

延安市高中生网络成瘾的心理状况分析

周小燕¹, 常剑波², 庞宝华¹, 白莉莉¹, 常昊聃³

摘要: [目的] 了解延安市中学生网络成瘾的心理健康状况, 并为心理干预提供依据。[方法] 采用分层抽样方法抽取某中学 750 名高中生为调查对象, 进行 Young 网络成瘾量表、症状自评量表 (SCL-90)、焦虑自评量表 (SAS) 和抑郁自评量表 (SDS) 调查评估。[结果] 调查对象网络成瘾人数为 230 人 (32.49%), 男生和女生间差异无统计学意义; 网络成瘾者 SCL-90 的各因子均分均高于正常使用网络者 ($t=3.14\sim4.47$, $P<0.01$), 阳性检出率为 37.39%~72.17%, 中度程度 (≥ 3) 检出率为 6.09%~21.74%, 均高于正常使用网络者 ($\chi^2=3.93\sim38.47$, $P<0.05$)。网络成瘾者的 SAS 得分高出正常使用网络者近 5 分, 阳性检出率、中度、重度焦虑检出率均高于正常使用者。网络成瘾者的 SDS 得分高于正常使用网络者, 阳性检出率及重度抑郁检出率均高于正常使用网络者。[结论] 高中生网络成瘾者心理健康水平低于正常使用网络者, 杜绝网络成瘾, 需要学生自己、家庭、学校、社会的共同努力和支持。

关键词: 网络成瘾; 心理健康; 分析

Mental Health Status of High School Students with Internet Addiction Disorder in Yan'an ZHOU Xiao-yan¹, CHANG Jian-bo², PANG Bao-hua¹, BAI Li-li¹, CHANG Hao-chong³ (1. Medical College of Yan'an University, Yan'an, Shaanxi 716000, China; 2. Yan'an University Affiliated Hospital, Yan'an, Shaanxi 716000, China; 3. Xi'an University of Architecture and Technology, Xi'an, Shaanxi 710055, China) • The authors declare they have no actual or potential competing financial interests.

Abstract: [Objective] To understand the mental health status of Yan'an high school students with internet addiction disorder (IAD), and to provide basis for psychological intervention. [Methods] A psychological assessment was carried out with Young's Internet Addiction Scale, Symptom Check List-90 (SCL-90), Self-Rating Anxiety Scale (SAS) and Self-Rating Depression Scale (SDS) among 750 students selected from a high school by stratified and cluster sampling. [Results] The IAD prevalence rate of the students was 32.49%, and no significant differences were found between boys and girls. All the average scores of SCL-90 factors were higher in the IAD students than the normal ones ($t=3.14\sim4.47$, $P<0.01$); the detection rates of IAD were in the range of 37.39%-72.17%; the detection rates of factor scores ≥ 3 were in the range of 6.09%-21.74%; all these detection rates were higher than those of normal ones ($\chi^2=3.93\sim38.47$, $P<0.05$). The SAS score was higher in the IAD students than in the normal ones by nearly 5 points, and both the detection rates of IAD and medium and severe depression were higher in the IAD students. The same results were shown in SDS survey. [Conclusion] The mental health level is lower among IAD students than normal ones. Therefore, joint effort and support from the students themselves, family, school, and society are needed for IAD intervention.

Key Words: internet addiction disorder; mental health; analysis

网络成瘾综合征 (internet addiction disorder, IAD) 是指在无成瘾物质作用下的上网行为冲动失控, 网络操作时间失控, 个体沉溺于网络世界, 难以自拔, 导致明显的社会、心理功能损害^[1]。截至 2009 年 12 月 31 日, 中国大陆网民规模达到 3.84 亿。2010 年中国青少年网络协会公布的一项调查显示: 上网的学生中, 高中生占 56%, 而网络成瘾的高中生人数也在大幅攀升; 网络成瘾对学生危害非常严重, 包括学业、行为、

身心健康等诸多方面^[2-4]。本研究旨在了解延安市高中生网络成瘾的心理健康状况, 并为心理干预提供依据。

1 资料与方法

1.1 对象

采用分层抽样的方法进行问卷调查, 选择延安市宝塔区某重点中学高中生为调查对象, 抽取高中生 750 名, 回收有效问卷 708 份。

1.2 方法

1.2.1 常用评估量表 (1) Young 网络成瘾量表^[5]有较好的信度和效度, 共 20 个条目, 采用 1~5 级评分, 总分 40 以上为成瘾者。(2) 症状自评量表 (SCL-90), 共有 90 个条目, 量表的评估, 采用 5 级计分制, 从“没有”到“严重”分别记 1~5 分。按全国常模

[基金项目] 陕西省教育厅科学研究计划项目 (编号: 08JK199)

[作者简介] 周小燕 (1967—), 女, 博士, 副教授; 研究方向: 心理健康, 职业与健康; E-mail: XYZhc@163.com

[作者单位] 1. 延安大学医学院, 陕西 延安 716000; 2. 延安大学附属医院, 陕西 延安 716000; 3. 西安建筑科技大学, 陕西 西安 710055

结果,任一因子得分超过 2 分即筛选为阳性,超过 3 分为中度。(3)焦虑自评量表(Self-Rating Anxiety Scale, SAS),共 20 个项目,评分分为 1~4 级,正向评分 1~4 分,反向评分 4~1 分,“项目粗分 $\times 1.25$ ”得标准分,标准分 50 以上为阳性,标准分 50~轻度焦虑,60~中度焦虑,69 以上为重度焦虑。(4)抑郁自评量表(Self-Rating Depression Scale, SDS),共 20 个项目,采用 4 级评分方式,正向评分 1~4 分,反向评分 4~1 分,项目粗分 $\times 1.25$ 得标准分,标准分超过 53 为阳性,标准分 53~轻度抑郁,63~中度抑郁,72 以上为重度抑郁^[6]。

1.2.2 调查实施 由学校统一培训的教师及医学生作为调查人员,现场由调查人员向被调查者说明调查的目的和意义,并发放问卷,待完成后当场收回。

1.3 统计分析

用 SPSS 11.5 建立数据库,对网络成瘾和正常使用网络的学生各种指标进行比较,均数用 t 检验进行比较,率用卡方检验进行比较。

2 结果

2.1 网络成瘾状况

回收有效问卷 708 份,回收有效率为 94.40%。调查对象年龄为 15~20 岁,其中男生 410 人,女生 298 人。网络成瘾人数达 230 人,成瘾率 32.49%,其中男生 137 人,成瘾率 33.41%,女生 93 人,成瘾率 31.21%,男、女生成瘾率差异无统计学意义($\chi^2=2.16, P>0.05$)。

2.2 SCL-90 评估结果分析

网络成瘾和正常使用网络的学生中, SCL-90 各因子均分差异均有统计学意义,均表现为网络成瘾的均分高(t 检验, $P<0.01$)(表 1)。

表 1 网络成瘾与正常使用网络者 SCL-90 各因子均分的比较($\bar{x} \pm s$)

Table 1 Comparison of average scores of SCL-90 factors between

IAD students and normal users

因子 Factors	网络成瘾者 $n=230$ IAD students	正常使用者 $n=478$ Normal users	t	P
躯体化 Somatization	1.88 ± 0.68	1.66 ± 0.58	4.160	<0.01
强迫症状 Obsessive-compulsive	2.36 ± 0.74	2.13 ± 0.66	3.885	<0.01
人际敏感 Interpersonal sensitivity	2.18 ± 0.81	1.98 ± 0.72	3.140	<0.01
敌意 Hostility	2.20 ± 0.92	1.91 ± 0.69	4.470	<0.01
恐怖 Terror	1.97 ± 0.82	1.74 ± 0.69	3.750	<0.01
偏执 Paranoid ideation	2.03 ± 0.79	1.84 ± 0.66	3.321	<0.01
精神病性 Psychoticism	1.97 ± 0.81	1.73 ± 0.62	4.186	<0.01

网络成瘾者阳性检出率为 37.39%~72.17%,前 5 位依次是强迫症、敌意、人际敏感、恐怖、精神病性,正常使用网络者阳性检出率为 30.33%~56.48%,两者的检出率在强迫症、敌意及精神病性方面的差异有统计学意义($P<0.01$)。中度程度(≥ 3)网络成瘾者的各因子检出率为 6.09%~21.74%,合计 102.17%,正常使用网络者的各因子检出率为 1.05%~11.92%,合计 46.65%,两者 7 个因子的检出率差异均有统计学意义,均为网络成瘾者大于正常使用网络者(7 个因子卡方检验的 χ^2 值依此为躯体化: 15.16; 强迫症状: 3.93; 人际敏感: 5.51; 敌意: 38.47; 恐怖: 7.54; 偏执: 11.33; 精神病性: 19.11; P 值均 <0.05)(表 2)。

表 2 网络成瘾与正常使用网络者各因子得分 ≥ 3 的检出状况

Table 2 Detection of each factor score ≥ 3 between IAD students and normal users

因子 Factors	网络成瘾者($n=230$) IAD students				正常使用者($n=478$) Normal users				χ^2	P
	阳性人数 Positive number	阳性率(%) Positive rate	≥ 3		阳性人数 Positive number	阳性率(%) Positive rate	≥ 3			
			检出人数 Detection number	检出率(%) Detection rate			检出人数 Detection number	检出率(%) Detection rate		
躯体化 Somatization	86	37.39	14	6.09	145	30.33	5	1.05	3.52	0.06
强迫症状 Obsessive-compulsive	166	72.17	40	17.39	270	56.48	57	11.92	16.16	<0.01
人际敏感 Interpersonal sensitivity	122	53.04	36	15.65	229	47.91	46	9.62	1.63	0.20
敌意 Hostility	133	57.83	50	21.74	215	44.98	29	6.07	10.25	<0.01
恐怖 Terror	105	45.65	31	13.48	182	38.08	34	7.11	3.69	0.05
偏执 Paranoid ideation	100	43.48	32	13.91	193	40.38	30	6.28	0.61	0.44
精神病性 Psychoticism	101	43.91	32	13.91	146	30.54	22	4.60	12.21	<0.01

2.3 SAS 评估结果分析

网络成瘾者的得分高于正常使用网络者近 5 分 ($t=8.49$, $P<0.01$), 男生和女生得分分别高于正常使用网络者的男生和女生 ($P<0.01$) (表 3)。轻度网络成瘾者得分 37.34 ± 7.02 , 中度成瘾者得分 46.50 ± 12.35 , 两者差异有统计学意义 ($t=5.91$, $P<0.01$); 网络成瘾者阳性检出率为 36.96%, 高于正常使用网络者的 18.61% ($\chi^2=28.17$, $P<0.01$), 其中男性阳性检出率为 35.76% (49/137), 女性为 38.71% (36/93), 两者差异无统计学意义 ($\chi^2=0.21$, $P>0.05$); 网络成瘾者的中度焦虑明显高于正常使用网络者 ($\chi^2=39.79$, $P<0.01$), 重度焦虑也高于正常使用网络者的 0.42% ($\chi^2=12.39$, $P<0.01$) (表 4)。

表 3 网络成瘾与正常使用网络者 SAS 的得分比较 ($\bar{x} \pm s$)

Table 3 Comparison of SAS scores between IAD students and normal users						
研究对象 Study subject	最小-最大 Min to Max	男 Male	女 Female	合计 Total	<i>t</i>	<i>P</i>
网络成瘾者 <i>n</i> =230 IAD students	24~72	38.84 ± 9.34	38.81 ± 7.71	38.83 ± 8.72	0.28	0.97
正常使用者 <i>n</i> =478 Normal users	21~62	34.05 ± 6.00	33.79 ± 6.23	33.93 ± 6.10	0.67	0.62
<i>t</i>	—	6.19	5.81	8.49	—	—
<i>P</i>	—	<0.01	<0.01	<0.01	—	—

表 4 网络成瘾与正常使用网络者焦虑阳性检出情况

Table 4 Positive detection of anxiety between IAD students and normal users								
研究对象 Study subject	50~, 轻度焦虑 Mild anxiety		60~, 中度焦虑 Medium anxiety		> 69, 重度焦虑 Severe anxiety		阳性人数 Positive number	阳性率(%) Positive rate
	人数 Number	阳性率(%) Positive rate	人数 Number	阳性率(%) Positive rate	人数 Number	阳性率(%) Positive rate		
网络成瘾者(IAD students, <i>n</i> =230)	51	22.17	25	10.87	9	3.91	85	36.96
正常使用者(Normal users, <i>n</i> =478)	83	17.36	4	0.84	2	0.42	89	18.61
χ^2	2.34		39.79		12.39		28.17	
<i>P</i>	0.12		<0.01		<0.01		<0.01	

2.4 SDS 评估结果分析

网络成瘾者的 SDS 评估得分高于正常使用网络者 ($t=2.57$, $P<0.05$), 男生和女生差异有统计学意义 ($P=0.05$), 网络成瘾者中女生得分高于正常使用网络者 ($P<0.05$) (表 5)。轻度网络成瘾者得分 40.31 ± 7.48 , 中度网络成瘾得分 43.40 ± 8.36 , 两者差异有统计学意义 ($t=2.19$, $P<0.05$); 网络成瘾者抑郁阳性检出率为 44.34%, 高于正常使用网络者的 33.89% ($\chi^2=7.63$, $P<0.01$), 其中男生阳性检出率为 43.07% (59/137), 女生为 46.24% (43/93), 两者差异无统计学意义 ($\chi^2=0.23$, $P>0.05$); 网络成瘾者的重度抑郁发生率高于正常使用网络者 ($\chi^2=8.52$, $P<0.01$) (表 6)。

表 5 网络成瘾与正常使用网络者 SDS 的得分比较 ($\bar{x} \pm s$)

Table 5 Comparison of SDS scores between IAD students and normal users						
研究对象 Study subject	最小-最大 Min to Max	男 Male	女 Female	合计 Total	<i>t</i>	<i>P</i>
网络成瘾者 <i>n</i> =230 IAD students	24~71	39.70 ± 7.97	42.17 ± 7.07	40.70 ± 7.70	2.00	0.05
正常使用者 <i>n</i> =478 Normal users	20~66	38.64 ± 7.60	39.70 ± 7.19	39.11 ± 7.44	1.23	0.22
<i>t</i>	—	1.27	2.68	2.57	—	—
<i>P</i>	—	0.21	0.01	0.01	—	—

表 6 网络成瘾与正常使用网络者抑郁阳性检出情况

Table 6 Positive detection of depression between IAD students and normal users								
研究对象 Study subject	53~, 轻度抑郁 Mild depression		63~, 中度抑郁 Medium depression		> 72, 重度抑郁 Severe depression		阳性人数 Positive number	阳性率(%) Positive rate
	人数 Number	阳性率(%) Positive rate	人数 Number	阳性率(%) Positive rate	人数 Number	阳性率(%) Positive rate		
网络成瘾者(IAD students, <i>n</i> =230)	74	32.17	21	9.13	7	3.04	102	44.34
正常使用者(Normal users, <i>n</i> =478)	123	25.73	37	7.74	2	0.42	162	33.89
χ^2	3.20		0.40		8.52		7.26	
<i>P</i>	0.07		0.53		<0.01		0.01	

3 讨论

赵延庆等^[7]对陕西省 10 个市青少年网络使用和成瘾状况调查结果表明, 陕西省青少年网瘾比率为 12.5%, 本次研究的结果, 延安市某中学学生的网络成瘾率为 33.41%, 高于陕西省青少年。也远远高于冯如等^[4]报道的福建省中学生的 7.6% 及喻芳等^[8]报道的南昌市中學生的 8.66%。在延安这个中型城市, 学生使用网络及成瘾现状是令人担忧的。成瘾在男生和女

生中没有差别, 与赵延庆等^[7]报道的结果相悖, 这可能与延安的地域环境有关, 该地活动范围小, 精神文化生活相对少, 网络成为青少年主要的娱乐休闲项目之一。同时也反映出, 延安市的中学生可能存在各种压力, 且自制能力相对较弱, 在遇到各种应激及挫折的时候, 网络成为他们主要的宣泄和心理补偿方式。网络成瘾对学生的身心健康影响是非常大的, 国内大量研

究表明,网络成瘾的学生均会出现不同程度的心理障碍^[3-4,8]。本研究的SCL-90量表结果表明,延安市中学生网络成瘾者各因子得分均高于正常使用网络者,显示该群体心理症状更为明显,这和喻芳等^[8]研究结果相似,也验证了张翠红等^[9]及王小丹等^[10]的研究结果。网络成瘾者强迫症、敌意及精神病性阳性检出率大于正常使用网络者,分别是72.17%、57.83%和43.91%,而中度程度(≥ 3)的各因子阳性率均高于正常使用网络者,表明网络成瘾者心理健康状况较低,表现为与同学关系紧张,冷漠、易怒,敌对,敏感多疑,其中有相当一部分学生,可能会有躯体的不适,如疲劳、萎靡不振、食欲不佳等,甚至有一些精神症状。

焦虑是个体主观预料将会有某种不良后果产生或模糊的威胁出现时的一种不安情绪,并伴有忧虑、烦恼、害怕紧张等情绪体验。本研究调查结果显示,网络成瘾者的SAS得分高于正常使用网络者近5分,中度成瘾者得分达46.50分。网络成瘾者焦虑阳性检出率为36.96%,高出正常使用网络者18.35个百分点,也远远高于胡存明等^[5]对大学生网络行为抑郁焦虑研究的16.3%,中度和重度焦虑的检出率均高于正常使用网络者,有10.87%达到中度焦虑,3.91%为重度焦虑者。这些学生将可能出现各种焦虑症状,严重的焦虑可能导致心理疾病。

抑郁是一种感到无力应对外界而产生的消极情绪,并伴有厌恶、痛苦、羞愧、自卑等情绪体验。通过SDS的评估,本研究所调查的中学生网络成瘾者的得分高于正常使用网络者,且女生得分高于男生,随着网络成瘾程度的加深,得分也增高,其阳性检出率为44.34%,高出正常使用网络者10.45个百分点,也同样高于胡存明等^[5]对大学生网络行为抑郁焦虑研究的14.1%,并且与洪伟等^[11]报道的老年残疾人群体的45.9%接近。有9.14%的中度抑郁和3.04%的重度抑郁,因而网络成瘾者抑郁状况不容乐观。沉迷于网络的这些学生有可能出现情绪低落、自卑、悲观、孤独、担忧,对事物丧失兴趣,精力下降,心情压抑,对周围环境冷淡,缺乏积极社交活动的情趣,不愿意主动与人交往,甚至出现社交困难,学习效率、生活质量下降。

中学生时期是身心发育和学业发展的重要阶段,沉迷于网络的学生,由于网络的开放性和虚拟性等特点,使得他们生活在虚幻的世界里而难以正确面对现实世界,心理发生扭曲,出现心理障碍,这些将严重影响他们的健康成长,导致学习成绩下降、退学,甚至犯罪、自杀、死亡。延安市属于中小城市,近年来,外来信息的冲击使得人们逐渐感到了压力,人们普遍认为应通过高考获得更大的成功。如此一来,孩子从小接受的教育比较单调,追求的目标比较单一,学生从小就必须承受来自

父母、学校、社会及自己有关升学的巨大压力,于是,在虚幻世界翱翔就成为他们展示自己和释放压力的主要方式。要使延安市中学生网络成瘾率及各种较严重的心理问题得到改善和缓解,应改变人们的观念,多方位地指导孩子成长。应从小培养孩子正确的世界观、人生观、价值观,树立正确的奋斗目标,增加丰富多彩的校园文化生活及有意义的实践活动,注重培养学生的意志品质。指导学生面对现实,正确使用互联网,培养良好的用网习惯,控制网络成瘾,增强学生自信心及自我约束能力,减少学生的各种压力。对有心理症状的学生及时开展心理咨询,进行心理疏导和干预治疗,正确释放各种压力,对网络成瘾的学生进行教育并给予干预,网瘾的干预应早发现、早干预、早治疗。帮助他们摆脱对互联网的依赖,让他们拥有一个健康、美好的未来。而这一切需要学生自己、家庭、学校、社会的共同参与和支持。

·作者声明本文无实际或潜在的利益冲突。

参考文献:

- [1] 谢炳炎. 大学生心理健康教育与指导[M]. 长沙: 湖南大学出版社, 2005: 153-154.
- [2] 贺巧虹, 成育鸣. 高中生网络成瘾的危害[J]. 计算机教学信息化, 2011(2): 179.
- [3] 金雅兰. 网络成瘾对中学生健康成长的影响及其对策分析[J]. 江西公安专科学校学报, 2010(6): 121-123.
- [4] 冯如, 王希华. 福建省中学生网络成瘾与心理健康关系研究[J]. 南昌高专学报, 2011, 26(1): 88-89, 91.
- [5] 胡存明, 李长瑾. 大学生网络行为与抑郁焦虑的关系[J]. 医学与社会, 2010, 23(11): 89-90, 93.
- [6] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册[M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999.
- [7] 赵延庆, 王云霞, 陈青萍. 陕西省青少年网络使用和网络成瘾状况调查[J]. 中国健康心理学杂志, 2011, 19(2): 209-211.
- [8] 喻芳, 郭明, 陈建云, 等. 3508例大、中学生网络成瘾现状与分析[J]. 现代预防医学, 2009, 36(9): 1675-1677.
- [9] 张翠红, 刘国伟, 谢正, 等. 大学生网络成瘾与人格特征及其心理健康状况分析[J]. 中国心理卫生杂志, 2006, 20(11): 761.
- [10] 王小丹, 高允锁, 郭敏. 医学大学生网络成瘾和心理健康状况调查[J]. 广东医学, 2010, 31(19): 2575-2576.
- [11] 洪伟, 张南平, 陈惠玲, 等. 老年肢体残疾患者抑郁状态分析[J]. 实用老年医学, 2009, 23(5): 391-392.

(收稿日期: 2012-04-01)

(英文编审: 薛寿征; 编辑: 张晶; 校对: 徐新春)