

青少年网络行为与主观幸福感的关系研究

严标宾^{1,2}, 黄曼娜¹, 丘碧群¹, 韩永红¹

(1.肇庆学院教育学系, 广东 肇庆 526061; 2.华南师范大学心理学系, 广东 广州 510631)

【摘要】 目的: 研究青少年网络行为与主观幸福感的关系。方法: 采用主观幸福感量表和网络行为量表测量了 692 名大学和高中学生。结果: 青少年主观幸福感总体水平较高, 但生活满意度、积极情感、消极情感水平较低; 青少年网络行为处于正常水平; 总体主观幸福感、生活满意度、消极情感在网络成瘾和非网络成瘾之间存在显著差异, 但在积极情感维度上差异不显著; 网络行为对总体主观幸福感、生活满意度、消极情感作出显著预测, 但预测力较微弱。结论: 青少年网络行为对其主观幸福感产生了微弱的影响。

【关键词】 青少年; 网络行为; 主观幸福感

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2006)01-0068-02

Relationship Between Internet Behavior and Subjective Well-being of Teenagers

YAN Biao-bin, HUANG Man-na, QIU Bi-qun, HAN Yong-hong

Department Of Pedagogy, Zhaoqing University, Zhaoqing 526061, China

【Abstract】 Objective: To explore relationship of internet behavior and subjective well-being of teenagers. Methods: 692 teenagers in Guangdong province completed the subjective well-being and internet behavior questionnaire. Results: While the score of whole subjective well-being was higher than average, the scores of life satisfaction, positive emotion and negative emotion were lower than average. On the other hand, teenager's internet behavior was on normal level. There were differences in whole subjective well-being, life satisfaction and negative emotion between internet addiction disorder and non-disorder. Whole subjective well-being, life satisfaction and negative emotion were all slightly predicted by internet behavior. Conclusion: Internet behavior has a little effect on subjective well-being of teenagers.

【Key words】 Teenagers; Internet behavior; Subjective well-being

主观幸福感是评定个体生活质量的重要指标, 在积极心理学和健康心理学的大力推动下, 目前国内学者对它的关注也明显增加, 涌现了较多的相关文献。研究者已经发现, 影响青少年主观幸福感的因素有很多, 诸如人口统计学变量、生活事件、家庭因素、人格因素、社会支持等^[1,2]。我们设想目前广为流行的网络行为也是它的一个重要的影响因素, 或者至少与它有着密切的关系。在网络行为中一个非常重要的方面则是“网络成瘾”。“网络成瘾”, 也叫“网络成瘾障碍”(Internet addiction disorder, 简称 I-AD), 它主要指过度沉溺在网络中浏览、游戏或热衷于通过网络建立人际关系, 并对成瘾者产生消极后果的一种行为。Matchell 将其定义为“强迫性的过度使用网络和剥夺上网行为之后出现的焦躁和情绪行为”^[3]。网络行为已经成为一个日益突出的社会问题。因此在我国探讨青少年网络行为与主观幸福感的关系不仅对于改善青少年的网络交往行为和加强青少年的网络教育有重要的现实意义, 而且对于促进我国心理学的发展有重要的理论意义^[4]。

1 方 法

1.1 被试

从广东随机选取四所大学和四所高中进行问卷调查, 回收有效问卷 692 份, 其中女生 375 人, 男生 317 人; 高中生和大学生均为 346 人, 平均 18.6 岁。

1.2 调研工具

主观幸福感量表采用 Diener 等人编制的国际大学调查问卷(International College Survey Questionnaire, ICS), 该量表已被跨文化研究证实有较好的信度和效度^[5]。包括总体主观幸福感、生活满意度、积极情感和消极情感。

网络行为问卷采纳美国心理学家 Young 提出的网络成瘾诊断指标^[6]。这一问卷可以区分正常网络行为和网络成瘾, 共有 10 个条目。项目采用是、否记分, 若有 5 项以上肯定回答则可判定为网络成瘾障碍。

1.3 研究程序

问卷为纸笔自陈问卷。统一指导语, 以班和宿舍为单位施测。数据采用 SPSS11.0 统计。

2 结 果

【基金项目】 广东省哲学社会科学规划教育学课题 (项目号: XLY0316)

2.1 青少年主观幸福感和网络行为的基本描述

从表 1 中我们可以发现, 总体主观幸福感得分 5.68, 而生活满意度、积极情感和消极情感的得分分别为 3.46、4.59 和 3.30; 网络行为得分则非常低, 只有 1.33。由于网络行为问卷采用的是是、否记分方式, 所以在这里我们没有采用与幸福感各指标相同的分数计算方法, 因为 1.33 已经代表了青少年在网络行为上的平均得分。

表 1 主观幸福感和网络行为的基本状况描述(n=692, $\bar{x} \pm s$)

	总体主观幸福感	生活满意度	积极情感	消极情感	网络行为
总分	28.42±6.53	17.30±5.85	27.56±9.36	26.44±9.98	1.33±1.77
题项	5	5	6	8	
均分	5.68	3.46	4.59	3.30	

2.2 网络成瘾与非成瘾者的主观幸福感差异

表 2 表明, 两者在总体主观幸福感、生活满意度和消极情感上差异显著。在积极情感上, 两者没有表现出显著的差异。

表 2 主观幸福感及其指标在网络行为上的差异比较($\bar{x} \pm s$)

	人数	总体主观幸福感	生活满意度	积极情感	消极情感
非网络成瘾	647	28.73±6.45	17.49±5.79	27.70±9.36	26.14±9.84
网络成瘾	45	24.07±6.16	14.62±6.11	25.56±9.28	30.76±10.99
t 值		4.70***	3.20***	1.49	-3.02**

注: *P<0.05, **P<0.01, ***P<0.001, 下同。

2.3 网络行为对主观幸福感的多元回归分析

表 3 表明, 网络行为在人口统计学变量基础上对总体主观幸福感、生活满意度和消极情感都作出了显著的预测, 但对积极情感没有作出显著的预测。

表 3 主观幸福感及其指标的多元回归分析

	总体主观幸福感 (R ² =0.036)	生活满意度 (R ² =0.053)	积极情感 (R ² =0.008)	消极情感 (R ² =0.035)
年龄	-.051	.001	.018	.156
性别	-.091*	-.133***	-.047	-.002
年级	.026	-.122	.013	-.283**
网络行为	-.148***	-.138***	-.058	.104**

3 讨 论

本研究发现, 青少年的总体主观幸福感得分 5.68, 高于中位数 5 分; 而生活满意度、积极情感和消极情感的分数都低于中位数水平, 分别为 3.46、4.59 和 3.30。这与郑雪等的研究结论一致^[7]。同时发现网络行为得分则非常低, 只有 1.33, 表明他们的网络行为处于正常的水平。我们认为, 网络行为得分低的一个重要原因可能是我们的被试来源包括高一、高二的学生, 他们学业紧张, 即使有强烈的上网动机, 也没有充裕的时间待在网。因此, 对于这一得

分我们仍然保持谨慎的态度。

本次调查中, 网络成瘾者 45 人。他们常表现出无法控制上网的冲动、总嫌上网时间太少而不满足、下网后有疏离失落感等状况。在此基础上, 我们探讨了主观幸福感在网络成瘾与非成瘾者之间的差异。结果发现, 非网络成瘾者比成瘾者体验到更高的总体主观幸福感, 并且他们对生活满意度的体验也更高。相反, 网络成瘾者体验到更高的消极情感, 例如不愉快、生气、负罪感、羞愧、压力等。这一结论支持了崔丽娟等的研究^[8], 他们发现, 对网络的依赖显著影响了大学生的主观幸福与社会疏离感; 也同刘加艳的研究结论吻合, 她发现网络使用导致孤独感的增加^[9]。

本研究还发现, 网络行为对总体主观幸福感、生活满意度和消极情感作出了显著的预测, 但预测力非常微弱, 即使加上其他变量, 网络行为对主观幸福感的预测力分别为: 对总体主观幸福感 0.036, 对生活满意度 0.053, 对消极情感 0.035。许多研究发现, 人格特质、社交技能、社会支持等与网络行为之间可能具有某种关联。例如, Armstrong^[10]等的研究发现, 低自尊者有较高的网络成瘾倾向, 并推测网络成瘾者可能是因为社交技能差, 自信心低, 从而利用网络作为逃避的手段; 而 Young^[11,12]等发现, 若网络使用者的忧郁倾向越高, 其网络成瘾情况就越严重; 王立皓等研究发现, 大学生网络成瘾与社会支持、交往焦虑之间存在关联, 寻求社会赞许需求较高的人、社会焦虑比较严重的人在网上容易成瘾^[13]。与此同时, 过去许多研究表明, 人格和社会支持都是主观幸福感的影响因素^[14,15]。因此, 我们对本研究中网络行为对主观幸福感作出的微弱预测并不奇怪。我们推测, 人格、社会支持、网络行为和主观幸福感之间存在着非常复杂的关系。人格、社会支持和网络行为都会对主观幸福感作出预测, 但更有可能是网络行为在其中起着中介作用, 即人格和社会支持影响网络行为, 进而影响主观幸福感。只有这样, 才能较好解释为什么网络行为对主观幸福感的贡献如此之小。这也是我们未来的考察重点。

参 考 文 献

1 丁新华, 王极盛. 青少年主观幸福感研究述评. 心理科学进展, 2004, 12(1): 59- 66
2 辛自强, 池丽萍. 快乐感与社会支持的关系. 心理学报, 2001, 33(5): 442- 447
3 P MI TCHELL. Internet addiction: genuine diagnosis or not. The Lancet. Feb 19, 2000. 632

会和家庭要鼓励老年人走出其狭窄的生活空间, 广交朋友。

社会支持对男性老人抑郁的解释率远高于对女性老人抑郁的解释率, 并且这一发现与 Kendler 等人的研究结果——社会支持对不同性别青少年抑郁的预测作用——正好相反。在青少年阶段, 女性有更多的被接纳、被支持、被照顾的需要, 当她们的这些需要得到满足的时候, 会降低抑郁的水平。而对男性来讲, 他们更多的是追求成功和自主、独立, 他们更希望独立的解决问题, 这样社会支持对男性抑郁的作用就会相对女性要小^[13]。而进入老年阶段其需要发生了变化。中国的传统文化是“男主外, 女主内”, 这样男性老人退休后会觉得自己从原来的忙忙碌碌变成了现在无所事事的境地, 又由于退休而导致的生活范围的缩小, 使他们有一种孤独感和无助感, 这时的社会支持正好能够满足男性老人的需要, 充实他们的生活, 增强他们的正性情绪体验。对于女性老人来说, 退休回家后, 她们并不会像男性那样感到那么无所适从, 而更容易在家务劳动或帮助照看第三代等事务中重新获得心理平衡。这时她们会在生活和家务方面进行更精心的设计、付出更多的劳动, 女性老人并没有因为退休而产生失落感和无力感, 他们的生活会增添新的内容, 所以社会支持对女性老人抑郁的缓解作用比男性低。

参 考 文 献

- 1 张明圆, 何燕玲, 陆峥. 社区老年抑郁症状的 5 年随访. 上海精神医学, 1998, 10(1):33-36
- 2 王燕, 匡翠莲. 104 名离退休老人抑郁状态的调查分析. 中国全科医学, 2003, 2:133-134
- 3 Wong EH, Wiest DJ. Adolescent Depression: links to academic coping and perceived autonomy support. Education, 1999, 119(4):668-673
- 4 Colen SA, Wils TA. Stress, social support and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin, 1985, 98(2):310-357
- 5 李强. 社会支持与个体心理健康. 天津社会科学, 1998, 1:67-70
- 6 Grant I, Patterson TL. Social Supports in Relation to Physical Health and Symptoms of Depression in the Elderly. The American Journal of Psychiatry, 1988, 145(10):1254-1258
- 7 Kimiko Hashimoto, Hiroshi Kurita, Takashi Haratani et al. Direct and buffering effects of social support on depressive symptoms of the elderly with home help. Psychiatry and Clinical Neurosciences, 1999, 53:95-100
- 8 Eric Stice, Jennifer Ragan, Patrick Randall. Prospective Relations Between Social Support and Depression: Differential Direction of Effects for Parent and Peer Support? Journal of Abnormal Psychology, 2004, 113(1):155-159
- 9 Kendler KS, Myers J, Prescott CA. Sex differences in the relationship between social support and risk for major depression: a longitudinal study of opposite-sex twin pairs. The American Journal of Psychiatry, 2005, 162(2): 250-255
- 10 徐兰, 宁长富, 王成美, 等. 老年公寓中丧偶老人主观幸福感和抑郁情绪的测评. 中国心理卫生杂志, 2002, 16(5):321
- 11 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册. 中国心理卫生杂志社(增订版), 1999.131-133, 200-202
- 12 Patrick Callaghan, Jean Morrissey. Social support and health: a review. Journal of Advanced Nursing, 1993, 18:203-210
- 13 李伟, 陶沙. 大学生的压力感与抑郁、焦虑的关系: 社会支持的作用. 中国临床心理学杂志, 2003, 11(2): 108-110
- 14 Cecilia Cheng. Gender-role differences in susceptibility to the influence of support availability on depression. Journal of Personality, 1999, 67(3):439-467
- (收稿日期: 2005-07-19)
- (上接第 69 页)
- 4 杨容, 郑涌, 阮昆良. 网络成瘾(IAD)实证研究进展. 西南师范大学学报(人文社会科学版), 2004, 5: 40-43
- 5 Diener E. and Suh EM. Culture and Subjective Well-being, 2000. 87-112, Cambridge, MA: MIT Press
- 6 Young KS. Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. In Clinical Practice: A Source Book, 1997, 17: 19-31
- 7 郑雪, 严标宾, 邱林. 广州大学生主观幸福感研究. 心理学探新, 2001, 4: 46-50
- 8 崔丽娟, 刘琳. 互联网对大学生社会性发展的影响. 心理科学, 2003, 1: 64-66
- 9 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, 3: 286-287
- 10 Armstrong et al. Potential determinants of heavier internet usage. Internet national Journal of Human Computer Studies, 2000, 5: 537
- 11 K Young, R Rodgers. The relationship between depression and internet addiction. Cybers Psychology and Behavior, 1998, 1: 64
- 12 Young KS. Levels of depression and addiction underlying pathological Internet use. Poster presented at the annual meeting of the Eastern Psychological Association. Washington, DC. 1997
- 13 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, 2: 94-96
- 14 严标宾, 郑雪, 邱林. 社会支持对大学生主观幸福感的影. 应用心理学, 2003, 4: 22-28
- 15 孙翠香. 初中生主观幸福感与人格特征的关系. 青少年研究, 2004, 2: 16-20
- (收稿日期: 2005-07-04)