

· 调查报告 ·

青少年自我效能、适应不良与网络成瘾相关性研究*

职晓燕¹,王传升^{1△},张瑞岭¹,郝伟²

(1. 新乡医学院第二附属医院,河南新乡 453002;2. 中南大学湘雅二医院精神卫生研究所,长沙 410011)

摘要:目的 考察青少年自我效能、适应不良和网络成瘾(IA)的关系。方法 使用青少年网络成瘾问卷、自我效能问卷和适应不良问卷对 568 名青少年进行测量。结果 适应不良与自我效能呈显著负相关($r=-0.174, P<0.05$),自我效能与 IA 呈显著负相关($r=-0.192, P<0.01$)。自我效能影响适应不良,进而影响 IA。结论 自我效能在适应不良和 IA 之间具有完全中介效应。

关键词:自我效能;适应不良;网络成瘾;中介效应

doi:10.3969/j.issn.1671-8348.2013.10.020

文献标识码:A

文章编号:1671-8348(2013)10-1134-02

Relationship between the self efficacy and maladaptation of adolescent and Internet addiction*

Zhi Xiaoyan¹, Wang Chuansheng^{1△}, Zhang Ruiling¹, Hao Wei²

(1. the Second Affiliated Hospital of Xinxiang Medical University, Xinxiang, Henan 453002, China;

2. the Mental Health Institute, the 2nd Xiangya Hospital of Zhongnan University, Changsha, Hunan 410011, China)

Abstract: Objective To investigate the relationship between the self efficacy and maladaptation of adolescent and Internet addiction. **Methods** The Internet Addiction Scale, Self Efficacy Questionnaire and CCSAS were administered to 568 students. **Results** Maladaptation were negatively related to self-efficacy($r=-0.174, P<0.05$), self-efficacy was negatively related to Internet addiction($r=-0.192, P<0.01$). Self-efficacy could influence the Maladaptation, and then affect Internet addiction. **Conclusion** Self-efficacy completely and significantly mediated the relationship between Maladaptation and Internet addiction.

Key words: self-efficacy; maladaptation; Internet addiction; mediator effect

网络成瘾(internet addiction, IA)被认为对公众特别是青少年的健康造成巨大影响,是个体反复、无节制地使用网络,导致健康恶化、情绪失调、行为冲动适应不良等身心症状,剥夺上网行为后产生焦虑、抑郁等戒断退瘾反应^[1]。

自我效能(self-efficacy)指的是个体应对和处理环境事件的有效性,是个体以自身为对象的一种思维形式,指个体对自己能否在一定水平上完成某一行为活动所具有的信念、判断或主体的自我感受^[2-4]。一个相信自己能处理好各种事情的个体,在生活中会更积极、更主动,对社会环境更有控制感。

由于 IA,青少年在现实人际交往中的行为有所减少,适应能力有所下降。有研究发现,对网络依赖性越强、上网时间越长的青少年,其适应不良也越强。而自我效能、适应不良作为衡量心理健康以及生活质量的一个重要指标,成为青少年 IA 的一个重要的预测因素^[5-6]。本研究尝试探讨自我效能、适应不良以及青少年 IA 三者的关系及自我效能是否是适应不良与青少年 IA 的中介变量,现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 采用随机整群抽样方法,选取 2010 年 3 月至 2011 年 12 月来自河南省心理咨询中心就诊者中可能有 IA 倾向的青少年和新乡市某职业中专在校生中网龄为 1 年以上青少年,发放问卷 650 份,回收 621 份,其中有效问卷 568 份,有效问卷率 91.47%。在有效问卷中,男 300 人(52.82%),女 268 人(47.17%);平均(17.8±3.5)岁。

1.2 工具

1.2.1 Young 氏 IA 量表^[7] 该问卷包括 20 题项,是一个 5 级自陈问卷,总分 20~100 分。得分 80~100 分有明显的成瘾症状,判定为网络成瘾者;50~79 分者尚没有明显的成瘾症状,但已有成瘾的倾向;20~49 分为一般上网者,其上网行为

能够自我控制。该表分半信度系数为 0.89,效度系数为 0.77。

1.2.2 Zhang & Schwarzer 一般自我效能感量表(general self-efficacy scale, GSES)^[8] 该量表共有 10 个项目,涉及个人遇到挫折或困难时的自信心。采用 1~4 级评分方式(1=完全不正确;2=有点正确;3=多数正确;4=完全正确),10 个项目的均分为量表总分,分数越高代表自我效能越高,中文版的一般自我效能感量表内部一致性系数为 Cronbach $\alpha=0.87$,重测信度 $r=0.83(P<0.001)$ 。

1.2.3 中国大学生适应量表(Chinese college student adjustment scale, CCSAS)^[9] 共有 60 个项目,分为人际关系适应、校园生活适应、情绪适应等 7 个分量表。每个项目采用 1~5 级评分,分数越高说明适应状况越好。该量表的 Cronbach $\alpha=0.929$ 。

1.3 统计学处理 采用 SPSS17.0 统计软件进行分析,计量资料以 $\bar{x}\pm s$ 表示,组间比较用 t 检验,计数资料以率表示,组间比较 χ^2 检验。以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 自我效能、社会适应不良和网络成瘾的性别比较 自我效能得分在性别上女生高于男生,差异有统计学意义($P<0.05$)。适应不良得分在性别上,差异无统计学意义($P>0.05$)。将青少年在 IA 总分上得分高于均数 1 个标准差的划为高分组,低于 1 个标准差的划为低分组。IA 高分组共有 168 人,占总人数的 29.58%,IA 低分组共有 65 人,占总人数的 11.44%。 χ^2 检验结果表明,IA 在男女生中的分布差异有统计学意义($\chi^2=18.58, P<0.01$),在高分组中,女 69 人,占 41.07%,男 99 人,占 58.93%;在低分组中,女 20 人,占 30.77%,男 45 人,占 69.23%,结果见表 1。

2.2 自我效能、适应不良和网络成瘾的关系分析 青少年自我效能与适应不良呈显著负相关($r=-0.174, P<0.05$),自

我效能与 IA 呈显著负相关($r = -0.192, P < 0.01$)。相关分析的结果表明本研究涉及的所有变量间存在显著相关,这满足了中介效应检验的基础条件,结果见表 2。

表 1 自我效能、适应不良的性别差异($\bar{x} \pm s$)

| 项目 | n | 自我效能 | 适应不良 |
|----|-----|---------------|---------------|
| 男 | 300 | 83.76 ± 12.59 | 68.92 ± 11.79 |
| 女 | 268 | 89.28 ± 11.07 | 69.16 ± 12.18 |
| t | | 5.52 | 0.24 |
| P | | 0.00 | 0.81 |

表 2 自我效能、适应不良和 IA 的相关分析(r)

| | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----------|----------------------|---------------------|----------------------|-------|
| 人际关系适应不良 | 1.000 | — | — | — |
| 校园生活适应不良 | 0.298 ^{☆☆} | 1.000 | — | — |
| 自我效能 | -0.306 ^{☆☆} | -0.174 [☆] | 1.000 | — |
| IA | 0.176 ^{☆☆} | 0.135 ^{☆☆} | -0.192 ^{☆☆} | 1.000 |

☆: $P < 0.05$, ☆☆: $P < 0.01$, —: 表示无数据。

2.3 自我效能的中介效应检验 假定自我效能是社会适应和 IA 之间的中介变量。按照中介变量的检验程序对自我效能在 IA 与社会适应之间的中介作用进行检验。第一步以 IA 为因变量、社会适应为自变量进行回归分析时的标准化回归系数 $\beta_1 = -0.16 (P < 0.01)$, 决定系数 $R_{12} = 0.026$; 第二步以自我效能为因变量、社会适应为自变量的回归分析表明, 标准化回归系数 $\beta_2 = 0.30 (P < 0.01)$, 决定系数 $R_{22} = 0.09$; 第三步以网络成瘾为因变量、社会适应为和自我效能为自变量的回归分析的结果中, 社会适应对 IA 的标准化的回归系数 $\beta_3 = -0.06 (P > 0.05)$, $R_{32} = 0.232$ 。这些结果表明, 回归方程加入自我效能变量后, 社会适应对 IA 的回归系数不再显著, 自我效能在社会适应对 IA 的预测中起着完全中介作用, 见表 3。

表 3 自我效能的中介效应检验

| 步骤 | 标准化回归方程 | 回归系数检验 |
|-----|----------------------|---|
| 第一步 | $Y = -0.16X$ | SE=0.02 $t = -3.86^{☆☆}$ |
| 第二步 | $U = 0.30X$ | SE=0.04 $t = 7.48^{☆☆}$ |
| 第三步 | $Y = -0.06X - 0.17U$ | X: SE=0.04 $t = -1.91$ U: SE=0.05 $t = -3.98^{**}$ |

SE: 标准差; X: 社会适应; U: 自我效能; Y: 网络成瘾。☆☆: $P < 0.01$ 。

3 讨 论

IA 在男、女分布中有显著差异, 男生更容易发生 IA 行为, 这在许多研究中都得到基本一致的结果。研究还发现, 自我效能也存在性别差异。其中, 女生的自我效能感显著高于男生, 该结果与吕卡^[10]的研究结果相一致。

相关分析结果发现, IA 青少年的社会适应能力越低, 成瘾倾向越强。低社会适应青少年需要寻找途径和方法来满足适应需要, 适应主要来源于两个方面, 一个是能力感, 一个是社会交往的反馈, 而这两个方面都可以通过网络游戏来实现。在网络游戏世界中, 玩家可以扮演游戏角色, 完成颇有难度的任务, 其能力感在游戏过程中得到提升。同时网络游戏提供了一个丰富的虚拟社会交往环境, 使个体可以扮演成他理想的样子而获得他人的喜爱, 从而在游戏世界中获得成就感和归属感。

同时研究结果也发现, 自我效能与 IA 呈显著负相关, 自我效能越差, 成瘾倾向越强。Young^[7]根据 DSM-IV 的标准, 从 IA 的症状来判定 IA 是一种冲动控制障碍。而自我效能高的个体, 对社会环境更有控制感, 更能控制对网络游戏的冲动。

中介效应分析发现, 自我效能在适应不良和 IA 之间具有完全中介效应, 适应不良通过影响自我效能进而影响 IA。也就是说, 社会适应不良者由于降低了自我效能而表现出较高的 IA 水平。具体说来, 社会适应不良者对自己一般持负面的评价, 认为自己不如别人, 缺少对处理生活事件能力的自信, 更容易倾向于利用 QQ、MSN 等来寻求帮助, 或者通过胡莱三国、网络争霸等游戏, 来满足虚拟的个人英雄快感。这为未来的网络成瘾干预研究提供了借鉴意义, 临床干预者可以通过提高青少年的自我效能感和提高青少年的社会适应能力来改变青少年的应对方式, 有效地减少或戒除其成瘾行为。

本文虽然得出了一些对预防青少年网络依赖有积极意义的结论, 但仍存在一些不足。(1) 本研究只是初步揭示出适应不良对 IA 的影响以及自我效能的中介作用, 并没有对适应不良各个维度之间的相关关系以及中介变量维度的划分进行深入研究, 个别变量设计可能不够合理, 因此还需对研究模型进一步的修正和完善。(2) 由于本研究样本主要取自医疗机构和在校职业学生, 获得的数据也为横断面调研数据, 因而存在一定的局限性。自我效能在适应不良和 IA 之间的作用有待于进一步通过纵向设计进行长期跟踪研究。

参考文献:

- [1] Ko CH, Yen JY, Liu SC, et al. The associations between aggressive behaviors and Internet addiction and online activities in adolescents[J]. J Adolesc Health, 2009, 44(6): 598-605.
- [2] Kaichiro F, Tetsuro K, Mitsuhiko U. Effects of Internet use on self-efficacy: perceived network-changing possibility as a mediator[J]. AI Society, 2009, 23(2): 251-263.
- [3] Lori LB, Angela BW, Dawn MG, et al. Effects of an educational intervention on female biomedical scientists' research self-efficacy [J]. Adv Health Sci Edu Theory Pract, 2010, 15(2): 167-183.
- [4] Tonge B, King N, Klimkeit E, et al. The Self-Efficacy Questionnaire for Depression in Adolescents (SEQ-DA) Development and psychometric evaluation[J]. Eur Child Adolesc Psychiatry, 2005, 14(7): 357-363.
- [5] Moriyama J, Kato Y, Aoki Y, et al. Self-efficacy and learning experience of information education; in case of junior high school[J]. AI Society, 2009, 23(2): 309-325.
- [6] Alessio V, Massimo S, Massimiliano P, et al. Social support, sense of community in school, and self-efficacy as resources during early adolescence; an integrative model[J]. Am J Community Psychol, 2007, 39(1/2): 177-190.
- [7] Young KS. Internet addiction; the emergence of a new clinical disorder[J]. Cyber Psychology and Behavior, 1998, 1(3): 237-244.
- [8] Zhang JX, Schwarzer R. Measuring optimistic self-beliefs: A Chinese adaptation of the General self-efficacy Scale [J]. Psychologia, 1995, 38(3): 174-181.
- [9] 方晓义, 沃建中, 蔺秀云. 《中国大学生适应量表》的编制 [J]. 心理与行为研究, 2005, 3(2): 95-101.
- [10] 吕卡. 大学生自我效能感、特质焦虑及应对方式的相关研究[J]. 社会心理科学, 2011, 26(5/6): 235-239.