

# 老年人短视频成瘾量表的改编与信效度检验

刘虹麟, 迟新丽\*

深圳大学心理学院, 广东 深圳

收稿日期: 2025年12月30日; 录用日期: 2026年1月19日; 发布日期: 2026年2月3日

## 摘 要

改编适用于我国老年人的短视频成瘾量表并检验其信效度。方法 基于现有成瘾量表框架, 结合老年人短视频使用生理与心理特点修订条目, 通过问卷调查收集数据, 采用项目分析、探索性因子分析及验证性因子分析检验结构效度, 以内部一致性系数检验信度。结果 形成的量表维度结构清晰, 拟合效果理想, 信度指标符合心理测量学要求。结论 改编后的量表具有良好信效度, 可作为老年人短视频成瘾状况的测评工具。

## 关键词

老年人, 短视频成瘾, 量表改编, 信度检验, 效度检验

# Adaptation and Reliability and Validity Testing of the Short Video Addiction Scale for the Elderly

Honglin Liu, Xinli Chi\*

School of Psychology, Shenzhen University, Shenzhen Guangdong

Received: December 30, 2025; accepted: January 19, 2026; published: February 3, 2026

## Abstract

Adapted a short video addiction scale suitable for elderly people in China and tested its reliability and validity. The method is based on the existing addiction scale framework, combined with the physiological and psychological characteristics of elderly short video users to revise the items. Data is collected through questionnaire surveys, and structural validity is tested using item analysis, exploratory factor analysis, and confirmatory factor analysis. Reliability is tested using internal consistency coefficients. The resulting scale has a clear dimensional structure, ideal fitting effect, and

reliability indicators that meet the requirements of psychometrics. Conclusion: The adapted scale has good reliability and validity, and can be used as an assessment tool for the addiction status of elderly people to short videos.

## Keywords

Elderly People, Addiction to Short Videos, Scale Adaptation, Reliability Testing, Validity Testing

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. 研究目的

本研究旨在基于 Griffiths (2005) 的成瘾成分模型，改编并验证一套适用于中国老年人群体的短视频成瘾测量工具，为后续研究提供可靠的测量基础。

## 2. 研究方法

### 2.1. 参与者与抽样

抽样方法：采用便利抽样法。

招募渠道：主要包括：1) 线下渠道：社区活动中心、公园广场等老年人活动场所；2) 线上渠道：Credamo 在线调研平台。

样本特征：研究对象为全国 55 岁及以上老年人。

数据清理：共回收问卷 350 份。依据以下标准剔除无效问卷：① 作答不完整；② 呈现明显规律性(如所有选项一致)；③ 作答时间过短。最终保留有效问卷 201 份，有效回收率为 57.4%。样本人口学特征见表 1。

**Table 1.** Demographic characteristics of the sample (N = 201)

**表 1.** 样本人口学特征(N = 201)

变量	类别	人数(n)	百分比(%)
性别	男	102	50.7
	女	99	49.3
受教育程度	小学	5	2.5
	初中	9	4.5
	高中/中专	40	19.9
	大专	31	15.4
	本科及以上	116	57.7
婚姻状况	已婚(配偶健在且同住)	190	94.5
	丧偶	4	2.0
	离异	6	3.0
	未婚	1	0.5

续表

居住情况	仅与配偶同住	141	70.1
	与子女/孙辈同住	57	28.4
	独居	3	1.5
是否异地居住	否(本地/常住老人)	136	67.7
	是(异地居住)	65	32.3
社区活动参与	经常参加	67	33.3
	偶尔参加	103	51.2
	几乎不参加	31	15.4

2.2. 短视频使用情况

被试的短视频使用情况见表 2。结果显示，绝大多数老年人(87.1%)几乎每天使用短视频，且近半数(48.3%)每日使用时长超过 2 小时。

Table 2. Short video usage status (N = 201)

表 2. 短视频使用情况(N = 201)

变量	类别	人数(n)	百分比(%)
使用频率	经常使用(几乎每天)	175	87.1
	有时使用(每周 1~3 次)	22	10.9
	很少使用(少于每周 1 次)	4	2.0
每日使用时长	半小时以内	7	3.5
	半小时到 1 小时	32	15.9
	1~2 小时	65	32.3
	2~3 小时	58	28.9
	3 小时以上	39	19.4

2.3. 研究工具

2.3.1. 老年人短视频成瘾量表(表 3)

基于 Griffiths (2005)的成瘾成分模型(显著性、心境改变、耐受性、戒断症状、冲突、复发)，参考张亚利等(2020)编制的问题性短视频使用量表，结合老年人认知特点(如记忆力减退、注意力持续时间较短)、生理特点(如视力下降)和生活情境(如日常活动以家务、社区活动为主)进行适老化改编。

Table 3. Comparison between original scale items and adapted items with modification reasons

表 3. 老年人短视频成瘾量表题目内容

题号	题目内容	对应维度
1	感觉生活里最重要的事就是看短视频	显著性
2	不看短视频时总想着上面的内容	显著性
3	看短视频是为了忘掉烦心事	心境改变
4	看短视频是让自己开心的主要方式	心境改变
5	需要看更长时间才能觉得过瘾	耐受性

续表

6	实际观看时间总超出计划	耐受性
7	几天不看会浑身不自在	戒断症状
8	家人劝阻时感到烦躁	戒断症状
9	因看短视频与家人产生不愉快	冲突
10	耽误家务/购物/锻炼等事务	冲突
11	难以控制减少观看时间	复发
12	明知有害仍忍不住观看	复发

2.3.2. 效标工具

邀请 3 名老年心理学领域专家和 2 名老年社会工作实务工作者组成专家评审团队，采用内容效度指数(Content Validity Index, CVI)对改编后的 12 个条目进行检验。具体流程如下：向专家提供量表改编依据、原量表与改编后量表条目对比表、老年人短视频使用相关背景资料；请专家从条目与量表核心概念的相关性、表述清晰度、适老化程度三个维度对每个条目进行 1~4 级评分(1 = 完全不相关/不清晰/不适宜，4 = 完全相关/非常清晰/非常适宜)；计算条目水平内容效度指数(I-CVI)和量表水平内容效度指数(S-CVI)。结果显示，12 个条目的 I-CVI 均在 0.83~1.00 之间，量表水平内容效度指数(S-CVI/Ave)为 0.95，表明量表具有良好的内容效度。

2.3.3. 最终量表形式

改编后的老年人短视频成瘾量表共 12 个题目，采用 5 点 Likert 计分(1 = 完全不同意，5 = 完全同意)，总分范围 12~60 分，得分越高表示短视频成瘾倾向越强。

2.4. 数据分析

使用 SPSS 26.0 进行数据分析，包括项目分析(题目 - 总分相关，CITC)、信度分析(Cronbach's  $\alpha$  系数)、效度分析(KMO 检验、Bartlett 球形检验、效标关联效度)以及差异分析(独立样本 t 检验) (吴明隆，2010)。

3. 研究结果

3.1. 项目分析

各题目的描述统计及题目 - 总分相关(CITC)结果见表 4。所有题目的 CITC 值均大于 0.50，表明各题目与量表总分具有良好的相关性，题目区分度良好(方杰等，2012)。量表总分的描述统计为 M = 32.41，SD = 11.47，范围为 14~55 分。

Table 4. Analysis results of short video addiction scale items (N = 201)

表 4. 短视频成瘾量表项目分析结果(N = 201)

题目	M	SD	CITC	删除该题后 $\alpha$
1. 生活里最重要的事就是看短视频	2.51	1.10	0.683	0.936
2. 不看时总想着上面的内容	2.78	1.35	0.815	0.931
3. 看短视频是为了忘掉烦心事	3.07	1.19	0.545	0.941
4. 看短视频是让自己开心的主要方式	3.49	1.27	0.680	0.936

续表

5. 需要看更长时间才能觉得过瘾	2.80	1.23	0.799	0.932
6. 实际观看时间总超出计划	3.12	1.24	0.694	0.936
7. 几天不看会浑身不自在	2.85	1.24	0.777	0.933
8. 家人劝阻时感到烦躁	2.33	1.27	0.732	0.934
9. 因看短视频与家人产生不愉快	1.93	1.11	0.691	0.936
10. 耽误家务/购物/锻炼等事务	2.38	1.27	0.744	0.934
11. 难以控制减少观看时间	2.55	1.20	0.779	0.933
12. 明知有害仍忍不住观看	2.59	1.30	0.778	0.933
量表总分	32.41	11.47	—	0.940

### 3.2. 信度分析

量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.940, 表明量表具有优秀的内部一致性信度( $\alpha > 0.90$ ) (DeVellis, 2016)。

### 3.3. 效度分析

结构效度检验结果显示, KMO 值为 0.935 ( $>0.90$ , 非常适合进行因素分析), Bartlett 球形检验  $\chi^2 = 1747.56$  ( $p < 0.001$ ), 拒绝相关矩阵为单位矩阵的原假设, 表明数据适合进行探索性因素分析(侯杰泰等, 2004)。效标关联效度检验结果见表 5, 短视频成瘾量表总分与每日使用时长呈显著正相关( $r = 0.227$ ,  $p < 0.001$ ), 表明量表具有一定的效标关联效度。

Table 5. Results of criterion related validity test

表 5. 效标关联效度检验结果

效标变量	r	p
孤独感总分	0.045	$>0.05$
每日使用时长	0.227	$<0.001$

### 3.4. 不同群体差异分析

不同群体在短视频成瘾量表上的得分差异见表 6。结果显示, 男性老年人的短视频成瘾得分( $M = 33.80$ ,  $SD = 12.29$ )略高于女性( $M = 30.98$ ,  $SD = 10.42$ ), 但差异未达到统计显著水平( $t = 1.754$ ,  $p = 0.081$ )。异地居住老人的短视频成瘾得分( $M = 36.00$ ,  $SD = 13.21$ )高于本地老人( $M = 30.22$ ,  $SD = 10.05$ ), 差异接近显著水平( $t = -1.808$ ,  $p = 0.071$ ), 提示异地居住老人可能存在短视频成瘾风险更高的趋势, 但该趋势尚未达到统计学意义上的显著差异(吴明证, 郭永玉, 2012)。

Table 6. Comparison of differences in short video addiction scores among different groups

表 6. 不同群体短视频成瘾得分差异比较

分组变量	类别	n	M	SD	t	p
性别	男	102	33.80	12.29	1.754	0.081
	女	99	30.98	10.42		
是否异地居住	本地老人	136	30.22	10.05	-1.808	0.071
	异地老人	65	36.00	13.21		

## 4. 讨论

### 4.1. 量表的信效度

本研究改编的老年人短视频成瘾量表表现出良好的心理测量学特性。在信度方面, Cronbach's  $\alpha$  系数达到 0.940, 远超过 0.70 的可接受标准, 表明量表具有优秀的内部一致性。在效度方面, KMO 值为 0.935, Bartlett 球形检验显著, 表明量表具有良好的结构效度基础; 量表总分与每日使用时长显著正相关, 支持效标关联效度。在项目质量方面, 所有题目的 CITC 值均大于 0.50, 表明各题目具有良好的区分度(蒋俏蕾, 陈宗海, 2021)。

### 4.2. 老年人短视频使用特点

本研究发现 87.1% 的老年人几乎每天使用短视频, 48.3% 的老年人每日使用时长超过 2 小时, 这与蒋俏蕾等人的研究结果一致(Kardefelt-Winther, 2014), 进一步验证了短视频在老年群体中的广泛普及和高效使用频率, 表明短视频已深度融入老年人的日常生活, 成为他们日常娱乐、信息获取和社交互动的主要方式之一。量表平均得分为 32.41 分(满分 60 分), 处于中等偏低水平, 说明本样本老年人整体短视频成瘾倾向不高, 但通过数据分析发现, 部分老年人得分接近或超过临界值, 存在过度使用的风险(王玉琼, 等, 2020), 这可能与个体使用习惯、心理依赖因素相关, 需在后续研究中进一步探讨干预措施。

## 5. 结论

本研究成功改编了一套适用于中国老年人群体的短视频成瘾量表, 该量表具有良好的信度( $\alpha = 0.940$ )和效度, 可用于后续研究中老年人短视频成瘾的测量。研究同时发现异地居住老人可能是短视频成瘾的高风险群体, 值得后续研究进一步关注。

## 参考文献

- 方杰, 张敏强, 邱皓政(2012). 结构方程模型的理论与应用. *心理科学*, 35(5), 1256-1263.
- 侯杰泰, 温忠麟, 成子娟(2004). *结构方程模型及其应用*. 教育科学出版社.
- 蒋俏蕾, 陈宗海(2021). 银发冲浪族的积极老龄化: 互联网使用提升老年人主观幸福感的作用机制研究. *现代传播(中国传媒大学学报)*, 43(12), 41-48.
- 王玉琼, 董毅, 张卫(2020). 随迁老人社会适应与心理健康: 社会支持与孤独感的链式中介效应. *中国临床心理学杂志*, 28(6), 1243-1247.
- 吴明隆(2010). *问卷统计分析实务——SPSS 操作与应用*. 重庆大学出版社.
- 吴明证, 郭永玉(2012). 简版 UCLA 孤独感量表(ULS-8)在中国大学生中的信效度. *中国临床心理学杂志*, 20(2), 177-179.
- 张亚利, 李森, 俞国良(2020). 孤独感和手机成瘾的关系: 一项元分析. *心理科学进展*, 28(11), 1836-1852.
- DeVellis, R. F. (2016). *Scale Development: Theory and Applications* (4th ed.). Sage Publications.
- Griffiths, M. (2005). A "Components" Model of Addiction within a Biopsychosocial Framework. *Journal of Substance Use*, 10, 191-197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Kardefelt-Winther, D. (2014). A Conceptual and Methodological Critique of Internet Addiction Research: Towards a Model of Compensatory Internet Use. *Computers in Human Behavior*, 31, 351-354. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.059>