

健康自我效能对网络暴力的影响：探讨社交媒体使用行为的中介作用与教师关怀的调节作用

张博瑞

泰国博仁大学，泰国 曼谷 10210

DOI:10.61369/EDTR.2025110008

摘要：本研究以社会认知理论为基础，以海南省大学生为研究对象，探讨健康自我效能、社交媒体使用行为、网络暴力与教师关怀之间的关联。本研究通过立意抽样对海南省部分高校大学生进行问卷调查，共回收418份有效问卷。基于多元回归分析结果发现：健康自我效能显著正向预测社交媒体使用行为；社交媒体使用行为在健康自我效能与网络暴力之间发挥中介作用；教师关怀在健康自我效能与社交媒体使用行为关系中具有调节效应。本研究在理论上揭示了健康自我效能与网络暴力的内在联系，丰富了社会认知理论框架；在实践上为教育工作者提供了干预与政策制定的新视角，有助于提升大学生心理韧性与健康发展。

关键词：健康自我效能；社交媒体使用行为；网络暴力；教师关怀；社会认知理论

The Impact of Health Self-Efficacy on Cyberbullying: Exploring the Mediating Role of Social Media Usage Behavior and the Moderating Role of Teacher Care

Zhang Borui

Dhurakij Pundit University, Bangkok, Thailand 10210

Abstract : Grounded in Social Cognitive Theory, this research investigates the relationships among health self-efficacy, social media use, cyberbullying, and teacher care, with Chinese university students in Hainan Province as the study population. A purposive sampling survey was conducted, yielding 418 valid responses. Multiple regression analysis revealed that health self-efficacy significantly and positively predicts social media use; social media use mediates the relationship between health self-efficacy and cyberbullying; and teacher care moderates the relationship between health self-efficacy and social media use.

Keywords : health self-efficacy; social media use behavior; cyberbullying; teacher care; social cognitive theory

一、健康自我效能

健康自我效能是指个体对自身在健康相关情境中成功执行特定行为的能力所持有的信念或信心。这一概念源于 Bandura (1997) 的自我效能理论，强调个体对自身能力的主观判断在行为选择和坚持中的关键作用。健康自我效能指大学生在保持心理健康的同时，具备有效应对社交媒体使用行为和网络暴力的能力，即个体对自己采取必要行动以促进心理健康、持续执行健康行为并克服相关障碍的信心。本研究旨在探讨健康自我效能如何影响大学生的行为选择和应对方式，从而降低网络暴力的风险，增强心理韧性，并减少网络暴力的负面影响。

二、社交媒体使用行为

社交媒体使用行为是指主要围绕用户在社交媒体环境下的行为特征展开，含有使用频率、使用时长、参与度以及具体活动类

型 (Kolhar et al., 2021)。社交媒体使用行为指个人在各种社交媒体平台上进行的活动，包括发布内容、与他人互动和获取信息。社交媒体使用行为可以分为被动使用和主动使用。本研究将社交媒体使用行为定义为：年轻人通过社交平台进行社交、娱乐、信息获取的广泛活动，探讨其对心理健康、身体健康、社会连接性、隐私安全、教育以及潜在成瘾性的影响。同时，本研究进一步区分被动与主动使用，并结合使用频率和时长因素，以全面评估大学生在社交媒体上的行为特征及其可能产生的心理影响。

三、网络暴力

网络暴力是指使用数字技术的暴力。它可以在社交媒体、消息传递平台、游戏平台和手机上进行 (陆虎成, 2024)。这是一种反复的行为，旨在吓唬、激怒或羞辱那些成为攻击目标的人。本研究将网络暴力定义为：通过互联网或其他数字通信手段对个体或群体实施的故意、重复的伤害行为，包括语言攻击、社交排

斥、身份盗用、网络跟踪及色情骚扰等形式。具体而言，本研究中的网络暴力主要表现为针对大学生的负面评论、网络八卦、个人信息泄露以及心理攻击等行为，这些行为会严重损害学生心理健康和学业表现。

四、教师关怀

教师关怀是指教师在教育过程中对学生表现出的情感支持和关注，这种关怀可以通过课堂互动、个别辅导和课外交流表现出来。教师关怀对学生的学业成就和心理健康有显著的正面影响 (Amerstorfer & Von Mü nster-Kistner, 2021)。这种关怀不仅体现在学术支持上，还包括情感支持和社会支持，旨在满足学生的生活学习中多元化的需求，促进学生全面发展。本研究将教师关怀定义为：教师在教育过程中对学生提供的情感支持、个性化关注、心理安全和学术支持的综合表现。

五、模型建设与相关假设

(一) 健康自我效能与网络暴力因果研究

健康自我效能感与网络暴力行为之间存在显著的负向关联。具体而言，健康自我效能感较高的个体在网络环境中更不易参与侮辱、威胁或传播谣言等暴力行为 (Li et al., 2019)。首先，高健康自我效能感通过积极的信息获取与理性判断应对压力，从而降低攻击性反应的可能性。其次，健康自我效能感的提升能够减少道德脱离倾向，增强个体对网络行为的责任感，避免将匿名性或群体压力作为不当行为的合理化理由。最后，健康自我效能感还能促进社会信任与共情能力，通过改善心理健康，间接抑制网络暴力的发生。据此，提出本研究假设：

H1：健康自我效能对网络暴力行为存在负向影响。

(二) 健康自我效能与社交媒体使用行为研究

较高的健康自我效能有助于个体在面对网络暴力时采取积极的应对策略，减少自身参与网络暴力行为的可能性。随着社交媒体社交互动的增加，线上社会支持对社交自我效能感的正向影响变得更加显著。此外，已有研究进一步表明，健康自我效能与社交媒体使用行为之间不仅可能存在正向路径，即高自我效能促使更多建设性、积极的社交媒体参与，还可能存在反向或负向路径：当社交媒体使用处于信息超载、沟通负荷或社交负荷状态时，这种使用反而可能削弱个体的健康自我效能 (Li et al., 2019)。据此，提出本研究假设：

H2：健康自我效能对社交媒体使用行为存在正向影响。

(三) 社交媒体使用行为与网络暴力相关研究

社交媒体使用行为是影响网络暴力的重要因素之一。研究表明，频繁使用社交媒体可能增加个体参与网络暴力行为的风险 (Craig et al., 2020)，尤其是当社交媒体使用行为倾向于情绪化

表达时。此外，偏向情绪化表达和过度沉迷于社交媒体的行为，与网络暴力的发生显著相关，社交媒体使用行为动机对其心理和行为影响具有重要作用。同时，过度使用社交媒体的用户更容易体验到心理困扰，而这种困扰往往与网络冲突和暴力行为密切相关。据此，提出本研究假设：

H3：社交媒体使用行为对网络暴力行为具有正向影响。

(四) 社交媒体使用行为的中介作用相关研究

健康自我效能较高的个体往往具备更强的自我调节能力，他们在社交媒体上的使用更具目标导向性和自控性，不容易沉迷于负面互动 (Chu et al., 2021)。这种自我调节能力不仅能够帮助他们更有效地管理线上时间，还能降低因情绪化使用社交媒体而引发的冲突与攻击行为。另一方面，社交媒体使用行为的模式直接影响个体的社会认知与人际互动方式。Niu et al. (2020) 的研究发现，社交媒体的使用方式能够部分中介自我效能与心理健康之间的关系。据此，提出本研究假设：

H4：社交媒体使用行为在健康自我效能与网络暴力行为之间起中介作用。

(五) 教师关怀的调节作用相关研究

教师提供的支持不仅缓解了学生的负面情绪，而且通过增强心理韧性，从而改善了其整体心理健康水平，这为理解教师关怀如何通过情绪调节作用于行为提供了重要视角。Varma et al. (2020) 的全球性调查研究显示，在面对压力等负面情绪时，健康自我效能与社交媒体使用行为之间存在显著关联，这一发现暗示，当个体拥有较高的健康自我效能时，其在社交媒体使用行为上更倾向于采取积极健康的策略，从而有效缓解外部压力带来的负面影响。据此，提出本研究假设：

H5：教师关怀在健康自我效能和社交媒体使用行为之间起正向调节作用。

六、研究对象与数据收集

本研究将海南省高校在校大学生作为研究母体。在此母体之上，本研究进一步选取具有代表性的院校、年级及性别分布的学生群体作为调查对象。本研究依托问卷星平台发布调查问卷，采用线上问卷星网站进行发放与回收。问卷投放时间为2025年7月2日至8月3日，调查对象为海南省在校大学生。共计收回721份问卷，经筛查后得到有效问卷418份，有效回收率为57.980%。

七、结论与启示

本研究对健康自我效能与网络暴力之间的关系进行了检验。结果显示，(1) 健康自我效能对网络暴力行为存在负向影响；(2) 健康自我效能对社交媒体使用行为存在正向影响；(3) 社交媒体使用行为对网络暴力具有正向影响；(4) 社交媒体使用行为在健康自我

效能与网络暴力之间起到中介作用；(5) 教师关怀在健康自我效能和社交媒体使用行为之间起到正向调节作用。本研究的实证分析揭示了健康自我效能、社交媒体使用行为、网络暴力及教师关怀

之间的复杂关系，验证了部分假设并发现了新的作用模式，为理解大学生在网络环境中的心理与行为机制提供了实证依据。

参考文献

- [1]Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- [2]Kolhar, M., Kazi, A., & Alameen, A. (2021). Effect of social media use on learning, social interactions, and sleep duration among university students. *Saudi Journal of Biological Sciences*, 28(4), 2216–2222.
- [3]Li, S., Ran, G., & Hu, T. (2019). A meta-analysis of self-efficacy and mental health in the Chinese context. *Developmental Psychology Studies*, 35(6), 1023–1035.
- [4]陆虎成. “网络暴力的新特征、危害及其规制.” *法学 (汉斯)* 12.7(2024):4440–4447.
- [5]Amerstorfer, C. M., & Von Münnster-Kistner, F. (2021). Student perceptions of academic engagement and student-teacher relationships in problem-based learning. *Frontiers in Psychology*, 12, Article e713057.
- [6]Craig, W., Boniel, M., Bjereld, Y., & Pickett, W. (2020). Social media use and cyber-bullying: A cross-national analysis of young people in 42 countries. *Journal of Adolescent Health*, 66(6), 100–108.
- [7]Chu, X., Li, Y., & Lei, L. (2021). Social support and cyberbullying for university students: The mediating role of internet addiction and the moderating role of stress. *Current Psychology*, 42(3), 2014–2022.
- [8]Niu, Z., Willoughby, J., & Zhou, R. (2020). Associations of health literacy, social media use, and self-efficacy with health information-seeking intentions among social media users in China: Cross-sectional survey. *Journal of Medical Internet Research*, 23(2), Article e19134.
- [9]Varma, P., Junge, M., & Jackson, M. L. (2020). Younger people are more vulnerable to stress, anxiety and depression during COVID-19 pandemic: A global cross-sectional survey. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 109, Article e110236.