·专题报道 —— 关注儿童健康成长·

湖南省中学生网络成瘾现状及影响因素分析

王非[1]，秦李希[2]，尼玛卓嘎[2]，谭雅卿[1]，罗米扬[2]，陈艳华[1]，罗家有[2]

1. 湖南省疾病预防控制中心，长沙 410153；
2. 中南大学湘雅公共卫生学院，长沙 410013
通信作者：陈艳华，E-mail：30463659@qq.com；罗家有，E-mail：jiayouluo@126.com

【摘　要】目的 分析湖南省中学生网络成瘾现况及其影响因素。**方法** 于 2022 年采用多阶段分层整群抽样方法，在湖南省各县区共抽取 127 624 名中学生为研究对象，采用 χ^2 检验比较网络成瘾检出率的组间差异，多因素 logistic 回归分析网络成瘾的影响因素。**结果** 湖南省中学生网络成瘾检出率为 2.69%，男生为 2.79%，女生为 2.58%，男生的网络成瘾率高于女生，且均随着年级（除 12 年级外）的增加呈上升趋势。在判定为网络成瘾的中学生中出现频率最高的症状是戒断症状（87.75%）、耐受症状（83.09%）和上网控制障碍（79.45%）。多因素 logistic 回归分析结果显示，高年级（8 年级：*OR*=1.681，95%*CI*=1.459～1.936；9 年级：*OR*=1.881，95%*CI*=1.636～2.163；10 年级：*OR*=1.756，95%*CI*=1.520～2.029；11 年级：*OR*=1.853，95%*CI*=1.605～2.140；12 年级：*OR*=1.612，95%*CI*=1.387～1.873）、住校（*OR*=1.748，95%*CI*=1.619～1.886）、少数民族（*OR*=1.147，95%*CI*=1.053～1.250）、被家长打骂（*OR*=1.797，95%*CI*=1.652～1.954）、抑郁情绪（*OR*=2.569，95%*CI*=2.376～2.778）、受到伤害（*OR*=1.342，95%*CI*=1.196～1.505）、受过欺侮（*OR*=2.022，95%*CI*=1.875～2.181）、吸烟（*OR*=1.979，95%*CI*=1.794～2.184）、饮酒（*OR*=1.909，95%*CI*=1.755～2.076）是中学生网络成瘾的危险因素；而女生（*OR*=0.914，95%*CI*=0.850～0.983）、学校区域为郊县（*OR*=0.822，95%*CI*=0.763～0.884）、体力活动（运动 1～3 d/w：*OR*=0.609，95%*CI*=0.561～0.660；运动 4～6 d/w：*OR*=0.509，95%*CI*=0.454～0.571；运动 7 d/w：*OR*=0.466，95%*CI*=0.404～0.538）是中学生网络成瘾的保护因素。**结论** 湖南省中学生网络成瘾现象较严重，建议针对网络成瘾高频症状及其影响因素进行干预，以降低中学生网络成瘾行为的发生。

【关键词】 中学生；网络成瘾；检出率；影响因素；湖南省

Internet addiction and its influencing factors among middle school students in Hunan province: a cross-sectional study

WANG Fei[1], QIN Lixi[2], NIMA Zhuoga[2], TAN Yaqing[1], LUO Miyang[2], CHEN Yanhua[1], LUO Jiayou[2]
(*1. Hunan Provincial Center for Disease Control and Prevention*, *Changsha* 410153, *China*; *2. Central South University Xiangya School of Public Health*, *Changsha* 410013, *China*)
Corresponding authors: CHEN Yanhua, E-mail: 30463659@qq.com; LUO Jiayou, E-mail: jiayouluo@126.com

【Abstract】 Objective To analyze the current situation of internet addiction and its influencing factors among middle school students in Hunan province. **Methods** In 2022, a multi-stage stratified cluster sampling method was used to select a total of 127 624 middle school students from various counties and districts in Hunan province as research subjects. The chi-square test was used to compare the differences in internet addiction detection rates between groups, and multi-factor logistic regression analysis was used to analyze the influencing factors of internet addiction. **Results** The detection rate of internet addiction among middle school students in Hunan province was 2.69%, with 2.79% for boys and 2.58% for girls. The internet addiction rate of boys was higher than that of girls, and both showed an upward trend with increasing grade (except for grade 12). Among the middle school students identified as having internet addiction, the most frequent symptoms were withdrawal symptoms (87.75%), tolerance symptoms (83.09%), and internet control disorders (79.45%). Multi-factor logistic regression analysis showed that higher grades (grade 8: *OR* = 1.681, 95%*CI*: 1.459 - 1.936; grade 9: *OR* = 1.881, 95%*CI*: 1.636 - 2.163; grade 10: *OR* = 1.756, 95%*CI*: 1.520 - 2.029; grade 11: *OR* = 1.853, 95%*CI*: 1.605 - 2.140; grade 12: *OR* = 1.612, 95%*CI*: 1.387 - 1.873), boarding school (*OR* = 1.748, 95%*CI*: 1.619 - 1.886), ethnic minority (*OR* = 1.147, 95%*CI*: 1.053 - 1.250), being beaten and scolded by parents (*OR* = 1.797, 95%*CI*: 1.652 - 1.954), depression (*OR* = 2.569, 95%*CI*: 2.376 - 2.778), being injured (*OR* = 1.342, 95%*CI*: 1.196 - 1.505), being bullied (*OR* = 2.022, 95%*CI*: 1.875 - 2.181), smoking (*OR* = 1.979, 95%*CI*: 1.794 - 2.184), and drinking alcohol (*OR* = 1.909, 95%*CI*: 1.755 - 2.076) were risk factors for internet addiction among middle school students; while being female (*OR* = 0.914, 95%*CI*: 0.850 - 0.983), school location in suburban counties (*OR* = 0.822, 95%*CI*: 0.763 - 0.884), and physical activity (exercise 1 - 3 d/week: *OR* = 0.609, 95%*CI*: 0.561 - 0.660; exercise 4 - 6 d/week: *OR* = 0.509, 95%*CI*: 0.454 - 0.571; exercise 7 d/week: *OR* = 0.466, 95%*CI*: 0.404 - 0.538) were protective factors against internet addiction among middle school students. **Conclusions** The phenomenon of internet addiction among middle school students in Hunan province is

开放获取：CC BY-NC-ND 4.0　DOI：10.11847/zgggws1146228
基金项目：湖南省卫生健康委员会 湖南省教育委员会项目（湘卫函【2022】246 号）
第一作者：王非（1980—），副主任医师，硕士，研究方向：学校卫生和传染病防控。
收稿日期：2024-10-23　修回日期：2024-12-21　录用日期：2025-04-12
利益冲突：不存在　伦理审查：已获取　出版授权：全体作者已与编辑部签署作者贡献声明及版权转让协议

relatively serious. It is recommended to intervene in high-frequency symptoms of internet addiction and its influencing factors to reduce the occurrence of internet addiction behavior among middle school students.

【**Keywords**】 middle school students; internet addiction; detection rate; influencing factors; Hunan province

网络成瘾又称为“网络成瘾障碍”“病理性的网络使用”，美国心理学会将网络成瘾定义为“一种过度或强迫性地使用网络，从而导致痛苦和损伤的行为模式”[1]。网络成瘾已成为一种全球性现象，是严重的公共卫生问题之一。网络成瘾的危害主要表现为：难以控制自己对上网的冲动，出现抑郁、焦虑、为人冷漠等一系列心理健康问题；出现体能下降、免疫功能下降、睡眠障碍等躯体及生理症状；在社会交往中出现心理障碍、易激惹、情感淡薄等[2–3]。中学生正处于生理、心理发育的急剧变化时期，缺乏良好的自控能力，在使用网络的过程中难以抵制诱惑，易发展成网络成瘾[4]。多项研究表明，网络成瘾在青少年学生中普遍存在[5–6]。对于中学生群体来说，网络成瘾不仅会影响中学生的学业，还可能会导致在成长过程中出现身心健康问题，甚至会引发社会问题，对个体和社会的长远发展构成威胁[7]。本研究于 2022 年对湖南省中学生网络成瘾流行现状及网络成瘾群体的主要症状表现进行调查，并从个体、心理、家庭、健康相关行为等方面分析中学生网络成瘾的影响因素，为制定更加具有针对性的中学生网络成瘾干预措施提供科学依据。

1 对象与方法

1.1 对象 本研究利用 2022 年湖南省开展的中学生常见病和健康影响因素监测数据，该监测项目涵盖湖南省 14 个市州 123 个县市区。采用多阶段分层随机整群抽样方法，从每个城区至少选择 5 所学校（2 所初中、2 所普通高中、1 所职业高中），每个郊县至少选择 3 所学校（2 所初中、1 所高中），共抽取 440 所中学，在被选取的学校所有年级进行调查，每个年级随机抽取≥2 个班级，被抽取班级全体学生全部参与调查，确保每个年级至少抽取 80 名学生。经过数据库清理，剔除问卷关键信息缺失、一般信息涂改者 3 259 人，将性别、年级、网络使用情况等资料完整的 127 624 名 10～18 岁中学生作为研究对象，问卷有效率为 97.51%。本次研究经湖南省疾病预防控制中心伦理委员会审查并同意（伦理号为 [湘疾控 IRB-2023-016-01]），并获得所有调查对象的知情同意。

1.2 研究方法 采用调查对象匿名自填问卷方式进行调查，问卷为中国疾病预防控制中心编制的“学生健康状况及影响因素调查表”，内容包括学生的人口学信息、家庭信息、网络使用情况、心理状况及健康相关行为等。统一对调查人员进行培训考核后，严格按相关要求进行调查，并与调查学校组织协调工作。要求学生完整填写调查问卷表，收回调查问卷时须由质量控制人员进行审核，确保基本信息填写完整无误，剔除存在明显逻辑错误、漏项较多（漏填率>5%）、规律性做答问卷，以保证调查数据的完整性和准确性。

1.3 研究指标定义及分类

1.3.1 网络成瘾的判定 根据网络成瘾诊断问卷[8]对网络使用情况（包括使用手机、平板、电脑等任何使用网络的形式）进行调查，将平均每天上网时间≥4 h 且其他 9 个条目中有≥4 个选择“是”的定义为网络成瘾[8]。调查表总共包括 11 个条目，条目 1 调查是否上过网，条目 2 调查上网的学生过去 7 d 每天的上网时间，根据相关参考文献[2, 9]，将除了条目 1、2 外的其他 9 个条目划分为戒断症状 2 个（条目 3、4）、耐受症状 1 个（条目 5）、逃避行为 3 个（条目 6、8、11）、上网控制障碍 2 个（条目 7、10）、否认行为 1 个（条目 9），每个条目的选项分为“是”和“否”，选择“是”则表示存在该条目对应的症状。本研究中该问卷的 Cronbach α 系数为 0.82。

1.3.2 家庭因素 研究对象的家庭因素包括近 6 个月一起生活的家庭成员人数及是否曾被家长打骂。一起生活的家庭成员人数分为≤1 人、2～4 人、≥5 人。

1.3.3 心理因素 抑郁量表采用的是中文版流调中心抑郁自评量表（CES-Dscale）[10]。CES-D 共有 20 个条目，测量内容包含 4 个因素：抑郁情绪、积极情绪、躯体症状与活动迟滞，人际。被调查者回答在近 1 周内（从调查当日往前数 1 周，下同）症状出现的频率，采用从 0（很少或没有时间）到 3（大部分或所有时间）4 级分制，量表的得分在 0～15 分为正常范围，≥16 分为抑郁情绪。量表在中国青少年抑郁筛查应用中具有良好的信效度[11]。本研究中该问卷的 Cronbach α 系数为 0.86。

1.3.4 健康相关行为因素 健康相关行为包括体力活动水平（体力活动水平即 1 周内每天累计≥60 min 中高强度运动的天数，中高强度运动指让你气喘吁吁或心跳加快的运动，如跑步、篮球、足球、游泳、跳健身操、搬重物等）[12–13]、过去 12 个月内是否受过严重的伤害（指由于伤害而需要到医院治疗，或不能上学或影响日常活动≥1 d）[14]、过去 30 d 内在校园及校园周边是否受到过欺侮（如被恶意取笑、被索要财物、被孤立、被威胁恐吓等情况）[15]、是否吸烟（吸烟：曾经吸过烟草制

品，即使只吸一两口）[16]、是否饮酒（饮酒：曾饮过 1 杯酒如 1 听啤酒、1 小盅白酒、1 杯葡萄酒或黄酒）[17]。

1.4 统计分析　使用 SPSS 25.0 软件进行分析。对数据进行分类整理与预处理，对分类变量采用频数、构成比指标进行描述性统计分析；运用 χ^2 检验比较不同学校区域、不同年级、不同性别的网络成瘾率差异，采用 logistic 回归模型进行网络成瘾的多因素分析。检验水准 α=0.05，均为双侧概率检验。

2 结　果

2.1 研究对象基本情况　本次研究共纳入 127 624 名中学生，其中男生 65 448 人（51.28%）、女生 62 176 人（48.72%）；7～12 年级分别为 24 414 人（19.13%）、24 231 人（18.99%）、23 703 人（18.57%）、18 922 人（14.83%）、18 532 人（14.52%）、17 822 人（13.96%）；学校区域为城区 51 492 人（40.35%），郊县 76 132 人（59.65%）；住校 59 653 人（46.74%），非住校 67 971 人（53.26%）；汉族 104 525 人（81.90%），其他民族 23 099 人（18.10%）。

2.2 网络成瘾检出率（表 1）　湖南省中学生网络成瘾检出率为 2.69%（3 436/127 624），男生网络成瘾检出率为 2.79%，女生为 2.58%；城区为 3.05%（1 568/51 492），郊县为 2.45%（1 868/76 132）；城区男生、城区女生、郊县男生和郊县女生网络成瘾检出率分别为 3.26%，2.82%，2.48%，2.42%。男生网络成瘾检出率高于女生（χ^2=20.672，P<0.01），且不论在城区还是郊县，男生网络成瘾检出率均高于女生（χ^2=18.981、4.714，均 P<0.01）。对不同学校区域、不同性别的网络成瘾检出率随年级的变化趋势分析发现，学校区域在城区的男生、女生和学校区域在郊县的女生网络成瘾检出率与年级间存在线性关联（线性关联值分别为 97.013、58.342 和 10.023，均 P<0.05），除 12 年级外，三者的网络成瘾检出率均随着年级的增加呈上升趋势；而学校区域在郊县的男生网络成瘾检出率与年级间无线性关联（线性关联值为 0.655，P=0.42）。

表 1 不同学校区域、性别及年级中学生网络成瘾检出率及趋势分析
Table 1 Detection rate and trend analysis of internet addiction among middle school students in different school regions, genders, and grades

年级	城区				郊县				合计			
	男生		女生		男生		女生		男生		女生	
	检出数	检出率/%	检出数	检出率/%	检出数	检出率/%	检出数	检出率/%	检出数	检出率/%	检出数	检出率/%
7	44	1.11	35	1.00	135	1.52	99	1.22	179	1.40	134	1.16
8	76	1.97	77	2.14	225	2.60	197	2.43	301	2.40	274	2.34
9	104	2.77	75	2.18	247	2.88	217	2.73	351	2.85	292	2.57
10	213	4.24	165	3.32	138	3.18	148	3.23	351	3.75	313	3.28
11	233	4.83	197	3.89	127	2.81	136	3.30	360	3.85	333	3.63
12	191	3.80	158	3.52	96	2.37	103	2.42	287	3.16	261	2.98
合计	861	3.26	707	2.82	968	2.48	900	2.42	1 829	2.79	1 607	2.58
线性关联值	97.013		58.342		0.655		10.023		62.552		54.452	
P值	<0.01		<0.01		0.42		0.02		<0.01		<0.01	

2.3 网络成瘾症状（表 2）　在检出网络成瘾的 3 436 名中学生中，出现频率最高的成瘾症状是戒断症状、耐受症状、上网控制障碍，出现频率最低的症状是否认行为。

表 2 网络成瘾学生各种症状的检出情况
Table 2 Composition ratios of various symptoms in students with internet addiction

症状	条目	人数[a]	检出率/%
戒断症状	条目3：经常上网，即使不上网，脑中也一直浮现与网络有关的事情	3 015	87.75
	条目4：一旦不能上网，就感到不舒服或不愿意干别的事，而上网则缓解	2 484	72.29
耐受症状	条目5：为得到满足感而增加上网时间	2 855	83.09
逃避行为	条目6：因为上网而对其他娱乐活动失去了兴趣	1 744	50.76
	条目8：因为上网而不能完成作业或逃学	1 221	35.54
	条目11：为了逃避现实、摆脱自己的困境或郁闷、无助、焦虑情绪才上网	2 225	64.76
上网控制障碍	条目7：多次想停止上网，但总不能控制自己	2 730	79.45
	条目10：明知负面后果而继续上网	2 273	66.15
否认行为	条目9：向家长或老师、同学隐瞒自己上网的事实	1 133	32.97

注：a 计数为回答“是”的学生。

2.4　网络成瘾影响因素单因素分析(表 3)　不同性别、年级、学校区域、是否住校、民族、家庭成员人数、是否被家长打骂、是否有抑郁情绪、体力活动水平、是否受到严重伤害、是否受到过欺侮、是否吸烟和饮酒的中学生比较，其网络成瘾检出率差异均有统计学意义(均 $P<0.05$)。

表 3　不同特征中学生网络成瘾单因素分析

Table 3　Univariate analysis of internet addiction among middle school students with different characteristics

变量	总人数	网络成瘾人数	网络成瘾率/%	χ^2值	P值
性别				20.672	<0.01
男生	65 448	1 829	2.79		
女生	62 176	1 607	2.58		
年级				198.811	<0.01
7	24 414	313	1.28		
8	24 231	575	2.37		
9	23 703	643	2.71		
10	18 922	664	3.51		
11	18 532	693	3.74		
12	17 822	548	3.07		
学校区域				6.990	<0.01
城区	51 492	1 568	3.05		
郊县	76 132	1 868	2.45		
住校				358.782	<0.01
否	67 971	1 311	1.93		
是	59 653	2 125	3.56		
民族				38.762	<0.01
汉族	104 525	2 674	2.56		
其他民族	23 099	762	3.30		
一起生活的家庭成员人数[a]				37.264	<0.01
≤1	7 578	222	2.93		
2～4	90 168	2 288	2.54		
≥5	29 877	926	3.10		
曾被家长打骂[a]				576.127	<0.01
否	109 857	2 396	2.18		
是	17 766	1 040	5.85		
抑郁情绪				1 936.787	<0.01
否	87 749	1 183	1.35		
是	39 875	1 293	5.65		
体力活动水平/(d/w)[a]				230.361	<0.01
0	27 487	1 162	4.23		
1～3	67 120	1 557	2.32		
4～6	21 246	463	2.18		
7	11 770	254	2.16		
曾经受到严重伤害[a]				299.670	<0.01
否	121 125	3 032	2.50		
是	6 498	404	6.22		
受到过欺侮[a]				1 558.652	<0.01
否	97 980	1 694	1.73		
是	29 643	1 742	5.88		
吸烟[a]				1 380.115	<0.01
否	119 767	2 650	2.21		
是	7 856	786	10.01		
饮酒[a]				1 188.811	<0.01
否	109 988	2 127	1.93		
是	17 635	1 309	7.42		

注：a 为存在缺失值，缺失数均为1。

2.5　网络成瘾影响因素多因素分析(表 4)　以是否网络成瘾(0=否，1=是)为因变量，将网络成瘾单因素分析中具有统计学意义的变量(性别、年级、学校区域、是否住校、民族、家庭成员人数、是否被家长打骂、是否抑郁、体力活动水平、是否受到严重伤害、是否受到过欺侮、是否吸烟和

饮酒）作为自变量纳入多因素 logistic 回归模型进行分析（Backward LR，α=0.05），结果显示，高年级、住校、少数民族、被家长打骂、抑郁、曾受到严重伤害、受过欺侮、吸烟和饮酒为中学生网络成瘾的危险因素；而女生、学校位于郊县地区和中高体力活动每周>0 天的中学生发生网络成瘾的风险相对较低。

表 4 网络成瘾影响因素的多因素 logistic 回归分析
Table 4 Multifactorial logistic regression analysis of influencing factors of internet addiction

变量	参照组	β	$S_{\bar{x}}$	wald χ^2值	*OR*值	95%*CI*	*P*值
性别							
女生	男生	–0.090	0.037	5.870	0.914	0.850～0.983	0.02
年级							
8	7年级	0.519	0.072	51.656	1.681	1.459～1.936	<0.01
9		0.632	0.071	78.704	1.881	1.636～2.163	<0.01
10		0.563	0.074	58.369	1.756	1.520～2.029	<0.01
11		0.617	0.073	70.582	1.853	1.605～2.140	<0.01
12		0.477	0.077	38.660	1.612	1.387～1.873	<0.01
学校区域							
郊县	城区	–0.196	0.038	27.360	0.822	0.763～0.884	<0.01
住校							
是	否	0.558	0.039	205.942	1.748	1.619～1.886	<0.01
民族							
其他民族	汉族	0.137	0.044	9.783	1.147	1.053～1.250	<0.01
被家长打骂							
是	否	0.586	0.043	187.495	1.797	1.652～1.954	<0.01
抑郁							
是	否	0.944	0.040	1 560.475	2.569	2.376～2.778	<0.01
体力活动水平/(d/w)							
1～3	0	–0.496	0.041	144.064	0.609	0.561～0.660	<0.01
4～6		–0.675	0.059	133.080	0.509	0.454-0.571	<0.01
7		–0.763	0.074	107.555	0.466	0.404～0.538	<0.01
受到伤害							
是	否	0.294	0.059	25.209	1.342	1.196～1.505	<0.01
受过欺侮							
是	否	0.704	0.039	333.060	2.022	1.875～2.181	<0.01
吸烟							
是	否	0.683	0.050	185.799	1.979	1.794～2.184	<0.01
饮酒							
是	否	0.646	0.043	228.322	1.909	1.755～2.076	<0.01

3 讨　论

湖南省中学生网络成瘾检出率为 2.69%，低于 2022 年嘉兴市中小学生网络成瘾检出率（6.53%）[18]、大连市中学生网络成瘾检出率（3.46%）[2] 及全国中学生网络成瘾水平（6.92%）[4]，高于 2019 年辽宁省中学生网络成瘾检出率（2.29%）[19] 及 2023 年重庆市中学生网络成瘾检出率（2.5%）[20]。目前对于网络成瘾的判定有着不同的调查问卷、界定标准，而且对于网络成瘾的定义还没有统一标准，因此不同研究的网络成瘾检出率有着较大差异。虽然湖南省中学生网络成瘾检出率相对较低，但仍有 2.69% 的中学生网络成瘾。网络成瘾仍是一个严重的公共卫生问题，应尽快对网络成瘾群体采取针对性干预措施。此外，湖南省中学生网络成瘾的主要症状为戒断症状、耐受症状、上网控制障碍，与燕春婷等[2] 对于网络成瘾行为报告率的结果一致。有研究表明，就诊的网络成瘾患者中，仅 2%～3% 被诊断为网络（游戏）成瘾[3]，可见其识别度较低，提示网络成瘾症状的识别对于网络成瘾的诊断尤为重要。对于网络成瘾的干预及治疗也可以结合相应的网络成瘾症状，例

如，对于网络成瘾的失控症状可以采用动机访谈、认知行为治疗等方式，对于网络成瘾的戒断、耐受症状可以通过承诺疗法、体育运动处方等进行治疗。

本研究结果显示，中学生网络成瘾与性别、年级、学校区域、民族、被家长打骂、伤害、欺侮、吸烟、饮酒、体力活动等因素有关。不同性别中学生网络成瘾检出率差异有统计学意义，女生网络成瘾的风险较低，与国内外多项研究结果一致[19, 21–23]。可能与男女生的性格差异有关，面对生活中的问题，男生更倾向于压抑在心里或通过游戏来排解，而女生更倾向于找人倾诉宣泄的方式来排解[24]。与 7 年级相比，8～12 年级网络成瘾风险增高，且趋势性分析结果表明，网络成瘾检出率整体上随着年级的增加呈逐渐上升趋势，与国内多项研究结果一致[25–26]。随着年龄的上升，中学生进入青春期，心理逐渐成熟，脱离家长的管束以及对于电子产品的需求逐渐增多，增加了网络接触机会；也可能与年级较高的学生面临着更大的学习压力，试图通过网络释放压力有关。学校区域为郊县的中学生，其网络成瘾风险低于城区。有研究表明，互联网普及率与网络成瘾症状显著相关[27]，社会经济水平较高的地区学生更频繁地使用互联网、更易发展为网络成瘾[28]，这种地区差异可能与郊县互联网普及率比城区低、郊县学生接触网络的机会较城区少有关。住校中学生的网络成瘾风险是不住校者的 1.842 倍，与重庆市部分地区初中生网络成瘾调查结果“住校生网络成瘾率较走读生高”一致[29]，可能与住校生在学校缺乏家长的监管，学生的自律性差有关，如一项马来西亚的研究[30] 也发现，缺乏父母监督的中学生网络成瘾风险更高。少数民族中学生网络成瘾风险比汉族学生要高，与贵州省[31] 的一项研究结果一致，可能是因为少数民族地区家长对网络危害认识不足，家长疏于监管和干预，导致网络对少数民族中学生的冲击更大。

除上述因素之外，被家长打骂的中学生网络成瘾风险更高，与多项研究结果一致[2, 19, 32]。提示家长应营造一个和谐的家庭氛围，给予子女更多理解和鼓励，从而减少中学生网络成瘾的发生。抑郁、受到过严重伤害、受到过欺侮的中学生网络成瘾风险更高，与北京市、辽宁省的研究结果一致[19, 33]。有研究表明，网络成瘾者在面对现实问题时倾向于逃避[34]。在受到严重伤害、遭受欺侮时中学生会产生孤独、抑郁、敌对情绪，通过沉迷虚拟网络来逃避现实，从而增加网络成瘾的风险。提示中学生网络成瘾预防，要更加关注心理状态较差、受到过伤害欺侮的中学生。

中学生的行为生活方式也与网络成瘾有关。吸烟中学生的网络成瘾风险是不吸烟者的 2.102 倍，饮酒中学生网络成瘾风险是不饮酒者的 1.817 倍。与我国中学生网络成瘾影响因素 Meta 分析[4] 中“吸烟、酗酒等不良品行是中学生网络成瘾的危险因素”结果一致。有研究表明，吸烟与饮酒最容易与其他健康危险行为共存[35]。吸烟、饮酒的中学生往往健康素养较低、对于健康的认知较差，且缺乏自制力，更容易产生网络成瘾。体力活动水平高的中学生网络成瘾的风险相对较低，与多项研究结果一致[2, 36]。一方面可能是因为体育锻炼时间增加，上网时间相对减少[37]，从而有利于降低网络成瘾的风险；另一方面体育锻炼会促进大脑释放内啡肽等化学物质，缓解压力、改善心情和精神状态，使人产生愉悦感，从而降低网络成瘾的风险。

与既往关于网络成瘾同类研究相比，本研究采用湖南省大样本数据监测数据分析中学生网络成瘾，研究的样本量较大，代表性较好，且纳入了多个维度的影响因素，但仍存在一些局限性。首先本研究为横断面研究，只能探讨网络成瘾与影响因素之间的关联，无法获得网络成瘾与影响因素之间确切的因果关系。此外，本研究是通过填写调查问卷收集的数据，因此有部分研究对象可能存在隐瞒及谎报等情况，从而导致结果偏倚。

综上所述，湖南省中学生网络成瘾检出率较高，应积极采取应对措施，对网络成瘾的高危人群给予重点关注。在今后的中学生网络成瘾干预工作中要高度重视中学生成长过程中的家庭和学校环境、吸烟饮酒等不良行为，同时，也要关注中学生日常体育锻炼，加强中学生的体力活动水平，确保中学生在数字化时代身心健康。

参考文献

[1] American Psychological Association. APA Dictionary of Psychology: Internet addiction[EB/OL]. (2018-04-19)[2024-07-20]. https://dictionary.apa.org/internet-addiction.

[2] 燕春婷, 李瑞, 王智勇, 等. 大连市青少年网络成瘾现状及影响因素的调查研究 [J]. 中国预防医学杂志, 2021, 22(8): 634-639.

[3] 谌红献. 网络成瘾 (游戏障碍) 及干预策略 [J]. 四川精神卫生, 2021, 34(1): 1-5.

[4] 陈春雁, 罗美琪, 岳玉川. 我国中学生网络成瘾影响因素 Meta 分析 [J]. 中国初级卫生保健, 2023, 37(4): 81-84, 92.

[5] Chung S, Lee J, Lee H K. Personal factors, internet characteristics, and environmental factors contributing to adolescent internet addiction: a public health perspective[J]. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2019, 16(23): 4635.

[6] Fumero A, Marrero R J, Voltes D, et al. Personal and social factors involved in internet addiction among adolescents: A meta-analysis[J]. Computers in Human Behavior, 2018, 86: 387-400.

[7] González-Bueso V, Santamaría JJ, Fernández D, et al. Association

between internet gaming disorder or pathological video-game use and comorbid psychopathology: a comprehensive review[J]. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2018, 15(4): 668.

[8] Young K S. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder [J]. CyberPsychology and Behavior, 1998, 1(3): 237-244.

[9] 潘琼, 肖水源. 病理性互联网使用研究进展 [J]. 中国临床心理学杂志, 2002, 10(3): 237-240.

[10] Radloff L S. The CES-D scale: a self-report depression scale for research in the general population[J]. Applied Psychological Measurement, 1977, 1(3): 385-401.

[11] 章婕, 吴振云, 方格, 等. 流调中心抑郁量表全国城市常模的建立 [J]. 中国心理卫生杂志, 2010, 24(2): 139-143.

[12] 吴艳宇, 黄丽思, 迟宝峰. 内蒙古锡林郭勒盟 6～18 岁儿童青少年身体活动水平及影响因素 [J]. 中国公共卫生, 2023, 39(7): 857-862.

[13] 《中国人群身体活动指南》编写委员会. 中国人群身体活动指南 (2021)[J]. 中国公共卫生, 2022, 38(2): 129-130.

[14] 奉琪, 陈艳, 吴鑫. 长沙市中学生抑郁症状流行状况及其影响因素分析 [J]. 实用预防医学, 2023, 30(8): 949-954.

[15] 邵志晓, 耿修来, 邹金婷, 等. 海南省中学生校园欺侮和自杀倾向共发及与成瘾行为的相关性 [J]. 中国学校卫生, 2024, 45(4): 565-569.

[16] 温建, 李静娟, 王艳, 等. 贵阳市中学生吸烟现状及影响因素分析 [J]. 中国公共卫生, 2018, 34(5): 636-639.

[17] 雷园婷, 吕若然, 段佳丽, 等. 北京市 2014 年高中生饮酒行为及其影响因素分析 [J]. 中国学校卫生, 2018, 39(3): 367-371.

[18] 凌洁, 张敬敏, 赵玲慧. 嘉兴市中小学生网络成瘾现况调查 [J]. 预防医学, 2022, 34(12): 1207-1211.

[19] 高青, 刘懿卿, 叶茜雯, 等. 辽宁省中学生网瘾情况及其影响因素分析 [J]. 现代预防医学, 2020, 47(18): 3378-3381.

[20] 王玉洁, 刘琴, 周源柯, 等. 重庆市某区青少年视屏时长与网络成瘾对社交焦虑的影响 [J]. 医学新知, 2023, 33(6): 409-416.

[21] 李玲, 于全磊, 张林, 等. 青少年网络成瘾的性别差异: 学校社会处境分化的中介作用 [J]. 中国临床心理学杂志, 2015, 23(6): 1044-1048.

[22] Daoud M, Omri S, Feki R, et al. Prevalence of internet addiction in Tunisian adolescents[J]. European Psychiatry, 2021, 64(S1): S572-S573.

[23] 罗慧娟, 高若伊, 赵海, 等. 北京市中学生 2018—2022 年健康危险行为状况分析 [J]. 中国学校卫生, 2024, 45(3): 346-352.

[24] 董睿, 李雅超, 胡志民. 北京市本科生网络游戏动机与网络游戏成瘾的关系及其性别差异 [J]. 医学与社会, 2023, 36(10): 103-107.

[25] Mao X, Jiang X, Wang P F, et al. Online activities, prevalence of Internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China[J]. Addictive Behaviors Reports, 2017, 7: 14-18.

[26] Ling Y, Hu H N, You S Y, et al. The Heterogeneity of Internet Addiction in Adolescents and Related Factors: A Latent Profile Analysis[J]. Chinese Journal of Clinical Psychology, 2022, 30(2): 282-290.

[27] 彭琳璐, 郑显亮, 黄丽娟, 等. 大学生网络成瘾症状变迁的横断历史研究 [J]. 中国心理卫生杂志, 2023, 37(6): 526-531.

[28] Li L, Xu D D, Chai J X, et al. Prevalence of internet addiction disorder in Chinese university students: a comprehensive meta-analysis of observational studies[J]. Journal of Behavioral Addictions, 2018, 7(3): 610-623.

[29] 杨连建, 刁华, 李婷, 等. 沙坪坝区初中学生网络成瘾及影响因素分析 [J]. 预防医学, 2020, 32(2): 144-146,151.

[30] Awaluddin S M B, Ying C Y, Yoep N, et al. The association of internet addiction and perceived parental protective factors among Malaysian adolescents[J]. Asia Pacific Journal of Public Health, 2019, 31(S8): 57S-64S.

[31] 王雯, 张奇馨, 李秀玲, 等. 贵州省部分在校初中学生网络成瘾现况及影响因素分析 [J]. 贵州医科大学学报, 2022, 47(6): 661-665.

[32] 普亚姣. C 市中学生网络成瘾现状及影响因素研究 [D]. 长春: 吉林大学, 2023.

[33] 韩耕愚, 雷园婷, 吕若然, 等. 北京市高中生网络成瘾行为现状及其影响因素分析 [J]. 中国儿童保健杂志, 2018, 26(10): 1115-1119.

[34] 江文庆, 杜亚松, 辛秦, 等. 上海市网络成瘾中学生的应对方式与社会支持 [J]. 上海精神医学, 2011, 23(2): 87-91.

[35] 徐涛, 周县委, 张福兰, 等. 贵州省农村初中生健康危险行为共发模式与共发风险的性别差异 [J]. 中国慢性病预防与控制, 2023, 31(3): 194-198.

[36] 陈彩云. 深圳市青少年网络成瘾现状及其影响因素研究 [D]. 广州: 南方医科大学, 2023.

[37] Vilhelmson B, Thulin E, Elldér E, et al. Where does time spent on the Internet come from? Tracing the influence of information and communications technology use on daily activities[J]. Information, Communication and Society, 2017, 20(2): 250-263.