

文章编号:1005-9679(2018)06-0092-06

# 社交效能感对网络依赖的影响研究

沈 克 范 徵

(上海外国语大学 国际工商管理学院,上海 201620)

**摘 要:** 以往研究中,学者们很关注人际交往对网络依赖的影响,但是很少研究将社交效能感作为预测变量,也很少同时研究网络依赖的三种类型。因此,文章以《网络成瘾类型调查问卷》和《社交效能感调查问卷》为研究工具进行实证研究。结果显示,高校学生中存在一定程度的网络依赖,男生对网络的依赖程度比女生更高。部分个体的社交效能感水平较低,男生的社交效能感低于女生。相关和回归分析表明,自我控制能力越强、自我价值感越高、对人际交往越有信心的个体,越不容易对网络产生依赖,即社交效能感能负向预测网络依赖。同时,社交效能感对不同类型的网络依赖具有不同的预测作用。

**关键词:** 社交效能感;网络依赖;人际交往

**中图分类号:** C 913      **文献标志码:** A

## Research on the Influence of Social Efficacy on Internet Dependence

SHEN Ke FAN Zheng

(Shanghai International Studies University, Shanghai 201620, China)

**Abstract:** In previous studies, scholars paid much attention to the impact of interpersonal communication on Internet dependence, but rarely studied social efficiency as a predictor, and rarely studied three types of Internet dependence. Therefore, the paper uses the “Internet addiction type questionnaire” and “social efficacy survey questionnaire” as research tools for empirical research. The results show that there is a certain degree of Internet dependence among college students, and boys are more dependent on the Internet than girls. Some individuals have lower levels of social efficacy, and boys have lower social efficiency than girls. Correlation and regression analysis show that the stronger the self-control ability, the higher the self-worth, and the more confident the individual is, the less likely it is to rely on the Internet, that is, the social efficacy can negatively predict Internet dependence. At the same time, social efficiency has different predictive effects on different types of Internet dependence.

**Key words:** social efficiency; internet dependence; interpersonal communication

网络使用和人际交往问题受到了越来越多的关注,但以往研究主要从人格特征、社交焦虑、一般自我效能感等角度出发,极少数文献将社交效能感作为预测变量。在已有的研究中,更多探讨的是社交效能感与网络依赖的相关关系,社交效能感对网络

依赖的影响机制并不明确。此外,网络依赖有多种类型,但大多数研究只关注网络游戏依赖,忽略了人们对网络关系和网络信息的依赖。因此,本文主要探究的是社交效能感对网络依赖的影响,同时验证社交效能感对不同的网络依赖类型是否存在不同的

收稿日期:2018-10-08

基金项目:国家社科重大项目(15ZDA063)

作者简介:沈克(1995—),女,浙江长兴人,上海外国语大学研究生在读;范徵(1965—),男,上海人,教授,上海外国语大学管理博士,研究方向:人力资源管理、企业管理。

影响。

## 1 文献综述

### 1.1 网络依赖

#### 1.1.1 网络依赖的概念

网络依赖又称网络成瘾(Internet Addiction Disease, 简称 IAD), 两者虽然表述不同, 但在很多研究(公艳艳, 2014; 韦耀阳等, 2018)中表示同一个概念。这个概念是在 1994 年由纽约市的精神医师 Goldberg 首先提出的, 指在没有明显成瘾物质情况下的上网行为冲动失控, 表现为由于过度上网导致的社会和心理

的适应行为损害(Reef Karim, 2012)。

#### 1.1.2 网络依赖的结构维度

本文采用三维度模型, 见表 1。网络游戏依赖, 指迷恋于各种网络和非网络的电脑游戏, 并包括因为沉迷于游戏而导致的一些相关负面情绪及体验等(陈丽, 2017)。网络关系依赖, 指沉溺于通过网上聊天或贴吧、论坛等结识朋友, 主要包括沉迷于网络上的人际关系互动及相关问题(谢玲平, 2018)。网络信息依赖, 指强迫性地浏览各种信息, 收集无关紧要或非迫切需要的信息, 并下载或上传这些信息(姚建国, 2006)。

表 1 网络依赖的结构维度

维度	作者(时间)	观点
五维度	Young(2000)	网络色情依赖、网络关系依赖、网络强迫行为、网络信息超载、计算机程序依赖
	刘磊, 李文静(2013)	
	Armstrong(2001) 陈侠等(2003)	
三维度	周治金, 杨文娇(2006) 公艳艳(2014)	网络关系依赖、网络游戏依赖、网络信息依赖

### 1.2 社交效能感

#### 1.2.1 社交效能感的概念

社交效能感来源于班杜拉(1997)的自我效能感理论, 谢晶(2009)将自我效能感应用于社交领域, 定义社交效能感为个体在与他人进行交往活动之前对自己能够在什么水平上完成该交往活动的判断。社交效能感高的学生对自己的人际交往能力充满信心, 常常选择适合自己能力水平并富有挑战性的任务。他们在人际交往中遇到问题时能够正确对待, 并愿意付出更大的努力, 采取各种方法去战胜困难, 坚持性高。而社交效能感低的学生则对自己的人际交往能力信心不足, 为确保成功, 常常选择一些过于简单或十分困难的任务。他们在遇到困难时, 常常认为自己能力不行, 不加努力就轻言放弃, 坚持

性低。

#### 1.2.2 社交效能感的结构维度

本文采用六维度结构, 见表 2。亲和效能, 指个体所备的同他人接近或参与团体活动时自我有效能力感; 自我印象效能, 指个体具有的对自我在他人头脑中的印象的自我评判效能; 利他效能, 指个体所具备的不期望任何形式回报的、自觉自愿的、有益于他人的有效自我能力感; 沟通效能, 指个体具有的与他人进行信息交流的自我能力有效感; 自我价值感, 指个体对作为客体的自我的认知和评价对社会主体以及作为主体的自我所产生正向效应而产生的一种自我肯定的情感体验; 情绪控制效能, 指个体具有的对自身情绪掌握的自我能力有效感(徐敏, 2011)。

表 2 社交效能感的结构维度

维度	作者(时间)	观点
双维度十七因子	刘迅(2004)	交往能力和交往策略两个维度及理解能力、自我能力、灵活沟通、坚持性、表达能力和主动性七个因子
四维度	李雪梅(2006)	信任感、主动信念、自信信念和情绪调控效能感
六维度	谢晶(2004) 徐敏(2011)	沟通效能感、亲和效能感、自我印象效能感、自我价值感、利他效能感和情绪控制效能感
七维度	李双双(2011)	亲和效能、自我印象效能、利他效能、沟通效能、自我价值感、情绪控制效能及总体效能感

## 2 理论与研究假设

### 2.1 理论

本文以认知—行为模型(Davis R A., 2001)为

理论基础, 试图解释网络依赖的发展和维持。在这个模型中, 网络依赖于个体对网上活动的错误认知和上网行为的反复强化。如果人们对上网的体验和评价是正面、积极的, 那么这种愉悦的心情会不断

强化其上网的行为,反之亦然。同时,该模型还认为网络依赖者适应不良的认知方式,包括自我怀疑、自我反思、低自我效能感以及消极的自我暗示会导致其在现实世界自信心低落,而网络世界却能带给其被尊重的体验。在这两种体验的作用下,人们对网络的依赖会越来越严重。网络依赖的行为又会持续产生消极的行为结果,降低自我价值感,增强社会退缩感,也就是导致适应性不良认知的加重。这种不良认知又会反过来影响行为,如此反复(王进,2010)。

## 2.2 研究假设

在社交效能感与网络依赖关系的研究中,非适应性认知被认为是网瘾发生的充分条件和近端,其中低社交效能感属于对自我的非适应性认知(郝恩河等,2014)。低社交效能感的人对发起和维护人际关系信心不足,从而导致其在现实生活中的社交回避和社交焦虑。而这种高社交焦虑的体验会使其选择从网络上寻求支持和认同,这种心理需求一旦被满足,他就会对网络活动产生依赖,久而久之形成网络依赖。因此,本文提出假设:

**H1:** 个体的社交效能感与网络依赖负相关。

个体的认知还包括个体具有的对自我在他人头脑中印象的判断。当个体认为自己在他人眼中的印象明确、积极的时候,个体会产生相应的行为,以此强化正面行为的发生。反之,个体对这种印象的认知模糊不清的时候,这种情绪会使个体产生无措感,抑制个体的行为。因此,本文提出假设:

**H2:** 个体的自我印象效能与网络依赖负相关。

**H3:** 个体的自我印象效能与网络游戏依赖负相关。

**H4:** 个体的自我印象效能与网络关系依赖负相关。

**H5:** 个体的自我印象效能与网络信息依赖负相关。

蒋小飞(2012)通过实证研究证明大学生人际关系对网络依赖具有良好的预测作用,其中交谈行为、待人接物两个维度对作为结果变量的网络依赖倾向存在高度预测作用。存在人际交往困扰的大学生面对陌生人时会退缩,说话紧张,无法完整表达自己的意思,很少与同学交谈,从而低估自己的沟通能力。而网络提供了一个能安全与外界进行平等的、深层次情感交流的平台和可以避免面对面地、自由地学习社交技能的场所,满足了在人际关系上存在困扰的大学生的需要(刘本荣,2006)。因此,本文提出

假设:

**H6:** 个体的沟通效能与网络依赖负相关。

**H7:** 个体的沟通效能与网络游戏依赖负相关。

**H8:** 个体的沟通效能与网络关系依赖负相关。

**H9:** 个体的沟通效能与网络信息依赖负相关。

## 3 研究方法

本文采用纸质问卷的形式进行问卷调查,共发放问卷 250 份,其中有效问卷 213 份,有效率为 85.2%,达到了预期的回收效果。调查问卷分为 3 个部分:个人信息、大学生网络依赖类型调查表和大学生社交效能感调查表。个人信息包括性别、学校、年级、专业、是否为独生子女、生源地、家庭经济状况、是否为学生干部、是否获得过奖学金共 9 项内容。网络依赖类型调查表采用的是杨文娇(2004)编制的《大学生网瘾类型调查问卷》,经修改后应用。社交效能感调查表采用的是谢晶(2004)编制的《大学生人际交往效能感问卷》。

## 4 数据分析

### 4.1 样本描述

本文以 Young(1997)的诊断标准为参照,在各分维度上,如果网络游戏依赖维度上的得分超过 25 分(均值大于 3.125)即可以判定该被试有网络游戏依赖倾向,在网络关系依赖维度与网络信息依赖维度上的得分超过 19 分(均值大于 3.167)即可以认为该被试有网络关系依赖倾向或网络信息依赖倾向。个体在网络依赖总体水平、网络游戏依赖维度、网络关系依赖维度、网络信息依赖维度水平分布见图 1、图 2、图 3、图 4。

样本的社交效能感的均值和标准差水平见表 3。

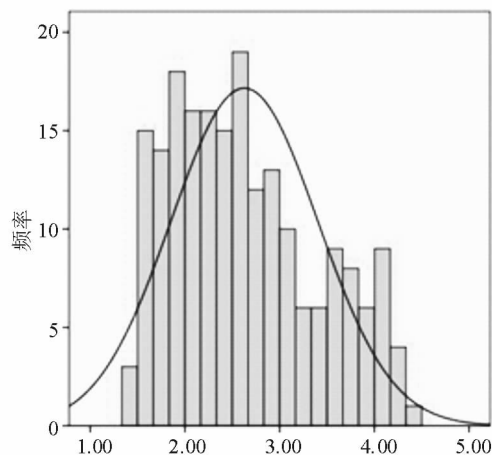


图 1 网络依赖总体水平分布

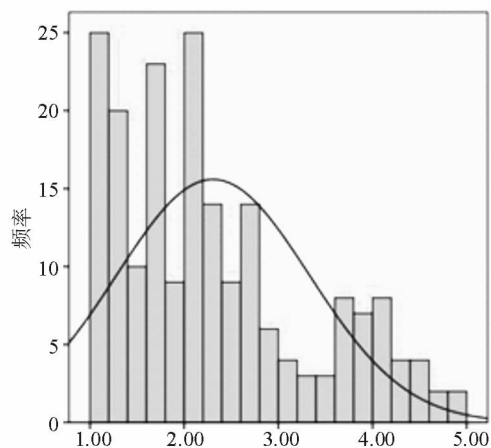


图 2 网络游戏依赖水平分布

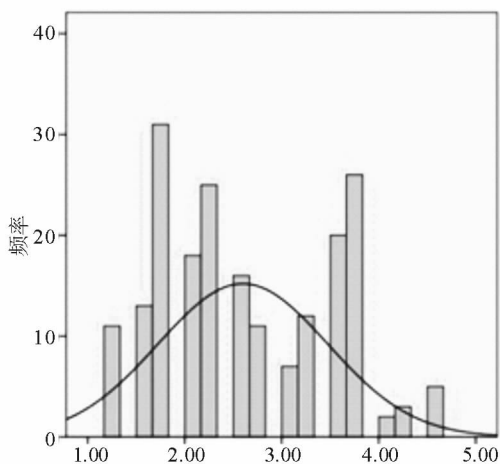


图 3 网络关系依赖水平分布

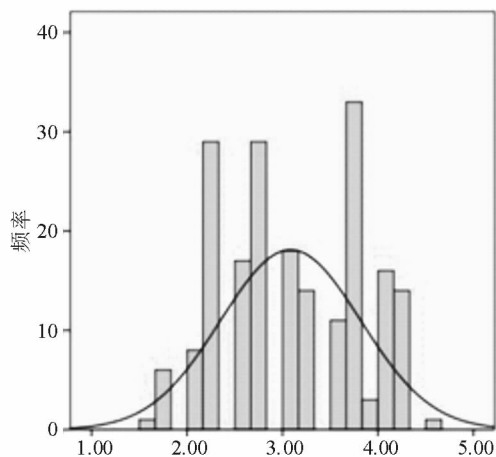


图 4 网络信息依赖水平分布

表 3 变量均值和标准差

变量	均值	标准差
社交效能感	3.37	0.274
亲和效能	3.25	0.662
自我印象效能	3.54	0.494
利他效能	3.44	0.356
沟通效能	3.60	0.482
自我价值效能	3.35	0.427
情绪控制效能	3.07	0.436

根据表 3 可见,样本的社交效能感的均值为 3.37 (大于理论值  $M=3$ ),说明样本的总体社交效能感水平良好。其中,亲和效能维度和情绪控制效能维度均值都大于 3,自我印象效能维度、利他效能维度、沟通效能维度和自我价值效能维度均值都大于 3.3。

根据网络依赖得分标准,将总体样本分为依赖组和非依赖组。依赖组共 102 人,其中男生 57 人,女生 45 人;非依赖组共 111 人,其中男生 53 人,女生 58 人。依赖组网络依赖及其分维度上的得分均值均显著高于非依赖组,依赖组在社交效能感的总体得分显著低于非依赖组。本文以依赖组为研究对象,进一步做方差分析、相关分析和回归分析。

#### 4.2 相关性分析

对依赖组的网络依赖类型和社交效能感及其分维度做相关分析,结果见表 4。

结果显示,依赖组的社交效能感与网络依赖、网络游戏依赖维度和网络信息依赖维度显著负向相关,  $p < 0.01$ 。其中,与网络信息依赖的负相关水平最高。在分维度上,网络依赖和网络游戏依赖维度主要与自我印象效能、利他效能和沟通效能显著负相关,网络信息依赖维度则主要与亲和效能、自我印象效能、沟通效能和情绪控制效能显著负相关,而网络关系依赖维度则不存在显著的相关关系。

#### 4.3 回归分析

对依赖组数据进行线性回归分析,建立四个回归模型,见表 5。

如表 5 所示,网络依赖的回归方程经检验  $F$  为 5.209,在 0.01 水平上显著;网络游戏依赖的回归方程经检验  $F$  为 3.636,在 0.01 水平上显著;网络关系依赖的回归方程经检验  $F$  为 2.539,在 0.05 水平上显著;网络信息依赖的回归方程经检验  $F$  为 4.490,在 0.01 水平上显著。建立回归模型如下:

**模型 1:**网络依赖 =  $5.820 - 0.235 \times$ 自我印象效能  $- 0.449 \times$ 沟通效能

**模型 2:**网络游戏依赖 =  $6.146 - 0.456 \times$ 自我印象效能  $- 0.666 \times$ 沟通效能

**模型 3:**网络关系依赖 =  $5.468 - 0.332 \times$ 亲和效能  $- 0.398 \times$ 沟通效能

**模型 4:**网络信息依赖 =  $5.739 - 0.176 \times$ 自我印象效能  $- 0.212 \times$ 沟通效能

为了更好地研究社交效能感对网络依赖的负向预测作用,对非依赖组也进行回归分析。结果显示,非依赖组的社交效能感对网络依赖、网络游戏依赖维度、网络关系依赖维度和网络信息依赖维度均不存在预测作用。依赖组与非依赖组回归分析结果的对比显示,对自我的认识模糊、沟通能力弱、对人际

表 4 依赖组 pearson 相关性分析

变量及维度		网络依赖	网络游戏依赖	网络关系依赖	网络信息依赖
社交效能感	Pearson 相关性	-0.328**	-0.271**	-0.075	-0.448**
	Sig. (双侧)	0.001	0.008	0.465	0.000
亲和效能	Pearson 相关性	-0.104	-0.130	0.133	-0.259*
	Sig. (双侧)	0.312	0.208	0.195	0.011
自我印象效能	Pearson 相关性	-0.308**	-0.278**	-0.058	-0.361**
	Sig. (双侧)	0.002	0.006	0.576	0.000
利他效能	Pearson 相关性	-0.250*	-0.224*	-0.118	-0.179
	Sig. (双侧)	0.014	0.029	0.252	0.082
沟通效能	Pearson 相关性	-0.407**	-0.331**	-0.199	-0.394**
	Sig. (双侧)	0.000	0.001	0.052	0.000
自我价值效能	Pearson 相关性	-0.122	-0.039	-0.155	-0.164
	Sig. (双侧)	0.238	0.707	0.132	0.111
情绪控制效能	Pearson 相关性	-0.013	0.049	0.012	-0.247*
	Sig. (双侧)	0.902	0.638	0.909	0.015

\*\* 在 0.01 水平(双侧)上显著相关,\* 在 0.05 水平(双侧)上显著相关

表 5 依赖组线性回归分析

模型	因变量	自变量	B	T	Sig.
1 网络依赖	(常量)		5.820	7.860	0.000**
		亲和效能	0.136	1.541	0.127
		自我印象效能	-0.235	-2.231	0.028*
		利他效能	-0.290	-1.770	0.080
		沟通效能	-0.449	-3.568	0.001**
		自我价值效能	-0.058	-0.445	0.657
		情绪控制效能	0.206	1.411	0.162
		2 网络游戏依赖维度	(常量)	6.146	4.250
2 网络游戏依赖维度	亲和效能	0.112	0.648	0.519	
	自我印象效能	-0.456	-2.221	0.029*	
	利他效能	-0.408	-1.275	0.206	
	沟通效能	-0.666	-2.707	0.008**	
	自我价值效能	0.048	0.189	0.850	
	情绪控制效能	0.532	1.864	0.066	
	3 网络关系依赖维度	(常量)	5.468	5.617	0.000**
3 网络关系依赖维度	亲和效能	-0.332	2.864	0.005**	
	自我印象效能	-0.003	0.019	0.985	
	利他效能	-0.393	-1.825	0.071	
	沟通效能	-0.398	-2.403	0.018*	
	自我价值效能	-0.202	-1.174	0.244	
	情绪控制效能	0.066	0.343	0.732	
	4 网络信息依赖维度	(常量)	5.739	10.533	0.000**
4 网络信息依赖维度	亲和效能	-0.028	-0.430	0.668	
	自我印象效能	-0.176	-2.279	0.025*	
	利他效能	-0.030	-0.247	0.806	
	沟通效能	-0.212	-2.290	0.024*	
	自我价值效能	-0.057	-0.590	0.557	
	情绪控制效能	-0.088	-0.817	0.416	

\*\* 在 0.01 水平(双侧)上显著相关,\* 在 0.05 水平(双侧)上显著相关

交往没有信心的个体比自我认识清晰,沟通能力强,人际交往水平高的个体更容易对网络产生依赖,即社交效能感负向预测网络依赖。

## 5 研究结论

本文的研究结论见表 6。

表 6 假设检验结果

假设	内容	结论
H1	个体的社交效能感与网络依赖负相关	成立
H2	个体的自我印象效能与网络依赖负相关	成立
H3	个体的自我印象效能与网络游戏依赖负相关	成立
H4	个体的自我印象效能与网络关系依赖负相关	不成立
H5	个体的自我印象效能与网络信息依赖负相关	成立
H6	个体的沟通效能与网络依赖负相关	成立
H7	个体的沟通效能与网络游戏依赖负相关	成立
H8	个体的沟通效能与网络关系依赖负相关	成立
H9	个体的沟通效能与网络信息依赖负相关	成立

### 5.1 社交效能感负向预测网络依赖

在人际交往中能平等地与人交流,沟通效率较高,在自我评价中,对自我形象认识较为清晰,对自我价值认定较为准确,对自我情绪控制较强的大学生,不容易出现网络依赖,即社交效能感负向预测网络依赖。这可能是因为社交效能感水平越高,尤其是自我价值效能感越高的大学生,对自己在日常生活中的人际交往更有信心,对自己的定位和目标更为清晰,对自己的学习和生活有一定的计划,在生活中能够更好地控制自己的情绪。因此,他们不需要过多依赖网络来维持人际交往或者通过网络游戏来发泄情绪、打发时间,也不需要借助网络来隐藏自己的真实性格。

### 5.2 亲和效能和沟通效能负向预测网络依赖、网络游戏依赖和网络关系依赖

能较好地融入团队,参与团体活动,与他人建立良好的合作关系,能正确表达自己,正确理解对方的大学生不容易出现网络依赖,即亲和效能和沟通效能负向预测网络依赖。可能是因为,积极参加团队活动的大学生比偏爱独自行动的大学生更具有责任感和归属感,在团队中更讲求合作精神和沟通能力。

### 5.3 自我印象效能和沟通效能负向预测网络信息依赖

对自我认知更准确,对自己的交往能力更有信心,沟通和表达能力更强的大学生对网络信息的依

赖程度更低,即自我印象效能和沟通效能负向预测网络信息依赖。这可能是因为对于自我印象效能和沟通效能较低的大学生来说,他们无法通过广阔的人脉获得更完整、更准确的信息,因此他们只能依靠网络上的信息,长此以往,他们的信息获取变得更单一,也更依赖网络信息。

## 参考文献:

- [1] ARMSTRONG L. How to beat addiction to cyber space. [EB/OL]. New addiction, <http://www.netaddiction.com/>.
- [2] DAVIS R A. A cognitive-behavioral model pathological internet use [J]. Computer in Human Behavior, 2001, 17(2):187-195.
- [3] KARIM R, CHAUDHRI P. Behavioral addictions: An overview[J]. Journal of Psychoactive Drugs, 2012(1): 5-6.
- [4] 陈丽,张文娟,田兰. 大学生网络依赖与自尊、成就动机的关系研究[J]. 牡丹江师范学院学报(哲学社会科学版), 2017(6):135-139.
- [5] 公艳艳. 高职学生网络成瘾类型及其影响因素研究[J]. 管理科学, 2014, 16(3):75-79.
- [6] 郝恩河,谷传华,张菲菲,等. 大学生社交退缩、社交效能感对网络关系成瘾的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 2014(3):449-451.
- [7] 姜永志,刘勇,王海霞. 大学生手机依赖、孤独感与网络人际信任的关系[J]. 心理研究, 2017, 10(3): 82-87.
- [8] 蒋小飞. 大学生人际关系对网络成瘾倾向的影响[J]. 大众科技, 2012, 14(155):253-255.
- [9] 李淑媛,翟成蹊,范士青. 大学生社交效能感与网络关系成瘾倾向的关系初探[J]. 中国临床心理学杂志, 2008(1):86-88.
- [10] 李双双. 大学生人际压力与人际交往效能感、应对方式的关系研究[D]. 福州:福建师范大学, 2011.
- [11] 李雪梅. 中学生人际交往效能感及其与人际压力、人际应对策略关系的研究[D]. 重庆:西南大学, 2006.
- [12] 刘磊,李文静. Kimberly S. Young 关于网络成瘾的 15 年研究述评[J]. 理论观察, 2013(7):23-27.
- [13] 刘迅. 青少年人际交往自我效能感及其影响因素研究[D]. 重庆:西南师范大学, 2004.
- [14] 王琪琪,贲立欣,尚鑫欣. 大学生手机依赖现状及其对策研究[J]. 现代商业, 2018(2):223-224.
- [15] 韦耀阳,谢志斌,江建华. 大学生网络依赖与孤独感的关系研究——以湖北理工学院为例[J]. 柳州职业技术学院学报, 2018, 18(3):38-43.