

社交自我效能感在个体孤独感与低头行为间的中介作用

曲艳杰

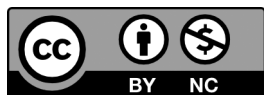
三亚学院，三亚

摘要 | 目的：探讨孤独感对低头行为的影响，以及社交自我效能感的中介作用。方法：采用孤独感量表（UCLA）、低头族行为通用量表（GSP）和社交自我效能感量表（PSSE）对902名个体进行问卷调查。结果：（1）个体低头行为总分偏高的比例占41.1%。人际冲突维度和自我隔离维度得分男性显著高于女性、独生子女显著高于非独生子女。在年龄方面，18~25岁和51~60岁个体的低头行为显著高于其他年龄阶段；（2）孤独感与低头行为呈显著正相关（ $r=0.38$ ； $p<0.01$ ），社交自我效能感与孤独感和低头行为呈显著负相关（ $r=-0.51 \sim -0.12$ ； $p<0.01$ ）；（3）孤独感正向预测低头行为（ $\beta=0.38$ ； $p<0.001$ ）。社交自我效能感在孤独感与低头行为关系间起部分中介作用，中介效应占总效益的16.10%。结论：孤独感不仅直接影响个体低头行为，而且还可以通过降低社交自我效能感间接影响低头行为。

关键词 | 孤独感；低头行为；社交自我效能感；中介作用

Copyright © 2022 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/>



根据2019年的一项调查显示，大学生的手机依赖率达到了85.4%^[1]，而手机依赖是导致低头行为的重要因素^[12]。有研究发现，89%的人在最后一次社交活动中都有低头行为^[2]，在群体中低头行为成了一种普遍现象。在社交互动过程中，只关注使用智能手机而不是关注另一个人或多个人现象称为“手机冷落行为”或者“低头族”^[3]。现有研究主要从个体特征（性别、年龄、神经质、孤独感、抑郁、措施恐惧、缺乏自控力）和问题性移动技术使用（手机成瘾、网络成瘾等）两个方面对手机冷落行为影响因素进行了初步探讨^[4]。因为个体进入青春期以后，就处在埃里克森人生发展过程中的自我同一性阶段和获得亲密感克服避免孤独的阶段^[5]。根据调查显示，大学生和已进入工作岗位的个体孤独感水平较高^[13, 48]，是个体成年后较为普遍的一种情绪体验。孤独感描述了个体感知到对社会交往的渴望与实际情况下存在巨大的差距而体验到的消极情绪^[6]。因此本研究主要探索个体孤独感与低头行为的关系及其中介机制。根据补偿性互联网使用理论可知，消极的生活体验会使个体产生上网的动机，以此缓

通讯作者：曲艳杰，三亚学院，研究方向：低头行为，E-mail: 2269952104@qq.com。

文章引用：曲艳杰. 社交自我效能感在个体孤独感与低头行为间的中介作用[J]. 中国心理学前沿, 2022, 4(4): 496-504.

<https://doi.org/10.35534/pc.0404062>

解消极情绪^[7]。正处在克服孤独感阶段的个体,可能会通过使用手机的方式来避免孤独感。有研究表明,孤独感可正向预测问题性手机使用^[8]。手机功能的互动性和虚拟性可以缓解个体因孤独所产生的焦虑^[9],可能使个体的孤独感得到充分的缓解而形成低头行为。同时孤独感也会增加个体的手机依赖倾向^[10],使其在人际互动的过程中出现低头行为。智能手机成瘾又可以预测低头行为。有调查显示,影响低头行为最重要的因素是手机成瘾^[11, 12]。所以个体可能会通过使用手机的方式避免孤独感,从而在人际互动中呈现低头行为。本研究提出假设1:孤独感可正向预测低头行为自我效能感被定义为个体在执行某一行为操作前对自己是否能够完成该行为活动的信念、判断或自我感受^[26]。

社交自我效能感,是指个体对自己参加社交活动、维持人际关系能力的自信心和信念^[14]。班杜拉指出,自我效能是一个层级结构^[21],社交自我效能是一种任务相关的自我效能,处在自我效能层级结构之下^[22]。因此社交自我效能感是自我效能感结构的一部分。根据班杜拉提出的自我效能感理论,自我效能感的形成主要取决于四个因素,分别为行为成就、替代经验、言语劝说、情绪和心理状态^[15]。而孤独感作为个体需要克服的一种负面情绪,可直接影响个体情绪和心理状态导致情绪障碍^[16]。同时较高的孤独感会抑制人际关系能力^[17],使个体在社交活动中的行为成就受挫。有研究表明,个体孤独感越高人际关系困扰程度越高^[18],而且孤独感与社交自我效能感之间存在双向相关^[19]。因此孤独感的体验可能会降低一个人的社交自我效能感。根据病理性互联网使用的认知行为模型指出,个体较低自我效能感是其非适应性认知的重要内容,也是病理性互联网使用的近端影响因素^[20]。因此社交自我效能感可能会在认知行为模型的理论框架中,导致病理性互联网的使用,而呈现低头行为。有研究显示,大学生的人际适应和社会适应能力与手机依赖呈显著负相关^[14],同时低社交自我效能感是网络成瘾的原因之一^[23]。因此社交自我效能感可能会导致个体的低头行为。以往研究也表明,孤独感可通过社交自我效能感,影响问题性社交网络使用和手机依赖^[24, 25]。

综上所述,本研究提出假设2:孤独感通过社交自我效能感影响低头行为目前国内外对低头行为的研究主要集中在其产生的作用,例如对关系质量的影响、对情绪和生活满意度的影响和不同情境下低头行为造成的结果等^[27]。而对于低头行为预测因素的探索,主要表现在手机成瘾、网络成瘾等问题性技术使用^[12]和个体特征两方面^[29]。对于预测因素导致低头行为的内部机制研究相对较少。国内至今没有研究者对于孤独感与低头行为关系进行探究,对孤独感的研究主要停留在与手机依赖^[28-32]或问题性技术使用^[30, 31]的水平。因此本研究进一步从人际关系的角度探讨个体孤独感对低头行为的影响,揭示个体孤独感在低头行为中的内在机制。一方面为深入探究个体特征与低头行为的关系提供研究依据,另一方面为调整个体因避免孤独感导致的低头行为提供理论依据。

1 对象与方法

1.1 对象

2022年1月对B市市民进行问卷调查。共计发放问卷965份,剔除无效问卷59份,有效问卷902份,有效率为93%。被试年龄范围在18岁~60岁。其中,男生506人,女生396人;独生子女有549人,非独生子女有353人。本研究取样的被试人数为902人,能够达到计划样本量。

1.2 方法

1.2.1 孤独量表 (loneliness scale university of california at los angel, UCLA) [33]

由 Russell 等人 1987 年修订, 本研究采用孤独感量表中文版。该量表共包含 20 个题目, 4 点评分 (“1” 表示从不, “4” 表示经常), 得分越高表示孤独感程度越高。在本研究中, 该量表的信度良好, 系数为 0.86。

1.2.2 低头族行为通用量表 (generic scale of phubbing, GSP) [34]

由瓦罗斯·乔皮塔亚苏南德和卡伦·M·道格拉斯请补充中文译名 Varoth Chotpitayasunondh 和 Karen M.Douglas 2018 年开发, 本研究采用张璐等 2020 修订的中文版手机冷落行为通用量表 [36]。该量表共 15 个题目, 4 个维度, 分别为无手机恐惧维度、人际冲突维度、自我隔离维度和问题认知维度。采用 7 点计分 (“1” 表示从不, “7” 表示总是), 得分越高说明低头行为越明显。在本研究中, 该量表信度良好, 系数为 0.91。

1.2.3 社交自我效能感量表 (the scale of perceived social selfefficacy, PSSE) [35]

由希瑟·M·史密斯和南希·E·贝茨 Heather M.Smith 和 Nancy E.Betz 在 1999 年编制, 本研究采用孟慧和范津的中文修订版。本量表共包含 18 个项目, 采用 5 点计分 (“1” 表示完全没有信心, “5” 表示完全有信心), 量表为单因素结构。在本研究中, 该量表的信度良好, 系数为 0.93。

1.3 统计处理

采用 SPSS22.0 软件进行描述性统计分析, 相关性和回归分析分别用 Pearson 相关和线性回归分析。

2 结果

2.1 描述统计及人口学差异检验

结果显示, 有 370 人 (41.1%) 低头行为得分均在 4 分以上, 低头行为得分偏高。有 779 人 (85.8%) 处在中等偏上的孤独状态。

对个体孤独感、社交自我效能感、低头行为及其四个因子 (无手机恐惧症、人际冲突、自我隔离、问题认知), 在性别、年龄和独生子女的得分上进行方差分析。结果显示: (1) 在性别方面, 无手机恐惧症维度得分女性显著高于男性。在社交自我效能感、人际冲突维度和自我隔离维度的得分男性显著高于女性; (2) 在独生子女方面, 社交自我效能感、人际冲突维度和自我隔离维度的得分独生子显著高于非独生子, 无手机恐惧症维度的得分非独生子显著高于独生子; (3) 低头行为在不同年龄段存在显著差异。18 ~ 25 岁个体低头行为得分显著高于 26 ~ 40 岁, 51 ~ 60 岁个体低头行为得分显著高于 50 ~ 18 岁以下个体。

表 1 孤独感、社交自我效能感和低头行为描述统计

Table 1 Descriptive statistics of loneliness, social self-efficacy and phubbing

	孤独感	社交自我效能感	低头行为	无手机恐惧症维度	人际冲突维度	自我隔离维度	问题认知维度
<i>M ± S</i>	2.23 ± 0.47	3.39 ± 0.71	3.85 ± 1.19	4.31 ± 1.40	3.42 ± 1.52	3.60 ± 1.50	4.16 ± 1.43

2.2 个体孤独感、社交自我效能感与低头行为的相关性

表2显示,孤独感均分与低头行为及其四个因子均分呈显著正相关。社交自我效能感与孤独感、低头行为及其四个因子呈显著负相关。性别与社交自我效能感、无手机恐惧症维度、人际冲突维度和自我隔离维度呈显著负相关。年龄与问题认知维度呈显著负相关。

表2 孤独感、社交自我效能感与低头行为的相关分析 (r)

Table 2 Correlation analysis of loneliness, social self-efficacy and phubbing

项目	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 孤独感	1								
2. 社交自我效能感	-0.51**	1							
3. 低头行为	0.38**	-0.12**	1						
4. 无手机恐惧症维度	0.12**	-0.08*	0.70**	1					
5. 人际冲突维度	0.35**	-0.06	0.84**	0.37**	1				
6. 自我隔离维度	0.43**	-0.14**	0.87**	0.40**	0.72**	1			
7. 问题认知维度	0.33**	-0.11**	0.83**	0.51**	0.59**	0.67**	1		
8. 性别	-0.05	-0.08*	-0.02	0.15**	-0.16**	-0.07*	0.03	1	
9. 年龄	-0.019	0.01	-0.05	-0.02	-0.04	-0.05	-0.07*	0.10**	1

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

2.3 个体社交自我效能感在孤独感与低头行为之间的中介作用分析

社交自我效能感与孤独感、低头行为呈显著负相关,孤独感与低头行为呈显著正相关,这基本符合中介作用的前提条件,可以进行中介效应检验。

如表3所示,孤独感对社交自我效能感($\beta = -0.51$, $t = -18.18$, $p < 0.001$)及低头行为($\beta = 0.38$, $t = 12.63$, $p < 0.001$)有显著的预测作用。当低头行为做因变量时,纳入社交自我效能感后,孤独感对低头行为的预测作用增加,但仍然显著($\beta = 0.44$, $t = 12.42$; $p < 0.001$);且社交自我效能感能显著预测低头行为($\beta = -0.12$, $t = -3.68$; $p < 0.001$),表明在孤独感与低头行为之间,社交自我效能感起部分中介作用。中介效应占总效应的百分比为 $-0.51 \times -0.12 / 0.38 = 16.10\%$ 。

表3 社交自我效能感在孤独感与低头行为关系中的中介效应检验

Table 3 A test of the mediating effect of social self-efficacy in the relationship between loneliness and phubbing

步骤	标准化回归方程	R^2	B	SE	β	t	p
第一步	$Y = 0.38X$	0.15	0.96	0.07	0.38	12.63	0.00
第二步	$M = -0.51X$	0.26	-0.77	0.043	-0.51	-18.18	0.00
第三步	$Y = -0.12M$ $+0.44X$	0.01 0.15	-0.20 1.10	0.05 0.08	-0.12 0.44	-3.68 12.42	0.00 0.00

注: X指孤独感, M指社交自我效能感, Y指低头行为; R^2 指测定系数, B 指偏回归系数, SE指标准误, β 指标准化回归系数。

3 讨论

本次研究结果显示,个体低头行为得分较高的比例占41.1%,相较于国内相关研究,本次低头行为检出率较低^[1]。这可能是因为以往国内研究主要通过手机成瘾来判断低头行为。虽然有研究表明,手机成瘾是低头行为的重要影响因素^[11],但能够预测低头行为的因素还有很多,例如情绪、自控力等^[47]。因此单纯通过手机成瘾来判断低头有可能使其的占比增加,而本研究直接对低头行为进行测量。同时本研究统计的是低头行为得分偏高的个体占比。因此低头行为的占比会出现下降趋势。低头行为总分在性别上没有显著差异,这与以往研究发现女性的手机冷落行为频率显著高于男性的结果不同^[37]。2016年瓦罗斯·乔皮塔亚苏南德(Varoth Chotpitayasunondh)等人研究发现,性别在低头行为与低头行为社会规范之间具有调节作用^[2]。因此在本研究中低头行为在性别上之所以没有显著差异,可能正是受到性别因素的调节,导致个体在一定程度上接受低头行为的社会规范。从这个角度上讲,本研究结果支持了以往研究。但是在无手机恐惧症维度得分女性显著高于男性,是因为无手机恐惧症状与手机依赖或者手机成瘾的意义相同,以往研究中发现,女生比男生手机依赖的程度更高^[38],因此在这一维度上得分女性显著高于男性与以往研究一致。在人际冲突维度和自我隔离维度的得分男性显著高于女性。以往有研究表明,女性使用语言来促进社交交往,但男性更常用语言来传递信息^[43]。所以从性别层面上来讲,男性相对于女性更不擅长通过语言建立社会交往,而使用手机沟通的信息也是一种语言。一项美国研究发现,女性与男性相比,发送电子邮件更多用来加强与家人和朋友的联系^[44]。因此在手机使用方面男性与女性相比人际冲突维度和自我隔离维度偏高。在独生子女方面,人际冲突维度和自我隔离维度得分独生子显著高于非独生子。这可能是因为独生子与非独生子相比,善于通过使用手机的方式回避人际关系中的困扰。有研究发现,独生子女比非独生子女在人际交谈上的困扰更高^[45]。所以独生子女可能因为不善于人际交谈,通过低头行为的方式来进行自我隔离形成人际冲突,导致独生子女在人际冲突维度和自我隔离维度的得分比非独生子高。无手机恐惧症维度的得分非独生子显著高于独生子,这与以往研究发现独生子女的手机成瘾倾向显著高于非独生子女结果不同^[39]。在年龄方面,18~25岁个体低头行为得分显著高于26~40岁个体。这与以往研究发现年轻人手机冷落行为更加普遍一致^[40]。但本研究还发现51~60岁个体低头行为得分显著高于其他年龄段。已有研究表明,手机成瘾现象在中老年人群中也越来越普遍^[41]。可能因为目前智能手机使用起来越来越简单方便,可以帮助中老年人获得更丰富的信息和满足社会交往的需要。而其他年龄段的个体对于手机的使用已经习以为常,不会有太多的新鲜感。所以导致中老年人低头行为更明显。同时低头行为在青年群体和老年群体中更为普遍,这种两极化的现象,可能说明其他年龄段的个体更愿意将注意力投入到现实活动中,而青年和老年群体更不容易在现实生活中建立人际互动而表现出低头行为。根据社会情绪选择理论^[46],可能青年人更容易被新鲜事物吸引,从而选择注重当下手机使用所带来的满足感,而无法在现实生活中建立人际关系。中老年人虽然更重视建立关系,而现实中的社交圈越来越窄,所以他们更倾向于通过手机使用保持与外界联系。所以导致低头行为出现两极化的现象。

相关分析发现,孤独感与低头行为显著正相关。也就是说,当个体感受到孤独的时候,可能会更渴望建立社会互动,但由于孤独感本身会抑制人际关系的能力^[19],使个体在社交活动中的行为成就受挫。

因此个体可能会更加倾向于使用手机来建立社会互动,从而缓解孤独感所带来的负面情绪,导致低头行为的增加。而明显的低头行为又会破坏现实的人际关系,从而加深个体孤独感的体验形成恶性循环,这与刘红和汤森(A M Townsend)等人研究结果相吻合^[10, 42]。社交自我效能感与孤独感、低头行为呈显著负相关。即社交自我效能感得分高的个体其孤独感程度和低头行为会显著降低。当个体相信自己有能力应对各种人际社交情况时,可能会更加积极主动的进行社会互动,就不会产生明显的孤独体验。有研究表明,社交自我效能感与孤独感存在显著负相关^[19],本研究结果与以往研究一致。因为孤独感减低,也不会依赖于通过手机使用来满足自己的社交需求和由于孤独感导致的负面情绪,因此低头行为表现也会减少。

本研究结果还表明,孤独感不仅直接影响个体低头行为,而且还可以通过降低社交自我效能感间接影响低头行为。也就是说,孤独感得分越高的个体其社交自我效能感低,社交自我效能感越低,低头行为会越严重。当个体体验到较高的孤独感时,人际关系的困扰程度也会增加,会抑制人际关系能力,破坏个体在人际关系互动中的自信心,可能使个体脱离现实通过手机使用来满足社交需求缓解负面情绪,导致低头行为增加。

4 结论

本研究结果表明:(1)个体低头行为总分偏高的比例占41.1%。人际冲突维度和自我隔离维度上得分男性显著高于女性、独生子显著高于非独生子。在年龄方面,18~25岁和51~60岁个体的低头行为显著高于其他年龄阶段;(2)孤独感和低头行为以及社交自我效能感相互之间相关显著,孤独感与低头行为呈正相关,社交自我效能感与孤独感和低头行为呈负相关;(3)孤独感可通过社交自我效能感对低头行为产生间接作用,社交自我效能感在这一关系中起部分中介作用,中介效应占总效益的16.10%。

参考文献

- [1] 谢铃莉,季雨楠,李晨阳,等.大学生“低头族”现状及与社会适应关系[J].中国健康心理学杂志,2019(2):256-260.
- [2] Ranie L, Zickuhr K. Americans' Views on Mobile Etiquette [M]. Washington D C: Pew Research Center, 2015.
- [3] Al-Saggaf Y, O'Donnell S B. Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts [J]. Human Behavior and Emerging Technologies, 2019, 1(2): 132-140.
- [4] 龚艳萍,陈卓,谢菊兰,等.手机冷落行为的前因、后果与作用机制[J].心理科学进展,2019,27(7):10.
- [5] 刘佳.用埃里克森自我同一性理论透视大学生自我意识的形成过程[J].高教发展与评估,2010(1):6.
- [6] Dan R, Peplau L A, Ferguson M L. Developing a measure of loneliness [J]. Journal of Personality Assessment, 1978, 42(3): 290-294.
- [7] Kardefelt-Winther, Daniel. A conceptual and methodological critique of internet addiction research: towards a model of compensatory internet use [J]. Computers in Human Behavior, 2014, 31(31): 351-354.

- [8] Takao M, Takahashi S, Kitamura M. Addictive personality and problematic mobile phone use [J] . *Cyberpsychol Behav*, 2009, 12 (5) : 501-507.
- [9] Townsend A M. Life in the Real- Mobile Telephones and Urban Metabolism [J] . *JUrban Technol*, 2000, 7(2): 85-104.
- [10] 刘红, 王洪礼. 大学生手机依赖倾向与孤独感 [J] . *中国心理卫生杂志*, 2012, 26 (1) : 66-69.
- [11] Chotpitayasunondh V, Douglas K M. How “phubbing” becomes the norm: the antecedents and consequences of snubbing via smartphone [J] . *Computers in Human Behavior*, 2016 (63) : 9-18.
- [12] Karada E, Ule Betül Tosunta, Erzen E, et al. Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: a structural equation model [J] . *Journal of Behavioral Addictions*, 2015.
- [13] 孟晋. 533名大学生孤独感状况调查 [J] . *健康心理学杂志*, 2002 (2) : 113-116.
- [14] Connolly, Jennifer. Social self-efficacy in adolescence: relations with self-concept, social adjustment, and mental health [J] . *Canadian Journal of Behavioural Science*, 1989, 21 (3) : 258-269.
- [15] 刘园园, 夏慧言. 自我效能感理论研究及其展望 [J] . *河北经贸大学学报 (综合版)*, 2014 (4) : 4.
- [16] 戴革, 郭薇, 王志刚, 等. 大学生孤独感对抑郁的影响 [J] . *中国健康心理学杂志*, 2017, 25 (2) : 297-299.
- [17] 任丽杰, 莫碧波, 李丹, 等. 大学生人际关系能力与孤独感的交叉滞后分析 [J] . *中国临床心理学杂志*, 2020, 28 (4) : 4.
- [18] 张平, 郭梅英, 任丽敏. 大学新生孤独感与人际关系自我和谐及疲劳感关系分析 [J] . *中国学校卫生*, 2010, 31 (2) : 2.
- [19] Tsai W, Wang K T, Wei M. Reciprocal relations between social self-efficacy and loneliness among Chinese international students [J] . *Asian American Journal of Psychology*, 2017, 8 (2) : 94.
- [20] Davis R A. A cognitive-behavioral model of pathological internet use [J] . *Computers in Human Behavior*, 2001, 17 (2) : 187-195.
- [21] Bandura A, Caprara G V, Barbaranelli C, et al. Role of affective self-regulatory efficacy in diverse spheres of psychosocial functioning [J] . Blackwell Publishing Inc, 2003, 74 (3) : 769-782.
- [22] 汤冬玲, 董妍, 俞国良, 等. 情绪调节自我效能感: 一个新的研究主题 [J] . *心理科学进展*, 2010(4): 7.
- [23] Iskender M, Akin A. Social self-efficacy, academic locus of control, and internet addiction [J] . *Computers & Education*, 2010, 54 (4) : 1101-1106.
- [24] 许磊, 张晴晴, 牛更枫. 社会排斥对手机依赖的影响: 社会自我效能感和社交焦虑的中介作用 [J] . *中国临床心理学杂志*, 2021 (2) : 5.
- [25] 张志云. 大学生孤独感与问题性社交网站使用: 社交焦虑, 社会自我效能感的链式中介作用 [D] . 上海: 上海师范大学, 2019.
- [26] Bandura A. *Self-efficacy: The exercise of control* [M] . New York: W. H. Freeman, 1997.
- [27] Al-Saggaf Y, O'Donnell S B. Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts [J] . *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2019, 1 (2) : 132-140.
- [28] 熊思成, 袁孟琪, 张斌, 等. 大学生孤独感与手机成瘾: 负性情绪和消极应对方式的中介作用 [J] . *中国健康心理学杂志*, 2018, 26 (12) : 5.
- [29] 李丽, 梅松丽, 牛志民, 等. 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 [J] . *中国临床心理学杂志*, 2016, 24 (2) : 5.

- [30] 张志云. 大学生孤独感与问题性社交网站使用: 社交焦虑, 社会自我效能感的链式中介作用 [D]. 上海: 上海师范大学, 2019.
- [31] 刘海娟, 姚德雯. 大学生手机成瘾与孤独感和自我和谐的关系 [J]. 心理与行为研究, 2016, 14(3): 5.
- [32] 王滨. 大学生孤独感与网络成瘾倾向关系的研究 [J]. 心理科学, 2006, 29(6): 1425-1427.
- [33] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册: 增订版 [M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999; 246-248, 284-286.
- [34] Chotpitayasunondh V, Douglas K M. Measuring phone snubbing behavior: development and validation of the generic scale of phubbing (gsp) and the generic scale of being phubbed (gsbp) [J]. Computers in Human Behavior, 2018, 88 (NOV): 5-17.
- [35] Smith H M, Betz N E. Development and validation of a scale of perceived social self-efficacy [J]. Journal of Career Assessment, 2000, 8(3): 283-301.
- [36] 张璐, 张丽. 中文版低头行为量表测评大学生群体的信度与效度 [J]. 中国临床心理学杂志, 2020, 28(1): 5.
- [37] Sabah B, Emrah E, Kagan K, et al. Neuroticism, trait fear of missing out, and phubbing: the mediating role of state fear of missing out and problematic instagram use [J]. International Journal of Mental Health and Addiction, 2018, 18(3): 628-639.
- [38] 罗鑫森, 熊思成, 张斌, 等. 大学生手机成瘾与抑郁的关系: 孤独感的中介作用 [J]. 中国健康心理学杂志, 2019(6): 4.
- [39] 熊婕, 涂勤建, 周宗奎. 大学生手机成瘾倾向特点及影响因素研究 [C]. 第十五届全国心理学学术会议论文摘要集, 2012.
- [40] Davey S, Davey A, Raghav S K, et al. Predictors and consequences of “phubbing” among adolescents and youth in india: an impact evaluation study [J]. Journal of Family & Community Medicine, 2018, 25(1): 35-42.
- [41] 唐宇宏, 刘吉容, 潘鸿. 中老年人孤独感与手机成瘾现状评价及分析: 以遵义市为例 [J]. 中国老年保健医学, 2019, 17(6): 3.
- [42] Townsend A M. Life in the Real- Mobile Telephones and Urban Metabolism [J]. J Urban Technol, 2000, 7(2): 85-104.
- [43] Eckert P, McConnell-Gine S. Language and gender [J]. Gender & Language, 2013, 43(3): 8288-8292.
- [44] Rainie L, Lenhart A, Fox S, et al. Tracking online life [J]. 2000.
- [45] 汪婷婷. 大学生人际关系困扰与家庭功能、疏离感的关系研究 [D]. 四川: 四川师范大学, 2014.
- [46] 韩冰. 社会情绪选择理论: 未来时间知觉, 年龄和社会目标的关系研究 [D]. 上海: 华东师范大学, 2009.
- [47] T'ng S T, Ho K H, Low S K. Are you “phubbing” me? The determinants of phubbing behavior and assessment of measurement invariance across sex differences [J]. International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences, 2018, 7(2): 159-190.
- [48] 吕惠聪, 温忠麟, 邓家毓, 等. 职场孤独感的前因与后果 [J]. 心理科学, 2015, 38(4): 8.

The Mediating Role of Social Self-efficacy Between Individual Loneliness and Bow Behavior

Qu Yanjie

Sanya college, Sanya

Abstract: Objective: We aimed to explore the effect of loneliness on phubbing and the mediating role of social self-efficacy. Methods: Taking 902 individuals as subjects, they completed the loneliness scale(UCLA), the phubbing scale(GSP) and the social self-efficacy scale (PSSE). Results: (1) The proportion of individual with high total score of phubbing accounted for 41.1%. The scores of interpersonal conflict dimension and self-isolation dimension were significantly higher in men than in women, and the scores of only child were significantly higher than those of only-one children. In terms of age, the phubbing of 18~25 years old and 51~60 years old was significantly higher than that of other age stages; (2) Loneliness was positively correlated with phubbing($r=0.38$; $p<0.01$), social self-efficacy was negatively correlated with loneliness and phubbing($r=-0.51\sim-0.12$; $p<0.01$); (3) Loneliness positively predicts phubbing ($\beta=0.38$; $p<0.001$). Social self-efficacy played a partial mediating role in the relationship between loneliness and phubbing, The mediating effect accounts for 16.10%. Conclusion: Loneliness not only directly affected the individual phubbing, but also indirectly affects the phubbing by reducing social self-efficacy.

Key words: Loneliness; Phubbing; Social self-efficacy; Mediation