

自我控制在体育类大学生 自尊与网络偏差行为间的中介作用

富小刚¹ 宋文利² 张文婷³ 李智鹏²

(1. 长治学院, 山西 长治 046011; 2. 哈尔滨体育学院, 黑龙江 哈尔滨 150008;
3. 长治技师学院, 山西 长治 046011)

摘要:目的: 探索体育类大学生自我控制在自尊与网络偏差行为间的中介作用。方法: 自尊量表(SES)、网络偏差行为问卷和自我控制量表(SCS)对477名体育类大学生进行施测,运用SPSS22.0和AMOS22.0进行统计分析。结果: 体育类大学生自尊与自我控制呈显著正相关($r=0.40, P<0.01$),与网络偏差行为呈显著负相关($r=-0.16, P<0.01$)。体育类大学生自我控制与网络偏差行为呈显著负相关($r=-0.33, P<0.001$)。在中介模型中,体育类大学生自尊对网络偏差行为的直接效应不显著,而自我控制的间接效应显著。结论: 体育类大学生自我控制在自尊对网络偏差行为的影响中起中介作用,中介效应占总效应的89.6%。

关键词: 体育类大学生; 自尊; 自我控制; 网络偏差行为

中图分类号: G479.3

文献标志码: A

文章编号: 1003-2614(2019)06-0098-04

自尊是个体对自我能力和价值所持有的基本的评价。自尊常被视为个体心理健康的核心。研究表明,自尊水平较低的个体往往会产生焦虑和抑郁的不良情绪,并且主观幸福感水平也较低^[1]。另外,低水平的自尊还有可能导致攻击性行为^[2]。最近研究表明,自尊与网络偏差行为也存在显著的负相关,相较于文明组,网络行为失范者在外显和内隐层次上都表现出较低的自尊水平^[3]。此外,体育类大学生自尊水平较低,自尊在体育锻炼与大学生学业成就间起部分中介作用^[4]。因此,自尊与网络偏差行为有着密切关系。自我控制是指个体抑制和替代不为社会所接受和期望的个体冲动,改变固有的行为、思维方式以使行为表现符合社会要求的能力^[5],它能抑制或诱发特定行为^[6]。研究证实该特质和个体的某些不良行为,譬如攻击行为、欺骗行为、问题行为、网络成瘾等存在密切联系^{[7][8][9]}。按照Gottfredson关于犯罪的一般理论,一切问题行为及犯罪的关键在于缺乏自我控制,只有通过改善和加强个体的自我控制能力,问题行为的发生发展才会得到遏制^[10]。自控能力较高的个体能够根据现实的情境,主动调整自身的认知、情绪以及行为,抑制不良反应及唤醒优势反应^[11],从而避免不良行为的产生。网络偏差行为也属于不良行为,因此自我控制有可能是网络偏差行为的重要保护因素。

诸多研究表明,自尊与自我控制能力呈显著正相关^[12]: 低自尊者一般对自己持有消极的评价,认为自己毫无价值,因而在面对生活事件和问题时,缺乏自信,感到无力控制和应对;反之,自尊水平较高的个体,认为自己是是有价值的,在应对生活中的困难和挑战时也会以积极的态度去解决和应对^[13]。因此,我们有理由推断:自尊、自我控制和网络偏差行为之间是显著相关的,并且自尊会通过自我控制来影响体育类大学生的网络偏差行为。考察它们之间的关系,具有一定的理论意义和现实意义。在理论方面,不但丰富了网络心理学的研究内容,而且可以为自尊理论、自我控制理论及网络偏差行为理论的探索和发展提供指导;在现实方面,可以为未来体育类大学网络偏差行为的预防和控制以及矫治提供解决方法,具有广阔的应用前景。

一、研究对象与方法

(一) 被试

采用方便取样,选取哈尔滨市两所体育类高校(一所独立建制高等体育学院,一所综合性大学的二级体育学院)部分大学生为被试,共发放问卷520份,回收有效问卷477份,有效率为91.70%。其中,男生220名(46.1%),女生257名(53.9%);大一132名(27.7%),大二140名(29.4%),大三

收稿日期: 2019-03-28

基金项目: 哈尔滨体育学院“冰雪运动学”特色学科重点项目“依托冰雪运动学科建设探索黑龙江省冰雪体育特色人才培养的研究”(编号: BXZD002)。

作者简介: 富小刚,长治学院体育系讲师,研究方向: 体育教育训练学、大学生心理健康; 宋文利,哈尔滨体育学院休闲与社会体育学院教授,研究方向: 教育经济与管理; 张文婷,长治技师学院讲师,研究方向: 英语教学; 李智鹏,哈尔滨体育学院冬季奥林匹克学院讲师,研究方向: 体育教育训练学。

117名(24.5%),大四88名(18.4%)。被试年龄在18-26岁之间,平均年龄为 21.21 ± 1.38 岁。

(二) 工具

1. 自尊量表(Self-Esteem Scale, SES)

由Rosenberg编制,汪向东等人修订^[14],为单维量表,包含共10个条目,为单维量表,采用1(很不符合)至4(非常符合)级计分,将反向计分题转正之后加总,总分越高表明个体自尊水平越高。本研究中该量表的内部一致性信度 α 系数为0.85;问卷的效度指标拟合良好($\chi^2/df = 3.30$, NFI = 0.95, CFI = 0.97, GFI = 0.97, RMSEA = 0.07)。

2. 自我控制量表(Self-Control Scale, SCS)

由Tangney等人编制,谭树华等人修订^[15],共19个条目,包含冲动控制、健康习惯、抵御诱惑、专注工作、节制娱乐等5个维度。采用1(非常不符)至5(非常符合)级计分,得分越高表明个体自我控制能力越强。本研究中该量表的内部一致性信度 α 系数为0.86,5个维度的内部一致性信度 α 系数在0.74-0.89之间;问卷的效度指标拟合良好($\chi^2/df = 3.38$, NFI = 0.97, CFI = 0.98, GFI = 0.98, RMSEA = 0.07)。

3. 大学生网络偏差行为问卷

由刘丽芳编制^[16],共27个题目,其中1道为测谎题。包含网络过激行为、网络欺骗行为、网络色情行为、不良信息发和侵害隐私行为等5个维度,采用1(从来没有)至5(经常)级计分,问卷得分越高,表明个体网络偏差行为表现越严

重。本研究中该问卷的内部一致性信度 α 系数为0.92,5个维度的内部一致性信度 α 系数在0.86-0.94之间;问卷的效度指标拟合良好($\chi^2/df = 1.33$, NFI = 0.99, CFI = 0.99, GFI = 0.99, RMSEA = 0.03)。

(三) 统计方法

采用SPSS22.0进行数据前期处理、描述性统计、信度分析以及各变量间的相关分析等;采用AMOS21.0进行各问卷的效度分析、自我控制的中介作用分析等。

二、结果与分析

(一) 共同方法偏差检验

采用Harman单因子检验(Harman's One-factor Test)进行共同方法偏差检验^[17]。对原始观测变量做探索性因素分析,结果显示,共有12个因子的特征根大于1,且第一个因子解释的变异量只有20.10%,低于临界值40%。因此,共同方法偏差并不明显。

(二) 各变量之间的相关分析

对体育类大学生自尊、自我控制和网络偏差行为进行描述性统计分析,结果发现,体育类大学生自尊与自我控制呈显著正相关($r = 0.40$, $P < 0.01$),与网络偏差行为呈显著负相关($r = -0.16$, $P < 0.01$)。体育类大学生自我控制与网络偏差行为呈显著负相关($r = -0.33$, $P < 0.001$)。具体结果见表1。

表1 各变量之间的描述统计结果和相关分析

	1	2	3	4	5	6	7	8
1 自尊	1							
2 自我控制	0.40**	1						
3 网络偏差行为总分	-0.16**	-0.33**	1					
4 网络过激行为	-0.15**	-0.32**	0.81**	1				
5 网络欺骗行为	-0.14**	-0.30**	0.83**	0.63**	1			
6 网络色情行为	-0.09	-0.33**	0.86**	0.60**	0.66**	1		
7 不良信息发布	-0.16**	-0.21**	.087**	0.59**	0.60**	0.67**	1	
8 侵害隐私行为	-0.14**	-0.23**	.085**	0.59**	0.61**	0.67**	0.79**	1
M	3.38	3.21	1.89	2.28	2.13	1.89	1.46	1.58
SD	0.44	0.51	0.52	0.64	0.64	0.58	0.58	0.60

注: ** $P < 0.01$ 。

(三) 自我控制在自尊与体育类大学生网络偏差行为间的中介效应检验

对所有变量进行标准化处理,以自尊为自变量、以网络偏差行为为因变量、以自我控制为中介变量建立结构方程模型。应用Amos22.0的Bootstrap法对模型进行估计。中介检验分为三步:第一步,检验模型的总效应(如图1)。模型检验结果显示,模型的拟合指标良好($\chi^2/df = 1.16$, GFI = 0.98, CFI = 0.99, NFI = 0.99, IFI = 0.97, TLI = 0.99, RMSEA = 0.02),自尊对体育类大学生网络偏差行为的总效应值显著($\beta = -0.15$, $P < 0.001$; 95% CI: -0.025至-0.055)。第二步,检验模型的中介效应(如图2)。模型检验结果显示,模型的拟合指标良好($\chi^2/df = 3.82$, GFI = 0.95, CFI = 0.95, NFI = 0.94, IFI = 0.95, TLI = 0.93, RMSEA = 0.08),自尊对体

育类大学生自我控制有显著的正向的预测作用($\beta = 0.41$, $P < 0.001$; 95% CI: 0.293-0.516),自我控制对体育类大学生网络偏差行为的预测作用显著($\beta = -0.42$, $P < 0.001$; 95% CI: -0.562至-0.283),采用Bootstrap法估计自我控制的中介效应的置信区间,结果显示,自我控制的中介效应值为-0.17,其95% CI介于-0.261至-0.107之间,置信区间不包含0,说明自我控制的中介效应具有可信度且中介效应产生遮掩效应。第三步,验证直接效应。检验结果发现,自尊对体育类大学生网络偏差行为的路径系数不显著($\beta = 0.02$, $P > 0.05$; 95% CI: -0.093至0.142),这说明自我控制在自尊与体育类大学生网络偏差行为之间起到中介作用,其中介效应值为89.6%。这说明在自尊对体育类大学生网络偏差行为的影响中,自我控制的中介效应占主要作用。

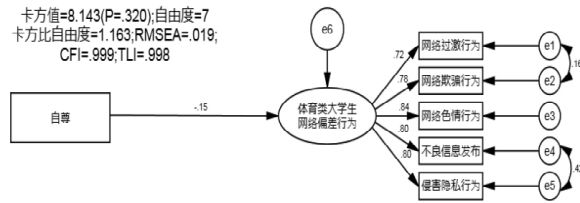


图1 自尊对体育类大学生网络偏差行为的总效应模型图(标准化)

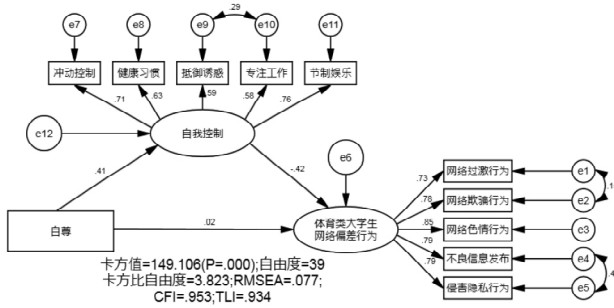


图2 自我控制的中介效应模型图(标准化)

三、讨论与建议

本研究发现,体育类大学生网络偏差行为总体水平较低,这与以往的研究结果较为一致^[18],说明当代体育类大学生网络偏差行为总体而言不算严重,但在网络偏差行为各因子中,网络过激、网络欺骗和网络色情等三类偏差行为的得分较高,说明未来开展体育类大学生心理健康教育减少网络偏差行为应该着重关注这三个方面。本研究相关分析表明,体育类大学生自尊与网络偏差行为呈显著负相关,说明自尊水平越低,体育类大学生越可能出现网络偏差行为。根据精神分析理论,若个体认为自己是有力量的,个体会积极主动地解决生活中的危机和事件;反之,则个体会产生焦虑情绪,进而衍生出一系列负面情绪和外化问题行为以缓解和应对焦虑情绪。由于个体的价值感,在很大程度上来源于社会的认可,尤其是同侪群体的认同^[19]。毫无疑问,高自尊的个体为了维护自身的价值感,会使自己的行为更加符合周围情境的要求和周围群体的期望,因而较少表现出不良行为。相关分析还表明,体育类大学生自我控制与网络偏差行为呈显著负相关。这说明体育类大学生之所以在使用网络时表现出偏差行为,在很大程度上是因为自身的控制能力不足。研究结果表明自我控制能力在抑制冲动行为、满足个体外部需要和实现长远利益中扮演关键的角色^[20]。低自我控制的体育类大学生,无法抑制本体的冲动,大都不计后果地寻求即刻的满足或宣泄,而网络平台本身的匿名性,使得个体的去个性化水平更高,更容易在网络上表现出偏差行为。

中介效应分析表明,体育类大学生自我控制在自尊与网络偏差行为之间存在重要中介作用,即自尊并非直接对体育类大学生的网络偏差行为产生影响,而是通过影响个体的自我控制水平而间接影响个体的网络偏差行为。本研究结果与诸多研究者的观点较为类似,认为自尊与不良行为的关系

并非简单的线性关系,而是可能通过其他变量(如自控能力等)间接作用于不良行为。自尊水平越低,说明体育类大学生的自我评价越差,此时体育类大学生的自我意识降低,自我意识加强,也即体育类大学生降低了对他人评价的关系,更加关注自身的态度和评价标准,做事很少遵从外在的规范,无法做到合理控制自己的不合理需求,即自控能力更差。这种较差的控制能力使得体育类大学生通过可能的手段尽量满足自身的需求,相比现实情境所提供的满足条件,毫无疑问,网络更加便捷。而这种通过网络满足自身需求的行为一旦不受自身标准的约束和控制,便会表现得与社会规范相悖,也即产生网络偏差行为。当体育类大学生在网络中遭受到各类负性事件时,这会破坏之前建立的旧认知图式,旧认知图式无法解释网络受欺负,这就导致体育类大学生出现认知上的冲突,即必须建立一种新认知图式来适应网络负性事件现象,而新认知图式建立比较缓慢。因此,这就造成体育类大学生出现旧认知图式无法解释现象,新认知图式尚未建立的情况,进一步加深了认知冲突,这就导致体育类大学生对这种现象出现过度的思考,出现抑郁情绪,使体育类大学生脾气变得暴躁,进而出现敏感多疑、自我控制能力降低的现象,而自我控制的出现直接促使体育类大学生对他人的言语敏感度升高,出现认知偏差,对他人的言语和行为都视为具有敌意性的攻击行为,这一认识偏差直接促使体育类大学生的网络偏差行为的出现。

预防和控制当代体育类大学生出现网络偏差行为,主要有三个方面的措施:其一,完善网络立法机制,对网络中肆意侵害他人人身权利的行为追究法律责任,同时,要加强体育类大学生网络道德教育,提高自我控制水平,减少网络偏差行为的现象;其二,体育类大学生的家长应当帮助其建立核心自我评价系统,使之正确地认识自己,明白自己的需求,扩大他们的人际交往圈,鼓励与不同的人进行交流,进而提升体育类大学生自尊水平;其三,学校应当多组织班集体活动,减少体育类大学生使用网络的时间,锻炼体育类大学生的组织能力,充分发挥每个体育类大学生在集体中起到的独特作用,增强自我控制能力和应对挫折能力,降低网络偏差行为带来的负面效应,从而使体育类大学生形成乐观的人格,实现人生的自我价值。

本研究存在两个方面的不足:一方面,由于本研究是横断研究,这不能动态地揭示这三者之间的纵向关系,因此,未来的研究可以采用纵向研究,从而更全面地揭示它们之间的动态联系;另一方面,自尊对体育类大学生网络偏差行为的影响机制,是否除了自我控制以外还存在其他的中介或调节机制,本研究没有进行深入探讨,未来的研究可从无聊倾向、孤独感等方面入手,考虑它们与体育类大学生网络偏差行为之间的联系,从而扩展网络偏差行为的研究领域。此外,本研究的主要取样对象是体育类大学生,对于其他群体,诸如中学生群体、教师群体、农民群体及其他特殊领域的群体,本

研究的结论是否具有较高的生态学效度,这还有待于未来进一步研究补充。

参考文献:

- [1] Pu J, Hou H, Ma R. The Mediating Effects of Self - Esteem and Trait Anxiety Mediate on the Impact of Locus of Control on Subjective Well - Being [J]. *Current Psychology*, 2017 (1): 1 - 7.
- [2] Donnellan M B, Caspi A. Low Self - Esteem Is Related to Aggression, Antisocial Behavior, and Delinquency [J]. *Psychological Science*, 2005(4): 328.
- [3] 胡志海. 网络行为失范者的内隐攻击性、内隐自尊研究 [J]. *心理科学* 2009(1): 210 - 212.
- [4] 周赞. 体育锻炼与大学生学业成就的关系: 自尊的中介效应 [J]. *浙江体育科学* 2018(3): 84 - 89.
- [5] [15] 谭树华, 郭永玉. 大学生自我控制量表的修订 [J]. *中国临床心理学杂志* 2008(5): 468 - 470.
- [6] Hamama L, Ronen - Shenhav A. The role of developmental features, environmental crises, and personal resources (self - control and social support) in adolescents' aggressive behavior [J]. *Aggression & Violent Behavior*, 2013(1): 26 - 31.
- [7] Yi C Y, Gentzler A L, Ramsey M A, et al. Linking Maternal Socialization of Positive Emotions to Children's Behavioral Problems: The Moderating Role of Self - Control [J]. *Journal of Child and Family Studies* 2016(5): 1550 - 1558.
- [8] 黄曼, 史滋福, 刘妹. 未成年犯自尊与攻击性的关系: 自我控制的中介作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2013(4): 84 - 86.
- [9] Yeun Y R, Han S J. Effects of Psychosocial Interventions for School - aged Children's Internet Addiction, Self - control and Self - esteem: Meta - Analysis [J]. *Healthcare Informatics Research*, 2016(3): 217.
- [10] Gottfredson M R, Hirschi T. A general theory of crime [M]. Stanford University Press, 1990.
- [11] 韩小慧. 男性犯罪青少年的教养方式和自我控制——特点、关系及犯罪预测 [D]. 开封: 河南大学硕士学位论文, 2011.
- [12] Mei S, Yau Y H C, Chai J et al. Problematic Internet use, well - being, self - esteem and self - control: Data from a high - school survey in China [J]. *Addictive Behaviors*, 2016(61): 74 - 79.
- [13] Kim I O, Sun H S. Effects of Academic Stress in Middle School Students on Smartphone Addiction [J]. *Moderating Effect of Self - esteem and Self - control* 2016(3): 262.
- [14] 汪向东, 等. 心理卫生评定量表手册: 增订版 [M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 318 - 320.
- [16] 刘丽芳. 大学生网络偏差行为的特点及其与心理需求网络满足的关系研究 [D]. 武汉: 华中科技大学硕士学位论文, 2012.
- [17] 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法 [J]. *心理科学进展*, 2004(6): 942 - 950.
- [18] 金童林, 等. 无聊倾向对大学生网络偏差行为的影响: 网络消极情绪体验中介作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2016(4): 640 - 643.
- [19] 严标宾, 郑雪. 大学生社会支持、自尊和主观幸福感的关系研究 [J]. *心理发展与教育* 2006(3): 60 - 64.
- [20] Righetti F, Finkenauer C. If you are able to control yourself, I will trust you: the role of perceived self - control in interpersonal trust [J]. *Journal of Personality & Social Psychology*, 2011(5): 874.

Relationship Between Self - Esteem and Internet Deviant Behaviors in Physical Educational College Students: The Mediating Role of Self - Control

FU Xiao - gang¹, SONG Wen - li², ZHANG Wen - ting³, LI Zhi - peng²

(1. Changzhi University, Changzhi 046011, China;

2. Harbin Institute of Physical Education, Harbin 150008, China;

3. Changzhi Technician College, Changzhi 046011, China)

Abstract: The paper is intended to explore the mediating role of self - control between physical educational college students' self - esteem and Internet deviant behaviors. The Self - Esteem Scale, Self - Control Scale and Internet Deviant Behavior Inventory were applied to survey 477 physical educational college students. Results indicate that the self - esteem is positively correlated with self - control and negatively correlated with Internet deviant behaviors. The self - control is negatively correlated with Internet deviant behavior. The self - esteem has no significantly direct effect on Internet deviant behaviors, but the mediating effect of self - control between self - esteem and Internet deviant behavior is observed significant. A conclusion may be safely drawn that the self - control completely plays a mediating role between self - esteem and Internet deviant behaviors.

Key words: physical educational college students; self - esteem; self - control; Internet deviant behaviors