

# 大学生社会支持对网络依赖的影响

## ——社交效能感的中介效应研究

### THE MEDIATING EFFECT OF SOCIAL EFFICACY ON THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND NETWORK DEPENDENCE AMONG COLLEGE STUDENTS

蓝乾栋<sup>1\*</sup>, 高益民<sup>2</sup>

Qiandong Lan<sup>1\*</sup>, Yimin Gao<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>泰国正大管理学院中国研究生院

<sup>1,2</sup>Chinese Graduate School, Panyapiwat Institute of Management, Thailand

Received: February 28, 2023 / Revised: September 23, 2023 / Accepted: November 3, 2023

#### 摘要

在信息时代中, 网络的普及率日益加深, 而大学生更是成为具有高度网络使用率的群体之一。大学生通过互联网查询资料、浏览信息、收发邮件、聊天交友、游戏娱乐、观看直播, 网络已然成为大学生学习的重要组成部分。但是, 网络在为大学生带来诸多方便的同时, 也引发很多大学生网络依赖甚至网络成瘾的问题。这一问题不仅对大学生个体的身心成长造成负面影响, 也成为广大高校乃至整个教育领域面临的一道现实管理难题。本研究在梳理总结学界相关研究的基础上, 运用了问卷调查法、统计分析法展开实证研究。以 H 高校在校大学生为研究对象, 回收有效问卷 502 份, 通过归因和中介作用分析, 验证了大学生社会支持对网络依赖有负向影响, 大学生社交效能感在社会支持对网络依赖的影响过程中起中介作用的理论假设, 构建了大学生社会支持、社交效能感、和网络依赖的中介模型。研究还从家庭、学校、社会以及学生个体的角度提出了降低大学生网络依赖, 培养正确上网观念的建议。

**关键词:** 大学生 社会支持 社交效能感 网络依赖

\*Corresponding Author: Qiandong Lan  
E-mail: 534285175@qq.com

## Abstract

In the information age, internet penetration is increasing day by day, and college students have become one of the groups with the highest rates of internet usage. They use the internet to search for information, browse content, send and receive emails, chat and make friends, play games, and watch live broadcasts. The internet has become an integral part of their academic and daily lives. However, while the internet brings significant convenience to college students, it also leads many to develop dependence or even addiction. This issue not only negatively affects their physical and mental development but also presents a practical management challenge for universities and the broader educational system. Drawing on a review of relevant domestic and international research, this study conducted empirical research using a questionnaire survey and statistical analysis. Using college students at H University as the sample, a total of 502 valid responses were collected. Regression and mediation analyses were employed to test the theoretical hypothesis that social support negatively affects internet dependence, and that social efficacy mediates the relationship between social support and internet dependence. As a result, a mediating model was established, linking college students' social support, social efficacy, and internet dependence. Based on this, the study offers suggestions from the perspectives of family, schools, society, and students themselves to help reduce internet dependence and foster a healthy and balanced approach to internet use.

**Keywords:** College Student, Network Dependence, Social Support, Social Efficacy

## 引言

互联网一出现便呈现出其强大的生命力和发展势头，使用人数几乎是以几何级数爆炸式的速度增长，并不断渗入人们工作、生活、学习的方方面面。根据第 50 次《中国互联网络发展状况统计报告》显示，截至 2022 年 6 月，中国网民规模为 10.51 亿，较 2021 年 12 月新增网民 1919 万，互联网普及率达 74.4%。

由于大学生群体自制力不强、社会阅历不足，并且不少大学生缺乏来自家庭、学校、社会足够的教育与引导，导致该群体对网络的依赖性高，甚至许多学生陷入网络成瘾的“沼泽”不能自拔。这一问题不仅对大学生个体身心成长造成负面影响，也成为广大高校乃至整个教育领域面临的一道现实管理难题。所以，进一步了解网络依赖的形成机制、探究其影响因素和干预方式，有助于正确引导大学生的上网行为，减少大学生对网络的依赖程度，保障学生身体、心理的健康成长，以培养出更多优秀的人才。

## 研究目的

本研究以教育学、管理学、心理学和社会学的基本理论为指导，在梳理和分析学界相关研究的基础上，通过定量的方法，提出了社会支持、社交效能感与网络依赖之间的

关系假设，构建了社会支持、社交效能感与网络依赖的中介模型，深入研究大学生社会支持对网络依赖的影响机制。研究还提出提高个体、家庭、学校、社会等多元社会支持下减少大学生网络依赖，培养正确上网观念的建议。

## 文献综述

### 社会支持的研究

#### 1. 社会支持的定义

Gunawan 和 Liu (2021) 认为社会支持是一种能够增强个人应对问题的信心和能力，从而帮助个体适应环境的变化，即带来更好的社会适应，有效应对压力的重要资源。Agbaria (2020) 指出，社会支持是一种来自配偶、亲戚、朋友、同事以及其他社会关系的爱护与帮助，如果个体感知到了足够的社会支持，就能在一定程度上保护他们的身心健康。

#### 2. 社会支持的测量

Gao et al. (2023) 将社会支持分为情感支持（有效的情感帮助）、工具性支持（有形商品和服务或有形援助的愿景）、信息支持（在有压力时，向他人提供信息帮助人们解决问题）、评估支持（包括自我评估）这四个维度。Sang et al. (2016) 将社会支持分为信息帮助、情感帮助以及物质帮助这三个维度。

### 社交效能感的研究

#### 1. 社交效能感的定义

Kim et al. (2021) 指出，人际交往效能感指的是个体在不同人际交往活动中，运用自身交往技能达到预期社交目标的自信程度与主观判断，其是自我效能感概念在社会交往领域中的延伸。Gu et al. (2014) 强调，社交效能感是指个体评估自己社交能力的一种主观信念，是个体产生社交行为的基础。

#### 2. 社交效能感的测量

Fan et al. (2013) 从社交聚会、公众表现、寻求与提供帮助和冲突管理四个维度测量了社交效能感。Zhang (2021) 指出，社交效能感由亲合效能、自我印象效能、利他效能、沟通效能、情绪控制效能、自我价值感等六个维度组成。Yang (2016) 则是从自我保护、人际沟通、自我控制和自我表露四个维度测量了大学生社交效能感。

### 网络依赖的研究

#### 1. 网络依赖的定义

Li 和 Liang (2023) 指出，网络依赖是指由于个体长期沉浸使用互联网，在其认知、学习和社会性发展过程中所产生的一种不良表现。Li 和 Liang (2023) 还指出，大学生网络依赖主要表现在两个方面：“一是长时间使用网络的行为，因为互联网和手机产生强烈的依赖，

达到了痴迷而难以解脱的行为状态；二是在无成瘾物质作用下所呈现的上网行为冲动失控，表现为过度使用互联网而导致个体遭受明显的社会和心理等功能损失”。Wu (2020) 指出，网络依赖是指还未达到网络成瘾程度的一种过度使用互联网的状态。网络依赖行为的人数比例要远大于网络成瘾者。同时，在某些外界条件刺激下，网络依赖者比正常人更有可能发展为网络成瘾者。

## 2. 网络依赖的测量

早期，网络依赖和网络成瘾没有做过多区分，二者都沿用了同一类型的量表。并且，相关量表只是做出是否存在网络成瘾的判断，如 Young (1998) 编制的“网络成瘾诊断问卷 (YDQ)”，共包括 8 项诊断标准，只要符合其中 5 项，即为网络成瘾。后来，相关量表进一步对网络成瘾进行程度划分，如 Chen et al. (2003) 编制的“中文网络成瘾量表”。该量表通过被试对象得分的高低判断网络成瘾的程度。而 Bai 和 Fan (2005) 则第一次科学化了对网络依赖的诊断，将网络依赖从网络成瘾中剥离出来。他们提出，网络依赖测量包括强迫性上网及网络成瘾戒断反应、耐受性、人际与健康问题、时间管理问题这四个维度。现在，几乎所有的网络依赖研究都沿用了此套量表。

### 社会支持、社交效能感与网络依赖的关系研究

在社会支持与网络依赖的关系研究方面，Ma (2022) 指出，良好的家庭支持对青少年的网络依赖风险起保护作用，而不良的亲子关系则容易导致青少年网络依赖行为的出现。Kong 和 Han (2016) 的研究发现，同伴关系越好、同伴支持越高，大学生的网络依赖性越低。Wu (2017) 也认为，在社会中建设更多适合学生身心发展需要的公共体育设施，开展更多适合学生身心发展特点的休闲娱乐活动，有利于学生相互之间的活动交流，释放学习和生活压力，降低对网络的依赖度。

从以上研究成果可以看出，提高家庭支持、学校支持和社会支持（广义的社会支持包含家庭支持、学校支持等），可以有效降低网络依赖。因此，本研究提出以下研究假设：

H1：大学生社会支持负向影响大学生网络依赖

在社会支持与社交效能感的关系研究方面，Liu et al. (2014) 指出，个体获得越多社会支持，其对自身人际交往能力的自信心就越高。Lin et al. (2021) 指出，个体获得的来自家庭、学校和社会的支持越高，其越能够对自身在社会交往中作出积极合理的评价。

在社交效能感与网络依赖的关系研究方面，Shen 和 Fan (2018) 的研究表明，社交效能感越高的大学生，在人际交往过程中越能平等地与人交流，沟通效率越高，在生活中也更能够控制自己的情绪，不需要过度依赖网络来释放情绪、打发时间，因此网络依赖性越低。

此外，也有一些学者直接点明了社会支持、社交效能感与网络依赖的关系。Yang (2015) 发现，大学生获得的社会支持越高，比如受到的支持水平高、支持来源越多、对支持的利用度越高等，会提高个体对发展和保持交往关系的信心或信念，个体会更愿意将时间、注意力等投入到周围感兴趣的事情上，更容易建立和谐的社交关系，对手机的关注及依赖性会相应的降低。

从以上研究成果可以看出，提高大学生社会支持，社交效能感也会得到相应提高。社交效能感的提高，也能在一定程度上降低网络依赖。因此，本研究提出以下研究假设：

H2：大学生社会支持正向影响大学生社交效能感

H3：大学生社交效能感负向影响大学生网络依赖

H4：大学生社交效能感在大学生社会支持对大学生网络依赖的影响中起中介作用

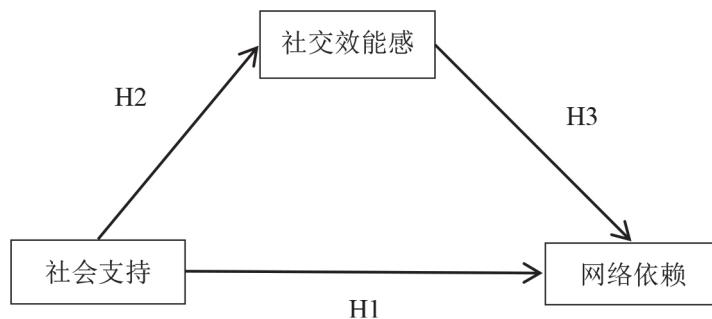


图1 理论模型图

## 研究方法

### 1. 问卷调查法

本研究的问卷由 Xiao (1994) 编制的“社会支持量表”、(Zhou, 2005) 编制的“大学生社交效能感问卷”、Bai 和 Fan (2005) 编制的“网络依赖测量量表”组成。三套量表在设计时被试均为大学生，并且是经过大量实证研究检验的成熟量表。因此，适合本研究作为测量工具。

潮州市是广东省内较落后的地区，H 高校是潮州市唯一一所本科院校，以 H 高校为个案相对有较大的推广意义。因此，本研究的以 H 高校大学生为例，根据 H 高校不同学院学生数量比例的不同，对不同学院进行分层，并在学院内进行随机抽样的方式发放调查问卷。发放问卷时邀请了相关学院各一名辅导员协助，共发放问卷 650 份。其中，在数学学院发放问卷 50 份、物理学院发放问卷 50 份、化学学院发放问卷 50 份、经管学院发放问卷 50 份、外国语学院发放问卷 50 份、教育学院发放问卷 80 份、历史学院发放问卷 40 份、体育学院发放问卷 70 份、美术学院发放问卷 25 份、音乐学院发放问卷 25 份。回收 540 份，回收率 83.1%。在剔除有缺失值，和剔除连续 8 个及以上题项选择都相同的无效样本后，共收集有效问卷 502 份，有效率 93.0%。

### 2. 统计分析法

运用 SPSS 26.0 和 AMOS 18.0 软件处理与分析采集的数据，分别进行共同方法偏差检验、信效度检验、相关分析、回归分析、中介作用分析，验证各种研究假设，构建大学生社会支持对网络依赖影响的理论模型。

### 研究问题

1. 研究大学生社会支持、社交效能感和网络依赖之间是否存在显著的相关及线性回归关系。
2. 探究大学生社交效能感是否在社会支持与网络依赖之间存在显著的中介效应。

### 研究结果

本研究结果回答了前文提及的两个研究问题，具体数据分析过程如下：

**表1** 被试基本信息表

基本信息	类别	数量	占比
性别	男	151	30.08
	女	351	69.92
年级	一年级	148	29.48
	二年级	139	27.69
	三年级	139	27.69
	四年级	76	15.14
所读专业	人文经管类	267	53.19
	理工类	135	26.89
	艺术类	37	7.37
	体育类	63	12.55
成长地	农村	290	57.77
	城镇	212	42.23
是否为独生子女	是独生子女	81	16.14
	不是独生子女	421	83.86
父母的婚姻状况	已婚	447	89.04
	离异	34	6.77
	丧偶	21	6.77

### 共同方法偏差检验

本研究采用 Harman 单因素检验进行共同方法偏差的统计控制。将本研究调查问卷所有题项一起做探索性因子分析，未旋转因素结果表明，特征值大于 1 的因子有 10 个（大于 1 个），最大因子方差解释变异量为 27.6%（小于 40%），单一因子没有解释绝大部分的变异量，所以，本研究不存在严重的共同方法偏差问题。

### 信度检验

为检测量表结果的可信度，本文采用国际通用的信度检验指标 Cronbach's  $\alpha$  系数对各个变量进行信度检验。经检验，各变量的 Cronbach's  $\alpha$  系数均大于 0.7，表明量表信度较高。

表 2 各变量信度系数

变量	Cronbach's $\alpha$ 系数	项数
社会支持	0.769	10
社交效能感	0.913	27
网络依赖	0.890	19

### 效度检验

利用 AMOS 18.0 对本文的研究模型与数据进行结构效度的拟合检验（因社会支持量表非李克特量表，且含有单选题、多选题等，每道题回答的点数几乎都不相同，因此无法进行验证性因子分析检验，故只对其他两个变量进行效度检验）。模型几个关键指标均符合建议值，表明模型总体拟合度较好。

表 3 社交效能感量表的验证性因子分析

模型拟合指标								
常用指标	$\chi^2$	df	p	$\chi^2/df$	GFI	RMSEA	RMR	CFI
判断标准	-	-	> 0.05	< 3	> 0.9	< 0.10	< 0.05	> 0.9
值	1246.741	314	0.000	3.971	0.834	0.077	0.073	0.916
其它指标	TLI	AGFI	IFI	PGFI	PNFI	SRMR	NFI	NNFI
判断标准	> 0.9	> 0.9	> 0.9	> 0.9	> 0.9	< 0.1	> 0.9	> 0.9
值	0.907	0.800	0.917	0.692	0.798	0.049	0.892	0.907

表 4 网络依赖量表的验证性因子分析

模型拟合指标								
常用指标	$\chi^2$	df	p	$\chi^2/df$	GFI	RMSEA	RMR	CFI
判断标准	-	-	> 0.05	< 3	> 0.9	< 0.10	< 0.05	> 0.9
值	720.054	146	0.000	4.932	0.857	0.089	0.035	0.934
其它指标	TLI	AGFI	IFI	PGFI	PNFI	SRMR	NFI	NNFI
判断标准	> 0.9	> 0.9	> 0.9	> 0.9	> 0.9	< 0.1	> 0.9	> 0.9
值	0.923	0.814	0.935	0.659	0.785	0.043	0.919	0.923

### 相关性分析

因为本研究各个变量及维度得分均为连续数值型变量，故研究采用 Pearson 相关系数的计算方法。从表 5 可知，“社会支持”及其三个维度与“社交效能感”及其五个维度均呈现显著的正向相关关系（p 全部小于 0.05，且相关系数均大于 0），“社会支持”及其三个维度与“网络依赖”

及其四个维度均呈现显著的负向相关关系 ( $p$  全部小于 0.05, 且相关系数均小于 0)。“社交效能感”及其五个维度与“网络依赖”及其四个维度均呈现显著的负向相关关系 ( $p$  全部小于 0.05, 且相关系数均小于 0)。

**表 5** 各变量的相关性表

变量	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	1														
2	.505**	1													
3	.437**	.462**	1												
4	.233**	.326**	.278**	1											
5	.336**	.517**	.345**	.403**	1										
6	.338**	.460**	.322**	.388**	.741**	1									
7	.277**	.476**	.294**	.438**	.614**	.561**	1								
8	.263**	.390**	.291**	.696**	.490**	.417**	.474**	1							
9	-.305**	-.461**	-.269**	-.444**	-.436**	-.389**	-.414**	-.534**	1						
10	-.271**	-.453**	-.297**	-.456**	-.420**	-.384**	-.385**	-.512**	.657**	1					
11	-.343**	-.495**	-.330**	-.477**	-.480**	-.469**	-.431**	-.513**	.748**	.717**	1				
12	-.319**	-.495**	-.307**	-.446**	-.466**	-.464**	-.432**	-.506**	.721**	.713**	.813**	1			
13	.789**	.891**	.700**	.351**	.518**	.480**	.458**	.402**	-.453**	-.443**	-.503**	-.488**	1		
14	.372**	.557**	.392**	.717**	.869**	.805**	.760**	.764**	-.559**	-.544**	-.600**	-.585**	.567**	1	
15	-.348**	-.532**	-.335**	-.510**	-.505**	-.476**	-.466**	-.579**	.899**	.845**	.920**	.899**	-.528**	-.641**	1

**注:** 1 表示“客观支持分”, 2 表示“主观支持分”, 3 表示“对支持的利用度”, 4 表示“应对陌生人效能”维度得分, 5 表示“信心表达效能”维度得分, 6 表示“亲和力效能”维度得分, 7 表示“主动交往效能”维度得分, 8 表示“应对困难情境效能”维度得分, 9 表示“强迫性上网及网络成瘾戒断反应”维度得分, 10 表示“网络成瘾耐受性”维度得分, 11 表示“人际及健康问题”维度得分, 12 表示“时间管理问题”维度得分, 13 表示“社会支持”量表总得分, 14 表示“社交效能感”量表总得分, 15 表示“网络依赖”量表总得分

### 回归和中介作用分析

首先, 本研究采用 Process 中的 Mode 4, 在控制性别、年级、专业、成长地、是否独生子女、父母婚姻状况的情况下对社交效能感的中介效应进行检验。由表 6 可知, 社会支持对网络依赖有显著负向预测作用 ( $\beta = -0.79$ ,  $t = -10.73$ ,  $p < 0.001$ )。并且当社交效能感作为中介变量放入模型后, 社会支持对网络依赖负向预测作用依然显著 ( $\beta = -0.18$ ,  $t = -4.44$ ,  $p < 0.001$ ), 社会支持对社交效能感正向预测作用显著 ( $\beta = 0.53$ ,  $t = 13.28$ ,  $p < 0.001$ ), 社交效能感对网络依赖负向预测作用显著 ( $\beta = -0.45$ ,  $t = -11.57$ ,  $p < 0.001$ )。其中介路径如图 2 所示:

表6 社交效能感中介模型的回归分析

回归方程 (N = 502)		拟合指标		系数显著性	
结果变量	预测变量	R 方	F	$\beta$	t
网络依赖	性别	0.39	44.70***	-0.04	-0.89
	年级			-0.27	-7.32***
	专业			-0.05	-1.24
	成长地			0.11	2.94**
	独生子女			-0.10	-2.63**
	父母婚姻状况			0.06	1.57
	社会支持			-0.79	-10.73***
社交效能感	性别	0.36	39.13***	0.00	0.04
	年级			0.14	3.76***
	专业			0.06	1.43
	成长地			-0.10	-2.72**
	独生子女			-0.02	-0.40
	父母婚姻状况			0.01	0.13
	社会支持			0.53	13.28***
网络依赖	性别	0.52	66.34***	-0.04	-0.98
	年级			-0.20	-6.20
	专业			-0.02	-0.65
	成长地			0.06	1.89
	独生子女			-0.11	-3.17
	父母婚姻状况			0.06	1.84
	社交效能感			-0.45	-11.57***
	社会支持			-0.18	-4.44***

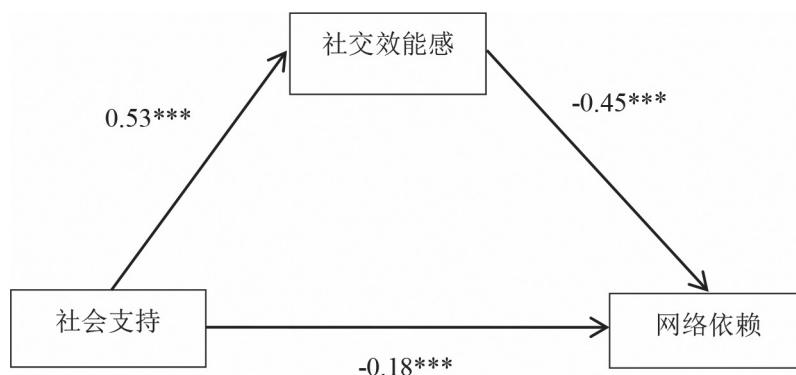


图2 社交效能感在社会支持和网络依赖中的中介效应路径图

此外，社会支持对网络依赖的直接效应及社交效能感的中介效应的 Bootstrap 95% 置信区间的上限和下限均不包含 0，说明各模型路径显著，表明社会支持不仅能直接负向预测网络依赖，还能通过社交效能感的中介作用负向预测网络依赖。另外，该模型中直接效应和间接效应分别占总效应的 43%、57%，由此可得出，这个模型属于部分中介模型，详细结果见表 7。

**表 7 社交效能感的中介效应分析结果**

效应	项	效应值	Boot 标准误	BootLLCI	BootULCI
直接效应	社会支持⇒网络依赖	-0.34	0.08	-0.50	-0.18
间接效应过程	社会支持⇒社交效能	1.64	0.13	1.39	1.89
	社交效能⇒网络依赖	-0.28	0.02	-0.32	-0.23
总效应	社会支持⇒网络依赖	-0.79	0.07	-0.94	-0.65

## 讨论

本研究以 H 高校大学生为研究对象，旨在研究大学生社会支持、社交效能感和网络依赖三者间的关系。在量表通过共同方法偏差检验和信效度检验后，对收集到的 502 份有效问卷数据进行了相关分析、回归分析和中介作用分析。研究发现：

- “社会支持”量表及其维度与“社交效能感”量表及其维度均呈现显著的正向相关关系，“社会支持”量表及其维度与“网络依赖”量表及其维度均呈现显著的负向相关关系，“社交效能感”及其维度与“网络依赖”及其维度均呈现显著的负向相关关系。
- 大学生社会支持能够正向影响网络依赖，大学生社交效能感在社会支持对网络依赖的影响过程中起部分中介作用。

## 总结与建议

### 总结

本研究旨在探讨大学生社会支持对网络依赖的影响机制。以 H 高校大学生为调查对象，利用成熟量表编制而成的调查问卷在 H 高校进行分层随机发放。通过共同方法偏差检验、信效度检验、相关分析、回归分析和中介作用分析后，得出社会支持不仅能够直接负向影响网络依赖，还能通过社交效能感的部分中介作用影响网络依赖的结论。

### 建议

研究发现，社会支持和社交效能感是影响大学生网络依赖的两个重要因素。为了防止或减少网络依赖问题的发生，需要提高大学生的社会支持度，提高大学生的社交效能感，而这需要家庭、学校、社会和大学生自身等多方面的共同努力。

一是家庭方面。父母除了提供给子女必要的经济支持,还要在情感上做好对子女的交流与沟通,在思想和行为上做好对子女的指引。父母之间要关系和谐、避免冲突,为子女营造一个温暖和谐的家庭氛围。父母还要多关心子女的成长,以一种科学的教养方式教育孩子,既不溺爱孩子,也不苛责孩子。父母要多与子女定期沟通,了解他们在学校学习、生活的情况,若发现有什么异常状况,要及时向辅导员、老师沟通,为子女提供相应的帮助,共同让子女能够健康地在大学学习、生活。

二是学校方面。学校应该加强对大学生的网络教育,尤其要加强对大学生的“网络道德”教育,帮助大学生形成对网络道德的正确认知,增强他们的道德判断能力,指导他们在良莠不齐的网络信息中学会识别、选择,自觉摒弃不良信息。辅导员和班主任要多关注班里学生的行为举止和心理状态,尤其是有网瘾问题的学生,多找找时间和他们聊天,了解他们内心的苦闷和烦恼,给予他们学校能够提供的帮助。学校要多丰富校园文化活动和社团活动,引导大学生发展积极的爱好和兴趣,同时让大学生们在活动中增加和同学的人际交往互动,提高社交效能感,进而减少在网上游戏和聊天的时间,从而降低大学生对网络的依赖。

三是社会方面。社会要大力发展心理咨询机构和社工组织,进一步发挥青年社会工作者在社会事务和社会工作者中的专业化、专业化作用,为网络依赖者提供专业化、个性化服务。大学生在社会上最能够接触到网络的地方就是网吧,作为从事网络服务业的社会机构,网吧经营者要遵守国家的法律法规,加强行业自律,确保合法合规经营。政府还要建立有效的监管体系,制定信息网络方面的法律、法规以及规章制度,能够解决立法滞后、界限普遍混乱和运行不善的问题,能够有效地促进高校学生正确利用好网络。

四是大学生自身。从进入大学开始,大学生自身就要树立坚定的理想和目标,保持积极地价值观、人生观和世界观。要对自己的角色做好定位,从自身实际出发形成对自己的合理职业期望,做好职业规划。大学生要将注意力从网络转移到集体活动中,多与同学们一起活动、交流、合作,需要帮助时还可以向朋友求助,营造一种健康的人际氛围。大学生还应该通过养成健康的生活方式,比如合理地安排作息时间、积极参加体育锻炼、建立科学的饮食规律、戒烟限酒,可以有效提高自我管理和自我控制能力,进而降低网络依赖。

### 研究不足与展望

本研究存在以下不足之处,并有待未来研究进一步补充和完善。

1. 本研究采用横断法进行设计,虽然选取的样本量较大,但恐怕仍然无法完全准确地揭示变量间确切的因果关系,今后可以结合纵向追踪研究设计进行完善。
2. 本研究只选取了“社交效能感”作为“社会支持”对“网络依赖”影响过程中的中介变量,“社会支持”对“网络依赖”的影响是一个十分复杂的过程,可能还存在其他一些中介变量,有待在后续研究中进一步考察。

3. 本研究只选取了一所中国高校的大学生作为被试，被试选取的覆盖面有待进一步扩大。未来可以考虑选择不同地区、不同类型的高校大学生作为研究对象，以使研究结论更有推广意义。

## References

- Agbaria, Q. (2020). Predictors of personal and social adjustment among Israeli-Palestinian teenagers. *Child Indicators Research*, 13(3), 917-933.
- Bai, Y., & Fan, F. M. (2005). Revision and application of the internet dependence measurement tool for college students. *Psychological Development and Education*, (4), 99-104. [in Chinese]
- Chen, S. H., Weng, L. Z., & Su, Y. R. (2003). Research on the preparation and psychometric characteristics of internet addiction scale. *Chinese Journal of Psychology*, 45(3), 279-294. [in Chinese]
- Fan, J., Litchfield, R. C., Islam, S., Weiner, B., Alexander, M., Liu, C., & Kulviwat, S. (2013). Workplace social self-efficacy: Concept, measure, and initial validity evidence. *Journal of Career Assessment*, 21(1), 91-110.
- Gao, Y. S., Li, C. H., & Wang, T. (2023). Research on the adaptability of college freshmen from the perspective of social support theory. *Journal of the National Academy of Educational Administration*, (2), 80-88. [in Chinese]
- Gu, J. N., Meng, H., & Fan, J. Y. (2014). The structure, measurement and mechanism of social self-efficacy. *Advances in Psychological Science*, (11), 1791-1800. [in Chinese]
- Gunawan, J., & Liu, Y. C. A. (2021). Exploring the antecedents of social support on social network sites: A supplementary fit perspective. *International Journal of E-Business Research*, 17(4), 40-53.
- Kim, M. H., Anderson, R. C., Derosia, N., Madison, E., & Husman, J. (2021). There are two I's in motivation: Interpersonal dimensions of science self-efficacy among racially diverse adolescent youth. *Contemporary Educational Psychology*, 66, 101989.
- Kong, H. Y., & Han, X. (2016). The mechanism of college students' internet addiction: Peer relationship and self-esteem. *Journal of Ludong University (Philosophy and Social Sciences Edition)*, (6), 81-86. [in Chinese]
- Li, S. Y., & Liang, S. (2023). Comprehensive film and television production of college students' internet-dependent behavior. *Chinese Journal of Health Psychology*, (3), 405-413. [in Chinese]
- Lin, X. S., Zhong, W. X., Cui, H. B., & Chen, C. M. (2021). Analysis of influencing factors of college students' social self-efficacy. *Scientific Consulting (Education and Research)*, (7), 55-56. [in Chinese]
- Liu, G. G., Zhang, B., & Qiu, Z. Y. (2014). Correlative research on interpersonal skills, social support and coping styles of college students from poor families. *Journal of Social Sciences of Jiamusi University*, (6), 160-162. [in Chinese]
- Ma, H. L. (2022). The influence of family environment on adolescent deviant behavior. *Journal of Qingdao Vocational and Technical College*, (1), 58-63. [in Chinese]

- Sang, L. J., Chen, G. X., & Zhu, J. J. (2016). The relationship between social support and learning adaptation of college students: The mediating role of psychological resilience. *Chinese Journal of Health Psychology*, (2), 248-252. [in Chinese]
- Shen, K., & Fan, W. (2018). Research on the influence of social efficacy on internet dependence. *Shanghai Management Science*, (6), 92-97. [in Chinese]
- Wu, J. (2020). Investigation and analysis of the relationship between college students' academic procrastination and network dependence. *International Public Relations*, (7), 20-21. [in Chinese]
- Wu, Y. M. (2017). The social influencing factors and countermeasures of middle school students' internet dependence (internet addiction). *Journal of Heilongjiang Institute of Education*, 36(2), 65-67. [in Chinese]
- Xiao, S. Y. (1994). Theoretical basis and research application of "Social Support Rating Scale". *Journal of Clinical Psychiatry*, (2), 98-100. [in Chinese]
- Yang, W. Q. (2015). *Research on the relationship among college students' social support, loneliness and mobile phone dependence* [Master's thesis]. Northeast Normal University. [in Chinese]
- Yang, X. X. (2016). *The compilation and related research of college students' network social self-efficacy scale* [Master's thesis]. Xianan University. [in Chinese]
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1(3), 237-244.
- Zhang, T. (2021). *Intervention of case work on improving interpersonal efficacy of children in orphanages* [Master's thesis]. Yangzhou University. [in Chinese]
- Zhou, W. L. (2005). *Evaluation of college students' social efficacy and its relationship with social anxiety* [Master's thesis]. Suzhou University. [in Chinese]



**Name and Surname:** Qiandong Lan

**Highest Education:** Doctoral Candidate

**Affiliation:** Chinese Graduate School, Panyapiwat Institute of Management, Thailand

**Field of Expertise:** Educational Management and Educational Psychology



**Name and Surname:** Yimin Gao

**Highest Education:** Doctoral Degree

**Affiliation:** Chinese Graduate School, Panyapiwat Institute of Management, Thailand

**Field of Expertise:** Education