

# 自我概念因素对大学生网络成瘾倾向的影响

作者：西安交通大学 周小军 曹旋

[摘要] 大学生自我概念因素分析表明，学生网络成瘾倾向相对较高，是网络成瘾的易感人群；事实也说明，越来越多的大学生已经无法控制自己适度上网而产生了成瘾倾向。因此，高校、家庭甚至社会应该直面现实问题，重视大学生网络使用教育，积极采取有效措施，预防大学生网络成瘾。

[关键词] 大学生；网络成瘾倾向；自我概念；影响

自我概念是指个人心目中对自我的印象，包括对自己存在的认识，是由一系列态度、信念和价值标准所组成的有组织的认知结构，贯穿于心理与行为的一切方面[1]。作为个体人格的核心，它几乎调控着个体的一切行为和活动。而网络成瘾是一种个体对自己网络使用行为失去理性控制的现象。鉴于自我概念对个体行为的调控性，我们推测个体的网络成瘾行为可能受到自我概念的影响。因此，我们于2008年10月针对大学生的自我概念及网络成瘾倾向进行调查，探讨了自我概念对网络成瘾的影响因素。

## 一、研究方法

### 1、研究对象

西安市两所多学科综合性大学进行分层随机抽样的767名学生，年龄范围在16-25岁之间，平均年龄为 $20.35 \pm 1.56$ 岁。

### 2、研究工具

(1) 田纳西自我概念量表。使用美国田纳西州心理学家 W.H Fitts 于1965年编制，台湾林邦杰于1978年修订的第三版量表，共有70个题目，包含自我概念的结构、内容和综合状况共十个因子。采用5级评分，计算结果前九个因子得分越高则自我概念越积极，而自我批评得分越高则自我概念越消极[2]。

(2) 网络成瘾量表。采用美国彼兹堡大学 Young K.S 最新编制的网络成瘾测试问卷，共包括20个题目，5级评分，总分分布在20-100分之间，分数越高者，网络成瘾倾向程度越高。具体评判标准是：20-39分为网络正常使用者或无网络成瘾倾向者、40-69分为网络成瘾倾向者；70-100分者为网络成瘾者，即已经有了成瘾的事实[3][4]。

### 3、测试程序

将问卷发放给辅导员担任主试，在班级会议上进行统一试测。试测前由主试宣读统一指导语和要求，整个时间控制在50分钟以内，测试完成后将调查问卷当场收回。

## 二、研究结果

### 1、网络成瘾问卷得分基本情况

767名大学生网络成瘾得分在20-79之间，平均分为 $45.33 \pm 11.179$ 。



## 2、自我概念与网络成瘾倾向的相关分析

大学生生理自我、道德自我、心理自我、家庭自我、社会自我、自我认同、自我满意、自我行动、自我总分与网络成瘾倾向呈显著负相关，Pearson 相关系数依次是-0.388、-0.405、-0.401、-0.389、-0.353、-0.417、-0.343、-0.415、-0.44；而自我批评因素与网络成瘾倾向虽然呈正相关关系，但是相关系数没有达到显著，因此不具有统计分析意义。

## 3、自我概念与网络成瘾倾向的回归分析

以自我概念各因子作为预测变量，以网络成瘾倾向为因变量，做逐步多元回归分析，结果自我总分、自我批评、自我满意三个因子依次进入了回归，分别单独解释了网络成瘾倾向总变异量的 19.4%、3.1%和 1.2%，联合解释量为 23.7%。

## 三、分析与结论

### 1、学生网络成瘾倾向相对较高，是网络成瘾的易感人群

研究分析结果显示，大学生网络成瘾测评得分分布在 20-79 之间，而平均分为  $45.33 \pm 11.179$ ，高出了 Young 提出的灰色区域的最低标准。可见随着网络的越来越普及，越来越多的大学生已经无法控制自己适度上网而产生了成瘾倾向，这无疑给当今大学生教育发出了一个危险信号。高校、家庭甚至社会应该直面现实问题，重视大学生网络使用教育，积极采取有效措施，预防大学生网络成瘾。

### 2、学生网络成瘾存在自我概念影响因素

Pearson 相关分析结果是自我概念中除自我批评因子与网络成瘾倾向正相关但未达到显著以外，其余因子均与网络成瘾倾向显著负相关；回归分析结果自我总分、自我批评、自我满意依次进入了回归。说明大学生网络成瘾倾向存在自我概念影响因素。与国内相关研究结果一致[5]。而理论上，自我概念积极的人，更自信，能够客观的认识自己，积极地接纳自我，并且自我调节、控制能力较强，能较好的处理好自我与现实之间的偏差，积极地融入现实世界，因而不易在网络这一诱惑前迷失自我；而自我概念消极的人，缺乏积极的自我接纳和自我认同，不能较好的融入现实世界，缺少现实社会的情感支持，并且自我调节、控制能力较弱，容易产生不良情绪和冲动控制障碍，因而较难很好的管理约束自我，同时寄希望于网络这一虚拟世界弥补自己在现实世界的自卑和不完美，因而更容易产生网络成瘾倾向。

因此，高校应根据不同学生自我概念发展的特点，在培育和发展大学生积极的自我概念的基础上，做好网络成瘾预防工作，培育优秀人才。

## [参考文献]

- [1] 车文博.当代西方心理学新词典[M].长春:吉林人民出版社,2001年:472-476
- [2] 陈春锋.当代大学生的自我概念与社交焦虑的关系[D].济南:山东师范大学,2007年
- [3] 金伯利·S·扬.网虫综合症——网瘾的症状与康复策略[M].上海:上海译文出版社,2000年:32-35
- [4] Young KS. Caught in the net:How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery[M].New York: John Wiley&Sons,Inc, 1998:31-35
- [5] 刘琳,王锋,崔丽娟.初中生自我概念与网络依赖行为的相关研究[J].当代教育科学,2004,11:51-52

## [作者简介]

周小军，(1983-)，湖南益阳人，西安交通大学人文社会科学学院研究生。

曹旋，(1983-)，陕西西安人，长庆油田第二采气厂企业文化科工作。

