

大学生网络成瘾的心理健康状况研究

陈平周¹, 刘少文¹, 罗丽君², 吴俊文², 魏锦洪²

(1.汕头大学精神卫生中心, 广东 汕头 515063; 2.汕头大学医学院医疗系 04 级, 广东 汕头 515063)

【摘要】 目的: 了解大学生网络成瘾的现状及心理健康状况, 为采取有效干预措施提供依据。方法: 采用分层整群抽样方法, 应用网络成瘾诊断量表、症状自评量表 (SCL-90)、Hamilton 抑郁量表 (HAMD)、Hamilton 焦虑量表 (HAMA)、社会支持量表 (SRSS) 对 360 名大学生进行现况调查。结果: 大学生上网率为 96.7%, 成瘾率为 9.20%。其中男生成瘾率 (12.58%) 明显高于女生成瘾率 (6.35%)。成瘾者的 SCL-90、HAMD、HAMA 等量表评分及各因子均明显高于非成瘾者, SRSS 评分明显低于非成瘾者, 差异有显著性意义。结论: 大学生网络成瘾率较高, 网络成瘾严重影响大学生的心理健康。

【关键词】 大学生; 网络成瘾; 行为; 互连网

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2007)01-0040-02

A Study on the Psychological Health of Internet Addiction Disorder of College Students

CHEN Ping-zhou, LIU Shao-wen, LUO Li-jun, et al

Mental Health Center, Shantou University, Shantou 515063, China

【Abstract】 Objective: To investigate the status and mental health of college students indulging in internet, and to supply some evidence for effective measures. Methods: 360 college students were investigated by Symptom Checklist-90, Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A), Hamilton Rating Scale for Depression (HAMD), Social Support Rating Scale (SRSS). Results: 96.72% college students contacted the internet, the rate of college students' addiction to the internet was 9.2%, male was 12.58, higher than female students (6.35%). The scores of internet addicts in Hamilton Anxiety Rating Scale, Hamilton Rating Scale for Depression were higher than control group, but the scores of addicts in SRSS were lower; there were significance differences. Conclusion: The internet addiction rates of college students is pretty high, and internet addiction affects students' mental health seriously.

【Key words】 College students; Internet addiction disorder; Behavior; Internet

网络成瘾是指在无成瘾物质作用下的上网行为冲动失控, 表现为由于过度使用互连网而导致个体明显的社会、心理功能损害^[1]。互连网已成为高校大学生生活和学习不可缺少的组成部分, 大学生对网络的使用已经越来越普遍, 成为网络成瘾的高发人群^[2]。国内外研究发现网络成瘾障碍与使用者人格特征有很大相关^[3]。也有研究表明互联网能够对人的认识与思维产生影响, 过多使用互联网还可能给用户带来消极的情绪体验^[4]。在临床工作中, 发现部分大学生网络成瘾者存在不同程度的心理健康问题。本研究对大学生网络使用情况进行了调查, 分析网络成瘾的影响因素, 了解其心理健康状况, 并探讨社会支持情况对大学生网络成瘾的影响。

1 对象与方法

1.1 研究对象

采取分层整群抽样的方法, 于 2005 年 9 月至 2006 年 3 月, 抽取本校 7 个班学生共 360 人, 进行大学生网络成瘾情况的调查。涵盖了 12 个系别, 20 个专业。其中男生 160 人, 占 44.4%, 女生 200 人, 占

55.6%。年龄 18-24 岁, 平均 20.56 ± 2.59 岁。

1.2 研究工具

1.2.1 网络成瘾诊断问卷 采用师建国编制的网络成瘾诊断量表^[5]。该量表中的 8 个项目中有 4 项为肯定回答, 且持续时间达 1 年以上, 则可诊断为网络成瘾症。

1.2.2 症状自评量表 (SCL-90)^[6] 共 90 个项目, 包含有较广泛的精神症状学内容, 共 9 个因子。

1.2.3 Hamilton 抑郁量表 (HAMD)^[6] 共 24 项, 七个因子。

1.2.4 Hamilton 焦虑量表 (HAMA)^[6] 是评定焦虑症状严重程度的常用量表, 共 14 个项目。

1.2.5 社会支持量表 (SRSS)^[6] 共 10 个项目, 包含客观支持、主观支持、对支持的利用度。

1.3 统计方法

用 SPSS10.0 统计软件对数据进行统计分析。

2 结果

2.1 一般情况

本次调查的 360 人中, 有 348 名有上网经历, 上

网率为 96.7%。其中男生上网率为 99.4%(159/160),女生上网率为 94.5%(189/200)。大一至大四的上网率分别为 94.6%(87/92)、96.7%(87/90)、97.7%(85/87)、97.8%(89/91)。

2.2 网络成瘾比率

在上网的 348 名中,符合网络成瘾诊断的共有 32 人,成瘾比率为 9.20%。其中男生成瘾率为 12.58%(20/159),女生成瘾率为 6.35%(12/189)。男生成瘾率明显高于女生, $\chi^2=13.04$, $P<0.01$ 。

2.3 网络成瘾者与非成瘾者心理健康状况比较

网络成瘾者 SCL-90 评定总分以及躯体化、强迫症状、人际关系、抑郁、焦虑、敌对等各因子得分均高于非成瘾者, $P<0.01$ 。网络成瘾者的 HAMD 评定总分及各因子分和 HAMA 评定总分明显高于非网络成瘾者,差异均有显著性意义, $P<0.01$ 。见表 1。

表 1 网络成瘾者与非成瘾者心理健康状况比较

项目	成瘾组	非成瘾组	t	P
SCL-90 总分	163.24 \pm 25.32	130.12 \pm 38.22	10.26	<0.01
躯体化	2.01 \pm 0.72	1.35 \pm 0.42	5.88	<0.01
强迫	2.02 \pm 0.72	1.64 \pm 0.56	4.32	<0.01
人际关系	2.12 \pm 0.67	1.72 \pm 0.52	6.24	<0.01
抑郁	1.92 \pm 0.56	1.52 \pm 0.54	4.36	<0.01
焦虑	1.84 \pm 0.62	1.42 \pm 0.48	4.42	<0.01
敌对	2.14 \pm 0.61	1.53 \pm 0.52	5.28	<0.01
恐怖	1.56 \pm 0.66	1.43 \pm 0.53	1.32	>0.05
偏执	1.52 \pm 0.51	1.46 \pm 0.58	1.12	>0.05
精神病性	1.44 \pm 0.52	1.32 \pm 0.43	1.02	>0.05
HAMD 总分	18.25 \pm 7.75	10.12 \pm 4.32	4.65	<0.01
因子	4.11 \pm 1.12	1.82 \pm 1.20	3.87	<0.01
因子	2.68 \pm 1.23	1.11 \pm 0.45	3.62	<0.01
因子	5.24 \pm 1.67	2.02 \pm 1.24	3.32	<0.01
因子	4.28 \pm 1.26	1.62 \pm 0.88	4.12	<0.01
HAMA 总分	16.46 \pm 5.23	7.12 \pm 3.66	4.43	<0.01

2.4 社会支持对网络成瘾的影响

成瘾组的社会支持总分、主观支持、客观支持和利用度均低于非成瘾组, t 检验两组差异有显著性, $P<0.05$ 。见表 2。

表 2 两组社会支持度的比较

项目	成瘾组	非成瘾组	t	P
总分	31.40 \pm 5.24	34.52 \pm 7.35	3.42	<0.01
客观支持	8.34 \pm 2.63	10.24 \pm 3.12	2.32	<0.05
主观支持	15.51 \pm 3.22	18.12 \pm 4.06	2.46	<0.05
利用度	6.86 \pm 2.34	8.15 \pm 2.43	3.27	<0.01

3 讨 论

本次调查发现,大学生的上网率为 96.7%,各年级的上网率无明显的差异,而国内学者调查发现大一年级上网率明显低于其他年级^[7],本研究提示上网

年龄可能逐渐年轻化的趋势。有研究发现网络成瘾的高发人群多处在 20~30 岁,成瘾率为 6%~14%^[8],受过良好教育的年轻人,尤其高校的大学生群体是网络成瘾的易感群体^[9]。国内目前尚无网络成瘾的诊断标准和公认的诊断评估工具,本次调查采用师建国编制的网络成瘾诊断量表,在国内应用较多,有一定的可信度。本调查显示,大学生网络成瘾比率为 9.20%,男性明显高于女性,差别有显著性意义,与报道的基本一致。

对网络成瘾者的心理健康状况调查显示,成瘾者的 SCL-90 评定总分、躯体化、强迫症状、人际关系、抑郁、焦虑、敌对等因子得分均高于非成瘾者,提示大学生网络成瘾者存在明显的抑郁情绪、自卑感、活动力减弱、人际关系紧张敏感等现象。有研究表明,焦虑性和抑郁性是网络成瘾的高危因素^[9,10]。本研究对上网者进行 HAMD、HAMA 的评定,发现成瘾者的 HAMD 总分及各因子分、HAMA 总分明显高于非成瘾者。成瘾者普遍存在不同程度的情绪低落、悲观思想、焦虑不安、神情紧张、兴趣减少、精力减退、失眠、躯体不适感、食欲下降等表现,个别成瘾者学习成绩明显下降,社会功能受损,已经达到抑郁症或焦虑症的临床诊断,需要药物或心理方面的治疗。必须引起高度重视。

本研究利用社会支持量表,对被调查者进行评定,发现网络成瘾者的社会支持度及利用度均明显低于非成瘾者,成瘾者的社交面相对较窄、社交活动少、人际关系松散,不论是在被动获得还是主动寻求社会支持以及对社会支持的利用等方面均相应减少,对紧张处境的耐受、应付和摆脱能力削弱。另一方面可能提示成瘾者存在社会歧视,影响了在学校中受尊重、被支持、理解的情感体验和满意程度。所以,社会支持度是网络成瘾的重要影响因素之一,家庭、学校与社会应以重视,从生活、思想、学习等方面提供关怀和心理支持。

参 考 文 献

- 1 林绚晖. 网络成瘾现象研究概述. 中国临床心理学杂志, 2002, 10(1): 74-76
- 2 朱克京, 吴汉荣. 大学生网络成瘾的心理社会因素. 中国心理卫生杂志, 2004, 18(11): 796-798
- 3 毕玉, 苏文亮, 孙雅峰, 等. 大学生网络成瘾者心理行为特点的在线研究. 中国临床心理学杂志, 2005, 13(2): 170-172
- 4 张敏, 杨扬, 陈欣. 大学生应对方式与网络成瘾的关系研究. 中国临床心理学杂志, 2006, 14(1): 77-78
- 5 师建国. 成瘾医学. 北京: 科学出版社, 2002. 205-206

电话,再经见面而继续发展或结束,历经网络初识观察互动 见面关键期 关系承诺期。本研究发现,虽然确有部分受访者经历此种网恋历程,但是,更多是在网络初识后,进入“互动体验”期而非“观察互动”期,且网恋发展历程远非这种单向的线性发展模式。

被访谈的 12 名受访者多是在“当时心情很郁闷”刚刚跟男/女朋友分手“过得很无聊”的消极情绪状态下在网上闲逛,继而与网恋对象偶遇。作为一种寻找倾诉对象或情感寄托的应激反应,与网恋对象形成固定化交流习惯,这种随心倾诉、风险极低的交流过程让他们产生心理上的舒适感和依恋感,为确保这种关系稳定存在,继而选择改变双方关系。然而,多数网恋者对本次恋情并无事先假定,也无长久打算,因而初识后对互动体验的重视远高于对对方的观察,往往是情势发展到想要改变双方关系时,才开始认真观察、细心核实。在网络初识与见面关键期之间往往需有依恋感的形成,这一过程更多是一种体验过程,而非观察互动。同时,不同个体拥有不同的信任习惯和阈限,存在不同亲密需求,也就存在多种网恋发展历程。有在尚未建立信任仅依交流感觉就确定关系,经见面后信息核实,继而在现实发展或结束关系;有经百般确证,见面后感觉良好再承诺现实关系;有经多次交流建立信任后,经网上确定关系再见面,继而在现实发展或“见光”即死;也有让恋情无关现实,仅限于网上发展等。网上亲密发展神速,到现实见面,又需经亲密“回折”缓冲后,接受现实条件审核,沿现实历程发展,能经受“网上感觉--现实条件-现实感觉”层层筛选的网络恋情寥寥无几。网恋目的多样化,网恋个体多样性,造成网恋历程多样化、结果多维性,以致为忘却而网恋、为倾诉而网恋、为激情而网恋等多种不同网恋发展历程。

3.2 网恋发展影响因素

影响网恋发展的因素涉及个体特性、网上资源和环境、现实条件等众多方面。研究发现,交友动机影响网上认识到见面的时间间隔,主动寻找网恋者远比一般网络交友者更早选择见面;空间接近性、职

业、学历、交流感觉、自我揭露影响早期吸引力的持续,对同城市、同学历、有接近生活经历的网友更能维持好感,这与谢丰存的研究结论一致^[9]。不过,由于大学生的网恋对象多为同学历大学生,受其特有生活经历及期望限制,影响大学生网恋发展的主要因素集中于个人特性(性格、交友观、社交能力等)、上网动机、空间距离和择偶标准等方面,而对沟通媒介特性、对方家庭背景、社会文化因素等较少关注。

研究发现,个体生性主动或被动,处事小心谨慎或爱冒险,有无激情,乐于分享或善隐藏会直接影响网恋关系是否进行。而不同的交友条件、习惯、对待网友的态度,不同水平的聊天技能、个体表达能力,加上不同的上网动机、网遇频率、不同地理接近性,等等,都会直接影响网恋发展进程。地理的接近容易产生互赖感,继而强化心理亲密感,网恋加速发展。而个体择偶标准在网恋发展中的决定性作用,则与在传统恋爱中无甚区别,是依对方性格相似或互补,有无共同语言为标准,还是以对方经济条件、外在形象为首选要求会让网恋发展的表现截然不同。至于,对方家境如何,有无社会地位,自己网恋是否会遭受周围同学评议等方面,大部分网恋大学生均表示未做过多考虑。

参 考 文 献

- 1 曾坚朋. 虚拟与现实: 对“网恋”现象的理论分析. 中国青年研究, 2002, 6: 32
- 2 余忆凤, 何英奇. 网住 e 世情 网络恋情发展历程及其影响因素之理论建构. http://book.cfoot.cn/book_jie.asp?id=2643, 2002
- 3 刘加艳. 大学生孤独感与网络使用特点关系的研究. 中国临床心理学杂志, 2004, 12(3): 286-288
- 4 邱秋云. 透过网络建立爱情关系者之网络使用行为、个人依附型态、自我揭露之初探. http://teens.theweb.org.tw/iscenter/conference2002/thesis/files/C3_4.doc, 2003
- 5 Malin Sveningsson. Cyberlove: Creating romantic relationships on the net. Fornäs et al.: Digital Borderlands, 2000. 49-78
- 6 谢丰存. 虚拟世界择偶-以配对网站的交往为例. 国立台湾师范大学家政教育研究所硕士论文, 2001
- 7 (收稿日期:2006-07-26)
- 8 (上接第 41 页)
- 6 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册(增订版). 中国心理卫生杂志社, 1999. 31-253
- 7 姚应水, 高尘, 金岳龙, 等. 医学生网络成瘾者心理健康状况的现状研究. 疾病控制杂志, 2005, 9(6): 571-573
- 8 Whang LS, Lee S, Chang G. Internet over users psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction. Cyber Psychol Behav, 2003, 6(2): 143-150
- 9 李林. 对大学新生心理健康状况的调查与分析. 北京理工大学学报, 2000, 2(1): 82-84
- 10 刘字宁, 金月兰. 大学生抑郁情绪及相关因素的初探. 中国临床心理学杂志, 2001, 9(3): 208-209
- 7 (收稿日期:2006-06-02)