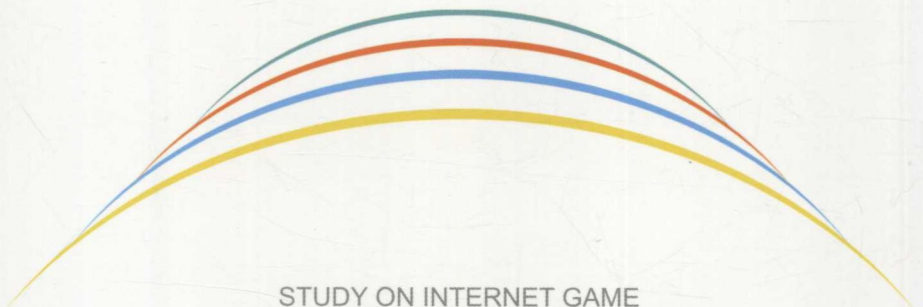




STUDY ON INTERNET GAME
ADDICTION OF COLLEGE STUDENT

大学生网络游戏 成瘾问题研究

闫宏微◎著



 上海人民出版社

STUDY ON INTERNET GAME
ADDICTION OF COLLEGE STUDENT

大学生网络游戏 成瘾问题研究

闫宏微◎著

图书在版编目(CIP)数据

大学生网络游戏成瘾问题研究/闫宏微著. —上海:
上海人民出版社, 2015

ISBN 978-7-208-13472-0

I. ①大… II. ①闫… III. ①互联网络-影响-大学
生-研究 IV. ①G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 298526 号

责任编辑 罗 俊

封面设计 零创意文化

大学生网络游戏成瘾问题研究

闫宏微 著

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.co)

世纪出版集团发行中心发行 上海商务联西印刷有限公司印刷

开本 635×965 1/16 印张 17.5 插页 2 字数 207,000

2015 年 12 月第 1 版 2015 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-208-13472-0/G·1765

定价 48.00 元

目 录

第一章 绪论 / 1

第一节 问题的提出 / 1

第二节 研究现状 / 3

一、国外研究现状述评 / 3

二、国内研究现状述评 / 8

第三节 研究设计 / 14

一、研究思路 / 14

二、研究方法 / 16

第四节 研究重难点与创新点 / 17

一、研究重难点 / 17

二、创新之处 / 19

第二章 大学生网络游戏成瘾问题理论概述 / 20

第一节 核心概念界定 / 20

一、游戏的含义与特征 / 20

二、网络游戏的含义与特征 / 25

三、游戏、网络游戏的功能 / 30

四、成瘾的概念、诊断与机制探讨	/ 35
五、网络游戏成瘾的概念、诊断与机制	/ 42
第二节 马克思主义人学思想	/ 51
一、马克思主义人的存在论	/ 52
二、马克思主义人的需要论	/ 58
三、马克思主义人的主体性思想	/ 61
四、马克思主义人的全面发展理论	/ 67
第三节 社会主义核心价值体系	/ 71
一、价值相关概念梳理	/ 71
二、人的价值及其危机	/ 73
三、和谐社会的核心价值体系	/ 76
四、价值澄清理论的借鉴	/ 79
第四节 社会学、心理学相关理论及其应用路径	/ 82
一、“戏剧论”与狂欢理论	/ 82
二、沉浸理论	/ 86
三、标签理论与污名理论	/ 88
 第三章 大学生网络游戏成瘾问题实证研究	/ 93
第一节 研究方法说明	/ 93
第二节 大学生网络游戏成瘾问题量化研究	/ 96
一、研究回顾	/ 96
二、研究目标、研究假设与问卷设计	/ 99
三、抽样方法、问卷发放与统计方法	/ 101
第三节 问卷调查结果	/ 102
一、网络游戏成瘾者的人口学特征	/ 102
二、网络游戏成瘾者的休闲状况	/ 112
三、网络游戏成瘾者的网络休闲状况	/ 117

第四节 大学生网络游戏成瘾问题质化研究 / 124

- 一、质化研究的资料收集与抽样方法 / 124
- 二、辅导员访谈提纲与访谈内容归纳 / 127
- 三、网络游戏成瘾大学生访谈记录节选 / 136

第四章 大学生网络游戏成瘾问题多维解析 / 142

第一节 大学生网络游戏成瘾问题的价值层面分析 / 144

- 一、错误价值取向与大学生网络游戏成瘾 / 146
- 二、社会公正缺失与大学生网络游戏成瘾 / 148

第二节 大学生网络游戏成瘾问题的教育层面考察 / 153

- 一、家庭教育的问题与大学生网络游戏成瘾 / 153
- 二、应试教育的危害与大学生网络游戏成瘾 / 158
- 三、高等教育的困境与大学生网络游戏成瘾 / 164

第三节 大学生网络游戏成瘾问题的个体层面剖析 / 168

- 一、大学生个人特质与网络游戏成瘾 / 169
- 二、网络游戏的“游戏性”与网络游戏成瘾 / 182

第五章 预防、解决大学生网络游戏成瘾问题的综合系统构建 / 188

第一节 预防、解决大学生网络游戏成瘾的基本理念 / 188

- 一、以马克思主义休闲思想为指导思想 / 188
- 二、游戏精神的探寻与正确游戏观的树立 / 199

第二节 预防、解决大学生网络游戏成瘾的基本原则 / 206

- 一、以人为本，科学发展原则 / 206
- 二、强化疏导，疏堵结合原则 / 208
- 三、以防为主，防治结合原则 / 210
- 四、标本兼治，综合治理原则 / 211

第三节 预防、解决大学生网络游戏成瘾的力量整合	/ 212
一、政府部门加强对网络游戏的立法与监管	/ 212
二、网络游戏企业优化行业自律、承担社会责任	/ 218
三、建立家庭、学校、社会三位一体的长效管理机制	/ 223
第四节 预防、解决大学生网络游戏成瘾的具体策略	/ 225
一、理想信念塑造与价值观教育	/ 225
二、家庭教育的科学化	/ 228
三、素质教育的全面推行	/ 229
四、高校入学教育与生涯规划教育的规范与普及	/ 231
五、优化群体环境，加强校园文化建设	/ 234
六、心理健康教育的加强	/ 237
七、加强网络媒介素养教育	/ 238
结语	/ 241
附录一	/ 245
附录二	/ 255
附录三	/ 256
参考文献	/ 257
后 记	/ 271

第一章

绪论

第一节 问题的提出

互联网的蓬勃发展给中国社会带来了急剧的变化，它越来越深刻地进入当代中国社会的各个领域，并逐渐产生深远的影响。对先进知识和技术有特有的知觉和敏锐的大学生，对互联网构建的虚拟世界表现出了极高的认同度和参与热情。随着互联网技术和家用电脑的发展与不断普及，网络已经深入当今大学生的学习、生活以及情感、社交等各个领域，成为大学生学习知识、交流思想、休闲娱乐的重要平台。对于很多大学生来说，网络不仅仅是一个获得信息的工具、交流沟通的平台、放松娱乐的手段，更是他们的精神家园。在网络上，他们看到了更加丰富而广阔的世界。通过网络上的人际互动，他们获得了尊重与理解，体会到了强烈的成就感，更得到了渴望已久的话语权。因而，短短几年的时间里，网络就以其廉价、易操作、匿名性、参与互动性强、娱乐功能强大等优势而成为我国大学生群体中最为普及的休闲放

松方式之一。

然而，过度使用和依赖网络对大学生的身心健康成长是不利的，越来越多的在校大学生由于对网络过度依赖甚至成瘾而对学业发展、身心健康造成负面影响的案例触目惊心。沉溺在网络世界中的大学生耗费掉的不仅仅有大量本该用于完成学业的时间和金钱，还有他们完成社会化与健康人格塑造的关键机会，更有他们对于未来生活的期望、个人价值的实现和对社会责任的担当。高等院校是为国家和社会培养具有健全人格的高级专门人才的机构，作为每个学生由学习时代向社会过渡的最后一站，高校对于社会人才的培养与塑造起着至关重要的作用，不仅是教书，更重在育人。因此，如何引导大学生合理使用互联网，如何有效预防与矫治网络成瘾这一问题，是摆在当今高校教育管理者面前的一道难题，也是当今社会的一个重要现实问题。

根据现有资料来看，目前我国大学生网络成瘾案例中，网络游戏成瘾占到 80% 以上的比例，成瘾程度也最深，故本书选定大学生网络游戏成瘾问题作为研究对象，具有很强的针对性以及现实意义。对我而言，对网络游戏的初次接触始于 2005 年。2005 年暑假一个十分偶然的机会，我接触了当时风靡全球的网络游戏《魔兽世界》并被其深深吸引。在接下来将近一年的时间里，我为这款游戏疯狂，每天出入网吧，通宵打怪、升级、组团队下 FB（副本），在学业、生活、人际交往等方面均出现了一系列的问题，直到 2006 年 8 月退出了该游戏。在这一年的时间里，通过自己的切身经历体验到了网络游戏成瘾的心路历程，也因此结识了许多网络游戏玩家和网络游戏成瘾者，获得大量真实而鲜活的资料。2006 年 12 月，我选定以“大学生网络成瘾实证研究”作为自己的本科毕业论文，从此便开始了长达 7 年对大学生网络成瘾问题的关注与研究。七年的时间里，我接触并尝

试了很多不同的网络游戏，也在游戏中结识了大量的网络游戏玩家，当然也不乏一些网络游戏成瘾的玩家，积累了大量的直观体验与第一手资料；与此同时，阅读参考了大量不同学科视角与理论视角对网络游戏成瘾问题的探讨，逐步建立起自己的理论框架。不同于现有的心理学、社会学、神经医学等视角的研究成果，本书立足于思想政治教育的学科特点对大学生网络游戏成瘾问题展开探索，在理论上具有一定的创新性；同时，本书从高校思想政治工作的特点和优势出发，探寻网络游戏成瘾的预防与解决措施，又使本书具有一定的可操作性与实践价值。

第二节 研究现状

一、国外研究现状述评

1994年，美国纽约一位精神医师伊文·戈德博格（Ivan Goldberg）首先发现“网络成瘾”的现象，他借用《美国精神病分类与诊断手册》DSM-IV中关于药物依赖的诊断标准，提出了“互联网成瘾 disorder”（Internet Addiction Disorder, IAD）的概念，用来指个体由于过度使用互联网而导致产生明显的社会、心理损害的一种现象^①。1996年，美国匹兹堡大学金伯莉·S. 扬（Kimberly S. Young）博士在美国心理学年会上发表《网络成瘾：一种新的临床疾病》一文，她从DSM-IV对病理性赌博的判断标准中发展出“病理性网络使用”（Pathological Internet Use, PIU）的概念，意指网络成瘾和药物依赖的不同在于，它更像是

^① Goldberg I, Internet addiction disorder, http://www.cog.brown.edu/brochure/people/duchon/humor/in-ternet_addiction.html, 1995.

“一种没有麻醉作用的冲动——控制失控症” (impulse-control disorder)^①。霍尔等 (Hall et al., 2001) 提出另一种网络相关障碍的概念——网络行为依赖 (Internet Behavior Dependence), 他们认为 IBD 是一种适应不良的认知应对, 可以弥补现实生活中满意感的缺失, 是普通人生活中都有可能遇到, 并需要克服的问题, 可以通过基本的认知行为干预加以矫正^②。

国外现有研究中, 除了 IAD、PIU 和 IBD, 另外还有 Internet Addiction、Internet Dependency、Online Addiction、Problematic Internet Use 等术语。从不同的术语中可以看出, 国外学者对于能否用“成瘾”这一术语来描述此现象始终存在争议。反对者认为, 网络成瘾是一种被心理学家和研究者们夸大的说法, “他们把人们在网络上花费很多时间的行为看作是一种成瘾, 然而有些人在阅读、看电视或者工作上也花很多的时间, 并因此忽略了家庭、友谊和社会活动, 却没有人把这种行为称为成瘾”^③。总之, 目前关于网络成瘾的概念并没有一个权威准确的界定, 现有研究也无法确定网络过度使用是一种新的成瘾症状, 还是其他心理疾病的一种表征, 或者是患有某种心理疾病的人更容易导致网络使用过度。1998 年, 美国《网络心理与行为》杂志创刊, 这本杂志以“研究现代社会大规模使用高科技的影响和如何更有效地使用技术促进人的保健”为宗旨, 刊载了大量的网络成瘾的相关研究。

最早对网络成瘾展开系统研究的扬 (Young, 1998) 博士依据 DSM-IV 对于病态赌博的诊断标准, 改编完成了互联网成瘾的

① Young KS. “Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder”, The 104th annual meeting of the American Psychological Association, 1996.

② Hills, P. “Uses of the internet and their relationships with individual differences in personality”, *Computer in human behavior*, 2003, Vol.19, No.1, 2003.

③ 白羽:《警惕网络成瘾》,《中国教育报》2004 年第 4 期。

诊断标准。(1) 你是否迷恋互联网或者其他网上服务,并在线后仍然念念不忘?(2) 你是否感到有必要花费更多的时间去网上寻求满足感?(3) 你是否多次努力想控制或停止使用网络,但总是失败?(4) 如果减少了上网的时间或者停止上网,你是否会感到不安和愤怒?(5) 你的上网时间是否总是比原先预计的要长?(6) 你是否为了上网而不惜冒失去某个重要关系、工作、受教育或谋职机会的风险?(7) 你上网是否为了逃避问题或为了减轻无助感、犯罪感、焦虑、抑郁?(8) 你是否欺骗家人或朋友以隐瞒你上网的频率和在线时间? 扬指出,如果被试者对其中的五个问题答“是”,就被认为是“上瘾”^①。布雷德(Bread, 2001)则提出了“5+1 模式”,即在扬所给出的 8 项标准中,前 5 项是必须的,后面 3 项中至少具有一项才能被诊断为互联网成瘾^②。布伦纳(Brenner, 1997)编制的《互联网相关成瘾行为量表》(Internet-Related Addictive Behavior Inventory, IRABI)共有 32 个项目,其内容以 DSM-IV 标准为基础,包括过度使用网络导致的消极影响,如失去工作、婚姻破裂、经济债务及学业荒废等^③。莫拉汉-马丁(Morahan-Martin, 2000)等人针对大学生这一特定的互联网使用群体,从互联网使用引起学业工作问题、个人的感伤、戒断症状、心境的改变等角度评价了 PIU,编制了具有 13 个项目的量表^④。戴维斯(Davis, 2001)编制了 Davis Online

① Young K. S. "Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment", in *Clinical Practice, A Source Book*, Vol.17, 1997.

② Bread K. W., "Wolf EM. Modification in the propsoed diagnostic criteria for Internet addiction", *Cyber Psychology and Behavior*, Vol.4, No3, 2001.

③ Brenner V., "The results of an on-line survey for thirty days", Paper presented at the 105th annual meeting of the American Psychological Association, Chicago, August 18, 1997.

④ Morahan-Martin J., Schumacher P., "Incidence and correlates of pathological internet use among college students", *Computer in human behavior*, Vol.16, 2000.

Cognition Scale (戴维斯在线认知量表)^①, 该量表包含 5 个因素: 安全感、社会化、冲动性、压力应对、孤独与现实, 共 36 个题项, 是一种 7 级自陈量表, 如果被试者测出的总分超过 100 或任一维度上的得分达到或者超过 24, 则认为是网络成瘾。我国学者李宁^② (2007)、沈模卫^③等 (2006) 以大学生为被试者使用该量表结果表明, 该量表具有较好的信度和效度。

网络成瘾的心理机制比较复杂, 有需要、动机等动力因素; 有抑郁、孤独、自制力差、高感觉寻求、应对方式消极等人格特质因素。综合这些因素对于网络成瘾的解释, 最具代表性的是扬的 ACE 模型, 戴维斯的认知-行为模型和格罗霍尔 (Grohol) 的阶段模型。扬在 1999 年提出以可用性 (accessibility)、控制性 (control) 和兴奋性 (excitement) 等三个因素来说明强迫性互联网使用的形成过程, 并将它们看作促进网络成瘾过程的三种潜在变量, 即所谓的 ACE 模型^④。其中, 可用性指网络信息的可利用性、网上交互范围的大小和色情图片的吸引力; 控制性指个人对电子交互方式中可感知的隐私性信息的可控制程度; 兴奋性为网络信息对个体内部情感的激活程度。该模型的建立对于理解网络成瘾行为的形成、制定相应的治疗计划有一定的积极作用。

戴维斯提出认知-行为模型, 试图解释病态网络使用 (pathological internet use) 的发展和维持^⑤。戴维斯认为 PIU 的

① Davis R. A., "A cognitive-behavior remodal of pathological internet use". *Computers in human behavior*, Vol.17, No.2, 2001.

② 李宁、梁宁建:《大学生网络成瘾者非适应性认知研究》,《心理科学》2007 年第 1 期。

③ 张锋、沈模卫:《互联网使用动机、行为与其社会——心理健康的模型构建》,《心理学报》2006 年第 3 期。

④ Young K. S., "What makes on-line usage stimulating: potential explanations for pathological Internet use", The 105th Annual Convention of the American Psychological Association, 1997.

⑤ Davis R. A., "A cognitive-behavioral model of pathological Internet use (PIU) ", *Computers in human behavior*, 2001.

认知症状先于情感或行为症状出现,并且导致了后两者。有PIU症状的个体在某些特定方面有主要的认知障碍,从而加剧个体网络成瘾的症状。该模型认为病态行为(PIU)受到不良倾向(个体的易患素质)和生活事件(压力源)的影响,它们位于PIU病因链远端,是PIU形成的必要条件。个体易患素质指当个体具有抑郁、社会焦虑和物质依赖等素质,则更容易发展出病态网络使用的行为。压力源(紧张性刺激)是不断发展的互联网技术。大学生网络成瘾形成的心理基础是对上网形成的非适应性认知,非适应性认知又进一步强化了其上网行为^①。

格罗霍尔提出阶段模型,认为所谓网络成瘾只是一种阶段性的行为。网络用户大致要经历三个阶段,第一阶段:网络新手被互联网迷住,或者有经验的网络用户被新的应用软件迷住;第二阶段:用户开始避开导致自己上瘾的网络活动;第三阶段:用户的网络活动和其他活动达成了平衡。格罗霍尔认为所有的人最后都会到达第三阶段,但不同的个体需要花不同的时间。那些被认为是网络成瘾的用户,只是在第一阶段困住,需要帮助才能跨越^②。

格里菲思(Griffiths)是第一个以网络游戏为主要研究对象的学者,对大型网络游戏进行了深入而细致的研究,专注于通过描述大型网络游戏在线角色扮演的特征来研究网络游戏成瘾的过程^③。格里菲思的理论认定网络游戏成瘾分为两种:一种是被游戏的刺激性所激发。游戏者之所以进行游戏是为了得到回报,或是为了通过游戏检验他们的技术和水平,所以增加游戏时间和游

① 李宏利、雷雳、王争艳:《互联网对人的心理影响》,《心理学动态》2001年第4期。

② John M. Grohol, Internet Addiction Guide. <http://psychcentral.com/netaddiction/>.

③ Griffiths M. "Violent video games and aggression: A review of the literature", *Aggression and violent behavior*, 1998, pp.203—212.

戏投入；另一种是为了用游戏来替代别的活动，或是为了通过游戏来减少来自于某个领域的压力，从而将游戏当成某种寄托。格里菲思认为，后者相较于前者是更严重的成瘾，因为从心理上说，后者倾向于逃避现实生活^①。伊（Yee）对网络游戏成瘾者的动机进行了研究，提供了一个经验模型，认为成瘾者的动机主要分为成就动机、社会性动机及浸入动机三方面^②。

二、国内研究现状述评

1998年11月《中国保健营养》杂志发表《如痴如狂的网络成瘾症》、1999年5月《心理与健康》杂志刊登《现代文明病——网络成瘾症》，两篇内容相近、不足千字的文章，向我国读者介绍了网络成瘾这一“时髦”心理疾病，也拉开了我国学者对网络成瘾研究的序幕。根据我掌握的现有资料，到2012年11月，网络成瘾相关的著作达到36本。中国期刊网上可以搜索到的网络成瘾相关论文超过了3000篇，硕士学位论文超过200篇，博士论文也有11篇之多。网瘾研究数量之丰富，发展之迅速体现出网络成瘾问题作为新世纪、新时代的一个热点问题，受到各界广泛的关注，也吸引了大量的学者在这一领域展开研究。从研究学科看，目前心理学、医学的研究成果最为显著，11篇博士论文中有10篇是从心理学、成瘾医学视角对网络成瘾展开研究。也有学者从社会学、教育学、传播学等不同的视角展开分析，但成果的系统性和全面性不及心理学。

核心研究者有华东师范大学心理学专业的顾海根教授，他完

① Griffiths M., "The effect of type a personality on physiological arousal while playing computer games", *Addictive behaviors*, No.9, 1995, pp.543—548.

② Yee N. "Motivations for play in online games", *Cyber psychology & Behavior*, Vol.9, No.6, 2006.

成了全国“十五”规划重点课题“大学生因特网成瘾障碍研究”，先后出版了《青少年网络成瘾预防与治疗》（2007）、《大学生因特网成瘾障碍研究》（2008），研究具有较高的学术价值和实践意义。北京军区总院成瘾医学中心主任陶然与应力、岳晓东等先后出版了《网络成瘾探析与干预》（2007）、《真情的虐待——一个网瘾心理医生的手记》（2007）、《E海逃生——网络成瘾及克服》（2008）等五部著作，作者们通过临床病案的实践积累，从成瘾医学、心理学、社会生态学等多元视角，提出了网络成瘾的综合预防矫治策略。提到网络成瘾，还有一个人物不得不提，他就是2005年在全国70余个城市开展“健康上网拒绝沉迷——帮助未成年人戒除网瘾大行动”主题巡讲的陶宏开。陶教授有相关著作8本，对于青少年网络成瘾的戒除，进行了很好的探索，并取得一些实际的效果，产生了一定的社会影响力。

从研究的对象群体来看，主要分为青少年网络成瘾和大学生网络成瘾。我国对青少年网络成瘾的相关研究起步早，社会关注度高，内容丰富，同时更侧重于如何防止和矫治，强调其实用性。而对大学生网络成瘾的研究相对起步较晚，但发展很快，而且从研究数量上已经超过青少年网络成瘾的研究。目前大学生网络成瘾的研究专著有顾海根教授（2008）的《大学生因特网成瘾障碍研究》，相关博士论文有4篇，分别研究大学生网络成瘾的心理机制（梅松丽，2008）、认知心理特征（张芝，2008）、心理需求补偿（万晶晶，2007）、多阶段改变机制（苏文亮，2008）。大学生网络成瘾研究的内容主要有大学生网络成瘾述评、大学生网络成瘾量表编制、大学生网络成瘾现状调查、大学生网络成瘾相关因素分析、大学生网络成瘾成因及对策五个方面。研究最为集中的是相关因素分析、成因与对策，两者占到了研究总量的70%左右。

我国学者现有研究中,绝大多数采用的都是网络成瘾这一提法,而也有很少部分学者使用网络依赖、网络沉溺、病态性网络使用、过度网络使用等提法。概念界定上,目前我国最常使用的是台湾学者周荣、周倩(1997)给出的定义:“由重复地对网络使用所导致的一种慢性或周期性的着迷状态,并带来难以抗拒的再度使用之欲望。同时并会产生想要增加使用时间的张力与忍耐、克制、戒断等现象,对于上网所带来的快感会有一种心理与生理上的依赖”^①。我国台湾学者 Chou (2000) 翻译了布伦纳(Brenner)编制的《互联网相关成瘾行为量表》,此量表共有 32 个项目,具有较好的内部一致性系数。台湾学者陈淑惠(2003)依据 DSM-IV 物质成瘾的诊断标准及临床个案的例证,发展出了较为完整的中文网络成瘾量表(CIAS),共 26 个题项,是一种四级自评量表,从耐受度、强迫上网症状、网络戒断症状、时间管理和人际健康损害 5 个维度对网络成瘾进行诊断^②。崔丽娟博士(2004)用安戈夫方法设定的网络成瘾量表,共 12 个题目,界定分数为 7,即被试者在 12 个项目中,有 7 个作出肯定回答即被界定为网络成瘾者^③。潘琼使用病理性互联网使用(PIU)的概念,编制了“病理性互联网使用诊断问卷”。该问卷是在扬、戴维斯(Young、Davis)和师建国等人的网络成瘾相关诊断标准及 DSM-IV 中的成瘾物质依赖诊断标准、酒精依赖诊断量表及药物依赖诊断量表的基础上修改而成。内容包括:心理渴求、不能控制、耐受性增强、戒断症状、试图戒网、放弃其他活动、社交

① 周荣、周倩:《网络上瘾现象、网络使用行为与传播快感经验之相关性初探》,《台北中华传播学会》1997 年。

② 陈淑惠、翁俪祯、苏逸人:《中文网络成瘾量表之编制与心理计量特性研究》,《中华心理科学刊》2003 年第 3 期。

③ 崔丽娟:《青少年网络成瘾的界定、特性与预防研究》,华东师范大学 2005 年博士学位论文。