

---

# 玩智能手机或导致母亲孤独感

作者：鲁亦 来源：中国科学报

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/1631.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！



图片来源：kidspot

最近发表在开放获取期刊《BMC女性健康》上的一项研究发现，平均每天花1~2个小时玩智能手机的母亲，其孤独感弱于玩手机时间更短或更长的母亲。

日本京都大学的研究者发现，每天使用智能手机不超过1小时或完全不用智能手机的母亲，自我报告的孤独感更强，每天使用智能手机2~3小时或以上的母亲的情况类似。每天使用智能手机1~2小时的母亲却没有显示出更强的孤独感，这说明后者对于年轻妈妈来说可能是使用智能手机的理想时长。此外，智能手机的使用可能与社交网络的使用有关联。

论文通讯作者Marie Mandai说：在日本，人们通常认为有孩子的女性都生活在朋友和家人的包围下，感到孤独的可能性较小。但是近来抚养年幼孩子的母亲所遭遇的孤独感问题引起了一些担忧。这是第一个以抚养3岁以下孩子的母亲为对象，探索通讯设备和社交媒体对其孤独感影响的研究。

Mandai团队对日本长滨市523名抚养3岁以下幼子的母亲填写的问卷进行了分析。问题涵盖她们的基本特征，如年龄、婚姻状态、受教育情况、孩子的数量、孤独感、社交网络(包括线上和线下)

---

，以及她们所使用的通讯工具和信息来源。

研究人员发现，那些使用智能手机时间更长的母亲，对社交媒体的使用也更频繁;社交媒体上朋友较少、获得支持较少的妈妈，孤独感往往更强。这说明社交媒体可能会影响人对孤独的感知。同时，社交媒体也被妈妈们认为是一个信息来源。

研究者也提醒，由于采集的数据全部来源于日本的一座城市，因此结果的普适性可能有限。另外，由于这是一个横向观察性研究，且建立在自我报告数据的基础上，因此无法得出智能手机和孤独感之间的因果性结论。(来源：中国科学报 鲁亦)

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](http://www.iikx.com)转发