

依恋焦虑对大学生社交媒体成瘾的影响：人际关系困扰和抑郁的中介作用

马建苓

重庆邮电大学创新创业教育学院，重庆

收稿日期：2025年6月25日；录用日期：2025年7月29日；发布日期：2025年8月12日

摘 要

成瘾的依恋观认为依恋缺陷是行为和物质成瘾的重要原因，这一框架是否适用于社交媒体成瘾领域仍不清楚。为此428名大学生完成亲密关系经历量表、人际关系困扰量表、流调中心抑郁量表以及中文社交媒体成瘾量表，探讨成人依恋和社交媒体成瘾的关系以及人际关系困扰和抑郁在其中的可能作用。结果发现：(1) 依恋焦虑显著预测社交媒体成瘾，焦虑水平越高，个体社交媒体成瘾水平越高。(2) 抑郁在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起单独中介作用。(3) 人际关系困扰和抑郁在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起序列中介作用。研究结果表明，依恋理论框架是理解社交媒体成瘾的有效理论，为有效预防社交网络成瘾提供了理论框架。

关键词

依恋焦虑，社交媒体成瘾，人际关系困扰，抑郁

The Effect of Attachment Anxiety on Social Media Addiction of College Students: The Mediating Role of Interpersonal Distress and Depression

Jianling Ma

School of Innovation and Entrepreneurship Education, Chongqing University of Posts and Telecommunications, Chongqing

Received: Jun. 25th, 2025; accepted: Jul. 29th, 2025; published: Aug. 12th, 2025

文章引用：马建苓(2025). 依恋焦虑对大学生社交媒体成瘾的影响：人际关系困扰和抑郁的中介作用. *心理学进展*, 15(8), 126-135. DOI: 10.12677/ap.2025.158456

Abstract

The attachment view of addiction believes that attachment defect is an important cause of behavior and substance addiction. Whether this framework is applicable to the field of social media addiction is still unclear. In order to explore the relationship between adult attachment and social media addiction and the possible role of interpersonal relationship distress and depression, 428 college students completed adult attachment anxiety questionnaire, interpersonal relationship distress scale, center for epidemiologic studies depression scale and Chinese social media addiction scale. The results showed that: (1) attachment anxiety significantly predicted social media addiction. The higher the level of anxiety, the higher the level of social media addiction. (2) Depression plays an independent mediating role between attachment anxiety and social media addiction. (3) Interpersonal distress and depression play a sequential mediating role between attachment anxiety and social media addiction. The results show that attachment theory framework is a potential effective theory to understand social media addiction, which provides theoretical support for the prevention and effective prevention of social network addiction.

Keywords

Attachment Anxiety, Social Media Addiction, Interpersonal Relationship Distress, Depression

Copyright © 2025 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. 问题提出

伴随信息通信技术迅猛发展的社交媒体，在全世界范围内广受欢迎，已经全方位融入人们的生活。尽管社交媒体变革了信息获取和沟通交流的方式，给人们带来了诸如超越时空限制、休闲娱乐、自我表达等益处，但高强度、长时间使用社交媒体，提高了青少年接触不良信息的风险、冲击传统道德价值观念、严重影响身心健康与成长成才，引发全社会广泛关切和担忧，成为近年来学术界的研究热点。社交媒体成瘾是个体因长时间和高强度使用社交媒体，导致不可抗拒地延长使用时间，以及由此带来的以心理和生理不适为特征的社会心理现象(Griffiths, Kuss, & Demetrovics, 2014)。社交媒体过度使用导致抑郁、焦虑水平提高，降低睡眠质量、导致更多的日常认知失败并影响学业成就(Marino, Gini, Vieno, & Spada, 2018)。因此，揭示社交媒体成瘾的发生机制，对科学制定预防和干预措施继而合理有效使用社交媒体具有重要的现实意义。

1.1. 依恋与成瘾

成人依恋源于婴儿与主要照顾者之间形成的情感纽带(Bowlby, 1973, 1980, 1982/1969, 1988)。早期形成的强烈情感纽带，使婴儿形成了有关自我和他人的社会互动的内部工作模式(Bretherton, 1987)，这种模式是相对稳定的并持续到成年，是人际关系的基础(Bartholomew & Horowitz, 1991; Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987)。当照顾者被感知为反应灵敏、容易接近和值得信赖时，婴儿会发展出安全的依恋方式。当主要照顾者不一致、不可用或无反应时，会产生消极的内部工作模式和不安全的依恋(Bretherton, 1987)。成人依恋主要包括两个维度即依恋焦虑和回避(Brennan, Clark, & Shaver, 1998)。焦虑依恋(即有高度的依恋焦虑)的特点是依恋系统的过度活跃，导致不断需要寻求支持和安慰。回避型依恋的特点是依恋

系统的失活, 导致心理和社会关系需求的持续抑制、自我依赖以及与他人保持心理距离。

成瘾的依恋观认为, 行为和物质成瘾的部分原因是个体存在依恋创伤或依恋缺陷, 而成瘾是依恋问题的外在表现。成瘾的依恋观在行为和物质领域都得到了大量研究的支持。在行为成瘾领域, 赌博成瘾、游戏成瘾、性成瘾以及网络成瘾等都与依恋存在密切关系。赌博成瘾个体中 70%是不安全依恋, 恐惧型的依恋类型占比最高(26.6%), 而且只有依恋焦虑能预测赌博成瘾程度(Kumcagiz, 2019); 父母依恋和同伴依恋与赌博动机(增强、社交和应对)相关, 且父母依恋预测赌博动机(Jauregui & Estevez, 2020)。依恋焦虑和回避个体比安全型个体表现出更严重的网络游戏成瘾水平(Suárez, Thio, & Singh, 2012)。性成瘾的男性在依恋焦虑和回避方面比起同伴得分更高, 依恋回避比依恋焦虑更能预测性成瘾行为(Crocker, 2015; Gilliland et al., 2015; Zapf, Greiner, Carroll, & Compulsivity, 2008)。回避依恋个体的网络成瘾程度最强, 其次是焦虑-反抗型, 而依恋安全个体的网络成瘾程度最低(Jeon, 2006)。在物质成瘾领域, 最新的元分析结果表明同一时间点下, 依恋关系不安全的个体更可能存在物质使用问题; 前一个时间点的依恋状况与后一时间点的物质使用存在显著的前瞻性相关; 出现低的依恋安全在时间上比物质使用的增加要早(Fairbairn et al., 2018)。总之, 成瘾的依恋观是解释物质和行为成瘾的强有力的理论框架。

1.2. 依恋与社交媒体

社交媒体的实质是人际关系的虚拟表达, 是现实人际关系的网络表现形式。因此社交媒体使用必然与人际经历有关。研究者已经发现了依恋和社交媒体之间的关系(Hart, Nailling, Bizer, & Collins, 2015; Lin, 2015, 2016; Oldmeadow, Quinn, & Kowert, 2013)。Oldmeadow 等人(2013)发现高依恋焦虑的个体会频繁地使用 Facebook, 当感觉到情绪低落时更倾向于使用它, 并且更关心别人在 Facebook 上是如何看待这些情绪的; 而高依恋回避个体使用 Facebook 强度较低。安全依恋的个体通过使用 Facebook 使得关系需求得以满足并感知到积极的幸福感, 而高焦虑依恋的人尽管获得归属感, 但仍然孤独(Lin, 2016)。在依恋与社交媒体成瘾的关系方面, 发现依恋焦虑是社交媒体成瘾的重要预测变量, 个体依恋焦虑程度越高, 其社交媒体成瘾程度越高(Badenes-Ribera, Fabris, Gastaldi, Prino, & Longobardi, 2019; Blackwell, Leaman, Trampusch, Osborne, & Liss, 2017; Chen, 2019; D'Arienzo, Boursier, & Griffiths, 2019; Demircioğlu & Göncü Köse, 2018; Flynn, Noone, & Sarma, 2018; Liu & Ma, 2019; Monacis, de Palo, Griffiths, & Sinatra, 2017a; Marino et al., 2019; Wardecker, Chopik, Boyer, & Edelstein, 2016; Worsley, Mansfield, & Corcoran, 2018; 陈云祥, 钟姝, 戴莉, 邓衍鹤, 刘翔平, 2019)。诸多研究进一步揭示幸福感、元认知以及相关需要和自我表露的满足程度, 是依恋焦虑和社交媒体成瘾之间的重要中介变量(Chen, 2019; Marino et al., 2019; Worsley et al., 2018), 并且反馈敏感性在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起完全中介作用(Tobin & Graham, 2020)。上述研究既丰富了社交媒体成瘾的风险因素研究, 也进一步支持了成瘾的依恋观。据此, 本研究提出假设 1: 依恋焦虑正向预测社交媒体成瘾。

1.3. 抑郁、人际关系困扰与社交媒体成瘾

依恋焦虑如何导致社交媒体成瘾? 抑郁可能是一个重要中介变量。抑郁是伴有思维迟缓、言语动作减少、意志活动减退等活动的情绪状态。一方面, 抑郁是社交媒体成瘾的显著预测变量(Al Mamun & Griffiths, 2019; Brailovskaia, Velten, & Margaf, 2019; Cakici, Babayigit, Karaaziz, & Cumhur, 2020; Foroughi, Iranmanesh, Nikbin, & Hyun, 2019; Wang et al., 2018)。换言之, 个体抑郁状况越强, 越想通过使用社交媒体等工具调节其情绪状态, 继而导致成瘾性使用。另一方面, 依恋焦虑和抑郁也存在密切关系。依恋焦虑者有更高的抑郁水平(Bifulco et al., 2006; Eng, Heimberg, Hart, Schneier, & Liebowitz, 2001; Manes et al., 2016;

Marganska, Gallagher, & Miranda, 2013)。因此, 本研究提出假设 2: 抑郁在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起中介作用。

不良人际关系状态是抑郁产生的重要原因之一。人际关系是人与人之间通过交往和相互作用而形成的心理关系, 它反映了个体或团体寻求满足需要的心理状态(雷希, 王敬群, 张苑, 叶宝娟, 刘翠翠, 2018; 张灵, 郑雪, 严标宾, 温娟娟, 石艳彩, 2007)。大学生的人际关系表现为大学生在学习、生活、工作中发生的人与人之间的心理关系, 对其日常学习生活、身心健康、全面发展有重要的影响作用。良好的人际关系能使人们活得更长久, 更快乐, 有更好的生理和心理健康。当人际关系和谐融洽时, 心情就平静、舒畅, 人际关系不和谐或发生矛盾或困扰时, 就会感到紧张、焦虑或孤独、情绪低落、抑郁等。近年来我国大学生的心理问题越来越多, 而其中近五成是人际关系紧张造成的。依恋与人际关系困扰关系密切: 依恋焦虑程度越高, 越容易产生人际关系问题; 这一关系在众多研究中都得到了验证(李彩娜, 周伟, 张曼, 2010; 张晨, 班兰美, 李彩娜, 2009)。但是人际关系困扰并不一定预测社交媒体成瘾, 因为社交媒体是建立和维持人际关系的, 而人际关系困扰的个体并不会直接导致社交媒体成瘾, 人际关系困扰有可能通过抑郁这一变量预测社交媒体成瘾。综上, 本研究提出假设 3: 人际关系困扰和抑郁在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起序列中介作用。

综上所述, 在成瘾的依恋观视角下, 本研究拟探讨依恋焦虑和社交媒体成瘾的关系及抑郁和人际关系困扰在其中的可能作用。

2. 研究方法

2.1. 被试

采用方便抽样法选取重庆市两所高校大一至大四共 428 名大学生参与本次调查。大一至大四年级人数分别是 11 人、85 人、125 人和 207 人。男女各半, 年龄介于 16~24 岁(20.65 ± 1.25)。所有被试至少有半年社交媒体使用经验。本样本中微信、微博及 QQ 与空间的使用率分别是 87.4%、52.1%和 92.1%, 这三种之外的其他社交媒体占 16.4%。

2.2. 研究工具

2.2.1. 依恋焦虑量表

采用李同归与加藤合生(2006)修订的亲密关系经历量表中文版考察个体依恋状况。本研究只关注依恋焦虑, 因此只采用依恋焦虑分量表。共 18 个题项, 采用 7 点评分(1 = “非常不同意”, 7 = “非常同意”, 例题如“我有点担心失去恋人”), 分量表得分越高, 表示个体依恋焦虑程度越高。中文版亲密关系经历量表在众多研究中表现出良好的心理测量学指标。本研究中, 依恋焦虑量表的 Cronbach's α 系数为 0.94。

2.2.2. 人际关系困扰

采用郑日昌编制的人际关系综合诊断量表(郑日昌, 1999), 该量表是一份人际关系行为困扰的诊断量表, 共包含 28 个是否判断题项, 分别计 1 和 0 分。分数越高, 说明其受到人际关系行为困扰越严重。量表从四个方面考查了与人相处时存在的困扰程度, 分别是人际交谈困扰、人际交友困扰、待人接物困扰、与异性交往困扰。本研究中总量表的 Cronbach's α 系数为 0.92。

2.2.3. 流调中心抑郁量表

采用流调中心抑郁量表中文版(汪向东, 王希林, 马弘, 1999)考察个体抑郁状况, 该量表侧重于评估被试的抑郁情感或心境。量表共包含 20 个项目, 采用 0~3 四级评分, 总得分越高表明抑郁症状出现的频

率也越高。本研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.90。

2.2.4. 中文社交媒体成瘾量表

中文社交媒体成瘾量表以微信、微博和 QQ 及空间为基础，是考察个体一般性社交媒体成瘾状况的量表(Liu & Ma, 2018)。该量表共有 6 个维度 28 个条目，采用 Likert 5 点计分(1 = “很不符合”，5 = “非常符合”，具体题目表述如“使用社交媒体时，我几乎是全身心地投入其中”)。总分越高，表示个体社交媒体成瘾程度越高。本研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.95。

2.2.5. 程序与数据处理

采用在固定教室分三批次集体施测的方法，被试完成纸质问卷，每个人完成后，由两个研究助手认真核查问卷，以免遗漏。如有遗漏，则保证必须全部完成题项。因此本研究中间卷回收率为 100%。完成纸质调查需要大概 8~10 分钟。被试完成问卷调查后，每人领取一份小礼品作为回报。所有回归系数的显著性检验均采用偏差校正百分位 Bootstrap 法。为实现该方法，采用宏程序 PROCESS (V 3.3)中的 Model 6，通过 5000 次样本抽样估计中介效应。

2.2.6. 共同方法偏差的控制与检验

由于本研究数据均来自被试的自我报告，可能会存在共同方法偏差(Common Method Bias)，根据相关研究建议，在程序方面进行了控制，如采用匿名作答、部分条目反向表述等。为了进一步提高研究的严谨性，本研究采用 Harman 单因子检验法检验，设定公因子为 1，采用 AMOS 22.0 进行验证性因素分析，结果发现拟合程度不理想：表明本研究数据不存在严重的共同方法偏差。

3. 研究结果

3.1. 变量的描述性统计与相关分析

各变量之间的描述性统计和相关分析结果见表 1。相关分析结果表明，依恋焦虑与人际关系困扰、抑郁以及社交媒体成瘾都呈现显著正相关；人际关系困扰与抑郁呈显著正相关，但与社交媒体成瘾的关系不显著；抑郁与社交媒体成瘾之间呈显著正相关。变量之间的相关系数绝对值介于 0.16 至 0.45 之间，适合进一步分析。

Table 1. The mean, standard deviations and correlation among variables (N = 428)

表 1. 变量间的均值、标准差以及相关分析结果(N = 428)

变量	M $\pm$ SD	1	2	3	4
1. 依恋焦虑	65.83 $\pm$ 21.68	—			
2. 人际关系困扰	8.82 $\pm$ 7.04	.16*	—		
3. 抑郁	45.74 $\pm$ 9.42	.45**	.18**	—	
4. 社交媒体成瘾	86.44 $\pm$ 20.24	.41**	.09	.41**	—

*表示.05 水平上统计的显著，**表示.01 水平上显著。

3.2. 回归与中介分析

回归模型分析表明(见表 2)，依恋焦虑显著预测人际关系困扰和抑郁，人际关系困扰显著预测抑郁，但人际关系困扰不能预测社交媒体成瘾，抑郁显著预测社交媒体成瘾。当人际关系困扰和抑郁加入模型后，依恋对社交媒体成瘾的直接预测作用仍然显著(依恋单独预测社交媒体成瘾 $b = 0.38^{***}$ ，当人际关系

困扰和抑郁加入模型后，依恋预测社交媒体成瘾的系数为 $b = 0.26^{***}$ 。

Table 2. Results of the regression analysis between attachment anxiety and social media addiction
表 2. 依恋焦虑和社交媒体成瘾的回归分析结果

预测变量	结果变量					
	模型 1 (人际关系困扰)		模型 2 (抑郁)		模型 2 (社交媒体成瘾)	
	回归系数	标准误	回归系数	标准误	回归系数	标准误
依恋焦虑	0.04*	5.5	0.19***	0.02	0.26***	0.04
人际关系困扰	——	——	0.17**	0.05	0.002	0.12
抑郁	——	——	——	——	0.61***	0.1
常数	6.35***	1.08	31.71***	1.33	41.33***	4.37
	$R^2 = 0.01$ $F(1, 426) = 5.75^{***}$		$R^2 = 0.22$ $F(2, 425) = 60.22^{***}$		$R^2 = 0.23$ $F(3, 424) = 42.33^{***}$	

*表示 0.05 水平上统计的显著，**表示 0.01 水平上显著。

中介效应分析结果表明，依恋焦虑对社交媒体成瘾的总效应为 0.38，直接效应为 0.26，间接效应为 0.12。在三条中介效应路径中，依恋焦虑→人际关系困扰→社交媒体成瘾，这条中介路径效应不显著(效应量为 0.0001, 95%置信区间为-0.012 至 0.016, 包含 0)。依恋焦虑→抑郁→社交媒体成瘾中介效应显著，效应量为 0.116 (95%置信区间为 0.06 至 0.19)，依恋焦虑→人际关系困扰→抑郁→社交媒体成瘾中介效应显著，效应量为 0.004 (95%置信区间为 0.0003 至 0.127)。

4. 讨论

本研究的目的是探讨依恋焦虑和社交媒体成瘾的关系，并考察人际关系困扰和抑郁在其中的可能作用。研究假设均得到验证，即依恋焦虑正向预测社交媒体成瘾；抑郁在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起中介作用；人际关系困扰和抑郁在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起序列中介作用。

4.1. 依恋与社交媒体成瘾

本研究中依恋焦虑预测社交媒体成瘾，即个体依恋焦虑程度越高，其社交媒体成瘾程度越高，这与前人的研究结果是一致的(D'Arienzo et al., 2019; Liu & Ma, 2019; Worsley et al., 2018)。焦虑依恋的特点是依恋系统过度活跃，害怕被抛弃，关注依恋对象的可得性和反应性，导致不断需要寻求支持和安慰。依恋焦虑者由于基本需要并未充分满足，对他人反馈更敏感、有更多的反馈寻求(等待他人点赞，评论等)，并将社交媒体看作是虚拟的“依恋对象”，试图从这个对象那里获得反馈(如点赞、评论等)，以弥补个体在现实世界中缺失的依恋经历(Tobin & Graham, 2020)。社交媒体也可能因为满足了依恋焦虑个体的归属感的需要，从而成为依恋焦虑者的“依靠”(Benoit & DiTommaso, 2020; Monacis, de Palo, Griffiths, & Sinatra, 2017b)。

4.2. 抑郁的中介作用

本研究发现抑郁是依恋焦虑者过度使用社交媒体的重要中介因素。依恋焦虑显著预测抑郁，后者显著预测社交媒体成瘾，即抑郁在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起中介作用。依恋焦虑和抑郁的关系与前人的研究是一致的(Bifulco, Moran, Ball, & Bernazzani, 2002; Eng et al., 2001; Manes et al., 2016; Marganska et al., 2013)。依恋焦虑者持有消极的自我观，认为自己是不值得爱的，无法有效调节自己的消极情绪，因而

容易出现情绪低落等症状。抑郁与社交媒体成瘾的结果与前人研究也是一致的(Mamun & Griffiths, 2019; Sayeed et al., 2020; Yoon, Kleinman, Mertz, & Brannick, 2019; 陈春宇, 连帅磊, 孙晓军, 柴唤友, 周宗奎, 2018)。从情绪调节的视角看, 依恋焦虑者可能将社交媒体看作是调节和改善情绪的工具, 一旦有改善情绪的经历, 则会期待下一次使用, 这种周而复始的正强化促使个体高强度使用(Drach, Orloff, & Hormes, 2021; Foroughi et al., 2019; Jauregui & Estevez, 2020; Liu & Ma, 2019)。先前研究发现依恋焦虑和抑郁都是社交媒体成瘾的风险因素, 本研究进一步揭示抑郁在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起中介作用, 进一步深化了变量之间关系的认识。

4.3. 人际关系困扰和抑郁的中介作用

依恋焦虑也可以通过人际关系困扰预测抑郁, 即人际关系困扰和抑郁在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起序列中介作用。依恋焦虑程度越高, 个体人际关系有更多困扰, 其抑郁程度也越高, 个体的社交媒体成瘾程度越高。依恋焦虑的个体早期与主要照看者之间的互动形成的消极自我表征, 影响其对人际关系的感知, 因而有更多的人际关系问题, 这进一步增加其抑郁表现, 进而导致社交媒体成瘾。本研究发现人际关系困扰本身并不直接预测社交媒体成瘾, 可能是因为社交媒体是现实人际关系的网络表现方式, 人际关系困扰越大, 越有可能回避人际关系, 进而会远离社交媒体或低强度的社交媒体使用。

4.4. 研究意义和不足

本研究结果具有重要的理论和实践意义。本研究发现, 依恋焦虑通过复杂的中介机制导致社交媒体成瘾, 这是本研究在以往研究基础上对依恋焦虑与社交媒体成瘾的内部作用机制的深入。理论方面, 本研究在确认了依恋焦虑影响社交网络成瘾的基础上, 回答了依恋焦虑“怎么样”、“通过什么”以及“做什么”影响社交媒体成瘾的问题, 反映出依恋焦虑和社交网络成瘾之间复杂的关系。从大的方面讲, 本研究也支持成瘾的依恋观。尽管已有研究探讨了依恋和社交媒体成瘾之间的关系, 但都局限在将其看做是单一风险因素, 而未从成瘾的依恋观这一框架下进行考察, 成瘾的依恋观为后续研究提供了一个可行的方向。从依恋到社交媒体成瘾的作用机制可能涉及更多的变量以及变量之间的复杂作用, 如不仅可以考察成人依恋与社交媒体成瘾之间的关系, 早期的依恋经历也可能对社交媒体成瘾产生影响, 这是后续研究需要关注的。实践方面, 成瘾的依恋观为社交媒体成瘾的干预和预防提供了依据。很多研究已经开始探索社交媒体使用者进行干预, 考察干预效果, 但研究结果并不一致。有些研究发现减少社交媒体使用降低了抑郁、焦虑水平, 提升了幸福感; 但也有研究发现干预并未对个体产生积极作用。这些研究都未考察依恋在其中的作用, 鉴于依恋和心理健康之间的密切关系, 因此未来有关社交媒体成瘾的干预研究, 可以考虑从依恋入手, 考察个体依恋状况在干预效果方面的可能作用。

本研究仍然存在一些不足。首先, 本研究采用自我报告的方法考察个体社交媒体使用以及情绪状况, 自我报告法可能存在一些偏倚。其次, 本研究属于横断研究性质, 尚不能确定变量之前的因果关系, 未来需要采用实验研究和纵向研究等方法确定变量之间的关系。第三, 本研究主要以大学生为被试, 变量之间的关系能否推论至其他群体, 还需后续研究。第四, 本研究中仅考虑依恋焦虑而未对回避依恋进行考察, 未来的研究需对此进行探讨。

5. 结论

- (1) 依恋焦虑显著预测社交媒体成瘾, 焦虑水平越高, 个体社交媒体成瘾水平越高。
- (2) 抑郁在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起单独中介作用。
- (3) 人际关系困扰和抑郁在依恋焦虑和社交媒体成瘾之间起序列中介作用。

基金项目

本研究受到重庆市教委人文社科项目(21SKGH064)和重庆市教育科学规划 2020 年重点项目的支持(2020-GX-114)。

参考文献

- 陈春宇, 连帅磊, 孙晓军, 柴唤友, 周宗奎(2018). 社交网站成瘾与青少年抑郁的关系: 认知负载和核心自我评价的中介作用. *心理发展与教育*, 34(2), 210-218.
- 陈云祥, 钟姝, 戴莉, 邓衍鹤, 刘翔平(2019). 大学生依恋焦虑对社交网络成瘾的影响: 有调节的中介模型. *中国临床心理学杂志*, 27(3), 497-500.
- 雷希, 王敬群, 张苑, 叶宝娟, 刘翠翠(2018). 核心自我评价对大学生抑郁的影响: 应对方式和人际关系困扰的链式中介作用. *中国临床心理学杂志*, 26(4), 808-810.
- 李彩娜, 周伟, 张曼(2010). 大学生人际关系困扰与依恋的自我-他人工作模型的关系. *心理发展与教育*, 26(5), 509-514.
- 李同归, 加藤和生(2006). 成人依恋的测量: 亲密关系经历量表(ECR)中文版. *心理学报*, 38(3), 399-406.
- 汪向东, 王希林, 马弘(1999). *心理卫生评定量表手册*. 中国心理卫生杂志社.
- 张晨, 班兰美, 李彩娜(2009). 人际关系困扰对大学生主观幸福感的影响. *中国健康心理学杂志*, 17(12), 1466-1468.
- 张灵, 郑雪, 严标宾, 温娟娟, 石艳彩(2007). 大学生人际关系困扰与主观幸福感的关系研究. *心理发展与教育*, 23(2), 116-121.
- 郑日昌(1999). *大学生心理诊断*(pp. 339-341). 山东教育出版社.
- Al Mamun, M. A., & Griffiths, M. D. (2019). The Association between Facebook Addiction and Depression: A Pilot Survey Study among Bangladeshi Students. *Psychiatry Research*, 271, 628-633. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.039>
- Badenes-Ribera, L., Fabris, M. A., Gastaldi, F. G. M., Prino, L. E., & Longobardi, C. (2019). Parent and Peer Attachment as Predictors of Facebook Addiction Symptoms in Different Developmental Stages (Early Adolescents and Adolescents). *Addictive Behaviors*, 95, 226-232. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.05.009>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Benoit, A., & DiTommaso, E. (2020). Attachment, Loneliness, and Online Perceived Social Support. *Personality and Individual Differences*, 167, Article 110230. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110230>
- Bifulco, A., Kwon, J., Jacobs, C., Moran, P. M., Bunn, A., & Beer, N. (2006). Adult Attachment Style as Mediator between Childhood Neglect/Abuse and Adult Depression and Anxiety. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 41, 796-805. <https://doi.org/10.1007/s00127-006-0101-z>
- Bifulco, A., Moran, P. M., Ball, C., & Bernazzani, O. (2002). Adult Attachment Style. I: Its Relationship to Clinical Depression. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 37, 50-59. <https://doi.org/10.1007/s127-002-8215-0>
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, Neuroticism, Attachment Style and Fear of Missing Out as Predictors of Social Media Use and Addiction. *Personality and Individual Differences*, 116, 69-72. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.039>
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and Anger*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Sadness and depression*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1982/1969). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*. Routledge.
- Brailovskaia, J., Velten, J., & Margaf, J. (2019). Relationship between Daily Stress, Depression Symptoms, and Facebook Addiction Disorder in Germany and in the United States. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22, 610-614. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0165>
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-Report Measurement of Adult Attachment: An Integrative Overview. In J. A. Simpson, & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 46-76). Guilford Press.
- Bretherton, I. (1987). New Perspectives on Attachment Relations: Security, Communication, and Internal Working Models. In J. D. Osofsky (Ed.), *Wiley Series on Personality Processes. Handbook of Infant Development* (pp. 1061-1100). John

- Wiley & Sons.
- Cakici, M., Babayiğit, A., Karaaziz, M., & Cumhur, Ö. (2020). The Prevalence and Risk Factors of Facebook Addiction: Does Facebook Addiction Is Related with Depression and PTSD? *Anatolian Journal of Psychiatry*, 21, 245-252. <https://doi.org/10.5455/apd.2020101>
- Chen, A. (2019). From Attachment to Addiction: The Mediating Role of Need Satisfaction on Social Networking Sites. *Computers in Human Behavior*, 98, 80-92. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.03.034>
- Crocker, M. M. (2015). Out-of-Control Sexual Behavior as a Symptom of Insecure Attachment in Men. *Journal of Social Work Practice in the Addictions*, 15, 373-393. <https://doi.org/10.1080/1533256x.2015.1091000>
- D'Arienzo, M. C., Boursier, V., & Griffiths, M. D. (2019). Addiction to Social Media and Attachment Styles: A Systematic Literature Review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 1094-1118. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00082-5>
- Demircioğlu, Z. I., & Göncü Köse, A. (2018). Effects of Attachment Styles, Dark Triad, Rejection Sensitivity, and Relationship Satisfaction on Social Media Addiction: A Mediated Model. *Current Psychology*, 40, 414-428. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9956-x>
- Drach, R. D., Orloff, N. C., & Holmes, J. M. (2021). The Emotion Regulatory Function of Online Social Networking: Preliminary Experimental Evidence. *Addictive Behaviors*, 112, Article 106559. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106559>
- Eng, W., Heimberg, R. G., Hart, T. A., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (2001). Attachment in Individuals with Social Anxiety Disorder: The Relationship among Adult Attachment Styles, Social Anxiety, and Depression. *Emotion*, 1, 365-380. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.1.4.365>
- Fairbairn, C. E., Briley, D. A., Kang, D., Fraley, R. C., Hankin, B. L., & Ariss, T. (2018). A Meta-Analysis of Longitudinal Associations between Substance Use and Interpersonal Attachment Security. *Psychological Bulletin*, 144, 532-555. <https://doi.org/10.1037/bul0000141>
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment Style as a Predictor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281>
- Flynn, S., Noone, C., & Sarma, K. M. (2018). An Exploration of the Link between Adult Attachment and Problematic Facebook Use. *BMC Psychology*, 6, Article No. 34. <https://doi.org/10.1186/s40359-018-0245-0>
- Foroughi, B., Iranmanesh, M., Nikbin, D., & Hyun, S. S. (2019). Are Depression and Social Anxiety the Missing Link between Facebook Addiction and Life Satisfaction? The Interactive Effect of Needs and Self-Regulation. *Telematics and Informatics*, 43, Article 101247. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2019.101247>
- Gilliland, R., Blue Star, J., Hansen, B., & Carpenter, B. (2015). Relationship Attachment Styles in a Sample of Hypersexual Patients. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 41, 581-592. <https://doi.org/10.1080/0092623x.2014.958787>
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., & Demetrovics, Z. (2014). Social Networking Addiction. In Rosenberg, K. P., & L. C. Feder (Eds.), *Behavioral Addictions* (pp. 119-141). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-407724-9.00006-9>
- Hart, J., Nailling, E., Bizer, G. Y., & Collins, C. K. (2015). Attachment Theory as a Framework for Explaining Engagement with Facebook. *Personality and Individual Differences*, 77, 33-40. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.12.016>
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Jauregui, P., & Estevez, A. (2020). Predictive Role of Attachment, Coping, and Emotion Regulation in Gambling Motives of Adolescents and Young People. *Journal of Gambling Studies*, 36, 1283-1300. <https://doi.org/10.1007/s10899-019-09893-6>
- Jeon, H.-G. (2006). The Attachment Style and Psychological Characteristics of Internet Addiction among College Students. *Korean Journal of Youth Studies*, 13, 134-156.
- Kumcağız, H. (2019). Examination of Turkish University Students' Internet Addiction in Relation to Their Parental Attachment Styles and Sociodemographics. *Sage Open*, 9, 1-11. <https://doi.org/10.1177/2158244019845946>
- Lin, J. (2015). The Role of Attachment Style in Facebook Use and Social Capital: Evidence from University Students and a National Sample. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18, 173-180. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0341>
- Lin, J.-H. (2016). Need for Relatedness: A Self-Determination Approach to Examining Attachment Styles, Facebook Use, and Psychological Well-Being. *Asian Journal of Communication*, 26, 153-173. <https://doi.org/10.1080/01292986.2015.1126749>

- Liu, C., & Ma, J. (2018). Development and Validation of the Chinese Social Media Addiction Scale. *Personality and Individual Differences*, 134, 55-59. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.05.046>
- Liu, C., & Ma, J. (2019). Adult Attachment Style, Emotion Regulation, and Social Networking Sites Addiction. *Frontiers in Psychology*, 10, Article ID: 2352. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02352>
- Mamun, M. A. A., & Griffiths, M. D. (2019). The Association between Facebook Addiction and Depression: A Pilot Survey Study among Bangladeshi Students. *Psychiatry Research*, 271, 628-633. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.039>
- Manes, S., Nodop, S., Altmann, U., Gawlytta, R., Dinger, U., Dymel, W. et al. (2016). Social Anxiety as a Potential Mediator of the Association between Attachment and Depression. *Journal of Affective Disorders*, 205, 264-268. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.06.060>
- Marganska, A., Gallagher, M., & Miranda, R. (2013). Adult Attachment, Emotion Dysregulation, and Symptoms of Depression and Generalized Anxiety Disorder. *American Journal of Orthopsychiatry*, 83, 131-141. <https://doi.org/10.1111/ajop.12001>
- Marino, C., Gini, G., Vieno, A., & Spada, M. M. (2018). A Comprehensive Meta-Analysis on Problematic Facebook Use. *Computers in Human Behavior*, 83, 262-277. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.009>
- Marino, C., Marci, T., Ferrante, L., Altoè, G., Vieno, A., Simonelli, A. et al. (2019). Attachment and Problematic Facebook Use in Adolescents: The Mediating Role of Metacognitions. *Journal of Behavioral Addictions*, 8, 63-78. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.07>
- Monacis, L., de Palo, V., Griffiths, M. D., & Sinatra, M. (2017a). Social Networking Addiction, Attachment Style, and Validation of the Italian Version of the Bergen Social Media Addiction Scale. *Journal of Behavioral Addictions*, 6, 178-186. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.023>
- Monacis, L., de Palo, V., Griffiths, M. D., & Sinatra, M. (2017b). Exploring Individual Differences in Online Addictions: The Role of Identity and Attachment. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 15, 853-868. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9768-5>
- Oldmeadow, J. A., Quinn, S., & Kowert, R. (2013). Attachment Style, Social Skills, and Facebook Use Amongst Adults. *Computers in Human Behavior*, 29, 1142-1149. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.10.006>
- Sayed, A., Hassan, M. N., Rahman, M. H., El Hayek, S., Banna, M. H. A., Mallick, T. et al. (2020). Facebook Addiction Associated with Internet Activity, Depression and Behavioral Factors among University Students of Bangladesh: A Cross-Sectional Study. *Children and Youth Services Review*, 118, Article 105424. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105424>
- Suárez, L., Thio, C. F., & Singh, S. (2012). Attachment Styles, Motivations, and Problematic Use of Massively Multi-Player Online Games. *International Proceedings of Economics Development and Research*, 53, 45-49.
- Tobin, S. J., & Graham, S. (2020). Feedback Sensitivity as a Mediator of the Relationship between Attachment Anxiety and Problematic Facebook Use. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23, 562-566. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0560>
- Wang, P., Wang, X., Wu, Y., Xie, X., Wang, X., Zhao, F. et al. (2018). Social Networking Sites Addiction and Adolescent Depression: A Moderated Mediation Model of Rumination and Self-Esteem. *Personality and Individual Differences*, 127, 162-167. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.02.008>
- Wardecker, B. M., Chopik, W. J., Boyer, M. P., & Edelstein, R. S. (2016). Individual Differences in Attachment Are Associated with Usage and Perceived Intimacy of Different Communication Media. *Computers in Human Behavior*, 59, 18-27. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.01.029>
- Worsley, J. D., Mansfield, R., & Corcoran, R. (2018). Attachment Anxiety and Problematic Social Media Use: The Mediating Role of Well-Being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21, 563-568. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0555>
- Yoon, S., Kleinman, M., Mertz, J., & Brannick, M. (2019). Is Social Network Site Usage Related to Depression? A Meta-Analysis of Facebook-Depression Relations. *Journal of Affective Disorders*, 248, 65-72. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.01.026>
- Zapf, J. L., Greiner, J., & Carroll, J. (2008). Attachment Styles and Male Sex Addiction. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 15, 158-175. <https://doi.org/10.1080/10720160802035832>