

# 未成年人短视频成瘾困境与家庭疏导之道

黄文敏

福建师范大学心理学院, 福建 福州

收稿日期: 2025年12月23日; 录用日期: 2026年1月16日; 发布日期: 2026年2月2日

---

## 摘要

随着互联网技术的日益普及, 未成年人短视频成瘾问题已成为社会关注的焦点。研究系统分析了未成年人短视频成瘾现状及国内外短视频成瘾问题的相关研究, 发现技术、个体与环境三个因素共同影响未成年人短视频成瘾: 系统推送机制、多样化内容输出以及社交平台让未成年人对短视频产生了极大的兴趣; 神经生理、人格因素、人口学因素等共同影响了未成年人短视频成瘾; 家庭、学校与同伴为未成年人短视频成瘾提供了温床。基于此, 研究从家长的层面出发对未成年人短视频成瘾问题提出四项预防与干预措施: 创设良好家庭氛围; 培养孩子良好的兴趣爱好; 设立合理的规则与界限; 树立良好榜样。从而帮助未成年人降低短视频成瘾风险。

---

## 关键词

未成年人, 短视频成瘾, 家长

---

# The Dilemma of Short Video Addiction among Minors and Family Guidance Approaches

Wenmin Huang

School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: December 23, 2025; accepted: January 16, 2026; published: February 2, 2026

---

## Abstract

With the increasing prevalence of internet technology, short video addiction among minors has become a focal point of societal concern. This study systematically analyzed the current state of short video addiction among minors and relevant research on the issue both domestically and internationally. It found that three factors—technology, individual characteristics, and environment—

**jointly influence short video addiction in minors: system-driven recommendation mechanisms, diverse content output, and social platforms have sparked immense interest in short videos among minors; neurophysiological factors, personality traits, and demographic characteristics collectively impact short video addiction in minors; while family, school, and peer environments provide fertile ground for this addiction. Based on these findings, the study proposes four prevention and intervention measures from a parental perspective: fostering a positive home environment; cultivating healthy hobbies and interests in children; establishing reasonable rules and boundaries; and setting a good example. These strategies aim to help minors reduce their risk of short video addiction.**

## Keywords

**Minors, Short Video Addiction, Parents**

Copyright © 2026 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

“人们感到痛苦的不是他们用笑声代替了思考，而是他们不知道为何发笑以及为什么不再思考。”这句话很好地阐述了短视频成瘾带来的危害——人们一味地刷着各种各样的短视频，放下思考，收获欢笑。短视频是指时长在 5 min 内的小视频，具有碎片化、互动性、丰富性、嵌入性等特征(王虹, 2020)。短视频成瘾是指个体因对短视频产生消极心理依赖，难以自控地过度观看短视频而出现身体、心理和社交功能显著受损的新型行为成瘾。中国未成年人研究中心发布的《中小学生短视频使用特点及其保护》调查报告显示，受调查的未成年人群中，有 65.6% 的人使用过短视频软件。其中，20% 的青少年观看短视频的频率为“几乎总是”(中国青年网, 2020)。由此可见，刷短视频已经成为未成年人主要的娱乐方式之一。

不可否认，几分钟的短视频填充了人们的碎片化时间，提供了精彩纷呈的内容，在一定程度上拓宽了人们的眼界，并且提供了一个便捷的交流平台。但是，过度刷短视频会给人，尤其是未成年人带来不可忽视的消极影响。首先，短视频成瘾损害身体健康，长时间刷短视频会造成未成年人视力急剧下降，同时长时间地低头弯腰会压迫正在发育的脊柱，造成不可逆转的影响(张凌瑞等, 2018)；其次，短视频成瘾损害心理健康，不仅可能导致抑郁情绪(梁晓燕等, 2020)、加剧孤独感(焦思怡, 2022)，还会损害自控力与毅力(Li et al., 2023)。最后，短视频内容质量良莠不齐，短视频成瘾会影响未成年人道德观念的形成(李慧玲, 2020)，甚至增加了其攻击性(胡治丞, 2021)和网络欺凌行为(Smith & Short, 2022)。综上，短视频成瘾会对未成年人造成极大危害，短视频成瘾问题需受到全社会高度关注与警惕，全社会应该积极预防和干预未成年人短视频成瘾问题。

本文旨在探讨影响未成年人短视频成瘾的重要因素，并从家长的角度给予针对性建议，从而预防和干预未成年人短视频成瘾，助力未成年人身心健康成长。

## 2. 短视频成瘾概述

### 2.1. 短视频成瘾概念

成瘾是指个体对某种物质或活动产生依赖，为了获取该物质或反复从事该活动而遭受痛苦，或者出现明显的生理、心理、职业及社会交往等方面的功能损害。成瘾分为物质成瘾和行为成瘾(叶新东, 2004)，

在本文中主要讨论的是行为成瘾问题。随着工业革命的迅猛发展，互联网技术以及数字媒体技术在我们的生活中日益普及，人们运用网络进行学习、工作、生活、社交，技术成瘾、网络成瘾现象随之产生。技术成瘾是指过度使用现代技术导致的行为成瘾(Sherer & Levounis, 2022)，网络成瘾是技术成瘾中的一种。时代在发展，科技在进步，打破时空限制的智能手机深受人们青睐，人们将其运用于各种场合，并开发出了各种功能，智能手机成瘾现象随之产生。智能手机成瘾也属于行为成瘾和技术成瘾的范畴，是指个体因过度使用智能手机而出现心理依赖，进而对智能手机及其相关服务的使用失去控制，导致日常生活受到干扰，并出现心理或行为问题的现象(刘勤学等, 2017)。

随着研究的深入，研究者们根据用途、功能等分类对智能手机成瘾进行了细化，延伸出了短视频成瘾等一系列概念。目前，短视频成瘾的概念尚未得到一个明确的界定。李霞等(2021)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(2022)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；Zhang 等人(2019)将短视频成瘾定义为个体失去控制地甚至强迫地使用短视频，在短视频上花费过多的时间。综上，对短视频成瘾的定义虽未达成共识，但许多研究者都认为短视频成瘾是网络成瘾及智能手机成瘾下的一个子类，指的是个体因对短视频产生消极心理依赖，不能自控地过度观看而出现身体、心理和社会功能等显著受损的现象(Liu et al., 2022)。

## 2.2. 短视频成瘾测量工具

目前，短视频成瘾测量工具大多是自编或改编的问卷量表，研究者根据自身的研究目的与研究方向，直接修改网络成瘾、(智能)手机成瘾、社交网站成瘾或游戏成瘾等量表的条目表述或综合多个量表、抽取部分条目进行改编，形成短视频成瘾测量工具，具有针对性的成熟量表较少。从整体上看，目前较为科学严谨的短视频成瘾测量工具一共有四个：

### 1) 短视频使用强度量表

梁晓燕等人(2020)在研究短视频使用是否会影响大学生抑郁情况时，根据短视频使用的特点以及丁倩等人编制的社交网站使用强度量表，将原量表“社交网站/社交媒体”的表述改为“短视频(应用)”，编制了短视频使用强度量表。量表属于单维度量表，分为 6 个条目，分数越高代表短视频使用强度越大。

### 2) 大学生问题性短视频媒体使用量表

毛峥等人(2022)采用开放式调查问卷和访谈法，借鉴智能手机成瘾量表(Kwon et al., 2013)、青少年问题性移动社交媒体使用评估问卷(姜永志, 2018)、青少年移动社交网络使用动机问卷(姜永志等, 2017)、大学生手机短视频过度使用问卷(王建亚等, 2020)、短视频使用强度量表(梁晓燕等, 2020)等多个量表，编制了大学生问题性短视频媒体使用量表，量表包括知行变化、生理不适和社会黏度三个维度，共 13 个条目，分数越高代表问题性短视频使用程度越严重。

### 3) 短视频成瘾问卷

秦浩轩等人(2019)参考 Leung (2008) 编制的手机成瘾指数量表，编制了短视频成瘾问卷。问卷共包括戒断性、逃避性、失控性和低效性四个维度，共 14 个条目，得分越高表明成瘾倾向越明显。

### 4) 短视频成瘾量表

Zhang 等人(2019)参考改编自 Choi 和 Lim (2016) 的社交网站成瘾量表，编制了短视频成瘾量表。量表属于单维度量表，共 6 个条目，得分越高表明短视频过度使用的现象越严重。

## 2.3. 短视频成瘾现状问题

短视频是大数据、新媒体技术和互联网技术深度融合发展的必然产物。据第 55 次《中国互联网络发

展状况统计报告》，截至 2024 年底，中国网络视频的用户规模达到 10.70 亿人，占网民整体数量的 96.6%，其中短视频用户规模为 10.40 亿人，占网民整体的 93.8%（中国互联网络信息中心，2025）。短视频已经渗透到国民日常生活中，成为国民获取与交流信息、社交娱乐、放松身心的重要渠道。短视频自身的特点加上未成年人知识水平不高、自制力较弱，使得未成年人极易沉迷于短视频中。据《第 5 次全国未成年人互联网使用情况调查报告》显示，11.9% 的未成年人在工作日平均每天观看短视频超过 2 小时，7.2% 的未成年人在节假日平均每天观看短视频超过 5 小时。网络是一把双刃剑，短视频在给未成年人带来娱乐与便捷的同时，也会显著影响未成年人的道德发展、学业进步。未成年人短视频成瘾问题亟需得到解决。

### 3. 未成年人短视频成瘾原因

#### 3.1. 技术因素

##### 3.1.1. 算法推送机制

在大数据与网络媒介技术飞速发展的背景下，短视频平台借助受众分析、智能算法推荐及交互设计等技术（赖青，2021），能够根据用户的浏览偏好与习惯，持续推送高度个性化的内容，从而不断增强用户粘性。对处于人格形成关键期的未成年人，平台往往精准推送动漫、校园、梦想等契合其兴趣的内容。这种“投其所好”的推荐机制极易激活大脑奖赏系统，使未成年人不断沉浸在即时满足的视觉刺激中，从而逐步形成使用依赖。由于未成年人自控能力尚未成熟，他们往往在无意识间将大量碎片时间乃至原本应用于学习、休息的整块时间消耗于短视频，不仅影响正常作息，还可能加剧注意力碎片化与行为成瘾的倾向，严重影响其认知发展与时间管理能力。

##### 3.1.2. 多样化内容输出

研究表明，用户生产内容模式与短视频应用的成瘾显著正相关（Lu et al., 2022），短视频平台采用了用户生产内容模式（赖青，2021），为人们提供了自由创作的平台，促进了短视频内容的多样性，董王昊等人（2023）的研究指出，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。

##### 3.1.3. 提供社交平台

霍华德·莱茵戈德于 2000 年提出了“虚拟社群”的概念，意指“当有足够的人长时间共同参与一个公共讨论，投入足够多的情感，并在网络空间中构成一个由个人关系组成的网，就会产生网络社群这种社会群聚现象”。短视频为人们提供了人际交往的平台。未成年人的自尊、道德与隐私意识处于关键发展阶段，他们在现实生活中对于表达个人观点可能感到顾虑，担心遭受否定或嘲笑，因此更倾向于在虚拟空间进行社交互动。在这些平台的评论区中，他们交流信息、展开讨论，进行观点互动，获得认同感，从而满足其社交与心理需求。

#### 3.2. 个体因素

##### 3.2.1. 神经生理与认知心理因素

大脑的奖赏系统包含了两个部分，“喜欢”和“想要”。“想要”与多巴胺有关，但真正的愉悦感“喜欢”，则更多地与内啡肽等阿片类物质有关。这意味着，成瘾的核心是一场“想要”与“喜欢”的恶性分离，当短视频带来的新奇、愉悦等体验反复刺激大脑时，多巴胺系统会变得异常敏感，将“想要”放大到病态的程度，而反复接触相似类型的短视频内容会导致快感反应逐渐减弱，刺激阈值随之提高。这往往促使使用者持续寻求更多同类内容，即便其带来的实际满足感已十分有限。从行为机制上看，这种持续追逐更多源于习惯性的奖赏寻求，而非内容本身带来的持久兴趣或愉悦。在未成年人使用手机的

过程中，点赞、快速浏览等互动操作会刺激多巴胺的分泌，产生即时的愉悦感，从而强化其持续使用行为。

### 3.2.2. 人格因素

人格特质是影响个体行为成瘾的重要因素，已有研究证实神经质正向影响短视频成瘾，高神经质水平的未成年人易受负面情绪影响，情绪敏感，易紧张焦虑，高娱乐短视频内容可以帮助他们缓解负面情绪，降低紧张焦虑情绪，因此容易对短视频上瘾。宜人性和尽责性负向影响短视频成瘾，高宜人性、尽责性的未成年人有强烈的责任心和自我约束力、友善体贴，短视频对其吸引力较小(秦浩轩, 2020; 李霞等, 2021)。

### 3.2.3. 人口学因素

人口学因素，如性别、学历、专业等影响未成年人短视频成瘾。有学者发现，相比男性，女性更容易对短视频上瘾(秦浩轩, 2020; 潘俊星等, 2024)，而也有研究发现，男生对短视频应用的依赖和成瘾程度更高(张强等, 2023)，这种差异可能是因为男女观看短视频的内容和动机不同(张亚文等, 2020)；有研究发现，学历与短视频成瘾呈负相关的关系，学历越低，对短视频越容易上瘾(陈安心, 2019)，但也有研究发现学历高，短视频成瘾程度相对较高(邹鑫雨, 2024)，研究结果的差异可能是由于使用的测量量表不同；在专业方面，现有研究显示，艺体类专业学生较文史类专业更容易对短视频成瘾(潘俊星等, 2024)，艺术类专业学生较其他专业学生成瘾程度更高(邹鑫雨, 2024)，自然科学专业学生成瘾程度高于人文社科专业(黄文旺, 2023)。综上，尽管短视频成瘾与人口学因素的关系存在争议，但人口学因素是影响短视频成瘾的一个重要变量的观点基本达成共识。

## 3.3. 环境因素

### 3.3.1. 家庭因素

家庭因素与未成年人短视频成瘾密切相关。父母低头症(Wang & Lei, 2022)、父母冲突(黄泽鹏等, 2016; 郭丽, 2016)、消极教养方式(Wang et al., 2023)、消极家庭关系(杜欣欣等, 2021)均正向预测未成年人短视频成瘾，导致孩子产生焦虑紧张等消极情绪。孩子会倾向于选择逃避现实、沉浸于短视频中来缓解消极情绪、满足情感需求。

### 3.3.2. 学校与同伴因素

学校环境与同伴关系与未成年人短视频成瘾行为存在密切关系。研究发现，低学校联结感(Liu et al., 2022)和高学校倦怠(毛峥, 姜永志, 2023)正向预测青少年短视频成瘾。在学校找不到归属感与快乐，对学习感到疲惫与厌倦的未成年人，他们的社交和情感需求在现实生活中得不到满足，于是转向虚拟世界，来弥补现实的缺失。同时，有研究表明，青少年刷短视频很大程度上是为了与同伴有共同话题，追求潮流(Wang et al., 2023)，同伴交流共同话题的好奇心会有效激发青少年使用短视频的行为(宋瑞丽, 2022; 谢兴政, 贾玉璇, 2021)。

## 4. 家长干预与预防措施

### 4.1. 建立良好家庭氛围

情绪安全感理论强调，一个充满爱与和谐的家庭氛围有利于孩子心理健康发展。大量研究表明，家庭冲突是影响影响未成年人抑郁的重要因素，它不仅可能破坏孩子的情绪安全感、诱发慢性应激反应，还会影响亲子关系。如果父母长期且频繁地爆发冲突，孩子会缺失对家庭的安全感，产生消极情绪，进而沉迷于短视频寻找短暂的情感慰藉。父母应该尽量避免直接暴力的家庭冲突，遇事先沟通，营造一个

良好的家庭氛围，让孩子在温馨和谐友爱的家庭中成长，培养情绪安全感。

#### 4.2. 培养孩子良好的兴趣爱好

短视频成瘾与生命是否有意义息息相关。当现实生活充满痛苦与无意义时，大脑就会本能地去寻找任何能够提供短暂慰藉的替代品。预防和干预未成年人短视频成瘾，关键在于为其构建一个丰富、健康、有意义的现实生活支持体系，帮助他们在现实中获得持久的成就感和归属感，从而减少对虚拟即时满足的过度依赖。未成年人求知欲与好奇心强烈，家长可以培养孩子良好的兴趣爱好，比如音乐、绘画、户外运动等，以取代对短期短视频快感的上瘾。

#### 4.3. 设立合理的规则与界限

未成年人自制力较弱，容易沉溺于短视频中。父母需要发挥引导与外在干预作用，合理规定孩子玩手机、刷短视频的时间，培养孩子正确且适当使用电子产品的意识，建立合理规则。

#### 4.4. 树立良好榜样

家庭教育最重要的一个方法就是父母要给孩子做榜样，以身作则，以身示范，这是最好的教育，也是最有效的教育。孩子天生具有十分强的模仿能力，父母如果整天沉迷于短视频，很少与孩子进行亲密接触与交流，那么孩子就会好奇父母沉迷短视频的原因，进而去模仿父母行为。父母自身应该合理使用短视频 APP，与孩子进行和谐的亲子互动与交流，为孩子树立良好的榜样。

### 参考文献

- 陈安心(2019). 移动短视频APP 大学生用户沉迷行为及其影响因素研究. 硕士学位论文, 广州: 暨南大学.
- 董王昊, 王伟军, 王兴超, 等(2023). 人机互动视角下短视频沉迷的发生机制. *心理科学进展*, 31(12), 2337-2349.
- 杜欣欣, 李佳雪, 董淑珊, 等(2021). 本科护生短视频成瘾的内外部影响因素调查分析. *卫生职业教育*, 39(7), 116-119.
- 郭丽(2016). 安阳市青少年网络成瘾现况及影响因素分析. *现代预防医学*, 43(5), 827-831.
- 胡治丞(2021). 网络短视频对青少年社会化的影响研究: 基于重庆市四所学校的实证调查. 硕士学位论文, 重庆: 重庆工商大学.
- 黄文旺(2023). 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. 硕士学位论文, 南昌: 江西中医药大学.
- 黄泽鹏, 吴宇, 罗青山, 等(2016). 深圳市青少年学生网络成瘾情况及影响因素分析. *中国学校卫生*, 37(7), 1028-1030.
- 姜永志(2018). 青少年问题性移动社交媒体使用评估问卷编制. *心理技术与应用*, 6(10), 613-621.
- 姜永志, 白晓丽, 刘勇(2017). 青少年移动社交网络使用动机调查. *中国青年政治学院学报*, 36(1), 88-94.
- 焦思怡(2022). 高中生短视频依赖对孤独感的影响: 核心自我评价的中介效应及干预研究. 硕士学位论文, 武汉: 华中师范大学.
- 赖青(2021). 短视频智能算法推荐的特性与新旧媒体的再融合. *中国编辑*, (9), 17-22.
- 李慧玲(2020). 网络短视频对青少年道德观形成的影响研究. 硕士学位论文, 长沙: 湖南师范大学.
- 李霞, 秦浩轩, 曾美红, 等(2021). 大学生短视频成瘾症状与人格的关系. *中国心理卫生杂志*, 35(11), 925-928.
- 梁晓燕, 郭晓荣, 赵桐(2020). 短视频使用对女大学生抑郁的影响: 自我客体化和身体满意度的链式中介作用. *心理科学*, 43(5), 1220-1226.
- 刘勤学, 杨燕, 林悦, 等(2017). 智能手机成瘾: 概念、测量及影响因素. *中国临床心理学杂志*, 25(1), 82-87.
- 罗光福(2022). 大学生短视频成瘾量表的编制与应用. 硕士学位论文, 荆州: 长江大学.
- 毛峥, 姜永志(2023). 新型冠状病毒感染疫情背景下青少年外倾性人格、孤独感与问题性短视频使用之间关系. *中国健康心理学杂志*, 31(5), 700-705.
- 毛峥, 姜永志, 金童林, 等(2022). 大学生问题性短视频媒体使用量表的初步编制. *中华行为医学与脑科学杂志*, 31(5),

462-468.

- 潘俊星, 郭俊俏, 武杨杰, 等(2024). 大学生短视频成瘾的潜在剖面分析. *中国学校卫生*, 45(2), 244-247+252.
- 秦浩轩(2020). 大学生短视频成瘾的影响机制及干预对策研究. 硕士学位论文, 南昌: 江西科技师范大学.
- 秦浩轩, 李霞, 曾美红, 等(2019). 大学生短视频成瘾量表的初步编制. *中国心理学期刊*, 1(8), 586-598.
- 宋瑞丽(2022). 短视频成瘾行为影响因素研究. 硕士学位论文, 上海: 华东政法大学.
- 王虹(2020). 调查报告: 短视频正在深刻融入公众文化生活. *国家治理*, (32), 2-9.
- 王建亚, 张雅洁, 程慧平(2020). 大学生手机短视频过度使用行为影响因素研究. *图书馆学研究*, (13), 84-95.
- 谢兴政, 贾玉璇(2021). “屏媒时代”青年群体短视频成瘾现象及对策分析. *编辑学刊*, (1), 30-35.
- 叶新东(2004). 网络成瘾研究概述. *心理科学*, 27(6), 1446-1448.
- 张凌瑞, 朱天民, 张晨辰, 等(2018). 大学生手机依赖的研究进展. *中国健康教育*, 34(1), 59-61.
- 张强, 王翱航, 张珏(2023). 大学生短视频社交媒体使用与心理健康相关行为的关系. *中国学校卫生*, 44(4), 586-589.
- 张亚文, 王怡, 瞿稳, 等(2020). 短视频与大学生网络成瘾和人格特质的关系. *中国健康心理学杂志*, 28(9), 1418-1422.
- 中国互联网络信息中心(2025). 第55次《中国互联网络发展状况统计报告》.  
<https://www.cnnic.cn/NMediaFile/2025/0313/MAIN17418452848150SDUMQZGSU.pdf>
- 中国青年网(2020). 中小学生短视频使用特点及其保护. [http://news.youth.cn/sh/202011/t20201104\\_12560088.html](http://news.youth.cn/sh/202011/t20201104_12560088.html)
- 邹鑫雨(2024). 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. 硕士学位论文, 哈尔滨: 黑龙江大学.
- Choi, S. B., & Lim, M. S. (2016). Effects of Social and Technology Overload on Psychological Well-Being in Young South Korean Adults: The Mediatory Role of Social Network Service Addiction. *Computers in Human Behavior*, 61, 245-254.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.032>
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H. et al. (2013). The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents. *PLOS ONE*, 8, e83558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Leung, L. (2008). Linking Psychological Attributes to Addiction and Improper Use of the Mobilephone among Adolescents in Hong Kong. *Journal of Children and Media*, 2, 93-113. <https://doi.org/10.1080/17482790802078565>
- Li, F., Wang, G., Zhu, D., Liu, S., Liao, J., Zhang, S. et al. (2023). Parental Neglect and Short-Form Video Application Addiction in Chinese Adolescents: The Mediating Role of Alexithymia and the Moderating Role of Refusal Self-Efficacy. *Child Abuse & Neglect*, 143, Article 106345. <https://doi.org/10.1016/j.chab.2023.106345>
- Liu, Q. Q., Xu, X. P., Yang, X. J. et al. (2022). Distinguishing Different Types of Mobile Phone Addiction: Development and Validation of the Mobile Phone Addiction Type Scale (MPATS) in Adolescents and Young Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, Article 2593. <https://doi.org/10.3390/ijerph19052593>
- Lu, L., Liu, M., Ge, B., Bai, Z., & Liu, Z. (2022). Adolescent Addiction to Short Video Applications in the Mobile Internet Era. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 893599. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.893599>
- Sherer, J., & Levounis, P. (2022). Technological Addictions. *Current Psychiatry Reports*, 24, 399-406.  
<https://doi.org/10.1007/s11920-022-01351-2>
- Smith, T., & Short, A. (2022). Needs Affordance as a Key Factor in Likelihood of Problematic Social Media Use: Validation, Latent Profile Analysis and Comparison of TikTok and Facebook Problematic Use Measures. *Addictive Behaviors*, 129, Article 107259. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107259>
- Wang, H., & Lei, L. (2022). The Relationship between Parental Phubbing and Short-Form Videos Addiction among Chinese Adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, 32, 1580-1591. <https://doi.org/10.1111/jora.12744>
- Wang, J., Wang, M. Z., & Lei, L. (2023). Longitudinal Links among Paternal and Maternal Harsh Parenting, Adolescent Emotional Dysregulation and Short-Form Video Addiction. *Child Abuse & Neglect*, 141, Article 106236.  
<https://doi.org/10.1016/j.chab.2023.106236>
- Zhang, X., Wu, Y., & Liu, S. (2019). Exploring Short-Form Video Application Addiction: Socio-Technical and Attachment Perspectives. *Telematics and Informatics*, 42, Article 101243. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2019.101243>