

网络游戏障碍的跨阶段性特征：基于小学、中学与大学三组访谈的质性研究

苏池¹, 雷威^{2*}

¹西南医科大学人文与管理学院, 四川 泸州

²西南医科大学附属医院心身医学中心, 四川 泸州

收稿日期: 2026年4月28日; 录用日期: 2026年6月9日; 发布日期: 2026年6月18日

摘要

目的: 基于发展阶段视角, 考察不同学段受访者的游戏动机与游戏控制(外部控制/自主调节)结构特征及其随年龄变化的迁移机制, 揭示“共性结构”与“阶段差异”的生成方式。方法: 采用质性研究取向, 对小学、中学与大学三个阶段的受访者进行半结构式访谈, 围绕游戏体验、使用情境与控制实践获取叙事材料, 并以主题分析对跨阶段共性与差异进行比较归纳, 形成“动机-控制”双维度的发展性解释框架。结果: 三阶段游戏动机在总体结构上呈现“类目一致、表述迁移”。其一, 内在满足是跨阶段最稳定的核心, 受访者普遍将游戏体验为“好玩、开心、有趣”的过程性愉悦; 其二, 情绪功能化使用在各阶段高度覆盖, 游戏常被用作放松与情绪缓冲, 但随学段上升触发情境与心理机制更复杂; 其三, 社交连接与成就和能力在三组中均可观察, 差异主要体现为叙述方式与突出情境的变化。控制维度呈现稳定的“双轨结构”: 外部控制(家长、规则)与自主调节并存, 并普遍伴随“能控、控不住”的张力; 但主导权与稳定性随学段迁移——小学组以外控主导且更可接受, 中学组外控——自控并存最突出且体验分化更强, 大学组控制重心进一步内化, 自控策略更丰富且更反思, 但在压力情境下仍可能出现阶段性回流。结论: 不同学段的游戏使用并非动机或控制的“有无差异”, 而是同一结构在发展过程中的“重心迁移”与“叙事再组织”。理解青少年游戏行为需同时关注稳定的动机和控制框架与阶段性情境压力对自我调节的影响, 为家庭规则制定、学校引导与个体自我管理支持提供分阶段的干预启示。

关键词

网络游戏障碍, 发展阶段, 质性研究, 游戏动机, 游戏控制

*通讯作者。

Cross-Stage Characteristics of Internet Gaming Disorder: A Qualitative Study of Interviews across Primary, Secondary, and University Student Groups

Chi Su¹, Wei Lei^{2*}

¹School of Humanities and Management, Southwest Medical University, Luzhou Sichuan

²Psychosomatic Medicine Center, The Affiliated Hospital of Southwest Medical University, Luzhou Sichuan

Received: April 28, 2026; accepted: June 9, 2026; published: June 18, 2026

Abstract

Objective: From a developmental-stage perspective, this study examines the structural characteristics of game motivation and game control, including external control and autonomous regulation, among respondents at different educational stages. It further explores how these characteristics shift with age, aiming to reveal the formation of both “common structures” and “stage-specific differences”. **Methods:** A qualitative research approach was adopted. Semi-structured interviews were conducted with respondents from primary school, secondary school, and university. Narrative materials were collected around gaming experiences, usage contexts, and control practices. Thematic analysis was used to compare and summarize cross-stage similarities and differences, leading to the construction of a developmental explanatory framework based on the dual dimensions of “motivation-control”. **Results:** Across the three educational stages, game motivations showed a general pattern of “consistent categories with shifting expressions”. First, intrinsic satisfaction emerged as the most stable core motivation across stages, with respondents commonly describing gaming as a process that is “fun”, “enjoyable”, and “interesting”. Second, the functional use of games for emotional regulation was widely present across all stages. Games were often used for relaxation and emotional buffering, although the triggering contexts and psychological mechanisms became more complex as educational stage increased. Third, social connection, achievement, and competence were observed in all three groups, with differences mainly reflected in modes of narration and prominent situational contexts. In terms of control, a stable “dual-track structure” was identified: external control, such as parental regulation and rules, coexisted with autonomous regulation, often accompanied by a tension between “being able to control” and “being unable to control”. However, the locus and stability of control shifted across stages. The primary school group was mainly characterized by external control, which was more readily accepted. The secondary school group showed the most prominent coexistence of external and self-control, along with greater experiential differentiation. In the university group, control became further internalized, with more diverse and reflective self-regulation strategies, although temporary regression could still occur under stressful conditions. **Conclusion:** Game use across different educational stages does not reflect a simple difference in the presence or absence of motivation or control. Rather, it represents a developmental process in which the same underlying structure undergoes shifts in emphasis and narrative reorganization. Understanding adolescents’ gaming behavior requires attention to both stable motivational and control frameworks and the influence of stage-specific contextual pressures on self-regulation. These findings provide stage-sensitive implications for family rule-setting, school guidance, and individual self-management support.

Keywords

Online Gaming Disorder, Developmental Stages, Qualitative Research, Gaming Motivation, Gaming Control

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. 前言

在我国,网络游戏已深度嵌入青少年日常生活,是重要的娱乐与社交方式。截止 2020 年,我国未成年网民规模达 1.83 亿,互联网普及率达 94.9%,62.5%的未成年网民上网玩游戏(共青团中央维护青少年权益部中国互联网络信息中心,2021)。网络游戏障碍(Internet Gaming Disorder, IGD)是美国 DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th revision)和世界卫生组织 ICD-11 (International Classification of Diseases, 11th Revision)纳入诊断的行为成瘾障碍之一(APA, 2013; WHO, 2024),可以带来在心理健康和社会功能的严重损害,并可诱发焦虑症、抑郁症等多种临床精神障碍,甚至提高自杀风险(Petry et al., 2014)。因此,探索成瘾者的游戏动机与行为控制等心理特征对于有效的临床干预具有重要意义。

IGD 个体的游戏动机大致可以分为两方面。一方面是拉力,即游戏本身的吸引力。纵向研究表明即使排除抑郁、压力症状等因素的影响,过度游戏本身仍是 IGD 的独立预测因子(Liu et al., 2021)。另一方面是推力,即游戏被作为缓解情绪或释放压力的途径。例如,多个纵向研究表明抑郁症状可能加重儿童青少年罹患 IGD 的风险(Li et al., 2026; Liu et al., 2021; Zhang et al., 2025)。对游戏行为的控制失败是 IGD 的定义性症状之一(APA, 2013; WHO, 2024)。游戏行为的控制可以分为内控(即自我控制)和外控(即家长或老师等的控制)两个方面。大量研究一致表明相比健康对照,IGD 个体的自我控制能力显著削弱,且自我控制能力削弱与成瘾症状及神经生物学改变息息相关(Jeong et al., 2020; Tian et al., 2023; Yu et al., 2021)。作为自我控制失败的范例之一,冲动性(Impulsivity)增高在 IGD 中也十分常见(Lei et al., 2022; Şalvarlı & Griffiths, 2019; Tian et al., 2023; 彭朕磊等, 2021)。Şalvarlı & Griffiths 的系统评价显示,33 个符合纳入标准的研究中 32 个报告了 IGD 症状与冲动性的正相关(Şalvarlı & Griffiths, 2019)。然而,量化研究虽然取得了显著进展,其在解释层面仍面临局限,难以揭示这些特征背后的个体心理动力,亦缺乏发展阶段的系统性比较。

事实上,IGD 并不仅是行为症状的集合,其心理机制更涉及动机、体验、身份认同与控制感知等多维度结构(Liao et al., 2022; Wang & Cheng, 2022; Wei et al., 2017)。这些诊断体系对游戏成瘾的量化和定量研究起到了巨大的推动作用,但也带来了一定的局限。比如,已有的定量研究大多基于 DSM-5 或 ICD-11 所界定的症状维度对 IGD 进行研究,这些研究主要聚焦于有限的行为表征,并且严重依赖于患者简短的主观报告和针对特定情形的简短、表面的行为、神经活动反应,较少对游戏行为的主观体验维度的深入探索。而游戏行为的主观体验直接影响 IGD 的临床表现、发展轨迹与干预(尤其是心理干预)成效(Ayala-Rojas et al., 2025; Sugaya et al., 2019)。值得一提的是,目前为止对 IGD 干预明确有效的正是以 CBT 和正念冥想为代表的心理干预(罗大东等, 2021)。另一方面,随着成瘾程度和心理发展阶段的变化,个体的游戏行为及其背后的心理动因也可能随之改变。根据埃里克森心理社会发展理论,不同教育阶段的个体在心理需求和发展任务上存在显著差异(郭婷, 2010)。这些阶段性特征不仅塑造了 IGD 的心理机制,也决定了干预路径的有效性。因此,即使同样符合 IGD 诊断标准,儿童、青少年和成年成瘾者也可能因为年

龄和心理发展阶段的不同而呈现不同的主观体验、动机模式, 而如前所述, 这些因素对有效干预而言至关重要(Xu et al., 2021)。

目前, 国内外多数研究把“青少年”当成一个整体(Torres-Rodríguez et al., 2018), 或者只比较未成年人和成年人(Gao et al., 2022), 还没把小学到中学再到大学这样完整的教育阶段系列放进系统研究里。少数用访谈等方式的研究给出了个人经历的详细描述, 大多集中在单个阶段, 缺少不同阶段之间的并列和比较, 让人很难识别出不同阶段特有的心理运作方式, 也无法描绘 IGD 的动态演化图谱(Richard et al., 2020)。总之, 对 IGD 个体的游戏主观体验维度的深入探索可以为 IGD 的有效干预提供有价值的参考。

本研究用质性研究方法, 关注不同教育阶段(小学、中学、大学)的 IGD 个体, 用半结构化深度访谈, 从自身角度了解他们游戏行为背后的心理动力和真实感受, 揭示 IGD 个体在动机、控制上的阶段性差异, 为明确游戏动机随心理发展的变化轨迹, 制定更适合个人心理情况的干预和预防策略提供理论依据和实践启示。

2. 对象与方法

2.1. 研究对象

访谈对象为 2024 年 4 月至 2025 年 8 月就诊于西南医科大学附属医院游戏障碍门诊符合 DSM-5 网络游戏障碍诊断的个体。访谈作为咨询前心理评估组成部分, 所有参与者及其监护人签署知情同意书。共 28 人参与调查, 其中 21 人(小学 5 人, 中学 9 人, 大学 7 人)同意接受半结构化访谈。表 1 呈现了被试的人口学特征以及相关量表结果。

纳入标准: ① 年龄 6 岁及以上, 处于小学、中学或大学在读阶段; ② 符合《DSM-5》中 IGD 诊断标准, 即过去一年 9 项症状中至少 5 项阳性; ③ 持续游戏行为 ≥ 1 年; ④ 知情同意自愿参与。排除标准: 符合 ICD-11 精神分裂症谱系诊断, 重度双相情感障碍或重度抑郁症, 或精神病性症状(幻觉、妄想、思维或行为紊乱症状)阳性的个体。

2.2. 资料分析

2.2.1. 方法部分

本研究采用质性研究范式, 以扎根理论(grounded theory)为方法框架, 对不同教育阶段的 IGD 成员的游戏行为背后的心理动力和真实感受进行探索。在形成统一编码体系后, 研究进一步对三组不同人群(小学、中学、大学)在各编码类别中的经验分布与意义侧重进行比较分析, 以考察不同群体在游戏动机和控制上的异同。该比较旨在揭示经验结构差异, 而非进行统计意义上的量化检验。

2.2.2. 收集资料

访谈采用一对一半结构化形式, 由两名经质性研究培训的心理学研究生主持, 时长 20~50 分钟(平均 28 分钟)。围绕“动机-替代行为-控制”等开放性问题展开, 共设十一个核心问题(详情见附录)。访谈在覆盖主题前提下允许被试自由叙述, 必要时采用追问(如“当时你是怎么考虑的?”), 所有访谈均经同意后录音保存。

2.2.3. 资料分析工具

研究使用 Nvivo 12 作为辅助分析工具, 用于文本管理、编码与概念建构。软件仅作为技术支持, 编码与理论建构仍由研究者主导完成。

2.2.4. 编码与分析流程

资料分析遵循扎根理论的经典三级编码流程, 并在资料收集与分析之间保持持续比较与反复迭代。

第一阶段为开放式编码。研究者对逐字转写文本进行逐句分析, 在不预设理论框架的前提下, 尽量以受访者原话为基础生成概念, 共形成 454 个初始编码, 用于了解游戏行为背后的心理动力和真实感受。

第二阶段为关联式编码。研究者在开放式编码基础上, 对语义相近、指向相似经验内涵的初始编码进行归并, 形成 8 个范畴, 包括内在满足、社交连接、成就与能力、情绪功能化使用、外部控制、外部控制体验、自我调节策略、自我控制体验。此阶段的重点在于明确范畴边界并建立范畴之间的逻辑联系。

第三阶段为核心式编码。通过选择型分析法, 研究者反复回到原始资料, 对各范畴之间的关系进行比较与整合, 最终确定“游戏动机和控制”为核心范畴, 并据此建构“游戏动机维持”发展模型。

2.2.5. 研究质量控制

研究通过多种方式保证分析的信度与效度, 包括原始资料回溯检验、专家评价以及编码一致性检验。两名编码者在统一编码手册基础上对文本进行独立编码, 一致性指数(CA)达到可接受水平, 表明研究结果具有较好的可信度。

3. 结果

Table 1. Demographic and gaming behavior characteristics of participants across different educational stages (N = 28)

表 1. 不同教育阶段受访者一般人口学与游戏行为特征(N = 28)

变量	小学(n = 5)	中学(n = 14)	大学(n = 9)	统计量	<i>p</i>
性别(男)	4 (80%)	9 (64.3%)	5 (55.6%)		
性别(女)	1 (20%)	5 (35.7%)	4 (44.4%)		0.8714
年龄(周岁)	11 [11, 12]	15 [13.25, 16]	22 [19, 23]	$H = 22.272$	<001
IGDS	4 [3, 6]	5 [4.25, 6]	6 [4, 6]	$H = 0.374$	0.8296
渴求	6 [5, 7]	6 [4.25, 8]	6 [4, 7]	$H = 0.953$	0.6208
重要性	4 [3, 7]	6 [5.25, 7]	6 [5, 6]	$H = 1.336$	0.5127
喜爱程度	8 [6, 9]	8 [7, 9]	8 [8, 9]	$H = 0.413$	0.8136
技术自评	8 [7, 9]	7 [5, 7]	7 [7, 8]	$H = 3.939$	0.1396
想戒掉的程度	2 [1, 3]	3.5 [0.5, 5]	3 [1, 3]	$H = 0.317$	0.8533
短视频频率	4 [2, 7]	5 [2.5, 7]	7 [3, 7]	$H = 1.504$	0.4715
短视频时间	4 [1, 5]	2.5 [2, 4]	1.7 [1, 3]	$H = 1.254$	0.5343
MOGQ	75 [73, 84]	75.5 [60.75, 97.75]	75 [70, 92]	$H = 0.059$	0.9711

注: 分类变量以 n (%)表示; 分类变量组间差异采用 Fisher-Freeman-Halton 精确检验(Monte Carlo 模拟), 性别 × 分组 $p = 0.8714$; 连续变量以中位数(Q1~Q3)表示; 采用 Kruskal-Wallis H 检验; “渴求”, “重要性”, “喜爱程度”, “技术自评”, “想戒掉的程度”均采用 0~10 分自评量表, 数值越高表示程度越强; IGDS: 中文版网络游戏障碍量表; MOGQ: 网络游戏动机(中文版)。

3.1. 游戏动机的跨教育阶段特点

从图 1 可以看出, 小学组动机以内在满足与情绪功能化使用为主, 且均为全覆盖(5/5)。受访者多用体验性语言强调“好玩、开心”与“玩一会儿就放松”, 如: “就是觉得好玩, 很开心。”(P2)“心情不好就玩一会儿, 感觉会放松一点。”(P4)相较之下, 成就与能力与社交连接虽也出现(均为 4/5), 但更多呈现为零散的成功体验或与熟人同玩的陪伴感, 例如: “可以体验打败别人的感觉……很有成就感”, “每天一起玩”(P3)

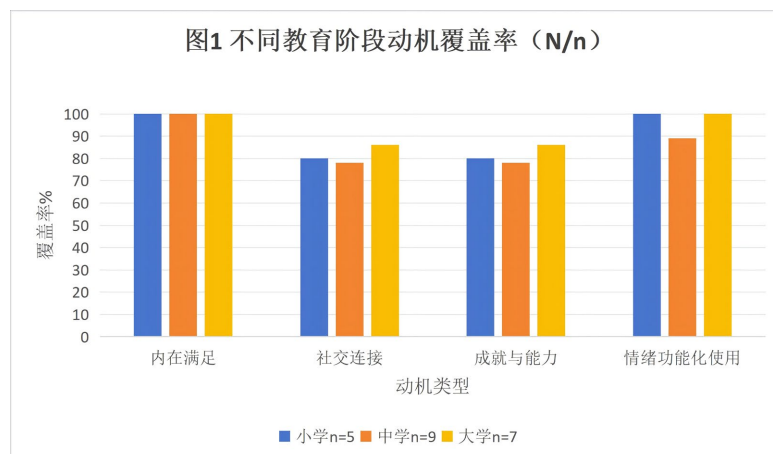


Figure 1. Motivation coverage across different educational stages (N/n)

图 1. 不同教育阶段动机覆盖率(N/n)

中学组的内在满足仍全覆盖(9/9), 情绪功能化使用亦高覆盖(8/9), 同时动机叙事更突出“竞争反馈”与“压力情境”。成就动机常围绕胜负与段位展开: “就是想赢, 输了就想再打一把。”(M4) “上分、打到那个段位, 会觉得自己挺厉害的。”(M3), 情绪功能化也更常与无聊或压力相连: “上学太无聊了, 就想打游戏逃一下”(M5)。在社交动机方面, 社交连接同样较为常见(7/9), 以与熟人同玩为主, 例如: “陪伴朋友”(M7)

大学组中内在满足与情绪功能化使用均为全覆盖(7/7), 成就与能力亦高度覆盖(6/7), 且表述更具反思性与工具化界定, 受访者强调游戏作为“能力反馈场域”与“情绪、现实补偿”的功能: “打游戏是少数我能明显看到自己进步的地方。”(U3) “现实中做不到的事情, 在游戏里可以做到, 会有一种补偿感”(U1)。社交连接同样存在(6/7), 更常被描述为维系既有关系或进行低压力互动的渠道, 例如: “里面有朋友……放不下这段情谊”。(U5)

3.2. 游戏控制的跨教育阶段特点

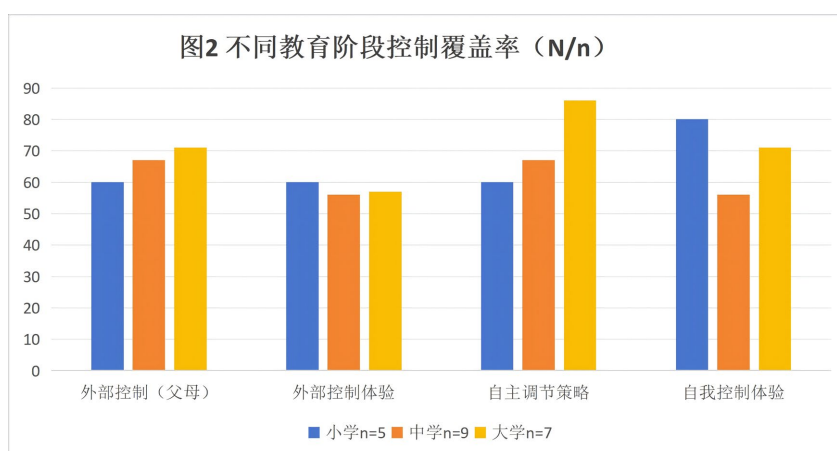


Figure 2. Gaming control coverage across different educational stages (N/n)

图 2. 不同教育阶段游戏控制覆盖率(N/n)

从图 2 可以看出, 小学组的游戏控制的外部控制及外部控制体验(3/5; 3/5), 常见方式包括设定时间、

收走设备或提醒,且部分受访者对外控表现出一定接受:“妈妈说到时间了就收手机,我觉得也还行。”(P1)同时也可见一定的自主调节策略与自我控制体验(3/5; 4/5),部分受访者会以健康、后果作为自我提醒,例如:“眼睛近视了……”(P3),并尝试通过中断行为进行调节,例如:“玩着玩着就把手机关了”(P2),但也会出现短暂停止后回到游戏的回流,例如:“过几分钟再继续玩”(P2)。然而,控制边界更多仍由家长规则设定并执行,例如:“定1个小时闹钟,闹钟响了就给他”(P4),因此整体控制责任更外置于家庭规则。

中学组呈现更明显的“外控-自控并存”(外部控制 6/9; 自我控制 6/9),且控制体验出现分化(外控体验 5/9; 自控体验 5/9)。一方面,外部控制在部分情境下被认为有效;另一方面,也更易引发不满与反弹:“收手机有时候有用,但管得太严我就会更想玩。”(M2)与此同时,中学组开始更普遍地尝试自我约束,但自控体验并不稳定,体现为“想控但控不住”的张力:“我知道该控制,可是真的很难。”(M6)

大学组中外部控制仍有出现(5/7),但更多被回顾为过去经验,控制重心进一步内化为个人选择与自主调节(6/7)。受访者强调外控难以替代自我管理:“控制时间就够了,如果直接收手机的话,其实我还是要自己去找手机”(U6)。同时,多数受访者能够描述多种自主调节方式并对其效果进行反思,但也承认“短期有效-压力下回流”的局限:“能控制一段时间,但压力大了还是会回去玩。”(U5)

3.3. 游戏动机总结

三阶段受访者的游戏动机在总体结构上呈现“类目一致、表述迁移”的特征。首先,内在满足是跨阶段最稳定的核心:三组都将游戏首先体验为“好玩、开心、有趣”的活动,愉悦主要来自游戏本身的过程体验。其次,情绪功能化使用在各阶段均高度覆盖,受访者普遍把游戏作为“放松、缓冲情绪”的方式,只是随着年龄增长,触发情境与心理机制逐步复杂化。再次,社交连接与成就和能力在三组中都能被观察到,因此差异不在于“是否存在”,而在于“如何叙述、在何种情境下更突出”。

3.4. 游戏控制总结

三组都能看到“外控+自控”的双轨并行:既会遭遇设限与干预,也会尝试用各种策略管住自己,但自控体验普遍带有“能控、控不住”的张力。差异主要体现在外控与自控的相对强弱及其情绪色彩:小学组以外控主导、责任更外置,更多依赖家长设定时间、提醒或收设备,整体更偏“可接受/配合”,自主调节的叙述相对稀薄,控制边界多由家庭规则划定;中学组外控-自控并存最为突出,体验分化也最强,外控仍常见且有时被承认为有效,却更容易引发不满与反弹,同时自我约束尝试显著增多但更不稳定,呈现出典型的“想控但控不住”;大学组的控制重心进一步内化,外控更多被回顾为过往经验,更强调“外控难以替代自我管理”,自主调节策略更丰富也更具反思性,但同样承认其并非线性增强,而是存在“短期有效-压力下回流”的情境性波动。

4. 讨论

4.1. 量表对质信结果的支持

需要说明的是,表1的量表结果旨在刻画已满足IGD诊断样本内部的差异,用于为质性发现提供背景性支持,而非作为主要解释依据。结果显示,不同教育阶段在IGDS(中文版网络游戏障碍量表)得分上差异不显著,提示在满足诊断标准的前提下,症状严重程度本身不足以解释发展阶段的体验差异;这一点与访谈高度一致——受访者更常描述的是阶段性的失衡、疲惫与冲突,而非持续、全面的失控状态。与此同时,“渴求”、“重要性”与“喜爱程度”在不同阶段保持相对稳定,表明游戏吸引力是IGD个体的共同特征;质性材料进一步补充了这一稳定性背后的差异来源:吸引力本身未明显减弱,但其承载

的心理功能会随情境与阶段发生转移。

在动机与调节相关指标上, MOGQ (网络游戏动机量表)总分未见显著组间差异, 支持质性分析提出的观点: 发展差异更多体现为“为什么玩”的动机结构与指向变化, 而非动机强度的升降。“技术自评”与“想戒掉程度”亦无显著差异, 且访谈显示受访者较少以“彻底戒断”为目标, 而更关注在具体情境中如何调节使用边界, 从而为量表结果提供了解释背景。最后, 短视频使用频率与时长未呈阶段差异, 提示游戏应被置于更广泛的数字媒介使用情境中理解; 访谈中游戏、短视频与观看他人游戏常被并置为放松与打发时间的方式, 进一步印证了这一点。

总体而言, 量表与质性结果形成互补: 在 IGD 诊断样本内部, 教育阶段差异主要表现为动机结构与控制体验的不同, 而非症状严重程度或总体参与水平的差异。

4.2. IGD 玩家游戏动机的发展性特征

综合质性访谈可见, IGD 玩家游戏动机并非单一的“娱乐”或“成瘾驱动”, 更适合从游戏在其日常生活中承担的心理与社会功能来理解。整体而言, 在较早阶段, 受访者动机主要集中于游戏带来的内在满足与情绪功能化使用(如“好玩、刺激”“开心、快乐”), 即依托即时反馈与积极情绪体验获得快速的正向回馈; 这一结果与基于自我决定理论(SDT)的游戏动机研究一致, 即游戏的吸引力往往与其所提供的愉悦体验及需要满足有关(Przybylski et al., 2010; Ryan et al., 2006)。

随着学业、人际压力与负性体验的增多, 中学阶段受访者的动机叙事更明显地与压力/无聊情境相绑定, 情绪功能化使用(减压、转移负面情绪、应对挫败)被更频繁地提及, 同时社交连接也更常以“与熟人同玩”的方式出现, 作为陪伴与关系维系的渠道。上述变化提示, 游戏从“好玩”进一步扩展为可被反复调用的情绪出口与关系场域; 这一解释与“补偿性使用”视角相契合, 即个体可能在现实困扰与负性情绪情境下更倾向于通过线上活动获得缓冲(Kardefelt-Winther, 2014)。

进一步地, 在大学阶段, 部分受访者对游戏的投入不再完全依赖即时刺激, 而更强调其所承载的情感与意义建构(如“情怀”“熟悉”“陪伴”), 形成相对稳定的情感联结; 同时, “内在满足 - 情绪功能化 - 成就和能力 - 社交连接”等不同动机往往呈现并行叠加而非相互替代。因而, 本研究所见的阶段差异, 更接近于动机系统中“主导功能的迁移”, 而不是某类动机的消失。结合量表结果(如动机总量相对稳定)可进一步推断: IGD 个体对游戏的高投入具有一定连续性, 但其“为何需要游戏”会随发展情境与生活压力结构变化而发生意义重组; 该现象也可与游戏作为情绪体验与情绪调节媒介的研究取向形成呼应(Hemenover & Bowman, 2018)。

4.3. IGD 玩家游戏控制的发展性特征解释

综合来看, IGD 玩家“控制”并非稳定的个人特质, 而更像随发展阶段与情境压力波动的情境化自我调节体验。在早期阶段, 控制更依赖外部控制(家长、学校提供的时间、设备与规则边界), 其有效性往往取决于外部权威与结构是否持续在场。进入中学阶段后, 控制体验更突出冲突性与反弹性: 个体一方面更清楚地意识到疲惫、时间消耗及与学业、人际的冲突, 另一方面在限制或高压情境下更易出现补偿性投入与“越禁越想玩”, 使控制成为在自主诉求与情绪张力之间摇摆的动态过程; 这一现象从心理反抗理论视角看, 自由受限会诱发以愤怒与负性认知为核心的反抗体验, 并进一步导致对外部影响的抵抗乃至反效果(Dillard & Shen, 2005)。到大学阶段, 控制更多呈现为“高度反思但不稳定”的自主调节: 受访者往往能够表达“应该少玩、需要控制”, 却难以将反思稳定转化为持续行为改变, 尤其在情绪低落、时间碎片化或生活结构松动时更易被再次启动。

总体而言, 控制形式确实在发展中逐步由外部转向内部评估, 但自我调节能力与执行稳定性未必同

步成熟, 从而形成典型的“知道却难以做到”; 这一描述也与过程模型中对“情绪-认知-执行”共同作用于成瘾性行为维持的观点相一致。同时, 量表层面“想戒掉程度”差异不显著也提示: 不少 IGD 玩家并不以彻底戒断为目标, 所谓“控制”更可能表现为围绕情境、情绪与生活需求进行持续协商与妥协; 而当游戏被用作缓解现实困扰与负性情绪的方式时, 这种协商过程也更容易反复被触发。

4.4. “游戏动机维持”发展模型(见图 3)

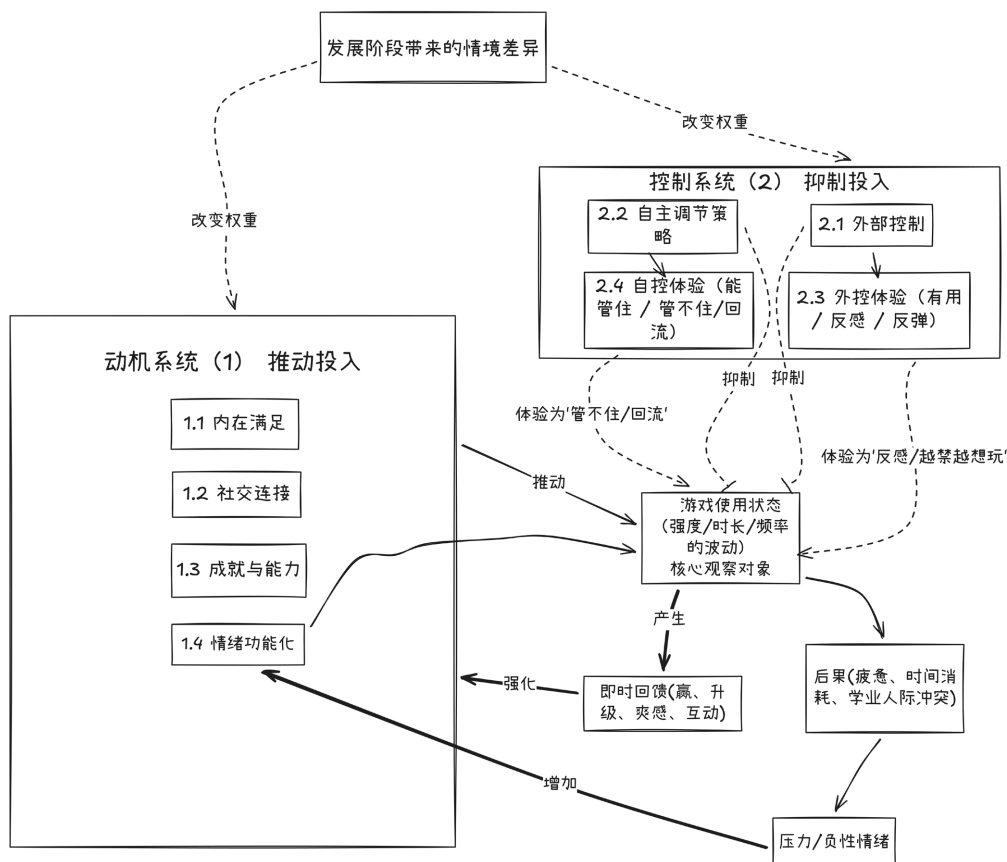


Figure 3. Maintenance model of gaming motivation
图 3. 游戏动机维持模型

4.4.1. 关键机制：模型的动态回路

机制一：动机驱动的“强化回路”

当游戏在某一次使用中有效满足了某类功能(愉悦、成就、情绪调节或社交连接), 该功能会被进一步强化, 使个体在后续更容易再次启动游戏并提高投入。该回路解释了: 即便动机类型跨阶段相对稳定, 游戏投入仍可能持续并在特定阶段被放大。

机制二：控制失败的“压力-再启动回路”

当控制尝试失败, 或因控制引发冲突与负性体验时, 个体的压力与负性情绪可能被进一步放大, 从而抬高情绪功能化使用的权重, 使“用游戏应对压力”的倾向更强, 形成再启动与回流。该回路解释了: 为何部分 IGD 个体即便意识到需要控制, 仍会出现“想控但控不住”的持续张力。

机制三：外控诱发的“反弹回路”(中学更典型)

在外控增强但被主观体验为“不被理解、不合理”的情境中, 外控更可能触发反弹(如“越禁越想玩、

报复性使用、对抗性投入”),进而在短期内推高使用强度。该机制强调外控并非必然降低使用,其效果取决于外控的强度、合理性与个体体验之间的匹配。

4.4.2. 模型总结

本研究提出“功能性动机-情境化控制”发展模型,揭示在已符合IGD诊断的群体内部,跨年龄差异更主要表现为动机权重的阶段性重组与控制结构(外控-自控并存)的情境化变化,而非动机有无或症状强弱的简单线性变化。进一步地,模型以“强化回路”“压力-再启动回路”与“外控反弹回路”解释了为何IGD能在不同阶段持续维持并出现“短期有效-回流”“越控越反弹”等动态过程,从而为分阶段干预提供了可操作的机制路径与靶点。

4.5. 发展心理学理论视角下的游戏行为:基本心理需求与核心发展任务的动态协商

基于上述关于动机功能迁移与控制行为失衡的具体发现,若将研究视域进一步拓宽,IGD个体的游戏行为实质上可被视作个体在特定发展阶段中,围绕其核心心理需求与阶段性发展任务进行功能性协商(Negotiation)的动态过程。引入自我决定理论(Self-Determination Theory, SDT)与埃里克森(Erikson)心理社会发展理论的整合视角,网络游戏实质上构筑了一个“替代性现实场域”。当个体在现实社会结构中遭遇自主性、能力感或关系需要的挫败时,游戏便成为一种补偿性的应对空间。这种跨阶段的补偿机制在不同阶段展现出截然不同的心理动力学特征。

4.5.1. 小学阶段:能力感的初期构建与即时奖励的依附

根据埃里克森的理论,童年晚期(小学阶段)的核心发展任务是勤奋对自卑(Industry vs. Inferiority),其核心心理需求的表达聚焦于能力感(Competence)的自主确立。在这一阶段,个体的自我调节能力与现实成就感尚处于萌芽和依附期。

发展任务的协商特征:访谈显示,小学阶段IGD个体的游戏动机高度聚焦于即时正向反馈。网络游戏以其显性化的规则、高频的奖励机制以及可控的难度阶梯,为儿童提供了现实生活中(如单一的学业评价体系)难以企及的、确定性的“能力感”体验。

控制机制的动力学解析:从自主性(Autonomy)维度来看,该阶段个体的游戏控制表现出极高的“外部监督依赖性”。由于其内生性的自我控制功能尚未发育成熟,个体不得不依赖家长管理等外部规则来维持行为边界。这种“功能外包”现象表明,此时的游戏行为更多是对即时奖励刺激的具身反应,尚未升华为复杂的心理防御机制。

4.5.2. 中学阶段:身份认同的危机应对与情绪工具的转化

进入中学阶段(青少年期),个体迎来了自我认同对角色混乱(Identity vs. Role Confusion)的关键转折点。此时,现实生活中的学业压力剧增,同伴关系的权重显著超越家庭,个体对自主性(Autonomy)与关系需要(Relatedness)的渴望达到峰值。

发展任务的协商特征:此阶段的游戏动机发生了本质上的功能性迁移——由早期的奖励寻求转化为深刻的“情绪调节”与“同伴互恋”。游戏空间为青少年提供了一个虚拟的“心理延宕期”(Psychological Moratorium)。在现实压力、自我评价动荡或人际冲突引发负性情绪时,游戏成为了缓解焦虑的退行性(Regressive)工具。同时,游戏内的团队协作与共同话语体系,承载了“我被看见”“我属于某个群体”的深层需求,成为其确立同伴认同与进行自我身份尝试的重要补偿性载体。

控制机制的动力学解析:这一阶段控制行为的“冲突性”与“越限制越想玩”的反弹特征,实质上反映了个体在追求“自主性”过程中与外部权威(家长/学校)的恶性协商。强烈的外部限制若缺乏对个体主观需求的共情理解,极易被青少年解读为对自主权的剥夺,从而诱发对抗性、代偿性的游戏启动行为,

加剧了自我控制的不稳定性。

4.5.3. 大学阶段：自主性让渡、现实压力回避与日常结构嵌入

大学阶段个体处于走向成年的过渡期(Emerging Adulthood), 面临着亲密对孤独(Intimacy vs. Isolation)以及多重社会角色转换(学业分化、职业规划、独立生活)的严峻挑战。外部组织化监管的骤然撤除, 对个体的自主管理能力提出了极高要求。

发展任务的协商特征: 访谈发现, 大学阶段 IGD 个体的游戏依赖呈现出“多重动机叠加”与“持续回流”的特征。在面临松散的生活结构、人际疏离或现实发展受挫时, 个体往往难以建立起有效的、面向现实的适应性应对策略。此时, 游戏不再只是间歇性的情绪避风港, 而是异化为一种维持日常行为惯性、逃避现实焦虑的“防御性伪结构”。

控制机制的动力学解析: 该阶段个体的游戏控制表现为“知道但难以持续做到”的认知与行为分离。这种深层的无力感, 本质上是现实世界中“自主性受挫”在虚拟世界中的投射。当个体无法在现实的学业或社会关系的协商中获得确定性的能力感与亲密感时, 他们倾向于将能量持续固着在游戏中, 从而形成“压力-回避-游戏补偿-现实受挫-进一步游戏”的恶性闭环, 阻碍了其真正社会化适应能力的成熟。

4.5.4. 理论整合的临床启示

综上所述, 不同学段 IGD 个体的核心差异并不在于量表得分所体现的症状严重程度, 而在于游戏行为在不同发展轴线上所承载的心理功能跃迁。这一理论对话为临床评估与干预提供了精准的靶点:

评估视角的革新: 临床评估不应停留于游戏时长或症状频次的孤立统计, 必须将个体置于其发展阶段的坐标系中, 审视其游戏行为究竟是在代偿现实中哪一种受挫的心理需求(自主、能力或关系)。

干预策略的解构: 干预的终极目标绝非“绝对禁止”, 而是协助个体解开游戏与心理防御机制的深度绑定。临床上, 针对小学阶段应重在辅助建立现实效能感与家庭一致性规则; 中学阶段需切入情绪调节与去对抗性的沟通; 大学阶段则必须聚焦于压力管理、现实阻碍的接纳以及自我监测的重建。通过在现实生活中重建替代性的能力体验、社会联结与自主感, 方能从根本上消除个体对游戏的单一功能性依赖。

5. 结论

本研究显示, 在已符合 IGD 诊断的玩家中, 跨教育阶段差异并不主要体现为动机类型的有无或症状强弱, 而更多表现为动机功能的权重重组与控制系统的情境化转变。动机四类功能(内在满足、社交连接、成就与能力、情绪功能化使用)跨阶段持续存在, 但从小学的体验、放松导向, 逐步转向中学的成就竞争与压力应对突出, 并在大学呈现更反思、工具化的界定。控制侧始终呈现外控-自控并存, 但随阶段从外控主导走向更内化的自主调节, 同时伴随中学阶段更典型的冲突、反弹与大学阶段“短期有效-回流”的不稳定, 从而支持“游戏动机维持”发展模型对 IGD 持续与回流机制的解释。

6. 研究局限与展望

本研究仍存在若干局限。首先, 本研究样本量相对较小, 且样本来源较为单一, 均来自具有求助意愿的临床 IGD 群体, 因此研究结果应被理解为探索性发现, 而不宜过度推广至所有 IGD 个体或一般人群。其次, 由于样本主要限于临床求助者, 本研究可能未能充分反映非临床 IGD 个体、不同性别群体以及不同社会文化背景个体的特征差异。因此, 本研究结论的适用范围主要限于有求助意愿的临床 IGD 群体。未来研究应进一步扩大样本量, 并纳入更多样化的样本来源, 包括非临床群体、不同性别比例更均衡的样本以及来自不同地区或背景的参与者, 以检验本研究发现的稳定性和普适性。

参考文献

- 共青团中央维护青少年权益部中国互联网络信息中心(2021). 2020年全国未成年人互联网使用情况研究报告. https://www3.cnmc.cn/NMediaFile/old_attach/P020210720571098696248.pdf
- 郭婷(2010). 浅谈埃里克森的人格发展阶段理论. *理论导报*, (6), 26-27.
- 罗大东, 谭羽希, 董悠然, 陈晋东(2021). 青少年网络游戏行为障碍研究进展. *临床精神医学杂志*, 31(5), 413-415.
- 彭联磊, 赵福琳, 陈晶, 雷威, 黄安琪, 刘可智(2021). 冲动性人格对大学生网络游戏成瘾的影响: 延迟折扣的中介作用. *精神医学杂志*, 34(3), 198-201.
- APA (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5®)*. American Psychiatric Pub.
- Ayala-Rojas, R. E., Rosinska, M., Cárdenas, I. P., Soldevilla-Morera, J., Granero, R., Fernández-Aranda, F. et al. (2025). Features Related to the Presence of Internet Gaming Disorder and Their Impact on the Treatment Outcomes. *Journal of Behavioral Addictions*, 14, 361-372. <https://doi.org/10.1556/2006.2024.00070>
- Dillard, J. P., & Shen, L. (2005). On the Nature of Reactance and Its Role in Persuasive Health Communication. *Communication Monographs*, 72, 144-168. <https://doi.org/10.1080/03637750500111815>
- Gao, Y. X., Wang, J. Y., & Dong, G. H. (2022). The Prevalence and Possible Risk Factors of Internet Gaming Disorder among Adolescents and Young Adults: Systematic Reviews and Meta-Analyses. *Journal of Psychiatric Research*, 154, 35-43. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.06.049>
- Hemenover, S. H., & Bowman, N. D. (2018). Video Games, Emotion, and Emotion Regulation: Expanding the Scope. *Annals of the International Communication Association*, 42, 125-143. <https://doi.org/10.1080/23808985.2018.1442239>
- Jeong, H., Yim, H. W., Lee, S. -Y., Lee, H. K., Potenza, M. N., Jo, S. et al. (2020). Low Self-Control and Aggression Exert Serial Mediation between Inattention/Hyperactivity Problems and Severity of Internet Gaming Disorder Features Longitudinally among Adolescents. *Journal of Behavioral Addictions*, 9, 401-409. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00039>
- Kardefelt-Winther, D. (2014). The Moderating Role of Psychosocial Well-Being on the Relationship between Escapism and Excessive Online Gaming. *Computers in Human Behavior*, 38, 68-74. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.05.020>
- Lei, W., Liu, K., Chen, G., Tolomeo, S., Liu, C., Peng, Z. et al. (2022). Blunted Reward Prediction Error Signals in Internet Gaming Disorder. *Psychological Medicine*, 52, 2124-2133. <https://doi.org/10.1017/s003329172000402x>
- Li, X., Luo, L., Zhao, Y., Yang, C., Zhang, Y., Zhou, Z. et al. (2026). Longitudinal Bidirectional Relations between Perceived Stress and Internet Gaming Disorder among Adolescents: The Mediating Role of Depressive Symptoms. *Addictive Behaviors*, 173, Article 108532. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2025.108532>
- Liao, Z., Chen, X., Huang, S., Huang, Q., Lin, S., Li, Y. et al. (2022). Exploring the Associated Characteristics of Internet Gaming Disorder from the Perspective of Various Game Genres. *Frontiers in Psychiatry*, 13, Article ID: 1103816. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1103816>
- Liu, Y., Gong, R., Yu, Y., Xu, C., Yu, X., Chang, R. et al. (2021). Longitudinal Predictors for Incidence of Internet Gaming Disorder among Adolescents: The Roles of Time Spent on Gaming and Depressive Symptoms. *Journal of Adolescence*, 92, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.06.008>
- Petry, N. M., Rehbein, F., Gentile, D. A., Lemmens, J. S., Rumpf, H., Mößle, T. et al. (2014). An International Consensus for Assessing Internet Gaming Disorder Using the NewDSM-5 Approach. *Addiction*, 109, 1399-1406. <https://doi.org/10.1111/add.12457>
- Przybylski, A. K., Rigby, C. S., & Ryan, R. M. (2010). A Motivational Model of Video Game Engagement. *Review of General Psychology*, 14, 154-166. <https://doi.org/10.1037/a0019440>
- Richard, J., Temcheff, C. E., & Derevensky, J. L. (2020). Gaming Disorder across the Lifespan: A Scoping Review of Longitudinal Studies. *Current Addiction Reports*, 7, 561-587. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00339-3>
- Ryan, R. M., Rigby, C. S., & Przybylski, A. (2006). The Motivational Pull of Video Games: A Self-Determination Theory Approach. *Motivation and Emotion*, 30, 344-360. <https://doi.org/10.1007/s11031-006-9051-8>
- Şalvarlı, Ş. İ., & Griffiths, M. D. (2019). The Association between Internet Gaming Disorder and Impulsivity: A Systematic Review of Literature. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20, 92-118. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00126-w>
- Sugaya, N., Shirasaka, T., Takahashi, K., & Kanda, H. (2019). Bio-Psychosocial Factors of Children and Adolescents with Internet Gaming Disorder: A Systematic Review. *BioPsychoSocial Medicine*, 13, Article No. 3. <https://doi.org/10.1186/s13030-019-0144-5>
- Tian, M.-Y., Zhou, X.-Y., Liao, X.-Y., Gong, K., Cheng, X.-T., Qin, C., Liu, K.-Z., Chen, J., & Lei, W. (2023). Brain Structural Alterations in Internet Gaming Disorder: Focus on the Mesocorticolimbic Dopaminergic System. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 127, Article 110806. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2023.110806>

- Torres-Rodríguez, A., Griffiths, M. D., Carbonell, X., & Oberst, U. (2018). Internet Gaming Disorder in Adolescence: Psychological Characteristics of a Clinical Sample. *Journal of Behavioral Addictions, 7*, 707-718. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.75>
- Wang, H. Y., & Cheng, C. (2022). The Associations between Gaming Motivation and Internet Gaming Disorder: Systematic Review and Meta-Analysis. *JMIR Mental Health, 9*, e23700. <https://doi.org/10.2196/23700>
- Wei, L., Zhang, S., Turel, O., Bechara, A., & He, Q. (2017). A Tripartite Neurocognitive Model of Internet Gaming Disorder. *Frontiers in Psychiatry, 8*, Article ID: 285. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2017.00285>
- WHO (2024). *International Classification of Diseases for Mortality and Morbidity Statistics* (11th Revision). <https://icd.who.int/browse/2024-01/mms/en#1448597234>
- Xu, L. X., Wu, L. L., Geng, X. M., Wang, Z. L., Guo, X. Y., Song, K. R. et al. (2021). A Review of Psychological Interventions for Internet Addiction. *Psychiatry Research, 302*, Article 114016. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114016>
- Yu, Y., Mo, P. K., Zhang, J., Li, J., & Lau, J. T. (2021). Impulsivity, Self-Control, Interpersonal Influences, and Maladaptive Cognitions as Factors of Internet Gaming Disorder among Adolescents in China: Cross-Sectional Mediation Study. *Journal of Medical Internet Research, 23*, e26810. <https://doi.org/10.2196/26810>
- Zhang, M., Nie, Q., Ye, W., Wang, Y., Yang, Z., & Teng, Z. (2025). Longitudinal Dynamic Relationships between Videogame Use and Symptoms of Gaming Disorder and Depression among Chinese Children and Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 54*, 426-438. <https://doi.org/10.1007/s10964-024-02068-6>