第一图书网, tushu007.com

<<网络是只替罪羊>>

图书基本信息

书名：<<网络是只替罪羊>>

13位ISBN编号：9787533661571

10位ISBN编号：7533661575

出版时间：2011-6

出版时间：安徽教育

作者：赵春梅//许雷霆

页数：238

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

前言

您的孩子喜爱互联网和网络游戏吗？
　您担心他/她会过度沉迷吗？
　您知道孩子为什么会沉迷网络游戏吗？
　您知道网络其实是孩子心理上最后的安全岛吗？
　本书绝非要为网络辩护，更不是要为网络游戏正名，而是为了让所有的父母走出孩子沉迷网络只是由网络引起的认识误区，明白孩子沉迷网络背后的最根本原因在于家庭，学会用正确的方式去爱自己的孩子，避免他们重蹈书中孩子网络成瘾的覆辙。
　中国现阶段激烈的社会竞争、独生子女政策、应试教育体制、知识经济时代等使得青少年网瘾问题显得尤为突出。
对于成瘾率，不同的研究项目得出的结论不尽相同，但大致在10%左右。
以此推算，全国有上千万的青少年成-瘾，已经构成一个庞大的群体。
许多孩子深陷在网络里，损害了健康，荒废了学业，使得整个家庭陷入深深的痛苦和绝望。
更为严重的是孩子变得冷漠无情，为了继续玩游戏走上犯罪道路甚至不惜杀父弑母，给整个社会造成了严重的伤痛和恐慌。
　网瘾是孩子心理问题的一种表现形式，有着复杂的生理、心理和社会原因。
孩子一旦上网成瘾，必须经过专业的治疗才能逐步摆脱网络的控制。
但是治疗心理问题远比治疗生理疾病复杂，没有药到病除的灵丹妙药。
目前全国戒除网瘾的机构有300多家，但有资质的正规治疗机构很少。
即便正规的治疗机构，也不能保证孩子在几个月的疗程内彻底改变，问题严重的还需要长时间的后续治疗，而且还会有复发的可能。
　因此，网瘾也和许多其他疾病一样，预防远远重于治疗，而最为有效的预防措施就是从父母做起，为孩子提供一个健康的成长环境。
　我多年来潜心研究影响青少年网络游戏使用的心理因素，先是独立完成了“影响初中生电子游戏使用的家庭环境因素研究”课题，之后又参与了中国青年政治学院2008年度学科建设攻关项目“大学生网络成瘾原因及对策的跨学科研究”课题，本书即为该研究的部分成果。
两项研究都得到了团中央中国青少年网络协会郝向宏和金锐两位秘书长的大力支持和帮助。
　在对数十个出现网络沉迷问题的青少年和他们的家庭进行深度访谈时，我的心时刻都在经历着痛苦的煎熬，切身体会到每一个孩子和父母内心深处的痛苦和挣扎，对于孩子出现行为问题给父母带来的痛楚感同身受，也为这些孩子感到焦虑和惋惜，每次访谈之后都久久难以平静。
我发现每一个网络成瘾的孩子都有一个不健康的家庭环境，而网络特别是网络游戏则是他们试图解除心理痛苦的一种方式。
而所有的家长都表示在孩子小的时候不知道正确的教养方式，也不知道不和谐的家庭气氛会对孩子的成长造成那么大的负面影响，现在也只能亡羊补牢，但是又深感为时已晚而无能为力了。
　作为一个学者，也作为一个母亲，强烈的社会责任感促使我将这些家庭失败的教训写出来，让更多的父母更为直观地了解不良的家庭环境对于孩子的严重影响。
　本书中的故事是我精选出的10个最有代表性的案例，是我对孩子、家长、学校和心理医生进行深度访谈所获得的大量素材的高度提炼，还有在访谈过程中的观察和思考。
书中大量引用访谈记录，让被访者亲自讲述自己的所作所为、所思所想。
但是，为了保护被访者的隐私，所有的孩子都使用了化名，所有会暴露当事者身份的信息都被隐去。
　为了让家长更好地了解家庭环境对青少年网瘾的影响机制，在每个家庭故事的后面，都请心理治疗专家许雷霆先生做了专业的心理解析。
　许雷霆从2005年开始专门从事对网瘾青少年的心理治疗，曾任中国青少年心理成长基地副主任，主管心理治疗工作，治疗和指导治疗过3000多个病例，积累了非常丰富的临床治疗经验。
他发现人们对青少年沉迷网络游戏这一现象存在重大认识误区。
很多人把这一现象的原因完全归咎于游戏本身，网瘾患者的父母更是对网络恨之入骨。

更有甚者，一些对网瘾患者进行干预矫治的人也把孩子是否还玩游戏当成干预是否成功的唯一标准。
通过对数千名所谓网瘾患者的治疗和研究，他发现其实网瘾只是一种表象，和家庭问题之间存在着千丝万缕的关系。
在决定一个孩子是否会成为一名网瘾患者的众多因素中，家庭问题首当其冲，起着决定性的作用。
揭开网瘾的神秘面纱，发现的是各种各样的心理问题和心理、精神障碍。
几乎在每一个网瘾患者的家庭中都会发现糟糕的家庭环境：错误的教养方式、不良甚至是恶劣的家庭关系。
在这样的氛围中成长的孩子随着青春期的到来，生理、心理发生剧烈的变化，各种被压抑的问题集中爆发出来。
为了缓解自己的紧张、焦虑，发泄自己的愤怒，寻找自己在现实生活中没有得到的东西，他们就逃进了网络中。
对大众来说，认识不到网瘾只是个表象，就不能从根本上减少网瘾患者的产生。
对从事网瘾干预治疗者来说，如果把孩子上不上网作为首要的、核心的甚至是唯一的治疗目标，那就是本末倒置。
即使孩子不上网不玩游戏了，也只能说明孩子的问题转移了，并没有从根本上解决问题。
对孩子真正的帮助是促进其心灵的成长，纠正其心理偏差，促进其人格完善。
要想做到这一点，必须具有专业的心理学理论和技术以及丰富的临床经验，才能解救这些不幸的孩子。
心理问题不解决，简单地阻止他们接触网络，只能让他们选择诸如吸毒、自杀等更为有害的发泄途径。
感谢我的导师、北京大学新闻与传播学院的杨伯溆教授指导我采用深度访谈的研究方法，让我有机会接触网瘾青少年和他们的家长，并且不断鞭策我将他们的故事写出来；感谢中国青少年心理成长基地主任、著名网瘾治疗专家陶然教授对我在基地访谈工作的全力支持；感谢基地多位心理医生对我访谈的支持与帮助并在百忙中接受访谈，对所负责的案例做出专业的分析；感谢同意接受我访谈的孩子和家长，为了让更多的家庭免受同样的痛苦勇敢地讲出自己的故事；感谢许雷霆先生以专业的心理学知识和丰富的临床治疗经验对每个个案做出了深入浅出的心理解析；感谢中国青少年网络协会郝向宏、金锐两位秘书长对我的研究的一贯支持和帮助；感谢中国青少年研究中心副主任、著名教育学家孙云晓先生对本书写作与出版的鼓励与支持；感谢安徽教育出版社的杨多文编审为本书出版做出的努力。
希望本书能成为一记警钟，让尽可能多的家庭认识到家庭和谐的重要性，让尽可能多的孩子免于心理疾病的折磨，为建立和谐家庭、和谐社会尽一份力量。
赵春梅　2011年3月18日于北京

内容概要

一个功能失调的家庭需要一个生病的成员，并且为了家庭走上正常轨道，他／她愿意做这个牺牲者，而这个牺牲者往往就是孩子。

揭开网瘾神秘的面纱，发现的是各种各样的心理问题和心理、精神障碍和家庭问题之间存在着千丝万缕的关系。

北京大学传播学博士和资深心理治疗专家联手，通过十个真实的案例为您详解其中的奥秘。

作者简介

中央电视台主任编辑，北京大学传播学博士。
多年来从事大众传媒尤其是新媒体对青少年心理和行为的影响，其中最为关注的是家庭环境因素对青少年发展和网络使用问题的影响。
曾出版研究专著《窗边的孩子——青少年电子游戏成瘾的家庭因素研究》。
中国科学院心理研究所心理学硕士，国家心理咨询师，擅长婚姻及家庭问题咨询治疗，尤其擅长青少年心理和行为问题的咨询治疗。
长期从事网瘾青少年的心理治疗工作，曾任中国青少年心理成长基地副主任，接受过《人民日报》、新华社、英国路透社、《中国青年报》、《新世纪周刊》等多家国内外媒体的采访，出任过中央电视台“焦点访谈”、“今日说法”、“心理访谈”、“走近科学”、“实话实说”以及北京电视台“谁在说”等栏目的嘉宾。

第一图书网, tushu007.com

<<网络是只替罪羊>>

书籍目录

序
洋娃娃的劲舞
　硝烟弥漫的家庭关系
 不一致的高度溺爱
　令人头疼的问题行为
　麻醉痛苦的《劲舞团》
卧室里的NBA
　上学没意思
　我玩过的游戏太多了
　过度溺爱与过高期望
　消灭兴趣的“兴趣班”
我想加入黑社会
　我爱电子游戏
　我要发泄
　我太压抑了
　父亲待我如狗
我的爸爸不是人
　失乐园
“不在行”的游戏迷
　我恨我爸爸
　我怨我妈妈
　丈母娘与小夫妻
　半个疗程的遗憾
从小大人到忤逆子
　有惊无险的访谈过程
 人人羡慕的小大人
 痴迷网游的忤逆子
　心理崩溃的网瘾患者
　水深火热的家庭关系
　回归正常生活的曙光
我的精神支柱是消灭人类
我乖，爸爸妈妈别吵了
我的偶像是爱因斯坦
爷爷奶奶的儿子
我就是要上父母失败

章节摘录

文文是我的第一个访谈对象，也是我的几十个访谈样本中唯一一个网络游戏成瘾的女孩儿，接受访谈的时候刚升人初三一个月。
　孩子所在学校的负责人介绍说，她一天到晚玩电子游戏，不顾学业，和父母关系敌对，曾经把父亲的肋骨打断。
到了学校和班主任、年级组长都发生过激烈的冲突，经常上着课就和老师大闹起来。
她曾经休学半年，也曾经离家出走，有两次还从学校里出走。
学校和家长两度想把她送到工读学校，但都没有成功。
第一次是因为学校没有床位，第二次什么条件都有了，她却不同意去了。
她的父母关系不好，现在处于离婚同居的状态。
在没见到孩子之前，我脑海里浮现出的是一个刁钻古怪、桀骜不驯的问题少女的形象。
　当我在她所在中学的心理活动室里见到她的时候，完全不是我当初想象的样子。
眼前的孩子有着圆圆的脸，白嫩的皮肤，大大的眼睛，像个洋娃娃一样俏皮可爱，举止大大咧咧像个男孩子的性格。
她听说校长找她，很主动地找过来，以为自己又犯了什么错误。
当校长告诉她我的来意时，她很大方地答应接受访谈。
我送给她一盒心型金属盒包装的巧克力，包装盒上印着粉色基调的美丽而浪漫的图案，是小女孩儿一看就会喜欢的礼物。
这是我进校门前在超市里精心挑选的，一是为了向访谈对象表达谢意，同时也是为了建立友好的访谈气氛。
果然，文文接过去的时候高兴得眼睛都亮了起来，我们两个之间的距离一下子就近了许多。
不过，访谈过程中她还是表现出了女孩子的羞涩，习惯性地用手挡住嘴巴，说话声音不大，我只好不时地提醒她把手拿开、声音大点，否则录音机就没法记录下她的声音。
从她的外表无论如何无法想象她是个敢跟父母对打、跟老师当面对着干的孩子。
　我和她谈话快结束的时候，一位老师来找她回去上课，显得很生气的样子。
事后校长说那是因为老师很紧张，怕她再次出走，而他又忘记告诉她的班主任我找她访谈的事，希望我能理解。
　这也是我所有访谈对象中唯一一个对孩子及家长都做了两次访谈的个案。
和孩子谈完以后，我提出想和她的家长谈谈，她说父母随时都有时间，并当场拨通了母亲的电话，她母亲也立即答应接受访谈，于是约定两天后去她家里。
　他们现在的家在一片平房区，位于一个院子的尽头，南北向三间房连在一起，最外面是厨房，中间是客厅，客厅里摆着一张沙发床，l是文文爸爸晚上睡觉的地方。
里屋是文文和妈妈的卧室，放着一张双人床和一台电脑。
母亲介绍说，这房子是跟朋友借的，现在正等着老房子拆迁有优惠政策再买房。
她的母亲见到我显得格外亲切格外激动，因为女儿告诉她我是北京大学的心理学老师，所以她对我的到来抱很大希望。
她说她每次梦见小女孩儿都会有好事发生。
那天早上她又梦见自己生了一个特别漂亮的女儿，于是认定我就是这个吉梦所预示的好事，也许我的到来会帮助她的女儿转变。
　我们从上午十点开始谈了两个多小时，录音磁带也换了几盘，我已经是饥肠辘辘，但她依然在不停地倾诉。
于是我提出请她一起吃饭，可她坚持一定要请我，边吃边谈。
没有了录音机的影响，她说起话来也少了许多拘谨。
这顿饭吃了很长时间，到分手时我才意识到我们已经一连谈了五个小时，但她还是意犹未尽，反复叮嘱我再和文文谈谈她前途的事。
虽然学术规范要求我不能介入研究对象的生活，而且我也不是心理治疗专家，但我也是一个母亲，很

能理解另一个母亲的心情。
而且既然我选择了这个孩子作为我的研究对象，就应该对她负一定的责任，不能得到了做研究的材料之后就不再管孩子的事。
于是五天之后我又一次去到她们家。
那天是个星期日，母女俩都在家里，但依然没有见到孩子的父亲。
　来自孩子、家长和学校三方的信息清晰地表明，这是一个父母冲突和不良教养方式导致孩子发展受阻从而沉迷网络的典型案例。
　硝烟弥漫的家庭关系　文文的父亲最初在政府部门工作，后来自己开公司，近来在家炒股。
母亲最初是工厂的工人，怀上孩子后就不再上班，在家带孩子至两岁半上幼儿园。
丈夫性格内向，不善于跟妻子沟通。
　赵：你觉得你爱人他能理解你吗？
就是你们两个人互相沟通起来容易吗？
　母亲：他那种人属于有什么事不是爱说的那种，就是心里有什么事情，我就说咱俩之间有什么事情，比如家里有什么事情，我一说话，老说我叨唠，说我话多，人就是需要表达的，他有什么事，心里有什么事他不说，但是他不是说真的有什么歪的斜的不好的那种，他没有，但是比如说孩子。
很多男人嘛，毕竟跟女人有区别，但男人跟男人也是有区别的，有人就是说有点什么事，俩人互相沟通，互相说，他不说。
　文文母亲的性格则比较直率，有什么事必须要说出来。
　母亲：人有时候要说要讲我觉得倒是一件好事。
我这人就这样，有话我就得说，我绝不隐瞒我自己。
我跟你隐瞒我自己的观点，有什么话我不说，我不是这种人。
什么事我都得要说。
P1-3

编辑推荐

您的孩子喜爱互联网和网络游戏吗？
您担心他/她会过度沉迷吗？
您知道孩子为什么会沉迷网络游戏吗？
您知道网络其实是孩子心理上最后的安全岛吗？
《网络是只替罪羊》绝非要为网络辩护，更不是要为网络游戏正名，而是为了让所有的父母走出孩子沉迷网络只是由网络引起的认识误区，明白孩子沉迷网络背后的最根本原因在于家庭，学会用正确的方式去爱自己的孩子，避免他们重蹈书中孩子网络成瘾的覆辙。
书中的故事是赵春梅博士在众多访谈案例中精选出的十个最有代表性的案例，是她对孩子、家长、学校和心理医生进行深度访谈所获得的大量素材的高度提炼，还有她在访谈过程中的观察和思考。

第一图书网, tushu007.com

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