

大学生人际交往自我效能感对网络成瘾的影响

——孤独感的中介作用

张艺娟

福建师范大学心理学院, 福建 福州

收稿日期: 2024年12月26日; 录用日期: 2025年3月12日; 发布日期: 2025年3月26日

摘要

为了探讨大学生人际交往自我效能感、孤独感和网络成瘾的关系以及孤独感在其中的中介作用机制, 采用大学生人际交往自我效能感问卷、UCLA孤独量表和中文互联网成瘾量表对274名在校大学生进行调查研究。结果显示: (1) 大学生人际交往自我效能感能显著负向预测网络成瘾; (2) 大学生孤独感能显著正向预测网络成瘾; (3) 大学生孤独感在人际交往自我效能感对网络成瘾的影响中起到部分中介作用。结论: 大学生孤独感在人际交往自我效能感对网络成瘾的影响中起到部分中介作用。

关键词

大学生, 人际交往自我效能感, 网络成瘾, 孤独感, 中介作用

The Impact of College Students' Interpersonal Communication Self-Efficacy on Internet Addiction

—The Mediating Role of Loneliness

Yijuan Zhang

School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: Dec. 26th, 2024; accepted: Mar. 12th, 2025; published: Mar. 26th, 2025

Abstract

In order to explore the relationship and mechanism between College Students' interpersonal self-efficacy and Internet addiction, 274 college students were investigated by using College Students'

interpersonal interaction self-efficacy, UCLA Loneliness Scale and Chinese Internet Addiction Scale. Results: (1) college students' interpersonal self-efficacy can significantly and negatively predict Internet addiction; (2) Loneliness of college students can significantly and positively predict Internet addiction; (3) College Students' loneliness plays a mediating role in the influence of interpersonal self-efficacy on Internet addiction. Conclusion: College Students' loneliness plays a mediating role in the influence of interpersonal self-efficacy on Internet addiction.

Keywords

College Student, Interpersonal Interaction Self-Efficacy, Internet Addiction, Loneliness, Mediating Effect

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. 绪论

2022年2月25日,中国互联网络信息中心(CNNIC)在北京发布了第四十九次《中国互联网络发展状况统计报告》。报告显示,截至2021年12月,我国网民规模达到10.32亿,较2020年12月增长了4296万,互联网普及率高达73.0% [1]。网络的普及使得人们能够更快地获取多元信息、享受更加便捷的生活,但是有研究表明,网络的使用也会使部分群体心理上产生负面影响[2]。其中过度使用网络而导致的网络成瘾会使得个体的身体和心理健康都受到影响,这对人们的身心健康发展是一种潜在的威胁[3]。网络成瘾是指因过度使用互联网而导致明显的生理、心理和社会功能损害现象[4]。最新研究显示我国大学生网络成瘾发生率为10.7% [5],大学生是国家的未来和希望,考虑到庞大的人口基数,我国大学生网络成瘾问题已经不可忽视。

作为2021年网络十大流行语之一的“社恐”,其全称是社交恐惧症,在心理学上,社交恐惧症又叫做社交焦虑障碍,本是指个体会在某些社交情境中表现出过度的焦虑和担心,并出现明显的身体反应,属于焦虑障碍的一种[6]。从专业性的角度来说,较为符合网络流行语“社恐/社牛”概念的心理学术语是人际交往自我效能感。大学生常暴露负性事件与压力环境之中,学业、社交和家庭等都受到了较大程度的影响,使得大学生群体体验到了更高的孤独感[7]。

通过对大学生的调查研究,探讨学生人际交往自我效能感和网络成瘾的关系,以及孤独感在大学生人际交往自我效能感对网络成瘾产生影响过程中的作用机制,丰富有关大学生孤独感的研究。

人际交往自我效能感是自我效能感在人际交往领域的具体表现,是自我效能感和人际交往的结合,其来源于班杜拉自我效能感理论。自我效能感理论是班杜拉社会认知理论的重要组成部分。根据班杜拉的观点,期待是决定行为的先行甚至是决定性因素。期待可以分为结果期待和效果期待。效果期待是对自己能否完成某一行为的推测和判断,也就是我们所说的自我效能感。成功的经验往往能提高个体的自我效能感,如果一个人对某种行为或任务的自我效能感较高,则会情绪饱满、充满自信地去付出行动[8]。目前已经有大量研究证明了自我效能感在社会心理和行为之间的中介作用[9]-[11]。班杜拉还认为自我效能具有领域性,也即自我效能可以应用在不同的领域,并且具有不同的表现。自我效能感常被应用在职业与组织、教育、身心健康、临床和体育等领域[12]。谢晶等人将自我效能感引入人际交往领域,提出了人际交往自我效能感的概念:即人际交往自我效能感是指个体在与他人进行交往活动之前对自己能够在什么水平上完成该交往活动的判断[13]。

人际交往自我效能感作为自我效能感的一种,是个体人际交往的重要影响因素。王露譔等人认为护理实习生的人际交往效能感与他们的沟通能力存在显著正相关[14],聂衍刚等人通过对青少年进行调查研究发现人际自我效能感越高的个体所感受的人际压力就越低[15]。人际交往自我效能感的提高对于改善人际关系克服孤独感具有重要的意义。国内有学者利用谢晶等人编制的问卷研究了大学生社交效能感和网络关系成瘾倾向的关系,结果表明人际交往效能感总分与网络关系成瘾倾向呈显著负相关。其中自我价值效能感和自我印象效能感可以有效预测大学生网络关系成瘾倾向[16]。从这个研究的结果可以看出,人际交往自我效能感对虚拟的网络关系有一定的预测作用。这也说明了在现实和虚拟的交往环境之中,人际交往效能感都可以对人际关系产生正向作用。

从 Robert 发表《孤独,一种情绪及社会性孤立体验》的文章开始,孤独感从最初的医学领域逐渐到心理学研究的范畴,迄今为止已有几十年的研究历史[17],他在文章指出,孤独感是当个体感到缺乏令人满意的人际关系,自己对交往的渴望与实际的交往水平产生差距时的一种主观的心理感受或体验。陈侠和黄希庭指出,孤独感主要产生于当个体期待获得满意的人际交往关系但无法获得的情况下进而导致的不良情绪体验[18]。

大学生群体从刚进入大学到大学毕业是一个逐渐摆脱家庭影响的过程,与此同时大学生正处于埃里克森人格发展阶段理论的成年早期阶段(18~25岁),此时的个体所面临的主要任务是克服孤独感、建立亲密关系,体验着爱情的实现和融入社会[19]。如果在这一阶段个体没有很好的与微观系统中的他人建立亲密关系,那么就容易出现消极心理品质,其中之一就是孤独感。大学生能否建立满足自己需要的人际关系与是否拥有较高的人际交往自我效能感有着密切关系。杨青、崔捷等学者的研究发现新生代农民工群体孤独感对自我效能感有显著的负向预测作用[20],刘葭斐和王兆良等人的研究表明儿童的自我效能感能够显著负向预测孤独感[21]。而人际交往效能感作为特殊任务和领域下自我效能感的体现,这些研究在一定程度上是可以将之作为人际交往效能感和孤独感相关关系推断的依据。

孤独感已被证明同许多负性事件存在显著相关。刘亨荣等人的最新研究指出,农村老年人的孤独感能够显著预测他们的抑郁得分[22]。王敏等人通过对农村独居老人展开调查发现,老年人的文化程度和人际关系等都能影响其孤独感[23]。高蕾等人的研究发现,孤独感同高校大学生智能手机成瘾存在着显著相关[24],刘红等人的研究发现,大学生的手机依赖倾向会增加大学生体验到的孤独感[25],同样的结论也见于张建育等人的研究中。杜清钦等人通过对大学生偶像崇拜现象进行调查研究发现孤独感在回避依恋和偶像中介之间起着部分中介作用[26]。张玲玲等人通过对大学生进行调查发现经济困难能够直接影响大学生的孤独感,经济困难大学生的孤独感显著高于非经济困难的大学生[27]。还有研究发现孤独感也是员工离职的重要影响因素之一[28]。国外学者通过对19~45岁的中青年群体调查研究发现孤独感与生命意义存在显著负相关[29],也有研究显示孤独感在HIV感染者污名化与抑郁症状之间起中介作用[30]。Moksnes等人通过对15~21岁的青少年进行追踪调查发现孤独感与生活满意度和自尊存在显著关联[31]。Keller等人对新型冠状病毒康复患者进行研究发现,焦虑和孤独能够解释压力和抑郁的关系,孤独感越高的个体心理健康就越低[32]。有趣的是, Powell等人发现孤独感不仅可以影响个体的某些心理特征,还可以预测某些群体的躯体症状如疼痛和疲劳等[33]。另外, Khatcherian等人通过对网络成瘾和孤独症患者进行元分析发现,网络成瘾和孤独症之间存在中等程度的相关[34], Hong等人发现自我认同可以通过孤独感影响大学生网络成瘾[35]。国外有学者认为“逃避现实社交”是个体网络成瘾的一个重要动机,即个体倾向于通过使用网络作为逃避孤独、焦虑等消极情绪的方式,进而会产生过度使用网络的可能[36]。国内的研究也显示,大学生的网络成瘾与其孤独感关系密切,且孤独感与网络成瘾呈显著负相关[37]。孤独人格是导致大学生网络成瘾的一个重要根源,特质孤独程度对大学生网络成瘾程度具有很强的预

测作用[38]。

网络成瘾与手机成瘾不同,手机成瘾更加强调对于手机这一设备在成瘾载体上的依赖,而网络成瘾强调的是在互联网空间同他人有联系的社交网络的成瘾。网络成瘾具体是指没有成瘾物质作用下的网络使用行为冲动失控,特点一般为由于过度使用互联网而对个体造成明显的社会功能和心理损害。

Young 通过实证研究发现在 496 名网络用户中有 396 名是依赖型网络用户,并且过度的使用网络会损害身体健康、导致人际关系障碍、学业成绩下降甚至影响正常工作[39]。国内学者对前人的研究进行补充将网络成瘾定义为无法克制而反复使用网络,呈现周期性的着迷状态,并且使用网络时会产生生理及心理的愉悦和满足感,想要增加网络使用时间并对这种行为产生依赖[40]。大学生产生如网络成瘾的问题性行为是多方面因素共同作用的结果,除了人格特质外,其中环境因素产生了不少的作用。已有研究显示家庭是影响个体网络成瘾的最主要原因之一[41]。田雨等人通过对疫情期间在校大学生的研究发现抑郁能够显著正向预测网络成瘾[42],王京京等人发现可以通过减少网络使用来降低青少年的抑郁水平[43]。郑培杏等人通过对青少年网络成瘾者自杀相关行为发生率 meta 分析得出结论:患有网络成瘾的青少年的自杀率较总的青少年群体更高[44]。王晓娟等人发现社会排斥对大学生网络成瘾具有负向的预测作用[45],陈梅等人的研究发现大学生的学业自我效能感能够显著预测负向网络游戏成瘾[46]。外国学者 Arminda 等人的研究发现大学生的网络成瘾和学业拖延存在显著正相关[47],Zhao 等人的研究发现青少年的网络成瘾可能会引发抑郁症和攻击行为[48],Trumello 等人的研究证明母亲的关爱和网络成瘾存在显著负相关[49]。

综上,对于大学生来说,人际交往自我效能感对于网络成瘾的影响并非单纯存在,孤独感在这一过程中扮演重要作用。本研究做出以下操作性定义:大学生人际交往自我效能感是指大学生个体在进行社交活动之前对自己能够在什么水平和程度上完成该交往活动的判断和评价;孤独感是指个体在其所期待的人际交往无法满足的情况下所产生的一种不良的情绪体验;网络成瘾是指无法克制而反复使用网络,呈现周期性的着迷状态,并且使用网络时会产生生理及心理的愉悦和满足感,想要增加网络使用时间并对这种行为产生依赖。而本文则是主要针对大学生群体,研究三者之间的关系,揭示孤独感在这一过程中的“桥梁”作用,见图 1。

假设 1:大学生人际交往自我效能感与网络成瘾呈显著负相关关系。

假设 2:大学生孤独感与网络成瘾呈显著正相关关系。

假设 3:大学生孤独感在人际交往自我效能感对网络成瘾的影响中起部分中介作用。

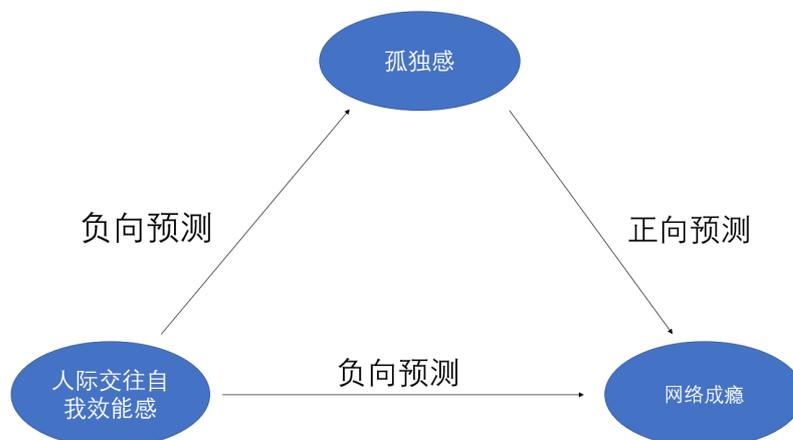


Figure 1. Theoretical hypotheses of this study
图 1. 本研究的理论假设

2. 研究方法

2.1. 被试

本研究采取问卷法,以问卷星平台为媒介,通过微信、QQ 等网络平台对全国各地在校大学生进行数据收集。共发放问卷 303 份,剔除无效问卷后,剩下有效问卷 274 份,问卷的有效回收率为 90.43%。有关被试的基本信息见表 1。

Table 1. Demographic information of participants ($N = 274$)

表 1. 被试的基本信息($N = 274$)

		人数	百分比%
性别	男	96	35
	女	178	65
网络成瘾	独生子女	79	28.8
	非独生子女	195	71.2
居住地区	城镇	154	56.2
	乡村	120	43.8
专业	自然科学	164	59.9
	人文社科	110	40.1
年级	大一	9	3.3
	大二	53	19.3
	大三	75	27.4
	大四	128	46.7
	研究生	9	3.3

2.2. 工具

2.2.1. 人际交往效能感

采用谢晶和张厚粲编制的《大学生人际交往自我效能感问卷》[50]进行测量。该量表初始信度为该问卷共有 36 个项目,采用李克特 6 点计分法,得分越高说明大学生个体的人际交往自我效能感越高。该量表各个维度的初始内部一致性信度在 0.56~0.78 之间,校标效度为 0.82 ($p < 0.05$)。本研究中该量表的 Cronbach α 系数为 0.83。

2.2.2. 孤独感

采用 UCLA 孤独量表(第三版)[51]进行测量,该量表为一维量表,共有 20 个项目,此量表采用李克特 4 点计分方法,所得总分越高代表个体所感受到的孤独感越高。该量表初始内部一致性信度为 0.94。

本研究中该量表 Cronbach α 系数为 0.89。

2.2.3. 网络成瘾

采用《中文互联网成瘾量表》[52]进行测量,该量表是在学者陈淑惠等人所编制 CIAS 量表的基础上修订而成。此量表采用利克特 4 点计分方式,得分越高,表明大学生越有可能有网络成瘾的症状。该量表的初始内部一致性系数为 0.93。本研究中 Cronbach α 系数也为 0.93。

2.3. 数据分析

本研究采用 SPSS25.0 以及 Process 插件对数据进行分析。

3. 结果与分析

3.1. 共同方法偏差的控制与检验

本研究采用问卷法,由被试自行填写问卷进行报告。采用 Harman 单因子检验,结果显示特征值大于 1 的因子一共有 20 个,且第一个主因子解释的变异量占比为 17.20%,小于 40%的临界点。这说明本研究的共同方法偏差并不严重。

3.2. 人际交往自我效能感、孤独感和网络成瘾的相关性分析

对人际交往自我效能感、孤独感和网络成瘾相关性分析,结果表明(表 2),人际交往自我效能感与孤独感和网络成瘾均呈显著负相关,孤独感与网络成瘾呈显著正相关。 $(r = -0.35^{**}, p < 0.01; r = -0.23^{**}, p < 0.01; r = 0.41^{**}, p < 0.01)$ 。

Table 2. Descriptive statistics and correlation analysis ($N = 274$)

表 2. 描述性统计及相关分析($N = 274$)

变量名称	<i>M</i>	<i>SD</i>	人际交往自我效能感	孤独感
人际交往自我效能感	4.18	0.41	——	——
孤独感	2.22	0.47	-0.35**	——
网络成瘾	2.38	0.51	-0.23**	0.41**

注: *** <0.001 , **小于 0.01, *小于 0.05。

3.3. 孤独感的中介效应检验

采用 Hayes (2015)开发的 PROCESS 程序中的模型 4 进行孤独感中介效应分析,使用 bootstrap 重复抽样 5000 次。结果表明(表 3),人际交往自我效能感能显著负向预测孤独感($\beta = -0.40, t = -6.13, p < 0.001$);人际交往自我效能感能显著负向预测网络成瘾($\beta = -0.15, t = 2.06, p < 0.05$),孤独感能显著正向预测网络成瘾($\beta = 0.41, t = 6.38, p < 0.001$)。在加入孤独感后,人际交往自我效能感对网络成瘾的直接预测作用仍然显著,因此,孤独感在人际交往自我效能感对网络成瘾的影响中起部分中介作用。偏差矫正的百分位 Bootstrap 法检验表明,孤独感在人际交往自我效能感和网络成瘾之间的中介效应显著,95%的置信区间不包括 0 $[-0.27, -0.82]$ 。表明“人际交往自我效能感 \rightarrow 孤独感 \rightarrow 网络成瘾”的中介效应显著,中介效应值为 0.16。结果显示大学生群体中孤独感在人际交往自我效能感和网络成瘾之间起着部分中介作用(图 2)。

Table 3. Mediation effect test of loneliness ($N = 274$)
表 3. 孤独感的中介效应检验($N = 274$)

结果变量	预测变量	R	R^2	F	β	SE	t
孤独感	人际交往自我效能感	0.35	0.12	37.57	-0.40	0.06	-6.13***
网络成瘾	人际交往自我效能感	0.42	0.18	28.87	-0.15	0.07	2.06*
	孤独感				0.41	0.06	6.38***

注: *** <0.001 , ** <0.01 , * <0.05 。

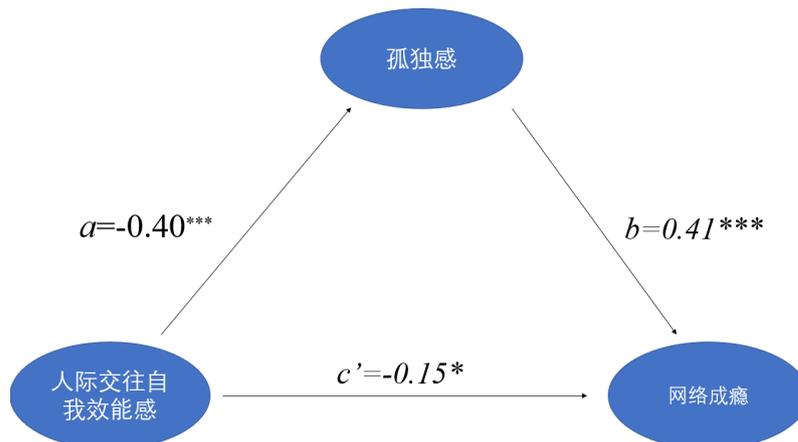


Figure 2. The mediating effect of loneliness
图 2. 孤独感的中介效应

4. 讨论

4.1. 大学生人际交往自我效能感与网络成瘾存在显著负相关

这和王艺燕等人的研究结果一致[53]。“逃避现实社交”是导致个体网络成瘾的一个重要动机。人际交往自我效能感影响个体对于社交目标的选择、社交标准的判断和社交行为的表现。如果个体拥有较低人际交往自我效能感,那么他就倾向于设定较低的社交目标、认为自己在社交活动中有较差的表现,这种预期会直接影响个体的社交效率和质量。当无法在实际的社交活动中满足该有的来自其他人的支持时,个体就会过分沉迷于虚拟世界中的社交网络,从而导致网络成瘾。同样的,大学生一旦自我认知方面出现困惑,就会更多地表现出利用网络来掩盖和回避现实中的痛苦和困惑,增加上网时间,造成网络使用过度。

4.2. 大学生孤独感和网络成瘾存在显著正相关

本研究发现大学生孤独感能够正向预测网络成瘾。这和前人的研究结果一致。郑童等人发现大学生群体孤独感和网络成瘾存在显著正相关,这一关系在非医学生群体中更加明显[54]。邓灿等人通过对研究生群体的进行研究也发现了类似结论[55]。另外,有许多研究者发现较高的孤独感、社交焦虑、封闭感等都能预测网络成瘾[56]。这可以用高文斌等人提出的成瘾机制的“发展性补偿假说”来解释。该假说认为当青少年无法通过适当手段满足心理发展所需时,就会通过不恰当的“心理补偿”方式来争取,但是不能得到满足,从而就会发生“病理性补偿”,陷入成瘾[57]。根据埃里克森的人格发展阶段理论,大学时

期个体所面临的任务是克服孤独感建立亲密关系,当个体在实际人际交往中感受到较高的孤独感时,他们就无法满足心理发展所需,就会转向网络空间寻求与他人建立亲密关系。

4.3. 大学生孤独感在人际交往自我效能感和网络成瘾之间的中介作用

目前已经有许多研究证明了孤独感的中介作用。安献丽等人认为孤独感在感觉寻求和青少年手机成瘾之间存在中介作用[58]。张迪、伍新春等人认为,孤独感在青少年创伤后应激障碍症状和网络成瘾症状之间起中介作用[59]。陈明珠和孙越异认为中学生家庭亲密和适应性不仅可以直接预测网络依赖,还可以通过孤独感简介预测网络依赖[60]。郑志怀等人的研究表明自尊和孤独感在拒绝性敏感和大学生病理性网络使用之间起着链式中介作用[61]。

本研究证明了孤独感在大学生人际交往自我效能感和网络成瘾之间起着部分中介作用。具体来说,可能存在某些早期经验或者其他原因(如失败的社交经历等)使得个体拥有较低的人际交往自我效能感,他们倾向于认为自己在实际的人际交往中无法获得高质量和高效率的社交结果,因此他们选择逃避现实社交。当他们的现实人际关系网络出现了数量不足或者质量低下时,他们在主观上就会体验到强烈的消极和弥散性的心理状态——孤独。为了克服孤独体验建立亲密关系,进而转向在网络中寻找社会支持,这就增加他们网络成瘾的可能性。另一方面,人际交往自我效能感作为社交行为的先行因素,对社交行为具有一定的预测作用。人际交往自我效能感较高的个体能在人际交往中拥有更高的信心,对自己的社交行为也有更高的期待,在参与许多现实社交时,他们往往能交到更多朋友和建立更多的亲密关系,在心灵上有了归宿。这使得他们能有足够的心理资源去排解孤独感,因此无需在虚拟的网络社交中寻求更多的社会支持。

5. 研究不足及展望

本研究仍存在一些不足。第一,本研究样本中被试分布不均匀。第二,本研究的数据均来自于被试的自我报告,考虑到社会赞许效应和决策的“满意”原则的影响,这可能导致研究结果产生一定的偏差。最后,本研究的结果仅适用于大学生群体,在其他群体中孤独感是否在人际交往自我效能感对网络成瘾的影响中起中介作用仍需要进一步地深入研究。

目前有关人际交往自我效能感的研究还较少,且主要集中于大学生群体。但是本研究发现人际交往自我效能感对孤独感和网络成瘾均存在着显著的负向预测作用,这说明可以通过练习和提高社交技巧、培养人际交往自我效能感等方法来帮助个体克服孤独感、降低网络成瘾。后续可以增加对此变量的研究,丰富自我效能感理论。本研究还发现了孤独感在人际交往自我效能感和网络成瘾之间的部分中介作用,这说明提高人际交往自我效能感不仅可以直接降低个体的网络成瘾风险,还可以通过人际交往自我效能感—孤独感—网络成瘾这一路径降低。如最新研究显示团体辅导能够减少孤独感体验[62],对于网络成瘾患者的干预可以通过上述两条路径实现。

参考文献

- [1] 中国互联网络信息中心. 中国互联网络发展状况统计报告[R]. 北京: 中国互联网络信息中心出版社, 2022.
- [2] 丁倩, 唐云, 魏华, 张永欣, 周宗奎. 相对剥夺感与大学生网络游戏成瘾的关系: 一个有调节的中介模型[J]. 心理学报, 2018, 50(9): 1041-1050.
- [3] 岑模芬, 陈庆菊. 大学生网络成瘾与人际困扰的关系——孤独感的中介作用[J]. 贵阳学院学报(自然科学版), 2019, 14(1): 17-20.
- [4] 曾子豪, 胡义秋, 彭丽仪, 等. 负性生活事件对大学生抑郁的影响: 网络成瘾的中介[J]. 心理科学, 2022, 45(3): 599-606.

- [5] 刘奕蔓, 李丽, 马瑜, 梁忠环, 孙在福, 崔久岗, 刘政义, 赵非一, 付强强. 中国大学生网络成瘾发生率的 Meta 分析. 中国循证医学杂志, 2021, 21(1): 61-68.
- [6] 王建平. 变态心理学[M]. 北京: 中国人民大学出版社, 2018: 74.
- [7] Liang, S., Chen, R., Liu, L., Li, X., Chen, J., Tang, S., *et al.* (2020) The Psychological Impact of the COVID-19 Epidemic on Guangdong College Students: The Difference between Seeking and Not Seeking Psychological Help. *Frontiers in Psychology*, **11**, Article 2231. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02231>
- [8] 郑雪. 人格心理学[M]. 暨南大学出版社: 2020. 209.
- [9] 邸帅, 韩布新. 退役军人生涯适应力、易变性职业生涯态度与职业成功[J/OL]. 中国健康心理学杂志: 1-13. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.r.20220414.1036.002.html>, 2022-05-12.
- [10] 徐同洁, 吴娜, 赵琳. 公费师范生教师职业认同对学业倦怠的影响: 序列中介效应分析[J]. 中国临床心理学杂志, 2022, 30(2): 429-433.
- [11] Liu, X.L. and Bin Jantan, M.D. (2022) Proactive Personality and Entrepreneurial Intentions of Chinese University Students: Mediating Role of Self-Efficacy and Moderating Role of Social Network. *World Scientific Research Journal*, **8**.
- [12] 刘逊. 青少年人际交往自我效能感及其影响因素研究[D]: [硕士学位论文]. 重庆: 西南师范大学, 2004.
- [13] 谢晶, 张厚粲. 大学生人际交往效能感研究[J]. 心理研究, 2008, 1(6): 67-71.
- [14] 王露露, 章雅青, 戈晓华. 护理实习生人际交往效能感与护患沟通能力的相关性研究[J]. 中国护理管理, 2013, 13(6): 28-31.
- [15] 聂衍刚, 曾敏霞, 张萍萍, 万华. 青少年人际压力、人际自我效能感与社交适应行为的关系[J]. 心理与行为研究, 2013, 11(3): 346-351.
- [16] 谢晶. 大学生人际交往效能感量表的初步编制与分析[D]: [硕士学位论文]. 太原: 山西大学, 2004.
- [17] Stebbins, R.A. and Gaev, D.M. (1977) The Psychology of Loneliness. *Contemporary Sociology*, **6**, 490. <https://doi.org/10.2307/2066477>
- [18] 陈侠, 黄希庭. 中国大学生网络成瘾倾向问卷的初步研究[J]. 心理科学, 2007, 30(3): 672-675.
- [19] 林崇德. 发展心理学[M]. 北京: 人民教育出版社, 2018: 38-39.
- [20] 杨青, 崔捷, 梁晓. 新生代农民工孤独感与其自尊、自我效能感的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2011, 19(10): 1229-1231.
- [21] 刘葭斐, 王兆良, 李文兵, 周超, 齐海静, 胡典. 流动儿童自我效能感与领悟社会支持及孤独关系研究[J]. 中国学校卫生, 2010, 31(2): 180-181, 183.
- [22] 刘亨荣, 尚秀华, 王影, 寇爽. 农村老年人孤独感对抑郁的影响: 自我认同感的中介作用[J/OL]. 中国临床心理学杂志: 1-9. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.R.20220414.1607.008.html>, 2022-05-12.
- [23] 王敏, 周丽平, 余金文, 胡子艳, 肖洁. 农村独居老人孤独感的影响因素分析[J]. 循证护理, 2022, 8(8): 1101-1103.
- [24] 高蕾, 陈静, 高晓雷. 西藏高校大学生智能手机成瘾状况及与心理健康的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30(4): 621-626.
- [25] 刘红, 王洪礼. 大学生的手机依赖倾向与孤独感[J]. 中国心理卫生杂志, 2012, 26(1): 66-69.
- [26] 杜清钦, 邓静, 苟路平, 孙琳, 程乐森. 依恋回避与偶像崇拜的关系: 孤独感的中介作用[J/OL]. 中国健康心理学杂志: 1-8. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.R.20220415.0910.008.html>, 2022-05-12.
- [27] 张玲玲, 蒋薇薇, 谢莉. 家庭经济状况与大学生孤独感的关系: 心理资本与生活满意度的链式中介作用[J/OL]. 中国健康心理学杂志: 1-9. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.R.20220316.0839.002.html>, 2022-05-12.
- [28] 阮荣彬, 陈莞. 职场孤独感与员工离职倾向关系的元分析[J/OL]. 中国健康心理学杂志: 1-12. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.R.20220114.1030.004.html>, 2022-05-12.
- [29] Borawski, D. (2022) When You Are Lonely, Look Inside Yourself: The Moderating Role of Reflection in the Relationship between Loneliness and Meaning in Life. *Personality and Individual Differences*, **194**, Article ID: 111662. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111662>
- [30] Yoo-Jeong, M., Brown, M.J. and Waldrop, D. (2022) Loneliness Mediates the Effect of HIV-Related Stigma on Depressive Symptoms among Older Persons Living with HIV. *AIDS and Behavior*, **26**, 3147-3152. <https://doi.org/10.1007/s10461-022-03653-1>
- [31] Moksnes, U.K., Bjørnsen, H.N., Ringdal, R., Eilertsen, M.B. and Espnes, G.A. (2022) Association between Loneliness, Self-Esteem and Outcome of Life Satisfaction in Norwegian Adolescents Aged 15-21. *Scandinavian Journal of Public*

- Health*, **50**, 1089-1096. <https://doi.org/10.1177/14034948221081287>
- [32] Keller, F.M., Derksen, C., Kötting, L., Dahmen, A. and Lippke, S. (2022) Distress, Loneliness, and Mental Health during the COVID-19 Pandemic: Test of the Extension of the Evolutionary Theory of Loneliness. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, **15**, 24-48. <https://doi.org/10.1111/aphw.12352>
- [33] Powell, V.D., Kumar, N., Galecki, A.T., Kabeto, M., Clauw, D.J., Williams, D.A., et al. (2022) Bad Company: Loneliness Longitudinally Predicts the Symptom Cluster of Pain, Fatigue, and Depression in Older Adults. *Journal of the American Geriatrics Society*, **70**, 2225-2234. <https://doi.org/10.1111/jgs.17796>
- [34] Khatcherian, E., Zullino, D., De Leo, D. and Achab, S. (2022) Feelings of Loneliness: Understanding the Risk of Suicidal Ideation in Adolescents with Internet Addiction. a Theoretical Model to Answer to a Systematic Literature Review, without Results. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **19**, Article 2012. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042012>
- [35] Hong, M., Dyakov, D.G. and Zheng, J. (2021) The Influence of Self-Identity on Social Support, Loneliness, and Internet Addiction among Chinese College Students. *Journal of Psychology in Africa*, **31**, 242-247. <https://doi.org/10.1080/14330237.2021.1927353>
- [36] Caplan, S.E. (2007) Relations among Loneliness, Social Anxiety, and Problematic Internet Use. *CyberPsychology & Behavior*, **10**, 234-242. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9963>
- [37] 陈富国. 大学生孤独感量表的编制及相关影响因素的中介模型研究[D]: [硕士学位论文]. 重庆: 西南大学, 2008.
- [38] 刘连龙, 徐丹, 胡明利. 大学生孤独感与其网络成瘾的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2009, 17(1): 59-60.
- [39] Young, K.S. (1998) Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, **1**, 237-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- [40] 赵宝宝, 金灿灿, 邹泓. 青少年亲子关系、消极社会适应和网络成瘾的关系: 一个有中介的调节作用[J]. 心理发展与教育, 2018, 34(3): 353-360.
- [41] 黄时华, 李思颖, 洪子杰, 吴绮琳, 尹巧. 大学生生命意义感与死亡焦虑: 状态无聊和网络信息成瘾的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30(4): 592-595.
- [42] 田雨, 周梦, 王乐昌, 秦宁波. 疫情期大学生抑郁与网络成瘾的交叉滞后分析[J]. 中国临床心理学杂志, 2022, 30(2): 295-300.
- [43] 王京京, 侯皓, 裴一霏, 张颖, 贺晨露, 汤洁, 朱熠阳, 王威. 网络成瘾和睡眠时长在青少年受校园欺凌与抑郁间的链式中介作用[J]. 现代预防医学, 2022, 49(4): 636-639, 645.
- [44] 郑培杏, 王德民, 欧巧玲, 赵兰慧, 黄时华. 中国青少年网络成瘾者自杀相关行为发生率的 meta 分析[J/OL]. 中国健康心理学杂志: 1-5. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.R.20211119.1152.006.html>, 2022-05-12.
- [45] 王晓娟, 高树青, 刘帅. 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[J/OL]. 中国健康心理学杂志: 1-10. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.R.20211108.1518.018.html>, 2022-05-12.
- [46] 陈梅, 黄时华, 吴绮琳. 学业自我效能感与大学生网络游戏成瘾的关系: 主观幸福感的中介作用[J/OL]. 中国健康心理学杂志: 1-12. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.r.20210930.1817.022.html>, 2022-05-12.
- [47] Suárez-Perdomo, A., Ruiz-Alfonso, Z. and Garcés-Delgado, Y. (2022) Profiles of Undergraduates' Networks Addiction: Difference in Academic Procrastination and Performance. *Computers & Education*, **181**, Article ID: 104459. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104459>
- [48] Zhao, Q., Huang, Y. and Li, C. (2022) Does Adolescents' Internet Addiction Trigger Depressive Symptoms and Aggressive Behavior, or Vice Versa? The Moderating Roles of Peer Relationships and Gender. *Computers in Human Behavior*, **129**, Article ID: 107143. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107143>
- [49] Trumello, C., Vismara, L., Sechi, C., Ricciardi, P., Marino, V. and Babore, A. (2021) Internet Addiction: The Role of Parental Care and Mental Health in Adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **18**, Article 12876. <https://doi.org/10.3390/ijerph182412876>
- [50] 谢晶, 张厚粲. 大学生人际交往效能感的理论构念与测量[J]. 中国临床心理学杂志, 2009, 17(3): 330-332.
- [51] Russell, D., Peplau, L.A. and Ferguson, M.L. (1978) Developing a Measure of Loneliness. *Journal of Personality Assessment*, **42**, 290-294. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4203_11
- [52] 陈淑惠. 中文网络成瘾量表之编制与心理计量特性研究[J]. 中华心理学期刊, 2003, 45(3): 279-294.
- [53] 王艺燕. 中学生网络成瘾对注意集中性的影响: 人际交往自我效能感的中介作用[D]: [硕士学位论文]. 石河子: 石河子大学, 2020.
- [54] 郑童, 邵姚君, 陈燕, 艾东, 马少勇, 姚应水. 大学生网络成瘾和孤独感的相关研究[J]. 中国社会医学杂志, 2021, 38(3): 285-288.

- [55] 邓灿. 研究生人际关系困扰对手机依赖的影响: 孤独感和自我和谐的链式中介作用[D]: [硕士学位论文]. 无锡: 江南大学, 2021.
- [56] 王健, 张芝. 网络成瘾研究现状及展望[J]. 应用心理学, 2007(3): 279-285.
- [57] 高文斌, 陈祉妍. 网络成瘾病理心理机制及综合心理干预研究[J]. 心理科学进展, 2006, 14(4): 596-603.
- [58] 安献丽, 蒋彩敏, 陈四光, 宋怡. 感觉寻求与青少年手机成瘾的关系: 孤独感的中介作用[J/OL]. 中国健康心理学杂志: 1-13. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.R.20211009.1853.007.html>, 2022-05-12.
- [59] 张迪, 伍新春, 田雨馨. 青少年创伤后应激障碍症状与网络成瘾症状的关系: 惩罚敏感性和孤独感的中介及性别的调节[J]. 心理科学, 2021, 44(5): 1134-1140.
- [60] 陈明珠, 孙越异. 中学生家庭亲密度及适应性与网络依赖的关系: 孤独感的中介效应[J]. 中国健康心理学杂志, 2021, 29(3): 407-412.
- [61] 郑志怀, 陈明, 王蒙, 严建雯. 拒绝敏感性与大学生病理性网络使用的关系: 自尊和孤独感的链式中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2019, 27(12): 1890-1894.
- [62] 孙婵媛, 陈带军, 余银, 刘洪凤, 余桂林. 团体辅导对减少失独者孤独感的效果[J/OL]. 中国健康心理学志: 1-11. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5257.R.20220314.1941.004.html>, 2022-05-12.