

青少年人格特质对网络成瘾的影响： 负性生活事件的中介作用

张 婷¹ 郑宇嘉²

1. 苏州大学教育学院, 苏州;

2. 西南民族大学教育学与心理学学院, 成都

摘 要 | 本研究采用小五人格学生问卷、青少年生活事件量表、中文网络成瘾量表, 通过整群取样的方式对吉林某学校的 254 名初中学生进行问卷调查。本文旨在探讨中学生的人格特质、网络成瘾倾向的特点, 以及负性生活事件在人格特质与网络成瘾倾向关系之间的中介作用。研究结果可为提高初中生的心理健康水平和干预网络成瘾提供依据。结果显示: (1) 初中生人格特质中外向性、宜人性、谨慎性、开放性对于网络成瘾有负向预测作用。情绪性对于网络成瘾有正向预测作用; (2) 初中生负性生活事件对网络成瘾具有显著的正向预测作用; (3) 负性生活事件在外向性、情绪性与网络成瘾倾向间起完全中介作用, 在宜人性、谨慎性与网络成瘾间起部分中介作用。

关键词 | 青少年; 人格特质; 网络成瘾; 负性生活事件

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

近年来,随着网络的普及,人们在生活中对网络的各项服务功能的使用频率越来越高。根据第47次《中国互联网络发展状况统计报告》,我国网民规模达9.89亿,其中10—19岁群体占整体网民的21.0%,以中学生群体占比最高。由此可见,互联网的普及率与使用率大幅度上升,互联网使用者也呈现出越来越偏向低龄化的趋势,青少年网民已成为中国网民的最大群体之一。且网络的内容多样性和无时空限制性使得正在探索外在世界从而建立内部模型的青少年更容易沉迷其中,从而造成网络成瘾。而网络成瘾会影响青少年的认知控制能力,社会交往能力,从而对青少年的认知情绪发展造成不利影响^[1-4],因此关注青少年网络成瘾对于促进他们持续发展有重要意义。

青少年的网络成瘾成因多样,而近几年的研究发现人格因素对于网络成瘾的形成具有重要的影响作用。研究表明不同的人格特质维度与网络成瘾之间存在高相关关系^[5],如神经质人格特质可以显著预测网络成瘾倾向^[6],精神质特质和神经质特质也可以正向预测网络成瘾倾向^[7]。一般的,网络成瘾者通常拥有开放性、外向性比较低的人格特质^[8,9]。而人格特点都可以影响个体在人际关系中的困难与挫折,从而导致个体可能进一步的社交焦虑或障碍,影响个体面对负性生活事件的态度和处理能力^[10,11]。另一方面,近几年来受到负性生活事件的影响程度已经成为网络成瘾倾向的重要指标,通过对网络成瘾群体生活中发生的负性生活事件的了解,如学习压力、社会交往压力、失去亲友等,以此核查个体是否使用网络逃避现实中的问题,但目前相关的研究比较少。

并且,目前国内外对人格特质对网络成瘾的影响研究较多,但以负性生活事件为中介的文章还不是很。以往对人格特质、负性生活事件与网络成瘾的关系研究,主要以大学生被试为主,但现在的网络受众越来越偏向低龄化,初中生接触网络的时间越来越多,成瘾倾向也日益增高。随着现如今学业压力越来越重,对青少年家庭,人际关系,生活事件方面的关注度也变得越来越。目前国内外为数不多的关于人格特质与网络成瘾、负性生活事件关系的研究,研究时间较早,是于十年前完成的研究,十年前网络的发展情况与现如今大有不同,初中生的状态和人格发展与十年前相比也有较大变化。因此,现今对人格特质、负性生活事件与网络成瘾的关系探究具有现实意义,同时对提高初中生的心理健康水平和干预网络成瘾都具有十分重要的意义。

综上,本研究在着重青少年人格特质对网络成瘾的影响的基础上,进一步探究负性生活事件是否在两者之间起中介作用。

2 研究方法

2.1 研究对象

本研究采用整群取样的方式选择吉林某中学350名学生(初二120名,初三230名),平均年龄 15 ± 2 岁。有效问卷254份,有效率分别为初二75.8%,初三70.4%。其中男性101名,女性146名。

2.2 研究工具

2.2.1 中学生五因素人格结构问卷

本研究中初中生人格特质量表采用了周晖等编制、邹泓修订的适用于中学生的“小五人格”问卷^[12,13]。该问卷主要分为五个维度:外向性、宜人性、情绪性、谨慎性、开放性,共50个题项。问卷为自陈量表,被试在填写问卷的过程中根据符合自身情况进行作答,计分标准为李克特5级计分。本次测量中该量表各维度的Cronbach α 系数分别为外向性0.76、宜人性0.81、严谨性0.84、开放性0.76、情绪性0.74。

2.2.2 中文网络成瘾量表

本研究选取了陈淑惠编制中文网络成瘾量表,全量表共26题^[14]。该量表包含以下五个维度:①强

迫性上网行为, ②戒断行为与退瘾反应, ③网络成瘾耐受性, ④时间管理问题, ⑤人际及健康问题。量表更注重检测被试的心理层面, 通过对各种成瘾症状的诊断标准和对临床个案的观察而编制的。大多数青少年网络成瘾倾向研究中, 量表均具有较好的信度和效度。本量表为李克特四级自评量表, 各因子分之和为总分, 总分代表个人网络成瘾的程度, 题目得分越高表示网络成瘾倾向越高。本次测量中该量表的 Cronbach α 系数为 0.75。

2.2.3 青少年生活事件量表

本文采用刘贤臣、刘连启等编制的青少年生活事件量表^[15], 主要测量在青少年的生活状况中可能发生的负性生活事件, 包括以下六个维度: 人际关系、学习压力、受惩罚、丧失、健康适应、其他。根据本文研究目的, 本研究中对量表负性生活事件发生的评定期限为 1 年。初中生对每一负性生活事件应先确定事件是否在评定期限内发生, 未发生则不计分, 若负性生活事件已发生则根据所受到的心理影响按李克特 5 级评分。各分量表分为所含条目分之和, 分量表分相加为总分。适用于青少年特别是中学生生活事件的评定。本次测量中该量表的 Cronbach α 系数为 0.88。

2.3 数据处理

回收问卷后剔除无效问卷, 采用 SPSS23.0 进行数据录入与分析。

2.4 研究结果

2.4.1 负性生活事件、人格特质与网络成瘾的相关分析。

描述统计发现, 被试群体中网络成瘾倾向均值为 26.78, 未成瘾组共有 39 人, 中间组为 171 人, 成瘾组共有 44 人。可知网络成瘾倾向处于中等水平的人数较多。负性生活事件均值为 33.29, 可知群体中负性生活事件影响力较小。人格特质各维度与负性生活事件、网络成瘾之间的相关性关系结果见表 1。发现外向性、宜人性、谨慎性与负性生活事件和网络成瘾倾向呈显著负相关, 开放性与网络成瘾倾向呈显著负相关, 说明外向性、宜人性和谨慎性特质越高, 受负性生活事件影响更少, 网络成瘾倾向越低, 开放性越高网络成瘾倾向越低, 而情绪性与负性生活事件、网络成瘾倾向呈显著正相关, 表明情绪性特质越强, 受负性生活事件影响越大, 网络成瘾倾向越高。

表 1 各变量相关表

Table 1 The correlation analysis between the variables

	M \pm SD	外向性	宜人性	谨慎性	情绪性	开放性	负性生活事件	网络成瘾倾向
外向性	3.61 \pm 0.91	1						
宜人性	3.94 \pm 0.66	0.55**	1					
谨慎性	3.43 \pm 0.76	0.39**	0.60*	1				
情绪性	3.45 \pm 0.76	-0.11	0.08	0.03	1			
开放性	3.71 \pm 0.71	0.55**	0.54**	0.56**	0.07	1		
负性生活事件	33.29 \pm 16.77	-0.16*	-0.23**	-0.26**	0.29*	-0.06	1	
网络成瘾倾向	26.78 \pm 13.27	-0.14*	-0.29**	-0.34**	0.21**	-0.19**	0.43**	1

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$, 下同。

2.4.2 人格特质对网络成瘾的影响

以人格特质的不同维度作为自变量，网络成瘾为因变量进行回归分析，结果如表2所示。外向性、宜人性、开放性、谨慎性对网络成瘾有显著的负向预测作用，情绪性对网络成瘾有显著的正向预测作用。

表2 各人格特质对网络成瘾的回归分析表

Table 2 Regression analysis of personality on internet addiction

	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	R^2	<i>F</i>
外向性	-0.08	0.04	-0.14	5.17*	0.02
宜人性	-0.29	0.05	-0.29	21.61***	0.08
谨慎性	-0.23	0.04	-0.34	32.88***	0.12
情绪性	-0.15	0.04	0.21	11.70**	0.05
开放性	-0.14	0.05	-0.19	9.40**	0.03

2.4.3 负性生活事件在人格特质与初中生网络成瘾关系中的中介效应分析

以上回归与相关分析得出，人格特质中有四个维度，外向性、宜人性、谨慎性、情绪性与负性生活事件、网络成瘾的两两相关均显著，满足中介效应检验的条件。采用温忠麟等提出的三步回归中介检验方法^[16, 17]，分别检验：负性生活事件在外向性、宜人性、谨慎性、情绪性与网络成瘾倾向之间的中介作用。

如表3所示，外向性对网络成瘾的负向预测作用显著，负性生活事件在外向性与网络成瘾之间存在完全中介效应，中介效应占总效应的比例为45.53%；宜人性对网络成瘾负向预测作用显著，负性生活事件在宜人性与网络成瘾之间存在部分中介效应，中介效应占总效应的比例为30.96%；谨慎性对网络成瘾负向预测作用显著，负性生活事件在谨慎性与网络成瘾之间存在部分中介效应，中介效应占总效应的比例为28.67%；情绪性对网络成瘾正向预测作用显著，负性生活事件在情绪性与网络成瘾之间存在完全中介效应，中介效应占总效应的比例为55.61%。

表3 负性事件在各人格特质与网络成瘾之间的中介效应检验表

Table 3 The mediating effect of negative life events between personality and Internet addiction

	网络成瘾				负性事件				网络成瘾			
	β	<i>t</i>	R^2	<i>F</i>	β	<i>t</i>	R^2	<i>F</i>	β	<i>t</i>	R^2	<i>F</i>
外向性	-0.14*	-2.28*	0.02	5.17*	-0.16*	-2.49*	0.02	6.22*	-0.08	-1.32	0.19	27.94
负性事件									0.42***	-2.34***		
宜人性	-0.29***	-4.65***	0.08	21.61***	-0.23***	-3.69***	0.04	13.59***	-0.20**	-3.35**	0.21	33.91**
负性事件									0.38***	6.55***		
谨慎性	-0.34***	-5.73***	0.12	32.88***	-0.25***	-4.02***	0.06	16.19***	-0.24***	-4.22***	0.25	42.97***
负性事件									0.40***	6.95***		
情绪性	0.21*	3.42**	0.04	11.68**	0.29***	4.75***	0.08	22.54***	0.10	1.68	0.19	30.29***
负性事件									0.41***	6.78***		

3 讨论

3.1 人格特质对网络成瘾的问题分析

本研究通过回归分析可以发现人格特质中外向性、宜人性、谨慎性、开放性特质可以负向预测网络成瘾，情绪性特质可以正向预测网络成瘾倾向，这和之前的研究结果一致^[6]，表明性格外向，为人温和做事稳重，想法开放的个体网络成瘾倾向更低。而易紧张焦虑，自我评价低的个体网络成瘾倾向较高，这可能是由于性格较为内向的个体在人际沟通时容易感到焦虑^[18, 19]，因此借助网络缓解遇到问题时的压力，而做事冲动，自制力较差的个体更容易沉溺于网络，可能难以转移在网络上的注意力，而长期情绪紧张敏感，自我评价低的个体容易形成内部归因，比一般个体更容易受到情绪影响，因此通过网络社交或者游戏进行发泄之后，更容易形成网络成瘾。

3.2 负性生活事件在人格特质与网络成瘾之间的中介作用分析

本研究结果证明，和过去的研究一致^[8, 10]人格特质各维度外向性，宜人性，谨慎性均对负性生活事件具有负向预测作用，情绪性对负性生活事件具有正向预测作用，负性生活事件对网络成瘾具有显著的正向预测作用，这说明不同人格特质的初中生在受到所处生活中负性生活事件的影响程度越大，出现网络成瘾倾向增高的可能性就越高。

在这些维度中需要关注的是情绪性特质，青少年处于认知控制相关的大脑还在持续发育的阶段，而情绪动机系统已经率先成熟，因此受情绪影响相对于成人更大^[20, 21]。且初中作为一个特殊的升学阶段，在这个时期，学业压力相对于小学更大对于人际交往的敏感性提高，更容易感知到负性事件中的消极不分，而大脑发育的不平衡性使得这个时期的青少年对于奖励性敏感性增强，因此更容易沉迷于网络的快速即时的反馈，将在现实中无法解决的情绪问题借由网络纾解，从而获得心理需要，而宜人性外向性低的个体在这个过程中可能会更容易封闭自我，拒绝朋友家长老师的帮助，加剧网络成瘾。因此在开展初中生的心理健康教育中应该加入情绪调节的部分，以帮助青少年更好地应对负性事件带来的刺激，避免网络成瘾，助力青少年学业和人际的更好发展。

4 结论

(1) 初中生人格特质中外向性、宜人性、谨慎性、开放性因子对网络成瘾具有显著负向预测作用。初中生人格特质中情绪性因子对网络成瘾具有显著正向预测作用。

(2) 初中生负性生活事件对网络成瘾具有显著的正向预测作用。

(3) 负性生活事件在外向性、情绪性与网络成瘾倾向间完全中介作用显著；在宜人性、谨慎性与网络成瘾倾向间部分中介作用显著。

参考文献

- [1] Balconi M, Campanella S, Finocchiaro R. Web addiction in the brain: Cortical oscillations, autonomic

- activity, and behavioral measures [J]. *Journal of Behavioral Addictions*, 2017, 6 (3).
- [2] King D L, Delfabbro P H, Zwaans T, et al. Clinical features and axis I comorbidity of Australian adolescent pathological Internet and video game users[J]. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 2013, 47(11): 1058–1067.
- [3] Reed P, Romano M, Re F, et al. Differential physiological changes following internet exposure in higher and lower problematic internet users [J]. *Plos One*, 2017, 12 (5): e0178480.
- [4] 陈天丽. 不同培养类型大学生网络成瘾和抑郁的状况研究 [J]. *教育现代化*, 2017, 4 (13): 173–175.
- [5] 张海涛, 苏苓. 高职生网络成瘾与人格特征关系的研究 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2006 (1): 75–77.
- [6] 杨洋, 雷雳, 柳铭心. 青少年责任心人格、互联网服务偏好与“网络成瘾”的关系 [J]. *心理科学*, 2006 (4): 947–950.
- [7] 侯友. 大学生网络成瘾状况及其与生活事件、人格特质的相关研究 [D]. 内蒙古师范大学, 2007.
- [8] 雷雳. 青少年“网络成瘾”探析 [J]. *心理发展与教育*, 2010, 26 (5): 554–560.
- [9] Johnson K M, MPH, Bradley K A, et al. Frequency of mastalgia among women veterans. Association with psychiatric conditions and unexplained pain syndromes [J]. *Journal of General Internal Medicine*, 2010, 21 (3): S70–S75.
- [10] 赵鑫. 网络成瘾青少年生活事件的对比研究 [J]. *中国学校卫生*, 2006 (12): 1046–1047.
- [11] 刘茂航, 余雪芹, 秦丽, 等. 统筹城乡地区青少年心理状况与负性生活事件、人格特征的关系 [J]. *精神医学杂志*, 2017, 30 (5): 326–328.
- [12] 周晖, 钮丽丽, 邹泓. 中学生人格五因素问卷的编制 [J]. *心理发展与教育*, 2000 (1): 48–54.
- [13] 邹泓. 青少年同伴关系的发展功能及其影响因素的研究 [J]. *体育教学*, 2006 (5): 54.
- [14] 陈淑惠, 翁俪祯, 苏逸人, 等. 中文网络成瘾量表之编制与心理计量特性研究 [J]. *中华心理学刊*, 2003, 45 (3): 279–294.
- [15] 刘贤臣, 刘连启, 李传琦, 等. 青少年应激性生活事件和应对方式研究 [J]. *中国心理卫生杂志*, 1998 (1): 47–49+64.
- [16] 温忠麟, 叶宝娟. 中介效应分析: 方法和模型发展 [J]. *心理科学进展*, 2014, 22 (5): 731–745.
- [17] 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 (5): 614–620.
- [18] 吕欢. 大学生网络成瘾与抑郁、孤独的相关性研究 [J]. *当代教育实践与教学研究*, 2018 (11): 223–224.
- [19] 唐海波, 周敏. 大学生生活事件、认知情绪调节与心理弹性的关系 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2014, 22 (3): 441–443.
- [20] Tamnes C K, Herting M M, Goddings A L, et al. Development of the Cerebral Cortex across Adolescence: A Multisample Study of Inter-Related Longitudinal Changes in Cortical Volume, Surface Area, and Thickness [J]. *The Journal of Neuroscience*, 2017, 37 (12).
- [21] Hsu N S, Jaeggi S M. The Emergence of Cognitive Control Abilities in Childhood [J]. *Current Topics in Behavioral Neurosciences*, 2013, 16: 149–166.

Relationship Between Personality and Internet Addiction: The Mediating Effects of Negative Life Events

Zhang Ting¹ Zheng Yujia²

1. School of Education, Soochow University, Suzhou;

2. School of Education and Psychology, Southwest Minzu University, Chengdu

Abstract: To explore how the personality of junior high school students affects their Internet addictive behaviors and to explore the causes of Internet addiction among junior high school students from a more comprehensive perspective by using negative life events as mediating variables. 254 junior high school students in Jilin university were surveyed by using Five -factor Personality Questionnaire for Middle School Students; Adolescent Self-rating Life Events Check List and Internet addiction tendencies. The research conclusions are as follows: (1) In the personality of junior high school students, centricity, agreeableness, prudence and openness, have significant negative predictive effects on Internet addiction. The emotional factors in the personality traits of junior high school students had a significant positive predictive effect on Internet addiction; (2) Negative life events on Internet addiction have a significant positive prediction function; (3) Negative life events had a full mediation effect between extraversion, emotionality and Internet addiction tendency. Negative life events had a partial mediation effect between agreeableness, caution and Internet addiction.

Key words: Adolescents ; Personality; Negative life events; Internet addiction