

<<帮孩子戒掉网瘾>>

图书基本信息

书名：<<帮孩子戒掉网瘾>>

13位ISBN编号：9787510417559

10位ISBN编号：7510417554

出版时间：2011-5

出版时间：新世界

作者：孙虹钢

页数：288

字数：280000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<帮孩子戒掉网瘾>>

前言

前言 “网瘾”这一新名词的出现引起了社会的轩然大波，原因是它像毒瘾一样侵害着人们，而大多数被侵害者都是没有抵抗能力的青少年。

根据《中国青少年网瘾数据报告》显示，我国青少年网民约有1650万。

其中“网瘾少年”比例高达13.2%，超过200万人。

此外，在非网瘾群体中，还有约13%的青少年存在网瘾倾向。

数字是最能说明问题的有力证据，触目惊心的数字背后还有着触目惊心的事实，那就是网瘾少年制造的悲剧。

网瘾是青少年对网络产生的一种不可自拔的心理依赖，在这个过程中，如果一味地阻止或反对，就会引起他们反感或者愤怒，甚至是心灵的扭曲。

进而使青少年做出出格的事情。

例如：网络游戏的成瘾者，在游戏中打打杀杀，进而演变成现实社会中的武力报复，对父母同样是无亲情可言，由此可见，网络的毒蚀更甚于毒品。

同样还有，网络色情成瘾造成了许多未成年人犯罪；狂热的网络购物狂。

在不知不觉中花费掉父母的全部积蓄……事例举不胜举。

然而，这些青少年在伤害他人的同时，自己也会越来越自闭、孤独，呈现出病态的模样。

面对于此，我们怎样来挽救我们的“网瘾孩子”？

挽救网瘾孩子就要追究其产生的根源，这样才能连根拔起、消灭网瘾。

在追究原因的过程中，让人触目惊心的是，父母的爱竟然是导致孩子上网的原因之一；学校的教育也是导致孩子上网的原因之一。

同时，社会由于监管力度的不完善也要承担一部分责任。

父母是最爱孩子的，然而他们的爱是建立在物质上的，疲于奔波的家长根本无暇对孩子心灵进行照顾，进而造成了孩子心灵的孤独。

为了排解孤独，孩子走进了网吧，来寻找心灵的慰藉，结果导致慢慢成瘾。

学校的教育，注重的是用成绩说话。

尽管教育制度在不断地改革，然而在学校里面。

总难免对学生进行三六九等的划分，不知不觉中伤害了他们的自尊心，使他们心里充满挫败感，而在网络游戏里。

他们是英雄，是战神。

在游戏里的成功代替了现实中的失败，最终使他们迷恋网络，从而产生了厌学的情绪。

社会的监管力度不完善，对非法网吧的疏于管理也是导致孩子产生网瘾的重要原因。

因此，必须加大对非法网吧的管理力度。

同时，在戒网瘾运动中，不少机构打着挽救孩子的名义而牟取暴利，造成许多孩子身心受到了创伤。

在此方面，社会也要加强管理的力度。

寻找到了根源，那么就要从根源入手挽救孩子。

父母要多与孩子进行沟通。

从而慰藉孩子孤独的心灵；老师也要多关心孩子。

同时，家庭、社会还有学校三方也要联合起来，策划出有意义的活动，为青少年多方面发展创造有利的成长环境，充实他们的心灵，使他们远离网络的毒害。

将网络有利的一面展现在孩子的面前。

只有全社会共同努力，才能将网瘾消灭在萌芽之中，帮助孩子建立起快乐健康的心灵！

<<帮孩子戒掉网瘾>>

内容概要

“网瘾”这一新名词的出现引起了社会的轩然大波，原因是他像毒瘾一样侵害着人们，而大多数被侵害者是没有抵抗能力的青少年。

挽救网瘾孩子就要追究其产生的根源，才能连根拔起，消灭网瘾。

在追究的原因的过程中，让人触目惊心是父母的爱竟然是导致孩子上网的原因之一；学校的教育也是导致孩子上网的原因之一。

同时，社会监管力度的不完善也要承担一部分责任。

本书主要从“网瘾黑手”为何伸向孩子、网瘾黑幕都伤害了谁、网络诱惑下的“伪君子”、社会责任的呼唤、学校责任的展现、戒掉网瘾的错误做法、上网也不全是坏处、引导孩子正确上网、戒网瘾的成功案例等十个方面简述了如何帮助孩子戒网瘾。

只有全社会共同努力，才能将网瘾消灭在萌芽之中，帮助孩子建立起快乐健康的心灵！

<<帮孩子戒掉网瘾>>

作者简介

孙虹钢，儒家智慧学者、太极创新管理专家、资深财经评论人、北京博士德管理咨询公司资深顾问、清华大学中国管理研究中心研究员。

曾出版《与巴菲特共进午餐》《索罗斯投资理财的22大绝招》《工作就是生意》《要努力的工作 更要聪明的工作》《80后，你慢慢来》《好女孩一定要学习女儿经》《好员工一定要学习孝经》《好员工一定要学习忠经》等图书。

<<帮孩子戒掉网瘾>>

书籍目录

- 第一章 “网瘾黑手”为何伸向孩子
 - 第一节 网瘾扰乱的生活
 - 第二节 网瘾孩子内心的缺失
 - 第三节 孩子网瘾究竟为哪般
 - 第四节 网瘾是厌学的起因还是结果
 - 第五节 网瘾引出的利益链
- 第二章 网瘾黑幕都伤害了谁
 - 第一节 震惊人心的网瘾危害
 - 第二节 那些可怜的父母
 - 第三节 网络游戏是杀人不见血的“钢刀”
 - 第四节 网瘾少年的迷茫青春
 - 第五节 那些被网络夺走的生命
- 第三章 网络诱惑下的“瘾君子”
 - 第一节 网络游戏下的“瘾君子”
 - 第二节 网络色情下的“瘾君子”
 - 第三节 网络关系下的“瘾君子”
 - 第四节 网络信息下的“瘾君子”
 - 第五节 网络交易下的“瘾君子”
- 第四章 社会责任的呼唤
 - 第一节 拯救网瘾少年需家庭、社会合力
 - 第二节 分散青少年的网络注意力
 - 第三节 拯救网瘾少年需要理清的问题
 - 第四节 帮助青少年的戒网瘾行动
 - 第五节 戒网瘾夏令营良莠不齐、缺监管
 - 第六节 根治网瘾期待社会“大预防”
 - 第七节 独生子女缺乏关爱
 - 第八节 筑起孩子心中的网络防火墙
- 第五章 学校责任的展现
- 第六章 亲情换来迷失的孩子
- 第七章 戒掉网瘾的错误做法
- 第八章 上网也不全是坏处
- 第九章 引导孩子正确上网
- 第十章 戒网瘾的成功案例

<<帮孩子戒掉网瘾>>

章节摘录

对虚拟的网络形成依赖，源于现实生活中的缺失。

所以，迷乱的网瘾少年，给予我们的结论不仅仅是有形的快马加鞭地制止，而是寻找悲剧的根源，连根拔起，才能断其后路。

据调查对比发现，国外网络成瘾的人群年龄集中在20~30岁，中国却集中在15~20岁；国外网络成瘾的内容相对分散，而中国80%~90%集中在网络游戏，相对来说比较单一；国外网络成瘾所引发的极端事件造成了很大的危害，而中国人网瘾的极端程度所造成的危害也超过国外。

这些资料，中科院心理所心理咨询与治疗中心主任高文斌博士，曾经在中国心理学会和世界图书出版公司举办的“用心感受世界”公益讲座上，报告了这三个事实。

高文斌博士自2002年开始关注并研究网络成瘾问题，目前正主持“网络成瘾心理治疗与预防”等多个国家级、省部级研究项目。

他说：“在国外，不管是发达国家，或者是发展中国家，极少有像中国这样“繁荣”的网吧业。

国内有的城市盖起了几层楼的网吧，并且总是人满为患、生意兴隆。

相比看来，同样是亚洲国家，在日本、新加坡、泰国的网吧里，只不过十几张电脑桌，人也非常少，非常清静。

国内外网络成瘾现象的比较让我们不得不思考：为什么这么多中国孩子会迷恋网络？

为什么网瘾会找上中国孩子？

帮助网络成瘾的孩子该从哪里下手？

在回答这些问题之前，我们首先要明确：网络给了青少年什么？

一个孩子要健康成长，身心两方面都需要很多的“营养素”，从心理上来说，这些“营养素”包括安全感、成就感、自信以及与他人建立关系的能力等等。

家庭、学校是青少年获得这些营养素的主要途径。

然而，假如家庭、学校不能成为这些营养的源泉，青少年就会寻找其他的替代品。

高博士说，他们经过研究发现，当代中国青少年在成长中不同程度上存在以下三个缺失：一、“父亲功能”的缺失“父亲”不仅仅是亲情的一个代名词，对于青春期的孩子是至关重要的，父亲往往代表着规则和秩序，孩子自控能力的形成与父亲的作用有很大关系。但是现在很多家庭中，或因父母离异，或因工作太忙，或因外出打工，父亲的功能是缺失的。

曾经有一个19岁的云南的男孩子，名字叫小强。

小强的父亲是生意人，非常有钱但也非常忙，几乎不回家。

回家的时候，小强的母亲就向他抱怨，说小强不听话，每天只知道上网。

父亲听了后自然很生气，就会把小强揍一顿，当然有罚也有奖，每次他也会留下几千块钱，让小强自己用来消费。

尽管小强很“富有”，但是他的内心却很不满，感到很压抑，他在现实生活中朋友很少，找不到人来倾诉内心的孤独。

因此，他便在网上寻找网友。

后来他认识了一个四川的女孩子，那个女孩子对他很好，非常关心他。

小强在网上找到了寄托。

天有不测风云，那女孩后来出车祸去世了，小强感到特别内疚，总觉得假如自己那时在网上和女孩聊天的话，女孩就不会死。

在严重的愧疚感和罪恶感之下，小强从此大门不出、二门不迈，天天泡在网上。

在传统的大家庭时代，父亲如果不在，还有爷爷和叔叔、伯伯来代替父亲发挥功能，但是在现代核心家庭里往往找不到替代者。

这并非无根据之谈。

据华龙网报道，在湖南春雷青少年特训学校，每十个网瘾孩子便有两名为因为缺少父爱而染上网瘾。其中，这些孩子或父亲外出经商、务工，或父母离异，或父亲早逝。

<<帮孩子戒掉网瘾>>

据《北京青年报》报道，北京大学博士赵春梅指出，实际上孩子上网成瘾与家庭内部状况密切相关。

大多数孩子在成为“网瘾少年”之前，就存在一定的焦虑和痛苦，或有一种被遗弃的感觉。

换句话说，家庭氛围、亲子关系不好，最容易导致孩子迷恋网络，使孩子在网上寻求某种解脱。

孩子对网络如此投入，恰恰是因为他在寻求家庭中缺失的爱与温暖。

二、游戏的缺失许多人以为，在中学阶段，孩子已经不需要游戏了。

事实恰恰相反，青春期的孩子仍然需要游戏，只不过他们需要社会角色更丰富的游戏，需要有象征意义的游戏来帮助他们成长。

现在中学体育课中，男生的活动项目偏少，而且男生的活动在时间上和内容上都和女生差不多。

其实男生是需要在游戏中有一定的肢体接触甚至肢体冲突的。

当现实生活无法满足时，他们就去找替代品。

网络游戏很多都是战斗游戏，所以很容易被男生喜欢上。

这也是为什么我国青少年网络成瘾以游戏为主的重要原因。

三、同伴的缺失青春期正是孩子的心理逐渐成熟的时期，这是青少年从心理上脱离对父母的依靠，逐渐成长为独立个体的必要过程。

这时候，友情成为青少年情感需要的主要部分。

一些父母忽视对孩子与同伴交往的指导，孩子在交往中因为过度地以自我为中心，或是缺少谦让和宽容的态度，或是性格内向，找不到正确的方法与人交流，而无法被同伴接纳，无法融入到群体之中。

现实中的内心需要得不到满足，孤独的孩子就会到网络中寻找心理上的平衡。

缺少同伴的孩子，正常的心理关爱得不到满足，就会陷入孤独的痛苦之中，而网络交流正好在一定程度上满足了他们在现实生活中对友情的需要。

网络的虚拟性，可以使他们按自身的喜好扮演理想人物的角色，在网络游戏中的成就可以赢得网络上的人缘，减轻他们的自卑感。

正是这种心理上的满足感，使他们在网络世界流连忘返。

网络友情尽管能满足一时的心理需要，但现实交往能力并不会就此得到改善，生活中的孩子仍然无法与同伴正常交往，这种现实生活与虚拟世界的差异，使他们更不愿或更不敢面对现实，从而无法摆脱对网络的心理依赖。

根据孩子的此种情况，父母可以给予他们以下指导：父母要与孩子“同心协力”，帮助孩子戒除网瘾。

父母要理解孩子沉迷于网络的心理需要，体会他们心中的矛盾和痛苦，感知他们无法融入现实环境中的那种无奈。

与孩子有了同感，才会杜绝使用简单、粗暴的干预方法。

父母要帮助孩子分辨现实与虚拟。

青春期是充满幻想的阶段，孩子常会混淆幻想与现实的界限。

父母需要耐心地帮助孩子体会虚拟世界与现实生活中友情的不同之处，让孩子理解提高生活中的人际交往能力对其一生的重要性。

指导孩子人际交往的方法。

当孩子在学校里不善与同伴交往时，家长需要了解孩子在交往能力上存在的问题，可以将自己的经验告诉孩子，引导孩子换位思考，学习理解和宽容的内涵，改变他们在人际交往上的错误方式，化解孩子在交往中的矛盾，鼓励孩子尝试新的方法。

这样，孩子会逐渐获得良好的人际关系带来的乐趣。

当孩子的心理需要得到了满足，他们就会逐渐摆脱对网络的心理依赖。

由此可见，任何事情的发生都是由一定的原因造成的，在网瘾闹得沸沸扬扬，人们已经紧张得失去理智的时候，却发现导致孩子网瘾产生的重要原因还是孩子的父母。

这不禁给父母敲响了警钟，爱是全方面，走进孩子的内心才是防治网瘾最有效的途径。

<<帮孩子戒掉网瘾>>

……

<<帮孩子戒掉网瘾>>

编辑推荐

《帮孩子戒掉网瘾》通俗易懂，有一定的知识性和趣味性，这些具有很好的实用性和启发性。这些都是网瘾孩子家长们当前迫切需要的。

现代社会，随着科技的发展，网络已经成为了人们生活和工作中不可或缺的东西。

网络给人们带来了很多的方便，同时，网络对青少年的危害也越来越严重，越来越多的青少年患上了网瘾。

本书主要从“网瘾黑手”为何伸向孩子、网瘾黑幕都伤害了谁、网络诱惑下的“伪君子”、社会责任的呼唤、学校责任的展现、戒掉网瘾的错误做法、上网也不全是坏处、引导孩子正确上网、戒网瘾的成功案例等十个方面简述了如何帮助孩子戒网瘾。

《帮孩子戒掉网瘾》一书，通过大量贴近生活的案例和精炼的要点，告诉读者要想帮助孩子戒掉网瘾，需要家庭、学校、社会的共同努力。

同时，本书中还重点强调了孩子患上网瘾，错不完全在孩子，更多的是家庭教育方面出现了问题。

本书分析到位，语言通俗易懂，适合广大读者阅读。

<<帮孩子戒掉网瘾>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>