

网络人际交往影响大学生心理韧性研究 ——生命意义感的中介作用和网络素养的调节机制

■ 郑莉娟 郑 刚 宋晓波

(华中师范大学 教育学院,湖北 武汉 430079;武汉音乐学院 舞蹈系,湖北 武汉 430060)

【摘要】基于对H省大学生调查数据的分析,探讨网络人际交往影响大学生心理韧性的内部机制,经研究发现:网络人际交往对大学生心理韧性存在“双刃剑”效应,网络自我知觉、网络自我表露及网络人际关系对心理韧性有显著的积极影响,而网络交往依赖对心理韧性有显著的消极影响。网络人际交往还能通过增强大学生生命意义感对心理韧性产生间接影响;网络人际交往对大学生心理韧性的影响因网络素养的高低而存在差异,当大学生网络素养越高时,网络人际交往越能通过增强大学生生命意义感来影响其心理韧性,反之则会削弱这种影响。研究结论对于培育Z世代青年的积极心理品质具有借鉴意义。

【关键词】网络人际交往 心理韧性 生命意义感 网络素养

一、问题提出

心理韧性是个体应对逆境、威胁或其他压力事件时所产生的良好适应力^[1]。近年来,大学生心理健康问题“低龄化”趋势增强。为促进学生的心理健康发展,2021年教育部办公厅发布《关于加强学生心理健康管理工作的通知》,强调要大力培育学生积极心理品质,尤其是要“切实培养学生珍视生命、热爱生活的心理品质,增强学生责任感和使命感。”^[2]大学生处于心理发展的重要阶段,如何强化大学生群体的心理韧性,培育其积极心理品质和心理压力应对机制,已成为学界高度关注的问题。

从既有研究成果来看,影响大学生心理韧性的因素众多,如留守经历^[3]、亲子关系^[4]、家庭教养^[5]、人际交往^[6]等,其中较为关键的一个因素是人际交往。以往研究表明,线下人际交往可

收稿日期:2023-03-13

作者简介:郑莉娟,华中师范大学教育学院博士研究生,江汉大学团委,讲师,主要研究教育管理;

郑 刚,华中师范大学教育学院教授,博士生导师,教育学博士,主要研究教育管理与教育史;

宋晓波(通讯作者),武汉音乐学院舞蹈系党委副书记,华中师范大学教育学院博士研究生,主要研究教育管理。

基金项目:本文系教育部人文社会科学研究专项任务项目(高校辅导员研究)“大学生实习权益保障机制创新研究”(课题编号:21JDSZ3155)、2022年度湖北省教育厅哲学社会科学研究专项任务项目(思想政治理论课)“网络社交媒体对大学生积极社会心态的影响及提升机制研究”(课题编号:22Z023)、2021年度武汉研究院开放性课题“疫情之后武汉在校大学生心理韧性现状及干预构建研究”(课题编号:IWHS20212042)的阶段性研究成果。

以直接影响心理韧性,也可以通过调节自我效能感和管理负面情绪的方式间接影响心理韧性^[7]。但是,随着网络信息化趋势的日益强化,学界越来越关注网络人际交往对大学生心理韧性的影响,如克劳特(Kraut)等人研究发现,个体在生活中使用网络的时间越长,随之产生相应的孤独和抑郁症状的几率也会增加^[8]。胡东等发现,“网络人际交往对主观幸福感具有显著预测作用,大学生的心理需求更多地通过网络社交得到满足。”^[9]社会支持理论认为,个体在社会关系中获得或感受到的支持行为(如人际交往)能够促进个体心理健康发展^[10],即网络人际交往作为社会支持的重要组成部分,也是影响心理韧性的因素之一。那么,个体能否将线下人际交往对心理韧性的影响迁移到网络人际交往情境中去、又是通过何种作用机制产生影响是值得探讨的现实问题。

根据2022年6月中国互联网信息中心(CNNIC)发布的数据显示,我国网民规模为10.51亿,其中10-19岁网民占比13.5%,而20-29岁网民比例更是高达17.2%^[11]。Z世代(Generation Z),指出生于1995年至2009年的群体,是在智能手机“永远在线”技术环境中长大的一代^[12],网络人际交往已成为Z世代生活的新常态。尽管以往研究对“80后”“90后”大学生群体的线下人际交往与心理韧性之间关系的探讨较为丰富,但立足网络人际交往这一新趋势的探讨仍有待深入。鉴于此,为揭示网络人际交往对大学生心理韧性的意义和影响,本研究基于对H省的实证调查数据,以Z世代网络原住民——大学生群体为研究对象,深入探讨网络人际交往对大学生心理韧性的影响作用机制。

二、研究综述与研究假设

(一)网络人际交往与心理韧性的关系

网络人际交往已成为现代人们的新型交往方式,这种全新的交往方式日益影响着人们的心理认知和行为习惯。作为互联网时代的“原住民”,Z世代逐渐成长为网络用户中极为重要的群体。网络是一把“双刃剑”,其在快速满足青少年群体各类生活和学习需求的同时,也会产生诸多不良影响。越来越多的研究也表明,以网络为载体的人际交往在为人们提供基本场域和条件,强化个体在认同感、归属感与幸福感层面的正面价值的同时,也会给人们(尤其是青少年)的心理健康带来诸如“成瘾”“疏离”“焦虑”等负面效应^[13]。

一方面,个体通过网络适当的自我表露、形塑自我知觉、建立人际关系,能够在一定程度上拓展其社会支持渠道从而适应生活中的各类压力^[14]。首先,通过在网络世界适当的表露,展示积极的自我,能够有效增强个体的自尊和自信,进而提升心理满足感和获得感^[15];其次,依据社会认知理论,网络自我知觉是个体在虚拟环境中获取自我效能感的重要方式,个体借助网络人际交往可以强化自我察觉力和自我疗愈力,从而改善网络效能感和知觉行为控制^[16];最后,网络使用的“补偿假说”理论认为网络社交创造了更多的交流机会,通过适当的线上社交建立完善的人际关系网络,能够有效降低个体孤独感^[17]。但另一方面,也有研究注意到,过度使用网络形成的“交往依赖”会对个体心理、社会功能造成损害。调查显示,大学生群体是网络社交媒体的主要用户群体,其网络使用同大学生抑郁、焦虑存在显著正相关性^[18]。长期沉溺于“人—机”交往模式容易使个体在情感上对网络产生过分依赖心理,而易患上“网络成瘾综合症”,对其身心健康造成危害^[19]。万努奇(Vannucci)等针对18-22岁青少年的研究表明,青少年使用数字媒体时间越长,焦虑症状越严重^[20]。在网络空间中,现代人虽然能够通过远程技术实现身体的即时在场,但是虚拟的“亲密感”仍然无法取代面对面的情感沟通,甚至加深了个体的情感焦虑^[21]。综上可知,网络人际交往的不同维度可能对心理韧性产生不

同的影响效果。据此,本研究提出以下假设。

H1-a:网络人际关系、网络自我知觉和网络自我表露对大学生心理韧性具有正向作用。

H1-b:网络交往依赖对大学生心理韧性具有负向作用。

(二)生命意义感:网络人际交往对心理韧性的中介机制

生命意义感是“个体对生命的感知,对生活的目的、方向和态度的看法,属于一种高层次的心理感受”^[22]。学者们讨论网络人际交往对心理健康的影响主要有两种观点。一是人际交往“补偿论”,认为网络人际交往是对线下人际交往的重要补充,互联网的使用扩展了个人的社会关系网络,规模更大的社会关系网络能够提供更多可能的社会支持和情感慰藉^[23]。二是人际交往“分化论”,认为大量的时间被网络人际交往挤占时会导致个体生命质量出现问题,从而造成更多的孤独感和抑郁,产生消极情绪,降低幸福感^[24]。但通过这两种观点不难发现,当我们试图分析网络人际交往与心理健康之间的关系时,无论是积极影响还是负面影响,其中的关键链接就是来自于个体对生命质量的感知。

第一,网络人际交往与生命意义感之间存在密切联系。良好的社会支持系统可以显著提升大学生的生命意义感,网络人际交往作为社会支持系统的重要组成部分,会对生命意义感产生影响^[25]。当个体在现实生活中难以寻求自我价值与生命意义时,通过网络社交媒体创建的良好人际交往关系能够实现自我价值。而另有研究则指出,社交网络使用会降低人们的生命意义感^[26]。第二,生命意义感对心理韧性的影响也得到相关研究者关注与探讨。已有研究表明,心理韧性与积极的生命态度、追求生命意义呈正相关。对于大学生而言,明确的生活目标对其心理韧性是一种良好的保护因素^[27]。高生命意义感的大学生能够保持良好的心理适应能力,帮助其在面对压力事件时获得更多的控制感和积极情绪。反之,低生命意义感的个体倾向于通过网络寻求存在价值,容易造成网络成瘾。综上所述,网络人际交往可以通过提高生命意义感,进而增强大学生心理韧性。因此,本研究提出以下假设。

H2:生命意义感在大学生网络人际交往与心理韧性之间发挥中介作用。

(三)网络素养的调节作用

网络素养是个体在网络环境中为实现自我发展、参与社会活动和促进社会发展,利用网络信息与资源的能力,包括对网络理解运用能力、网络信息辨别批判能力、正确处理网络不良信息能力等^[28]。当前,网络人际交往中出现的“网络暴力”“网络暗语”“人肉搜索”“操纵账号”等网络偏差行为已严重影响到大学生身心健康。以往研究认为,网络人际交往本身并不会产生危害个体心理健康的影响,产生负面作用的关键性问题是网络使用行为^[29]。而网络使用行为及其影响受制于个体自身的网络素养水平,网络素养能够调节影响大学生心理韧性的作用机制,如宋耀武等发现我国青少年的自我效能感、乐观态度与心理韧性等积极心理品质可以借助网络使用加以预测^[30];葛纓等通过实证研究表明,过度的网络使用会使个体的学业与人际关系受到损害,使其在现实社会中无法体验到幸福感,从而丧失生命意义感^[31]。反之,如果个体在网络使用中不断增加自身对生活希望、自我效能感及乐观体验等积极心理品质,个体越有可能表现出适应环境变化的心理韧性^[32]。基于此,可以推测网络素养通过调控大学生网络使用方式来对个体生命意义感产生作用。本研究进一步提出以下假设。

H3:网络素养调节网络人际交往对生命意义感的作用,并且随着大学生网络素养的提升,网络人际交往通过增强大学生生命意义感对其心理韧性的影响就越大。

综合以上分析,本研究建立了一个有调节的中介调节效应模型(见下页图1)。

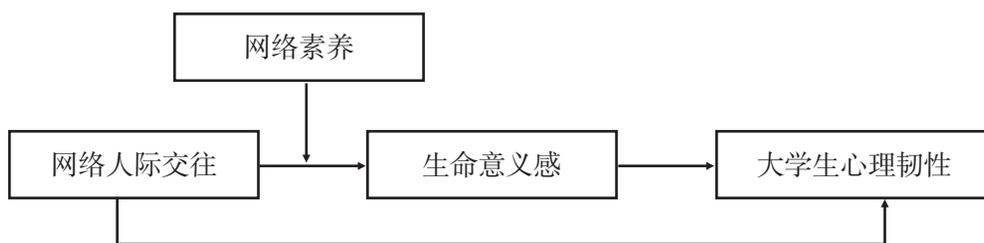


图1 有调节的中介效应模型

三、研究设计

(一)数据来源

本研究基于H省5所高校的随机抽样调查。以现场发放和在线填写两种方式进行,问卷调查分为两个阶段:(1)2021年12月的预调查阶段,采用目的取样和线索取样相结合的方式,定点投放调查问卷,并邀请具有教育心理学背景的3名专家对问卷调查内容及结果进行评估与改进,进一步优化问卷设置,形成正式问卷;(2)2022年3月的正式调查阶段,采用随机抽样,选取H省5所高校进行问卷调查。共发放问卷1040份,剔除填答不完整或重复作答的问卷后,最终得到有效问卷951份,有效率91.4%。其中,男性551人(58%),女性400人(42%);独生子女394人(41%),非独生子女557人(59%);城市户籍458人(52%),农村户籍493人(48%);自然科学类专业454人(48%),人文和社会科学类专业497人(52%);家庭平均年收入方面,20000元及以下122人(13%),20001-50000元247人(26%),50001-80000元201人(21%),80001-100000元183人(19%),100000元以上198人(21%)。

(二)变量及测量说明

本研究四个核心变量均采用李克特7点积分法,从“1”到“7”代表“非常不符合”到“非常符合”,每个变量将所有题目得分加总取均值来衡量。

因变量:心理韧性。借鉴胡月琴、甘怡群主编的《青少年心理韧性量表》^[33],将心理韧性划分为目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持、人际协助五个维度,共设计13个题项,五个维度代表性的题项如“我会为自己设定目标以推动自己前进”“我能够很好的在短时间内调整情绪”“我觉得任何事情都有其积极的一面”“父母很尊重我的意见”及“我有一个同龄朋友,可以把我的困难说给他/她听”。心理韧性五个维度的Cronbach's α 系数分别为0.724、0.843、0.755、0.849、0.724,问卷的总体信度系数为0.812。

自变量:网络人际交往。使用平凡等人编制的《大学生网络交往问卷》^[34],分为网络自我知觉、网络自我表露、网络人际关系、网络交往依赖四个维度,共设计15个题项,四个维度的代表性题项如“我觉得我在网络上更招人喜欢”“有些事情我不会告诉现实的伙伴,但是会表露给网络上结识的朋友”“在网上可以建立亲密的人际关系”及“我每天会花大量时间上社交网站”。四个维度的Cronbach's α 系数分别为0.852、0.860、0.846、0.850,问卷的总体信度系数为0.919。

中介变量:生命意义感。借鉴王鑫强等人编制的《生命意义感量表》中文修订版^[35],将生命意义感划分为拥有意义、寻求意义两个维度,共设计9个题项,两个维度的代表性题项如“我知道什么东西能使自己的生活有意义”“我正在寻觅我人生的一个目的或使命”。生命意义感两个维度的Cronbach's α 系数分别为0.858、0.831,问卷的总体信度系数为0.781。

调节变量:网络素养。借鉴胡余波等编制的《大学生网络素养调查问卷》^[36],将网络素养划

分为网络安全与道德、网络行为管理、网络认知与评价、网络批判意识及网络自我发展五个维度,共设计16个题项,各维度代表性的问项如“我了解《全国青少年网络文明公约》的内容”“我可以在网络中合理有效分配学习和娱乐时间”“我能够综合信息及有效评估内容,并将其组织形成有机整体”“在网上与陌生人聊天,我会注意辨别对方的真实意图”及“我能够通过多种符合道德、有效的方法,在网络中参与社会公共事务”。网络素养五个维度的Cronbach's α 系数分别为0.815、0.858、0.786、0.847、0.810,问卷的总体信度系数为0.853。

控制变量。参考已有研究,个体或群体内在心理韧性在性别、户籍、专业及收入等方面具有差异性,但这些因素并非被研究的主要变量,故将以上因素纳入控制变量:性别(男=1,女=2);是否独生子女(是=1,否=2);政治面貌(中共党员/预备党员=1,其他=2);户籍(农村=1,城市=2);专业(自然科学类=1,人文和社会科学类=2);家庭年均收入(1=20000元及以下,2=20001-50000元,3=50001-80000元,4=80001-100000元,5=100000元以上)。

(三)共同方法偏差检验

为了降低问卷调查中自陈报告法可能存在的同源数据偏差,除了在数据收集过程中采取严格的调查实测程序,在假设的验证阶段还对其偏差程度进行了检验分析。采用Harman单因素检验法对4个变量的所有题项进行探索性因子分析,确定提取了12个因素(其总的方差解释了62.97%的变异),其中,最大因子方差解释了总变异的20.69%,且在未旋转的情况下也未出现测量题目明显汇聚在一个因素上的结果,表明共同方法偏差干扰在本研究中并不显著。通过AMOS软件运用结构方程模型中的验证性因子分析,对基准模型(四因子)和其他竞争备选模型进行了检验(详见表1),结果显示,四因子模型的各项拟合指标($X^2/df=4.343$, $TLI=0.922$, $CFI=0.937$, $RMSEA=0.059$)均优于其他模型,说明本研究的核心变量具有良好的区分效度。

表1 模型拟合结果

模型	因子组合	X^2	df	X^2/df	TLI	CFI	RMSEA
四因子	OC,NL,LM,PR	425.653	98	4.343***	0.922	0.937	0.059
三因子	OC+NL,LM,PR	1960.598	101	19.412***	0.573	0.640	0.139
二因子	OC+NL,LM+PR	1967.656	103	19.103***	0.580	0.639	0.138
单因子	OC+NL+LM+PR	2063.202	104	19.838***	0.563	0.621	0.141
四因子+CMV	OC,NL,LM,PR,CMV	5291.737	120	44.098***	0.571	0.635	0.213

注:OC代表网络人际交往,NL代表网络素养,LM代表生命意义感,PR代表心理韧性,CMV代表共同方法潜因子,+代表因子合并。三因子模型、二因子模型均只列出拟合度最好的模型。

四、研究结果

(一)描述性与异质性分析

由表2(见下页)的描述性统计结果可知,网络人际交往的各维度均值由高到低分别为网络自我知觉($M=4.58$, $SD=1.14$)、网络自我表露($M=4.36$, $SD=1.30$)、网络人际关系($M=4.30$, $SD=1.34$)、网络交往依赖($M=3.43$, $SD=1.28$)。上述结果说明,Z世代大学生群体可以从网络人际交往中获得较高的自我满足感与归属感,且愿意借助网络社交媒介来表达自我态度,分享人生观、价值观,容易建立亲密网络人际关系。另外,大学生心理韧性的总分均值为5.354分,总体上处于中等水平。由表2可知,网络人际交往的各维度均与生命意义感、网络素养、心理韧性存在

显著正相关;网络素养与生命意义感、心理韧性存在正相关。各变量间的方差膨胀因子(VIF)最大为2.802,平均VIF为1.989,远小于临界值10,说明变量间不存在严重的多重共线性问题。

表2 核心变量均值、标准差及相关系数

变量	M(SD)	1	2	3	4	5	6
1.网络自我知觉	4.5754 (1.137)						
2.网络自我表露	4.3628 (1.304)	0.704**					
3.网络人际关系	4.3039 (1.344)	0.690**	0.755**				
4.网络交往依赖	3.4338 (1.283)	0.384**	0.409**	0.404**			
5.生命意义感	5.0763 (0.775)	0.163**	0.207**	0.188**	0.087**		
6.网络素养	5.2773 (0.639)	0.233**	0.276**	0.325**	-0.053	0.459**	
7.心理韧性	5.3544 (0.636)	0.151**	0.218**	0.265**	-0.043	0.489**	0.643**
VIF	1.989 _{mean}	2.264	2.802	2.793	1.326	1.294	1.459

采用独立样本T检验和单因素ANOVA检验进行异质性分析,表3结果表明人口学因素中性别、户籍、政治面貌、家庭年均收入等方面存在差异性。(1)不同性别大学生在网络自我知觉、自我表露、人际关系、交往依赖、网络素养上具有显著差异性($p < 0.001$),男性均值高于女性均值。(2)城乡户籍大学生心理韧性($t = 2.732, p < 0.001$)存在显著差异,城市大学生心理韧性($M = 5.319$)高于农村大学生($M = 3.393$)。这一结果与以往研究结果相契合,城市大学生的力量性和乐观性水平显著高于农村大学生^[37]。(3)政治面貌方面,中共党员(预备党员)与非中共党员大学生生命意义感($t = 4.522, p < 0.001$)、网络素养($t = 4.394, p < 0.001$)和心理韧性($t = 5.022, p < 0.001$)存在显著差异性,且中共党员(预备党员)大学生以上各维度均值均高于非中共党员学生。(4)不同家庭年均收入的大学生在网络素养($F = 7.754, p < 0.001$)、心理韧性($F = 8.075, p < 0.001$)上具有显著差异性。该结果反映出大学生网络素养水平差异折射出不同经济、社会和文化家庭资本差异,一般来说网络素养水平高的学生群体主要来自资本条件较好的家庭^[38]。

表3 异质性分析

类别		网络自我 自觉	网络自我 表露	网络人际 关系	网络交往 依赖	生命 意义感	网络素养	心理韧性
性 别	1.男性	4.729	4.501	4.576	3.526	5.106	5.366	5.401
	2.女性	4.363	4.171	3.928	3.307	5.035	5.156	5.289
	t	4.931***	3.887***	7.552***	2.649**	1.391	5.128***	2.732***
	p	0.000	0.000	0.000	0.008	0.165	0.000	0.000
户 籍	1.城市	4.589	4.333	4.262	3.463	5.033	5.206	5.319
	2.农村	4.563	4.394	4.349	3.402	5.122	5.354	3.393
	t	0.317	-0.726	-0.989	0.729	-1.784	-3.589***	-1.810*
	p	0.752	0.468	0.323	0.466	0.075	0.000	0.071

(续表)

类别		网络自我 自觉	网络自我 表露	网络人际 关系	网络交往 依赖	生命 意义感	网络素养	心理韧性
政治面貌	1. 中共党员(预备党员)	4.763	4.517	4.544	3.502	5.266	5.421	5.518
	2. 其他	4.515	4.313	4.227	3.412	5.016	5.231	5.302
	t	3.010**	2.154*	3.150**	0.932	4.522***	4.394***	5.022***
	p	0.003	0.032	0.002	0.352	0.000	0.000	0.000
家庭 年均 收入	1. 20000元及以下	4.682	4.346	4.194	3.543	5.090	5.180	5.257
	2. 20001-50000元	4.473	4.205	4.049	3.411	4.998	5.129	5.213
	3. 50001-80000元	4.423	4.306	4.204	3.457	5.063	5.287	5.356
	4. 80001-100000元	4.684	4.497	4.537	3.294	5.116	5.390	5.427
	5. 100000元以上	4.692	4.504	4.576	3.501	5.142	5.409	5.523
	F值	2.632	2.085	6.244	0.939	1.127	7.754	8.075
	p	0.033	0.081	0.000	0.440	0.342	0.000	0.000

(二)网络人际交往对大学生心理韧性的回归分析

表4呈现了网络人际交往对大学生心理韧性的影响。模型1-模型4在控制变量基础上,分别纳入网络自我知觉、网络自我表露、网络人际交往及网络交往依赖变量。结果显示,网络自我知觉对心理韧性的回归系数为0.127($p<0.001$),网络自我表露对心理韧性的回归系数为0.208($p<0.001$),网络人际关系对心理韧性的回归系数为0.227($p<0.001$),网络交往依赖对心理韧性的回归系数为-0.178($p<0.001$),结果表明网络人际交往存在“双刃剑”效应。一方面,网络人际交往中的自我知觉、自我表露和人际关系对心理韧性具有正向作用,影响程度由高到低分别是网络人际关系、网络自我表露和网络自我知觉。该结果印证了网络社会补偿理论相关结论,青少年在现实生活中不愿与亲友沟通的问题可通过向网友倾诉、匿名咨询等途径缓解心理压力,这对改善其不良情绪具有积极作用^[39]。另一方面,网络交往依赖对心理韧性具有负向的影响。这回应了“网络成瘾”的发生机制,身处网络社会的大学生缺乏自我控制力与外部监管,不良网络使用或偏差行为会促使个体出现成瘾心理问题^[40]。假设H1-a和H1-b得到验证。

表4 网络人际交往对心理韧性和生命意义感影响的回归分析结果

变量	心理韧性				生命意义感			
	模型1	模型2	模型3	模型4	模型5	模型6	模型7	模型8
性别	-0.038	-0.036	-0.013	-0.015	-0.01	0.000	0.006	0.006
年龄	-0.11	-0.018	-0.017	-0.014	0.077	0.071	0.072	0.072
独生	0.010	0.013	0.011	0.013	0.044	0.047	0.046	0.046
户籍	0.017	0.014	0.012	0.011	0.077**	0.074**	0.073**	0.073
专业	-0.019	-0.018	-0.008	-0.008	-0.035	-0.034	-0.031	-0.031
年级	0.044	0.040	0.046	0.053	-0.009	-0.013	-0.011	-0.011
政治面貌	-.106***	-.109***	-.103***	-0.100**	-.118***	-.121***	-.119***	-.119***
家庭年均收入	0.140***	0.134***	0.117***	0.106***	0.014	0.009	0.005	0.004

(续表)

变量	心理韧性				生命意义感			
	模型1	模型2	模型3	模型4	模型5	模型6	模型7	模型8
自我知觉	0.127***				0.154***			
自我表露		0.208***				0.173***		
人际关系			0.227***				0.053	
交往依赖				-0.178***				-0.006
R ²	0.057	0.078	0.095	0.120	0.044	0.058	0.058	0.057
F	7.384***	9.017***	10.109***	11.800***	5.813***	6.821***	6.292***	5.764***

模型9-模型12呈现了生命意义感在网络人际交往与心理韧性间的中介效应。网络自我知觉对心理韧性的影响系数由原来的0.127($p<0.001$)减少到0.0407($p<0.05$),且生命意义感对心理韧性的正向作用也显著($\beta=0.392, p<0.001$);网络自我表露对心理韧性的影响系数由0.208($p<0.001$)减少到0.0598($p<0.001$),且生命意义感对心理韧性的正向作用显著($\beta=0.3805, p<0.001$);网络人际关系对心理韧性的影响系数由0.227($p<0.001$)减少到0.0851($p<0.001$),且生命意义感对心理韧性的正向影响显著($\beta=0.3735, p<0.001$);网络交往依赖对心理韧性的影响系数由-0.178($p<0.001$)增加到-0.0427($p<0.01$),且生命意义感对心理韧性的正向影响显著($\beta=0.4074, p<0.001$)。上述结果表明,网络人际交往在一定程度上通过转化为生命意义感对大学生心理韧性产生影响,即生命意义感部分中介了网络自我表露对心理韧性的影响。生命意义感的中介作用的发挥主要通过两条路径。第一,网络人际交往对生命意义感的正向作用。以互联网为载体而形成的人际交往网络能够有效帮助大学生抵御压力、缓解消极情绪、解决具体问题,从而提升其自我感受。其中网络自我知觉、自我表露及人际关系对个体自我统一性形成至关重要,而生命意义感来源与达成受自我效能感的影响^[41]。第二,生命意义感增强对心理韧性的正向影响。高生活目标感预示着更强的主观幸福感,更好的健康状况,生活目标可以通过促进个体自我效能感来增强心理韧性^[42]。假设H2得到支持。

(三)网络人际交往对大学生心理韧性作用机制的路径分析

多元线性回归分析结果表明,生命意义感在网络人际交往(自我知觉、自我表露、人际关系、交往依赖)对大学生心理韧性影响路径中存在中介作用。接下来,运用路径分析探讨网络人际交往对心理韧性的影响路径及其影响机制。采用Bootstrap检验,设置重复抽样5000次得到估计结果。图2与表5(见下页)呈现了网络人际交往对大学生心理韧性的影响路径与机制。结果显示,生命意义感对心理韧性影响的标准化路径系数为0.172,且在0.001水平上显著,这表明大学生对生命意义的感知程度对心理韧性具有显著的直接影响。

网络人际交往(自我知觉、自我表露、人际关系、交往依赖),通过生命意义感对心理韧性产生间接影响。具体而言,自我知觉对心理韧性的总效应为0.327($p<0.001$),直接效应为0.213($p<0.001$),通过生命意义感这一中介变量产生的间接效应为0.114($p<0.001$);自我表露对心理韧性的总效应为0.249($p<0.001$),直接效应为0.142($p<0.001$),通过生命意义感这一中介变量产生的间接效应为0.107($p<0.001$);人际关系对心理韧性的总效应为0.180($p<0.001$),直接效应为0.113($p<0.001$),通过生命意义感这一中介变量产生的间接效应为0.067($p<0.001$);交往依赖对心理韧性的总效应为0.022($p<0.001$),直接效应为-0.133($p<0.001$),通过生命意义感这一中介变量产生的间接效应为0.155($p<0.001$),间接效应大于直接效应。

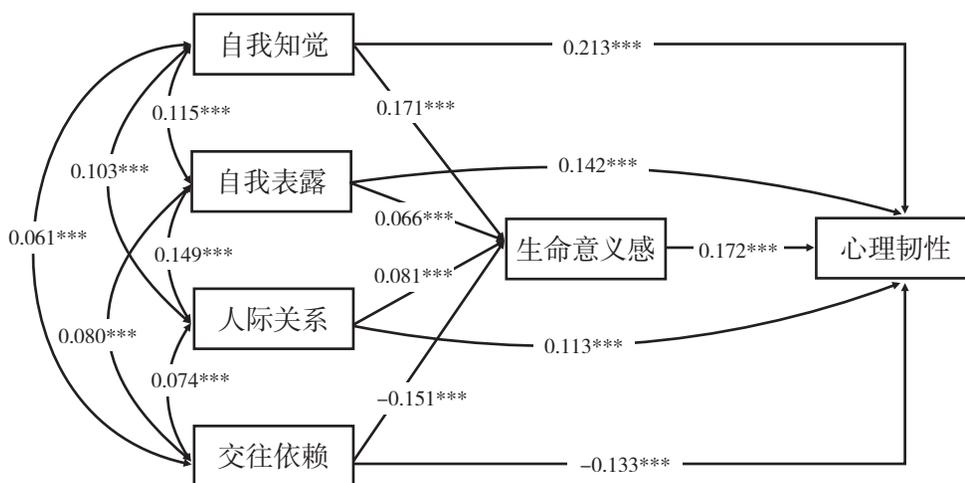


图2 网络人际交往影响大学生心理韧性的路径

表5 网络人际交往对大学生心理的影响效应

影响路径	直接效应	间接效应	总效应
生命意义感→心理韧性	0.172***		
自我知觉→心理韧性	0.213***	0.114***	0.327***
自我表露→心理韧性	0.142***	0.107***	0.249***
人际关系→心理韧性	0.113***	0.067***	0.180***
交往依赖→心理韧性	-0.133***	0.155***	0.022***

(四)网络素养的调节效应

表6中模型13、模型14、模型15和模型16的结果表明,同样控制了性别、户籍、收入、政治面貌等变量后,在方程中加入“网络素养”这一调节变量后,“网络自我知觉”与“网络素养”的乘积项、“网络自我表露”与“网络素养”的乘积项、“网络人际关系”与“网络素养”的乘积项分别为0.0424($p>0.05$)、0.002($p>0.05$)、0.0149($p>0.05$),均未达到显著水平,表明网络素养在网络自我知觉、自我表露和人际关系三个维度与生命意义感之间不存在显著的调节作用。而“网络交往依赖”与“网络素养”的乘积项系数显著($\beta=0.1074, p<0.001$),方程的 R^2 和 F 改变显著,表明网络素养正向调节了网络交往依赖对生命意义感的影响,并且网络素养每增加一个单位,具有网络人际交往依赖的大学生的生命意义感就会增加0.1074个单位。上述结果表明,网络素养能够调节网络人际交往对生命意义感的作用,具体作用路径是网络素养正向调节网络人际交往依赖对生命意义感的影响。

表6 有调节的中介效应模型

变量	心理韧性				生命意义感			
	模型9	模型10	模型11	模型12	模型13	模型14	模型15	模型16
自我知觉	0.0407*				0.2648*			
自我表露		0.0598***				0.0410		
人际关系			0.0851***				-0.0483	
交往依赖				-0.0427**				-0.493
生命意义感	0.3915***	0.3805***	0.3735***	0.4074***				
网络素养					0.7372***	0.5187***	0.479***	0.1855

(续表)

变量	心理韧性				生命意义感			
	模型9	模型10	模型11	模型12	模型13	模型14	模型15	模型16
自我知觉×网络素养					-0.0424			
自我表露×网络素养						0.002		
人际关系×网络素养							0.0139	
交往依赖×网络素养								0.1074***
控制变量	Yes	Yes	Yes	Yes	Yes	Yes	Yes	Yes
R ²	0.2443	0.2536	0.2704	0.2768	0.216	0.2178	0.2128	0.236
F	153.27***	161.02***	175.70***	32.68***	86.95***	87.88***	85.31***	97.97***

为进一步探讨在网络素养的不同水平条件下网络人际交往对心理韧性的间接影响的差异性,将网络素养得分按照均值减一个标准、均值、均值加一个标准差,形成低、中、高三种情况。由表7可知,在网络素养三种不同水平下,生命意义感在网络自我知觉与心理韧性间的中介作用不存在显著差异(95%的置信区间为[-0.044,0.012],包含0);生命意义感在网络自我表露与心理韧性间的中介作用不存在显著差异(95%的置信区间为[-0.022,0.024],包含0);生命意义感在网络人际关系与心理韧性间中介效应的差异不显著(95%的置信区间为[-0.016,0.027],包含0);以上结果显示,网络自我知觉、自我表露、人际关系被网络素养调节的中介模型不成立。生命意义感在网络交往依赖与心理韧性间中介效应的差异显著(95%的置信区间为[0.019,0.072],不包含0值),并且间接效应值呈现逐渐递增趋势,这说明网络素养越高,网络交往依赖越有可能通过生命意义感的强化从而提升心理韧性。网络素养越高意味着大学生越能够高效地借助网络实现自我发展、社会参与,尤其是当大学生具备良好用网习惯与自控能力时,有助于促进其把更多精力分配在有意义的网络资源与活动上,这样可以增强大学生的主观幸福感。因此,假设H3得到部分支持。

表7 在网络素养的不同水平下网络人际交往对心理韧性的间接效应

自变量	网络素养	效应值	标准误	95%的置信区间
网络自我知觉	低(M-1SD)	0.266	0.013	[0.005,0.051]
	中(M)	0.160	0.009	[-0.016,0.034]
	高(M+1SD)	0.005	0.013	[-0.020,0.032]
	效应差异	-0.017	0.015	[-0.044,0.012]
网络自我表露	低(M-1SD)	0.019	0.010	[-0.007,0.039]
	中(M)	0.019	0.008	[0.047,0.034]
	高(M+1SD)	0.020	0.011	[-0.020,0.042]
	效应差异	0.008	0.012	[-0.022,0.024]
网络人际关系	低(M-1SD)	0.006	0.010	[-0.013,0.023]
	中(M)	0.009	0.007	[-0.005,0.022]
	高(M+1SD)	0.013	0.010	[-0.008,0.033]
	效应差异	0.005	0.011	[-0.016,0.027]
网络交往依赖	低(M-1SD)	0.002	0.011	[0.021,0.023]
	中(M)	0.030	0.008	[0.015,0.045]
	高(M+1SD)	0.058	0.012	[0.035,0.083]
	效应差异	0.044	0.013	[0.019,0.072]

五、结论与建议

(一)主要结论

第一,网络人际交往对大学生心理韧性具有“双刃剑”作用。从积极影响来看,网络自我知觉、网络自我表露及网络人际关系对大学生心理韧性具有正向作用,程度由高到低分别是网络人际关系、网络自我表露和网络自我知觉。从消极影响来看,网络交往依赖则对大学生心理韧性具有负向作用,即网络交往依赖越强,大学生心理韧性水平越低。一方面,网络社会支持中的社会增进理论与补偿理论认为,与现实社会相比,网络社会具有匿名性、便利性、广泛性等优势,青年大学生通过网络构建人际关系,并进行自我表露和感知,更易从网络社会获得“信息性支持”“情感性支持”“同伴支持”“工具性支持”,这对其积极心理品质的塑造具有促进作用^[43]。另一方面,“网络成瘾”相关研究表明,处于青春期的大学生自我控制力相对较弱,如果缺乏合理的外部监管体系,往往会导致网络过度使用、网络认知偏差等“网络依赖”现象,产生诸如“网络孤独”“空心病”等心理问题^[44]。

第二,生命意义感在网络人际交往与大学生心理韧性之间起中介作用。该机制的发生基于两条路径:一是“网络自我知觉/自我表露/人际关系—生命意义感—心理韧性”路径,即良好的网络人际关系、网络自我表露和自我知觉通过生命意义的感知,部分转化为个体心理韧性;二是“网络交往依赖—生命意义感—心理韧性”路径,即通过增强大学生的生命意义感能够削弱网络依赖对心理韧性的消极影响。自我效能感理论认为,效能感较高的个体对生活一般具有较高的期望值,遇事理智且敢于迎接挑战,而效能感较低的个体则更容易情绪化地处理问题,遇到压力时其知识和技能无以发挥^[45]。生命意义感是自我效能感的重要方面,它赋予了青年大学生长远的目标和动力,大学生在追求生命意义的过程中更能体验到持久的价值感,从而克服因过度依赖网络导致的内心空虚、精神贫瘠、情绪低落等。

第三,网络素养在“网络人际交往—生命意义感—心理韧性”作用机制起正向调节作用。具体而言,大学生网络素养越高,网络人际交往越能够通过增强个体的生命意义感来影响其心理韧性。该结论印证了数字鸿沟理论的相关研究,该理论认为当前大学生网络素养差异主要体现在“使用沟”“知识沟”两个方面,“使用沟”表现为大学生安排上网时间、使用网络的目的及网络活动内容的差距^[46],而“知识沟”则反映的是大学生对待网络的批判性思维能力、内容生产和创造能力的差距^[47]。高水平的网络素养意味着大学生具有更高的网络安全与道德水平、网络行为自控能力、网络认知与评价、网络批判意识以及网络自我发展能力,从而塑造科学的网络责任观、道德观和价值观,并从中寻求生命意义进而提升心理韧性水平。此外,本研究还发现不同户籍的大学生在网络素养上存在显著差异性,农村大学生网络素养低于城市大学生,这一结果进一步证实了资源禀赋与社会经济地位差距对数字鸿沟的影响机制。

(二)对策建议

第一,要警惕大学生网络错误认知与偏差使用,树立其积极健康的互联网意识。相关主体要重视对大学生网络人际交往的有效引导与监管。首先,学校要加强对网络规范使用的引导,培养大学生良好的网络使用习惯。通过开设媒介素养、道德法律素养及心理健康教育等课程来帮助大学生理性对待网络信息与行为。其次,家庭要注重对大学生网络社交的监管,帮助大学生培育积极健康的网络意识。父母温暖的教养方式与更多的情感关注,能有效控制大学生的网络人际交往失范行为,减少网络使用偏差对其身心健康的危害^[48]。最后,大学生要加强自我调节能力的培养,提升网络使用自控力与判断力。让大学生自己能够对网络交往目标与行

为进行有效管理与调节,合理规划与控制用网时间。

第二,要加强大学生网络素养教育与服务,提高其网络素养水平。网络素养水平高低体现了大学生是否能够合理安排与分配用网时间,将更多的精力分配在有意义的网络社交活动中。“大学生是建设网络强国的中流砥柱,培养大学生网络媒介素养则是建设网络强国战略的前提和保障。”^[49]对此,高校要将网络素养能力的培养纳入学校人才培养的总目标体系中,并反映在人才评价和考核指标体系中。要开设专门的大学生网络素养教育通识课程,通过课程体系建设,打造一支网络素养高的专兼职人才队伍,把提高大学生网络素养纳入教学计划,融入到相关教学内容中。此外,教育工作者在规划与开展网络素养教育与服务中,尤其需要关注弱势阶层大学生因网络素养发展不平衡带来的影响,并借助学校和社会力量给予更多的关注与帮助^[50],保障其利用网络实现自我发展、社会参与的条件与权益,引导其形成良好的用网习惯。

第三,要重视大学生生命价值观教育与感恩教育,增强其生命意义感与幸福感。要引导大学生树立积极乐观的生命态度,寻找合理可行的生活目标,创造自我价值。从学校层面来说,学校是生命意义感培养的重要力量,要开展大学生生命教育课程、诚信感恩主题相关的教育实践活动,组织开展以生命意义为主题的团体辅导活动,同时发挥辅导员、班主任等在思想教育与价值引导中的作用。就家庭而言,良好的亲子关系是大学生心理健康的保护因素,父母要通过陪伴式的教育来加强与孩子之间的互动交流,避免孩子因亲情缺位转而向网络空间寻求情感慰藉,要让他们感受到来自家人的陪伴与温暖,从而增强其主观幸福感。从社会角度看,应加强对大学生群体的关注,大学生面临就业压力、社会适应性问题,相关部门应予以指导与支持,及时缓解大学生心理压力与困惑,促进其身心健康成长。

[参 考 文 献]

- [1][27][42]冯彪李宗龙等:《大学生生活目标与心理韧性的关系:自我控制和一般自我效能感的多重中介作用》,载《心理研究》,2022年第1期。
- [2]《教育部办公厅关于加强学生心理健康管理工作的通知》,http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/202107/t20210720_545789.html
- [3]骆素萍周邦:《有留守经历的大学生心理健康与主观幸福感关系研究——基于心理韧性的中介作用》,载《西南交通大学学报(社会科学版)》,2017年第1期。
- [4]于海波王为:《亲子关系对大学生心理健康水平的影响:积极心理品质和心理韧性的中介作用》,载《锦州医科大学学报(社会科学版)》,2022年第3期。
- [5]陈献忠宋洁:《家庭经济困难大学生心理弹性的调查分析》,载《思想理论教育》,2010年第5期。
- [6]廖雅琼叶宝娟等:《心理韧性对汉区少数民族预科生手机依赖的影响:有调节的中介效应》,载《心理发展与教育》,2017年第4期。
- [7]黄时华温志敏等:《大学生心理韧性与社会支持在情绪调节自我效能感与主观幸福感间的中介作用》,载《中国学校卫生》,2016年第10期。
- [8] Kraut, R., Patterson, M., Lullmark, V., et al. Internet Paradox. A Social Technology that Reduces Social Involvement and Psychological Well - Being?, American Psychologist, 1998, (9).
- [9]胡东郭英:《大学生移动社交网络人际交往与主观幸福感的关系:有调节的中介作用》,载《中国健康心理学杂志》,2021年第9期。
- [10] Berkman, L. F., Syme S. L. Social Networks, Host Resistance, and Mortality: A Nine - year Follow - up Study of Alameda County Residents, American Journal of Epidemiology, 1979, (2).
- [11] 中国互联网信息中心:《第50次中国互联网络发展状况统计报告》,http://cnnic.cn/n4/2022/0916/c38 - 10594.html
- [12] 谢洋王曦影:《21世纪全球Z世代研究的回顾与展望》,载《中国青年研究》,2022年第10期。
- [13] 罗琳:《青年网络“圈层化”的时代特征、生成机制与风险防控》,载《中国青年社会科学》,2022年第3期。
- [14] 王薇薇刘文等:《儿童青少年社会适应的发展特点与影响因素及其促进》,载《学前教育研究》,2021年第12期。

- [15] 倪晓莉 邵潇怡:《青少年网络社交媒体使用对主观幸福感的影响:自尊联结自我同一性的序列中介路径》,载《兰州大学学报(社会科学版)》,2019年第1期。
- [16] 邓 倩:《参与式网络传播与个体赋权:基于不同社会经济地位网民的考察》,载《新闻与传播评论》,2018年第3期。
- [17] 孙晓军:《科学引导青少年的网络生活和网络社交》,载《人民教育》,2020年第24期。
- [18] 张良驯 赵丹丹:《网络群体极化效应对青年生育焦虑的影响研究》,载《中国青年社会科学》,2022年第6期。
- [19] 李薇茵 罗艺方 等:《试论网络交往对大学生人际关系的负面影响》,载《华南理工大学学报(社会科学版)》,2004年第1期。
- [20] Vannucci, A., Flannery, K. M., Ohannessian, C. M. Social Media Use and Anxiety in Emerging Adults, Journal of Affective Disorders, 2017, (207).
- [21] 杨向荣 雷云茜:《速度、情感与审美——加速时代的情感焦虑及其反思》,载《探索与争鸣》,2020年第3期。
- [22] 唐晓鸣:《关怀生命意义感的教育》,载《教育研究与实验》,2008年第4期。
- [23][29] 郭小弦 芦 强 等:《互联网使用与青年群体的幸福感——基于社会网络的中介效应分析》,载《中国青年研究》,2020年第6期。
- [24] 朱晓文 刘珈彤:《现实交往与网络交往:大学生幸福感之归因》,载《中国青年研究》,2018年第9期。
- [25] 陈秋婷 李小青:《大学生生命意义与社会支持、心理控制源及主观幸福感》,载《中国健康心理学杂志》,2015年第1期。
- [26] Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., et al. Facebook Use Predicts Declines in Subjective Well - Being in Young Adults, Plos One, 2013, (8).
- [28][38] 李 爽 何歆怡:《大学生网络素养现状调查与思考》,载《开放教育研究》,2022年第1期。
- [30] 宋耀武 李宏利:《基于积极心理学观点的青少年网络使用研究》,载《教育研究》,2013年第3期。
- [31] 葛 纓 邓林园 等:《网络成瘾城市留守儿童人格特质、网络效能感及生命意义感的关系》,载《中国特殊教育》,2018年第2期。
- [32] 杨虎民:《社会支持对农民工随迁子女疏离感的影响:心理资本的中介作用》,载《教育研究与实验》,2021年第2期。
- [33] 胡月琴 甘怡群:《青少年心理韧性量表的编制和效度验证》,载《心理学报》,2008年第8期。
- [34] 平 凡 韩 磊 等:《大学生网络交往问卷的初步编制及信效度检验》,载《中国心理卫生杂志》,2012年第9期。
- [35] 王鑫强 游雅媛 等:《生命意义感量表中文修订版在大学生中的信效度及与心理素质的关系》,载《西南大学学报(自然科学版)》,2016年第10期。
- [36] 胡余波 潘中祥 等:《新时期大学生网络素养存在的问题与对策——基于浙江省部分高校的调查研究》,载《高等教育研究》,2018年第5期。
- [37] 刘静洋 娄 悦:《积极心理学视角下高校大学生心理弹性特征分析》,载《沈阳师范大学学报(社会科学版)》,2019年第1期。
- [39] 伍晓艳 陶芳标:《数字媒体使用对儿童青少年心理健康影响的双刃剑效应》,载《中国学校卫生》,2020年第11期。
- [40] 曹瑞琳 梅松丽 等:《感恩与大学生网络成瘾的关系:核心自我评价和生命意义感的中介作用》,载《心理发展与教育》,2023年第2期。
- [41] 常保瑞 方建东:《可协商命运观对少数民族大学生生命意义感的影响:自我效能感的中介作用》,载《民族教育研究》,2020年第2期。
- [43] 马建苓 刘 畅:《错失恐惧对大学生社交网络成瘾的影响:社交网络整合性使用与社交网络支持的中介作用》,载《心理发展与教育》,2019年第5期。
- [44] 郝 琪 程子尧 等:《大学生网络成瘾的相关影响因素研究进展》,载《职业与健康》,2019年第20期。
- [45] 李 凯 谢 悦 等:《社交媒体超载对健康自我效能感的影响机制研究》,载《新闻与传播评论》,2022年第5期。
- [46] 孙秀丽:《区隔与融合:青少年网络化差异问题分析》,载《青年探索》,2015年第5期。
- [47] 文 九 黄芙蓉:《数字鸿沟视野下青少年数字素养的培育》,载《学校党建与思想教育》,2021年第5期。
- [48] 吕 行 刘彤彤 等:《父母教养方式对高中生网络人际交往的影响:受他人导向自我监控的中介》,载《中国健康心理学杂志》,2021年第8期。
- [49] 张雪黎 肖亿甫:《信息化发展对大学生网络媒介素养的影响》,载《中国青年社会科学》,2020年第1期。
- [50] 童 星:《家庭背景会影响大学生的学业表现吗?——基于国内外41项定量研究的元分析》,载《南京师大学报(社会科学版)》,2020年第5期。

(责任编辑:张 丹)