

2000年以来中国青少年心理健康研究综述

王梓力¹, 邹心悦², 祖霞²

¹成都信息工程大学物流学院, 四川 成都

²成都信息工程大学管理学院, 四川 成都

收稿日期: 2025年3月17日; 录用日期: 2025年4月28日; 发布日期: 2025年5月13日

摘要

随着社会经济的发展和政府政策的出台, 青少年心理健康已成为学界和社会关注的焦点。本文系统梳理2000年以来相关研究, 发现中国青少年心理健康研究主要集中于三大领域: 其一, 以王阳明心学为核心的道德心理学视角研究, 揭示“知行合一”“致良知”等思想对现代心理健康实践的启示; 其二, 民族认同与家庭功能对心理健康的影响机制研究, 证实文化适应、亲子互动等因素的关键作用; 其三, 当代社会结构下青少年网络成瘾的多维分析, 强调其作为复杂社会心理现象的特征。研究表明, 传统文化资源可为心理健康干预提供理论支持, 而家庭-文化-社会因素的交互影响亟待深入探讨。未来研究需扩展样本代表性, 加强多因素交互分析, 推进跨文化比较研究。

关键词

心理健康, 青少年, 时代特征

The Review of Research on Adolescent Mental Health in China Since 2000

Zili Wang¹, Xinyue Zou², Xia Zu²

¹School of Logistics, Chengdu University of Information Technology, Chengdu Sichuan

²School of Management, Chengdu University of Information Technology, Chengdu Sichuan

Received: Mar. 17th, 2025; accepted: Apr. 28th, 2025; published: May 13th, 2025

Abstract

With the development of the social environment and the introduction of relevant policies, adolescent mental health has increasingly become a focal point of both academic and societal attention. This paper systematically reviews relevant studies conducted since 2000, revealing that research on adolescent mental health in China primarily concentrates on three major areas: First, from the

perspective of moral psychology centered around Wang Yangming's mind theory, it elucidates the implications of concepts, such as "unity of knowing and doing" and "conscience" for modern mental health practices; Second, investigations into the influence mechanisms of ethnic identity and family function on mental health underscore the critical roles of acculturation, parent-child interaction, and related factors; Third, multidimensional analyses of adolescent Internet addiction within the framework of contemporary social structures highlight its nature as a complex socio-psychological phenomenon. The findings indicate that traditional cultural resources can offer theoretical underpinnings for mental health interventions, while the interplay among family, culture, and society requires further exploration. Future research should enhance sample representativeness, deepen analyses of multi-factor interactions, and advance cross-cultural comparative studies.

Keywords

Mental Health, Adolescents, Characteristics of the Era

Copyright © 2025 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

心理健康是人的良好心理素质的表现，是人的整体健康状态的必要组成部分。无论是从社会人力资源开发与精神文明建设的角度，还是从个人成长、效率提升和生活品质改善的角度来看，维护青少年的心理健康都是一项至关重要的工作。

心理健康的概念在国内外学者中存在不同的定义。国外学者 Maslow (1958) 认为具有自我实现者的人格特征的人就是心理健康的人。M. Jahoda (1958) 则提出，心理健康应从六个方面定义，包括对自我的态度、成长与自我实现的程度、心理机能的整合性、自主性、现实知觉的适当性以及对环境的能力。国内学者刘华山(2001)指出，心理健康指的是一种持续的心理状态。在这种状态下，个人具有生命的活力、积极的内心体验、良好的社会适应能力，能够有效地发挥个人的身心潜力与积极的社会功能。林崇德将心理健康视为以自尊为核心的主观体验。王登峰，崔红(2003)则强调心理健康是基于良好生理状态的主观幸福感，体现为与外界环境的和谐共处。肖汉仕(2017)提出，心理健康状态应包括完美性格、正常智力、适当情感、坚强意志以及适应外界环境的合理行为方式。尽管学者们对心理健康的定义不尽相同，但其核心内涵均包括心理过程的协调性、主观反映与客观现实的一致性、人际和谐以及人格健全。总体而言，心理健康被视为个体内外协调的良好状态，强调个体对外界环境的适应能力。

目前关于中国青少年的心理研究主要集中在以下几个方面：道德心理学视角下的心理健康、民族认同与家庭功能对青少年心理健康的影响，以及青少年心理健康问题的时代特征。

2. 青少年心理健康研究

2.1. 道德心理学视角下的心理健康

中国儒家一直以来都以追求“内圣外王”作为最高的道德境界。宋明时期，人们尤为注重自我德性的发展和完善，强调成人之道。王阳明更是将“成圣”作为自己最高道德理想个体的追求。王守仁(1992)提出：“圣人教人知行，正是要复那本体……不曾有私意隔断的。”他认为通过“克己”可以实现成圣，这一过程需回归内心探寻良知，并将内心的良知具象化到现实世界的过程，即实现知行合一和致良知，

也是个体不断完善道德自我、追求完美人格境界的过程。学者苏海媚(2024)指出,王阳明心学思想中,特别是“知行合一”和“致良知”理论,为现代道德心理学提供了重要的理论资源和现实指导。其强调道德知识的实践性,提醒我们不能仅满足于对理论的掌握,更要注重将道德知识转化为实践行动。

关于良知本体的道德心理学阐释,学者王臣申(2023)认为,若要使新的社会主义道德准则真正在心中扎根,就离不开人们自觉的对内心良知的反思追问,以及日常生活中知行合一的道德践行。良知它不能保证个人真能够成为一个品德高尚的人,但能确保个体成为一个遵守社会主流价值观、维护社会公德、自觉践行道德行为的良好公民。

在知行合一的道德心理学阐释方面,“必有欲行之心,然后知路,欲行之心即是意,即是行之始矣。”“真知即所以为行,不行不足谓之知。”个体知行的路径是由产生行动的念头开始,然后获得有关行为结果的知识。姚新中,隋婷婷(2021)认为,学生个体对于知行合一的期望和标签对于自身的认知行为认同感有重要的影响,起到定性导向作用。因此,通过对学生进行道德知识传授,因材施教,让学生树立起道德理想,经过不断地实践反省,克服自身私欲,在日常的道德修养中引导学生坚守道德信念,促进其实现自我评判和个体道德价值的定位。

此外,致良知是实现道德认知与道德实践相统一的途径,也为现代心理疏导提供了新思路。学者钱穆(2010)认为:“阳明所谓事上磨练,还只在一个‘存天理,去人欲’,叫自己的喜怒哀乐恰到好处,不要过分。”这意味着把良知付诸实践,以生活中的一切事务为对象,在处理和应对事务的过程中磨练自己的道德修养,以实现个体的道德化。现代心理疏导旨在促进国民心理健康,“致良知”思想正好契合这一目标。学者舒曼(2022)指出,“阳明心学为现代心理疏导提供共享性经验及指明未来可能性研究方向,为应用中国文化促进国民心理健康提供理论支持。”道德自我以良知和人性本真为价值基石,以仁爱和忠恕为价值导向,在个体与他人、个体与社会之间的相互关系中实现道德个体的自我价值,这种道德自我有助于促进和维护社会秩序和个体幸福。

从道德心理学视角看,王阳明心学中的道德个体是一种理想范式,同时蕴含着个体道德自我的成长路径。个体所要做做的就是让良知贯穿生活,践行知行合一,持续提升自身道德素养,完善道德理性。

2.2. 不同因素对青少年心理健康的影响

2.2.1. 民族认同对青少年心理健康的影响

我国的多元民族文化环境中,汉文化与少数民族文化的差异仍然存在。当少数民族青少年从熟悉的本民族文化环境进入汉文化环境时,文化差异的冲击易引发文化适应问题。这种文化适应困境使得少数民族青少年相对于汉族青少年,心理健康问题更为突出。因此,文化适应的心理学研究具有重要的现实意义和理论价值。

在少数民族的认同感与青少年心理健康的研究领域,史慧颖(2007)采用问卷法、投射法、田野调查多种资料收集法方法,以及相关、结构方程、聚类、判别分析等多种统计方法,系统地探讨了西南民族地区少数民族的民族认同及其与行为适应的关系,发现民族认同与行为适应呈正向关联。张劲梅(2008)通过自编问卷、实地调查、访谈、文献研究,从文化适应方式、文化适应压力、文化适应阶段三个维度,对少数民族大学生的文化适应状况展开探索,结果显示,语言障碍、偏见和文化丧失的担忧,是这些学生面临的主要文化适应压力。高承海,安洁,万明钢(2011)选取768名不同民族的大学生,采用问卷法,分析大学生民族认同和文化适应的特点,并以自尊和幸福感作为衡量心理健康的两个指标,探讨大学生民族认同、文化适应与心理健康的关系,发现民族认同能正向预测大学生的自尊水平,且通过自尊这一中介变量影响抑郁和幸福感。李旭珊,王琦,卢富荣,孙西艳(2014)使用少数民族认同问卷中的本民族认同分问卷、社会支持评定量表(SSRS)和青少年学生生活满意度量表(ASLSS)进行研究,发现民族认同和社会支

持与少数民族预科生的生活满意度相关,增强民族认同和社会支持感有助于提高他们的生活满意度。此外,王勃,俞国良(2016)通过梳理文献,进一步探讨群体认同与个体心理健康的关系,发现民族、国家、学校、家庭等不同群体的认同对个体心理健康有显著影响,群体认同有助于提升个体的心理健康水平。

综上,民族认同感与青少年心理健康紧密相连。民族认同不仅影响个体的行为适应,还通过自尊等中介变量影响心理健康,同时,社会支持也是提升少数民族青少年生活满意度的重要因素。这些研究为促进少数民族青少年的心理健康提供了重要的理论依据和实践指导。

2.2.2. 家庭功能对青少年心理健康的影响

家庭是建立在婚姻、血缘关系基础和一定经济基础上的亲密合作、共同生活的社会群体,是青少年成长的重要环境,其结构和功能对心理健康的影响具有多维性和阶段性特征。

初中阶段,青少年处于青春期早期,家庭环境对其心理健康影响显著。周燕(2000)指出,家庭关系、家庭教养方式、家庭结构以及家庭社会经济地位是影响青少年心理健康的主要因素。雷雳,王争艳,刘红云,张雷(2002)强调亲子沟通至关重要,其质量影响学生的同伴关系、心理健康和学业成绩。刘建榕,刘金花(2000)对 329 名初中学生进行测量,发现初中生的心理健康与气质、家庭教养方式存在交互作用,气质和家庭教养方式会对心理健康产生影响。冯晓黎,梅松丽,李晶华,孙彩平(2007)认为,心理健康水平与父母教养方式相关,其中家长对孩子的态度对其心理健康影响最大,其次是家庭经济条件和父母关系。彭文涛(2007)的研究进一步发现,父亲的温暖理解有助于个体心理的健康发展,母亲的过度干涉、过度保护则不利于个体心理的健康发展。

高中阶段,青少年面临更多的学业压力和社交挑战,楼玮群,齐钦(2000)将压力归为六大类别,发现压力感受与高中生心理健康水平有显著相关。胡胜利(1994)认为家庭环境是影响高中生心理健康的首要因素,家庭功能的完善或缺失,会进一步改善或加剧他们的心理压力。唐芹,方晓义,胡伟,陈海德,吴梦希,王帆(2013)的研究表明,父母自主支持对学业和个性社会性发展的影响,显著高于对生涯发展的影响。

另外,父母离异和留守问题对青少年心理健康的影响不容忽视。曾美英,晏宁,于红军,卢丹蕾(2008)的研究表明,父母婚姻状况对大学生的心理健康有明显的影响,父母离异家庭的大学生,心理健康总体水平低于正常家庭。胡雯洁(2006)针对单亲家庭展开研究,采用中学生心理健康诊断测验(MHT)、自尊调查表(SEI)、抑郁自评量表(SDs)、父母教养方式评价量表(EMBU),对 268 名中学生(其中单亲学生 128 名,双亲学生 140 名)进行测评分析,发现单亲家庭青少年整体心理健康水平低于双亲家庭青少年,且单亲家庭女生比男生更容易产生心理问题。王东宇,王丽芬(2005)探讨了影响中学青少年“留守儿童”心理健康的家庭因素,发现父母与孩子分离时间的长短、代养人的教养方式、留守孩的性别、年级以及是否与兄弟姐妹生活在一起等因素,对“留守儿童”的心理健康有显著影响。

综上所述,多位研究者对家庭环境与青少年心理健康的关系进行了探讨,可见家庭功能对青少年心理健康的影响是多维度且具有阶段特征的。家庭因素对心理健康的影响复杂多样,特殊家庭结构对青少年心理健康的影响尤为明显。因此,为促进青少年心理健康,需从改善家庭结构、加强亲子沟通、优化教育方式、提升家庭社会地位等多方面入手,采取综合性的干预措施。

2.3. 青少年心理健康问题的时代特征研究

近年来,随着社会的快速发展,青少年所处的环境发生显著变化。信息技术迅猛发展,尤其是互联网的普及,极大地改变了青少年的生活方式和心理发展轨迹。网络社交媒体的兴起,虽为青少年提供了更广阔交流平台,但也带来网络成瘾、隐私泄露、网络欺凌等一系列心理健康问题,青少年心理问题和精神障碍的患病率逐渐上升,严重影响其身心的健康发展。

目前青少年心理健康问题主要聚焦在网络成瘾及其影响因素的研究。高文斌, 陈祉妍(2006)指出, “网络成瘾”(IAD)或“病理性网络使用”(PIU)这类严重网络成瘾问题在我国青少年中确实存在, 网络成瘾者存在家庭功能不良, 情绪表达与情绪调控能力不足、无法面对自我和不能很好地接纳自我等心理行为特点, 促使他们在网络世界中寻求逃避和满足。李董平, 周月月, 赵力燕, 王艳辉, 孙文强(2016)研究表明, 累积生态风险对青少年网络成瘾具有显著负面影响, 且这种不利影响比任何单一生态风险因素的作用都更显著, 说明青少年的网络成瘾行为是多种风险因素共同作用的结果。朱克京, 吴汉荣(2004)的研究揭示了网络成瘾的相关因素, 包括网络的吸引力、焦虑性、抑郁性、社交恐怖性, 而自信是保护性因素。同时, 网络成瘾的青少年因过度使用网络, 会在学业、人际关系等方面遭受不同程度的损害。王滨(2006)的研究发现, 孤独感与网络成瘾倾向之间存在显著的相关性, 网络成瘾倾向者更容易形成孤独感, 而孤独感又反过来强化了网络成瘾的行为。邓林园, 方晓义, 万晶晶, 张锦涛, 夏翠翠(2012)的研究发现, 网络成瘾的根源在于网络可以补偿个体在现实生活中未得到充分满足的心理需求, 表明网络成瘾行为是青少年在寻求心理需求满足的一种方式。

此外, 在社交焦虑与网络成瘾的关系方面, 周涛(2003)的研究强调, 大学生社交焦虑与网络成瘾之间存在高度正相关, 即社交焦虑越高的大学生, 网络成瘾的倾向性越高, 认为调整认知对于避免网络成瘾起着重要作用。梁晓燕(2008)进一步研究网络社会支持与青少年心理健康的关系, 探究网络社会支持对青少年心理健康的影响机制, 发现网络使用非适应性认知在其中起中介作用, 同时, 现实社会支持和自我同一性在网络社会支持对青少年心理健康的影响中, 也发挥着调节作用。

综上所述, 青少年网络成瘾行为是复杂的社会心理现象, 与青少年的家庭功能、情绪调控能力、社会支持系统、现实心理需求的满足状况等多种因素密切相关。为有效应对这一挑战, 需要家庭、学校、社会和政府协同合作, 通过提升青少年网络素养、加强心理健康教育、提供社会支持等多种措施, 帮助他们更好地应对网络成瘾问题, 促进青少年心理健康的全面发展。

3. 研究评述

从上述研究内容可知, 尽管 2000 年以来国内外关于青少年心理健康的研究不断增多, 涉及心理学与社会学等多重视角, 涵盖传统文化、社会影响及个人成长等诸多因素, 但由于心理健康研究涉及面广泛, 影响因素日益繁杂, 当前研究在以下几个方面呈现出局限性, 并指明了未来的改进方向。

3.1. 样本范围适用性较小

现有文献存在样本量小、代表性不足的问题。本文提及的部分研究虽采用定量研究方法, 但整体样本规模多为几百人, 且大多集中在某些特定区域或群体, 致使研究结果的广泛适用性受到限制。例如, 在关于民族认同、家庭功能对心理健康影响的研究中, 多数文献基于个别高校或少数民族地区的调查, 缺乏全国范围的代表性数据。这种局限性使得研究结果难以推广至更广泛的青少年群体, 无法全面反映不同背景下青少年的心理健康状况。

未来研究中应进一步扩大样本量, 纳入不同地区、不同社会经济背景及不同文化背景的青少年群体。通过开展全国性或跨区域的大规模调查, 获取更具代表性的数据, 提升研究结果的外推性和普适性。

3.2. 整体性研究不足

现有文献虽探讨了民族认同、家庭功能等因素对青少年心理健康的影响, 但对多因素间的交互作用分析不够深入。对于这些因素如何交互影响青少年的心理发展, 如民族认同感、家庭支持与网络成瘾之间的互动关系, 尚未进行深入挖掘, 文献之间缺乏整体性研究。在未来研究中, 需进一步探讨多维因素间的互动及其对青少年心理健康的综合影响, 以揭示深层次的心理健康机制。

3.3. 跨文化和跨地区研究的缺失

现有文献在讨论民族认同对心理健康的影响时,多基于中国的文化背景,缺乏对跨文化和跨地区青少年心理健康的比较分析。不同文化背景下,家庭功能、道德观念和社会认同等因素对青少年心理健康的影响可能存在显著差异,但这方面的研究尚未深入开展。未来研究中可通过跨文化对比研究,探讨不同文化背景下的青少年心理健康差异,进一步丰富全球视角的研究成果。

综上所述,2000年以来的文献研究为青少年心理健康问题提供了丰富的理论框架和多维度分析,尤其是传统文化与现代问题相结合的探讨,为该领域提供了有价值的视角。然而,当前研究存在样本范围适用性较小、整体性研究不足以及跨文化和跨地区研究的缺失等局限性,未来研究可针对这些局限性,进一步扩大样本范围,加强多因素交互分析,并强化不同文化和地区背景下的比较研究,提升研究的深度和广度,更好地服务于青少年的心理健康干预实践。

基金项目

成都信息工程大学大学生创新创业计划项目支持,项目编号:X202410621091。

参考文献

- (明)王守仁(1992). *王阳明全集*. 上海古籍出版社.
- 邓林园,方晓义,万晶晶,张锦涛,夏翠翠(2012). 大学生心理需求及其满足与网络成瘾的关系. *心理科学*, 35(1), 123-128.
- 冯晓黎,梅松丽,李晶华,孙彩平(2007). 初中生心理健康状况及家庭影响因素分析. *中国公共卫生*, 23(11), 1342-1343.
- 高承海,安洁,万明钢(2011). 多民族大学生的民族认同、文化适应与心理健康的关系. *当代教育与文化*, 3(5), 106-113.
- 高文斌,陈祉妍(2006). 网络成瘾病理心理机制及综合心理干预研究. *心理科学进展*, 14(4), 596-603.
- 胡胜利(1994). 高中生心理健康水平及其影响因素的研究. *心理学报*, (2), 153-160.
- 胡雯洁(2006). *单亲家庭教养方式对青少年心理健康影响因素的归因研究*. 硕士学位论文,西安:陕西师范大学.
https://kns.cnki.net/kcms2/article/abstract?v=bEegF8awJvzxeDJwoNScDxQMFXzaptUqxAYkU_xKzKIDLS-NzwuU6XgLTsQB8RTKn1rOFD2CzuxBL8OiCP8IEmcVQFeqt9NfoKs91lfuKqFemXT4xIHtFtv--b1GImbD8D6OipQTGAL11fN_16ynQAVenFcbTDrc3XHyNRlsFAGLzVTMKD-WsE8PorHFW65Lx&uniplat-form=NZKPT&language=CHS
- 雷雳,王争艳,刘红云,张雷(2002). 初中生的亲子沟通及其与家庭环境系统和社会适应关系的研究. *应用心理学*, 8(1), 14-20.
- 李董平,周月月,赵力燕,王艳辉,孙文强(2016). 累积生态风险与青少年网络成瘾:心理需要满足和积极结果预期的中介作用. *心理学报*, 48(12), 1519-1537.
- 李旭珊,王琦,卢富荣,孙西艳(2014). 少数民族预科生的民族认同、社会支持与生活满意度. *中国心理卫生杂志*, 28(1), 75-79.
- 梁晓燕(2008). *网络社会支持对青少年心理健康的影响机制研究*. 博士学位论文,武汉:华中师范大学.
https://kns.cnki.net/kcms2/article/abstract?v=m17bUIR54SM_UoROetjzgmApdC_0Y2eO8xdErO-Radgg4jILLTbati02VqM8p-M5Otwi61eT4hb1GfndpA2q8T4zLghjX8WbrRtwKG_f8fHsoGCRf0risH-vGaSc0lPGKNs0F7zkRDyiFcEaozPzsz409UGhPG1P3iYSzsVgWwT6oiyaxNIA4gPnMgqtRXFm&uniplat-form=NZKPT&language=CHS
- 刘华山(2001). 心理健康概念与标准的再认识. *心理科学*, 24(4), 480-481.
- 刘建榕,刘金花(2000). 初中生心理健康与气质、父母教养方式的关系. *心理科学*, 23(6), 659-663, 760-765.
- 楼玮群,齐敏(2000). 高中生压力源和心理健康的研究. *心理科学*, 23(2), 155-159.
- 彭文涛(2007). *初中生父母教养方式与其心理健康的关系研究*. 硕士学位论文,呼和浩特:内蒙古师范大学.
https://kns.cnki.net/kcms2/article/abstract?v=bEegF8awJvyu_gbTDj2KThIgOOg4ONudynX5zfi0p4yEq2hg3tLFPs9Ui9VvlGSQYbardhC3H5079cG-bFQ4LhT5_n07jqneFhgWc9-9mM8hLfu6-

- [Yw72pSaaXXGscGKgVlk5LwqoBvgzvP97jNfkM9f7O0PAtaLNKqP8wmeIVCIUGSs7k67pFyAuvIhnABD&uniplatform=NZKPT&language=CHS](#)
- 钱穆(2010). *阳明学述要*. 九州出版社.
- 史慧颖(2007). *中国西南民族地区少数民族民族认同心理与行为适应研究*. 博士学位论文, 重庆: 西南大学.
<https://kns.cnki.net/kcms2/article/abstract?v=bEegF8awJvx0l7Cch0c5JcwgE8fly-y6tXHWWMWOjblAcSh8bsTMSHRb4G-vxixZXR4KSGliuU2pnfwkNQTH-PVTi2MCy1uCZNbMO7F8Ago01Rl9ggUEMwtqOtEelOoVYqi7vahIcGXv2Yay3hEbni9LzDkgtL3wlc-AqR731RoWHmfVinOYf2aH-eirfaRs&uniplatform=NZKPT&language=CHS>
- 舒曼(2022). 阳明心学与现代心理疏导——写在王阳明诞辰 550 周年之际. *南京师大学报(社会科学版)*, (6), 65-76.
- 苏海媚 (2024). 道德心理学视域下的王阳明心学思想探析. *心理学进展*, 14(1), 27-32.
- 唐芹, 方晓义, 胡伟, 陈海德, 吴梦希, 王帆(2013). 父母和教师自主支持与高中生发展的关系. *心理发展与教育*, 29(6), 604-615.
- 王滨(2006). 大学生孤独感与网络成瘾倾向关系的研究. *心理科学*, 29(6), 1425-1427.
- 王臣申(2023). 阳明心学涵育时代新人的逻辑理路. *宁波经济*, (12), 37-40.
- 王登峰, 崔红(2003). 中国人人格量表(QZPS)的编制过程与初步结果. *心理学报*, 35(1), 127-136.
- 王东宇, 王丽芬(2005). 影响中学留守儿童心理健康的家庭因素研究. *心理科学*, 28(2), 477-479.
- 王勍, 俞国良(2016). 群体认同与个体心理健康的关系: 调节变量与作用机制. *心理科学进展*, 24(8), 1300-1308.
- 肖汉仕(2017). 肖汉仕: 教师语言影响中小学生心理健康. *中小学德育*, (12), 78.
- 姚新中, 隋婷婷(2021). 当代社会心理学视域下的知行合一. *江苏社会科学*, (1), 173-181.
- 曾美英, 晏宁, 于红军, 卢丹蕾(2008). 家庭因素对大学生心理健康的影响研究. *心理科学*, 31(3), 597-601.
- 张劲梅(2008). *西南少数民族大学生的文化适应研究*. 博士学位论文, 重庆: 西南大学.
https://kns.cnki.net/kcms2/article/abstract?v=bEegF8awJvyjBsJEqjPaD-t6tos88V2Zckjn45tt-uKtu6dQL4Hrwdw5l5qhaT53xgw88flsua06hLHo_0hdHo9-txMK7VVi2ZlD0XPSgQA6ZTffM-eg9MBxHBuEFXv5DoDYdzfTNlegCGVGEtOO70aZsjO25T49ZdFu6RXnZsD7vzGQnS_PNg98GZAyigdz&uniplatform=NZKPT&language=CHS
- 周涛(2003). 大学生社交焦虑与网络成瘾的相关研究. *湖南师范大学教育科学学报*, (3), 85-87.
- 周燕(2000). 影响中小学生心理健康的主要家庭环境因素. *华东师范大学学报(教育科学版)*, (2), 19-24.
- 朱克京, 吴汉荣(2004). 大学生网络成瘾的心理社会因素. *中国心理卫生杂志*, 18(11), 796-798.
- Jahoda, M. (1958). *Current Concepts of Positive Mental Health*. Basic Books. <https://doi.org/10.1037/11258-000>
- Maslow, A. H. (1958). A Dynamic Theory of Human Motivation. In C. L. Stacey, & M. DeMartino (Eds.), *Understanding Human Motivation* (pp. 26-47). Howard Allen Publishers. <https://doi.org/10.1037/11305-004>