

# 大学生网络成瘾与学习倦怠的关系

魏萍, 杨爽, 于海滨

(河南大学教育科学院, 河南 开封 475004)

**【摘要】** 目的: 考察大学生网络成瘾与学习倦怠之间的关系。方法: 采用网络成瘾量表和大学生学习倦怠量表对河南某高校 400 名大学生进行问卷调查。结果: 网络成瘾者与非成瘾者在性别( $\chi^2=22.273, P<0.01$ )、年级( $\chi^2=14.786, P<0.05$ )、专业( $\chi^2=11.664, P<0.05$ )上均存在显著差异; 两者在情绪低落、行为不当和成就感低三个因子差异极其显著( $P<0.01$ ); 情绪低落与耐受性和人际有显著正相关( $r=0.32, r=0.27$ ), 行为不当与人际和时间管理有极显著正相关( $r=0.33, r=0.34$ )。结论: 大学生网络成瘾与学习倦怠有密切关系。

**【关键词】** 精神卫生; 横断面研究; 网络成瘾; 学习倦怠; 大学生

中图分类号: R395.2

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2007)06-0650-02

## Relationship Between Internet Addiction Disorder and Learning Burnout of College Students

WEI Ping, YANG Shuang, YU Hai-bin

Institute of Science of Education, Henan University, Kaifeng 475004, China

**【Abstract】** Objective: To explore the relationship between college students' internet addiction disorder and learning burnout. Methods: 400 college students were chosen as the subjects to be investigated by the Learning Burnout Scale, revised Chinese Internet Addiction Scale's Revision. Results: There were significant differences in gender ( $\chi^2=22.273, P<0.01$ ), grades ( $\chi^2=14.786, P<0.05$ ), and specialties ( $\chi^2=11.664, P<0.05$ ) between college students with internet addiction tendency and without IDA; They had significant difference in dejection, improper behavior and reduced personal accomplishment( $P<0.01$ ); dejection was positively correlated with tolerance and interpersonal relation( $r=0.32, r=0.27$ ), improper behavior was positively correlated with interpersonal relation and time management( $r=0.33, r=0.34$ ). Conclusion: There is significant relationship between the internet addiction disorder of college students with learning burnout.

**【Key words】** Mental health; Cross-sectional studies; Internet addiction; Learning burnout; College students

因特网给人们的工作和生活带来诸多便利的同时,也导致了一种新的心理障碍疾病—网络成瘾,部分青少年由于沉迷于网络而致使学业荒废、情绪低落甚至自杀<sup>[1,2]</sup>。网络成瘾(internet addiction disorder, IDA)是指在无物质成瘾作用下的上网行为冲动失控,表现为因为过度使用互联网从而导致个体的社会、心理功能损害<sup>[3]</sup>。调查显示,在校大学生成为上网的主体,其网络成瘾与学业的冲突日益明显,毕玉等对北京高校 811 名大学生进行了在线调查,网络成瘾的检出率为 12.9%<sup>[4]</sup>;国内某大学 237 名退学学生中,有 80%的人因迷恋网络而成绩太差导致无法完成学业<sup>[5]</sup>。

大学生的学习倦怠反映了大学生消极的学习心理,指的是由于学习压力或缺乏学习兴趣而对学习感到厌倦的消极态度和行为<sup>[6]</sup>。目前国内的研究大多集中在网络成瘾的心理社会因素方面,还未见与学习倦怠关系的实证研究<sup>[7-11]</sup>。因此,本研究着重对大学生网络成瘾与学习倦怠的关系进行探讨,为国内网络成瘾的研究和干预提供参考。

## 1 对象与方法

### 1.1 被试

采用随机取样和目的取样相结合的方法,对河南省某所高校的在校大学生共 400 人进行问卷调查。即先由各院系同学推荐平时比较喜欢上网的学生 200 名,然后完全随机取样 200 名。回收有效问卷 383 份,有效回收率为 95.75%。其中男生 205 人,女生 178 人;本科一年级 44 人,本科二年级 162 人,本科三年级 80 人,本科四年级 32 人,硕士研究生 65 人;文科 131 人,理工科 169 人,医科 23 人,教育类 43 人,艺术类 17 人。

### 1.2 工具

**1.2.1 修订的中文网络成瘾量表** 由白羽与樊富珏于 2005 年修订台湾学者陈淑惠编制的中文网络成瘾量表而成<sup>[12]</sup>,共有 19 个项目,采用 4 点记分,从非常不符合(记 1 分)到非常符合(记 4 分)。平均分在 46-53,小于 46 为正常,大于 53 为成瘾者。

**1.2.2 大学生学习倦怠量表** 采用连榕、杨丽娴等针对中国大学生所编制的学习倦怠问卷<sup>[9]</sup>,共 20 个项目,采用 5 点计分制,从完全不符合(记 1 分)到完全符合(记 5 分)。

## 2 结 果

### 2.1 网络成瘾的总体情况

本次调查的 383 名有效被试中有 68 名网络成瘾者,检出率为 17%。男生成瘾者 54 人,占 26.34%,女生 14 人,占 7.87%,性别差异显著( $\chi^2=22.273, P<0.01$ ); 研究生 20 人,占 30.77%,大四 9 人,占 28.13%,均高于其他年级( $\chi^2=14.786, P<0.05$ );理科生 39 人,占 23.08%,与其他专业差异显著( $\chi^2=11.664, P<0.05$ )。

### 2.2 成瘾与非成瘾者学习倦怠差异比较

网络成瘾组在情绪低落、行为不当和成就感低三个因子上的得分均大于非网络成瘾者( $P<0.01$ )。见表 1。

表 1 网络成瘾与非成瘾者差异性检验( $\bar{x}\pm s$ )

	网络成瘾组 (n=68)	非成瘾组 (n=315)	t
情绪低落	23.44 ± 5.09	21.19 ± 5.75	2.98**
行为不当	19.99 ± 3.71	17.70 ± 4.30	4.08**
成就感低	18.31 ± 3.21	16.89 ± 4.01	3.15**

注:\* $P<0.05$ , \*\* $P<0.01$ ,下同。

### 2.3 网络成瘾与学习倦怠的相关分析

情绪低落与网络成瘾耐受性、人际与健康问题因子存在显著正相关;行为不当因子与人际和时间管理因子存在显著正相关。见表 2。

表 2 网络成瘾与学习倦怠的相关分析(n=68)

	强迫性上网及网络 成瘾戒断反应	网络成瘾 耐受性	人际与健 康问题	时间管理 问题
情绪低落	-0.153	0.322**	0.274*	-0.011
行为不当	0.017	0.088	0.328**	0.342**
成就感低	0.006	-0.150	-0.065	-0.041

## 3 讨 论

本研究中网络成瘾的检出率为 17%,高于其他报道的研究结果<sup>[13,14]</sup>,这可能与本研究的抽样有关。本次取样中经院系推荐经常上网的同学占 50%,这无疑增加了网络成瘾的检出率。对不同性别、专业、年级大学生网络成瘾发生率的比较发现,男生高于女生,性别差异具有显著意义,这与其他研究一致<sup>[15]</sup>;年级、专业也有显著差异,这与朱克京、吴汉荣的结果不同<sup>[7]</sup>。大四学生网络成瘾率最高,可能因为最后一年功课少,毕业生面临就业或考研压力,需要通过网络缓解焦虑有关。大二学生和研究生网络成瘾者居多,这可能与新生的适应期已过,学校管理相对松弛,空闲时间较多有关。理科生网络成瘾者多于文科及其他专业,原因可能在于理科学习比较枯燥,压

力较大,因而更容易产生挫败心理和学习倦怠。

网络成瘾大学生在学习过程中更容易表现出倦怠、沮丧、情绪低落,更容易出现逃课、迟到、不听课等厌学行为,并且其在学习过程中与其他学生相比会体验到更低的成就感。情绪低落与网络成瘾耐受性、人际与健康问题存在正相关,原因是大学生在网络花费了大量时间,使他们没有足够时间完成学业、处理人际关系等,心情沮丧,空虚失落,转而在网络空间寻找寄托,而上瘾又加重了他们的学业不良及其他情绪或社会适应问题。行为不当与人际和时间管理存在显著正相关,这可以解释为,网络成瘾者对于网络的依赖性越强、上网时间越长,其越会出现逃课、早退等行为,人际关系越淡漠。

### 参 考 文 献

- Kim K, Ryu E, Chon MY, et al. Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: A questionnaire survey. *Int J Nurs Stud*, 2006, 43 (2): 185-192
- Ng BD, Wiener-Hastings P. Addiction to the internet and online gaming. *Cyberpsychol Behav*, 2005, 8(2): 110-113
- 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
- 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
- 梁祝平. 大学生网络心理障碍及其团体咨询. *广西大学学报*, 2003, 25(6): 101-105
- 连榕, 杨丽娴, 吴兰花. 大学生的专业承诺、学习倦怠的关系与量表编制. *心理学报*, 2005, 37(5): 632-636
- 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
- 谭文芳. 大学生网络使用动机、人格特征与网络成瘾之关系研究. *中国健康心理学杂志*, 2006, 14(3): 245-247
- 王立皓, 童辉杰. 大学生网络成瘾与社会支持、交往焦虑、自我和谐的关系研究. *健康心理学杂志*, 2003, 11(2): 94-96
- 梁宇建, 吴明证, 杨轶冰, 奚珣. 大学生网络成瘾与幸福感关系研究. *心理科学*, 2006, 29(2): 294-296
- 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
- 白羽, 樊富珉. 大学生网络依赖测量工具的修订与应用. *心理发展与教育*, 2005, (4): 99-104
- 蓝燕. 6.4%的大学生有网络成瘾倾向. *中国青年报*, 2001
- 林绚晖, 阎巩固. 大学生上网行为及网络成瘾探讨. *中国心理卫生杂志*, 2001, 15(4): 281-283
- 张宏如. 网络成瘾大学生动机与人格特征. *健康心理学杂志*, 2003, 11(4): 398-400

(收稿日期:2007-04-18)