

互联网使用频率对青少年的影响——基于 CGSS2021 数据的实证分析

好布尔

内蒙古师范大学, 内蒙古自治区呼和浩特, 010000;

摘要: 中国互联网在 21 世纪迅速崛起, 截至 2024 年 6 月, 我国网民规模近 11 亿人, 青少年在互联网使用者当中也占据着举足轻重的作用。因此本文利用 2021 年 CGSS 中国综合社会调查数据, 筛选出符合青少年年龄阶段的人口, 进行数据整理和分析, 来验证互联网使用频率对青少年的影响。结果显示青少年父母的受教育程度对青少年使用互联网频率有高度相关性, 频繁上网的青少年可能影响他们的社交行为和心理健康, 最后进行提出建设性措施。

关键词: 青少年; 互联网; 实证分析

DOI: 10.69979/3029-2700.25.02.045

1 问题的提出

自 21 世纪, 中国互联网开始迅速崛起, 电子商务、搜索引擎和社交网络相继诞生。根据中国互联网络信息中心 (CNNIC) 在 2024 中国国际大数据产业博览会“智能经济创新发展”交流活动中发布第 54 次《中国互联网络发展状况统计报告》显示, 截至 2024 年 6 月, 我国网民规模近 11 亿人 (10.9967 亿人), 较 2023 年 12 月增长 742 万人, 互联网普及率达 78.0%。^[1]根据《第 5 次全国未成年人互联网使用情况调查报告》显示, 我国未成年网民规模不断扩大, 2022 年未成年网民规模已突破 1.93 亿。2018-2022 年, 未成年人互联网普及率从 93.7% 增长到 97.2%, 基本达到饱和状态。未成年人用网低龄化趋势明显, 过去 5 年小学阶段的未成年人互联网普及率从 89.5% 提升至 95.1%。^[2]从上述数据可得知青少年在互联网使用者当中占据着举足轻重的作用, 也改变了他们的生活和学习方式, 青少年在使用互联网时是否会产生问题并影响他们? 我国《中华人民共和国未成年人保护法》第六十四条明确指出: 国家、社会、学校和家庭应当加强未成年人网络素养宣传教育, 培养和提高未成年人的网络素养, 增强未成年人科学、文明、安全、合理使用网络的意识和能力, 保障未成年人在网络空间的合法权益。^[3]互联网容易给价值观尚未成熟、自控力较弱且家庭和学校监管相对薄弱的青少年带来消极影响。为解答以上问题, 本文通过 CGSS2021 数据的实证分析来验证互联网使用频率是否会对青少年产生一定

的影响。

2 文献综述与研究假设

2.1 文献综述

周天然指出, 互联网过度使用会降低青少年的交友数量和校园融入。发现亲子沟通水平越高, 越有助于青少年规避互联网带来的负面影响, 尤其是在越轨同伴交往和校园融入方面。总体来看, 控制互联网使用时间、增强亲子沟通能够有效减少互联网使用对青少年社会交往的负面影响。^[4]

万玉玲指出, 互联网技术的发展提供了丰富的娱乐形式和社交机会, 但也可能对青少年的心理健康产生负面影响。长时间的互联网娱乐会导致青少年与家人和同学的交流减少, 从而加剧孤独感, 引发心理上的负担和压力。^[5]

张皓乙指出, 农村青少年互联网使用时间与学业表现呈倒 U 型关系。农村青少年互联网使用时间平均在每天 1 小时以内会显著提高学业水平, 但超过 1 小时, 则会对学业表现产生显著的负面影响。其中, 互联网的“时间挤压效应”“健康损失效应”、低俗网络文化的“涵化作用”等负面影响随着农村青少年互联网使用时长的增加而逐渐恶化, 进而大幅降低农村青少年学业水平。^[7]

综上所述, 青少年在过度使用互联网时会对社交和心理产生负面影响并对认知发展产生负面效果。每天使用互联网的时间过长也对青少年的学业和学习情况产

生显著的负面影响。通过合理的方式使用互联网也会对青少年的生活的学习带来益处。需要通过正确引导青少年合理使用互联网成为了一个重要的家庭和社会问题。

2.2 研究假设

本文通过 CGSS2021 数据，筛选出符合青少年年龄界定范围并梳理和分析，提出如下假设：

H1：高频率使用互联网是否会对青少年的身体健康造成影响？

H2：高频率使用互联网是否会造成青少年心情抑郁或沮丧？

H3：高频率使用互联网是否会造成青少年信任危机？

H4：父母的受教育程度是否会影响青少年使用互联网的频率？

3 数据和方法

3.1 数据来源

本文数据来源于 2021 年中国综合社会调查（Chinese General Survey，简称 CGSS），初始样本共 8148。根据世界卫生组织（WHO）将青少年(adolescent) 年龄界定为 10-19 岁。^[8]因此本文所分析的青少年根据上述年龄界定筛选出有效样本共 190 个。

3.2 变量选择

3.2.1 因变量

本文的因变量为“身体健康状况”、“心情抑郁或沮丧的频繁程度”以及“是否产生信任危机”，具体测量题目为：您觉得您目前的身体健康状况是？保留原赋值，1-5 分别对应为很不健康、比较不健康、一般、比较健康、很健康。98-99 对应为不知道、拒绝回答。在过去的四周中，您感到心情抑郁或沮丧的频繁程度是？保留原赋值，1-5 分别对应为总是、经常、有时、很少、从不。98-99 对应为不知道、拒绝回答。总的来说，您同不同意在这个社会上，绝大多数人都是可以信任的？保留原赋值，1-5 分别对应为非常不同意、比较不同意、说不上同意不同意、比较同意、非常同意。98-99 对应为不知道、拒绝回答。

3.2.2 自变量

本文的自变量为“互联网使用的频率”，具体测量题目为：过去一年，您是否经常在空闲时间上网？保留原赋值，1-5 分别对应为每天、一周数次、一月数次、一年数次或更少、从不。98-99 对应为不知道、拒绝回

答。

3.2.3 中介变量

本文的中介变量为“父母的受教育水平”。本文所采取具体测量题目为：您父亲的最高教育程度是？您母亲的最高教育程度是？修改原赋值，1-5 分别对应初中及以下、高中、大学、研究生及以上、其他。

3.3 研究方法

本文利用 SPSS26.0 软件，首先对符合青少年年龄段的人进行人口学变量频率进行分析，其次进行主要变量的描述统计，分析出最大值和最小值以及均值，最后通过交叉分析来验证假设是否成立。

4 结果

表 1 样本人口学变量频率分析结果

变量	选项	频率	百分比	均值	标准差
出生日期	2002	106	56%	2002.44	0.498
	2003	84	44%		
	男	104	55%		
性别	女	86	45%	1.45	0.499
	合计	190	100%		

根据上述表格结果，可以表明：2002 年出生的青少年占比 56%，2003 年的出生的青少年为 44%，平均值为 2002.44，表明样本的平均出生年份接近于 2002 年，标准差为 0.498，表示出生年份的分布相对集中，样本大多集中在 2002 年和 2003 年之间。性别男性比女性多 5%，均值为 1.45，标准差为 0.499，表明性别分布相对均匀，且与均值的差异不大。青少年人口总计 190。

表 2 描述统计

变量	N	最小值	最大值	均值	标准差
1. 过去一年，您是否经常在空闲时间上网？	190	1	3	1.22	0.505
2. 您觉得您目前的身体健康状况是？	190	1	98	4.86	6.833
3. 在过去的四周中，您感到心情抑郁或沮丧的频繁程度是？	190	1	98	4.66	6.866
4. 总的来说，您同不同意在这个社会上，绝大多数人都是可以信任的？	190	1	98	4.11	6.905
5. 您父亲的最高教育程度是？	190	1	5	1.63	0.966
7. 您母亲的最高教育程度是？	190	1	5	1.62	1.111

根据上述表格，统计出：当问到过去一年，您是否

经常空闲时间上网？结果显示，均值为 1.22，表明大多数青少年在空闲时间几乎每天都上网，在青少年群体使用互联网的频率相当高。标准差为 0.505，表示样本中对上网频率的看法相对集中。当问到您觉得您目前的身体健康状况是？结果显示，均值为 4.86，表明青少年群体的身体健康状况处于中等偏上的水平。当问到在过去的四周中，您感到心情抑郁或沮丧的频繁程度是？结果显示，均值为 4.66，表明青少年的心里状况都很好，

极少出现抑郁或沮丧的情况。当问到总的来说，您不同意在这个社会上，绝大多数人都是可以信任的？结果显示，均值为 1.63，表明青少年对社会信任感的看法偏高。但问到您父亲和母亲的最高教育程度是？结果显示，均值为 1.63 以及 1.62，结果表明被调查的青少年群体的父母最高教育程度较低，集中在初中和高中之间。标准差为 0.966 以及 1.111，表明父亲和母亲教育程度的分布略有更大的差异，可能反映出家庭背景的多样性。

表 3 交叉分析

		您觉得您目前的身体健康状况是？						合计
		很不健康	比较不健康	一般	比较健康	很健康	不知道	
过去一年，您是否经常空闲时间上网？	每天	1	2	13	62	79	0	157
	一周数次	0	0	4	10	10	1	25
	一月数次	0	0	1	2	5	0	8
	合计	1	2	18	74	94	1	190
		在过去的四周中，您感到心情抑郁或沮丧的频繁程度是？						合计
		总是	经常	有时	很少	从不	不知道	
去一年，您是否经常空闲时间上网？	每天	1	6	28	47	74	1	157
	一周数次	0	0	6	12	7	0	25
	一月数次	0	1	2	1	4	0	8
	合计	1	7	36	60	85	1	190
		总的来说，您同不同意在这个社会上，绝大多数人都是可以信任的？						合计
		非常不同意	比较不同意	说不上同意不同意	比较同意	非常同意	不知道	
过去一年，您是否经常空闲时间上网？	每天	4	22	24	94	12	1	157
	一周数次	0	1	6	15	3	0	25
	一月数次	0	1	0	6	1	0	8
	合计	4	24	30	115	16	1	190

从上述交叉表中可以分析出，身体健康状况与上网频率：大多数青少年认为自己身体健康，且每天上网的青少年中，认为自己“比较健康”和“很健康”的比例最高。频繁上网的青少年普遍认为自己的身体状况较好，表明高频率的上网与良好的身体健康状况存在一定的关联。心理状态与上网频率：每天上网的青少年中，有 28 人表示“有时”感到抑郁，47 人表示“很少”，74 人表示“从不”，显示出心理状态相对较好。总体来看，他们的心理状态相对积极。社会信任感与上网频率：在每天上网的青少年中，94 人表示“比较同意”信任社会，12 人“非常同意”，显示出较高的社会信任感。频繁上网的青少年对社会的信任感普遍较高，可能影响他们的社交行为和心理健康。

表 4 交叉分析

		您父亲的最高教育程度是？					合计
		初中及以下	高中	大学	研究生及以上	其他	
过去一年，您是否经常空闲时间上网？	每天	97	36	17	0	7	157
	一周数次	15	6	4	0	0	25
	一月数次	4	1	3	0	0	8
	合计	116	43	24	0	7	190
		您母亲的最高教育程度是？					合计
		初中及以下	高中	大学	研究生及以上	其他	
过去一年，您是否经常空闲时间上网？	每天	110	22	13	2	10	157
	一周数次	15	8	1	0	1	25
	一月数次	3	2	2	0	1	8
	合计	128	32	16	2	12	190

在上述交叉表，当问到父亲的最高教育程度时，结果显示：116 名青少年的父亲教育程度为初中及以下，其中青少年 97 人每天上网。43 名青少年的父亲教育程度为高中，36 人每天上网。24 名青少年的父亲教育程度为大学，上网频率相对较低。当问到母亲的最高教育程度时，结果显示：128 名青少年的母亲教育程度为初

中及以下，这部分青少年中也有很高的上网频率。32 名青少年的母亲教育程度为高中，虽然数量较少，也有 22 人每天上网。16 名青少年的母亲教育程度为大学，有 13 人每天上网。有 2 名青少年的母亲教育程度为研究生及以上，且这部分青少年也有每天上网的情况。无论是父亲还是母亲，教育程度较低的青少年上网频率较

高,尤其是每天上网的比例显著。教育程度较高的父母的青少年上网频率相对较低,可能表明他们在空闲时间参与其他活动的可能性更大。父母的教育程度可能影响青少年的上网习惯,教育水平较低的父母可能更倾向于让孩子在空闲时间上网,或者青少年在缺乏其他活动时选择上网。

因此假设 H4 成立。

5 结论

互联网时代是科技发展的结果,改变了人们生活的方方面面,但互联网对青少年的影响也有好有坏。本文使用 2021 年中国综合社会调查(CGSS)项目数据库,使用交叉分析方法分析了互联网使用频率对青少年的影响。结果显示:互联网使用频率对青少年的健康和心里状态没有产生显著影响,频繁上网的青少年对社会的信任感普遍较高,可能影响他们的社交行为和心理健康。父母的受教育程度则影响青少年的上网习惯,教育水平较低的父母可能更倾向于让孩子在空闲时间上网,或者青少年在缺乏其他活动时选择上网。

参考文献

- [1]第 54 次《中国互联网络发展状况统计报告》发布[J]. 传媒论坛,2024,7(17):121
- [2]《第 5 次全国未成年人互联网使用情况调查报告》发布——互联网发展研究[Z].
- [3]中华人民共和国未成年人保护法-中华人民共和国教育部政府门户网站[Z].
- [4]周天然,张海东. 互联网使用对青少年社会交往的影响[J]. 社会发展研究,2024,11(2):226-241+246.
- [5]万玉玲. 互联网娱乐平台使用对青少年心理健康的影响[J]. 中国学校卫生,2024,45(2):306-307.
- [6]谢涛,秦渝超,刘革平. 基于互联网教育应用的青少年认知发展测评[J]. 现代远程教育研究,[2025]:1-8.
- [7]张皓乙,胡南燕,宁满秀. 农村青少年互联网使用时间对学业表现的影响——基于父母教养方式的调节效应[J]. 农业技术经济,2023(9):70-85.
- [8]有关“青年”和“青少年”年龄界定的说明[J]. 中国实用外科杂志,2019,39(8):814.

作者简介:好布尔(1998),男,蒙古族,内蒙古巴彦淖尔市人,学生,法学硕士,单位:内蒙古师范大学民族学人类学学院社会学专业,研究方向:社会学。