

· 论著·预防·

中学生自尊、社会支持与手机游戏沉迷关系

孙崇勇, 李淑莲, 徐华丽, 苟赞杰, 李凌璨

(吉林师范大学教育科学学院, 吉林 四平 136099)

*通信作者: 孙崇勇, E-mail: cysun@jlnu.edu.cn)

【摘要】目的 探讨中学生自尊、社会支持与手机游戏沉迷的现状,并检验社会支持的中介作用,为降低中学生手机游戏沉迷程度提供参考。**方法** 整群随机抽取 2 307 名中学生为研究对象,采用自尊量表(SES)、青少年社会支持量表与手机游戏沉迷量表进行调查,并运用描述统计、相关分析、回归分析、结构方程模型检验进行分析。**结果** 中学生自尊、社会支持与手机游戏沉迷的评分分别为(29.01±5.74)分、(63.75±11.89)分、(61.01±19.84)分;其中,手机游戏重度沉迷、中度沉迷、轻度沉迷或不沉迷所占比例分别为 8.50%、62.72%、28.78%。中学生自尊与手机游戏沉迷各维度及总评分均呈负相关($r=-0.33\sim-0.21$, P 均 <0.01);除了参与时长、参与习惯外,社会支持各维度及总评分与手机游戏沉迷其他维度及总评分均呈负相关($r=-0.28\sim-0.12$, P 均 <0.05 或 0.01);自尊与社会支持各维度及总评分均呈正相关($r=0.11\sim0.26$, P 均 <0.01)。自尊、社会支持各维度与总评分均能负向预测手机游戏沉迷($\beta=-1.49\sim-0.21$, $t=-10.10\sim-2.36$, P 均 <0.05 或 0.01),自尊能正向预测社会支持($\beta=0.19$, $t=3.20$, P 均 <0.01);中学生社会支持在自尊与手机游戏沉迷之间存在部分中介效应,检验模型的参数如下: $\chi^2/df=4.36$, GFI=0.89, AGFI=0.90, NFI=0.91, CFI=0.93, IFI=0.86, RMSEA=0.078。**结论** 中学生自尊与社会支持均处于中等偏上水平;手机游戏沉迷各程度分布不均匀,中度沉迷者占大多数。中学生自尊水平越高,社会支持状况越好,则手机游戏沉迷程度越轻。中学生自尊水平既可以直接影响手机游戏沉迷,也可以通过社会支持间接影响手机游戏沉迷。

【关键词】 自尊;社会支持;手机游戏沉迷;中学生

开放科学(资源服务)标识码(OSID):



微信扫码二维码

听独家语音释文

与作者在线交流

中图分类号:B844.3

文献标识码:A

doi:10.11886/scjsws20201010001

Relationship among self-esteem, social support and mobile game addiction in middle school students

Sun Chongyong, Li Shulian, Xu Huali, Gou Yunjie, Li Lingcan

(School of Educational Science, Jilin Normal University, Siping 136099, China)

*Corresponding author: Sun Chongyong, E-mail: cysun@jlnu.edu.cn)

【Abstract】 Objective To explore the relationship between the status quo of middle school students' self-esteem, social support and mobile game addiction, and test the intermediary role of social support, so as to provide references for reducing the degree of mobile game addiction of middle school students. **Methods** A total of 2 307 middle school students were randomly selected as subjects and investigated with Self-Esteem Scale (SES), Adolescent Social Support Scale and Mobile Game Addiction Scale, and analyzed by descriptive statistics, correlation analysis, regression analysis and structural equation model test. **Results** The average scores of SES, social support and mobile game addiction of middle school students were (29.01±5.74), (63.75±11.89) and (61.01±19.84), respectively. Among them, the proportion of severe, moderate, mild or non-attractive mobile games was 8.50%, 62.72% and 28.78%, respectively. There was a negative correlation between self-esteem and all dimensions and total scores of mobile game addiction ($r=-0.33\sim-0.21$, P 均 <0.01). Except for participation time and participation habits, all dimensions and total scores of social support were negatively correlated with other dimensions and total scores of mobile game addiction ($r=-0.28\sim-0.12$, P 均 <0.05 或 0.01). Self-esteem was positively correlated with all dimensions and total scores of social support ($r=0.11\sim0.26$, P 均 <0.01). Self-esteem, all dimensions and total scores of social support could all predict mobile games addiction negatively ($\beta=-1.49\sim-0.21$, $t=-10.10\sim-2.36$, P 均 <0.05 或 0.01), and self-esteem could predict the total score of social support positively ($\beta=0.19$, $t=3.20$, P 均 <0.01). Social support of middle school students had partial mediating effect between self-esteem and mobile game addiction. The parameters of the test model were as follows: $\chi^2/df=4.36$, GFI=0.89, AGFI=0.90, NFI=0.91, CFI=0.93, IFI=0.86, RMSEA=0.078.

基金项目:吉林省社会科学基金项目(项目名称:移动互联网时代青少年手机游戏沉迷问题研究,项目编号:2019B119)

Conclusion The self-esteem and social support of middle school students are both in the upper middle level. The distribution of mobile game addiction is uneven in different degrees, and most of them are moderate addicts. The higher the self-esteem level of middle school students, the better the social support, and the less addicted to mobile games. The level of self-esteem of middle school students can not only affect the addiction of mobile games directly, but also affect the mobile game addiction through social support indirectly.

【Keywords】 Self-esteem; Social support; Mobile game addiction; Middle school students

手机游戏沉迷是指由于过度沉浸手机游戏而导致的混乱或迷失状态,但并没有达到成瘾、依赖的程度。为了预防、控制与干预中学生的手机游戏沉迷,有必要了解其形成的心理机制。目前,专门针对手机游戏沉迷的研究较少,但关于手机成瘾与手机游戏成瘾的研究较多,可以作为本研究的理论基础。已有研究表明,人格特质与手机成瘾之间存在相互影响、相互作用的机制^[1-2];人格特质能正向预测手机成瘾倾向,并能解释后者变异的 12%^[3]。在心理学家看来,拥有自尊是人格成熟的重要标志之一。有研究表明,自尊与网络沉迷存在显著相关性,低自尊水平者有较高的网络成瘾倾向^[4];自尊对手机社交成瘾有负向预测力,并能显著预测手机成瘾水平^[5-6]。社会支持对维系个体正常的社会生活是必不可少的,与手机游戏成瘾之间的关系也较为密切。也有研究显示,具有较低社会支持的群体更容易发生手机游戏成瘾^[7];青少年社会支持对手机游戏成瘾有负向的预测作用^[8]。另外,自尊与社会支持之间也呈显著正相关,即自尊水平越高,社会支持状况越好^[9]。综上所述,自尊与社会支持在对手机游戏沉迷的影响上可能存在着某种心理机制。故本研究进一步了解当前中学生自尊、社会支持与手机游戏沉迷的现状,并检验社会支持的中介作用,为改善中学生手机游戏沉迷情况提供参考。

1 对象与方法

1.1 对象

于 2020 年 6 月从东北某省抽取 4 个地级市,每个地级市抽取 2 所高中,从每所高中各年级中再整群抽取 2 个班,共 2 452 名高中生纳入调查。通过问卷星平台发放问卷,回收 2 368 份,其中有效问卷 2 307 份,有效问卷回收率为 97.42%;年龄 14~19 岁[(16±1)岁]。男生 1 234 名(53.49%),女生 1 073 名(46.51%);高一学生 810 名(35.11%),高二学生 792 名(34.33%),高三学生 705 名(30.56%);农村生源 930 名(40.34%),城镇生源 1 377 名(59.66%);独生子女 1 417 名(61.42%),非独生子女 890 名(38.58%)。

样本量估计方法采用社会调查专家风笑天^[10]

提出的公式: $n = \frac{t^2 \cdot p(1-p)}{e^2}$ 。公式中,95%的置信度条件下, $t=1.96$; p 取 0.5,使总体成数达到最大值;容许的抽样误差 e 控制在 2.0% 以内,最后计算得到有效样本量应该在 2 401 以上。

1.2 研究工具

采用 Rosenberg 编制、王孟成等修订的自尊量表(The Self-Esteem Scale, SES)^[11] 评定中学生自尊水平。该量表共 10 个题项,采用李克特四点计分,总分范围 10~40 分,评分越高,表明自尊水平越高。该量表 Cronbach's α 系数为 0.78,重测信度为 0.72^[11]。本次调查的 Cronbach's α 系数为 0.76。

采用戴晓阳等^[11] 编制的青少年社会支持量表评定中学生社会支持情况。该量表共 17 个题项,含有主观支持(5 项)、客观支持(6 项)和支持利用度(6 项)三个维度。各题项分之和为社会支持总评分,反映被试社会支持总体状况。采用李克特五点计分,评分越高,表明社会支持状况越好。该量表总的 Cronbach's α 系数为 0.92,分量表 Cronbach's α 系数分别为 0.85、0.81、0.87;验证性因素分析结果显示, RMSEA 为 0.03, NFI、NNFI、CFI 均在 0.90 以上^[11]。本次调查的 Cronbach's α 系数为 0.86,各分量表的 Cronbach's α 系数分别为 0.83、0.79 和 0.80。

采用李羲^[12] 编制的手机游戏沉迷量表评定中学生手机游戏沉迷状况。该量表共 20 个题项,包括参与时长、参与习惯、戒断反应、态度行为四个维度,每个维度有 5 个题项。采用李克特五点计分,总分范围 20~100 分,评分越高,表明手机游戏沉迷程度越重。20~39 分为轻度沉迷或不沉迷,40~79 分为中度沉迷,80~100 分为重度沉迷。本次调查的 Cronbach's α 系数为 0.76,各分量表的 Cronbach's α 系数分别为 0.69、0.68、0.73 和 0.70。

1.3 资料收集

把整理好的问卷上传到问卷星专业调查平台,采用统一的指导语。由各班班主任或任课教师在微信群里组织本班学生填写问卷,并负责监督、检查,保证问卷的填写质量。整个测试大约耗时 20 min。

1.4 统计方法

采用 SPSS 21.0 录入数据、建立数据库,并对数据进行描述统计、相关分析、回归分析等;中介效应采用 AMOS 20.0 进行结构方程模型检验。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 中学生自尊、社会支持与手机游戏沉迷总体状况

中学生 SES 评分为(29.01±5.74)分;青少年社会支持量表评分为(63.75±11.89)分,各维度评分:主观支持(18.86±3.38)分,客观支持(23.52±4.36)分,支持利用度(21.38±4.25)分。从得分来看,中学生 SES 和社会支持评分均高于理论均分,其中,SES 理论均分为 20 分($t=73.12, P<0.01$);社会支持理论均分为 42.5 分($t=93.64, P<0.01$)。

中学生手机游戏沉迷总评分为(61.01±19.84)分,各维度评分:参与时长(15.96±6.46)分,参与习惯(14.97±6.04)分,戒断反应(14.88±5.62)分,态度行为(15.20±5.57)分。按照严重程度划分:轻度沉迷或不沉迷 664 人(28.78%),中度沉迷 1447 人(62.72%),重度沉迷 196 人(8.50%),各严重程度分布差异有统计学意义($\chi^2=413.75, P<0.01$)。

2.2 中学生自尊、社会支持与手机游戏沉迷的相关性

中学生自尊与手机游戏沉迷各维度及总评分均呈负相关($r=-0.33\sim-0.21, P$ 均 <0.01);除了参与时长、参与习惯外,社会支持各维度及总评分与手机游戏沉迷其他维度及总评分均呈负相关($r=-0.28\sim-0.12, P<0.05$ 或 0.01);自尊与社会支持各维度及总评分均呈正相关($r=0.11\sim0.26, P$ 均 <0.01)。见表 1。

表 1 中学生自尊、社会支持与手机游戏沉迷的相关性(r)

变 量	自 尊	主观支持	客观支持	支持利用度	社会支持	参与时长	参与习惯	戒断反应	态度行为
主观支持	0.16 ^a	-	-	-	-	-	-	-	-
客观支持	0.14 ^a	0.38 ^a	-	-	-	-	-	-	-
支持利用度	0.11 ^a	0.41 ^a	0.36 ^a	-	-	-	-	-	-
社会支持	0.26 ^a	0.45 ^a	0.61 ^a	0.64 ^a	-	-	-	-	-
参与时长	-0.23 ^a	-0.11	-0.10	-0.10	-0.19 ^a	-	-	-	-
参与习惯	-0.28 ^a	-0.12 ^a	-0.07	-0.09	-0.15 ^a	0.48 ^a	-	-	-
戒断反应	-0.22 ^a	-0.12 ^a	-0.20 ^a	-0.23 ^a	-0.14 ^a	0.46 ^a	0.42 ^a	-	-
态度行为	-0.21 ^a	-0.16 ^a	-0.17 ^b	-0.15 ^b	-0.19 ^b	0.47 ^a	0.30 ^a	0.40 ^a	-
手机游戏沉迷	-0.33 ^a	-0.26 ^a	-0.22 ^b	-0.16 ^a	-0.28 ^b	0.81 ^a	0.74 ^a	0.75 ^a	0.71 ^a

注:^a $P<0.01, ^bP<0.05$

2.3 中学生手机游戏沉迷对自尊与社会支持的回归分析

为了进一步探讨中学生自尊、社会支持与手机游戏沉迷之间的关系,以自尊、社会支持为自变量,以手机游戏沉迷为因变量进行多元线性回归分析;

同时以自尊为自变量,以社会支持总评分为因变量进行一元线性回归分析。结果表明,自尊、社会支持各维度与总评分均能负向预测手机游戏沉迷($\beta=-1.49\sim-0.21, t=-10.10\sim-2.36, P<0.05$ 或 0.01),自尊正向预测社会支持总评分($\beta=0.19, t=3.20, P<0.01$)。见表 2。

表 2 中学生自尊、社会支持与手机游戏沉迷的回归分析

因变量	预测变量	β	t	P	R	R^2	F
手机游戏沉迷	自尊	-1.49	-10.10	<0.01	0.37	0.14	36.37
	主观支持	-0.80	-4.92	<0.01			
	客观支持	-0.35	-2.75	0.006			
手机游戏沉迷	支持利用度	-0.21	-2.36	0.035	0.28	0.08	30.49
	社会支持	-0.46	-5.52	<0.01			
社会支持	自尊	0.19	3.20	0.001	0.23	0.05	10.22

2.4 中学生社会支持在自尊与手机游戏沉迷间的中介效应检验

为探讨社会支持、自尊对中学生手机游戏沉迷影响的心理机制,在控制了性别与年龄变量之后,以自尊为自变量,以手机游戏沉迷为因变量,以社会支持为中介变量进行中介效应检验。采用结构方程模型进行检验。模型中,加入社会支持这一中介变量之后,中学生自尊对手机游戏沉迷的路径系数仍然显著($\beta=-1.49$, $P<0.01$),同时自尊对社会支持的路径系数显著($\beta=0.19$, $P<0.01$),社会支持对手机游戏沉迷的路径系数显著($\beta=-0.38$, $P<0.01$),见图 1。模型的参数: $\chi^2/df=4.36$, $GFI=0.89$, $AGFI=0.90$, $NFI=0.91$, $CFI=0.93$, $IFI=0.86$, $RMSEA=0.078$ 。

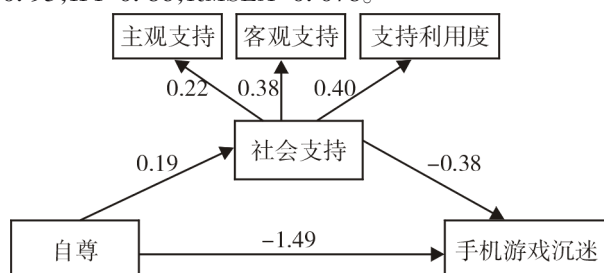


图 1 社会支持在中学生自尊与手机游戏沉迷间的中介效应模型

3 讨 论

本次调查结果表明,中学生自尊与社会支持总体状况较好,处于中等偏上水平,手机游戏沉迷各程度分布不均匀,中度沉迷者占大多数。当代的中学生成长于国民经济快速发展的背景之下,且大多数为独生子女,对自我的重要性、个人的价值以及外貌等方面的认可度较高,所获得社会支持的主观方面与客观方面总体来说均较好。中学生手机游戏沉迷的状况不容乐观,究其原因,大致有以下三个方面:其一,从内部因素来看,可能和中学生的人格、心理压力等有关,研究表明,人格特质与游戏成瘾之间相互关联,孤僻、抑郁、内向、自我管理与自己约束能力差的中学生更容易出现手机游戏沉迷现象^[13-14];其二,从外部因素来看,可能和中学生所处的家庭环境、学校环境、同伴以及其他社会环境有关^[12,15];其三,手机游戏的娱乐性、互动性、挑战性、匿名性等特性也是使中学生沉迷的重要因素。

中学生自尊水平越高,社会支持状况越好,则手机游戏沉迷程度越轻;同时,社会支持在自尊与手机游戏沉迷之间具有部分中介作用,即自尊对手机游戏沉迷的影响可以是直接的,也可以通过社会支持的变化而间接影响。有研究显示,低自尊感的

个体更需要获得能力感与他人的认可来提升自尊水平^[16]。在手机游戏中,中学生可以扮演不同的角色,接受各种具有挑战性的任务,获得虚拟的财富与游戏等级,从而获得对自身能力的认同,满足自尊的需求。社会支持作为个体适应周围环境的重要影响因素,可以保护个体免受压力事件的不良影响^[17]。高自尊水平的中学生对自己的评价较为积极,在与他人的交往过程中表现更为主动、自信,更容易赢得他人的认同与好感,所体验到或实际所获得的社会支持较多,不太会产生手机游戏沉迷、或沉迷的程度较轻。个体自尊水平的不同,可能导致个体采取不同的应对方式,最终造成网络游戏沉迷程度的不同^[18]。高自尊水平的中学生更多使用社会支持等积极应对方式来处理压力事件,面对手机游戏时更加自律;而低自尊水平的中学生在现实生活中遇到困难或挫折时,容易过多采用自责、逃避等消极应对方式,更有可能把压力释放与情绪宣泄的通道转为手机游戏,从而加重游戏沉迷。因此,中学生自身要有意识地不断地调节自尊水平,改善社会支持状况,这对于降低其手机游戏沉迷的程度是十分有利的。教育工作者也应鼓励中学生自主选择自己擅长的活动,并给予一定的指导,让中学生能体验到自我价值感,形成积极的自我评价,不断提升自尊水平;同时,加强中学生对社会支持的感受与领悟,使其合理有效地利用外部资源解决自己生活与学习中的问题,帮助其完善已有的社会支持网络资源,构建多层次、立体化的社会支持系统,最终降低其手机游戏沉迷程度,促进身心健康发展。

值得注意的是,本研究的调查时间处于2020年新冠肺炎疫情期间,这一重大事件对本研究的结果可能会造成一定的影响,也会影响到研究的外推效度。因此,今后把本研究的结果推广到非疫情期间要慎重。

参考文献

- [1] 雷雳,柳铭心.青少年的性格特征与互联网社交服务使用偏好的关系[J].心理学报,2005,37(6):797-802.
- [2] 杜江红,杨鑫,聂光辉.医学生成人依恋自我同一性与手机成瘾的关系[J].中国学校卫生,2016,37(8):1250-1252.
- [3] 徐华丽,孙崇勇,高悦.大学生人格特质对手机成瘾倾向的影响[J].四川精神卫生,2017,30(5):458-462.
- [4] Armstrong L, Phillips JG, Sailing LL. Potential determinants of heavier internet usage [J]. Int J Hum Comput Stud, 2000, 53(4): 537-550.

- [5] 叶娜, 张陆, 游志麒, 等. 自尊对手机社交成瘾的作用: 有调节的中介模型分析[J]. 中国临床心理学杂志, 2019, 27(3): 515-519.
- [6] 张亚利. 大学生自尊与手机成瘾倾向的关系: 自我控制与人际适应性的链式中介作用[D]. 哈尔滨: 哈尔滨师范大学, 2018.
- [7] 崔光辉, 田园. 大学生社会支持在手机成瘾与抑郁间的作用[J]. 中国学校卫生, 2020, 41(2): 221-223, 227.
- [8] 葛续华, 祝卓宏. 青少年社会支持与手机成瘾关系的实证研究[J]. 中国卫生统计, 2014, 31(5): 880-832.
- [9] 段水莲, 梁子漪. 社会支持在自尊和心理弹性关系的调节效应[J]. 校园心理, 2019, 17(6): 435-438.
- [10] 风笑天. 社会研究方法[M]. 5 版. 北京: 中国人民大学出版社, 2018: 146-147.
- [11] 戴晓阳, 张进辅, 程灶火. 常用心理评估量表手册[M]. 北京: 人民军医出版社, 2014: 94-96, 251-253.
- [12] 李羲. 大学生手机游戏沉迷研究[D]. 长沙: 湖南大学, 2018.
- [13] 余祖伟, 孙配贞. 中学生网络游戏成瘾倾向与大七人格关系研究[J]. 宁波大学学报(教育科学版), 2012, 34(1): 39-44.
- [14] 闫宏微. 大学生网络游戏成瘾问题研究[M]. 上海: 上海人民出版社, 2015: 168-178.
- [15] 邹昕胤. 基于网络游戏的同伴交往与中学生同伴关系的关系研究[D]. 南宁: 广西民族大学, 2017.
- [16] 何灿, 夏勉, 江光荣, 魏华. 自尊与网络游戏成瘾——自我控制的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2012, 20(1): 58-60.
- [17] Malecki CK, Demaray MK. Measuring perceived social support, development of the child and adolescents social support scales [J]. Psychol School, 2002, 39(1): 1-18.
- [18] 孙配贞, 余祖伟. 应对方式在中学生自尊与网络游戏成瘾中的中介作用[J]. 心理研究, 2014, 7(5): 88-92.

(收稿日期: 2020-10-10)

(本文编辑: 吴俊林)