

# 护理专业学生手机依赖与学业自我效能感的相关性研究

李 博, 万和伽, 乔 娟\*

河南中医药大学护理学院, 河南 郑州

收稿日期: 2024年4月8日; 录用日期: 2024年5月23日; 发布日期: 2024年5月31日

## 摘 要

目的: 明确大学生手机依赖、学业自我效能感情况及相关性。方法: 采用描述性研究设计, 于2022年11月~2023年1月, 采取便利抽样法, 以河南中医药大学护理学院的在读生200人作为研究对象。采用中文网络成瘾量表的修订版(CIAS-R)、学业自我效能感量表进行调查, 运用SPSS25.0统计软件进行数据分析。结果: 大学生网络成瘾总分为 $(36.70 \pm 14.76)$ 分, 平均得分为 $(2.29 \pm 0.92)$ 分; 学业自我效能感量表总分为 $(81.76 \pm 19.83)$ 分, 平均得分为 $(3.72 \pm 0.90)$ 分。网络成瘾强度与学业自我效能感呈负相关( $r = -0.883$ )。结论: 大学生手机依赖现象普遍存在, 学业自我效能感处于中等偏上水平, 学生网络成瘾强度越高, 学业自我效能感越低, 建议从提升学生的学业自我效能感着手降低其网络成瘾强度, 控制手机依赖现象。

## 关键词

手机依赖, 学业自我效能

# A Study of the Correlation between Cell Phone Dependence and Academic Self-Efficacy among Nursing Students

Bo Li, Hejia Wan, Juan Qiao\*

School of Nursing, Henan University of Chinese Medicine, Zhengzhou Henan

Received: Apr. 8<sup>th</sup>, 2024; accepted: May 23<sup>rd</sup>, 2024; published: May 31<sup>st</sup>, 2024

\*通讯作者。

## Abstract

**Objective:** To understand the situation of mobile phone dependence and academic self-efficacy of college students, analyze the correlation between them. **Methods:** A descriptive research design was used. From November 2022 to January 2023, 200 students from the School of Nursing of Henan University of Traditional Chinese Medicine were selected as the research objects by convenience sampling method. The Chinese Internet Addiction Scale-Revised (CIAS-R) and Academic Self-Efficacy Scale were used for investigation. SPSS25.0 statistical software was used for data analysis. **Results:** The total score of IAD was  $(36.70 \pm 14.76)$ , and the average score was  $(2.29 \pm 0.92)$ . The total score of academic self-efficacy scale was  $(81.76 \pm 19.83)$ , and the average score was  $(3.72 \pm 0.90)$ . The intensity of Internet addiction was negatively correlated with academic self-efficacy ( $r = -0.883$ ). **Conclusions:** Mobile phone dependence is common among college students, and their academic self-efficacy is in the upper middle level. The higher the degree of Internet addiction, the lower their academic self-efficacy. It is suggested to reduce the degree of Internet addiction and control the phenomenon of mobile phone dependence by improving students' academic self-efficacy.

## Keywords

Mobile Phone Dependence, Academic Self-Efficacy

Copyright © 2024 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

随着互联网的普及, 超过 99% 的大学生拥有智能手机, 并且有超过一半的大学生每天会有超过 5 个小时的时间花费在智能手机上[1], 大学生如果较长时间使用手机就会产生倦怠感、精神不好的问题, 而长期沉迷手机游戏等, 学生对时间的认知会被影响, 会失去对学业的认识和态度[2]。国内外相关研究证明学业成绩和学业自我效能感之间呈正相关[3] [4]。护理专业与人类健康密切相关, 并且是一个实践性较强的专业, 需要学生运用所学知识和技能解决临床实际问题。而在日常教学中, 笔者发现护理专业学生手机依赖的情况非常严重, 这一现象是否影响了学生的学习自我效能感以及学业成绩, 我们不得而知, 基于此, 笔者于 2022 年 11 月~2023 年 1 月, 采取便利抽样法, 以河南中医药大学护理学院的在读生 200 人进行调查, 以明确护理专业大学生手机依赖、学业自我效能感现在及相关性, 为相关研究提供参考。

## 2. 对象与方法

### 2.1. 对象

本研究采取便利抽样法, 采用 Cochran 法从 400 个研究人群中确定样本量, 其中 197 个样本量是满足分析需要的最小样本量。实际调查了 200 例作为本次调查的研究对象。纳入标准: 1) 河南中医药大学护理学院在读生。2) 知情并自愿参与本次调查。排除正在参与其他研究调查的学生。

## 2.2. 方法

### 2.2.1. 调查工具

#### 1) 一般资料调查表

大学生的一般资料包括性别、年龄、年纪、家庭所在地址、是否为独生子女、是否有挂科、是否为党员或入党积极分子、是否为班干部等。

#### 2) 中文网络成瘾量表的修订版(CIAS-R)

本量表是熊婕等人编制的[5], 包含 16 个题目, 分别对应 4 个不同的维度, 1~5 分, 从非常不符合到非常符合, 五点计分, 全部为正向计分, 被试测得的分数水平越高, 说明成瘾程度越严重, 本研究总量表的克隆巴赫系数为 0.896, 4 分不同维度因子的  $\alpha$  系数分别是: 1) 戒断症状: 0.786; 2) 突显行为: 0.736; 3) 社交抚慰: 0.806、心境改变: 0.610。量表结构良好, 内部一致性信效度较高, 主要是用于大学生手机成瘾情况的测量评估。

#### 3) 自我效能感量表

本研究采用的调查问卷是由梁宇颂[6]和周宗奎参考 Pintrich 和 De Groot 编制的学业自我效能问卷, 本问卷共有 2 个维度: 学习行为自我效能感和学习能力自我效能感, 一共 22 题, 每个维度共 11 题, 量表采用五分制评分, 得分越低表示学业自我效能感越低。梁宇颂在以武汉大学生为研究对象, 运用此量表探索大学生在成就目标、归因和学业自我效能感方面的特点及三种学习动机因素的关系, 测得该量表的内在信度为 0.81, 克隆巴赫系数为 0.89。

### 2.2.2. 调查方法

最终问卷由一般调查资料、中文网络成瘾量表的修订版(CIAS-R)、自我效能感量表三部分组成, 研究者以问卷星为载体, 通过线上视频会议的方式, 向调查者解释本问卷调查的目的以及填写时的注意事项, 将调查问卷以二维码或链接的形式分享, 发放问卷并不记名调查, 问卷填写完毕, 立即收回。

### 2.2.3. 统计分析

采用 SPSS25.0 统计软件, 对收集的有效数据资料进行录入、分析和处理。采用频数、均数、构成比、标准差等统计指标对数据进行统计学描述, 了解大学生手机依赖、学业自我效能感的现状; 运用方差分析、Pearson 相关分析等分析方法, 获取手机依赖、学业自我效能感的影响因素以及手机依赖与大学生学业自我效能感的相关性。

### 2.2.4. 质量控制

质量控制贯穿于研究设计、现场调查、数据录入与分析等各个环节。

1) 正式调查。由调查者向学生讲述调查的目的、要求以及注意事项, 在被调查者明确以及理解之后, 开始填写问卷, 填写完毕, 立即收回。

2) 问卷调查。将收回的问卷进行整理, 剔除无效问卷。

3) 数据录入与分析。将整理后的问卷进行编码, 将编码后的问卷进行双机录入, 运用 SPSS 进行分析。

## 3. 结果

### 3.1. 一般调查资料

在本次调查中, 共收回有效问卷 200 份, 调查的大学生的年龄为 18~24 岁, 平均年龄为(20.79  $\pm$  1.724) 岁; 男生 83 人(41.5%), 女生 117 人(58.5%); 大一学生 56 人(28.0%), 大二学生 37 人(18.5%), 大三学生

43人(21.5%), 大四学生 64人(32.0%); 家庭地址位于城镇的为 108人(54.0%), 而家庭住址位于农村的为 92人(46.0%); 独生子女人数为 32人(16.0%), 而非独生子女人数为 168人(84.0%); 对于当前所学专业很满意的人数为 20人(10.0%), 不太满意的人数为 77人(38.5%), 不满意的为 103人(51.5%); 在大学中存在挂科的人数为 68人(34.0%), 没有挂科的人数为 132人(66.0%); 在大学中为班干部的人数为 74人(37.0%), 未担任过班干部的人数为 126人(63.0%); 目前是党员或者入党积极分子的人数为 24人(12.0%), 不是的人数为 176人(88.0%)。详情如表 1 所示。

**Table 1.** General information on university students

**表 1.** 大学生一般资料

| 项目           | 类别   | 频数(n = 200) | 构成比(%) |
|--------------|------|-------------|--------|
| 性别           | 男    | 83          | 41.5   |
|              | 女    | 117         | 58.5   |
| 年级           | 大一   | 56          | 28.0   |
|              | 大二   | 37          | 18.5   |
|              | 大三   | 43          | 21.5   |
|              | 大四   | 62          | 32.0   |
| 家庭所在地        | 城镇   | 108         | 54.0   |
|              | 农村   | 92          | 46.0   |
| 独生子女         | 是    | 32          | 16.0   |
|              | 否    | 168         | 84.0   |
| 对于现在所学专业的满意度 | 很满意  | 20          | 10.0   |
|              | 不太满意 | 77          | 38.5   |
|              | 不满意  | 103         | 51.5   |
| 是否有挂科        | 是    | 68          | 34.0   |
|              | 否    | 132         | 66.0   |
| 是否为班干部       | 是    | 74          | 37.0   |
|              | 否    | 126         | 63.0   |
| 是否为党员或入党积极分子 | 是    | 24          | 12.0   |
|              | 否    | 176         | 88.0   |

### 3.2. 中文网络成瘾量表的修订版(CIAS-R)

大学生手机依赖中文网络成瘾量表平均得分为(2.29 ± 0.92)分, 具体得分情况如表 2 所示。

**Table 2.** Scores on the revised version of the Chinese Internet Addiction Scale (CIAS-R) (n = 200)

**表 2.** 中文网络成瘾量表的修订版(CIAS-R)得分情况(n = 200)

| 条目 | 陈述                                       | $\bar{X} \pm SD$ |
|----|--|------------------|
| 9  | 我经常有我的手机铃声响了我的手机在震动的幻觉                   | 2.13 ± 1.248     |
| 10 | 电话多短信多我会觉得生活更充实                          | 2.16 ± 1.047     |
| 13 | 同学朋友常说 I 太过依赖手机                          | 2.19 ± 0.996     |
| 8  | 一段时间手机铃声不响, 我会感到不适应, 便下意识看一下手机是否有接电话, 短信 | 2.20 ± 1.075     |

续表

|    |                                 |               |
|----|---------------------------------|---------------|
| 15 | 课堂上我会经常主动把注意力集中在手机上而影响听课        | 2.21 ± 1.281  |
| 6  | 如果没有手机我会感到孤独                    | 2.26 ± 1.233  |
| 11 | 我经常害怕手机自动关机                     | 2.30 ± 1.089  |
| 14 | 当手机经常连不上线收不到信号时我会焦虑并且脾气变得暴躁起来   | 2.33 ± 1.157  |
| 16 | 我觉得用手机跟他人交流更舒适                  | 2.35 ± 1.106  |
| 3  | 在等人的时候我总是频繁打手机问对方身在何处如果不打就很焦急难耐 | 2.36 ± 1.102  |
| 2  | 我宁愿选择手机聊天不愿直接面对面交流              | 2.36 ± 1.098  |
| 5  | 课堂上我会因为电话或短信而不能专心听讲             | 2.36 ± 1.080  |
| 7  | 用手机与他人交流时我感到更自信                 | 2.36 ± 1.094  |
| 4  | 如果很长时间没用手机我会觉得难受                | 2.37 ± 1.131  |
| 12 | 手机是我的一部分一旦减少就觉得失去了什么似的          | 2.38 ± 1.266  |
| 1  | 一段时间没有带手机我会马上去查阅是否有短信未接来电       | 2.40 ± 1.195  |
| 总分 |                                 | 36.70 ± 14.76 |

### 3.3. 自我效能感

大学生在自我效能感的平均得分为(3.72 ± 0.90)分，具体的分情况如表 3 所示。

**Table 3.** Academic self-efficacy scores of college students (n = 200)

**表 3.** 大学生学业自我效能感得分情况(n = 200)

| 条目 | 陈述                                    | $\bar{X} \pm SD$ |
|----|---------------------------------------|------------------|
| 9  | 我经常选择那些虽然难，却能够从中学到知识的学习任务，哪怕需要付出更多的努力 | 3.57 ± 1.040     |
| 20 | 课堂上做笔记时，我总试图记下老师的每一句话，而不管他是否有意义       | 3.63 ± 0.994     |
| 14 | 那阅读书本时，我完全能够理解他讲的是什么意思                | 3.63 ± 0.998     |
| 7  | 我喜欢选择富有挑战性的学习任务                       | 3.64 ± 1.047     |
| 4  | 我认为我能够在课堂上及时掌握老师所讲授的内容                | 3.65 ± 0.996     |
| 16 | 我上课时总是能认真听讲，不会想其他的事情                  | 3.65 ± 1.060     |
| 6  | 和班上其他同学相比，我对所学专业的了解更广泛                | 3.67 ± 1.024     |
| 13 | 当我思考某一问题时，我能够将前后所学的知识联系起来思考           | 3.69 ± 1.039     |
| 1  | 我相信自己有能力在学习上取得好成绩                     | 3.70 ± 1.018     |
| 8  | 我认为自己能够很好的理解书本上的知识及老师所讲的内容            | 3.70 ± 0.971     |
| 11 | 不管我的学习成绩好与坏，我都从不怀疑自己的学习能力             | 3.70 ± 1.093     |
| 12 | 学习时我总喜欢通过自问自答的方式来检验自己是否已掌握了学习的内容      | 3.72 ± 0.999     |
| 10 | 其实我在某次考试中的成绩很不好，我也能平静的分析自己在考试中所犯的错误   | 3.73 ± 1.078     |
| 5  | 我认为我能够学以致用                            | 3.74 ± 1.076     |
| 15 | 阅读书本时，我能够将所阅读的内容与自己已掌握的知识联系起来进行思考     | 3.75 ± 1.272     |
| 17 | 我常常能准确地概括出所阅读的主要意思                    | 3.76 ± 1.104     |

续表

|    |   |               |
|----|---|---------------|
| 19 | 当我为考试而复习时, 我能够将前后所学的知识联系起来进行复习              | 3.77 ± 1.227  |
| 2  | 我认为自己有能力解决学习中遇到的问题                          | 3.78 ± 1.265  |
| 21 | 做作业时总力求回忆起老师在课堂上所讲的内容, 以便把作业做好              | 3.78 ± 1.102  |
| 18 | 我总是在书本或笔记本上画出重点部分, 并帮助学习                    | 3.80 ± 1.008  |
| 22 | 即使老师没有要求, 我也会自觉的做书本上的每一章节后面的习题来检验自己对知识的掌握情况 | 3.85 ± 1.359  |
| 3  | 我们班上其他同学相比, 我的学习能力是比较强的                     | 3.86 ± 1.289  |
| 总分 |   | 81.76 ± 19.83 |

### 3.4. 大学生手机依赖的单因素分析

对录入的一般资料进行方差分析, 可以看出性别、年级、家庭所在地、是否为独生子女、对所学专业的满意度、是否有挂科、是否为班干部等变量差异无统计学意义( $P > 0.05$ ); 而是否为党员或入党积极分子、年纪有统计学意义( $P < 0.05$ ), 说明是否为党员或入党积极分子、年纪是大学生手机依赖的影响因素。具体数据如表 4 所示。

**Table 4.** ANOVA of general information on factors affecting cell phone dependence among college students

**表 4.** 一般资料对大学生手机依赖情况的影响因素方差分析

| 项目           | 类别   | 频数(n = 200) | F/t 值   | P 值                 |
|--------------|------|-------------|---------|---------------------|
| 性别           | 男    | 83          | 0.991   | 0.49 ( $P > 0.05$ ) |
|              | 女    | 117         |         |                     |
| 年级           | 大一   | 56          | 1.299   | 0.15 ( $P > 0.05$ ) |
|              | 大二   | 37          |         |                     |
|              | 大三   | 43          |         |                     |
|              | 大四   | 62          |         |                     |
| 年纪(岁)        | 18   | 27          | 140.339 | 0.00 ( $P < 0.05$ ) |
|              | 19   | 25          |         |                     |
|              | 20   | 33          |         |                     |
|              | 21   | 33          |         |                     |
|              | 22   | 39          |         |                     |
|              | 23   | 39          |         |                     |
|              | 24   | 2           |         |                     |
| 家庭所在地        | 城镇   | 108         | 1.128   | 0.30 ( $P > 0.05$ ) |
|              | 农村   | 92          |         |                     |
| 独生子女         | 是    | 32          | 0.813   | 0.76 ( $P > 0.05$ ) |
|              | 否    | 168         |         |                     |
| 对于现在所学专业的满意度 | 很满意  | 20          | 1.287   | 0.15 ( $P > 0.05$ ) |
|              | 不太满意 | 77          |         |                     |

续表

|              | 不满意 | 103 |       |                 |
|--------------|-----|-----|-------|-----------------|
| 是否有挂科        | 是   | 68  | 1.112 | 0.32 (P > 0.05) |
|              | 否   | 132 |       |                 |
| 是否为班干部       | 是   | 74  | 0.805 | 0.77 (P > 0.05) |
|              | 否   | 126 |       |                 |
| 是否为党员或入党积极分子 | 是   | 24  | 3.526 | 0.00 (P < 0.05) |
|              | 否   | 176 |       |                 |

### 3.5. 大学生学业自我效能感单因素分析

根据录入的数据进行方差分析, 得出 P 值, 可以看出性别、年级、家庭所在地、对现在所学专业的满意度、是否有挂科、是否为班干部等变量差异无统计学意义(P > 0.05); 而是否为独生子女、是否为党员或者入党积极分子、年纪有统计学意义(P < 0.05)。说明是否为独生子女、是否为党员或入党积极分子、年纪为大学生自我学业效能感的影响因素。具体数据如表 5 所示。

**Table 5.** ANOVA of general information on factors influencing academic self-efficacy of college students

**表 5.** 一般资料对大学生学业自我效能感影响因素的方差分析

| 项目               | 类别   | 频数(n = 200) | F/t 值   | P 值             |
|------------------|------|-------------|---------|-----------------|
| 性别               | 男    | 83          | 0.954   | 0.56 (P > 0.05) |
|                  | 女    | 117         |         |                 |
| 年级               | 大一   | 56          | 1.079   | 0.36 (P > 0.05) |
|                  | 大二   | 37          |         |                 |
|                  | 大三   | 43          |         |                 |
|                  | 大四   | 62          |         |                 |
| 年纪(岁)            | 18   | 27          |         |                 |
|                  | 19   | 25          | 118.249 | 0.00 (P < 0.05) |
|                  | 20   | 33          |         |                 |
|                  | 21   | 33          |         |                 |
|                  | 22   | 39          |         |                 |
|                  | 23   | 39          |         |                 |
|                  | 24   | 2           |         |                 |
| 家庭所在地            | 城镇   | 108         | 0.933   | 0.59 (P > 0.05) |
|                  | 农村   | 92          |         |                 |
| 独生子女             | 是    | 32          | 1.592   | 0.02 (P < 0.05) |
|                  | 否    | 168         |         |                 |
| 对于现在所学专业<br>的满意度 | 很满意  | 20          | 1.108   | 0.32 (P > 0.05) |
|                  | 不太满意 | 77          |         |                 |
|                  | 不满意  | 103         |         |                 |

续表

|              |   |     |       |                 |
|--------------|---|-----|-------|-----------------|
| 是否有挂科        | 是 | 68  | 1.207 | 0.20 (P > 0.05) |
|              | 否 | 132 |       |                 |
| 是否为班干部       | 是 | 74  | 0.951 | 0.56 (P > 0.05) |
|              | 否 | 126 |       |                 |
| 是否为党员或入党积极分子 | 是 | 24  | 2.742 | 0.00 (P < 0.05) |
|              | 否 | 176 |       |                 |

### 3.6. 大学生手机依赖与大学生学业自我效能感的相关性分析

采用 Pearson 相关分析法对 200 例大学生手机依赖与学业自我效能感进行相关性分析,手机依赖与学业自我效能感呈负相关,具体数据如表 6 所示。

**Table 6.** Correlation analysis of cell phone dependence on academic self-efficacy  
**表 6.** 手机依赖于学业自我效能感相关分析

|        |                                     | 手机依赖总分 | 学业自我效能总分 |
|--------|-------------------------------------|--------|----------|
| 手机依赖总分 | Pearson Correlation Sig. (2-tailed) | 1      | -0.883** |

\*\*Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## 4. 讨论

### 4.1. 大学生手机依赖的现状及其影响因素

经调查,大学生中文网络成瘾量表得分为  $36.70 \pm 14.76$  分,且低于 46 分的占比 78%,说明大学生整体手机依赖性较低。而高于 46 分的有 44 人,占比 22%,其中有 33 人得分超过 60 分,占比 16.5%。相较于黄龙等人的研究平均得分较低,但得分超过 60 的占比较高。平均得分低的原因可能在于作为中医院校的学生,大部分学生都比较注重养生[7],过度依赖手机不仅伤目还伤神;得分超过 60 的占比高的原因可能在于黄龙等人的研究是在 2017 年,但随着经济和科技的发展,手机娱乐功能更加多样,而有些同学自制力不高,会很依赖手机。

手机依赖受到是否为党员或入党积极分子以及年级两个因素的双重影响。党员以及入党积极分子均接受过党史教育,在浓厚的党史教育下,他们的思想高度得到提升,“为中华之崛起而读书”“为复兴中华而读书”。投射到现实中,影响个人的主观能动性,进而改变实践[8],因此对于网络成瘾性更低,更具有实干精神。大一新生高中三年几乎处在手机禁止的环境中,所以出于对手机的新鲜感可能会长时间玩,甚至产生依赖感;进入大二阶段,新鲜感降低再加上专业课的增多,空余时间变少了,手机使用时间也相对减少了;大三阶段后,面临着考研以及毕业的压力,学生会变得更加自律,为了自己的目标奋斗,课余时间就更少了,因此对手机的依赖性会更低。

### 4.2. 大学生学习自我效能感的现状和影响因素

大学生学业自我效能感总均及各维度得分均居于中值之上,由此可见,大学生自我效能感处于中等偏上水平,说明大学生拥有较强的自信可以顺利完成学业,并且取得良好成绩。学习自我效能感受到是否为独生子女、年纪和是否为党员或入党积极分子 3 个因素的影响。

独生子女在家庭中更具有优势,可获得多方面的支持。比如:1) 父母投资:独生子女通常可以得到



更多的父母关注和投资,包括教育、健康和生活等方面。2) 教育机会:独生子女通常可以得到更好的教育机会,父母可以为他们提供更多的学习资源和支持[9] [10]。3) 社会地位:在中国等独生子女政策实行的国家,独生子女通常可以得到更高的社会地位和权利。4) 父母关爱:独生子女通常可以得到更多的父母关爱和陪伴,有助于培养他们的自尊、自信和情感稳定性。5) 经济实力:独生子女通常可以享受家庭更多的资产和经济资源,有助于他们在生活中更加自由和独立。因此,独生子女更容易在学业顺利完成上拥有较多的信心。

随着年级的增长,学生们逐步适应了教学节奏,后期又去参加见习和实习,增强了自身学习的能力,同时也提高了学习自我效能感。大一新生刚经历过高考,依旧保持着高中时养成的良好学习习惯,学习行为自我效能感较高;进入大二阶段,随着专业课的增多以及课外活动的丰富,学生难免感到紧张,对自身的学习行为感到担忧,对前途感到迷茫,导致其学习行为自我效能感降低;进入大三阶段后,他们对大学的教学特点和自己对未来的发展目标有了更加深入的认识,进一步适应了大学的学习生活规律[11],自信心和自律性再度增强,其学习行为的自我效能感也由此得到提升。

学习自我效能感还受到是否为党员或积极分子的影响。党员以及入党积极分子均接受过党史教育,在党史教育的滋润下,学生可以从中学学习到对于许多事情的解决方法,所以学习自我效能感会更高一些,所谓“学史可以明智”便是这个道理。

### 4.3. 大学生手机依赖与学习自我效能感的相关性

本研究结果显示,手机依赖与大学生学业自我效能感呈负相关,该结果与同类研究结果相似,王金睿等对网络成瘾与青少年学习倦怠的关系的研究表明,网络成瘾性较高的学生容易对当前学业失去兴趣,并且会导致学业成就的下降,并且长时间的网络成瘾,也会产生学习倦怠等问题[12]。并且较长时间沉溺于网络,获取网络信息,使得大学生花费较少的时间投入学业以及应对学业中所遇到的问题。柴文丽等研究结果表明,过度的依赖于网络,会对大学生的心理造成影响,会导致抑郁、焦虑、人际关系难以处理等心理健康问题[13] [14] [15]。过度的沉溺于网络,网络成瘾性强,通过改变大学生心理及行为等方面来降低学业自我效能感。由此可知,大学生的学习自我效能感随其对手机依赖感的降低而升高。因此建议学校丰富体育训练项目,督促学生加强体育锻炼[16],以此来减低手机依赖症,进而提升学生自我效能感。

## 5. 结论

研究表明,大学生的网络成瘾状况总体上良好,但同时存在较高的网络成瘾倾向。其学业自我效能感处于中等偏上水平,而思想对学业自我效能感的影响相对较为显著。此外,研究还发现,网络成瘾的强度与大学生的学业自我效能感呈现负相关关系。这意味着,网络成瘾程度越高的大学生,其学业自我效能感往往越低。综上所述,大学生的网络成瘾倾向与学业自我效能感之间存在一定的关联性,网络成瘾可能对学业自我效能感产生负面影响。

## 基金项目

教育部产学合作协同育人项目 2022 年第二批,项目编号:220903567082142。

河南中医药大学 2024 年教育教学改革研究与实践立项项目,项目编号:2024JX32。

## 参考文献

- [1] 刘衍素,向秀清,陈红. 卫校学生手机成瘾与学业自我效能感的相关性研究[J]. 卫生职业教育, 2017, 35(14): 143-145.

- 
- [2] 曾晓龙, 严安, 樊润林, 黄馨. 某高校大学生手机使用情况与学业关系调查[J]. 科学咨询(教育科研), 2022(22): 161-163.
- [3] 李妍. 大学生未来时间洞察力、归因风格、师生关系和自我效能感的关系[D]: [硕士学位论文]. 沈阳: 沈阳师范大学, 2012.
- [4] 张瑞婷, 钟元, 徐婷婷. 大学生自我同一性、归因取向和未来时间洞察力的关系研究[J]. 社会心理科学, 2013(12): 54-60.
- [5] 何杰, 刘雪巍, 郭立栋, 李坦, 付明星, 刘殿红. 不同手机功能对高职学生压力和手机成瘾的影响[J]. 中国学校卫生, 2020, 41(2): 213-216, 220.
- [6] 梁宇颂. 大学生成就目标、归因方式与学业自我效能感的研究[D]: [硕士学位论文]. 武汉: 华中师范大学, 2000.
- [7] 王斯煜, 李浩婷, 谢少珊, 等. 大学生朋克养生的现状及对策研究[J]. 老字号品牌营销, 2021(6): 119-120.
- [8] 杨睿. 建党百年背景下党史学习教育的必要性、重要性——基于大学生全面发展的视角[J]. 绥化学院学报, 2022, 42(5): 109-111.
- [9] 周琦. 论强化高校青年大学生党史教育的有效路径[J]. 甘肃教育研究, 2023(3): 97-100.
- [10] 王卫东, 钟淑仪. 小学生居家学习的父母参与状况调研——基于独生子女与非独生子女家庭的比较[J]. 中华家教, 2022(5): 57-66.
- [11] 汪顺祺, 李晓庆, 李艳玲. 学业情绪影响学业自我效能感的研究——以学前教育专业本科生为例[J]. 淮南师范学院学报, 2023, 25(4): 134-138.
- [12] 于红. 基于大数据背景下“互联网+教育”融入中小学教育的策略研究——以青岛为例[J]. 网络安全技术与应用, 2022(9): 95-97.
- [13] 王晓焘. 城市青年独生子女与非独生子女的教育获得[J]. 广西民族大学学报(哲学社会科学版), 2011, 33(5): 28-34.
- [14] 王金睿, 周姿言, 吴庆春, 辛素飞. 网络成瘾与青少年学习倦怠的关系: 一个有调节的中介模型[J]. 心理技术与应用, 2022, 10(5): 271-278.
- [15] 柴文丽, 徐兴燕, 刘邦, 蔡莹莹, 吴思英. 网络成瘾对医学生亚健康状态及学习成绩的影响[J]. 中国高等医学教育, 2019(10): 37-38, 59.
- [16] 魏忠凤. 体育锻炼与大学生学业拖延的关系: 自我控制和手机依赖的链式中介作用[J]. 沈阳体育学院学报, 2023, 42(5): 24-32.