大学生沉迷网络案例分析

高见

一、案例介绍

朱 亮 高 中 毕 业 后 ， 考 上 了 万 州 某 高 校 ， 读 的 电 子 商 务 专 业 （ 本科 ） 。 ” 在 朱 亮 姐 姐 朱 小 倩 眼 里 ， 朱 亮 原 本 是 一 个 听 话 的 孩 子 。 但 从 2 0 0 6 年 开 始 ， 朱 亮 每 月 就 开 始 不 停 地 找 父 母 、 姐 姐 及 哥 哥 要 钱 。 “ 他 说 要 去 买 学 习 资 料 、 又 说 要 换 手 机 。 ” 朱 小 倩 说 ， 她 每 月 都 要 给 弟 弟 寄 6 0 0 元 过 去 ， 但 不 到 2 0 天 ， 弟 弟 便 花 光 了 ， 又 会 找 她 要 。 朱 亮 频 繁 要 钱 ， 让 朱 小 倩 不 得 不 注 意 起 弟 弟 来 。 “ 我 从 他 同 学 、 老 师 处 了 解 到 ， 弟 弟 喜 欢 到 外 面 去 上 网 玩 游 戏 ， 长 期 通 宵 不 回 寝 室 ， 甚 至 不 去 学 校 上 课 。 ” 2 0 0 6 年 6 月 底 ， 朱 小 倩 得 知 ， 弟 弟 没 参 加 期 末 考 试 。 得 知 这 一 情 况 ， 朱 小 倩 给 弟 弟 打 电 话 ， 叫 弟 弟 办 理 休 学 ， 先 回老 家 上 班 。“ 主 要 是 想 让 他 不 再 沉 溺 在 游 戏 中 。 ” 朱 小 倩 告 诉 记 者 ， 当 年 8 月 ， 她 在 青 岛 一 家 饭 店 给 弟 弟 找 了 份 服 务 员 工 作 ， 但 弟 弟 只 干 了 一个 月 就 觉 得 太 累 不 干 了 。 2 0 0 7 年 3 月 ， 朱 亮 称 要 重 回 学 校 读 书 ， 于 是 他 从 家 里 拿 走 一 万 多 元 学 费 ， 回 到 了 万 州 。 但 这 之 后 ， 朱 亮 就 突 然 与 家 里 失 去 了 联 系 ， 也 没 再 回 山 东 老 家 。 2 0 1 4 年 除 夕 ， 远 在 山 东 的 姐 姐 朱 小 倩 突 然 接 到 万 州 民 警 打 来 的 电 话 ， 问 她 是 不 是 有 一 个 失 散 多 年 的 弟 弟 。原 来 ， 万 州 刑 警 在 追 捕 嫌 疑 人 时 ， 因 朱 亮 与 一 嫌 疑 人 长 相 相 似 ， 才 “ 意 外 ” 找 到 了 在 外 流 浪 的 他。

二、关于“网络成瘾”的含义及其划分

网 络 成 瘾 (Internet Addiction Disorder 简 称IAD)是 互 联 网 使 用 中 负 面 影 响 最 严 重 的 ， 也 是 网 络 心 理 学 研 究 的 重 点 。 网 络 成 瘾 指 在 无 成 瘾物 质 作 用 下 的 上 网 行 为 冲 动 失 控 ， 表 现 为 由 于 过 度 使 用 互 联 网而 导 致 个 体 明 显 的 社 会 、 心 理 功 能 损 害 。 欧 居 湖 是 这 样 定 义 网络 成 瘾 的 : “ 网 络 成 瘾 是 只 以 网 络 为 中 介 ， 以 网 络 中 储 存 的 交 互 式 经 验 、 信 息 等 虚 拟 物 质 、 信 息 为 成 瘾 物 所 引 起 的 个 体 在 网 络 使 用 中 ， 沉 醉 于 虚 拟 的 交 互 性 经 验 、 信 息 中 不 能 自 主 ， 长 期 和 现 实 社 会 脱 , 从 而 引 发 生 理 机 能 和 社 会 、 心 理 功 能 受 损 的 行 为 。 ”

网 络 成 瘾 ， 又 称 病 态 网 络 使 用 ， 它 指 的 是 在 无 成 瘾 物 质 作 用下 的 上 网 行 为 冲 动 失 控 ， 表 现 为 由 于 过 度 使 用 互 联 网 而 导 致 个 体 明 显 的 社 会 、 心 理 功 能 损 害 。 网 络 成 瘾 的 实 质 ， 就 在 于 作 为 网 络 行 为 活 动 主 体 的 人 ， 丧 失 了 行 为 活 动 的 自 主 性 ， 而 蜕 变 成 为 互 联 网 络 的 “ 奴 仆 ” 。 很 多 研 究 者 注 意 到 ， 网 络 成 瘾 最 典 型 的 行 为 特 征 是 对 网 络 和 互 联 网 络 形 成 了 深 度 的 依 赖 。 网 络 成 瘾 者 在 上 网 时 会 长 时 间 的 持 续 下 去 而 乐 此 不 疲 ； 可 是 一 但 离 开 网 络 他 们 就 会 感 到 无 所 适 从 进 而 产 生 焦 躁 和 紧 张 等 负 面 情 绪 。 案 例 中 的 朱 亮 到 外 面 去 上 网 玩 游 戏 ， 长 期 通 宵 不 回 寝 室 ， 甚 至 不 去 学 校 上 课 就 属 于 网 络 成 瘾 的 现 象 。

网 络 成 瘾 类 型 的 划 分 ， 根 据 文 献 研 究 ， 认 为 存 在 5 中 类 型 ：

网 络 游 戏 成 瘾 ： 这 类 成 瘾 者 沉 迷 于 网 络 游 戏 。

网 络 关 系 成 瘾 ： 此 类 成 瘾 者 流 连 往 返 于 各 类 聊 天 软 件 中 ， 将 大 部 分 的 时 间 和 尽 力 倾 注 于 网 络 关 系 和 虚 拟 的 感 情 当 中 。

网 络 色 情 成 瘾 ： 这 类 成 瘾 者 沉 迷 于 访 问 成 人 色 情 网 站 ， 浏 览 色 情 、 淫 秽 信 息 或 图 片 。

信 息 收 集 成 瘾 ： 这 类 成 瘾 者 消 耗 大 量 的 时 间 浏 览 各 个 网 页 ， 致 力 于 在 网 上 查 找 和 搜 集 过 多 的 数 据 、 信 息 或 资 料 。

网 络 购 物 成 瘾 ： 此 类 成 瘾 者 沉 迷 于 在 网 络 上 搜 罗 各 种 商 品 ， 不 惜 划 大 量 的 时 间 和 金 钱 盲 目 地 购 买 大 量 物 品 。 案 例 中 的 朱 亮 是 网 络 游 戏 成 瘾 ， 整 天 沉 迷 于 网 络 。

三、大学生网络成瘾的原因分析

大学生沉迷网络的原因十分复杂，尤其是对于内向敏感、现实人际交往困难的同学，易沉迷于网络。下面简单分析一下大学生沉迷网络的原因：

(一)大学生沉迷网络主观原因  
难以适应大学的自主学习方式。调查结果显示，大学生角色转换滞后，多年应试教育养成的学习习惯难以适应大学的自主式学习。  
社交需要。一部分大学生因自身性格孤僻、不擅与人沟通,导致生活极度空虚。  
从众心理的需要。大学校园中从众现象比较普遍，网络成瘾在大学生中也呈现出小群体现象，多集中在一个宿舍或一个班级。  
求知欲与好奇心的驱使。网络具有满足大学生众多需求的功能,如表达情感的需求、性心理表露的需求、网上娱乐心理的满足及丧失身份、实现角色扮演的愿望等。且呈现方式易为学生理解和接受，使学生沉迷于网络世界而不能自拔。  
理想与现实矛盾影响。大学生在离家求学过程中自我意识发生变化，自我认识存在波动，体验到了社会、家庭的厚望，同时也感到责任与纪律的约束。  
(二)大学生沉迷网络的客观原因  
第一，与高校学习环境有关。首先，大学生可以自由支配的闲暇时间相对较多；其次，我国大部分高校课程设置以专业课为主，针对个人素质培养的课程不多不精，学生自我约束、控制力欠缺，他们倾向于用上网的方式来打发闲暇时间；再次,高校校园网络使用便利、费用低廉,且有关部门对校园周边盈利性网吧的监控薄弱，上网者较容易浏览到暴力和色情等极具诱惑的不良网站，这对大学生是一种无形的诱惑。  
第二，家庭方面的原因。部分大学生的家庭经济状况欠佳,使之产生自卑情绪，心理负担重，于是借助网络寻求解脱；有些父母因忙于工作和生计，只关注子女成绩和能否拿到毕业证，而忽略情感沟通，导致子女与父母间出现交流障碍，寄情于网络；有的父母对子女的网瘾不良行为视而不见,听之任之，使之越陷越深，等等。  
四、对大学生进行网络思想政治教育的必要性

网络思想政治教育的受众，从广义上来说，凡是上网的人都应成为网络思想政治教育的受众，一方面是思想政治教育的责任和任务决定的，另一方面也是网络的特点和社会发展的需要所决定的。从狭义上来讲，网络思想政治教育的受众主要是指上网的青少年群体，特别是正在接受教育的青少年学生，即大中小学生，因为他们既是上网的主要群体，同时也是受网络各种复杂信息影响最大的群体，因此网络思想政治教育受众主要指的是青少年群体，主要理由：

在网上开展思想政治教育是信息化社会发展的需要，特别是培养和教育好青年一代的需要，它关系到社会主义事业后继有人的大局问题。因此网络思想政治教育的主要受众是青少年，这主要是一方面是由于青少年自身的生理、心理特征所决定了加强青少年网络思想政治教育的必要性，另一方面由于在信息化社会里，网络的特点决定网络思想政治教育的主要受众是青少年，因为网络信息对青少年成长的影响是一把双刃箭，好的、健康的信息对青少年的成长，世界观、价值观、人生观的形成具有积极促进的一面，同时一些不健康的信息同样会影响他们的成长和成才。

青少年之所以作为网络思想政治教育的主要受众，是因为青少年正值长身体、长知识，受教育的黄金时期，是从自然人转化为社会人的过程，同时也是对青少年实施思想政治教育的黄金时期。青年期从不同角度有不同的划分，从生理上看，青年期是指从身体生长发育全面启动开始，直到各项机能达到完善为止，从心理角度看，青年期是从思想活跃阶段开始到心理成熟时结束，是心理素质全面提高和世界观确立，并开始创立事业、建立家庭的时期，因此除了具有一般网络受众的特征外，其自身的一些特点决定了成为网络思想政治教育对象的必要性。主要是由于青少年是正处在儿童向成人过度阶段的社会群体，在这一阶段是以人的性成熟为起点，以人的社会成熟为终点的人生重要阶段，在生理上正是人体生理发育关键时期；在心理上正处在人生心理发展最快、变化最大，可塑性最大、接受教育最有效的时期，其主要特点表现为过渡性和两重性，具体表现在生理、心理和社会成熟等三个层面上。

五、应对大学生网络成瘾的对策分析

1、开展正面教育，提高学生的正确认识。

对青少年的正面教育和引导是预防中学生网瘾问题的最有效途径，青少年应树立正确的人生观、价值观，培养良好的学习生活习惯，清晰地认识到自己的人生价值和奋斗目标，对自己的行为自制、自律、自警，把精力投入到学习中，自觉抵制网络中的各种诱惑。

马斯洛认为，人有五种需要：生理需要、安全需要、社交需要、尊重需要、自我实现的需要。

这五种需要的关系是：从低到高。一般来说，当低层次的需要满足后，才有可能提出高层次的需要，但也有例外；同一时期内，可能有几种需要。人的行为受多种需要支配，但其中一种是占支配地位的；自我实现需要是个人最高层次的需要。

马斯洛的需要理论是有一定科学性的，马斯洛需要理论不仅符合个体需要心理的发展规律，而且在客观上也揭示了社会心理的历史发展规律，这对于加强和构建网络思想政治教育是具有重要的指导意义，具体表现在：

首先，要求网络思想政治教育的内容激发或满足网络受众的需要。需要理论告诉我们：只有满足需要，才能调动人的潜能。这种潜能就是调动网络受众参与和访问思想政治教育网站的行为。因此，网络思想政治教育应认真了解和分析网络受众的需要，并尽可能地满足他们的需要。在当前经济信息全球化、社会竞争日趋激烈的社会环境下，尤其要关注受众群体的心理、思想和自我实现的各种需要。对于像案例中的程飞，网络思想政治教育者就要充分理解他们的需要，激发其现实中的实际潜能，提供给他们实现自我价值的平台，满足他们的需要，使他们从虚拟的网络游戏中逐渐解脱出来。

其次，要做好网络受众需要的引导工作，提高网络受众自我调节能力。在网络受众各种各样的需要中，有些是合理的，有些是不合理的，有些是正当的，有些是不正当的，有些符合社会需要和发展的，也有些是违背社会发展规律的，在合理的需要中有些是当前能解决的，有些是一时解决不了的。网络思想政治教育就是要对网络受众的需要进行引导，对那些不切实际的需求，要在网站阵地和互联网上进行说服引导，对那些无理的需求，则要进行批评与指正，对一时无法解决合理需求，则应作解释，得到网络受众的理解和支持，从而达到网络受众对需要的自我调节能力。对于像案例中的程飞，网络思想政治教育者要注意正确引导他们，使他们正确使用网络，而不是沉迷于网络游戏，成为网络有的奴隶。

第三，教育和引导人们追求更高层次的需要。满足网络心理需要是网络思想政治工作的立足点，教育和引导网络受众追求高层次的精神需要则是网络思想政治教育的根本目的。思想政治教育工作者要通过网络，对网络受众心理需要的满足，引导网络受众树立崇高的精神境界，培养他们先进的道德信念。人们只有树立高层次的精神需要，才能激发强大而持久的动力，启发主人翁责任感，鼓舞人们不断前进；才能正确处理个人、集体和国家利益之间的关系，提高事业心，为建设现代化的社会主义祖国而奋斗。网络思想政治教育者要善于教育和引导网络受众，特别是对于像案例中的程飞这样沉溺于网络游戏、网络QQ、网络交往而忽视现实生活的人际交往、交流的青少年。

作为网络思想政治教育者和教师要采用多样化的教学方式，增强学习兴趣，减少对网络的依赖。

教师在课堂上应确立学生的主体地位，要选择学生喜欢的、易接受的教学风格，例如轻松活泼的教学氛围，幽默风趣的教学语言，形式多样的教学方式，增强学生的学习兴趣，减少对网络的依赖。

2、净化网络环境，规划网络道德。

网络作为一种新型的信息交流平台，已经成为青少年学习新知识、接受新思想、传播新信息的重要渠道，要特别强调文明办网、文明上网，净化网络环境，努力营造文明健康、积极向上的网络文化氛围，营造共建共享的精神家园。

3、 家庭教育方面。

在家庭教育中，网络成瘾的孩子大多个性内向，无法在社会实践中得到应有的荣誉和尊重，而在虚拟世界，可以将自己包装成任何自己梦想的形象，疏离现实，越来越自闭，迷恋网络无法自拔，家长应多与孩子交流让孩子感到你在他身边而不是那些网络上的“朋友”，多引导引导带孩子出去看看祖国的大好河山，让他自己能树立梦想赢得尊重。家长对孩子要宽容理解，要多和孩子像朋友一样交流沟通，教育孩子健康上网，耐心帮助孩子走出误区。家长要有加强“家校合作”意识，注意和学校的网络思想政治教育者进行交流，通力合作者，对青少年进行更有效的网络思想政治教育。

结语

总之，网络时代使大学生思想政治教育工作既面临种种困难和挑战，也面临难得的机遇和条件。大学生是一个自我防护意识和自我约束能力都相对薄弱的群体，他们容易被色情信息、暴力游戏等不良网络内容所吸引，过分沉迷网络形成网瘾，不仅影响了自身正常的学习、生活、人际交往，而且可能给社会带来巨大危害。思想政治教育工作者只有紧跟时代发展的步伐，充分利用网络技术扩展思想政治工作的空间和渠道，不断地研究新情况，探索新思路，解决新矛盾，采取相应而具体的对策，将网络文化与校园文化紧密结合,营造一种积极健康向上的校园网络文化氛围,引导大学生真实感受充满挑战与机遇的网络世界,体会数字时代以知识论英雄的创业精神,充分激发同学们的上进心,走积极健康的网络之路。