



国家出版基金项目  
NATIONAL PUBLISHING FUND PROJECT

罗以澄 万亚伟 主编



青少年网络素养读本·第1辑

# 网络游戏与网络沉迷

WANGLUO YOUXI YU WANGLUO CHENMI

陈亚旭 著



宁波出版社  
NINGBO PUBLISHING HOUSE

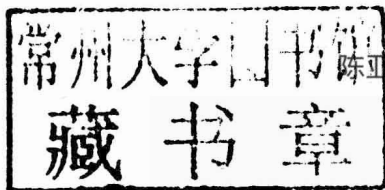
青少年网络素养读本·第1辑



罗以澄 万亚伟 主编

# 网络游戏与网络沉迷

WANGLUO YOUXI YU WANGLUO CHENMI



 宁波出版社  
NINGBO PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目(CIP)数据

网络游戏与网络沉迷 / 陈亚旭著. — 宁波: 宁波出版社,  
2018.2

(青少年网络素养读本. 第1辑)

ISBN 978-7-5526-3088-6

I. ①网… II. ①陈… III. ①计算机网络—素质教育—青少年读物 IV. ①TP393-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第264155号

丛书策划 袁志坚

封面设计 连鸿宾

责任编辑 方妍 陈静

插图 菜根谭设计

责任校对 虞姬颖 李强

封面绘画 陈燊

责任印制 陈钰

## 青少年网络素养读本·第1辑

### 网络游戏与网络沉迷

陈亚旭 著

---

出版发行 宁波出版社

地址 宁波市甬江大道1号宁波书城8号楼6楼 315040

电话 0574-87279895

网址 <http://www.nbcbs.com>

印刷 宁波白云印刷有限公司

开本 880毫米×1230毫米 1/32

印张 7.5 插页 2

字数 160千

版次 2018年2月第1版

印次 2018年2月第1次印刷

印数 1—10000册

标准书号 ISBN 978-7-5526-3088-6

定价 25.00元

---

如发现缺页或倒装,影响阅读,请与出版社联系调换 电话:0574-87248279

## 总 序

互联网技术的快速发展和广泛运用为我们搭建了一个丰富多彩的网络世界,并深刻改变了现实社会。当今,网络媒介如空气一般存在于我们周围,不仅影响和左右着人们的思维方式与社会习性,还影响和左右着人际关系的建构与维护。作为一出生就与网络媒介有着亲密接触的一代,青少年自然是网络化生活的主体。中国互联网络信息中心发布的第40次《中国互联网络发展状况统计报告》显示,我国网民以10—39岁的群体为主,他们占整体网民的72.1%,其中,10—19岁占19.4%,20—29岁的网民占比最高,达29.7%。可以说,青少年是网络媒介最主要的使用者和消费者,也是最易受网络媒介影响的群体。

人类社会的发展离不开一代又一代新技术的创造,而人类又时常为这些新技术及其衍生物所控制,乃至奴役。如果不能正确对待和科学使用这些新技术及其衍生物,势必受其负面影响,产生不良后果。尤其是青少年,受年龄、阅历和认知能力、判断能力等方面局限,若得不到有效的指导和引导,容易在新技术及其衍生物面前迷失自我,迷失前行的方向。君不见,在传播技术加



速迭代的趋势下,海量信息的传播环境中,一些青少年识别不了信息传播中的真与假、美与丑、善与恶,以致是非观念模糊、道德意识下降,甚至抵御不住淫秽、色情、暴力内容的诱惑。君不见,在充满魔幻色彩的网络世界里,一些青少年沉溺于虚拟空间而离群索居,以致心理素质脆弱、人际情感疏远、社会责任缺失;还有一些青少年患上了“网络成瘾症”,“低头族”“鼠标手”成为其代名词。

2016年4月19日,习近平总书记在网络安全和信息化工作座谈会上指出:“网络空间是亿万民众共同的精神家园。网络空间天朗气清、生态良好,符合人民利益。网络空间乌烟瘴气、生态恶化,不符合人民利益……我们要本着对社会负责、对人民负责的态度,依法加强网络空间治理,加强网络内容建设,做强网上正面宣传,培育积极健康、向上向善的网络文化,用社会主义核心价值观和人类优秀文明成果滋养人心、滋养社会,做到正能量充沛、主旋律高昂,为广大网民特别是青少年营造一个风清气正的网络空间。”网络空间的“风清气正”,一方面依赖政府和社会的共同努力,另一方面离不开广大网民特别是青少年的网络媒介素养的提升。“少年智则国智,少年强则国强。”青少年代表着国家的未来和民族的希望,其智识生活构成要素之一的网络媒介素养,不仅是当下各界人士普遍关注的一个显性话题,也是中国社会发展中急需探寻并破解的一个重大课题。

网络媒介素养既包括对媒介信息的理解能力、批判能力,又

包括对网络媒介的正确认知与合理使用的能力。为此,我们组织编写了这套《青少年网络素养读本》,第一辑包含由六个不同主题构成的六本书,分别是《网络谣言与真相》《虚拟社会与角色扮演》《网络游戏与网络沉迷》《黑客与网络安全》《互联网与未来媒体》《地球村与低头族》,旨在帮助青少年读者看清网络媒介的不同面相,从而正确理解和使用网络媒介及其信息。为适合青少年读者的阅读习惯,每本书的篇幅为15万字左右,解读了大量案例,并配有精美的图片和漫画,以使阅读与思考变得生动、有趣。

这套丛书是集体才智的结晶。编写者分别来自武汉大学、郑州大学、湖南科技大学、广西师范学院、东莞理工学院等高等院校,六位主笔都是具有博士学位的教授、副教授,有着多年的教学与科研经验;其中几位还曾是媒介的领军人物,有着丰富的媒介工作经验。编写过程中,他们秉持知识性、趣味性、启发性、开放性的原则,不仅带领各自的学生反复谋划、研讨话题,一道收集资料、撰写文本,还多次深入社会实践,倾听青少年的呼声与诉求,调动青少年一起来分析自己接触与使用网络的行为,一起来寻找网络化生存的限度与边界。因此,从这个层面上说,这套丛书也是他们与青少年共同完成的。还需要指出的是,六位主笔的孩子均处在青少年时期,与大多数家长一样,他们对如何引导自己的孩子成为一个文明的、负责任的网民,有过困惑,有过忧虑,有过观察,有过思考。这次,他们又深入交流、切磋,他们的生活经验成为本丛书编写过程中的另一面镜子。

作为这套丛书的主编之一,我向辛勤付出的各位主笔及参与者致以敬意。同时,也向中共宁波市委宣传部和宁波出版社的领导、向这套丛书的责任编辑表达由衷的感谢。正是由于他们的鼎力支持与悉心指导、帮助,这套丛书才得以迅速地与诸位见面。青少年网络媒介素养教育任重而道远,我期待着,这套丛书能够给广大青少年以及关心青少年成长的人们带来有益的思考与启迪,让我们为提升青少年的网络媒介素养共同出谋划策,为青少年的健康成长共同营造良好氛围。

是为序。

罗以澄

2017年10月于武汉大学珞珈山

# 目 录

总 序..... 罗以澄

## > 第一章 网络游戏概述 <

第一节 网络游戏的前世今生..... 3

一、电子游戏之最..... 4

二、电视游戏时代..... 6

三、网络游戏时代..... 21

第二节 网络游戏的类型..... 30

一、按游戏运行方式分类..... 30

二、按游戏内容架构分类..... 33

第三节 网络游戏的传播优势..... 37

一、虚拟空间的无穷魅力..... 37

二、天南地北的神秘玩家..... 40



三、草根阶层的草根文化 .....	42
四、迷幻炫美的理想世界 .....	44
五、配合默契的玩家互动 .....	47

## 第二章 网络游戏的正负能量 <

第一节 网络游戏的社会价值 .....	53
一、游戏是理性与感性的结合 .....	53
二、网络游戏已形成一个产业 .....	55
三、网络游戏里的传统文化印记 .....	58
四、网络游戏里的个体价值与团队精神 .....	60
五、网络游戏里的规则与角色规范 .....	62
第二节 网络游戏的心智教育功能 .....	65
一、网络游戏与自我认同 .....	65
二、网络游戏开发智力 .....	68
三、网络游戏化解烦恼 .....	70
四、网络游戏改变态度 .....	72
五、网络游戏带来朋友 .....	74
第三节 网络游戏存在的弊端 .....	76
一、网络游戏令人沉迷 .....	76

二、网络游戏影响人的性格 .....	81
三、游戏达人真的值得羡慕吗 .....	83
四、命断网吧的教训 .....	85
五、没有免费的午餐 .....	88

## 第三章 网络沉迷的现状与成因

第一节 何为网络沉迷 .....	93
一、网络沉迷的起源 .....	94
二、我国青少年网络沉迷现状 .....	97
三、网络沉迷的行为倾向 .....	99
四、一位网络沉迷者的心路历程 .....	101
第二节 网络沉迷的社会因素 .....	107
一、密布街头的网吧 .....	108
二、无孔不入的广告 .....	112
三、如影随形的手游 .....	115
四、“读书无用论”的误区 .....	117
五、游戏交友的成长环境 .....	120
第三节 网络沉迷的个人因素 .....	124
一、幼稚的心灵世界 .....	124

二、争分夺秒的玩欲 .....	128
三、提高级别的热望 .....	131
四、欲求不满的释放 .....	133
五、青春期的逆反心理 .....	136
第四节 网络沉迷的家庭因素 .....	138
一、单一的教育方式 .....	139
二、适得其反的高压政策 .....	141
三、残缺家庭造成的畸形性格 .....	143
四、家庭条件优越≠教育条件优越 .....	146
五、父母角色缺失与隔代教育 .....	148

## 第四章 要游戏不要沉迷

第一节 汲取社会的正能量 .....	155
一、去网吧应有所节制 .....	155
二、尊重需求与满足需求 .....	159
三、辩证地对待广告宣传 .....	162
四、遵守规则,保护隐私 .....	165
第二节 校园是心灵氧吧 .....	168
一、尊师重教,虚心好学 .....	168

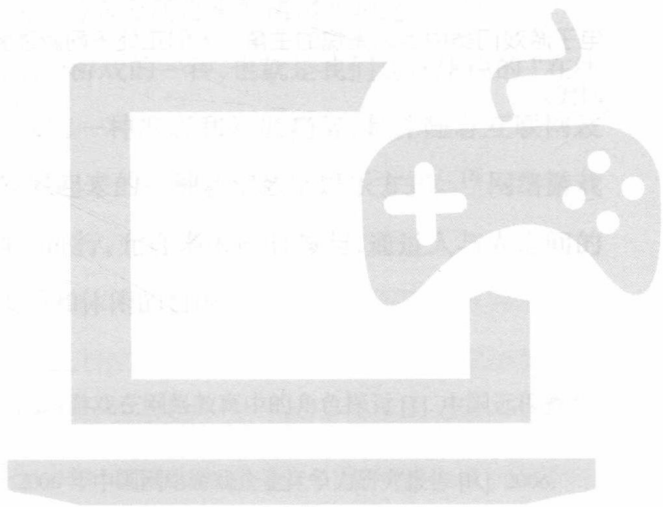
二、让孤独学生不再孤独 .....	173
三、网络使用须适时适度 .....	176
四、注意力管理是门学问 .....	180
五、别把虚拟与现实混为一谈 .....	182
<b>第三节 亦师亦友是父母</b> .....	186
一、家庭的潜移默化功能 .....	186
二、改进传统的家庭教育方式 .....	188
三、创建良好的亲子关系 .....	192
四、上网时间的家庭契约 .....	197
五、改变媒介接触行为 .....	200
<b>第四节 自我管理是变化的核心</b> .....	204
一、增强自我对网络的再认识 .....	205
二、玩游戏时间的个人把控 .....	208
三、谨慎交友,远离网络“瘾君子” .....	211
四、转移视线,扩大兴趣范围 .....	214
学习活动设计 .....	219
参考文献 .....	220
后 记 .....	222

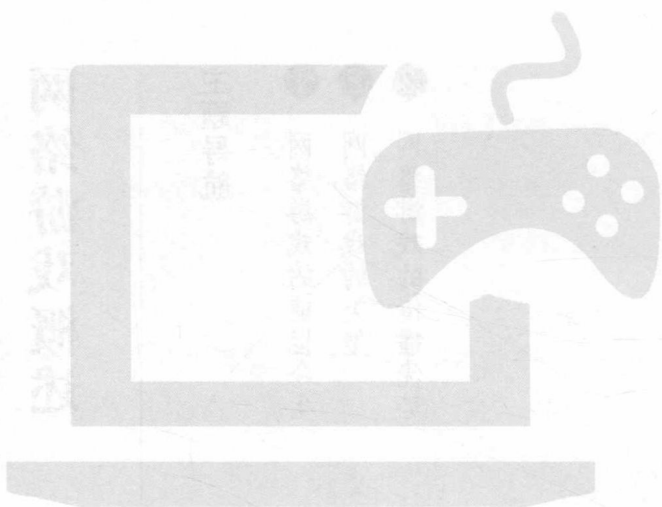
## 第一章

# 网络游戏概述

### 主题导航

- 1 网络游戏的前世今生
- 2 网络游戏的类型
- 3 网络游戏的传播优势





网络游戏即网游是电子游戏的一种。在互联网技术产生之前,电子游戏都可以归类为单机游戏。网络游戏具有娱乐、休闲等特性,已经成为目前电子游戏门类中当之无愧的主角。人们正处于网游蓬勃发展的网络游戏时代。

## 第一节 网络游戏的前世今生



你知道吗？

穿越时空，拯救世界，成为英雄，这些原本在大众看来缥缈无际的幻想终于在电子游戏的世界中得以实现。当我们在享受这些奇妙体验的时候，有没有想过，是谁创造了这种娱乐方式，电子游戏又是如何诞生、发展和演变的呢？

电子游戏，即通过电脑进行的游戏，是电子计算机技术日益发展和计算机应用日益普及所带来的诸多产物之一。<sup>[1]</sup>

网络游戏是电子游戏的一种，也就是我们通常所说的“在线游戏”，是电子游戏的一种形态和发展趋势，是伴随着互联网技术、计算机技术发展起来的一种新型数字娱乐方式。<sup>[2]</sup>网络游戏必须依托互联网来进行，允许多人同时参与，通过人与人之间的互动达到交流、娱乐和休闲的目的。

[1] 韩庆年,李艺.网络游戏在网络教育中的角色探讨[J].中国远程教育,2003(15):73—75.

[2] 艾瑞咨询集团.2006年中国网络游戏企业竞争力研究报告[R].2006.

在互联网技术产生之前,电子游戏都可以归类为单机游戏,即“人机对战”游戏,最多是四人对战游戏。随着互联网技术的出现,大型服务器架设后,成千上万的游戏玩家通过服务器进行互动,在线娱乐成为现实,这大大增加了游戏的可玩性以及玩家之间的互动,丰富了电子游戏的内容,拓展了电子游戏的舞台。

在网络游戏时代到来之前,作为电子游戏的一种,电视游戏曾一度风靡,当时人们口中的电子游戏大多指的就是电视游戏。网络游戏具有互动、娱乐、休闲等特性,已经成为目前电子游戏门类中当之无愧的主角,人们正处于网游蓬勃发展的网络游戏时代。

### 一、电子游戏之最

#### *Tennis for Two* —— 最早的电子游戏

第二次世界大战以后,电子计算机技术得到了突飞猛进的发展,先是晶体管替代了笨重的真空管,后来出现了集成电路和大规模集成电路,电子计算机不断更新换代,软件技术也发展迅速。

1958年,隶属于美国能源部的布鲁克海文国家实验室负责计算机工程的物理学家威利·希金博特姆博士为了让来参观的游客能够对实验室中的各种科研成果产生更多的兴趣,决定做一个有交互功能的小游戏来吸引游客的注意力,让游客能够在实验室中待得更久一些。这个不经意的小创意,使电子游戏从此登上了



历史的舞台。

这个小游戏名为“Tennis for Two”，是世界上第一款电子游戏。它由一个模拟计算机和一个示波器组成，游戏规则很简单，画面上只有一张简单的网和一个闪烁的网球，游戏中各种数据变量都会影响网球的运动轨迹，玩家通过两个控制箱进行控制。游客的注意力完全被其吸引，有些游客甚至把所有的参观时间都花在了这里。

*Space War* —— 最早的真正意义上有娱乐性的电子游戏

1962年，当时还在麻省理工学院学习的史蒂夫·拉塞尔和他的几位同学一起设计出了一款双人射击游戏——《太空大战》（*Space War*），这是世界上第一款真正意义上的有娱乐性的电子游戏。这款游戏通过阴极射线管显示器来显示画面，模拟了一个包含各种星球的宇宙空间。在这个空间里，引力、加速度、惯性等物理特性一应俱全，玩家可以用导弹击毁对方的太空飞船，但要避免与星球发生碰撞，碰撞到星球或被导弹击中，游戏即结束。

第一台商用电子游戏机

1971年，美国加利福尼亚的一位电气工程师诺兰·布什纳尔看到了电子游戏行业的前景所在。布什纳尔根据游戏《太空大战》，设计了世界上第一台商用电子游戏机，也是世界上第一台街机，其中内置有游戏《电脑空间》（*Computer Space*），游戏内容和《太空大战》类似。布什纳尔为了了解它是否能被人们接受，把它摆在一家娱乐场中，可惜当时人们对与宇宙相关的知识知之