

大学生网络社交行为的特点、问题及心理分析

杨瑞州, 郭亚宁*

空军军医大学军事医学心理学系, 陕西 西安

收稿日期: 2022年2月7日; 录用日期: 2022年3月16日; 发布日期: 2022年3月23日

摘要

本文探讨当前大学生网络社交的使用现状, 总结大学生手机网络社交行为存在碎片化、浅层化、圈层化等特点。针对大学生手机冷落、网络闲逛、网络安全问题突出等问题, 基于“使用与满足”理论, 对大学生网络社交行为进行心理分析。最后, 从高校管理的角度, 在加强手机管理、校园文化建设, 以及教育引导等方面提出预防和干预策略。

关键词

网络社交行为, 手机冷落, 网络闲逛, 大学生

Characteristics, Problems and Psychological Analysis of College Students' Online Social Network Behaviors

Ruizhou Yang, Yaning Guo*

Department of Military Medical Psychology, Air Force Military Medical University, Xi'an Shaanxi

Received: Feb. 7th, 2022; accepted: Mar. 16th, 2022; published: Mar. 23rd, 2022

Abstract

The current study discussed the current situation and the characteristics of college students' online social network behaviors, such as fragmentation, shallow and circle. In viewing of the problems of online social network behaviors such as Phubbing, Cyberloafing behaviors, and prominent network security, based on the theory of "usage and satisfaction", the current study further made a psychological analysis of college students' online social network behaviors. Finally, from the perspective of university management, this paper put forward the prevention and intervention strategies for strengthening mobile phone management, campus culture construction, and educational guidance.

*通讯作者。

Keywords

Online Social Network Behaviors, Phubbing, Cyberloafing Behaviors, College Students

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

从第 48 次《中国互联网络发展状况统计报告》不难看出,我国青少年互联网普及率正不断提高,手机成为青少年最主要的上网媒介,且有逐渐向低龄群体渗透的趋势,而在青少年群体中,大学生是使用网络的主力军。随着各大移动社交 APP 的兴起,大学生群体的社交方式也在发生变化。网络社交因其便捷性,可以打破时间和空间的束缚,已成为大学生日益喜欢和着迷的新型社交方式,并迅速成为其社交的重要方式,也对其生活和学习产生影响。

2. 大学生社交网络使用现状

网络社交已成为大学生日常生活中至关重要的一部分。研究表明,84.96%大学生最频繁使用的手机功能是玩 QQ、微信等社交软件(戴艳, 2019)。新冠疫情以来,断断续续的隔离,线上学习和交流的频率增加,98.62%的大学生倾向于选择通过网络媒体如 QQ、微信等 App 进行社交,而线下或者书信等方式已逐渐被取代(袁野, 钟雨柯, 2021)。随着 Facebook 和微软元宇宙概念的出现,虚拟社交必然会在大学生生活中占据越来越多的地位。关于大学生网络社交使用时间的调查发现,近 40%的大学生每天使用网络社交工具超过两小时,而近 75%使用一小时以上(胡志海, 朱路国, 2016)。

大学生对网络社交活动的依赖度较强。通过线上社交媒体,大学生的网络社交主要集中在线上聊天、刷微博、逛论坛、关注热点新闻、浏览社交网站和购物等社交活动。大学生使用社交网络用途,大部分是联系朋友或同学,其次是关注、了解朋友的最新动态,还有一些是通过社交网络来结识志同道合,志趣相投的朋友,也有很多是为了娱乐和休闲,少数是发布产品或服务信息,关注升学就业,时事政治等方面(胡志海, 朱路国, 2016)。调查表明,大学生使用手机的最主要动机就是人际交往,这个比例占到调查人数的 42.3% (黄俊霞等, 2018)。大学生网络社交最主要的内容是现实的社会关系,联络朋友和同学,并关注其最新动态。

3. 大学生网络社交行为特点

“世界上最遥远的距离莫过于我们坐在一起,而你却在玩手机”。现实生活中,“网上很嗨,当面尬聊”的现象也屡见不鲜。有的大学生在网络上非常健谈,在 QQ、贴吧、知乎、微博等平台一呼百应,现实中却腼腆羞涩、不善言谈,甚至可能回避集体和社交活动。当前大学生手机网络社交行为,呈现出碎片化、浅层化、圈层化的特点。

3.1. 碎片化

为博取眼球,社交媒体往往传播碎片化信息。大量的自媒体、短视频,以及直播平台,让信息传播更快,信息获取更方便,也深刻影响了大学生的阅读习惯和思辨能力。在网络社会中,大学生获取信息更富有自由性与自主性,会更偏向于寻找适合自身观念与兴趣爱好的信息,社交软件则会通过用户搜索、

个性偏好、点赞评论等向大学生推送更多信息,这样就容易形成信息孤岛,进而疏远了与其他思想接触的机会(李杨, 2014)。在网络社交当中,大学生常常采用碎片化交流的方式,如在微信和 QQ 中用表情包、网络流行语、语音等形式,在朋友圈用简短文字加图片、视频等形式来进行表达。碎片化的信息与社交让大学生只关心自己感兴趣的公众号、群消息、网上论坛,只与拥有相同或类似兴趣爱好的人交流互动,信息视野就会越来越局限和变窄,不知不觉间制造出一个闭塞的信息茧房。

3.2. 浅层化

网络浅层性社交会降低社交质量,使大学生的表达意愿、表达能力退化。随着网络社交的兴起,“宅男”“宅女”数量急剧增加,网络社交平台成为大学生不愿走进集体的心理栖息地(刘芳, 2015)。许多调查都表明,大学生过多的手机依赖会催生更多孤独感和疏离感(王相英, 2012)。网络社交削弱了大学生的社会交往能力,浅层化的网络社交则带来了网络疏离感。大学生线下交流的比率越高,距离孤独也就越远;“网上狂欢,现实孤单”,线下交流的比率越低,孤独感也就越强烈。那些通过上网来填补社交空虚的孤独个体,更容易过度依赖网络(Moretta & Buodo, 2020),会经历更高的孤独程度,因为他们用线上的关系和活动取代了线下的关系和活动(Kraut et al., 1998)。网络社交并不能真正拓展自己的社交圈,越频繁地使用网络社交,孤独感反而更强烈,它会降低亲密关系的满意度,减少现实中与他人相处的时间。

3.3. 圈层化

网络“圈层化”是指青少年在网络空间中因为信息获取定制化、个人社交圈子化、交互关系层级化而造成的一种只在自身特定的圈层中完成信息交流的形势(陈志勇, 2016)。大学生网络社交圈包括同学圈、朋友圈、生活圈、兴趣圈等。信息往往会在封闭的圈层内传播扩散,大学生所重视、关注的兴趣和议题往往都局限在有限的圈层内,在自己认同的圈层中获取和传播信息,就会使信息的活动定向化。在社交圈子中,同学圈占比最高,占比 35.1%;然后是爱好圈,占比 30.92%(方楠, 2020),大学生在不同社交群体中的话语表达体系、交流方式、角色扮演都会有较大的不同,这就容易形成思想和价值认同的固化。

4. 大学生网络社交行为问题

雪莉·特克尔在《群体性孤独》中这样写道,“互联网让人交往变得方便,但却加强了真实世界里人与人之间的疏离感”。大学生网络社交行为当中,手机冷落、网络闲逛、网络安全问题突出。

4.1. 手机冷落行为较为突出,影响人际关系质量

如今大学生的手机冷落行为尤其明显,表现为在交际场所里,只知道低头看手机,而无暇顾及身边环境,对别人或事物态度冷漠(Chotpitayasunondh & Douglas, 2016)。手机冷落行为对人际关系质量具有负面影响,神经质与问题性地使用社交媒体和手机冷落行为之间具有显著的正相关关系(Balta et al., 2018),而外向、自卑或不合群的人更偏向于通过手机来保持社会关系,在社交情形下则更有可能出现手机冷落行为(龚艳萍, 陈卓, 谢菊兰, 谢笑春, 2019)。手机的存在会阻碍亲密情感和信任关系的发展,会影响个体的感知能力进而导致个体和交往对象的关系质量下降,弱化大学生的交际能力。大学生使用聊天工具和社交网站后在现实中的互动次数显著减少(胡志海, 朱路国, 2016),这极有可能引起大学生现实中社交技巧使用的退步,引发大学生面对面交往时的各种社交问题(靳琳, 2016)。手机社交媒体依赖还会使大学生幸福感降低。数据显示,98%的学生在手机没带、没电、没网络的情况下会感到不安,烦躁,无聊(柯春亮, 李淑娟, 2019),这在很大程度上会引起大学生的社交焦虑,最终会影响大学生对幸福的感知能力,造成大学生的主观幸福感显著降低。

4.2. 课堂网络闲逛引发关注, 影响大学生自主学习

“网络闲逛”指职工在办公场地自发地利用公司电子设备和互联网资源, 在工作时间进行与工作无关的网络行为, 例如阅览与工作无关的网站、打印私人文件、看娱乐视频和朋友圈互动等(刘林等, 2019)。对大学生而言, 网络闲逛主要表现为大学生学习时间在学习场所(如教室, 图书馆等)自发地从事与学习无关的互联网活动。调查显示, 我国大学生网络闲逛行为居于中等水平, 其中“好友互动”所占的比例最大(刘林等, 2019)。通过 QQ 或微信, 大学生和家人朋友聊天, 或在朋友圈进行互动的网络社交行为已攻陷课堂, 以网络社交为主要表现的网络闲逛严重浪费了宝贵的学习资源, 可能导致厌学、挂科等消极后果。

4.3. 网络意识安全存在风险, 易落入诈骗陷阱

大学生轻信网络信息, 互联网可以满足大学生进行自我表达的需要, 但过多的自我表露就会导致隐私泄露, 造成安全隐患。48.8%的大学生在网络社交过程中, 不经意间透露了自己的真实姓名, 有 43.9%的大大学生表示公布了个人照片, 21.9%和 19.5%的学生公布了自己的通讯方式和学校信息(胡志海, 朱路国, 2016)。大学生电信网络诈骗案件中超过 50%涉及到大学生的私人信息泄露(向欣怡, 2020)。目前大学生价值观普遍受到冲击, 主要体现在注重个人主义却忽略集体利益、看重功利主义轻视理想主义、好高骛远而意志薄弱、厌世心态严重且理想渺茫(李帆, 2018)。社交网络平台上“动动手就能日赚百元”的广告, 以及部分大学生受从众心理, 攀比心理的影响, 看到社交平台上他人的炫耀, 为满足自己的虚荣心, 深深陷入网贷的漩涡。

5. 大学生网络社交行为问题心理分析

网络社交所带来的方便, 会影响个体更多地寻求网络社交所带来的心理满足和情感慰藉。根据“使用与满足”理论(Phua et al., 2017), 使用社交网络满足了大学生的心理需求, 如自尊、情感慰藉和社会支持。而过度沉迷的大学生, 会因网络社交带来益处而将网络作为回避现实问题的避风港, 可能会恶化现实中的社交及心理问题。网络社交满足了大学生的认知需求、自尊需求和情感需求。

5.1. 满足大学生的求知需求

大学生对新事物接受能力较强, 求知欲望盛。在当前“社交泛娱乐化”时期, 恶搞式、炒作式、炫耀式、暴力式、宣泄式与自娱式等社交网络沟通方式层出不穷, APP 娱乐化、社交化、视频化可以满足大学生的新鲜感和好奇心, 满足放松娱乐和探索新事物的需要, 让大学生心甘情愿成为娱乐的附庸(谢雪瑜, 2020)。出于新鲜好奇, 高开放性的大学生可能更容易沉迷于这些不断更新的新功能当中。高开放性人群富有极高的洞察力和想象力, 并且善于突破陈规、挑战新鲜事物和接纳新知识, 高开放性人格特质的个体对网络社交功能使用形成偏好, 更容易陷入网络之中(姜永志, 白晓丽, 2015)。面对浩如烟海, 纷繁复杂的信息, 大学生注意力容易受到干扰, 自控力弱化。社交网络也冲击着大学生的意识形态和价值观念。社交网络门槛低, 开放性强, 而很多大学生的价值观念也并未完全成熟, 对新事物的判断有失偏颇, 对外来思想也很难有客观公正的评价(刘芳, 2015), 这些大学生往往容易被他人的思想和观念所左右, 随波逐流, 更有甚者成为谣言的传播者, 在社会中形成不好的风气(廖中强, 2017)。

5.2. 满足大学生的自尊需求

社交网络影响着大学生的自尊形成。在社交网络平台个人主页获得赞的数量与自尊水平呈正相关(宫淮, 丁晓倩, 2020)。在大学生对社交网络态度的探讨中, 低自尊群体尤其渴望通过社交网络给自身带来

益处(宫准, 丁晓倩, 2020)。相比于高自尊者, 低自尊者在交往中更强调自我保护, 在面对面沟通中担心表露出自己的缺点(宫准, 丁晓倩, 2020)。由于自我保护的倾向, 网络社交平台能够使低自尊者有机会更加安全地获得更多的自我表现, 并且对此有最大限度的掌控权(陈志勇等, 2016)。为了获得更多自尊, 低自尊者往往会选择呈现积极正面的个人信息, 这满足了对成就感和社会支持的需要。然而, 为了消除焦虑而获得的虚幻安全感, 并不能让其真实体验到自我能力、价值、力量, 这是一种假性自尊(唐烈琼, 2006)。通过社交网络获得假性高自尊的人回到现实, 仍会感到空虚、孤独、自卑、抑郁, 进而自我封闭和把希望寄托于社交网络, 对社交网络产生依赖, 又会加重现实生活中低自尊的现状, 形成恶性循环。

5.3. 满足大学生的情感需求

移动社交网络使用偏好在高冲动型人格特质的个体中容易出现, 并且在冲动型人格和手机依赖之间起到中介效应(安容瑾, 姜永志, 2020)。外向性大学生更加坦率、活跃、合群、热情, 可以从社交网络中获得更多交往的益处, 同时也容易产生沉醉感, 导致自我意识减弱, 时间感淡化等问题(姜永志, 白晓丽, 2015)。内向性大学生社交技巧较少, 为了弥补社交能力的不足, 更偏向于使用网络社交。这种强烈的社交补偿动机致使他们越发贪婪地进行网络互动和自我表露(涂小莲等, 2017), 从而获得网络亲密关系的补偿, 获得一定的社会支持。高神经质群体有遇事不冷静, 容易激动, 自控力差, 依赖感强以及不敢面对现实的特性, 在遇到无法解决的现实问题时, 往往选择逃避现实投身网络社交, 表现出强烈的网络依赖, 可能会表现得更加孤僻、焦虑、抑郁, 无法面对现实(靳琳, 2016)。

6. 高校预防与干预对策与建议

人际关系质量不高和遭遇现实问题的大学生, 更容易通过网络建立社交关系, 使用频率较高且时间较长, 产生过度依赖的情况。针对大学生社交网络行为问题, 高校可以从加强手机管理、校园文化建设, 以及教育引导方面进行预防和干预。

6.1. 多形式的手机管理

针对网络闲逛的问题, 从学生角度来看, 可以通过制定管理条例提高学生自律能力, 约束自己的行为。除了单单依靠学生的自律, 学校可以要求学生上课前上交手机, 将课堂表现与学生量化积分挂钩, 督促学生专心听讲, 杜绝网络闲逛行为的发生。从教育管理角度看来, 高校可以鼓励教师丰富课堂形式, 探索多种教学模式。如实践型教学模式, 允许使用手机的“雨课堂”教学等, 不仅增加了课堂的趣味性, 提高了学生的参与度和积极性, 还提高了师生互动和生生互动。从高校角度来看, 高校可以设立“脱机自习室”, 学生进入自习室需自觉上交手机给工作人员保管, 为那些想要约束自己的大学生提供途径。

6.2. 丰富校园社交文化

通过网络交友, 发帖, 分享日常生活和表达个人观点等活动, 促进了对自身的自我表露, 获得自我展示, 赢得他人的喜欢。“宅”居行为逐渐蔓延为一种普遍现象, 影响大学生的思维发展、社交能力发展(谢雪瑜, 2020)。因此, 让大学生走出“宅”门, 学校可以丰富校园生活, 举办各种线上线下相结合的校园活动, 为大学生提供展示自我和自我表达的平台(方楠, 2020)。充分利用网络宣传阵地, 通过微信公众号、抖音等形式, 紧跟时事热点, 及时结合“玩梗”进行宣传教育, 传播正能量。增加线上和线下交流互动, 为害羞、焦虑的大学生提供社交能力培训和社交训练, 并加强引导, 提高大学生现实生活中交际和沟通的能力。结合网络社交圈和现实的同学、朋友圈, 强化良好的社交行为, 让大学生在现实中获得自尊、情感满足和社会支持。

6.3. 加强心理健康教育

网络社交可以满足大学生各种各样的需要。毋庸置疑,这可以使大学生获得更多满足和成就感。然而,存在心理问题如低自尊或人格发展不良的大学生,没有合理使用社交网络,反而会因为是在社交网络中获益而产生依赖,加重已有的心理问题(陈志勇, 2016; 姜永志, 白晓丽, 2015)。高校心理健康服务机构需要及时关注和了解大学生的心理动态和心理需求,开展全员“心”育,及时关注低自尊或人格发展不良的人群,指导他们在现实生活中获得更多社会支持,形成良好的亲密关系,防止他们带着心理问题沉迷于网络社交中。全面开展新形势下的课堂思政,正确引导大学生的意识形态,帮助大学生树立正确合理和积极向上的价值观。

网络社交平台给大学生提供了更加丰富的交往方式,有利于青少年形成更高的自尊,各种人格特质类型的大学生都能在网络社交平台上满足自身不同方面的需要,但随之而来的是手机依赖、网络诈骗、攀比消费等各种各样的问题。作为大学生,应该加强自身管理,养成良好的行为习惯,理性使用网络社交,避免各种心理生理问题的出现。作为高校教育管理人员,应加强管理,解放思想,丰富宣传教育的形式,同时加强心理干预,预防各种问题的发生。

基金项目

陕西省自然科学基金, 2021JQ-335, 2021.1~2022.12。

参考文献

- 安容瑾, 姜永志(2020). 移动社交网络使用偏好在冲动性人格与手机依赖间的中介作用. *中国临床心理学杂志*, (2), 391-394.
- 陈志勇(2016). “圈层化”困境: 高校网络思想政治教育的新挑战. *思想教育研究*, (5), 70-74.
- 陈志勇, 丘文福, 叶一舵(2016). 社交媒体上的自我表现对大学生幸福感的影响: 网络社会支持的中介作用. *玉林师范学院学报*, (3), 132-137.
- 戴艳(2019). 高职院校大学生手机使用现状调查研究. *产业与科技论坛*, (14), 119-120.
- 方楠(2020). 网络社交“圈层化”对大学生的影响及教育对策——基于福建高校大学生的调查研究. *锦州医科大学学报(社会科学版)*, (1), 63-67, 90.
- 宫准, 丁晓倩(2020). 大学生自尊水平与社交网站态度及行为: 基于新浪微博的使用. *人类工效学*, (4), 53-57.
- 龚艳萍, 陈卓, 谢菊兰, 谢笑春(2019). 手机冷落行为的前因、后果与作用机制. *心理科学进展*, 27(7), 1258-1267.
- 胡志海, 朱路国(2016). 大学生网络社交现状调查. *黄山学院学报*, (4), 99-101.
- 黄俊霞, 梁雅丽, 陈佰锋, 陈玉娟, 宋建根(2018). 大学生手机使用及依赖现状研究. *中国卫生事业管理*, 35(7), 534-538.
- 姜永志, 白晓丽(2015). 大学生人格特质对手机移动互联网社交服务使用偏好的影响: 沉醉感的中介作用. *中国药物依赖性杂志*, 24(4), 296-302.
- 靳琳(2016). 大学生手机依赖对其心理健康的影响研究探析. *山西青年*, (13), 129.
- 柯春亮, 李淑娟(2019). 手机社交媒体依赖行为对大学生个体影响调查与分析. *科学大众(科学教育)*, (5), 160-161.
- 李帆(2018). 论当代大学生传统文化价值观的异化及重塑. *陕西教育: 高教版*, (9), 2.
- 李杨(2014). 社交网络对大学生思想道德影响的研究. *西江月(下旬)*, (12), 544.
- 廖中强(2017). 新社交媒体对高校学生行为习惯的影响及引导策略. *经营管理者*, (20), 375.
- 刘芳(2015). 新型社交媒体对大学生社交行为习惯的影响——以微信为例. *科教导刊(上旬刊)*, (11), 165-166.
- 刘林, 梅强, 吴金南(2019). 大学生网络闲逛行为: 本土量表、现状评价及干预对策. *高校教育管理*, 13(3), 107-115.
- 唐烈琼(2006). 大学生自尊的特点及其与心理健康的关系. *湖南科技学院学报*, 27(10), 230-233.
<http://qikan.cqvip.com/Qikan/Article/Detail?id=22981665>

- 涂小莲, 苏玉洁, 张国华, 雷雳, 邹泓(2017). 人格与网络友谊的关系: 社会支持和互联网社交的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 25(3), 375-379.
- 王相英(2012). 大学生手机成瘾与孤独感、人格特质的关系研究. *中国特殊教育*, (12), 5.
- 向欣怡(2020). 基于个人信息安全视角的大学生网络诈骗研究. *哈尔滨职业技术学院学报*, (3), 101-103.
- 谢雪瑜(2020). 大学生“宅”居行为分析与转变对策. *广西青年干部学院学报*, 30(5), 5-9.
- 袁野, 钟雨柯(2021). 新型冠状病毒肺炎疫情期间大学生社交网络的使用与心理健康状况调查. *校园心理*, (3), 209-212.
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2018). Neuroticism, Trait Fear of Missing out, and Phubbing: The Mediating Role of State Fear of Missing Out and Problematic Instagram Use. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18, 628-639. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9959-8>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “Phubbing” Becomes the Norm: The Antecedents and Consequences of Snubbing via Smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., & Scherlis, W. (1998). Internet Paradox. A Social Technology That Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being? *American Psychologist*, 53, 1017-1031. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.53.9.1017>
- Moretta, T., & Buodo, G. (2020). Problematic Internet Use and Loneliness: How Complex Is the Relationship? A Short Literature Review. *Current Addiction Reports*, 7, 125-136. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00305-z>
- Phua, J., Jin, S. V., & Kim, J. (2017). Uses and Gratifications of Social Networking Sites for Bridging and Bonding Social Capital: A Comparison of Facebook, Twitter, Instagram, and Snapchat. *Computers in Human Behavior*, 72, 115-122. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.02.041>