

# 大学生核心自我评价对手机依赖的影响： 述情障碍与焦虑的链式中介作用

黄榕沁

福建师范大学心理学院，福建 福州

收稿日期：2022年3月16日；录用日期：2022年4月19日；发布日期：2022年4月27日

## 摘要

目的：探究述情障碍和焦虑因子在大学生核心自我评价与手机依赖之间的作用。方法：采用手机依赖量表(MPATS)、核心自我评价量表(CSES)、SCL-90焦虑分量表及多伦多述情障碍量表(TAS)对700名大学生进行问卷调查。结果：① 核心自我评价得分分别与述情障碍得分、焦虑得分以及手机依赖得分呈显著负相关；述情障碍得分分别与焦虑得分、手机成瘾得分呈显著正相关；焦虑得分与手机成瘾得分呈显著正相关。② 述情障碍在核心自我评价与手机依赖之间起中介作用，中介效应比率为27.02%。③ 焦虑在核心自我评价与手机依赖之间起中介作用，中介效应比率为8.63%。④ 述情障碍与焦虑在核心自我评价与手机依赖之间起链式中介作用，中介效应比率为5.15%。结论：述情障碍和焦虑因子是核心自我评价与手机依赖之间的中介因素，并具有链式中介效应。

## 关键词

手机依赖，核心自我评价，述情障碍，焦虑

## The Influence of College Students' Core Self-Evaluation on Mobile Phone Dependence: The Chain Mediating Effect of Alexithymia and Anxiety

Rongqin Huang

School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: Mar. 16<sup>th</sup>, 2022; accepted: Apr. 19<sup>th</sup>, 2022; published: Apr. 27<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

**Objective:** To explore the role of alexithymia and anxiety factors in college students' core self-evaluation and mobile phone dependence. **Method:** 700 college students were investigated by Mobile Phone Dependence Scale (MPATS), Core Self-Evaluation Scale (CSES), SCL-90 Anxiety Subscale and Toronto Alexithymia Scale (TAS). **Result:** ① The core self-evaluation score was significantly negatively correlated with alexithymia score, anxiety score and mobile phone dependence score; alexithymia score was positively correlated with anxiety score and mobile phone addiction score respectively; there was a significant positive correlation between anxiety score and mobile phone addiction score. ② Alexithymia played a mediating role in core self-evaluation and mobile phone dependence, and the mediating effect ratio was 27.02%. ③ Anxiety played a mediating role in core self-evaluation and mobile phone dependence, and the mediating effect ratio was 8.63%. ④ Alexithymia and anxiety played a chain mediating role in core self-evaluation and mobile phone dependence, and the mediating effect ratio was 5.15%. **Conclusion:** Alexithymia and anxiety factors are mediating factors between core self-evaluation and mobile phone dependence, and they have a chain mediating effect.

## Keywords

Mobile Phone Dependence, Core Self-Evaluation, Alexithymia, Anxiety

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

## 1. 引言

现如今手机不仅更新换代的速度越来越快,而且其功能也越来越多,这就导致了越来越多人把手机当作一种必不可少的物品。据调查显示大学生是使用手机时间最多的群体,他们在享受手机带来娱乐和便捷的同时,也慢慢沉迷于其中,从而出现手机过分依赖现象。苏双、潘婷婷和刘勤学等(2014)将手机依赖定义为过度使用手机所导致的使用者出现心理问题或行为。而 Lee, Ahn 和 Choi 等(2016)则认为手机依赖是指过度使用手机会对个体日常生活造成干扰并具有不同的临床特征,如戒断性、逃避性、失控性、低效性等。

大学生核心自我评价是指在校大学生对所持有自身能力和价值的最基本评价,它是由自尊、自我效能、神经质和控制点这四个因素组成的。据以往研究表明低自尊的人更容易对手机产生依赖而高自尊的人出现依赖的可能性更小(廖慧云等, 2016)。由此可以推断出核心自我评价与手机依赖有着密切的联系,核心自我评价越低的个体越容易沉迷从而产生手机依赖,反之则相反。

焦虑作为人格特质的一个方面,主要是指个体面对即将发生的、可能造成威胁的事件而产生的一种不愉快的内心冲突,并伴随着某些情绪和身体症状,如愤怒、紧张和胃疼等现象(周敏, 2014)。焦虑是一种体现在认知、躯体、情绪和行为四个方面的心理和生理状态(Seligman et al., 2001)。相关研究发现,核心自我评价可以负向预测焦虑(李昊等, 2018)。核心自我评价低的个体认为自己没有能力去完成已定的目标,并认为自己对生活中各种事物失去了控制感,从而产生焦虑的情绪。同时有研究表明焦虑可正向预测手机依赖(Lee et al., 2016)。拥有高焦虑的个体认为手机中的游戏或聊天功能能使得自己重新获得控制感,暂时忘记痛苦,因而减少消极情绪的产生。所以本研究假设 1: 焦虑在核心自我评价对手机依赖的

影响中起中介作用。

述情障碍又称“情感难言症”或“核心自我评价不能”，其特征包括对自己以及他人的情绪识别困难，语言描述及表达情感缺陷，想象力下降及刻板的思维方式(陈慧，2016)。Taylor等(1997)进一步描述了述情障碍的核心特点表现在情感识别障碍、情感描述障碍和外向思维这三方面中。许多研究都揭示了手机依赖与心理健康有着密切的相关，过度地使用手机会影响人们的健康，如视力下降、引起颈椎病、不善于现实生活的人际交流等(Leung, 2008)。因而当人们面对真实的人际交流情景时，会出现个体“冷漠”现象，主要表现在不知道如何面对面聊天。因而加剧个体恐惧交流，并且产生一种与人交流的无力感。因此，本研究假设2：述情障碍在核心自我评价与手机依赖之间起到中介作用。以及假设3：述情障碍和焦虑因子是核心自我评价与手机依赖起序列中介效应。

## 2. 研究方法

### 2.1. 研究对象

采用整群抽样的方法，在福建省某高校随机选取10个班，对700名大学生发放问卷进行实测，回收有效问卷635份，回收有效率为90.71%。其中男生289人(45.51%)，女生346人(54.49%)；文科302人，理工科333人；大一学生215人(33.86%)，大二学生195人(30.71%)，大三学生225人(35.43%)。被试年龄在17~23岁之间，平均年龄为19.30岁。整个实测过程采取自愿作答的方式填写问卷，并统一回收。

### 2.2. 研究工具

#### 2.2.1. 手机依赖量表(MPATS)

本研究采用梁永炽在Bianchi和Phillips(2005)的量表基础上改编成手机依赖量表。该量表由17道题目组成，例如“你曾被告知在使用手机上花费太多时间”；“你的朋友和家人抱怨你使用太多手机”；“你曾试图向别人隐瞒你使用手机的时间”等。该量表由失控性、戒断性、逃避性和低效性4个维度构成，采用5点计分的方法(1分 = 从不，5分 = 总是)。量表总得分越高，表明个体对手机依赖程度越强。本研究中失控性、戒断性、逃避性和低效性4个维度的内部一致性 $\alpha$ 系数均在0.79以上，总量表的内部一致性 $\alpha$ 系数为0.91。

#### 2.2.2. 核心自我评价量表(CSES)

本研究采用由杜建政等人(2012)修订的核心自我评价量表。该量表由10道题目构成，例如“我相信自己在生活中能获得成功”；“我经常感觉到情绪低落”；“失败时，我感觉自己很没用”等。该量表采用五点计分的方式(1分 = 完全不同意，5分 = 完全同意)，其中量表的第2、3、5、7、8、10题目为反向计分。总分值范围是10~50分，分数越高说明个体核心自我评价水平也越高。本研究中该量表的内部一致性 $\alpha$ 系数为0.88。

#### 2.2.3. SCL-90 焦虑分量表

本研究采用Derogatis(1975)编制的SCL-90焦虑分量表，该量表由10道题目组成，例如“无缘无故地突然感到害怕”；“感到害怕”；“感到要很快把事情做完”等。该量表采用5点计分的方式(1分 = 无，5分 = 严重)，得分越高表示个体焦虑情绪越严重。本研究中该量表的内部一致性 $\alpha$ 系数为0.91。

#### 2.2.4. 多伦多述情障碍量表(TAS)

该量表由姚芳传对Taylor等(1997)编制的多伦多述情障碍量表改编而成。该量表共26道题目，由情绪识别障碍、情绪描述障碍、外向性思维以及幻想4个维度构成。采用5点计分的方法(1分 = 完全不同

意, 5分 = 完全同意), 其中有 11 题为反向计分。例如“我很容易地描述自己的感受”; “情感的沟通是很重要的”; “我常不知道自己为什么气愤”等。得分越高表示个体述情障碍越严重。本研究中总量表的内部一致性  $\alpha$  系数为 0.84。

### 2.3. 统计方法

采用 SPSS20.0 统计软件, 对各变量进行描述性统计; 使用皮尔逊积差相关考察大学生核心自我评价、手机依赖、述情障碍、焦虑因子间的相关性; 使用 AMOS21.0 软件对数据进行分析得到中介模型与中介效应显著性检验。

## 3. 结果

### 3.1. 共同方法偏差的控制与检验

本研究采用自评法的方式收集数据, 虽然在数据收集过程中使用匿名方式进行调查, 但仍有可能导致共同方法偏差效应。因而, 采取 Harman 单因子检验法对数据进行共同方法偏差效应的检验(周浩, 龙立荣, 2004)。结果表明, 特征根大于 1 的公因子共有 24 个, 且最大公因子解释的变异量为 19.73%, 小于 40% 的临界标准, 说明共同方法偏差效应不显著。

### 3.2. 核心自我评价、述情障碍、焦虑因子、手机依赖的描述性统计及相关分析

结果表明, 核心自我评价、焦虑因子、述情障碍的得分及手机依赖得分两两之间存在显著的相关关系(详见表 1), 核心自我评价得分分别与述情障碍得分、焦虑得分以及手机依赖得分呈显著负相关( $p < 0.01$ ); 述情障碍得分分别与焦虑得分、手机成瘾得分呈显著正相关( $p < 0.01$ ); 焦虑得分与手机成瘾得分呈显著正相关( $p < 0.01$ )。由此可表明, 手机依赖、核心自我评价、焦虑因子与述情障碍之间有着密切的相关。

**Table 1.** Descriptive statistics and correlation analysis of core variables

**表 1.** 核心变量的描述性统计及相关分析

	<i>M</i>	<i>SD</i>	核心自我评价	述情障碍	焦虑因子	手机依赖
核心自我评价	35.23	6.26	1			
述情障碍	48.31	9.29	-0.590**	1		
焦虑因子	1.81	0.68	-0.445**	0.424**	1	
手机依赖	44.43	11.18	-0.472**	0.464**	0.422**	1

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , 下同。

### 3.3. 述情障碍与焦虑因子在核心自我评价与手机成瘾的结构方程模型分析

为进一步明确手机依赖与核心自我评价、焦虑因子和述情障碍的关系, 采用结构方程模型对研究假设进行检验。本研究将核心自我评价得分作为自变量, 手机依赖得分作为因变量, 焦虑因子和述情障碍得分作为中介变量。最终得到如图 1 的模型结构, 各路径标准化系数见图 1。该结构方程模型拟合指标为  $X^2/DF = 2.47$ ,  $GFI = 0.97$ ,  $AGFI = 0.94$ ,  $RMSEA = 0.06$  均符合统计学要求, 模型可以接受。

### 3.4. 中介效应检验

为确定模型中的中介效应统计效力, 本研究使用偏差校正的非参数百分位 Bootstrap 程序检验中介效应的显著性, 进行重复取样 5000 次, 计算 95% 的可信区间。结果如表 2 所示, 核心自我评价作用于手机

依赖的置信区间不包含 0，直接效应是-0.49，占总效应的 59.20%。核心自我评价通过焦虑因子至手机依赖时效果量的置信区间也不包含 0，中介效应值为-0.07，占总效应的 8.63%。核心自我评价通过述情障碍至手机依赖时效果量的置信区间也不包含 0，中介效应值为-0.22，占总效应的 27.02%。而核心自我评价通过述情障碍以及焦虑因子至手机依赖的效果量的置信区间同样也不包含 0，中介效应值为-0.04，占总效应的 5.15%；总间接效应值是-0.33，占总效应的 40.80%。由此可见，焦虑因子和述情障碍在核心自我评价与手机依赖的关系中起链式中介作用。

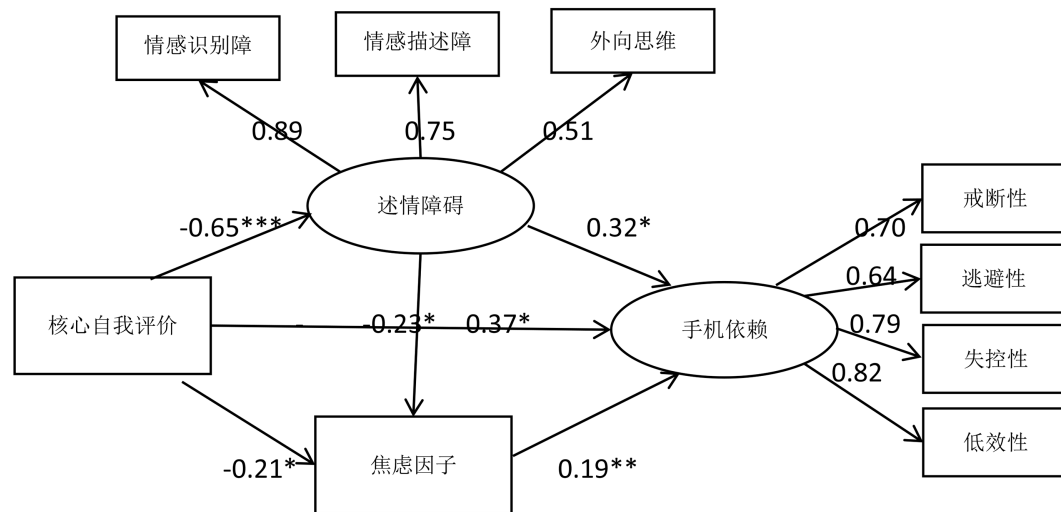


Figure 1. Intermediary model  
图 1. 中介模型

Table 2. Effect quantity and confidence interval of bootstrap test results of each indirect path and direct path  
表 2. 各间接通径与直接通径 Bootstrap 检验结果的效应量和可信区间

通径	效应量	95%CI	效应比例
核心自我评价→手机依赖	-0.49	[-0.61, -0.24]	59.20%
核心自我评价→述情障碍→手机依赖	-0.22	[-0.48, -0.21]	27.02%
核心自我评价→焦虑因子→手机依赖	-0.07	[-0.14, -0.02]	8.63%
核心自我评价→述情障碍→焦虑因子→手机依赖	-0.04	[-0.08, -0.02]	5.15%

注：Boot 标准误、Boot CI 下限和 Boot CI 上限分别指通过偏差矫正的百分位 Bootstrap 法估计的间接效应的标准误差、95%置信区间的下限和上限；所有数值通过四舍五入保留两位小数。

## 4. 讨论

### 4.1. 大学生核心自我评价对手机依赖的影响

核心自我评价得分分别与述情障碍得分、焦虑得分以及手机依赖得分呈显著负相关；述情障碍得分分别与焦虑得分、手机成瘾得分呈显著正相关；焦虑得分与手机依赖得分呈显著正相关。由此可表明，手机依赖、核心自我评价、焦虑因子与述情障碍之间有着密切的相关。

也就是说，核心自我评价越好，述情障碍和焦虑以及手机依赖程度就越低，反之则相反；述情障碍得分越高，就越容易产生焦虑情绪从而对手机形成依赖，反之则相反；焦虑得分与手机依赖得分呈显著正相关，也就是说越有焦虑情绪在就越容易形成手机依赖。反之，稳定的情绪就不容易对手机形成依赖。



## 4.2. 中介效应的检验及其意义

从相关分析的结果来看,本研究各核心变量间具有极其显著的相关( $p < 0.01$ )。其中,大学生自我核心评价与手机依赖呈显著负相关,即核心自我评价越低,手机依赖程度越高,这与之前研究结果相一致。核心自我评价程度低的大学生,他们一般自我认识较为模糊、自我评价较为负面,且内心常感到不安,但手机的多功能性更容易使他们摆脱其负面情绪,从而沉迷于其中(李昊等,2018)。另外,手机依赖者常表现出社会支持感受低、学习倦怠严重、兴趣低下等不良问题(曲星羽等,2017),因此他们时常觉得自己是无能的(王月琴,张宇,2015)。

大学生自我核心评价与焦虑呈显著负相关,也就是说核心自我评价高的大学生有较强的自我控制感、自我规划能力较强,所以在生活与学习上产生的紧张程度较少(黎建斌,聂衍刚,2010)。核心自我评价和述情障碍存在极其显著的负相关,大学生对自我评价越负面,就使得个体更难以通过与他人交流正确认识自己。同时,大学生核心自我评价与述情障碍、焦虑因子与手机依赖均存在极其显著的负相关,表明它们呈互为消长的关系,即越勇于表达自己的感受,则越有助于大学生形成积极的自我评价;大学生对自己的评价越积极,则有助于减少其手机依赖程度。

中介效应检验结果表明,焦虑因子在核心自我评价与手机依赖间起着中介作用(李昊等,2018),也就是说核心自我评价高的大学生认为自己是有能力有价值的,相信一切困难都可得到解决,较难产生焦虑,所以更愿意采取积极的方式而不是使用手机来满足内心的不平衡感。同时,述情障碍也在核心自我评价与手机依赖间起着中介作用。核心自我评价较低的大学生常常只关注自己的情绪而不重视与他人的人际交往和情感交流,容易导致难以用恰当的语言来沟通,而手机这一工具可以很好地让我们避免这一尴尬的局面(Lee et al., 2014)。此外,焦虑与述情障碍在核心自我评价与手机依赖间起着链式中介作用。链式中介作用说明述情障碍与焦虑可能存在因果关系,大学生对自我的评价越全面越积极往往能提高个体的情感表达欲,能够增进个体与他人的线下互动,产生愉悦的情绪,更愿意放下手机,这与之前的研究结论相一致(张静等,2015)。

所以作为认知层次中的情绪方面在核心自我评价和手机依赖间起中介作用的发现具有一定的实际意义。一方面,它提示我们核心自我评价对手机依赖的影响是复杂的,并不是简单的一一对应的关系,会受到其它因素(例如认知因素)的影响;另一方面,更为重要的是这种中介作用的发现将有助于对大学生手机依赖的干预,可以从认知层面入手,通过改善大学生的情绪状态认知从而有效地缓解其手机依赖。另外,还可以通过对大学生进行情绪表达训练,学会感受并辨别自己和他人的情绪,并用恰当的方式加以表达或调节。在与他人进行良性的情绪互动与沟通中,开放自己的心灵,了解他人的内心世界,进一步形成对自我、对他人的正确评价,悦纳自我,接受他人,从而改善手机依赖状况,提高生活质量。总之,这一中介作用的发现,无论是对于理论的丰富,或是对于实践工作的开展,都具有重要的意义。

## 参考文献

- 陈慧(2016). 述情障碍与焦虑、抑郁的关系:无聊倾向性的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 24(4), 648-651.
- 杜建政, 张翔, 赵燕(2012). 核心自我评价的结构验证及其量表修订. *心理研究*, 5(3), 54-60.
- 黎建斌, 聂衍刚(2010). 核心自我评价研究的反思与展望. *心理科学进展*, 18(12), 1848-1857.
- 李昊, 张银花, 李亚楠, 等(2018). 大学生焦虑在手机依赖与核心自我评价间的中介效应. *心理卫生评估*, 32(8), 700-704.
- 廖慧云, 钟云辉, 王冉冉, 等(2016). 大学生手机成瘾倾向、自尊及羞怯与人际关系困扰的关系. *中国临床心理学杂志*, 24(5), 852-855.
- 曲星羽, 陆爱桃, 宋萍芳, 等(2017). 手机成瘾对学习倦怠的影响:以学业拖延为中介. *应用心理学*, 3(1), 49-57.

- 苏双, 潘婷婷, 刘勤学, 等(2014). 大学生智能手机成瘾量表的初步编制. *中国心理卫生杂志*, 28(5), 392-397.
- 王月琴, 张宇(2015). 大学生手机依赖与领悟社会支持和主观幸福感的关系. *中国心理卫生杂志*, 29(11), 82-87.
- 张静, 陶磊, 荣峰, 等(2015). 高职学生述情障碍与手机依赖的关联研究. *实用预防医学*, 22(1), 5-9.
- 周浩, 龙立荣(2004). 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 12(6), 942-950.
- 周敏(2014). 大学生心理韧性、核心自我评价与抑郁、焦虑情绪的关系研究. 硕士学位论文, 湖南: 中南大学.
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological Predictors of Problem Mobile Phone Use. *Cyberpsychology and Behavior*, 8, 39-51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- Derogatis, L. R. (1975). How to Use the Symptom Distress Checklist (SCL-90) in Clinical Evaluations, Psychiatric Rating Scale. In R. L. Derogatis (Ed.), *Self-Report Rating Scale* (pp. 22-36). Hoffmann-La Roche Inc.
- Lee, H., Ahn, H., Choi, S. et al. (2014). The SAMS: Smartphone Addiction Management System and Verification. *Journal of Medical Systems*, 38, Article No. 1. <https://doi.org/10.1007/s10916-013-0001-1>
- Lee, K. E., Kim, S. H., Ha, T. Y. et al. (2016). Dependency on Smartphone Use and Its Association with Anxiety in Korea. *Public Health Reports*, 131, 411-419. <https://doi.org/10.1177/003335491613100307>
- Leung, L. (2008). Linking Psychological Attributes to Addiction an Improper Use of the Mobile Phone among Adolescents in Hong Kong. *Journal of Children and Media*, 2, 93-113. <https://doi.org/10.1080/17482790802078565>
- Seligman, M., Walker, E. F., & Rosenhan, D. L. (2002). *Abnormal Psychology* (4th ed.). W. W. Norton.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. A. (1997). *Disorders of Affect Regulation: Alexithymia in Medical and Psychiatric Illness*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511526831>