

青少年 网络行为特征 与网络成瘾研究

Qingshaonian Wangluo Xingwei Tezheng
yu Wangluo Chengyin Yanjiu

顾海根 著



中国科学技术大学出版社

上海市教育科学研究市级项目（编号：B0686）成果

上海市教育委员会科研重点项目（编号：07ZS74）成果

上海市重点学科“发展与教育心理学”（S030401）项目基金资助出版

青少年 网络行为特征 与网络成瘾研究

顾海根 著



中国科学技术大学出版社

内 容 简 介

本书系统地探讨了青少年网络行为。第1篇通过问卷调查研究青少年网络使用偏好、网络学习特征、人际关系特征、时间控制特征、身体特征和语言特征;同时研究学校因素、家庭因素对青少年网络行为的影响。第2篇在前期研究基础上提出青少年网络行为的教育引导策略,并通过设计两个教育实验证明教育引导策略的有效性。第3篇通过编制青少年网络成瘾诊断量表对青少年网络成瘾的现状进行调查,并探索了学校不良因素与家庭不良因素对青少年网络成瘾的影响。第4篇根据青少年网络成瘾的原因,提出一系列预防青少年网络成瘾的措施,并通过两个教育实验加以验证,实验结果说明预防措施对防止青少年网络成瘾非常有效。

本书可为青少年网络行为的研究者提供参考,对教师和家长指导青少年正确使用网络和预防网络成瘾具有指导作用。

图书在版编目(CIP)数据

青少年网络行为特征与网络成瘾研究/顾海根著. —合肥:中国科学技术大学出版社,2011.1

ISBN 978-7-312-02767-3

I. 青… II. 顾… III. 因特网—影响—青少年—研究 IV. C913.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 230648 号

出版 中国科学技术大学出版社
安徽省合肥市金寨路 96 号,230026
网址: <http://press.ustc.edu.cn>
印刷 合肥学苑印务有限公司
发行 中国科学技术大学出版社
经销 全国新华书店
开本 710 mm×1000 mm 1/16
印张 17.75
字数 347 千
版次 2011 年 1 月第 1 版
印次 2011 年 1 月第 1 次印刷
定价 36.00 元

前 言

自 Goldberg 1986 年提出“网络成瘾”的概念以来,有关网络成瘾的学术争论不断。有人认为“成瘾”应该有一种致瘾物,如毒品、酒精等,而网络不是一种致瘾物,它只是一种介质,因此将“网络成瘾”改为“病态网络使用”或“网络依赖”等名称更合适。最近国外甚至有人完全否认网络成瘾的存在,认为这是一些人杜撰出来的概念。笔者认为对一种新现象进行学术争论有益于我们加深对问题的认识,网络成瘾作为一种社会现象,不管叫什么名称,都是客观存在的现象,它已成为影响青少年健康成长的新问题。社会迫切需要解决这一问题,所以,这些年关于网络成瘾的研究越来越多,研究者对这一新型心理疾病研究的热情日益高涨。

笔者是从 2002 年开始关注网络成瘾问题的。笔者最初关注的是大学生网络成瘾问题,2003 年,笔者先后申请到有关大学生网络成瘾的上海市哲学社会科学课题与全国教育科学“十五”规划重点课题,两项课题最后成果汇集成《大学生因特网成瘾障碍研究》一书,由中国科学技术大学出版社 2008 年出版。2006 年后,我开始关注中小学生的网络成瘾问题。青少年是国内最大的网民群体,也是网络成瘾的高发人群。处于中小学阶段的青少年与大学生相比,身心发育尚未成熟,自控能力较差,一旦迷恋上网络,更难自拔,造成的危害也更大。2006 年底,我申请到上海市教育科研项目“中小学生网络行为特征与教育引导策略研究”,2007 年初,我又申请到上海市教委重点项目“青少年网络成瘾的成因与预防研究”。所以,从 2007 年开始,我带领我的课题组对中小学生网络成瘾的问题开展了系列研究。本书就是这两项课题研究成果的总结。

青少年网络成瘾已成为困扰家长的大问题。一些家长发现自己孩子网络成瘾后,往往病急乱投医,一些没有相应资质的人也乘机敛财,结果造成一些恶性事件。其实,网络成瘾并不单纯是青少年的问题。我们的研究发现,网络成瘾青少年往往存在家庭环境与家庭教育问题,也可能有学校教育的问题。因此网络成瘾的预防应该是一项系统工程,需要青少年、家长与教师共同努力。我们从青少年网络行为特征、青少年网络成瘾的原因等研究中探索预防青少年网络成瘾的措施,并通过实验检验这些措施的有效性,试图为学校与家长提供切实可行的预防青少年网络成瘾的方案。

本书分为 4 篇,第 1 篇为青少年网络行为特征及影响因素研究;第 2 篇为青少年网络行为的教育引导实验研究;第 3 篇为青少年网络成瘾的现状与成因研究;第

4 篇为青少年网络成瘾的预防研究。

本书是课题组成员共同努力的结晶,参与本研究的有蔡晓领(第1篇)、李孜佳(第2篇)、王芳(第3篇)和谢婷婷(第4篇)。在本课题调查研究阶段,上海闵行中学顾秋辉,上海华漕中学岳雅文、陈岑,民航上海中专吴霞、张李静,上海爱国学校张震,上海城市科技学校沈双英,上海甘霖初级职业学校王春芳,上海培明中学卓思兰,上海启良中学卞凤珍,上外嘉定实验学校朱亚芳,上海新晖中学方咏梅,上海新闻出版职业技术学校孙亚凤、陆瑞华,上海泗塘中学耿言梅,上海巨鹿路第一小学周慧群等老师为收集数据做了大量工作。在本课题实验阶段,曾得到上海市松江区第四中学校领导的大力支持,原副校长慎永林、政教处主任马玉林、教科室主任黎勇军等老师参与实验的组织安排,徐春美、潘文、田洪文、王茜、范凯等老师直接参与实验的具体实施工作,他们为实验的顺利进行做出了贡献。

中国科学技术大学出版社对本书的出版非常关心,大力支持。本书的出版获得上海市重点学科“发展与教育心理学”项目基金的资助,在此,我向所有对本书做出努力和提供帮助的人表示衷心感谢!

顾海根

于上海师范大学心理系

2010年10月16日

目 录

前 言	(i)
-----------	-------

第 1 篇 青少年网络行为特征及影响因素研究

第 1 章 绪论	(3)
1.1 问题的提出	(3)
1.2 研究综述	(5)
第 2 章 相关问卷的编制	(16)
2.1 中小学生网络行为特征量表的编制	(16)
2.2 中小学生家庭调查表的编制	(22)
2.3 中小学生学校调查表的编制	(23)
第 3 章 中小学生网络行为特征的问卷	(24)
3.1 研究目的	(24)
3.2 研究方法	(24)
3.3 结果与分析	(25)
3.4 讨论	(32)
3.5 结论	(35)
第 4 章 中小学生网络行为特征与家庭的关系	(37)
4.1 研究目的	(37)
4.2 研究方法	(37)
4.3 结果与分析	(38)
4.4 讨论	(57)
4.5 结论	(63)
第 5 章 中小学生网络行为特征与学校的关系	(66)
5.1 研究目的	(66)
5.2 研究方法	(66)
5.3 结果与分析	(67)
5.4 讨论	(78)

5.5 结论	(82)
第6章 总结与展望	(84)
6.1 本研究的主要结论	(84)
6.2 不足和展望	(88)
附录	(89)
参考文献	(97)

第2篇 青少年网络行为的教育引导实验研究

第1章 绪论	(105)
1.1 问题的提出	(105)
1.2 文献综述	(107)
第2章 研究设计	(116)
2.1 研究方法	(116)
2.2 实验干预措施	(118)
第3章 实验结果	(132)
3.1 教育引导实验对中学生网络行为特征影响的实验结果	(132)
3.2 教育引导实验对班级气氛影响的实验结果	(142)
3.3 中学生网络行为特征与班级气氛的相关结果	(148)
3.4 被试对实验干预的反馈信息	(150)
第4章 研究讨论与结论	(154)
4.1 教育引导实验对中学生网络行为特征影响的分析	(154)
4.2 教育引导实验对班级氛围影响的分析	(159)
4.3 中学生网络行为特征与班级氛围的相关分析	(161)
4.4 被试对实验干预的反馈分析	(162)
4.5 结论	(163)
第5章 总结与展望	(165)
参考文献	(167)

第3篇 青少年网络成瘾的现状与成因研究

第1章 绪论	(171)
1.1 问题提出	(171)
1.2 文献综述	(173)

第2章 中学生网络成瘾诊断量表的编制	(181)
2.1 初测问卷的编制	(181)
2.2 初测问卷的质量分析	(182)
2.3 正式问卷的确定	(188)
2.4 正式问卷的质量分析	(189)
2.5 小结	(195)
第3章 青少年网络成瘾的现状与成因研究	(196)
3.1 研究内容	(196)
3.2 研究对象	(196)
3.3 研究工具	(196)
3.4 研究结果与分析	(197)
3.5 讨论	(209)
3.6 结论	(214)
附 录	(215)
参考文献	(221)

第4篇 青少年网络成瘾的预防研究

第1章 绪论	(227)
1.1 问题提出	(227)
1.2 本研究的特色与创新之处	(229)
第2章 文献综述	(230)
2.1 网络成瘾的定义	(230)
2.2 网络成瘾的测量与诊断	(232)
2.3 网络成瘾的成因研究	(234)
2.4 网络成瘾的干预研究	(237)
2.5 网络成瘾的预防研究	(239)
第3章 实验研究	(241)
3.1 研究目的	(241)
3.2 研究假设	(241)
3.3 研究方法	(242)
3.4 研究结果与分析	(247)
3.5 讨论	(258)

第4章 个案研究	(267)
4.1 个案研究设计	(267)
4.2 个案研究的结果分析	(269)
4.3 个案研究效果讨论	(270)
第5章 研究结论与反思	(271)
5.1 研究结论	(271)
5.2 研究反思	(271)
附 录	(272)
参考文献	(274)

第

7

篇

青少年网络行为特征及影响因素研究

第 1 章 绪 论

1.1 问题的提出

1.1.1 研究背景

互联网已经将人类带进了精彩纷呈的数字时代,互联网种种强大的功能对社会的发展和个人的生活带来的深刻影响是历史上从未有过的。

2010 年 7 月,中国互联网络信息中心(CNNIC)发布《第 26 次中国互联网络发展状况统计报告》^[1]。报告显示,截至 2010 年 6 月,中国网民规模达到 4.2 亿,突破了 4 亿关口,较 2009 年底增加 3600 万人,我国网民人数稳居世界第一;互联网普及率攀升至 31.8%,较 2009 年底提高 2.9 个百分点。

从图 1-1-1 可以看出,尽管 2010 年网民中 10~19 岁的网民所占比例比 2009 年有所下降,但仍在所有年龄段中居第一,占到总网民人数的 29.9%。

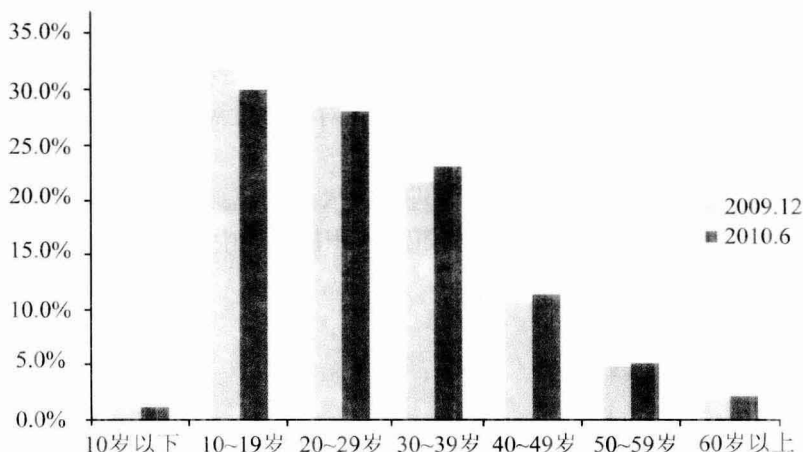


图 1-1-1 2009 年 12 月和 2010 年 6 月网民年龄结构

从图 1-1-2 可以看出,2009 年和 2010 年的数据都表明中学学历的网民是最大

群体,占到全部网民的三分之二。

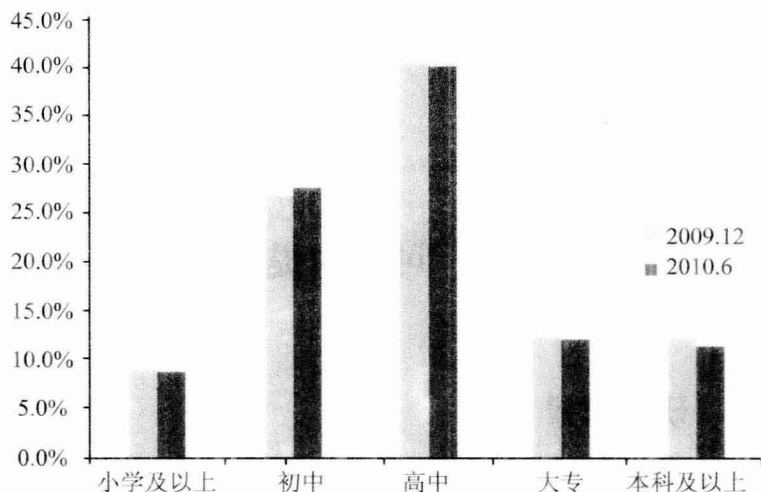


图 1-1-2 2009 年 12 月和 2010 年 6 月中国网民学历结构

在中小网民大军中,不少学生将网络作为学习的有力工具,利用网络收集信息,扩展知识面,进行人际交往,丰富业余生活。但也有一部分中小网民,迷恋网络游戏或色情网站,不仅严重影响学习,而且危害身心健康和社会安定,成为社会普遍关注的问题。

互联网本质上是人类的一个技术发明,是人类改造世界的一种手段,从某种意义上说,网络虚拟世界是现实世界的延伸,是对现实世界的反映,而现实世界对网络虚拟世界有着重要的影响。个体在虚拟世界里进行丰富多彩的网络活动的同时,表现出了种种网络行为特征,这些网络行为特征受到现实世界种种因素的影响。Bronfenbrenner(1979)的生态学理论认为对个体发展起关键作用的主要有家庭因素、学校因素等^[2]。

在此背景下,对中小网民上网行为进行深入研究,总结其主要上网行为特征,并探索影响上网行为特征的家庭和学校因素,积极引导中小网民正确使用网络,成为当前研究的一个重要课题。

1.1.2 研究目的

本研究的目的有以下两方面:

首先,编制《中小网民网络行为特征量表》,研究中小网民网络行为的主要特征;

其次,编制《中小网民家庭调查表》和《中小网民学校调查表》,分别研究家庭因素和学校因素对中小网民网络行为特征的影响。

1.1.3 研究意义

本研究具有以下意义:

首先,网络成瘾现象由于其特殊性,一直是网络使用领域研究的焦点,实际上,网络成瘾者在网络使用者群体中所占的比例还是很低的,绝大多数网络使用者属于正常使用者;而且网络成瘾者开始都是由正常使用者转换而来的。本研究主要关注占网民大部分的网络正常使用者群体,不仅研究了网络正常使用行为,弥补了以往研究的不足,还为网络成瘾的研究提供了参考。

其次,目前该领域的研究对象大多是以成年人,特别是大学生群体为主要被试。我国网民结构的低龄化趋势日益明显,中小學生已经是网络使用的最大群体,本研究以中小學生为研究被试,对于发现和总结中小學生上网行为特征具有重要意义。

再次,关于网络行为特征的研究比较少且略显杂乱,大都是以调查的形式进行的,缺乏一个内容全面、标准化的量表,本研究将编制出高质量的《中小學生网络行为特征量表》,提供好的研究工具,便于该领域今后的研究。

最后,本研究把中小學生网络行为放到家庭和学校两个社会系统背景下考察,力图发现家庭和学校因素对于中小學生网络使用行为的影响,这对于干预中小學生不良网络行为,引导中小學生进行健康的网络行为,帮助中小學生顺利学习和健康成长具有重要的意义。

1.2 研究综述

1.2.1 国外研究和评价

1. 国外研究综述

国外对网络行为的研究始于美国匹兹堡大学心理学家 Kimberly Young 的工作,她的一位朋友陷入网络过度使用的困境,使她开始探究这一问题,在经过大量的调查研究之后,Young 在 1996 年美国心理学年会上发表了《网络成瘾:一种新的临床疾病》一文^[3],网络成瘾行为开始引起学术界的关注。随后许多学者对网络成瘾行为进行研究,研究范围包括网络成瘾的概念及类型、发生机制、鉴定标准及工具,网络成瘾和个人因素、家庭因素及社会因素的关系,网络成瘾的干预措施等 (Goldberg(1995),Armstrong(2001),Davis(2001),Grohol(1999))^[4-7]。

近年来,随着网络的普及和使用人数的增加,国外对于正常的网络行为的研究

也逐渐增多。Young 认为网络行为是在基于互联网之上的网络空间(Cyberspace)中,个体为了满足某种需要或者获得某种体验,以文本为中介,表现出网络交互式或者非交互式的行为。交互式行为是指个体使用具有社会交往功能的网络工具,比如 QQ 聊天、在线游戏、MSN 等,和他人进行互动联系的行为。非交互行为是指个体使用单项功能的网络工具,比如搜索引擎、下载工具等,单方面获得信息或完成任务的行为,此类行为并不增加网络使用者之间的社会交往^[8]。

Young 之后许多学者对网络行为展开研究,随着青少年网民数量的急剧增加,关于中小學生网络行为的研究也逐渐增多,目前,对中小學生网络行为的研究大致从两个方面展开,一是对中小學生网民的基本特征,如年龄、性别、网龄、网络使用频率、网络使用地点等进行调查研究和定量分析。二是对中小學生网民在网络空间的行为特征,比如网络使用偏好、上网动机、网络学习行为等进行实证研究和理论分析。

在中小學生网民的年龄特征方面,Bricolo 等人(2007)对 4700 个可以上网的家庭进行的一项横断研究,发现 2~11 岁的儿童中有三分之一使用过网络,11~18 岁的青少年中有四分之三使用过网络,随着年龄的增加,使用网络的中小學生的人数也在增加^[9]。Wartella 等人(2005)的研究显示,中小學生网民首次使用网络的年龄已经大大提前,大部分小學生在入学之前已经有过使用网络的经历,网络使用的低龄化趋势日趋明显^[10]。另外,年龄可能对网络行为产生影响。Michele 等人(2006)对 692 名 13~16 岁的中学生进行调查研究,结果发现,年龄和网络安全意识水平存在着显著的相关关系,年龄越小的中学生,其网络安全意识越差^[11]。

目前在网络使用领域,男性居于优势地位。在过去的十多年里,研究者对男女在网络使用行为上的差异进行了大量的研究(Colley,2003;Kadijevich,2000;Schumacher & Morahan-Martin,2001;Tsai,2004)^[12-15]。结果发现:男性网民的人数要显著大于女性网民,男性的网络活动范围更广,男性对网络使用的态度比女性更加积极。这种性别差异同样适用于中小學生网民,Kuhlemeier 等人(2007)对荷兰 2500 名 13~15 岁的中学生进行调查,发现男生的网络活动内容更多,而且男生的网络使用水平要明显高于女生^[16]。Tsai(2001)的研究发现:男生在使用网络时候的焦虑水平要低于女生,而在网络使用控制感上要高于女生^[17]。另外,在网络活动内容上,男女生性别差异也比较明显。Sook-Jung Lee 等人对韩国 222 名 4、5、6 年级的小學生进行调查,结果发现:男生喜欢网络在线游戏的人数要显著高于女生,而女生喜欢网络社区和收发电子邮件的人数也显著高于男生^[18]。

而在对待网络的认知态度上,男女性别的差异同样存在。Colley(2003)发现大部分女生对网络持有一种实用主义的观点,她们把网络视为一种完成任务,特别是学业任务的工具,但是男生则把网络视为一种娱乐工具或者体现自身优势的工具体^[12]。

但是,男性在互联网使用上面临着比女性更多的问题,Michele 等人(2006)在

对 692 名 13~16 岁的学生进行调查后发现:男性在使用网络过程中所接触到的不良信息和行为,比如色情网页、视频、性聊天室、暴力游戏,要明显高于女性^[11]。

事实上,随着网络的逐步普及,男女在网络使用上的差异正在逐步减小。Rainer 等人(2003)指出,1995 年以来,在对待网络的态度和网络使用方面,性别差异在迅速减小,男性和女性越来越表现出类似的网络态度和网络行为,而且 Rainer 等人预言随着女生接触网络的机会和使用网络的经验越来越多,在网络使用方面的性别差异会越来越小^[19]。

从中小网民的上网地点来看,家庭是中小网民主要上网地点。Rideout 经过调查发现,截至 2004 年,美国 8~18 岁青少年学生中,有 74% 在家里上网。在韩国,92% 的青少年是在家里上网^[20]。Subrahmanyam 的研究显示,55.8% 的中学生大部分在家里上网,14.7% 的中学生只在网吧和其他地点上网^[21]。Valcke 等人对比利时的 1700 名 4、5、6 年级的小学生调查后发现,绝大多数的小学生经常在家里上网,只有少部分学生经常到网吧或者其他地方上网^[22]。

在中小网民的网龄方面,Kraut 等人(1998)的一项纵向研究表明,随着网龄的增加,网络使用者的网络卷入程度越来越深,而家庭交流则不断减少,社会交往范围不断缩小,网络使用者的孤独感和抑郁水平随之增加,社会支持水平不断降低。他们认为网龄对于预测网络使用者的卷入程度有着重要的意义^[23]。Michele 等人(2006)在对 692 名 13~16 岁的中学生研究后发现,网龄越长的学生在使用网络过程中所接触到的不良信息和进行网络不良行为的次数要明显高于网龄较短的学生,如浏览色情网页、图片,网上撒谎、谩骂等^[11]。

在中小网民上网持续时间方面,Faith 等人(2007)的研究表明:每天上网时间的长短和网络使用程度有着极其显著的相关,并且能够显著预测学习成绩的下降^[24]。Christopher 等人(2000)对高中生的上网时间和与父母关系、与朋友关系、抑郁水平进行研究,结果发现,网络使用时间在性别、种族、家庭、社会经济地位上没有显著差异,但是,对与父母和朋友关系有影响,网络使用短时间组(少于 1 小时/天)的与父母关系和与朋友关系要好于网络使用长时间组(多于 2 小时/天)^[25]。Bricolo 等人(2007)对 4700 个家庭进行的一项横断研究发现,上网持续时间和年龄、性别都有关系,2~11 岁的儿童的上网时间是 22 小时/月,11~18 岁的青少年的上网时间急剧增加到 87 小时/月,男生超过 100 小时/月,女生为 60 小时/月,男性上网时间显著多于女性^[9]。Subrahmanyam 等人对 156 名 15~18 岁的中学生的研究表明,上网持续时间的长短和网络使用者的孤独感没有显著相关^[21]。

除了中小网民的基本特征,研究者对中小学生的网络行为进行了大量的实证研究和理论分析,总结出了许多网络行为特征,比如网络服务偏好、网络使用动机、网络人际交往等。

网络使用偏好是中小网民网络行为的一个重要特征。网络使用偏好的研究和

网络成瘾类型的研究有着密切的联系,Young(1999)把网络成瘾分为网络性成瘾、网络关系成瘾、网络强迫行为、信息收集成瘾和电脑成瘾五种类型^[8]。网络使用偏好的研究基本上借鉴了网络成瘾类型研究的结果,所以在分类上有一定相似之处。Bricolo 等人(2007)把研究被试分为三个年龄段:儿童(2~11岁)、青少年(11~18岁)和成人。研究发现,年龄对网络使用偏好没有显著影响,网络信息功能(搜索引擎、登录门户网站)是各个年龄段使用频率最高的功能^[9]。

关于中小学生的网络交往行为,Harman(2005)等人对11~16岁的中学生的研究表明,在网络交往中存在冒充行为(比如:冒充异性、冒充年长者)的中学生,往往社交技能低下,自尊水平较低,社会交往焦虑水平和攻击水平较高^[26]。而网络使用对中小学生现实人际交往的影响也很受研究者关注,Kraut 等人(1998)和 Sanders 等人(2000)的研究都表明,经常使用互联网络的中学生的人际交往活动较少,他们的社会支持水平较低^[23,27]。Mesch(2001)和 Mesch(2003)的研究表明,经常使用互联网络的中学生普遍报告和朋友之间的亲密水平较低,他们和家庭成员之间的关系较差^[28,29]。

网络行为动机方面,Louis(2007)从个体的需要出发,参照以往关于看电视行为动机的研究(Zillmann(1982);Donohew(1988);D. Zillmann(1985);Zillmann(1988))^[30-33],提出网络行为动机包括两个维度:社会功能补偿(social compensation)和心境控制(mood management)^[34]。

社会功能补偿是指使用者为了弥补在现实社会中社交能力的缺陷,通过使用网络交往工具(比如:电子邮件、网络短信、MSN、视频及语音聊天等)与他人进行交往,从而满足与人交往的需求,即通过使用网络来补偿个体的现实社会功能。Papacharissi(2000)和 Leung(2003)认为,在现实社会中存在社交困难的个体,通过网上社交活动,满足交往需求,降低个体的社会交往剥夺感和疏远感,达到维持社会关系、表达情感的目的^[35-36]。研究者 Papacharissi(2000)、Leung(2003)和 Joinson(1999)认为,网络具有匿名性、互动性、快速性等特点,现实中正常的限制和社会交往规则在网络上不复存在,这可以使个体与人交往不受时间地域的限制,可以激发和增强网络使用者进行网络交往活动的动机^[35-37]。

心境控制是指个体通过网上娱乐、信息搜索等功能,寻求刺激或者放松,从而达到一种适当的情绪唤醒水平,目的就是改变不愉快心境,提高一般心境,保持快乐心境。Knobloch 认为心境作为心灵的精神状况,对个体的认知和行为都能产生重要影响。在理想、中间的唤醒水平下,个体的幸福感最强,唤醒水平太高或太低,主观幸福感就急剧下降,低唤醒水平的个体由于无聊和厌倦程度较高,就会从网络中寻求刺激性的活动和内容。而高唤醒水平,比如个体心情激动、焦虑、感到压力,就会从网络中寻求放松和娱乐,来减低唤醒水平。保持适当的唤醒水平是个体的本能需要,所以心境对于网络活动内容的选择有重要影响^[38]。

家庭因素和中小学生网络使用行为之间的关系一直是研究者关注的重点,许