

自我概念清晰性对问题性移动社交媒体使用的影响

崔福祺, 周航, 闫秀梅*

济南大学教育与心理科学学院, 山东 济南

收稿日期: 2026年1月29日; 录用日期: 2026年2月26日; 发布日期: 2026年3月12日

摘要

采用问卷法对892名初中生进行调查, 探讨了自我概念清晰性以领悟社会支持和生命意义感为链式中介的路径对初中生问题性移动社交媒体使用的预测作用。结果表明: 1) 自我概念清晰性对初中生问题性移动社交媒体使用的直接效应显著; 2) 以领悟社会支持、生命意义感为中介的路径负向预测问题性移动社交媒体使用; 3) 以领悟社会支持和生命意义感为链式中介的路径对初中生问题性移动社交媒体使用起负向预测作用。

关键词

自我概念清晰性, 领悟社会支持, 生命意义感, 问题性移动社交媒体使用

The Effect of Self-Concept Clarity on Problematic Mobile Social Network Sites

Fuqi Cui, Hang Zhou, Xiumei Yan*

School of Education and Psychology, University of Jinan, Jinan Shandong

Received: January 29, 2026; accepted: February 26, 2026; published: March 12, 2026

Abstract

To explore the predictive role of the chain-mediated path of self-concept clarity through perceived social support and meaning in life to problematic mobile social network sites in junior high school students, a questionnaire was distributed to 892 middle school students. The results revealed that: 1) The direct effect of self-concept clarity on problematic mobile social network sites in junior high school students is significant. 2) Pathways that are mediated by perceived social support and meaning in life

*通讯作者。

respectively predict problematic mobile social network sites negatively. 3) The pathway chain-mediated by perceived social support and meaning in life predicts problematic mobile social network sites negatively in middle school students.

Keywords

Self-Concept Clarity, Perceived Social Support, Meaning in Life, Problematic Mobile Social Network Sites

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

社交媒体指一种虚拟社区，用户可在其中创建个人公共档案，与现实中的朋友互动，并据共同兴趣结识其他人(Kuss & Griffiths, 2011)。据报告，我国社交媒体用户近年来持续增长，至 2022 年社交媒体用户已占全体网民的 95.13%，突破新高。对初中生而言，我国对青少年网络游戏时间的管控也是其大量涌入社交媒体的重要原因。《2022 年全国未成年人互联网使用情况研究报告(2023)》指出，2022 年初中生互联网普及率已超过 99%，其高频使用社交媒体的比例高于未成年网民平均水平 15 个百分点以上。

问题性移动社交媒体使用(Problematic Mobile Social Network Sites)指对社交媒体的不当使用，包括与冲动控制障碍和行为成瘾类似的状况，被视为由正常使用向病理性使用的一种过渡状态(Moreau, Laconi, Delfour, & Chabrol, 2015; 姜永志, 2018)。当下，研究者对问题性移动社交媒体使用的定义尚未达成共识，但这一社会现象对个体——尤其是青少年——身心发展的不良影响已得到充分证实(Turel, Poppa, & Gil-Or, 2018)，包括但不限于现实社交圈缩小、同辈竞争增强、孤独感增加、幸福感降低等(Course-Choi & Hammond, 2021; Kraut et al., 1998; Nie, 2001)。

目前关于问题性移动社交媒体使用的研究多数是关于负性情绪及特定人格特质等风险因素对这一不良行为的助长作用(刘致宏等, 2023; 杨丽娟, 姜亚丽, 2020)，较少关注问题性移动社交媒体使用的保护因素。在社交媒体使用已全国普及的背景下，关注青少年问题性使用的保护性因素响应着青少年健康享受社交媒体便利性的现实需要。

自我概念清晰性(Self-Concept Clarity)用以描述个体的自我概念得到清晰界定的程度及其具有的内部一致性和时间稳定性(Campbell et al., 1996)。自我概念清晰性已被证实与网络成瘾密切相关。具体而言，首先，自我概念模糊的个体更易受环境影响，自主性和自控能力低(Campbell et al., 1996)，遇到问题时更倾向于采取不恰当的自我调节策略(Bechtoldt, De Dreu, Nijstad, & Zapf, 2010)，如依赖社交媒体建立人际关系、寻求缺失的自我价值。其次，根据 Davis (2001)提出的“认知-行为”理论模型，低自我概念清晰性属于个体对自我不良的认知，会增加个体的成瘾风险。问题性移动社交媒体使用作为向成瘾行为的过渡，存在与自我概念清晰性关联的可能。最后，实证研究表明，自我概念清晰性能够改善个体不良行为(Levey, Garandeanu, Meeus, & Branje, 2019)，负向预测成瘾行为(李放等, 2019; 王晓娟等, 2022)。由此可推论，自我概念清晰性与问题性移动社交媒体使用问题存在类似的关联。据此，提出假设 1：自我概念清晰性对初中生问题性移动社交媒体使用存在负向预测作用。

领悟社会支持(Perceived Social Support)指个体在社会中感受到尊重、支持和理解的情感体验或满足感，同时也包括对社会支持的期望和评价，以及对获得社会支持可能性的信念(林静, 涂巍, 2015)。相对

于实际的社会支持,领悟社会支持对个体心理发展有更重要的意义(Brisette, Scheier, & Carver, 2002)。根据社会支持的缓冲器模型,社会支持在心理应激下对个体起到保护作用。社会支持能在低自我概念清晰性个体中缓冲自我认知模糊带来的不良心理体验,间接降低问题性移动社交媒体使用的风险。一方面,自我概念清晰性能够正向预测领悟社会支持。社会支持的缓冲器模型认为,社会支持通过人的内部认知系统发挥作用。自我概念作为个体对自身的内部认知,可有效影响个体社会支持感。研究表明,个体自我概念越清晰,其感知到的社会支持程度越强(Liang et al., 2022);自我概念清晰性显著正向预测领悟社会支持,且负向预测网络成瘾(Goodman et al., 1993)。个体的自我概念越清晰,越有利于建立和理解人际关系,获得并感受社会支持,从而不断强化自身领悟社会支持的能力。另一方面,领悟社会支持对问题性移动社交媒体使用存在负向预测作用。关于社会支持与社交媒体使用,存在两个相互竞争的假设:社会补偿假设和社会增强假设。社会补偿假设认为,人际关系较差的个体会更多地使用社交网络。社会增强假设提出,社交能力更强的个体使用社交网络更多(Valkenburg & Peter, 2007)。根据使用与满足理论,社会支持的降低会引发个体更高的认知需求。社会支持领悟力的下降会使个体产生更多认知需求,利用互联网进行满足。在诸多网络平台中,社交媒体以其独特的社会交往特性为主要特征,使个体更依赖于社交媒体补偿自身社交需要,削弱自我控制,导致问题性移动社交媒体使用(Palmgreen, 1984)。实证研究表明,个体可通过社交媒体感受线上社会支持,补偿人际需要(Cho et al., 2023)。线上社会支持水平高而线下社会支持水平低的个体,最有可能沉迷社交媒体(Luchtefeld & Jordan, 2022)。反之,现实社会支持充足的个体,更多地现实生活中寻求更高层次需要的满足,其通过互联网进行社交的动机更少(Fu et al., 2020; Lin et al., 2021; Servidio et al., 2021)。虽然关于社会支持与社交媒体使用存在“社会补偿”与“社会增强”两种竞争性假设,但本研究更倾向于支持“社会补偿假设”在初中生问题性使用情境中的解释力。原因在于:首先,初中生处于心理依赖较强的阶段,其社交媒体使用动机更倾向于情感补偿与现实社交缺失的弥补,而非已有成熟社交网络的拓展;其次,“社会增强假设”通常适用于社交能力成熟、使用动机以分享与维持为主的群体,而问题性使用往往与心理需求缺失、自我调节不足相关,更贴近补偿模型。由此,本研究基于社会补偿假设提出假设 2:以领悟社会支持为中介的路径负向预测初中生问题性移动社交媒体使用。

生命意义感(Meaning in Life)指人们对自身存在的意义以及他们所追求的总体人生目标的感受,包含动机(寻求生命意义)和重要性(拥有生命意义)两部分(Steger, Frazier, Oishi, & Kaler, 2006)。

根据意义管理理论(Meaning Management Theory),自我概念较清晰的个体对生命理解的连贯性和深入性更强,从而获得更高的生命意义感(Hoffman et al., 2009)。实证研究亦表明,自我概念清晰性作为个体自我认同和发展的基础,通过直接和间接两条路径都可以影响生命意义感的水平(陈晓燕等, 2021)。生命意义感与社交媒体使用同样存在关联。根据自我决定理论,个体会通过寻求替代,补偿自身缺失的心理需要(Deci & Ryan, 2000)。在现实中社会支持缺失的个体,无法建立稳固的生命意义感,会转入虚拟的社交媒体寻求补偿。已有研究表明,随着生命意义感的增强,个体手机成瘾程度逐渐降低(Çevik, Cığerci, Kılıç, & Uyar, 2020; Hu, Liu, & Wang, 2022)。据此可提出假设 3:生命意义感中介自我概念清晰性与初中生问题性移动社交媒体使用。

主流观点认为,个体的生命意义来源于其与社会的联系(Moynihan, Igou, & van Tilburg, 2017; Stillman et al., 2009)。这一观点在横向研究(Zhang et al., 2024; 马元广, 2022)与纵向研究中皆得到证实(Krause, 2007; Shin & Steger, 2016)。人类的生存策略普遍依赖于社会联系,与他人建立联系、寻求社会支持是个体生存努力的主要方面,或者说意义本身就是通过社交获得的(Stillman et al., 2009)。一项交叉滞后研究表明,个体感受到的社会支持水平能够预测其生命意义感水平。个体获得的社会支持越多,其对生命意义的追求就越强(Feeney & Collins, 2015)。有研究者从社会关系的视角提出社会支持的成长模型,强调社会

支持对个体生命成长的重要意义。该理论模型认为, 社会支持不仅可以在逆境中通过直接影响神经生理活动增强个体的生命意义, 还能在逆境中发挥同样的作用(Feeney & Collins, 2015)。可见领悟社会支持和生命意义感之间同样存在先后关系, 据此可提出研究假设 4: 以领悟社会支持和生命意义感为链式中介的路径对初中生问题性移动社交媒体使用起负向预测作用。

本研究的假设模型如图 1 所示。

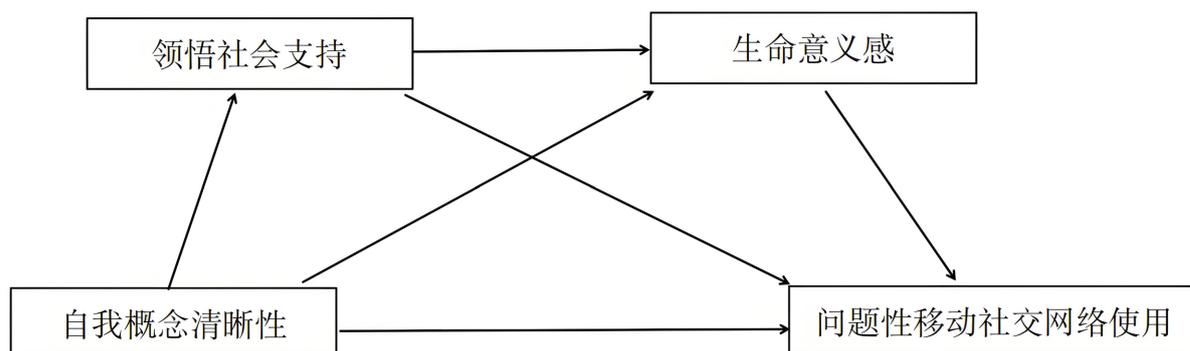


Figure 1. Hypothesized model
图 1. 假设模型

2. 方法

2.1. 研究对象

本研究从安徽省淮北市某初中学校的学生中发放问卷 950 份, 有效回收问卷 892 份(93.89%), 其中女性 435 名(48.77%), 男性 457 名(51.23%); 初一 185 人(31.95%), 初二 301 人(33.74%), 初三 306 人(34.30%); 班干部 265 人(29.71), 非班干部学生 627 人(70.29%); 单亲家庭学生 76 人(8.52%), 双亲家庭学生 816 人(91.47%)。

2.2. 测量工具

2.2.1. 青少年问题性移动社交媒体使用评估量表

由姜永志(2018)编制, 问卷包含黏性增加、生理损伤、错失恐惧、认知失败和负罪感五个维度, 共 20 项, 采用 Likert 5 点计分, 得分越高表明问题性移动社交媒体使用倾向越强。该问卷在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.91, 进行验证性因素分析, 所得 RMSEA (0.07)、GFI (0.93)、CFI (0.97)以及 NFI (0.94)数值表明该模型拟合较好, 该量表在研究中信效度良好。

2.2.2. 自我概念清晰性量表

由 Campbell 等(1996)编制, 后经牛更枫等(2016)进行本土化修订, 共 12 项, 采用 Likert 5 点计分(1 表示“非常不同意”, 5 表示“非常同意”), 得分越高表示自我概念越清晰。该量表在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.86; 进行验证性因素分析, 所得 RMSEA (0.07)、GFI (0.95)、CFI (0.92)以及 NFI (0.95)数值表明该模型拟合较好, 该量表在研究中具有良好的信效度。

2.2.3. 领悟社会支持量表

本研究采用姜乾金(1999)修订的中文版《领悟社会支持量表》, 共 12 项, 采用 Likert 7 点计分(1 表示“完全不同意”, 7 表示“完全同意”)。量表将社会支持按来源划分为家庭、朋友和其他三种, 分数越高表明个体越能领悟到来自社会的支持。该量表在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.90; 对量表进行

验证性因素分析, 所得 RMSEA (0.08)、GFI (0.94)、CFI (0.95) 以及 NFI (0.93) 数值表明该模型拟合较好, 该量表在研究中具有良好的信效度。

2.2.4. 生命意义感量表

由王鑫强(2013)修订, 共 10 项。量表将生命意义感划分为“意义拥有”和“意义寻求”两部分, 采用 Likert 7 点计分(1 表示“完全不同意”, 7 表示“完全同意”), 得分越高表明个体能够感受到越多的生命意义。该量表本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.85; 对量表进行验证性因素分析, 所得 RMSEA (0.07)、GFI (0.96)、CFI (0.95) 以及 NFI (0.94) 数值表明该模型拟合较好, 该量表在研究中具有良好的信效度。

2.3. 数据分析

剔除无效问卷后, 采用 SPSS 23.0 的 Process 宏程序记忆 AMOS 21.0 数据分析, 并进行共同方法偏差检验, 结果表明, 本研究共同方法偏差并不显著($\chi^2/df = 6.61$, RMSEA = 1.27, GFI = 0.64, CFI = 0.65, TLI = 0.64, NFI = 0.61)。

3. 结果

3.1. 变量描述性统计及相关分析

控制人口学变量后, 对各变量之间进行偏相关分析, 结果表明, 初中生问题性移动社交媒体使用、自我概念清晰性、领悟社会支持与生命意义感两两显著相关。具体而言, 自我概念清晰性显著正向预测领悟社会支持和生命意义感($p < 0.001$), 同时显著负向预测问题性移动社交媒体使用($p < 0.001$); 领悟社会支持显著正向预测生命意义感($p < 0.001$)、负向预测问题性移动社交媒体使用($p < 0.001$); 生命意义感显著负向预测问题性移动社交媒体使用($p < 0.001$), 结果见表 1。

Table 1. Descriptive statistics and correlational analysis of study variables ($n = 892$)

表 1. 变量的描述性统计及相关分析($n = 892$)

变量	$M \pm SD$	1	2	3	4
1 自我概念清晰性	2.88 \pm 0.69	1			
2 领悟社会支持	4.82 \pm 1.00	0.52***	1		
3 生命意义感	4.76 \pm 0.92	0.54***	0.67***	1	
4 问题性移动社交媒体使用	2.62 \pm 0.83	-0.56***	-0.55***	-0.67***	1

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

3.2. 共线性诊断

对各变量进行共线性诊断, 自我概念清晰性、领悟社会支持及生命意义感的 VIF 值均小于 10, 且彼此间容差大于 0.1, 排除主要变量间存在多重共线性的可能, 结果如表 2 所示。

Table 2. Results of collinearity diagnostics

表 2. 共线性诊断结果

	自我概念清晰性	领悟社会支持	生命意义感
VIF	1.75	2.27	2.39
容差	0.57	0.44	0.42

3.3. 中介效应检验

考察在自我概念清晰性和问题性移动社交媒体使用之间, 社会领悟支持和生命意义感分别及共同发挥的中介作用。根据假设, 将人口学变量作为控制变量纳入回归方程, 采用 Process 插件, 采用 Bootstrap 法, 设定 5000 次重复抽样进行多元层次回归分析, 结果见表 3 和图 2。

自我概念清晰性对问题性移动社交媒体具有显著负向预测作用($\beta = -0.26, p < 0.001$); 自我概念清晰性与领悟社会支持($\beta = 0.51, p < 0.001$)、生命意义感($\beta = 0.26, p < 0.001$)呈显著正相关; 此外, 领悟社会支持与生命意义感呈显著正相关($\beta = 0.53, p < 0.001$)、与问题性移动社交媒体使用呈显著负相关($\beta = -0.11, p < 0.01$); 生命意义感与问题性移动社交媒体使用呈显著负相关($\beta = -0.46, p < 0.001$)。

Table 3. Results of regression analysis among variables

表 3. 各变量间回归分析结果

变量	领悟社会支持		生命意义感		问题性移动社交媒体使用	
	β	t	β	t	β	t
性别	0.69	1.31	0.01	0.22	-0.04	-0.96
年级	-0.11	-3.31***	-0.01	-0.18	0.20	7.23***
自我概念清晰性	0.51	17.95***	0.26	9.53***	-0.26	-9.01***
领悟社会支持			0.53	19.00***	-0.11	-3.21**
生命意义感					-0.46	-13.50***
R^2	0.41		0.59		0.59	
F	74.68***		144.92***		128.27***	

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

Bootstrap 中介效应检验结果如表 4 所示。各路径中介效应显著。具体而言, 自我概念清晰性影响问题性移动社交媒体使用的直接效应显著, 验证了假设 1, 即自我概念清晰性对初中生问题性移动社交媒体使用具有负向预测作用; 总间接效应显著, 在总效应中占比 53.57%, 包括 3 条间接路径: 1) 自我概念清晰性→领悟社会支持→问题性移动社交媒体使用, 占比 10.71%; 2) 自我概念清晰性→生命意义感→问题性移动社交媒体使用, 占比 21.43%; 3) 自我概念清晰性→领悟社会支持→生命意义感→问题性移动社交媒体使用, 占比 21.43%。说明领悟社会支持和生命意义感分别在自我概念清晰性和问题性移动社交媒体使用之间的中介作用显著, 验证了假设 2 和假设 3, 即以领悟社会支持和生命意义感分别为中介的路径负向预测初中生问题性移动社交媒体使用; 领悟社会支持和生命意义感在自我概念清晰性和问题性移动社交媒体使用间的链式中介作用显著, 验证了假设 4, 即以领悟社会支持和生命意义感为链式中介的路径对初中生问题性移动社交媒体使用起负向预测作用。

Table 4. Analysis and comparison of chain mediation effects

表 4. 链式中介效应分析与比较

路径	效应值	效应比	Boot 标准误	95%置信区间	
				BootCI 下限	BootCI 上限
总效应	-0.56		0.03	-0.67	-0.57
总中介效应	-0.30	53.57%	0.02	-0.35	-0.25
路径 1	-0.06	10.71%	0.02	-0.09	-0.02

续表

路径 2	-0.12	21.43%	0.02	-0.16	-0.08
路径 3	-0.12	21.43%	0.01	-0.15	-0.10
比较: 路径 1-路径 2	0.06		0.03	0.01	0.112

路径 1: 自我概念清晰性→领悟社会支持→问题性移动社交媒体使用。

路径 2: 自我概念清晰性→生命意义感→问题性移动社交媒体使用。

路径 3: 自我概念清晰性→领悟社会支持→生命意义感→问题性移动社交媒体使用。

综上所述表明,以领悟社会支持、生命意义感为中介的路径负向预测问题性移动社交媒体使用,领悟社会支持和生命意义感为链式中介的路径对初中生问题性移动社交媒体使用起负向预测作用。链式中介模型图如图 2 所示。

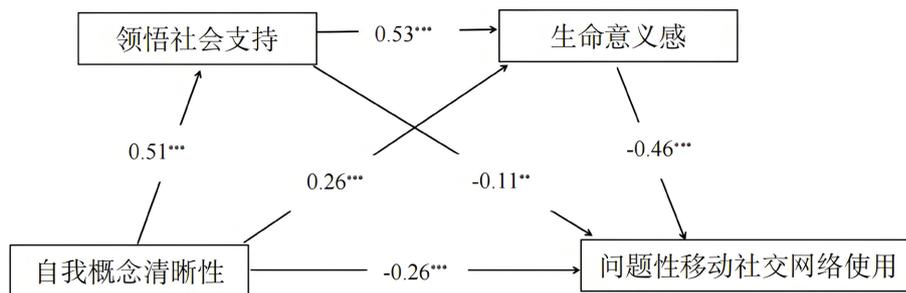


Figure 2. Chain mediation effect model diagram
图 2. 链式中介效应模型图

4. 讨论

4.1. 初中生自我概念清晰性对问题性移动社交媒体使用的影响

本研究在认知-行为模型、自我决定理论和使用与满足理论及相关实证研究的基础上,探讨了自我概念清晰性与初中生问题性移动社交媒体使用的关联及其作用机制。结果显示,初中生的自我概念清晰性能够显著地负向预测问题性移动社交媒体的使用,即初中生的自我概念越清晰,其社交媒体的使用频率越低,验证了假设 1。已有研究同样得出了一致的结论(李放等, 2019; 王晓娟等, 2022)。青少年的自我概念越清晰,往往越能制定清晰的目标及规划,较少将时间大量花费在社交网络或维持网络人际关系上。以往研究发现,充分利用自我概念的保护性可有效减少问题性网络使用行为(Quinones & Kakabadse, 2015);反之,初中生的自我概念清晰性降低,其社交媒体使用频率就会相应提升。一方面,根据 Davis (2001)提出的“认知-行为”理论模型,低自我概念清晰性作为个体对自我不良的认知,会增加个体的成瘾风险。另一方面,这可能是由于自我认知较模糊的个体倾向于寻求对自我的认识。根据 Festinger (1954)的社会比较理论,人类生来即有通过与他人进行比较而获得自身社会特征的倾向。社交媒体的发展为青少年提供了大量接触他人生活的机会,以借此进行社会比较和自我观照,帮助建立对自我的客观认识。因此,低自我概念清晰性的个体更倾向于高强度、长时间使用移动社交网络。值得一提的是,社交媒体还具有自我建构和自我延伸的功能,个体可以在社交平台塑造与真实的自己不同、乃至相去甚远的角色,与形形色色的网友打交道,这在某种程度上同样能满足初中生对自身优越形象的追求,助其纾解自我概念模糊带来的不安全感(Valkenburg & Peter, 2011)。不得不指出的是,对社交网络的投入无法真正帮助个体建立自我概念,已有研究证明,过度使用社交媒体会损害自我概念清晰性(Israelashvili, Kim, & Bukobza,

2012)。值得注意的是,自我概念清晰性与社交媒体使用之间可能存在一种双向塑造的循环关系。一方面,低自我概念清晰性驱动了问题性使用;另一方面,社交媒体上的自我呈现也可能反作用于现实中的自我认知。初中生正处于埃里克森所谓的“自我同一性对角色混乱”关键期,他们通过在社交平台上选择性地展示理想化形象、获取点赞与评论来探索自我。然而,这种基于外部反馈的“镜中我”建构具有脆弱性:当线上获得的虚拟认同与现实自我体验割裂时,可能加剧个体的认知失调;而过度依赖线上反馈进行自我评价,则可能使自我概念变得更加碎片化和情境化,进一步削弱其清晰性与稳定性。这种恶性循环,揭示了干预的必要性与复杂性。

4.2. 领悟社会支持和生命意义感的单独中介作用

本研究发现,以领悟社会支持、生命意义感为中介的路径负向预测问题性移动社交媒体使用,验证了假设2和假设3。领悟社会支持在自我概念清晰性与初中生问题性移动社交媒体使用间发挥中介作用。与先前的研究结论一致,个体自我概念清晰性程度越高,则对他人支持的感知能力越强,花费在社交媒体的时间越少(Goodman et al., 1993)。对于领悟社会支持的中介作用,可以从以下方面阐释:一方面,自我概念清晰性正向预测领悟社会支持。研究表明,自我概念清晰性与个体的适应性行为密切相关(Campbell et al., 1996),自我概念更清晰的个体往往做出更多适应性行为,能在需要时充分利用周边的资源,更容易得到来自周围人的支持;相较于社会支持不足的个体,在现实生活中得到充足资源的个体使用移动社交网络的动机更少,不易对移动社交网络产生依赖。另一方面,领悟社会支持负向预测问题性移动社交媒体使用,这一结果契合使用与满足理论。即社交网络可以作为现实社交的替代,对个体的认知和情感的需求起到满足作用(Palmgreen, 1984)。而低水平的自我概念清晰性和领悟社会支持都导致初中生的基本满足受损,加之自我控制水平较低(Campbell et al., 1996),多重因素的推动易导致其对社交媒体的过度使用。随着社交网络平台使用时间以及对其功能接触的增加,个体对社交网络的需要同样增加,逐渐产生心理依赖,进一步演变为问题性使用行为(Ryan, Chester, Reece, & Xenos, 2014)。其他研究表明,领悟社会支持较充分的个体,其通过互联网进行社交的动机更少(Fu et al., 2020; Lin et al., 2021; Servidio et al., 2021)。也有研究指出,青少年过度上网交友将导致社会孤立和社交焦虑(Griffiths, 2001),从而进一步削弱青少年对社会支持的感知,致使其更加沉溺于网络虚拟空间,形成恶性循环。这一研究结果支持了使用与满足理论的社交网络成瘾路径,问题性移动社交媒体使用会受到自我概念清晰性的影响,且领悟社会支持在其中发挥重要作用。

研究结果表明,生命意义感在自我概念清晰性与初中生问题性移动社交媒体使用间发挥中介作用。自我概念清晰性显著正向预测生命意义感,二者显著负向预测初中生问题性移动社交媒体使用;这一结果与已有研究一致(陈晓燕等, 2021),同时验证了意义管理理论和意义维持模型。首先,自我概念清晰性正向预测生命意义感。意义管理理论指出,自我概念较清晰的个体对生命的理解更为连续和深刻,从而拥有更强的生命意义感(Hoffman et al., 2009)。其次,根据意义维持模型,与意义感的冲突会唤起个体的生理厌恶,使其为缓解不适采取行为补偿(Heine, Proulx, & Vohs, 2006; Proulx & Inzlicht, 2012; Proulx, Inzlicht, & Harmon-Jones, 2012)。自我概念模糊引起的生命意义感缺失作为意义不确定(uncertainty)的一种(Markman, Proulx, & Lindberg, 2013),会引起个体生理厌恶的感觉(Proulx & Inzlicht, 2012),直接影响个体后续的行为补偿反应,促使个体在虚拟社会联结中寻求生命的意义,不断增加对社交媒体的时间投入,导致问题性使用行为。本研究结果支持社会补偿假设,即领悟社会支持较低的初中生更倾向于通过社交媒体补偿现实社交缺失,进而导致问题性移动社交媒体使用。这一结论虽与社会增强假设相左,但可能反映了初中生群体的特殊性:其一,初中生社交能力尚在发展之中,其线上社交更多是现实关系的补偿而非延伸;其二,问题性使用常伴随心理适应不良,而非社交能力优越的表现。未来研究可进一步探讨

在不同年龄群体、使用动机(如主动分享 vs 被动浏览)中,两种假设的适用条件与边界。

4.3. 领悟社会支持和生命意义感的链式中介作用

领悟社会支持和生命意义感链式中介自我概念清晰性和问题性移动社交媒体使用,且链式中介效应在总效应中占比 53.57%,验证了研究假设 4。高自我概念清晰性有助于个体认知自我以及周围环境,从而更好地获得并领悟社会支持,增强生命意义感。以往研究发现,个体的自我认知达到较高水平时,对世界的理解更加客观,更易感受到周围亲人、教师和同伴的支持,并且准确判断自身可以获得的环境支持,这将有助于他们建立人际关系、在有目标的求助中获得更多成功(Goodman et al., 1993; Liang et al., 2022)。同样地,清晰的自我概念有助于个体人生目标及规划的建立,提升生命意义感(Hoffman et al., 2009; 陈晓燕等, 2021)。与以往研究一致,本研究中领悟社会支持与生命意义感显著正相关,且从领悟社会支持到生命意义感是一个序列路径。另一方面,根据生命意义感的五个来源划分(程明明等, 2011),与他人联结是个体获得生命意义的重要来源(Zhang et al., 2024; 马元广, 2022);个体越能感受到社会支持,环境适应能力越好,获得的生命意义感越强(Zhang et al., 2024; 陈娟娟等, 2019)。初中生正处自我同一性形成期,对同辈关系的需求大幅增加,渴望建立丰富的人际关系;然而,初中生社会经验的缺乏以及处理人际关系的不成熟,使得他们很容易在现实交友中受阻。移动社交平台减少了青少年的顾忌和阻隔,使其得以充分展现、表达自我,也增加了交往主动性和成功率。然而,移动社交平台的缺陷与其优越性相伴而生,虚拟世界的特性同样导致了其社会交往的表面化、形式化等局限,高强度的移动网络社交之后,更深的空虚与疲惫将接踵而至,难以为青少年的身心发展带来真正的助力。

4.4. 局限与展望

为揭示初中生问题性移动社交媒体使用的心理机制及其保护性因素,本研究基于“认知-行为”模型和使用与满足理论,以自我概念清晰性为自变量,并引入领悟社会支持与生命意义感作为中介变量,构建了初中生问题性移动社交媒体使用的效应模型。研究结果显示,自我概念清晰性既能直接改善问题性移动社交媒体使用,又能通过领悟社会支持和生命意义感的序列路径间接影响初中生社交媒体使用,且其作用主要是通过中介路径实现的。本研究深化了关于问题性移动社交媒体的认识,为回答个体及外部积极心理因素对问题性移动社交媒体使用的保护作用提供了新视角。在社交媒体使用已全国普及的背景下,本研究关注青少年问题性使用的保护性因素,有助于青少年正确认识网络世界与现实世界的关系,在充分享受社交媒体的同时,仍能保持自我,防止过度卷入。具体可从以下三方面构建预防体系:学校应开设自我澄清课程与同伴支持活动,以提升学生自我认知与现实联结;家庭需通过深度沟通与健康用网示范,增强孩子的支持感与意义感;学生自身可借助使用日记与线下兴趣投入,实现自我监控与真实意义建构。

本研究仍存在不足之处。首先,本研究采用自我报告法对问题性移动社交媒体使用进行调查,学生对于使用程度的界定可能存在缺乏客观性、个体间判断标准不一等问题,未来可考虑开发更客观的问题性移动社交媒体的测量方法。其次,在研究方法上,本研究采用横向研究,无法做出因果推论,无法对变量间的关系性质作出结论,未来可考虑采用纵向研究的方法继续开展研究。再次,本研究针对积极心理因素对移动社交网络使用的调节作用,较多关注移动社交网络使用的负面作用,但使用社交网络平台最终能否帮助青少年获取相应信息和心理补偿,最终达到顺利发展、建立清晰自我概念?如果可以,那么是何种因素决定着社交网络平台的作用方向?最后,网络社交平台具有主动使用与被动使用之分,受到个体使用动机的影响;获得充足社会支持,能够在现实世界建立良好人际关系的青少年,也可能出于分享等原因使用网络社交平台,这类使用方式是否有别于在网络世界寻求自我概念建立和生命意义的个

体? 这些问题是本研究尚未探讨的, 未来可从以上方面展开探讨。

5. 结论

- 1) 自我概念清晰性显著负向预测初中生问题性移动社交媒体使用。
- 2) 以领悟社会支持为中介的路径负向预测初中生问题性移动社交媒体使用。
- 3) 以生命意义感为中介的路径负向预测初中生问题性移动社交媒体使用。
- 4) 以领悟社会支持和生命意义感为链式中介的路径对初中生问题性移动社交媒体使用起负向预测作用。

参考文献

- 陈娟娟, 李惠萍, 杨娅娟, 张婷, 王全兰, 吴丹燕, 王艺璇(2019). 家庭韧性对癌症患者心理韧性的影响: 领悟社会支持和生命意义感的链式中介作用. *中国临床心理学杂志*, 27(6), 1205-1209.
- 陈晓燕, 陈毅文, 张玉婷(2021). 主动性社交网站使用对生命意义感的影响: 有调节的中介模型. *中国临床心理学杂志*, 29(2), 236-241.
- 程明明, 樊富珉, 彭凯平(2011). 生命意义源的结构与测量. *中国临床心理学杂志*, 19(5), 591-594.
- 姜乾金(1999). *领悟社会支持量表(PSSS)* (pp. 131-133). 心理卫生评定量表手册.
- 姜永志(2018). 青少年问题性移动社交媒体使用评估问卷编制. *心理技术与应用*, 6(10), 613-621.
- 李放, 王琴瑶, 钟林鹏, 郑雪, 武碧云(2019). 大学生自我概念清晰性与智能手机成瘾的关系: 自尊与社交焦虑的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 27(5), 900-904.
- 林静, 涂巍(2015). 大学生积极心理品质与应对方式、领悟社会支持的关系. *中国健康心理学杂志*, 23(2), 225-228.
- 刘致宏, 张野, 王凯, 许晴(2023). 校园排斥与青少年问题性社交媒体使用的关系: 基于潜调节结构方程模型. *心理与行为研究*, 21(4), 533-540.
- 马元广(2022). 人际关系对抑郁的影响: 生活满意度与生命意义的链式中介效应. *中国健康心理学杂志*, 30(10), 1459-1463.
- 牛更枫, 孙晓军, 周宗奎, 田媛, 刘庆奇, 连帅磊(2016). 青少年社交网站使用对自我概念清晰性的影响: 社会比较的中介作用. *心理科学*, (1), 97-102.
- 王晓娟, 高树青, 刘帅(2022). 社会排斥对大学生网络成瘾的影响: 自我概念清晰性的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 30(6), 934-939.
- 王鑫强(2013). 生命意义感量表中文修订版在中学生群体中的信效度. *中国临床心理学杂志*, (5), 763-767.
- 杨丽娟, 姜亚丽(2020). 大学生相对剥夺感对问题性移动社交媒体的影响: 自尊的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 28(6), 929-933.
- Bechtoldt, M. N., De Dreu, C. K. W., Nijstad, B. A., & Zapf, D. (2010). Self-Concept Clarity and the Management of Social Conflict. *Journal of Personality*, 78, 539-574. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00626.x>
- Brisette, I., Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2002). The Role of Optimism in Social Network Development, Coping, and Psychological Adjustment during a Life Transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 102-111. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.102>
- Campbell, J. D., Trapnell, P. D., Heine, S. J., Katz, I. M., Lavallee, L. F., & Lehman, D. R. (1996). Self-Concept Clarity: Measurement, Personality Correlates, and Cultural Boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 141-156. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.1.141>
- Çevik, C., Çiğerci, Y., Kılıç, İ., & Uyar, S. (2020). Relationship between Smartphone Addiction and Meaning and Purpose of Life in Students of Health Sciences. *Perspectives in Psychiatric Care*, 56, 705-711. <https://doi.org/10.1111/ppc.12485>
- Cho, H., Li, P., Ngien, A., Tan, M. G., Chen, A., & Nekmat, E. (2023). The Bright and Dark Sides of Social Media Use during COVID-19 Lockdown: Contrasting Social Media Effects through Social Liability vs. Social Support. *Computers in Human Behavior*, 146, Article ID: 107795. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107795>
- Course-Choi, J., & Hammond, L. (2021). Social Media Use and Adolescent Well-Being: A Narrative Review of Longitudinal Studies. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24, 223-236. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0020>
- Davis, R. A. (2001). A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.

- [https://doi.org/10.1016/s0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/s0747-5632(00)00041-8)
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_01
- Feeney, B. C., & Collins, N. L. (2015). A New Look at Social Support: A Theoretical Perspective on Thriving through Relationships. *Personality and Social Psychology Review*, 19, 113-147. <https://doi.org/10.1177/1088868314544222>
- Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7, 117-140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Fu, L., Wang, P., Zhao, M., Xie, X., Chen, Y., Nie, J. et al. (2020). Can Emotion Regulation Difficulty Lead to Adolescent Problematic Smartphone Use? A Moderated Mediation Model of Depression and Perceived Social Support. *Children and Youth Services Review*, 108, Article ID: 104660. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104660>
- Goodman, S. H., Brumley, H. E., Schwartz, K. R., & Purcell, D. W. (1993). Gender and Age in the Relation between Stress and Children’s School Adjustment. *The Journal of Early Adolescence*, 13, 329-345. <https://doi.org/10.1177/0272431693013003006>
- Griffiths, M. (2001). Sex on the Internet: Observations and Implications for Internet Sex Addiction. *Journal of Sex Research*, 38, 333-342. <https://doi.org/10.1080/00224490109552104>
- Heine, S. J., Proulx, T., & Vohs, K. D. (2006). The Meaning Maintenance Model: On the Coherence of Social Motivations. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 88-110. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002_1
- Hoffman, L., Kaklauskas, F. J., & Chan, A. K. M. (2009). An Existential Vision of the Good Life: Towards an International Psychology and Psychotherapy Based on Meaning Existential Psychology East-West. *PsycCRITIQUES*, 54, 1-34.
- Hu, Q., Liu, Q., & Wang, Z. (2022). Meaning in Life as a Mediator between Interpersonal Alienation and Smartphone Addiction in the Context of Covid-19: A Three-Wave Longitudinal Study. *Computers in Human Behavior*, 127, Article ID: 107058. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107058>
- Israelashvili, M., Kim, T., & Bukobza, G. (2012). Adolescents’ Over-Use of the Cyber World—Internet Addiction or Identity Exploration? *Journal of Adolescence*, 35, 417-424. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.07.015>
- Krause, N. (2007). Longitudinal Study of Social Support and Meaning in Life. *Psychology and Aging*, 22, 456-469. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.22.3.456>
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukophadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet Paradox: A Social Technology That Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being? *American Psychologist*, 53, 1017-1031. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.53.9.1017>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8, 3528-3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>
- Levey, E. K. V., Garandea, C. F., Meeus, W., & Branje, S. (2019). The Longitudinal Role of Self-Concept Clarity and Best Friend Delinquency in Adolescent Delinquent Behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 48, 1068-1081. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-00997-1>
- Liang, J., Zhen, L., Ye, X., Zhu, M., Gan, H., Liu, J. et al. (2022). Relationship among Self-Concept Clarity, Social Support, and Psychological Resilience in Chinese Patients with an Enterostomy: A Cross-Sectional Study and Structural Equation Model Analysis. *European Journal of Oncology Nursing*, 59, Article ID: 102151. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2022.102151>
- Lin, C. Y., Namdar, P., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2021). Mediated Roles of Generalized Trust and Perceived Social Support in the Effects of Problematic Social Media Use on Mental Health: A Cross-Sectional Study. *Health Expectations*, 24, 165-173. <https://doi.org/10.1111/hex.13169>
- Luchtefeld, C., & Jordan, K. D. (2022). Individual Differences Influencing the Relationship between Online Social Support and Addictive Use of Social Media. *Telematics and Informatics Reports*, 8, Article ID: 100025. <https://doi.org/10.1016/j.teler.2022.100025>
- Markman, K. D., Proulx, T., & Lindberg, M. J. (2013). *The Psychology of Meaning*. American Psychological Association.
- Moreau, A., Laconi, S., Delfour, M., & Chabrol, H. (2015). Psychopathological Profiles of Adolescent and Young Adult Problematic Facebook Users. *Computers in Human Behavior*, 44, 64-69. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.11.045>
- Moynihan, A. B., Igou, E. R., & van Tilburg, W. A. P. (2017). Free, Connected, and Meaningful: Free Will Beliefs Promote Meaningfulness through Belongingness. *Personality and Individual Differences*, 107, 54-65. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.11.006>
- Nie, N. H. (2001). Sociability, Interpersonal Relations, and the Internet. *American Behavioral Scientist*, 45, 420-435. <https://doi.org/10.1177/00027640121957277>
- Palmgreen, P. (1984). Uses and Gratifications: A Theoretical Perspective. *Annals of the International Communication Association*, 8, 20-55. <https://doi.org/10.1080/23808985.1984.11678570>
- Proulx, T., & Inzlicht, M. (2012). The Five “A”s of Meaning Maintenance: Finding Meaning in the Theories of Sense-Making.

- Psychological Inquiry*, 23, 317-335. <https://doi.org/10.1080/1047840x.2012.702372>
- Proulx, T., Inzlicht, M., & Harmon-Jones, E. (2012). Understanding All Inconsistency Compensation as a Palliative Response to Violated Expectations. *Trends in Cognitive Sciences*, 16, 285-291. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2012.04.002>
- Quinones, C., & Kakabadse, N. K. (2015). Self-Concept Clarity and Compulsive Internet Use: The Role of Preference for Virtual Interactions and Employment Status in British and North-American Samples. *Journal of Behavioral Addictions*, 4, 289-298. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.038>
- Ryan, T., Chester, A., Reece, J., & Xenos, S. (2014). The Uses and Abuses of Facebook: A Review of Facebook Addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 3, 133-148. <https://doi.org/10.1556/jba.3.2014.016>
- Servidio, R., Sinatra, M., Griffiths, M. D., & Monacis, L. (2021). Social Comparison Orientation and Fear of Missing Out as Mediators between Self-Concept Clarity and Problematic Smartphone Use. *Addictive Behaviors*, 122, Article ID: 107014. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107014>
- Shin, J. Y., & Steger, M. F. (2016). Supportive College Environment for Meaning Searching and Meaning in Life among American College Students. *Journal of College Student Development*, 57, 18-31. <https://doi.org/10.1353/csd.2016.0005>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80-93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Stillman, T. F., Baumeister, R. F., Lambert, N. M., Crescioni, A. W., DeWall, C. N., & Fincham, F. D. (2009). Alone and without Purpose: Life Loses Meaning Following Social Exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45, 686-694. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2009.03.007>
- Turel, O., Poppa, N. T., & Gil-Or, O. (2018). Neuroticism Magnifies the Detrimental Association between Social Media Addiction Symptoms and Wellbeing in Women, but Not in Men: A Three-Way Moderation Model. *Psychiatric Quarterly*, 89, 605-619. <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9563-x>
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007). Who Visits Online Dating Sites? Exploring Some Characteristics of Online Daters. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 849-852. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9941>
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online Communication among Adolescents: An Integrated Model of Its Attraction, Opportunities, and Risks. *Journal of Adolescent Health*, 48, 121-127. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>
- Zhang, J., Kang, T., Zhao, K., Wei, M., & Liu, L. (2024). The Relationship between Life Satisfaction and Nostalgia: Perceived Social Support and Meaning in Life Chain Mediation. *Acta Psychologica*, 243, Article ID: 104154. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104154>