

积极心理品质对小学生手机依赖的影响 ——区域的调节作用

兰文凤^{1,2}, 李 博², 徐晓青³, 马欣雨², 冯妮娜², 马明洁²

¹陕西师范大学心理学院, 陕西 西安

²延安大学西安创新学院教育学院, 陕西 西安

³童游中心小学, 福建 南平

收稿日期: 2026年6月26日; 录用日期: 2026年7月23日; 发布日期: 2026年7月30日

摘 要

探讨积极心理品质与小学生手机依赖的关系及区域的调节作用, 本研究采用《中国小学生积极心理品质量表》和《手机成瘾指数量表》对826名小学生进行调查。结果表明: (1) 小学生积极心理品质不存在区域差异, 小学生手机依赖存在区域差异, 农村小学生手机依赖得分显著高于城市和城镇小学生, 城市小学生手机依赖得分显著高于城镇小学生; (2) 区域对积极心理品质与小学生手机依赖的关系具有边缘显著的调节作用($p = 0.064$), 具体而言, 城市小学生积极心理品质对手机依赖的负向预测作用显著, 而城镇和农村小学生积极心理品质对手机依赖的预测作用不显著。本研究为理解积极心理品质对儿童手机依赖的影响提供了区域差异视角, 并为开展教育辅导提供实证依据。

关键词

手机依赖, 积极心理品质, 区域差异, 调节作用, 小学生

The Influence of Positive Mental Characters on Primary School Students' Mobile Phone Dependence —The Moderating Effect of Region

Wenfeng Lan^{1,2}, Bo Li², Xiaoqing Xu³, Xinyu Ma², Nina Feng², Mingjie Ma²

¹School of Psychology, Shaanxi Normal University, Xi'an Shaanxi

²School of Education, Xi'an Innovation College of Yan'an University, Xi'an Shaanxi

³Tongyou Center Primary School, Nanping Fujian

Received: June 26, 2026; accepted: July 23, 2026; published: July 30, 2026

文章引用: 兰文凤, 李博, 徐晓青, 马欣雨, 冯妮娜, 马明洁. 积极心理品质对小学生手机依赖的影响[J]. 教育进展, 2026, 16(7): 2047-2055. DOI: 10.12677/ae.2026.1671591

Abstract

This study explores the relationship between positive mental characters and mobile phone dependence among primary school students and the moderating effect of regions. A total of 826 primary school students were surveyed using the “Positive Mental Characters Scale for Chinese Primary School Students” and the “Mobile Phone Addiction Index Scale”. The results show that: (1) There is no regional difference in positive mental characters among primary school students, but there is a regional difference in mobile phone dependence. Rural primary school students have significantly higher scores of mobile phone dependence than urban and county-town primary school students, and urban primary school students have significantly higher scores than county-town primary school students. (2) Region had a marginally significant moderating effect on the relationship between positive mental characters and primary school students’ mobile phone dependence ($p = 0.064$). Specifically, positive mental characters significantly predicted lower mobile phone dependence among urban students, whereas they did not significantly predict mobile phone dependence among county-town and rural students. This study provides a regional difference perspective for understanding the impact of positive mental characters on children’s mobile phone dependence and offers empirical evidence for educational counseling.

Keywords

Mobile Phone Dependence, Positive Mental Characters, Regional Differences, Moderating Effect, Primary School Students

Copyright © 2026 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

“双减”政策虽推动学生课余时间增加，但学生手机使用的时间占比显著提升，《青少年蓝皮书：中国未成年人互联网运用报告(2025)》也提出，中国青少年用网低龄化加剧，10岁以下网民占比攀升至4.9%，创历史新高。手机虽提供学习便利与生活娱乐，但儿童自我控制能力尚不成熟，很容易被手机吸引。而手机依赖对学生发展的危害是多方面的，手机过度使用会造成睡眠问题[1]、影响学业表现[2]、阻碍社会交往[3]、进一步引发焦虑抑郁症状等心理问题[4]。然而以往研究多聚焦风险因素，Seligman等人提出，心理学不应仅关注心理疾病的治疗，更应致力于探索人的优势、美德和积极体验[5]。《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》¹具体也提出：“加强心理健康教育，培育学生积极心理品质”。相比城市，家庭监管不力的乡村儿童手机依赖程度更高[6]，基于资源保存理论和生态系统理论，本研究聚焦积极心理品质与小学生手机依赖之间的关系及区域(城市、县镇和农村)的调节作用。

2. 理论基础与研究假设

2.1. 手机依赖和积极心理品质的概念

手机依赖，亦称手机成瘾或问题性手机使用，是指个体因过度使用手机而导致生活质量下降、社会功能受损，并对手机使用失去控制力的行为模式[7]。手机依赖的形成是外部因素和个体因素交互作用的

¹https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202305/content_6857361.htm

结果。外部因素方面,政策限制[8]、亲属支持[9]、课堂互动[10]可降低中国青少年儿童手机依赖程度,而负性生活事件可加剧手机依赖行为[11]。在个体因素方面,注意和冲动特征[12]、自我控制能力[13]被证实是手机依赖的核心预测因子。心理弹性整合模型理论认为,在面对挫折经历(如考试失败、朋友冲突)时,为维持平衡,个体将激活许多保护性因素来抵抗危险性因素[14],比如心理韧性可以缓解手机依赖[15],而积极心理品质是心理韧性的重要正向预测指标之一[16]。

积极心理品质是一种积极的个人特质,Seligman 等人[17]提出积极心理品质包括智慧、勇气、人道、正义、节制和超越六种核心美德,而孟万金团队从认知、情感、意志、律己、利群、超越 6 个维度对其进行划分[18]。根据资源保存理论,个体倾向于获取和维持有价值的心理资源,高积极心理品质者拥有更丰富的心理资源储备,面对压力时更少采用逃避性行为(如过度使用手机),而是主动调动自身优势应对挑战。

2.2. 手机依赖和积极心理品质的区域差异

研究表明城市中小学生在积极心理品质六大维度得分均显著高于农村学生[19]。而城镇小学生手机依赖程度显著低于农村学生[20]。调查还显示城乡青少年手机持有率都很高,但县城(县级市)青少年的手机应用程序数目和上网时间高于其他区域,而且使用目的存在结构性差异[21]。城市用户更多用于导航、商业和新闻,农村用户更倾向于游戏和社交[22]。刘坚教授团队(2021)《全国首个区域教育质量健康体检报告》指出,城市、县镇和农村学生拥有手机的比例分别为 42%、35%和 37%。虽然城市学生手机拥有率高,但农村地区学生手机依赖倾向的比例最高,为 17%,而城市和县镇地区的这一比例分别为 11%和 12%。因此提出假设 1a:小学生积极心理品质存在区域差异;假设 1b:小学生手机依赖存在区域差异。

2.3. 积极心理品质与手机依赖的关系

以往研究多证明大学生积极心理品质与手机依赖负向相关[23]。而针对儿童的研究多聚焦积极心理品质的相关维度与手机依赖的关系,如认知维度(智慧和知识)方面,认知能力较强的儿童可能更倾向于从学习、阅读等活动中获得满足感,而非依赖手机的即时娱乐刺激,比如正念亦能显著负向预测手机依赖[24];情感(人际和社交)方面,亲子疏离会加剧手机依赖[25],而良好的人际品质可以降低儿童对手机的情感依赖。律己(节制和谦让)方面,自我控制是预防手机成瘾的核心因素,能直接抑制无节制的手机使用冲动[13]。

综上所述,根据资源保存理论,积极心理品质作为一种宝贵的心理资源,应有助于个体抑制过度使用手机。然而,生态系统理论提醒我们,积极心理品质的效用并非在单一环境中发挥作用,而是嵌入在特定的宏观系统(城市、县镇和农村区域)之中。在不同区域,个体所面临的资源补给环境(如家庭监管、替代性活动等)存在显著差异,这可能会改变积极心理品质的“资源转化效率”,进而使积极心理品质对手机依赖的影响呈现区域差异[26]。本研究认为,积极心理品质作为一种心理资源,其保护作用的发挥依赖于区域所提供的“生态条件”。城市区域具备更强的监管、替代活动和家庭支持,有利于资源转化,因此提出假设 2a:城市小学生积极心理品质显著负向预测手机依赖。县镇区域作为过渡带,积极心理资源受到稀释,因此提出假设 2b:县镇小学生积极心理品质不能显著负向预测手机依赖。农村区域因监管缺位、手机作为主要补偿工具,积极心理品质难以直接转化为减少手机使用行为的效能,因此提出假设 2c:农村小学生积极心理品质不能显著负向预测手机依赖。

3. 研究设计与方法

3.1. 研究对象

基于方便抽样,以我国西北地区 8 所小学三至六年级学生为研究对象。共发放问卷 850 份,剔除无效问卷后,获有效问卷 826 份,有效率为 97.17%。其中,男生 411 人(49.76%),女生 415 人(50.24%);中

年级(三、四年级)学生 504 人(61.02%),高年级(五、六年级)学生 322 人(38.98%);城市学生 397 人(48.06%),
县镇学生 195 人(23.61%),农村学生 234 人(28.33%)。

3.2. 研究工具

积极心理品质采用《中国小学生积极心理品质量表》[18],包括认知、情感、意志、律己、利群和超越 6 个维度,共 50 个条目,采用 Likert 5 点计分(1 = 非常不像我, 5 = 非常像我),分数越高,表明积极心理品质越好。本研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.903。

手机依赖采用《手机成瘾指数量表》[27],包括失控性、戒断性、逃避性和低效性 4 个维度,共 17 个条目。采用 Likert 5 点计分(1=从不, 5 = 总是),已有研究用此量表测量儿童[28],本研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.814。

3.3. 数据处理

使用 Excel 数据录入,SPSS 27.0 进行描述性统计、独立样本 t 检验、单因素方差分析及相关分析;使用 Hayes 开发的 PROCESS 宏(Model 1)进行调节效应分析。

4. 研究结果

4.1. 共同方法偏差检验

运用 SPSS 27.0 进行 Harman 单因子检验,第一公因子的方差解释百分比为 17.625%,小于 40%的临界值,表明不存在共同方法偏差。

4.2. 积极心理品质和小学生手机依赖的描述性统计和区域、性别和年级分析

采用单因素方差分析,考察区域在积极心理品质和手机依赖上的差异表现。积极心理品质不存在区域差异。手机依赖存在区域差异,农村小学生手机依赖得分显著高于城市和县镇小学生,城市小学生手机依赖得分显著高于县镇小学生($M_{\text{城市}} = 1.78, M_{\text{县镇}} = 1.66, M_{\text{农村}} = 1.85, F(2,823) = 14.289, p < 0.001$)。

采用独立样本 T 检验,考察性别、年级在积极心理品质和手机依赖上的差异表现。积极心理品质存在性别差异,男生积极心理品质得分显著低于女生得分($M_{\text{男}} = 3.55, M_{\text{女}} = 3.78, t = -6.790, p < 0.001$),而在年级不存在显著积极心理品质差异。手机依赖存在性别和年级差异,男性手机依赖得分显著高于女性($M_{\text{男}} = 1.81, M_{\text{女}} = 1.74, t = 2.909, p = 0.004$),中年级手机依赖得分显著高于高年级($M_{\text{中}} = 1.81, M_{\text{高}} = 1.72, t = 3.548, p < 0.001$)。

4.3. 积极心理品质和小学生手机依赖的关系及其区域调节作用

首先,相关分析结果显示,小学生手机依赖与积极心理品质呈显著负相关($r = -0.069, p = 0.047$),按照区域分的话,城市小学生手机依赖与积极心理品质呈显著负相关($r = -0.131, p = 0.009$),县镇和农村小学生手机依赖与积极心理品质不相关。

其次,检验区域在积极心理品质对手机依赖影响的调节作用,将性别、年级作为控制变量,积极心理品质作为自变量,区域作为调节变量(1 = 农村; 2 = 县镇; 3 = 城市),手机依赖作为因变量,进行 PROCESS 分析(Model 1),将区域作为多分类调节变量,采用 Indicator 编码以农村为参照组,设置 2 个虚拟变量“县镇 vs.农村”和“城市 vs.农村”。调节模型整体显著, $R^2 = 0.069, F(7, 818) = 8.678, p < 0.001$ (见表 1)。控制变量性别(1 = 男生; 2 = 女生)和年级(1 = 中年级; 2 = 高年级)也显著,表明女生手机依赖显著低于男生($\beta = -0.057, p = 0.027$),且随年级升高手机依赖水平显著下降($\beta = -0.040, p < 0.001$)。

Table 1. The moderating effect of areas on the relationship between positive psychological qualities and mobile phone dependence

表 1. 区域在积极心理品质与手机依赖关系中的调节作用

预测变量	β	SE	t	p	95% CI
常数	1.840	0.215	8.57***	<0.001	[1.42, 2.26]
积极心理品质	0.072	0.057	1.26	0.209	[-0.04, 0.18]
县镇(vs.农村)	0.257	0.315	0.82	0.415	[-0.36, 0.88]
城市(vs.农村)	0.544	0.267	2.04*	0.042	[0.02, 1.07]
积极心理品质 × 县镇	-0.117	0.086	-1.36	0.175	[-0.29, 0.05]
积极心理品质 × 城市	-0.170	0.073	-2.34*	0.019	[-0.31, -0.03]
年级	-0.040	0.011	-3.65***	<0.001	[-0.06, -0.02]
性别	-0.057	0.026	-2.21*	0.027	[-0.11, -0.01]

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

积极心理品质主效应方面，积极心理品质对农村小学生手机依赖的预测作用不显著($\beta = 0.072$, $p = 0.209$)。区域主效应方面，城市小学生的手机依赖水平显著高于农村($\beta = 0.544$, $p = 0.042$)，县镇与农村差异不显著($\beta = 0.257$, $p = 0.415$)。调节效应方面，积极心理品质与区域的交互效应整体边缘显著($\Delta R^2 = 0.006$, $F(2, 818) = 2.76$, $p = 0.064$)。具体而言，城市与农村的斜率差异显著($\beta = -0.170$, $p = 0.019$)，而县镇与农村的斜率差异不显著($\beta = -0.117$, $p = 0.175$)。

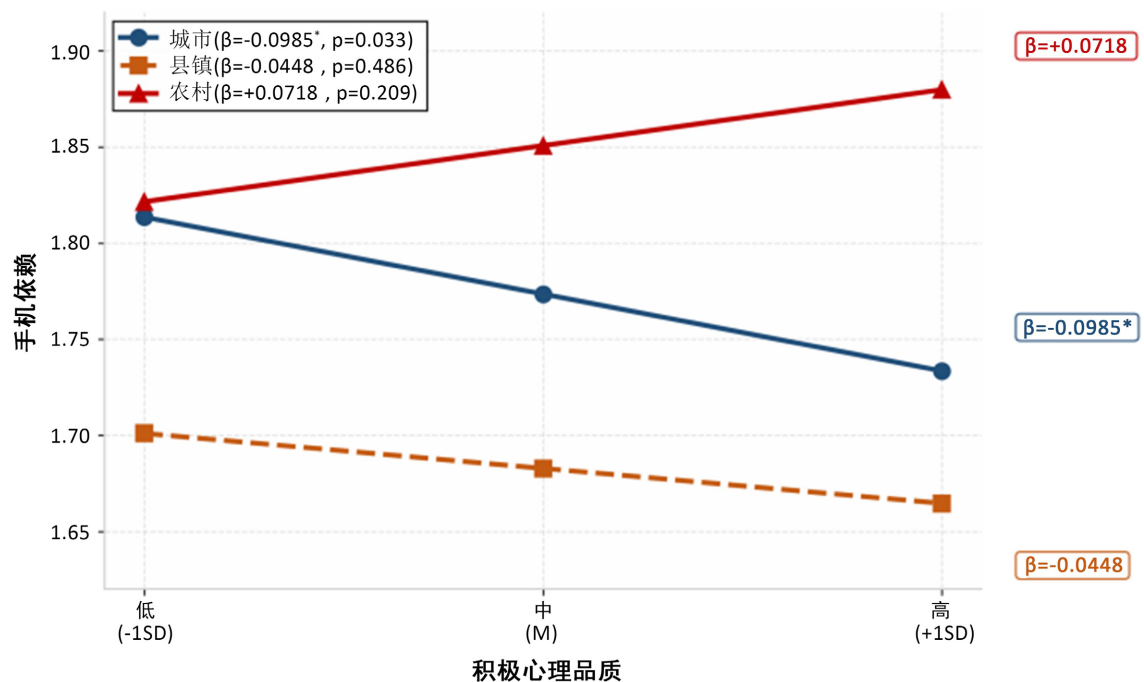


Figure 1. Interaction effect diagram of positive psychological qualities and mobile phone dependence

图 1. 积极心理品质与手机依赖的交互效应图

简单斜率检验显示(见图 1)，积极心理品质能够显著负向预测城市小学生的手机依赖($\beta = -0.0985$, $p =$

0.033); 积极心理品质对县镇小学生的手机依赖的负向预测作用不显著($\beta = -0.0448, p = 0.486$); 积极心理品质对农村小学生手机依赖的预测作用也不显著, 且方向为正($\beta = 0.0718, p = 0.209$)。

5. 讨论

5.1. 小学生积极心理品质和手机依赖的区域、性别和年级差异分析

区域方面, 首先, 小学生积极心理品质在区域上不存在显著差异, 假设 1a 不成立, 与以往结果不一致[29], 可能源于样本年龄、地区、测量工具不同。其次, 小学生手机依赖在区域上存在显著差异, 具体表现为, 农村小学生手机依赖得分显著高于城市和县镇小学生, 城市小学生手机依赖得分显著高于县镇小学生, 验证了假设 1b, 与以往研究结果基本一致[20], 即城市小学生手机依赖得分显著低于农村小学生, 而且还补充了县镇区域的差异。

性别方面, 首先, 小学生积极心理品质在性别上存在显著差异, 女生总分显著高于男生, 与以往研究在二级维度上的性别差异结果不一致。例如男生在认知维度上的得分显著高于女生, 而女生在情感维度上的得分高于男生[30]。还有研究结果表明女生在仁慈、超越自我和正义等维度上的得分高于男生[31]。与男生相比, 女生可能在情绪表达、遵守规则和利群方面更受鼓励。其次, 小学生手机依赖在性别上存在显著差异, 男生总分显著高于女生, 与以往的研究结果一致, 可以与同伴影响有关[32], 男生更倾向于通过共同手机游戏建立友谊, 若拒绝参与可能导致同伴排斥; 女生则更多通过情感交流维系关系, 对手机游戏的群体依赖较低。

年级方面, 首先, 小学生积极心理品质在年级上不存在显著差异, 与以往结果不一致[19], 可能源于样本年龄、地区、测量工具不同。其次, 小学生手机依赖在年级上存在显著差异, 小学阶段中年级总分显著高于高年级, 而以往研究表明, 小学生手机依赖水平随年级升高而增加[33]。可能中年级(三、四年级)是手机依赖的风险窗口期, 此阶段学生已具备一定的手机操作能力, 但自我控制尚未成熟, 家长还因学业压力尚轻而放松监管, 同时同伴群体开始形成手机使用规范, 从众效应显著。进入高年级后, 学业压力(小升初)促使家长和学校重新加强监管, 学生的时间管理能力也有所提升, 从而降低了手机依赖。

5.2. 区域对积极心理品质与小学生手机依赖关系的调节作用

本研究核心发现表明, 积极心理品质对小学生手机依赖的保护效应并非普适, 而是受到区域环境的调节作用影响, 调节效应在统计上为边缘显著($p = 0.064$)。具体而言, 该负向预测作用仅在城市群体中达到统计显著, 在县镇和农村群体中均不显著, 且农村群体呈现出不稳定的正向趋势。

城市地区, 小学生的积极心理品质能显著负向预测其手机依赖, 验证了假设 2a。根据资源保存理论, 个体倾向于获取和维持有价值的资源, 高积极心理品质水平个体, 心理韧性水平也较高[34], 在面对压力时, 会表现出积极的认知模式[35], 会提升情绪调节, 会抑制过度使用手机, 显著放大自我控制的保护作用, 从而更好地调动自身优势应对挑战。城市儿童虽面临更重的学业竞争和数字化环境暴露, 但家庭通常具备更强的教育意识, 比如城市用户更多用于导航、商业和新闻, 农村用户更倾向于游戏和社交[22]。而且城市家庭能够通过亲子沟通、课外活动等方式培养小学生的积极心理品质, 从而减少个体对手机的依赖。

县镇地区, 小学生的积极心理品质不能显著预测其手机依赖, 验证了假设 2b。研究发现农村青少年手机依赖存在显著的同伴效应[36], 县镇作为城乡结合部, 资源可及性上介于城市与农村之间, 而县镇学校的班级规模与同伴聚集度比较高, 个体积极心理品质在集体氛围中更易被稀释, 其县镇同伴群体的手机使用规范往往高度同质化。积极心理品质中的利群可能反而促使儿童通过共同手机活动融入群体, 从而抵消了律己维度的保护作用。

农村地区,小学生的积极心理品质不能显著预测其手机依赖,验证了假设 2c。但值得我们关注的是,正向预测作用不显著($\beta = 0.072, p = 0.209$),提示其保护效应可能发生了路径偏移。这个不显著的结果恰恰反映了资源保存理论在特定生态条件下的边界条件。农村小学生学业压力虽较轻,但父母远程监督和情感支持不足、家庭凝聚力差及留守状态,使其手机使用自主权更高[37],手机往往是农村儿童最主要的娱乐、社交乃至情感补偿工具。在此情境下,高积极心理品质的农村儿童可能并未将心理资源用于“减少手机使用”,而是用于“更好地使用手机”。当然,这一机制解读尚无证据支撑,目前只能作为探索性假说。

6. 教育启示与建议

6.1. 针对城市小学生: 强化资源转化, 提升使用质量

城市儿童的积极心理品质已显示出显著的保护效应,干预重点应在于“放大”这一效应。首先,学校应依托现有心理健康教育资源,系统开展积极心理品质训练,如感恩日记、优势识别、成长型思维培养等,并明确将这些训练与手机自我管理主题相结合,帮助儿童将心理资源转化为具体的屏幕时间管理策略。其次,家长和教师需反思学业对儿童自由时间的侵占,每周保留固定的“无屏幕自主时间”,以发展儿童的内在动机与自我决定能力。再次,媒介素养教育应超越简单的“减少使用”说教,转向批判性数字素养培养,包括理解算法推荐机制、识别网络信息偏差、区分工具性使用与娱乐性使用,使城市儿童在高度数字化的环境中成为“主动的使用者”而非“被动的逃避者”。

6.2. 针对县镇小学生: 打破同伴闭环, 构建替代活动

县镇儿童的核心困境在于同伴规范的同质化与个体保护因素的稀释,因此干预必须突破个体层面,转向群体与社区层面。首先,学校应利用县镇学校相对集中的特点,建立跨班级、跨年級的“数字健康互助小组”,通过同伴教育重构手机使用规范,以“新的同伴共识”替代“游戏沉迷共识”。其次,地方政府与学校应合力打造低成本、高参与度的替代性活动空间,如乡村少年宫、社区体育联盟、阅读共同体等,为儿童提供超越手机虚拟社交的线下归属渠道。再次,针对县镇家庭监管能力不稳定的特点,学校应建立“家校手机使用契约”制度,通过定期家长工作坊与线上沟通平台,帮助监护人建立一致性的家庭规则,减少因监管真空导致的负性同伴效应放大。

6.3. 针对农村小学生: 外补资源缺口, 内修心理能力

农村儿童的干预策略需最为审慎。首先,必须承认农村儿童手机使用的结构性需求,干预目标不应简单设定为“降低使用时长”,而应转向“提升使用质量”(如利用手机学习、维系亲情)与“丰富替代选择”。地方政府和学校应合力开放学校场馆、设立流动图书角、组织低成本文体活动(如篮球、跳绳、乡土自然教育),为儿童提供有吸引力的手机替代选项,从需求侧减少被动依赖。其次,针对留守儿童家庭,应通过“家长学校”、线上亲子沟通培训与定期家访,帮助外出监护人建立远程情感联结与家庭手机使用规则,弥补监管与情感支持的缺位。再次,心理健康课程应系统开设,重点培育积极心理品质的认知、情感、律己等维度。同时开设媒介素养课程,补上数字素养短板,帮助农村儿童识别网络风险、区分虚拟与现实,使其在缺乏外部监管的情况下仍能实现高质量地使用手机。

7. 结论

(1) 小学生积极心理品质不存在区域差异;小学生手机依赖存在区域差异,农村小学生手机依赖得分显著高于城市和县镇小学生,城市小学生手机依赖得分显著高于县镇小学生;

(2) 区域对积极心理品质与手机依赖的关系具有边缘显著的调节作用($p = 0.064$),城市小学生积极心

理品质对手机依赖的负向预测作用显著,而县镇和农村小学生积极心理品质对手机依赖的预测作用不显著。

8. 研究不足与展望

本研究揭示了积极心理品质对小学生手机依赖的影响及其区域的调节作用,但仍存在一些不足。第一,样本代表性有限。样本仅来自西北地区三至六年级,难以推广至全国及其他年龄段。未来应采用全国分层随机抽样,按东、中、西部区域分层,纳入三至九年级学生,以检验结论的跨区域和跨年龄稳定性。第二,横断设计的因果局限。本研究无法确定变量间的因果关系。未来应开展纵向追踪研究,设置至少三个测量时间点(如每学期一次),考察积极心理品质与手机依赖的动态变化及区域差异。第三,尚未探究调节机制。本研究仅验证了区域是否调节,未深入探索“如何”调节。未来可引入自我控制、父母监管、同伴规范、替代性活动参与度等中介变量,构建有调节的中介模型。

基金项目

陕西省“十四五”教育科学规划 2024 年度课题“乡村儿童积极心理品质发展现状及提升路径研究”(SGH24Q502)。

参考文献

- [1] 汪贝妮, 易鹏程, 敬攀, 等. 宁波市中学生睡前手机使用与睡眠质量的关系[J]. 中国学校卫生, 2019, 40(1): 58-61.
- [2] Domoff, S.E., Foley, R.P. and Ferkel, R. (2019) Addictive Phone Use and Academic Performance in Adolescents. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2, 33-38. <https://doi.org/10.1002/hbe2.171>
- [3] 周天然, 张海东. 互联网使用对青少年社会交往的影响[J]. 社会发展研究, 2024, 11(2): 226-241, 246.
- [4] 嵇明霞, 杨洁, 贾取, 等. 中学生焦虑抑郁症状与智能手机成瘾关联的随访研究[J]. 中国学校卫生, 2025, 46(9): 1277-1281.
- [5] Seligman, M.E.P. and Csikszentmihalyi, M. (2000) Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.5>
- [6] Li, N., Liu, W., Yu, S. and Yang, R. (2025) Parental Supervision, Children's Self-Control and Smartphone Dependence in Rural Children: A Qualitative Comparative Analysis from China. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1481013. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1481013>
- [7] Bianchi, A. and Phillips, J.G. (2005) Psychological Predictors of Problem Mobile Phone Use. *CyberPsychology & Behavior*, 8, 39-51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- [8] Yang, Q., Wang, H., Wu, H., Li, W., Zhang, Y., Yao, Y., et al. (2023) Effect of Online Game Policy on Smartphone Game Play Time, Addiction, and Emotion in Rural Adolescents of China. *BMC Psychiatry*, 23, Article No. 814. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05325-3>
- [9] Shan, J., Ma, L. and Xiang, Y. (2025) Kinship Support Differentially Predicts Problematic Smartphone Use in Left-Behind Children Compared to Non-Left-Behind Children: A Longitudinal Study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 23, 1484-1502. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01180-1>
- [10] 徐莉, 静爽爽, 何佳敏. 两个世界的对垒: 中学生手机依赖学校管理难题的叙事探究[J]. 教育理论与实践, 2021, 41(8): 14-18.
- [11] 苏欣桐, 赵静贤, 符佳轩, 等. 中学生负性生活事件与智能手机成瘾的关联[J]. 中国学校卫生, 2025, 46(5): 619-623.
- [12] 刘岩, 杨琰, 刘文. 留守儿童的注意和冲动特征与手机成瘾: 有调节的中介作用[J]. 苏州大学学报(教育科学版), 2023, 11(4): 88-98.
- [13] 赵龙飞, 唐雯熙, 李章红. 童年不良经历及自我控制与初中生手机依赖关系的纵向研究[J]. 现代预防医学, 2025, 52(17): 3154-3159.
- [14] Kumpfer, K.L. and Bluth, B. (2004) Parent/Child Transactional Processes Predictive of Resilience or Vulnerability to "Substance Abuse Disorders". *Substance Use & Misuse*, 39, 671-698. <https://doi.org/10.1081/ja-120034011>
- [15] Shang, Z., Wang, D., Liu, Z. and Zhang, X. (2024) Exploring the Impact of Smartphone Addiction on Mental Health

- among College Students during the COVID-19 Pandemic: The Role of Resilience and Parental Attachment. *Journal of Affective Disorders*, **367**, 756-767. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.09.035>
- [16] Goodman, F.R., Disabato, D.J., Kashdan, T.B. and Machell, K.A. (2016) Personality Strengths as Resilience: A One-Year Multiwave Study. *Journal of Personality*, **85**, 423-434. <https://doi.org/10.1111/jopy.12250>
- [17] Peterson, C. and Seligman, M.E.P. (2004) Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification. Oxford University Press.
- [18] 孟万金, 张冲, Richard Wagner. 中国小学生积极心理品质测评量表研发报告[J]. 中国特殊教育, 2014(10): 62-66.
- [19] 卫萍. 中小學生积极心理品质的调查分析与教育对策[J]. 中国特殊教育, 2013(12): 90-96.
- [20] 魏瑞苹, 刘菁菁. 小学生手机成瘾的特点及影响因素分析[J]. 红河学院学报, 2023, 21(2): 95-99.
- [21] 李燕, 张艳艳. 城乡青少年智能手机使用现状调查与分析[J]. 济宁学院学报, 2020, 41(5): 60-65.
- [22] Sapienza, A., Lítla, M., Lehmann, S. and Alessandretti, L. (2023) Exposure to Urban and Rural Contexts Shapes Smartphone Usage Behavior. *PNAS Nexus*, **2**, pgad357. <https://doi.org/10.1093/pnasnexus/pgad357>
- [23] 詹海都, 陈浩华, 王彦娜. 大学生手机依赖状况及与积极心理品质的关系研究[J]. 卫生职业教育, 2020, 38(15): 157-159.
- [24] 魏萍. 正念对手机依赖的影响: 心理机制与理论解释[J]. 甘肃开放大学学报, 2024, 34(5): 65-70.
- [25] 张柠, 安芹. 农村留守初中生亲子疏离对手机依赖的影响: 链式中介模型[J]. 中国临床心理学杂志, 2026, 34(1): 47-51.
- [26] Daoud, O., Abdo, J.B. and Demerjian, J. (2021) Implications of Smartphone Addiction on University Students in Urban, Suburban and Rural Areas. *International Journal of Education Economics and Development*, **12**, 17-26. <https://doi.org/10.1504/ijeed.2021.111653>
- [27] Leung, L. (2008) Linking Psychological Attributes to Addiction and 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>
- [28] 叶寻. 农村留守儿童手机依赖对学业倦怠的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 南昌: 江西农业大学, 2021.
- [29] 高永金, 张瑜, 傅纳. 初中生积极心理品质发展现状调查[J]. 中国特殊教育, 2017(9): 89-96.
- [30] 卫萍. 中小學生积极心理品质与心理健康状况的相关研究[J]. 中国特殊教育, 2014(9): 60-66.
- [31] 陈尚宝. 特区小学生积极心理品质的调查研究——以广东省深圳市南山区小学为例[J]. 基础教育参考, 2016(23): 72-74.
- [32] Fu, L., Xie, X. and Xiang, Y. (2025) The Role of Gender and Big Five Personality in the Trajectory of Mobile Phone Addiction: A Longitudinal Study of Preadolescents and Adolescents. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-025-01541-y>
- [33] 苗思美. 小学生负性情绪、学业自我效能感与智能手机成瘾关联: 一项纵向研究[D]: [硕士学位论文]. 济宁曲阜师范大学, 2021.
- [34] 马文燕, 高朋, 黄大炜, 等. 留守青少年疏离感对心理韧性的影响: 领悟社会支持和自尊的链式中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30(1): 148-152.
- [35] 席居哲, 桑标, 左志宏. 心理弹性儿童的压力/逆境认知[J]. 心理科学, 2011, 34(1): 102-107.
- [36] 周密, 曹银川, 黄利. 农村青少年手机依赖同伴效应研究[J]. 中国青年社会科学, 2023, 42(3): 93-103.
- [37] Chen, L. and Jiang, W. (2025) Mobile Phone Dependence Associated with Left-Behind Status and Family Cohesion: Latent Profile Analysis and Outcome Prediction among Chinese Rural Adolescents. *Current Psychology*, **44**, 5842-5853. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07610-8>