



2018 届在职人员攻读教育硕士 专业学位论文

中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖的 关系研究

作者姓名	王爱爱
指导教师	高 玲 副教授 郭秉政 中教高级
学科专业	教育硕士
研究方向	心理健康教育
培养单位	教育科学学院
学习年限	2016 年 3 月至 2018 年 10 月

二〇一八年十月

2018 届在职人员攻读教育硕士
专业学位论文

中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖的 关系研究

作者姓名	王爱爱
指导教师	高 玲 副教授 郭秉政 中教高级
学科专业	教育硕士
研究方向	心理健康教育
培养单位	教育科学学院
学习年限	2016 年 3 月至 2018 年 10 月

二〇一八年十月

Thesis for Master of Education Degree, Shan xi University, 2018

Pressure, resilience and mobile phone dependence in
secondary vocational school students

Name	Wang ai ai
Supervisor	Associate Professor Gao ling Senior Teacher Bing-zheng Guo
Major	Master of Education Degree
Field of Research	Mental health education
Department	College of Educational Science
Research Duration	2016.03-2018.10

October, 2018

目 录

中 文 摘 要.....	I
ABSTRACT.....	II
引言.....	1
第一章 文献综述.....	2
1.1 手机依赖的研究概述.....	2
1.1.1 手机依赖的概念.....	2
1.1.2 手机依赖的测量.....	2
1.1.3 手机依赖的相关研究.....	3
1.2 同伴压力的研究概述.....	4
1.2.1 同伴压力的概念.....	4
1.2.2 同伴压力的测量.....	5
1.2.3 同伴压力的相关研究.....	5
1.3 心理弹性的研究概述.....	5
1.3.1 心理弹性的概念.....	6
1.3.2 心理弹性的测量.....	6
1.3.3 心理弹性的相关研究.....	7
1.4 中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖的相关研究.....	7
1.4.1 同伴压力与心理弹性的相关研究.....	7
1.4.2 同伴压力与手机依赖的相关研究.....	8
1.4.3 心理弹性与手机依赖的相关研究.....	8
第二章 问题的提出与研究设计.....	9
2.1 研究意义.....	9
2.2 研究目的.....	9
2.3 研究对象.....	9
2.4 研究工具.....	10
2.4.1 中学生同伴压力问卷.....	10
2.4.2 心理弹性量表.....	10
2.4.3 大学生手机成瘾倾向量表.....	11
2.5 数据处理.....	11
2.6 共同方法偏差检验.....	11

第三章 结果与分析.....	12
3.1 中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖的总体分布情况.....	12
3.2 人口变量学上的差异分析.....	13
3.2.1 中职生手机依赖在人口变量学上的差异分析.....	13
3.2.2 中职生同伴压力在人口变量学上的差异分析.....	15
3.2.3 中职生心理弹性在人口变量学上的差异分析.....	17
3.3 中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖的关系.....	18
3.3.1 中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖的相关分析.....	18
3.3.2 中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖的回归分析.....	20
3.3.3 心理弹性对同伴压力和手机依赖的中介效应检验.....	21
第四章 讨论.....	22
4.1 中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖的总体情况.....	22
4.2 中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖的关系.....	23
4.2.1 中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖的相关分析.....	23
4.2.2 中职生心理弹性在同伴压力与手机依赖的之间的中介作用.....	23
第五章 结论与建议.....	25
5.1 结论.....	25
5.2 建议.....	25
5.3 不足与展望.....	26
参考文献.....	27
附 录.....	31
致 谢.....	35
个人简况及联系方式.....	36
承 诺 书.....	37
学位论文使用授权声明.....	38

Contents

Chinese Abstract	I
Abstract	II
Introduction	1
Chapter 1 Literature review	2
1.1 The summary of mobile phone dependence.....	2
1.1.1 The concept of mobile phone dependence.....	2
1.1.2 Measurement of mobile phone dependence.....	2
1.1.3 Research on mobile phone dependence.....	3
1.2 The summary of peer pressure research.....	4
1.2.1 The concept of peer pressure.....	4
1.2.2 Measurement of peer pressure.....	5
1.2.3 The correlative study of Peer pressure.....	5
1.3 The summary of resilience research.....	5
1.3.1 The concept of resilience.....	6
1.3.2 Measurement of resilience.....	6
1.3.3 The correlative study of resilience.....	7
1.4 The correlative study of peer pressure, resilience and mobile phone dependence in secondary vocational school students	7
1.4.1 The correlation between peer pressure and resilience.....	7
1.4.2 The correlation between peer pressure and mobile phone dependence.....	8
1.4.3 The correlation between resilience and mobile phone dependence.....	8
Chapter 2 Puts forward the problem and Research and design	9
2.1 Research meaning.....	9
2.2 Research objective.....	9
2.3 Research object.....	9
2.4 Research tool.....	10
2.4.1 Peer pressure questionnaire for middle school students.....	10
2.4.2 CD-RISC.....	10
2.4.3 The college Students' mobile phone addiction tendency scale.....	11
2.5 Data processing.....	11

2.6 Common method bias test.....	11
Chapter 3 The result of the study	12
3.1 The overall distribution of peer pressure, resilience and mobile phone dependence among secondary vocational school students.....	12
3.2 Demographic variance analysis.....	13
3.2.1 The difference analysis of mobile phone dependence of secondary vocational school students in demographic variables.....	13
3.2.2 The difference analysis of peer pressure among secondary vocational school students in demographic variables.....	15
3.2.3 The difference analysis of psychological resilience of secondary vocational school students in population variables.....	17
3.3 The relationship study of peer pressure, resilience and mobile phone dependence in secondary vocational school students.....	18
3.3.1 The Correlation analysis of peer pressure, resilience and mobile phone dependence in secondary vocational school students.....	18
3.3.2 The regression analysis on peer pressure, resilience and mobile phone dependence of secondary vocational school students.....	20
3.3.3 The mediating effect of resilience on peer pressure and mobile phone dependence.....	21
Chapter 4 The research and discussion	22
4.1 The overall situation of peer pressure, resilience and mobile phone dependence of secondary vocational school students.....	22
4.2 The characteristics of peer pressure, resilience and mobile phone dependence in secondary vocational school students.....	23
4.2.1 The correlation analysis of peer pressure, resilience and mobile phone dependence among secondary vocational school students.....	23
4.2.2 The Mediating role of resilience among secondary vocational school students in peer pressure and mobile phone dependence.....	23
Chapter 5 The conclusion and Suggests	25
5.1 The conclusions.....	25
5.2 Suggests.....	25

5.3 Deficiency of research and Prospects.....	26
Reference.....	27
Appendix.....	31
Thanks.....	35
Personal profiles.....	36
Letter of commitment.....	37
Authorization statement.....	38

中 文 摘 要

中职生在家庭生活中、社交活动中、课余活动中和学习活动中玩手机已成为常见的一种现象，一部分中职生可能会表现出手机依赖行为，这会给学生的身心健康带来不良影响，同时也对正常的学校教学秩序提出了挑战。本研究旨在探究中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖三者之间的关系，希望通过厘清三者的关系，找到影响手机依赖的原因，从而为在教育管理中解决中职生手机依赖问题提供依据。

本研究采用《中学生同伴压力问卷》、《心理弹性量表》（CD-RISC）和《大学生手机成瘾倾向量表》问卷对 466 名中职生施测，研究结果表明：

（一）中职生手机依赖呈中等水平，且在性别、开始使用手机时间上存在显著差异，其中男生的手机依赖得分显著高于女生，开始使用手机时间越早的学生越容易表现出手机依赖现象。

（二）中职生同伴压力总分及各维度得分在性别和年级上存在显著差异，其中女生的同伴压力得分显著高于男生，三年级学生的同伴压力得分显著高于一、二年级学生。

（三）中职生的心理弹性总分及各维度得分在性别上存在显著差异，男生的得分显著高于女生；在年级上不存在显著差异。

（四）中职生同伴压力对手机依赖有正向预测作用；而心理弹性的力量性维度可以负向预测手机依赖水平，并在同伴压力和手机依赖之间起着部分中介作用。

关键词：中职生；同伴压力；心理弹性；手机依赖

ABSTRACT

It has become a common phenomenon for secondary vocational school students to play mobile phones in family life, social activities, after-school activities, and learning activities. Some secondary vocational school students may show mobile phone dependence behavior, which will have a negative impact on physical and mental health of students. At the same time, it also poses challenges to the normal school teaching order. This study explored the relationship between peer pressure, resilience and mobile phone dependence among secondary vocational school students. It is hoped that the conclusions will reduce the dependence of secondary vocational school students on mobile phone.

The research takes 466 secondary vocational school students by the peer stress questionnaire, the psychological elasticity scale(CD-RISC) and the college student's mobile phone addiction tendency scale to study,after statistic testing and we can reach the following conclusion.

(1) The secondary vocational school student rely on mobile phone is in the middle level. There are significant differences in the gender and the time they begin to use mobile phones about the secondary vocational school student rely on mobile phone. Boys have more mobile phone dependence than girls; The earlier you start using your phone, the easier it is to rely on it.

(2) There are significant differences in the peer pressure of middle school students in terms of gender and grade. Boys feel more peer pressure than girls; The third graders feel more peer pressure than the first and second graders.

(3) There are significant gender differences in the resilience of secondary vocational school students, and boys have higher the levels of resilience than girls; There is no significant difference in grade.

(4) Peer pressure has a positive prediction effect on mobile phone dependence, and resilience has a negative prediction effect on mobile phone

dependence. The force dimension of resilience has a partial intermediary effect between self-acceptance and mobile phone dependence.

Key words: Secondary vocational school students; Peer pressure; Resilience; Mobile phone dependence

引言

随着科学技术的不断发展，各种先进的科技产品已融入人们的生活、学习和工作中。手机便是其中之一，人们在享受这种先进科技通讯设备带来便利的同时问题也随之而来。手机现在不仅可以通过电话、短信、彩信进行基本的通讯，而且还有很多纷乱复杂的程序软件，如 QQ、微信、探探等各种交友 APP、各种理财 APP、购物 APP、浏览器 APP、摄影摄像 APP，阅读 APP 及游戏 APP 等等，可以实现交友、理财、工作和娱乐。手机的革新不断催生人们的好奇心，不断改变人们生活和态度，同时也衍生出一系列的问题。人们在使用手机带给的便利和娱乐的同时也成为了手机的追捧者和依赖者。

随着手机的普及，手机依赖现象也很普遍，这一现象引起了专家学者们的关注，并开始进行相关的研究。目前已有的研究中大多数是以大学生等成人作为研究对象，以中职学生作为研究对象的相关研究较少。对于中职学生这一群体而言，有一定的知识基础，思维活跃，接受新事物速度快，但是他们的人生观和价值观尚未成熟，对于手机这把“双刃剑”较难很好的掌控，有些学生把手机当做是生活中的必需品，时刻关注手机的动态，过度依赖手机进而影响他们正常的生活和学习。已有研究主要是调查手机的使用情况以及影响手机依赖的因素（主要分为两类：主体因素和客体因素），但很少有对主体因素和客体因素相互作用的研究。

第一章 文献综述

1.1 手机依赖的研究概述

1.1.1 手机依赖的概念

随着科技的不断发展，人们在使用手机时出现各种上瘾反应，丹麦首次报道了关于使用手机上瘾的案例，随后这种手机成瘾或手机依赖现象引起世界各国专家学者的关注，他们对此现象做了进一步的研究探讨。

关于手机依赖的定义较多，在已有研究中研究者们从不同的角度对手机依赖进行阐述。如果以行为后果作为研究点，可以把手机依赖定义为一种过度使用手机的行为^[1]，这种行为会导致一系列不良后果，例如：头疼失眠、工作效率低、注意力散漫、兴趣缺失、焦虑、倦怠情绪等，而目前并没有一个固定的标准来衡量这种“过度”，所以在这方面研究欠缺理论依据；如果以个体表现的症状作为研究点，可以把手机依赖定义为一种因个体过度使用手机而产生的心理和行为问题^[2]，可能会出现以下症状，如：“害怕手机关机”、“如果没有手机会感到孤独”、“任何时候注意力都集中在手机”、“手机是身体的一部分，一旦减少，就觉得失去了什么似的”、“用手机与他人交流更舒适”、“对手机铃响出现幻听”等，这种解释方法比较容易被人们理解，但是各种个体症状表现中间是否重叠或彼此是否有影响并没有具体化，这种定义边界较模糊；如果以个体因使用手机而出现的病理性行为作为研究点，可以把手机依赖定义为一种类似于某种化学物品（如酒精、药物）成瘾的技术成瘾行为^[3]，这种技术成瘾行为被看做是行为成瘾，行为成瘾会表现出当无法实现此行为时会表现出明显的焦躁不安，已有研究表明，人们在使用手机时会表现出与行为成瘾相类似的特征^[4]，主要表现为个体对手机缺少控制力，当他人强制阻断其与手机的联系时出现烦躁无所事事^[5]。

本研究采用徐华等的关于手机依赖的定义，该定义认为手机依赖是由于个体重复、频繁地使用手机所造成的一种不自觉的着迷状态，并产生了一系列生理上的不适症状和强烈的心理需求感^[6]。

1.1.2 手机依赖的测量

目前关于手机依赖的研究中采用的问卷或量表大多都是针对不同的研究对象研究者自行编制的，现对已有的关于手机依赖的量表或问卷整理如下：《手机成瘾量表》由 Park 编制而成，该问卷共 20 个项目，7 个维度，采用五级计分法，信效度均较好^[7]；《手机成瘾指标》由 Leung 编制而成，该量表共 17 个项目，采用五级计分

法,信效度均较好^[8];《大学生手机依赖量表》由徐华等人编制而成,该量表共 13 个项目,采用五级计分法,信效度均较好^[9];《大学生手机成瘾倾向量表》由熊婕、周宗奎等人编制而成,该量表共 16 个项目,4 个维度,采用五级计分法,信度为 0.91,效度良好^[10]。由于手机依赖的概念和手机成瘾的概念涵盖面基本一致,已有的研究中也两者视为同一类现象,本研究也将两者视为同一类现象,并且在已有的关于中职生手机依赖的研究中证明《大学生手机成瘾倾向量表》同样适用于中职生^[11],因此,此量表也适用于本研究。

1.1.3 手机依赖的相关研究

随着科技的飞速发展和手机的普及,人们在生活、学习和工作中频繁的、过度的使用手机导致一系列问题突显出来,这些问题引起国内外专家学者的关注,并对这一系列相关问题进行研究探讨。

1.1.3.1 国外的研究

关于手机依赖的研究国外早于国内,研究的方向主要有:关于手机的使用情况的探讨,如使用时间的长短、使用方式、通话和短信数量的多少以及相关功能等不同方面对青少年的负面影响;也有关于心理特征和手机依赖之间的关系之间的探讨,通过研究希望能找到造成手机依赖问题的心理机制。

(1) 已有研究表明,每天使用手机时间过长,可引起人神经内分泌功能紊乱,而且长时间的电磁辐射可能会对大脑造成影响,易造成脑损伤,引发失眠、注意力不集中、头疼、焦虑等问题。年轻女性甚至会引起生理周期紊乱等问题^[12]。

(2) Park 的研究发现,手机依赖和孤独、消磨时间、逃避等动机变量呈显著正相关^[13];也有研究表明,手机依赖和焦虑、抑郁、自杀倾向、失眠、吸烟等情绪症状与问题行为也呈显著相关^{[14][15][16]}。

(3) 影响手机依赖的因素较多,日本学者研究发现,青少年与社会的接触方式主要是通过手机,同时与社会接触交流也是影响手机依赖的主要因素^[17],在与外界交流中想使用手机而无法使用时会表现出情绪不稳、焦虑和交流不畅;Igarashi 等人的研究认为某种人格特质可能会影响手机使用,外向的个体渴望与人交流导致频繁的使用手机进而产生手机依赖的现象,而高神经质的个体却是为了避免与人直接交流中被拒绝或者寻找某种安全感而频繁的使用手机进而对手机产生依赖^[18]。

1.1.3.2 国内的研究

我国关于手机依赖的研究起步较晚,研究对象大多是以大学生或青少年或中学

生为自主，而单以中职生为研究对象的甚少。研究内容主要集中在对手机的使用情况研究、手机依赖与某些心理变量的相关研究。

(1) 在已有的关于大学生手机依赖的研究中发现，使用手机时间越长越容易对手机产生依赖，有些学生甚至出现幻听和被手机诱惑影响正常的生活学习^[19]；大学生的气质类型会影响个体使用手机的频率及时间^[20]；王欢，黄海，吴和鸣的研究发现，神经质人格特质、社交焦虑与手机依赖显著正相关，严谨性人格特质与手机依赖呈显著负相关^[21]。还有关于学科类型的研究显示，理科学生较其它学科而言更容易出现手机依赖现象^[22]。

(2) 有研究表明，手机依赖与社会支持存在相关，社会适应性对手机依赖有负向预测作用，心理弹性对手机依赖也具有负向预测作用^[23]；也有研究显示，大学生孤独感对社会支持与手机依赖有中介作用^[24]；父母教养方式通过主观幸福感也会影响手机依赖^[25]。

1.2 同伴压力的研究概述

1.2.1 同伴压力的概念

在已有研究中有关同伴压力的论述较少，同辈压力与同伴压力概念界定较为近似，本研究参考同伴压力研究成果的同时，也以同辈压力的研究成果作为辅助。在进行同伴压力概念的界定之前，首先应进行同伴群体概念的界定。所谓同伴群体是指具有相似经历、相似层次与地位、思想素质大致相当的群体，在社会生活中相互作用、相互影响，并对个体的心理与行为产生影响的群体^{[26][27]}。”其它关于同伴群体的概念界定均较为近似。因此，在本研究中将同伴群体的概念界定为：地位、层次、素质大致相当的由两个或两个以上的同龄人组成的具有相互认同的目标、行为规范的交往群体。

在同伴群体概念界定的基础上，西方学术界将同伴压力界定为：“因害怕被同伴排挤而放弃自我做出顺应别人的选择以及同伴取得的成就所带给自己的心理压力。”而武朝明关于同辈压力的界定较为全面和准确：“同辈压力是指当个体的思想或行为与该个体隶属群体的规范或要求发生冲突时，个体为与群体相互融洽而遵守该群体的规范或要求时而感受到一种无形的心理压力^[28]。”本研究将同伴压力的概念界定为：来自同伴群体的使个体在作出某种决定时所感受到的压力，而这种压力会对某种决定施加影响。同伴压力也可以看作是一种从众压力，这种压力会对个体产生一定的影响，并且可能会使其心理和行为发生改变。

1.2.2 同伴压力的测量

在已有的研究中,关于同龄人压力量表信效度最高的是《同龄人压力测量量表》(PPI)是由 Brown 和 Clasen 开发检验的。国内的同伴压力(同龄人压力)的测量量表主要是在此基础上进行修订。卡哈尔江·阿布拉、邹鑫首次在国内对同龄人压力量表(PPI)加以修订,不过本次修订的量表更多的适用于大学生,相对中职生和中学生的同龄人压力测量而言适用度较低。本研究关于同伴压力的测量,主要选取李霁在同龄人压力量表(PPI)基础上修订的中学生同伴压力问卷。该问卷共 26 个项目,每个项目含有一对代表两极压力事件的相反表述句。问卷采用从-3 到 3 的 7 点计分法,其中正分(1 到 3 分)代表的是在负性事件上的压力,而负分(-3 到-1 分)代表与正性事件上的压力,0 分代表没有压力。问卷分为六个维度,分别是违纪行为、家庭活动、课余活动、异性交往、人际交往、学习活动。该量表的内部一致性系数为 0.925,信度为 0.848,效度良好^[29]。

1.2.3 同伴压力的相关研究

关于同伴压力的研究最早是同伴压力对青少年危险行为影响的探讨,它常常作为某种危险行为(如吸烟、饮酒和药物滥用等)的预测因素出现在心理学领域的研究中。

目前国内外关于同伴压力的研究主要侧重于同伴压力的现状、成因、特点、差异以及同伴压力对个体的影响等。已有研究表明,同伴压力在性别、年龄上存在明显差异,女生感受到的同伴压力明显强于男生;青少年感受到的同伴压力明显强于低龄儿童,他们更愿意接受这种来自同伴的压力并适应同伴群体的思想、规范和要求^[30]。还有研究显示大学生网络使用过程中,同伴压力不仅影响同伴过度使用网络行为与自身网络成瘾程度的关系,而且还影响同伴过度使用网络的态度与自身网络成瘾程度的关系^[31]。对青少年的积极同伴压力、自尊对不同冒险行为的影响的研究显示,中职生的积极同伴压力和冒险行为都显著高于普通高中生,同时自尊仅可以调节普通高中生的积极同伴压力与社会可接受冒险行为的关系^[32]。

已有研究从不同的角度分析中职生同伴压力的产生及其影响,但并没有进行中职生同伴压力的具体研究,也没有作中职生同伴压力、心理弹性、手机依赖的相关研究。也就是说目前更多的是关于同伴压力的较为空泛的研究,并没有将中职生同辈群体及同伴压力的相关研究具体化。

1.3 心理弹性的研究概述

1.3.1 心理弹性的概念

心理弹性,这一概念是由美国心理学家 Anthon 提出的。在不同地区对“resilience”有不同的译法,有“复原力”、“压弹”、“抗逆力”、“任性”等等,本研究采用“心理弹性”这一译法。心理弹性是一种能使个体在压力、危机、挫折或创伤下仍能积极适应、茁壮成长的心理品质,是个体稳定的个性心理特征^[33]。心理弹性除了强调个体在遭遇重大压力或逆境后能够恢复到最初状态,更强调在遭遇重大压力或逆境下能够持久的坚韧不拔,并能够获得成长和新生^[34]。

目前在已有的关于心理弹性的研究中,不同的研究者由于研究角度不同,对于概念的界定也就不同。综合已有研究可以发现,心理弹性的定义有以下几类:

(1) 心理弹性是一种个体所具有的能力或品质,不同个体处于相同的压力和逆境时会表现出不同的应对方式,并且所受的影响程度也有一定的差异。在众多的关于心理弹性的定义中,其中有美国心理学家 WernerE.E.提出的关于心理弹性的能力性定义:所谓心理弹性是指一种当身处危险或身心受到威胁时,个体能够承受这种危险或威胁产生的无形压力并所受影响较小和产生较少问题行为的能力^[35]。

(2) 心理弹性是指个体在危险或身心受到威胁情境下,个体的身心状态发展依然良好。在众多的关于心理弹性的定义中,其中有心理学家 Masten 提出的关于心理弹性的结果性定义:心理弹性是个体在面对严重的威胁后仍能良好的适应与发展^[36]。

(3) 心理弹性是一个个体与环境(压力或逆境)交互作用的动态过程。在众多的关于心理弹性的定义中,其中有美国心理协会提出的关于心理弹性的过程性定义:心理弹性是指个体在处于各种逆境时,仍能良好迅速的适应并恢复的过程^[37]。

结合这三类心理弹性的概念,可以发现过程性定义更加全面,它既强调了面对压力或逆境时良好的适应能力,又强调了在经历过压力或逆境之后积极向上的发展。本研究采用此定义。

1.3.2 心理弹性的测量

以往研究中采用的心理弹性量表主要有:《心理弹性量表》由 Wagnild 等人编制而成,该量表共 25 个项目,五个维度;《自我心理弹性量表》(ER89)由 Block, Kreman 编制而成,该量表共 14 个项目,采用四点计分法;《心理弹性技巧与能力量表》由 Jew, Green, Kroger 编制而成,该量表共 35 个项目,三个维度;《青少年心理弹性量表》(READ)由 Odin Hjemdal 编制而成,该量表共 39 个项目,五个维度;《青少年心理弹性量表》由胡月琴、甘怡群编制而成,该量表共 27 个项目,五个维

度：《心理弹性量表》（CD-RISC）由 Connor, Davidson 编制而成，此量表共 25 个项目，三个维度（坚韧性、乐观性、力量性），采用“0-从来不”、“1-很少”、“2-有时”、“3-经常”、“4-一直如此”的五点计分法，信效度良好。于肖楠、张建新在中国大陆对 CD-RISC 的应用进行了研究，得出适用量表^[38]。在蔡颖、梁宝勇等的研究中表明，此量表可适用于中职生^[39]。因此本研究采用此量表。

1.3.3 心理弹性的相关研究

关于心理弹性的研究起源于 Rutter 对母爱剥夺的研究^[40]。纵观已有研究成果，发现在不同时期的研究在研究对象与研究内容方面均在不断变化与发展。

研究对象方面：有以精神疾病家庭儿童作为研究对象，并进行了长时间的追踪研究，发现这些儿童有半数以上的能够健康成长^[41]。国内有以青少年作为研究对象，心理弹性作为中介变量进行研究，发现心理弹性影响理想自我与心理健康的关系^[42]。也有以小学生作为研究对象，研究探讨心理弹性与社会支持的关系^[43]。

研究内容方面：心理弹性的影响因素主要有两类，一类是危险性因素，指某些阻碍个体正常发展的生物、心理、认知、或者外部环境方面的因素（如家庭贫困、父母身患精神疾病等），一类是保护性因素，指个体面对危险环境时影响其反应的因素（如自我效能感、成就动机、归因方式、自尊等）^[44]。保护性因素的研究繁荣期在 80 年代，比较具有代表性的是纵向研究，比如 Werner 做了 30 年的夏威夷追踪调查研究^[45]。在后来关于心理弹性的研究重点更多的关注个体的恢复，强调个体在遭受压力或威胁等之后能够迅速恢复正常状态^[46]。在心理弹性与各类变量的相关研究中，有心理弹性在人口学变量（性别、年龄和环境等）上的差异研究，而更多的是心理弹性作为中介变量进行研究的，如心理弹性在父母冷漠与 PTSD 症状之间的中介作用研究，结果表明心理弹性在父母冷漠与 PTSD 症状之间存在完全中介作用^[47]；心理弹性在不和谐指数与压力困扰之间的调节作用研究，结果表明心理弹性对不和谐指数与压力困扰的关系具有显著调节作用^[48]。

1.4 中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖的相关研究

1.4.1 同伴压力与心理弹性的相关研究

中职生同伴群体是中职生生活学习中的重要群体，是中职生实现社会化过程的一个重要同化体。同伴群体的兴趣爱好、态度价值观、行为方式和社会地位等都会对个体产生重要的影响。而对于同伴群体中的个体而言，群体的思维方式、态度价值观、兴趣爱好以及行为方式无形中会形成某种很有影响力的作用力^[49]。张月云的

研究结果表明中职生个体在很大程度上受着同伴压力的影响，中职生的行为与生活习惯都与同伴压力紧密相关。已有研究中指出中职生心理弹性与同伴关系呈显著正相关，良好的同伴关系对个体的心理弹性发展有十分重要的作用^[50]。而同伴侵害是同伴关系中同伴拒绝的典型表现，同伴侵害与心理弹性呈显著负相关^[51]，心理弹性在同伴侵害与抑郁之间具有调节作用。同伴压力是同伴关系中产生的一种压力，这也表明中职生的同伴压力与心理弹性存在一定关联。

1.4.2 同伴压力与手机依赖的相关研究

目前已有的研究中，尚没有研究者深入探究同伴压力与手机依赖的明确关系，但是已有研究表明同伴压力对个体某种不良行为的产生有直接影响作用^[52]。而手机依赖是一种类似于某种化学物质（如某种药物或酒精）成瘾的成瘾行为，这种行为被认为是一种不良的行为习惯。因此，同伴压力可能会对手机依赖产生影响。

1.4.3 心理弹性与手机依赖的相关研究

目前已有一些关于心理弹性与手机依赖的研究，王小辉的相关研究表明，作为社会适应性因子之一的心理弹性和手机依赖存在相关，并且心理弹性与手机依赖存在显著负相关^[53]。在张松海的相关研究中也表明，心理弹性与手机依赖存在显著负相关^[54]。从已有研究中可以得出，心理弹性与手机依赖之间存在显著相关，且心理弹性对手机依赖可以作出负向预测。

综上所述，目前的已有研究主要关注心理弹性与手机依赖的关系，而对同伴压力与心理弹性，同伴压力与手机依赖关系的探究甚少。但是，有研究证明同伴关系与互联网使用之间存在相关，同时关于同伴压力的相关研究中也证实了其对个体不良行为的直接影响作用，因此，同伴压力有可能会对手机依赖产生影响。作为一种积极心理特征，心理弹性与手机依赖存在负相关关系，因此心理弹性有可能在同伴压力与手机依赖之间起着中介作用。

第二章 问题的提出与研究设计

2.1 研究意义

在国内外对手机依赖的已有研究中,以学生作为研究对象的,被试多为大学生,针对中职生的研究较少,虽然中职生与大学生的学习环境和生活环境接近,但两者之间还是存在一定的差异。一般中职生对自我要求较低,很少感受到来自学习的压力,因此他们会留给自己更多的时间和精力在课外生活娱乐上,而手机在很大程度上占据了中职生的课外生活,因此,中职生很可能会过度的使用手机,进而表现出更多的手机依赖问题。本研究通过问卷调查法对中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖三者之间的关系进行探究。一方面将手机依赖的研究对象拓宽到中职学生群体,充实已有的手机依赖实证研究;另一方面,将心理弹性作为中介变量引入同伴压力与手机依赖关系之中,将进一步探明手机依赖的影响因素,完善已有研究。并通过此研究确定手机依赖的主体因素——心理弹性和客体因素——同伴压力的作用机制,试图寻找可以有效降低手机依赖倾向的途径,提出教育教学管理中改善学生手机依赖的教育对策。

2.2 研究目的

探究中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖三者之间的关系;分析心理弹性在同伴压力与手机依赖之间的中介作用;进一步深入探讨同伴压力、心理弹性对中职生手机依赖的作用机制。

2.3 研究对象

本研究的研究对象是在校的中职学生,因此在山西省内的中职学校中随机发放问卷,参与答题的中职学生共有 507 人,全部收回后进行检查筛选,将无效问卷逐一剔除,剩余 446 份为有效问卷,问卷有效率为 87.97%。具体分布情况如表 1 所示:

表1 样本具体分布情况

变量	类别	人数	百分比 (%)	总数
性别	男	208	46.64	446
	女	238	53.36	
年级	一年级	162	36.32	446
	二年级	136	30.49	

开始使用手机时间	三年级	148	33.19	
	小学阶段	23	5.16	
	中学阶段	194	43.49	446
	高中阶段	229	51.35	
	父母购买	260	58.29	
手机来源	别人送	23	5.16	
	自己兼职挣钱购买	68	15.25	446
	其它	95	21.30	

2.4 研究工具

本研究采用的是问卷调查法，总问卷主要由被试基本信息和三个量表组成，第一部分是被试的基本信息，包括性别、年级、开始使用手机时间和手机来源等；第二部分由三个问卷构成，分别是《中学生同伴压力问卷》、《心理弹性量表》(CD-RISC)和《大学生手机成瘾倾向量表》。

2.4.1 中学生同伴压力问卷

本研究采用李霁在同龄人压力量表(PPI)基础上修订的《中学生同伴压力问卷》。该问卷共 26 个项目，每个项目含有一对代表两极压力事件的相反表述句。问卷采用从-3 到 3 的 7 点计分法，其中正分(1 到 3 分)代表的是在负性事件上的压力，而负分(-3 到-1 分)代表与正性事件上的压力，0 分代表没有压力。问卷分为六个维度，分别是违纪行为、家庭活动、课余活动、异性交往、人际交往、学习活动。该量表的内部一致性系数为 0.925，信度为 0.848，效度良好^[55]。

2.4.2 心理弹性量表

本研究所采用的量表是由 Connor 和 Davidso 开发的，于肖楠、张建新在中国大陆进行应用研究的《心理弹性量表》(CD-RISC)，此量表包含了 25 个项目，采用 5 点计分法，其中用“0”表示“从来不”、“1”表示“很少”、“2”表示“有时”、“3”表示“经常”、“4”表示“一直如此”，该量表分为三个维度分别为：坚韧性、乐观性、力量性，其内部一致性信度为 0.89^[56]。在蔡颖、梁宝勇等的研究中表明，此量表可适用于中职生^[57]。

2.4.3 大学生手机成瘾倾向量表

本研究采用的量表是由熊婕、周宗奎等编制的《大学生手机成瘾倾向量表》，此量表共有 16 个项目，包含了四个维度分别是戒断症状、突显行为、社交抚慰、心境改变，并采用“1-非常不符”、“2-不太符合”、“3-一般”、“4-比较符合”、“5-非常符合”的五点计分法，总量表的信度系数为 0.91。由邓亚兵和葛续华的研究证明此量表同样适用于中职生。

2.5 数据处理

本研究的数据分析采用 SPSS17.0 进行描述统计、独立样本 t 检验、F 检验、单因素方差分析、回归分析，并运用 AMOS21.0 对数据进行中介效应检验。

2.6 共同方法偏差检验

表 2 中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖的关系验证性因素分析结果

	χ^2/df	GFI	AGFI	NFI	IFI	CFI	RMSEA
拟合指数	3.419	0.927	0.893	0.927	0.947	0.947	0.074

验证性因子分析结果表明，本研究中所使用的问卷为三维模型，因此不存在共同方法偏差。

第三章 结果与分析

3.1 中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖的总体分布情况

对收集到的中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖的有效问卷的数据进行统计分析，得出结果如表 3 所示。

表 3 中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖的描述性统计结果 (n=446)

	极小值	极大值	<i>M</i>	<i>SD</i>
违纪行为	-3.00	3.00	-1.921	1.211
异性交往	-3.00	3.00	-.877	1.214
家庭活动	-3.00	3.00	-1.557	1.232
课余活动	-3.00	3.00	-.504	1.396
人际交往	-3.00	3.00	-.554	1.267
学习活动	-3.00	3.00	-1.255	1.416
同伴压力均值	-3.00	3.00	-1.121	.974
坚韧性均分	.00	4.00	2.308	.754
力量性均分	.00	4.00	2.441	.699
乐观性均分	.00	4.00	2.051	.706
心理弹性总分	.00	100.00	57.731	16.360
戒断症状	1.00	5.00	2.794	1.000
突显行为	1.00	5.00	2.422	1.079
社交抚慰	1.00	5.00	2.762	1.128
心境改变	1.00	5.00	2.764	1.124
手机依赖总分	16	80	43.020	15.015

中职生同伴压力问卷采用从-3 到 3 的 7 点计分法，其中正分（1 到 3 分）代表的是在负性事件上的压力，而负分（-3 到-1 分）代表与正性事件上的压力，0 分代表没有压力。由表 4.1 可知，中职生同伴压力的各项目的最高分为 3 分，最低分为-3 分，均分为-1.121±0.974。可见，从总体上看，中职生感受到一定来自同伴的压力，并且在同伴压力的各个维度上，中职生感受到压力的方向也存在一致性。其中中职

生感受到的是正性事件同伴压力,程度由高到低分别是违纪行为、家庭活动、学习活动、异性交往、人际交往和课余活动。中职生心理弹性的各项目的最高分为4分,最低分为0分,各维度均分呈居中水平,心理弹性总分最高分100分,最低分0分,均值为 57.731 ± 16.360 ,可见,从总体上看,中职生的心理弹性水平居中。而在具体的维度上,均分从高到低分别是力量性、坚韧性和乐观性。中职生手机依赖的各项目的最高分为5分,最低分为1分,各维度均分呈居中水平,手机依赖总分最高分80分,最低分16分,均值 43.020 ± 15.015 ,可见,从总体上看,中职生的手机依赖水平居中。而在具体的维度上,均分从高到低分别是戒断症状、心境改变、社交抚慰和突显行为。

3.2 人口变量学上的差异分析

3.2.1 中职生手机依赖在人口变量学上的差异分析

3.2.1.1 中职生手机依赖的性别差异

采用独立样本 t 检验对中职生的手机依赖总分及戒断症状、突显行为、社交抚慰和心境改变各维度在性别差异上分析,结果如表4所示。

表4 中职生手机依赖总分及各维度在性别上的差异分析

	男 (n=208)		女 (n=238)		t
	M	SD	M	SD	
手机依赖总分	45.952	15.601	40.466	14.022	3.910***
戒断症状	2.954	1.019	2.653	.965	3.203**
突显行为	2.637	1.138	2.242	.993	3.822***
社交抚慰	2.954	1.141	2.594	1.092	3.399**
心境改变	2.952	1.136	2.599	1.089	3.342**

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

结果表明,中职生手机依赖总分在性别上存在显著差异 ($p < 0.001$),男生在手

机依赖方面显著高于女生。中职男、女生在戒断症状、突显行为、社交抚慰和心境改变各维度上也存在显著差异 ($p<0.01, p<0.001, p<0.01, p<0.01$)，男生在各维度上的得分显著高于女生。

3.2.1.2 中职生手机依赖的年级差异

采用单因素方差分析对中职生的手机依赖总分及各维度在年级上分析，首先进行了方差齐性检验，检验后得到的数据都大于 0.05，表明齐性显著，可以进行方差检验，结果如表 5 所示。

表 5 中职生手机依赖的年级差异分析

	一年级 (n=162)		二年级 (n=136)		三年级 (n=148)		<i>F</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
手机依赖	43.210	14.109	45.029	15.541	40.980	15.319	2.616
戒断症状	2.825	.949	2.885	1.020	2.676	1.031	1.680
突显行为	2.353	1.057	2.590	1.080	2.341	1.093	2.405
社交抚慰	2.844	1.113	2.853	1.110	2.589	1.148	2.649
心境改变	2.772	1.101	2.934	1.117	2.599	1.138	3.181*

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

结果表明，中职生手机依赖总分在年级上总体差异不明显 ($p>0.05$)，但在事后多重比较中中职生二年级学生得分显著高于三年级学生 ($p<0.05$)；在社交抚慰维度上，中职一、二年级学生得分显著高于与三年级学生 ($p<0.05$)；在心境改变维度上，中职二年级学生得分显著高于三年级学生 ($p<0.05$)；在戒断症状和突显行为两个维度上，中职生各年级得分不存在显著差异。

3.2.1.3 中职生手机依赖在开始使用手机时间上的差异

采用单因素方差分析对中职生的手机依赖总分及各维度在开始使用手机时间上分析，首先进行方差齐性检验，检验后得到的数据都大于 0.05，表明齐性显著，可以进行方差检验，结果如表 6 所示。

表 6 中职生手机依赖在开始使用手机时间上的差异

	小学阶段 (n=23)		初中阶段 (n=194)		高中阶段 (n=229)		<i>F</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
手机依赖	47.652	17.734	44.351	15.117	41.437	14.492	3.160*
戒断症状	3.188	1.137	2.879	1.011	2.682	.963	3.977*
突显行为	2.587	1.249	2.488	1.092	2.348	1.050	1.171
社交抚慰	3.029	1.318	2.866	1.099	2.646	1.125	2.693
心境改变	3.029	1.341	2.842	1.115	2.671	1.104	1.897

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

结果表明, 中职生手机依赖总分和戒断症状均分在开始使用手机时间上存在显著差异 ($p<0.05$), 在事后多重检验中初中阶段开始使用手机的中职生得分显著高于高中阶段开始使用手机的中职生, 在戒断症状维度上, 中职生在开始使用手机时间上也存在显著差异 ($p<0.05$), 小学阶段开始使用手机的学生得分显著高于高中阶段开始使用手机的学生, 初中阶段开始使用手机的学生得分显著高于高中阶段开始使用手机的学生; 在社交抚慰维度上, 初中阶段开始使用手机的学生得分显著高于高中阶段开始使用手机的学生 ($p<0.05$)。在突显行为和心境改变两个维度上, 中职生开始使用手机时间上得分不存在显著差异。

采用单因素方差分析对中职生的手机依赖总分及各维度在手机来源上进行分析, 得出中职生手机依赖在手机来源上不存在显著差异。

3.2.2 中职生同伴压力在人口变量学上的差异分析

3.2.2.1 中职生同伴压力的性别差异

表 7 中职生同伴压力均分及各维度在性别上的差异分析

	男 (n=208)		女 (n=238)		<i>t</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	

违纪行为	-1.531	1.301	-2.263	1.012	6.566***
异性交往	-.619	1.289	-1.102	1.100	4.270***
家庭活动	-1.308	1.256	-1.776	1.170	4.072***
课余活动	-.229	1.409	-.744	1.342	3.949***
人际交往	-.258	1.298	-.812	1.183	4.712***
学习活动	-.820	1.435	-1.635	1.287	6.317***
同伴压力均值	-.820	.975	-1.403	.889	6.606***

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

采用独立样本 t 检验对中职生的同伴压力各维度及均分在性别上进行差异分析, 结果如表所示, 在中职生同伴压力各维度以及总均分上, 女生得分显著高于男生。

3.2.2.2 中职生同伴压力的年级差异

采用单因素方差分析对中职生的同伴压力各维度及均值在年级上进行差异分析, 首先进行方差齐性检验, 检验后得到的数据都大于 0.05, 表明齐性显著, 可以进行方差检验, 结果如表 8 所示。

表 8 中职生同伴压力均分及各维度在不同年级的差异分析

	一年级 (n=162)		二年级 (n=136)		三年级 (n=148)		F
	M	SD	M	SD	M	SD	
违纪行为	-1.837	1.238	-1.694	1.310	-2.223	1.018	7.598**
异性交往	-.798	1.169	-.682	1.242	-1.142	1.198	5.739**
家庭活动	-1.486	1.137	-1.360	1.358	-1.816	1.173	5.381**
课余活动	-.526	1.398	-.340	1.336	-.630	1.441	1.566
人际交往	-.423	1.196	-.465	1.264	-.779	1.322	3.572*
学习活动	-1.152	1.417	-1.017	1.433	-1.586	1.345	6.540**

同伴压力 均值	-1.061	.945	-.947	.998	-.1.376	.938	7.786***
------------	--------	------	-------	------	---------	------	----------

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

采用单因素的方差分析发现中职生的同伴压力在年级上存在显著差异,并且在违纪行为、异性交往、家庭活动、人际交往及学习活动五个维度上均存在显著差异。在事后多重比较中可以看出,对于同伴压力的均值,中职三年级学生显著高于中职一、二年级学生($p<0.001$)。在违纪行为、异性交往、家庭活动、人际交往和学习活动三个维度上,中职三年级学生感受到的压力显著高于中职一年级学生和二年级学生($p<0.01, p<0.01, p<0.01, p<0.05, p<0.01$)。在课余活动维度上,中职生各年级差异不显著。

3.2.3 中职生心理弹性在人口变量学上的差异分析

3.2.3.1 中职生心理弹性的性别差异

采用独立样本 t 检验对中职生的心理弹性总分及坚韧性、力量性和乐观性各维度在性别差异上进行分析,结果如表 9 所示。

表 9 中职生心理弹性总分及各维度在性别上的差异分析

	男 (n=208)		女 (n=238)		t
	M	SD	M	SD	
心理弹性总分	61.620	16.520	54.331	15.470	4.809***
坚韧性	2.475	.769	2.161	.710	4.486***
力量性	2.588	.687	2.312	.686	4.223***
乐观性	2.186	.721	1.935	.673	5.788***

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

结果表明,心理弹性总分在性别上存在显著性差异($p<0.001$),男生心理弹性总分明显高于女生;坚韧性、力量性、乐观性三个维度在性别上也存在显著性差异($p<0.001$),男生在各维度的得分明显高于女生。

3.2.3.2 中职生心理弹性的年级差异

采用单因素方差分析对中职生的心理弹性总分及各维度在年级上分析,首先进行方差齐性检验,检验后得到的数据都大于 0.05,表明齐性显著,可以进行方差检验,结果如表 10 所示。

表 10 中职生心理弹性的年级差异分析

	一年级 (n=162)		二年级 (n=136)		三年级 (n=148)		<i>F</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
心理弹性	58.494	15.607	58.331	17.703	56.345	15.897	.798
坚韧性	2.364	.728	2.319	.808	2.235	.729	1.161
力量性	2.430	.657	2.484	.766	2.441	.683	.382
乐观性	2.080	.655	2.079	.772	1.995	.698	.712

结果表明，中职生心理弹性及各维度在年级上不存在显著性差异（ $p>0.05$ ）。

3.3 中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖的关系

3.3.1 中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖的相关分析

3.3.1.1 中职生同伴压力与手机依赖的关系

对同伴压力和手机依赖进行相关性分析，结果如表 11 所示。

表 11 中职生同伴压力和手机依赖间的相关系数表

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1											
2	.403**	1										
3	.605**	.471**	1									
4	.320**	.650**	.437**	1								
5	.249**	.622**	.377**	.520**	1							
6	.448**	.628**	.632**	.620**	.454**	1						
7	.677**	.812**	.780**	.791**	.691**	.811**	1					
8	.213**	.260**	.233**	.341**	.252**	.313**	.355**	1				
9	.333**	.254**	.329**	.292**	.219**	.359**	.393**	.768**	1			
10	.190**	.139**	.219**	.200**	.135**	.286**	.255**	.669**	.574**	1		
11	.276**	.324**	.290**	.315**	.279**	.310**	.394**	.754**	.701**	.581**	1	
12	.286**	.281**	.302**	.336**	.256**	.362**	.401**	.941**	.881**	.788**	.858**	1

注：* $p<0.05$ ，** $p<0.01$ ，*** $p<0.001$ ，1=违纪行为，2=异性交往，3=家庭活动，4=课余活动，5=人际交往，6=

学习活动, 7=同伴压力均分, 8=戒断症状, 9=突显行为, 10=社交抚慰, 11=心境改变, 12=手机依赖总分

结果表明, 中职生同伴压力与手机依赖存在显著相关性, 具体关系如下: 中职生同伴压力总分与手机依赖总分呈正相关; 中职生同伴压力的违纪行为维度与手机依赖的突显行为维度呈正相关; 中职生同伴压力的异性交往维度与手机依赖总分及各维度呈正相关; 中职生同伴压力的家庭活动维度与手机依赖的总分及各维度呈正相关; 中职生同伴压力的课余活动维度与手机依赖的总分及各维度呈正相关; 中职生同伴压力的人际交往维度与手机依赖的总分及各维度呈正相关; 中职生同伴压力的学习活动维度与手机依赖的总分及各维度呈正相关。

3.3.1.2 中职生心理弹性与手机依赖的关系

对心理弹性和手机依赖进行相关性分析, 结果如表 12 所示。

表 12 中职生心理弹性和手机依赖间的相关系数表

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	1								
2	.772**	1							
3	.525**	.588**	1						
4	.954**	.906**	.688**	1					
5	.002	-.089	.065	-.018	1				
6	-.008	-.105*	.081	-.027	.768**	1			
7	-.014	-.081	.064	-.025	.669**	.574**	1		
8	-.022	-.116*	.041	-.046	.754**	.701**	.581**	1	
9	-.010	-.110*	.073	-.031	.941**	.881**	.788**	.858**	1

注: * $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$, 1=坚韧性均分, 2=力量性均分, 3=乐观性均分, 4=心理弹性总分, 5=戒断症状, 6=突显行为, 7=社交抚慰, 8=心境改变, 9=手机依赖总分

结果表明, 中职生心理弹性的力量性维度与手机依赖及突显行为维度、心境改变维度得分存在显著负相关。而心理弹性总分及坚韧性、乐观性维度得分与手机依赖总分及其各维度得分不存在显著相关。

3.3.1.3 中职生同伴压力和心理弹性的关系

对同伴压力和心理弹性进行相关性分析, 结果如表 13 所示。

表 13 中职生同伴压力和心理弹性间的相关系数表

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	1										

结果表明, 中职生同伴压力的均分及各维度和心理弹性的三个维度之间存在显著相关关系, 具体体现为: 同伴压力均分与心理弹性总分呈显著负相关, 与坚韧性、力量性维度得分呈显著负相关, 与力量性维度呈显著负相关; 同伴压力异性交往、家庭活动、课余活动和学习活动维度与心理弹性的坚韧性维度和力量性维度都呈显著负相关。同伴压力违纪行为维度与心理弹性的乐观性维度呈显著正相关。

3.3.2.1 中职生同伴压力对手机依赖的回归分析

表 14 中职生同伴压力对手机依赖的回归分析

预测变量	因变量	Beta	R ²	<i>F</i>
同伴压力	手机依赖	.346	.119	60.245***

结果表明，回归系数 Beta 值有显著性水平 ($P<0.001$)，预测系数为 11.9%，说明同伴压力对手机依赖有较好的正向预测作用。

以中职生心理弹性的力量性维度为预测变量,手机依赖作为因变量进行回归分析,结果如表 15 所示。

表 15 中职生心理弹性对手机依赖的回归分析

预测变量	因变量	Beta	R ²	F
力量性	手机依赖	-.110	.092	5.427*

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

结果表明, 回归系数 Beta 值有显著性水平 ($P<0.05$), 预测系数为 9.2%, 说明心理弹性力量性维度对手机依赖有较好的负向预测作用。

3.3.3 心理弹性对同伴压力和手机依赖的中介效应检验

为了进一步研究中职生同伴压力、心理弹性与手机依赖三者之间的关系, 并进一步探明心理弹性在同伴压力和手机依赖的两者之间的作用, 及验证本研究所提出的假设: 心理弹性是同伴压力和手机依赖之间的中介变量, 做出以下检验分析。

采用中介效应检验对三个变量进行了检验, 中介效应检验的前提是自变量 (X)、中介变量 (M) 和因变量 (Y) 三者之间存在显著的相关。本研究中自变量 (X) 是同伴压力, 中介变量 (M) 是心理弹性, 因变量 (Y) 是手机依赖, 由于在相关性研究中显示中职生同伴压力、心理弹性的力量性因子与手机依赖的存在显著相关, 符合中介效应检验的条件。为此, 依照中介效应检验程序, 对本研究所提出的假设: 心理弹性在中职生同伴压力和手机依赖之间的中介效应进行检验。结果显示, 模型拟合效果良好, 各项拟合指数如下: $\chi^2/df=3.255$, $RMSEA=0.071$, $GFI=0.932$, $AGFI=0.897$, $NFI=0.932$, $CFI=0.952$ 。模型中的各路径系数都达到显著水平 (见图 1), 同伴压力和心理弹性 (力量性) 均对手机依赖有直接效应, 其路径系数的标准化估计值分别为 0.41 和 -0.03。中职生同伴压力通过心理弹性 (力量性) 对手机依赖有间接效应, 其大小为 0.006, 中介效应占总效应的比例为 1.4%, 这说明心理弹性 (力量性) 在同伴压力与手机依赖之间起到部分中介作用。

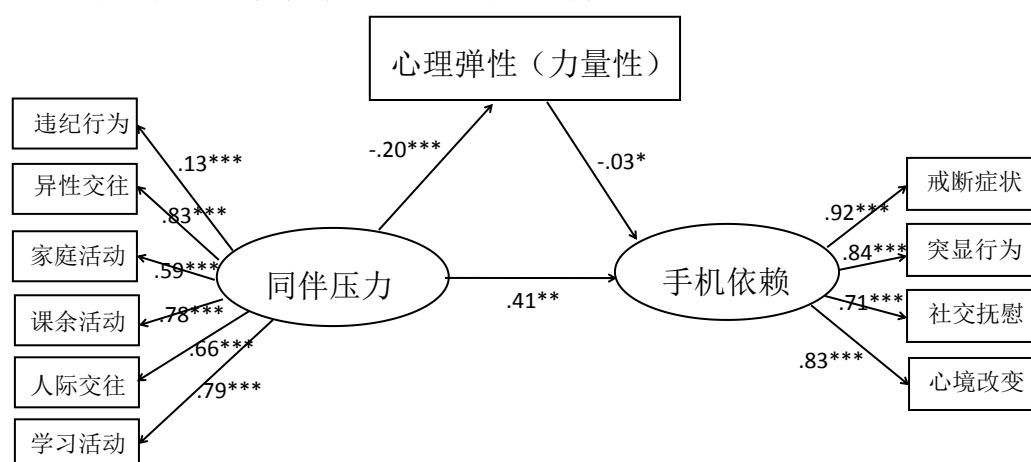


图 1 心理弹性在中职生同伴压力和手机依赖之间的中介模型

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$

第四章 讨论

本研究主要探讨了中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖三者的关系，并探讨了心理弹性在中职生同伴压力和手机依赖之间的中介作用。结果发现中职生同伴压力、心理弹性（力量性）和手机依赖都显著相关，与已有的研究结论基本一致但又存在不同。中职生同伴压力对手机依赖不仅有直接影响，而且通过心理弹性（力量性）间接的影响手机依赖。

4.1 中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖的总体情况

本研究对中职生的同伴压力总体水平和各维度进行了调查分析，结果显示中职生在整体上会感受到一定的同伴压力且同伴压力方向呈一致性，但在各维度所感受的压力强度的不同，说明中职生受到来自家庭、学校和社会各方面的关注度强弱不同，依次是违纪行为、家庭活动、学习活动、异性交往、人际交往和课余活动。中职生同伴压力在性别上存在显著差异，女生得分显著高于男生，这可能与女生自身的心理发展特点有关，女生较男生而言，她们本身就具有更强的同伴压力敏感性，因此女生更容易受同伴群体影响。中职生同伴压力在年级上也存在显著差异，三年级学生得分显著高于一、二年级学生，究其原因可能是因为三年级学生在面对即将步入社会和升学的双重压力下，同伴群体作为他们的重要社会支持在思想和行为方面发挥着重要的作用。

在对中职生的心理弹性总体水平和各维度的调查分析中，可以看出中职生心理弹性水平居中偏高。中职生的心理弹性在性别上存在显著差异，男生得分显著高于女生，这可能因为男生在面对压力或逆境时较女生更倾向于选择外部疏导机制来缓解压力，同时男生性格相对豁达，因此男生心理弹性水平相对较高，但在年级上不存在显著差异。

在对中职生的手机依赖总体情况和各维度的调查分析中，发现中职生手机依赖水平居中。中职生手机依赖在性别上存在显著差异，男生得分显著高于女生，说明男生较女生更多的存在手机依赖现象，这可能是因为男生对技术性更敏感，愿意探索新事物，对手机层出不穷的新功能他们乐于探索体验，进而更容易依赖手机。中职生手机依赖在开始使用手机时间上存在显著差异，使用手机时间越早越高，其手机依赖得分越高。因为学生开始使用手机时间较早，其自控能力较弱，面对手机丰富的内容更易迷恋而出现手机依赖。

4.2 中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖的关系

4.2.1 中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖的相关分析

本研究发现，中职生的同伴压力、心理弹性和手机依赖三个变量之间存在显著相关关系：同伴压力和手机依赖之间存在显著正相关；同伴压力和心理弹性之间存在显著负相关；心理弹性和手机依赖之间存在显著负相关。

本研究发现，中职生同伴压力对手机依赖有正向预测作用，也就是说，个体感受到的同伴压力强度越大，手机依赖程度越强。已有的研究表明同伴压力对个体某种不良行为的产生有直接影响作用，例如个体的行为、态度和价值观。在张锦涛等的关于同伴网络过度使用行为和态度、网络使用同伴压力与大学生网络成瘾的关系的研究中也得到证实，网络成瘾者能感知到更大的同伴影响，这与本研究结论存在一致性。

中职生正处于心理活动最复杂多变、心理矛盾和冲突最强烈的时期，心理和行为在很大程度上受到同伴的影响，已有研究表明中职生心理弹性与良好的同伴关系呈显著正相关，与消极的同伴关系呈显著负相关。而同伴压力是同伴关系中产生的一种压力，因此同伴压力与心理弹性存在一定的相关性。本研究发现，中职生同伴压力与心理弹性及坚韧性维度和力量性维度呈显著负相关；同伴压力异性交往、家庭活动、课余活动和学习活动维度与心理弹性的坚韧性维度和力量性维度都呈显著负相关。个体心理弹性水平越高，感受的同伴压力越低。

本研究发现，中职生心理弹性的力量性维度与手机依赖总分及突显行为和心境改变维度存在显著相关性且是负相关。个体心理弹性水平越高，表现出的手机依赖程度越低。这与已有研究结论整体一致，但又存在个别差异。张松梅和王小辉的相关研究都表明心理弹性及各维度与手机依赖存在显著负相关。而本研究认为，个体心理弹性（力量性）越好，对抵抗手机吸引力的力量越强，对手机依赖程度会越低。

4.2.2 中职生心理弹性在同伴压力与手机依赖的之间的中介作用

本研究发现，中职生心理弹性不仅与自变量同伴压力呈显著负相关，并且与因变量手机依赖也呈显著负相关。在本研究的中介结构模型中，中职生同伴压力对手机依赖总效应大于直接效应，说明中职生同伴压力对手机依赖存在一定的间接效应。三者的路径模式主要是同伴压力→手机依赖、同伴压力→心理弹性（力量性）→手机依赖，各路径的路径系数都达到显著水平（ $p<0.05$ ），心理弹性（力量性）在同伴压力对手机依赖的影响中存在中介作用。因为心理弹性（力量性）也是抗阻性，这

种抗阻性在应对同伴压力和抵抗手机吸引力时存在一定作用。也就是说，中职生心理弹性（力量性）在同伴压力与手机依赖中存在一定影响作用。同时证实了心理弹性（力量性）是同伴压力预测手机依赖的中介变量。

同时，本研究发现个体心理弹性（力量性）越强，会更有力量应对同伴压力，在遇到问题时会更好的做出相应的反应和应对，对于手机依赖的可能性就会更小。

第五章 结论与建议

5.1 结论

本研究通过《中学生同伴压力问卷》、《心理弹性量表》（CD-RISC）和《大学生手机成瘾倾向量表》问卷研究分析了中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖的现状三者之间的关系，对结论总结如下：

（1）中职生手机依赖呈中等水平，且在性别、开始使用手机时间上存在显著差异，其中男生得分高于女生，开始使用手机时间越早的学生越容易存在手机依赖现象。

（2）中职生同伴压力总分及各维度在性别和年级上存在显著差异，其中女生同伴压力得分显著高于男生，三年级学生同伴压力得分显著高于一、二年级学生。

（3）中职生的心理弹性总分及各维度在性别上存在显著差异，男生的得分显著高于女生；在年级上不存在显著差异。

（4）中职生同伴压力对手机依赖有正向预测作用，中职生心理弹性的力量性维度可以负向预测手机依赖。中职生心理弹性的力量性维度在同伴压力和手机依赖之间具有部分中介作用。

5.2 建议

通过研究探讨中职生同伴压力、心理弹性和手机依赖三者的关系，得出三者之间存在显著相关。我们可以根据三者的关系，可以从合理利用同伴压力的影响力和改善学生的心理弹性入手，整合现状对中职生手机依赖做调节改善。

第一，调整中职生的价值取向，发挥同伴正向的影响力，来降低手机依赖程度。本研究表明中职生的同伴压力是影响手机依赖的一个重要因素。中职生的价值取向基本都是偏正向的，同伴群里的影响也是更为积极。中职生有着他们特有的心理特点，他们的心理趋于成熟但还没有完全成熟，更容易受同伴的影响，同伴是中职生的生活学习的重要圈子，同伴的喜好行为会无形中影响同伴。通过改变影响同伴圈子里有号召力、影响力的学生使用手机的思想行为情况，来降低手机依赖程度。

第二，通过提高中职生心理弹性水平，来降低手机依赖的程度。本研究结果表明，中职生心理弹性是影响其手机依赖的另一个重要因素。中职生群体具有其特有的特质，他们对学业兴趣不高，但对学校以外的世界充满好奇，作为学生的他们所处的环境与内心世界期望出现冲突，面对不同的冲突压力会表现出不同的应对反应，

这也表现出个体不同的心理弹性水平。心理弹性水平越高，在面对压力时所受的影响就越小。父母、良师、益友在遇到挫折压力时的良好教导与引导，可以帮助学生学会如何面对挫折和压力，从而提高其心理弹性水平。在遇到同伴使用手机的负向压力时，良好的心理弹性水平会自动调整心理所感受到的压力，以降低手机依赖程度。

5.3 不足与展望

本研究只是对中职学生的同伴压力、心理弹性和手机依赖三个变量之间的关系初步探究，还有很多不足之处。

（1）本研究的人口学变量只考虑了有限的几个因素，还有很多人口学变量如是否独生子女、是否住校生、是否离异家庭等并未进行探讨。

（2）由于地域限制和人际关系的局限，本研究只考虑了研究者所在城市和能联系到的几所中职学校，被试涵盖的范围较小。

（3）本研究采用的研究工具都是自评式量表，所以收集到的数据很容易因为被试的答题态度和环境等主观和客观原因出现偏差，进而会使研究也存在一些误差。

（4）如果能在今后的研究中扩大研究范围，可以尝试做对比研究和纵向研究，将会使研究更深入。

参考文献

- [1]师建国.手机依赖综合征[J].临床精神医学杂志,2009,2,138-139.
- [2]丁园园,姚本先.大学生手机短信消费心理研究[J].中国医学伦理学,2009,4,64-65.
- [3]韩登亮,齐志斐.大学生手机成瘾症的心理学探析[J].当代青年研究,2005,12,34-38.
- [4]HaJH,ChinB,ParkDH,etc.Characteristics of excessive cellular phone use in Korean adolescents[J]. CyberPsychology&Behavior,2008,6,783-784.
- [5]徐华,吴玄娜,兰彦婷等.大学生手机依赖量表的编制[J].中国临床心理杂志,2008,1,26-27.
- [6]徐华,吴玄娜,兰彦婷等.大学生手机依赖量表的编制[J].中国临床心理学杂志,2008,1,26-27.
- [7]Woong Ki Park. Mobile phone dependence and health-related lifestyle of university students[J]. Social Behavior and Personality:an international journal,2006,10,1277-1284.
- [8]Leung L.Leisure boredom sensation seeking self-esteem addiction.Mediated interpersonal communication[M],2008,359.
- [9]徐华,吴玄娜,兰彦婷等.大学生手机依赖量表的编制[J].中国临床心理学杂志,2008,1,26-27.
- [10]熊婕,周宗奎,陈武,游志麒,翟紫艳.大学生手机成瘾倾向量表的编制[J].中国心理卫生杂志,2012,3,222-225.
- [11]邓亚兵,罗小兵,刘炼,王斌.中职生手机依赖与体育锻炼的关系[J].湖北体育科技,2013,12,1047-1050.
- [12]Nylund,R.&Leszczynski D.Mobile phone radiation causes changes in gene and protein expression in human endothelial cell lines and the response seems to be genome and proteome dependent.Proteomics[J],2006,17,769-4780.
- [13]Park,W.K.(2003).The mobile phone addiction among Korean college students[J].Korean Soc Journalism Commun Stud,2003,2,250-281.
- [14]Thome S,Eklöf M,Gustafsson E,etal. Prevalence of perceived stress,symptoms of depression and sleep disturbances in relation to information and communication technology (ICT) use among young adults an explorative prospective study[J].Comput Human Behav,2007,3,1300-1321.

- [15]Yang YS,Yen JY,Ko CH,etal. The association between problematic cellular phone use and risky behaviors and low selfesteem among Taiwan ese adolescents[J].BMC Public Health,2010,1,217.
- [16]Thome S,Harenstam A,Hagberg M. Mobile phone use and stress,sleep disturbances,and symptoms of depression among young adults a prospective cohort study[J]. BMC Public Health,2011,1,66.
- [17]Mizuko Ito & Okabe Daisuke.Mobile phones Japanese youth and the replacement of social contact[J].EASTS,2009,1,147.
- [18]Igarashi T,Motoyoshi T,Takai J,etal. No mobile,no life:Self perception and text message dependency among Japanese high school students[J].Computers in Human Behavior,2008,5,2311-2324.
- [19]梁娜,杨烁.80 后大学生的手机依赖程度调查报告[J].东南传播, 2009,3,99-101.
- [20]黄靖茵,刘江美,胡燕红等.广东省大学生手机短信使用情况及其与气质类型的关系[J].中国学校卫生,2010,5,550-551.
- [21]王欢,黄海,吴和鸣.大学生人格特征与手机依赖的关系: 社交焦虑的中介作用[J].中国临床心理学杂志,2014,22,3.
- [22]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,2012,1,66-69.
- [23]王小辉.中学生手机依赖现状及社会支持、社会适应性的关系研究[D].福建师范大学,2011.
- [24]刘文俐,蔡太生.社会支持与大学生手机依赖倾向的关系: 孤独的中介作用[J].中国临床心理学杂志,2015,5,926-928.
- [25]邓兆杰,黄海,桂娅菲,牛露颖,周春燕.大学生手机依赖与父母教养方式、主观幸福感的关系[J].心理卫生评估,2015,1,68.
- [26]李霏.同伴压力研究述评[J].校园心理,2016,8,4.
- [27]甘红樱,苏焕.中小学生同辈群体压力的引导[J].教学与管理,2011,11,71.
- [28]武朝明.论青少年同辈群体压力的引导[J].学校党建与思想教育,2009,24,89.
- [29]李霏.中学生的同伴压力: 结构、特点及影响研究[D].福建师范大学,2012,20.
- [30]F·赖斯,多金,桑标等.青春期: 发展、关系和文化[M].陆洋,林磊,陈菲译.上海人民出版社,2009,36-38.
- [31]张锦涛,陈超,刘凤娥,邓林园,方晓义.同伴网络过度使用行为和态度、网络使用同

- 伴压力与大学生网络成瘾的关系[J].心理发展与教育,2012,6,634-640.
- [32]田录梅,夏大勇,李永梅,单楠,刘翔.积极同伴压力、自尊对青少年不同冒险行为的影响[J].心理发展与教育,2016,3,349-357.
- [33]Connor, K. M., & Davidson, J. R. T.. Development of new resilience scale: The ConnorDavidson Resilience scale (CD -RISC)[J] . Depression and Anxiety ,2003,2, 76-83.
- [34]黄洁, 张慧勇, 商士杰. 心理弹性对大学生心理应激与心理健康关系的中介作用[J]. 心理与行为研究, 2014,6,813-818.
- [35]WernerE.E.Resilience in development[J].American Psychological society.1995.
- [36]Masten,A.S.Ordinary magic:resilience processesin development[J].American Psychologist,2001,56,227-238.
- [37]佚名 .American Psychology Association Help Center:The road to resilience:What is resilience[OL]. <http://www.apahelpcenter.org/featuredtopics/feature.php?id=6&ch=2>:2002.
- [38]YuXN,ZhangJX.Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor Davidson Resilience Scale(CD-RISC) with Chinese people[J].Social Behaviorand Personality ,2007,1,19-30.
- [39]蔡颖,梁宝勇,周亚娟.中学生的升学考试压力、心理弹性与压力困扰的关系[J].中国临床心理学杂志,2010,2,179-182.
- [40]Rutter M.Protective factors in children's responses to stressand disadvantage[J].Primary Prevention of Psychopathology: Social competencein children,1979,49-74.
- [41]Anthony EJ.The syndrome of the psychologically invulnerable child[J].The child in his family.NewYork:Wiley,1974,529-530.
- [42]李晓文,孙晓玲.青少年理想自我表征的丰富性及其调节作用研究[J].心理发展与教育,2005,4,46-51.
- [43]王坚杰,张洪波,许娟.合肥市小学生心理韧性与社会支持的关系[J].中国心理卫生杂志,2007,3,162-164.
- [44]孙晓玲,李晓文,吴明证.青少年自我复杂性的测量及其压力缓冲作用探讨[J].心理学报,2006,5,751-761.
- [45]Werner E E,Smith R S.Overcoming the odds:High risk children from birth to

- adulthood[M].Cornell University Press,1992,55-82.
- [46]Garmezy N.Resiliencein children's adaptation to negative life events and stressed environments[J].Pediatric Annals,1991,20,459-466.
- [47]孙仕秀,范方,郑裕鸿,朱清,陈世键,张露,覃滢云.青少年创伤后应激障碍症状与父母教养方式的关系:心理弹性的中介作用[J].中国临床心理学杂志,2012,4,502-509.
- [48]蔡颖,梁宝勇,周亚娟.中学生的升学考试压力、心理弹性与压力困扰的关系[J].中国临床心理学杂志,2010,2,180-182.
- [49]张月云.论同辈群体对中职生的影响及对策[D].河北师范大学,2007.
- [50]余晓霞.中职生心理弹性、生活满意度与同伴关系的关系研究[D].广西师范大学,2017.
- [51]潘瑾.流动儿童的同伴侵害、心理弹性与内化问题行为:一项交叉滞后研究[D].北京师范大学,2012.
- [52]袁竞驰,于芳荣,田录梅.感觉寻求、同伴压力对高中生烟酒使用的影响[J].心理发展与教育,2016,4,486-494.
- [53]王小辉.中学生手机依赖现状及与社会支持、社会适应性的关系研究[D].福建师范大学,2011.
- [54]张海松.中职生自我接纳、心理弹性与手机依赖的相关研究[D].河北师范大学,2013.
- [55]李霏.中学生的同伴压力:结构、特点及影响研究[D].福建师范大学,2012.
- [56]Yu XN,Zhang JX.Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale(CD-RISC) with Chinesepeople[J].Social Behavior and Personality,2007,1,19-30.
- [57]蔡颖,梁宝勇,周亚娟.中学生的升学考试压力、心理弹性与压力困扰的关系[J].中国临床心理学杂志,2010,2,179-182.

附 录

第一部分 基本信息

1. 你的性别是？

男 女

2. 你现在是那个年级？

高一 高二 高三

3. 你是什么时候开始使用手机的？

小学阶段 初中阶段 高中阶段

4. 你的手机来源？

父母买的 别人送的 自己兼职挣钱买的 其它

第二部分

以下问题是关于同伴压力的调查，即你的朋友鼓励你去做某些事或不做某些事的时，你所感受到的压力。请你仔细阅读每个问题的两种不同表述，并先确定大部分情况下你的朋友最鼓励你做的是左边的事还是右边的事，并打“√”。然后依据你朋友鼓励你去做这件事的程度（很少、一些、许多），在相应的程度栏里标上“√”。

下面，开始测试，请认真对待，如实填写自己的真实情况，记住每对表述只填一个“√”。

我的朋友鼓励我做这些事，且压力程度。	许多	一些	很少	没有压力	很少	一些	许多	我的朋友鼓励我做这些事，且压力程度。
不破坏公物	3	2	1	0	-1	-2	-3	破坏公物
吸烟	3	2	1	0	-1	-2	-3	不吸烟
不服用致瘾药物	3	2	1	0	-1	-2	-3	服用致瘾药物
对父母言听计从	3	2	1	0	-1	-2	-3	违背父母的意愿
不偷任何东西	3	2	1	0	-1	-2	-3	偷东西
回击长辈或对其不礼貌	3	2	1	0	-1	-2	-3	对长辈表现出尊重
忽视你父母让你做的事	3	2	1	0	-1	-2	-3	做父母让你做的事
不让你的父母知道你去	3	2	1	0	-1	-2	-3	告诉父母你去哪、要做

哪、要做什么								什么
喝醉	3	2	1	0	-1	-2	-3	不喝醉
不参与家庭活动	3	2	1	0	-1	-2	-3	参与家庭活动
上课聊天、捣乱	3	2	1	0	-1	-2	-3	认真听课
玩手机	3	2	1	0	-1	-2	-3	不玩手机
去 KTV	3	2	1	0	-1	-2	-3	不去 KTV
花钱，奢侈的	3	2	1	0	-1	-2	-3	不花钱，节约的
作紧跟潮流的人	3	2	1	0	-1	-2	-3	不作紧跟潮流的人
与异性发生亲密行为	3	2	1	0	-1	-2	-3	不与异性发生亲密行为
与异性一同出去玩	3	2	1	0	-1	-2	-3	不与异性一同出去玩
抄作业	3	2	1	0	-1	-2	-3	独立完成作业
做能给异性留下印象的事	3	2	1	0	-1	-2	-3	尽量不吸引异性的注意
捉弄同学（如取绰号等）	3	2	1	0	-1	-2	-3	不捉弄同学
欺负同学	3	2	1	0	-1	-2	-3	不欺负同学
共同排挤不喜欢的人	3	2	1	0	-1	-2	-3	不排挤任何人
不参加学校或班级的集体活	3	2	1	0	-1	-2	-3	积极参加学校或班级的集体活
谈恋爱	3	2	1	0	-1	-2	-3	不谈恋爱
去网吧	3	2	1	0	-1	-2	-3	不去网吧
参与作弊	3	2	1	0	-1	-2	-3	不参与作弊

第三部分

下表是用于评估心理弹性水平的自我评定量表。请根据过去一个月您的情况，对下面每个阐述，选出最符合你的一项。注意回答这些问题没有对错之分。

项目	完全不是	很少	有时	经常	总是
我能适应变化					
我有亲密、安全的关系					
有时，命运或上帝能帮忙					
无论发生什么我都能应付					
过去的成功让我有信心面对挑战					

我能看到事情幽默的一面					
应对压力使我感到有力量					
经历艰难或疾病后，我往往会很快恢复					
事情发生总是有原因的					
无论结果怎样，我都会尽自己最大努力					
我能实现自己的目标					
当事情看起来没什么希望时，我不会轻易放弃					
我知道去哪里寻求帮助					
在压力下，我能够集中注意力并清晰思考					
我喜欢在解决问题时起带头作用					
我不会因失败而气馁					
我认为自己是个强有力的人					
我能做出不寻常的或艰难的决定					
我能处理不快乐的情绪					
我不得不按照预感行事					
我有强烈的目的感					
我感觉能掌控自己的生活					
我喜欢挑战					
我努力工作以达到目标					
我对自己的成绩感到骄傲					

第四部分

对下面每一项，请根据你的实际情况进行评价。

项目	非常不符	不太符合	一般	比较符合	非常符合
一段时间没有带手机我会马上去查阅是否有短信 / 未接来电					
我宁愿选择手机聊天，不愿直接面对面交流					
在等人的时候我总是频繁打手机问对方身					

在何处， 如果不打就焦急难耐					
如果很长时间没用手机， 我会觉得难受					
课堂上， 我会因为电话或短信而不能专心听讲					
如果没有手机我会感到孤独					
用手机与他人交流时， 我感到更自信					
一段时间手机铃声不响， 我会感到不适应，并下意识看一下手机是否有未接电话 / 短信					
我经常有 “我的手机铃声响了 / 我的手机在震动” 的幻觉					
电话多短信多我会觉得生活更充实					
我经常害怕手机自动关机					
手机是我的一部分， 一旦减少， 就觉得失去了什么似的					
同学朋友常说 I 太过依赖手机					
当手机经常连不上线、收不到信号时， 我会焦虑并且脾气变得暴躁起来					
课堂上， 我会经常主动把注意力集中在手机上而影响听课					
我觉得用手机跟他人交流更舒适					

致 谢

论文搁笔许久，一直忙碌于工作，在学生毕业工作量减少之际奋力攻克论文。在这论文即将完成之际，我谨向所有关心、爱护、帮助过我的人表示最真挚的感谢与最美好的祝愿。

本论文是在高玲导师的悉心指导下完成的。高老师以她敏锐的洞察力、渊博的知识、严谨的治学态度、精益求精的工作作风和对科学的献身精神给我留下了深刻的印象，这些都使我受益匪浅，并将成为我献身教育事业的动力。

同时，我要感谢所有教导过我、关心过我的老师。你们为我的学业倾注了大量心血，你们为人师表的风范令我敬仰，严谨治学的态度令我敬佩。还要感谢我们班的每一位同学，感谢大家在学业上给予我的帮助。同窗之谊，我将终生难忘！

最后，衷心地感谢为评阅本论文而付出宝贵时间和辛勤劳动的专家和教授们！

个人简况及联系方式

个人简况：

姓名：王爱爱

性别：女

籍贯：山西省吕梁市岚县

个人简历：

学习经历：200609-201007 九江学院

201603-201810 山西大学教育科学学院

工作经历：201009-201602 石楼县龙交乡中心学校

201603-至今 岚县高级职业中学

联系方式：15234861723

电子邮箱：723985948@qq.com

承 诺 书

本人郑重声明：所呈交的学位论文，是在导师指导下独立完成的，学位论文的知识产权属于山西大学。如果今后以其他单位名义发表与在读期间学位论文相关的内容，将承担法律责任。除文中已经注明引用的文献资料外，本学位论文不包括任何其他个人或集体已经发表或撰写过的成果。

作者签名：

20 年 月 日

学位论文使用授权声明

本人完全了解山西大学有关保留、使用学位论文的规定，即：学校有权保留并向国家有关机关或机构送交论文的复印件和电子文档，允许论文被查阅和借阅，可以采用影印、缩印或扫描等手段保存、汇编学位论文。同意山西大学可以用不同方式在不同媒体上发表、传播论文的全部或部分内容。

保密的学位论文在解密后遵守此协议。

作者签名：

导师签名：

20 年 月