

社交媒体信息过载对大学生数字囤积行为的影响：感知有用性的中介作用

王晓璇

济宁学院教师教育学院，山东 曲阜

收稿日期：2026年4月22日；录用日期：2026年5月26日；发布日期：2026年6月8日

摘要

本研究旨在探讨社交媒体信息过载对大学生数字囤积行为的影响及感知有用性的中介作用。基于S-O-R (刺激-机体-反应)模型与认知负荷理论，采用数字囤积行为量表、社交媒体信息超载量表及感知有用性量表，对364名大学生进行问卷调查。结果表明：(1) 社交媒体信息过载对数字囤积行为具有显著的正向预测作用；(2) 感知有用性在两者间起部分中介作用，即社交媒体信息过载不仅直接正向影响数字囤积行为，还能通过增强感知有用性间接强化数字囤积行为。同时，数字囤积行为在高校层次、年级、性别和专业类别上存在显著差异。本研究结果可为理解大学生数字囤积行为的形成机制提供实证依据，也为高校开展数字信息素养教育、引导学生理性管理数字资源提供实践参考。

关键词

数字囤积行为，社交媒体信息过载，感知有用性

The Impact of Social Media Information Overload on College Students' Digital Hoarding Behavior: The Mediating Role of Perceived Usefulness

Xiaoxuan Wang

School of Teacher Education, Jining University, Qufu Shandong

Received: April 22, 2026; accepted: May 26, 2026; published: June 8, 2026

Abstract

This study aimed to investigate the impact of social media information overload on college students'

digital hoarding behavior and the mediating role of perceived usefulness. Grounded in the S-O-R (Stimulus-Organism-Response) model and cognitive load theory, a survey was conducted among 364 college students using the Digital Hoarding Behavior Scale, the Social Media Information Overload Scale, and the Perceived Usefulness Scale. The results indicated that: (1) Social media information overload had a significant positive predictive effect on digital hoarding behavior; (2) Perceived usefulness played a partial mediating role between the two, meaning that social media information overload not only directly and positively influenced digital hoarding behavior but also indirectly intensified such behavior by enhancing perceived usefulness. Additionally, significant differences in digital hoarding behavior were found across different types of higher education institutions, grades, genders, and academic majors. These findings provide empirical evidence for understanding the formation mechanism of college students' digital hoarding behavior and offer practical implications for universities in delivering digital information literacy education and guiding students toward rational management of digital resources.

Keywords

Digital Hoarding Behavior, Social Media Information Overload, Perceived Usefulness

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

当前，数字信息规模呈现爆炸式增长态势，人们每日接触与获取的信息远超自身处理能力范围。为避免信息过载导致有价值内容错失，个体往往忽视信息的实际实用性，盲目囤积大量数据，形成广“收”多“存”、重“存”轻“用”的信息行为，这一行为被定义为数字囤积(Digital Hoarding Behavior, DHB) (景志鹏, 2025)。

在数字化全面渗透生活的当下，数字囤积行为在大学生群体中尤为普遍。面对海量学习资料、网络课程、电子书籍和社交信息，许多大学生习惯于不断保存、下载、收藏，却很少进行系统整理或有效利用。尽管数字囤积并不占据物理生活空间，但其负面影响不容忽视。过度收集与存储数字内容会加重个体的认知负担，耗费大量时间与精力，极易引发心理压力与情绪焦虑(Swar et al., 2017)，并逐步弱化信息管理能力，干扰正常的学习与生活秩序。因此，关注大学生的数字囤积行为，揭示其影响因素与作用机制，具有重要的现实价值与理论意义。

数字囤积概念由实物囤积行为发展而来，是大数据时代催生的新型行为问题，被视作囤积障碍的数字化表现，相关研究证实数字囤积与实体囤积行为存在相似的心理机制(Luxon et al., 2019)。数字囤积是将数字文件堆积到失去管理的程度，最终导致压力和混乱(Van Bennekom et al., 2015)。

在神经生理层面，研究发现腹内侧前额叶的活跃性，以及背侧前扣带回、扣带回的葡萄糖代谢率，均与囤积行为存在显著关联(Frost & Gross, 1993; Mataix-Cols et al., 2011; An et al., 2009; Tolin, 2011)。此外，从内分泌视角来看，囤积者表现出较低水平的5-羟色胺(Saxena et al., 2004)，提示神经递质系统可能参与囤积行为的调节。在认知机制层面，基于Frost & Hartl (1996)的囤积障碍认知行为模型，数字囤积行为的产生主要源于四个核心认知机制：第一，信息处理缺陷，即个体在决策、分类和记忆方面的能力不足，使其难以有效判断信息的去留价值，也难以建立清晰的数字文件分类体系；第二，情感依恋问题，即用户将保存的数字内容视为自我延伸或情感寄托，删除这些内容会被体验为“失去自己的一部分”；

第三,行为回避,即用户通过“保存”行为来回避删除决策所带来的焦虑和后悔恐惧;第四,关于物品的错误信念,即用户持有“保留是安全的,删除是危险的”“为将来做好准备是我的责任”等非理性信念,这些错误信念为数字囤积提供了合理化解释,使用户持续高估信息的潜在价值。

现有研究将数字囤积行为的影响因素概括为三大类:一是情感依恋、错失恐惧、强迫性人格等个体内部因素(Sweeten et al., 2018; 刘明谦, 张琳睿, 2026; 刘天元, 贾煜, 2023);二是信息环境、社会文化等外部环境因素(赵栋祥, 2022; 程思宇等, 2024);三是存储成本、存储容量等客观存储条件因素(Neave et al., 2019)。在诸多影响因素中,社交媒体信息过载作为核心外部刺激,成为诱发数字囤积行为的关键前因变量。

社交平台上的信息过载指个体主观感知到的社交媒体信息输入量超出其有效处理与应用能力的心理状态(刘凌, 2025)。由于信息超载及信息的快速更新,信息使用者难以理性开展信息分析与价值判断,承受较大认知压力,进而诱发数字囤积行为(袁方舟等, 2020)。在每日接触海量信息的情境下,用户不仅会看到有用、有趣的内容,更易陷入信息价值甄别的困境。部分用户无法在短时间内精准判断信息的实际价值,加之互联网算法推荐机制易使用户局限于兴趣圈层,最终形成无差别保存信息的行为(孙春鹭, 2023)。Sedera 等(2022)发现当个体面临超出自身处理能力的信息量时,会倾向于囤积更多数字内容。贾明霞(2022)的研究也发现,大学生面对信息过载现象时,难以有效筛选和处理信息,极易产生数字囤积行为。徐绪堪等(2025)和李杰(2024)的研究进一步证实,社交媒体信息过载通过改变大学生心理状态直接诱发数字囤积行为。基于此,本研究提出假设 1: 社交媒体信息过载对数字囤积行为产生正向影响。

为深入理解从“信息过载”到“数字囤积行为”的转化机制,本研究引入认知负荷理论(Cognitive Load Theory; Sweller, 1988)与 S-O-R 模型(Stimulus-Organism-Response Model; Mehrabian & Russell, 1976)作为理论框架。根据认知负荷理论,个体的工作记忆容量具有有限性,当外部信息输入量超出认知资源的处理能力时,个体会经历高认知负荷状态,进而采取简化的信息加工策略以降低心理压力。在数字囤积的研究语境下,社交媒体信息过载作为一种典型的认知负荷源,会限制个体对信息价值的精细化评估能力,使其倾向于采取“保存即处理”的浅层加工方式(王琳等, 2022; 张征, 贺伟, 2023)。感知有用性(Perceived Usefulness)是指当用户认为某一信息或资源能够为其带来实质性的帮助时,他们便更有可能倾向于获取和保存这些信息或资源(Luxon et al., 2019)。这一认知判断过程在数字囤积行为的形成中发挥着关键作用。Sweeten 等人(2018)的研究证实,数字资料的有用性使个体难以删除它们,他们更倾向于为未来保留这些数据,即使信息未来有价值的可能性很小。这表明,个体对信息潜在价值的判断往往超越了信息的实际效用,形成一种“宁可错存,不可错过”的心理倾向。大学生在网络上浏览相关的信息时,会主动对信息进行有用性评判,当其认为网络上提供及搜寻到相关信息是有价值的、有帮助的、有益的且有收获的,因此产生数字囤积行为(肖静, 2024)。此外,于凌南(2023)和刘亚丽, 范逢春(2023)从资源损失焦虑和感知价值角度,进一步证实了感知有用性对数字囤积行为的影响。由于各个社交媒体提供的多元信息能够满足用户的感知有用性,面对大量可以满足自身各种需求的信息,社交媒体用户就更有可能会大量收藏和保存,进而发生数字囤积行为。

同时,社交媒体信息过载对感知有用性具有显著的正向预测作用。王琳等人(2022)指出,信息过载和快速更新使用户难以准确判断信息价值,加重认知负担。在这种认知负荷过重的情境下,用户为了降低心理压力和信息处理的复杂性,往往会简化决策过程,倾向于默认大多数信息具有潜在价值。张征, 贺伟(2023)认为,个体面对信息过载时,极有可能对数据不做任何处理,直接进行保存以降低自身认知负担。这种“保存即处理”的应对策略,虽然短期内缓解了信息筛选的压力,但长期来看却强化了用户对信息有用性的高估倾向。由此可见,信息过载通过改变用户对信息价值的判断方式,使用户更倾向于高估信息的潜在有用性,从而为后续的囤积行为奠定认知基础。同时,社交媒体平台的算法推荐和个性化推送

进一步加剧了这一过程，使用户在不知不觉中形成对信息有用性的正向认知偏差。

整合上述理论，本研究以 S-O-R 模型作为总体分析框架。该模型旨在解释环境刺激如何通过个体内部心理状态影响行为反应，其中 S(刺激)指外部环境中的各类输入因素，O(机体)指个体的认知与情感状态，是刺激与反应之间的中介环节，R(反应)则指个体的行为结果。基于此，本研究构建了“社交媒体信息过载(刺激 S)→感知有用性(机体 O)→数字囤积行为(反应 R)”的理论路径。具体而言，社交媒体信息过载作为外部环境刺激，通过加重个体的认知负荷，使其高估信息的价值，进而诱发或强化数字囤积行为。这一整合框架弥补了现有研究在解释“信息过载”到“囤积行为”转化机制上的理论空白——已有研究多分别探讨信息过载的前因作用或感知有用性的直接影响，但较少系统揭示认知负荷视角下感知有用性如何在信息过载与囤积行为之间发挥中介作用。综上，社交媒体信息过载会正向影响个体对各种信息的感知有用性，感知有用性又会进一步加剧个体的数字囤积行为，基于此，本研究提出假设 2：感知有用性在社交媒体信息过载与数字囤积行为之间起到中介作用。

2. 对象与方法

2.1. 研究对象

本研究采用方便取样法，结合问卷星平台线上发放与高校线下协助推广的方式收集数据。共回收问卷 387 份，根据作答时间异常、关键题项漏答或规律性乱答等标准进行筛选后，最终获得有效样本 364 份，有效回收率为 94.1%。样本人口统计学特征分布如下：性别方面，男性 164 人，女性 200 人；高校层次方面，“双一流”高校学生 180 人，普通本科高校学生 184 人；年级构成上，大一学生 90 人，大二学生 90 人，大三学生 90 人，大四学生 94 人；学科类别上，人文类学生 124 人，经管类学生 120 人，理工类学生 120 人。

2.2. 研究工具

2.2.1. 数字囤积行为量表

采用吴旭瑶等(2021)编制的《数字囤积行为量表》，共 13 道题，分为三个维度：积累(1~3 题)、工作需要(4~7 题)、情感依恋(8~13 题)。采用 Likert 7 点计分(1 = “非常不符合”，7 = “非常符合”)，量表得分越高，代表数字囤积倾向越严重。本研究中 Cronbach's α 系数为 0.89。

2.2.2. 社交媒体信息过载量表

采用 Cao & Yu (2019)编制的《社交媒体信息超载量表》，共 3 道题。采用 Likert 5 点计分(1 = “非常不符”，5 = “非常符合”)，得分越高表示信息超载程度越严重。本研究中该量表 Cronbach's α 系数为 0.90。

2.2.3. 感知有用性量表

采用 Davis (1989)编制的《感知有用性量表》，共 6 道题。采用 Likert 7 点计分(1 = “完全不同意”，7 = “完全同意”)。本研究中 Cronbach's α 系数为 0.92。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

本研究采用 Harman 单因素检验法检验共同方法偏差，结果显示，未旋转时第一个因子解释的变异量为 35.46%，低于 40%的临界值，说明本研究不存在严重的共同方法偏差。

3.2. 各变量的总体情况

对大学生社交媒体信息过载、感知有用性及数字囤积行为各维度进行描述统计，如表 1 所示。

单样本 t 检验显示,大学生在社交媒体信息过载均分为 3.96,显著高于理论中值 3 ($p < 0.001$)。感知有用性均分为 4.81 显著高于理论中值 4 ($p < 0.001$)。在数字囤积行为方面,数字囤积行为总分均值得分为 5.13 显著高于理论中值 4 ($p < 0.001$),积累维度、工作需要维度和情感依恋维度的均值得分分别为 4.65、4.98、5.46,均高于理论中值 4 ($p < 0.001$)。整体而言,大学生群体存在较为明显的数字囤积行为倾向,其中情感依恋维度得分最高,是数字囤积行为的主要表现形式。

Table 1. Descriptive statistics of each variable (N = 364)

表 1. 各变量的描述统计表(N = 364)

变量	最小值	最大值	M	SD	t	p
社交媒体信息过载	7.00	15.00	3.96	1.57	34.86***	0.000
感知有用性	21.00	39.00	4.81	3.46	26.71***	0.000
数字囤积行为总分	50.00	79.00	5.13	5.77	48.41***	0.000
积累	8.00	19.00	4.65	2.06	17.93***	0.000
工作需要	13.00	26.00	4.98	2.37	31.61***	0.000
情感依恋	23.00	41.00	5.46	3.18	52.65***	0.000

注: *表示 $p < 0.05$; **表示 $p < 0.01$; ***表示 $p < 0.001$ 。下同。

3.3. 数字囤积行为在人口统计学变量上的差异

数字囤积行为在各人口学变量上的差异检验结果,如表 2 所示。高校层次差异检验显示,普通本科高校学生的数字囤积行为水平显著高于“双一流”高校学生($t = -16.29, p < 0.001$); 年级差异检验显示,大学生数字囤积行为在年级上存在显著差异($F = 110.41, p < 0.001$),大四学生的得分最高; 性别差异检验显示,女性大学生的数字囤积行为得分显著高于男性大学生($t = -17.47, p < 0.001$); 专业类别差异检验显示,不同专业类别的学生数字囤积行为水平存在显著差异($F = 62.87, p < 0.001$),人文类学生得分最高。

事后多重比较结果显示:在年级方面,大一与大二之间的数字囤积行为得分无显著差异($p = 0.986$); 大一、大二均显著低于大三($p < 0.001$)和 大四($p < 0.001$); 大三显著低于大四($p < 0.001$)。在专业类别方面,三组之间两两差异均显著($p < 0.001$)。

Table 2. Differences in digital hoarding behavior across groups with different individual characteristics

表 2. 数字囤积行为在不同个体特征组的差异

项目	类别	数字囤积行为		
		得分	t/F	p
高校层次	“双一流”高校	4.83 ± 4.40	-16.29***	<0.001
	普通本科高校	5.41 ± 4.37		
年级	大一	4.84 ± 3.86	110.41***	<0.001
	大二	4.83 ± 4.91		
	大三	5.26 ± 4.61		
	大四	5.56 ± 3.16		

续表

性别	男	4.80 ± 4.16	-17.47***	<0.001
	女	5.40 ± 4.33		
专业类别	人文类	5.42 ± 4.52	62.87***	<0.001
	经管类	5.08 ± 6.29		
	理工类	4.87 ± 3.81		

3.4. 各研究变量的相关分析

对社交媒体信息过载、感知有用性和数字囤积行为两两间的关系进行皮尔逊积差相关分析, 结果如表 3 所示。社交媒体信息过载与数字囤积行为呈显著正相关($r = 0.41, p < 0.001$); 感知有用性与数字囤积行为呈显著正相关($r = 0.53, p < 0.01$); 社交媒体信息过载和感知有用性呈显著正相关($r = 0.31, p < 0.001$), 为后续中介效应检验提供了数据基础。

Table 3. Descriptive statistics and correlation analysis of variables (N = 364)

表 3. 各变量的描述统计与相关分析(N = 364)

变量	社交媒体信息过载	感知有用性	数字囤积行为
社交媒体信息过载	1		
感知有用性	0.31***	1	
数字囤积行为	0.41***	0.53***	1

3.5. 中介效应检验结果

采用 Hayes 开发的 Process 插件中的模型 4, 将社交媒体信息过载作为预测变量, 感知有用性作为中介变量, 数字囤积行为作为结果变量, 回归系数的显著性检验采用 Bootstrapping 方法(重复抽样 5000 次), 检验感知有用性在社交媒体信息过载与数字囤积行为间的中介效应。

回归分析结果(如表 4)表明, 社交媒体信息过载对数字囤积行为具有显著的正向预测作用($\beta = 0.41, t = 8.57, p < 0.001$), $R^2 = 0.17$; 社交媒体信息过载显著正向预测感知有用性($\beta = 0.31, t = 6.26, p < 0.001$), $R^2 = 0.10$ 。当社交媒体信息过载和感知有用性同时纳入回归方程时, 社交媒体信息过载对数字囤积行为的直接预测作用仍然显著($\beta = 0.27, t = 6.09, p < 0.001$), 感知有用性对数字囤积行为的正向预测作用也显著($\beta = 0.44, t = 9.78, p < 0.001$), $R^2 = 0.34$ 。假设 1 和假设 2 均得到验证。

Table 4. Regression analysis of social media information overload, perceived usefulness, and digital hoarding behavior

表 4. 社交媒体信息过载、感知有用性和数字囤积行为的回归分析

回归方程		拟合指标			显著性	
结果变量	预测变量	R	R ²	F	β	t
数字囤积行为	社交媒体信息过载	0.41	0.17	73.45	0.41***	8.57
感知有用性	社交媒体信息过载	0.31	0.10	39.12	0.31***	6.26
数字囤积行为	社交媒体信息过载	0.59	0.34	94.15	0.27***	6.09
	感知有用性				0.44***	9.78

进一步采用 Bootstrap 方法进行中介效应检验(如表 5), 结果显示, 感知有用性在社交媒体信息过载与数字囤积行为之间的间接效应为 0.50, Boot 标准误为 0.09, 95%置信区间为[0.33, 0.68], 区间不包含 0, 表明间接效应显著。社交媒体信息过载对数字囤积行为的直接效应为 1.00, 占总效应的 66.67%, 间接效应占总效应的 33.33%。因此, 感知有用性在社交媒体信息过载与数字囤积行为之间起部分中介作用, 假设 2 成立。

感知有用性在社交媒体信息过载与数字囤积行为三者变量间路径系数如图 1 所示。

Table 5. Mediation analysis of perceived usefulness on the relationship between social media information overload and digital hoarding behavior

表 5. 感知有用性在社交媒体信息过载与数字囤积行为之间的中介效应分析

	效应值	Boot 标准误	95% CI 下限	95% CI 上限	效应量
总效应	1.50	0.18	1.15	1.85	100%
直接效应	1.00	0.16	0.68	1.33	66.67%
间接效应	0.50	0.09	0.33	0.68	33.33%

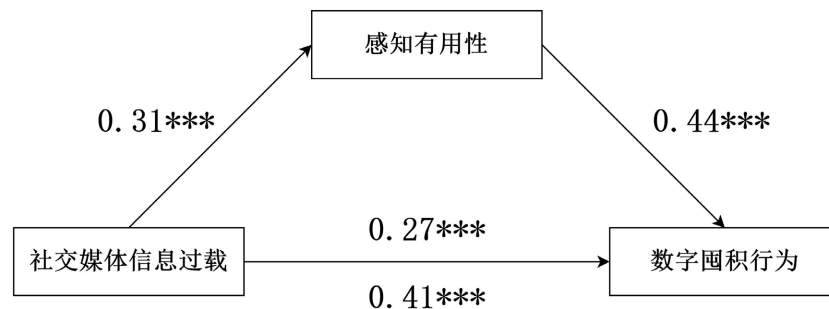


Figure 1. Path diagram of the mediating effect of perceived usefulness on the relationship between social media information overload and digital hoarding behavior

图 1. 感知有用性在社交媒体信息过载与数字囤积行为之间的中介效应路径图

4. 讨论

本研究以 364 名大学生为被试, 基于 S-O-R 模型与认知负荷理论, 探讨社交媒体信息过载对数字囤积行为的影响及感知有用性的中介作用, 结果与研究假设高度吻合, 可为理解青年群体数字囤积行为的发生机制提供实证依据。

4.1. 人口统计学差异

本研究发现女生、普通高校学生、高年级学生、人文类学生的数字囤积行为水平更高。可能源于女生更倾向于细致、全面地收集信息, 普通高校学生缺乏信息筛选和处理方面的系统训练, 高年级学生学业与求职资料累积量更大, 人文类学生更依赖文献、资料等文本型数字内容, 均更容易出现信息累积与囤积。该结果可为高校开展分类引导、针对性干预提供参考。针对上述高风险群体, 高校重点培养学生信息筛选与整理能力; 将信息素养教育纳入课程, 弥补普通高校学生系统训练不足的问题; 并且开展相关文献管理软件的使用培训, 帮助其实现从“收藏”到“运用”的转变。

4.2. 社交媒体信息过载与数字囤积行为的关系

社交媒体信息过载正向预测数字囤积行为($\beta = 0.41, p < 0.001$), 这与已有研究结果一致(张喆勤, 2024)。

从认知负荷理论的视角来看,当社交媒体推送的信息数量超出个体加工与判断能力时,个体的工作记忆容量被过度占用,进入高认知负荷状态,用户会因担心错失有价值内容、难以快速甄别信息价值,转而采取“先保存、后处理”的浅层加工策略,最终形成重存轻用、只存不用的数字囤积行为。这一结果验证了 S-O-R 模型中 S(刺激)→R(反应)的直接路径,信息过载作为外部环境刺激,是诱发数字囤积行为的重要前因变量。

信息泛滥的环境下,用户难以有效甄别和处理所有信息,往往会将可能相关的信息尽数收纳,生怕遗漏任何重要内容,这种应对方式进一步加剧了数字囤积行为(李思琦, 2025)。与此同时,个体在海量信息中更倾向于关注与自身利益相关的内容,而这类信息的重复出现会强化其对信息过载的感知,促使个体采取无差别存储的简化策略,从而引发囤积问题。部分用户秉持“更多即更好”的认知,担心错过最新、最有价值的资源,因而盲目囤积数字内容(宗铮, 2024)。信息过载加重了用户的认知负担,形成行为上的矛盾:一方面,用户希望通过收藏积累知识储备;另一方面,过量收藏又使其无从下手,逐渐削弱对学习行为的掌控感,降低知识的转化与利用效率(秦宇煊, 2025)。

针对信息过载直接诱发囤积行为的问题,建议从信息源和环境角度进行干预:引导学生定期精简关注的社交媒体账号,减少低质量信息输入;通过案例教学帮助学生理解算法推荐机制,增强对推送内容的批判性意识,减少无差别收藏行为。

4.3. 感知有用性的中介作用分析

感知有用性在社交媒体信息过载与数字囤积行为之间起部分中介作用,假设 2 成立。这一结果完整支持了 S-O-R 模型:信息过载(刺激 S)通过影响感知有用性(机体 O)进而作用于数字囤积行为(反应 R)。同时,认知负荷理论为这一中介路径提供了认知机制层面的解释。

社交媒体信息过载对感知有用性有正向预测作用,这一研究结果与 Bock 等(2010)的研究结论相一致。社交媒体信息过载得分越高,感知有用性得分也越高。从认知负荷理论的视角分析,当个体面临超出自身处理能力的信息量时,认知负荷加重,难以对每一条信息进行深入加工和准确评估。在此情况下,用户倾向于采取浅层次信息加工方式,为了避免遗漏潜在重要信息,会主观认为大部分信息都具有或可能具有价值,从而高估信息的未来可用性(叶虹丽, 2025)。张艳丰, 杨琬琛研究者(2023)指出,如果用户意识到信息在生活或工作中能发挥作用时,会选择保存数据方便未来使用的需要。同时,各平台通过算法推荐、个性化推送等技术手段加剧了信息的膨胀,这种精准推送虽然提高了信息的相关性,但也使用户更倾向于认为推送的内容“对我有用”,进而提升了感知有用性水平。

感知有用性对数字囤积行为也有正向预测作用,这一研究结果与卢家利(2024)的研究结论相一致。感知有用性得分越高,数字囤积行为得分越高。在 S-O-R 模型框架下,感知有用性作为关键的机体认知变量(O),是连接外部刺激与行为反应的核心中介。大学生用户经过个人考虑判断后,认为信息对自己有帮助、有用或能有效解决自身需求时,便产生了直接存储数字资源的动机,进而引发数据囤积行为。感知有用性通过构建“未来价值预期”,为用户提供理性化的囤积理由,使持续收集信息成为看似合理的数字投资策略(任春梅, 2025)。用户会认为,当前保存的信息虽然暂时用不上,但将来某一天可能会发挥作用。这种“以备不时之需”的心理使持续收集信息成为看似理性的数字投资策略,从而合理化囤积行为。如今用户每天被淹没在无尽泛滥的信息海洋中,各类平台通过算法推荐、个性化推送等技术手段加剧了信息的膨胀,为了应对信息的快速且频繁更新,用户会不加筛选地收集数字内容而不评估信息质量,带来了信息难筛选、费时间、费精力等一系列负面问题。这促使使用者更易产生信息遗漏焦虑、占有心理等心理反应,引发个性化信息的需要,诱使用户发生数据过度保存行为(Gormley & Gormley, 2012)。各平台提供大量形式各异、质量参差不齐的信息,同质化数据和信息冗余会阻碍用户对数据的有效利用,个

体能处理的信息范围是有上限的, 用户面对这些海量资源可能会超过其认知负荷或出现信息处理能力减弱, 无法有效地消化和筛选海量信息, 难以做出决策, 增加心理压力, 负面情绪上升, 他们会主观认为信息有价值, 现在或未来能够被利用消化, 从而采取大量收集数字资源以减轻信息不安、烦躁情绪(叶虹丽, 2025)。

针对感知有用性的中介作用, 学生可以将信息分为三级——高价值必存(核心资料, 如课程笔记、求职简历、重要文献, 存入“核心资料”文件夹, 不轻易清理); 中价值暂存(不确定是否有用的信息, 存入“待筛选”文件夹, 设置30天自动清理); 低价值不存(娱乐八卦、无关段子等, 直接划走, 不保存)。每周花10分钟清理“待筛选”文件夹, 确认有用的移入“核心资料”, 无用的删除。对于数字囤积行为中情感依恋维度得分最高的特点, 高校开展团体辅导, 引导学生区分情感寄托与无用囤积, 转移情感需求; 个体精简保存情感类内容, 克服“删除即损失”心理; 平台推出情感类信息精简功能。

4.4. 研究不足与展望

本研究存在一定局限: 第一, 采用横断研究设计, 难以推断变量间严格的因果关系, 未来可采用追踪或实验设计进一步验证。第二, 仅考察感知有用性单一中介变量, 未纳入情绪、自我控制、信息管理能力和调节或中介因素, 模型完整性有待提升。第三, 样本以大学生为主, 结论推广到职场人群等其他群体时需谨慎。未来研究可扩大样本范围, 纳入更多调节变量, 构建更全面的数字囤积行为影响模型。

5. 结论

- (1) 大学生数字囤积行为在性别、高校层次、年级、专业类别上存在显著差异。
- (2) 数字囤积行为中情感依恋维度得分最高。
- (3) 社交媒体信息过载与数字囤积行为呈显著正相关。
- (4) 社交媒体信息过载与感知有用性呈显著正相关。
- (5) 感知有用性与数字囤积行为得分呈显著正相关。
- (6) 感知有用性在社交媒体信息过载与数字囤积行为之间起部分中介作用。

基金项目

济宁学院2025年大学生创新创业计划项目(省级), 项目编号: S202510454016。

参考文献

- 程思宇, 阮建海, 邓小昭(2024). 用户生成内容(UGC)平台用户数字囤积行为影响因素研究——以小红书为例. *图书情报工作*, 68(4), 58-69.
- 贾明霞(2022). *基于个人信息管理的大学生数字囤积行为及消积策略研究*. 硕士学位论文, 长春: 东北师范大学.
- 景志鹏(2025). *移动社交媒体用户数字囤积行为影响因素研究*. 硕士学位论文, 南宁: 广西民族大学.
- 李杰(2024). *社交媒体用户数字囤积行为的影响因素研究*. 硕士学位论文, 杭州: 浙江传媒学院.
- 李思琦(2025). *信息偶遇情境下短视频用户数字囤积行为影响因素研究*. 硕士学位论文, 哈尔滨: 黑龙江大学.
- 刘凌(2025). *高中生社交媒体信息过载对创造性思维的影响: 自由意志信念的中介与文化混搭的调节作用*. 硕士学位论文, 天津: 天津中医药大学.
- 刘明谦, 张琳睿(2026). 数字囤积: 网络时代一种新的行为问题. *中国临床心理学杂志*, 34(1), 64-69, 75.
- 刘天元, 贾煜(2023). 青年群体数字囤积行为的形成机理及其结果效应——基于内部动因视角的分析. *中国青年研究*, (2), 93-100.
- 刘亚丽, 范逢春(2023). 社交媒体用户数字囤积行为要素识别与影响路径研究. *情报理论与实践*, 46(7), 87-97.
- 卢家利(2024). *大学生学术数据囤积行为影响因素研究*. 硕士学位论文, 保定: 河北大学.

- 秦宇煊(2025). 知识类视频用户数字囤积行为的影响因素研究. 硕士学位论文, 长春: 吉林大学.
- 任春梅(2025). 从“收藏”到“枷锁”: 基于计划行为理论的影响者生成内容平台用户的数字囤积行为研究. *新媒体研究*, 11(21), 29-35, 42.
- 孙春鹭(2023). 社交媒体用户数字囤积行为影响因素研究. 硕士学位论文, 天津: 天津师范大学.
- 王琳, 杜田羽, 朱华健(2022). 社交媒体环境下大学生数据囤积行为形成机理研究. *情报理论与实践*, 45(1), 22-29.
- 吴旭瑶, 黄旭, 李静(2021). 数字囤积行为量表的编制及信效度检验. *心理技术与应用*, 9(2), 116-125
- 肖静(2024). 大学生数字囤积行为影响因素及特征研究. 硕士学位论文, 长春: 吉林财经大学.
- 徐绪堪, 闫瑛洁, 高伟(2025). 基于 S-O-R 模型的在校研究生数字囤积行为识别研究. *情报科学*, 43(1), 161-168.
- 叶虹丽(2025). 青年群体数字囤积行为影响因素研究. 硕士学位论文, 贵阳: 贵州财经大学.
- 于凌南(2023). 基于 S-O-R 理论的微信用户健康信息规避行为驱动因素研究. 硕士学位论文, 太原: 山西财经大学.
- 袁方舟, 喻亚玲, 朱璐瑶, 潘运, 乌云特娜, 七十三(2020). 直觉和分析在不同信息获取与呈现方式下对多特征目标判断质量的影响. *心理与行为研究*, 18(1), 17-23, 112.
- 张艳丰, 杨琬琛(2023). 移动社交媒体用户数字囤积行为影响因素与关联路径研究. *情报理论与实践*, 46(9), 115-121.
- 张喆勤(2024). 社交媒体信息过载对用户数字囤积行为的影响机制研究. *新媒体研究*, 10(14), 41-46.
- 张征, 贺伟(2023). 大学生数字囤积行为的影响因素及组态路径研究. *情报理论与实践*, 46(1), 108-114.
- 赵栋祥(2022). 个人的数字囤积行为研究进展与展望. *情报杂志*, 41(8), 194-200, 184.
- 宗铮(2024). 青少年家长数字资源囤积行为影响因素研究. 硕士学位论文, 合肥: 安徽大学.
- An, S. K., Mataix-Cols, D., Lawrence, N. S., Wooderson, S., Giampietro, V., Speckens, A. et al. (2009). To Discard or Not to Discard: The Neural Basis of Hoarding Symptoms in Obsessive-Compulsive Disorder. *Molecular Psychiatry*, 14, 318-331. <https://doi.org/10.1038/sj.mp.4002129>
- Bock, G., Mahmood, M., Sharma, S., & Kang, Y. J. (2010). The Impact of Information Overload and Contribution Overload on Continued Usage of Electronic Knowledge Repositories. *Journal of Organizational Computing and Electronic Commerce*, 20, 257-278. <https://doi.org/10.1080/10919392.2010.494530>
- Cao, X., & Yu, L. (2019). Exploring the Influence of Excessive Social Media Use at Work: A Three-Dimension Usage Perspective. *International Journal of Information Management*, 46, 83-92. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2018.11.019>
- Davis, F. D. (1989). Perceived Usefulness, Perceived Ease of Use, and User Acceptance of Information Technology. *MIS Quarterly*, 13, 319-340. <https://doi.org/10.2307/249008>
- Frost, R. O., & Gross, R. C. (1993). The Hoarding of Possessions. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 367-381. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(93\)90094-b](https://doi.org/10.1016/0005-7967(93)90094-b)
- Frost, R. O., & Hartl, T. L. (1996). A Cognitive-Behavioral Model of Compulsive Hoarding. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 341-350. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(95\)00071-2](https://doi.org/10.1016/0005-7967(95)00071-2)
- Gormley, C. J., & Gormley, S. J. (2012). Data Hoarding and Information Clutter: The Impact on Cost, Life Span of Data, Effectiveness, Sharing, Productivity, and Knowledge Management Culture. *Issues in Information Systems*, 13, 90-95.
- Luxon, A. M., Hamilton, C. E., Bates, S., & Chasson, G. S. (2019). Pinning Our Possessions: Associations between Digital Hoarding and Symptoms of Hoarding Disorder. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 21, 60-68. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2018.12.007>
- Mataix-Cols, D., Pertusa, A., & Snowden, J. (2011). Neuropsychological and Neural Correlates of Hoarding: A Practice-friendly Review. *Journal of Clinical Psychology*, 67, 467-476. <https://doi.org/10.1002/jclp.20791>
- Mehrabian, A., & Russell, J. A. (1976). *An Approach to Environmental Psychology*. MIT Press.
- Neave, N., Briggs, P., McKellar, K., & Sillence, E. (2019). Digital Hoarding Behaviours: Measurement and Evaluation. *Computers in Human Behavior*, 96, 72-77. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.01.037>
- Saxena, S., Brody, A. L., Maidment, K. M., Smith, E. C., Zohrabi, N., Katz, E. et al. (2004). Cerebral Glucose Metabolism in Obsessive-Compulsive Hoarding. *American Journal of Psychiatry*, 161, 1038-1048. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.161.6.1038>
- Sedera, D., Lokuge, S., & Grover, V. (2022). Modern-Day Hoarding: A Model for Understanding and Measuring Digital Hoarding. *Information & Management*, 59, Article ID: 103700. <https://doi.org/10.1016/j.im.2022.103700>
- Swar, B., Hameed, T., & Reychav, I. (2017). Information Overload, Psychological Ill-Being, and Behavioral Intention to Continue Online Healthcare Information Search. *Computers in Human Behavior*, 70, 416-425. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.12.068>

-
- Sweeten, G., Sillence, E., & Neave, N. (2018). Digital Hoarding Behaviours: Underlying Motivations and Potential Negative Consequences. *Computers in Human Behavior*, *85*, 54-60. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.03.031>
- Sweller, J. (1988). Cognitive Load during Problem Solving: Effects on Learning. *Cognitive Science*, *12*, 257-285. https://doi.org/10.1207/s15516709cog1202_4
- Tolin, D. F. (2011). Understanding and Treating Hoarding: A Biopsychosocial Perspective. *Journal of Clinical Psychology*, *67*, 517-526. <https://doi.org/10.1002/jclp.20795>
- van Bennekom, M. J., Blom, R. M., Vulink, N., & Denys, D. (2015). A Case of Digital Hoarding. *BMJ Case Reports*, *2015*, bcr2015210814. <https://doi.org/10.1136/bcr-2015-210814>