

大学生短视频成瘾影响因素及其健康损害研究进展

代宝, 郑怡晴, 杨利英

合肥工业大学管理学院, 安徽 230009

【摘要】 短视频应用为大学生群体提供了全新的网络参与模式,但也因此带来了一些值得关注的问题,特别是大学生短视频成瘾现象。文章通过系统分析国内外有关大学生短视频成瘾的研究成果,阐述短视频成瘾的含义、影响因素及其对大学生身心健康造成的负面影响,从而引起家庭、学校和社会各界对于大学生短视频成瘾问题的重视,并在此基础上帮助大学生群体建立健康的短视频使用习惯、降低短视频成瘾风险。

【关键词】 短视频;行为,成瘾;研究;学生

【中图分类号】 R 179 B 844.2 TN 711.5 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2025)02-0290-05

Research progress on the influencing factors and health impairment of short-form video addiction among college students/
DAI Bao, ZHENG Yiqing, YANG Liying. School of Management, Hefei University of Technology, Hefei (230009), Anhui Province, China

【Abstract】 Short-form video applications provide a new mode of online participation for college students, but also bring some problematic issues, especially short-form video addiction among college students. The article expounds the definition, influencing factors and adverse impacts on physical and mental health of short-form video addiction among college student users by systematically reviewing the existing domestic and foreign literature regarding college students' short-form addiction. Awareness should be raised among families, schools and society regarding college students' addiction to short-form video, and healthy usage of short-form video are encouraged among college students to reduce the risk of addiction to short-form video.

【Keywords】 Short video; Behavior, addictive; Research; Students

短视频应用为大学生群体提供了全新的网络参与模式,但也因此带来了一些值得关注的问题,特别是大学生短视频成瘾现象。中国青年网面向全国上万名大学生开展的问卷调查结果显示,超过八成受访者经常刷短视频,其中 26.48% 的受访者每天刷短视频 2~5 h,每天刷短视频 5 h 以上的受访者占比为 8.05%,共有超七成受访者认为刷短视频容易成瘾^[1]。已有研究表明,大学生短视频成瘾率超过 21.63%^[2],本科护生的成瘾率更是高达 30.2%^[3]。大学生短视频成瘾现象引起了学术界的广泛关注,本研究拟对国内外相关文献进行系统分析,希望引起大学生自身及其家庭、学校和社会各界对于大学生短视频成瘾问题的重视,并在此基础上帮助大学生群体建立健康的短视频使用习惯、降低短视频成瘾风险。

1 大学生短视频成瘾概念界定及测量工具

1.1 概念界定 目前学术界对短视频成瘾概念的界定尚未达成共识,已有的定义主要聚焦于短视频使用行为失控、心理依赖和负面影响 3 个方面。李霞等^[4]将短视频成瘾定义为由重复使用短视频软件所导致

的一种难以自我解脱的行为状态和慢性或周期性的精神着迷状态,并产生强烈而持续的需求感及依赖感的心理和行为;罗光福^[5]认为短视频成瘾是一种用户长时间沉溺于短视频内容中、无法完全摆脱和重复不间断地使用短视频的行为和反应,该行为反应不仅会导致用户不良的精神与身体状态,还会影响其正常生活;董王昊等^[6]将短视频成瘾定义为一种个体因强迫性观看短视频,导致明显的行为失控或注意力障碍,并进一步造成人际、学习和/或工作适应困难的问题行为;Fu 等^[7]认为短视频成瘾是指用户对观看短视频产生强烈的渴望和依赖,这种状态通常表现为对短视频内容的反复迷恋,并可能对个体的社会功能和心理功能造成损害。基于上述观点,本文将短视频成瘾定义为因长时间沉迷于短视频内容提供的即时满足感,导致个体无法自主控制短视频观看的想法和行为,进而损害自身身心健康状态和正常生活能力的问题性使用行为。

1.2 测量工具 为测量大学生短视频成瘾倾向,已有学者专门开发了相关量表,其中具有代表性的量表主要为:(1)大学生短视频成瘾问卷^[2]。该问卷共包括

【基金项目】 国家自然科学基金面上项目(71871083)

【作者简介】 代宝(1980-),男,湖北随州人,博士,副教授,主要研究方向为信息系统用户行为。

14 个题项,从戒断性、逃避性、失控性和低效性 4 个维度对被试者的短视频成瘾程度进行测量,目前该量表已在多项研究中得到应用,表现出良好的信、效度^[3,8-11]。(2) 罗光福编制的大学生短视频成瘾量表^[5]。该量表共有 21 个项目,涵盖过度性、日常生活干扰、情绪体验、交互性和视听刺激 5 个维度,可通过测量大学生用户的短视频使用行为、感受及负面影响等判定其是否具有短视频成瘾症状。(3) 白子煜编制的大学生短视频成瘾量表^[12]。该量表共包含 41 个条目,从显著性、戒断性、失控性、逃避性、健康问题和睡眠问题 6 个方面测量短视频成瘾,该量表目前尚未在其他研究中得到运用,信、效度有待未来学者进一步探究。

2 大学生短视频成瘾的影响因素

2.1 用户自身因素

2.1.1 心理因素 (1) 情绪因素。已有研究发现无聊^[13-14]、焦虑^[15-18]、孤独感^[19]和错失恐惧^[5]等消极情绪均与大学生短视频成瘾呈正相关。其中,无聊倾向对短视频成瘾的影响受到抵制效能感的负向调节,当个体抵制效能感水平较高时,无聊倾向对大学生短视频成瘾的影响无统计学意义^[13]。(2) 认知因素。现有研究表明负面认知偏差、中庸思维、认知重评和孝道是影响大学生短视频成瘾的关键认知因素。其中,负面认知偏差与短视频成瘾呈正相关,社会支持和孤独感在这一关系中可以独立发挥中介作用,也可以共同发挥连锁中介作用^[19]。中庸思维(即多角度审视问题和考虑观点后,选择兼顾自身与大局的思维方式)与短视频成瘾呈负相关,除直接影响外,中庸思维还可以通过认知重评的部分中介、积极应对方式的完全中介以及二者的链式中介作用间接影响短视频成瘾^[10]。Fu 等^[7]研究指出,权威型孝道观念可能导致个体为减少自身压力不断寻求短视频慰藉,而互惠型孝道观念则为个体提供充分的情感支持进而有效降低短视频成瘾风险,无法忍受不确定性(即个体对不确定的信息或情境感到厌恶和难以忍受的心理倾向)可在上述路径中发挥部分中介作用。(3) 人格和能力因素。人格特质是影响个体行为成瘾的重要因素,已有研究证实五大人格模型中的神经质^[2,4]和外向性^[2]、宜人性^[2,4]和尽责性^[4]分别正向和负向影响大学生短视频成瘾,同时沉浸体验可以分别在神经质对短视频成瘾以及外向性和宜人性对短视频成瘾的影响路径中发挥部分中介作用及遮掩作用^[2];另有研究表明无法忍受不确定性正向影响大学生的短视频成瘾,但受到自我控制的负向调节^[7];还有研究显示抵制效能感与短视频成瘾呈负相关^[13]。此外,部分研究指出自我控制^[14]、意志控制力^[20]等能力因素对大学

生短视频成瘾也具有负向影响。(4) 需要和动机因素。根据使用与满足理论,大学生成瘾性使用短视频是因为某些需要能够获得较好的满足。有研究表明,基本心理需求满足^[20]、自我补偿动机^[8,21]、娱乐、社交和表达动机^[22]均正向影响大学生短视频成瘾;另有研究发现认知需求负向影响短视频成瘾,即认知需求较高的大学生用户成瘾的概率较低,无聊倾向在这一路径中起到中介作用^[13]。

2.1.2 行为因素 有研究表明,以使用时间和频率为代表的短视频使用水平对成瘾行为具有正向影响^[22];大学生的童年受挫经验也可以正向预测其短视频成瘾倾向,而安全感则负向调节这一关系^[23]。另有研究显示,积极应对方式与短视频成瘾呈负相关^[10]。

2.1.3 人口学因素 在性别方面,多位学者发现女生的短视频成瘾得分高于男生^[2,9-10,12],但邹鑫雨^[20]的研究结果恰恰相反,还有部分学者并未发现存在性别差异^[22,24]。在学历方面,有研究表明学历层次越低者的短视频成瘾症状越强^[22],如专生成瘾程度高于本科生^[2];但也有研究发现研究生成瘾程度相对更高^[20]。在专业方面,现有研究显示,在成瘾程度上艺体类专业学生高于文史类专业^[9],艺术类专业学生高于其他专业^[20],而自然科学专业学生高于人文社科专业^[17]。在独生子女状况方面,有研究表明非独生子女在失控性、逃避性^[2]和低效性^[13]维度上得分更高,即非独生子女更易于短视频成瘾;而杜欣欣等^[15]并未发现独生子女状况对本科护生短视频成瘾存在影响。在家庭所在地方面,有研究发现村镇学生成瘾程度高于城市学生^[2,9],但部分研究显示出相反结果^[10,15]。此外,还有少数学者探究了年龄和恋爱状态对于大学生短视频成瘾的影响,结果表明 25 岁以上大学生短视频成瘾程度更高^[20],非单身本科护生的短视频成瘾得分稍高于单身者^[15]。

2.2 外部环境因素

2.2.1 短视频特征因素 信息系统成功模型认为系统质量和信息质量影响用户的信息系统使用和满意度。在系统质量方面,已有研究表明短视频平台全屏式的页面布局、碎片化的内容时长、个性化的算法推送和利益导向的创作分享机制均起到了俘获用户和增加用户粘性的作用^[25],短视频应用的表层交互逻辑与底层算法设计是导致用户成瘾的关键因素^[26]。关于信息质量因素,董王昊等^[6]研究指出,短视频信息内容的丰富性和呈现方式的多元化对于增强用户的信息内容体验感、不断强化其使用行为进而导致其成瘾具有重要的催化作用。

2.2.2 社会环境因素 (1) 社会排斥。社会排斥容易诱发个体产生孤独、焦虑、抑郁等情绪体验和不良行为倾向。有研究发现社会排斥(如忽视等)对大学

生短视频成瘾具有正向预测作用^[11,14],无聊和自我控制在这一路径中既独立发挥中介作用,又共同发挥连锁中介作用^[14]。此外,Wu 等^[10,19]研究发现感知社会支持对大学生短视频成瘾具有负向预测作用,为上述研究结论提供了互补的观点。(2)社会关系。现有研究表明,家人、同伴等强社会关系群体对大学生短视频成瘾具有重要影响。有研究发现,同伴低头行为^[11](即个体在社交场合只顾低头玩手机而冷落身边人事物的行为)不仅直接正向影响大学生短视频成瘾,还能通过忽视的部分中介作用间接影响;另有研究显示家庭亲密度对短视频成瘾具有负向预测作用,实际家庭亲密度越低的本科护生短视频成瘾度越高^[15]。

此外,现有研究还探讨了负性生活事件和累积生态风险对大学生短视频成瘾的影响。负性生活事件指的是在生活中给人们带来紧张、压力等不愉快体验的刺激事件^[27]。蒲宇雪等^[8]研究表明,负性生活事件(特别是来自受惩罚、学习压力和人际关系三方面的事情)对大学生短视频成瘾具有正向预测作用,自我补偿动机在此路径中发挥部分中介作用;姜雪凤^[27]的研究进一步指出相对剥夺感亦能够在负性生活事件与短视频成瘾之间发挥中介作用。累积生态风险是指个体在家庭、学校等领域中各种危险因素的综合,它可以分别通过基本心理需求满足和意志控制力的部分中介作用对大学生短视频成瘾产生正向影响^[20]。

3 大学生短视频成瘾的健康损害

3.1 短视频成瘾对心理健康的损害 短视频成瘾会损害大学生用户的心理健康,主要表现为成瘾会引发多种消极情绪,从而降低大学生的心理幸福感。(1)焦虑。江怡文等^[16]研究揭示了短视频成瘾对大学生社交焦虑的正向影响,并发现应对倾向(即个体面对应激事件时所习惯采用的应对方式)在此过程中发挥中介作用;还有研究显示短视频成瘾能够增加个体的特质焦虑水平,进而影响大学生用户的学业表现、睡眠质量等^[18]。(2)抑郁。Qu 等^[28]采用交叉滞后面板网络模型揭示了短视频成瘾和抑郁 2 种心理健康问题之间纵向发展的关键症状为“刷短视频影响了学习”和“情绪低落”;Li 等^[29]针对大一新生展开的研究表明,短视频成瘾程度最严重的学生,其抑郁症状也最为明显。(3)孤独感。郭曼杰等^[3]研究发现,短视频成瘾对本科护生的孤独感有正向预测作用,沉迷短视频将导致其社交活动减少、社交技能下降,进而引发孤独感。(4)抑制学习幸福感。Ye 等^[30]研究显示,短视频成瘾可以通过降低学习动机间接影响职业院校大学生的学习幸福感,进而导致学习积极性和满意度的下降。

3.2 短视频成瘾对身体健康的损害 短视频成瘾还

会对大学生用户的身体健康造成不利影响,主要表现为成瘾会严重影响大学生睡眠质量^[3,18,24,29,31]。其中,董维^[24]研究发现具有短视频成瘾症状的大学生睡眠质量得分略高于判定问题睡眠的临界值,自我调节和睡眠拖延在二者的影响路径中可以分别发挥部分负向中介作用,也能共同发挥链式中介作用;Zhao 等^[31]研究表明,在控制年龄、性别和年级变量后,体育锻炼和拖延行为在短视频成瘾与睡眠质量的关系中既可以独立发挥中介作用,又可以共同发挥连锁中介作用;郭曼杰等^[3]以本科护生作为研究对象展开调查发现,短视频成瘾不仅能够直接导致大学生睡眠障碍,还可以通过孤独感的部分中介作用对大学生睡眠质量产生消极影响;另有研究指出短视频成瘾可以通过提高焦虑水平间接影响大学生的睡眠质量^[18]。此外,也有研究显示大学生短视频成瘾与睡眠拖延呈正相关,具有短视频成瘾症状的大学生通常表现出中等水平的睡眠拖延^[24]。

除上述不利影响外,已有研究发现短视频成瘾会降低大学生用户的自控能力(如学业延迟满足能力^[17]与自我调节能力^[24])和认知水平(如注意力控制水平^[32-33]与创新性自我效能感^[34]),削弱其学习动机^[30,35]、成就动机^[36]、职业兴趣^[34]和职业适应能力^[29],并导致他们在学习方面表现出低学习承诺度^[35]、学习拖延^[17,35]和课堂沉默^[35]等消极行为。

4 小结与展望

综上所述,个体自身及外部环境在内的多种因素均会对大学生短视频成瘾造成影响,进而损害大学生的身心健康。目前,关于该主题的研究还存在一些局限与不足,需要在未来研究中进行更深入的探索。具体而言:(1)现有成果中关于短视频特征因素对大学生短视频成瘾影响的实证研究成果较少,未来学者可以进一步检验短视频应用的高可及性、功能可供性等因素对于大学生短视频成瘾的影响作用。(2)目前关于大学生对短视频成瘾应对反应的相关研究不多,未来可以尝试基于压力源-负担-结果模型等理论,探讨短视频成瘾通过后悔、负疚等消极情绪的中介作用对大学生短视频不持续使用行为反应(如减少使用、停止使用等)的影响。(3)现有研究多利用截面时点数据揭示不同地区的高校和大学生群体短视频成瘾的影响前因及健康损害作用,建议未来利用多个时点采集的纵贯数据展开研究,以便更好地验证因果关系和揭示成瘾随着时间的变化规律,也可在此基础上展开跨文化比较研究。

利益冲突声明 所有作者声明无利益冲突。

参考文献

- [1] 蒋宇骏,李华锡.大学生短视频使用调查:超六成喜欢刷搞笑段子,超七成担心成瘾[EB/OL].(2022-04-11)[2024-11-29].https://edu.youth.cn/jyxz/jyxw/202204/t02020411_13601985.htm.
- [2] 秦浩轩.大学生短视频成瘾的影响机制及干预对策研究[D].南昌:江西科技师范大学,2020.
QIN H X. The study on effect mechanism and intervention of short-video addiction among college students[D]. Nanchang: Jiangxi Science and Technology Normal University, 2020. (in Chinese)
- [3] 郭曼杰,李娜,赵玉,等.孤独感在本科护生短视频成瘾与睡眠质量间的中介效应[J].护理学报,2023,30(7):20-24.
GUO M J, LI N, ZHAO Y, et al. Mediating effect of loneliness between short video addiction and sleep quality among nursing undergraduates[J]. J Nurs, 2023,30(7):20-24. (in Chinese)
- [4] 李霞,秦浩轩,曾美红,等.大学生短视频成瘾症状与人格的关系[J].中国心理卫生杂志,2021,35(11):925-928.
LI X, QIN H X, ZENG M H, et al. Relationship between short video addiction symptom and personality trait among college students[J]. Chin Ment Health J, 2021,35(11):925-928. (in Chinese)
- [5] 罗光福.大学生短视频成瘾量表的编制与应用[D].荆州:长江大学,2022.
LUO G F. Development and application of Short Video Addiction Scale for College Students[D]. Jingzhou: Yangtze University, 2022. (in Chinese)
- [6] 董王昊,王伟军,王兴超,等.人机互动视角下短视频沉迷的发生机制[J].心理科学进展,2023,31(12):2337-2349.
DONG W H, WANG W J, WANG X C, et al. The occurrence mechanism of short video indulgence from the perspective of human-computer interaction[J]. Adv Psychol Sci, 2023,31(12):2337-2349. (in Chinese)
- [7] FU L, ZHANG X, ZHANG Y, et al. Effect of filial piety on short video addiction of undergraduates: moderated mediation model[J]. Curr Psychol, 2024,43(3):27158-27167.
- [8] 蒲宇雪,阳德华,燕婉楹.大学生负性生活事件与短视频成瘾的关系:自我补偿动机的中介作用[J].南京中医药大学学报(社会科学版),2023,24(3):204-210.
PU Y X, YANG D H, YAN W Y. The relationship between negative life events and short video addiction among college students: the mediating role of self-compensation motivation[J]. J Nanjing Univ Tradit Chin Med (Soc Sci Edit), 2023,24(3):204-210. (in Chinese)
- [9] 潘俊星,郭俊俏,武杨杰,等.大学生短视频成瘾的潜在剖面分析[J].中国学校卫生,2024,45(2):244-247,252.
PAN J X, GUO J Q, WU Y J, et al. Latent profile analysis of college students' short-form video addiction[J]. Chin J Sch Health, 2024,45(2):244-247,252. (in Chinese)
- [10] WU L, CHEN M. Research on influential factors and promotion strategy of university freshmen' short video addiction[J]. Front Soc Sci Technol, 2023,5(9):90-94.
- [11] 谢佳宁,李文慧,于倩,等.同伴低头行为对大学生短视频成瘾的影响:忽视的中介作用[J].校园心理,2024,22(4):284-287.
XIE J N, LI W H, YU Q, et al. Effects of peer phubbing behavior on short video addiction among college students: the mediating role of neglect[J]. J Campus Life Ment Health, 2024, 22(4):284-287. (in Chinese)
- [12] 白子煜,赵彦明,苏国安.大学生短视频成瘾量表的编制及信效度检验[J].河北民族师范学院学报,2024,44(2):116-122.
BAI Z Y, ZHAO Y M, SU G A. Compilation and validity test of Short Video Addiction Scale for College Students[J]. J Hebei Norm Univ Natl, 2024,44(2):116-122. (in Chinese)
- [13] 胡爽.大学生认知需求对短视频成瘾的影响:无聊倾向和抵制效能感的作用[D].哈尔滨:哈尔滨师范大学,2023.
HU S. The influence of need for cognition on short video addiction of college students: the role of boredom proneness and refusal self-efficacy[D]. Harbin: Harbin Normal University, 2023. (in Chinese)
- [14] ZHANG Y, BU R, LI X. Social exclusion and short video addiction: the mediating role of boredom and self-control[J]. Psychol Res Behav Manage, 2024,17:2195-2203.
- [15] 杜欣欣,李佳雪,董淑珊,等.本科护生短视频成瘾的内外部影响因素调查分析[J].卫生职业教育,2021,39(7):116-119.
DU X X, LI J X, DONG S S, et al. An investigation and analysis of the internal and external influencing factors of short video addiction among undergraduate nursing students[J]. Health Vocat Educ, 2021, 39(7):116-119. (in Chinese)
- [16] 江怡文,许思曼,李晓雪,等.短视频成瘾对高校生社交焦虑的影响:应对倾向的中介作用[J].心理月刊,2023,18(1):61-64.
JIANG Y W, XU S M, LI X X, et al. The influence of short video addiction on college students' social anxiety: the intermediary role of coping tendency[J]. Psychol Mon, 2023,18(1):61-64. (in Chinese)
- [17] 黄文旺.大学生短视频成瘾对学业拖延的影响:特质焦虑和学业延迟满足的链式中介作用[D].南昌:江西中医药大学,2023.
HUANG W W. The influence of college students' short video addiction on academic procrastination: the chain mediation between trait anxiety and academic delayed satisfaction[D]. Nanchang: Jiangxi University of Traditional Chinese Medicine, 2023. (in Chinese)
- [18] 程阳,刘海燕.大学生短视频成瘾对睡眠质量的影响:有调节的中介效应[J].中国健康心理学杂志,2024,32(2):251-257.
CHENG Y, LIU H Y. Effect of short video addiction on sleep quality in college students: moderated mediating effect[J]. China J Health Psychol, 2024,32(2):251-257. (in Chinese)
- [19] YUE H, YANG G, BAO H, et al. Linking negative cognitive bias to short-form video addiction: the mediating roles of social support and loneliness[J]. Psychol Sch, 2024,61(10):4026-4040.
- [20] 邹鑫雨.累积生态风险对大学生短视频成瘾的影响及教育对策研究[D].哈尔滨:黑龙江大学,2024.
ZOU X Y. A study on the impact of cumulative ecological risk on college students' short video addiction and educational countermeasures [D]. Harbin: Heilongjiang University, 2024. (in Chinese)
- [21] LIU Y, NI X, NIU G. Perceived stress and short-form video application addiction: a moderated mediation model[J]. Front Psychol, 2021, 12:747656.
- [22] 陈安心.移动短视频 APP 大学生用户沉迷行为及其影响因素研究[D].广州:暨南大学,2019.
CHEN A X. Research on college students' addictive behavior and its influencing factors in mobile short video APP[D]. Guangzhou: Jinan University, 2019. (in Chinese)
- [23] 王孝龙,雪奇慧.基于线上教学背景下童年受挫经验与短视频成瘾的关系:人际信任的中介作用和安全感的调节作用[J].中国多媒体与网络教学学报,2022,7:146-149.
WANG X L, XUE Q H. The relationship between childhood frustra-

tion experience and short video addiction in the context of online teaching; the mediating role of interpersonal trust and the moderating role of security[J]. *China J Multimed Netw Teach*, 2022, 7: 146-149. (in Chinese)

[24] 董维. 大学生短视频成瘾对睡眠质量的影响: 自我调节和睡眠拖延的链式中介作用[D]. 长春: 吉林大学, 2022.

DONG W. The impact of short video addiction on sleep quality among college students; a chain mediation effect of self-regulation and bedtime procrastination[D]. Changchun: Jilin University, 2022. (in Chinese)

[25] 张冠文, 梁欣. 控制与俘获: 平台在短视频沉迷现象中的角色[J]. *现代传播(中国传媒大学学报)*, 2023, 45(11): 98-105.

ZHANG G W, LIANG X. The role of platforms in the phenomenon of short video addiction[J]. *Mod Commun (J Commun Univ China)*, 2023, 45(11): 98-105. (in Chinese)

[26] 晏青, 陈柯伶. 可控与不可控之间: 短视频成瘾的媒介可供性[J]. *福建师范大学学报(哲学社会科学版)*, 2023(1): 90-101, 171-172.

YAN Q, CHEN K L. Between controllable and uncontrollable: media affordance of short video addiction[J]. *J Fujian Norm Univ (Philos Soc Sci Edit)*, 2023(1): 90-101, 171-172. (in Chinese)

[27] 姜雪凤. 大学生负性生活事件与短视频成瘾的关系[J]. *山西高等学校社会科学学报*, 2023, 35(9): 70-74, 80.

JIANG X F. The relationship between negative life events and short-form video application addiction among college students[J]. *Soc Sci J Univ Shanxi*, 2023, 35(9): 70-74, 80. (in Chinese)

[28] QU D, LIU B, JIA L, et al. The longitudinal relationships between short video addiction and depressive symptoms: a cross-lagged panel network analysis[J]. *Comput Hum Behav*, 2024, 152: 108059.

[29] LI L, LI X, LI Y, et al. Types of short video addiction among college freshmen: effects on career adaptability, insomnia, and depressive symptoms[J]. *Acta Psychol*, 2024, 248: 104380.

[30] YE J H, WU Y T, WU Y F, et al. Effects of short video addiction on the motivation and well-being of Chinese vocational college students[J]. *Front Public Health*, 2022, 10: 847672.

[31] ZHAO Z, KOU Y. Effect of short video addiction on the sleep quality of college students: chain intermediary effects of physical activity and procrastination behavior[J]. *Front Psychol*, 2024, 14: 1287735.

[32] XIE J, XU X, ZHANG Y, et al. The effect of short-form video addiction on undergraduates' academic procrastination: a moderated mediation model[J]. *Front Psychol*, 2023, 14: 1298361.

[33] CHEN Y, LI M, GUO F, et al. The effect of short-form video addiction on users' attention[J]. *Behav Inf Technol*, 2023, 42(16): 2893-2910.

[34] LIN I T, SHEN Y M, SHIH M J, et al. Short video addiction on the interaction of creative self-efficacy and career interest to innovative design profession students[J]. *Healthcare*, 2023, 11(4): 579.

[35] YE J H, HE Z, YANG X, et al. Predicting the learning avoidance motivation, learning commitment, and silent classroom behavior of Chinese vocational college students caused by short video addiction[J]. *Healthcare*, 2023, 11(7): 985.

[36] NONG W, HE Z, YE J H, et al. The relationship between short video flow, addiction, serendipity, and achievement motivation among Chinese vocational school students: the post-epidemic era context[J]. *Healthcare*, 2023, 11(4): 462.

收稿日期: 2024-12-03 修回日期: 2024-12-27 本文编辑: 孙曼莉

+++++

(上接第 289 页)

[11] WHO. Global oral health status report: towards universal health coverage for oral health by 2030 [EB/OL]. (2022-11-18) [2024-11-08]. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240061484>.

[12] 马庆祥. 济宁市兖州区 2~7 岁儿童缺铁性贫血情况及其危险因素[J]. *济宁医学院学报*, 2023, 46(4): 270-273.

MA Q X. Analysis of iron-deficient anemia and risk factors in children aged 2-7 years in Yanzhou District, Jining[J]. *J Jining Med Univ*, 2023, 46(4): 270-273. (in Chinese)

[13] 国家疾病预防控制中心. 中国居民营养与慢性病状况报告(2020 年)[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2020.

National Disease Control and Prevention Administration. Report on nutrition and chronic diseases of Chinese residents (2020) [M]. Beijing: People's Medical Publishing House, 2020. (in Chinese)

[14] 陈玉娟, 李立, 杨惠玲, 等. 石家庄儿童脊柱侧弯现状及影响因素分析[J]. *中国学校卫生*, 2021, 42(11): 1674-1678.

CHEN Y J, LI L, YANG H L, et al. Current status and influencing factors of scoliosis of children in Shijiazhuang[J]. *Chin J Sch Health*, 2021, 42(11): 1674-1678. (in Chinese)

[15] 陶舒曼, 伍晓艳, 陶芳标. 《学生常见病多病共防技术指南》专题解读[J]. *中国学校卫生*, 2024, 45(10): 1372-1377.

TAO S M, WU X Y, TAO F B. Expert interpretation on the Technical Guidelines for the Joint Prevention of Common Disease Multimorbidity among Students[J]. *Chin J Sch Health*, 2024, 45(10): 1372-1377. (in Chinese)

[16] 董彦会, 陈璐, 马军, 等. 构建高水平学校卫生体系 促进学生常见病共防行动[J]. *中国学校卫生*, 2024, 45(5): 609-614.

DONG Y H, CHEN L, MA J, et al. Constructing a high-level school health system to facilitate joint prevention practice of common diseases among students[J]. *Chin J Sch Health*, 2024, 45(5): 609-614. (in Chinese)

[17] 黄生垒, 张凤云, 曲爽笑, 等. 上海市 2021 年中小學生常见病共患现状及相关因素[J]. *中国学校卫生*, 2024, 45(5): 635-639.

HUANG S L, ZHANG F Y, QU S X, et al. Comorbidity of common illnesses and associated factors among primary and middle school students in Shanghai in 2021[J]. *Chin J Sch Health*, 2024, 45(5): 635-639. (in Chinese)

[18] 李云, 张裕民, 张越, 等. 0~3 岁儿童家长养育的健康素养调查研究[J]. *中国妇幼健康研究*, 2021, 32(11): 1622-1627.

LI Y, ZHANG Y M, ZHANG Y, et al. Parental health literacy among caregivers of children aged 0-3 years old[J]. *Chin J Woman Child*, 2021, 32(11): 1622-1627. (in Chinese)

[19] 宋逸, 张秀红, 马军. 儿童青少年主要健康问题“共病-共因-共防”机制建立与探索[J]. *中国学校卫生*, 2023, 44(9): 1281-1285.

SONG Y, ZHANG X H, MA J. Establishment and exploration of the mechanism of Co-morbidity, Shared Etiology, and Shared Prevention of major health problems of children and adolescents[J]. *Chin J Sch Health*, 2023, 44(9): 1281-1285. (in Chinese)

收稿日期: 2024-11-08 修回日期: 2024-12-19 本文编辑: 孙曼莉