

第一部分  
瘾性概论





## 第一章

# 当代瘾性概况

### 一、当代瘾性泛滥

据最新统计，目前全球约有 20 多亿人口使用各种电脑或手机上网，在亚洲上网人口最多。中国拥有近 14 亿人口，其中网民数量 7 亿，手机网民近 6 亿。在欧美国家，除了婴儿以外，几乎所有的人口都可上网。在非洲，目前只有 15%的人口可以上网，但是与 2000 年相比增长了 36 倍。在不久的将来，全球的男女老少都将成为互联网世界的一员。

当今科学技术的迅猛发展，不仅仅体现在互联网的飞速发展上，还体现在其他许许多多方面。仅仅在三四十年的时间里，科学技术的发展就给世界带来了翻天覆地的变化。可以预见，在不久的将来，科技的迅猛发展还将给人类带来极为巨大的变化。科技的迅猛发展大大

地提高了人类生活水平。可是与此同时，人们对这些科技产品的依赖性也越来越强，人们的生活节奏也在不断加快，压力不断增加，诱惑不断增多……，由此造成的各种瘾性也在不断地增加。

人类社会流传下来的古老的、传统的瘾性，如赌瘾、酒瘾、烟瘾、毒瘾、色瘾等没有灭绝；同时，新的形形色色的瘾性，如与网络、电视、电脑、手机等各种科技产品相关的瘾性，又正在而且还将层出不穷地生发出来。许多人不仅仅患有上述一种瘾性，而是同时患有多重瘾性。不少人自认为或不被认为有瘾，实际上不知不觉地带有各种各样的瘾性的症状。

我们现在还难以预料今后科技的发展在给人类带来进步的同时，还会带来什么样新的瘾性及怎么样的负面后果。历史上高科技成果曾经给人类带来过如原子弹般灾难性的后果。随着互联网向纵深发展，人工智能在不久的将来将得到快速的发展，并将对人类生活产生极大的影响。据预测，到 2050 年，机器人将具有人类的思维推断能力与各种生理感官感觉。到那个时候，现在好莱坞电影里种种机器人人性化的幻想将变为现实。我们据此可以大胆预测，有人将会痴迷上机器人，

患上机器人瘾，甚至将会有人不顾一切、疯狂地爱上机器人而与世隔绝、忘却任何外在的世界。

除了高智能的手机、机器人等将会使人们着迷上瘾以外，不久的将来还有各种各样的高智能的穿戴与使用设备，也将会使人们着迷上瘾。比如智能汽车、智能手表、智能眼镜、智能衣服、智能手套、智能鞋、智能帽、智能手、智能脚、智能墙、智能房、智能家具、智能生活器件，等等。人类即将迎来智能化时代。像互联网一样，人工智能即将在人类生活中发挥越来越重大的影响。现在任何看似毫无生气的物品，将有可能被赋予人工智能。同时人体的许多器官将可能被植入人工智能元件，比如将微小的电极植入脑部或人体。未来可能实现对人类思维的上传和下载。人脑与电脑将交织在一起，生物智能与人工智能交织在一起，人类自身的欲望和人工智能的欲望交叉错杂在一起。人工智能的发展将带动有关人类欲望的科学领域的发展，同时所带来的人工欲望也将会给人类自身的欲望带来极大的困扰。

可以肯定的是：人类自身的欲望加上人工智能的欲望，还将会

滋生越来越多的各种各样的癮性。无论是谁，无论何时，身在何处，都可能遭受某些癮性的自觉或不自觉的骚扰。与此同时，为了适应社会的不断发展，人类又不得不妥善地应对这些癮性，极力戒除这些癮性。人类社会将在这样的各种各样的癮性的对抗中寻求不断地发展。这是人类的本性，也是社会发展的必然。戒癮研究将是今后人类社会的发展过程中必然要面对与解决的一个重大课题。戒癮研究成果也将是人类社会自身发展过程中的一项宝贵的精神财富，以保障人类既能享受科技与社会发展带来的种种快乐，同时又不至于被其迷惑与控制。

美国癮性研究专家克里斯托弗·肯尼迪·罗福特（Christopher Kennedy Lawford）最近指出，据保守估计，目前在美国，每4~5个美国人中间就有一个患有某种癮性。最新统计显示，在美国有1000万赌癮患者、1700万酒癮患者、1990万毒癮患者、400万食癮患者、1200万性癮患者、4300万烟癮患者。美国卫生部长最近指出，全美每天平均约有80人死于毒癮与烟癮。

在中国，种种癮性的状况也并不会更乐观。单就烟癮一项，每3~4个中国人中间至少就有一个烟癮者。如果把所有的各种各样的癮性

算在一起，中国的各类瘾者累计保守估计有几亿人口。人类的瘾性从来没有像现在这么快速、这么大规模地泛滥。

随着互联网的快速发展，与网络有关的瘾性成为发展最快速的瘾性方式，成为滋生瘾性最快速的通道之一。网上虚拟环境更容易给人带来即时的刺激与兴奋，种种网络在线瘾性更容易产生，主要来自以下因素。

(1) 方便易得：随着互联网的快速发展，随处都可以方便上网，先进的在线媒介软件使人异常容易堕入瘾性环境。瘾性的场所无处不在、无时不有。一个人可以足不出户、坐在电脑旁，可以使用智能手机随时随地地上瘾。网上消费刷卡的系统同步、便捷，用一张信用卡或银行卡可以即刻在网上满足各种瘾性。这在为人们提供极大的便利时，也带来了相当大的危险。这种方便与舒适的环境更易使人忘却风险，而敢于从事冒险的瘾性行为。

(2) 匿名隐秘：在现实的场所，人们面对面，身份明确。网络的隐匿性和身份的可选择性减少了限制，用户可以在私下从事各种瘾性行为而不必背上任何恶名。瘾性更容易被掩盖，更难以被识别。匿名

隐秘的网上瘾性行为更容易吸引未成年人参与。在虚拟的网络空间里，未成年人可以非常容易地参与成年人的各种瘾性行为。

(3) 廉价诱惑：在线商业比实体商业的开办、维护成本低得多，可以用更优惠的条件吸引人们参与，如免费参与、更大的优惠折扣等。

(4) 频度效应：瘾性频度为单位时间内的瘾性次数。在线的瘾性频度更高、瘾性步伐更快。最快速的瘾性频度既容易使人轻易地忘却时光的流失，同时也容易使人轻易地忘却自己的生活、工作、健康、经济状况而沉迷其中。

(5) 模拟诱惑：网络上往往有各种各样的模拟，从模拟各种瘾性到模拟各种人生，不用花钱就可以参与，诱惑了許多人特别是青少年陷入其中而成瘾。模拟中的虚拟时间里超现实、超自然的感觉容易使人轻易地脱离现实，陷入种种幻觉、圈套与陷阱之中。

## 二、瘾性与青少年

美国哥伦比亚大学瘾症研究中心在最新发表的研究报告中，公布了2014年度美国有关青少年瘾性状况的统计数据。

(1) 9成的烟瘾、酒瘾与毒瘾者是在18岁以前开始的；



(2) 4 成的毒瘾者是在 18 岁以前就染上毒瘾的；

(3) 约 1 300 万高中生中，75%抽过烟或吸过毒，72.5%喝过酒，36.8%吸过大麻，14.8%私下使用过各种管控药品，65.1%使用过不只一种有害毒品；

(4) 46%的高中生目前在吸食毒品，其中 1/3 符合毒瘾患者标准；

(5) 美国政府，包括联邦和地方政府，每年花费于青少年的各种瘾性有关的支出总共高达 4 680 亿美金。

美国记者大卫·谢夫 (David Sheff) 根据自己的儿子长达十多年的毒瘾及努力帮助其戒瘾的痛苦历程，写了一本动人的纪实小说——《美好的男孩》(*Beautiful Boy*)。这本书成为美国最为畅销的书籍之一。谢夫后来又采访了众多戒瘾专家与瘾者，写了一本专著——《清洁》(*Clean*)，进一步探讨瘾性及戒瘾问题，获得巨大影响。谢夫因此被美国《时代周刊》评为全球最具影响力的人物之一。谢夫著作畅销的背后体现了两个最基本的现实：青少年的严重瘾性问题及家长亲友的极度担忧。

在中国，青少年出现瘾性问题的比率也正在以惊人的速度增加。

据中国互联网络信息中心发布的中国青少年上网行为研究报告显示，截至 2016 年 6 月底，青少年网民规模达 3 亿多，约占中国网民的一半，占青少年总人数的 80%，约 70% 的青少年玩网游。随着青少年上网普及率持续攀升，他们的上网时间不断增加，对网络的依赖程度也在不断加深，同时向低龄群体渗透加大。

据国家禁毒办发布的中国毒品形势报告统计，在中国的吸毒群体中，青少年占了一半以上，同时向低龄群体渗透加大。据联合国发布的报告显示，亚太地区冰毒的扣押数量在过去五年中暴增四倍。中国作为全球最大的易制毒化学品生产国之一，是亚太毒品制作和交易的重灾区。

根据脑神经科学与心理学，青少年时期是一个易于受到外界影响的时期，青少年的独立意识从儿童时期就逐渐增强，逐步厌恶家长、老师对其行为的过多干预和管教，喜欢在社会上与他人平等交往，展示其独立性。青少年好动、好奇心强、好学，具有极强的猎奇与逆反心理，越是自己不知和不被允许的事情，往往越易于引起他们的兴趣。他们的知识水平、人生经验和明辨是非的能力都不足，极易走向歧途。