

青少年网络游戏成瘾防范机制的国外实践及启示

马清泽¹, 陈瑶², 魏淑华¹

1. 济南大学教育与心理科学学院, 山东 250022; 2. 济南市中级人民法院家事少年审判庭

【摘要】 青少年网络游戏成瘾是世界各国比较普遍和典型的公共卫生问题。美国、英国和德国在青少年网络游戏成瘾防范方面均采取了一系列有效措施, 如加强政府监管、完善立法、推动行业自律、创建防治网络沉迷的组织和机构、规范网络游戏市场秩序、丰富青少年的课余生活等。文章总结并借鉴美国、英国和德国的实践经验, 并结合中国实际情况, 提出制定适合中国国情的青少年网络游戏成瘾防范措施。

【关键词】 电子游戏; 行为, 成瘾; 防御机制; 美国; 德国; 英国; 青少年

【中图分类号】 R 179 TN 711 B 844.2 C 36 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2024)09-1221-06

International practice and implications of preventive measures for adolescent online game addiction/MA Qingze^{*}, CHEN Yao, WEI Shuhua. ^{*} School of Education and Psychology, University of Jinan, Jinan (250022), Shandong Province, China

【Abstract】 Adolescent online game addiction is a common and typical public health problem for all countries in the world. The United States, the United Kingdom and Germany have taken a series of effective measures in the prevention of adolescent online game addiction, such as strengthening government supervision, improving legislation, promoting industry self-discipline, creating organizations and institutions to prevent and control online addiction, regulating the order of online game market as well as enriching the after-school life of teenagers. The article aims to summarize and learn from the practical experiences of the United States, the United Kingdom and Germany, and combine them with the actual situation in China to formulate preventive measures against adolescent online game addiction that are suitable for the Chinese context.

【Keywords】 Video games; Behavior, addictive; Defense mechanisms; United States; Germany; United Kingdom; Adolescent

网络游戏成瘾是指个体对网络游戏的沉溺达到无法自控、过度热衷、带有强迫性质的程度, 从而导致其生理、心理以及社会功能严重受损^[1]。2023 年 12 月 25 日, 中国互联网信息中心发布的《第 5 次全国未成年人互联网使用情况调查报告》显示^[2], 2022 年我国未成年人互联网普及率为 97.2%, 未成年网民经常在网上玩游戏的比例达到 67.8%, 较 2021 年 (62.3%) 提高 5.5 个百分点, 提示我国已有越来越多的未成年人接触网络游戏。研究还表明, 过度沉迷于网络游戏可能对青少年产生一系列不良后果, 例如情绪焦虑、心情忧郁、睡眠质量差、社交问题以及学习成绩明显下降等^[3-7]。同时, 网络游戏成瘾也是一个全球性的公共卫生问题; 研究发现, 美国青少年网络游戏成瘾发生率为 7.6%~9.9%, 欧洲为 1.4%~9.4%, 中国为 2.2%~21.5%^[8]。2018 年 6 月, 世界卫生组织将网络游戏成瘾纳入国际疾病分类第十一次修订版 (International Classification of Diseases-11, ICD-11) 后, 许多国家采取相应的措施来预防和干预^[9]。本文通过梳理

美国、英国和德国在青少年网络游戏成瘾防范方面的实践做法, 总结这些国家的成功经验和失败教训, 为探索适合我国国情的青少年网络游戏成瘾防范机制提供参考。

1 美国预防和干预青少年网络游戏成瘾的实践

美国是最早建立互联网的国家, 其网络普及率非常高, 青少年上网已成了一种普遍现象^[10]。为了应对网络游戏对未成年人产生的负面影响、防止未成年人沉迷于虚拟世界, 美国政府采取立法、技术和社会组织三管齐下的策略, 旨在有效屏蔽有害信息、确保青少年能够在健康的网络环境中成长。

1.1 注重立法保护 美国对网络游戏的监管体系是由国家立法、行政和司法机关共同构建, 它们相互协作、共同监督网络游戏的运营和管理, 并将监管重心放在网络游戏的内容、隐私和制度上, 通过实施相关法律措施、严格把控, 旨在有效防止和减少网络游戏内容对未成年人心理健康的潜在不良影响^[11]。

【基金项目】 2020 年国家社科基金年度项目 (20BSH131)

【作者简介】 马清泽 (2000-), 女, 山东淄博人, 在读硕士, 主要研究方向为学校心理健康教育。

【通信作者】 魏淑华, E-mail: sep_weish@ujn.edu.cn

1996 年 2 月,美国国会批准的《通信规范法》明文规定^[12],任何企图通过网络通信手段,对他人进行干扰、恶意诋毁、威胁或故意刁难,并传播淫秽、不道德、猥亵、低俗或不良内容等行为,都将视为违法行为。1998 年 10 月,美国国会通过《儿童网络隐私保护法》^[13],规定针对儿童的商业网站经营者,在未得到父母同意的情况下,不允许收集、使用或公开 13 岁以下儿童的个人信息,其实实施细则于 2000 年 4 月 21 日生效,此法案生效后的 20 余年来,在为青少年健康成长营造安全网络环境方面发挥了积极的作用。2000 年,美国国会颁布实施《儿童互联网保护法》^[14],根据该法案,由政府资助的中小学及图书馆必须制定网络安全制度,并采取切实措施保证其上网的安全性;由于该法案主要针对公共图书馆和学校等场所,并未对成年人的言论自由权利产生实质性影响,从而获得了联邦最高法院的合宪性裁决,旨在为青少年营造一个相对安全的网络环境^[11]。

1.2 制定游戏软件分级制度 美国采用了娱乐软件定级委员会(Entertainment Soft Rating Board, ESRB)制定的网络游戏软件分级制度^[15]。该制度的核心目标是为各类游戏软件标注适宜年龄分级,帮助家长防止未成年人接触到不适宜的游戏以便更好地管理青少年网络游戏行为。该措施的施行有效减少了暴力、色情等不良信息对青少年可能造成的潜在伤害,成为网络时代有计划、有步骤地对青少年进行网络教育的重要举措^[16-17]。

1.3 社会组织提供各类专业服务 在应对青少年网络游戏成瘾的问题上,美国的社会组织也发挥着重要的作用,通过建立非营利性质的网络成瘾防沉迷组织和营利性质的网络成瘾康复中心,为过度沉迷网络的青少年提供有效的帮助。

1.3.1 开设非营利性的网络成瘾防沉迷组织机构 在美国,致力于青少年网络游戏防沉迷工作的重要力量主要包括热心公益的社会组织、专业研究人士,以及那些曾深受网络游戏沉迷困扰的玩家及其家庭,他们共同致力于推动网络游戏防沉迷工作的发展。2002 年,莉兹·伍利在威斯康星州奥西奥拉创立“在线玩家匿名协会”^[18],作为一个非营利性的组织,该康复团体致力于揭露网络游戏成瘾背后潜藏的风险,为那些沉迷于游戏的玩家及他们的亲人和朋友给予所需要的帮助。2011 年,杰里·班菲尔德积极倡导并创立了名为“2012 视频游戏沉迷援助”的组织^[19],致力于宣传网游沉迷的危害。

1.3.2 开设营利性的网络成瘾康复中心 美国开设营利性的网络成瘾康复中心,是一种针对青少年网络游戏成瘾问题的专业化解决方案,这些康复中心以商业化的形式运作,并拥有完善的设施和专业团队,能

够为那些深受网络成瘾困扰的青少年提供科学、系统的治疗服务^[20]。2009 年开设的网络成瘾戒除中心——“天堂牧场疗养中心”是美国首家网络成瘾戒除中心^[21],该中心由心理治疗师、网络技术专家以及从事户外活动的专业人士组成,组成人员借助心理治疗、日常关爱和社交技能提升等多种传统手段,帮助青少年摆脱网络成瘾的困扰。

这些社会组织的存在不仅为青少年网络游戏成瘾问题提供了有效的解决方案,而且也帮助家庭和学校更好地理解 and 应对网络游戏成瘾问题,提高社会对这一问题的认识和重视程度^[22]。

2 英国预防和干预青少年网络游戏成瘾的实践

2022 年,英国通讯管理局公布的英国在线用户习惯年度报告指出,网络游戏特别受到英国儿童和青少年的喜爱。具体而言,16 岁及以上的人群中玩网络游戏的人数比例是 39%,3~15 岁的儿童中比例更是高达 56%;此外,以上玩网络游戏的人群每周在网上玩游戏的平均时间为 7 h 33 min^[23]。在预防和干预青少年网络游戏成瘾的实践中,与美国的主要差异是英国更依赖于政府,英国政府会采取一系列措施防止青少年过度玩游戏;同时学校和家庭也重视培养青少年的综合素养,并鼓励青少年参加课外活动。

2.1 利用技术手段,防止青少年网络游戏成瘾 为维护未成年人的健康发展,英国政府倡导网络服务提供商采取行动,帮助家长拦截孩子可能接触到的有害网络内容。一些父母在征得孩子的同意后,会选择安装网络监控工具,从而实时掌握孩子的网络活动;同时,很多家长、学校会采用由计算机网络服务商提供的对青少年“友好型”的过滤软件,该类软件不仅有助于保护未成年人免受诸如暴力、色情之类的有害信息的侵害,而且可以有效控制未成年人的网络时间^[24]。英国还拥有专门介绍游戏的网站,其核心任务是帮助家长更全面地理解孩子们正在玩的各种游戏^[14]。

2.2 政府建立“游戏成瘾”治疗中心 2019 年 10 月 9 日,英国国家健康卫生服务中心设立了首个专门针对游戏过度依赖的治疗机构,该机构被命名为“网络与游戏障碍中心”,旨在帮助 13~25 岁因玩游戏而遭受健康问题困扰的青少年^[25];治疗中心的医生与心理学家、理论解析者、精神健康研究者及各路专家携手共同研究针对游戏过度依赖的疗愈策略。该中心自开业以来,大约 70% 的患者年龄在 18 岁或以下,近 90% 是男性^[26]。英国政府通过成立专门应对游戏过度依赖的治疗中心,体现对该问题的深度关切,并将此类依赖行为视为重要的公共卫生挑战。

2.3 重视丰富青少年的课余时间 在英国,虽然有很多青少年已经养成了每日上网的习惯,但对互联网使

用达到上瘾程度的并不多。一方面是因为家庭网络环境得到了有效的监控;另一方面则是因为英国儿童的课余时间丰富多彩,儿童一般无太多时间上网^[27]。相较于中国,英国孩子学校布置的家庭作业明显较少,青少年可以通过课外活动、参观、绘画、体育等方式进行娱乐和消遣,减少了网络游戏成瘾的可能^[28]。

3 德国预防和干预青少年网络游戏成瘾的实践

与美国、英国相比,德国更注重立法的严格规范、科技手段的精准干预、制度的不断完善,以及家庭教育和社会共识的形成,这些做法为德国在应对青少年网络游戏成瘾问题上提供了有力的支持和保障。

3.1 建立手游预警系统 德国已建立了一套针对手机游戏的预警机制,在这个系统中,被称为“网络巡警”的专业团队 24 h 对各种网络活动进行严密监控^[29]。此外,德国还利用这一网络游戏预警系统,对 24 h 不间断的游戏直播网络实施严格管理,并明确禁止未成年人在晚上 10 点之后参与直播活动^[30]。

德国政府采用了网络内容的标签化方法,对网络内容进行细致的分类、标记和筛选,从技术层面确保内容的合法性^[31],这一举措推动了互联网管理模式由被动向主动的转变。

3.2 加强网络游戏监管 德国政府通过立法加强对网络游戏的监管,如修订《青少年保护法》和《青少年媒体保护州际协议》等相关法律^[32],对网络游戏的内容、年龄分级等方面做了明确规定。按照这些修订后的法律条款,网络游戏需执行与电影相同的“年龄分级”许可制度^[33];同时,政府也加大了对网游经营者的监督力度,督促其严格按照国家有关规定执行,保证游戏内容的健康和适宜青少年发展^[33]。

3.3 建立游戏审查制度和分级制度 德国有自己的游戏软件内容审查与分级制度:德国娱乐软件检验局(Unterhaltungssoftware Selbstkontrolle, USK)是用于德国境内的软件分级系统,其评级结果具有法律约束力^[34];在德国市场上发布的所有游戏,都必须先经过 USK 的严格审核和评级,才能获准销售。这一制度确保了青少年不会接触到与其年龄不符,可能包含暴力、色情等内容的游戏,有助于保护青少年免受不良信息的侵害。

近几年,德国对游戏审查和分级政策进行深度调整,规定 USK 自 2023 年 1 月 1 日起开始实施新规则^[35],更新年龄分级图式并标注内容,同时考虑玩家长期游戏的风险;此举使游戏审查和分级制度更精确,帮助家长更好地了解游戏的风险。由此看出,德国的游戏审查制度正在逐步加强和完善,以更好地保护青少年的健康成长。

3.4 开设网络成瘾诊所 德国也成立了专门治疗未

成年人网瘾和游戏沉迷的医疗机构或诊所,并将其纳入一定的治疗支持体系中^[36]。2003 年,德国知名慈善机构“维希尔之家”在博腾哈根市率先创建了世界上第一家网络成瘾戒治中心^[36],该诊所集医学、心理和运动于一体,为青少年提供全面的治疗服务;治疗手段包括艺术疗法、运动疗法和自然疗法等。当下德国各地也相继涌现出许多类似的诊所,以应对不同地区青少年的网络成瘾问题;这些诊所不仅提供专业的治疗手段,也注重与家庭、学校的合作,共同为青少年创造一个健康的成长环境。

4 对中国制定与完善青少年网络游戏成瘾防范措施的启示

梳理和分析美国、英国、德国针对青少年网络游戏成瘾的应对策略,主要包括以下共性特征:持续推动和完善相关的法律法规体系,坚守教育优先、预防为主的原则,强调行业内的自我规范,以及倡导家庭、学校和社会三方的联合参与,共同构建一个协同、全方位的管理和应对机制等。在此基础上,结合中国青少年网络游戏成瘾的现状,建议从以下几个方面制定防范措施。

4.1 推进网络管理的法制化进程 从美国、德国的实践经验中得知,为有效治理网络游戏成瘾,健全网络游戏管理的法律框架和监管体系是最有效的工具。但是,各国国情存在较大差别,在参考借鉴时,不仅要关注制度本身及其带来的治理效果,还应根据本国实际情况制定相应法律法规。在未成年人网络游戏保护领域只有适合本土国情、能解决本国实际问题的制度才是科学的^[37]。因此,中国应构建一套以法律法规为核心,辅以有效监督和管理体系,该体系需要清晰明确地规定暴力、血腥等不良信息的具体范畴,并制定严格的处罚措施。综上所述,中国对于已在 2023 年 9 月 20 日通过的《未成年人网络保护条例》^[38],应积极推动其尽快落地实施,有效指导相关主体落实对未成年人网络保护的具体职责、构建高质量的未成年人网络保护体系,以应对当前复杂的局面。

4.2 提高技术控制手段 为引导中国网络游戏产业的规范发展,有关部门推出了一系列的技术措施,如进行实名认证、人脸识别、设置引导提示、实时验证等,但都未达到预期效果,并且中国尚未出台严格的游戏分级制规范我国网络游戏市场^[39]。鉴于此,可以参考美国的 ESRB 评级体系,结合中国的实际情况,不断完善网络游戏评级标准,有助于技术层面更有效地规范网络游戏市场。此外,还应提高对网络游戏违规行为的处罚力度,以此促使运营商自觉遵守相关规定,实现行业的自我约束^[40]。

4.3 相关部门针对网络游戏开展专门的整治行动

目前,面向未成年人的网络游戏产品数量繁多,但游戏品质却存在显著差异,游戏内容也呈现多元化和复杂化的趋势^[41]。因此,相关部门亟需对现有的网络游戏开展专门的整治行动:严格禁止在未成年人可接触的游戏中出现色情、暴力等不适当的内容;有效限制网络游戏对未成年人产生的潜在成瘾风险;强化对网络游戏相关衍生产品的管理。同时,应进一步加大对涉事企业的整治力度,行政监督部门、司法机构以及人民法院需积极履行职责,以确保未成年人的合法权益得到充分保障。

4.4 网络游戏服务提供者应当承担相应责任 网络游戏服务提供者在获得显著经济收益的同时,也理应对未成年人过度沉迷于手机网络游戏这一日益凸显的社会难题承担起相应的职责^[42]。为此,各大网络游戏服务提供者应当尽快借助专业第三方的力量,对企业内部产品进行未成年人保护评估,尽快发现并修正自身产品和服务中可能损害未成年人身心健康的因素,并建立相应的未成年人保护机制,以保障未成年人的权益。

4.5 支持、鼓励专业社会组织的建设和发展 随着网络游戏的兴起,部分青少年不仅因过度投入游戏而荒废学业,而且身心健康也受到严重伤害^[3-7]。在此背景下,急需培养更多掌握法律法规、社会工作、心理学和社会学等领域知识的专业人才^[43]。因此,构建和发展能够吸引并整合这些人才资源的专业社会组织已迫在眉睫,这些组织可以凭借其社会服务特性,秉持客观、中立的立场应对问题;既能够提升教师和家长的专业素养,也能为孩子提供必要的权益保护服务,包括心理辅导和法律帮助等。

4.6 丰富青少年文体活动 当代传播学理论认为,电子媒介本身所具备的麻醉作用,正在以其特有的工具理性对大众产生深远影响^[44];特别是对于正处在身心发展关键时期的青少年而言,网络世界之外的现实生活显得尤为重要。因此,在推进青少年教育的过程中,应当高度重视网络教育与实体教育的相互融合,以此作为提升青少年综合素质的有效途径。同时,还需积极投入力量不断强化青少年活动场所的建设工作,引导青少年开展丰富多彩的实践教育活动,尤其是有关情感体验和情感宣泄的主题活动;通过这些活动,引导青少年掌握调整情绪的方法,正确应对负面情绪、丰富积极情绪体验,进而减少青少年的网络游戏成瘾^[45]。

4.7 构建个人、家庭、学校、社会等多方联动体系 未成年人过度沉迷于网络游戏是一个多层面、复杂的社会难题,仅凭个人或政府单一方面的努力难以取得显著成效,需要多方共同参与、合作治理,发挥家庭、学校、社会支持系统的共育作用^[46]。(1)个人层面上,

青少年应强化自身的社会责任感,提高心理抵御能力和自我约束力,自觉抵制低俗网络游戏^[47]。(2)家庭层面上,家长应采取积极的育儿风格,注重与孩子的沟通和引导,培养孩子的独立性和自控能力^[48];同时积极提升自身的网络素养,深入理解未成年人的成长特点,满足青少年的基本心理需求^[42]。(3)学校层面上,教师需掌握科学引导和教育青少年的方法^[49],并与学生建立积极的师生关系,鼓励学生积极参与课程作业和学习活动,从而降低他们参与网络游戏活动的可能性^[50];同时学校和社区应充分利用现有资源,积极组织 and 举办涉及家庭教育、游戏防沉迷、网络素养提升等主题的讲座或活动^[51-52]。(4)国家和社会层面上,应建立预防和治疗未成年人沉迷手机网络游戏的网络保护体系,以确保儿童青少年健康成长。

利益冲突声明 所有作者声明无利益冲突。

参考文献

- [1] YU C, LI X, ZHANG W. Predicting adolescent problematic online game use from teacher autonomy support, basic psychological needs satisfaction, and school engagement: a 2-year longitudinal study [J]. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 2015, 18(4): 228-233.
- [2] 中国互联网络信息中心. 第 5 次全国未成年人互联网使用情况调查报告 [EB/OL]. (2023-12-25) [2024-02-10]. <https://www.cnnic.net.cn/n4/2023/1225/c116-10908.html>. China Internet Network Information Center. The 5th national survey on Internet use of minors [EB/OL]. (2023-12-25) [2024-02-10]. <https://www.cnnic.net.cn/n4/2023/1225/c116-10908.html>. (in Chinese)
- [3] MENG Y, SHI X, CAI D, et al. Prevalence, predictive factors, and impacts of Internet gaming disorder among adolescents: a population-based longitudinal study [J]. *J Affect Disord*, 2024, 362: 356-362.
- [4] OSTINELLI EG, ZANGANI C, GIORDANO B, et al. Depressive symptoms and depression in individuals with Internet gaming disorder: a systematic review and Meta-analysis [J]. *J Affect Disord*, 2021, 284(2): 136-142.
- [5] MUTLU C, BIRINCI T, SENEL A, et al. A multi-dimensional assessment of Internet gaming disorder in children and adolescents: a case-control study [J]. *Work*, 2024, 77(4): 1089-1099.
- [6] 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. WANG Y J, LIU Q, ZHOU Y K, et al. The effects of video screen time and Internet addiction on social anxiety among adolescents in a district of Chongqing [J]. *New Med*, 2023, 33(6): 409-416. (in Chinese)
- [7] 奚婉, 胡玉正. 青少年网络游戏成瘾的研究现状与展望 [J]. *应用心理学*, 2022, 28(1): 3-19. XI W, HU Y Z. Research status and prospect of adolescent online game addiction [J]. *Chin Appl Psychol*, 2022, 28(1): 3-19. (in Chinese)
- [8] CHANG C H, CHANG Y C, YANG L, et al. The comparative efficacy of treatments for children and young adults with Internet addiction/Internet gaming disorder: an updated Meta-analysis [J]. *Int J Environ*

- Res Public Health, 2022,19(5):2612.
- [9] 刘曲. 世界卫生组织更新《国际疾病分类》游戏成瘾列入精神疾病 [EB/OL]. (2018-06-19) [2024-08-22]. <https://health.huanqiu.com/article/9CaKrnK9BCM>.
- LIU Q. World Health Organization updates International Classification of Diseases to include gaming addiction as a mental illness [EB/OL]. (2018-06-19) [2024-08-22]. <https://health.huanqiu.com/article/9CaKrnK9BCM>. (in Chinese)
- [10] 高英彤, 王在亮. 美国对青少年参与网络游戏的监管经验探析: 以教育为视角 [J]. 社会科学战线, 2012, 35(1): 223-226.
- GAO Y T, WANG Z L. An analysis on the supervision experience of teenagers' participation in online games in the United States: from the perspective of education [J]. Soc Sci Front, 2012, 35(1): 223-226. (in Chinese)
- [11] 官倩, 高英彤, 王家曦. 美国网络游戏规制体系析论 [J]. 中国青年研究, 2015, 27(2): 113-119.
- GONG Q, GAO Y T, WANG J X. Analysis of American online game regulation system [J]. Chin Youth Stud, 2015, 27(2): 113-119. (in Chinese)
- [12] BROWN S J. Revisiting the telecommunications act of 1996 [J]. Politic Sci Polit, 2018, 51(1): 129-132.
- [13] United States Congress. The children's online privacy protection act [EB/OL]. (1998-10-21) [2024-02-05]. <http://www.coppa.org/coppa>.
- [14] American Library Association. Children's Internet protection act [EB/OL]. (2024-02-05) [2024-04-27]. <http://www.ala.org/cipa/law.PDF>. 2024-02-05.
- [15] 张宁. 疫情之下 美英如何防止学生沉迷网络 [N]. 中国教师报, 2020-10-20(3).
- ZHANG N. How can the US and UK prevent students from becoming addicted to the Internet [N]. China Teachers' Daily, 2020-10-20(3). (in Chinese)
- [16] 理查德·泰勒. “游戏系统”: 美国视频游戏内容监管 [J]. 北京邮电大学学报(社会科学版), 2009, 11(4): 38-45.
- RICHARD T. Gaming Systems: regulation of video game content in the United States [J]. J Beijing Univ Posts Telecommun (Soc Sci Edit), 2009, 11(4): 38-45. (in Chinese)
- [17] 刘瑾. 北美游戏软件分级制度 [J]. 新经济, 2010, 29(10): 81-83.
- LIU J. North American game software rating system [J]. New Econ, 2010, 29(10): 81-83. (in Chinese)
- [18] 《互联网时代》主创团队. 互联网时代 [M]. 北京: 北京联合出版公司, 2015.
- Internet Times Creator Team. Internet age [M]. Beijing: Beijing United Publishing Company, 2015. (in Chinese)
- [19] 王星, 魏政军, 陈雨农. 美国人的网瘾困扰 [N]. 电脑报, 2012-09-03(A2).
- WANG X, WEI Z J, CHEN Y N. The problem of Internet addiction among Americans [N]. Popular Computer Weekly, 2012-09-03(A2). (in Chinese)
- [20] 张瑞瑞. 美国青少年网瘾问题研究现状及防治对策 [J]. 中小学德育, 2015, 31(12): 12-15.
- ZHANG R R. Research status and prevention strategies of Internet addiction among American adolescents [J]. J Moral Educ Prim Second Sch, 2015, 31(12): 12-15. (in Chinese)
- [21] 高原. 美国开设首家网瘾戒除中心 [EB/OL]. (2009-08-29) [2024-02-10]. <https://news.39.net/qwfb/090830/979237.html>.
- GAO Y. The first Internet addiction rehabilitation center establishing in the United States [EB/OL]. (2009-08-29) [2024-02-10]. <https://news.39.net/qwfb/090830/979237.html>. (in Chinese)
- [22] 程斯辉, 刘宇佳. 防治中小学生沉迷网络的国外模式与借鉴 [J]. 人民教育, 2019(10): 75-79.
- CHENG S H, LIU Y J. Prevention and control of primary and secondary school students addicted to the Internet of foreign models and reference [J]. People's Educ, 2019(10): 75-79. (in Chinese)
- [23] Ofcom. Online nation 2022 report [EB/OL]. (2022-08-24) [2024-03-10]. <https://www.gov.uk/find-digital-market-research/online-nation-2022>.
- [24] 王一. 监管青少年上网, 英国有啥招 [EB/OL]. (2017-01-15) [2024-08-22]. <https://www.jfdaily.com/news/detail?id=42146>.
- WANG Y. What measures does the UK have to regulate teenagers' Internet usage [EB/OL]. (2017-01-15) [2024-08-22]. <https://www.jfdaily.com/news/detail?id=42146>. (in Chinese)
- [25] 明镜. 英国宣布将设游戏成瘾治疗中心, 治疗 13~25 岁年轻人 [EB/OL]. (2019-10-12) [2024-02-22]. http://youxi.youth.cn/yw/201910/t20191012_12091975.htm.
- MING J. The UK has announced plans to open gaming addiction treatment centres for young people aged 13-25 [EB/OL]. (2019-10-12) [2024-02-22]. http://youxi.youth.cn/yw/201910/t20191012_12091975.htm. (in Chinese)
- [26] 李娃娃. 疫情期间需求暴涨 英国首家游戏成瘾治疗中心人满为患 [EB/OL]. (2021-12-22) [2024-02-22]. <https://news.hexun.com/2021-12-22/204981913.html>.
- LI J J. The first gaming addiction treatment centre in the UK bursting at the seams as demand soars during the pandemic [EB/OL]. (2021-12-22) [2024-02-22]. <https://news.hexun.com/2021-12-22/204981913.html>. (in Chinese)
- [27] 彭梓祺. 浅谈西方教育: 外国是怎么管理孩子上网的? [EB/OL]. (2016-02-19) [2024-03-17]. <http://www.zhizeu.com/education/guandian/201602194130/>.
- PENG Z Q. A brief discussion on western education: how to manage children's Internet access abroad? [EB/OL]. (2016-02-19) [2024-03-17]. <http://www.zhizeu.com/education/guandian/201602194130/>. (in Chinese)
- [28] 何建东. 基于国外青少年网瘾问题及防治策略的经验启示 [J]. 黑河学院学报, 2017, 8(11): 18-19.
- HE J D. Based on the experience and enlightenment of foreign adolescent Internet addiction problems and prevention strategies [J]. J Heihe Univ, 2017, 8(11): 18-19. (in Chinese)
- [29] 周佳佳. 青少年手游上瘾 全球各国用这些方法应对 [EB/OL]. (2017-07-12) [2024-08-22]. <https://www.rmzxb.com.cn/c/2017-07-12/1651481.shtml>.
- ZHOU J J. Teenagers addicted to mobile games, countries around the world use these methods to deal with it [EB/OL]. (2017-07-12) [2024-08-22]. <https://www.rmzxb.com.cn/c/2017-07-12/1651481.shtml>. (in Chinese)
- [30] 凌莉莉. 国外如何监管青少年网游 [N]. 广西日报, 2017-07-20(12).
- LING Q L. How to regulate youth online games abroad [N]. Guangxi Daily, 2017-07-20(12). (in Chinese)
- [31] 中华人民共和国国家互联网信息办公室. 打造未成年人免受网络乱象侵袭的“护身符”: 写在《网络信息内容生态治理规定》施行之际 [EB/OL]. (2020-03-01) [2024-03-17]. <https://www.cac>.

- gov.cn/2020-03/01/c_1584607585843441.htm? from = singlemessage.
- Cyberspace Administration of China. Creating a Protective Charm to shield minors from online chaos; written on the occasion of the implementation of the Regulations on the Governance of the Ecological Environment of Network Information Content[EB/OL]. (2020-03-01) [2024-03-17]. https://www.cac.gov.cn/2020-03/01/c_1584607585843441.htm? from = singlemessage. (in Chinese)
- [32] 黄志雄, 刘碧琦. 德国互联网监管:立法、机构设置及启示[J]. 德国研究, 2015, 30(3):54-71, 126-127.
- HUANG Z X, LIU B Q. German Internet regulation; legislation, institutional setup, and lessons learned[J]. *Dtschl Stud*, 2015, 30(3): 54-71, 126-127. (in Chinese)
- [33] 管克江, 颜欢, 张慧中. 多国努力净化青少年网络环境[J]. 理论导报, 2023, 37(2):61-63.
- GUAN K J, YAN H, ZHANG H Z. The efforts of multiple countries to purify the online environment for teenagers [J]. *J Soc Theory Guide*, 2023, 37(2):61-63. (in Chinese)
- [34] 范开庆. 手游玩家低龄化成多国社会之“痛”全球都想招治[N]. 环球时报, 2017-07-12(14).
- FAN K Q. Global efforts to address the pain of multiple countries' societies; the younger age of mobile game players [N]. *Global Times*, 2017-07-12(14). (in Chinese)
- [35] Unterhaltungssoftware Selbstkontrolle. Ab 1. Januar 2023; Neue Regeln bei der Prüfung von digitalen Spielen[EB/OL]. (2022-12-24) [2024-07-02]. <https://usk.de/fuer-unternehmen/pflichten-fuer-anbieter/>.
- The German Entertainment Software Self-Regulation Body. Effective January 1, 2023; introducing updated regulations for digital game testing[EB/OL]. (2022-12-24) [2024-07-02]. <https://usk.de/fuer-unternehmen/pflichten-fuer-anbieter/>. (in German)
- [36] 赵彦. 治网瘾各国各有各国儿的招[N]. 北京青年报, 2017-03-02(10).
- ZHAO Y. Countries have different ways to treat Internet addiction [N]. *Beijing Youth Daily*, 2017-03-02(10). (in Chinese)
- [37] 沈达. 美国的未成年人网络保护立法[J]. 网络传播, 2020, 17(9):5.
- SHEN D. Internet protection legislation for minors in the United States [J]. *New Media*, 2020, 17(9):5. (in Chinese)
- [38] 中华人民共和国国务院办公厅发布《未成年人网络保护条例》[EB/OL]. (2023-10-24) [2024-03-20]. https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202310/content_6911289.htm.
- General Office of the State Council of the PRC issued the Regulations on the Protection of Minors Online[EB/OL]. (2023-10-24) [2024-03-20]. https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202310/content_6911289.htm. (in Chinese)
- [39] 孙司芮, 刘亚娜. 我国网络游戏监管模式问题研究[J]. 理论月刊, 2015, 37(10):160-164.
- SUN S R, LIU Y N. China's network game supervision model research [J]. *Theory Mon*, 2015, 37(10):160-164. (in Chinese)
- [40] 杨传张, 祁述裕. 我国互联网文化产业监管制度的现状、问题及建议[J]. 福建论坛, 2019, 39(2):28-31.
- YANG C Z, QI S Y. Current situation, problems and suggestions of supervision system of Internet culture industry in China [J]. *Fujian Trib*, 2019, 39(2):28-31. (in Chinese)
- [41] 何威, 李玥, 陈慧琳. 2023 年中国数字游戏研究述评:基于学术期刊文献数据分析[J]. 中国数字出版, 2024, 2(2):68-79.
- HE W, LI Y, CHEN H L. Review of research on digital games in China in 2023; based on analysis of academic journal literature data [J]. *China Digit Publish*, 2024, 2(2):68-79. (in Chinese)
- [42] 梁洪霞, 陈一琿. 儿童发展权视角下网络游戏法律规制的体系化构建[J]. 南海法学, 2021, 5(1):77-89.
- LIANG H X, CHEN Y H. Systematic construction of legal regulation on online games from the perspective of children's development rights [J]. *South China Sea Law J*, 2021, 5(1):77-89. (in Chinese)
- [43] 蔺秀云. 新时代儿童青少年心理健康问题现状及对策探析[J]. 中小学心理健康教育, 2024, 24(8):19-24.
- LIN X Y. Current situation and countermeasures of mental health problems of children and adolescents in the new era [J]. *Ment Health Educ Prim Second Sch*, 2024, 24(8):19-24. (in Chinese)
- [44] 刘存地. 网络传播技术的潜在规定性及其对受众社会认知的影响[J]. 江汉论坛, 2024, 67(8):60-68.
- LIU C D. The potential regulatory nature of network communication technology and its impact on audience social cognition [J]. *Jiangnan Trib*, 2024, 67(8):60-68. (in Chinese)
- [45] YUNTIAN X, QIAN Y, FAN L. The relationship of Internet gaming addiction and suicidal ideation among adolescents; the mediating role of negative emotion and the moderating role of hope [J]. *Int J Environ Res Public Health*, 2023, 20(4):3375-3375.
- [46] THOITS P A. Conceptual, methodological and theoretical problems in studying social support as a buffer against life stress [J]. *J Health Soc Behav*, 1982, 23(2):145-159.
- [47] KAYA A, TURK N, BATMAZ H, et al. Online gaming addiction and basic psychological needs among adolescents; the mediating roles of meaning in life and responsibility [J]. *Int J Ment Health Addict*, 2023; 1-25. DOI:10.1007/s11469-022-00994-9.
- [48] CHUNG S A, BAE S, KIM H J, et al. Mediating effects of attention problems on the link between parenting style and Internet gaming disorder in adolescents [J]. *Front Psychiatry*, 2023, 14:1211889.
- [49] 刘瑶, 王江洋. 中学生网络素养的结构与教育对策研究[J]. 辽宁教育, 2023, 52(2):60-64.
- LIU Y, WANG J Y. Research on the structure and educational countermeasures of middle school students' network literacy [J]. *Liaoning Educ*, 2023, 52(2):60-64. (in Chinese)
- [50] WANG P, GAN X, LI H, et al. Parental marital conflict and Internet gaming disorder among Chinese adolescents; the multiple mediating roles of deviant peer affiliation and teacher-student relationship [J]. *PLoS One*, 2023, 18(1):e0280302.
- [51] 肖玉娟. 青少年网络成瘾的形成原因及对策探析[J]. 心理月刊, 2022, 17(18):228-231.
- XIAO Y J. Analysis on the causes and countermeasures of adolescent Internet addiction [J]. *Psychol Mon*, 2022, 17(18):228-231. (in Chinese)
- [52] 张志华, 孙业桓. 中国中学生网络成瘾现状及流行特征的 Meta 分析[J]. 中国学校卫生, 2018, 39(10):1481-1485.
- ZHANG Z H, SUN Y H. Meta-analysis of Internet addiction disorder among middle school students in China [J]. *Chin J Sch Health*, 2018, 39(10):1481-1485. (in Chinese)