

---

# 使用传统媒体对幸福感无甚影响

作者：writer 来源：爱科学

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/17063.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！**

使用传统媒体对幸福感无甚影响。人们经常认为，使用传统媒体会增加幸福感，而使用新媒体如社交媒体会削弱幸福感，真的如此吗？一项研究调查发现，使用传统媒体形式，如书本、音乐和电视，对成年人的短期幸福感没有影响。相关研究1月7日发表于《科学报告》。

2020年4至5月新冠疫情期间，英国牛津大学的Niklas Johannes和同事调查了2159名英国成年人的媒体使用习惯和幸福感水平，他们使用的数据来自一项全国代表性调查。科学家在超过6周时间里每周进行调查，参试者会报告自己前一周花在音乐、电视、电影、电子游戏、书籍、杂志和有声书上的时间，以及前一天的快乐和焦虑水平。

研究者发现，那些使用书籍、杂志或有声书的人与不这么做的人相比拥有相似的快乐和焦虑水平，而那些使用音乐、电视、电影和电子游戏的人相比未使用这些娱乐的人拥有较低的快乐水平和较高焦虑水平。

但这些差异很小，而且没有因果关系。Johannes说，拥有较低快乐和较高焦虑水平的人也更有可能去音乐、电视、电影和电子游戏中寻求慰藉，而非书籍杂志或有声书。

作者表示，尽管在使用不同形式媒体的用户中观察到了幸福感差异，改变参与者使用的媒体类型和他们使用传统媒体的时间，无法预测其焦虑或快乐水平的实质性变化。这些发现表明，使用传统形式的媒体对短期幸福感无甚影响。（来源：中国科学报冯丽妃）

相关论文信息：<https://doi.org/10.1038/s41598-021-03218-7>

版权声明：凡本网注明来源：中国科学报、科学网、科学新闻杂志的所有作品，网站转载，请在正文上方注明来源和作者，且不得对内容作实质性改动；微信公众号、头条号等新媒体平台，转载请联系授权。邮箱：[shouquan@stimes.cn](mailto:shouquan@stimes.cn)。

作者：Niklas Johannes 来源：《科学报告》

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://iikx.com)转发