

家长直言“要想毁了一个孩子,就给他一部手机!”

# 孩子沉迷网游,都有啥理由

青少年沉迷网络游戏,一直是社会关注的热点。随着智能手机的普及和移动网络的便捷快速,一旦有时间、条件,不少孩子就捧着手机玩得不亦乐乎。对此,家长忧心忡忡:孩子不专心学习,只想拿着手机看,不是上网,就是玩游戏;孩子却不以为然:不让我看手机,怎么上网查作业找答案,怎么在网上与班上的同学沟通,什么游戏都不会玩,太OUT了。

家长有家长的担忧,孩子有孩子的理由,到底该咋看?

## 家长为啥不让玩

耽误学习成绩  
影响身体健康

以前的孩子沉迷网络还需要跑去网吧,时间安排、地理位置等不便利性,一定程度上妨碍着孩子上网,限定孩子的上网时间,减少孩子对网络的沉迷!智能手机的普及,让孩子在有网络的地方就能上网,同时,智能手机可以随身携带,又能像电脑一样玩游戏、看网络小说等,极大地增多了沉迷玩手机、沉迷网络的孩子!

“要想毁了一个孩子,就给他一部手机!”当问到手机游戏对孩子的影响时,金阿姨一脸愤懑,又显得无奈。

金阿姨的女儿小琳正上初中,尽管小升初成绩不错,但她对游戏的沉迷令金阿姨十分忧心。小琳爱玩游戏,到了可以不吃不睡的程度,有时候还会趁半夜家里人都睡了的时候,偷偷爬起来玩手机。

“玩游戏特别影响学习。她不玩游戏的时候大概在班里排10多名,沉迷游戏的时候就下降20多名。”提到小琳忽高忽低的学习成绩,金阿姨很是头疼。

影响孩子身体健康,也是家长反感网络游戏的重要原因之一。

家长们普遍认为,孩子在玩了游戏之后,视力情况比之前糟糕很多。“正常学习、正常用眼,根本不可能这样。就这两年没怎么管他,他近视已经500多度了。”家长王先生懊恼地说,“他们班学霸,也刚200度。他少考那300分,倒是在眼睛上给我找回来了!”

张阿姨家的高中生小睿,每天玩游戏都要玩到半夜一两点钟。“你看他天天熬夜,满脸青春痘,还影响身体发育。1米8的个子,刚120斤,佝偻着身子,像个老头儿一样,一点青少年的朝气都没有。”说到这里,张阿姨叹了口气,“你说哪怕他爱打篮球也行啊,就算不学习,好歹能有个好身体。偏偏喜欢打游戏!”

这些年,为了让小睿戒掉游戏,张阿姨没少花心思,母子二人好一番斗智斗勇。怕小睿上网玩游戏,家里早就断了网,后来发现小睿又玩起了单机游戏,干脆把显示器连接线拔了,结果儿子又跑去网吧玩游戏了,为了不让小睿去网吧,张阿姨决定对小睿严加看管,却引起了小睿的逆反心理,“我俩这几年吵的所有架,几乎都是因为他打游戏。”



## 孩子为啥非得玩

为社交和放松  
图荣誉和满足

家长们如此反感的游戏,孩子们却为何这么喜欢呢?

小帅今年上初二,周围的同学都在玩几款热门手机游戏。相较以往的单机手游,这些网络手游更注重好友之间的互动。一下课,小伙伴们经常就聚在一起讨论游戏。

“如果你不去了解一下这些游戏的话,周围人聊天你插不上嘴,其实挺尴尬的。”小帅说,刚开始玩游戏的动机,就是不想被同学们叫“书呆子”。小帅的想法,其实也代表了很多孩子——其实没那么喜欢玩,但是迫于社交压力,得去了解一下。

“你们那个时代的娱乐是打纸牌,我们这个时代就是打游戏。同样是娱乐,为什么你能打牌,我就不能打游戏啊?”今年刚升入高中的小强,对父亲限制自己打游戏的行为十分不理解。小强认为,游戏不过是一种放松方式,不必妖魔化。

学习成绩一般,戴着厚厚眼镜的高二学生小钰,在人群里看起来毫不起眼。其实,她却是某游戏“金服第三公会”的会长。

“论操作和意识,他们都得服我。在这个游戏里,我还是比较有话语权的吧。”小钰扶了扶眼镜,稚气的脸上带着藏不住的自豪。为了维持公会的排名,小钰平均每天要在游戏上花7个小时左右。游戏,能带给她现实生活所不能提供的荣誉感和满足感,这是她玩这款游戏3年之久的一个重要原因。

(上图作者不详,请与本报联系,以便奉上稿酬。)



## 观点

### “青少年是游戏成瘾的高危人群”

上海市精神卫生中心上海物质成瘾诊疗中心专家赵敏主任介绍说:“青少年是‘游戏成瘾’的高危人群,他们大多正处于叛逆期,和父母、老师的观念容易产生矛盾,同时又极度渴望他人的认同,如果缺乏相关应对技能,有可能把自己关在‘游戏’的小世界里,以此来获得成就感和满足感。在接诊的患者中有不少初中生,因为成绩不太好在学习上得不到认同,慢慢地沉迷游戏,通过玩游戏来获得认同感,但不少人最后都深陷其中。”

## 诊断

### 如何判断一个孩子是否游戏上瘾

**社会功能是否受损——学习、社交、身体状况如何**  
什么叫做社会功能受损呢?一个孩子玩游戏,但是他学习还是很好,社交功能还是很好,包括身体功能也很好。他还是在锻炼身体,按时吃饭,按时睡觉。那这种情况你根本不用太担心。

**人际关系是否受影响——和家长、同学、老师之间关系如何**

要重点观察,孩子在玩游戏之后,他和周围人的人际关系是否是和谐的?这个人际关系,主要是指他和家长之间的,他和同学之间的,还有他和老师之间的。

也许有些孩子的功能性没有受损,但是你会发现他和周围人的人际关系,发生了很大的变化。

比如说,他开始变得非常暴躁、易怒,或者他开始变得很不耐烦,开始变得特别的忤逆,不过这些也是青春期本身的一些特质。但是,也需要区分,究竟这些是游戏带来的,还是因为青春期他本身的特质。

**是否发展了不良癖好——是否熬夜、大量购买游戏装备**

比如有的小孩,他因为玩游戏而开始熬夜,这是一个非常糟糕的习惯。或者有的小孩,他因为玩游戏发展出了偷钱买装备的习惯。这些不良的癖好的产生,也是一种非常糟糕、需要被注意的状态。

**作息或性情突变——是否早上起不来、不吃饭、讲话烦躁**

可以举例为,孩子是不是现在早上起不来,饭都不吃,包括性情大变,讲话很不耐烦,或者说把自己包裹起来,用很沉默的状态去进行回应。这些都是需要被注意的状态。 ■来源:人民日报、中国教育报