

# 网络沉迷诱发青少年犯罪的心理机制及法律规制研究

梁启昇<sup>1</sup>, 方必基<sup>2</sup>

1 南昌职业大学, cocacolaleongj@yahoo.com.hk

2 韶关学院教育科学学院, fbj@sgu.edu.cn

**摘要:** 数字时代青少年网络沉迷与犯罪行为的并发已成为严峻的社会问题。本文从心理学与法学交叉视角, 系统探讨网络沉迷诱发青少年犯罪的内在心理机制, 并检视当前法律规制的局限。研究表明, 网络沉迷通过削弱认知控制与冲动抑制、扭曲道德推脱机制、加剧情绪失调与攻击性、阻碍健康自我同一性形成、造成社会疏离与不良学习等多重心理路径, 构建了从沉迷到犯罪的心理传导链。针对这一复杂成因, 现行法律规制在预防关口前移、精准回应心理成因、部门协同治理等方面存在不足。本文提出, 应强化前端风险监测与素养教育、构建心理与司法深度融合的处置机制、完善跨部门协同治理体系, 以实现网络沉迷及其犯罪风险的综合矫治与源头治理。

**关键字:** 网络沉迷, 青少年犯罪, 心理机制, 法律规制, 协同治理

## 1 引言

随着移动互联网的全面渗透, 青少年已成为网络空间最活跃的群体。然而, 技术赋能的另一面是风险的蔓延。网络沉迷, 作为一种对网络使用失去控制、严重影响身心功能的行为模式, 在青少年群体中的发生率持续攀升, 与日益低龄化、多样化的青少年犯罪现象呈现出高度的时空关联性。从网络欺凌、资讯盗窃, 到因模仿暴力游戏内容而引发的肢体冲突, 甚至为获取上网费用而实施的财产性犯罪, 网络沉迷正以一种隐蔽而深刻的途径, 成为诱发青少年违法犯罪的重要风险因素。

现有研究多分别探讨网络沉迷的成因、危害或青少年犯罪的法律对策, 鲜有将二者置于成因、心理机制, 法律回应的完整链条中进行交叉学科的系统分析。网络沉迷并非直接导致犯罪的“机械决定论”, 而是通过重塑青少年的认知、情绪、人格与社会认知, 在特定情境下大幅提升其越轨行为的风险。理解心理转化的内在机制, 是构建有效法律规制的前提。从法学视角看, 传统的惩罚性司法在面对因网络沉迷而犯罪的青少年时, 往往陷入治标不治本的困境。如何将心理干预、社会支持与法律规制有机融合, 实现从事后惩戒转向事前预防与综合矫治的转型, 是当前亟待解决的课题。基于上述背景, 本文聚焦两个核心问题: 第一, 网络沉迷通过哪些心理机制诱发了青少年犯罪? 第二, 针对这些心理成因, 现行的法律规制存在哪些不足, 应当如何完善?

## 2 网络沉迷诱发青少年犯罪的心理机制

### 2.1 认知控制削弱与冲动性增强

青少年时期是前额叶皮层发育的关键期, 这一区域负责高级认知功能, 如抑制控制、计划与风险评估。长期过度沉迷于网络, 尤其是高刺激性的游戏或社交平台, 会持续强化大脑的奖赏回路, 而对前额叶的执行功能形成竞争性抑制。沉迷者的延迟满足能力下降, 更倾向于追求即时快

**作者简介:** 梁启昇, 南昌职业大学教师, 研究方向: 心理学。

方必基, 韶关学院教育科学学院副教授。

感,而忽视行为的远期后果。王晨巍、吴昱辰、朱正、张成涛与王子晔<sup>[2]</sup>在对高攻击性游戏的研究中指出,长期接触此类内容的青少年,其冲动控制能力显著受损,面对现实冲突时,更易采取不加思考的、暴力的即时反应。这种认知控制能力的削弱,使得青少年在面临情境诱因时,难以启动理性的风险,收益评估,冲动性攻击或盗窃行为的发生概率因此陡增。

## 2.2 情绪调节失衡与攻击性滋生

网络沉迷常伴随情绪调节障碍。一方面,网络世界成为青少年逃避现实压力、负面情绪的避风港,但过度依赖这种外部调节方式,会削弱其发展内源性情绪调节策略的能力。另一方面,长时间沉浸在暴力或充满冲突的网络内容中,会通过“启动效应”启动个体内部的攻击性图式与情绪。蒋俏蕾、陈宗海与左灿<sup>[8]</sup>在关于网络素养的研究中强调,缺乏批判性思维和情绪管理能力的青少年,更容易被网络内容中的情绪基调所感染,形成焦虑、敌意等负性情绪。当这些积压的负面情绪与现实中的挫折事件叠加时,便可能以暴力的形式向外宣泄。朱朝阳<sup>[3]</sup>则从积极心理学角度提出,音乐等艺术干预可有效调节青少年情绪,这反向证明了沉迷网络单一刺激模式所导致的情绪调节能力“窄化”是犯罪的重要触发因素。

## 2.3 道德推脱机制的形成

道德推脱是个体通过一系列认知机制使自己的不道德行为合理化,从而摆脱内疚和自责。网络空间的虚拟性、匿名性和非即时回馈特征,为青少年启动道德推脱提供了绝佳的温床。在游戏或网络社群中,他们可能将暴力行为视为游戏规则或玩笑,将伤害后果抽象为资料符号,从而模糊了现实中的道德边界。长期如此,这种线上的道德推脱模式会逐渐固化,并迁移到现实情境中。当青少年为获取上网费用而实施偷窃时,他们可能用大家都这样、我只是借用等理由来辩护。这种道德认知的扭曲,使青少年在实施违法行为时,其内在的道德抑制力大幅降低。

## 2.4 自我同一性混乱与不良身份认同

埃里克森的心理社会发展理论指出,青少年期的主要任务是建立自我同一性。网络沉迷会严重干扰这一过程。张铭锐<sup>[6]</sup>在教育现象学视角下的研究深刻揭示了沉迷青少年的生活体验:他们在虚拟世界中寻求认同和成就感,可能塑造出一个与现实完全不同的虚拟自我。当这种虚拟认同成为主导时,现实中的学业、家庭角色反而被边缘化,导致同一性扩散或早闭。这种混乱的自我认知,使得青少年更容易接受网络中不良群体所宣扬的亚文化价值观,并将其作为自己身份认同的一部分。正如姜博<sup>[7]</sup>在探讨校园暴力法律规制时所指出的,参与暴力行为的青少年常常有着强烈的群体归属需求,当这种需求被不良网络社群所满足时,他们便可能在现实压力下,为维护该身份认同而实施越轨行为。

## 2.5 需求替代、社会疏离与学习机制

从需求满足的视角看,李尽晖与轩智琪<sup>[4]</sup>在对农村青少年网络沉迷的研究中发现,当现实中的情感、成就、归属等基本需求无法被满足时,青少年会转向网络世界寻求替代性满足。这种需求路径的依赖,加剧了他们对现实人际交往的疏离。社会联结的断裂,不仅使他们失去了重要的行为监督和正向引导来源,也使其更易陷入与不良同伴的交往,通过观察学习习得犯罪技巧与态度。这种社会疏离状态,消除了重要他人对越轨行为的约束力,使青少年在实施犯罪时,更少顾及家庭和社会的评价。

综上,网络沉迷通过削弱认知控制,扭曲道德认知,破坏情绪调节,扰乱同一性建构以及导致社会疏离等多重心理路径,系统性地增加了青少年实施违法犯罪行为的风险。这些机制相互交织,共同构成一个从沉迷状态到犯罪倾向的心理转化模型。因此,单纯的法律惩戒若不能触及这些深层心理症结,其效果必然是有限的。

### 3 网络沉迷诱发青少年犯罪的法律规制检视

面对日益凸显的网络沉迷与青少年犯罪关联问题,我国已初步构建起一套涉及网络内容管理、未成年人保护及犯罪预防与惩治的法律规制体系。然而,从回应前述心理成因的深度和有效性来看,现有法律框架仍存在结构性短板。

#### 3.1 现行法律规制框架

目前,相关法律规制主要分布于三个层面。其一,以《中华人民共和国未成年人保护法》(2024年修订)为核心,增设“网络保护”专章,确立了防沉迷系统、宵禁制度、适龄提示等平台责任,为源头预防提供了法律依据。其二,以《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》为主体,构建了从不良行为到严重不良行为的分级干预体系,并规定了专门教育等矫治措施。其三,在刑法与治安管理处罚法中,对青少年实施的盗窃、斗殴、网络犯罪等行为规定了相应的处罚措施,并强调对未成年人从轻、减轻处罚的原则。王盼盼<sup>[1]</sup>对我国校园霸凌行为的刑法规制分析,虽聚焦于霸凌,但其揭示的刑法在应对未成年人复杂动机时的局限性,同样适用于本研究主题。

#### 3.2 现有规制的局限与不足

第一,预防性规制的前端关口尚未充分前移。现行法律虽规定了平台的防沉迷义务,但多聚焦于时长控制和内容过滤,未能有效触及沉迷的心理诱因。例如,对利用演算法精准推送加剧成瘾性内容、社群中蔓延的亚文化所隐含的犯罪煽动性,缺乏有效的监测与干预机制。蒋俏蕾等<sup>[8]</sup>的研究强调网络素养教育是预防沉迷的关键,但目前法律对网络素养教育的定位多为宣导性条款,缺乏强制性、标准化和评估机制,难以真正转化为青少年的内在免疫力。

第二,法律干预对犯罪的心理成因回应不足。在司法实践中,对因网络沉迷而犯罪的青少年,处理方式仍以传统罪责评价为主,对其背后的成瘾性心理障碍、认知功能损伤、道德推脱等深层次原因,缺乏强制性的、专业化的心理评估与矫正当式。虽然《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》提及心理辅导,但在实际执行中,心理服务往往被置于可有可无的辅助地位,未能成为司法裁量与处遇措施的核心考量要素。杜瑾<sup>[9]</sup>的研究表明,将心理服务体系深度嵌入基层违法犯罪预防机制,能取得显著成效。这反向证明,当前法律体系中心理、司法的衔接机制尚未制度化、普遍化。

第三,法律责任配置呈现重平台轻家庭、重处罚轻矫治的倾向。平台责任虽在强化,但针对家庭监护失职的法律责任仍较模糊,对因家长放任不管导致孩子沉迷并犯罪的,缺乏有效的问责与强制亲职教育措施。同时,对于已犯罪的青少年,惩戒措施与心理矫正、社会回归支援之间未能形成闭环。朱朝阳<sup>[3]</sup>的音乐心理干预研究提示,有效的心理干预需要系统性和持续性。而现有法律程式下的矫治教育,往往因期限短、资源少、专业化不足,难以实现心理层面的真正修复。

第四,法律规制的整体性、协同性不足。网络沉迷与青少年犯罪的治理,涉及网信、教育、公安、司法、卫健、民政等多个部门,但目前缺乏一个高于部门利益的、权威的统筹协调机制。各部门依据各自法律行事,资讯壁垒、资源分散、行动协同不足的问题突出,难以形成覆盖预防、干预、矫治全链条的无缝治理网络。张铭锐<sup>[6]</sup>所揭示的沉迷青少年的深层生活体验,提醒我们任何单一的部门规制都难以触及问题的根源。

### 4 完善网络沉迷诱发青少年犯罪的法律规制路径

基于前述心理机制分析与规制检视,要有效阻断网络沉迷向青少年犯罪的演化,必须构建一个以心理科学为依据、以法律规制为骨架、以协同治理为保障的综合干预体系。

#### 4.1 前端预防:基于风险分级的精准规制与素养提升

完善网络平台的预防性义务。法律应细化平台对成瘾性风险的评估与报告义务,不仅限于时

长限制,更要对利用行为心理学原理设计的诱导性机制进行规制。可借鉴数字健康理念,要求平台提供更透明、更易操作的健康使用工具。同时,建立网络社群异常行为监测与预警机制,对传播暴力、教唆犯罪等不良社群进行标记与干预,从源头阻断犯罪亚文化的传播链。

将网络素养教育纳入国民教育法律体系。借鉴蒋俏蕾等<sup>[8]</sup>的研究成果,将网络素养确立为与读写算同等重要的基础素养。通过修订《中华人民共和国教育法》,明确将网络素养教育列为中小学必修课程,并规定其核心内容应包含批判性思维、情绪管理、道德判断、法律意识等模组,提升青少年对网络风险的心理免疫力。

#### 4.2 中端干预:构建“心理-司法”深度融合的处遇机制

建立强制性的心理评估与分级干预制度。在《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》的实施细则中,应明确规定:对于因网络沉迷而实施犯罪行为的未成年人,司法机关必须委托专业机构进行系统的心理评估,评估报告应作为是否采取羁押措施、如何量刑、选择何种矫治方式的核心依据。依据评估结果,建立分级干预体系,将王晨巍等<sup>[2]</sup>关于攻击性机制的研究成果,转化为具体的、标准化的心理矫正方案。

强化专门教育中的心理矫治功能。针对因沉迷犯罪而被送入专门学校的未成年人,法律应明确规定心理矫治的时长、频次、专业资质要求及效果评估标准,确保其核心是治疗而非管控。可借鉴朱朝阳<sup>[3]</sup>的研究,探索引入音乐治疗、艺术治疗等多元化的心理干预手段,修复沉迷导致的心理损伤。同时,将亲职教育强制化,对监护失职的家长进行系统的家庭教育指导。

#### 4.3 后端协同:构建多维立体化的综合防治体系

健全跨部门协同治理的法律机制。建议在国务院层面设立未成年人网络保护与犯罪预防协调机构,通过立法明确其职责、许可权和运作机制。推动网信、教育、公安、司法、卫健等部门实现资料共用、风险评估互通、行动方案协同。例如,学校发现学生有严重沉迷迹象时,可依法启动多部门会商机制,形成早期干预的合力。姜博<sup>[7]</sup>和王盼盼<sup>[1]</sup>对校园暴力与霸凌的法律规制研究均指出,多部门协同是克服单一治理局限的关键,这一经验同样适用于沉迷犯罪问题。

完善社会支持体系的法律保障。借鉴李尽晖与轩智琪<sup>[4]</sup>对农村青少年需求的洞察,以及杜瑾<sup>[5]</sup>心理服务嵌入模式的提炼,法律应鼓励并规范社区、社会组织、专业机构在青少年犯罪预防与矫正中的参与。通过政府购买服务、税收优惠等法律手段,培育专业化的心理服务机构、司法社工队伍,为沉迷青少年及其家庭提供持续、可及的心理支援、法律援助和社会融入服务。

### 5 结论

网络沉迷与青少年犯罪之间的关联,并非简单的因果决定,而是一系列复杂心理机制渐进演化的结果。本研究揭示,网络沉迷通过削弱认知控制与冲动抑制、扭曲道德推脱机制、加剧情绪失调与攻击性、阻碍健康自我同一性形成以及导致社会疏离与不良学习这五重心理路径,系统性地提升了青少年实施越轨行为的风险。这一“心理传导链”表明,仅靠传统的外部惩戒难以根除问题,必须深入个体的内在心理世界进行干预。

审视我国现行法律规制,虽已搭建起基础框架,但在预防关口的前移、对心理成因的精准回应、责任配置的系统性以及部门协同的有效性等方面,仍存在显著局限。法律干预未能充分内化心理科学的洞见,导致其在应对这一复杂社会问题时显得力有不逮。

因此,完善法律规制的核心方向,在于实现心理与法律的深度融合。未来路径应聚焦于:在前端,以风险分级理念细化平台义务,并将网络素养教育法治化;在中端,建立强制心理评估与分级干预制度,强化专门教育中的心理矫治功能;在后端,健全跨部门协同的法律机制,并完善社会支持体系的法律保障。唯有构建起一个覆盖全链条、整合多主体、融合心理科学与法律规制的立体化治理体系,才能从根本上阻断网络沉迷向青少年犯罪的演化,在数字时代有效守护青少

年的健康成长与社会秩序的和谐稳定。

#### 参考文献

- [1] 王盼盼.我国校园霸凌行为的刑法规制[D].兰州:甘肃政法大学,2022.
- [2] 王晨巍,吴昱辰,朱正,等.高攻击性游戏对青少年犯罪心理的影响机制研究[J].社会与公益,2026(01):95-98.
- [3] 朱朝阳.音乐的心理干预功能研究与青少年犯罪心理学校预防策略[J].心理月刊,2023,18(04):208-210.
- [4] 李尽晖,轩智琪.需求视角下农村青少年网络沉迷及其教育策略[J].乡村论丛,2024(06):100-106.
- [5] 杜瑾.心理服务体系嵌入青少年违法犯罪预防机制的探索与实践——基于诸暨市“枫桥经验”的实证研究[J].时代青年,2025(21):16-19.
- [6] 张铭锐.教育现象学视角下网络沉迷青少年的生活体验研究[D].烟台:鲁东大学,2025.
- [7] 姜博.我国校园暴力的法律规制研究[D].西宁:青海师范大学,2024.
- [8] 蒋俏蕾,陈宗海,左灿.网络素养的多重维度与作用辨析——基于网络素养对青少年网络沉迷影响的实证研究[J].中国新闻传播研究,2025(03):187-205.

## Research on the Psychological Mechanisms and Legal Regulation of Juvenile Delinquency Induced by Internet Addiction

Liang Qisheng<sup>1</sup>, Fang Biji<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Nanchang Vocational University, cocacolaleongi@yahoo.com.hk

<sup>2</sup> School of Education Science, Shaoguan University, fbj@sgu.edu.cn

**Abstract:** The co-occurrence of juvenile internet addiction and delinquent behavior in the digital age has become a serious social problem. This paper adopts an interdisciplinary perspective of psychology and law to systematically explore the internal psychological mechanisms through which internet addiction induces juvenile delinquency, and examines the limitations of current legal regulations. The research shows that internet addiction constructs a psychological transmission chain from addiction to delinquency through multiple psychological pathways, including weakening cognitive control and impulse inhibition, distorting moral disengagement mechanisms, exacerbating emotional dysregulation and aggression, hindering the formation of a healthy self-identity, and causing social alienation and maladaptive learning. In response to these complex causes, the current legal regulations have deficiencies in areas such as advancing the prevention threshold, precisely addressing psychological causes, and promoting interdepartmental collaborative governance. This paper proposes that efforts should be made to strengthen front-end risk monitoring and literacy education, establish an intervention mechanism that deeply integrates psychology and justice, and improve a cross-sector collaborative governance system, so as to achieve comprehensive correction and source-level governance of internet addiction and its associated criminal risks.

**Keywords:** Internet Addiction, Juvenile Delinquency, Psychological Mechanism, Legal Regulation, Collaborative Governance