

# 大学生自我认同感与网络成瘾的关系： 主观幸福感的调节作用

崔玮崙<sup>1</sup>, 薛 艳<sup>1</sup>, 郑爱明<sup>2</sup>

(1. 南京师范大学心理学院, 江苏 南京 210097; 2. 南京医科大学医政学院, 江苏 南京 210029)

**摘要:**目的:探讨大学生主观幸福感、自我认同感与网络成瘾的关系。方法:随机抽取南京市200名在校大学生,采用大学生网络成瘾倾向问卷(IUS)、生活满意度量表(SWLS)、情感量表(PANAS)、自我认同感量表进行施测。结果:积极情感与网络成瘾呈显著正相关,与自我认同感相关不显著;消极情感与网络成瘾相关不显著;自我认同感与消极情感、生活满意度呈显著正相关,与网络成瘾呈显著负相关;大学生网络成瘾可以显著预测自我认同感;消极情感对于网络成瘾与自我认同感的关系有显著的调节作用。结论:网络成瘾、自我认同感、主观幸福感之间有显著相关关系;自我认同感可以预测网络成瘾,且消极情感可以起到调节作用。

**关键词:**网络成瘾;自我认同感;消极情感;调节作用

中图分类号:C913.4

文献标志码:A

文章编号:1671-0479(2015)04-293-005

doi:10.7655/NYDXBSS20150410

随着网络以及电子科技技术的逐渐发展,许多人不再把网络仅仅视为一个普通工具,它更是个体与外界进行沟通交流、娱乐放松的重要媒介。然而有些人并不能很好地利用网络,而是沉浸于网络中以至于影响了自已的学习工作、家庭甚至健康等等。网络成瘾综合征(internet addiction disorder, IAD)是指在无成瘾物质的情况下,对上网行为的冲动失控<sup>[1]</sup>。但有学者认为,“成瘾”(addiction)主要被用来形容某人与某个刺激之间的生理性依赖,其对象通常是一种物质<sup>[2]</sup>,因此使用“成瘾”一词不够恰当,主张使用病理性网络使用(pathological internet use, PIU)的说法。有研究发现,网络成瘾高发人群多处在20~30岁受到良好教育的年轻人,大学生是网络成瘾易感人群<sup>[3]</sup>。

主观幸福感(subjective well-being, SWB)主要指个体依据自己设定的标准对其生活质量所作的整体

评价,包括生活满意度和情感体验两个基本成分<sup>[3]</sup>。已有研究表明,网络成瘾与主观幸福感呈显著负相关关系,网络成瘾者比无网络成瘾者对生活的满意度更低<sup>[4]</sup>,并且每周上网时间较短的个体的幸福感显著高于每周上网时间较长的个体<sup>[5]</sup>。有学者认为,其原因主要是互联网及网络游戏的过度沉溺,会损坏健康、影响生活质量;再者,由于互联网与网上寻呼等新媒体技术,使得工作与家庭的边界变得越发模糊,使得个体很难真正摆脱工作的影响,影响了生活质量<sup>[6]</sup>。

自我认同感(self-identity),也叫自我同一性,是一种对于自己是谁,将要去向何方,在社会中处于何处的稳固和连贯知觉<sup>[7]</sup>。一些研究表明,自我认同感与网络成瘾相关显著并能显著预测网络成瘾<sup>[7-8]</sup>,其原因可能是自我认同完成者已经形成了一个稳定的自我,而低自我认同者由于没有形成稳定的自我,对

**基金项目:**教育部人文社会科学研究专项任务项目“研究生心理状况的调查及对策研究”(12JDSZ2005),江苏省高校自然科学基金项目(13KJB180012)

**收稿日期:**2015-05-30

**作者简介:**崔玮崙(1994-),女,江苏南京人,应用心理学专业本科生在读;薛 艳(1977-),女,江苏盐城人,副教授,研究方向为发展与教育心理学、心理健康教育,通信作者;郑爱明(1971-),男,江苏泰兴人,副教授,研究方向为临床心理咨询与治疗、大学生心理健康教育,通信作者。

未来也没有形成明确的目标,他们更多沉浸在互联网的世界中进行角色扮演<sup>[9]</sup>,即互联网为个体提供了一个自由探索自我、进行角色扮演的空间。除此之外,有研究表明,自我认同感与主观幸福感存在显著相关和一定的预测关系,同一性获得状态有助于提升主观幸福感水平,同一性扩散状态、延缓状态和早闭状态对主观幸福感有负向影响<sup>[10]</sup>。

从既往研究可以看出,网络成瘾、自我认同感、主观幸福感三者之间存在着密不可分的关系。本研究从三者关系入手,探讨三者之间的相关、预测与调节关系。由于国内研究以及量表多使用 IAD 的概念,因此本文选用这一词及其概念进行相关研究。由于大学生是网络成瘾的易感人群,且大学生正处在自我认同的重要阶段,因此选用在校大学生作为研究对象。

## 一、对象与方法

### (一)研究对象

随机抽取南京市 223 名在校大学生发放问卷,回收有效问卷 200 份,回收率 89.69%。其中,男生 112 人,女生 88 人;文科专业 125 人,理科专业 75 人;来自城市家庭 136 人,来自农村家庭 64 人;大一至大四人数分别为 22 人、87 人、77 人、14 人。

### (二)研究工具

一般情况调查问卷包括被试性别、年级、专业、家庭所在地。

网络成瘾测量采用陈侠等<sup>[11]</sup>编制的《大学生网络成瘾倾向问卷》(IUS)。全量表共有 47 个项目,答题方式采用 Likert 自评式 5 点量表记分方法,将网络成瘾分为三个亚类型:网络关系成瘾、网络娱乐成瘾、信息搜集成瘾。各个亚类型包括的维度如下:网络关系成瘾倾向包括四个维度,即问题倾向、依附倾向、人际认知倾向、失控倾向;网络娱乐成瘾倾向包括三个维度,即问题倾向、依附倾向、失控倾向;信息搜集成瘾倾向包括三个维度,即问题倾向、依附倾向、失控倾向。量表各维度分半信度在 0.620~0.890;各因素间相关在 0.102~0.579,各因素与问卷总分相关在 0.409~0.756,问卷各因素间呈中等偏低相关,因此各因素间有一定的独立性,而因素与问卷总分的相关基本上都达到中等偏高的相关且达到显著水

平,说明各个因素较好反映了问卷所要测查的内容。表明本问卷具有较好的结构效度<sup>[11]</sup>。

主观幸福感的测量由《生活满意度量表(SWLS)》(Diener,1980)和《情感量表(PANAS)》(Bradburn,1969)两部分组成。SWLS 用于评价主观幸福感的认知成分,共 5 个项目。PANAS 用于测量积极情感和消极情感,共 10 个项目,重测信度为 0.76。

自我认同感的测量采用奥克斯和普拉格编制的《自我认同感量表》,共 19 个项目。平均分在 56~58 分,分数高说明形成了很好的自我认同感,明显低于此分,则说明自我认同感还处于正在形成中<sup>[12]</sup>。

### (三)统计学方法

使用 SPSS16.0 对数据进行 *t* 检验、方差分析、相关性分析与回归分析。 $P \leq 0.05$  为差异有统计学意义。

## 二、结果

### (一)大学生网络成瘾、自我认同、主观幸福感基本情况

以网络成瘾总得分及三个亚类型、自我认同感、主观幸福感三个维度作为检验变量,性别作为分组变量进行独立样本 *t* 检验,结果见表 1。不同性别在网络关系成瘾、网络娱乐成瘾、信息搜集成瘾以及网络成瘾倾向总得分上均存在显著差异,男性得分高于女性;不同性别在自我认同感、积极情感、消极情感和生活满意度上的得分没有显著差异。

以网络成瘾总得分及三个亚类型、自我认同感、主观幸福感三个维度作为因变量,年级作为因素变量进行单因素方差分析,结果见表 1。不同年级在网络关系成瘾、网络娱乐成瘾以及网络成瘾倾向总得分上存在显著差异,在信息搜集成瘾( $P=0.056$ )、自我认同感( $P=0.056$ )得分上差异呈边缘显著,并且通过组间比较可知,大四与其他三个年级在网络成瘾倾向各个维度与总分均存在显著差异,得分低于其他年级;大四学生在自我认同感上的得分高于其他年级。不同年级在积极情感、消极情感、生活满意度上的得分没有显著差异。

### (二)网络成瘾、自我认同感与主观幸福感的相关性分析

表 1 性别、年级对网络成瘾总分及亚类型的差异性检验

(*t* 值或 *F* 值)

	网络关系成瘾	网络娱乐成瘾	信息搜集成瘾	网络成瘾倾向总分	自我认同感	积极情感	消极情感	生活满意度
性别	4.235***	2.200*	2.276*	3.439***	-1.628	1.095	-1.071	-1.611
年级	2.978*	2.880*	2.556	3.641*	2.557	1.665	0.685	0.950

\* $P < 0.05$ , \*\*\* $P < 0.001$ 。

网络成瘾及各维度与自我认同感相关性分析见表2。结果表明,网络成瘾各维度与总分之间相关显著( $P < 0.001$ );自我认同感与网络成瘾及各维度之间呈显著负相关( $P < 0.001$ )。

网络成瘾及各维度与主观幸福感各维度相关性分析见表3。结果表明,积极情感与信息收集成瘾、

网络成瘾总分之间呈显著正相关( $P < 0.05$ );生活满意度与积极情感( $P < 0.05$ )、消极情感( $P < 0.001$ )呈显著正相关。

主观幸福感各维度与自我认同感相关性分析见表4。结果表明,自我认同感与消极情感、生活满意度呈显著正相关( $P < 0.001$ )。

表2 网络成瘾及各维度与自我认同感相关性分析 (相关系数)

	网络关系成瘾	网络娱乐成瘾	信息收集成瘾	网络成瘾倾向总分	自我认同感
网络关系成瘾	-	-	-	-	-
网络娱乐成瘾	0.599***	-	-	-	-
信息收集成瘾	0.572***	0.756***	-	-	-
网络成瘾倾向总分	0.863***	0.888***	0.860***	-	-
自我认同感	-0.332***	-0.333***	-0.406***	-0.405***	-

\*\*\* $P < 0.001$ 。

表3 网络成瘾及各维度与主观幸福感各维度相关性分析 (相关系数)

	网络关系成瘾	网络娱乐成瘾	信息收集成瘾	网络成瘾倾向总分	积极情感	消极情感	生活满意度
网络关系成瘾	-	-	-	-	-	-	-
网络娱乐成瘾	0.599***	-	-	-	-	-	-
信息收集成瘾	0.572***	0.756***	-	-	-	-	-
网络成瘾倾向总分	0.863***	0.888***	0.860***	-	-	-	-
积极情感	0.129	0.135	0.153*	0.158*	-	-	-
消极情感	-0.103	-0.060	-0.079	-0.095	0.021	-	-
生活满意度	-0.073	-0.095	-0.082	-0.095	0.162*	0.319***	-

\* $P < 0.05$ , \*\*\* $P < 0.001$ 。

### (三)网络成瘾对自我认同感的回归分析

以网络成瘾为自变量,自我认同感为因变量进行回归分析。结果表明,大学生的网络成瘾可以显著预测自我认同感, $R^2=0.159$ ,即解释程度达15.9%,可建立回归方程 $y=60.781-0.082x$ 。

### (四)消极情感的调节作用

以网络成瘾为自变量,自我认同感为因变量,检验消极情感的调节作用。按温忠麟等<sup>[13]</sup>提出的方法,采用层次回归分析方法。首先将所有变量做中心化处理,然后生成网络成瘾×消极情感的交互作用项。先将网络成瘾、消极情感引入主效应项,然后将网络成瘾×消极情感引入交互作用项进行层次回归分析,结果见表5。结果显示,网络成瘾、消极情感的对自我认同感的主效应显著,二者的交互效应也显著。并且在加入交互作用项后,模型的拟合优度有显著提高,交互作用项单独解释量达4.2%。因此,消极情感对于网络成瘾与自我认同感的关系有显著的调节作用。参考袁立新<sup>[14]</sup>等的调节效应分析方法,将高于平均分一个标准差作为高消极情感,低于平均分一个标准差作为低消极情感,分别对二者做网络成瘾对自我认同感的简单回归,结果见表6。结果表明,网络成瘾对消极情感得分较高的群体有显著预测作用,对消极情感得分较低

表4 主观幸福感各维度与自我认同感相关性分析

	积极情感	消极情感	生活满意度	自我认同感
积极情感	-	-	-	-
消极情感	0.021	-	-	-
生活满意度	0.162*	0.319***	-	-
自我认同感	0.044	0.249***	0.269***	-

\* $P < 0.05$ , \*\*\* $P < 0.001$ 。

表5 消极情感的调节作用

步骤	引入变量	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$	F值变化
1	网络成瘾	-0.384***	0.200	0.208***	25.934***
	消极情感	0.212**			
2	网络成瘾× 消极情感	-0.208**	0.239	0.042**	10.930**

\* $P < 0.05$ , \*\* $P < 0.01$ , \*\*\* $P < 0.001$ 。

表6 不同消极情感得分上网络成瘾对自我认同感的回归分析

	$R^2$	t	$\beta$	P
高消极情感	0.318	-4.982	-0.576	< 0.001
低消极情感	-0.004	-0.957	-0.200	>0.050

的群体没有显著预测作用。

## 三、讨论

研究发现,性别在网络成瘾及其三个亚类型上

存在显著差异,这与彭丽娟<sup>[3]</sup>的研究结果一致,可能由于处在大学阶段的女性比男性更注重现实生活中的交往,而男性更愿意把时间花在网络娱乐和虚拟世界中,并且一旦上瘾就很难再摆脱。年级在网络成瘾上有显著差异,并在自我认同感上差异呈边缘显著,大一、大二、大三网络成瘾得分高于大四,大四自我认同感高于其他年级。大四的学生正处在毕业阶段,面临着许多现实压力,与其他年级学生相比,花在准备各类考试与应聘的时间更多,毕业以及即将走上社会的压力使许多学生没有多余的时间花在网络上。并且大四学生在经过三年的大学生活后,对自己目前所处位置以及未来的规划都有了更为清晰的想法,所以自我认同感较其他三个年级更高。

从相关分析结果来看,主观幸福感与网络成瘾的相关总体上并不显著,只有积极情感与信息收集成瘾、网络成瘾倾向总分相关显著,与彭丽娟<sup>[3]</sup>的研究结果不符。大学生网络成瘾与主观幸福感没有相关,说明大学生的主观幸福感并不是由网络决定,而可能更多地与现实生活等其他因素相关。而积极情感与信息收集成瘾、网络成瘾倾向总分呈显著正相关,原因可能是大学生从网络中可以获得与现实生活不同的快感,这使他们产生了一定的积极情感。

自我认同感与消极情感、生活满意度有显著正相关,说明自我认同感与主观幸福感有着正向联系,这与罗贤<sup>[10]</sup>、齐金玲等<sup>[12]</sup>研究结果较为一致,完成自我认同的个体在生活中可以体会到较多的幸福感。自我认同感与网络成瘾倾向总分及其三个亚类型有显著负相关,与张国华等<sup>[7]</sup>及雷雳等<sup>[9]</sup>研究结果一致。其原因可能是自我认同感较低的个体对自我没有形成一个准确而稳定的认识,因而不断在互联网上进行角色扮演来尝试不同的自我并沉溺其中;并且自我认同感较低的个体可能对个人的未来并没有一个详细而明确的规划,没有为之而努力的目标,而大学生正处在即将走上社会、承担个人责任的阶段,这样的个体更容易通过网络来逃避现实生活的种种压力。

从回归分析结果来看,网络成瘾可以负向预测自我认同感,说明网络成瘾可能会导致个体自我认同感的下降。大学生网络成瘾的程度越高,可能导致个体对自己真实的处境地位、对原本未来自我的规划产生一种质疑,网络将个体与现实之间的距离越拉越大,从而导致自我认同感下降。由于大学生正处在发展自我认同的时期,过度的网络社交、网络娱乐以及热衷于收集铺天盖地的网络信息使大学生接触到过多的信息,不能正确进行筛选的个体可能

由此不断对自我改变看法,无法确定什么是自我;网络匿名的特性又使大学生可以自由地扮演任何角色,在不断地角色扮演中,又使个体难以面对真实的自我,由此产生自我认同的问题。

研究结果还表明,消极情感对于网络成瘾与自我认同感的关系有显著的调节作用,即当个体拥有更高的消极情绪时,网络成瘾更容易导致自我认同感的下降。这可能是因为网络中体验到更多的负面情绪使大学生自己更容易对自我产生怀疑,不能确定自我的地位以及未来的规划。而网络成瘾对消极情感得分较高的群体有显著预测作用,对消极情感得分较低的群体没有显著预测作用,原因可能是,当个体体验到的消极情感更多时,网络成瘾使自我认同感问题更为突出和严重,而当个体体验到的消极情感较少时,自我认同感的问题则相对并不突出。

所以大学生在日常生活中应该适当地使用网络,多关注现实生活,从现实生活中获取对自我现状的感知、对未来的规划;并学会调节自己的情绪,更好地调整网络与现实生活之间的关系,以获得良好的发展。

#### 参考文献

- [1] Young KS. Internet addiction; the emergence of a new clinical disorder[J]. *Cyber Psychology and Behavior*, 1996, 1(3): 237-244
- [2] Davis RA. A cognitive-behavioral model of pathological internet use[J]. *Computers in Human Behavior*, 2001, 17(2): 187-195
- [3] 彭丽娟. 西南地区大学生的网络成瘾与主观幸福感研究[J]. *四川教育学院学报*, 2011, 27(3): 1-4
- [4] Wang L, Luo J, Bai Y, et al. Internet addiction of adolescents in China: Prevalence, predictors, and association with well-being [J]. *Computers in Human Behavior*, 2013, 29(1): 62-59
- [5] Işıklar A, Şar H, Aksöz Y. Internet addiction among adolescents and its relation to subjective well-being [J]. *International Journal of Academic Research*, 2011, 3(6): 308-312
- [6] 唐辉, 周海明. 新媒体研究述评及其心理学研究取向[J]. *社会心理科学*, 2007, 22(3): 339-344
- [7] 张国华, 雷雳, 邹泓. 青少年的自我认同与“网络成瘾”的关系[J]. *中国临床心理学杂志*, 2008, 16(1): 37-39
- [8] 张国华, 雷雳. 青少年的同伴依恋自我认同与网络

- 成瘾的关系[J].中国学校卫生,2008,29(5):454-455
- [9] 雷 雳,马利艳.初中生自我认同对即时通讯与互联网使用关系的调节作用[J].中国临床心理学杂志,2008,16(2):161-163
- [10] 罗 贤,何 特.大学生主观幸福感与自我同一性的关系探究[J].西南交通大学学报:社会科学版,2014,15(4):67-72
- [11] 陈 侠,黄希庭.中国大学生网络成瘾倾向问卷的初步研究[J].心理科学,2007,30(3):672-675
- [12] 齐金玲,姜 晶,于增艳,等.大学生自我认同感与主观幸福感的相关研究[J].齐齐哈尔医学院学报,2014,35(19):2908
- [13] 温忠麟,刘红云,侯杰泰.调节效应和中介效应分析[M].北京:教育科学出版社,2012:83-84
- [14] 袁立新,张积家,陈 曼.幽默感对压力事件与心理健康关系的调节作用[J].中国临床心理学杂志,2008,16(6):576-578

## Relationship between self-identity and internet addiction disorder among undergraduates: the moderating effect of subjective well-being

Cui Weiyu<sup>1</sup>, Xue Yan<sup>1</sup>, Zheng Aiming<sup>2</sup>

(1.School of Psychology, Nanjing Normal University, Nanjing 210097;2. School of Health Policy and Management, Nanjing Medical University, Nanjing 210029, China)

**Abstract: Objective:** To explore the relationship between subjective well-being, self-identity and internet addiction disorder among undergraduates. **Methods:** A survey research method was used among 200 undergraduates which includes IUS, SWLS, PANAS and self-identity scale. **Results:** Positive emotion had significantly positive relationship with internet addiction disorder, but not with self-identity. The relationship between negative emotion and internet addiction disorder was not significant. Self-identity had significantly positive relationship with negative emotion and life satisfaction, and significantly negative relationship with internet addiction disorder. Internet addiction disorder could significantly predict self-identity. The relationship between internet addiction disorder and self-identity was moderated by negative emotion. **Conclusion:** There is a significant relationship between internet addiction disorder, self-identity and subjective well-being. Self-identity could predict internet addiction disorder, and negative emotion could moderate the relationship between them.

**Key words:** internet addiction disorder; self-identity; negative emotion; moderation