



**网络成瘾对幸福感的影响—
以泰国博仁大学中国留学生为例**

**The Effect of Internet Addiction on Well-being—
A Study of Chinese Students in DPU**

Ms.Dongxian XU (徐冬献)

工商管理硕士独立专题研习

泰国博仁大学中国-东盟国际学院

**An Independent Study Submitted in Partial Fulfillment of the
Requirements for the Degree of Master of Business Administration
Graduate School, China-ASEAN International College
Dhurakij Pundit University**

二零二零

2020



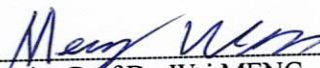
Certificate of Independent Study (IS) Approval to Master's Student

China-ASEAN International College, Dhurakij Pundit University

Master of Business Administration

研究报告题目: 网络成瘾对幸福感的影响—以泰国博仁大学中国留学生为例
Title of IS (English): The Effect of Internet Addiction on Well-being—A Study of Chinese Students in DPU
Researcher|研究者: Ms.Dongxian XU
Program | 课程: Master of Business Administration
Principal Supervisor: Dr. Kelvin C. K. LAM
Co-supervisor:

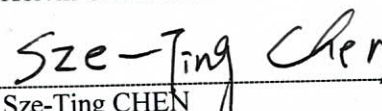
The Committee, the below signed, hereby state our full approval of the independent study submitted by the above student (researcher) in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Business Administration in the China-ASEAN International College.


Assist. Prof.Dr. Wei MENG

Committee President
评审委员会主席


Dr. Kelvin C. K. LAM

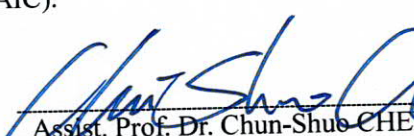
Committee Examiner / Principal Supervisor
委员会考官 / 首席导师


Dr. Sze-Ting CHEN

Committee Examiner
委员会考官

Committee Examiner / Co-supervisor
委员会考官 / 副导师

This is to certify the said Independent Study was approved by the China-ASEAN International College (CAIC).


Assist. Prof. Dr. Chun-Shuo CHEN

Dean of China-ASEAN International College
中国—东盟国际学院院长

Date | 日期: 06 AUG 2020



Form of Declaration of Independent Academic Work

I (Mr. / Ms. / Miss) Dongxian Surname XU
 Student ID no. 619570010029 Program MBA Major --
 undertake that Dissertation/Thesis Term Paper / Thematic Paper / Independent
 this Study

hereby, presented for examination is my own work and has not been written for me, in whole or in part, by any other person(s). I also undertake that any quotation or paraphrase from the published or unpublished work of another person has been duly acknowledged and referenced in this research work.

I undertake to accept punishment in consequence of any breach of this declaration in accordance with the University regulation. Dhurakij Pundit University does not hold any obligation to take legal action on my behalf in the event of a breach of intellectual property rights, or any other right, in the material included in this research work.

Student's signature: Dongxian XU
 Name: Dongxian XU
 Date: 10.04.2020

研究报告题目： 网络成瘾对幸福感的影响—以泰国博仁大学中国留学生为例
作者： 徐冬献
主指导教师： 林正杰博士
副指导教师： ----
学系： 工商管理硕士
学年： 二零一九

摘要

在 Web2.0 掀起的时代下，虚拟社会改变着人们生活的方式。GlobalWebIndex 的数据分析了全球 45 个国家，如果我们将全球 40 亿人全年上网的时间加起来，在 2018 年我们将会再网上总共花费 10 亿年。在中国随着计算机的不断发展，截止 2018 年 12 月，我国网民规模为 8.29 亿，互联网普及率达 59.6%。与此同时，网络成瘾导致的负面影响屡见不鲜。因此本文通过定性研究法对中国留学生进行访谈，探讨泰国博仁大学中国留学生网络使用情况、成瘾因素和网络成瘾对幸福感的影响。本文以目的抽样的方式，共计访问 12 位受访者，用定性研究的方法进行深入探讨，得出这 12 位受访者的网络成瘾与沉迷性体验相互间并没有存在消极、负面的影响，并从不同不同方面体现了幸福感的来源。

关键词：网络成瘾；沉迷性体验；幸福感

Independent Study Title: The Effect of Internet Addiction on Well-being—A Study of Chinese Students in DPU
Author: Dongxian XU
Principal Advisor: Dr. Kelvin C.K. LAM
Co-advisor:
Department: Master of Business Administration
Academic Year: 2562

Abstract

In the era of Web 2.0, virtual society is changing the way people live. Global WebIndex's data analyzes 45 countries around the world. If we add up the total time spent by 4 billion people worldwide on the Internet all year round, we will spend a total of 1 billion years online in 2018. With the continuous development of computers in China, as of December 2018, the number of Internet users in China was 829 million, and the Internet penetration rate reached 59.6%. At the same time, the negative effects of Internet addiction are common. Therefore, this article interviews Chinese students through qualitative research methods, and explores the impact of Internet use, addiction factors, and Internet addiction on happiness in Chinese students at DPU in Thailand. This article interviewed 12 interviewees in the form of purpose sampling and conducted in-depth discussions using qualitative research methods. It was concluded that there was no negative or negative impact between the 12 respondents' internet addiction and addictive experience , and reflects the source of happiness from different aspects.

Keywords: Addictive Experience; Happiness; Internet Addiction

致谢

两年研究生生涯准备结束，只是人生一个阶段的结束，是另一个人生新的阶段的开始。两年来，在同学和老师的陪伴与支持下，顺利完成学业，一路走来，特别感谢任课老师和论文指导老师的淳淳教诲，不管是学术上或者做人做事的态度上，本人都受益良多。感谢小组成员的相互帮助，让研究生的路上更为丰富，相信两年来的友情不会随着毕业而淡去。感谢参与这次论文采访的同学，你们的无私奉献的精神也会永远伴随着我。

仅将本文献给所有在我人生路上鼓励过、支持过的所有人，因为有你们，这本论文才能顺利完成。最后祝所有相识的老师 and 同学身体健康、阖家安康。

徐冬献
CAIC
Dhurakij Pundit University
2020年3月6日

目录

Certificate of Independent Study (IS) Approval to Master's Student.....	I
Form of Declaration of Independent Academic Work.....	II
致谢.....	III
摘要.....	IV
Abstract.....	V
目录.....	VI
表目录.....	VIII
图目录.....	IX
第1章 绪论.....	1
1.1 研究背景与动机.....	1
1.2 研究目的.....	2
1.3 研究问题.....	2
1.4 研究创新点.....	2
1.5 研究意义.....	3
1.5.1 理论意义.....	3
1.5.2 实务意义.....	3
1.6 研究流程图.....	4
第2章 文献综述.....	5
2.1 网络成瘾.....	5
2.1.1 网络成瘾的内涵.....	5
2.1.2 网络成瘾的原因.....	6
2.1.3 网络成瘾的特点.....	7
2.1.4 网络成瘾的衡量.....	8
2.2 投入感.....	9
2.3 沉迷性体验.....	11
2.4 幸福感.....	13
2.4.1 幸福感的概念.....	13
2.4.2 网络成瘾与幸福感.....	15
2.5 虚拟社群意识.....	16
第3章 研究方法与设计.....	18
3.1 研究模型.....	18
3.2 研究方法.....	19
3.3 资料收集方法.....	19
3.3.1 访谈法的步骤.....	20
3.3.2 访谈的类型.....	21
3.3.3 内容分析法.....	22
3.4 数据整理与分析.....	22
3.5 研究对象.....	23

3.6 实施程序.....	24
第4章 研究结果分析.....	25
4.1 样本人口统计特征.....	25
4.2 研究问题结果描述与分析.....	26
4.2.1 RQ1 研究问题一：网络成瘾对沉迷性体验是否有影响？.....	26
4.2.2 RQ2 研究问题二：沉迷性体验是否影响网络成瘾？.....	28
4.2.3 RQ3 研究问题三：网络成瘾和沉迷性体验是否影响幸福感？.....	29
第5章 结论与讨论.....	32
5.1 结论.....	32
5.1.1 RQ1 研究问题一：网络成瘾对沉迷性体验是否有影响？.....	32
5.1.2 RQ2 研究问题二：沉迷性体验是否影响网络成瘾？.....	33
5.1.3 RQ3 研究问题三：网络成瘾和沉迷性体验是否影响幸福感？.....	34
5.2 研究不足和展望.....	34
参考文献.....	36
附录一：参与者基本信息.....	39
附录二：网络自评.....	40
附录三：访谈问题 1.....	41
附录四：访谈问题 2.....	42
附录五：同意书概述.....	43
附录六：参与者信息表.....	44

表目录

表 2.1 国内外网络成瘾定义总结.....	5
表 2.2 网络成瘾的主要原因分析.....	7
表 2.3 “卷入度”的定义.....	9
表 2.4 虚拟社群意识构面.....	17
表 3.1 定性研究资料的收集方法.....	20
表 3.2 深度访谈的步骤.....	21
表 3.3 访谈的类型.....	22
表 4.1 受访者基本资料.....	26

图目录

图 1.1 研究技术路线图.....	4
图 2.1 沉浸体验、沉迷性体验、成瘾体验三者关系.....	12
图 3.1 研究模型.....	18

第一章 绪论

1.1 研究背景与动机

在2018年,互联网数据咨询中心 Global WebIndex 剖析了全球45个国家,发现用户每天花费在网络的时间平均为6个小时。中国现阶段为计算机不断发展、移动通信不断进步,并逐渐成为世界第一大网,用户平均每天上网时间约为6.5个小时,在世界排名第22位。在2018年12月的数据统计中,中国上网人数高达8.29亿人,全年新增上网人数为5653万人,互联网普及率达59.6%,与2017年底比较提升了3.8%。

许多青少年除了将网络当作浏览资讯的工具外,也在其中找到了人际互动的管道,如: Wechat, Facebook, LINE, Instagram, 手游和电脑游戏等。年轻人的社交方式除了面对面的交往外,在虚拟空间上也产生了许多社交经验和情绪发展。相继而来的会带来一些隐患,过度沉迷会迫使使用者难以自控,导致功能性的影响。根据美国哈佛大学的助理教授 Ashley Williams 的研究表明,在社交媒体上使用过长的时间会导致快乐程度严重下降,过度的上网会带来抑郁、现实事故等严重事件发生,极端情况下甚至造成死亡。

在最近几年的时间里,我国的高等教育事业得到了质的提升,但大学生的数量并没有呈现大数据化,他们依旧是被没有上过大学所羡慕的年轻人。在大部分的人看来,他们是时代骄子,过着不用为前途担忧的生活。然而,每当研究者们对大学生的生活进行深入探究后,就会发现部分大学生的生活状况跟想象中完全不一样,有时候甚至出人意料。一些消极的话语成了常挂在大学生嘴边的口头禅,一些大学生因为过度沉迷互联网世界,导致学习成绩大幅下降、行为变异、心理错位等。

通过观察,不难发现在泰国博仁大学中许多学生对虚拟空间存在着依附作用,如对社交媒体的时刻关注、对电子游戏的热爱等。同时,泰国博仁大学生活区内会有一些网吧,大部分都是中国学生在里面打游戏、甚至通宵,少数人在看电影、查阅资料。因此,本文想借此深入了解在泰国博仁大学中国学生网络使用的情况,网络让他们对家庭、学业、人际、生活层面产生了什么影响?对他们而

言,是否有其他活动可以取代网络?通过定性研究方法深入解析泰国博仁大学中国留学生网络成瘾对其幸福感有何影响?最终为泰国博仁大学、海外留学社工服务掌握并提供更多关于中国留学生更多信息,为博仁大学营造更好的学习氛围。

1.2 研究目的

网络成瘾从出现以来就收到全球学者的关注,有的研究者对不同群体进行分析,还有的研究者从不同的影响方面如个体人口学特征、人格特征、生活事件、教养方式等等进行论证。由于多种因素的影响,使得出的结论也大不相同。因此网络成瘾的成因分析仍存在很大研究空间。本文想了解泰国博仁大学中国留学生网络使用情况,并对其网络使用行为与网络沉迷现象的关系做初步探讨,且提供学校相关部门参考,以设计最适合学生的辅导计划。

因此,本文的研究目的可归纳为以下两项:

- (一) 了解泰国博仁大学中国留学生网络使用的习惯。
- (二) 探讨网络成瘾与沉迷性体验的相互吸引和对幸福感的影响。

1.3 研究问题

本研究以泰国博仁大学中国留学生作为研究对象,延续学者对于网络成瘾因素的研究,探究泰国博仁大学中国留学生的网络使用情况如何导致网络成瘾现象从而影响幸福感。

因此,本研究的研究问题有三个:

- (一) 泰国博仁大学中国留学生网络使用的现状如何?
- (二) 泰国博仁大学中国留学生网络成瘾的行为发生在个人还是集体中?
- (三) 泰国博仁大学中国留生成瘾的因素以及如何影响幸福感?

1.4 研究创新点

由于美国的电脑普及率较高,从1994年至今十几年都在研究网络成瘾的问题,而台湾是在内陆地区里最先开始对这方面的研究展开研究,然后大陆学者积极开展相关研究。以往的学者做了大量关于网络成瘾影响因素的研究,但关于网络成瘾影响因素的研究大多缺乏系统性、综合性和作用机制研究。因此本文的研究创新点主要表现在以下两个方面:

(一) 拓展泰国的中国留学生群体网络成瘾的因素研究；

(二) 通过定性研究法，对泰国博仁大学中国留学生这一群体的网络成瘾现象进行深入探讨。

1.5 研究意义

1.5.1 理论意义

本研究尝试着以泰国博仁大学中国留学生为研究对象，考察其网络成瘾的状况和网络成瘾与沉迷对幸福感的影响是有意义的。而对虚拟社群意识、投入感、网络成瘾、沉迷性体验、幸福感五者之间关系探讨的定性深入分析能丰富网络成瘾的学术研究。

1.5.2 实务意义

研究可以了解被测者的问题和需要，发现其原因的机制，把握可控原因。通过对以往学者的研究成果进行综述发现，网络游戏成瘾是由于在现实生活中需求不得以满足，迫切渴望在虚拟的网络世界中获得。然而，这种通过沉迷于网络中获得满足的行为对被测者的学业成绩、情绪、身体、人际关系等方面都产生了很大影响。这群沉迷于网络而无法自拔已经成为学校和社会都特别关心的一个问题。因此，探求年轻人内心的真正需求，帮助他们满足对缓解焦虑、自由、存在感、成就感、幸福感等的寻求，获得身心的健康发展，在实践中也是非常必要的。

1.6 研究流程图

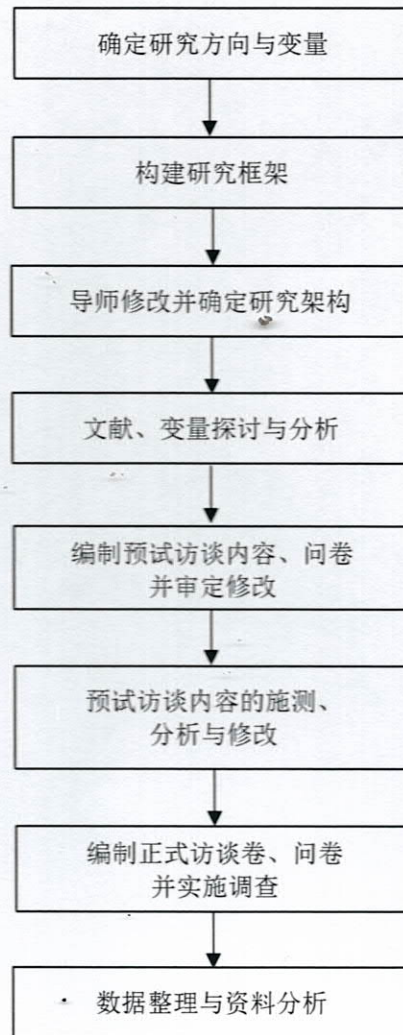


图 1.1 研究技术流程图

第二章 文献综述

2.1 网络成瘾

2.1.1 网络成瘾的内涵

美国心理学家在全球中是第一个国家涉足互联网心理学领域, Goldberg 借用美国精神疾病分类与诊断手册 (DSM—IV, Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)中关于药物依赖的判断标准, 于 1994 年首先提出了“互联网成瘾症”(Internet Addiction Disorder, IAD)的概念。国内外学者们对网络沉迷的概念界定, 根据每一位学者的领域、差异有了如下国内外学者观点汇总如下:

表 2.1 国内外网络成瘾定义总结

学者 (年份)	网络成瘾的定义和内涵
Young (1996)	将成瘾于网络的现象定义为有问题的网络使用 (Problem Internet Use, 简称 PIU), 并与 DSM—IV 中所定义的病态性赌博症状最为接近。并认为网络互动特质的活动, 如聊天室、网络连接游戏, 似乎最具有成瘾性。在 1998 年间, 正式提出病态性的使用网络 (PIU) 来代表成瘾的网络使用行为。
Goldberg (1996)	定义为“网络成瘾失序症”, 是由于长时间大量使用网络, 使得自己在现实生活的调适上发生问题。
Shaffer (1996)	网络沉迷的衍生历程, 与强迫性购物行为和强迫性运动类似, 随着上网时间的增加而无法自拔。
周荣、周倩 (1997)	反复使用网络所导致的一种慢性、周期性的沉迷状态, 并引发难以抗拒再度使用的强烈欲望。同时会产生想要增加使用时间的张力与忍耐、克制、退缩等现象, 对于上网所到来的快感会一直有心理与生理上的依赖。
Jennifer (1997)	认为网络成瘾是一种伴随着耐受性、戒断性症状并造成一些社会性活动的偏差行为, 这种现象日益增加的趋势。
萧铭钧 (1998)	根据使用满足理论, 将周荣与周倩对网络成瘾中的快感稍作修改为满足感, 重新定义网络成瘾为: 因为无法克制再度使用网络欲望, 借由重复地使用网络所导致的一种慢性或周期性的着迷状态, 同时会产生想要增加使用时间的张力与耐受、克制、戒断等现象, 因而对于上网所带来的满足感由心理与生理上的依赖。

表 2.1 国内外网络成瘾定义总结 (续)

学者 (年份)	网络成瘾的定义和内涵
陈淑惠 (1999)	单独的个体对于过度使用网络, 造成身心上的影响, 不仅影响人际关系、自身的健康, 也造成时间规划上的问题。
Griffths (1999)	认为网络成瘾是一种科技成瘾, 但不包含物质涉入的行为性成瘾, 此定义与 DSM—IV 中所定义的病态性赌博最为接近。
Morahan-Martin & Schumacher (2000)	以病态的网络使用 (PIU)来描述网络使用现象, 并将病态的网络使用定义为: 使用网络导致一些症状和心里的改变, 且忽略来对角色义务的实践, 以及产生不当的行为与渴望。
Beard & Wolf (2001)	网络沉迷是无法控制、有害的网络使用行为。
游森期 (2001)	因为过度使用网络, 而对网络产生一种心理上的依赖, 并且持续增加上网时间, 无法克制使用网络的冲动, 并且伴随着耐受性、克制、戒断等现象, 而产生类似酒瘾、药瘾、毒瘾、病态性赌博等上瘾行为。

资料来源: 文献分析与整理

虽然所用定义不尽相同, 但它们都反映了个体明显的社会、心理损害这一行为是由过度上网导致的, 总体内涵基本相同。社会对于网络成瘾的概念、认知以及对网瘾的干预和处理方面依旧存在很多疑虑, 且理论概念不统一, 所以“网瘾”的医学定义至今没有被公认, 大部分学者认为应该把网瘾称之为网络的过度使用, 或者网络的滥用, 也有人把它称为网络的病理性使用或过度的使用。

因此基于以往的研究, 本文认为网络成瘾是指由于上网者花费大量时间并习惯性地沉浸在网络世界当中, 对互联网产生高度的依赖性, 导致达到了迷恋的程度。

2.1.2 网络成瘾的原因

Young(1996)认为网络导致长期使用互联网者成瘾的 3 个特点是:不记名性、便利性和躲避现实性; John Suler (2015) 认为人类在网络世界中的独特心理体验概括为以下 9 种: 有限的感知体验;灵活而匿名的个人身份; 平等的地位; 超越空间界限; 时间延伸和浓缩; 永久的记录; 易于建立大量的人际关系; 变化的梦幻般体验; 黑洞体验。Armstrong (2000) 等人的研究发现, 低自尊的人通常会有较高的网络成瘾倾向。大量的研究发现上网成瘾的用户大部分具有一些与

会有较高的网络成瘾倾向。大量的研究发现上网成瘾的用户大部分具有一些与抑郁有关的性格特点，通常情况下喜欢独处、敏感、警觉、易怒和社交焦虑，在现实生活中会存在焦躁不安、易受环境的支配等表现。家庭环境、社会的支持和社会生活事件等都会网络成瘾的影响造成不可逆的影响。过分严厉、过度宠溺、不给予应有的尊重等消极的教养方式使降低了孩子自信心、自控力，容易沉迷互联网世界。在 Kraut (2008; 引述自姚斌) 等的后续研究中，测量了两年间大学生对社会支持的感知情况，得到了在网络使用与感知社会支持之间存在负相关的结果。

根据 2.1.2 网络成瘾的原因，本论文总结归纳从 5 个主要方面探讨网络成瘾：

表 2.2 网络成瘾的主要原因分析

五个主要方面	解释
个人因素	现实世界人际关系受到挫折 追求自我概念与自我统一 在网络世界可以获得更高的成就感 对于性的好奇与满足
家庭因素	父母缺乏时间管教 父母没有给予充分的关爱 父母的管教方式导致青少年网络错误使用的恶性循环
学校因素	未培养发展个人的休闲兴趣或第二专长 学校课业压力
社会因素	网络普及 休闲时间安排 大众媒体对网络游戏等的大力推广
网络特性因素	网络的操作简易性与便利性 网络的匿名性与互动性

资料来源：文献分析与整理

2.1.3 网络成瘾的特点

网络成瘾作为一种行为成瘾，与其他成瘾性疾病最大的区别在于，它缺乏干预性的清晰生理机制，但它与传统的药物成瘾具有类相似的组成、性能和特点：

(一) 突显性：网络成瘾者的思维、情感和行为都被上网这一活动所控制，上网成为其主要活动，在无法上网时会体验到强烈的渴望；

(二) 情绪的变化: 如果停止使用可能会引起焦躁不安、紧张等情绪体验;

(三) 耐受性: 网络成瘾者必须慢慢增加上网时常和投入程度, 才能获得更深的满足感;

(四) 戒断反应: 在不能上网的情况下, 会产生烦躁不安等情绪表现;

(五) 冲突: 网络成瘾行为可能迫使成瘾者自身与现实生活环境的冲突, 如与家庭、朋友关系变得不熟悉, 工作和学习成绩下降等, 与成瘾者的社会活动或其他爱好产生冲突, 成瘾者心理上对成瘾行为产生了矛盾的心态: 意识到过度上网的伤害, 但又不愿放弃网络世界中带来多方面的精神满足;

(六) 反复: 经过一段时间的控制和戒断后, 成瘾行为会复发, 表现出较强的上网倾向。

2.1.4 网络成瘾的衡量

Young (1996) 编制的问卷成为了网络成瘾的大量研究所采用的测量量表, 他作为最早研究网络成瘾的心理学专家, 认为在美国精神疾病分类与诊断手册上列出的所有诊断标准中, 对病理性赌博的诊断标准与网络成瘾的病理特征最为相近。因此, Young (1996) 对病理性赌博的诊断标准加以修正, 形成了衡量网络成瘾的工具。问卷中有八个题项, 如果被这五个问题被被测者给予了肯定回答, 则可诊断为网络成瘾。台湾学者 Chou (2002) 翻译了 Brenner (1996) 编制的“互联网相关成瘾行为量表”, 此量表共有 32 个项目, 具有较好内部一致性系数。在国内崔丽娟等对自制量表的信度和效度进行了评定, 该研究中在网络成瘾界定的 12 个项目中把界定分数定在 7 项(含 7)以上。然而, 其测量最关键的部分是围绕“行为成瘾”进行, 量表中项目主要来源于 DSM—IV 中的强迫性成瘾标准, 项目不具有预测性, 许多量表的信效度都具有疑问, 因为他们没有按照严格的心理测量程度进行汇编。

针对以上问题, Daxis (2001) 编制出了《戴维斯在线认知量表》。该量表由五个因素组成: 安全感、社会化、冲动性、压力应对、孤独成为现实, 共 36 个问题项目, 是一种七级自陈量表。如果被测者的分数总分超过 100, 或者任一维度得分大于等于 24, 则符合网络成瘾。初步研究表明, 这一量表具有良好的效度, 但仍然尚待更加严格的信效度测定。陈淑惠把大学生作为样本, 编制出了《中文网络成瘾量表》。该量表包含了五个因素: 强迫性上网行为、戒断行为与

退瘾反应、网络成瘾耐受性、时间管理问题、人际及健康问题，共 26 项，为四级自评量表。代表个人网络成瘾的程度为总分，网络成瘾倾向越高表现在分数越高表，初步研究表明该量表具有良好的信度和效度。

2.2 投入感

投入感，英文为 Involvement 或 Engagement，是由“卷入度”发展而来。“卷入度”又称“参与度”、“涉入度”、“关涉度”等，是一个对传播效果进行研究的指标性概念。很多学者开始在不同的领域对卷入度进行研究，包括商品卷入、广告卷入、消费者行为卷入等。相关学者的定义如下：

表 2.3 “卷入度”的定义

学者（年代）	卷入度定义
Hupher & Gardner (1971)	在不论及特定立场的情况下，个人对于事情的感兴趣程度或关心程度。
Harold H-Kassarjia (1979)	对于卷入度极低的商品、杂志等，性格和行动对消费者行为的相关度极低（提出了个人性格特征与消费者行动关联性问题的新看法）。
Michell (1981)	被一个特殊刺激所引起的或大或小的兴趣，包含强度（意愿）与方向（处理策略）两个层面。
Schiffma & Kuwk (1983)	消费者关心特定采购决策，并认为其重要的程度。
Zaichowsky (1985)	个人基于内在的需求、价值观和兴趣所形成的对目的的认知关系。
Swinyud (1993)	与个人切身相关的程度，会直接地影响消费者接受与处理信息。

资料来源：文献整理

电讯传媒集团编辑 Rothenbuhler, Mullen, De Laurell & Ryu (1996) 关注投入感所引起的行动。Roussel (2008) 解释说，“报纸要有鼓励读者分享看到的突发新闻、评估餐饮和酒店的服务并进行讨论与辩论的功能”这一说法得到很多人的认同，将它称之为“参与社交体验”。

更注重行为层面新闻投入感的学者经常将投入感与公民政治参与相联系。如：Eveland & Scheufele (2000) 表明，受众平时阅读报纸的频率与参与政治的

积极性呈正相关关系；Quintelier & Vissers (2008) 发现网络新闻消费与青少年的政治参与呈正相关关系。

Ha, Xu, Yang and Wang (2018) 等人对“投入感”的定义将体验与行动相结合，指出：新闻投入也就是说受众对新闻的投入感，涵盖受众对新闻媒体和新闻内容的投入感。新闻媒体投入感是指受众对报纸等媒体的依附程度和忠诚度，新闻内容投入感是指受众对具体新闻主题的兴趣和参与程度，主要影响因素是，受众对媒体平台的认知以及信任度 (Ha, Xu, Yang & Wang, 2018)。

由于社群网络兴起，消费者的网络投入程度已经吸引众多学者的注意 (Greve, 2014)。Maslach, Schaufeli and Leiter (2001) 认为投入感是一种持续性、积极性与情感动机状态的实现。Van Doorn *et al.* (2010) 定义投入感是聚焦一个品牌或者一个企业，一个来自动机驱动且超越购买的消费者行为表现。Heinonen (2011) 利用消费者的投入与消费者的动机来分类消费者在社群媒体上的行为，前者包含消耗、参与以及生产；后者则包含资讯性、社会连结性与娱乐性。Jahn & Kunz (2012) 将投入感视为消费者在粉丝专页社群的互动性与整合性的参与。其他学者则认为投入可视为消费者之于服务研究社群的投入 (Brodie *et al.*, 2011; Libai, Bolton, Bugel, de Ruyter, Gotz, Risselada & Stephen, 2010; Van Doorn *et al.*, 2010; Verhoef *et al.*, 2010)。Pienaar and Willemse (2008) 则研究了旅馆业员工倦怠与投入感之间的关系。

投入感是描述各种使用者关注和媒体参与的广泛现象 (Napoli, 2011)。大多数的投入感是由心理和行为经验构成的 (Brodie *et al.*, 2011; Calder, Malthouse & Schaedel, 2009; Malthouse & Calder, 2011; Napoli, 2011; Oh, Bellur & Sundar, 2010)，它可以是使用者或媒体的财产 (O'Brien & Toms, 2008)。投入感相关研究的共同点是使用者在生产、消费或传播资讯方面的参与、实际或感知 (Deuze, 2003; Hargittai & Walejko, 2008; Jenkins, 2006; Napoli, 2011; Oh *et al.*, 2010)。这种参与往往表现为互动，这被认为是更广泛的投入感现象的基本组成部分 (Ksiazek, Peer & Lessard, 2016)。Brodie *et al.* (2011) 认为投入感是透过互动性而产生，是一种动态互动的关系与过程。

基于上述特质，本研究在解释上同样强调心理状态与互动，因而采用投入感 (Engagement) 的中文说法。Calder & Malthouse (2008) 即曾强调，投入感不同于

一般对于参与字义上的描述与解释，投入感有大量使用的意思，而且非常注重投入之后产生的结果。

2.3 沉迷性体验

2.3.1 沉迷理论相关研究

“沉迷”一词在现代汉语词典解释：（对某种事物）深深地迷恋，后更改为：深深的迷惑；在辞海中解释为：①专心致志②迷惑；深深地陷入。传统意义上的沉迷等同于成瘾，指的是对物质的依赖行为，也就是所谓的物质成瘾，后来学者们由物质成瘾应用于行为层面，根据世界卫生组织将成瘾的定义为是一种具有慢性、周期性的沉迷状态，受欲望的控制的导致无法抗拒再度使用，进而重复地使用天然或人工合成药物，随着剂量有不断增加的倾向，且出现耐受、克制、戒断、退缩等现象，因而产生心理及生理上的依赖。开始是用于赌博等现象中，近年来，由于网络呈现出迅猛的发展态势，电子产品成为人们生活必要的组成部分，因此也就出现了网络成瘾以及电子游戏成瘾的概念。沉迷与成瘾最明显的区别就是，沉迷是一种平衡，一种更为深度的沉浸体验，是将精神融入其中。魏华、周宗奎等人通过量化研究证实在网络游戏中，沉浸体验与成瘾呈现正相关关系，挑战是沉浸体验中重要因素对网络游戏成瘾起到间接影响，控制不仅对网络游戏用户沉浸体验产生影响，而且对网络游戏成瘾有直接的效应。

Kandell（1998）将网络沉迷定义为：对网络的心理依赖。传统上将依赖分为身体依赖和心理依赖，手机游戏沉迷属于心理依赖，强烈的特有嗜好和习性，以达到愉悦、宁静、甚至是巅峰状态的欲望。魏华、周宗奎（2012）等人通过量化研究证实在网络游戏中，沉浸体验与成瘾呈现正相关关系，挑战是沉浸体验中重要因素对网络游戏成瘾起到间接影响，控制不仅对网络游戏用户沉浸体验产生影响，而且对网络游戏成瘾有直接的效应。

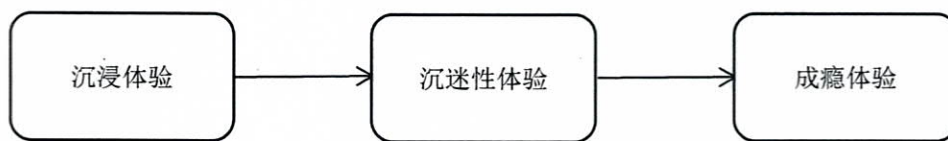
莫梅锋、王旖旎、王浩（2014）认为，沉迷是一种带有仪式感的、无意识的、具有惯性的生理以及心理状态，手机用户沉迷行为是一种病态的过渡性使用行为。他们认为手机沉迷包含正面的沉浸状态和负面狂迷状态两个阶段。手机游戏的生产者，让用户感受到这种具有召唤力的文本，从而产生“媒体沉浸”，但是当用户使用程度加深，时间概念被扭曲时，就成为媒介的“粉丝”进入第二个阶段，

成为“媒体狂迷”。他们认为，第一个阶段是能够有助于用户学习生活，第二个阶段只会带来负面影响。

2.3.2“沉迷性体验”概念

沉浸性体验研究来自于对用户使用手机游戏动机的需求，而成瘾性体验多是站在批判立场看待游戏体验行为，主要分析游戏对个体、群体以及社会的负面影响，而沉迷性体验属于中性体验，既不是积极的沉浸体验，也不是消极的成瘾性体验。故而，本文采取沉迷性体验研究既包括带有用户动机、肯定的、积极的沉浸体验，又包含网络成瘾性批判立场的分析，着力于分析从沉浸状态到成瘾状态中间的过渡阶段，也就是沉迷性体验，在肯定用户需求的基础上，同时对成瘾行为加以防范。

互联网作为一种新的媒介传播形式，虽然容易使部分用户产生成瘾性体验，但是仍然是以沉浸式体验为主导，但是又不完全等同于沉浸式体验。沉迷性体验处于沉浸体验发展到成瘾体验的中间过渡阶段，见下图 2.4:



资料来源：文献整理

图 2.1 沉浸体验、沉迷性体验、成瘾体验三者关系

“沉迷性体验”是指处于沉浸体验和成瘾倾向之间的一种体验行为（刘琬璐，2018）。沉迷性体验包含两个方面内容：

- 一、积极性的沉浸体验部分；
- 二、消极性的成瘾倾向部分，伴随着过度沉迷性体验行为。

用户长时间且有惯性依赖，并且出现心理以及生理上偶有不舒适的状况，但是又没有达到成瘾标准的使用行为，即为沉迷性体验中的消极性成瘾倾向部分。网络内容的开发者为了增强用户黏度，必须设计出具有强大召唤性的文本或者具有吸引力的结构的产品，使用户在使用的过程中，为了解读这个文本，就像玩游戏一样，文本必须经得起受众的挑战，全情投入才能使“沉浸体验”油然而生。此时，受众的时空观念被扭曲了，从而慢慢陷入成瘾漩涡。

2.4 幸福感

2.4.1 幸福感的概念

幸福一词是自古以来，人人所追求与嚮往的，然而它所代表的意义，也许对每个人来说并不相同。古希腊哲学家曾有一番争论，Epicurus（引述自刘翊婕，2019）认为，人生追根究底不过就是为了享受快乐，所指的是没有痛苦，也没有强烈匮乏的状态，源自于Aristippus（引述自刘翊婕，2019）的享乐主义。Hedonism（引述自刘翊婕，2019），认为生命的目标在于经验最大程度的愉悦，此派别的观点从较狭义的身体愉悦，到较广义的食欲、自身利益都含括在内(Ryan & Deci, 2001)；而Socrates（引述自刘翊婕，2019）则认为，幸福的秘密不在于寻求更多资源，而是在进步中享受快乐，此基础后来发展成了Aristotle（引用自刘翊婕，2019）的完善论，其认为享乐快乐过于庸俗，使人成为欲望的奴隶，幸福应为美德的展现 (Ryan & Deci, 2001)。简而言之，前者认为幸福是满足当下需求以达愉悦之主观感受，而后者则认为幸福应朝向个人成长的实现 (Fromm, 1981)。在心理学当中，前者演变为了主观幸福感，后者演变为了心理幸福感。

根据邢占军（2005）所整理，幸福感的发展就意义上分为三个部分，分别是生活质量意义、心理健康意义、心理发展意义，前二者可对应到源自享乐主义的主观幸福感之概念，后者则可对应到源自完善论的心理幸福感。生活质量意义所重视是精神生活水平对人的生存与发展的意义，即个人对自身生活满意程度的认知评价 (Diener *et al.*, 1999)；心理健康意义指的是个人精神上的健康状态，主要反映在个人的情感方面，若个人体验到较多的正向情感、较少的负向情感，则被认为是幸福的，两者合起来则可分别对应到主观幸福感的两个组成：认知与情意，认知为对生活整体的评价，即生活满意度；情意则分为正向情感与负向情感 (Andrew & Withey, 1976; Diener, Suh & Oishi, 1997)，主观幸福感主要关心的是人们为何、如何以正向的方式经历他们的生活 (Diener, 1984)，展现了生活质量与心理健康的意义。

心理发展意义则源自于正向心理学，幸福的意义超越了快乐，还包括发挥潜

能以达完美的体验 (Ryff, 1995), 对应到的是心理幸福感, 强调的是正向心理功能发展及潜能发挥, 认为全心全意的投入与实现自我是个人幸福的途径, 为一种更深层的满足感受 (Ryff, 1989, 1995; Ryff & Keyes, 1995), 同样强调正向运作的还有社会幸福感, 将幸福扩及至个人与社会的关系, 包含社会整合、社会接纳、社会贡献、社会实现以及社会一致性, 认为个人需从与他人、群体、社会的互动中整合自我并取得平衡, 才能够获得幸福感 (Keyes, 1998, 2002, 2005)。综合上述, 心理发展意义重视的是功能的运作与发挥, 将幸福的概念由正向感受提升至健康向上的生活。

最初的幸福研究较多著重于描述与之相关的人口统计特征, Wilson(1967)指出, 一个快乐的人是年轻的、健康的、受过良好教育、收入丰厚、外向的、乐观的、无忧的、有宗教信仰、拥有高自尊的已婚人士、具工作士气、拥有谦虚的抱负, 无论其性别与智力皆然。而后来的学者则较注重对幸福背后过程的理解, Diener (1999) 认为幸福的人拥有正向气质、倾向于看待事物的光明面、不过分反刍负向事件、生活在经济发达的社会、拥有亲密好友、拥有充足的资源以追求目标。

享乐主义派的学者认为幸福是身体与心灵追求到最大值的愉悦, 强调趋乐避苦 (Kubovy, 1999), 演变为后来的主观幸福感, Diener (1984) 提出此一术语, 即个人对生活中愉快、美好感受的自身主观评价, 其内涵分为情意与认知, 情意是指正负向情感达到平衡的状态 (Bradburn, 1969), 而认知则是个人对总体生活的满意度评价 (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985)。然而, 完善论的学者并不强调逃避痛苦, 反而认为受苦可能是个人通往完善的必经之路, Ryff (1989) 继承并沿袭此一观点, 认为先前的研究忽略了正向心理功能的面向, 而提出心理幸福感一词, 从另一个角度观看幸福感, 强调生命中要面对的各种挑战 (Ryff, 1989), 认为快乐并非等同于幸福, 个人需超越困境、追寻意义并充分发挥自身潜能, 若个人成长与发展的完整程度愈高, 则心理幸福感愈高 (Ryan & Deci, 2001)。

主观幸福感 (SWB)和心理幸福感 (PWB)之间有高度的正相关, 且具有跨时间高稳定性, 但在哲学分析上各种变量的关联强度及实际意义上有所不同 (Joshanloo, 2018; Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002; Waterman, 1993)。

Waterman(1993) 指出, SWB 与感到放松、兴奋、满足、快乐、失去时间感及忘却烦恼, 有高度相关; PWB 与感受挑战、有能力、投入努力、集中注意力、感到自信、有明确的目标、知道自己的表现如何, 有高度相关。Telfer (1980) 表示, Eudaimonia 对于享乐幸福是一个充分但非必要的条件, 意即达到享乐幸福并不一定需要追求完善, 但追求完善并发挥潜能, 会达到更充分的享乐幸福。一项新的研究证实了这个观点, Joshanloo (2018) 发现, PWB 可以预测随后几年 SWB 水平的增加, 反过来则否。综合上述, 若按照 Maslow (1943) 的需求层次来看, SWB 源自于较低的基本驱动力之满足, 而 PWB 则是较高层次的满足, 也就是朝向自我实现。

因此, 本文对幸福感定义为生活质量、心理健康、心理发展上的主观与心理幸福感的总和。而反应幸福感的体现是正向情感、较少的负面情绪。

2.4.2 网络成瘾与幸福感

幸福感可以定义为人们对自己生活质量的评价。我国互联网的普及程度越来越高, 同时, 网络成瘾者的人数也在大幅增加, 学者们对网瘾者的幸福感也逐渐提升关注度, 在全球中都大量发表了这方面的研究成果。学者张海涛等以高职生为被试, 发现网络成瘾与主观幸福感呈负相关关系, 叶剑辉以福建几所高校学生为被试, 得出了一致的研究结果幸福感是指人们对自己设定的准则与生活质量之间作出的总体评价; 另外, Chiungjung (引述自周为坚, 2013) 用元分析的方法探究了网络使用与主观幸福感的影响; Stepanikova (引述自周为坚, 2013) 等人也发表了上网时常与孤独感呈正相关、与生活满意度呈负相关的研究成果。Emre Senol-Durak & Mithat Durak (引述自周为坚, 2013) 研究了积极和消极情感、生活满意度、自尊、主观幸福感与病理性使用互联网之间的关系, 结果表明, 自尊和生活满意度都与病理性使用网络呈负相关。一般认为, 网瘾者的幸福感偏低, 有部分原因是网络成瘾者在现实生活中的人际交往容易产生困扰, 从而影响到他们的幸福感。例如, 在梁宁建、张海涛 (引用自周为坚, 2013) 等研究里认为, 网络成瘾者在现实生活中遇到消极的生活事件时, 因为缺乏社会支持, 而消极面对, 导致反复体验消极情感, 使得成幸福感下降。对于过度使用互联网, 令网络成瘾者严重缺乏现实生活中与人面对面交流, 他们往往有着较差的人际关系。

因此, 本研究将采用预测幸福感的最有力因素是人际关系, 这也是网络瘾者

有着更低幸福感最重要的因素这一观点。

2.5 虚拟社群意识

近年来，随著网际网路日益盛行，虚拟社群随之成为主流，引起学者们的兴趣。在近期学者的研究中，张喻荃（2015）认为虚拟社群意识为虚拟社群成员透过发表文章等方式与他人藉此建立彼此的关系，而在虚拟的共同空间下，拥有共同愿景与思想的关系。此外，社群成员必须经由与其他成员相互支持，在创建身分后，建立其认同，进而产生信任，最终才会产生虚拟社群意识 (Blanchard & Markus, 2004)。

同时，许多学者对于虚拟社群意识提出看法，如 Blanchard and Markus (2004) 于研究虚拟社群意识中发现，社群意识与虚拟社群意识之间的差异性，研究发现和 McMillian and Chavis (1986) 所提出的实体社群最大差异在于，成员相互影响的力量已经不复存在，这意味著成员彼此认为能从对方身上学习或获取一些自身认为有益的东西，彼此才具有相互影响力。但在虚拟的网路世界中所认识的虚拟社群成员，由于无法从中详细了解对方的个资或资讯。因此不易形成相互影响的情形。此外，Blanchard and Markus (2004) 于 2004 年研究 MSN 虚拟社群之研究中证实，虚拟社群的成员在讯息交换的过程中，彼此产生认同感，进而产生虚拟社群意识。故将虚拟社群意识分为六大构面，分别为认知、认同、关系、支援、责任义务，以及情感的依附。认知为成员能够认出及认识其他成员，使成员感受到与其他成员间的情感连结。认同为成员透过在社群中之自我陈述，产生自我认同，并在社群中与其他成员透过情感上之交流，使得成员间彼此产生认同感。关系为成员之间彼此发展友谊，这些关系的发展往往透过私底下的线上沟通方式。支援为成员间彼此透过资讯上之交流，借此建立了成员彼此情感上的支持。责任义务为社群领导者，同时，也是该社群中的核心，拥有比其他社群参与者与潜水者更大的责任义务。情感的依附为成员之间的透过互相交流产生情感，使成员对社群的依附渐渐增加。

Blanchard (2007) 将 Blanchard and Markus (2004) 的研究结果，进一步研究，从中证实社群意识与虚拟社群意识之间的差异，发现形成虚拟社群意识的过程，必须经由交换支持到产生认同与信任，最后才形成虚拟社群意识。因此 Blanchard (2007) 将其过程简化为交换支持与认同，并以 Perkins, Florin, Rich,

Wandersman & Chavis (1990) 所发展的 SCI 量表为基础, 发展出新的虚拟社群意识量表。

然而, 也有国外学者对虚拟社群意识有不同看法, 如 Koh, Kim & Kim (2003) 对 McMillan & Chavis (1986) 提出异议, 认为社群意识中并不包含需求整合与满足、情感的连结与分享等构面, 并提出三个构面来衡量虚拟社群意识。首先, 沿用 McMillan & Chavis (1986) 于社群意识所提出的两个构面 (会员关系、影响力), 再加入新的构面: 沉浸。沉浸起源于 1975 年由 Csikszentmihály (1975) 学者所提出, 指的是虚拟社群拥有匿名性与容易上瘾的行为、自愿的行为。在此之后 Abfalter, Zaglia and Mueller (2012) 于自己的量表中, 以 Chavis, Lee and Acosta (2008) 所提出的量表为基础, 发展新的虚拟社群意识量表。其构面和 Blanchard & Markus (2004) 相符。

表 2.4 虚拟社群意识构面

学者	构面
Koh <i>et al.</i> (2003)	会员关系、影响力与沉浸
Blanchard & Markus (2004)	认知、认同、支援、关系、情感的依附与责任义务
Blanchard (2007)	交换支持、认同
陈颖仲 (2014)	会员关系、影响力、沉浸、情感互动与需求满足

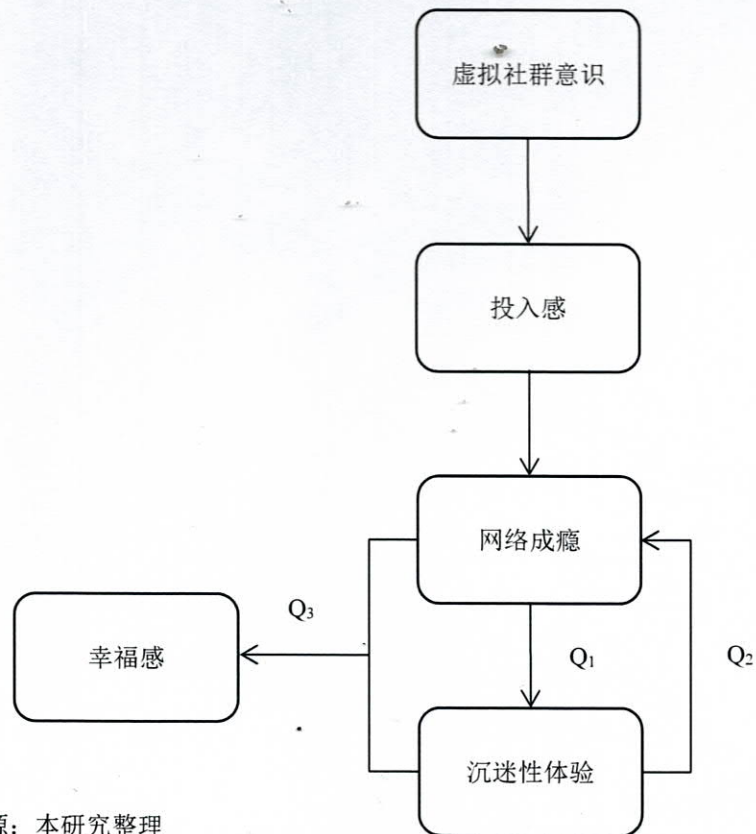
资料来源: 本文整理

在近十年来国内学者分别对于虚拟社群意识进行研究, 如杨伟文与刘新 (2010) 研究结果指出虚拟社群所提供的功能、社会、心理和享乐等价值, 会正向影响虚拟社群意识; 陈筱华与李佩贞 (2011) 及张原诚 (2012) 研究结果指出, 虚拟社群意识是影响社群忠诚度的重要前置因素。

因此本文认为虚拟社群若能提供社群成员较高的价值, 藉此满足成员个人需求, 相对地, 成员对虚拟社群之认同度与归属感也将随之提升, 同时也会愿意继续留在该虚拟社群, 也会进一步影响忠诚度。

第三章 研究方法与设计

3.1 研究模型



资料来源：本研究整理

图 3.1 研究模型

3.2 研究方法

定性研究法,指的是根据社会现象或事物所具有的属性和在运动中的矛盾变化,从事物的内在规定性来研究事物的一种方法或角度。定性研究是对单位事件、现象或社会单位所进行的密集的、整体性的描述和分析。尽管定性研究也能够被量化或进行实验,但更多的还是用定性的方式来进行,因为定性研究的目的在于深入探讨特定问题,藉以诠释现象,且描述出研究的核心问题。在某些情形下,使用定性研究法可以得到更加充分的结论。例如,假设目前广告仍然处于图书写板发展阶段,那么调研人员若想知道顾客面对不同广告会有哪些反应,则使用定性研究法会非常有效。

有一些问题更适合采用定性调研法进行研究,例如消费者行为的研究、网络、网络游戏、社交媒体、虚拟社群的沉迷、沉浸、依附、依赖等相关研究都很难用定量研究法进行深入研究。

网瘾群体作为一个具有特殊性、相对隐秘性的群体,不易判定、发掘和分析。因此本文选取定性研究法来探究网络成瘾对幸福感的影响。因此本文选择定性研究的方法基于以下两点:

第一:对独特性的诉求,研究关注的是特定情境、事件、现象及其背后的意义。

第二:对过程性的诉求。过程的一个意义是追踪,对所研究的背景和人群进行丰富、深度的描述。

3.3 资料收集方法

定性研究资料有很多种收集方法。近年来,对观察法、投射法、人种学方法以及类似的其他方法的应用也越来越多,详细见表 3.1:

表 3.1 定性研究资料的收集方法

主要的定性研究法 (不包括观察法)	2006 年	数据来源
传统的焦点小组访谈法	51.8%	Research Industry Trends—2006 Report, Pioneer, Pioneer Marketing Research, GreenBook, Rockhopper Research & Dialtech.
深入访谈法	7.8%	
互联网访谈法	4.2%	
人种学	2.0%	
在线焦点小组聊天室	1.2%	
在线焦点小组视频	1.0%	
其他方法	5.0%	
混合法	14.3%	
不使用	12.7%	

资料来源: Hair, Wolfinbarger, Ortinau, Bush, Robert (2010)

由于多方面的外界因素考量, 本文决定使用访谈法作为主要资料收集方法, 并结合内容分析法分析总结报告。

3.3.1 访谈法的步骤

深度访谈法也称深入访谈或一对一访谈, 通常使用与面对面访谈, 是由一个受过良好训练的调研人员就某个题目提出一系列半结构化的、刺探性的问题并对其展开访谈的过程。这种访谈对环境的要求比较高, 一般是在受访者家中、办公室或者可以让受访者感觉舒适的访谈中心进行。

表 3.2 深度访谈的步骤

步骤	描述和解释
第一步	理解最初的问题 ·定义要处理的问题和所处的情景 ·参与同决策者的谈话，明确研究问题并深入理解
第二步	设计一套研究问题 ·设计一套面访者提纲，重点集中在研究问题的主要元素上 ·使用从一般到特殊的逻辑流程来安排调研问题
第三步	确定开展访谈最好的环境 ·依据受访者的特征确定最适合的访谈地点，并选择轻松舒适的访谈环境 ·访谈环境必须适合私人谈话并且没有外界干扰
第四步	选择和审查受访者 ·根据研究背景使用特定的标准选择受访者 ·审查受访者，确保他们符合特定的标准
第五步	问候受访者，介绍访谈的注意事项，使受访者感到放松 ·面访者与参与者见面，对访谈过程做一个适度的介绍 ·得到受访者的允许，对访谈过程进行录音或录像 ·在开始的最初的几分钟使用热身性问题，给受访者创造一个“舒适带” ·通过提问第一个问题开始访谈
第六步	进行深入访谈 ·在转向下一个问题之前，使用试探性问题得到受访者对这个题目尽可能多的信息 ·访谈结束的时候，感谢受访者的参与，如果必要的话对访谈保密，并给予激励
第七步	分析受访者叙述性的回答 ·总结每次访谈的内容，尤其要写下题目和观点，以用于以后的编码记录 ·继续探究于一次访谈中有意义的回答，并将问题用于将来的访谈 ·所有数据被收集完成之后，为每个受访者的记录编码并对回答分类
第八步	撰写访谈结果的总结报告 ·准备好总结报告 ·分析和报告访谈结果可运用事后报告、内容分析法

资料来源：Hair, Wolfinbarger, Ortinau, Bush, Robert (2010)

在本研究中实施的准备期、实施期、总结期三个阶段内依照表 3.3 深入访谈法的步骤，并结合实际情况进行适当的调整与整合。

3.3.2 访谈的类型

根据不同的分类标准，深入访谈法可以划分出多种类型，分别适用于不同的研究目的和访谈对象。访谈的分类依据主要有三个：访谈内容的标准化程度、访谈员接触受访者的方式和受访人数。本文将采用半结构型访谈、间接访谈和单独

访谈的方法进行深入探讨。详细见表 3.3:

表 3.3 访谈的类型

分类	介绍
访谈内容的标准化程度	<p>结构型访谈</p> <ul style="list-style-type: none"> ·按照预先设计的测量工具、谈话程序和谈话方法所进行的访谈。访谈员将会使用统一设计、结构化的访谈提纲或问卷,遵循一定的访谈程序,按照预先设计的谈话方式逐项向受访者提问,并将受访者的问答填入调查表或问卷中。 <p>半结构型访谈</p> <ul style="list-style-type: none"> ·访谈员对访谈程序、访谈方法和测量工具具有控制权,但同时也为受访者提供许多表达自己观点和意见的空间。 <p>非结构型访谈</p> <ul style="list-style-type: none"> ·对固定的访谈问题和访谈程序没有强制性要求,访谈员只是给出较为宽泛的主题,与被测者自由交谈,且被测者可以无限制地提出自己的看法,访谈员不提出反驳意见。
访谈员接触受访者的方式	<p>直接访谈</p> <ul style="list-style-type: none"> ·访谈员与被测者进行面谈。访谈员可以通过提问,直接获得受访者的答案,还可以观察被测者的表情、动作、情绪波动、精神状况等,特别是被测者的言语行为与非语言行为。 <p>间接访谈</p> <ul style="list-style-type: none"> ·访谈员通过即时性谈话,如电话、微信等通信工具对受访者进行访谈。
受访者人数	<p>单独访谈</p> <ul style="list-style-type: none"> ·一般情况下只有有一名访谈员和一名被测者者就某些问题进行交谈,不会受到其他任何人影响。 <p>群体访谈</p> <ul style="list-style-type: none"> ·多个被测者同时参与访谈,相当于开座谈会。通常情况下由 1-3 名访谈员和 6-10 名被测者组成。访谈员主要任务是控制大局的方向和节奏,较少发表意见或反驳被测者的意见,而主要由被测者针对总议题展开讨论。

资料来源: Hair, Wolfinbarger, Ortinau, Bush, Robert (2010)

3.3.3 内容分析法

内容分析法 (Content analysis)要求调研人员系统地回顾对受访者回答所做的文字记录,并将回答结果分门别类。虽然进行事后报告分析能够得到“重要的信息”,但更多的规范分析将揭示其他重要细节,并识别出在事后报告分析中被遗忘和已讨论的内容及其相互之间的关系。所以,本研究会把在每一次的访谈结束,使用内容分析法,并在报告中呈现最重要的信息。

3.4 数据整理与分析

对资料的整理和分析是与资料的收集过程相一致的,在前期的研究过程中会以资料收集为主,随着资料的丰富和完整,分析的比重越来越大。在资料分析阶段,采取了以下三个步骤:

第一步:阅读材料,寻找初级概念。在反复阅读访谈记录和观察记录的基础上,对感兴趣的、触动我的、直觉与本研究有潜在联系的内容进行标注、记录和评论。寻找重要的词语、概念和句子,与研究问题有关的行为和意义模式等。

第二步:类属分析和情境分析。首先,在类属分析的指导原则下,将寻找到的重要词语进行不断比较,将其所暗示的概念相同的词语归入同一类别中。有的类别的命名基于我对资料的理解而提出一些术语和概念,有的则是从被访谈对象的语言系统中提取的本土概念。

第三步:寻找理论支撑。在完整呈现故事全貌之后,寻找解释力强的理论,试图对所研究的问题提出推论、发展模式。

当数据收集好以后,将按三个步骤进行分析:资料整理、数据显示、结论的提出和验证。

因此本研究在分析定性资料时,都要在描述的基础上进行内容分析,先按研究目的对资料进行编码、分类,然后对经过编码、分类的资料作出相应的解释。因此本文对访谈资料的分析过程大致可分为以下几个步骤:

第一步,对访谈录音进行了完整转录;

第二步,将访谈对象按照 F1, F2, M1, M2, ...进行编号;

第三步,进行编码并分类;

第四步,根据研究目的进行归纳性总结。

3.5 研究对象

本文的研究对象全部来自于泰国博仁大学中国留学生,初步预计共深度访谈 10 人次。在研究对象的选取方面,采取的是“目的性抽样”,目的性抽样是指根据研究目的抽取能够为研究问题提供最大信息量的研究对象 (Pttano, 1990)。目的性抽样不以样本的多少为标准,更主要在于“样本的限定是否合适” (Mead, 1953), 以及这些样本“是否可以比较完整地、相对准确的回答研究者的研究问题”(陈向明, 2002)。根据研究目的,通过与泰国博仁大学的老师进行沟通,在有限的时间内,共同选出在虚拟空或网络游戏上具有经验的学生作为研究对象。

因此本研究所选取的研究对象符合以下条件：对手机、电脑的基本操作熟悉；平均一周使用网络超过 40 小时；对手游、网游有一定体验或了解。

3.6 实施程序

根据“表 3.3 深入访谈法的步骤”进行并落实。事先会先向学校申请批准文件，做好访谈大纲、录制工具的准备。在对每一位面谈者正式访问之前进行询问工作，如个人喜好、喜欢在哪里进行访谈等相关内容。

在数据收集的过程中采用的是半结构访谈法，即事先列出一个简单的访谈提纲，根据较为经典的网络成瘾量表、沉迷量表、幸福感量表分别做出访谈提纲，之后根据访谈提纲展开访谈。

由于被测群体的思维比较活跃，所以在此之前要询问的问题只有一个粗略的基本要求，如问题遍历、回答真实等。而且访谈问题都是开放式的，因此在实际访谈过程中，会根据实际情况作出相应的调整。至于提问方式和顺序、回答方式则没有具体要求。

访谈地点位于泰国博仁大学校园内，访谈时间一般为 40 分钟到 60 分钟，访谈集中在 2020 年 2 月份。在初次接触访谈对象时，首先进行简单的自我介绍，并向访谈对象简单地介绍了访谈的目的、内容和意义，强调访谈资料的保密性，准备好学校证明和保密协议书，在征得访谈对象同意后对访谈过程进行录音、录像，并再次强调对资料进行保密，以消除访谈对象的顾虑，使被访者能够袒露自己的真实想法。在进行观察时，要适时地做记录。最后合并访谈中的观察信息，做出针对性的总结描述。

第四章 研究结果分析

为了更深入了解新时代下对网络成瘾对幸福感的影响，本研究采取定性研究方法，透过深度访谈以及目的抽样，由受访者说明他们本身的相关经验和历程。本研究共计访问 12 人次，并在取得受访者同意之下进行录音，在访谈完毕之后誊写访谈逐字稿。

本研究采用访谈法，访谈架构主要可以分成四个方面：第一，受访者基本信息在校状况；第二，受访者接触网络和大量使用网络的动机；第三，长期使用网络对受访者沉浸感体验的影响；第四，受访者对网络游戏喜爱的程度、网络游戏对受访者的影响。具体访谈提纲参见附录三、附录四。

本研究在对象选取上有一定要求：对手机、电脑基本操作熟悉；平均一周使用网络时常超过 40 小时；对手游、网游有一定的体验或了解。因此在样本的选择上，本研究主要采取目的抽样的方式，从研究者所在的泰国博仁大学中国留学生群体中寻找符合研究设计的对象进行访谈。在访谈前，研究者会先通过大约十分钟的简单文字和口头咨询与受访者进行初步接触，了解其是否符合本研究的条件。

每次访谈时间约为 50 分钟，并在每次访谈前将访谈提纲让受访者翻阅并了解。在访谈过程中，为了避免人为记录有所缺失，会辅以录音设备进行记录，访谈结束后也会将录音档案打成逐字稿，方便进行之后的资料归纳与分析。由于这次情况特殊，只能进行线上语音访谈，受访者也同意接受再受访。

4.1 样本人口统计特征

本研究共计访问十二受访者，其中 4 位女性，8 位男性，全为泰国博仁大学在校研究生，有教育、工商管理和金融专业，年龄主要集中在 23-29 岁。受访者基本资料整理如表 4.1 所示：

表 4.1 受访者基本资料

编号	性别	年龄 (岁)	网龄 (年)	专业 (硕士)	网络自评 (分数)	网络成瘾量表符合题项	每周上网时常 (小时)
F1	女	24	11	教育	13	2 项	大于 40
F2	女	24	14	教育	13	4 项	大于 40
F3	女	23	17	工商管理	17	7 项	大于 40
F4	女	26	15	工商管理	15	7 项	大于 40
M1	男	24	9	工商管理	12	3 项	大于 40
M2	男	24	11	工商管理	17	8 项	大于 40
M3	男	23	20	工商管理	19	3 项	大于 40
M4	男	29	13	工商管理	13	4 项	大于 40
M5	男	23	16	金融	14	4 项	大于 40
M6	男	25	17	工商管理	15	1 项	大于 40
M7	男	25	16	工商管理	12	5 项	大于 40
M8	男	24	12	工商管理	20	0 项	大于 40

资料来源：本研究整理

4.1.1 访谈成果

经过近 2 个月的时间完成了对 12 位受访者的访谈与转录工作。因研究初期受到新冠病毒的影响，本次访谈的预备方案为线上访谈，与受访名进行视频通话，访谈时间平均每人 50 分钟左右，确认受访者身份，在保护受访者隐私的前提下，征求受访者允许，保存视频或音频为研究所用。

4.2 研究问题结果描述与分析

4.2.1 RQ1 研究问题一：网络成瘾对沉迷性体验是否有影响？

4.2.1.1 结果与分析

通过 Young (1996) 网络成瘾量表，符合网络成瘾量表题项大于等于 5 项则具有网络成瘾倾向，若加上上网时常一周平均时间大于 40 小时则符合网络成瘾。

在这 12 位受访者中，所有人每周上网时长都大于 40 小时，没有一位有消极性的成瘾体现。其中有 5 位受访者的网络成瘾量表符合题项较少，6 位受访者的网络成瘾量表符合题项较多，一位受访者超过 8 项。在低程度下，5 名受访者更多的是利用网络辅助学习与生活；在中程度下，6 名受访者以游戏为例，表达出上网的情绪都可以控制；在高程度下，仅有 1 名受访者是非常喜欢在网上与现实朋友聊天。

以下均呈现采访原文：

1. 我在校园内的生活状况良好，并朝着我想要的方向发展，也能给予同学真正的关心。上网最经常进行的活动是看影片和网购，遇到喜欢的小视频影视会因为这样开心一段时间，游戏赢得多那天心情也特别好；每天基本都在上网，电脑用来网上学习、手机用来通讯和娱乐。（F1，02/20/2020）

2. 在校园里的生活状况良好，也正朝着我想要的方向发展，能给予别人真正的关心。在网络中可以找到说心里话的朋友，也会感觉到比现实更加自信。平均每天上网 6 小时，最经常的就是打游戏、交友（聊天）、听歌、看电影。并没有觉得上网会很开心，也不会不开心，没有什么特殊情绪，情绪可以控制。（F2，02/20/2020）

3. 我在学校里的生活状况良好，生活也正朝着我想要的方向发展，也能给到身边的人真正的关心，在网络中也能找到说心里话的朋友。平常使用网络最多的是用来打游戏（单机，严格来说不算上网）、看视频、听歌。我觉得上网开心的时候的情绪不需要控制，但不开心的时候可以控制。（F3，02/20/2020）

4. 我在校园内的生活状况良好，也正朝着我想要的方向发展，能给予别人真正的关心。在网上最经常进行的第一多活动是浏览网页（公众号、微博、小红书、淘宝），其次是聊天、搜寻资料、打游戏、听歌。上网的时候比较平静，情绪是能控制的，但是打游戏的时候也有负面情绪；一般情况下情绪稳定，属于理智的。（F4，02/20/2020）

5. 我在校园内的生活状况良好，能给予别人真正的关心，但并没有正朝着我想要的方向发展。没有事情做的话，一天内上网时常会有 12 个小时，有事情做的话一天内会有 6-8 个小时。上网第一最经常做的是打游戏，第二是听歌。看到不喜欢的东西不会讨厌，看到喜欢或有趣的甚至会开怀大笑。我不喜欢在网络

上骂人或当键盘侠。(M1, 02/20/2020)

6. 在校园我的生活状况两孩, 但没有朝着我想要的方向发展, 我对以后的生活感到担心甚至恐惧, 上网可以麻痹自己, 使我忘记生活中的不愉快; 在网络中我能体会到比现实更加自信的感觉, 在网络游戏中我能体会到比现实生活更大的成就感; 在网上最经常进行的活动是聊天(最主要)、游戏、音乐、电影; 在上网的时候情绪稳定为主。(M2, 02/20/2020)

7. 上网可以麻痹自己, 使我忘记现实生活中的不愉快, 只有上网才不会感到孤独, 在网络中能找到说心里话的朋友也能体会到比现实更加自信的感觉; 上网最经常的活动是游戏、交友、训练; 上网的时候大部分比较开心, 坏情绪可以控制。(M6, 02/20/2020)

8. 在网上最经常进行的活动大部分时间是打游戏, 然后是电影、音乐、偶尔查阅资料, 没交过友; 在上网的时候情绪可以控制, 但主要看做什么, 打游戏输了会失落、看剧和电影会兴奋、听音乐会平静。(M7, 02/20/2020)

根据本研究中的 12 名受访者自述, 可以得知尽管他们每周平均上网时常大于等于 40 小时, 但并没有呈现出病理性、消极性、负面性的网络成瘾, 而是对于网络的使用已经演变为习惯性使用, 互联网对于他们来说是生活中必不可少的工具。与此同时, 在受访者自述中可以发现, 互联网的特质能让他们可以在虚拟世界中找到自信感、满足感和愉悦感, 这些因素都是会影响沉迷性体验。因此, 网络成瘾对沉迷性体验会产生一定的影响。

4.2.2 RQ2 研究问题二: 沉迷性体验是否影响网络成瘾?

4.2.2.1 结果与分析

在第二章文献综述, 对于沉迷性体验的研究多数来自手机、游戏、网络等方面。因此在对于 RQ2 的研究问题中, 所采用的访谈题目都是关于游戏, 详细见附录四。在 12 位受访者中, 所有人在打游戏的时候投入程度较高, 但不至于废寝忘食。其中有 2 位喜欢玩单机游戏, 不需要和朋友一起玩, 沉迷游戏本身; 有 2 位为了打发时间; 有 2 位认为游戏是生活娱乐的一部分; 有 6 位玩游戏的主要目的是为了和现实朋友或伴侣维系感情。

以下均呈现采访原文:

1. 玩游戏是为了和异地的男友维持感情，和男友、朋友打游戏可以聊天，感到很开心，也享受游戏上分的乐趣和过程。每天都会玩，玩的时候很投入，但如果到了饭点或睡觉的时候就会结束游戏后不再继续。（F1, 02/21/2020）

2. 从小喜欢玩剧情丰富的单机游戏，喜欢他们背后的创意和设定，所传达的价值观和整个游戏的主题、利益，对写文有帮助。玩的时候电话和信息都不回复，但没有废寝忘食的情况，也不会通宵打游戏。（F3, 02/21/2020）

3. 玩游戏对于我来说是和朋友维系感情的一种方式，如果游戏没有语音系统的话，我是不会去玩的。初中的时候试过半夜偷偷去玩电脑游戏，但是长大后对玩游戏的感受不一样了，所以也会很节制。（M2, 02/21/2020）

4. 玩游戏对于我来说是一种爱好，不单单只是打发时间。游戏像一本书或一种文化，喜欢亲身去体验，了解里面的内容。投入的时候女朋友叫我干什么都反应不过来。（M3, 02/21/2020）

5. 很喜欢玩游戏，不单单是打发时间，作为正常爱好吧，和看剧看小说类似。觉得游戏里的剧情、玩法或者开黑的人会最吸引我。有很投入的时候，应该有一两个月时间，是每天从早到晚，但是不会废寝忘食，还是能够保持理智，不过还是会从早到晚，但不会不停的玩。（M5, 02/21/2020）

6. 我认为游戏是生活娱乐的一部分，游戏局势的瞬息万变，不停的刺激大脑作出反应，让我不能松懈，我非常沉迷这种感觉，同时游戏获胜会让我有满足感和愉悦感。玩的时候大部分都会很投入，会持续7个小时左右，但不至于废寝忘食。（M7, 02/21/2020）

根据本研究中的12名受访者自述，可以得知游戏的通关和上分过程会影响他们对游戏的沉迷程度；游戏是他们生活乐趣或联系工具，以至他们会利用游戏与现实朋友或伴侣维系感情，因此影响了他们对游戏的依赖程度，从而使自身反复沉迷网络。

4.2.3 RQ3 研究问题三：网络成瘾和沉迷性体验是否影响幸福感？

4.2.3.1 结果与分析

从RQ1与RQ2可以知道网络成瘾和沉迷性体验是一个相互影响的过程。通过访谈和调查发现，网络成瘾和沉迷性体验在相互影响的过程中会产生幸福感，12

位受访者从不同方面体现了幸福感的来源。其中 2 位喜欢单机游戏的受访者倾向与个人成瘾，10 位喜欢网络游戏的受访者倾向于集体成瘾。

以下均呈现采访原文：

1. 喜欢美妆护肤，所以很多东西需要网络去了解和购买，每当在淘宝、某些知名品牌、博主中秒杀到心仪的产品和朋友炫耀就会很有成就感；和男友、朋友一起上分、开黑，带朋友或队友游戏取得胜利会很开心。（F1，02/22/2020）

2. 从小喜欢玩剧情丰富的单机游戏，喜欢他们背后的创意和设定，所传达的价值观和整个游戏的主题、利益。单机游戏的进度条是自己的，不需要和别人比较，探索到新的东西或者游戏通关会很开心。（F3，02/22/2020）

3. 从小时候接触游戏到喜欢单机游戏，然后变成了习惯，沉迷于摸索单机游戏的剧情设定；曾经为了某款游戏努力了很长时间成为了半职业选手，为此感到自豪和开心。我认为我更加沉迷于个人游戏，因为我更加注重剧情的设定，更容易让人去摸索剧情，就像都市一样的让人沉迷。（M3，02/22/2020）

4. 和现实的朋友一起玩感到很开心，如果段位和技术提升了也会有成就感。玩游戏满足心里杀人的欲望，就算自己打游戏菜，打赢了也会有满足感。很少自己玩游戏，都是朋友喊或者喊朋友一起玩。（M4，02/22/2020）

5. 喜欢打游戏，不单单是打发时间，作为正常爱好吧，和看剧看小说类似。什么类型的游戏都喜欢，但最喜欢魔兽世界，这个游戏穿插了我从小学一直到大学。目的就是为了赢，或者单纯和朋友玩就很开心。我感觉自己更加喜欢集体玩游戏，但自己也会有，毕竟玩游戏要和朋友一起才好玩。（M5，02/22/2020）

6. 喜欢游戏的瞬息万变刺激我的大脑不停作出反应，不能松懈，获胜就会有满足感和愉悦，目的就是为了赢。网游么，总要和别人合作一起玩才更有意思。（M7，02/22/2020）

7. 一般用网络，除了学习就是打游戏和看视频。喜欢很多类型的游戏（网游、单机都玩），喜欢游戏里的剧情、人设，还是有自己作为主人公的代入感。多人游戏会考虑到团队合作的问题，而且大部分的时候和朋友一块玩的话会少数服从多数。（M8，02/22/2020）

通过对 12 位受访者的访谈资料进行分析，将采访者的访谈回答汇集在一起，可以得出他们对于个人成瘾会因游戏成败产生成就感或挫败感；根据第二章网络

成瘾与幸福感的文献综述，预测幸福感的最有力因素是人际关系，这也是网络成瘾者有着更低幸福感最重要的因素。对于集体成瘾的受访者会因为与现实朋友或伴侣一起打游戏、上分而产生满足感，这都是幸福感的来源和体现。

第五章 结论与讨论

5.1 结论

12 位受访者的采访和补充结束，但他们故事背后的意义更值得我们深入挖掘和探讨。定性研究中原始材料的丰富性和故事呈现的完整性使得结论具有开放性和多元性的特点，不同的读者会对故事有不同的理解。我在此试图运用网络成瘾、沉迷性体验、幸福感的理论支持进行分析，希冀位读者提供一个看到问题的视觉。同时，本研究虽然是定性研究，但涉及到受访者自身及学校、同辈等生态系统，在结论与讨论的过程中，也会涉及一些具有普遍意义的问题。我希望在此基础上，做到自然意义上的推广。

互联网作为新时代的代言人，不断影响着我们的日常，特别是网络和游戏的结合，不但带了一个巨大经济利益和价值的行业，也给人们的生活带来了翻天覆地的变化。虚拟社群让现实生活中的人在另一个层面上体验并感受到幸福感，因此本文从成瘾、沉迷性体验、幸福感三个角度入手，通过访谈的形式，采取了 12 个样本，并对访谈结果进行定性研究。

种种迹象表明，在这 12 位受访者中，并没有出现病理性、负面性网络成瘾的特征。但通过少数受访者自述的过程中能得知他们对现实生活以后的未知道路上存在恐惧与害怕，所以会经常利用网络获取他们在现实生活中无法得以满足的东西。因此，对于网络成瘾对幸福感的影响，是有利于受访者自身对自己的理解和改进，也对于学校的课外发展规划，建议提供一定的参考。

5.1.1 RQ1 研究问题一：网络成瘾对沉迷性体验是否有影响？

社会对于网络成瘾的概念、认知以及对网瘾的干预和处理方面依旧存在很多疑虑，且理论概念不统一，所以“网瘾”的医学定义至今没有被公认，大部分学者认为应该把网瘾称之为网络的过度使用，或者网络的滥用，也有人把它称为网络的病理性使用或过度的使用。

因此我们将采用第二章文献综述中两个重要的概念作为 RQ1 的探讨：

第一，网络成瘾是指由于上网者花费大量时间并习惯性地沉浸在网络世界当中，对互联网产生高度的依赖性，导致达到了迷恋的程度。

第二，沉迷性体验定义为：既不是积极的沉浸体验，也不是消极的成瘾体验，属于一种依赖行为。

其中有两个观点与本文差异较大：第一，周荣、周倩（1997）认为反复使用网络所导致的一种慢性、周期性的沉迷状态，并引发难以抗拒再度使用的强烈欲望。同时会产生想要增加使用时间的张力与忍耐、克制、退缩等现象，对于上网所到来的快感会一直有心理与生理上的依赖。第二，Beard & Wolf（2001）认为的网络沉迷是无法控制、有害的网络使用行为。

形成差异的原因是现代化与互联网化结合的社会下，网络对于现代人来说是不可或缺的工具。本研究中所有受访者里有从接触到习惯成为依赖、有从一开始就抵制不了上网的自身魅力、有认为这是生活娱乐的一部分，绝大部分利用网络是维持人际关系。但并未出现 Beard & Wolf（2001）认为的网络沉迷是无法控制、有害的网络使用行为与 Goldberg（1996）“网络成瘾失序症”所呈现的状态。

因此，在本文研究中的受访者并未出现消极性、过渡性的网络成瘾，既不是积极的沉浸体验，也不是消极的成瘾体验，属于一种依赖性行为。

5.1.2 RQ2 研究问题二：沉迷性体验是否影响网络成瘾？

在对第二章文献综述中，对于投入感的综述涉及的方面较多，所以最后选取 Calder & Malthouse（2008）曾强调，投入感不同于一般对于参与字义上的描述与解释，投入感有大量使用的意思，而且非常注重投入之后产生的结果这一观点。

并且在沉迷性体验文献综述分析后得知对于沉迷性体验的研究多数来自手机、游戏、网络等类似方面。因此在对于 RQ2 的研究问题中，所采用的访谈题目都是关于游戏，详细见附录四。因此本文采用“沉迷性体验”是指处于沉浸体验和成瘾倾向之间的一种体验行为（刘琬璐，2018）。沉迷性体验包含两个方面内容：积极性的沉浸体验部分；消极性的成瘾倾向部分，伴随着过度沉迷性体验行为的这一观点进行深入分析。

在本研究中，受访者对于网络的使用程度水平偏中上，甚至很高，在记录受访者自述中发现所有受访者对于游戏的投入程度都会有波动，可以总结为由高变低变高最后趋向于一个稳定的状态。而受访者中的投入感或程度（大量使用）会影响他们对游戏或互联网的沉迷性体验，即投入之后产生的结果。

在 RQ2 的研究结果中，并没有发现与第二章文献综述有太大异同，因此得

出本研究中的受访者会因为投入使用网络的程度而影响沉迷性体验,从而影响投入之后所产生的结果,即网络成瘾。

5.1.3 RQ3 研究问题三: 网络成瘾和沉迷性体验是否影响幸福感?

在 RQ3 的研究过程中,本研究采用了第二章文献综述中的三个观点,如下:

第一,本研究认为虚拟社群若能提供社群成员较高的价值,藉此满足成员个人需求,相对地,成员对虚拟社群之认同度与归属感也将随之提升,同时也会愿意继续留在该虚拟社群,也会进一步影响忠诚度。

第二,本研究对幸福感定义为生活质量、心理健康、心理发展上的主观与心理幸福感的总和。而反应幸福感的体现是正向情感、较少的负面情绪。

第三,本研究将采用预测幸福感的最有力因素是人际关系,这也是网络瘾者有着更低幸福感最重要的因素这一观点。

每一个长期接触网络的受访者,在虚拟世界中,都会存在着一个小群体或大群体,可能是和现实的朋友在网络上组成一个长期一起打游戏的小团体;或者因为共同的兴趣爱好,和网友组成一个组群。在 RQ3 的研究结果里,有准确的文字数据表达出幸福感可以由网络成瘾而得,主要由集体成瘾的方面使得受访者依赖于网络,而长期集体游戏的乐趣使受访者会有反复的沉迷性体验,从而使受访者在游戏的过程中获得了满足感、成就感等,这都是符合第二章文献综述中幸福感的定义,从而推测出受访者幸福感的来源。

因此,从 RQ1 与 RQ2 的研究结果我们可以得知因为投入感的影响,会使沉迷性体验的程度上升或下降。RQ3 的研究结果为网络成瘾会影响幸福感,而沉迷性体验可以把它看作为调节变量,从而影响幸福感。

5.2 研究不足和展望

本文在扎根理论上并没有一个很充分地理论,建议扎根理论在未来研究上,通过文献综述,重复演绎的方法,以达到可以用于研究结果之后的一套新的理论模型,用于工商管理上。同时由于各种条件和制约,本研究存在许多不足之处,希望在以后的研究中得以改进和完善。本研究中样本量偏小,以致于可参考的价值偏低;本研究仅以 12 位受访者的心路历程作为网络成瘾对幸福感影响进行探讨,而有关网络成瘾的社会支持、家庭环境、父母教养方式等方面未能做出深入

研究。希望在未来的研究中可以涉及到更多、更全面的考察与分析。

参考文献

- 白雪梅(2011). *市场营销调研精要*.大连:东北财经大学出版社.
- 陈美存,郑天明,萧佑咏(2018).游憩者的个人投入重要吗? 游憩涉入,投入与心流体验关系之研究. *户外游憩研究*, 31(3), 61-83.
- 陈妮娅.(2007). *大学生网络成瘾与同伴支持、总体自我价值感的关系研究*.浙江大学博士论文,杭州市.
- 陈诗伟(2012). *线上游戏虚拟社群意识、沉迷与体验幸福感影响关系之研究-以星海争霸为例*.高雄餐旅大学硕士论文,高雄市.
- 崔丽娟(2005). *青少年网络成瘾的界定、特性与预防研究*.华东师范大学博士论文,上海市.
- 邓志毅(2010).浅析“90 后”大学生“网络沉迷”. *网络财富*, 2010(18), 177-178.
- 范蕾(2013). *青少年网络游戏成瘾形成心理动因初探*.首都师范大学硕士论文,北京市.
- 宫翔(2019). *网络游戏成瘾行为的前因及机制研究*.中国科学技术大学博士论文,合肥市.
- 胡乐,余林(2007).网络成瘾倾向大学生戒网瘾动机研究. *第十一届全国心理学学术会议论文摘要集*.
- 胡文勇,李慧玲、喻承甫、阮伯夫(2012).越南青少年网络成瘾的现状及其影响因素. *华南师范大学学报: 社会科学版*, 12(5), 61-67.
- 黄淑燕,郝军峰、林伟泉、李素君(2017).广州市某社区网络成瘾人群状况调查分析. *中国医药科学*, 7(10), 143-145.
- 贾楠(2014). *虚拟品牌社群的互动性对品牌忠诚度的影响研究*.东华大学博士论文,上海市.
- 江义平,陈思洁(2012). 虚拟品牌社群意识形成因素与影响效果. *Electronic Commerce Studies*, 10(3), 297-323.
- 江亦瑄(2014).从媒介体验观点探讨脸书投入感对虚拟社群意识之影响. *Electronic Commerce Studies*, 12(4), 357-376.
- 焦慧慧(2017). *虚拟品牌社群成员互动的驱动因素及对品牌认同的影响研究*.济南大学硕士论文,济南市.
- 金玲玲(2007). *主观幸福感与心理幸福感的关系研究*.河北师范大学硕士论文,石家庄市.
- 赖筱茜,陈延升(2012). *广播收听与社群媒介使用对虚拟社会互动之影响效果与享乐感研究*.国立交通大学硕士论文,新竹市.
- 黎亚军,高燕,王耘(2013).青少年网络交往与孤独感的关系: 调节效应与中介效应. *中国临床心理学杂志*, 21(3), 490-492.

- 李雨恬(2019).网络虚拟自我与现实自我差异对网络成瘾的关系:孤独感和心理弹性的混合模型.哈尔滨师范大学硕士论文,哈尔滨市.
- 刘凯(2013).交易类虚拟社区中互动性感知,信任与购买意愿的关系研究.浙江工商大学博士论文,杭州市.
- 劉翊婕(2019).人格与心理幸福感之关系—自我调节的中介效果.台湾师范大学硕士论文,台北市.
- 马立新、何源堃(2018).论移动终端网络游戏的沉浸机制——以《王者荣耀》为例.山东青年政治学院学报,18(3),18-24.
- 王芳(2015).沉迷与解脱—抗逆力视觉下青少年网络成瘾与脱瘾的个案究.中国青年政治学院硕士论文,北京市.
- 王晓慧(2016).新媒体时代下大学生幸福感研究.南京信息工程大学,南京市.
- 许博凯(2017).探讨虚拟社群意识,认知互动,认知关键多数对社群参与之影响—以脸书社团为例.淡江大学硕士论文,新北市.
- 许欢(2019).伊壁鸠鲁快乐主义的认识论与物理学基础.山东大学博士论文,济南市.
- 许慧霞、叶科(2010).大学生自我建构与主观幸福感.当代青年研究,2010(06),53-58.
- 姚斌、王延松、李望舒(2008).大学生网络成瘾、心理状态与应付方式的相关性研究.中华行为医学与脑科学杂志,17(6),506-507.
- 张玉琳、李秋满(2014).以媒介丰富与社会临场感理论探讨 LINE 贴图价值,流行涉入,网路外部性对虚拟社群意识与黏着度之影响. *Electronic Commerce Studies*, 12(4), 419-449.
- 钟钰钧(2017).网络互动性,投入感,信任,购买意愿与口碑之关联性研究:调节中介模型.淡江大学博士论文,新北市.
- 周为坚(2013).大学生网瘾易感性人格,网络成瘾与幸福感的关系研究.漳州师范学院,漳州市.
- 朱薇(2018).微信朋友圈中自我呈现与主观幸福感的关系:社会支持的中介作用.南京师范大学硕士论文,南京市.
- 朱薇(2018).微信朋友圈中自我呈现与主观幸福感的关系:社会支持的中介作用.南京师范大学硕士论文,南京市.
- Al-Yafi, K., El-Masri, M., & Tsai, R. (2018).The effects of using social network sites on academic performance: the case of Qatar. *Journal of Enterprise Information Management*, 31(3), 446-462.
- Bharucha, J. (2018).Social network use and youth well-being: a study in India. *Safer Communities*, 17(2), 119-131.
- Brookings, D. C., Davis, J. M., & Langham, B. J. (2008). U.S. Patent No. 7,423,047. Washington, DC: U.S. Patent and Trademark Office.
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F. (2011).Problematic Internet use in

- Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC public health*, 11(1), 802.
- Chang, Y. L., & Wu, H. P. (2015). Investigate the Impacts of Community Values, Interpersonal Attraction on Sense of Virtual Community and Stickiness: Mediation of Sense of Virtual Community and Moderation of Community Type. *Xing Xiao Ping Lun*, 12(3), 323.
- Duffett, R. G. (2017). Influence of social media marketing communications on young consumers' attitudes. *Young Consumers*, 18(1), 19-39.
- Grau, S., Kleiser, S., & Bright, L. (2019). Exploring social media addiction among student millennials. *Qualitative Market Research: An International Journal*, 22(2), 200-216.
- Ha, L., Xu, Y., Yang, C., Wang, F., Yang, L., Abuljadail, Mohammad Abuljadail, X., Hu, W., Jiang & Itay Gabay (2018). Decline in news content engagement or news medium engagement? A longitudinal analysis of news engagement since the rise of social and mobile media 2009–2012. *Journalism*, 19(5), 718-739.
- Hair, J. F., Celsi, M., Ortinau, D. J., & Bush, R. P. (2008). *Essentials of marketing research*. New York, NY: McGraw-Hill/Higher Education.
- Hsiao, T. T. (2010). *The effects of electronic word of mouth: the moderating role of the sense of virtual community* (Doctoral dissertation, PhD thesis, National Chiao Tung University, Hsinchu City).
- Jiang, Q. (2014). Internet addiction among young people in China: Internet connectedness, online gaming, and academic performance decrement. *Internet Research*, 24(1), 2-20.
- Joseph, S., Maltby, J., Wood, A. M., Stockton, H., Hunt, N., & Regel, S. (2012). The Psychological Well-Being—Post-Traumatic Changes Questionnaire (PWB-PTCQ): Reliability and validity. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(4), 420.
- Lu, H. P., & Wang, S. M. (2008). The role of Internet addiction in online game loyalty: an exploratory study. *Internet Research*, 18(5), 499-519.
- Ruane, L., & Wallace, E. (2013). Generation Y females online: insights from brand narratives. *Qualitative Market Research: An International Journal*, 16(3), 315-335.

附录一：参与者基本信息

欢迎你今天来参加我的访谈，为了方便记录，我们需要将访谈内容录音，所有资料都会严格保密，只有我本人和指导老师能查阅。首先我们需要采集一些个人信息：

- 1.性别
- 2.年龄（年月）
- 3.专业、年级
- 4.是否为独生子女
- 5.月生活费
- 6.在国内常居住的城市级别
(一线城市、省会城市或直辖市、地级城市、县级城市、农村或乡镇)
- 7.在校园中的生活状况：

题目	是或否
1.我的生活状况良好	
2.我的生活正朝着我想要的方向发展	
3.一直以来，我对自己的身高、体态、相貌等状况感到满意	
4.我对以后的生活感到担心甚至恐惧	
5.我能给予别人真正的关心	
6.上网可以麻痹自己，使我忘记现实生活中的不愉快	
7.只有上网，我才不会感到孤独	
8.在网络中，我能找到说心里话的朋友	
9.在网络中，我能体会到比现实更加自信的感觉	
10.在网络游戏中，我能体会到一种比现实生活更大的成就感	

附录二：网络自评

1分：完全不符合；2分：比较不符合；3分：比较符合；4分：完全符合

- 1.上网时，我发现自己有许多长处
- 2.我能熟练地进行电脑与网络操作
- 3.遇到有关电脑或网络操作的问题是，同学们都会来向我请教
- 4.我对电脑和网络知识一窍不通
- 5.我觉得在网上闲逛或玩游戏，比现实生活更有趣
- 6.因为自己总能在网上游刃有余，所以每次上网都感觉有些飘飘然
- 7.我觉得上网很无聊

网络成瘾量表

题目	是或否
1.通过逐次增加上网时间已获得满足感	
2.经常不能抵制上网的诱惑，一旦上网很难下来	
3.下网后总难以忘记上网时所浏览的网页、聊天的内容等等	
4.不上网的时候会很难过，并想方设法寻求上网的机会	
5.停止使用互联网时会产生消极的情绪体验（如失落感）和不良的生理反应	
6.每次上网实际所花的时间都比原定时间要长	
7.为了上网而放弃或减少了重要的娱乐活动、人际交往等等	
8.有时候，为了上网而放弃了学习和上课	
9.对家人朋友和心理咨询人员隐瞒了上网的真实时间和费用	
11.将上网作为陶波问题和排遣消极情绪的一种方式	
12.总嫌上网时间太少，不能满足要求	
13.长期希望或经过多次努力减少上网时间，但未成功	

附录三：访谈问题 1

- 1.你平均每天上网时间（包含电脑、手机以及其他 3C 产品）？
- 2.你会选择什么地方上网？（网吧、学校、宿舍、咖啡店、其他）
- 3.你在网上最经常进行的活动？（游戏、查阅资料、阅读、交友、音乐、影片、其他）
- 4.你觉得自己上网都水平跟班上大多数同学相比怎样？
- 5.你几岁开始上网的？你觉得自己以前上网和现在相比有什么变化吗？
- 6.回顾从你上网到现在，你父母对你上网有什么看法或行为？
- 7.为什么自己越来越喜欢上网？
- 8.你在上网的时候快乐程度如何？
- 9.你在上网的时候感觉自己精神、精力和活力如何？
- 10.你在上网的时候，大部分的情绪怎样？可以控制吗？可以举例子吗？

附录四：访谈问题 2

- 1.你喜欢玩游戏吗？游戏对你而言意味着什么？
- 2.你都玩过哪些游戏？你喜欢玩什么类型的游戏？你最喜欢哪款游戏？为什么？
- 3.在玩 XXX 游戏之前，你在玩什么游戏？那个时候有没有玩别的类型的游戏？
- 4.你是怎么从 XX 游戏转到 XXX 游戏这款游戏上来的？
- 5.你是从什么时候开始玩 XXX 游戏的？当时是怎样的情况？后来与现在呢？
- 6.刚刚你说了从玩这个游戏开始的一些经历，我想请你画一个图，简单描述一下你玩游戏依赖的频率变化。
- 7.我看这个时候频率峰值你玩的比较多，能回忆一下那段时间玩游戏的情况吗？
- 8.那个时候你觉得这款游戏中什么东西吸引你？玩的时候有什么目的和目标？当时你觉得自己玩这个游戏在行吗？
- 9.玩的时候有没有很挫败的经历，当时是怎样的？
- 10.有没有玩的投入的时候？玩的投入的频率高吗？请你回忆一下当时玩的投入的时候是怎样的？有没有玩的废寝忘食之类的情况？加以描述。
- 11.成瘾的行为发生在个人还是集体玩游戏的情况里？

附录五：同意书概述

研究员姓名：

导师的姓名：

- 我已经阅读了参与者信息表，并且向我解释了该研究项目的性质和目的。我理解并同意参加。
- 我了解研究项目的目的以及我的参与。
- 我知道我可以在任何阶段退出研究项目，并且这不会影响我现在或将来的状态。
- 我了解，虽然可能会公开研究期间获得的信息，但我不会被识别，并且我的个人结果将保持机密。
- 我知道在访谈中我会被录音。
- 我了解访谈语音档案将由研究人员零售和存储。该访谈语音档案只能用于研究的计算机数据库形式的转录。访谈文字文本的副本将存储在个人计算机中，并受密码保护。所有记录（便笺，语音档案和访谈文字文本）将存储在上锁的文件柜中。只有研究人员和导师可以访问这些材料。
- 我了解参加该项目不会得到任何报酬。

参加者姓名： _____

签： _____

日期： _____

我已向研究参与者提供了有关研究的信息，并相信他/她了解所涉及的内容。

附录六：参与者信息表

研究标题

研究人员的姓名和联系信息

导师的姓名和联系信息

尊敬的参与者，

邀请您参加研究项目。在您决定参加之前，对您而言重要的是要了解为什么进行这项研究以及研究的内容。

这项研究的目标是：

在您选择的位置进行的采访将持续大约 20 分钟至 30 分钟时间。仅在您允许的情况下，我们才会对这次采访进行录音。访谈文字文本副本可以发送给您，以确认我们对话的准确性。您将获得此信息表以保留并在访谈之前要求您签署同意书。

回答一些有关自我意见的问题，可能会导致短暂的不适。您完全可以拒绝回答任何问题，并有权在对话的任何时候停止录音。研究人员将遵守大学的规定，以保护研究参与者的隐私和权利。

根据大学政策，本研究中收集的数据将保存在安全的环境中。所有采访答复都是匿名的，不会发布任何可能导致识别任何个人身份的信息。只有研究人员和导师可以访问此类材料。

如果您有兴趣收到最终结果或论文的副本，请通过上述电子邮件地址与研究人員联系。

非常感谢您分享宝贵的时间和您的帮助。