

社交媒体信息系统对成年人心理健康影响的调查分析*

翟 晖 刘义芳 魏传宇 李璐璐 孙 燕

(聊城市第四人民医院, 山东 聊城 252000)

摘要:按照“健康中国2030”国家战略,开展社交媒体信息系统对成年人心理健康影响的研究分析,有助于成年人心理健康自我管理的加强与社交类信息系统应用的改善。本论文以社交媒体信息系统应用对成年人心理健康的影响为研究主题,于2021年08月2021年10月对1152名18岁以上成年人采用问卷星发放与收集问卷测评结果,调查工具包括成年人一般情况调查表、使用社交媒体的基本情况、心理健康自评量表(SSIOS)、社会支持评定量表(SSRS)、Zung氏焦虑自评量表(SAS)、Zung氏抑郁自评量表(SDS)。从心理健康角度将信息系统对成年人的影响情况进行综合梳理与述评,以期完善国内社交媒体信息系统研究体系,为社交媒体信息系统应用对成年人心理健康影响的研究提供借鉴,对于推动“健康中国2030”战略具有积极意义。

关键词: 社交媒体 信息系统 成年人 心理健康 问卷调查

中图分类号: G353 **文献标识码:** A **文章编号:** 1003-9082(2022)03-0290-03

引言

信息社会下,社交媒体应用信息系统(Social Media Information Systems, SMIS)的普及已深刻改变了用户的生活和工作方式。截至2020年12月底,国内网民规模高达9.89亿,互联网普及率70.4%^[1],国内线上教育、线上医疗用户规模分别达到3.42亿、2.15亿,占整体互联网用户的34.6%、21.7%^[1]。医疗、娱乐、通信等方面与互联网应用的融合进一步加深,社交媒体信息系统对社交应用、娱乐、学术、会议、知识宣教等方面产生了积极影响。信息社会下,对成年人的心理健康教育变得更加重要,信息时代千变万化的潮流对于现代成年人来说,既是无数机遇也是一定挑战^[2]。国外社交媒体信息系统使用对用户各类影响的研究,主要探究信息系统对人类福祉产生的积极影响,包括健康数据管理、组织结构运作、电子政务处理等方面。近期更多的调研与研究指出信息系统使用对用户、组织和社会存在不同程度的负面影响,包括IT负面影响、社交媒体负面影响等^[3]。

社交媒体信息系统负面影响的研究已成为国外各学科领域的研究热点,如国外图书情报、管理学、心理学、计算机等学科,包括Information Systems Journal(连续两期)、Internet Research、European Management Journal等在内的国际学术期刊均针对社交媒体信息系统的负面影响开展专题研究。国内外研究主要关注虚假信息、信息过载等方面信息系统的负面影响以及享乐主义价值观对社交媒体使用影响^[4],微信等社交媒体信息系统应用学术问题也引起国内学

者的关注^[5],但是针对社交媒体信息系统使用时长对成年人心理健康负面影响的研究较少且较为分散。

一、调查研究方法

问卷调查法:利用问卷星(<https://www.wjx.cn>)在线设计问卷通过微信、QQ、网页链接嵌入等线上方式进行社交类信息系统对成年人心理健康影响的调查,问卷调查由评定对象独立填写,采用无记名方式进行,已交代评定时间范围为“最近一年”,问卷包括以下内容:

(1)关于被调查者的性别、年龄、职业、文化程度、经济收入、结婚年限、子女状况、城市/农村户籍等一般情况调查。

(2)社交媒体类信息系统使用情况,如常用社交媒体、浏览时长、心情影响、鉴别能力等。

(3)Zung氏焦虑自评量表(self-rating anxiety scale, SAS):问卷共20题,按1~4计分,第5、9、13、17、19为反向评分,按4~1计分。标准分<50分为正常,50~59分为轻度焦虑,60~69分为中度焦虑,70分以上为重度焦虑^[6]。

(4)Zung氏抑郁自评量表(self-rating depression scale, SDS):问卷共20题,按1~4计分,问卷共20题,按1~4计分,第2、5、6、11、12、14、16、17、18、20为反向评分,按4~1计分。总分乘以1.25后取整数得到标准分^[7]。

(5)自杀意念自评量表(SIOS):问卷共26题,计分方式:选“是”计1分、“否”不计分的题目:第2、3、4、8、11、12、14、16、17、18、19、20、22、23、24、26题;选

* 本文系聊城市社会科学研究课题:2021年度“心理健康服务与医院高质量发展”合作课题(编号:NDHZ2021054)。

“否”计1分、“是”不计分的题目:第1、5、6、7、9、10、13、15、21、25题^[8]。

(6) 社会支持评定量表(SSRS)应用:包含客观支持、主观支持、支持利用度3个维度,共14个条目。计分方法:第1-9、12-14条:每条只选一项,选择A、B、C、D项分别计1、2、3、4分。第10、11条如回答“无任何来源”则计0分,其他有几个来源则计几分^[9]。

二、数据分析

1. 基本情况

本次研究共调查1194人,获得有效问卷1152份,有效率96.48%。其中男女比例为1.165:1;年龄在18~65岁之间944人(81.94%),65岁以上208人(18.06%);所受教育程度中本科学历占比22.4%、大专占比23.87%、硕士及以上学历占比18.49%、高中及以下等其他类型占35.24%;结婚年限不到5年、5~10年之间、超过10年者分别有251人(26.9%)、205人(17.8%)、582人(50.52%),未婚者52人,仅占4.77%。

2. 社交媒体信息系统使用基本情况

每天使用社交媒体3小时以上的占24.65%,2~3小时的占16.84%,1~2小时的占30.56%,30分钟~1小时的占20.4%,30分钟以下的占7.55%。

在常用社交媒体信息系统中,微信(90.63%)、抖音(86.81%)、快手(84.64%)、QQ(86.55%)排名靠前,其次是微博(42.8%)、小红书(43.75%)、其他社交媒体系统(29.08%)。浏览社交媒体信息系统时最常关注主要为时事新闻、消遣娱乐、影视片段、美食相关、专业技能、军事题材、亲子活动,占比超过80.61%,其他方面仅占19.39%。

成年人在社交媒体虚假信息鉴别方面,自身鉴别能力很强的占74.22%,鉴别能力一般的占20.83%,鉴别能力很差的占0.09%,其他情况占4.86%。但以上人员均认可在社交媒体类信息系统使用中应加强以下四个方面:正面引导、虚假识别、监督监管、隐私保护。

3. 心理健康情况分析

通过分析调查问卷,发现焦虑人数共计102人,占总调查数比例为8.85%,其中轻度焦虑91人,占比7.9%。中度焦虑10人,占比0.87%,重度焦虑有1人,占比0.087%;总抑郁人数共计126人,占有有效问卷的比例为10.94%。其中轻度抑郁有97人,中度抑郁有19人,重度抑郁10人,分别占总有效问卷的8.42%、1.65%、0.87%;按照自杀倾向判定规则排除掩饰因子的影响后,分析发现有自杀倾向的人数为

13人,占有有效问卷1.13%。分析发现无低水平支持者,中度水平的社会支持者451人,占比39.15%;高水平社会支持者701人,占比60.85%。

4. 社交媒体信息系统与心理健康的相关性分析

4.1 每天浏览1小时以下心理健康分析

统计发现共有322人,其中19人存在心理健康问题,占比为13.07%。其心理健康因素分析为:18人存在抑郁;2人为中度抑郁,16人为轻度抑郁;1人存在自杀倾向,无焦虑情况和低社会支持情况。具体情况见表1。

表1 浏览社交媒体信息系统1小时以下心理健康对应表

变量	人数	占比
自杀倾向	1	0.31%
焦虑	0	0
抑郁	18	5.59%
低社会支持	0	0
总数	19	5.9%

4.2 每天浏览1~2小时心理健康分析

统计发现共有352人,46人存在心理健康问题,占比为13.07%。其心理健康因素分析为:6个轻度焦虑;37人存在抑郁:1人表现为重度抑郁,7人为中度抑郁,29人为轻度抑郁;4人存在自杀倾向。1人同时存在焦虑与抑郁情况。具体情况见表2。

表2 浏览社交媒体信息系统1~2小时心理健康对应表

变量	人数	占比
自杀倾向	4	1.14%
焦虑	6	1.7%
抑郁	37	10.51%
低社会支持	0	0
总数	46	13.07%

4.3 每天浏览2~3小时心理健康数据分析

统计人数为194人,存在心理健康问题较为严重的人数为24人,比例为12.37%,具体为抑郁19人,重度7人,轻度抑郁11人,中度抑郁1人。焦虑5人,自杀倾向3人,高水平社会支持30人。两人同时存在抑郁、焦虑状态,一人同时存在抑郁及自杀倾向。具体见表3。

表3 浏览社交媒体信息系统2~3小时心理健康对应表

变量	人数	占比
自杀倾向	3	1.55%
焦虑	5	2.58%
抑郁	19	9.79%
低社会支持	0	0
总数	24	12.37%

4.4 每天3小时以上心理健康数据分析

浏览3小时以上社交媒体信息系统的人数为284人,存在心理健康问题较为严重,人数为68人,比例高达23.94%,其中4人存在自杀倾向,22人存在不同程度焦虑:14人存在

轻度焦虑、7人存在中度焦虑、1人存在重度焦虑；51人存在不同程度的抑郁：40人存在轻度抑郁，9人存在中度抑郁，2人存在重度抑郁。具体情况见表4。

表4 浏览社交媒体信息系统3小时以上心理健康对应表

变量	人数	占比
自杀倾向	4	1.4%
焦虑	22	7.75%
抑郁	51	17.96%
低社会支持	0	0
总数	68	23.94%

根据上述数据可以发现，聊城市大部分成年人每天使用社交媒体信息系统的时长在1~3小时之间，占47.4%。随着浏览社交媒体信息系统时长的增加，心理健康问题逐步凸显：每天浏览社交媒体信息系统时长1小时以下，对心理健康影响最小，出现心理健康问题的概率为5.9%。每日浏览社交媒体信息系统时长在2~3小时比1~2小时的焦虑程度、自杀倾向有所增加，分别由1.7%、1.14%，提高为2.58%、1.55%。每日使用社交媒体信息系统时长超过3小时，对自身的心理健康影响最大，较容易存在心理健康问题，概率为23.94%。比如1人表现为重度焦虑，重度抑郁2人，9人中度抑郁，4人存在自杀意念，绝望程度越高、越不乐观、睡眠存在一定障碍。尤其应注意，浏览社交媒体信息系统超过3小时的284人中，9人同时存在焦虑、抑郁状态，值得引起密切关注。

三、研究结论及建议

根据上述分析，聊城市大部分成年人每天使用社交媒体信息系统的时长在1~3小时之间。每日使用社交媒体信息系统时长超过3小时，对自身的心理健康影响较大，重度焦虑占，中度焦虑占比；重度抑郁占比，中度抑郁占比，自杀意念中，绝望程度越高、越不乐观、睡眠存在一定障碍；在社会支持中，客观支持、主观支持、支持利用。信息社会下，社交媒体信息系统使用对成年人心理健康有重要关系，虽然当前部分成年人对社交媒体信息系统应用中虚假信息有了一定鉴别意识，均期待对鉴别能力的深度和力度。这不仅与成年人的个体差异性有关^[7]，也是成年人在社交媒体信息系统应用中存在的共性，应从社会、个体等多方面入手制定有效的干预对策，才能缓解焦虑、抑郁等情绪，切实提高成年人心理健康整体水平，提高生活质量^[8]。

针对上述问题，提出降低社交媒体信息系统对成年人心理健康影响、提高健康应用社交媒体信息系统水平方面建议。一是呼吁广泛关注社交媒体信息系统对成年人心理健康的影响。可利用社交媒体信息系统推广健康应用和健康

促进。二是建议培养成年人社交媒体信息系统健康应用意识。推荐成年人每日采用科学、合理、健康的社交媒体信息系统应用时长，降低长时间社交媒体信息系统应用对心理健康的负面影响，提升成年人心理健康水平。三是建议加强网络安全及虚假信息、负面信息的监管力度。对社交媒体信息系统中虚假宣传、不良信息、负面事件，进行严格监管，从源头遏制负面、虚假、夸大等信息在社交媒体信息系统中的传递，保障积极、清朗的网络环境。四是要加强社交媒体信息系统风险识别相关技术应用，综合应用人工智能、云计算、元数据搜索等技术深度融合^[9]，提高社交媒体使用风险发现效率，不仅要感知信息的质量高低，还要辅助判断信息的真实程度^[10]，为保障心理健康、风险防控提供数据参考。

参考文献

- [1]中国互联网络信息中心.第47次《中国互联网络发展状况统计报告》[EB/OL].http://www.cac.gov.cn/cnnic47/,2021-02-03.
- [2]曾金霞.解析成人心理健康教育的现实诉求与路径[J].知识文库,2021(07):181-182.
- [3]付少雄,赵安琪,邓胜利.国外信息系统使用对用户健康负面影响研究综述[J].情报资料工作,2020,41(06):54-62.
- [4]RanaUmairAshraf.认识在中国继续使用社交媒体的意图[D].北京理工大学,2018.
- [5]胡媛,秦怡然.基于微信的用户学术信息交流模型构建[J].情报科学,2019,37(01):22-29+36.
- [6]宋玉美.某高校医学生在新冠疫情期间的心理状态调查[J].心理月刊,2021,16(11):15-16.
- [7]夏朝云,王东波,何旭东,等.自杀意念自评量表在大学生中的应用[J].中华精神科杂志,2007,40(02):94.
- [8]崔德刚,邱芬,邱服冰,等.基于ICF成年人休闲体育活动改善心理健康、生活质量和福祉的系统综述[J].中国康复理论与实践,2021,27(09):1038-1047.
- [9]冯英华,于倩倩.社交媒体学术交流风险认知调查分析[J].数字图书馆论坛,2020(12):58-64.
- [10]戴珍燕,周斌,刁雅静.基于信息生态系统理论的网络公益传播机制研究[J].软件导刊,2021,20(06):86-95.

作者简介：翟晖（1972.12—），男，山东聊城，汉，本科，高级职称、院党委委员，研究方向：计算机信息管理及数据分析。