

延边大学朝鲜族学生网络成瘾及影响因素分析

刘巍

长春金融高等专科学校, 吉林 130028

【摘要】 目的 了解延边地区朝鲜族大学生网络成瘾状况及其影响因素,为朝鲜族大学生正确使用网络和促进身心健康提供理论支持。方法 在延边大学以班级为单位,随机抽取 4 246 名朝鲜族大学生为调查对象,对其网络成瘾情况及心理健康等方面进行问卷调查。结果 有 13.59%的朝鲜族大学生存在网络成瘾问题。其中男生的网络成瘾检出率(18.08%)高于女生(7.59%)($\chi^2 = 97.421, P < 0.01$);城市生源(16.69%)高于乡村(9.00%)($\chi^2 = 51.56, P < 0.01$);不同学习成绩、每月生活支出、家庭情况学生网络成瘾检出率差异均有统计学意义(χ^2 值分别为 1 147.574, 1 234.531, 385.965, P 值均 < 0.01)。网络成瘾大学生生活事件中人际关系、学习压力、受惩罚、丧失和健康适应等因子得分均高于非网络成瘾大学生,差异均有统计学意义(t 值分别为 94.279, 38.411, 36.383, 3.415, 21.205, P 值均 < 0.01)。网络成瘾朝鲜族大学生 SCL-90 各因子得分均高于非网络成瘾大学生,差异均有统计学意义(P 值均 < 0.01)。Logistic 回归分析显示,性别、生源地等 9 个因素进入回归模型(P 值均 < 0.05)。结论 朝鲜族大学生网络成瘾状况与东部沿海城市大学生一致,网瘾者生活事件和心理问题较为严重。应采取有效措施进行及时干预和引导。

【关键词】 因特网;行为,成瘾;精神卫生;因素分析,统计学;学生

【中图分类号】 TN 711 R 395.6 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2017)02-0286-04

随着科技信息的发展,网络已经成为公众生活中不可或缺的一部分,对公众的生活和学习带来有益影响,但如果网络使用不当,如长时间使用,势必导致网络成瘾现象的出现,带来不利影响^[1-2]。研究显示,近年来,网络成瘾问题已经成为危害青少年身心健康的重要因素^[3-4]。网络成瘾的形成还会导致青少年出现犯罪现象,对当前的社会稳定带来一定影响^[5-6]。少数民族学生的网络成瘾问题也日渐凸显^[7]。本研究以延边地区 4 246 名朝鲜族在校大学生为调查对象,了解该地区大学生网络成瘾状况及其影响因素,为指导大学生正确使用网络、促进身心健康发展提供理论支持。

1 对象与方法

1.1 对象 在延边大学每个年级随机抽取 40 个教学班级,班级内全体朝鲜族大学生为调查对象,共调查 160 个班级 4 327 名朝鲜族大学生,调查后收回有效问卷 4 246 份,有效回收率为 98.13%。其中男生 2 428 名,女生 1 818 名;大一学生 1 164 名,大二学生 1 021 名,大三学生 1 042 名,大四学生 1 019 名。平均年龄为(21.94±1.42)岁。调查时间为 2015 年 3—4 月。

1.2 方法 (1)中文网络成瘾量表(CIAS)。由陈淑惠等^[8]于 1999 年编制,以大学生为调查群体,该量表

共由 26 个条目 5 个因子组成。每个条目分为 1~4 级评分,总得分在 58 分以上即判定为网络成瘾者,得分越高表示网络成瘾倾向越高^[9]。该量表的 Cronbach α 系数为 0.94。(2)青少年自评生活事件量表(ASLEC)。由刘贤臣等于 1987 年研究制定^[10]。该量表由 27 个条目组成,分为 6 个因子。对每个事件的回答方式为先确定该事件在最近 3 个月内发生与否,未发生过则选择未发生,若发生过则根据事件发生时的心理感受采用 1~5 级评分,得分高表明事件对心理的影响较为严重。该量表的 Cronbach α 系数为 0.88。(3)症状自评量表(SCL-90)。由德若伽提斯等于 1975 年编制,量表共由 90 个条目 9 个因子组成,每个条目采用 1~5 级评分。得分越高,表明心理健康状况越差^[11]。量表总症状指数的分数在 1~1.5 之间,表示被试自我感觉没有量表中所列的症状,>1.5 分表明被试感觉有该项症状。该量表的 Cronbach α 系数为 0.91。(4)自编人口学调查问卷,内容涉及年级、性别、生源地、学习成绩、家庭情况、生活费支出情况等。调查由经过培训的朝鲜族教师指导学生匿名填写,问卷当场填写当场收回,填写不受时间和他人的限制。

1.3 统计学分析 统计数据采用 EpiDate 3.1 软件进行双录入,采用 SPSS 20.0 统计软件进行处理,统计方法包括 t 检验、 χ^2 检验、Logistic 回归分析等,检验水准 $\alpha = 0.05$ 。

2 结果

2.1 不同特征朝鲜族大学生网络成瘾检出率比较

【作者简介】 刘巍(1981-),女,吉林长春人,大学本科,讲师,主要研究方向为思想政治教育。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2017.02.039

有 13.59% (577 名) 的学生存在网络成瘾问题。其中男生网络成瘾检出率高于女生; 城市生源朝鲜族大学生网络成瘾检出率高于乡村, 差异均有统计学意义 (P 值均 < 0.01); 在年级方面, 网络成瘾率由高到低依次为大三 > 大二 > 大一 > 大四, 差异有统计学意义 ($P < 0.01$); 不同学习成绩、每月生活支出、家庭情况学生网络成瘾检出率差异均有统计学意义 (P 值均 < 0.01)。见表 1。

表 1 不同特征朝鲜族大学生网络成瘾检出率比较

组别	人数	网络成瘾	χ^2 值	P 值	
性别	男	2 428	439 (18.08)	97.421	0.000
	女	1 818	138 (7.59)		
生源	城市	2 534	423 (16.69)	51.562	0.000
	乡村	1 712	154 (9.00)		
年级	一	1 164	132 (11.34)	29.943	0.000
	二	1 021	161 (15.77)		
	三	1 042	179 (17.18)		
	四	1 019	105 (10.30)		
学习成绩	优秀	741	13 (1.75)	1 147.574	0.000
	良好	1 832	125 (6.82)		
	一般	1 364	208 (15.25)		
	较差	309	231 (74.76)		
每月生活支出/元	<300	495	7 (1.41)	1 234.531	0.000
	300~499	1 385	79 (5.70)		
	500~999	1 811	153 (8.45)		
	$\geq 1 000$	555	338 (60.90)		
家庭情况	双亲家庭	3 725	368 (9.88)	385.965	0.000
	单亲家庭	277	131 (47.29)		
	组合家庭	225	69 (30.67)		
	他人照顾	19	9 (47.37)		

注: () 内数字为检出率/%。

2.2 朝鲜族是否网络成瘾大学生生活事件各因子得分比较 朝鲜族网络成瘾大学生生活事件中人际关系、学习压力、受惩罚、丧失和健康适应等因子得分均高于非网络成瘾大学生, 差异均有统计学意义 (P 值均 < 0.01); 在其他因子上网络成瘾与非网络成瘾大学生得分差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。见表 2。

2.3 朝鲜族是否网络成瘾大学生 SCL-90 各因子得分比较 网络成瘾朝鲜族大学生 SCL-90 各因子得分均高于非网络成瘾大学生, 差异均有统计学意义 (P 值均 < 0.01)。见表 3。

2.4 朝鲜族大学生网络成瘾影响因素 Logistic 回归分析 以朝鲜族大学生是否网络成瘾 (否 = 0, 是 = 1) 作为因变量, 以可能导致网络成瘾的因素 (性别: 男生 = 1, 女生 = 2; 生源: 城市 = 1, 乡村 = 2; 年级: 大一 = 1, 大二 = 2, 大三 = 3, 大四 = 4; 学习成绩: 优秀 = 1, 良好 = 2, 一般 = 3, 较差 = 4; 每月生活支出: ≤ 300 元 = 1, 300 ~ 499 元 = 2, 500 ~ 999 元 = 3, $\geq 1 000$ 元 = 4; 家庭情况: 双亲家庭 = 1, 单亲家庭 = 2, 组合家庭 = 3, 他人照顾 = 4; 生活事件各因子: 正常 = 0, 不正常 = 1; SCL-90 各因子: 否 = 0, 是 = 1) 为自变量, 进行多因素 Logistic 回归分析, 结果显示, 性别、生源地等 9 个因素进入回归模型。见表 4。

表 2 朝鲜族网络成瘾与非网络成瘾大学生生活事件各因子得分比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	人数	人际关系	学习压力	受惩罚	丧失	健康适应	其他
网络成瘾	577	17.62 \pm 2.55	13.18 \pm 3.63	12.52 \pm 3.32	1.71 \pm 1.13	5.15 \pm 2.62	0.94 \pm 0.65
非网络成瘾	3 669	6.18 \pm 3.56	6.83 \pm 4.06	7.24 \pm 2.68	1.53 \pm 1.44	2.75 \pm 1.83	0.89 \pm 0.73
t 值		94.279	38.411	36.383	3.415	21.205	1.688
P 值		0.000	0.000	0.000	0.004	0.000	0.087

表 3 朝鲜族网瘾与非网瘾大学生 SCL-90 各因子得分比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	人数	躯体化	抑郁	焦虑	强迫	恐怖	敌对	精神病性	偏执	人际关系敏感
网络成瘾	577	2.91 \pm 0.53	2.45 \pm 0.59	2.79 \pm 0.64	2.48 \pm 0.52	2.06 \pm 0.45	2.53 \pm 0.53	1.85 \pm 0.49	2.23 \pm 0.47	3.05 \pm 0.59
非网络成瘾	3 669	1.49 \pm 0.44	1.58 \pm 0.49	1.72 \pm 0.52	1.56 \pm 0.49	1.54 \pm 0.45	1.53 \pm 0.42	1.51 \pm 0.43	1.48 \pm 0.48	1.80 \pm 0.45
t 值		61.131	33.643	38.225	39.811	25.803	43.238	15.742	35.528	48.712
P 值		0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

表 4 朝鲜族大学生网络成瘾影响因素 Logistic 回归分析 ($n = 4 246$)

自变量	回归系数	标准误	Wald 值	P 值	OR 值 (OR 值 95% CI)
性别	-1.825	0.438	10.261	0.000	0.216 (0.081~0.528)
生源地	0.865	0.193	18.018	0.000	0.432 (0.258~0.616)
家庭情况	0.612	0.148	17.598	0.000	1.805 (1.628~2.307)
每月生活费	5.362	1.043	25.179	0.000	207.963 (25.776~999.999)
人际关系	0.763	0.098	53.723	0.000	2.147 (1.467~2.638)
学习压力	0.413	0.081	26.044	0.000	1.605 (1.208~1.652)
受惩罚	0.205	0.044	17.937	0.000	1.207 (1.117~1.234)
人际关系敏感	0.729	0.207	23.515	0.000	2.058 (1.529~3.462)
抑郁	0.965	0.174	27.194	0.000	2.507 (1.763~3.658)

3 讨论

本调查结果显示, 朝鲜族大学生网络成瘾率为 13.59%, 与陈玉娟等^[12] 对石家庄市大学生的调查结

果 (12.84%) 相比较, 与张莉娜等^[13] 对宁波某大学的研究结果基本一致。表明延边地区朝鲜族大学生的网络成瘾率已经与东部沿海发达城市大学生一致,

面临着较为严峻的防控形势。朝鲜族男生网络成瘾检出率高于女生,与国内多项研究结果一致^[14-16]。原因可能是男生的好奇心及对网络游戏的迷恋程度远高于女生,同时男生的自我控制能力较差。朝鲜族大学生的网络成瘾检出率随着年级增高呈现逐步上升趋势,到了大四年级则出现下降趋势,与鲍丙刚等^[17]的研究结果一致。可能是因为朝鲜族大学生刚到大学阶段后,对大学中的新鲜事物和各类社团较为敏感,在进入校园后积极参加各类文体活动,加之大一一年级基础课程较多,导致上网的时间较少。但是到了大二、大三年级,学生对学校文体活动参加的积极性降低,同时文化课程减少,加之在学校没有家长的有效约束。另外,长时间离开家乡,存在一定的失落与孤独感,甚至自卑心理,因此在这一阶段极易导致上网时间增加,集体宿舍住宿,同学间的影响也是导致网络成瘾出现的重要因素^[18]。到了大四阶段,学生面临着就业和毕业的压力,迫使上网时间减少。

城市生源的朝鲜族大学生网络成瘾检出率高于乡村,每月生活支出高的学生网络成瘾检出率高于生活支出低的学生。可能是因为城市生源学生家庭条件较好,同时接触网络的机会和时间较多,另外上网有时需要一定的经济支出,因此一定的生活经济条件也是网络成瘾比例较高的主要原因。学习成绩好的学生一般自我控制能力较强,大部分时间用于学习文化知识,因此成绩越好的学生网络成瘾检出率越低。在家庭情况方面,双亲家庭对子女的教育较为重视,其他家庭类型可能存在父母对子女的教育不够关心等现象,因此双亲家庭朝鲜族大学生的网络成瘾检出率低于其他家庭学生。在日常的家庭教育和学校管理方面,对于网络成瘾学生的管教往往是严格管理、严厉批评等,但却忽视了最为重要的班级学习氛围和家庭环境对学生的影响,往往良好的家庭氛围和班级学习环境会对学生的健康成长及网络成瘾控制带来积极影响,应引起重视。

网络成瘾大学生的人际关系、学习压力、受惩罚、丧失和健康适应等因子得分均高于非网瘾大学生。回归分析还显示,人际关系、受惩罚和学习压力是导致网络成瘾率较高的主要原因,与李敏等^[19]的研究结果一致。可能是因为朝鲜族网络成瘾大学生在人际交往方面较弱,在生活中不愿与他人沟通,同时网络成瘾学生在学习遇到困难时不愿寻求帮助,加之老师的批评导致内心出现自卑的心理,缺乏自信心,这些生活和学习中的不愉快很容易在虚拟的网络中得到释放,因此导致上网时间较长。长时间的上网将会进一步加深网络成瘾学生的自卑心理,同时人际沟通能力也将继续下降,形成恶性循环。

朝鲜族网络成瘾大学生的心理健康水平与非网络成瘾大学生相比明显较低,与何敏娟等^[20]的研究结果一致。表明对网络成瘾大学生的心理健康状况进行有效干预已势在必行,应引起学校和家长的足够重视。Logistic 回归分析显示,抑郁和人际关系敏感对朝鲜族大学生网络成瘾的贡献较大,与陈玉娟等^[21]的研究结果一致。提示在今后的干预中应进行有针对性的教育和引导。

对朝鲜族大学生来说,网络成瘾情况的发生不是短期内形成的,而是一定时期内不良心理和生活习惯导致的。在今后的工作中应在以下方面开展:首先,在大一阶段进行大学入学教育,帮助学生制定大学四年的学习和实践计划,避免在后期的学习生活中迷失方向。其次,针对网络成瘾比例较高的在校大二、大三年级学生开展各类文体活动,让学生在活动中相互沟通和交流,增进友谊,增加学习和生活的自信心。再次,学校应定期对在校学生进行心理健康监测,对发现问题的学生找出导致问题的原因,并进行及时有效的引导和干预,保障朝鲜族大学生健康成长。

4 参考文献

- [1] 徐小龙,程春玲,孙力娟.网络游戏对青少年的影响剖析[J].东南大学学报(哲学社会科学版),2010,21(1):226-232.
- [2] 李永占.河南高中生社交焦虑情绪智力与网络成瘾的关联[J].中国学校卫生,2015,36(11):1732-1733.
- [3] 李艳,张贤,苗磊,等.大学生网络成瘾与自尊孤独感的相关研究[J].中国学校卫生,2013,34(8):949-951.
- [4] 唐海波,朱传文,罗黄金.大学生网络成瘾倾向与羞怯的关系[J].中国健康心理学杂志,2013,21(12):1893-1895.
- [5] 王馨,静进,彭子文,等.广州市中学生网络过度使用倾向况况分析[J].中国学校卫生,2011,32(6):667-669.
- [6] 李永占.大学生冲动性人格在压力性生活事件与自杀意念间的中介效应[J].中国学校卫生,2015,36(6):909-911.
- [7] 秦莉,王淑莲,钟高锋.少数民族地区大学生网络成瘾群体心理健康状况调查与分析[J].赤峰学院学报(自然科学版),2015,24(2):75-76.
- [8] 陈淑惠,翁佩祯,苏逸人,等.中文网络成瘾量表之编制与心理计量特性研究[J].中华心理学报,2003,45(3):279-294.
- [9] 张静,齐玉龙,李军华,等.安徽江苏医学生网络成瘾现状及影响因素分析[J].中国学校卫生,2010,31(11):1343-1345.
- [10] 汪向东,王希林,马弘.心理卫生评定量表手册:增订版[M].北京:中国心理卫生杂志社,1999:106-108.
- [11] 朱宝荣.应用心理学[M].2版.北京:清华大学出版社,2009:76-78.
- [12] 陈玉娟,李立,胡艳华,等.石家庄市大学生网络成瘾现状及影响因素分析[J].中国学校卫生,2014,35(5):1350-1352.
- [13] 张莉娜,沈其君,杨永进,等.宁波某综合大学网络成瘾学生的心理、人格特征[J].中国心理卫生,2009,23(9):674-676.
- [14] WILLIAMS C J, CROPLEY M. The relationship between perfectionism and engagement in preventive health behaviours: the mediating role of self-concealment[J]. J Health Psychol, 2014, 19(10):1211-1221.

- [15] 赵笑颜,胡晓斌,张梦菡,等.兰州市大学生网络成瘾与抑郁的关系[J].中国学校卫生,2012,33(10):1179-1181.
- [16] 杜蕾.大学生网络自我控制能力与病理性互联网使用的关系[J].中国学校卫生,2013,34(8):990-991.
- [17] 鲍丙刚,李艳艳,陶舒曼,等.某医科大学学生网络成瘾视屏时间与心理健康的关联性[J].中国学校卫生,2014,35(7):1001-1004.
- [18] 李静,魏晓宇,黄娅,等.大学生寝室人际信任自尊与社交焦虑关系分析[J].中国学校卫生,2015,36(8):1173-1176.
- [19] 李敏,唐光政,周丽玉,等.大学生社交焦虑与白天过度嗜睡的相关性[J].中国学校卫生,2015,36(11):1675-1677.
- [20] 何敏媚,赵静,郭冬梅,等.大学生网络成瘾现状及影响因素分析[J].中国卫生事业管理,2012,29(2):148-150.
- [21] 陈玉娟,李立,胡艳华,等.河北省大学生亲子沟通与网络成瘾的关系[J].中国学校卫生,2016,37(2):221-223.

收稿日期:2016-07-15;修回日期:2016-09-03

· 健康教育 ·

羽毛球教学与饮食干预对网瘾肥胖维吾尔族女大学生干预效果分析

石韬,李小东,李妍

新疆农业大学体育教研部,乌鲁木齐 830052

【摘要】 目的 了解羽毛球公选课教学与饮食干预对肥胖维吾尔族网络成瘾女大学生戒除网瘾与减肥的效果,为有效开展维吾尔族女大学生健康教育提供理论支持。**方法** 对从新疆农业大学大一、大二年级学生中筛检出的 32 名网瘾肥胖维吾尔族女大学生进行 12 周的羽毛球公选课教学和饮食控制干预,并在干预前后采用韩国产 Biospace.Inbody 3.0 人体成分分析仪进行体成分测试和网络成瘾的测评,对干预前后结果进行比较。**结果** 羽毛球教学与饮食干预后肥胖维吾尔族网络成瘾女大学生的体重比干预前减少 6.47 kg,差异有统计学意义($t=4.23, P<0.01$);干预后干预者的体重、身体水分量、脂肪率、内脏脂肪指数等均呈现下降趋势,除水分量干预前后比较差异无统计学意义($t=1.02, P>0.05$)外,其他指标差异均有统计学意义(P 值均 <0.01);干预后调查者的强迫性上网行为、退隐反应、网络成瘾耐受性、人际及健康问题、时间管理和网络成瘾总分均呈现下降趋势(t 值分别为 4.72, 5.96, 2.87, 4.99, 11.77, 9.69, P 值均 <0.05)。**结论** 羽毛球公选课教学与饮食控制干预对网络成瘾维吾尔族女大学生戒除网瘾和减肥尤其对干预者内脏脂肪的降低起到较好效果。

【关键词】 饮食习惯;行为,成瘾;肥胖症;干预性研究;学生

【中图分类号】 G 479 R 179 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2017)02-0289-03

随着国家对西部支持力度的不断加大,西部地区经济和人民生活水平有了较大的提高,物质生活不断丰富,特别是近年来新疆经济以前所未有的速度不断发展^[1]。但生活水平提高的同时,对青少年的健康也带来一定的影响^[2-5]。研究显示,近年来新疆网络成瘾和肥胖大学生的比例不断上升,对该群体的健康带来较大威胁^[6-7]。本研究以 32 名网络成瘾肥胖女维吾尔族大学生为研究对象,采用 12 周的羽毛球公选课教学和饮食控制干预,以了解减肥和戒除网瘾的效果,现将结果报道如下。

1 对象与方法

1.1 对象 对新疆农业大学的大一、大二年级 3 146 名维吾尔族女生进行体成分测试和问卷调查,测试后将同时符合纳入条件(存在网瘾倾向、脂肪率大于 30%、单纯性肥胖、内脏脂肪指数 >40 、无慢性疾病、无家族遗传病史、无运动障碍)的 94 名学生进行研究方法的说明和讲解。根据自愿的原则最终同意参与本次实验研究的 32 名学生签署了知情同意书。其中大一学生 19 名,大二学生 13 名;平均年龄为(20.34 \pm 1.26)岁。

1.2 方法 体成分采用韩国产的 Biospace.Inbody 3.0 人体成分分析仪进行测试,采用的测试指标包括体重、脂肪率、肌肉率、内脏脂肪指数^[8]、身体水分量、骨量等,脂肪率 $>30\%$ 即判定为肥胖^[9]。采用手动身高测试仪测试身高^[10]。

采用陈淑惠编制的针对大学生的中文网络成瘾量表进行网络成瘾的测评,该量表共由 26 个条目组成,采用 1~4 级评分,得分越高表明网络成瘾程度越

【基金项目】 新疆农业大学校前期课题项目资助(XJAU201427)。

【作者简介】 石韬(1985-),男,山东临沂人,硕士,讲师,主要研究方向为羽毛球教学与训练。

【通讯作者】 李妍, E-mail: nongdaliyan1986@126.com。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2017.02.040