

简论青少年网络成瘾的原因及防控对策

杨 涵

(西南政法大学 刑事侦查学院, 重庆 401120)

摘 要:近年来,随着网络技术的飞速发展,青少年网络成瘾急剧增加且日益严重。剖析网络成瘾的原因,提出有针对性的防控措施:加强对青少年的网络德育和法制教育;全社会齐抓共管,营造健康的网络环境;构建科学的网络管理机制;加快网络立法,用法网全面覆盖互联网;尽快对网络信息分级,建设绿色网络,有效防控和戒除青少年网络成瘾。

关键词:青少年;网络成瘾;网络危害;青少年犯罪;网络德育

中图分类号: G775

文献标志码: A

文章编号: 1674-2494(2013)06-0109-05

2013年1月,中国互联网信息中心发布《第31次中国互联网发展状况统计报告》称,截止到2012年12月底,我国网民规模已达5.64亿,其中青少年网民约1.36亿。青少年已成为网民主力军。另据中国青少年网络协会第三次发布的《中国青少年网络报告》称,我国“网瘾青少年”的数量已超过2400万^[1]。中国预防青少年犯罪研究会也曾发布报告称,80%的未成年人犯罪与网络有关^[2]。网瘾严重影响了青少年自身的学习、生活、工作及人际交往,甚至有的青少年还因此走上违法犯罪的道路,给家庭和社会带来了极大的危害。为此,引导和帮助广大青少年正确使用网络,做到依法上网、健康上网、科学上网、高尚上网、文明上网,有效预防网瘾至关重要,刻不容缓。

一、青少年网络成瘾的原因

1. 青少年上网成瘾的主观原因

(1)法律意识淡薄。一些青少年网民缺少法律知识,对有关网络的法律法规不理解、不了解或知之甚少,对网上的低级媚俗、光怪陆离的文艺作品、影视节目、在线游戏、虚假信息、垃圾信息、暴力信息等,缺乏清晰的判断能力,缺乏自我保护意识,极易受其诱惑,痴迷其中,导致上网成瘾。

(2)攀比心强。互联网上提供了大量的在线游戏,当其他伙伴们谈论某个游戏多么好玩,而自己却一无所知,就觉得没有面子、没有与伙伴们交流的资本,觉得自己处境非常尴尬。为了使自己不落伍,不甘拜下风,也开始废寝忘食地上网,天天与网相伴,一时一刻也离不开网,最后导致上网成瘾。

(3)好奇心强。青少年正处于求知欲旺盛的时期,他们对于外界的各种新鲜事物都充满了好奇,而网络这种既符合时代潮流,同时又含有较高科技、知识、信息的新鲜事物,被他们视为一种高雅时尚的东西,对此趋之若鹜。另外,青少年正处于身心发育的青春朦胧期,渴望接受新事物^[3]。他们在好奇心的促使下,抱着试一试、看一看的心理接触网络。但青少年的价值观和行为方式尚未定型,与成年人相比,其自控能力和自律性较为差,因而他们一旦上网便难于抵制网络的诱惑,往往被网上光怪陆离且层出不穷的新游戏、新技术和新信息吸引。有的青少年没有时间观念,只顾当前而不考虑长远,因此,没用多长时间便网络成瘾,最终不能自拔。

2. 青少年上网成瘾的客观原因

(1)教育环境因素。随着网络技术的飞速发展,互联网席卷着整个社会,使得青少年的学习、生活、娱乐环境发生了巨大的变化。但学校教育显得相对滞后,特别是思想道德和法律意识教育的内容、形式缺乏创新,学校仍然以传统的应试教育模式设置课程,特别重视学生的考试成绩以及升学率,“以成绩论英雄”的价值观念占领了

整个中国的教育界。尽管各级教育机构推进素质教育已经谈了多年,但成效甚微,其根本原因就是学校热衷于应试教育,片面追求升学率。学校上课多、补课多、作业多、考试更多,缺少必要的体育和社会实践活动,这样就把学生牢牢地缚在呆板的学习上,让学生在感到学习压力大的同时,又要承受着竞争升学的压力,致使有些青少年到网络世界中去释放压力,通过网上聊天来结交朋友、表露心声就成了他们的首选。另外,在学校中学习成绩较差的青少年,由于得不到老师和同学们的认可和肯定,就通过网络游戏的方式来获得虚拟奖励,宣泄郁闷情绪,从而使青少年沉溺在网络虚拟的世界中^[9]。

(2)家庭环境因素。当前我国青少年多属独生子女,且城镇居民以楼房式独门独户的家居结构为主,这在某种程度上不利于身为独生子女的青少年与同龄伙伴交流。在学习、工作、生活压力较大的今天,他们的父母有的因忙于工作或生计而忽略了与子女的情感沟通。那么在现实生活中缺少情感交流的青少年,便会在网络中寻找可归依的群体,结交朋友,交流感情,从而迷恋上网的互动生活。

(3)社会环境因素。近些年来,随着互联网的发展,网吧遍及城市、乡村,有的网吧以赢利为目的,不择手段地吸引青少年上网,使青少年可以不加限制地随意进出网吧。虽然政府部门也制定了相应的法律、法规,但总体来说,有关执法部门缺乏对网吧的有效管理和监督,存在着执行力度不够或监管力度不到位,使“黑心网吧”有机可乘。一些游戏开发商为了吸引青少年而在游戏中添加了许多淫秽和暴力的成分,这对那些自制力不强的青少年来说无疑是致命的引诱腐蚀。这些都是诱发青少年网络成瘾的重要原因,严重地影响了青少年身心的健康发展,甚至使他们走上违法犯罪的道路^[9]。

二、青少年网络成瘾的危害

我国的城镇大都是独生子女的家庭,可以说是“一人网瘾,全家忧愁”,轻的孤僻封闭、日夜颠倒,重的厌学轻生、离家出走,既不珍惜自己的生命更不懂得珍惜他人的生命,在网瘾的泥潭里越陷越深,甚至为满足上网而敲诈勒索、盗窃、抢劫、聚众斗殴、杀人放火等,走上违法犯罪的道路,给家庭和社会带来了极大的危害。

1. 学习成绩下降

青少年网络成瘾后,一旦停止上网便会产生上网的强烈渴望,难以控制对上网的需要或冲动,这种冲动使其不能从事别的活动,学习、工作时注意力不集中,导致心理错位和行为失调,对周围现实环境的感知力、记忆力减退,逻辑思维迟钝,学习成绩下降。由于沉迷于虚拟网络世界,对日常工作、学习和生活不感兴趣,与现实疏远,为人冷漠,参与意识减弱,缺乏时间感^[4]。

2. 人际交往混乱

首先,网络成瘾的青少年大多性格孤僻冷漠,由于缺乏交际能力,无法与身边的伙伴正常沟通,导致自我更加封闭,进而不断地走向个人孤独世界。同时,网络成瘾者沉溺于虚拟完美的网络世界之中,沉醉于一种虚拟的满足,他们从网络游戏中得到了个人成就感的满足;他们从网恋中得到了个人归属感的满足;他们可以在网络世界充分张扬自己的个性;在虚拟的网络世界里,他们已经拥有了一切。而在现实生活中,一切都不是那么完美,因此他们认为现实生活中的人际的交往是一种可有可无的事情,从而不愿意与人交往,拒绝与人交往,拒绝融入社会^[9]。其次,沉溺于网络世界中,还造成了青少年与他人交往频率的减少,迷恋人机对话模式,对着电脑屏幕行文如水、滔滔不绝,离开键盘鼠标就变得沉默寡言,在现实生活中语言表达能力出现障碍。更有甚者,还会得一种名叫“社交恐惧症”的心理疾病,表现为怕与人见面、谈话,见人就紧张,面红耳赤,颤抖,常独居屋内避不见人。调查表明,56.3%的网络成瘾者人际关系较差^[9]。

3. 身体健康受损

长时间沉迷于网络可引起植物神经功能紊乱和体内激素水平失衡,使免疫功能降低,引发心血管疾病、胃肠神经官能病等。由于玩游戏时全神贯注,身体始终处于一种姿势,眼睛长时间注视显示屏,会导致视力下降、肩背肌肉劳损、生物钟紊乱、睡眠节律紊乱、食欲不振、消化不良、体重减轻、进食过多,而活动过少导致肥胖、体能下降、免疫功能下降。停止上网则出现失眠、头痛、注意力不集中、消化不良、恶心想食、体重下降^①。有些中小小学生由于自控力较差,上网成瘾后,只要有钱,就想去上网,不去网吧就会全身难受甚至发抖。为了上网,只能用

① 杨艳《清华学子沉陷网络,父亲苦心拯救暗放安眠药》,载于《家庭》,2006年第6期。

早餐钱、零用钱支付上网费,因此他们常常是饿着肚子上网聊天或玩游戏,饿着肚子上课,久而久之会严重影响身体健康。

4. 心理健康受损

网络沉迷行为本身就可以给青少年心理带来危害,其典型表现即“互联网成瘾综合征”。另外,网络游戏的过分泛滥和网络不良文化的传播也会给青少年留下心理的阴影和创伤。很多沉迷于网络的青少年会出现情绪问题,不愿意与父母、同学交流,逐渐变得对待他人十分冷漠,精神不振、悲观消极、丧失自信、缺乏兴趣和动机,甚至产生自杀意念;还会出现行为问题:敏感冲动,与父母发生冲突,出现家庭暴力、离家出走、行为越轨,甚至犯罪。

5. 社会危害巨大

(1)网瘾诱发的偷盗、抢劫、诈骗犯罪。网瘾青少年的人格易发生明显变化,为得到上网的费用,他们往往不择手段,不惜欺骗父母、偷盗、诈骗、抢劫等。如江西省余江县90后少年陆某经常网瘾发作,无奈囊中羞涩,于2012年10月23日至2012年11月22日间,先后5次伙同他人深夜窜至东乡县盗窃摩托车共7辆,价值人民币21488.20元。2013年7月9日,江西省东县人民法院以盗窃罪判处被告人陆某有期徒刑10个月,并处罚金20000元^①。

(2)网瘾诱发的侵犯公民人身权利犯罪。有的青少年被暴力游戏麻木生命,由网上杀杀打打演变成现实生活中的杀人犯。如15岁初中生小雷从小由外祖父母带大,由于家境贫寒,而生病的母亲生活不能自理,母亲成了小雷心中冷冰冰的名词。因为没有钱上网,小雷回家翻箱倒柜找钱时惊醒了母亲,慌忙中他伸手拿起地上的断线钳连续击打母亲头部数下,又用水果刀捅刺母亲的脖子,导致母亲大出血死亡^②。

(3)网瘾诱发的性犯罪。有些青少年利用网络身份的虚拟性和隐蔽性诱骗女性,实施性犯罪。公安部门透露,网络淫秽色情的危害并没有人们想象的那么简单。一些十几岁的未成年人在看了网络淫秽色情录像后,曾发生多起强奸、轮奸罪等刑事案件。

(4)网瘾诱发危害社会秩序犯罪。目前,由网瘾诱发的寻衅滋事、敲诈勒索、聚众斗殴等犯罪活动比较突出。网吧已成为青少年犯罪的多发性场所,因为网络中有许多危害青少年身心健康的内容,如色情网站、黑帮网站、自杀网站、黑客网站等。这些不良网站往往是青少年违法犯罪的直接诱因。

三、预防青少年网络成瘾的措施

面对青少年网络成瘾日益严重的社会现象,社会、学校和家长都在冥思苦想,寻找根治的良方和途径。那么如何让青少年真正利用好网络,而不沉迷于网络,笔者认为应采取以下措施。

1. 营造良好的教育环境

(1)学校要对青少年加强网络德育和法制教育。网络时代的到来及其网络文化的广泛传播,对学校思想政治工作提出了新的挑战,网络是一把“双刃剑”。一方面,不能视之为“洪水猛兽”而以“堵”代教,阻止他们接近网络;另一方面,要在网络巨浪下,努力改进思想政治工作,扬网络之长,避网络之短,开辟出思想教育工作新局面;再一方面,加强网络知识的教育,使青少年认清网络的本质:网络不只是玩具,更应该是工具,养成科学使用网络的习惯。针对青少年法律意识和网络道德意识淡薄问题,学校要积极开展网络德育教育及法制教育,提高他们的法律意识和网络道德意识,使他们自觉遵守国家有关法律法规和2013年9月“两高”出台的司法解释,依法上网、理性上网、安全上网、科学上网、文明上网、高尚上网,提高青少年抵制网络有害信息侵害的能力。学校还要加强校园绿色网络建设,在网上大量提供和不断更新健康向上的内容,为青少年利用网络接受教育、查阅资料、自主学习创造良好条件。同时,教育者要以一种宽松的态度、柔和的手段与青少年进行交流,引导他们正确看待网络的作用、功能,发挥网络的积极作用,学会利用网络技术优势在“知识的海洋”中获得知识,为自己成才提供技术支撑。

(2)提高师资队伍素质。培养一支既懂得思想教育方法又熟悉网络操作的师资队伍,开设网络知识培训班,使他们不仅具有高深的理论知识,又深入了解网络的技术及操作,能充分借助网络技术的支持,充实思想教

^①参见法律教育网,2013-07-15。

育内容,使网上思想教育生动形象具有实效性。高素质的教师应该具有良好的人格魅力,在教育过程中增强情感影响力,用自身的优良品质感化青少年,为其树立榜样,同时多与爱上网的青少年沟通,多给他们一些心理关注。

2. 营造良好的家庭环境

(1)家庭是预防青少年网瘾的第一道防线。家庭是孩子成长的第一环境,家长是孩子的第一任老师,同样,家庭是预防青少年网瘾的第一道防线。作为家长要努力提高自身的网络素养,掌握必要的网络知识,学习科学上网的常识,对孩子的不良网络行为随时加以正确的指导。有的家长怕孩子沾上网瘾,迟迟不买电脑。还有的家长怕孩子上网时间长,索性把电脑和电源线藏起来,这些都是不可取的。青少年是人一生中心理能量最旺盛的时期,由于学习压力大,与同龄人交往少等原因,网络成为能量宣泄的最佳场所。一旦这个宣泄的渠道被堵住,容易造成行为的偏差。据此,切不可采取堵的方法,家长要鼓励孩子多参加一些社会活动、公益劳动,逐渐削弱对网络的依赖,预防网络成瘾。

(2)改变家长意识。正如全国妇联儿童工作部部长邓丽所言:“应该改变家长意识,提高家长适应网络时代的应变能力,让家长成为网络的主体,成为网络的受益者。”^[7]网瘾如毒瘾上瘾容易戒瘾难。戒除网瘾是一项较为复杂的工作,作为家长要改变意识,提高应变能力,提高自身的网络素养。对网瘾青少年既不要采取简单粗暴的打骂手段,也不要放纵不管,一定要因人而异,对症下药。作为家长要理解和了解现在青少年的性格特点。一要引导孩子文明上网,健康上网,不断提高监护能力和辅导水平。二要与孩子多沟通,可经常与孩子聊孩子感兴趣的事情,共同参与孩子感兴趣的有意义的活动,尊重孩子的认知,满足孩子的精神需求,这样,孩子就不会因为缺少情感关怀,而跑到网络上去倾诉了,减少了孩子对网络的依赖和欲望。三要和老师多交流,及时了解孩子在校的学习情况。四要学会采用各种方法,转移孩子对上网的注意力,培养孩子新的兴趣和爱好,尽快脱离网络的“魔掌”。“让家庭教育中亲子关系因为网络而发挥更多的正能量”^[7]。

3. 营造良好的社会环境

(1)以社区为依托,充分发挥社区的平台作用。社区是三个教育的结合点,是青少年思想道德教育和法制教育的重要阵地,一头连着学校,一头连着家庭。社会教育社区化已成为当前一个发展趋势。青少年的思想道德教育和法制教育是社区的重要任务之一,在社区建设中要突出和加强对青少年的教育管理。要整合社区的资源,动员社会力量,对一些网瘾青少年进行封闭性训练和矫治。

(2)各级共青团组织要积极引导青少年守法依规上网,提高网络素养。各级共青团组织要积极引导青少年正确接触网络,利用网络,给青少年充分的网上空间,不断提高网络素养。要加大宣传,普及青少年文明上网、健康上网的知识。采取讲座、展览、现身说法等形式,在思想上为青少年上网修筑一道“防火墙”。要多开展一些青少年喜闻乐见的活动,有意识地将青少年的视线和精力投入到更有意义的活动中,比如学习、交友、就业、心理咨询、法律援助等青少年感兴趣的内容。为使青少年尽快适应信息时代的学习、生活,重点培养他们判断是非的能力,让青少年在多元化的价值观体系下,学会鉴别,学会选择,增强他们的道德判断能力,养成道德自律,从而有效地避免青少年被网络锁定。

4. 构建科学的网络管理机制,建设绿色网络

构建以行政监督、行业自律和技术保障为核心的管理机制,工商、公安、文化等部门应共同合作,对网吧进行科学管理,控制网吧总量,完善网吧布局,关闭无证无照的黑网吧,对违反《互联网上网服务营业场所管理条例》的网吧一定要进行严肃追究,加大惩治力度。如河北省重拳出击,严厉打击存在接纳未成年人、超时营业等违法违规问题的网吧。对一次接纳1至2名未成年人的网吧,处以1万至1.5万元罚款;对一次接纳3名以上(含3名)未成年人或连续两次接纳未成年人的,依法责令停业整顿不少于15天,并处1.5万元罚款;对一次接纳8名以上(含8名)或连续3次接纳未成年人以及在规定营业时间以外接纳未成年人的网吧,依法吊销《网络文化经营许可证》^①。对于违规接纳未成年人等问题严重的网吧将被依法予以取缔,并在媒体公开曝光,这一做法收到了良好的效果。还要加强对网络游戏制作、运营的监管,开发具有中国文化特色、内容健康、情节生动的电子游戏产品,以取代那些充满暴力和色情内容的游戏。同时加强省、市、县三级网吧技术监管平台建设,确保即时监管并有效监控、屏蔽网吧内有害信息和不良游戏的传播。积极推进能体现传统文化的、积极的、寓教于乐

^①参见中广网《河北省严厉打击违规网吧接纳未成年人最高罚1.5万》,2009年3月7日。

的绿色健康的上网模式,建设绿色网络。

5. 加快网络立法,用法网全面覆盖互联网

随着网络信息技术飞速发展,传统的法律体系已不太适应网络技术发展的需要。据此,美国相继出台了《儿童互联网保护法》、《儿童在线保护法》,日本出台了《青少年网络规制法》等。在我国因缺少相应的网络立法,青少年网民直接面对网络冲击的后果正在日益凸显:“网瘾青少年”已超过2400万,80%的未成年人犯罪与网络有关。有鉴于此,我国应尽快制定专门的未成年人网络保护法,从根本上确立未成年人网络保护的法律责任,同时,确定网络服务提供商、信息内容提供者、互联网接入提供者、运营商在保护青少年免受网络有害信息侵害的义务和法律责任,有效预防和戒除青少年网瘾。

6. 尽快对网络信息进行分级,净化网络环境

目前,我国还没有从法律规范上对网络内容进行界定,没有对网络暴力、恐怖等内容进行分割,8岁的儿童和80岁的老人在互联网上看同样的内容,这样必然会对青少年造成不良影响^[1]。要鼓励有关单位开发相关软件,过滤暴力、色情等不良信息,或通过禁止青少年浏览特定网址、搜索特定关键词等方法,来帮助他们抵制低俗网络内容,从而引导青少年更多地浏览健康、高雅、绿色的网络内容,有效预防、戒除青少年网络成瘾,切实保护好青少年的身心健康。

参考文献:

- [1] 范传贵,余飞. 1.35亿青少年网民亟待“信息分级”保护[N]. 法制日报,2013-10-18.
- [2] 杜晓. 净化网络立法监管缺一不可[N]. 法制日报,2013-09-06.
- [3] 试析青少年网络成瘾导致违法犯罪的思考与对策[EB/OL]. (2013-10-07)[2013-10-09]. http://hb.hbrc.com.new/view_2999820.html.
- [4] 班杜拉. 思想和行动的社会基础——社会认知(上册)[M]. 林颖,译. 上海:华东师范大学出版社,2001.
- [5] 苏振芳. 互联网与青年社会化[M]. 北京:社会科学出版社,2006.
- [6] 丁国锋. 未成年人犯罪七成“涉网”[N]. 法制日报,2008-05-21.
- [7] 范传贵,余飞. 青少年使用手机如同进“进网吧”亟待规范[N]. 法制日报,2013-10-21.

The Reasons and Prevention and Control Countermeasures of the Teenagers Internet Addiction

Yang Han

(Institute of criminal investigation, Southwest University of Political Science and Law, Chongqing 401120, China)

Abstract: With the rapid development of the network technology in recent years, teenagers internet addiction has a sharp increase and increasing seriousness. This paper analyzed the course of the teenagers internet addiction and put forward some targeted prevention and control measures: strengthen the network moral education and legal education toward the teenagers; the whole society joint efforts to create a healthy network environment; build the scientific network management mechanism; speed up internet legislation and universal coverage; classify the network information as soon as possible to construct green network in order to prevent, control and drop the teenagers internet addiction.

Key words: teenagers; internet addiction; internet harm; juvenile crime; network moral education

(责任编辑 石丽娟)