

大学生网络成瘾与个性特征的相关性研究

谢 莹

(盐城工学院 电气工程学院,江苏 盐城 224051)

摘要:大学生网络成瘾现状不容乐观,并在性别和是否担任学生干部方面存在显著性差异。网络成瘾与非成瘾大学生在人格特征方面存在显著性差异的因子有乐群性、稳定性、恃强性、有恒性、自律性、幻想性和紧张性等。在心理健康水平方面存在显著性差异的因子有躯体化、人际关系敏感、焦虑、敌对等。建议从高校教育和大学生自身两个层面对大学生网络成瘾行为进行干预指导。

关键词:大学生;网络成瘾;个性特征

中图分类号:G647 文献标识码:A 文章编号:1671 - 5322(2014)03 - 0092 - 03

随着计算机网络的广泛应用,互联网已经完全成为我国百姓尤其是 90 后大学生的必需品。如何提高网络使用的文明程度,指导大学生合理正确地运用网络已成为社会各界共同关注的话题。本文通过比较网络成瘾与非成瘾大学生人格特征的差异,深入阐发网络成瘾行为的动因,并提出对策,从而为改善大学生网络成瘾行为提供参考。

一、对象与方法

1. 对象

调查对象为江苏省盐城市某两所本科院校大一至大三年级共计 300 名学生,其中男、女生分别为 183 人和 117 人,一、二、三年级人数分别为 97 人、105 人、98 人。问卷实际有效回收率为 93.70%。

2. 测量方法

网络成瘾问卷。本次所采用的调查问卷是美国学者 Kinberly Young 编制的“网络成瘾测验”。问卷包括 20 个问题,Cronbach's aopha 一致性系数为 0.880,重测信度为 0.813。个性特征问卷(16PF)将个体的个性特质从乐群、稳定、独立、冒险等 16 个相对独立的层面进行归纳,用以检测个体在环境适应、心理健康等方面的表现。问卷信度和效度较高,在国内外心理学领域被普遍认同。

心理卫生自评量表(SCL-90)是心理学界最著名的测试量表之一,可以了解大学生心理健康状况,涵括 9 个因子 90 个题目。

二、结果

1. 大学生网络成瘾得分情况

正常网络使用者、轻度网瘾者、重度成瘾者的大学生人数比例分别为 77.22%、21.71%、1.07%。

在性别、是否担任学生干部等方面,网络成瘾大学生与非成瘾大学生的得分存在显著性差异。在学习成绩、是否是独生子女等方面,网络成瘾大学生与非成瘾大学生的得分则不存在显著差异,结果见表 1。

表 1 大学生网络成瘾独立样本 t 检验
Table 1 Internet Addiction of college students independent samples t test

项目		N	M	SD	t
性别	男	181	41.67	15.18	3.064 **
	女	100	35.85	10.41	
是否学生干部	是	113	37.28	12.75	-2.165 *
	否	168	41.3	14.65	
是否独生子女	是	174	39.13	13.36	-0.402
	否	107	39.9	14.77	
是否获得过奖学金	是	121	38.33	12.43	-0.791
	否	160	40.49	13.82	

注: * 表示 $p < 0.5$; ** 表示 $p < 0.005$

收稿日期:2014 - 06 - 02

基金项目:江苏省教育厅 2013 年高校哲学社会科学基金资助项目(2013SJBFDY075)

作者简介:谢莹(1979 -),女,江苏连云港人,讲师,硕士,研究方向:大学生心理素质教育。

2. 16PF 差异性检验

数据显示,网络成瘾者与非成瘾者在乐群性、稳定性、恃强性、有恒性、幻想性、自律性、紧张性等7个项目上存在不同程度的差异性,在其它项目上无显著性差异。结果见表2。

表2 网络成瘾者与非成瘾者大学生的
16PF 差异显著性检验
Table 2 The 16PF difference between Internet
addicts and non addicts' significant test

因素	网络成瘾者 (<i>M</i> ± <i>SD</i>)	非网络成瘾者 (<i>M</i> ± <i>SD</i>)	<i>t</i>
乐群性	4.13±1.25	6.55±1.47	-3.19**
聪慧性	5.53±1.34	5.58±1.49	-1.28
稳定性	4.45±1.53	6.35±1.63	-2.54*
恃强性	4.37±1.57	6.185±1.47	-2.36*
兴奋性	5.24±1.49	5.60±1.34	-1.39
有恒性	4.17±1.52	6.32±1.57	-2.90**
敢为性	5.65±1.25	5.34±1.53	1.52
敏感性	5.48±1.63	5.82±1.52	-1.47
怀疑性	5.39±1.57	5.46±1.49	-1.27
幻想性	6.31±1.47	4.25±1.52	2.85**
世故性	5.73±1.54	5.30±1.57	1.54
忧虑性	5.62±1.34	5.48±1.25	1.30
实验性	5.37±1.63	5.45±1.63	-1.37
独立性	5.46±1.49	5.52±1.53	-1.42
自律性	4.49±1.57	6.97±1.47	-3.41**
紧张性	6.15±1.34	4.32±1.52	2.24*

注:*表示*p*<0.5;**表示*p*<0.005

3. SCL-90 差异性分析

数据显示,网络成瘾者与非网络成瘾者在躯体化、人际关系敏感、焦虑、敌对等4个项目上存在不同程度的差异性,在其它项目上无显著性差异。结果见表3。

表3 网络成瘾者与非成瘾者大学生的
心理健康水平差异显著性检验
Table 3 The difference of mental health level of
College Students Internet addiction and non
addicts significant test

因素	网络成瘾者 (<i>M</i> ± <i>SD</i>)	非网络成瘾者 (<i>M</i> ± <i>SD</i>)	<i>t</i>
躯体化	2.24±0.57	1.48±0.43	2.56*
强迫症状	1.62±0.34	1.78±0.41	1.33
人际关系敏感	2.80±0.47	1.47±0.56	3.46**
抑郁	1.57±0.50	1.42±0.42	1.54
焦虑	2.56±0.41	1.62±0.53	2.58*
敌对	2.27±0.39	1.52±0.48	2.42*
恐怖	1.47±0.53	1.36±0.46	1.44
偏执及精神病性	1.39±0.49	1.28±0.36	1.55

注:*表示*p*<0.5;**表示*p*<0.005

三、分析与讨论

第一,大学生网络成瘾总体状况。大学生网络成瘾现实状况不容乐观,不同程度网络成瘾的大学生人数占调查总人数的22.78%。究其原因,可能是随着网络技术的不断发展,网络使用的便捷性和可操作性迅速提升,这在很大程度上推动了大学生对网络的依赖^[1]。

第二,大学生网络成瘾的差异性特点。男大学生网络成瘾倾向显著高于女大学生。这可能是由于受传统社会文化的影响,男生更倾向于抑制合理的情绪表达,致使其往往选择在虚拟的网络世界中宣泄压力。不仅如此,男大学生更加富有好奇心和冒险精神,更容易被新奇事物所吸引,因而也更容易陷入网络依赖。结果还显示,担任学生干部的大学生网络成瘾倾向显著低于未担任学生干部的大学生,这可能是由于学生干部肩负更多的社会职责,进取心强,他们不仅无暇沉迷网络,而且也能够较好地自我控制,能够对自己的网络行为进行有效监控和引导。

第三,网络成瘾大学生的人格特点分析。网络成瘾与非成瘾大学生存在一定程度上的人格特征差异,主要表现为,前者的乐群性、稳定性、恃强性、有恒性、自律性等方面显著低于后者,幻想性和紧张性则显著高于后者。也就是说,网络成瘾大学生往往存在一定程度的如下倾向:孤独内向、情绪激动、好强固执、支配攻击、原则性差、责任意识缺乏、自我松懈、随心所欲、富于想像、狂放不羁、缺乏耐心、心神不定等。纵观心理学界诸多研究可以发现,沉湎于网络无法自拔的人往往会伴随某些人格障碍,出现个体的心理和生理受损,表现为食欲不振、情绪低落、精力涣散等^[2]。这与本研究结论有相似之处。

第四,网络成瘾大学生的心理健康水平分析。在躯体化、人际关系敏感、焦虑、敌对等4个项目上,网络成瘾大学生的得分显著高于非成瘾大学生。这表明,网络不仅在不断地推动社会的发展,同时也正改变着人们的生活方式,影响着人们的心理和行为。有研究表明,过度使用网络,往往会导致其出现自制力差、焦虑、抑郁、人际关心淡漠、情绪波动、易怒等负性心理现象^[3]。诚然,本次研究还仅限于对网瘾大学生心理健康状况的概况描述,依然无法确定网络成瘾在多大程度上导致了大学生产生不良的心理健康问题。如何帮助广

大大学生克服网瘾,提升心理健康素质,是我们广大心理健康教育工作者亟待解决的当务问题。

第五,大学生网络成瘾的动因分析。网络成瘾的形成基于网络技术的飞速发展和个人计算机的广泛存在,它是由于个体长时间过度使用网络而诱发的一种精神和行为障碍,主要表现为个性、人际交往、社会功能上的损害^[4]。Je Suler 在《各取所需——健康还是病态地使用网络》这本书中阐述了个人网络行为的动机,即满足 6 类需求:体验改变感、性、成就和控制、归属、人际交往、自我实现和自我超越^[5]。Loytsker 则认为,正是抑郁、散漫、胆怯、冷漠、自我封闭、厌倦等不良的人格特质导致了网络成瘾行为,反过来,网络成瘾行为又进一步强化了个体不良人格特质^[5]。我们认为,不同大学生个体产生网络依赖的心理成因不尽相同,应该在详尽了解学生个人信息的基础上,结合学者的网络行为动机理论,有针对性地分析大学生个体网络依赖的具体成因,对症下药,事半功倍。

第六,对策分析。一方面,高校要积极发挥引

导与协调的作用,不断探索高质量人才培养的途径和方法。首先,要加强校园网络信息资源的开发,教育青年大学生正确使用网络,并进行合理有效的教育和引导,提高大学生使用网络的方法和水平。其次,要积极组织开展丰富多彩、形式多样的实践活动,进一步扩大学生们的交往范围和途径,鼓励学生在实践活动中逐步培养起高尚情趣的兴趣爱好和休闲方式。再次,要营造民主和谐的校园氛围,尊重大学生的身心发展需要,并以理解、包容的心态关心大学生们的成长。另一方面,大学生要加强自身修养,锤炼个性品质,提高综合素质。首先,大学生应当树立正确远大的人生目标,保持朝气蓬勃、勇往直前的良好状态,保证人生前进的方向和强大的动力。其次,应明确自身学习目的和目标,不断增强学习动力,克制网络依赖,以免玩物丧志。再次,要珍惜利用和合理规划好时间,严于律己,养成良好的生活习惯和作息规律。最后,要学会调整心态,理性控制情绪,平和地看待自己和他人的成长,不放纵,不苛求,全面客观地评价自己、看待社会。

参考文献:

- [1] Griffitha M. Does Internet and Computer "Addiction" Exist? Some Case Study Evidence[J]. Cyber - Psychology & Behavior, 2000,3(2):73 - 76.
- [2] 焦杭伟. 当代大学生网络成瘾的质性研究[D]. 西宁:青海师范大学,2010:17 - 26.
- [3] 谢莹. 地方工科院校大学生网络成瘾与攻击行为的关系研究[J]. 教育与职业,2013(32):183 - 184.
- [4] 詹海都,张广金,施玉青,等. 大学生网络成瘾状况与人际交往的相关研究[J]. 考试周刊,2010(40):210 - 211.
- [5] 万晶晶. 大学生网络成瘾的心理需求机制研究[M]. 武汉:华中师范大学出版社,2011:189 - 201.

Study on Relationship Between College Students' Internet Addiction and Personality Characters

XIE Ying

(School of Electrical Engineering, Yancheng Institute of Technology, Yancheng Jiangsu 224051, China)

Abstract: One concern of the college students is internet addiction. And there are significant differences existing in students' gender and whether serving as a student leader. The factors that cause the remarkable differences of internet addiction or non internet addiction students are social gregariousness, stability, bullying, perseverance, self - discipline, fantasy and tension. Also the factors that cause the remarkable differences of mental health status are somatization, interpersonal sensitivity, anxiety and hostility. Recommendations from both college education and college students are put forward to intervene in the internet addiction.

Keywords: college student; internet addiction; characteristics

(责任编辑:洪 林)