

• 医学行为与医学心理 •

## 潍坊市某医学院校学生手机成瘾与孤独感及焦虑的关系

高大鹏 张杏杏 孙延超 贾丽萍

潍坊医学院心理学系 潍坊 261053

**摘要** 目的:了解医学生的手机成瘾现状,以及手机成瘾、孤独感与焦虑的关系。方法:使用分层抽样的方法,抽取某医学院校临床专业大一到大四共210名学生作为研究对象,以大学生手机成瘾倾向量表、贝克焦虑量表、UCLA孤独感量表为研究工具,使用SPSS软件进行统计分析。结果:手机成瘾的医学生比例较高,手机成瘾倾向水平处于较高程度。手机成瘾倾向和孤独感及焦虑都存在显著的正相关( $P<0.05$ )。焦虑在手机成瘾倾向与孤独感的关系中存在部分中介效应( $P<0.05$ )。结论:医学生存在较高程度的手机成瘾倾向,焦虑、孤独感和手机成瘾存在一定的关系。

**关键词** 医学生;手机成瘾;孤独感;焦虑

中图分类号 R19-0

文献标识码 A

DOI: 10.13723/j.yxysh.2019.07.023

### Relationship Between Mobile Phone Addiction and Loneliness , Anxiety Among Students of a Medical College in Weifang City

Gao Dapeng et al

Department of Psychology , Weifang Medical University , Weifang , 261053

**Abstract Objective:** To Understand the current situation of mobile phone addiction among medical students , and the relationship between mobile phone addiction and loneliness , anxiety. **Methods:** 210 students from the freshman to the senior of clinical majors of a medical college in Weifang were selected using stratified sampling method. Mobile Phone Addiction Tendency Scale , Beck Anxiety Inventory and UCLA Loneliness Scale were used as research tools , and SPSS was used for analysis. **Results:** The proportion of medical students addicted to mobile phone was higher , and mobile phone addiction tendency was at a higher level. There was a significant positive correlation between mobile phone addiction tendency and loneliness , as well as mobile phone addiction tendency and anxiety ( $P<0.05$ ) . Anxiety partially mediated the relationship between mobile phone addiction and loneliness ( $P<0.05$ ) . **Conclusion:** Among medical students there was a high degree of mobile phone addiction tendency , and there was a certain relationship between anxiety , loneliness and mobile phone addiction.

**Key Words** Medical Student; Mobile Phone Addiction; Loneliness; Anxiety

手机成瘾又称手机依赖,是指以手机为媒介,过度的沉迷于某些活动,从而对手机产生了持续、强烈的渴求感和依赖感,并使得个体出现较明显的社会功能、心理功能的损害<sup>[1]</sup>。手机成瘾是大学生学习成绩和身心健康的重要威胁因素之一。

有研究表明,频繁的使用手机与孤独感有关,孤独感能正向预测手机成瘾<sup>[2]</sup>,但其潜在的成瘾机制尚不明确。沉重的学习负担和交往的困惑等容易使部分大学生陷入焦虑之中<sup>[3]</sup>。有研究表明,大学生的孤独感和焦虑呈正相关<sup>[4]</sup>,痛苦、焦虑等负

基金项目:教育部人文社会科学研究青年基金项目“青少年抑郁症患者负性认知加工偏差的心理机制与干预研究”,编号为17YJC190007。

通讯作者:孙延超,blsq@163.com。

性情绪也是手机成瘾的动机之一。医学生课业相对繁重,就业压力大,为缓解心理压力,医学生可能会更多使用手机进行自我调节,但过度依赖手机又可能会产生成瘾问题<sup>[5]</sup>。本研究采用问卷法研究医学生手机成瘾现状及其与孤独感及焦虑之间的关系,为预防和干预医学生手机成瘾提供科学依据。

## 1 资料来源与方法

### 1.1 研究对象

采用分层抽样的方法,抽取潍坊市某医学院校大一到大四共210名学生作为研究对象。发放问卷210份,回收210份,剔除无效问卷后共获得有效问卷201份,问卷回收率100%,有效率95.7%。其中男生104人(51.7%),女生97人(48.3%)。

### 1.2 研究方法

1.2.1 大学生手机成瘾倾向量表。采用熊婕等编制的大学生手机成瘾倾向量表<sup>[6]</sup>,该量表分16个项目,4个因素(戒断症状、突显行为、社交抚慰和心境改变)。分数越高说明手机成瘾越严重。总量表的Cronbach  $\alpha$ 系数为0.83,4个因素的 $\alpha$ 系数在0.55-0.80之间;总量表的重测信度为0.91,4个因素的重测信度在0.75-0.85。

1.2.2 UCLA孤独感量表(第3版)。原始UCLA孤独感量表由Russell于1978年编制<sup>[7]</sup>。第3版量表采用4级评分,其中有9个题目反向计分。这一版UCLA孤独感量表题目相对较少,但仍然保持了灵敏度和特异度,没有在题目中明确出现“孤独”的字眼,有助于减少被试答题的偏向性。重测信度为0.92,信度较好。

1.2.3 贝克焦虑量表。由美国阿隆·贝克等于1985年编制的自评量表<sup>[8]</sup>。该量表采用4级评分,共21个项目。主要评定受试者被多种焦虑症状烦扰的程度,评定指标为被试受焦虑症状的烦扰程度。评分等级分为无;轻度,无多大烦扰;中度,感到不适但尚能忍受;重度,只能勉强忍受。本次计分为选“无”计1分,以此类推,程度越严重分数越高。粗分需要用公式 $y = \text{int}(1.19x)$ 转换为标准分。分数 $\geq 45$ 分为判断界限。

### 1.3 统计学方法

将收集得到的数据用SPSS17.0录入并进行统计分析,包括描述性统计、 $t$ 检验、方差分析、相关分析及回归分析等。

## 2 结果

### 2.1 医学生手机成瘾倾向的描述性统计

医学生手机成瘾总分的平均得分为(46.41 $\pm$ 9.43)分,被试总体手机成瘾倾向程度为较高水平。戒断症状的平均分为(18.56 $\pm$ 4.03)分;突显行为的平均分为(10.91 $\pm$ 2.82)分;社交抚慰的平均分为(8.51 $\pm$ 2.49)分;心境改变的平均分为(8.42 $\pm$ 2.36)分。

### 2.2 医学生手机成瘾倾向的人口学分析

表1 手机成瘾倾向在性别方面的T检验( $\bar{x}\pm s$ )

指标	男(n=104)	女(n=97)	T	P
总分	46.02 $\pm$ 9.53	46.84 $\pm$ 9.35	-0.62	0.54
戒断症状	18.39 $\pm$ 4.15	18.74 $\pm$ 3.91	-0.61	0.54
突显行为	10.86 $\pm$ 2.77	10.97 $\pm$ 2.89	-0.29	0.78
社交抚慰	8.29 $\pm$ 2.51	8.75 $\pm$ 2.47	-1.30	0.20
心境改变	8.48 $\pm$ 2.50	8.37 $\pm$ 2.21	0.30	0.77

表1显示,本次研究手机成瘾倾向量表及其4个维度在性别方面差异无统计学意义。

### 2.3 医学生手机成瘾倾向、孤独感与焦虑的相关分析

通过对被试在各个量表及分量表上的得分进行相关分析,以便确定各个量表之间是否存在一定的相关关系,见表2。医学生的手机成瘾倾向与孤独感、焦虑存在显著的正相关。其中孤独感和社交抚慰存在较大的关系,与心境改变则没有相关关系。焦虑与心境改变存在较大的关系,与社交抚慰没有相关关系。

表2 手机成瘾倾向与孤独感及焦虑的相关关系

	手机成瘾总分	戒断症状	突显行为	社交抚慰	心境改变
孤独感	0.27**	0.19**	0.14*	0.45*	0.12
焦虑	0.29**	0.22**	0.29**	0.09	0.32**

注: \*  $P < 0.05$ ; \*\*  $P < 0.001$ ,下同。

### 2.4 焦虑在手机成瘾倾向与孤独感关系中的中介效应

为检验焦虑是否是手机成瘾和孤独感的中介

变量,采用温忠麟等提出的程序检验中介效应<sup>[9]</sup>。将孤独感作为预测变量(X),手机成瘾作为因变量(Y),检测焦虑的中介作用(M)。在第一步中孤独感的beta值显著(0.27),第二步中孤独感的beta值也显著(0.23),在第三步中焦虑的beta显著(0.24),并且孤独感的beta值由0.27下降到0.22,但仍然显著,说明孤独感通过焦虑这一中介变量来影响手机成瘾,焦虑是手机成瘾和孤独感的部分中介变量。

表3 焦虑在手机成瘾与孤独感关系中的中介效应

	标准化回归方程	R <sup>2</sup>	B	SE	Beta	t
第一步	Y = 0.27 X	0.08	0.31	0.08	0.27	4.01**
第二步	M = 0.23 X	0.05	0.28	0.08	0.23	3.32*
第三步	Y = 0.24M + 0.22X	0.13	0.23 0.25	0.06 0.07	0.24 0.22	3.47* 3.21*

### 3 讨论

#### 3.1 医学生手机成瘾倾向整体处于较高水平

刘欣等以普通高校大学生为被试,采用相同的问卷研究结果发现大学生手机成瘾的倾向的平均值为(44.55±10.87)分<sup>[10]</sup>,而本研究发现医学生手机成瘾倾向的平均值为(46.41±9.43)分,说明医学生存在手机成瘾倾向,并且手机成瘾整体处于较高水平。原因可能是医学生从高中进入大学之后,认为大学学习是轻松的,但医学生的学业比较重,较之于其他的专业学习的压力更大。同时大学与高中相比,管理更加松散,自主性更强,部分学生难以适应。很多学生对未来迷茫,情绪低沉,容易出现逃避学习、沉迷娱乐的行为。同王相英等的研究相比,手机成瘾倾向量表的总分和各维度得分均有提升<sup>[2]</sup>,这说明医学生手机成瘾的整体水平正在逐渐提高,手机成瘾程度越来越严重。

#### 3.2 医学生手机成瘾倾向的性别差异不显著

不同性别大学生在手机成瘾倾向上差异不显著,这与刘红等的研究相符<sup>[11]</sup>;有的研究则发现性别对于手机成瘾倾向的得分有影响<sup>[12]</sup>。造成这种差异的原因可能与时代发展和取样有关。随着时代发展和科技进步,智能手机越来越完善,各种手机游戏和娱乐软件层出不穷,越来越多的女

生也开始使用手机进行娱乐活动。对于医学生来说,男生和女生在学校学习的内容差异不大,未来的就业压力也差不多,因此医学生手机成瘾倾向的性别差异不显著。

#### 3.3 医学生手机成瘾倾向与孤独感和焦虑存在显著正相关

对手机成瘾与孤独感、焦虑进行相关分析,发现这两者都和手机成瘾存在显著的正相关。其中孤独感与社交抚慰的相关关系较大,与心境改变相关不显著。以往研究发现手机成瘾倾向的各个维度与孤独感均存在显著的相关性<sup>[13]</sup>。医学生受孤独困扰的情形较为普遍,孤独感高的学生倾向于使用手机寻找社交上的存在感,弥补现实生活中的社交缺失。除了社交抚慰以外,焦虑与手机成瘾倾向的各维度均存在显著相关。成瘾行为的主要动机是减轻痛苦、焦虑等负性情绪<sup>[14]</sup>。医学生的学业压力比较大,更容易产生焦虑感,焦虑程度比较高的学生倾向于通过手机缓解焦虑情绪,寻求情感上的满足,因此更容易对手机成瘾。

#### 3.4 焦虑在手机成瘾与孤独感的关系中起部分中介作用

焦虑在孤独感与手机成瘾的关系中起部分中介作用。一方面,孤独感能够预测手机成瘾,这一结果与杨春红的研究相符<sup>[15]</sup>。当医学生在现实生活中感到孤独时,会有一部分学生选择通过手机来解决现实生活中的问题。他们在现实生活中的问题越严重,就越沉迷于网络营造的虚拟世界中。另一方面,孤独感还通过焦虑间接影响医学生的手机成瘾倾向。有研究表明,手机的基本功能之一就是消除人类由孤独引起的焦虑<sup>[16]</sup>。医学生由于其专业的特殊性,普遍存在社交焦虑,而孤独感会随着社交焦虑的增强而增强。因此,在现实生活中对医学生应予以心理疏导,帮助他们找到健康的缓解孤独感和社交焦虑的方法,鼓励和帮助他们解决产生孤独感和焦虑的根本问题,这样才能有效缓解手机成瘾。

#### 参考文献

[1] YEN C, TANG T, YEN J, et al. Symptoms of problematic

- cellular phone use functional impairment and its association with depression among adolescents in Southern Taiwan [J]. Journal of adolescence, 2009, 32 (4): 863-873.
- [2] 王相英. 大学生手机成瘾与孤独感、人格特质的关系研究 [J]. 中国特殊教育, 2012(12): 59-63.
- [3] 黎伟. 大学生焦虑水平及其影响因素研究 [D]. 华中师范大学, 2002.
- [4] 陈熙维. 大学生社会支持、社交焦虑与孤独感间的关系 [J]. 黑龙江高教研究, 2011(5): 121-123.
- [5] 李丽, 梅松丽, 牛志民, 等. 辽宁省某医学院校学生智能手机成瘾现状调查 [J]. 医学与社会, 2015, 28(12): 73-75.
- [6] 熊婕, 周宗奎, 陈武, 等. 大学生手机成瘾倾向量表的编制 [J]. 中国心理卫生杂志, 2012, 26(3): 222-225.
- [7] RUSSELL D. The UCLA Loneliness Scale (Version 3): reliability, validity, and factor structure [J]. Journal of personality assessment, 1996(66): 20-40.
- [8] 汪向东. 心理卫生评定量表手册 [J]. 中国心理卫生杂志, 1993(增刊): 202.
- [9] 温忠麟, 张雷, 侯杰泰, 等. 中介效应检验程序及其应用 [J]. 心理学报, 2004, 36(5): 614-620.
- [10] 刘欣, 陈晶, 雷威, 等. 大学生手机成瘾与社交焦虑的关系: 人际关系的中介作用 [J]. 西南医科大学学报, 2017, 40(4): 392-396.
- [11] 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.
- [12] 管浩圻, 陈丽兰. 海南大学生交往焦虑在手机成瘾与孤独感间的中介作用 [J]. 中国学校卫生, 2015, 36(8): 1164-1166.
- [13] 唐慧琳, 蔡晓璐. 两岸大学生手机依赖与孤独感的关联 [J]. 南京晓庄学院学报, 2018, 34(1): 89-91, 123.
- [14] 邱蕾. 大学生孤独感在社会支持和手机成瘾间的中介效应 [J]. 医学教育研究与实践, 2018, 26(1): 113-116.
- [15] 杨春红. 大学生手机成瘾倾向、孤独感与人际关系的关系 [D]. 鲁东大学, 2016.
- [16] TOWNSEND A. Life in the real-time city: mobile telephones and urban metabolism [J]. Journal of urban technology, 2000, 7(2): 85-104.

(收稿日期 2019-03-29; 编辑 程欣)

(上接第87页)

系会促进大学生自尊的发展,而大学生的高自尊又会给积极正向的同辈关系提供基础<sup>[7]</sup>。亲友关系紧张对平和质的影响是亲友关系不紧张的0.424倍,大学生作为特殊的高压群体,专业知识的学习、就业形势的严峻、来自父母的压力等都会使其产生强烈的心理冲突,且当代大学生个性较强,易与家人朋友产生分歧,从而出现抑郁、孤僻等情绪,人际交往方面容易出现问題,所以,保持良好的亲友关系,利于体质健康的形成。

#### 参考文献

- [1] 梁建秀, 周艳明, 刘艺峰. 学生体质健康管理咨询系统的研制与实践 [J]. 北京体育大学学报, 2005, 28(10): 1372-1374.
- [2] 王琦. 中国人九种体质的发现 [M]. 北京: 北京出版社, 2011.
- [3] 胡琳琳. 我国与收入相关的健康不平等实证研究 [J]. 卫生经济研究, 2005, 21(12): 13-16.
- [4] 丁萌. 应用中医体质量表对大学生体质分型的调查 [J]. 中国中医基础医学杂志, 2008, 14(4): 291-295.
- [5] 王少春, 闻一平. 不同BMI等级大学生间身体素质的比较研究 [J]. 中国体育科技, 2007, 43(5): 72-74.
- [6] 倪朱谟. 本草汇言 [M]. 上海: 上海科技技术出版社, 2005.
- [7] TONI FALBO, 陶艳兰. 独生子女大学生的心理健康和人际关系 [J]. 广西民族大学学报(哲学社会科学版), 2011, 33(5): 10-14.

(收稿日期 2019-02-00; 编辑 张晓莉)