



网络成瘾的定义及诊断标准



网络使用和成瘾现状

- ❖ 我国网民中青少年占60%，其中40%以玩游戏为主。
- ❖ 青少年网络成瘾发生率高达15%，人数超过244万。
- ❖ 中国有5%-10%的网民有网络依赖倾向，青少年中存在网络依赖倾向约占7%。



什么是网络成瘾

- ❖ 没有完整的定义、没有一定的界定、没有统一的标准
- ❖ 所谓网络成瘾是对网络的一种过度依赖，表现为对现实生活失去兴趣；
网上操作时间超过一般限度，以此来获得心理满足。



网瘾综合征标准

1. 是否感觉只有不断增加上网时间才能感到满足而使得上网时间经常比预定时间长?
2. 是否无法控制自己上网的冲动?
3. 当网络线路被掐断或因故不能上网, 是否会感到烦躁不安或情绪低落?



- 4.是否将上网作为解脱痛苦的唯一办法?
- 5.是否对家人或亲友隐瞒迷恋上网的程度?
- 6.是否因为迷恋上网而面临失学、失业或失去朋友的危险?
- 7.是否在支付高额上网费用时有所后悔，但第二天却仍然忍不住还要上网?

有4项或以上并持续一年就表明已是“网瘾综合征”。



思考题

结合网络成瘾的概念和诊断标准，
试分析自己目前对网络依赖的程度。