对智能手机的使用特点编制了《智能手机成瘾量表(Smartphone Addiction Scale, SAS)》。

5 干预手段及方案

5.1 学校层面

手机成瘾症是一种文明心病,它不利于青年学生健康人格的形成。学校可适时组织对青年学生进行心理教育,开设心理咨询,帮助“手机成瘾症者”调整好他们的心态,教他们学会放松。刘芳^[19]认为,大学生手机依赖给课堂教学带来了诸多不良影响,学校为实现教学秩序的有序性、教学效果的成效性可制订相关的规章制度,引导大学生在课堂上禁止把玩和使用手机,同时加大宣传管理力度,规范大学生对手机的使用,从制度上保障教学秩序的良好运行。

5.2 教师层面

朱丹丹^[20]通过调研,发现大学生上课玩手机主要原因在于任课老师授课方式枯燥乏味,难以调动其听课积极性。她提出授课教师应丰富教学内容、改善教学方法、增强互动教学,多元化教学手段和教学形式,拉动学生好奇心、吸引学生注意力,提升课堂教学效果。刘芳^[19]认为老师应有责任对大学生课堂上的手机依赖行为给予劝导教育和制止与斥责。另一方面,任课教师要自觉提高自身的教学水平和教学艺术,进行创造性教学,提高大学生们的听课欲望,把学生的注意力和兴趣集中到教学内容上来,从根本上减少大学生手机依赖对课堂教学的负面影响。

5.3 学生自身层面

在大学,没有老师的监督和父母的管理,自控力差的学生容易产生手机依赖。朱丹丹^[20]认为应从学生自身层面减少其对手机的依赖。要树立健康的学习生活习惯,合理规划学业生涯。对手机依赖程度较高者,须通过心理行为干预,将其注意力从手机依赖转移到学习中。毕玉等^[21]认为大学生在使用手机时应持一种理性的态度,对其不过分依赖、过度滥用。解决“手机依赖症”的关键还在于让大学生尝试着将生活的重心从手机上转移,重新找到新的生活重心,发现生活的乐趣。刘芳^[19]指出大学生迷恋手机主要是想在虚拟世界中表现自己,弥补自己在现实世界中情感的缺失。但现实往往相反,越痴迷于虚拟世界,越可能让自己在现实世界中感到孤独。

参考文献

[1] 中国互联网络信息中心(2015)第36次中国互联网络发展状况统

计报告.

- [2] 屠斌斌,章俊龙.大学生手机成瘾倾向问卷的初步编制[J].和田师范专科学校学报,2010(4).
- [3] 徐华,吴玄娜,兰彦婷,等.大学生手机依赖量表的编制[J].中国临床心理学杂志,2008,16(1):26-27.
- [4] 韩登亮,齐志斐.大学生手机成瘾症的心理学探析[J].当代青年研究,2005(12):34-38.
- [5] 王薇.手机成瘾的研究综述[J].科教文汇(下旬刊),2011(7):176-177.
- [6] 熊婕,周宗奎,陈武,等.大学生手机成瘾倾向量表的编制[J].中国心理卫生杂志,2012,26(3):222-225.
- [7] 袁潇,风笑天.青少年手机需求及使用行为研究现状[J].中国青年研究,2011(4):78-81,70.
- [8] 周喜华.大学生手机成瘾的探究[J].教育与教学研究,2010(4):16-18,35.
- [9] 胡珊珊,李林英.手机成瘾影响因素述评[J].社会心理科学,2014(5):61-65.
- [10] 汤敏佳.当代大学生“手机依赖综合症”分析[J].江苏高教,2010(1):154-155.
- [11] 刘红,王洪礼.大学生手机成瘾与孤独感、手机使用动机的关系[J].心理科学,2011(6):1453-1457.
- [12] 董海军,杨荣辉.大学生手机依赖与需求的实证分析[J].中国青年研究,2014(4):15-19.
- [13] 朱凯悦,张玮芝.大学生“手机依赖症”情况的研究综述[J].今日中国论坛,2013(7):26-27,29.
- [14] Mizuko Ito, et al. Mobile phones: Japanese youth and the replacement of social contact. www.emarkets.grm.hia.no/semoc/.
- [15] Bianchi A, Phillips JG. Psychological predictors of problem mobile phone use[J]. Cyber Psychol Behav, 2005, 8(1):39-51.
- [16] Billieux J, Van der Linden M, Rochat L. The role of impulsivity in actual and problematic use of the mobile phone[J]. Appl Cognit Psychol, 2008, 22(9):1195-1210.
- [17] Woong Ki Park. Mobile Phone Dependence. www.emarkets.grm.hia.no/semoc/.
- [18] Kwon M, Lee JY, Won WY, et al. Development and validation of a Smart phone Addiction Scale(SAS)[J]. PloS one, 2013, 8(2):e56936.
- [19] 刘芳.大学生手机依赖对课堂教学的不良影响及应对[J].黑河学刊, 2014(1).
- [20] 朱丹丹.构建大学生文化价值认同[J].广西青年干部学院学报, 2010-06-15.
- [21] 毕玉,苏文亮,孙雅峰,等.大学生网络成瘾者心理行为特点的在线研究[J].中国临床心理学杂志, 2005, 13(2):170-172.

编辑 张效瑞