

Investigation and Analysis of College Students' Basic Psychological Needs and Mobile Phone Addiction

Yaru Wei

Inner Mongolia Normal University, Hohhot Inner Mongolia
Email: 1120254361@qq.com

Received: Jan. 30th, 2019; accepted: Feb. 12th, 2019; published: Feb. 25th, 2019

Abstract

This study analyzes students' questionnaire from three colleges in Hohhot. It analyzes the college students' basic psychological need and mobile phone addiction's index, as well as the existence of both. Survey results are as follows: college students' basic psychological need belongs to upper level in general. The dimension of relationship needs is the most significant. The dimension of autonomy needs is the center, and the dimension of competency needs is the lowest but higher than the average. College students' basic psychological need was significantly different in demographic variables such as gender, grade. Girls' psychological need is significantly higher than boys and freshmen's is significantly higher than the sophomore, junior, senior year students'. But there was no significant difference between the other three grades. College students addicted in mobile phone accounted for 35.2% of the total number in the questionnaire. This deserves the attention of education workers. College students' basic psychological need is closely related to mobile phone addiction, and this relation is a negative correlation.

Keywords

College Students, Basic Psychological Needs, Mobile Phone Addiction

大学生基本心理需要与手机成瘾现状的调查分析

魏雅茹

内蒙古师范大学, 内蒙古 呼和浩特
Email: 1120254361@qq.com

收稿日期: 2019年1月30日; 录用日期: 2019年2月12日; 发布日期: 2019年2月25日

摘要

本研究对呼和浩特市三所高校的大学生发放问卷进行调查分析,分析内容为大学生基本的心理需要满足程度现状和手机成瘾指数以及二者是否存在关联。调查结果如下:大学生基本心理需要满足程度总体属于中偏上水平,其中关系需要维度最显著,自主需要维度居中,胜任需要维度最低但也高于平均值;大学生基本心理需要满足程度在人口学变量如性别、年级中存在显著的差异,女生的心理需要满足程度显著高于男生,大一年级显著高于大二、大三、大四年级,而其它三个年级没有显著差异;问卷中大学生手机成瘾者的人数占总人数的35.4%,值得引起教育工作者的注意;大学生基本心理需要满足程度和手机成瘾关系密切,呈负相关。

关键词

大学生, 基本心理需要, 手机成瘾

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

动力的产生离不开需要和诱因,其中需要是动力产生的主要源泉,需要和动力之间的关系已经得到了许多心理学家的关注和研究。美国心理学家 Deci Edward L.和 Ryan Richard M.等人在 20 世纪 80 年代提出了自我决定理论,这是一种新型的动机理论。该理论认为个体根据自己内在的需要和外界环境给予的刺激和信息的基础上,个体对自己的行动做出自由的选择,也是一种经验的选择。而基本心理需要的提出源自于自我决定理论,因为自我决定理论的出发点是要满足内在需要。自我决定理论假设认为个体在做出某种决定时,会尽可能满足个体本身的追求和幸福,所以为了追寻积极的体验,个体的基本心理需要就必须得到满足。

目前大学生手机的成瘾现象已经开始有上升的趋势,这不仅影响了大学生的身心健康,还会降低他们的学习效率,所以分析手机成瘾背后的原因至关重要。大学生处于向社会转型的过渡阶段,具有人际关系、学业压力、择业就业等一系列的问题,这些问题的背后就与基本心理需要的满足有着密切联系。基本心理需要满足程度与个体主观幸福满意度呈正相关(Deci & Ryan, 2000),也就是说当大学生基本心理需要没有得到满足时,即出现上面提出的一系列问题时,个体就会产生消极低落的情绪。为了减少这种负面的情绪,个体就会采取一些消极的方式去应对,例如网络成瘾,有研究表明,网络成瘾程度与基本心理需要满足程度呈显著负相关(万晶晶, 2011)。基于此,本研究在对大学生基本心理需要满足程度和手机成瘾现象进行现状调查后,再对二者的关系进行分析。

2. 文献综述

2.1. 基本心理需要的定义与结构

基本心理需要是每个人都拥有的一种内在需要,也可以把这种需要看做是一种营养基础,是促进个体心理潜能发展的营养素(Deci & Ryan, 1991)。因此我们看待基本心理需要时,就要像看待植物生长不可或缺的阳光、水,当做是我们成长发展的必需品。所以当基本的心理需要得到满足时,我们会体验到辛

福感伴随着积极的情绪并促进身心健康发展；但当我们一旦缺少了基本需要或者心理基本的需要没有得到满足时，会体验到消极的情绪，我们的心理系统也就得不到完整的统合和发展。

基本的心理需要包含三个与生俱来的方面，当三个需要方面都得到很好的满足时，个体才会体验到最大的幸福感。这三个方面分别是人类行为基本的胜任需要、关系需要、和自主需要。其中胜任需要指的是个体对自己能否顺利地完某种活动的判断，从而可以体现自己的能力与才华的一种需要，与班杜拉提出的自我效能感同义。关系需要指的是个体希望与他人存在情感联系的需要，它体现在与他人交往中想要获得依恋、安全感以及亲密感。自主需要是自己主导选择权利的一种需要，它是指个体希望按照自己的意愿去执行决定，从而体会自我主导的感觉。这三种需要是个体在适应环境中必不可少的基础，也是我们心理健康发展的本质条件。

2.2. 手机成瘾的界定

手机成瘾又可以被称作手机使用的问题行为，是指手机使用频次增多，对手机使用时间安排不合理并且不受自己控制，从而造成对个体生理或心理产生不适的影响。对手机产生成瘾的具体表现有：第一当手机不在身边或超过一定时间不能使用手机时，个体会出现焦虑、不安等不良情绪；第二在手机的使用上会占用大量的时间和精力；第三由于过度使用手机而产生对生活的不良影响，例如对学习和工作的不专心、活动时间减少等。

2.3. 基本心理需要和手机成瘾的相关研究

在引言中提到基本心理需要是自我决定理论的核心，自我决定理论主要追寻的目标是个体的幸福，因此国内外对于基本心理需要的研究大多是和幸福感相关联。例如外国学者对工人的工作满意度进行调查分析发现，工人的基本心理需要与工作满意度呈正相关且并在一定程度上可以对工人的工作效率做出预测(Deci & Ryan, 1994)；国内学者在对自我效能的研究中，也发现了基本心理需要的作用(万晶晶，刘丽芳，方晓义，2012)，研究发现对基本心理需要满足程度较高的大学生自我效能感也会增强，会体验更多的积极情绪；在一些病理性网络使用与基本心理需要相关的研究中也发现了，个体通过网络的渠道能够体验到幸福感，从而弥补了基本心理需要的不足(甘启颖，2012；杨金，2015)。

随着科技创新的发达，几乎所有的大学生都有一部智能手机，对手机产生依赖的人也不在少数，所以对手机成瘾的相关研究已经引起重视。有研究表明，大学生对手机成瘾的主要原因是孤独感(刘红，王洪礼，2011)；还有研究表明在维持人际关系中手机起到重要因素(杨春红，2016)；在对社会支持的研究中发现了社会支持度越低越容易产生手机成瘾行为(葛续华，祝卓宏，2014)。

3. 问题研究意义

通过对大学生基本心理需要现状的调查，可以了解大学生目前基本心理需要的满足程度和对大学生生活的满意状态；对手机成瘾问题行为的调查分析是为了更好的促进大学生身心健康的发展。而在基本心理需要满足程度的条件下去分析手机成瘾行为，是为了从问题行为的根本原因出发，从问题的开始去预防手机成瘾行为。

4. 研究设计

4.1. 研究目的

对大学生这个特殊群体的基本心理需要满足程度进行现状调查研究，分析其对手机成瘾的影响关系，从而对手机成瘾这个不良行为做出有效的预防。

4.2. 研究对象

采用随机分层抽样的方法,从呼和浩特市选取的三所高校大学进行取样。共发放问卷 200 份,回收问卷 200 份,有效问卷 189 份,有效率为 94.5%。其中男生 90 人,占 47.5%,女生 99 人,占 52.5%;大一 40 人,占 20.9%,大二 49 人,占 25.9%,大三 47 人,占 25.1%,大四 53 人,占 28.1%。

4.3. 研究工具

4.3.1. 大学生基本心理需要量表

本文采用由国内学者杨金等修订的大学生基本心理需要量表,是对 Gagné 编制的基本需要满足量表进行修订,信效度良好,对中国在校大学生更有针对性。该量表包含 14 个题目,其中包括胜任需要、关系需要、自主需要三个维度,量表采用 7 点记分,得分越高,则被试的心理需要满足程度越高。

4.3.2. 手机成瘾指数量表(MPAI)

本文采用的是由香港中文大学梁永炽编制的手机成瘾指数量表(MPAI),该量表被多数学者采用去诊断青少年或大学生手机成瘾的问题,适合中国大学生的具体情况并且具有较高的信效度。量表一共有 17 道题目,采用 5 点计分制,包含对手机使用的戒断性和失控性方面,对生活中会产生低效率和逃避性方面,如果被试者在对 17 道题目的回答中,有超过 8 道题目以上的肯定回答则被认为是对手手机产生依赖或者成瘾。

4.4. 研究程序

本研究把大学生基本心理需要量表、手机成瘾指数量表和本研究所要分析的一些人口学变量如性别、年级等整合在一张问卷上,对呼和浩特三所大学在校大学生统一发放问卷。问卷指导语统一,不限定测试时间,被试匿名作答,回答完立即提交问卷。数据采用 SPSS20.0 进行处理和分析。

5. 研究结果

5.1. 大学生基本心理需要现状调查

5.1.1. 大学生基本心理需要的总体情况

本研究首先对被试的基本心理需要满足程度进行总体的调查分析,然后分别对其三个维度进行两两独立样本 t 检验,分析其各维度的得分特点以及差异比较。所得结果如下:

Table 1. The general situation of the basic psychological needs of college students

表 1. 大学生基本心理需要的总体情况

	平均值(M)	标准差(SD)
胜任需要	4.83	0.94
关系需要	5.38	0.73
自主需要	5.12	0.89
总量表	5.18	0.76

Table 2. Comparison of basic psychological needs of college students in different dimensions

表 2. 大学生基本心理需要各维度差异比较情况

	t 值	p 值
胜任和关系	-5.50	0.00
自主和关系	-2.97	0.002
自主和胜任	2.71	0.005

大学生基本心理需要量表采用 7 级评分制, 评分中间值为 4 分, 得分越高代表被试心理需要满足程度越高。从大学生基本心理需要的总体情况(表 1)可以看出, 总分以及三个维度的得分均高于中间值 4 分, 其中关系需要和自主需要得分较高。所以大学生的基本心理需要满足程度总体上属于中偏上水平, 其中主要表现在关系需要和自主需要这两个方面。进一步对三个维度进行独立样本 *t* 检验(见表 2), 发现各个维度存在显著差异, *t* 值均大于临界值 2.60 ($df = 188, p < 0.01$), 可以看出关系需要满足程度最高, 自主需要居中, 胜任需要最低。

5.1.2. 大学生基本心理需要的性别差异

以性别划分, 对大学生基本心理需要的总体情况进行 *t* 检验, 结果如下:

Table 3. Comparison of gender differences in the total score of basic psychological needs of college students

表 3. 大学生基本心理需要总分的性别差异比较

	平均值(M)	标准差(SD)	<i>t</i> 值	<i>p</i> 值
男生	4.88	0.85	-3.89	0.00
女生	5.23	0.71		

由表 3 可以看出性别在大学生基本心理需要满足程度的得分中存在显著差异, 其中女生的满足程度显著高于男生, *t* 值大于临界值($df = 188, p < 0.01$)。这说明性别不同, 心理需要的满足程度也存在差异。进一步分析女生在各维度的显著情况, 由表 4 可以看出, 女生基本心理需要满足程度中, 关系需要最高, 自主需要居中, 胜任需要最低。

Table 4. The basic psychological needs of female college students are different from each other

表 4. 女生大学生基本心理需要各维度比较差异

	<i>t</i> 值	<i>p</i> 值
胜任和关系	-4.92	0.00
自主和关系	-3.81	0.00
自主和胜任	3.02	0.002

5.1.3. 大学生基本心理需要的年级差异

以不同年级为标准进行划分, 对大学生的基本心理需要满足程度进行方差分析, 结果如下:

Table 5. Comparison of grade differences in the total score of basic psychological needs of college students

表 5. 大学生基本心理需要总分的年级差异比较

	平均值(M)	标准差(SD)	F 值	<i>p</i> 值
大一	5.38	0.68	4.68	0.00
大二	5.11	0.73		
大三	5.04	0.77		
大四	4.93	0.81		

由表 5 可以得出 F 值大于临界值 3.78, 分子自由度为 3, 分母自由度为 188, 所以大学生基本心理需要满足程度在年级中存在显著差异($p < 0.01$)。经过事后检验发现, 大一年级与大二、大三、大四三个年级存在差异显著; 而其它三个年级之间不存在明显的差异。这说明年级的不同对心理需要满足程度产生影响。进一步分析大一年级在各维度的显著情况, 由表 6 可以看出大一年级的基本心理需要满足程度中, 关系需要显著高于自主需要和胜任需要, *t* 值均大于临界值 2.60 ($df = 188, p < 0.01$); 自主需要和胜任需要

差异不显著, t 值小于临界值($p > 0.01$)。

Table 6. Comparison of the basic psychological needs of freshmen in different dimensions
表 6. 大一年级学生基本心理需要各维度比较情况

	t 值	p 值
胜任和关系	-8.79	0.00
自主和关系	-5.92	0.00
自主和胜任	2.31	0.02

5.2. 大学生手机成瘾调查情况

根据手机成瘾指数问卷的说明, 如果题目的回答做出 8 个以上的肯定答案, 则可以认为是对手机形成了成瘾的不良行为。在对 189 份有效问卷进行数据的处理后, 检测出 67 人为手机成瘾者, 占总人数的 35.4%。

5.3. 大学生基本心理需要和手机成瘾的关系研究

5.3.1. 大学生基本心理需要和手机成瘾的得分比较

对手机是否有成瘾行为和各自基本心理需要满足程度的得分情况进行比较, 由表 7 可以看出手机成瘾的基本心理需要总分以及各维度得分均显著低于非手机成瘾组, t 值均大于临界值 2.60 ($df = 188$)且差异显著($p < 0.01$)。

Table 7. Comparison of scores of basic psychological needs and mobile phone addiction among college students
表 7. 大学生基本心理需要和手机成瘾得分比较

		平均值(M)	标准差(SD)	t 值	p 值
胜任需要	手机成瘾	3.78	1.52	-3.02	0.002
	非手机成瘾	4.93	2.93		
关系需要	手机成瘾	4.26	1.32	-7.58	0.00
	非手机成瘾	5.02	2.40		
自主需要	手机成瘾	3.47	1.95	-3.95	0.00
	非手机成瘾	5.13	3.08		
总量表	手机成瘾	4.27	1.29	-4.30	0.00
	非手机成瘾	5.13	0.87		

5.3.2. 大学生基本心理需要和手机成瘾的相关分析

用积差相关方法对大学生的基本心理需要和手机成瘾得分进行相关分析, 相关系数结果如下(表 8):

Table 8. The correlation coefficient between college students' basic psychological needs and mobile phone addiction
表 8. 大学生基本心理需要与手机成瘾的相关系数

	基本心理需要总量表	关系需要	自主需要	胜任需要
手机成瘾总量表	-0.79	-0.83	-0.82	-0.76

5.3.3. 大学生基本心理需要和手机成瘾的回归分析

对大学生基本心理需要与手机成瘾之间的关系更进一步分析, 把手机依赖总分作为因变量, 基本心理需要中的三个维度, 即关系需要、胜任需要、自主需要三个因子作为自变量进行逐步回归分析。结果

表明,关系需要、胜任需要、自主需要对因变量手机依赖程度具有一定的预测作用,三个因子能解释 14.3% 的变异性。具体结果如下(表 9):

Table 9. Regression analysis of college students' basic psychological needs and mobile phone addiction
表 9. 大学生基本心理需要与手机成瘾的回归分析

自变量	R ²	B	t	p
胜任需要	0.168	-0.24	-7.98	<0.001
关系需要	0.191	-0.34	-6.52	<0.001
自主需要	0.187	-0.27	-9.11	<0.001

6. 讨论

6.1. 大学生基本心理需要现状调查

6.1.1. 大学生基本心理需要的总体情况

从本文研究结果来看,大学生基本心理需要总分以及三个维度的得分均高于平均分,其中关系需要维度得分最高,自主需要居中,胜任需要最低,从整体来看满足程度良好。经过进一步 t 检验的分析,关系需要的满足程度显著高于其他两个维度,自主需要随后,胜任需要最低,这一数据结果的显示和许多研究结果一致(谢梦怡, 2013; 杨金, 2015; 甘启颖, 2015)。

大学生群体是一个特殊群体,该群体面对人际关系、学业压力、就业压力等一系列问题,是迈入社会的过渡阶段。根据大学生心理需要现状研究表明(秦永超, 2010),友情需要和自立需要在 18 种需要中排在前四位,所以大学生更希望有融洽的人际关系和自主选择的能力。大学生生活不同之前的学校生活,不再有繁重的学业,有更多的时间和朋友相处,除了和父母相处外,更多包含了和大学室友的相处时间。离开了父母的呵护和庇佑,在融入一个小集体时,他们会更加珍惜和维护这段关系,从而体验了更多的亲密感。除此之外,随着大学生生理和心理发展的成熟以及大部分大学生已经度过叛逆期,他们更加在意家庭的和谐,对父母和家庭成员更加关心,从而体会到更多的归属感。综上,大学生在关系需要方面可以得到充分的满足。

大学生在能够很好的体验亲密感的同时,也拥有更多的自主选择机会。不同于以往的教学课程,大学可以提供给大学生更多的选择范围,大学生可以通过自己的爱好和需求来进行选择喜欢的课程或者是任课教师。在没有家长和老师的严格管束下,大学生可以自由的支配课余时间,选择自己喜欢的生活方式,结交志同道合的朋友,提供他们选择的范围广泛,因此他们会体会到更多的自主选择能力,自主需要的满足程度也就越高。在大学中有各种丰富的社团活动以及演讲、辩论、歌舞等各种比赛,为大学生提供了发挥自己才华和能力的平台,从而体验到更多的自信,胜任感也会增强。

6.1.2. 大学生基本心理需要的性别差异

在大学生基本心理需要性别差异的比较中发现,女生的基本心理需要满足程度显著高于男生。根据中国传统道德观念的影响,男强女弱深入人心,大学生中也在某种程度上受到影响,比如男生更加倾向于成就的实现,女生则更加倾向于关系的建立(景怀斌, 1995)。自我实现或者成就需要的满足在大学生阶段由于各种条件的限制不容易实现,因此男生需要的满足程度较低,反而女生亲密关系的建立较为容易,满足程度较高。除此之外,随着社会的发展,新观念影响着年轻人,女性地位逐渐提高,提供女性的权利以及选择越来越多,展示自己才华的舞台越来越丰富,在自主需要和胜任需要中得到满足。因此从整体来看,女生的基本心理需要满足程度较好。

6.1.3. 大学生基本心理需要的年级差异

本文研究发现大一年级的基本心理需要满足程度显著高于其它三个年级,这说明年级的差异中,基本心理需要的满足程度也存在不同。大一年级的学生从之前高中的学习环境转变为新鲜的大学学习环境,体会到更多的新异刺激,也拥有更多选择的机会和展现自己的平台,因此和以前相比,心理需要的满足程度提高。随着对新环境的熟悉和适应,高年级大学生的需要已经不再是当初的新异变化,他们的需要层次也随之提高,一些现阶段的体验就不能够满足他们的需要。尤其对于大四学生来说,马上就要面临就业、学业深造等低年级没有面临的新问题,胜任、自主方面得不到需要的满足,因此高年级学生的基本需要满足程度要低于低年级学生。

6.2. 大学生手机成瘾调查情况

根据大学生对手机产生依赖的调查结果来看,不容乐观。随着新型科技的发展,手机的功能也多种多样,大学生作为具有高知识、高水平的年轻一代,具有很好的学习能力,并能迅速的融入新科技的发展,对大学生而言手机不再是简单的通讯设备,它的功能涉足生活的方方面面。例如有地图功能、交友功能、美食功能、购物功能、游戏功能等等。正是由于手机功能的多样性,能够满足大学生的心理需要,所以造成对手机的依赖。大学生对手机功能、科技的依赖越来越多的体现出在对手机成瘾的现象,而且这种现象在大学的生活中普遍存在,应该要引起教育工作者的重视。

6.3. 大学生基本心理需要和手机成瘾的关系研究

根据相关分析结果显示大学生基本心理需要总分以及各维度得分均与手机成瘾指数呈负相关,回归分析表明基本心理需要能有效地预测手机依赖,这与甘启颖的研究结果一致(甘启颖, 2015)。从基本心理需要理论的假设来看,当基本的心理需要没有得到满足时,个体会产生消极的体验,从而会选择一些可以替代或者弥补的行为去降低消极感。而手机的一些功能恰好可以满足个体的一些基本需要,例如聊天软件、游戏等,所以可以通过对手机的使用来提高心理需要的满足程度。在对基本心理需要一些类似的研究中也有发现,当需要满足程度较低时,存在一个心理补偿机制使个体通过采取其他的渠道来补偿心理需要满足的缺失,例如网络的成瘾行为(万晶晶, 刘丽芳, 方晓义, 2012);杨金等人的研究发现大学生基本心理需要与病理性网络使用呈显著负相关,该结果说明当心理需要不能满足时,个体采用一种消极的自我防御方式去满足基本心理需要。综上研究结果可以得出当个体在生活中基本心理需要的满足程度较低时,可以用手机、网络等方式进行需要的弥补,但是这样会造成增加手机、网络的使用频率,手机成瘾、网络成瘾等问题。

7. 结语

通过本文对大学生基本心理需要满足程度的调查发现,总体结果较好,满足程度高。这是因为大学生活丰富多彩,有更多闲暇的时间和朋友相处,有更多展示自己才华的机会,还有更多有趣的课外活动.....这些使大学生基本心理需要的满足程度有了更好提高的可能性,所以在关系需要、自主需要、胜任需要这三个维度上得分均显著。还有我们不能忽略的是大学生中手机成瘾的问题呈上升趋势,然而手机成瘾背后的原因和基本心理需要的满足程度密不可分。手机或者其他电子产品能够在一定程度上满足我们平时在现实生活中不能实现的需要,所以造成手机等电子产品使用频率的提高。为了预防手机成瘾的现象,降低使用手机的频率,大学校园可以多举行能够吸引大学生的活动,这样不仅丰富了大学生的课余生活,也能满足他们的一些基本心理需要;此外还需要加强学生之间和对老师的沟通,增进情感的交流;还可以针对不同年级的学生进行教育规划,引导他们正确规划自己的大学生活,传播积极的学习

思想, 要杜绝手机成瘾等不良行为。所以通过探讨手机成瘾和基本心理需要的关系, 可以帮助我们从根本上需要中去摆脱对手机的依赖, 这个问题的研究, 值得我们去了解。

参考文献

- 甘启颖(2012). 感恩心理与人际关系之间关系的探究. *社会心理科学*, 27(Z1), 69-73.
- 甘启颖(2015). 大学生手机依赖与基本心理需要的关系. *宿州教育学院学报*, 2015, 18(2), 101-102.
- 葛续华, 祝卓宏(2014). 青少年社会支持与手机成瘾关系的实证研究. *中国卫生统计*, 31(5), 830-832.
- 景怀斌(1995). 中国人成就动机性别差异研究. *心理科学*, 18(2), 180-182.
- 刘红, 王洪礼(2011). 大学生手机成瘾与孤独感、手机使用动机的关系. *心理科学*, (6), 1453-1457.
- 秦永超(2010). 大学生心理需要现状调查与研究. *内蒙古民族大学学报*, 16(3), 100-102.
- 万晶晶(2011). *大学生网络成瘾的心理需求机制研究*. 武汉: 华中师范大学出版社.
- 万晶晶, 刘丽芳, 方晓义(2012). 大学生心理需求、自我效能与网络成瘾的关系研究. *中国特殊教育*, (3), 86-91.
- 谢梦怡(2013). *大学生基本心理需要、自我概念与社会适应的关系研究*. 硕士论文, 石家庄: 河北师范大学.
- 杨春红(2016). *大学生手机成瘾倾向、孤独感与人际关系的关系*. 硕士论文, 烟台: 鲁东大学.
- 杨金(2015). *大学生基本心理需要与病理性网络使用的关系研究*. 硕士论文, 重庆: 重庆师范大学.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A Motivational Approach to Self: Integration in Personality. *Nebraska Symposium on Motivation*, 38, 237-288.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1994). Promoting Self-Determined Education. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 38, 3-14. <https://doi.org/10.1080/0031383940380101>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2160-7273, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ap@hanspub.org