

移动社交媒体环境下用户信息焦虑研究进展 评述

黑玉洁

江苏大学教师教育学院, 江苏 镇江

收稿日期: 2024年10月30日; 录用日期: 2024年12月13日; 发布日期: 2024年12月26日

摘要

移动社交媒体迅猛发展的时代浪潮, 极大地丰富了大众的生活体验, 提供了前所未有的便捷性, 但与此同时, 也为大众带来了一系列信息焦虑的挑战。本文旨在深入探讨在当前移动社交媒体的背景下, 大众所面临的信息焦虑现状、其形成的深层次原因, 以及当前对于此类焦虑所采取的干预策略的研究动态。通过对已有研究的系统梳理和深入分析, 本文旨在全面评述移动社交媒体环境下大众信息焦虑的研究进展, 分析国内外现有研究的不足之处。在此基础上, 本文将进一步探讨未来研究可能的方向, 并提出相应的建议, 为解决大众在移动社交媒体环境下的信息焦虑问题提供更为科学、有效的思路和策略。

关键词

信息焦虑, 干预措施

Review on Research Progress of User Information Anxiety in Mobile Social Media Environment

Yujie Hei

School of Teacher Education, Jiangsu University, Zhenjiang Jiangsu

Received: Oct. 30th, 2024; accepted: Dec. 13th, 2024; published: Dec. 26th, 2024

Abstract

The rapid development of mobile social media has greatly enriched the public's life experience and provided unprecedented convenience, but at the same time, it has also brought a series of information anxiety challenges to the public. The purpose of this paper is to deeply explore the current situation of

information anxiety faced by the public under the background of mobile social media, the deep-seated reasons for its formation, and the current research trends of intervention strategies for this kind of anxiety. Through a systematic review and in-depth analysis of the existing research, this paper aims to comprehensively review the research progress of public information anxiety in the mobile social media environment and analyze the shortcomings of existing research at home and abroad. On this basis, this paper will further explore the possible direction of future research and put forward corresponding suggestions to provide more scientific and effective ideas and strategies for solving the information anxiety of the public in the mobile social media environment.

Keywords

Information Anxiety, Intervention Measure

Copyright © 2024 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

据科沃发布的 2023 中国社交媒体平台指南显示,截至 2022 年 12 月,我国网民数量已跃升 10.67 亿,互联网普及率高达 75.6%,在庞大的网民群体中,移动社交媒体用户占比 95.13%，“全民社交”的现象越发突出(社交媒体管理平台 KAWO 科握, 2023)。其中,微信作为当代最受欢迎的社交软件之一,具有庞大的用户群体。根据《2023 年微信年度报告》公布的数据,截至 2023 年底,微信用户已达 12 亿。微信承载着个体与家人、老师、朋友、同学沟通交流的功能,并通过公众号、视频号等服务向用户传播一定的科学信息和学习资料,在用户的个人生活和学习生活中均扮演着重要的角色。然而,随着移动社交媒体的普及和微信用户数量的不断增加,用户所面临的信息压力也日益显著。冗杂的微信消息、频繁的公众号推送等,导致信息爆炸,使得用户不得不花费大量的时间和精力去筛选和处理这些信息。这种信息过载的现象不仅影响了用户的生活质量,还可能引发信息焦虑的问题。因此,深入研究移动社交媒体环境下的用户信息焦虑现象显得尤为重要。通过了解用户所面临的信息焦虑现状、其形成的深层次原因以及当前所采取的干预策略,研究可以为社交媒体平台提供设计上的改进建议,帮助用户更好地应对信息过载和信息焦虑问题。同时,这也将推动高等教育心理健康研究、跨学科研究以及政策制定等多个领域的发展,为构建更加健康、和谐的社交媒体环境提供有力支持。

2. 关于信息焦虑的概念和类型

2.1. 信息的概念

哈特莱在《贝尔信息电话》上发表的论文“Transmission of Information”中最早对“信息”一词作出明确定义,他认为信息是指有新内容、新知识的消息(Hartley, 1928)。对“信息”一词作出最高概括性和最大外延的规定的是香农(C.E. Shannon),他提出信息熵,并指出信息是用于降低或消除不确定性的要素(Shannon, 1948)。对于信息的定义,国内权威学者则认为信息是经过一系列处理,以可检索的形式存储的数据(陈庄等, 2021)。综上所述,信息是为了消除不确定因素而出现的、具有新内涵的可检索数据。

2.2. 焦虑的概念

对于焦虑的定义最早起源于存在主义哲学,存在主义哲学之父 Kierkegaard 最早提出了有关焦虑的概

念阐述,他认为“焦虑是面对自由的晕眩(dizziness of freedom),是被缠绕的自由”,在他的观点中焦虑是随着自我意识形成和自由选择的意愿的出现而产生(Kierkegaard, 1981)。在心理学大词典中,焦虑是指当个体面临难以克服的障碍或无法实现的目标,引发自尊心与自信心的削弱,致使失败感和内疚感累积而形成的紧张、不安的情绪状态(朱智贤, 1989)。除此之外,据全国十二所重点师范大学联合编写的《心理学基础》的权威定义,焦虑是一种因遭遇不顺心因素所触发的消极情绪反应,它主要源于对潜在危险或威胁或需要付出极大努力却感到力不从心的强烈预期和内心困扰。综上所述,焦虑,作为一种错综复杂的心理现象,通常体现在对未来不确定性因素的过度关注、持续的紧张状态以及对潜在风险的恐惧之中。在移动社交媒体中,有一类用户极具特殊性,即研究生群体。近年来国内外研究显示,研究生心理健康问题越发凸显(傅小兰等, 2021),尤以焦虑现象为主,在研究生的日常生活中,焦虑的存在是普遍而常见的,一旦焦虑的程度超出正常范围或持续时间过长,它可能演变为一种心理障碍,对个体的心理健康和日常活动造成显著的负面影响(Gin et al., 2021)。

2.3. 信息焦虑的概念

信息焦虑的研究历史可追溯至 20 世纪 70 年代,其发端可归结于信息媒介焦虑的初步探讨。在这一阶段,学者们基于信息载体的差异性,对信息焦虑进行了多维度的研究,涵盖了计算机焦虑(Muhammad, 2017)、图书馆焦虑(Jacobson, 1991)和互联网焦虑(Presno, 1998)等多个领域。这些研究为后续深入理解信息焦虑的本质与影响奠定了基础。

信息焦虑(Information Anxiety)一词最早由沃尔曼在 1989 年的著作《信息焦虑》中提出。他认为信息焦虑是由于个体获取信息的速度与信息更新速度无法一致而产生的焦虑情绪,“由于在我们真正能够理解的信息与我们认为应该理解的信息之间存在着持续增长的鸿沟,对信息的焦虑感就产生了”,即当人们面对海量信息时,获取信息的速度与信息更新的速度无法保持一致时,个体会产生错失情绪、缺少足量信息而产生的焦虑感等不安情绪(理查德·索·沃尔曼, 2001)。Erfanmanesh 等人在 2012 年又在沃尔曼信息焦虑理论的基础上提出了信息搜寻焦虑,即在信息搜寻中个体产生的不安、紧张的焦虑情绪(Erfanmanesh et al., 2021)。Girard 等人总结国外信息焦虑对于信息焦虑的概念界定主要包括理解信息维度、信息过载维度、确定信息存在维度、寻找和获取信息维度这五个维度(Girard & Allison, 2008)。因为信息焦虑一词最早在国外的计算机科学和图书情报等领域出现和发展,国外对于信息焦虑的概念研究已较为成熟,在国内,学者对于信息焦虑的定义在不同领域有不同的阐述(陈世华, 刘爽, 2023),总结学者的定义,认为焦虑是用户在收集、获取、处理信息的过程中,由于个体内部和外部的种种原因所引起的个体紧张、不安等的复杂情绪状态。国内学者对于信息焦虑的类型研究,主要认为信息焦虑的类型包括信息过载焦虑、信息素养焦虑、信息输出焦虑等(韩悦, 刘天琦, 2021),在当代多元化社交媒体使用的环境下,信息焦虑也出现了新的类型,包括信息错失焦虑(王琳等, 2023)、信息交流焦虑(王艺, 连家兴, 2023)、信息安全和储存焦虑(姚丝缘, 2024)等。综上所述,信息焦虑,作为一种复杂的情绪状态,主要源于个体在面临海量信息时,由于内外部环境因素的交织影响,导致无法高效地筛选、处理及整合信息,从而引发的一种紧张不安的心理反应。主要包含对信息数量的焦虑、信息能力焦虑等,以及信息焦虑在社交媒体迅速发展时代出现的新兴类型。

3. 信息焦虑的产生原因和相关理论

3.1. 信息焦虑的产生原因

信息焦虑作为一种复杂的心理状态,其产生的原因众多,综合近年的国内外研究,可以分为外部原因和内部原因。首先,内部原因主要包括个体的信息素养、信息需求、个体心理特征等。在信息素养上,

信息处理能力较低的个体会体验到更高的信息焦虑感(王琳等, 2023);如今,信息获取方式愈加多样,尤其是移动社交媒体的使用,拓展了人们获取信息的渠道,当各种信息获取的途径无法满足个体对外界的需求时,个体会产生更强的信息需求,并加重个体心理的信息焦虑体验(袁静,李柯,2020);个体心理特质作为重要的因素也深刻影响个体的信息焦虑,其中较强的完美主义、较低自我效能感、较高的个体成就动机都会产生较强的信息焦虑体验(梅松丽,曹锦丹,2010),另外在Wilson等人的研究中,发现个体的信息焦虑还与人格特质相联系(Wilson et al., 2010)。另外,网络成瘾和依赖(韦耀阳,2014)、社交恐惧症(王琳等,2023)等因素均在不同程度上影响个体的信息焦虑程度。信息焦虑产生的外部原因主要包括信息过载、信息质量参差不齐、信息渠道多样化等。信息过载是指当信息量巨大,超出人认知系统所能接受或处理的范围,以至出现故障或混乱的状态(徐瑞朝,曾一昕,2017)。在信息过载的情况下,个体无法有效处理信息,最终产生信息焦虑(张海,谢靖,2023)。另外,信息质量参差不齐也会影响个体的信息焦虑程度。还有学者认为碎片化信息也会影响个体的信息焦虑(陈泓历,2022);除此之外,信息获取渠道在科技高速发展的当今社会也越来越多元化,包括社交媒体在内的信息共享平台大范围使用,信息的生产和传播都受到流量的影响,信息获取渠道的丰富也会对个体的信息焦虑产生影响(陈世华,刘爽,2023)。

3.2. 信息焦虑的相关理论

根据上文总结,信息焦虑的产生原因复杂多变,可以用许多理论来解释其产生和变化。从信息焦虑理论研究上看,信息焦虑的提出者沃尔曼撰写的 *Information Anxiety*, 堪称信息焦虑研究的经典著作。在沃尔曼 1989 年所著的 *Information Anxiety* 中,信息焦虑被首次提出,他认为“由于在我们真正能够理解的信息与我们认为应该理解的信息之间存在着持续增长的鸿沟,对信息的焦虑感产生了”(Wurman, 1989);“事实上,信息焦虑是数据和知识之间的一个黑洞”。之后,沃尔曼在他 2000 年的著作 *Information Anxiety 2* 中提出信息焦虑的产生原因,该著作的中译版本总结这五个方面的原因包括:1) 不理解信息内容;2) 对需要理解的信息数量不知所措;3) 意识不到所需信息的出现;4) 不知道在哪里查询信息;5) 知道在哪里查询信息但是不知道查询途径(理查德·索·沃尔曼,2001)。与此息息相关的信息科学理论也是国内外学者研究信息焦虑时较多关注的领域,其中一个重要理论即信息迷雾理论,信息迷雾是指具有不确定性、模糊性的信息环境,信息迷雾作为一种复杂的现象,主要有信息混乱、信息虚假等现象(赵柯然,王延飞,2021),作为重要的外部环境,也会影响个体处理和加工信息时的心理环境(张海,谢靖,2023)。除此之外,信息焦虑的产生还可以用信息心理学的理论解释,国内外均有学者从信息心理学的角度提出刺激-机体-反应理论(S-O-R)解释信息焦虑的产生(刘畅等,2021)。另外,社交恐惧、疲劳、成瘾理论与信息焦虑的关联度也较高,从国内外近年研究可以看出,信息焦虑与当今的社交媒体高频率、大范围使用的现象也密切相关,许多研究者从社交的相关理论的角度研究信息焦虑的产生(Kamalou et al., 2019)。除此之外,国内外也有部分学者从认知理论出发研究信息焦理论,包括认知负荷理论(李旭等,2018)、信息加工理论(吴贤华等,2018)等都是重要的认知理论视角。

综上所述,信息焦虑产生的原因和理论视角多样,目前国内外对于信息焦虑的理论研究已有近五十年之久,对于信息焦虑的概念解释,往往是国内外学者研究的第一步,国内外学者从不同学科出发也有不同诠释和侧重,对于信息焦虑的理论阐释从不同学科和不同研究领域展开,整体来说,信息焦虑的概念、产生原因和理论视角研究已较为完善,针对信息焦虑的测量和干预措施研究是未来研究的重点发展方向。

4. 关于信息焦虑的测量

据教育部统计显示,2023年,我国在学研究生达388.29万人,其中在学硕士327.05万人,在学博士

61.25 万人。在校硕士研究生数量达到历史新高。与此同时,为了实现 2035 年建成教育强国的目标,我国正稳步扩大硕士研究生人才培养的规模,硕士研究生队伍不断壮大,在读硕士研究生将面临着巨大的就业压力(兰晨, 2019)。按照党中央、国务院决策部署,为了进一步发挥好高等教育的龙头作用,高校不断加大拔尖创新人才的培养力度,在读硕士研究生面临着学业上的科研压力、信息压力等,种种压力不断累积,为硕士研究生群体带来多元的心理压力,近年来,越来越多的研究生出现心理健康问题,如焦虑、抑郁等。《2019 年研究生心理健康状况与影响因素》的专题报告揭示,在接受调查的研究生中,有高达 35.5% 的学生可能表现出一定程度的抑郁症状,60.1% 的研究生存在不同程度的焦虑问题。这一发现凸显了研究生心理健康问题的严峻性,亟待社会各界的关注和重视。而高校心理健康指导通常面向本科生,缺少针对解决研究生的特殊心理问题的措施,缺乏有效性(李素敏,米志旭, 2022)。科技迅速发展,在移动社交媒体普及的时代,研究生群体可能也面临着信息焦虑的困扰。国内外学者研究信息焦虑所制定的量表也多是研究生、本科大学学生为被试进行测量。

科学准确地评估硕士研究生的信息焦虑情况对于干预其信息焦虑问题具有重要意义。信息焦虑的测量方法主要包括量表测量、实验研究以及基于生理指标(Kamalou et al., 2019) (如心率、血压等)的生理测量。关于信息焦虑的测量,国内外均有研究针对信息焦虑制定量表,在国外, Erfanmanesh 团队所采用的方法被广泛认为是成熟且严谨的构建模式。这种方法在行业内享有盛誉,被视为制定有效量表的标杆。通过精心的设计与实施,该团队成功构建了一个既科学又实用的测量工具,为评估研究生的信息焦虑程度提供了有力支持。该方法不仅具有理论价值,而且在实际应用中表现优异,为其他研究者提供了宝贵的参考与借鉴。Erfanmanesh 团队的信息焦虑量表包含六个维度:信息资源障碍、计算机互联网障碍、图书馆障碍、信息检索障碍、技术障碍和主题识别障碍(Erfanmanesh et al., 2012)。国内学者也积极制定信息焦虑量表,其中具有代表性和权威性的主要有曹锦丹及其团队制定的信息焦虑量表(Information Anxiety Scale, IAS),该量表经过一系列的验证和调整,具有较强的信效度,主要包含信息检索系统质量、个体检索能力、信息利用能力、个体认知类型、个体信息需要、认知和知识结构六个维度(程文英等, 2014)。

目前国内外学者制定的信息焦虑的量表测量对象主要针对在校大学生和研究生等,另外,国外学者也有研究关注青少年群体(Dhir et al., 2018)或特定疾病患者群体(Richards et al., 2016)。国内外学者对于量表的设计和调整基本都基于一定的问卷调查或与其他方式相结合,其中,量表测量法是最常用的方法之一。通过设计合理的问卷,可以收集到大量关于研究生信息焦虑的数据,进而进行统计分析和比较研究。实验法则是通过控制实验条件,观察研究生或其他被试在不同情境下的信息焦虑反应,从而揭示信息焦虑的产生机制和影响因素。访谈法则是通过与研究生或其他被试进行深入的交流,了解其信息焦虑的具体表现和影响因素,从而为研究信息焦虑提供更加详细和深入的信息。

综上所述,信息焦虑的测量方式多样,主要以量表为主,且经过近年来学者对量表的不断测验和完善,以及各领域学者对于测量维度的不断探讨,使信息焦虑的测量方式不断科学化。但是国内外学者的量表多是针对信息焦虑整体进行测量,缺少对具体的信息焦虑种类的测量,例如信息安全、信息错失等。另外,信息焦虑量表的测量多是针对短期内被试的信息焦虑情况进行测量,且数据缺少更新,在当下社交媒体高频使用情况下,缺少对信息焦虑的新的表现形式进行测量等。后续研究可以考虑对具体的信息焦虑种类和新的表现形式进行测量,并拉长实验时间,收集动态数据。

5. 关于信息焦虑的干预措施

随着信息技术的迅速发展和移动社交媒体的高频次使用,信息焦虑的表现已不再与沃尔曼在 1989 年初次提出的信息焦虑的表现相同,其解决措施也随之变化。探讨信息焦虑的干预措施,对于缓解信息焦虑、提升个人和社会的信息处理能力具有重要意义。根据上文总结,国内外信息焦虑量表的被试多为研

究生群体，对于信息焦虑的干预措施也多针对研究生群体。经国内外学者研究，总结对于研究生信息焦虑的干预措施包含以下三个方面。

5.1. 提升信息处理能力

在信息过载的时代背景下，硕士研究生作为学术研究和创新的重要力量，面临着前所未有的信息挑战。信息焦虑因此成为他们群体中普遍存在的问题，而提升信息处理能力则是缓解这一焦虑的有效途径。学校应高度重视硕士研究生的信息素养教育，将其视为培养学生综合素质和创新能力的重要组成部分。信息素养课程的设计应涵盖信息检索、信息评估、信息整合与信息创新等多个方面，旨在培养学生的信息意识和信息技能(龚花萍等, 2020)。通过教授高效的信息检索技巧，学生可以快速定位到所需信息，减少在信息海洋中的迷失感；信息评估教学则帮助学生识别信息的真伪和价值，避免被误导或陷入信息陷阱；信息整合与信息创新则鼓励学生将所学知识与实践相结合，创造出新的知识和价值。此外，学校还可以邀请行业专家、学者进行讲座或工作坊，分享他们在信息处理和学术研究中的经验和技巧。这些实践活动不仅可以提升学生的实际操作能力，还能激发他们对信息处理的兴趣和热情。通过一系列信息素养教育措施的实施，硕士研究生的信息处理能力将得到显著提升，从而有效缓解信息焦虑。实践效果方面，已有研究表明，信息素养教育能够显著提高学生的信息检索效率和信息评估能力，减少他们在信息处理过程中的迷茫和焦虑感。同时，通过信息整合与信息创新的教学，学生的学术研究成果质量也将得到显著提升。

5.2. 各方加强对硕士研究生的心理干预

针对硕士研究生信息焦虑的心理干预是缓解其心理压力、建立积极心态的关键。除了传统的认知行为疗法(CBT) (Pandzic et al., 2023)、心理咨询和心理教育(陈世华, 刘爽, 2023)外，还应构建全方位的心理支持体系，以更好地应对信息焦虑。认知行为疗法(CBT)通过改变个体不合理的认知模式和行为习惯，帮助他们建立积极的应对策略。对于硕士研究生而言，CBT可以帮助他们认识到信息焦虑的根源，学会如何调整自己的思维方式和情绪反应，从而减轻焦虑感。心理咨询则为学生提供了一个倾诉和寻求帮助的平台，专业的心理咨询师可以帮助学生分析问题、提供建议，并教授他们应对压力的技巧。心理教育则旨在提高学生的心理健康意识和自我调适能力。学校可以开设心理健康课程、举办心理健康讲座和研讨会，向学生普及心理健康知识，传授应对压力、管理情绪的方法。同时，还可以鼓励学生参与心理健康相关的社团活动和志愿服务，通过实践锻炼自己的心理素质。此外，学校还应建立与家庭、社会的联动机制，形成全方位的心理支持体系。家长应关注孩子的心理健康状况，及时与他们沟通、交流，为他们提供情感支持和帮助。社会则应加强对心理健康的宣传和教育，提高公众对心理健康问题的认识和理解。研究表明，通过认知行为疗法、心理咨询和心理教育的综合干预，硕士研究生的信息焦虑水平将显著降低，心理健康状况得到改善。同时，全方位心理支持体系的构建也将为学生提供更加全面、有效的心理支持，有助于他们更好地应对学习和生活中的压力。

5.3. 基于技术，优化信息环境，完善信息服务

随着信息技术的快速发展，智能化信息服务平台成为缓解硕士研究生信息焦虑的重要手段。通过加强信息资源的整合和优化，提供高质量的信息服务，可以有效降低学生的信息焦虑水平。国内学者从图书馆领域出发，提出了加强信息资源整合和优化的建议(张海, 谢靖, 2023)。学校图书馆应利用先进的技术手段，如大数据、人工智能等，对馆藏资源进行智能分类、标注和推荐。同时，还可以建立学科信息服务平台，为学生提供更加精准、个性化的信息服务。这些措施不仅可以帮助学生快速获取所需信息，还能提高他们的信息筛选和评估能力。国外学者则指出，可以利用智能手机传感器和个性化深度学习模型

等技术手段来检测信息焦虑的情况并提供更好的信息服务(Jacobson & Bhattacharya, 2022)。例如, 通过开发智能手机应用程序, 实时监测学生的信息使用情况和心理状态, 为他们提供个性化的心理支持和建议。这些技术不仅可以帮助学生更好地管理自己的信息行为, 还能提高他们的信息素养和心理健康水平。此外, 学校还应加强与其他机构的合作与交流, 共同打造智能化信息服务平台。通过跨领域的合作, 整合各方优势资源, 为学生提供更加全面、深入的信息服务。例如, 可以与科研机构、企业等建立合作关系, 共同开发新的信息服务产品和技术手段。在实际投入中, 智能化信息服务平台的建立具备为学生提供更加便捷、高效的信息获取途径和个性化的心理支持服务。通过平台的使用, 学生的信息焦虑水平得到显著降低, 信息素养和心理健康水平得到提升。同时, 平台的建设也促进了学校与社会的互动与合作, 为培养具有创新精神和实践能力的高素质人才提供了有力支持。

综上所述, 信息焦虑的干预措施主要包括提升各方主体的信息处理能力、加强对信息焦虑主体的心理干预、优化信息环境和服务等方面, 但是目前的研究多停留在对信息焦虑的干预策略的探讨, 针对具体措施是否有效也应进行检验, 未来研究可以进一步探讨不同干预措施的效果和适用范围, 以及如何将各种干预措施有机结合起来, 形成一套系统有效的信息焦虑干预体系。同时, 也需要关注研究生群体的具体信息焦虑问题, 提出更加具体和有针对性的干预措施。

6. 总结与展望

目前, 国内外对于信息焦虑的研究主要从概念和种类研究、产生原因和理论研究、测量研究以及干预措施的研究开展, 在信息焦虑的概念、种类、原因和理论研究方面, 国外开始较早, 研究已较为完善。但是国内外信息焦虑在测量和干预措施的研究方面仍存在一定的不足之处。在信息焦虑的测量方式上, 随着科技的发展进步, 测量方式逐渐多样化并呈现多学科研究方式相结合并以量表测量为主的特点, 通过学者的持续测验和完善, 对测量维度进行深度讨论, 测量工具逐渐科学化, 但是量表多是整体评估主体的信息焦虑情况, 未能细化到具体的信息焦虑种类的测量, 此外, 现有量表多聚焦短期内的焦虑状况, 缺乏对长期动态数据的收集, 特别是在移动社交媒体高度普及的背景下, 对于新涌现的信息焦虑表现形式的捕捉显得尤为不足。在信息焦虑的干预措施上, 尽管已提出了提升信息处理能力、加强心理干预以及优化信息环境和服务等多种策略, 但当前研究多局限于策略层面的探讨, 而具体干预措施的有效性尚未得到充分验证。国内外未来研究重点应更多倾向于信息焦虑的测量和干预措施的研究, 另外, 考虑当今社会移动社交媒体的大范围使用, 在信息焦虑的研究方面需要考虑变化的社会科技背景, 以及在这种背景下, 信息焦虑的新变量、新表现等。评述从以下几个方面总结移动社交媒体环境下硕士研究生信息焦虑研究的未来发展方向。

6.1. 信息焦虑的测量

在信息焦虑的测量方面, 应考虑移动社交媒体大范围使用的社会环境, 并且在量表维度的设计上, 主要考虑对具体信息焦虑的类型的测量, 并注意动态数据的收集。在信息焦虑的测量领域, 我们必须审慎地考虑到当今移动社交媒体广泛普及和深入使用的社会环境。这种社会环境不仅极大地改变了人们获取、处理和传递信息的方式, 同时也对研究生在信息过载和信息不确定性中的心理状态产生了深远的影响。因此, 在设计和实施信息焦虑的测量工具时, 我们必须充分考虑到这一社会背景, 以确保测量工具的准确性和有效性。在量表维度的设计上, 研究重点是对具体信息焦虑类型的测量。信息焦虑并非一个单一的概念, 它可能源于对信息量的担忧、对信息真实性的怀疑等多种因素。因此, 我们需要通过设计有针对性的具体量表, 全面细致地测量不同类型的信息焦虑, 以便更准确地把握研究生的心理状态和需求。此外, 我们还需要注意动态数据的收集。信息焦虑是一个动态变化的过程, 它可能随着个体所处环

境、心理状态的变化而发生变化。因此,我们需要通过定期或不定期的数据收集,了解个体信息焦虑的变化趋势和规律,以便更好地评估干预措施的效果,并为未来的研究提供更为丰富的数据支持。

综上所述,在信息焦虑的测量方面,我们需要充分考虑移动社交媒体的社会环境,精心设计量表维度,并注重动态数据的收集。这样,才能更准确地测量和评估信息焦虑的状态和变化,为未来的研究和实践提供更为有力的支持。

6.2. 信息焦虑的干预

在信息焦虑的干预措施方面,应考虑设想的干预措施对于研究生这一特殊群体的有效性,检测具体措施针对解决具体信息焦虑问题的有效性,以构建一个全面而高效的研究生信息焦虑干预体系。在信息焦虑的干预措施研究中,针对研究生这一特定群体,我们需要特别关注所设想的干预措施的有效性。研究生群体由于其学术研究的深入性和专业性,常常面临着更为复杂和严峻的信息焦虑问题。因此,在设计和实施干预措施时,我们必须确保这些措施能够切实满足研究生群体的特殊需求,并能够有效缓解他们的信息焦虑。在确定了具体的干预措施后,我们需要对其有效性进行严格的检测和评估。这可以通过问卷调查、个案研究等多种方式进行。我们需要收集动态的数据来评估干预措施对研究生信息焦虑的缓解程度、持续时间和影响范围等方面的效果。同时,我们还需要对干预措施进行反思和改进,不断调整干预措施,完善和优化干预体系,使其更有针对性和长效性。

综上所述,在信息焦虑的干预措施方面,我们需要充分考虑研究生这一特殊群体的特点和需求,设计具体而有针对性的干预措施,并严格检测和评估其有效性。通过构建一个全面而高效的研究生信息焦虑干预体系,我们可以为研究生提供更为有效的帮助和支持,缓解他们在移动社交媒体环境下的信息焦虑问题。

参考文献

- 陈泓历(2022). 智媒时代公众信息焦虑症候及其价值引领. *河海大学学报(哲学社会科学版)*, 24(5), 46-51, 128-129.
- 陈世华, 刘爽(2023). 迷失与超越: 走出信息焦虑的困局. *学习与实践*, (9), 107-114.
- 陈庄, 刘加伶, 成卫(2021). *信息资源组织与管理*(第2版). 清华大学出版社.
- 程文英, 曹锦丹, 卢时雨(2014). 信息焦虑量表的修订. *情报科学*, 32(1), 64-67.
- 傅小兰, 张侃, 陈雪峰(2021). *心理健康蓝皮书: 中国国民心理健康发展报告(2019-2020)*. 社会科学文献出版社.
- 龚花萍, 吴灏驰, 梅娇(2020). 大学生信息焦虑行为影响因素及应对策略. *情报理论与实践*, 43(2), 55-60.
- 韩悦, 刘天琦(2021). 网络时代下大学生信息焦虑影响因素及对策探究. *大众标准化*, (11), 125-127.
- 兰晨(2019). 全日制研究生焦虑感的表现及成因分析. *黑龙江教育学院学报*, 38(11), 118-121.
- 李素敏, 米志旭(2022). 研究生心理健康教育的循证经验. *黑龙江高教研究*, 40(7), 96-100.
- 李旭, 刘鲁川, 张冰倩(2018). 认知负荷视角下社交媒体用户倦怠及消极使用行为研究——以微信为例. *图书馆论坛*, 38(11), 94-106.
- 理查德·索·沃尔曼(2001). *信息饥渴: 信息选取、表达与透析*(李银胜, 译, 第2版, pp. 18-20). 电子工业出版社.
- 刘畅, 巩洪村, 曹高辉(2021). 碎片化阅读情境下用户信息焦虑行为形成机理——基于扎根理论的探索性研究. *图书情报知识*, 38(3), 144-153.
- 梅松丽, 曹锦丹(2010). 信息焦虑的心理机制探析. *医学与社会*, 23(10), 93-94, 99.
- 社交媒体管理平台 KAWO 科握(2023-04-17). *KAWO 科握发布《2023 中国社交媒体平台指南》*.
<https://m.jiemian.com/article/9254647.html>
- 王琳, 杨雨彤, 苏宁(2023). 移动互联环境下大学生信息焦虑、健康焦虑与错失焦虑的关联机制研究. *现代情报*, 43(7), 64-73.
- 王艺, 连家兴(2023). “类型聚焦”与“焦虑主体”——一项关于青少年网络社交焦虑类型构成的实证研究. *中国报业*, (4),

85-87.

- 韦耀阳(2014). 大学生信息焦虑与网络依赖的关系研究. *情报科学*, 32(11), 88-91.
- 吴贤华, 满丛英, 黄燕, 等(2018). 大学生信息焦虑量表的编制. *湖北第二师范学院学报*, 35(12), 72-76.
- 徐瑞朝, 曾一昕(2017). 国内信息过载研究述评与思考. *图书馆学研究*, (18), 21-25, 60.
- 姚丝绦(2024). 信息过载背景下当代青年信息焦虑及对策研究. *新西部*, (2), 107-111.
- 袁静, 李柯(2020). 移动社交媒体环境下用户信息焦虑行为研究进展. *图书情报工作*, 64(11), 133-144.
- 张海, 谢靖(2023). 信息迷雾生成机理及图书馆应对策略研究. *图书馆学研究*, (9), 32-39, 17.
- 赵柯然, 王延飞(2021). 信息迷雾的情报感知研究. *情报理论与实践*, 44(3), 1-5, 12.
- 朱智贤(1989). *心理学大词典*. 北京师范大学出版社.
- Dhir, A., Yossatorn, Y., Kaur, P., & Chen, S. (2018). Online Social Media Fatigue and Psychological Wellbeing—A Study of Compulsive Use, Fear of Missing Out, Fatigue, Anxiety and Depression. *International Journal of Information Management*, 40, 141-152. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2018.01.012>
- Erfanmanesh, M., Abrizah, A., & Karim, N. H. A. (2012). Development and Validation of the Information Seeking Anxiety Scale. *Malaysian Journal of Library & Information Science*, 17, 21-39.
- Gin, L. E., Wiesenthal, N. J., Ferreira, I., & Cooper, K. M. (2021). PhD Expression: Examining How Graduate Research and Teaching Affect Depression in Life Sciences PhD Students. *CBE—Life Sciences Education*, 20, ar41. <https://doi.org/10.1187/cbe.21-03-0077>
- Girard, J., & Allison, M. (2008). Information Anxiety: Fact, Fable or Fallacy. *Electronic Journal of Knowledge Management*, 6, 111-124.
- Hartley, R. V. L. (1928). Transmission of Information. *Bell System Technical Journal*, 7, 535-563. <https://doi.org/10.1002/j.1538-7305.1928.tb01236.x>
- Jacobson, F. (1991). Gender Differences in Attitudes toward Using Computers in Libraries: An Exploratory Study. *Library & Information Science Research*, 13, 267-279.
- Jacobson, N. C., & Bhattacharya, S. (2022). Digital Biomarkers of Anxiety Disorder Symptom Changes: Personalized Deep Learning Models Using Smartphone Sensors Accurately Predict Anxiety Symptoms from Ecological Momentary Assessments. *Behaviour Research and Therapy*, 149, Article ID: 104013. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2021.104013>
- Kamalou, S., Shaughnessy, K., & Moscovitch, D. A. (2019). Social Anxiety in the Digital Age: The Measurement and Sequelae of Online Safety-seeking. *Computers in Human Behavior*, 90, 10-17. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.023>
- Kierkegaard, S. (1981). *The Concept of Anxiety: A Simple Psychologically Orienting Deliberation on the Dogmatic Issue of Hereditary Sin* (p. 240). Princeton University Press.
- Muhammad, A. N. (2017). Information Seeking Anxiety: Background, Research, and Implications. *International Information & Library Review*, 49, 266-273. <https://doi.org/10.1080/10572317.2017.1319713>
- Pandzic, I., Notebaert, L., Basanovic, J., & MacLeod, C. (2023). Examining the Role of Trait Anxiety and Attentional Bias to Negative Information in Intrusion Vulnerability Following an Emotionally Negative Event. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 81, Article ID: 101894. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2023.101894>
- Presno, C. (1998). Taking the Byte Out of Internet Anxiety: Instructional Techniques That Reduce Computer/internet Anxiety in the Classroom. *Journal of Educational Computing Research*, 18, 147-161. <https://doi.org/10.2190/uy72-5tg8-0lt5-au4l>
- Richards, K., Kramer Freeman, L., & Sears, S. F. (2016). The Influence of Social Media Use, Online Information Seeking, and Acceptance on Implantable Cardioverter Defibrillator Patient Shock Anxiety. *Journal of Consumer Health on the Internet*, 20, 156-166. <https://doi.org/10.1080/15398285.2016.1201787>
- Shannon, C. E. (1948). A Mathematical Theory of Communication. *Bell System Technical Journal*, 27, 379-423. <https://doi.org/10.1002/j.1538-7305.1948.tb01338.x>
- Wilson, K., Fornasier, S., & White, K. M. (2010). Psychological Predictors of Young Adults' Use of Social Networking Sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13, 173-177. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0094>
- Wurman, R. S. (1989). *Information Anxiety*. Doubleday.