

网络成瘾大学生的上网特征

易晓明¹, 黄金贤²

(1.上海交通大学心理咨询中心, 上海 200240; 2.上海交通大学教务处, 上海 200240)

【摘要】 目的: 研究网络成瘾大学生的上网特征。方法: 对某大学近 2000 名学生(含研究生)进行网络使用方面的问卷调查。结果: 在学年的各时间段, 网络成瘾者的上网时间都多于非网络成瘾者; 所有学生在假期中的上网时间均少于平时, 寒假期间的上网时间最少, 但网络成瘾学生在寒假中的时间减少更明显; 除学校公寓外, 网络成瘾者倾向于选择网吧而非自家上网, 非网络成瘾者与此相反; 与非网络成瘾学生相比, 网络成瘾学生在网上的交友、自我调节、自我展示或自我塑造的动机较强, 学习或工作动机较弱。与此相应, 网络成瘾者的聊天、发帖、打电子游戏、浏览与性有关的网站、当网络黑客等网上行为更多。结论: 网络成瘾大学生在上网时间、场所、动机和行为上均表现出不同于非成瘾的大学生的特点。

【关键词】 网络成瘾; 上网时间; 上网场所; 上网动机; 网上行为

中图分类号: R395.2

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2008)01-0034-03

Characteristics of the Internet Addiction College Students in Using Web

YI Xiao-ming, HUANG Jin-xian

Counseling and Support Center, Shanghai Jiaotong University, Shanghai 200240, China

【Abstract】 Objective: To investigate the characteristics of the internet addiction (IA) college students in using web. Methods: Nearly 2000 college students (including graduate students) were surveyed with questionnaires about Internet usage. Results: IA students always spent more time in web than non-IA students in all periods of the academic year. All students spent less time in net in their holidays than non-holiday period and least in the winter vacation, but IA students' time spent in web in the winter vacation was reduced even more than non-IA students. Besides the campus dormitories, IA students preferred net clubs to their homes but non-IA students preferred homes to net clubs when they needed net. IA-students had stronger motivation in meeting friends, self adjusting, self displaying or self shaping, but weaker motivation in studying and working than non-IA students did. Accordingly, IA students spent more time in chatting, writing and posting cards, playing games, browsing in the sex websites, being hackers in Internet than non-IA students did. Conclusion: The IA college students have their own characteristics in time spending, place selecting, motivation and actions in using web in contrast to the normal college students.

【Key words】 Internet addiction; Time spending in internet; Places selecting for using Internet; Motivations for using Internet, actions in Internet

网络成瘾(internet addiction, 简称 IA, 或 internet addiction disorder, 简称 IAD), 是指由于过度使用互联网从而导致明显的社会、心理损害的现象^[1]。随着网络用户的增多和网络成瘾的危害的凸现, 网络成瘾的研究正在受到越来越多的关注, 成为心理学研究的新领域^[2-4]。

本研究用问卷法对地处上海的一所名牌大学学生进行大样本的系统调查, 全面比较了网络成瘾大学生和非网络成瘾大学生的上网时间、场所、动机和网上行为, 以期深入了解网络成瘾大学生的上网特征, 为网络成瘾的矫正奠定基础。

1 研究方法

1.1 研究对象

地处上海的某所名牌大学本科一、二、三年级学生(2003级、2002级、2001级), 硕士一、二年级学生(2003级、2002级)以及博士生(人数不多, 统称博士生)约 2000 人参加了调查, 有 988 位被试的答卷被

判定为有效答卷(男生 567 人, 女生 421 人), 从中筛选出网络成瘾者 50 人, 非网络成瘾者 731 人为本研究の対象。

1.2 研究工具

以大学生网络使用及其心理状况调查表为本研究工具。问卷正文包括 11 个部分, 共 176 题。作为系统研究网络成瘾问题的一部分, 与本文有关的部分包括: 第一部分, 上网时间、地点情况调查(自编)。第二部分, 网络成瘾鉴定问卷一^[9]: 问卷包括 2 等级(是、否)的 8 个条目。问卷总分达到 5 分, 即可判定该被试网络成瘾。第三部分, 网络成瘾鉴定问卷二^[10]: 原问卷包括 5 等级(1-5)的 20 个条目, 并预留 'Not Applicable' 选项。翻译后将 'Not Applicable' 项转化为 '没有' 等级(表示该题不适合自己的情况), 成为 6 级(0-5)问卷。可根据问卷的总分把被试分成四个等级。总分达到 31 分者达到第二等级, 即轻度的网络成瘾症状标准。第四部分, 上网动机的调查问卷(自编): 问卷包括 11 个 5 等级的条目, 调查被试基

于某种目的上网的多少,借以了解上网动机;第五部分,网上行为的调查问卷(自编):问卷包括了 11 个 5 等级的条目,调查被试在网上相应的行为的多少。

1.3 研究过程

1.3.1 抽样 依据该校各年度的新生名册,在院系老师的协助下,经过和相应班级同学协商,以班级为单位抽取各个年级、各个专业学生参加问卷调查。初步抽取的人数约 2000 人,占该校学生总数的近 10%。由于在理科、工科和农科的专业中男生多于女生,所以在这些专业中抽取女生所涉及的班级要多于抽取男生所涉及的班级(例如,抽取某班的男生,匹配上该年级、该专业二个甚至三个班的女生)。本调查在 2004 年 5 月下旬开展。当时本科大四学生(2000 级)大都在外实习,研三(2001 级)硕士生已毕业,故没能抽取。

1.3.2 培训测验的主试,进行问卷调查 经面试,招聘到 20 名高年级学生(多为研究生),经过约 1 个小时的培训后负责开展本科生的问卷调查。研究生的问卷调查则由老师负责实施。调查以集体答卷的方式完成。

1.3.3 有效问卷的筛选 本研究依次采取两种方法对问卷进行筛选。首先,用直观判断法筛选。具体为:在本研究的问卷回答中,凡是学号、性别、入学该校前学习生活所在地等个人基本信息缺失,或发现问卷出现了漏选、答案不合逻辑(如每周上网天数超过 7 天),或者连续很多题选择相同的选项,或者选项的连线为有规律的折线,则问卷判定为废卷。经过直观判断,从近 2000 份试卷中筛选出 1615 份无明显问题的试卷,输入专门编写的数据处理系统。其次,用数据分析法筛选。该问卷中设有两对重复题、

三对说法相反的题,以及一道有固定答案的题。如果被试在有答案固定的题目上没有选择那个固定的选项,或者被试在两道重复题以及三道说法相反的题中有两对题目的得分差距超过 1 分(考虑到这里的判断具有模糊的性质,1 分的差距为可接受范围),则该问卷也被判定为废卷。经过上述筛选,最终得到有效问卷数据 988 份。

1.3.4 统计分析 数据采用 SPSS7.0 进行统计分析。

2 结 果

本研究对网络成瘾者和非网络成瘾者作出如下规定:P1(诊断问卷 1)值大于或等于 5 且 P2(诊断问卷 2)的值大于或等于 31 分的被试为网络成瘾者;P1 的值小于 4 且 P2 的值小于 30 的被试为非网络成瘾者。由于本研究中的数据分布均不符合参数检验的条件,所以都用非参数的检验方法。

表 1 两类大学生的上网时间、场所的比较($\bar{x} \pm s$)

	非成瘾组(n=731)	成瘾组(n=50)	χ^2	P
上网时间				
正常周工作日上网天数	3.62 ± 1.633	3.90 ± 1.317	0.679	0.410
正常周工作日上网小时数	8.86 ± 8.900	12.08 ± 9.649	10.520	0.001
正常周末上网天数	1.47 ± 0.663	1.76 ± 0.527	10.038	0.002
正常周末上网小时数	5.52 ± 6.216	8.23 ± 4.801	23.521	0.000
04年五一节上网天数	3.03 ± 2.371	4.48 ± 2.073	18.599	0.000
04年五一节上网小时数	11.28 ± 14.273	18.01 ± 13.040	21.368	0.000
03-04寒假每周上网天数	2.82 ± 2.423	2.79 ± 2.148	0.064	0.801
03-04寒假每周上网小时数	7.61 ± 12.181	9.09 ± 10.147	4.193	0.041
经常上网的场所				
学校公寓	0.65 ± 0.477	0.68 ± 0.471	0.172	0.679
学校公共机房	0.26 ± 0.441	0.18 ± 0.388	1.721	0.190
实验室	0.09 ± 0.281	0.10 ± 0.303	0.112	0.738
自家	0.47 ± 0.499	0.16 ± 0.370	18.061	0.000
网吧	0.19 ± 0.393	0.38 ± 0.490	10.439	0.001
其它地方	0.03 ± 0.171	0.02 ± 0.141	0.167	0.683

表 2 两类大学生的上网目的和网上实际行为的比较($\bar{x} \pm s$)

	非成瘾组(n=731)	成瘾组(n=50)	χ^2	P
上网目的				
了解外面的世界发生的事情	3.74 ± 0.960	3.62 ± 1.008	0.682	0.409
结交新网友,形成网上朋友圈子	1.99 ± 0.875	2.86 ± 1.069	34.071	0.000
展示另一个自我	1.78 ± 0.894	2.72 ± 1.070	38.647	0.000
忘记现实生活中的烦恼,减轻现实生活的压力	2.20 ± 1.052	3.44 ± 1.091	50.544	0.000
利用网上影视资源,丰富业余文化生活	3.72 ± 1.035	3.80 ± 1.010	0.435	0.510
满足自己与性有关的需求	1.64 ± 0.848	2.44 ± 0.993	36.109	0.000
成为网络游戏的高手,证明自己的能力	1.47 ± 0.839	2.14 ± 1.107	25.176	0.000
利用网络资源,为学习和工作创造更好的条件	3.69 ± 1.014	3.40 ± 0.990	4.665	0.031
打发无聊的时光	2.85 ± 1.029	3.34 ± 1.081	11.206	0.001
发表自己对人对事的见解	2.43 ± 1.025	2.76 ± 0.894	7.287	0.007
作为传统方式的替代,与同事和亲友保持联系	3.62 ± 1.111	3.58 ± 0.883	0.376	0.540
网上行为				
上网聊天	3.40 ± 1.092	3.80 ± 0.990	6.078	0.014
到BBS的板块或论坛上发帖子	2.62 ± 1.139	2.92 ± 1.007	4.024	0.045
收发电子邮件	3.73 ± 1.040	3.58 ± 1.052	0.921	0.337
打电脑游戏	2.25 ± 1.237	2.80 ± 1.498	6.269	0.012
浏览与性有关的网站	1.65 ± 0.798	2.30 ± 1.015	24.187	0.000
当网络黑客	1.09 ± 0.385	1.34 ± 0.848	9.594	0.002
制作或完善个人网页	1.32 ± 0.744	1.58 ± 1.090	2.282	0.131
看新闻	3.60 ± 1.095	3.76 ± 1.135	1.306	0.253
查看与学习或工作有关的资料	4.03 ± 0.892	3.86 ± 0.904	2.131	0.144
下载网上个人娱乐方面的音像资料	3.80 ± 1.068	3.78 ± 0.790	0.621	0.431
收集、下载、整理可能有用的其它资料	3.91 ± 0.971	3.88 ± 0.824	0.321	0.571

2.1 成瘾与非成瘾大学生上网时间、场所比较

在各个时段(平时、周末、五一节以及寒假),网络成瘾者都要比非网络成瘾者花费更多的时间上网;在经常上网的地点方面,除学校公寓外,非网络成瘾的学生经常在家上网的比较多,而网络成瘾的大学生经常在网吧上网的比较多。

统计两类学生在学年中不同阶段(平时、五一以及寒假)的每周(周一到周日)上网小时数可发现:无论是否网络成瘾,学生在非节假日的上网时间都最多,在寒假期间上网的时间都最少(非参数 Friedman 检验,网络成瘾者和非网络成瘾者的卡方值分别为 29.91 和 295.82, P 值均为 0.00),且寒假期间两类学生上网的时间很接近。见表 1。

2.2 成瘾与非成瘾组上网动机和网上行为比较

表 2 可见:网络成瘾者在网上的交友、自我调节、自我展示以及自我塑造等动机强于非网络成瘾者,而创造良好的学习或工作条件的动机弱于非网络成瘾者少。网络成瘾者在上网聊天、发帖、打电脑游戏、浏览与性有关的网站、当网络黑客方面多于非成瘾者,在其他方面无差异。

3 讨 论

按照常理,网络成瘾者会在相对空闲的假期,特别是寒假花费更多的时间上网。本研究却发现:全部学生在假期期间的上网时间均减少,并且网络成瘾的学生在寒假期间的上网时间减幅最大。这可能源于以下原因:第一,学校具备比校外更便利的上网条件;第二,学生在校学习期间的压力(主要有学习压力、人际关系压力、情感压力)大于他们在假期中的压力(学习压力、人际关系压力在假期中降低),因而那些倾向于通过上网来减压的成瘾者在平时上网更多;第三,在假期(特别是寒暑假),上网更容易被其他活动替代。成瘾者的上网行为与心理压力的关系已得到一些研究的支持^[3-5]。这为网络成瘾的矫正提供了一条思路,即:降低网络成瘾者的压力以及培养新的适应方式(用良性的行为习惯代替上网)都将有助于矫正网络成瘾。

从经常上网的场所来看,学校公寓显然是学生上网比较多的地方。但为什么网络成瘾者在网吧中的上网频率高于非成瘾者,而在家中的上网频率又低于非成瘾者呢?可能的情况有:第一,网络成瘾者在家中上网的方便程度低于非网络成瘾者;第二,两类学生在网上的活动不同,相应地会选择不同的上网环境。我们无法检验第一条假设,但第二个假定在本研究中已得到验证。

两类大学生在上网动机与网上行为上的差异具有内在的联系:上网聊天与交友、自我调节有关;上网发帖是一种明显的自我展示行为;打电脑游戏与自我调节、自我展示和自我塑造有关;浏览与性有关的网站与自我调节有关;当网络黑客与自我展示有关。已有研究揭示了两类大学生在家庭氛围、社会支持、自尊、心理健康程度上的差异^[4-8],这些差异的存在为网络成瘾学生在上网动机以及网上行为提供了更深层次的解释,也为网络成瘾的校正提供了思路。

参 考 文 献

- 1 陈侠,黄希庭,等.关于网络成瘾的心理学研究.心理科学进展,2003,11(3):355-359
- 2 林绚晖.网络成瘾现象的研究综述.中国临床心理学杂志,2002,10(1):74-80
- 3 易晓明.大学生的类别、上网条件与网络成瘾的关系.中国临床心理学杂志,2005,13(4):437-439
- 4 易晓明.网络成瘾大学生的心理问题.心理科学,2005,28(6):1476-1478
- 5 陈平周,刘少文,等.大学生网络成瘾的心理健康状况研究.中国临床心理学杂志,2007,15(1):40-41
- 6 秦华,饶培伦,等.网络游戏成瘾的形成因素探析.中国临床心理学杂志,2007,15(2):155-160
- 7 李永占.高中生网络成瘾与家庭环境关系初探.中国心理卫生杂志,2007,21(4):244-246
- 8 周爱保,康诚.青少年网络成瘾者的应付方式特征.中国心理卫生杂志,2007,21(4):251-251
- 9 Young. What is Internet Addiction? <http://www.netaddiction.com/whatis.htm>
- 10 Young. A Therapist's Guide to Assess and Treat Internet Addiction http://www.netaddiction.com/other/therapist_guide.htm

(收稿日期:2007-09-07)

中国医师协会精神科医师分会第四届年会征文通知

中国医师协会精神科医师分会第四届年会定于 2008 年 4 月 23-27 日在哈尔滨举行。年会将就大家共同关心的临床问题,如精神分裂症、心境障碍、心理治疗、自律与维权等问题进行专家论坛、大会和分会交流,并进行杰出精神科医师颁奖。现征文通知如下:

请以 1000 字以内的论文摘要形式,包括目的、方法、结果、结论、简单讨论。用 A4 纸打印,一式两份,并提供电子文稿。来稿请寄:410011 湖南长沙市中南大学湘雅二医院精神卫生研究所刘铁桥教授收(email:liutieq@gmail.com)。截稿日期 2008 年 3 月 31 日。