

大学生网络使用情况与家庭幸福感的相关研究

周显希

浙江师范大学, 中国·浙江 金华 321004

【摘要】随着人类社会步入了 21 世纪, 和互联网的不断发展, 时代的变换, 科技的发展, 网络成为了人们的必需品, 网络使用范围不断扩大。当代积极心理学的推广, 幸福感受到了大众的关注, 随着教育水平的上升和大学生群体的增多, 大学生作为网络使用的主要群体, 大学生的心理健康和幸福感问题也逐渐受到关注。本研究主要研究大学生家庭幸福感和网络使用情况之间的相关情况, 采用问卷法, 研究工具为《中文网络成瘾量表(修订版)》, 《青少年家庭幸福感问卷》, 研究结论: 网络成瘾在性别存在显著性的差异; 家庭幸福感中的消极情绪体验和网络成瘾存在显著的相关性。

【关键词】大学生; 网络使用; 家庭幸福感; 相关研究

网络使用情况与家庭幸福感的基本情况调查, 在人口统计上的差异; 大学生网络使用情况与家庭幸福感的关系研究。以各地高校在校大学生为主要研究群体, 调查从大一到大五共五个年级的群体样本, 发送问卷 120 份, 有效回收问卷 101 份。经过多方考虑, 并结合本研究的特点, 在网络使用情况中主要采用中文网络成瘾量表的修订版(CIAS-R), 青少年家庭幸福感问卷。

为了解网络成瘾各个维度与性别差异情况, 结果如下表:

表 1 大学生网络成瘾在性别上的差异^①

你的	性别	N ^②	Mean ^③	Std. Deviation ^④	Std. Error Mean ^⑤	T ^⑥	P ^⑦
时间管理问题 ^⑧	男 ^⑨	29 ^⑩	8.4483 ^⑪	2.74625 ^⑫	.50997 ^⑬	-1.700 ^⑭	.092 ^⑮
	女 ^⑯	72 ^⑰	9.4444 ^⑱	2.63181 ^⑲	.31016 ^⑳		
强迫性上网 ^㉑	男 ^㉒	29 ^㉓	6.3448 ^㉔	2.33415 ^㉕	.43344 ^㉖	-2.910** ^㉗	.004 ^㉘
	女 ^㉙	72 ^㉚	7.7083 ^㉛	2.04483 ^㉜	.24099 ^㉝		
人际与健康问题 ^㉞	男 ^㉟	29 ^㊱	11.2414 ^㊲	3.58225 ^㊳	.66521 ^㊴	-1.995* ^㊵	.049 ^㊶
	女 ^㊷	72 ^㊸	12.7083 ^㊹	3.24336 ^㊺	.38223 ^㊻		
戒断反映 ^㊼	男 ^㊽	29 ^㊾	6.1724 ^㊿	2.01900 ^㊽	.37492 ^㊿	-2.459* ^㊿	.016 ^㊿
	女 ^㊿	72 ^㊿	7.2361 ^㊿	1.94642 ^㊿	.22939 ^㊿		
耐受性 ^㊿	男 ^㊿	29 ^㊿	9.2759 ^㊿	2.56204 ^㊿	.47576 ^㊿	-1.901 ^㊿	.060 ^㊿
	女 ^㊿	72 ^㊿	10.3472 ^㊿	2.56279 ^㊿	.30203 ^㊿		
Q 网络得分 ^㊿	男 ^㊿	29 ^㊿	41.4828 ^㊿	11.78565 ^㊿	2.18854 ^㊿	-2.500* ^㊿	.014 ^㊿
	女 ^㊿	72 ^㊿	47.4444 ^㊿	10.44488 ^㊿	1.23094 ^㊿		

注: **p<0.01,*p<0.05^①

由表 1 得出, 女生网络成瘾总分高于男生, 在强迫性上网, 人际与健康问题和戒断反应上, 女生均高于男生, 在 0.05 的显著性水平上存在显著性的差异。(表 1)

为了解网络成瘾与家庭幸福感的相关情况, 结果如下表:

表 2 大学生网络使用情况与家庭幸福相关表^①

	Q7 家庭成员关系 ^②	Q8 家庭教育方式 ^③	Q9 家庭沟通 ^④	Q10 消极情绪体验 ^⑤	Q11 消极情绪体验 ^⑥	总体家庭幸福感 ^⑦
时间管理问题 ^⑧	0 ^⑨	-0.135 ^⑩	-0.143 ^⑪	-0.007 ^⑫	-.215* ^⑬	-0.113 ^⑭
强迫性上网 ^⑮	-0.05 ^⑯	-0.107 ^⑰	-0.169 ^⑱	-0.074 ^⑲	-.252* ^㉑	-0.144 ^㉒
人际与健康问题 ^㉓	-0.022 ^㉔	-.226* ^㉕	-.235* ^㉖	-0.074 ^㉗	-.244* ^㉘	-0.18 ^㉙
戒断反映 ^㉚	0.052 ^㉛	0.015 ^㉜	-0.061 ^㉝	0.051 ^㉞	-0.104 ^㉟	-0.002 ^㊱
耐受性 ^㊲	0.122 ^㊳	-0.037 ^㊴	0.01 ^㊵	0.035 ^㊶	-.245* ^㊷	-0.004 ^㊸
Q 网络得分 ^㊹	0.021 ^㊺	-0.134 ^㊻	-0.149 ^㊼	-0.022 ^㊽	-.252* ^㊿	-0.112 ^㊿
使用时间 ^㊿	0.016 ^㊿	-0.053 ^㊿	-0.088 ^㊿	0.024 ^㊿	-0.100 ^㊿	-0.043 ^㊿

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).^①

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).^②

表 2 得出, 消极情绪的体验与网络成瘾各个维度上都存在着显著性的负相关, 可见网络使用的不当会造成消极性的情绪体验, 家庭沟通交流和家庭教育方式和人际与健康问题存在着显著性的负相关, 不良的家庭教养方式和家庭沟通会给大学生带来一定的人际与健康问题。过度的使用网络, 会对家庭和人间健康造成极

大不好的影响。

网络成瘾各个维度除了戒断反应都和家庭幸福感中的消极情绪体验相关性显著, 说明如果在家庭中所感受的消极情绪体验会对网络成瘾产生一定的影响。有相关的研究指出, 网络成瘾往往和个体的负性情绪相关。家庭教养方式和家庭沟通交流与人际交往产生了显著的相关。这也在一定程度上验证了本研究的假设, 网络成瘾与家庭幸福感成负相关。在前人的研究之中, 过多的使用网络会导致家庭成员之间的交流和社会人际交往的减少, 并且与用户孤独体验增加呈正相关。

网络自身所具有的匿名性, 便利性, 逃避现实性的特点, 以及网络成瘾的个体通常具有不善于社交, 低自尊, 脆弱等压抑性的人格特点, 使这些个体希望从网络这一途径来获得认可和自尊。再加上网络可以成为对自我不良情绪的宣泄, 于是很多人在网络上肆无忌惮的发表言论, 从而让许多在现实生活中很平凡的人获得前所未有的成就感, 产生了马斯洛所说的高峰体验; 在现实生活中受挫, 在网络世界中寻找归属感, 正如国内学者高文斌的“失补偿假说”(中国心理协会青少年心理卫生专业委员会第九届全国学术会议论文集, 2005.)所指出的“上网行为是青少年在心理发育过程中受阻时的一种补偿表现。如形成“建设性补偿”则完成补偿、恢复常态发展, 即正常上网行为; 如形成“病理性补偿”则引起失补偿、导致发展偏差或中断, 即网络过度使用行为。”从生理上来说, 在我们的大脑当中存在一个奖赏机制, 当这种机制得到满足之后会使人产生十分愉悦和快乐的体验, 正如行为主义的条件反射一样, 网络使成瘾者产生了愉悦的体验, 便让成瘾者不断的增强上网的时间, 以满足这种愉悦的体验, 就跟吸毒一样, 不断沉迷其中无法自拔。

由于大学生的空闲的时间较多, 大部分的大学生使用网络来进行休闲娱乐, 网络使用的不当使大学生的学习时间减少, 睡眠不足, 在一定的程度上影响了大学生的身体健康和学业成就, 大学生应该减少网络的使用, 不做“低头族”, 加大对学习以及课外兴趣的培养, 在面对压力时间的时候要学会放松身心, 跑步等健身方式是一个不错的选择。越来越多的人认识到了网络害处的这一点, 对于网络的使用进行合理, 正确的使用。要引导大学生的合理健康上网, 这对大学生个体的成长和发展乃至个人潜能的发挥, 都可能具有非常重要的作用。

家长应该多与孩子接触, 并了解到网络的有害性, 培养良好的亲子关系和家庭沟通模式, 加大交流的力度和强度, 不要因为工作和没有时间而减少了与家人团聚的机会。

结论:

(1) 大学生网络成瘾在性别上存在显著性的差异 (2) 大学生家庭幸福感中的消极情绪体验和网络成瘾存在显著的相关性。

参考文献:

[1] 周恒彩, 李焰. 大学生主观幸福感与应对方式的关系研究[J]. 宜宾学院学报, 2007 (09).

作者简介: 周显希 (1994-) 女, 汉族, 四川遂宁, 研究生, 心理学。