

© 2021年七方教育研究院民办教育研究中心课题：“大学生移动网络成瘾现状调查及其心理动因探究——以西安外事学院为例”（项目编号：21mjy11）

大学生移动网络成瘾心理动因调查

◎ 张 玥 张国立

通过对西安外事学院大学生移动网络成瘾的现状进行调查，从认知心理学、马斯洛需要层次理论等方面分析大学生移动网络成瘾的心理动因，进而探索出针对这种网络成瘾的解决路径。从国家、社会、家庭和个人等层面进行分析，提出针对性的措施，以期减少移动网络成瘾对大学生和整个社会带来的负面影响。

2021年第47次中国互联网络发展状况统计报告显示，截至2020年12月，我国网民规模达到9.89亿，较同年3月增长了8540万，我国手机网民规模达9.86亿，较2020年3月增长8885万，网民使用手机上网的比例达99.7%，较2020年3月提升0.4个百分点，其中学生占比约30%，位列第一，大学生当中超过80%的学生常常使用智能手机。^[1]

随着无线网络和智能手机的普遍兴起，人们的生活发生了巨大改变。面对快速发展的信息社会，大学生表现出了极大的好奇和热情。然而，大学生在使用移动网络终端设备时，由于使用不当或缺乏正确引导，导致部分学生出现了移动网络成瘾现象，严重影响了大学生的身心健康和正常生活。

本研究针对这一新形势下出现的新现象，在对西安外事学院的在校大学生进行访谈、抽样调查和分析后，通过探究大学生移动网络成瘾的现状和与成瘾现状相关的心理因素，探究引起大学生移动网络成瘾的内在心理动因，进而从心理学的角度去寻找一个行之有效的路径去解决成瘾问题并对学生进行正确引导。

文献综述

2011年以来，随着移动网络的迅速发展和智能手机的兴起，大学生网络成瘾有了新的变化，许多有网瘾的同学开始高度依赖智能手机、iPad等移动网络工具，在任何时间、任何地点都可以随时上网，大学生网络成瘾现象呈现移动化特征，我们将此现象定义为移动网络成瘾。

Goldberg（1996）最早从心理学角度提出了“网瘾”这一概念，指出网瘾是一种应对机制的行为成瘾。周倩（1999）将网络成瘾定义为对上网有一种心理上和生理上的依赖，重复地使用网络形成了一种慢性或周期性的痴迷状态，并希望不断增加上网时间来满足这种欲望。周春莲

（2004）等人认为网络成瘾是指无节制地花费大量时间和精力在网上冲浪、聊天或者进行网络游戏，并且这种对网络的过度使用影响生活质量、降低学习兴趣、影响工作效率、损害身体健康，导致各种行为异常、心理障碍、人格障碍和神经系统功能紊乱等消极后果。^[2]由于移动网络是从2011年才兴起的，只有十年时间，因此对于移动网络成瘾的研究并不多。肖扬（2015）将移动网络成瘾定义为重复地使用移动网络所导致的一种慢性或周期性的着迷状态，并产生难以抗拒的再度使用的欲望，同时产生想要增加使用时间的张力与耐受性、克制、退隐等现象，并对于上网所带来的快感会一直有心理或生理上的依赖。通过对200名大学生的问卷调查显示98.5%的大学生都存在不同程度的移动网络成瘾，并对学生的心理、行为、人际关系、身体健康、学业方面产生影响。^[3]国外也有一些研究者把手机依赖定义为一种技术依赖，是一种包含人机互动和非生化的行为成瘾。陈焯琪（2019）等人的研究中心表明高职学生出现移动网络成瘾的心理动因来源于较强的自我意识、通过移动网络获得人际关系的满足、归属感等。^[4]

心理动因分析

本研究以西安外事学院为例，通过问卷星随机抽取了西安外事学院不同专业、不同年级、不同性别、不同学历层次的在校大学生885名进行移动网络成瘾的现状调查。本研究根据大学生移动网络使用现状，在不改变问卷可靠性和有效性的基础上修订《中文网络成瘾量表的修订版》（CIAS-R），得出结论：大学生移动网络成瘾在性别、专业、年级、学历层次、留守经历方面并不存在显著差异，与父母的关系、人际关系满意度上存在显著差异。与父母关系越差，移动网络成瘾分数越高，反之，移动网络成瘾分数越低。对个人人际关系满意度越低，移动网络成瘾分数越高，反之，移动网络成瘾总分越低。从心理学角度来