

# 大学生手机成瘾与人格特质的相关研究： 心理弹性的中介作用

李竺穗，周开友

贵州中医药大学，贵州 贵阳

收稿日期：2022年6月22日；录用日期：2022年7月29日；发布日期：2022年8月8日

## 摘要

目的：探讨心理弹性在人格特质与手机成瘾的关系中的作用。方法：采用中国大五人格问卷简版、青少年心理韧性量表、手机成瘾指数量表对贵州中医药大学在读大学生进行调查。结果：① 心理弹性同严谨性、宜人性、开放性显著正相关( $P < 0.01$ )，② 手机成瘾同神经质、严谨性、宜人性、开放性、外向性显著正相关( $P < 0.01$ )，③ 心理弹性通过严谨性、开放性、宜人性对手机成瘾起显著的部分中介效应。结论：心理弹性在大学生人格与手机成瘾中起中介效应。

## 关键词

大五人格，心理弹性，中介效应，手机成瘾

# The Correlation between Mobile Phone Addiction and Personality Traits in College Students: The Mediating Role of Resilience

Zhusui Li, Kaiyou Zhou

Guizhou University of Traditional Chinese Medicine, Guiyang Guizhou

Received: Jun. 22<sup>nd</sup>, 2022; accepted: Jul. 29<sup>th</sup>, 2022; published: Aug. 8<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

**Objective:** To investigate the role of psychological resilience in the relationship between personality traits and cell phone addiction. **Methods:** The Chinese Big Five Personality Inventory Brief, the Adolescent Mental Toughness Scale, and the Mobile Phone Addiction Index Scale were used to investigate college students enrolled in Guizhou University of Traditional Chinese Medicine. **Results:**

**文章引用:** 李竺穗, 周开友(2022). 大学生手机成瘾与人格特质的相关研究: 心理弹性的中介作用. *心理学进展*, 12(8), 2639-2645. DOI: 10.12677/ap.2022.128314

**1) Psychological resilience was significantly and positively correlated with rigor, agreeableness, and openness ( $P < 0.01$ ); 2) Cell phone addiction was significantly and positively correlated with neuroticism, rigor, agreeableness, openness, and extraversion ( $P < 0.01$ ); 3) Psychological resilience plays a significant partial mediating effect on cell phone addiction through rigor, openness, and agreeableness. Conclusion: Psychological resilience mediates the effect of personality and cell phone addiction in college students.**

## Keywords

**Big Five Personality, Mental Resilience, Mediating Effect, Mobile Phone Addiction**

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

如今, 移动手机的使用早已变成日常生活中不可或缺的一部分, 给人们的生活提供了一定的便利, 同时, 过度的使用将造成我们对手机的成瘾, 进而对我们的心理健康产生一定的消极影响。手机成瘾是因使用手机行为失控而导致个体在生理、心理和社会功能等方面明显受损的痴迷状态(师建国, 2009)。有研究者调查了 17 岁的香港中学生手机依赖情况, 结果显示 3.41% 的中学生表现出严重依赖, 其中女生比男生更依赖(Leung, 2016)。Andreassen, Griffiths 和 Gjertsen 等人通过 MPAAI 和 NEO-FFI-R 得出宜人性(A)、尽责性(C)和开放性(O)手机依赖呈负相关(Andreassen, Griffiths, Gjertsen, Krossbakken, & Pallesen, 2013)。郭璐得出 EPQ 问卷的各个分维度中精神质(P)、神经质(N)与手机依赖呈正相关, 大五人格问卷的开放性(O)、宜人性(A)、尽责性(C)和手机依赖呈负相关。在人格特质各个分维度中 EPQ 问卷的神经质(N)与手机依赖的相关系数最高( $r = 0.403$ ), 属于较高相关水平, EPQ 问卷的外倾性(E)与手机依赖相关程度最低。手机依赖者有高神经质的倾向(郭璐, 2018)。

心理弹性是个体内部心理资源的重要组成部分, 能够使个体在逆境中具有良好的复原能力(李旭, 李志鸿, & 李霞, 2021), 心理弹性大部分起着中介作用, 有研究表明, 心理弹性在社会支持和手机依赖关系中起完全中介作用。因此, 大学生的社会支持可以直接影响手机依赖的程度也可以通过心理弹性的中介作用间接的影响手机依赖(吴喆, 2018)。黄海滨研究得出心理弹性及其情绪控制维度对于手机成瘾具有显著负向预测作用; 在性别上, 手机成瘾的逃避性使用, 女大学生比男大学生更易产生逃避性手机; 在专业上, 文科生比理工类专业的大学生更容易产生手机使用的失控性、低效性(黄海斌, 2018)。

综上, 已有研究中缺乏有关人格特质与手机成瘾的相关关系的心理弹性中介方面影响的研究, 鉴于此, 本研究采用问卷调查法收集数据, 经过 Harman 单因子检验进行共同方法偏差检验; 采用 spss21.0 软件、Amos23.0 等软件对数据进行处理分析并对结构方程模型进行构建和检验, 旨在明确人格特质、心理弹性、手机成瘾之间的统计学关系, 进而探究心理弹性对不同人格特质的手机成瘾现象的影响机制, 为基于心理资源开发的大学生手机依赖的干预提供新思路 and 实证证据。

## 2. 研究方法

### 2.1. 研究对象

采用问卷调查法, 选取贵州中医药大学若干大学生作为被试, 调查得到 60 份数据, 根据题目数量及

预实验时间估算, 按照答题时间低于 300 秒、答案具有一定规律性、三个标准差内进行异常数据的标准进行剔除。其中, 有效问卷为 50 份, 有效率为 83.3%。其中男生 20 名, 比例为 40%; 女生 30 名, 比例为 60%。所有被试的年龄均处于 18~24 岁之间。

## 2.2. 研究工具

### 2.2.1. 中国大五人格问卷简版

采用王孟成等人编制的中国大五人格问卷简版, 包含神经质、严谨性、宜人性、开放性和外向性 5 个维度, 具有较好的信效度。中国大五人格问卷简式版(CBF-PI-B)包含 40 个题目, 每个维度分别有 8 个。各维度条目选择时平衡了统计指标与条目内容, 因此这 8 个条目能够很好的涵盖完整版问卷的概念范围。问卷采用 6 级计分: 1 = 完全不符合, 2 = 大部分不符合, 3 = 有点不符合, 4 = 有点符合, 5 = 大部分符合, 6 = 完全符合。神经质, 个体在情绪稳定性和体验负性情绪上的个体差异, 包含 1、6、11、16、21、26、31、36 题; 严谨性, 个体按照社会规范的要求控制冲动的倾向、以任务和目标为导向、延迟满足以及遵守规范和纪律等方面上的个体差异, 包含 2、7、12、17、22、27、32、37 题; 宜人性, 个体对人性及他人(遭遇)表现出的同情心和人文关怀, 包含 3、8、13、18、23、28、33、38 题; 开放性, 个体对待新事物、新观念和新异刺激的态度和行为差异包含 4、9、14、19、24、29、34、39 题; 外向性, 个体神经系统的强弱和动力特征, 包含 5、10、15、20、25、30、35、40 题。其中反向计分的条目有 7 个, 具体是: 5、8、13、15、18、32 和 36 题(王孟成, 戴晓阳, 姚树桥, 2011)。

### 2.2.2. 青少年心理韧性量表

胡月琴和甘怡群编制的, 该量表共有 27 个项目, 采用五点计分, 1 = 完全不符合, 5 = 完全符合, 分为五个维度, 其中目标专注包含 3、4、11、20、24 题; 情绪控制包含 1、2、5、21、23、27 题; 积极认知 10、13、14、25 题; 家庭支持包含 8、15、16、17、19、22 题; 人际协助包含 6、7、9、12、18、26 题, 其中反向计分的题目有 1、2、5、6、9、12、15、17、21、26、27 题。该量表又可以分为个人力和支持力两个因子, 个人力包含情绪控制、积极认知、目标专注三个维度, 支持力包含家庭支持和人际协助两个维度。该量表的内部一致性为 0.85, 复测信度为 0.83, 效标效度良好(胡月琴, 甘怡群, 2008)。

### 2.2.3. 手机成瘾指数量表

由香港中文大学梁永炽教授编制的。该量表有 7 个项目, 采用五点计分标准, 1 = 从不, 2 = 偶尔, 3 = 有时, 4 = 经常, 5 = 总是, 该量表分为四个维度, 失控性包含 1~7 题, 如“你尝试减少使用手机但没有做到”; 戒断性包括 8~11 题, 如“如果一段时间你没有检查消息或打开你的手机, 你感到焦虑”; 逃避性包括 12、13 题, 如“当你感觉孤立时, 会用手机跟其他人通话”; 低效性包括 14-17 题, 如“曾经有几次你宁愿玩手机也不愿意去处理更加紧急的事情”。黄海等学者对手机成瘾指数量表的信效度进行检验, MPAAI 总量表的内部一致性信度为 0.91, 失控性、戒断性、逃避性和低效性四个分量表的内部一致性信度分别为 0.84、0.83、0.87 和 0.81(黄海, 牛露颖, 周春燕, 吴和鸣, 2014)。

## 2.3. 统计分析

本研究采用 spss21.0 软件数据处理对数据进行皮尔逊相关分析, 共同方法偏差检验, 最后采用 Amos23.0 进行结构方程模型的构建及中介效应的检验。

## 3. 研究结果

### 3.1. 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因子检验进行共同方法偏差检验, 结果表现为, 同时第一个因子的解释变异量为

17.945%, 小于 40%。因此可以认为本次研究受共同方法偏差影响不严重。

### 3.2. 大五人格、手机成瘾、心理弹性之间的相关分析

使用皮尔逊积差相关分析人格特质、心理弹性、手机成瘾之间的相关关系。结果显示(见表 1), 心理弹性同严谨性、宜人性、开放性显著正相关( $P < 0.01$ ), 手机成瘾同神经质、严谨性、宜人性、开放性、外向性显著正相关( $P < 0.01$ )。

**Table 1.** Correlation of the Big Five personality dimensions, psychological resilience, and cell phone addiction

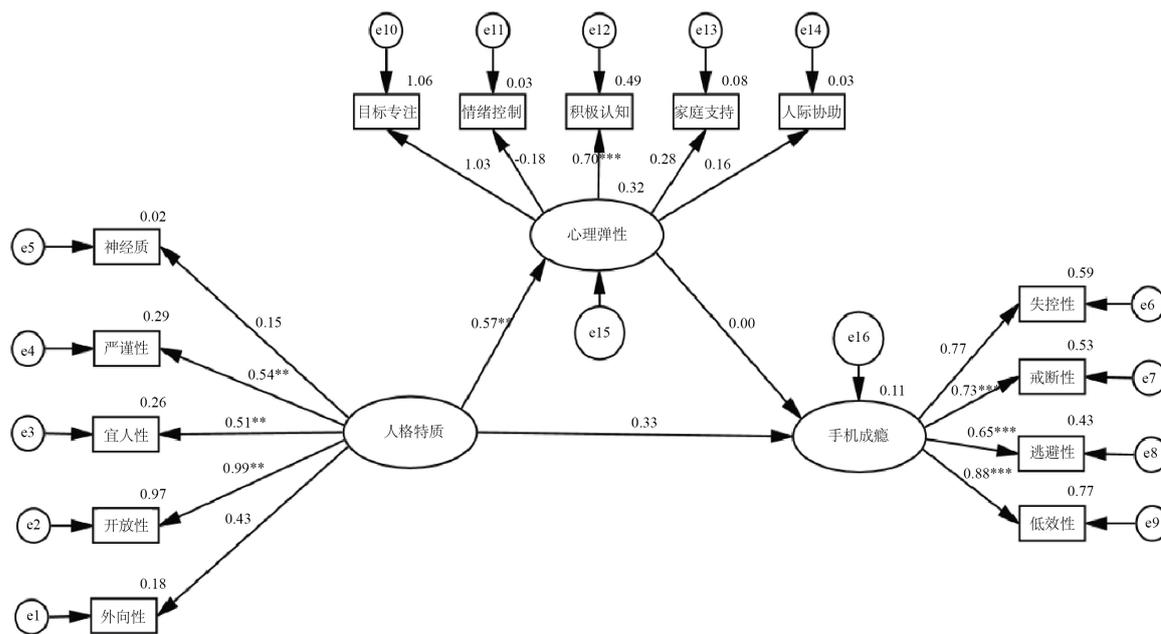
**表 1.** 大五人格各维度、心理弹性、手机成瘾的相关

	1	2	3	4	5	6	7
1 神经质	—						
2 严谨性	0.13	—					
3 宜人性	0.16	0.50**	—				
4 开放性	0.38**	0.70**	0.62**	—			
5 外向性	0.10	0.43**	0.41**	0.53**	—		
6 心理弹性	-0.25	0.49**	0.47**	0.45**	0.13	—	
7 手机成瘾	0.66**	0.36**	0.33**	0.54**	0.36**	-0.06	—

注: \* $P < 0.05$ , \*\* $P < 0.01$ 。

### 3.3. 结构方程模型构建中介效应及拟合度检验

应用 AMOS.21 进行结构方程模型的构建, 人格特质、心理弹性、手机成瘾为潜变量, 人格特质、心理弹性、手机成瘾三个量表的子维度作为观测变量(如图 1), 并输出拟合度指标(如表 2)可知结构模型拟合程度不太理想。

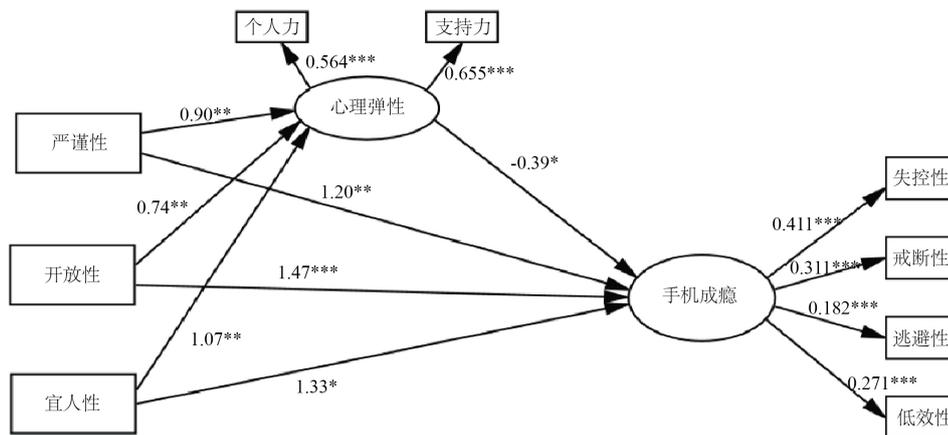


**Figure 1.** Model of the mediating effect of psychological resilience between personality traits and cell phone addiction  
**图 1.** 心理弹性在人格特质和手机成瘾之间的中介效应模型

**Table 2.** Fitting of the mediated model  
**表 2.** 中介模型的拟合度

适配指标	$\chi^2$	$\chi^2/df$	CFI	RMSEA	IFI
推荐值	越小越好	<3.0	>0.9	<0.08	>0.9
拟合值	225.37	3.05	0.53	0.20	0.56

为优化模型, 心理弹性维度可概括为个人力和支持力两个维度, 并以此为基础修改模型, 构建一般模型并采用 process 计算相关路径系数, 如图 2。



**Figure 2.** Mediating effect of psychological resilience between rigor, openness, and agreeableness on cell phone addiction

**图 2.** 心理弹性在严谨性、开放性、宜人性对手机成瘾之间的中介效应

根据陈瑞等人总结使用 Bootstrap 的方法进行中介效应检验, 重复采样 5000, 选择模型 4, 若间接效应置信区间不含 0, 则中介效应显著(见表 3); 若中介效应存在, 若直接效应的置信区间包含 0, 则完全中介, 反之则部分中介(见表 4)。结果表明, 大学生严谨性、开放性、宜人性的手机成瘾中, 心理弹性都是显著的部分中介效应。

**Table 3.** Indirect mediating role of psychological resilience in openness, rigor, agreeableness and cell phone addiction  
**表 3.** 心理弹性在开放性、严谨性、宜人性与手机成瘾间接中介作用

项目	间接效应值	误差	间接置信区间 L	间接置信区间 U
开放性 - 心理弹性 - 手机成瘾	-0.36	0.14	-0.67	-0.13
严谨性 - 心理弹性 - 手机成瘾	-0.35	0.19	-0.77	-0.50
宜人性 - 心理弹性 - 手机成瘾	-0.37	0.21	-0.85	-0.03

**Table 4.** Direct effects of openness, rigor, and agreeableness on cell phone addiction  
**表 4.** 开放性、严谨性、宜人性对手机成瘾的直接作用

项目	直接效应值	误差	直接置信区间 L	直接置信区间 U
开放性 - 心理弹性 - 手机成瘾	1.47	0.24	0.99	1.95
严谨性 - 心理弹性 - 手机成瘾	1.20	0.32	0.56	1.83
宜人性 - 心理弹性 - 手机成瘾	1.33	0.40	0.54	2.13

#### 4. 讨论与分析

本研究讨论了心理弹性在大五人格与手机成瘾之间关系的影响, 研究结果表明心理弹性通过大学生人格中的严谨性、开放性、宜人性在手机成瘾中起显著的部分中介效应。手机成瘾程度同神经质、严谨性、宜人性、开放性、外向性显著正相关( $P < 0.01$ )。神经质(N)与初中生手机依赖总分、失控性、戒断性、逃避性、低效性各分维度呈显著正相关, 显著性均达到 0.01 水平。其中, 神经质(N)与逃避性的相关系数最大为 0.148, 神经质(N)与低效性的相关系数最小为 0.090 (郭璐, 2018)。与本研究的人格特质和手机成瘾的相关性结论相符合。手机依赖倾向总分和心理弹性总分呈显著负相关, 手机依赖倾向总分和心理弹性的坚韧性因子呈显著负相关, 和心理弹性的力量性因子呈显著负相关, 和心理弹性的乐观性因子呈显著负相关(于潇, 2016)。同本研究的不显著不符, 可能由心理弹性量表使用、被试数量、地域等的差异引起。有相关研究证明, 神经质、外向性和严谨性能有效预测手机成瘾, 并且严谨性对手机成瘾有负向预测作用(余莎, 余为益, 姚智军, 董家心, 2021), 这与本研究结论不符, 原因可能在于本研究样本量较少, 取样不具有代表性。

有科学研究证实, 正性情绪可以促进认知、撤销消极情绪体验和自主性生理反应, 提高应对压力的能力(王艳梅, 汪海龙, 刘颖红, 2006)。因此, 情绪正性越多, 心理弹性就更强以及对手机依赖更少; 而负性情绪越多, 心理弹性也更弱, 对手机依赖性更强, 故在实际生活中, 可对大学生心理弹性进行正性情绪方面的调控, 以此来改善大学生的手机成瘾行为, 与本研究目的不谋而合。总而言之, 在许多关系中, 心理弹性大部分起着中介作用, 如心理弹性在手机依赖和睡眠质量的关系中起到了部分中介作用, 中介效应所占比例为 20.06% (程玲, 张红, 陈元金, 庞晓丽, 2020)。心理弹性也会影响大学生面对问题或挫折时所采取的处理方法。心理弹性高的大学生能积极适应环境并克服困难、迎接挑战, 从而做出更有利于自己学业和生活的抉择, 并避免对手机依赖。反之, 如果一个学生没有较高的心理弹性水平, 则会通过网络逃避现实遇到的挫折和困难, 形成恶性循环。通过模型建立与拟合, 可以为大学生手机成瘾的预测和控制带来一定启示。学校应该高度关注学生的心理健康状态及其与手机成瘾的密切关联, 针对当代大学生的特点, 通过开设心理健康教育课程, 举办心理健康活动, 开展心理健康有关社团及心理健康普查与访谈等方式, 帮助学生提高心理健康水平, 培养健全的人格, 减少手机成瘾问题及其带来的不良影响, 总之, 大学生手机成瘾是一个由多种因素引发、具有时代特点、影响较为严重的问题。从心理成因角度去思考大学生手机成瘾的问题, 从提升大学生心理健康水平、完善健全大学生人格的角度去采取预防、预警和干预措施, 是从根源上解决大学生手机成瘾问题的有效方法(陈晓蕾, 张博涵, 赵玉英, 2021)。

本研究显示, 神经质、严谨性、开放性、责任性、外向性与手机成瘾呈显著相关, 说明具有这些人格特质的个体容易产生手机成瘾的倾向。神经质高分的个体容易具有焦虑、抑郁、情绪化及逃避现实的特点(王孟成, 戴晓阳, 姚树桥, 2010), 在面对生活和挫折时更倾向于出现抑郁, 可能会选择虚拟世界逃避现实。严谨性的分低的个体意志力薄弱, 缺少毅力, 懒散、无目的、无条理(王孟成等, 2010)。在学业上往往动力不足, 喜欢走“捷径”, 自我管理力和控制力较差, 最终成为手机的“奴役”, 导致手机成瘾。宜人性低的个体对他人不信任、敏感、多疑(王孟成等, 2010), 具备这种人格的人较难与他人亲近, 建立长久而稳定的关系, 容易将自己与他人隔离开来, 而孤独感越强, 手机成瘾越严重(李丽, 梅松丽, 牛志民, 宋玉婷, 2016)。因此, 大学应抓好心理健康教育, 为有人格障碍的大学生及时提供帮助, 开展宣传活动, 营造积极向上的校园心理氛围。家庭也应注意与孩子的沟通交流, 为学生提供心理支持, 关注学生在生活上的点滴, 尊重孩子的个人意见, 为孩子的心理健康保驾护航。

本研究也存在一定的不足。首先, 本研究为横断的问卷调查, 变量间因果关系尚不能确定, 故在今

后考虑纵向调查, 使其结论更为推广化; 其次, 本研究的数据均通过线上问卷调查的方式进行收集, 受被试主观思维影响较大, 故后续的研究可以考虑采用更加客观的形式来进行收集; 再者, 三个量表合计题项过多, 被试易出现疲劳现象, 后续研究可考虑寻求更为简洁的量表施测; 最后, 问卷题目尚缺乏测谎项, 无法在一定限度排除被试说谎或乱填的可能。虽然本研究存在一定的不足, 但创新地将人格特质、手机成瘾、心理弹性三者相结合, 探讨三者关系, 以此丰富了大学生行为研究的相关理论。

## 参考文献

- 陈晓蕾, 张博涵, 赵玉英(2021). 大学生手机成瘾与人格特征、心理健康的关系. *广西教育学院学报*, (5), 112-117.
- 程玲, 张红, 陈元金, 庞晓丽(2020). 民办高校大学生手机依赖、心理弹性与睡眠质量的关系. *职业与健康*, 36(10), 1407-1410. <https://doi.org/10.13329/j.cnki.zyyjk.2020.0373>
- 郭璐(2018). *人格特质与学生手机依赖的关系研究*. 硕士学位论文, 锦州: 渤海大学.
- 胡月琴, 甘怡群(2008). 青少年心理韧性量表的编制和效度验证. *心理学报*, 40(8), 902-912.
- 黄海, 牛露颖, 周春燕, 吴和鸣(2014). 手机依赖指数中文版在大学生中的信效度检验. *中国临床心理学杂志*, 22(5), 835-838.
- 黄海斌(2018). *成人依恋对大学生手机成瘾的影响: 心理弹性的中介作用*. 硕士学位论文, 滨州: 滨州医学院.
- 李丽, 梅松丽, 牛志民, 宋玉婷(2016). 大学生孤独感和睡眠质量的关系: 智能手机成瘾的中介作用及性别的调节作用. *中国临床心理学杂志*, 24(2), 345-348+320.
- 李旭, 李志鸿, 李霞(2021). 家庭亲密关系影响留守儿童心理弹性的中介效应. *中国健康心理学杂志*, 29(3), 387-391.
- 师建国(2009). 手机依赖综合征. *临床精神医学杂志*, 19(2), 138-139.
- 王孟成, 戴晓阳, 姚树桥(2010). 中国大五人格问卷的初步编制 I: 理论框架与信度分析. *中国临床心理学杂志*, 18(5), 545-548.
- 王孟成, 戴晓阳, 姚树桥(2011). 中国大五人格问卷的初步编制 III: 简式版的制定及信效度检验. *中国临床心理学杂志*, 19(4), 454-457.
- 王艳梅, 汪海龙, 刘颖红(2006). 积极情绪的性质和功能. *首都师范大学学报(社会科学版)*, (1), 119-122.
- 吴喆(2018). *大学生社会支持、心理弹性与手机依赖的关系研究*. 硕士学位论文, 曲阜: 曲阜师范大学.
- 于潇(2016). *中职学生家庭亲密度、心理弹性与手机依赖倾向的关系研究*. 硕士学位论文, 哈尔滨: 哈尔滨师范大学.
- 余莎, 余为益, 姚智军, 董家心(2021). 大学生智能手机成瘾现状与大五人格特质的关系. *上饶师范学院学报*, 41(6), 97-101.
- Andreassen, C. S., Griffiths, M. D., Gjertsen, S. R., Krossbakken, E., & Pallesen, S. (2013). The Relationship between Behavioral Addictions and the Five-Factor Model of Personality. *Journal of Behavioral Addictions*, 2, 90-99. <https://doi.org/10.1556/JBA.2.2013.003>
- Leung, C. H. (2016). Assessing Mobile Phone Dependency and Teens' Everyday Life in Hong Kong. *Australian Journal of Psychology*, 69, 29-38.