

# Status and Associated Factors of Internet Addiction Among Secondary Vocational Students

Luan Xiaojiao, Zheng Haoyue, Wang Haitao\*

Teaching Center of Fundamental Courses, Ocean University of China, Qingdao, China

## Email address:

1982824256@qq.com (Luan Xiaojiao), 793744056@qq.com (Zheng Haoyue), yshdwht@163.com (Wang Haitao)

\*Corresponding author

## To cite this article:

Luan Xiaojiao, Zheng Haoyue, Wang Haitao. Status and Associated Factors of Internet Addiction Among Secondary Vocational Students. *Science Innovation*. Vol. 9, No. 3, 2021, pp. 96-99. doi: 10.11648/j.si.20210903.14

Received: March 12, 2021; Accepted: May 14, 2021; Published: May 24, 2021

**Abstract:** With the wide application of information technology in the field of education, the network has become a driving force that can not be ignored in the development of education.. While the Internet brings convenience, its negative effects are attracting more and more attention in every field of the society. For secondary vocational students in a critical period of psychological development, Internet addiction is a typical negative effect that cannot be ignored. Using the method of cluster random sampling, a questionnaire survey was conducted on 3855 secondary vocational students and 3415 parents in Q City, Shandong Province. The results showed that: (1) There are significant gender differences in secondary vocational school students' Internet addiction, and the overall rate of Internet addiction was 4.85%; (2) Internet addiction has significant negative correlation with interpersonal relationship, self-efficacy and learning time management, and significant positive correlation with learning anxiety; (3) Among the factors that lead to secondary vocational students' Internet addiction, peer relationship has an important impact. Schools, teachers and parents should work together to create a good network ecological environment, guide students to surf the Internet green and cultivate students' positive cognition, which can avoid the Internet addiction of secondary vocational students and promote their mental health development.

**Keywords:** Secondary Vocational Students, Internet Addiction, Status, Influencing Factors

## 中职生网络成瘾现状及影响因素研究

栾晓姣, 郑皓月, 王海涛\*

中国海洋大学基础教学中心, 青岛, 中国

## 邮箱

1982824256@qq.com (栾晓姣), 793744056@qq.com (郑皓月), yshdwht@163.com (王海涛)

**摘要:** 随着信息技术在教育领域的广泛应用, 网络已经成为教育发展的重要推动力。网络带来便利的同时, 产生的负面效应越来越受到社会各界的关注, 对于处于心理发展关键期的中职生来说, 网络成瘾便是不容忽视的典型负面影响。采用整群随机抽样方法, 通过网络形式对山东省Q市3855名中职生和3415名家长进行问卷调查, 结果发现: (1) 中职生网络成瘾存在显著的性别差异, 整体网络成瘾率为4.85%; (2) 中职生网络成瘾与人际关系、自我效能感和学习时间管理存在显著的负相关, 与学习焦虑存在显著的正相关; (3) 同伴关系对中职生网络成瘾的产生具有重要影响。学校、教师和家长三方合力, 营造良好的网络生态环境, 引导学生绿色上网, 培养学生积极的认知, 可以避免中职生网络成瘾, 促进其心理健康发展。

**关键词：**中职生，网络成瘾，现状，影响因素

## 1. 引言

青少年是伴随互联网成长的一代，也是伴随社交媒体成长的重要使用群体[1]。据中国互联网络信息中心发布的《2019年全国未成年人互联网使用情况研究报告》显示，2019年我国未成年网民规模为1.75亿，未成年人的互联网普及率达到93.1%，中职学生互联网使用率最高，为99.0%。在网络使用方式上，中职生使用不同设备玩游戏的比例高达71.7%[2]。这种网络的使用方式甚至存在有些过度使用的情况，会对中职生身心健康、学业发展造成极为不利的影响，其危害不亚于烟瘾和赌瘾等[3]。

网络成瘾(Internet addiction, IA)是在无成瘾物质的作用下对互联网使用冲动的失控行为，表现为过度使用互联网后导致明显的学业、职业、社会功能损伤[4]。教育部等六部门《关于联合开展未成年人网络环境专项治理行动的通知》提到当前未成年人沉迷网络游戏、网络不良信息、网络不良社交等问题较为突出，严重影响未成年人身心健康成长。近些年的研究也表明，网络成瘾对身心健康和人格发展，日常学习和生活，甚至对家庭和社会均会产生极大的危害[5]。因此，我们必须重视中职生网络成瘾现象，帮助其健康成长[6]。本研究通过调查中职生网络成瘾现状，探索中职生网络成瘾的影响因素，为促进中职生心理健康、改善其学业表现提供依据。

## 2. 对象与方法

### 2.1. 对象

本研究以中职二年级学生为调查对象，采用整群抽样方法抽取了山东省Q市全体中职学校（47所）。通过网络形式对学生进行了问卷调查，共计3855人，有效问卷3404份，有效回收率为88.3%，男生问卷1621份，女生问卷1783份。

### 2.2. 研究工具

#### 2.2.1. 网络成瘾量表

改编自刘炳伦、郝伟、杨德森编制的《青少年上网成瘾自评量表》，量表采用五级评分法，1分=没有，2分=不一定，3分=有一点，4分=大部分，5分=总是，其中包括网络成瘾症状和网络成瘾诱因2个维度，共17个条目。网络成瘾症状（因子1）：由条目1、2、4、5、6、7、8、9、10、11、12、13、15组成，反映了网络成瘾耐受性、渴求上网冲动、网络成瘾戒断反应及时间控制等临床特征，符合物质依赖概念。网络成瘾诱因（因子2）：由条目3、14、16、17组成，反映了自卑、孤独、抑郁、社交焦虑等心理问题成为上网成瘾的高危因素。17个条目总分大于45分即表明上网已经成瘾，分数的高低反映了成瘾的严重程度。本研究中，该量表Cronbach  $\alpha$ 系数为0.916，达到统计学标准。

#### 2.2.2. 人际关系量表

采用自编《中小学生人际关系》量表。分为亲子关系、师生关系和同学关系进行测评。量表采用五级计分法，分数越高，代表人际关系越好。本研究中，该量表Cronbach  $\alpha$ 系数为0.907，达到统计学标准。

#### 2.2.3. 自我效能感量表

改编自Pintrich & DeGroot's (1990)《学业自我效能感量表》。该量表包括六个项目，旨在衡量学生的学业自我效能。量表采用五级计分法，分数越高，代表自我效能感越好。本研究中，该量表Cronbach  $\alpha$ 系数为0.720，达到统计学标准。

#### 2.2.4. 学习焦虑量表

使用中学生心理健康诊断测验(MHT)-学习焦虑分量表。量表采用两级计分，分数越高，代表学习焦虑程度越深。本研究中，该量表Cronbach  $\alpha$ 系数为0.844，达到统计学标准。

#### 2.2.5. 学习时间管理量表

采用自编《学习时间管理》量表。量表采用五级计分法，分数越高，代表学习时间管理越好。本研究中，该量表Cronbach  $\alpha$ 系数为0.874，达到统计学标准。

### 2.3. 调查方法

采用统一的网络系统平台进行数据采集工作。测试前，由主试宣读统一指导语与注意事项，随后学生进入平台进行问卷作答。本研究实行匿名调查，问卷填完后，当场收回。

### 2.4. 统计方法

采用SPSS 20软件对数据进行录入、整理与统计分析。

## 3. 结果

### 3.1. 中职生网络成瘾调查结果

数据显示，中职二年级学生网络成瘾平均得分为25.48分（满分85分），男生平均得分26.61分，女生平均得分24.42分。各维度得分显示，因子1网络成瘾症状平均得分20.27分（满分65分）因子2网络成瘾诱因平均得分5.20分（满分20分）。中职二年级学生网络成瘾存在显著性别差异（ $P < 0.001$ ），表现为男生得分高于女生。根据网络成瘾量表“总分大于45分即表明上网已经成瘾”的判定标准，共有187名（男生121名，女生66名）中职二年级学生判定为网络成瘾，网络成瘾率为4.85%，成瘾学生中均分为53.81分。见表1。

表1 中职生网络成瘾总体得分状况。

	男		女		总分	
	M	SD	M	SD	M	SD
网络成瘾	26.61	10.67	24.43	8.48	25.48	9.65
成瘾症状	21.13	8.72	19.48	7.21	20.27	8.01
成瘾诱因	5.48	2.71	4.95	2.02	5.20	2.39

3.2. 中职生网络成瘾相关因素分析

通过Pearson相关分析发现,中职二年级学生网络成瘾与人际关系、自我效能感、学习焦虑和学习时间管理均存在显著性相关,其中与学习焦虑呈显著正相关( $P<0.01$ ),与人际关系、自我效能感、学习时间管理呈显著负相关( $P<0.01$ )。在各变量中,个体的环境因素(师生、亲子、同学关系)与网络成瘾的相关性较强。

表2 中职生网络成瘾与各变量的相关分析。

	1	2	3	4	5
1.网络成瘾	1	--	--	--	--
2.人际关系	-.49**	1	--	--	--
3.自我效能感	-.39**	.55**	1	--	--
4.学习焦虑	.30**	-.34**	-.31**	1	--
5.学习时间管理	-.37**	.56**	.60**	.25**	1

\*\*：在置信度（双测）为0.01时，相关性是显著的。

3.3. 中职生网络成瘾影响因素的回归分析

为了说明不同因素对中职二年级学生网络成瘾的影响程度,本研究在控制性别的前提下,建立多元回归模型(其他变量已在模型中排除)。建立的模型如下(结果见表3)：

$$y = \beta_0 + \beta_1x_1 + \beta_2x_2 + \beta_3x_3 + \beta_4x_4$$

其中,  $\beta_1$ 代表人际关系,  $\beta_2$ 代表学习焦虑,  $\beta_3$ 代表自我效能感,  $\beta_4$ 代表学习时间管理。我们通过SPSS 20.0软件,进行了各变量与网络成瘾的回归分析,结果如表3所示。

通过回归分析,我们得到调整 $R^2=0.279$  ( $F=264.973$ ,  $P=0.000$ ), 人际关系、学习焦虑、自我效能感和学习时间管理对网络成瘾具有显著的预测作用,综合预测率为27.9%,其中人际关系对网络成瘾的解释率最高。

表3 中职生网络成瘾相关因素的回归分析。

模型	非标准化系数		标准系数	t	Sig.
	B	标准误差	试用版		
性别	-2.181	.329	-.113	-6.628	.000
人际关系	-.385	.012	-.480	-31.930	.000
学习焦虑	.401	.039	.162	10.30	.000
自我效能感	-.322	.040	-.142	-8.053	.000
学习时间管理	-.233	.059	-.077	-3.946	.000

a.因变量：网络成瘾

进一步分析人际关系对网络成瘾的影响,我们建立了师生、亲子和同伴关系对中职二年级学生网络成瘾的多元回归模型。结果显示,三种人际关系对网络成瘾的解释率为25.3% ( $F=289.712$ ,  $P=0.000$ ), 其中同伴关系解释率最高。

表4 中职生人际关系对网络成瘾的回归分析。

模型	非标准化系数		标准系数	t	Sig.
	B	标准误差	试用版		
性别	-2.181	.329	-.113	-6.628	.000
师生关系	-.189	.053	-.071	-3.542	.000
亲子关系	-.278	.027	-.196	-10.473	.000
同伴关系	-.798	.054	-.305	-14.901	.000

a.因变量：网络成瘾

4. 结论及对策建议

4.1. 主要结论

本研究通过对Q市中职二年级学生网络成瘾情况进行调查研究与分析,可以得出以下结论:

首先,中职二年级学生网络成瘾率达到4.85%,同时网络成瘾症状(因子1)得分更高,表明中职二年级学生对上网存在依赖性。我们可以理解为网络社会的流动性、平等性、自我真实性、自由表演性、无边疆性、无团体压力和生活娱乐性[7]等使网络充满了神奇魅力,处在青春期的中职生叛逆特征明显,情绪控制力差[8],对新事物的渴望和需求容易引发网络成瘾 [9]。

其次,数据分析发现网络成瘾与人际关系、自我效能感以及学习时间管理呈显著负相关( $p<0.05$ ),与学习焦虑呈显著正相关( $p<0.05$ ),同时回归结果显示,四类变量会对中职生网络成瘾产生影响。学习焦虑、自我效能感和学习时间管理的结果可以理解为个体的积极认知及良好的时间管理会有效减轻网络成瘾倾向[10]。人际关系能够有效预测网络成瘾表明环境对中职生网络成瘾起到十分重要的作用。已经有学者提出人际关系对网络成瘾的影响作用,如吴贤华和吴汉荣通过调查研究发现亲子关系、同学关系、师生关系是青少年网络成瘾的保护因素[11],不良的家庭环境和不恰当的师生关系对青少年网络成瘾会产生巨大影响[12-14]。

最后,通过人际关系对网络成瘾的回归分析发现,同伴关系显著预测网络成瘾,表明同伴关系越差,网络成瘾程度越深。这与国内的研究结论一致[15-16]。推测可能的原因有,受相似性吸引理论的影响,处于青春期的中职生将人际交往的范围由父母转向朋友。这个观点类似古希腊柏拉图、亚里士德哲学的“同质性”[17]理论。同时也有研究显示,同伴关系和亲子关系具有交互作用,对网络成瘾产生具有一定影响[11]。

4.2. 对策建议

根据研究结果,结合我国中职生教育及学生发展的实际状况,提出如下建议。

校园是学生主要学习场所,良好的校园环境需要完善的监管制度。第一,青少年时期是心理问题 and 心理危机的高发期[18]。《中小学健康教育指导纲要》指出心理健康教育是中小学生学习健康教育的内容之一。学校开设心理健康教育课程或心理健康咨询中心,帮助中职生掌握沟通技巧,正确进行人际交往,减轻网络成瘾倾向。第二,实践是促进学生学习交流的重要形式。学校要积极实行活动式、

体验式教育,开展适应中职生心理发展特点的、丰富多样的主体活动[19]。比如,心理情景剧竞赛、心理游戏等,鼓励中职生积极参与,转移对网络使用的注意力。第三,良好的校园文化氛围帮助中职生合理使用互联网。学校可以通过微信、微博等途径营造绿色上网[20]的校园文化氛围,同时加强对手机学生的管控力度,制定手机使用管理制度,督促中职生科学使用手机,这与教育部《关于加强中小学生手机管理工作的通知》“应加强学生手机管理,防止沉迷网络和游戏”的意见相一致。

教师是引导学生改善网络成瘾的重要力量。第一,教师在日常教学中要关注中职生的心理和情绪变化,运用心理诊断工具了解学生。当发现网络成瘾倾向的学生充分利用自己的人格魅力、言谈举止去感染学生,并结合其心理特征与心理动态,进行个性化教育。第二,研究证实,不良时间管理诱导网络成瘾发生[21]。教师需引导学生建立合理明确的学习规划,加强学习时间管理的指导,减少学生不良上网频次。第三,教师要加强与家长的沟通,及时反馈学生在校表现,与家长共享学生情况,形成监督合力帮助学生良性发展。

家长是帮助学生正确使用网络的推动力,研究也表明,父母重视程度对网络游戏成瘾具有预测作用[22]。第一,营造和谐融洽的家庭氛围,增加亲子间良好互动,正确指导孩子上网,增强中职生幸福感。第二,加强与学校的沟通,通过微信、电话或面对面交谈等形式向教师反馈学生的在家表现,同时主动与教师沟通学生在校网络使用情况,增加对孩子的了解,避免网络成瘾的产生。第三,与学校和社区合作,学习家庭教育和网络使用的技能和技巧,帮助中职生走出网络成瘾的影响,三方合力促进中职生身心健康发展。

综上,中职生处在一个特殊的年龄阶段,学校和家庭教育应重视中职生网络成瘾的影响因素,共同努力帮助中职生减少不良上网行为。另外,本研究结果从个体和环境角度对网络成瘾的相关因素进行分析,未来网络成瘾倾向是否会随中职学段的升高或专业的变化有所改变还有待进一步研究。

## 参考文献

- [1] 季为民.社交媒体时代青少年互联网运用趋势特征及成长影响——基于2006-2020年青少年互联网运用调查的分析[J].新闻与写作,2020(08):43-50.
- [2] 中国互联网络信息中心(CNNIC).2019年全国未成年人互联网使用情况研究报告[EB/OL].[2020-05-13].<http://www.cnnic.net.cn/hlwfyj/hlwzbg/qsnbg/202005/P020200513370410784435.pdf>.
- [3] 李洁春,罗苑云,陈华峰,赵泽霖,罗安娜.中职生危险行为的干预对策[J].当代职业教育,2014(08):102-104+112.
- [4] 董园园,李红玉.辽西地区大学生抑郁与网络成瘾的调节中介效应分析[J].现代预防医学,2018,45(16):3069-3072.
- [5] 刘勤学,陈武,周宗奎.大学生网络使用与网络利他行为:网络使用自我效能和性别的作用[J].心理发展与教育,2015,31(06):685-693.
- [6] 谭玲.中职学生人际关系、归因方式与网络成瘾的关系研究[D].华中师范大学,2016.
- [7] 朱海龙.人际关系、网络社会与社会舆论——以社会动员为视角[J].湖南师范大学社会科学学报,2011,40(04):95-98.
- [8] 张倩.心理健康视角下中职生安全教育活动的开展策略与技巧探索——评《中职生心理健康教育》(第二版)[J].安全与环境学报,2020,20(04):1615-1616.
- [9] 邓验,曾长秋.青少年网络成瘾研究综述[J].湖南师范大学社会科学学报,2012,41(02):89-92.
- [10] 段忠阳,杨小芳,刘洁.大学新生性别生活支出和时间管理对网络依赖的影响[J].中国学校卫生,2020,41(01):130-133.
- [11] 吴贤华,吴汉荣.人际关系与品行问题对青少年网络成瘾的交互效应[J].中国学校卫生,2014,35(04):481-483.
- [12] 孙瑞芹,佟艳红,郑秀芬,赵雅宁.青少年网络成瘾倾向危险因素的病例对照研究[J].现代预防医学,2017,44(12):2127-2130.
- [13] 魏华,朱丽月,何灿.粗暴养育对网络成瘾的影响:非适应性认知的中介作用与孝道信念的调节作用[J].中国特殊教育,2020(04):68-75.
- [14] 陈云祥,李若璇,张鹏,刘翔平.班主任自主支持、投入、温暖与青少年网络成瘾:有调节的中介模型[J].中国临床心理学杂志,2019,27(02):306-310.
- [15] 刘宇,闫志英.中学生同伴关系对网络成瘾的影响——基于孤独感的中介作用分析[J].集美大学学报(教育科学版),2016,17(03):37-40.
- [16] 刘明东.青少年同伴团体网络成瘾同质性及原因[D].东北师范大学,2019.
- [17] 王若晗,东宇,谭荣英,吴梦晓,花蓉,庄淑梅.青少年网络成瘾倾向与家庭环境的关系研究[J].护理研究,2019,33(11):1832-1836.
- [18] 卿素兰.新时代青少年心理健康状况审视与生态促进[J].人民教育,2020(20):38-41.
- [19] 史晗,安蓉.积极心理学视域下青少年心理健康研究[J].中学政治教学参考,2020(05):82.
- [20] 康亚通.青少年网络沉迷研究综述[J].中国青年社会科学,2019,38(06):130-135.
- [21] 刘明艳,严由伟,白福宝.大学生宿舍上网对其若干心理维度的影响[J].中国健康心理学杂志,2009,17(06):736-738.
- [22] 林悦,刘勤学,余思,周宗奎.父母忽视与青少年网络游戏成瘾的关系:希望的中介作用和性别的调节作用[J].心理发展与教育,2021,37(01):109-119.