

# 高校大学生网络成瘾的深层诱因分析

姚爱华

(盐城工学院 学生处,江苏 盐城 224051)

**摘要:**网络成瘾是目前大学生中比较常见的现象,已经成为影响大学生健康成长的重要因素。从行为学、人本主义、精神分析学等不同角度,对大学生网络成瘾的现状、成因进行了具体分析,为解决大学生网络成瘾问题奠定了基础。

**关键词:**大学生;网络成瘾;病态性网络使用

**中图分类号:**G641

**文献标识码:**A

**文章编号:**1008-5092(2009)01-0082-03

人们按照传播媒介方式的不同把报纸、广播、电视称为传统三大媒体。伴随互联网的迅速发展,新兴的基于互联网传输的媒体即第四媒体—Internet正在蓬勃兴起。随着网络的普及,上网已经成为信息社会青少年重要的次文化,虚拟空间成为他们寻求认同、拓展友谊及排解压力的重要渠道,但是过度使用网络而带来的一系列问题,如对网络造成心理依赖所引发的网络成瘾(Internet Addiction)或病态性网络使用(Pathological Internet Use, PIU)等问题,则应引起我们的高度重视。

## 一、大学生网络成瘾的现状分析

### 1. “网络成瘾”概念的提出

网络成瘾是随着信息技术的发展而出现的一种成瘾行为,世界上许多国家都陆续出现了这一问题并呈日趋严重之势。“网络成瘾”的概念最早由美国心理学家格登博格(I. Goldberg)于1990年提出,随后,匹兹堡大学的金伯利·扬博士(Dr. Kimberly Young)发展完善了他的这一概念。“网络成瘾”(internet addiction,简称IA)、“网络成瘾症”(internet addiction disorder,简称IAD)或“病态网络使用”(pathological internet use,简称PIU),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联网而导致个体明显的社会、心理功能损害。美国心理学会(American Psychological Association, APA)于1997年正

式承认“网络成瘾”研究的学术价值。我国网络成瘾问题出现虽相对较晚,但发展非常迅速,在青少年学生当中迅速蔓延,严重影响了他们的身心健康发展。甚至有人认为网络的沉迷是新世纪人类重要的心理健康问题。因此,网络成瘾带来的副作用,值得我们高度重视。

### 2. 我国大学生网络成瘾现状堪忧

中国青少年网络协会2005年11月22日在北京发布的《中国青少年网瘾数据报告(2005)》显示:目前我国网瘾青少年约占青少年网民总数的13.2%,在非网瘾群体中约13%的网民有网瘾倾向。中国青少年网络协会的有关专家表示,青少年是一个自我防护意识和自我控制能力都相对薄弱的群体,他们容易被色情信息、暴力游戏等不良网络内容所吸引,过分沉迷于网络形成网瘾,不仅影响自身正常的学习、生活、人际交往,而且给社会带来危害<sup>[1]</sup>。2005年武汉市进行的一次随机抽取4所普通高校350名大学本科生进行的调查中,也发现“男、女大学生在网络成瘾总分上有非常显著的差异,男大学生在问卷上的平均得分显著高于女大学生。”上海某大学退学、试读或转学的205名学生中,有1/3的学生与因无节制地上网导致考试无法通过有关;而最为极端的是,2004年2月23日马加爵连杀四人案,与凶犯马加爵病理性使用网络有直接关系。据报道,马加爵的个人兴趣就是上网,他长期上网浏览各种暴

· 收稿日期:2008-08-09

课题项目:江苏省教育厅2008年度高校哲学社会科学基金指导项目,项目编号:08SJD7100068

作者简介:姚爱华(1974-),女,江苏盐城人,讲师,研究方向:大学生教育与管理研究。

力、色情、血腥、恐怖的图片 and 信息,通宵达旦去网吧玩电脑游戏<sup>[2]</sup>。

国内对大学生网络成瘾的研究日渐风靡,相关部门也制定了网络成瘾分级诊断参考标准。Ⅰ级轻度网络成瘾:明确了解沉迷网络的危害性,能节制上网,基本不影响学习生活;现实中人际交往减少,发展网上社交关系;被迫中断上网时情绪与躯体化反应轻微。Ⅱ级中度网络成瘾:难以节制上网,对学习生活产生严重影响;被迫中断上网时情绪与躯体化反应明显;明显减少现实中的人际交往和社会交往,依赖网上社交关系;生理健康受损。Ⅲ级重度网络成瘾:完全丧失对上网的自我控制能力,除维持生命的最低需要,其余时间均在上网;拒绝与人交流;一旦被迫中断上网,情绪反应激烈,继发精神疾病症状。

3. 对大学生网络成瘾现状的调查

为了进一步掌握大学生网络成瘾的准确数据,透视高校“网虫”的生存状态,笔者对我校博雅学院 2005 级、2006 级、2007 级的 125 名学生进行了调查,调查采用问卷形式,其中:男生 53 人,女生 72 人;大一学生占 3.0%,大二学生 30%,大三学生 62.5%,大四学生 4.5%,获有效问卷计 100 份。

此次调查采用自编《盐城工学院大学生网络成瘾心理调查问卷》。问卷共 78 道题,包括网络使用情况、人格特质、网络依赖度及诊断 3 个子问卷。其中,人格特质子问卷从国内外权威人格测评量表中筛选了 8 个维度:自尊、孤独、社会支持、抑郁、社交回避、人际敏感、主观幸福感、焦虑。各维度选择 5 个共 40 个题项,随机排列于问卷中;网络依赖度及诊断子问卷(34 道题)由美国匹兹堡大学 K. Young 编制的“网络成瘾诊断问卷”和台湾大学陈淑惠编制的“中文网络成瘾量表(CIAS)”组成。前者共 8 题,采用二分法评分制,如果被试者对其中 5 个题项给予肯定回答则可判为网络成瘾。后者共 26 题,总分代表个人网络成瘾的程度,分数越高表示网络成瘾倾向越高。除“网络成瘾诊断问卷”外,其他两个子问卷均为 4 级评分制,得分最低为 1 分,最高为 4 分,得分越高说明网络依赖性越强。使用 SPSS12.0 统计软件对数据进行处理。

调查结果统计如下:

(1) 网络使用情况

盐城工学院在校大学生一周平均上网次数为

5.4 次,平均每次上网时间为 3.8 小时。

(2) 网络成瘾诊断结果

据 Young“网络成瘾诊断问卷”标准,5 分以上者为网络成瘾(最低为 0 分,最高为 8 分)。每个分数段人数及比例见表 1。

表 1 网络成瘾诊断量表统计情况

| 分数  | 0  | 1  | 2  | 3  | 4  | 5 | 6 | 7 | 8 | 总计  |
|-----|----|----|----|----|----|---|---|---|---|-----|
| 人数  | 28 | 19 | 13 | 14 | 13 | 8 | 3 | 0 | 2 | 100 |
| 百分比 | 28 | 19 | 13 | 14 | 13 | 8 | 3 | 0 | 2 | 100 |

结果显示,得分超过 5 分的被试者共 13 人,占调查总人数的 13%。其中男生 6 人,占男生总数的 11.3%,女生 7 人,占女生总数的 9.7%。

(3) 人格特质测评结果

按照网络成瘾诊断标准,将 72 名被试分为两组:得分超过 5 分的为网络成瘾组,小于 5 分的为网络非成瘾组。将网络成瘾组与网络非成瘾组被试者的自尊、孤独、社会支持、抑郁、社交回避、人际敏感、主观幸福感、焦虑等特质进行检验,结果见表 2。

表 2 网络成瘾组和网络非成瘾组各维度差异显著性检验

|      | 网络成瘾组 |       | 网络非成瘾组 |       |          |
|------|-------|-------|--------|-------|----------|
| 特质   | M     | SD    | M      | SD    | t        |
| 自尊   | 2.680 | 0.365 | 2.975  | 0.416 | -3.365** |
| 孤独   | 2.592 | 0.418 | 2.411  | 0.270 | 2.891**  |
| 抑郁   | 2.264 | 0.415 | 1.771  | 0.468 | 4.986**  |
| 焦虑   | 2.296 | 0.396 | 2.256  | 0.334 | 0.547    |
| 社会支持 | 2.120 | 0.535 | 2.478  | 0.523 | -3.190** |
| 社交回避 | 2.480 | 0.277 | 2.222  | 0.387 | 3.219**  |
| 人际敏感 | 2.656 | 0.319 | 2.568  | 0.321 | 1.282    |
| 主观幸福 | 2.624 | 0.410 | 2.867  | 0.419 | -2.713** |

经独立样本 T 检验:网络成瘾与自尊、社会支持、主观幸福感有显著性负相关,与孤独、抑郁、社交回避有显著性正相关,与焦虑和人际敏感无显著性相关。

因过度及难以自控地使用网络,许多大学生痴迷网络,导致上课不能集中精力听课,不能按时完成作业,成绩下滑,直至逃课、逃学,有的甚至厌学、辍学。调查显示,因成绩不合格而退学、试读或留级的学生中,由于网络成瘾而荒废学业的占 80% 以上,尤其是新生还未适应大学的学习、生活方式,极易受到网络的诱惑。

## 二、大学生网络成瘾行为的深层诱因

归纳国内外相关学者的理论及相关研究,将大学生网络成瘾的相关因素分为下列三大类:行为学派主张,人本学派观点以及精神分析学派看法<sup>[3]</sup>。

### 1. 行为学派观点

行为学派认为物质性成瘾是一种操作制约反应,成瘾者因为物质摄取后所带来的愉悦感而不断增强其成瘾行为。成瘾行为可以带来无与伦比的感觉和感官的满足,它能去除痛苦,转移个人的注意力,使人忘却烦忧;它可以提供人为的暂时的平静、安全感、自我价值感、成就感、权力感、控制感、亲密感以及归属感。调查中,一位男同学直言不讳地说,非常喜欢在 CS(一种射击类对战网络游戏)中一枪打爆人头的感觉,这些感官上的愉悦解释了大学生成瘾的原因。

以网络成瘾而言,任何有关硬件性能的提升和软件版本的修正,都能提升网络使用的便利性,这种效果类似药物的启动速度的增加。因此,如果网络传输的速度越快,则成瘾效果的启动速度越快,越容易造成网络成瘾。在当代的大学生中,专门有一类人被称为“发烧友”,他们终日流连于网上各大硬件论坛,买来各种组装硬件,近似“疯狂”的榨取各种硬件的性能资源;还有一类人痴迷于电脑软件的升级,即扩大新版本中的功能,他们乐此不疲,似乎是为了升级而升级。

### 2. 人本主义观点

以人本主义的观点而言,网络成瘾多源于对现实生活需求不满足,继而转向虚拟空间。转向网络世界寻求满足的需求之中,以社交需求最多。当代大学生多是独生子女,缺乏社交经验,直接导致把网络当作社交活动的代替品,倾向于在网络上寻觅情感分享的对象或加入兴趣相投的社群团体,促成了网络社交及虚拟社群的快速发展。通过调查发现,现今在大学生中有一种很受欢迎的虚拟空间形式-Qzone,是腾讯网针对青少年网民推出的一项服务,是一种为崇尚个性的“新新人类”提供的全新的网络生活方式,拥有 Qzone 就可以拥有网络日志、相册、音乐盒、等专业动态功能,而且还可以合成自己喜欢的个性照片,随心所欲更改空间装饰风格。这些眼花缭乱的功能吸引了很多大学生,尤其是女生参与。

此外,寻求性刺激及生理需求的满足,也是大学生网络成瘾的又一诱因。弗洛伊德认为性是人类最基本的趋力,马斯洛也把生理需求视为阶层需求论的基础,能提供多媒体光影刺激的网络科技免不了被人类利用于寻求性刺激的满足,其中网络性爱及色情网站似乎可满足此种生理需求。对于自尊的需求,也导致了大学生网络成瘾现象。网络上寻求的自尊分成两类:高层次自尊是指网络上所得到成就感的自我满足以及对于自身能力的肯定;低层次自尊指的是网络上得到他人的认可、赞赏所带来的他人对自身的肯定。拿在大学生中十分流行的网络游戏来说,它可以满足游戏者拥有权力以及他人认可的需求,网络角色扮演游戏中可以提升自尊,降低寂寞,以及使人陶醉于其中,这些因素形成大学生网络过度使用的正增强,使得他们不断向难度更高的游戏挑战,因而上网时间持续增加,最终形成网络成瘾。

### 3. 精神分析学派观点

精神分析学派认为,成瘾行为目的在于满足愿望与减少冲突,是一种心理防卫机制。传播学中有一种“使用与满足理论(Use and Gratifications Theory)”,该理论认为受众通过对媒介的积极使用,从而制约着媒介传播的过程,并指出使用媒介完全基于个人的需求和愿望。在我国目前的教育体制下,高考竞争残酷,一部分人升入大学,身心各方面有了全面发展,正是自我意识的这种飞速发展让青少年觉得自己应该像一个成人一样自己做主,去体验更多的自由,在网上“我的地盘我做主”,网络的匿名性使青少年在网上享有无限的自由,面对浩如烟海的信息很容易迷失自己而成为成瘾者。

在信息时代,网络深刻地影响社会生活的各个领域。大学生作为先进知识与技术的学习与创造者,更具有超强的网络意识,但随之而来的大学生网络成瘾问题也日趋严重,并成为不容忽视的公共卫生问题。对此,教育工作者应认真贯彻《国务院办公厅转发卫生部等部门关于进一步加强精神卫生工作指导意见的通知》(国办发[2004]71号)的要求,把加强预防、干预、控制网络成瘾纳入精神卫生工作,并对大学生网络的使用进行积极的心理辅导与干预<sup>[4]</sup>。

(下转第 88 页)

- [3] 章祥荪. 运筹学:21 世纪通向繁荣的大道—第 15 届国际运筹学会联合会大会综述[J]. 中国科学院刊,2000(1): 57-59.
- [4] 王定江. 运筹学教学与数学建模[J]. 大学数学,2003(12):49-51.
- [5] 罗桂荣,原海英. 运筹学教学改革与探索[J]. 理工高教研究,2005(6):49-50,57.
- [6] 李苏北. 运筹学课程建设与改革实践研究[J]. 大学数学,2005(10):15-17.

## Reflection On the Public Elective Course of Operational Research in Universities

SHEN Chang-hua

(School of Business Administration, Yancheng Institute of Technology, Jiangsu Yancheng 224051, China)

**Abstract:** Both social economic development and employment of college students need to set up the public elective course of operation research in universities. Due to the popularization of computers, development of operations research software and university man's knowledge reserve, it is possible to set up public elective course "operations research". In the course of instruction, it is necessary to pay attention to the teaching content, teaching methods and materials of choice, to stimulate student's interest in learning and strive to improve the effectiveness of teaching.

**Keywords:** Operation Research; elective course; teaching methods

(责任编辑:洪 林;校对:陈 芸)

---

(上接第 84 页)

### 参考文献:

- [1] 中国青少年网络协会. 中国青少年网瘾报告[EB/OL]. (2005-11-23)[2008-02-12]. <http://theory.people.com.cn/GB/49157/49166/3882411.html>.
- [2] 唐海波,阳锡洲,蒲唯丹. 高职院校大学生病理性网络使用的心理辅导与干预[J]. 现代企业教育,2008(5):215-216.
- [3] 游森期. 青少年网路成瘾成因之探讨[J]. 学生辅导,2002(11):113-123.
- [4] 全国网吧及网络游戏管理工作协调小组办公室. 解读《关于进一步加强网吧及网络游戏管理工作的通知》[EB/OL]. (2008-07-17)[2007-03-14]. [http://www.ccnt.gov.cn/gsjpd/whsc/t20070314\\_35434.htm](http://www.ccnt.gov.cn/gsjpd/whsc/t20070314_35434.htm).

## Analysis of the Deeper Reasons of College Students' Internet Addiction

YAO Ai-hua

(Department of Student Affairs Yancheng Institute of Technology, Jiangsu Yancheng 224051, China)

**Abstract:** Internet addiction is a common phenomenon in college students, and has become an important factor which affects their healthy growth. The paper summarizes the current situation of Internet Addiction in college students, then analyzes the deeper reasons of Internet Addiction at several levels.

**Keywords:** college students; Internet Addiction; Pathological Internet Use

(责任编辑:洪 林;校对:陈 芸)