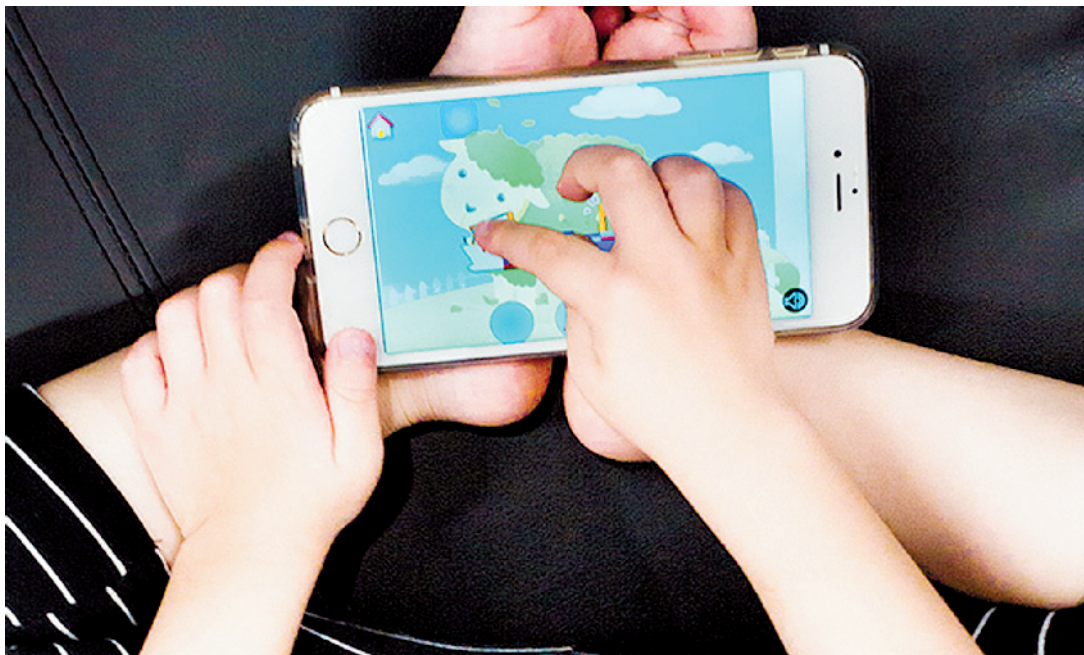


小小一方屏幕到底有什么魔力——

# 流逝在手机里的青少年时光

日前,中国青少年宫协会儿童媒介素养教育研究中心主任张海波公布了一组调研报告数据。数据显示,平均有超过28.3%的学龄前儿童(3~6岁)每天使用网络的时间在30分钟以上,5岁时网络使用时间超过30分钟的儿童达到31.6%。到14岁,儿童在媒介使用各种行为的关键指标就已超越了他们的父母,使用电脑查信息、用手机微信/QQ等已习以为常,每天上网时间超过30分钟的达到60.8%。



## 1 18年游戏生活,起因是太无聊

“小学吧,小学二三年级,没上小学时三四岁玩小霸王算吗?要说电脑的话是小学吧。”小雷谈起自己第一次接触到游戏的时间,语气平淡,像是在说别人的事。

在小雷看来,打游戏起初就是因为无聊打发时间。“小的时候我哥带我玩,大了就是自己想玩,因为不玩游戏也没啥别的事儿干。”他刚开始最喜欢玩的是“剑灵”和“英雄联盟”,小雷回忆道,“当时觉得剑灵里面的衣服特别好看,还能捏脸,还能买衣服呢!”

1997年出生的小雷,出生在黑龙江省齐齐哈尔市的一个小康家庭,现在一所很普通的本科院校读大三。“从小就和奶奶家挨着住,一个住602,一个603。”小雷说,由于爸妈工作忙,一直都是奶奶照顾自己,身边的人对自己也很好。

## 2 是溺爱过度,还是缺少监管

小雷的父母对其沉迷于打游戏却一无所知。

“我早中晚都洗澡怕他们闻到网吧的味道。”说到和爸妈之间的关系,小雷开始有些矛盾,“不好,好?其实非常好,不涉及学习就非常好,偶尔也就是冷战一下,但他们会主动求和。”

“我是家里的宝贝。爸妈会给我倒水,西瓜会给我弄到碗里把籽弄掉,水果会切块,想吃什么基本第二天都会做。”小雷坦言,“我大学的床都是室友帮忙铺,衣服都是送到我姐姐家洗,后来我

小雷在手机游戏“王者荣耀”里最喜欢操作的英雄是“干将莫邪”。谁知道,游戏里“叱咤风云”的“干将莫邪”却有点怕生,“我基本不和普通朋友打游戏,都是比较熟悉的朋友。”小雷说,“打游戏最开始是和朋友玩,当时自己玩觉得很无聊,到了后来就觉得要比他厉害,等真的比他厉害了就想更厉害。”

在小雷心中,打游戏并不是什么“伤天害理”的事情,反而可以帮助开发智力,“我就基本只有高一上学期认真学习了,之后都没怎么学,也考上了本科。”

小雷打游戏最厉害、最沉迷的时候是在高三,每天早上7点起来洗澡后就去网吧,中午回家吃饭洗澡,下午直接去网吧。记者从小雷身边的几个朋友处了解到,小雷最后的高考成绩要比平时成绩低很多。

就直接回家了。”

在打游戏这方面,小雷的父母并没有过多干预,甚至小雷的游戏启蒙机“小霸王”,都是爸妈主动买的。“我爸妈不玩游戏,当时买可能是跟潮流吧。反正后来只要一出来就买来给我玩了。”小雷说。

“只有家长认为自己孩子出现问题了,然后他关注到了,他才会重视。但如果孩子情况暂时没那么严重,同时家长觉得还在可控的范围内,就很容易被忽视。”共青团郑州市委12355青少年服务中心心理咨询师谢菲菲说。

## 3 全班同学都打游戏,我为什么不行

小学三年级的张小林是“王者荣耀”“吃鸡”等手游的资深玩家,年仅8岁的他已经表现出不合年纪的叛逆,每天最喜欢捧着手机打游戏,“只要能让我打游戏,我可以不吃不喝”是张小林的口头禅。

张小林放暑假后的日子不是在打游戏就是打游戏累了在睡觉,繁重的暑假作业似乎和张小林的暑假没什么关系。

张小林家有四口人,除了父母,他还有一个年长12岁的姐姐。在张小林看来,成绩优异的姐姐就是大家口中“别人家的孩子”,只不过这个优秀的榜样是在自己家。正因此,张小林全班

倒数的成绩显得更加刺眼。

不只是家长,身边所有的亲戚朋友都在拿姐姐和张小林比较。张小林听到了什么都没说,但是他人的冷嘲热讽像刀子一样刺痛了张小林的心。

从此,张小林开始更加讨厌学习,越来越抗拒写作业,学习成绩直线下降。父亲是个暴脾气,看到张小林不写作业就是一顿骂、一顿打。

当初父母要给张小林买手机,姐姐是强烈反对的。姐姐表示,像小林这样心智不成熟的小学生,辨别是非的能力还很薄弱,手机里的花花世界容易使人上瘾。但是父母没有听取姐姐的建议,坚持给张小林买手

机方便联系,“小林天天都待在午托部吃午饭和晚饭,放学一个人回家不安全,给他配个手机方便联系我们。”

就这样,2017年,年仅7岁的张小林就拥有了一部自己的智能手机。父母本意是好的,让孩子只拿手机打电话报平安,殊不知孩子每天和同学相处的时间最多,又没有家长的管教,就和同学学打游戏。最糟糕的情况是孩子沉迷网络世界,不愿接触现实生活。

记者在与小林的班主任和其他家长沟通中了解到,像小林这样沉迷手机、游戏的小学生不在少数。张小林问记者,“我们班同学都打游戏,为什么不让我打游戏?”

## 4 网络沉迷如何整治

共青团郑州市委12355青少年服务中心主任袁林方分析说,张小林的这种表现是典型的网络沉迷。网络沉迷通常表现为青少年长时间沉迷网络影响学习,朋友交往减少,生活规律紊乱,情绪焦躁易怒等。

袁林方认为,对于沉迷网络游戏的孩子,首先是要加强家庭的关心和陪伴。父母应给予孩子有效的陪伴,减少孩子独处的时间,通过与孩子有效的沟通交流使其有情感上的依托,了解其内心真实的想法,满足孩子心理上爱与尊重的需要,带来情感上的安全感,大大减少其寄情于网络虚拟世界

的可能性。

第二,家长与孩子明确上网的目的,与孩子协定上网的必要约束条件,公开上网、限时上网。安排孩子多参与社会活动,培养兴趣爱好,充实课余时间,有目的培养孩子自我监控能力和良好的上网习惯。

第三,在家庭中,父母需要以身作则,减少不必要的网络使用时间,起到榜样的作用。带领孩子体验“成功”,如从学习上最容易进步的科目或克服不良习惯入手,增强孩子的自信心。

第四十一次《中国互联网网络发展状况统计报告》显

示,截至2017年12月,我国网民规模达7.72亿,其中中学生占25.4%。更引人注意的是,孩子们的“触网”年龄越来越小,甚至低于3岁。

随着网民向低龄化不断发展,中小学生对网络沉迷已成为日益严重的全球性问题,严重影响了中小学生的学习进步和身心健康。今年4月,教育部印发了《关于做好预防中小学生沉迷网络教育引导工作的紧急通知》,要求做好预防中小学生对网络沉迷教育引导工作,有效维护中小学生对网络沉迷和生命安全。(文中小雷、张小林系化名)

(据《中国青年报》)