

论“游戏”对青少年生活的影响

◆王文霄

(临沂大学 教育学院)

摘要:现代计算机网络技术日益发达,人们的生活水平不断提高,为了方便人们的沟通和交流,手机和电脑基本成为人们沟通与交流的中介工具。近几年,随着计算机技术不断提高,网络游戏犹如雨后春笋,迅速占领了大部分游戏市场。目前,网络游戏在年轻人当中极其受欢迎,特别是在中学生中,网络游戏倍受青睐。然而,网络游戏对中学生的日常生活产生了很大影响,中学生处于青春期,自身的自制力不强,容易叛逆。网络游戏恰似迎合了青少年的心理需求,以至于大多数青少年沉迷于游戏中。网络游戏是一把“双刃剑”,在给社会带来巨大的经济效益的同时也带来了一系列的社会问题。如何让青少年正确的使用网络,让他们健康成长,成为父母最苦恼的一件事。

关键词:网络游戏;积极影响;消极影响;正确认识

一、什么是网络游戏

网络游戏,英文名称为Online Game,又称“在线游戏”,简称“网游”。指以互联网为传输媒介,以游戏运营商服务器和用户计算机为处理终端,以游戏客户端软件为信息交互窗口的旨在实现娱乐、休闲、交流和取得虚拟成就的具有可持续性的个体性多人在线游戏。网络游戏分为手游和电脑游戏,现在社会中智能手机的普遍,手游很受广大青少年的喜爱。

二、网络游戏对青少年积极的影响

1、开发大脑,提升个人的智力

有些手游,可以通过玩家手脑的配合,令大脑通过紧张高速的运作,提高和锻炼大脑的反应灵活度,长时间锻炼可以起到开发大脑,提升智力的作用。比如节奏大师,就是提高人手与脑的配合与反应能力。

2、培养一定的积极性,提高创新意识

有些游戏中的模式可以在生活中培养出玩家一定的积极性。另外还有一些游戏能把学习和娱乐结合在一起,激发青少年学习的兴趣和积极性。有的网络游戏让玩家在玩的过程中,能认识自己的长处和优势,在虚拟的世界比在现实活里更容易突破常规,勇于尝试,从而渐渐激发出个体的创新意识,完善自己。

3、缓减压力,增强自信心

青少年在工作和学习中,必定面临种种压力,游戏也是一种娱乐方式,玩家可以在游戏中转移注意力,放松心情,减轻压力。一些角色扮演游戏,可以让玩家在游戏中大显身手,减压的同时使他们相信自己的能力,培养了自身的成就感,增强了自信心。

4、磨练意志,加强团队配合精神

几乎所有的网络游戏比拼的都是耐力和时间,在游戏中取得成功,也是要付出很多的努力,过程多曲折,玩家们通常在游戏中能磨练自己的耐力和意志。还有很多的游戏是需要成员间的相互配合,在游戏中玩家必须配合得当才可能获得成功,这样潜移默化增强了游戏用户的团队配合精神。

三、网络游戏对青少年消极的影响

1、玩网络游戏容易成瘾。

青少年的自制力很差,游戏的兴趣持久性,再加上青少年爱玩的天性,因此很容易对网络游戏上瘾。一旦上瘾,便很难戒除。

2、玩网络游戏荒废学业,影响身体健康。

现在有不少的青少年成了小“网虫”,沉湎于网上,将90%的时间用到网络游戏上,做了网络的俘虏,为网络所累,痴迷于“网吧”、“聊天室”不能自拔。在生理上青少年正处于快速发育时间,若过长时间与电脑相处,不仅眼睛超负荷运转,危害视力;也使得脊椎变形,身体的健康也受到威胁,甚至有的因此而失去生命。

3、导致思维迟钝

长时间地与电脑打交道,容易使形成的基本思维与电脑的符号式思维相同,零碎的符号式机械思维代替了人的逻辑思维能力,结果导致记忆力下降,思维迟钝。青少年对上网有很强的心理依赖,影响学习、注意力分散,游戏的场面刺激而惊险,会深

深地印在脑子里,即使身在课堂,心也就飞到了游戏中间。

4、影响视力

每天对着手机电脑屏幕,视力会有一定的受损,长时间用眼,本身就容易造成视疲劳。尤其当周围环境暗,而手机屏幕亮时,对眼的损害尤其大,久而久之就会导致视力下降,近视度数加深等问题。玩游戏易得干眼症。玩游戏时,屏幕上不断闪烁的光影会对眼睛造成持续的刺激,当眼睛不停地捕捉这些光影时,就会使眼睛感到特别疲劳。注意力太过集中,自然眨眼次数大大减少,对眼球表面的泪膜层造成损害。

5、对身体辐射危害很大

对大脑、心脏、颈椎有很大的危害,经常的把手机放在胸前、或者是躺着玩手机对心脏和内分泌都会有一些影响。

四、怎样正确对待网络游戏

首先家长要让青少年认识到游戏是游戏,现实是现实,正如人们所说“花园虽好也并非久留之地”网络亦是如此,所以不要沉迷于游戏,可以把游戏当做放松的一种方式但不能当做生活的全部。其次,分配好自己的时间,同时也控制玩游戏的时间,不能因为游戏不吃不喝,身体是革命的本钱,身体健康最重要。家长作为监督,玩适合自己年龄阶段的游戏。在玩游戏中有很多让自己生气的人和事,要注意自己的道德素养,不要破口大骂。选择一些身心健康,有助于开发大脑,提升智力的游戏。网络已如此发达,我们即不能摆脱又不能爽快丢弃,所以正确面对它,正确使用它,网络游戏也会给我们带来一定的生活乐趣。

参考文献:

- [1]赵晓丹.青少年教育著作精选[M].上海:华东师范大学出版社,2009.
- [2]刘晓华.青少年犯罪心理[M].四川:四川教育出版社,1988.
- [3]朱莉.应用教育游戏对学生的研究[M].上海:华东师范大学出版社,2007.
- [4]刘彤.网络游戏对学生心理的研究[M].河南:河南教育出版社,2001.

指导教师:赵鑫。

