



# 大学生手机成瘾与特质焦虑、手机使用动机的关系

马君莉<sup>1</sup>, 郑红涛<sup>2</sup>

(1. 湖北荆州长江大学文理学院, 湖北荆州 434023; 2. 湖北荆州长江大学教育学院, 湖北荆州 434023)

**摘要:**目的:探讨大学生手机成瘾与特质焦虑、使用动机的关系,为应对大学生手机成瘾,合理使用手机提供参考。方法:采用手机成瘾量表、特质焦虑量表和手机使用动机量表,对分层随机抽取的湖北省三所高校的800名被试进行测试。结果:8.4%的大学生手机成瘾检出率。手机成瘾与特质焦虑显著正相关( $r=0.46, P<0.01$ ),并且特质焦虑对手机成瘾有正向预测功能( $F=63.13, P<0.001$ )。利用结构方程模型建构三者的关系成立( $RMSEA<0.08, IFI, CFI, GFI, NNFI$ 均高于0.9),路径图显示,手机使用的娱乐动机在特质焦虑和手机成瘾的关系中起部分中介作用。结论:部分大学生存在着手机成瘾,特质焦虑是诱发手机成瘾的重要原因,手机使用的娱乐动机在二者间起部分中介作用。

**关键词:**手机成瘾;特质焦虑;手机使用动机;大学生

**中图分类号:**B842

**文献标识码:**A

**文章编号:**2095-770X(2019)03-0082-04

**PDF获取:** <http://sxxqsfxy.ijournal.cn/ch/index.aspx>

**doi:** 10.11995/j.issn.2095-770X.2019.03.016

## The Relationship between College Students' Mobile Phone Addiction, Trait Anxiety and Motivation of Mobile Phone Use

MA Jun-li, ZHANG Hong-tao

(1. College of Arts and Sciences, Yangtze University, Jingzhou 434023, China;

2. College of Education, Yangtze University, Jingzhou 434023, China)

**Abstract:** To investigate the relationship between mobile phone addiction and trait anxiety and motivation of using mobile phone among college students, so as to provide reference to cope with the problem. 800 students from 4 colleges in Hubei Province were randomly selected as the research subjects. The subjects are studied with Mobile Phone Addiction Scale, STAI-Form Y II and Mobile Phone Addiction Motive Scale. Results show 8.4% of College Students' were found to addict to mobile phone. Phone addiction is positively correlated with trait anxiety ( $r=0.46, P<0.01$ ), and trait anxiety could predict mobile phone addiction ( $F=63.13, P<0.001$ ). The structural equation model method is adopted to test the hypothetical model ( $RMSEA<0.08, IFI, CFI, GFI, NNFI>0.9$ ). It shows that entertainment motivation of mobile phone use partially mediates the effects of relationship of trait anxiety and mobile phone addiction. It concludes that some college students are addicted to mobile phones, trait anxiety is an important cause of cell phone addiction, and the entertainment motivation of mobile phone use partially mediates the effects of relationship of trait anxiety and mobile phone addiction.

**Key words:** mobile phone addiction; trait anxiety; motivation of mobile phone use; college students

近年来,智能机在大学生学习和生活中作用越来越大。学习上利用手机选课,搜索资料,完成教师布置的作业,上课下课后利用手机辅助学习<sup>[1]</sup>。日

常生活中更离不开手机,手机沟通朋友,看视频,玩游戏,网络购物等,智能机已成为大学生的必需品。智能机普及在给大学生带来方便的同时,也带来了

收稿日期:2018-08-29;修回日期:2018-10-08

基金项目:长江大学社科基金项目(2015csy017)

作者简介:马君莉,女,浙江上虞人,荆州长江大学文理学院讲师,主要研究方向:大学生心理健康。

一系列的问题,如过度使用手机可能造成的手机成瘾行为。手机成瘾问题在功能机时代就得到了学者的关注,如手机短信过度使用,手机电话过度使用,但近年来的手机成瘾行为已转变为由社交网络、游戏、音视频、信息搜索带来的成瘾行为,因此需要进一步研究。以“手机成瘾”、“手机依赖”为关键词在CNKI搜索,并做计量可视化分析可以发现,近三年来关于该方面的研究呈爆发式增长,可以看出该现象的研究热度不减。

对该现象的命名现有说法较多,如“手机依赖”、“手机过度使用”、“手机成瘾”、“手机不良使用”等。大多数学者同意该现象有以下三方面的特征:①强迫行为:无法克制使用手机的冲动而导致手机使用时间过多;②戒断行为:无法使用手机或无法联网出现的身心不适应状态;③影响生活的行为:因使用手机影响到工作、学习和生活。本文使用“手机成瘾”来对该现象命名。

为了应对手机成瘾对个体的不良影响,国内外学者就手机成瘾的成因及影响因素做了大量研究。大量研究已证明焦虑,尤其是社交焦虑,是诱发手机成瘾的重要因素<sup>[2-5]</sup>。但特质焦虑与手机成瘾关系尚不明确,因此需要进一步研究。本研究一方面认为特质焦虑是影响手机成瘾的重要因素,另一方面试图引入手机使用动机这个变量来更好的理解特质焦虑与手机成瘾的关系。

动机是由需求产生,是激发、引导、维持并使行为指向特定目的的一种力量,是个体行为产生的根本原因。一个行为的产生往往是由不同的动机所推动的,使用手机的行为也由多种动机所推动。肖祥通过问卷编制,认为手机使用动机由人际沟通、信息获取、自我表达、休闲娱乐四个动机构成<sup>[6]</sup>;屠斌斌等人借鉴了网络成瘾的研究,将使用手机的行为不同将使用手机行为分为三类:手机关系成瘾、手机娱乐成瘾、手机信息搜索成瘾<sup>[7]</sup>。刘红等人则认为手机使用动机应包含人际动机和网娱动机<sup>[8]</sup>。在上述动机分类中,手机关系成瘾、手机娱乐成瘾得到了多数人的认可,而手机信息搜索、自我表达的动机造成的成瘾则尚有争议。本研究借鉴刘红的研究,选取了社交动机和娱乐动机作为手机使用动机来加以研究<sup>[8]</sup>。

有研究表明,特质焦虑与手机成瘾关系密切<sup>[9]</sup>。特质焦虑高的个体往往表现为工作生活极易焦虑、情绪容易过分紧张,此时容易用成瘾的方式来减轻焦虑感,而手机成瘾则是成瘾行为的一种。手机成

瘾行为背后对应着多种动机,手机的社交功能和娱乐功能是导致手机成瘾的主要原因。因此本研究假设特质焦虑是影响手机成瘾的重要因素,且手机使用的社交动机和娱乐动机在其中起到中介作用。

## 一、对象与方法

### (一)对象

于2017年3月—9月,在荆州、宜昌、武汉三个地方的高校分层随机整体抽样,共发放问卷800份,回收有效问卷693份,有效率86.6%。其中,男259(37.4%),女434(62.6%)。年龄17—24岁。受教育程度大学本科,其中理科363人(52.4%),文科330人(47.6%)。

### (二)测量工具

#### 1. 手机成瘾量表

该量表由漳州师范学院韩永佳(2012)编制<sup>[10]</sup>,适用于诊断大学生的手机成瘾,该问卷共有13项,由强迫性,戒断性,社会功能(冲突性)三个维度构成,采用5点计分,1—5分别是“从不”到“一直都是”,得分越高,表示手机成瘾水平越高。该量表总内部一致性信度为0.84,各维度的Cronbach $\alpha$ 系数在0.70~0.81之间,表明量表有很好的稳定性和可靠性。本次研究的拟合指数如下:RMSEA=0.072,IFI,CFI,JFI,GFI在0.901—0.945之间。

#### 2. 手机使用动机量表

参考相关文献,并结合大学生访谈,自编10个项目的手机使用动机问卷。问卷采用1(从不使用)—4(频繁使用)四点计分,其中手机社交动机包含5个题目,手机娱乐动机包含5个题目。将问卷分半,经项目分析删除区分度低于0.3的项目,剩下6个题目,探索性因素分析抽取出2个因子(KMO=0.61, $\chi^2=869.1$ ,df=15, $p<0.01$ ),可以解释总变异量的57.8%。分别命名为手机社交动机(3题)和手机娱乐动机(3题),用另一半问卷进行验证性因素分析表明问卷拟合较好, $c^2/df=2.3$ ,RMSEA=0.062,IFI,CFI,GFI均在0.94以上。

#### 3. 特质焦虑量表

该量表选自状态—焦虑量表中的特质量表。问卷共20道题目。问卷采用1—4点计分。经过项目分析,删除区分度低于0.3的题目8题,最后使用的有12道题目。

### (三)调查实施

由专业教师负责,经由培训的心理学专业学生担任主试。问卷采用集体测试的方法,在任课教师

协助下,由学生发放问卷并统一指示语指导学生填写。被试填写完成后,由主试当场回收。

### (四)统计学处理

数据采用 spss20.0 和 LISREL8.8 进入数据录入和分析。首先,利用 spss 对数据做分类处理,计算出成瘾率;利用相关做手机成瘾、手机使用动机、特质焦虑的相关;然后,利用单因素方差分析探讨不同焦虑水平大学生的手机成瘾的差异;最后,利用 LISREL8.8 构建手机成瘾、手机使用动机、特质焦虑的关系模型并分析三者的关系。

## 二、结果

### (一)大学生手机成瘾的维度均分及相关情况

以“半数以上题目回答是”作为手机成瘾的标准,计算出手机成瘾率为 8.4%。其他各变量得分情况及相关系数见表 1。

表 1 显示,手机成瘾、手机使用动机、特质焦虑三者关系密切,除了特质焦虑与娱乐动机不显著外,其他都相关显著。

表 1 大学生手机成瘾的维度均分及相关情况

维度	M±SD	手机成瘾总分	社交动机	娱乐动机
手机成瘾总分	30.30±9.92	—		
社交动机	7.83±1.93	0.29**	—	
娱乐动机	7.72±1.87	0.25**	0.29*	—
特质焦虑	24.74±4.89	0.46**	0.16**	0.07

注: \* p<0.05, \*\*p<0.01(下同)

### (二)不同特质焦虑水平大学生的手机成瘾差异情况分析表

根据一个标准差原则将焦虑水平划分为三个水平,“低焦虑组”94人(特质焦虑低于 19.85),“正常组”489人(特质焦虑 19.86—29.64),“高焦虑组”110人(特质焦虑高于 29.63)。然后以焦虑水平的三个组别为被试间因素,对大学生手机成瘾的得分差异进行方差分析。方差分析结果表明:不同焦虑水平的大学生在手机成瘾得分上差异显著。进一步的事后分析显示,非焦虑组、正常组、焦虑组得分依次增加,显示出焦虑水平越高,其手机成瘾的程度也越高(见表 2)。

表 2 不同焦虑水平的手机成瘾得分差异

变异来源	因子名称	F 值	事后检验
焦虑水平	手机成瘾总分	63.13**	1<2** 1<3** 2<3**

### (三)手机成瘾与特质焦虑、手机使用动机的路径分析

根据以往的文献,特质焦虑高的个体容易手机成瘾,其原因可能跟负面情绪有关,特质焦虑高的个体容易产生负面情绪,负面情绪产生后通过手机社交、娱乐两条途径来缓解其焦虑情绪,但在缓解负面情绪的过程中因过度使用形成了对手机的成瘾。该理论模型如图 1。

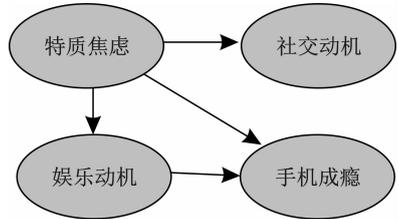


图 1 手机成瘾与特质焦虑、手机使用动机模型一

结合数据本次的相关分析数据及方程分析数据,特质焦虑与手机社交动机相关显著,但是与手机娱乐动机相关不显著,构建模型如图 2。

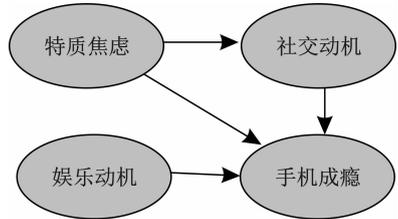


图 2 手机成瘾与特质焦虑、手机使用动机模型二

利用 LISREL8.7 构建模型并计算两模型的拟合指标,如表 3 所示。

表 3 两模型拟合度指标

模型	$\chi^2$	df	$\chi^2/df$	RMSEA	IFI	CFI	GFI	NNFI
模型一	541.98	203	2.67	0.049	0.957	0.956	0.934	0.950
模型二	548.96	204	2.69	0.049	0.956	0.956	0.933	0.950

由表 3 可以看出,模型一拟合指标略优于模型二。模型一的主要拟合指标 IFI、CFI、GFI、NNFI 在模型中均大于.91, RMSEA<.05,说明该模型对数据拟合很好。模型一路径图如图 3。

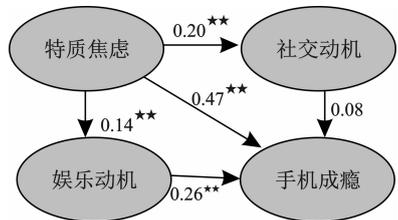


图 3 特质焦虑、手机使用动机、手机成瘾模型路径图

从图 3 中可以看出,特质焦虑影响手机成瘾的路径有两条:一条是大学生特质焦虑对手机成瘾的正向预测作用(直接效应值.47);二是通过手机娱乐动机为

中介变量,进而正向预测手机成瘾(间接效应.036)。

### 三、讨论

本次调查手机成瘾率为8.4%,略高于韩永佳7.07%,鉴于本研究时间晚于韩永佳的研究,可以看出随着近几年智能机的普及,手机成瘾的发生率有逐渐增高的趋势。

本次调查结果显示,特质焦虑与手机成瘾关系密切(见表1),并且特质焦虑程度越高,其手机成瘾的可能性就越大(见表2),这说明特质焦虑可以很好的预测手机成瘾的发生。该结论与黄海等人的研究结论一致<sup>[10]</sup>,且与网络成瘾的研究一致<sup>[11][12]</sup>。特质焦虑高的个体更容易体会到焦虑的情绪,害怕面对生活中发生的事件和人物,容易将手机服务,如游戏、视频等作为自己暂时逃避现实的手段,将手机服务作为自己的“快感”的来源。在现实带来的焦虑情绪的惩罚和手机服务带来的奖励的强化下,特质焦虑高的个体会不断强化使用手机的行为,从而形成手机成瘾<sup>[13]</sup>。

手机使用的娱乐动机在特质焦虑与手机成瘾的关系中呈部分中介作用,说明特质焦虑对手机的影响可以通过娱乐动机影响个体的手机成瘾行为。高特质焦虑者往往自尊较低、自我评价较为消极、工作生活极易焦虑、情绪容易过分紧张,因此需要一定的方法来调节自己的紧张与焦虑的情绪。J. Billieux 在2012年提出一个手机过度使用诱发原因的整合模型<sup>[14]</sup>,模型认为,过度、无节制的手机使用由多条路径来诱发。其中一条路径是由手机使用带来的快感、欢乐所诱发,个体在情绪不良时可以借助于手机的娱乐功能来逃避现实,缓解自己的情绪,如看视频让个体轻松愉快,玩游戏可以带来成就感,这些都可以缓解高焦虑个体的不良情绪。当娱乐功能形成习惯后,一旦高焦虑特质的个体遇到不良情绪,就容易陷入到某种手机娱乐中不能自拔,进而影响到正常的工作和生活。因此,高特质焦虑个体在娱乐动机的推动下更容易形成手机依赖。

表1显示特质焦虑与社交动机,社交动机与手机成瘾都显著相关,但在结构方程模型的验证中中介关系并不成立。可能手机的社交动机直接影响手机成瘾。手机qq、微信既可以与自己的亲人、朋友、同学维持一个良好关系,又可以认识一些新朋友。既可以随时随地的沟通,又可以避免现实中的人际困扰<sup>[15-16]</sup>。说明因此社交动机是推动手机成瘾行为的重要原因。

本次研究表明:①特质焦虑是影响手机成瘾的重要因素,建议在预防大学生手机成瘾的过程中关注此类大学生;②特质焦虑影响手机成瘾的路径有三条:一

是特质焦虑可以直接预测手机成瘾,二是手机社交动机来预测手机成瘾,三是特质焦虑通过手机娱乐动机来预测手机成瘾。

### 【参考文献】

- [1] 孙银东. 课堂使用手机对大学生的影响及利用手机辅助教学的思考[J]. 高教学刊,2017(9):41-42,44.
- [2] 陆少艳,周王义,金华利,等. 医学院校大学生手机依赖性及其影响因素分析[J]. 中国校医,2013,27(2):89-92.
- [3] 史滋福,郑凯文,张慧敏,等. 大学生人格特质、社交焦虑与手机依赖的关系[J]. 心理研究,2017,10(1):91-96.
- [4] 王欢,黄海,吴和鸣. 大学生人格特征与手机依赖的关系:社交焦虑的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志,2014,22(3):447-450.
- [5] 李宗波,王婷婷,梁音,等. 大学生手机依赖与主观幸福感:社交焦虑的中介作用[J]. 心理与行为研究,2017,15(4):562-568.
- [6] 肖祥. 大学生人格特质、手机使用动机与手机依赖的关系[D]. 长沙:湖南师范大学,2014.
- [7] 屠斌斌,章俊龙,姜伊素. 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(汉文版),2010,29(4):48-50.
- [8] 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,2011,34(6):1453-1457.
- [9] 韩永佳. 大学生手机依赖与自尊、社会支持的关系及干预研究[D]. 漳州:漳州师范学院,2012.
- [10] 黄海,卢婧,吴和鸣,等. 武汉市两所高校大学生手机依赖与儿童期创伤、特质焦虑的关系[J]. 医学与社会,2017,30(5):74-76.
- [11] 张晔,刘勤学,隆舟,等. 大学生特质焦虑与网络成瘾的关系:一个有调节的中介模型[J]. 心理发展与教育,2016,32(6):745-752.
- [12] 杨振华,焦世元,董薇,等. 高、低特质焦虑军校学员的认知情绪调节策略、应对方式和焦虑的现状调查[J]. 第三军医大学学报,2016,38(20):2215-2218.
- [13] 李丽,梅松丽,牛志民. 医学生智能手机成瘾与手机使用强化敏感性的关系研究[J]. 中国高等医学教育,2016(1):55-56.
- [14] Billieux J. Problematic Use of the Mobile Phone: A Literature Review and a Pathways Model[J]. Current Psychiatry Reviews,2012,8(4):1-9.
- [15] Reid D J, Reid F J. Text or talk? Social anxiety, loneliness, and divergent preferences for cell phone use[J]. Cyberpsychology & behavior,2007,10(3):424-435.
- [16] 胡志海,魏俊娟. 大学生手机依赖与现实人际困扰间的关系[J]. 陕西学前师范学院学报,2017,33(5):16-19.