

近20年大学生问题性社交网络使用的研究热点与趋势分析

——基于CiteSpace的可视化分析

艾玉玲, 李佳洛, 苏文娟, 张积标*

江汉大学教育学院心理学系, 湖北 武汉

收稿日期: 2026年9月2日; 录用日期: 2026年10月2日; 发布日期: 2026年10月13日

摘 要

目的: 系统梳理大学生问题性社交网络使用的研究现状与趋势, 为相关研究深化与实践应用提供参考。方法: 本文以Web of Science和中国知网为检索数据库, 借助CiteSpace可视化软件绘制知识图谱, 梳理近20年来国内外有关大学生问题性社交网络使用研究的相关文献。结果: 国外发文量整体呈逐年增长态势, 于2025年急剧攀升达到研究峰值; 国内发文量整体走势相对平稳, 年度发文呈小幅波动状态。在作者与机构合作方面, 国外学界合作紧密; 国内缺乏大范围交叉协作。研究热点方面, 国外研究方法丰富, 侧重成果整合与量表跨文化适配; 国内主攻变量关系模型与干预策略。结论: 国内外有关大学生问题性社交网络使用的研究都更加多元化, 研究内容覆盖相关概念界定、诱因、后果、内在机制、干预措施等多个层面, 为理论框架的构建奠定了基础, 也能够为大学生网络行为引导提供实证支撑。

关键词

问题性社交网络使用, 大学生, 可视化分析

The Hotspots and Trends of Problematic Social Network Use among College Students over the Past 20 Years

—Visual Analysis Based on CiteSpace

Yuling Ai, Jialuo Li, Wenjuan Su, Jibiao Zhang*

Department of Psychology, College of Education, Jiangnan University, Wuhan Hubei

Received: September 2, 2026; accepted: October 2, 2026; published: October 13, 2026

*通讯作者。

文章引用: 艾玉玲, 李佳洛, 苏文娟, 张积标(2026). 近 20 年大学生问题性社交网络使用的研究热点与趋势分析. 心理学进展, 16(10), 145-157. DOI: 10.12677/ap.2026.1610478

Abstract

Objective: To systematically review the state of research and trends of problematic social network use among college students, so as to provide references for in-depth relevant research and practical application. **Methods:** With Web of Science and CNKI as the retrieval databases, this study adopted CiteSpace visualization software to generate knowledge maps, and reviewed domestic and international literature regarding problematic social network use among college students over the past 20 years. **Results:** The number of international publications presented an overall year-on-year increasing trend and surged to a research peak in 2025. Domestic publication output remained relatively stable overall with minor annual fluctuations. In terms of author and institutional collaboration, international academia maintained close cooperation, whereas large-scale interdisciplinary collaboration was insufficient in China. For research hotspots, international studies applied diverse methodologies and emphasized research synthesis as well as cross-cultural adaptation of scales; domestic research mainly focused on variable relationship models and intervention strategies. **Conclusion:** Domestic and international research on problematic social network use among college students has become increasingly diversified. Research topics cover multiple dimensions including concept definition, predisposing factors, outcomes, underlying mechanisms and intervention measures. A relatively sound theoretical framework has been established, which can offer empirical evidence for guiding college students' online behaviors.

Keywords

Problematic Social Network Use, College Students, Visual Analysis

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

随着信息技术的快速发展,社交网络的使用已成为现代生活的重要组成部分。据《第 57 次中国互联网络发展状况统计报告》显示,截至 2025 年 12 月,我国社交网络用户规模达 11.14 亿人,占网民整体的 98.9%。网络社交平台可为用户提供各类资源,包括即时通信(如 qq、微信)、生活娱乐(如抖音、小红书)与学习教育(学习通、百度)等。个体在上述平台中收获的线上积极反馈,能够有效增强其感知社会支持、提升人际满意度并促进心理健康发展(丁越等, 2026)。但移动社交应用的广泛普及也容易促使个体形成频繁浏览的习惯,甚至出现强迫性使用行为,进而诱发问题性社交网络使用(Problematic Social Network Use, PSNU)的形成(曹美等, 2025),即个体因长时间和高强度使用社交网络导致其不可抗拒地延长使用时间以及由此带来心理苦恼和生理不适行为反应的心理现象(姜永志等, 2016; Griffiths, Kuss, & Demetrovics, 2014)。已有研究发现, PSNU 行为可能诱发各类生理、心理及行为层面的不良问题。大学生作为社交网络使用的高活跃群体,社交需求强烈,日常依赖社交网络获取信息和维系人际;而社交平台凭借算法推送与即时奖赏机制极易让大学生陷入沉浸式使用,进而形成 PSNU 行为。由此可见,开展大学生 PSNU 相关研究具有重要的现实意义与实践价值。

本研究主要检索 Web of Science (WOS)和中国知网(CNKI)所收录的以大学生 PSNU 为主题的国内外相关文献,进行可视化分析,以期明晰该领域的研究现状及发展趋势,为后续研究提供可能的切入点。

2. 研究方法和数据来源

本文采用 Citespace (6.3.R1)可视化软件作为主要分析工具并辅以 Excel 等统计工具进行计量分析, 分别对 WOS 和 CNKI 两大权威数据库进行广泛检索。在 WOS 平台以 “social networking addiction (社交网络成瘾)”、“Facebook addiction (脸书成瘾)”、“problematic social networking (问题性社交网络使用)”、“problematic Facebook use (问题性脸书使用)” 和 “college student (大学生)” 等为主题词进行检索, 得到 612 篇文献; 在 CNKI 数据库中以 “社交网络成瘾”、“问题性社交网络使用” 和 “大学生” 等为主题词进行检索, 得到 279 篇文献。在剔除了书评、通知、会议摘要、论文征稿、与心理学专业领域不相关的期刊以及与主题不相关的文献后, 最终分别保留了 523 篇 WOS 文献、254 篇 CNKI 文献。检索时间范围设置为 2007 年 1 月至 2026 年 5 月, 时间切片为 1 年, 其他参数默认为初始设置。节点类型依次选择作者、机构、国家、关键词, 得到多维度可视化图谱, 并在此基础上进行聚类分析和绘制时区图等详细分析国内外大学生问题性社交网络使用研究领域的核心力量、研究热点、演变趋势等。

3. 大学生问题性社交网络使用的研究现状与热点分析

3.1. 大学生问题性社交网络使用的研究现状分析

3.1.1. 发文数量分析

大学生问题性社交网络使用研究历年文献产出趋势图可知(见图 1), 国内发文量在 2007~2016 年间呈波动式上升, 并于 2016 年达到峰值, 2016~2023 年间的发文量整体呈平稳波动态势, 其中 2023 年再次达到峰值后, 关于大学生问题性社交网络使用的研究有逐步回落的趋势。国内发文量在突发公共卫生事件期间并未呈现显著增长或下降, 表明其变化可能未明显受突发公共卫生事件影响。国外发文量在 2012~2015 年间发文量缓慢上升, 研究处于初期阶段; 2016 年后发文数量稳步上升; 2020 年可能受突发公共卫生事件带来的线上教学普及与社交隔离环境影响, 大学生网络依赖程度进一步加剧, 问题性社交网络使用迅速成为学术热点, 发文量迅速上升, 并于 2025 年达到峰值。

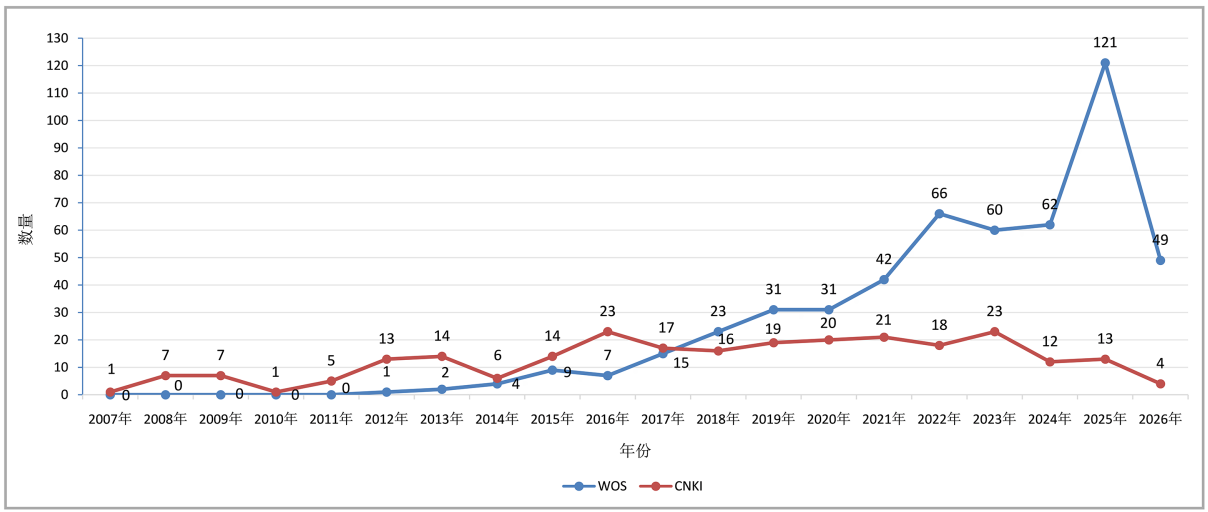


Figure 1. 2007~2026 college students' PSNU literature output trend chart

图 1. 2007~2026 年大学生 PSNU 文献产出趋势图

3.1.2. 作者分析

从国内外作者可视化图谱可知(见图 2 和图 3), 在问题性社交网络领域中, 国内作者周宗奎、孙晓军

等人为代表的学术团队联系紧密，主要关注社交网络使用行为及其对个体心理健康的影响机制等相关领域。姜永志、刘勇等人组成的研究团队重点围绕“神经质人格”、“无聊倾向”等个体心理变量，探讨其与社交网络过度使用之间的关联。张亚利、俞国良等作者发现社交媒体使用程度越高的人往往也会伴随着较高水平的错失焦虑。国外作者中，以 Griffiths, Mark D 和 Kircaburun, Kagan 等人为代表的核心作者已经构建出了相对成熟的学术合作团队，主要关注数字行为成瘾及其心理社会机制研究等领域。Pakour Amir H 等人重点关注问题性社交媒体使用与睡眠之间的关系，研究发现社交媒体成瘾会加剧个体睡眠中断与心理困扰，且晚睡倾向人群更易出现问题性社交媒体使用。

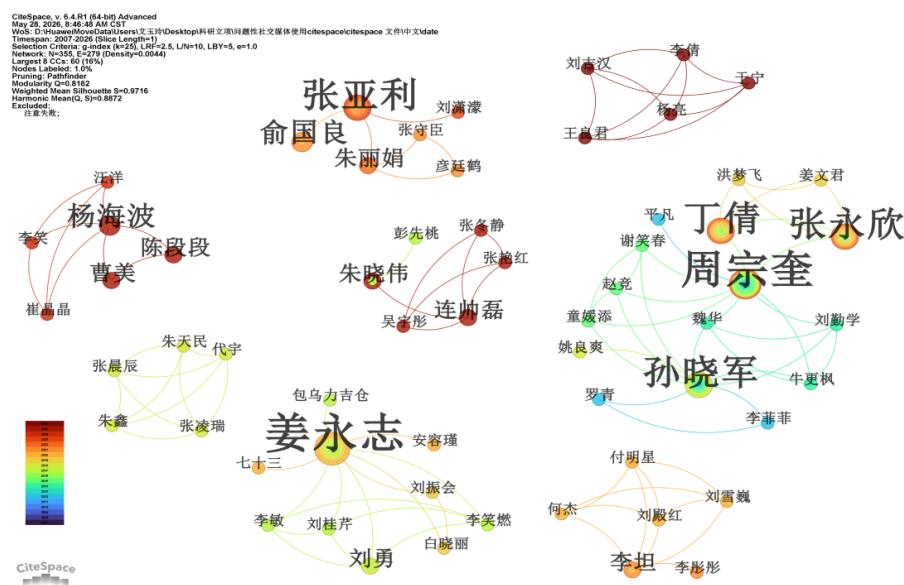


Figure 2. Visualization map of domestic authors on college students' PSNU
图 2. 大学生 PSNU 主题国内作者可视化图谱

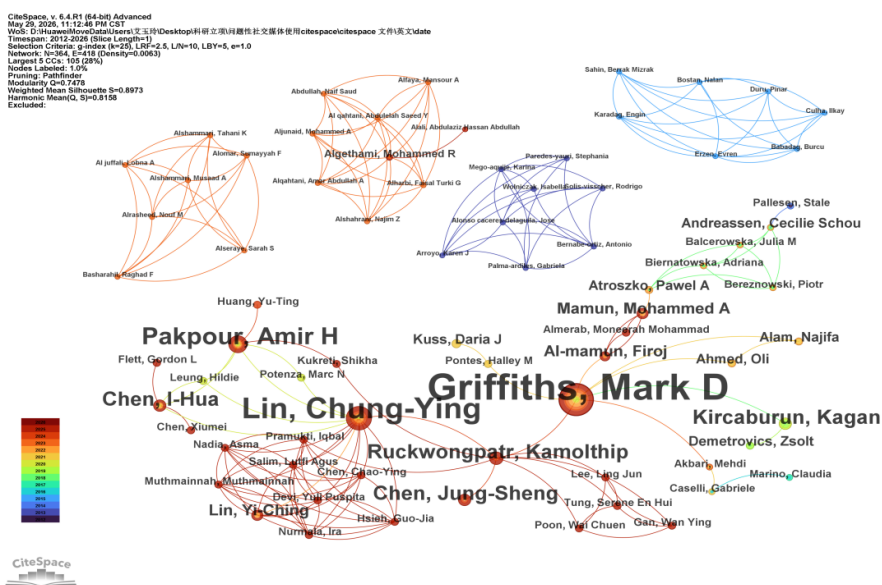


Figure 3. Visualization map of foreign authors on college students' PSNU
图 3. 大学生 PSNU 主题国外作者可视化图谱

Table 2. Frequency table of publication output by country in the field of college students' PSNU
表 2. 大学生问题性社交网络领域世界各国发文量频次表

发文量	国家
213	中国
81	英国
61	美国
42	土耳其
25	意大利
23	西班牙
22	澳大利亚

3.2. 国内外大学生问题性社交网络使用的热点分析

3.2.1. 关键词共现

从国内外大学生问题性社交网络研究的关键词共现图谱可知(见图 5 和图 6), 国内的高频核心词包括“大学生”、“社交媒体”、“学生”、“错失恐惧”、“孤独感”和“精神卫生”等。在国外的研究中, 高频核心词主要有“Social media addition (社交媒体成瘾)”、“internet addition (网络成瘾)”、“college student (大学生)”、“Facebook addition (脸书成瘾)”和“Adolescents (青少年)”等。这表明国内外研究热点基本趋同, 聚焦大学生这一特定群体展开研究, 取得了丰硕成果。一方面探讨错失恐惧、孤独感、自我控制等内部心理机制, 如大学生害怕错过与 PSNU 之间存在相互正向预测关系(Zhao, 2024), 孤独感也可以正向预测 PSNU 且错失焦虑在其中起部分中介作用(皮陆杨, 李霞, 2023)。另一方面也关注家庭环境、校园氛围、社会交往等外部环境因素, 如 PSNU 与大学生学校适应性之间存在显著负相关(Li et al., 2025); 更多的社交活动是 Snapchat 成瘾的积极预测因子(Sheldon et al., 2021)。

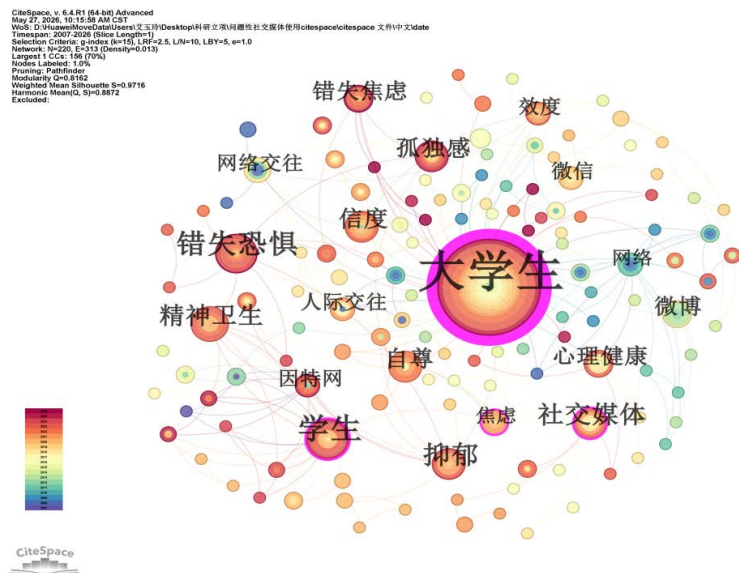


Figure 5. CNKI keywords co-occurrence map on college students' PSNU
图 5. 大学生 PSNU 主题 CNKI 关键词共现图谱

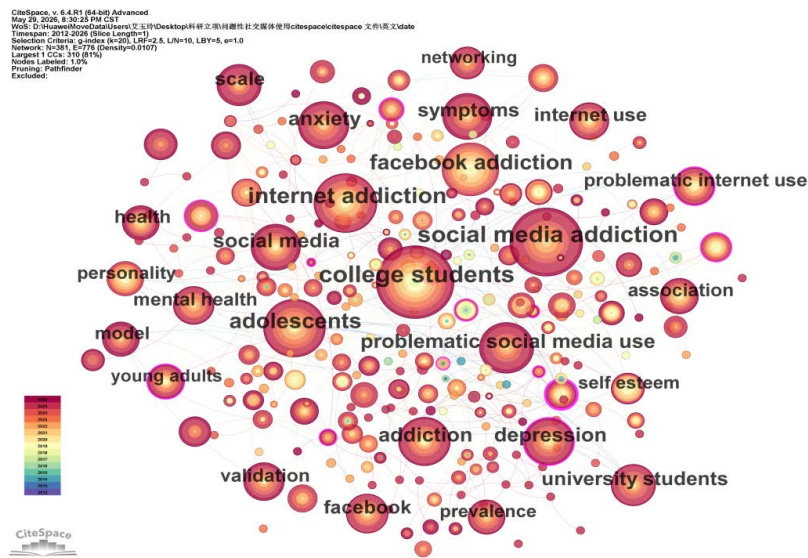


Figure 6. WOS keywords co-occurrence map on college students' PSNU

图 6. 大学生 PSNU 主题 WOS 关键词共现图谱

3.2.2. 关键词聚类

从关键词聚类图谱可知, Q 值分别为 0.8162、0.7478, 均大于 0.3, 聚类结构显著; S 值分别为 0.9716、0.8973, 均大于 0.7, 聚类结果令人信服(见图 7 和图 8)。

国内研究的 9 个主要聚类标签依次为大学生、学生、抑郁、自我呈现、网络、社交媒体、网络交往、微博、心理社团。集中围绕使用行为和心理影响展开, 反映了国内学者对 PSNU 现象、成因、影响和干预进行了多维度的关注。国外研究生成的主要聚类标签依次为 social media (社交媒体)、social media addiction (社交媒体成瘾)、smartphone addiction (智能手机成瘾)、internet addiction (网络成瘾)、sleep quality (睡眠质量)等。国外学者围绕大学生 PSNU 现象, 针对社交网络使用行为、心理机制、相关网站以及衍生问题等方面展开研究, 重点关注成瘾、心理困扰、睡眠质量、人际互动等社会功能损害的负面影响。

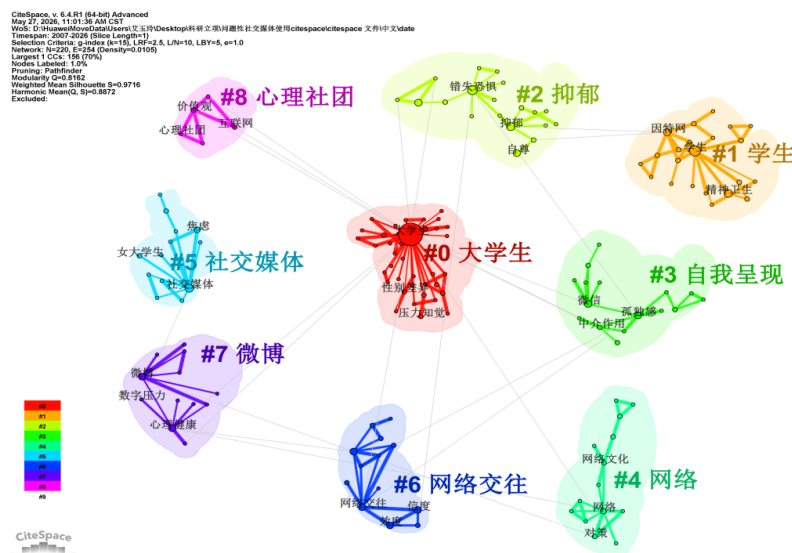


Figure 7. CNKI keywords clustering map on college students' PSNU

图 7. 大学生 PSNU 主题 CNKI 关键词聚类图谱

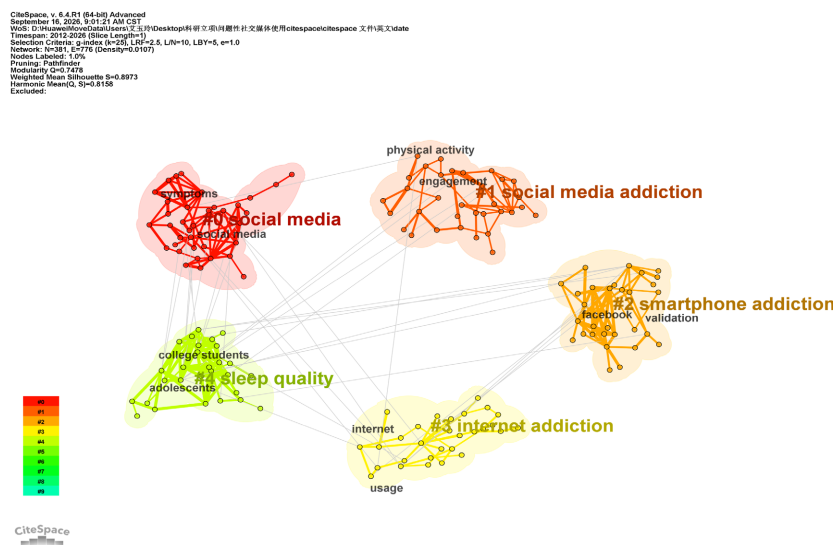


Figure 8. WOS keywords clustering map on college students' PSNU

图 8. 大学生 PSNU 主题 WOS 关键词聚类图谱

3.2.3. 关键词时区图

从国内大学生 PSNU 研究的关键词时区图谱可知(见图 9), 2007 年-2014 年的国内研究处于起步阶段, 以“大学生”、“人际交往”、“心理健康”、“互联网”、“社会支持”等关键词为核心, 侧重问题性社交媒体使用的基础概念界定、成因与影响因素。2014~2022 年, “抑郁”“自尊”“错失恐惧”“孤独感”“焦虑”等关键词开始凸显, 表明研究聚焦大学生 PSNU 与心理健康问题之间的关系, 大量研究探讨了相关的中介与调节变量。2023 年至今, 主要研究热点有体育活动、健康焦虑、价值引导、自我关怀等。可见研究逐步从概念界定、机制探讨, 转向深挖影响因素与探索干预策略。这一现象可能源于突发公共卫生事件, 大规模线上教学与社交隔离使 PSNU 现象更为突出, 对大学生进行心理疏导和干预就显得尤为重要。

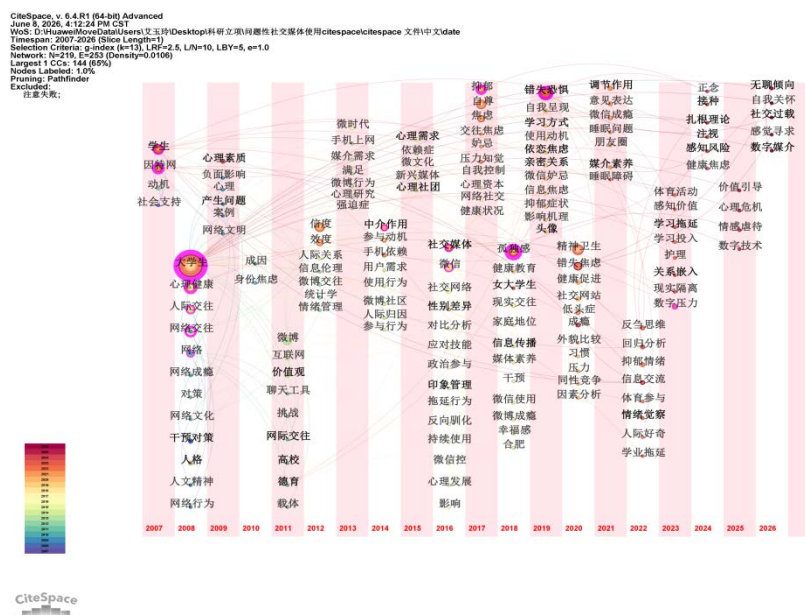


Figure 9. CNKI keywords time zone map on college students' PSNU

图 9. 大学生 PSNU 主题 CNKI 关键词时区图谱

从国外大学生 PSNU 研究的关键词时区图谱可知(见图 10),2012~2016 年主要以“PSNU”定义为主,研究主要聚焦于研究聚焦于 Facebook 单一平台,并初步关联“抑郁”和“社交焦虑”等心理健康问题。2017~2022 年,研究从单一平台扩大到广泛的社交媒体,关注其引发的焦虑、抑郁、错失焦虑、睡眠障碍等心理与生理后果,反映出对社交媒体影响的全面性与深刻性认识在加深。2023 年至今,研究重心由心理机制探究转向多领域后果验证、研究方法优化,以荟萃分析、交叉滞后分析、测量不变性等高级统计工具开展整合研究实现 PSNU 研究的精细化、系统化发展。

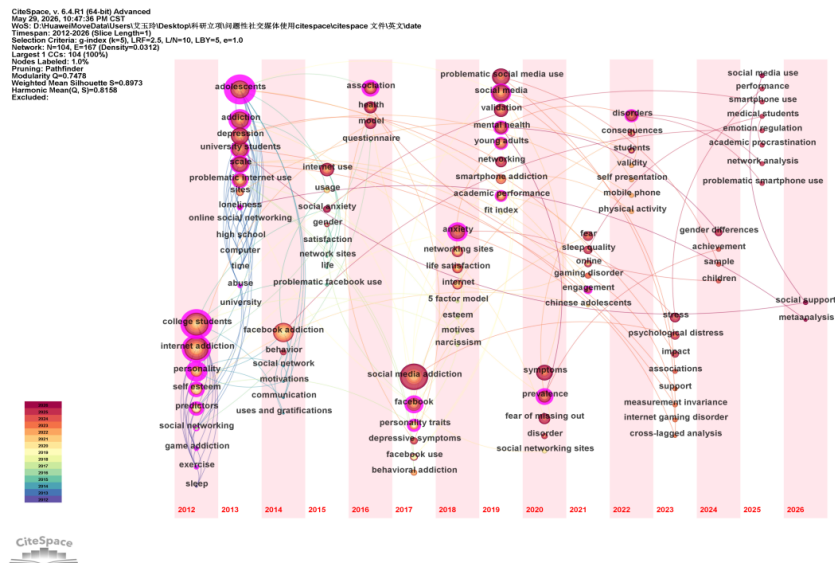


Figure 10. WOS keywords time zone map on college students' PSNU

图 10. 大学生 PSNU 主题 WOS 关键词时区图谱

3.2.4. 突现词分析

运用 CiteSpace 软件分别截取了 CNKI 和 WOS 突现强度前 20、15 位突现词(见图 11 和图 12), 其中微博是突现强度最强的关键词, 网络次之, 微信第三, 体现国内初期聚焦国内本土化社交平台及大学生对媒介的基本需求。早期, 李佳鑫等(2015)基于个体在微博、微信功能使用中呈现的共性行为特征编制量表, 为后续研究提供了有效测量工具, 亦推动该类量表的本土化发展。另有不少研究以微信平台为研究对象, 探讨 PSNU 对大学生焦虑(丘文福等, 2017)和抑郁(吴漾等, 2020)的影响。

在国外, “facebook addiction”、“self esteem”、“college students”、“predictors”、“usage”等关键词突现强度较强且持续时间长, 体现了国外对社交网络行为及其心理影响的长期关注。近年来, 热门的关键词有“psychological distress”、“gender differences”、“stress”和“fear of missing out”等。这一方面反映该领域研究重心向心理健康与压力机制倾斜。当个体存在问题性社交媒体使用行为时, 会经由消极信息刷取以及不良的心理调适, 诱发心理痛苦(Kaya, 2025)。外部压力需求通过消极情绪反应、非适应性人际情绪调节策略(情绪宣泄、寻求安慰)以及逃避动机构成的链式中介, 与问题性社交媒体使用存在显著间接关联(Yang et al., 2026)。另一方面也反映出学者们重视性别等人口学变量的调节作用, 同时深入考察错失恐惧等情绪认知机制, 为政策制定和干预措施提供更为科学的依据。

综合来看, 国内外在突现词分析中呈现出不同的研究侧重点和变化路径。国内研究从本土社交平台切入, 逐步深化至心理健康、社会排斥等深层心理机制和社会支持等干预策略的探索; 国外研究则长期关注社交网络行为与 PSNU 成因, 近年来更聚焦多维度影响与后果。二者的差异既源于平台生态的不同, 也体现了各自的研究特色与现实关切。

Top 20 Keywords with the Strongest Citation Bursts

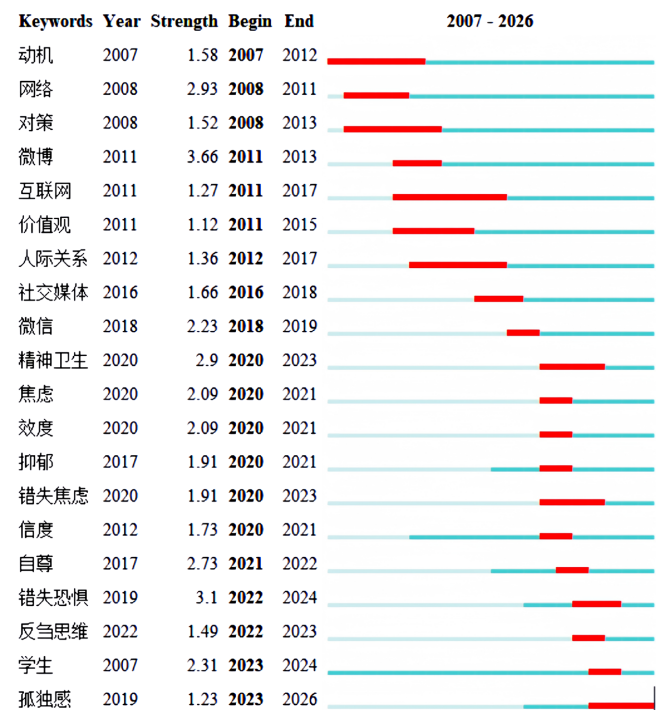


Figure 11. Top 20 keywords with the strongest citation bursts of CNKI on college students' PSNU
图 11. 大学生 PSNU 主题 CNKI 关键词突现强度前 20 位

Top 20 Keywords with the Strongest Citation Bursts

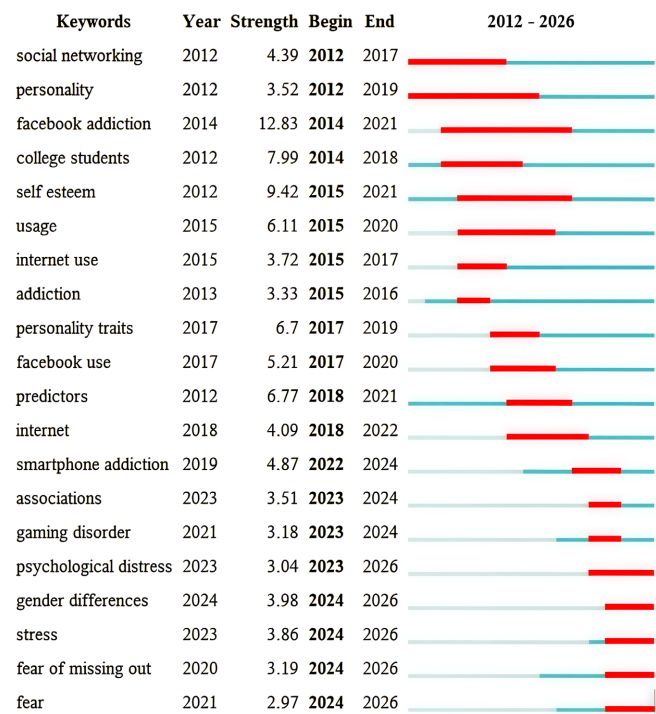


Figure 12. Top 20 keywords with the strongest citation bursts of WOS on college students' PSNU
图 12. 大学生 PSNU 主题 WOS 关键词突现强度前 20 位

4. 讨论

通过对近 20 年国内外大学生 PSNU 研究热点进行梳理和总结,取得了以下主要发现。关于大学生 PSNU 的研究,国外发文量呈上升趋势;国内发文量较为平稳,近年来研究放缓。2025 年 WOS 发文量陡增,反映了学界对此现实问题的关注程度与应对紧迫感。从发文主体来看,国外作者合作广泛,并以核心作者为纽带保持着紧密的协作关系;国内暂时缺乏大规模的交叉合作。从研究主题来看,国内研究聚焦于构建中介与调节模型,并探索正念等干预措施;国外不仅有大量实证研究,而且注重通过系统综述、荟萃分析等整合成果,并推动量表的跨文化开发与验证。

大学生 PSNU 领域的研究发现,该现象并非单一维度的行为问题,而是生理、心理与行为等多因素交织作用的结果。当前研究正逐步深入探索因素间的相互作用,致力于揭示大学生 PSNU 形成与维持的内在心理机制及其后果。具体而言,在生理方面,大学生 PSNU 会促使其频繁浏览社交网络、与他人互动,极易引起昼夜使用边界模糊(Bettmann et al., 2021),进而扰乱作息规律生理方面。在心理方面,错失恐惧在社交焦虑与大学生 PSNU 之间起部分中介作用(Meng et al., 2025),社交焦虑大学生在现实交往中易因紧张恐惧、惧怕负面评价而回避社交。为弥补线下社交缺失并在线获取身份认同与归属感(Chen & Zhen, 2019),他们更倾向于频繁查看社交平台,以确保自己被他人注意到或没有错过重要信息,导致问题性社交网络使用。感知社会支持和孤独感在大学生 PSNU 和抑郁之间起部分中介作用(Chen et al., 2022),且社交媒体的大量使用往往会减少面对面交流,降低亲友间互动的深度与质量,拉大人际心理距离,极有可能对大学生的亲友关系产生负面影响(Lin et al., 2021)。自尊在大学生 PSNU 与焦虑和抑郁水平之间起调节作用,如面对他人呈现的积极信息,高自尊者心理状态更加积极,而低自尊者缺乏全面考虑、无法乐观面对从而出现焦虑、抑郁等消极情绪(赵媛, 黄梦思, 2023)。在行为方面,当大学生过度投入社交网络并持续暴露于网络负性信息时,容易诱发个体自我认知偏差、自我概念的清晰度下降以及现实人际社会功能受损等,较易引起社交回避等行为(刘海燕, 2024)。

纵观国内外研究结果,本研究发现,国内学者目前多采用实证研究,一方面致力于构建复杂的心理动力模型,如中介模型、链式中介模型和有调节的中介模型;另一方面也探求正念训练(姜永志等, 2020)、心理健康教育课程(白晓丽等, 2019)等干预措施的实际效果。而国外学者的研究方法更加多元,不仅有大量实证研究,还有不少学者通过高质量的系统综述与荟萃分析推动领域整合。与此同时,跨文化背景下相关量表的开发与验证也是研究热点。

造成上述差异的原因可能是多方面的。第一,国外发文量持续攀升,说明该领域已形成较高研究热度。原始研究积累较为充分可能会促使该领域的研究转向系统综述、荟萃分析与理论整合等;国内发文量相对平稳,可能表明研究正处于机制检验与干预探索的深化阶段。第二,PSNU 相关量表多由国外学者开发,国内研究在引进后需先进行本土化修订,因而更侧重机制检验和干预应用,国外学者则更侧重跨文化背景下相关量表的开发与验证。第三,国内对大学生心理健康日益重视,如出台了《教育部等十七部门关于印发〈全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025 年)〉的通知》等文件。故而国内研究者更关注风险机制识别与干预措施检验,以服务高校心理普查、危机预防和心理健康教育,这也在一定程度上造成了国内外研究取向的差异。总的来说,国内外在该领域的研究呈现出多维度、深层次的特点,研究内容相互补充,研究方法各有侧重,共同推动着对大学生问题性社交网络使用现象的全面理解和深入探究,为进一步的理论发展和实践应用奠定了较好的基础。

基于上述发现与差异,未来研究可从以下方面进一步推进。其一,拓展干预研究。国内已开始探索正念训练、心理健康教育课程等干预措施,但干预方案的系统性、长期效果与作用机制仍需进一步检验。未来可开发针对不同风险群体(如高社交焦虑、低自尊、高孤独感大学生)的精准干预方案。其二,尽管现

有研究发现大部分使用横断研究,能够对问题性社交网络使用与其相关因素之间的关系提供较为详细的理论与实证支持,但因果推论仍需谨慎,未来有必要进行纵向追踪或者实验研究以进一步理清问题性社交使用的影响因素及作用机制。其三,该领域内已出现大量实证研究,但受术语使用不一致(社交媒体成瘾、社交媒体使用障碍等)、研究方法各异等因素影响,研究之间往往异质性很高,因此迫切需要更完善的框架或模型来进行指导和解释。

5. 结论

国内外有关大学生问题性社交网络使用的研究都更加多元化,研究内容覆盖相关概念界定、诱因、后果、内在机制、干预措施等多个层面,既不断完善理论框架,也为大学生网络行为引导提供实证支撑。

6. 研究意义与局限性

本研究兼具理论价值与现实意义。在理论层面,整合了学界对大学生问题性社交网络使用的理解,也为完善相关理论模型积累了研究依据。在实践层面,研究结论可为制定针对性的干预方案、改善大学生心理健康水平提供参考支撑,以进行多维度干预。一是改善睡眠质量,通过规范作息管理、明确社交媒体昼夜使用边界,减少夜间频繁浏览对睡眠的干扰。二是开展团体心理辅导,通过重塑自我认知、提升社会支持感知、改善人际与网络沟通技能,减少孤独感等;并设置时间管理主题辅导,帮助大学生明晰生活价值、规划时间、控制上网时长,进而预防问题性社交媒体使用(Chen et al., 2022)。三是引入正念训练,运用“去中心化”与“认知去融合”技术,减少负性思维反刍及相关负性情绪;培养对负面刺激不回避、不评判的接纳态度,帮助个体理性看待社交网络诱惑,通过提升注意力控制与延迟满足能力,减少使用时长和频率,改善问题性移动社交网络使用行为(姜永志等, 2020)。

本研究也存在一些不足。首先,仅依托两个数据库开展文献检索,未能全面覆盖文献来源,可能造成部分相关文献缺失,进而影响研究结果的完整性。其次,研究未对纳入文献开展系统的质量评价,一定程度上可能降低了分析结论的可靠性。最后,本文对部分研究热点的分析较为浅显,尚未深入探究其内在成因与作用机制。

基金项目

① 江汉大学学生创新科研项目:《大学生问题性社交网络使用与其焦虑和抑郁水平之间的关系:一项元分析研究》(项目编号:2025yb050);② 江汉大学实验室开放项目:《心理学研究中的量化分析与质性分析的融合》。

参考文献

- 白晓丽,姜永志,金童林,刘振会(2019).大学生问题性移动社交网络使用干预及效果评估. *中国学校卫生*, 40(2), 253-255, 258.
- 曹美,陈段段,杨海波(2025).问题性社交网络使用大学生对社交信息注意偏向的特异性. *心理科学*, 48(2), 346-358.
- 丁越,刘力嘉,寇戣(2026).互联网时代的大学生人际关系满意度:线上积极反馈与感知社会支持的作用. *心理发展与教育*, 42(1), 39-49.
- 姜永志,白晓丽,阿拉坦巴根,刘勇,李敏,刘桂芹(2016).青少年问题性社交网络使用. *心理科学进展*, 24(9), 1435-1447.
- 姜永志,白晓丽,七十三(2020).正念认知训练对大学生问题性移动社交网络使用的干预及效果. *中国卫生事业管理*, 37(3), 219-223, 226.
- 李佳鑫,肖蓉,吴雷(2015).微博/微信网络社交行为量表编制及其在大学生中应用的信效度分析. *中国学校卫生*, 36(9), 1338-1341.

- 刘海燕(2024). 问题性社交网络使用对大学生社交回避的影响: 自我概念清晰性的中介作用及干预研究. 硕士学位论文, 石河子: 石河子大学.
- 皮陆杨, 李霞(2023). 大学生孤独感与问题性移动社交媒体使用的关系: 变量为中心和个体为中心的分析. *中国健康心理学杂志*, 31(6), 936-942.
- 丘文福, 林谷洋, 叶一舵, 陈志勇(2017). 社交媒体使用对大学生焦虑的影响: 上行社会比较和心理资本的序列中介作用. *中国特殊教育*, (8), 88-92, 73.
- 吴漾, 武俐, 牛更枫, 陈真珍, 刘丽中(2020). 微信朋友圈使用对大学生抑郁的影响: 负面社会比较和自我概念清晰性的作用. *心理发展与教育*, 36(4), 486-493.
- 赵媛, 黄梦思(2023). 上行社会比较和自尊在大学生社交媒体成瘾与抑郁间的影响分析. *预防医学情报杂志*, 39(11), 1360-1365.
- Bettmann, J. E., Anstadt, G., Casselman, B., & Ganesh, K. (2021). Young Adult Depression and Anxiety Linked to Social Media Use: Assessment and Treatment. *Clinical Social Work Journal*, 49, 368-379. <https://doi.org/10.1007/s10615-020-00752-1>
- Chen, B. Z., & Zhen, X. (2019). Big Five Personality and College Students' Social Media Self-Control Failures: The Role of Mis-Placed Fear. *Applied Psychology*, 25, 161-168. (In Chinese)
- Chen, Y., Liu, X., Chiu, D. T., Li, Y., Mi, B., Zhang, Y. et al. (2022). Problematic Social Media Use and Depressive Outcomes among College Students in China: Observational and Experimental Findings. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, Article 4937. <https://doi.org/10.3390/ijerph19094937>
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., & Demetrovics, Z. (2014). Social Networking Addiction: An Overview of Preliminary Findings. In K. P. Rosenberg, & L. C. Feder (Eds.), *Behavioral Sciences* (pp. 119-141). Academic Press.
- Kaya, B. (2025). Pay Attention to What Your Fingers Scroll: The Roles of Doomscrolling and Psychological Adjustment between Adolescents' Problematic Social Media Use and Psychological Distress. *The Journal of Genetic Psychology*. <https://doi.org/10.1080/00221325.2025.2584991>
- Li, T., Xie, J., Shan, Y., & Chen, K. (2025). The Longitudinal Relationships of Problematic Social Media Use, Self-Transcendence Values and School Adaptation: A Two-Wave Study. *BMC Psychology*, 13, Article No. 67. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02356-1>
- Lin, C., Namdar, P., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2021). Mediated Roles of Generalized Trust and Perceived Social Support in the Effects of Problematic Social Media Use on Mental Health: A Cross-Sectional Study. *Health Expectations*, 24, 165-173. <https://doi.org/10.1111/hex.13169>
- Meng, S., Qi, K., Huang, Y., Shen, P., Onyebuchi, N., Tong, W. et al. (2025). The Relationship between Anxiety and Problematic Mobile Phone Use among Chinese College Students: A Moderated Mediation Model. *BMC Psychology*, 13, Article No. 1091. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03336-1>
- Meynadier, J., Malouff, J. M., Loi, N. M., & Schutte, N. S. (2024). Lower Mindfulness Is Associated with Problematic Social Media Use: A Meta-Analysis. *Current Psychology*, 43, 3395-3404. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04587-0>
- Sheldon, P., Antony, M. G., & Sykes, B. (2021). Predictors of Problematic Social Media Use: Personality and Life-Position Indicators. *Psychological Reports*, 124, 1110-1133. <https://doi.org/10.1177/0033294120934706>
- Shin, N. Y. (2022). Psychometric Properties of the Bergen Social Media Addiction Scale in Korean Young Adults. *Psychiatry Investigation*, 19, 356-361. <https://doi.org/10.30773/pi.2021.0294>
- Yang, H., Quek, F. Y. X., Yap, S. X. H., Tng, G. Y. Q., & Ng, G. R. (2026). A Stress-Induced Digital Escapism Framework for Understanding the Link between Stress and Problematic Social Media Use. *Behavioral Sciences*, 16, Article 853. <https://doi.org/10.3390/bs16060853>
- Zhao, L. (2024). The Relationship among Self-Esteem, Fear of Missing Out, and Problematic Social Media Use in Chinese College Students: A Cross-Lagged Analysis. *Current Psychology*, 43, 31010-31018. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06652-8>