

## Internet addiction, A handbook and guide to evaluation and treatment

网络成瘾：评估和治疗手册和指南

编辑： Kimberly S. Young Cristiano Nabuco de Abreu

"这本书通过扩大领域提供最前沿的报道，包括在线游戏，网络成瘾和赌博成瘾等特定问题。鉴于媒体和技术的使用迅速增加，它对青少年的广泛关注至关重要。一代年轻人和iGeneration青少年。我很高兴为我自己的工作提供这个宝贵，全面，写得很好的资源，并推荐给需要了解这种独特成瘾形式的人。"

"This book provides cutting-edge coverage by expanding the field to include specific problems such as online gaming, cybersex addiction, and gambling addiction. Its extensive attention to dealing with adolescents is essential, given the rapid rise in media and technology use by both Net Generation young adults and iGeneration teenagers. I am thrilled to have this invaluable, comprehensive, well-written resource for my own work and recommend it to people who need to understand this unique form of addiction."

—**Dr. Larry Rosen**, Past Chair and Professor of Psychology at California State University, Dominguez Hills, author of *Rewired: Understanding the iGeneration and the Way They Learn* and *Me, MySpace, and I: Parenting the Net Generation*

"当我们的网站色情，视频游戏，社交网络，赌博和冲浪在他们的生活中造成难以为继的中断时，我们的客户来找我们。如果我们不了解我们所看到的以及如何解决这些问题，我们将无法提供他们需要帮助。本书提供临床医生可用于评估和治疗这一日益严重的问题的实用信息。"

"Our clients come to us when online pornography, video gaming, social networking, gambling, and surfing create untenable disruptions in their lives. If we do not understand what we are seeing and how to address it, we will not be able to provide the help they need. This book provides the practical information clinicians can use to assess and treat this growing problem."

—**Hilarie Cash**, Video Games and Your Kids: How Parents Stay in Control的合著者, and cofounder of **reSTART: Internet Addiction Recovery Program**

本书提供了不同类型的网络成瘾 - 赌博成瘾，网络成瘾和网络成瘾的综

述。

- **Ran Tao**, 医学博士, 教授兼主任,  
黄秀琴, 医学博士, 中国北京军区总医院网络成瘾治疗中心副教授  
第一个用于定义, 评估, 诊断和治疗有问题的互联网使用的经验性参考  
的网络成瘾探索:

- 经过验证的评估工具, 用于区分计算机和在线使用的正常模式和强制模式
- 最令人上瘾或有问题的在线活动
- 网络成瘾的流行病学和亚型, 如**在线色情, 互联网赌博和在线游戏**
- 目前关于与互联网使用相关的成瘾性疾病发展相关的风险因素的理论
- 基于证据的治疗策略, 帮助不同年龄的客户, 考虑主要的问题和个人情况和情况

在国际范围和经验基础上, 讨论了该主题的文化和全球影响, 向从业者介绍了与患有这种新出现的成瘾疾病的客户合作的最新临床意义, 评估方法和治疗方法。

—**Ran Tao**, MD, Professor and Director, and Xiuqin Huang, MD,  
Associate Professor, Treatment Center for Internet Addiction, General  
Hospital of Beijing Military Region, China

The first empirically informed reference for defining, assessing,  
diagnosing, and treating problematic Internet use

Comprehensive and timely, Internet Addiction explores:

- Validated assessment tools to differentiate normal from compulsive patterns of computer and online usage
- The most addictive or problematic online activities
- Epidemiology and subtypes of Internet addiction such as online pornography, Internet gambling, and online gaming
- Current theories on the risk factors associated with the development of an addictive disorder related to Internet usage
- Evidence-based treatment strategies for helping clients of

various ages, taking into account main presenting problems and individual situations and circumstances

International in scope and empirically based, the cultural and global impact of this subject is discussed, introducing practitioners to the latest clinical implications, assessment methods, and treatment approaches in working with clients suffering from this emerging addictive disorder.

## 第一部分：了解互联网行为和成瘾

### Ch1 网络成瘾的患病率估计和病因模型

早期研究试图定义网络成瘾并检查行为模式以区分强迫性与正常的互联网使用。最近的研究已经检查了网络成瘾的流行程度，并调查了与该疾病相关的病因或原因。本章介绍了与各国网络成瘾相关的数据，以便了解问题的范围。本章还提供了理解与网络成瘾发展相关的病因模型或因果因素的理论框架。从学术角度来看，随着该领域的新研究不断出现，本章有助于确定未来的研究领域。从心理健康的角度来看，本章将帮助临床医生开发从经验角度更为合理的方法来评估和潜在地治疗上网客户。

### Ch2 互联网成瘾客户的临床评估

网络成瘾的诊断通常很复杂。与化学依赖性不同，互联网作为社会的技术进步提供了一些直接的好处，并且不是被批评为让人上瘾的设备。个人可以进行研究，执行商业交易，访问图书馆，交流、制定假期计划。本章回顾了评估可能的网络成瘾的方法。它回顾了网络成瘾的演变和病态计算机使用的当前概念。作为评估过程的一部分，本章还介绍了**第一个经过验证的网络成瘾指标**，这是一种特别有用的工具，**用于衡量一旦确诊后症状的严重程度**。最后，本章概述了客户在康复早期阶段提出的具体临床访谈问题 and 治疗问题。

### Ch3 在线社交互动，心理社会健康和有问题的互联网使用

本章探讨了有问题的互联网使用（PIU），**在线人际交流和社会心理健康之间的关联**。本章回顾了记录PIU指标与人际在线行为（interpersonal online behavior）之间正相关关系（positive association）的文献。此外，之前的研究表明，**心理问题和社会缺陷都与在线社交互动正相关**。本章采用PIU的认知行为模型来解释这些变量之间的关系。此外，本章还建议进一步**探索偏好对在线社交互动的作用，并利用计算机媒介传播的超**

个人视角为未来的研究提供信息，这可能有助于促进我们对PIU和在线社交互动的理解。

(待看“:Explicating problematic social network sites use: A review of concepts, theoretical frameworks, and future directions for communication theorizing

Edmund W J Lee, Shirley S Ho, May O Lwin,

First Published October 6, 2016 Review Article

社交网站（SNS）的普及引起了人们对了解青少年中有问题的SNS使用的发展的兴趣。然而，这一新兴研究领域的特点是现有理论范式存在一些不足之处。本文旨在回顾有问题的SNS使用的研究状况 - 广泛地关注青少年 - 并确定未来学术研究的关键研究领域。首先，我们总结了媒体成瘾的历史和最新发展有问题的SNS使用研究。其次，我们讨论有助于我们理解有问题的SNS使用现象的理论观点，并找出这些框架的弱点。第三，我们建议传播学者应该努力进行理论整合，并研究微观系统（例如父母和同龄人）和宏观系统（例如监督文化）对青少年中有问题的SNS的发展的影响。提出了未来理论和方法方法的指导。

)

#### Ch4 网络成瘾的使用和满足

在线活动如何从短暂的转移开始直到演变成最喜欢的活动和愉快的习惯，但有时会进展到过度使用互联网的问题？鉴于随时可以找到这么多各种各样令人愉快的在线消遣，有问题的使用形式如何不是更普遍？本章从沟通研究的角度探讨了[互联网习惯的发展](#)，[这些研究侧重于个人在网上寻求的使用和满足](#)。它开发了一个正常人群中的互联网使用模型，它结合了有意识和无意识的心理过程，以解释从正常的互联网使用到更有问题的形式的最初阶段。讨论了可以缓和互联网过度使用的自我监管机制，以及控制潜在有害互联网习惯的增长的预防策略。

#### Ch5 在线角色扮演游戏成瘾

本章介绍了玩大型多人在线角色扮演游戏（MMORPG）的成瘾。MMORPG是基于互联网的，通常是幻想的角色扮演游戏，同时拥有来自世界各地的数千名玩家；游戏主要由年轻的成年男性玩，通常每周30小时或更长时间。本章概述了玩MMORPG的动机，包括与强大角色创造相关的竞争，在线世界的探索以及虚拟社交群体中的认可。玩家的虚拟角色，他或她的化身，成为玩家的一部分，玩家通过化身在游戏中进行通信。本章探讨了大约四分之一的MMORPG玩家上瘾游戏的症状，以及在

线游戏和游戏玩家固有的成瘾因素。本章提供了一份调查问卷，临床医生可以用它来测试在线游戏成瘾和临床影响，以便与沉迷于网络游戏的儿童一起工作。

## Ch6 互联网上的赌博成瘾

赌博是许多文化中的热门活动。此外，有人声称远程赌博在过去十年中提供了最大的赌博文化转变。到目前为止，关于互联网赌博的研究数量相对较少，研究问题赌博和在线赌博的研究也更少。这些研究包括成人和青少年互联网赌博的国家和地区研究，研究在线博彩网站的互联网赌徒的行为跟踪数据研究，互联网赌博案例研究，以及研究非常具体的赌博形式的研究，如在线扑克。本章回顾了最新研究以及可能影响在线问题赌博和赌博成瘾的因素，网络成瘾与网络赌博成瘾之间的关系，

## Ch 7 Cyber sex成瘾和强迫症

网络成瘾和强迫症代表了研究人员和临床医生越来越感兴趣的领域。本章的目的是提供有关该学科当前思想的最新信息，以及该信息在临床环境中的实际应用。本章回顾了问题的范围，提供了评估协议，并为那些被发现对其互联网性行为上瘾或强迫的人提出了干预措施。还讨论了研究人员和临床医生对网络技术的未来及其对个人及其性行为的影响的意义。

## 第二部分： 心理治疗、治疗和预防

### Ch8 互联网使用的上瘾属性

### Ch 9 网络成瘾的心理治疗

### Ch 10 与上瘾的青少年合作

### Ch 11 互联网不忠： 一个真正的问题

### Ch 12 网络成瘾住院治疗十二步恢复

### Ch 13 走向预防青少年网络成瘾

### Ch 14 青少年沉迷于互联网的系统动力学

## 结束语