

公务员素质丛书

公选、竞争上岗考试 论文写作要略

刘汉民 编著

ONGXUANJINGZHENGSHANGGANG
KAOSHILUNWENXIEZUOYALUE

中山大学出版社

公务员素质丛书

公选、竞争上岗考试论文写作要略

刘汉民 编著

版权所有 翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

公选、竞争上岗考试论文写作要略/刘汉民编著. —广州: 中山大学出版社, 2006. 1
(公务员素质丛书)

ISBN 7 - 306 - 02484 - 1

I. 公 II. 刘… III. ① 论文—写作 ② 国家行政机关—领导干部—招聘—考试—
中国—自学参考资料 IV. ① H152.3 ② D630.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 142452 号

责任编辑: 邹岚萍

封面设计: 孔丽红

责任校对: 陈霞

责任技编: 黄少伟

出版发行: 中山大学出版社

编辑部电话 (020) 84111996, 84113349

发行部电话 (020) 84111998, 84111160

地 址: 广州市新港西路 135 号

邮 编: 510275

传 真: (020) 84036565

印 刷 者: 广州市番禺市桥印刷厂

经 销 者: 广东新华发行集团

规 格: 787mm × 1092mm 1/16 15.25 印张 305 千字

版次印次: 2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 29.00 元 印数: 1 - 5000 册

本书如有印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换

内 容 提 要

本书针对公选和竞争上岗考试论文写作中的难点问题，阐述了命题论文的写作技巧、供料作文的写作技法、申论的写作方法、演讲稿的撰写方略，并且在阐述每种形式论文写作的技法后，都辅之以实例加以证明。全书内容丰富，全面具体，体例新颖，语言明晰，具有较强的指导性。

前 言

论文写作是领导干部公选和竞争上岗考试的一项重要内容，因为，论文写作既能反映干部分析、归纳、概括的能力，也能体现其书面表达的水平；既能反映干部的政治素质，也能展示其作为领导干部的业务水平和能力。因此，领导干部公选和竞争上岗考试都有论文写作这一重要的内容。为了帮助参加公选和竞争上岗的干部在公选和竞争上岗考试中取得优异的成绩，我们对近年来的公选和竞争上岗论文考试情况进行了认真分析，并与一些参加公选和竞争上岗的人士进行了深入的交谈和讨论，了解到了他们关于论文写作的体会和经验，在此基础上撰写了《公选、竞争上岗考试论文写作要略》。

《公选、竞争上岗考试论文写作要略》共分九章。第一章阐述了公选、竞争上岗考试论文写作的意义和特征；第二章论述了公选、竞争上岗考试论文写作的思维方法；第三章阐述了公选、竞争上岗考试论文写作的结构方法；第四章阐述了公选、竞争上岗考试论文写作的论证方法；第五章阐述了公选、竞争上岗考试论文写作的修辞技巧；第六章阐述了公选、竞争上岗考试命题作文的写作方法；第七章阐述了公选、竞争上岗考试供料论文的写作技巧；第八章介绍了申论写作技巧；第九章阐述了公选、竞争上岗演讲稿的写作方法。为了使考生把握竞争上岗考试大纲，了解和熟悉考试的具体内容，本书还附录了《党政领导干部公开选拔和竞争上岗考试大纲》，供广大考生学习和参考。

《公选、竞争上岗考试论文写作要略》的显著特点是，写作理论紧密联系论文写作的实际，每一个理论都有写作实例进行论证或说明，并且每种具体的论文写作形式都附有写作实例，且加以评析，指出其优点和不足，供参加公选、竞争上岗者借鉴。申论写作还设置了模拟训练试题，并且严格按照要求做出了参考答案。因此，我们相信，只要公选、竞争上岗者认真阅读此书，真正掌握该书所阐述的写作方法和技巧，就一定能够充分调动自己所积累和储备的知识，在公选或竞争上岗考试中写出令人满意的论文。

编著者

二〇〇五年九月

目 录

第一章 绪论	(1)
一、公选、竞争上岗考试论文写作的意义	(1)
二、公选、竞争上岗考试论文写作的特点	(3)
三、公选、竞争上岗考试论文写作的原则	(10)
第二章 公选、竞争上岗考试论文写作的思维方法	(20)
一、辩证思维法	(20)
二、抽象思维法	(21)
三、发散思维法	(23)
四、逆向思维法	(25)
第三章 公选、竞争上岗考试论文写作的结构方法	(26)
一、总分式结构方法	(26)
二、递进式结构方法	(27)
三、并列式结构方法	(29)
第四章 公选、竞争上岗考试论文写作的论证方法	(32)
一、例证法	(32)
二、引证法	(34)
三、分析法	(35)
四、比较法	(36)
第五章 公选、竞争上岗考试论文写作的修辞技巧	(41)
一、排比法	(41)
二、顶真法	(42)
三、比喻法	(43)
四、设问法	(45)

五、反问法	(46)
六、综合运用各种修辞手法	(46)
第六章 公选、竞争上岗考试命题论文写作	(49)
一、公选、竞争上岗考试命题论文的审题	(49)
二、公选、竞争上岗考试命题论文确立论点的方法	(50)
三、公选、竞争上岗考试命题论文提出论点的方法	(51)
四、公选、竞争上岗考试命题论文选择论据的方法	(54)
五、公选、竞争上岗考试命题论文拟定提纲的编写	(56)
六、公选、竞争上岗考试命题论文例文评析	(58)
第七章 公选、竞争上岗考试供料论文写作	(74)
一、公选、竞争上岗考试供料论文的特征	(74)
二、公选、竞争上岗考试供料论文的写作技巧	(74)
三、公选、竞争上岗考试供料论文评析	(78)
第八章 公选、竞争上岗考试申论写作	(93)
一、申论概述	(93)
二、申论材料的阅读方法	(97)
三、申论材料的概括方法	(103)
四、申论提出对策的方法	(118)
五、申论议论文的写作技巧	(127)
六、申论考试模拟训练及参考答案	(134)
第九章 公选、竞争上岗演讲稿的写作技巧	(181)
一、撰写公选、竞争上岗演讲稿的重要作用	(181)
二、公选、竞争上岗演讲稿写作的基本要求	(182)
三、公选、竞争上岗演讲稿的写作特点	(183)
四、公选、竞争上岗演讲稿的主题	(183)
五、公选、竞争上岗演讲稿的标题	(185)
六、公选、竞争上岗演讲稿的材料	(185)
七、公选、竞争上岗演讲稿的结构	(186)
八、公选、竞争上岗演讲稿的开头和结尾	(187)

目 录

九、公选、竞争上岗演讲稿的修改	(189)
十、公选、竞争上岗演讲稿评析	(191)
 附录：党政领导干部公开选拔和竞争上岗考试大纲	 (216)
 参考文献	 (233)
 后记	 (234)

第一章 绪 论

中共中央《党政领导干部选拔任用工作条例》已明确规定，公选和竞争上岗是党政领导干部选拔任用的方式之一。文件还明确规定，公开选拔、竞争上岗主要适用于选拔任用地方党委、政府工作部门的领导成员或者其人选，党政机关内设机构的领导成员或者其人选，以及其他适于公开选拔、竞争上岗的领导职务。公开选拔面向社会进行，竞争上岗在本单位或者本系统内部进行。但是，无论是公选，还是竞争上岗，都要通过考试和面试，而考试的一个重要内容就是论文写作，面试的一个重要环节就是演讲。演讲也需要事先作好准备，即写好演讲稿，演讲稿实际上也属于论文的范围。由此可见，论文写作是选拔领导干部考试的重要内容，同时也是领导干部应该具备的一种能力。

一、公选、竞争上岗考试论文写作的意义

公选、竞争上岗是建立科学规范的党政领导干部选拔任用制度，形成富有生机与活力、有利于优秀人才脱颖而出的选人用人机制，推进干部队伍的革命化、年轻化、知识化、专业化，建设一支高举马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论伟大旗帜，认真实践“三个代表”重要思想的高素质的党政领导干部队伍的一种重要方式。因为，只有建立一支高素质的领导干部队伍，才能保证党的基本路线的全面贯彻执行和建设有中国特色社会主义事业的顺利发展，而能否写出高质量的论文，又是衡量一个领导干部是否具有高素质的重要内容。因此，公选、竞争上岗考试论文写作有着十分重要的意义。

（一）论文写作能够有效地检测公选者和竞争上岗者分析问题和解决问题的能力

无论是公选还是竞争上岗，都是一种优胜劣汰的活动。因为通过公选和竞争上岗，能够发现德才兼备的优秀人才，并且让他们走上更适合其施展才能的领导岗位，从而发挥出更大的作用，为社会、为国家 and 人民作出更大的贡献。领导干部必须具备较强的分析、解决问题的能力。如果不具备这种能力，或者能力欠缺，那么领导干部的执政能力就会不强；如果执政能力不强，就无法胜任自己的工作；如果领导干部不能胜任自己的工作，那么就有可能给社会造成不良的影响，给国家和人民造成损失。所以，公选、竞争上岗考试设置论文写作试题，其目的就是测试公选者和竞争上岗者的分析问题和解决问题的能力，将分析问题能力和解决问题能力强的优秀人才选拔到领导岗位上来。从公

选和竞争上岗考试论文写作的实践来看,凡是分析问题能力和解决问题能力强的公选者和竞争上岗者,都能按照试题规定的要求写出具有说服力的论文;而分析能力和解决问题能力不强的公选者和竞争上岗者,其论文相对来说水平就显得不那么高,从而造成落选。

由此可见,公选和竞争上岗考试论文写作是检测公选者和竞争上岗者分析问题和解决问题能力的有效手段。

(二) 论文写作能够有效地检测公选者和竞争上岗者的政治思想和业务水平

公选者和竞争上岗者要胜任不同领导岗位的工作,必须具备较高的政治思想水平和业务水平,否则无法适应领导岗位工作的需要。从过去所选拔的人员来看,由于未经过公选和竞争上岗,一些人政治思想水平和业务水平都不高,因而,不是工作施展不开,就是工作经常出现失误。公选和竞争上岗论文写作的内容,既涉及到有关政治问题,又涉及岗位的业务知识问题,具有较强的综合性,因此能够有效地检测公选者和竞争上岗者的政治思想和业务水平。

首先,公选和竞争上岗考试论文能够充分地体现公选者和竞争上岗者的政治思想水平。公选和竞争上岗考试论文要求观点正确,即与党和政府的方针、政策及国家的法律相符合,并且要体现与时俱进的理论原则。如果公选者和竞争上岗者政治思想水平不高,就很难写出观点正确、与时俱进、符合时代潮流的论文,甚至有可能写出观点错误、不合时宜的论文,显然,这样的人无疑是应该被淘汰的。如果公选者和竞争上岗者政治思想水平高,写出的论文不但观点正确,而且具有创造性、开拓性。显然,这样的人在公选和竞争上岗时应该是胜出的。从公选和竞争上岗的优胜者来看,他们所写作的论文都体现了他们较高的政治思想水平。

其次,公选和竞争上岗考试论文能够充分体现公选者和竞争上岗者的业务知识水平。公选和竞争上岗论文试题一般都是紧扣公选者和竞争上岗者的职位性质和要求设置的。因此,如果公选者和竞争上岗者业务水平高,就会紧密结合岗位的业务性质阐述有关问题;反之,如果公选者和竞争上岗者业务水平欠缺,就会无法应对。例如,某单位竞争处长岗位,其论文题目是《略论处长的组织协调能力》,这涉及到处长岗位的业务知识问题,有的考生面对这个题目一筹莫展,只好交白卷。显然,这是业务知识缺乏所造成的。

再次,公选和竞争上岗考试论文能够体现公选者和竞争上岗者的思维水平。思维能力是一个人的重要能力,尤其是领导干部,思维更要敏锐和清晰。如果思维不敏锐、不清晰,那么遇到突发性事件就会难以处理。公选和竞争上岗考试论文思路是否清晰,论证是否合乎逻辑,无不体现公选者和竞争上岗者思维水平。思路清晰者写出的论文层次分明,论证严密;思维混乱者写出的论文层次不清楚,自相矛盾。

最后，公选和竞争上岗考试论文能够体现公选者和竞争上岗者的文字表达能力。任何人都应具备文字表达能力和口头表达能力。作为领导干部来说，更应具备较高的文字表达能力和口头表达能力。如果公选者和竞争上岗者文字表达能力强，那么其写作的公选和竞争上岗考试论文就会用词准确，造句合乎语法规范；反之，就有可能辞不达意。

二、公选、竞争上岗考试论文写作的特点

公选、竞争上岗考试论文既有一般论文所具有的特点，也有一般论文所不具备的特点，也就是说有着其自身的特点。

（一）明确的政治性

领导干部必须拥护党的领导，坚决贯彻执行党和政府的方针、政策，认真实践“三个代表”重要思想，履行全心全意为人民服务的宗旨，并且有着明确的是非观念。换言之，领导干部必须有着坚定不移的政治立场。这种坚定不移的政治立场反映在公选和竞争上岗的论文中，论文就必然地显示出明确的政治性的特征。请看下篇关于竞争上岗的论文。

略论贪污、贿赂等腐败行为的预防

我党历来就十分重视反腐倡廉工作。近年来，反腐倡廉取得了举世瞩目的成绩，不少贪污、贿赂犯罪分子纷纷落入法网，从而不断地纯洁了党的干部队伍。然而，由于社会因素的复杂性，还未从根本上抑制腐败，贪污、贿赂等腐败行为还呈上升的趋势，这严重地损害了干部队伍的形像，影响了党政机关的威望，因此必须加大力度打击和防范腐败行为。反腐败必须坚持标本兼治、综合治理的方针，才能铲除滋生腐败的土壤，真正堵住腐败的源头，从而极大地预防和减少犯罪。所以，我们要减少或消灭贪污、贿赂等腐败行为，就必须加强治本的预防措施。

一、加强道德法制教育，筑牢反腐思想长城

从贪污、贿赂等腐败行为发生的原因来看，这些腐败者大都缺乏道德和法制观念。对于这些腐败分子来说，他们手中的权力是人民赋予的，因此，他们应该运用这种权力来为人民办事，而不是为自己谋取私利。如果利用人民给予的权力来谋取私利，那么这不仅是一种严重的缺德行为，严重地违反了国家工作人员应该具备的道德，而且还是一种违法甚至犯罪行为。正因为贪污、贿赂行为既是一种违反道德的行为，又是一种违法甚至犯罪行为，因此，为了防止这种腐败行为的发生，我们应该加强对干部等国家工作人员的道德法制教育，组织他们认真学习“三个代表”的重要思想，使他们真正明

确“三个代表”重要思想的深刻内涵；组织他们认真学习工作职责和范围，明确自己的权利和义务；组织他们认真学习各种法律和制度，使他们真正明确法律和制度的意义。总之，应该使干部等国家工作人员从思想深处认识自己权力的来源和用途，牢固地掌握全心全意为人民服务的宗旨和有关法律制度，从而树立良好的职业道德和法制观念，真正运用手中的权力，按照“三个代表”的要求去全心全意地为人民服务，而不是全心全意地去谋私利。诚然，对国家工作人员进行道德法制教育，单靠几次活动或运动是不能够解决的，必须坚持长期的教育、长期的实践，才能形成一种良好的道德风尚和牢固的法制观念。有了良好的道德风尚和牢固的法制观念，就等于在思想上牢牢地筑起了防腐的长城，当老百姓来办事时，国家工作人员不但不会索贿，而且还会运用手中的权力热情为他们服务，使他们高兴而来，满意而去。如果有人来行贿时，国家工作人员就会理直气壮地予以拒绝，使他们行贿无门。由此可见，只要我们加强对干部等国家工作人员的道德法制教育，使其真正从思想上认识贪污、贿赂行为的缺德性和违法性，那么就会增强其防腐拒变的自觉性，这样就可极大地预防和减少贪污、贿赂等腐败行为。

二、建立健全各种规章制度，铲除滋生腐败的土壤

腐败分子之所以能贪污、受贿，其中一个重要原因就是办事制度不健全。四川泸州老窖酒厂的泸州老窖一度走俏，而厂里没有批发走俏酒的制度，因而原厂长利用权力以批条的形式将酒批给关系户，自己谋取私利，受贿数十万元，造成国有资产流失 1000 多万元。江西省原副省长胡长清接受了周雪华的贿赂后，他先后给银行打招呼，使周雪华获得了巨额贷款，致使贷款长期无法收回。一些贪污者将大批的国家财产据为己有。所有这些都是制度不完善造成的。由此可见，加强制度建设，这是预防腐败的一条重要措施。首先要建立和健全办事制度。例如广州市和深圳市建立了政府采购制度，不但节减了相当可观的经费，同时也有效地防止了吃回扣等受贿行为的发生。一些公安机关建立了警务公开制度，不但提高了办事效率，而且有效地防止了腐败行为的发生，受到了群众的欢迎和好评。从现在的情况来看，凡是办事制度健全的单位，腐败行为相对要少得多；凡是办事制度不健全的单位，腐败行为就比较突出，尤其是一些职能部门更为突出，群众意见更大。我们不但要建立和健全各种办事制度，而且还要建立和健全各种监督制度。一些单位建立了一些监督制度，但没有真正地实施和落实。因此，已经建立的监督制度必须认真地落实，如领导干部申报财产制度；没有建立的，要根据实际的需要，尽快建立。

总之，只要我们加强了对国家工作人员的道德和法制教育，使国家工作人员在思想上牢牢地筑起反腐倡廉的长城，同时又建立和健全各种办事制度和监督制度，那么就可以极大地预防和减少贪污、贿赂等腐败行为。

不难看出，这篇论文阐述了贪污、贿赂行为的严重危害性，即：损害了干部队伍的形象，影响了党政机关的威望，并由此引出了“必须采取措施，预防和减少贪污、贿赂等腐败行为”的政治观点。然后提出并阐述预防贪污、贿赂等腐败行为的两大措施，即“加强道德法制教育，筑牢反腐思想长城”和“建立健全各种规章制度，铲除滋生腐败的土壤”。通篇文章无不涉及十分敏感的反腐倡廉政治问题，而这个问题又正是党和政府及人民十分关注的问题。无疑，这篇论文体现了公选和竞争上岗考试论文明确的政治性的特征。

（二）强烈的针对性

公选和竞争上岗考试论文的题目或者提供的资料，都是公选单位或竞争上岗的单位根据本单位的实际情况或社会上存在的突出问题精心设计和选定的，因此要求公选者或者竞争上岗者阐述题目规定的论点或者根据材料提出并论证正确的观点，这就决定了公选和竞争上岗考试论文具有强烈的针对性的特征。例如，一个单位竞争上岗考试，作文题提供了一些网吧和色情网站利用互联网传播黄色色情内容，引诱未成年人上网，毒害青少年问题的资料，并要求竞争上岗者根据资料所反映的情况写一篇 1000 字左右的论文。下面是一位竞争上岗者写的论文。

坚决禁止传播黄色色情内容

资料反映，一些网吧和色情网站，为了追求金钱的利益，违反法律的规定，利用互联网传播黄色色情内容，引诱未成年人上网，不但极大地毒害了未成年人的思想，而且带来了严重的社会问题。因此必须坚决禁止网吧和网络利用互联网传播黄色色情内容。

首先，互联网传播黄色色情内容严重地影响了未成年人的学习。未成年人的主要任务就是学习，然而，网吧或网站利用互联网传播黄色色情内容，由于未成年人幼稚，对一些未知的事物怀有强烈的好奇心，因此他们往往被黄色色情内容深深地吸引，一看而不可收拾，也没有心思学习了。有些干脆就吃住在网吧或网站里，正因为如此，一些迷恋黄色色情内容的未成年人成绩急剧地下降了，他们的学习成绩就这样令人遗憾地滑坡了，有的甚至荒废了学业。

其次，互联网传播黄色色情内容引诱未成年人走上违法犯罪的道路。未成年人涉世不深，认知能力和辨别能力不强，但是他们却具有较强的模仿能力。因此，在网上接受黄色色情内容后，有的忍不住自己也去“做一做”，于是违法犯罪的案件就这样发生了。所以正像资料中所反映的，有的犯了强

奸罪，有的犯了盗窃罪，有的犯了抢劫罪，有的甚至还犯了故意杀人罪，将多年养育自己的父母残酷地杀害了。这是一种多么可怕的现象啊！这难道不是网站传播黄色色情内容所造成的严重的恶果吗？

再次，它导致了性病、爱滋病等传染病的传播。由于色情网站为赚取昧心钱而传播黄色色情内容，致使一些未成年人和意志薄弱者效仿，而他们又往往缺乏性健康知识和卫生常识，这样就必然导致性病和爱滋病的传播与蔓延。而一旦性病和爱滋病传播与蔓延，就会严重地影响人们的身心健康，甚至给一些家庭造成毁灭性的打击。无疑这也是网站利用互联网传播黄色色情内容可能造成的严重恶果。

最后，利用互联网传播黄色色情内容必然给传播者自己造成严重的不利后果。林凯在建立“网络吧”的第一天起，就在网站上播放淫秽色情内容的图片、影片和文字资料，供各级权限的注册用户下载和浏览。在得知林凯开办色情网站后，他的妻子并没有劝阻他，反而当起了帮手，负责编辑网站的色情文学专区。网站壮大后，为了以一种更便捷的方式赚钱，林凯在网上公布了自己的三个银行账号，当网民成为他的在线会员后，便可获得权限随意下载或从网上传播色情电影。为了掩人耳目，他甚至把服务器放在杭州某乡村的一个网吧里。但是在扫荡网络黄色色情的“人民战争”中，林凯夫妻俩终于被抓获，等待他们的将是法律的严厉制裁，这不能不说是他们传播黄色色情内容付出的沉重代价。

综上所述，互联网传播黄色色情内容既毒害了未成年人，严重地影响了未成年人的健康成长，并引发社会犯罪问题，同时也势必给他人的身体健康带来危害，另外也必然给传播者自己造成不利的后果。这残酷的事实告诉我们，互联网传播黄色色情内容危害极大，因此必须坚决禁止。

这篇竞争上岗考试论文针对互联网传播黄色色情内容的问题，阐述了互联网传播黄色色情内容的四大危害性，即：严重地影响了未成年人的学习；引诱未成年人走上违法犯罪的道路；导致了性病、爱滋病等传染病的传播；给传播者自己造成严重的不利后果。然后在此基础上，水到渠成地提出了“坚决禁止传播黄色色情内容”的观点，既具有极强的说服力，又体现了公选、竞争上岗考试论文强烈的针对性的特征。

（三）突出的实践性

有些公选和竞争上岗的论文试题要求公选者和竞争上岗者针对资料中存在的问题写一篇策论性文章。无疑，这篇策论所论述的对策必须能够在实践中付诸实施，而不是无法实行的。换言之，策论所论述的对策要能够操作。显然，公选和竞争上岗考试论文的这一要求，决定了公选和竞争上岗考试论文具有突出的实践性这一特征。下面是一位竞

争上岗者根据题目的要求, 针对未成年人迷恋网络问题写的预防未成年人网瘾的策论。

论未成年人网瘾的预防措施

未成年人沉溺于网络, 已成为了一个非常值得重视而且必须解决的社会问题。无疑, 我们应该满腔热忱地帮助已经形成网瘾的未成年人戒掉网瘾, 但是更重要的是要针对未成年人形成网瘾的原因, 采取具体可行的预防措施, 以避免未成年人形成网瘾, 即防患于未然。只有这样, 才能从根本上解决未成年人网瘾的问题。

一、加强网络管理, 净化网络内容

网吧和网站传播黄色色情和暴力内容的垃圾信息, 是未成年人形成网瘾的十分突出的原因。网吧和网站为什么能够传播黄色色情和暴力内容的垃圾信息呢? 究其更深层次的原因, 在很大程度上是我们对网络管理的不严所造成的。从调查的情况来看, 城市存在着相当数量的黑网吧, 这些黑网吧根本就不遵守网络管理的有关规定, 随心所欲地传播黄色色情和暴力内容, 毒害未成年人。另外, 即使是一些登记注册的网站和网吧, 也违反法律规定, 大肆传播黄色色情和暴力内容, 以此吸引未成年人。因此, 要加强对网络的管理, 首先, 公安机关、文化管理部门和工商行政管理部门要形成合力, 大力查处黑网吧, 坚决取缔黑网吧。同时对登记注册的网站和网吧要进行整顿, 对存在严重传播黄色色情和暴力内容的网站和网吧, 要按照有关规定吊销其营业执照。其次, 公安部门的网络监督机构要加大对网站和网吧的监管力度, 利用现代化的手段对网络和网吧传播的内容进行全面的监控, 发现不健康的内容或者垃圾信息要及时地进行清理。最后, 网络监管机构要建立举报制度, 发动网民对网站或网吧传播黄色色情和暴力内容及其他有害于未成年人的不健康信息进行举报, 发现问题及时处理。只要我们从以上三个方面对网站和网吧进行有效的监管, 就可以净化网络的内容, 真正保证网络所传播的内容符合法律、道德规范, 从而达到有利于未成年人既从网络获取健康、正确的知识, 又不会因为好奇心理的驱使而沉溺于网络的目的。

二、加强道德、法律教育, 提高辨别是非的能力

未成年人阶段是长身体、长知识的阶段, 也是形成世界观和人生观的重要阶段。正因为如此, 未成年人具有较强的可塑性, 只要我们引导得当, 他们就会朝着健康、正确的方向发展; 如果教育失范, 难免会使他们迷失方向。从一些未成年人网迷走上犯罪道路的情况来看, 就是因为他们道德水平不高、法律知识欠缺而导致是非能力不强所造成的。一位 14 岁的未成年人网迷因模仿网络暴力行为抢劫被抓获。民警讯问他知道不知道抢劫是犯罪的

行为，他毫不犹豫地回答说不知道，只是觉得好玩。由此可见，一部分未成年人的道德和法律意识是非常欠缺的。因此，无论是学校还是社会；无论是教师还是家长，都要加强对未成年人的道德和法律教育。只要加强对未成年人的道德和法律教育，使未成年人懂得哪些行为是符合道德和法律的行为，哪些行为是违反道德和法律的行为，他们就会提高辨别是非的能力。当他们在网上接触到黄色色情和暴力等不健康的内容时，不但不会因好奇心陷入其中而不能自拔，相反还会自觉地进行抵制。无疑，加强对未成年人的道德和法律教育，提高未成年人辨别是非的能力，是预防未成年人网瘾的一项重要措施。

三、减轻学习和其他负担，降低学习和心理压力

要减轻未成年人的学习压力和心理压力，学校要严格按照教育行政部门的规定，加强素质教育，减轻学习负担。晚上和星期六及星期天不要补课，同时作业要尽量在课堂上完成。家长不要为学生请家教，占用未成年人的课外时间，要真正保证留给未成年人一定自由活动的时间和空间。学校还应减少考试的次数，不要按成绩给学生排名次，也不要将每次考试的成绩通报给家长，更不要家长会议上公布学生的成绩。另外，在升学等方面，无论是学校还是家长，都不要给学生规定目标，要让学生自主决定。学校和家长只要做到了以上几点，未成年人就会觉得没有思想负担。而一旦没有了思想负担，他们就有可能轻轻松松、快快乐乐地学习，这样就大大地降低了其学习和心理的压力，也就不会去寻求网络来缓解、释放学习和心理压力了，更不会迷恋网络了。

四、加强沟通和交流，建立正常的人际关系

现代社会需要沟通和交流，因为只有沟通和交流，人与人之间才会相互了解、相互理解，才会相互尊重、相互支持。尤其人在寂寞苦恼、在遭受挫折的时候，更需要与别人沟通和交流，更需要得到别人的理解和支持。未成年人同样是人，尽管他们年纪不大，但是他们也和成年人一样需要得到别人的理解、关怀和支持。然而不少的教师和家长却严重地忽视了这个问题。正是因为这样，一些未成年人在网上聊天，而一聊起来就一发而不可收拾。因此，作为教师和家长来说，一方面要以平等的态度主动地与未成人沟通和交流，与他们交流思想，讨论对有关问题的看法，尤其是在他们遇到思想问题时，更要细致地了解产生思想问题的原因，与他们一块探讨解决的办法。另一方面，教师和家长要指导他们进行人际交往，向他们传授人际交往的技巧和方法，帮助他们建立正常的人际交往关系。如果这样，他们就不会迷恋网上那种不能见面的缺乏真情实感的聊天了。

五、开展丰富多彩的课外活动培养广泛的爱好和兴趣

未成年人的课外活动，是课堂教学的补充和延伸，是素质教育和思想政治教育的重要阵地，它既可以帮助学生学到课堂上学不到的知识，扩大知识视野，又可以帮助学生了解社会、认识社会；既可以帮助学生解决思想上存在的问题，陶冶高尚情操，又可以培养他们广泛的爱好和兴趣。各级少先队组织、共青团组织可以在政府和有关团体的帮助下，以社区或街道为单位建立未成年人活动中心，在节假日组织未成年人开展各项活动。让他们在活动中心，根据自己的意愿，可以读书，看报；可以讨论有关问题；可以上网获取知识，自己制作富有情趣的高雅的网页，交流学习经验和体会；可以开展体育活动，锻炼身体；也可以组织有关参观或观摩活动。未成年人活动中心完全可以通过开展深受未成年人欢迎的活动，把未成年人吸引到集体活动中来，使他们对未成年人活动中心有一种“家”的感觉，从而远离网吧和网站。学校应该组织各种课外兴趣小组，在老师的指导下，帮助未成年人按照自己的爱好进行各种活动。这样，他们不但不会感到增加了负担，相反还会有一种身心愉快的感觉。未成年人有了这样的环境和心情，网吧和网站对他们的吸引力就会大大降低，还会有谁去迷恋网络呢？即使去上网，也只会把网络当作自己获取知识的工具，绝不会把网络当作寻求欢乐和排解郁闷的场所了。

六、改变教育方法，防止逆反心理

逆反心理是未成年人形成网瘾的一个重要原因。逆反心理的形成又是由于家长的教育失当造成的，因此，要预防未成年人网瘾，家长必须改变教育方法。因为只有改变失当的教育方法，才不会导致未成年人的反感，才会收到教育的实效。要改变教育方法，首先，家长要改变霸道的态度，既要把孩子当成自己的孩子，又要把孩子当成自己的朋友，对孩子存在的问题或缺点，绝不能采取简单的打骂式的教育方法。其次，对孩子上网要给予积极的引导，帮助未成年人正确认识网络的积极作用和垃圾信息的危害性，给未成年人获取网络知识提供参考意见，为未成年人购买开发智力的积极向上的游戏软件，和未成年人一块上网，有条件的家长还可以与孩子共同制作网页。如果家长真正改变了教育方法，孩子从内心感受到了家长的关怀和爱护，那么就完全能够避免逆反心理的产生。未成年人没有逆反心理，无疑就会接受家长的指导和意见，家长也就用不着担心孩子染上网瘾了。

总之，只要社会、学校和家长采取了以上措施，就一定能够大大地降低网络对未成年人的吸引力，未成年人就可以远离网络垃圾的危害，从而健康茁壮地成长。