

大学生被动性社交网站使用与抑郁的关系：一项交叉滞后分析

朱丽娟, 彦廷鹤, 张守臣

(哈尔滨师范大学教育科学学院, 哈尔滨 150025)

【摘要】 目的:探讨大学生被动性社交网站使用与抑郁的因果关系。方法:采用被动性社交网站使用量表和抑郁量表对哈尔滨市两所大学的325名学生进行为期5个月的两阶段追踪调查,使用AMOS23.0进行交叉滞后回归分析。结果:被动性社交网站使用与大学生抑郁在两阶段的测量中均呈显著正相关($T_1 r=0.34$; $T_2 r=0.41$, $P_s<0.01$);大学生最初的抑郁水平能够预测5个月后的被动性社交网站使用水平($\beta=0.16$, $P<0.001$),但最初的被动性社交网站使用水平不能预测5个月之后的抑郁水平($\beta=0.01$, $P>0.05$)。结论:抑郁是大学生被动性社交网站使用的原因,而不是被动性社交网站使用导致的结果。

【关键词】 被动性社交网站使用; 抑郁; 交叉滞后分析

中图分类号: R395.2

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2021.01.013

The Relationship between Passive Social Network Site Use and Depression in College Students: A Cross-Lagged Analysis

ZHU Li-juan, YAN Ting-he, ZHANG Shou-chen

School of Education, Harbin Normal University, Harbin 150025, China

【Abstract】 Objective: To explore the direction of the relationship between passive social network site (SNS) use and depression. Methods: 325 college students from two universities in Harbin were recruited to complete the passive SNS use scale and depression scale in a 5-month follow-up study. Amos23.0 was used for cross-lagged regression analysis. Results: There was a significant and positive correlation between passive SNS use and depression of college students at both cross sectional levels ($T_1 r=0.34$; $T_2 r=0.41$, $P_s<0.01$). The cross-lagged analysis indicated that, after controlling for the correlation between passive SNS use and depression at time1 and time 2, depression at time1 positively predicted passive SNS use at time 2($\beta=0.16$, $P<0.001$), whereas passive SNS use at time1 could not predict depression at time 2($\beta=0.01$, $P>0.05$). Conclusion: The findings suggest that depression is a cause of passive SNS use rather than an outcome in college students.

【Key words】 Passive social network site use; Depression; Cross-lagged analysis

随着数字化进程的推进,以及手机等移动互联网终端的普及,社交网站和媒体在大学生的生活中扮演着越来越重要的角色,已经成为年轻人信息获取、线上交流的重要平台。在中国,以20-29岁年龄段为主的网民群体结构中,微信朋友圈、微博等典型社交网站的使用率达到了83.4%和42.3%,而在美国仅使用Facebook的年轻人就达到了80%^[1,2]。社交网站不仅有助于实时了解周围的环境动态,掌握实时资讯,也有利于便捷地建立和维持网络人际关系,提高线上社会支持,对大学生的社会适应起到助推作用^[2]。然而,研究表明社交网站是一把双刃剑,非理性的使用尤其是被动性使用可能会给个体带来一系列的负面影响,如降低幸福感、催生社交焦虑和错失焦虑、引发抑郁、导致睡眠质量下降等^[3-7]。被动

使用是指在没有直接交流的情况下浏览信息的行为,因其比主动性社交网站使用更为普遍,从而成为了当下研究关注的焦点^[8]。近年来,诸多研究发现其与抑郁之间存在密切关联,有结果表明被动性社交网站使用可导致抑郁^[3],但也有研究发现被动性社交网站使用可由抑郁引发^[8]。关键是此类研究多数为横断研究,难以揭示两者间的作用方向,因此有必要采用纵向研究进一步澄清该问题。

目前对于被动性社交网站使用和抑郁的作用方向问题仍然存在争论,时下主要有三种观点。第一种观点认为被动性社交网站使用可导致抑郁。根据替代假说,被动性社交网站使用者会将大量的时间用于浏览周围的信息和监控他人的动态,这会占用个体用于线下社会交往的时间,从而取代其它适应性活动,致使社会参与不足,社会联结被削弱,幸福感和归属感降低,最终导致抑郁^[9]。此外,被动性社交网站使用会使个体暴露于大量的信息环境中,而

【基金项目】 哈尔滨师范大学博士研究生创新基金资助项目(项目编号:HSDBCX2018-02)

通讯作者:张守臣, E-mail: zsc9669@163.com

他人呈现在网站上的信息往往存在一定的修饰性和夸大性,容易将个体置于上行社会比较的环境中,从而使个体产生嫉妒心理和受挫心理,抑郁水平可能会随之上升^[10]。基于此开展的横断研究发现,被动性社交网站使用能够显著预测个体的抑郁水平^[11]。目前国内尚未有研究直接考察被动性社交网站使用对抑郁的纵向影响,但类似研究发现,在Instagram上浏览照片和信息将导致1个月后的抑郁水平增加^[12]。也有研究表明随着时间的推移,使用社交媒体的时间并不能显著预测个体的抑郁水平,社交网站使用对个体抑郁的影响被夸大了^[13]。

第二种观点认为抑郁可引发被动性社交网站使用。认知行为模型认为心理社会失调会导致非适应性的认知(如认为可以通过上网解决问题),进而引起非适应性上网行为^[14]。据此可以认为,被动性社交网站使用代表了一种适应性的自我安慰,它能满足个体未得到满足的心理社会需求,帮助个体逃避或改变与潜在心理问题有关的不适感。因此,感到抑郁的大学生试图通过在线网站信息的浏览和观看来逃避或麻木现实生活中的痛苦体验,以求得暂时的心理安慰或心境缓和,其被动性社交网站使用行为可能更频繁^[15]。此外,由于抑郁者应对能力的低下和情绪调节功能的失调,使其更易发生适应不良的社会行为^[16],而基于社交网站使用的信息浏览行为具有成本低、即时性、跨时空性等特点,因此在大学生群体中表现更加凸显。基于此开展的横断研究发现,抑郁能够显著预测社交网站成瘾^[16]。目前国内尚未有研究直接考察抑郁对被动性社交网站使用的纵向影响,但德国一项纵向研究发现,对于青少年而言无论是在最初还是1年后,抑郁均与更多的Facebook信息浏览相关^[8]。

第三种观点认为,抑郁和被动性社交网站使用是交互影响的。抑郁的压力产生假说认为抑郁个体由于应对技能较差和情绪调节功能存在缺陷,更容易从事非适应的社会行为,如社交退缩、在线信息浏览等来逃避现实生活中的压力。这些行为会给抑郁个体的社交生活带来新的压力,而这反过来可能会加剧他们最初的抑郁^[17]。简而言之,抑郁个体由于非适应性的社会行为导致其社会关系或有意义的社交活动中出现认知和情感压力,进而使个体陷入抑郁循环^[8]。目前虽未有研究直接验证被动性社交网站使用与抑郁的双向影响关系,但相关研究为此提供了证据支持,如有研究发现问题性互连网络使

用与孤独感存在交互影响的纵向关系^[18]。按照该逻辑,孤独感和抑郁均属于不良情绪困扰,存在着密切联系,因此,被动性社交网站使用与抑郁也可能呈现交互影响的作用模式。

综上,目前多数研究均基于横断研究设计,难以澄清两者间的作用方向问题。本研究拟采用纵向研究在大学生群体中探讨两者的影响方向问题。基于文献回顾,我们提出假设H1:大学生抑郁水平能够预测随后的被动性社交网站使用水平;H2大学生被动性社交网站使用能够预测随后的抑郁水平。

1 对象与方法

1.1 被试

采用方便抽样,选取哈尔滨市2所公立本科院校大一至大三年级学生间隔5个月进行两次问卷调查。问卷首次施测时间为2019年2月,共获得有效施测人数为352人,第二次施测后剩余有效被试为325人,流失率为7.67%。有效被试中,首次施测时的年龄范围在18至22岁($M=19.56, SD=0.78$);包含男生154人(47.4%),女生171人(52.6%)。

1.2 研究工具

1.2.1 被动性社交网站使用量表 由刘庆奇等人修订^[19],为单维度结构,包含4个题目(如“浏览社交网站上汇总的动态信息”)。采用李克特1(从不)~5级(频繁)评分,总分越高表示被动性社交网站使用的程度越高。本研究中第一次和第二次测量的内部一致性信度分别为0.75和0.73。

1.2.2 抑郁量表 由龚栩等人修订^[20],包含7个题目(如“我感到忧郁沮丧”)。采用李克特0(从不)~3级(总是)评分,总分越高表示抑郁程度越高。本研究中第一次和第二次测量的内部一致性信度分别为0.83和0.81。

1.3 数据处理

采用SPSS 22.0计算变量的平均数、标准差和积差相关系数。使用AMOS23.0构建交叉滞后模型,并对模型的显著性和拟合程度进行分析。

1.4 共同方法偏差检验

采用Harman单因素检验法对交叉滞后分析模型中包含的研究变量进行验证性因素分析。结果表明,单因子结构模型的整体拟合情况较差($\chi^2/df=43.86, NFI=0.74, IFI=0.74, TLI=0.22, CFI=0.74, RMSEA=0.364$),说明本研究不存在明显的共同方法偏差。

2 结 果

2.1 初步分析

平均值、标准差、主要变量间的相关系数以及重复测量的方差分析,结果见表1。结果表明,被动性社交网站使用和抑郁无论是在同时间点的测量中还

是在跨5个月的测量中均呈现显著的正相关;同时,前后测被动性社交网站使用和前后测抑郁水平均呈显著正相关。此外,结果还显示,大学生抑郁的增加幅度较为稳定,被动性社交网站使用的上升幅度达到了显著水平。

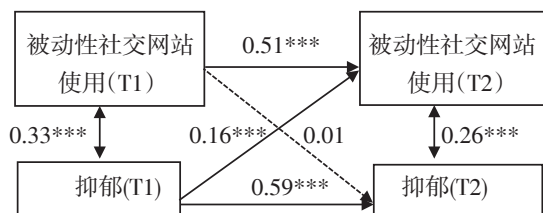
表1 主要变量的初步分析($n=325$)

| 变量 | M | SD | 1 | 2 | 3 | F | P | η^2 |
|-----------------|------|------|--------|--------|--------|-------|-------|----------|
| 1.抑郁(T1) | 0.95 | 0.54 | - | | | 0.05 | 0.82 | 0.000 |
| 2.抑郁(T2) | 0.96 | 0.51 | 0.59** | - | | | | |
| 3.被动性社交网站使用(T1) | 2.63 | 0.79 | 0.34** | 0.22** | - | 10.15 | 0.002 | 0.030 |
| 4.被动性社交网站使用(T2) | 2.80 | 0.76 | 0.37** | 0.41** | 0.57** | | | |

注:** $P<0.01$,后三列为重复测量方差分析数据。

2.2 被动性社交网站使用和抑郁的交叉滞后分析

在AMOS23.0中建构被动性社交网站使用和抑郁的交叉滞后回归模型。结果表明,自回归路径中,T1的被动性社交网站使用能够正向预测T2的被动性社交网站使用;T1的抑郁水平能够预测T2的抑郁水平。交叉滞后回归路径中,T1的抑郁能够预测T2的被动性社交网站使用,但T1的被动性社交网站使用并不能预测T2的抑郁水平(见图1)。



注:为简化模型,图中未呈现残差项;*** $P<0.001$ 。

图1 被动性社交网站使用和抑郁的交叉滞后分析

3 讨 论

本研究采用间隔5个月的纵向设计发现,大学生抑郁水平和被动性社交网站使用水平在前后两次测量间呈现中等程度的相关,表明两者存在一定程度的跨时间稳定性。此外,本研究还发现大学生抑郁和被动性社交网站使用最初的基线水平能够分别正向预测5个月后的抑郁水平和被动性社交网站使用水平,尤其是被动性社交网站使用,在5个月内就发现了显著的恶化现象,使用的程度显著增加。说明被动性社交网站使用有可能像网络游戏成瘾一样,最终演变为成瘾问题。

本研究发现大学生最初的抑郁水平能够正向预测5个月后的被动性社交网站使用水平。该结果验证了假设1,且与Scherr的结论较为一致^[8],同时也支

持了网络补偿理论^[14]。处于抑郁状态的大学生内心充满了无聊感和倦怠感,缺乏与他人主动交流和沟通的积极性,因此可能会借助现代化的移动互联网网站通过浏览更新的信息,查看他人更新的状态等被动性社交网站使用行为,以逃避这种消极的情绪体验,缓解内心的空洞感^[15]。另外,由于抑郁水平较高的大学生本身意志控制的能力也存在不足,所以寻求建设性策略解决内心消极状态的动机较弱,更可能以自发的形式被动地使用社交网站进行非理性的逃避和应对^[16]。本结果同Scherr等人的研究结论一致^[8],抑郁水平不仅导致个体在Facebook上产生更多信息浏览行为,在其他社交网站中也存在类似的被动性使用行为。本结果还拓展了Scherr等人的研究结论,表明抑郁对被动性社交网站使用的影响可能具有跨文化稳定性,是一种普遍的作用机制。

本研究还发现大学生最初的被动性社交网站使用水平对5个月后的抑郁水平预测作用不显著,未能验证假设2,同时未能对置换假说和压力产生假说的观点提供证据支持^[9,17],说明被动性社交网站使用与抑郁之间不存在双向的影响关系,被动性社交网站使用不是导致抑郁的原因而是抑郁造成的结果。虽然有横断研究认为,被动性社交使用可能是抑郁产生的社会风险因素^[11,21],但在本研究中未支持这一看法。这表明,对于抑郁的形成而言,被动性社交网站使用并不是一个有力的解释因素,可能还有其他因素或混淆变量在起作用。这很符合抑郁症的临床观点,即心理健康被视为一种多因素综合征,没有任何一个压力源可能是抑郁症发作的唯一原因^[13]。类似的研究发现,在青少年中,随着时间的推移,没有发现社交媒体使用影响抑郁症状的证据,但抑郁症状却能够对个体的社交网站使用产生影响^[22]。

一项更长的纵向研究也发现,在社交媒体上花费的时间与8年时间里抑郁水平的增加无关^[13]。本研究结果与之类似,但今后应考虑缩短追踪研究的间隔时间,以便检验被动性社交网站使用是否会对抑郁状态产生短期影响。

参 考 文 献

- 1 中国互联网络信息中心, 2019. 第44次中国互联网络发展状况统计报告(2019年8月). 取自 http://www.cnnic.net.cn/hlwfzyj/hlwxzbg/hlwtjbg/201908/t20190830_70800.htm.
- 2 Macrynikola N, Miranda R. Active Facebook use and mood: When digital interaction turns maladaptive. *Computers in Human Behavior*, 2019, 97: 271-279
- 3 Wang HZ, Yang TT, Gaskin J, et al. The Longitudinal association between passive social networking site usage and depressive symptoms: The mediating role of envy and moderating role of life satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2019, 38(3): 181-199
- 4 Wang JL, Gaskin J, Rost DH, et al. The reciprocal relationship between passive social networking site (SNS) usage and users' subjective well-being. *Social Science Computer Review*, 2018, 36(5): 511-522
- 5 文湘漓, 刘耀中, 倪亚琨, 等. 被动性社交网络使用与在线社交焦虑: 有调节的中介模型. *中国临床心理学杂志*, 2019, 27(4): 754-757
- 6 李巾英, 马林. 被动性社交网站使用与错失焦虑症: 压力知觉的中介与乐观的调节. *心理科学*, 2019, 42(4): 949-955
- 7 杨邦林, 林谷洋, 严由伟. 被动性社交网络使用对硕士生睡眠质量的影响: 一个有调节的中介模型. *中国特殊教育*, 2018, (3): 83-90
- 8 Scherr S, Toma CL, Schuster B. Depression as a Predictor of Facebook Surveillance and Envy: Longitudinal Evidence from a Cross-Lagged Panel Study in Germany. *Journal of Media Psychology*, 2019, 31(4): 196-202
- 9 Kraut R, Patterson M, Lundmark V, et al. Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?. *American Psychologist*, 1998, 53(9): 1017
- 10 杨秀娟, 张晨艳, 周宗奎, 等. 被动性社交网站使用与抑郁: 自我概念清晰性的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2017, 25(4): 768-771
- 11 Escobar-Viera CG, Shensa A, Bowman ND, et al. Passive and active social media use and depressive symptoms among United States adults. *Cyber Psychology, Behavior, and Social Networking*, 2018, 21(7): 437-443
- 12 Frison E, Eggermont S. Browsing, posting, and liking on Instagram: The reciprocal relationships between different types of Instagram use and adolescents' depressed mood. *Cyber Psychology, Behavior, and Social Networking*, 2017, 20(10): 603-609
- 13 Coyne SM, Rogers AA, Zurcher JD, et al. Does time spent using social media impact mental health? An eight year longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, 2020, 104: 106160
- 14 Kardefelt-Winther D. A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior*, 2014, 31: 351-354
- 15 Rozgonjuk D, Levine JC, Hall BJ, et al. The association between problematic smartphone use, depression and anxiety symptom severity, and objectively measured smartphone use over one week. *Computers in Human Behavior*, 2018, 87: 10-17
- 16 Wegmann E, Stodt B, Brand M. Addictive use of social networking sites can be explained by the interaction of Internet use expectancies, Internet literacy, and psychopathological symptoms. *Journal of Behavioral Addictions*, 2015, 4(3): 155-162
- 17 Hammen C. Stress generation in depression: Reflections on origins, research, and future directions. *Journal of Clinical Psychology*, 2006, 62(9): 1065-1082
- 18 Jia Z, Wang Y, Yang Y, et al. Chinese university students' loneliness and generalized pathological Internet use: a longitudinal cross-lagged analysis. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 2018, 46(5): 861-870
- 19 刘庆奇, 牛更枫, 范翠英, 等. 被动性社交网站使用与自尊和自我概念清晰性: 有调节的中介模型. *心理学报*, 2017, 49(1): 60-71
- 20 龚栩, 谢熹瑶, 徐蕊, 等. 抑郁-焦虑-压力量表简体中文版(DASS-21)在中国大学生中的测试报告. *中国临床心理学杂志*, 2010, 18(4): 443-446
- 21 Twenge JM, Joiner TE, Rogers ML, et al. Increases in depressive symptoms, suicide-related outcomes, and suicide rates among US adolescents after 2010 and links to increased new media screen time. *Clinical Psychological Science*, 2018, 6(1): 3-17
- 22 Heffer T, Good M, Daly O, et al. The Longitudinal Association Between Social-Media Use and Depressive Symptoms Among Adolescents and Young Adults: An Empirical Reply to Twenge et al. *Clinical Psychological Science*, 2019, 7(3): 462-470

(收稿日期:2019-12-29)