



基础教育改革与教师专业发展丛书

基础教育改革与学生发展系列

数字土著的网络生活之道

——中小學生如何正确使用网络

SHUZITUZHU DE WANGLUO SHENGHUO ZHIDAO
ZHONGXIAOXUESHENG RUHE ZHENGQUE SHIYONG WANGLUO

聂竹明◎编著

安徽师范大学出版社



基础教育改革与教师专业发展丛书

基础教育改革与学生发展系列

数字土著的网络生活之道 ——中小学生如何正确使用网络

SHUZITUZHU DE WANGLUO SHENGHUO ZHIDAO

ZHONGXIAOXUESHENG RUHE ZHENGQUE SHIYONG WANGLUO

聂竹明◎编著

安徽师范大学出版社

责任编辑:沈 非 孙玉洁 责任校对:吴毛顺
装帧设计:丁奕奕 责任印制:郭行洲

图书在版编目(CIP)数据

数字土著的网络生活之道:中小學生如何正确使用网络 / 聂竹明编著. — 芜湖:安徽师范大学出版社, 2013.12

(基础教育改革与教师专业发展丛书)

ISBN 978-7-5676-0315-8

I. ①数… II. ①聂… III. ①计算机网络 - 青年读物 ②计算机网络 - 少年读物 IV. ①TP393-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第319360号

数字土著的网络生活之道:中小學生如何正确使用网络

聂竹明 编著

出版发行:安徽师范大学出版社

芜湖市九华南路189号安徽师范大学花津校区 邮政编码:241002

网 址: <http://www.ahnupress.com/>

发 行 部:0553-3883578 5910327 5910310(传真) E-mail: asdcbsfxb@126.com

经 销:全国新华书店

印 刷:安徽芜湖新华印务有限责任公司

版 次:2013年12月第1版

印 次:2013年12月第1次印刷

规 格:787×960 1/16

印 张:15.5

字 数:230千

书 号:ISBN 978-7-5676-0315-8

定 价:32.00元

凡安徽师范大学出版社版图书有缺漏页、残破等质量问题,本社负责调换。

总 序

“教育改革”在当下是一个出现频率非常高的概念,这种语言现象所反映的正是教育实践的客观现实。伴随着经济全球化、信息化和网络化的迅猛发展,世界范围的教育改革正一浪高过一浪,教育改革正成为一项持续不断的教育实践活动。可以说,变革已成为当代教育的一个典型特征。

同样,改革也是我国当代基础教育领域蓬勃发展的重要驱动轴。近年来,基础教育改革正在各个层面全面展开:在课程领域,综合课程、活动课程、微型课程、模块课程等正在逐步取得与学科课程同等的地位,并对促进学生的全面发展发挥着不可替代的作用;在教学领域,诸如探究式教学、互动式教学、学生自主学习、合作学习等一系列新的教学方式和学习方式也正在逐步取代某些传统的教学方式和学习方式,被师生广泛运用于教学过程之中;在德育领域,一方面,某些陈旧落后的德育理念和模式正在为人们所摒弃,另一方面,多种新的德育理念和模式正在受到教育理论工作者和实践工作者的广泛关注并在学校德育实践中进行尝试和经受检验;在教育评价领域,传统的评价理念和范式同样日益受到人们的质疑与批判,与此同时,各种新的评价理念和范式层出不穷并被师生普遍接受和运用。

基础教育改革不仅使学校生活、师生关系和课堂面貌等发生了重要变化,也向广大教育实践工作者提出了新的更高的要

求。持续不断的基础教育改革,使每一个投身于教育实践工作的人都面临着一系列无法回避的挑战。这种挑战,既意味着教育实践工作者不得不正视和思考教育改革带来的各种新的问题,同时也意味着他们在面对不断变化的教育实践情境时,必须采取适当、合理的因应与行动。

教育大计,教师为本;有好的教师,才有好的教育。这既是基础教育改革实践的强烈诉求,同时也是理性认识基础教育改革所形成的共识。好的教师,才有可能既娴熟自如地驾驭教育教学活动,最大限度地促进学生的发展,同时又能够有效地应对社会和教育发展所带来的各种新变化、新要求,成为教育改革的参与者和“弄潮儿”。好的教师由何而来呢?也许人们对这一问题有着各自不同的认识,也许不同的教师其成长的过程和方式各有差异,但可以肯定的是,好的教师既需要经受教育实践的历练,需要教育实践给予其充分展现的机会,同时,也需要接受教育理论的滋养,需要对教育教学的本质和规律性有着正确的认知和把握。

与教育实践工作者相同的是,教育理论工作者也正在面对教改所带来的诸多挑战。基础教育改革的蓬勃展开,也必然会对教育理论工作者提出如何恰当地回应教育改革、如何研究和解决教育改革中出现的各种新问题、如何引领教育改革的发展方向等诸多问题。可以说,在教育改革持续展开的背景下,教育理论工作者正面临着双重任务:一是必须及时研究和探索教育改革中不断出现的新情况、新进展,发现制约改革的各种因素和变量,揭示和分析教育改革发生发展的特点和规律;二是必须观照教育改革参与者特别是中小学教师的实践诉求,通过对教育改革实践的理论阐述,引领他们更加理性、有效地处理改革实践中所遇到的种种现实问题。

我们欣慰地看到,当前,已有很多学者对基础教育改革的一系列重要问题进行了深入的研究和探讨,从多角度、多方位提出了诸多有关教育的真知灼见,展示了学者们对教育改革实践的理性认识。然而,如何将这些理性认识转变为教育改革实践的理性行动,却需要做一番综合与转化工作。所谓综合,就是要对不同的理论研究成果,根据教育实践的逻辑,重新进行组合与梳理,以形成更加适合于教育实践的知识体系;所谓转化,则是要通过对知识的再加工和再创造,将原本用于精确表达思想和观念的科学话语体系,转变成实践话语体系,从而更加适合教育改革实践的需要。而本套丛书所努力达成的,就是这样的一个目标。我们期待我们所做的综合与转化的努力,能够产生切实的实践效果。

教育改革既涉及宏观层面,也涉及微观层面。仅有宏观层面的努力而缺失微观层面的配合与行动,教育改革不可能取得成功。宏观层面的教育改革主要是由政府来决定和实施,而微观层面的改革不仅需要政府的介入,更需要教育实践工作者的实际行动。我们编写这套丛书,主要的目标是指向微观层面,指向中小学教师的教育教学实践。丛书涉及当前基础教育改革和教师专业发展的诸多领域,主要针对当前基础教育改革和教师专业发展中所遇到或将要遇到的一系列问题而编写,以问题作为研究和讨论中心。我们期望通过聚焦教育改革实践中遇到的各种实际问题,借鉴中外教育改革的研究成果和成功经验,为教育实践工作者正确地认识和把握这些具体的实际问题提供指导和帮助。

本丛书主要包括教师专业发展系列、基础教育改革与学生发展系列、新课程教学探索系列、班主任工作系列、心理健康教育系列、教师专业标准系列等,读者对象主要是广大中小学教

师。丛书的定位是理论与实际有机结合、介于学术著作和通俗读物之间,既注意吸收相关学科领域的最新成果,反映教育教学研究的前沿动态,又注重贴近中小学教师的工作和生活,对目前我国基础教育的实际以及教改实施与进展的状况进行分析和探讨,注重解决读者在实践中遇到的问题或困惑,努力做到科学性、前沿性、实用性的统一。丛书内容通俗易懂,深入浅出,每册书在内容上不求大而全,不求面面俱到,而是突出重点,将关注教师的需求放在第一位,尽可能为他们提供有针对性的思想和理论的引领,给他们以实践操作的启发。

我们相信本套丛书的出版,能让广大一线中小学教师获得所需的知识和有益的启示,对学校的进步、教师的发展和学生的成长发挥建设性的指导作用,为促进教育改革和教师发展增添些许动力。我们也期待着本丛书的出版,能够为师范院校相关学科的教学与研究提供更为丰富的素材,从而推动教师教育质量的不断提升。

编委会

二〇一三年一月

目 录

总 序	1
第一章 数字土著:逃不脱的网瘾综合征	1
第一节 网络成瘾:类别与案例	1
一、网络关系成瘾	2
二、网络娱乐成瘾	3
三、网络强迫行为	4
四、信息搜集成瘾	5
五、网络性成瘾	6
六、网络入侵成瘾	8
七、电子计算机成瘾	9
第二节 网络成瘾:问题与症状	10
一、网络成瘾引发的问题	10
二、网络成瘾的主要症状	14
第三节 网络成瘾:认知与干预	17
一、网络成瘾的认知	17
二、网络成瘾的干预	19
第四节 网络成瘾案例分析	23
小 结	35
第二章 数字鸿沟:上代人的偏见与这代人的寂寞	37
第一节 上代人的偏见:网络是工作	37

一、网瘾标准不明确:青少年“被网瘾”	38
二、“被网瘾”演变升级:青少年变“试验小白鼠”	39
三、“被戒网”:网瘾青少年变“摇钱树”	44
第二节 这代人的寂寞:网络是世界	47
一、网络犯罪缘由:青少年的寂寞	47
二、网络独具的魅力:信息传播优势	51
第三节 理解:缩小数字鸿沟	54
一、理解青少年的生存环境	54
二、理解青少年的爱玩天性	57
三、理解网络中的观看之道	59
小 结	66
第三章 网络工具:给力学习与生活	67
第一节 时间管理	67
一、时间管理的含义	67
二、常见的的时间管理方法	68
三、常见的的时间管理工具	72
第二节 信息检索	77
一、网络信息检索技术简介	78
二、常见的的信息检索方法	82
三、常见的网络信息检索工具——搜索引擎	84
第三节 知识管理	86
一、个人知识管理的含义	87
二、个人知识管理的架构	87
三、常用的个人知识管理工具软件	90
第四节 网上写作	95
一、网上写作的含义	96
二、网上写作的新技术和新工具	97
三、网上写作的意义	99
小 结	103

第四章 网络游戏:悦趣化学习	105
第一节 网络游戏简介	105
一、网络游戏的渊源	105
二、网络游戏的分类	110
三、网络游戏的优势与弊端	111
第二节 网络游戏:开启第二人生	114
一、网络游戏正在改变经济结构	115
二、网络游戏正在改变文化价值观	117
三、网络游戏正在改变生活方式	120
四、网络游戏对青少年的影响	122
第三节 悦趣化:最优经验与心流状态	124
一、最优经验与心流状态	124
二、教育网络游戏的特征	130
三、网络游戏的教育功能	133
第四节 网络游戏学习案例	136
小 结	146
第五章 网络社交:在线相处之道	148
第一节 网络社交与社交网络	148
一、网络社交的内涵	149
二、社交网络的内涵	150
三、网络社交的影响	152
第二节 如何让社交网络中的人推介你	153
一、推 介	154
二、推介的技巧	158
三、拒绝网络社交隐患	161
第三节 网络社交工具	162
一、E-mail	163
二、BBS	165

三、Blog	166
四、社交网站	168
第四节 社交网络在线相处案例	171
小 结	184
第六章 教育革命:青少年媒介素养的提升	186
第一节 恋网引发教育革命	186
一、从身体透支到就业困难:网络人生充满风险	186
二、堵不如疏,潮流不可逆转	189
三、因噎废食,可能会适得其反	190
四、鼠标土豆:有时间也要出去走走	191
第二节 媒介素养教育:主要内涵	192
一、媒介的定义	192
二、媒介的分类及特点	194
三、媒介素养核心概念	196
四、媒介素养核心理念	200
第三节 媒介素养教育:国际进展与国内发展	203
一、英国媒介素养教育	203
二、加拿大媒介素养教育	211
三、国内媒介素养教育	216
四、提升青少年媒介素养进一步努力的方向	227
小 结	230
参考文献	232
后 记	234

第一章 数字土著:逃不脱的网瘾综合征

当国内视网瘾和沉溺其中的少年为洪水猛兽时,国外已经出现一个新词——Digital Natives(数字土著或数字原住民)——用来形容生活在数字时代的这代人。这代人认为,网络并不虚拟,它就是现实。数字土著,意为“80后”甚至再年轻些的这代人。如今及今后的中小学生就是典型的数字土著,他们伴随着网络世界成长,网络就是他们的生活,数字化生存就是他们必须面对与适应的生存方式。在网络时代,作为“数字土著”或“数字原住民”的中小学生与网瘾综合征有着千丝万缕的联系。本章将从网络成瘾的类别与案例、问题与症状、认知与干预三个方面分别阐释网络成瘾的内涵、具体表现以及防治措施,重点是在了解网络成瘾的基本类别和具体表现的基础上理解网络成瘾的代际认知差异。

第一节 网络成瘾:类别与案例

生活在网络时代,我们对网络成瘾这一概念并不陌生。那么,什么是网络成瘾呢?网络成瘾一般是指由重复地使用网络所导致的一种慢性或周期性的着迷状态,并产生难以抗拒的再度使用的冲动,同时会产生想要增加使用时间的张力与耐受性、克制、退瘾等现象,对于上网所带来的快感会一直有心理与生理上的依赖。通俗地讲,网络成瘾是指网络使用者对网络陷入一种痴迷状态,继而引发大量的、一系列的行为和冲动控制上的问题。事实上,在现实中,由于不同的网络使用者具有不同的个人特质,因此会受到不同网络功能特性的吸引,从而产生各种网络成瘾类型。因而,不同的网络成瘾又衍生出其独特的内涵。本节主要通过网络成瘾的类别分析和案例展示来阐释各种网络成瘾。网络成瘾主要有七种类

型:网络关系成瘾(Cyber-relational Addiction)、网络娱乐成瘾(Cyber-entertainment Addiction)、网络强迫行为(Cyber Compulsions)、信息搜集成瘾(Information-overload Addiction)、网络性成瘾(Cyber-sexual Addiction)、网络入侵成瘾(Cyber-intrusion Addiction)、电子计算机成瘾(Computer Addiction)。

一、网络关系成瘾

网络关系成瘾,是指沉溺于通过网上聊天或色情网站等方式结识朋友。此类成瘾者主要表现为:将大量甚至全部精力专注于网络关系中,网络朋友地位极其重要,超过了现实朋友甚至是家庭成员的重要性,严重影响正常的人际关系和社会交往。其中,网络聊天成瘾是网络关系成瘾中最为典型、最具普及性的代表。所谓网络聊天成瘾是指个体沉迷于网络聊天,并且为了消除下网后的烦躁不安而不断延长上网时间。

为什么很多人会陷入网络关系成瘾中呢?主要有两个原因:

第一,网络不仅能拓宽人们交流的时空,更主要的是网络世界是虚拟的,网络中人的信息也可以是虚拟的,网络中人能充分享受现实中达不到的“言论自由”。网络经典描述“在网上,没有人知道你是一条狗”充分反映了网上交际的一个主要的特点——隐匿性;网络中人可以匿名,可以隐匿性别、年龄、身份等各种信息,即网络中人的身份丧失。虽然,在看似宽松自由的网络虚拟世界里,网络中人可以宣泄情绪,更最大限度地满足情感表达的需求,但这也是导致网络成瘾的罪魁祸首。

第二,网络聊天室话题分类清晰,满足各类网民需求,便于找到自己感兴趣的话题。网络交际的独特魅力,让很多人认为网络沟通比现实沟通更容易、更方便。一些特别的群体,如有社交障碍的人、失恋者、性格孤僻的人等,更喜欢通过网络交际来寻找心灵慰藉。长期沉迷于网络关系的人,逐渐地“异化”了交往方式,在他们成为网络交际高手与网友侃侃而谈的同时,现实生活中却陷入了沉默寡言、内心世界封闭的困境。久而久之,网络关系成瘾越来越严重。

正是由于长期处在虚拟的人际关系交往中,致使成瘾者渐渐远离现

实生活中的亲朋好友,对网络交际产生强烈的心理依赖,严重影响了他们的正常工作、学习、人际关系等。同时,网上游戏、网上交友、网上恋爱等形成的人际关系对成瘾者的心理影响超过了现实生活中的朋友和家人,其危害极大。

二、网络娱乐成瘾

网络娱乐成瘾,是指成瘾者花费大量的时间、精力以及金钱在网络游戏、歌曲和电影等活动中,往往以丧失工作职责为代价,对人际关系造成极大的破坏。网络娱乐成瘾主要包括三种类型,分别是:网络游戏成瘾、网络歌曲成瘾、网络电影成瘾。其中,网络游戏成瘾是网络娱乐成瘾的典型代表。所谓的网络游戏成瘾是借助于数字、电子、网络、创意、编剧、美工、音乐等“先进”的道具,实现对现实生活的虚拟。

那么网络游戏成瘾的原因有哪些呢?主要原因有两个:

第一,网络游戏中的角色扮演,可以暂时缓解各种生活压力。在生活中,由于各种压力的存在,每个人都需要找到缓解压力的途径。有些人可能会选择采用多种调节机制缓解压力,比如找朋友倾诉、购物、运动等,但也有些人可能选择逃避压力,致使压力不能得到更好缓解和释放。在这种情况下,网络游戏可能是他们逃避现实的有利工具。因为,躲在虚拟的网络游戏中,可以暂时忘却生活中各种不讨人喜欢的“角色规则”。在游戏当中,可以扮演行侠仗义的江湖侠客,可以扮演骁勇善战的斗士,也可以扮演无恶不作的妖魔鬼怪……游戏中的角色千千万万,可以随心所欲地选择。

第二,网络游戏结果的未知性和奖励性,增加了游戏的神秘感。有网络游戏评价者说:“在网络游戏里,‘人’创造着游戏生活——没有存档重来的机会、没有明确预知的结局、每一个选择都将成为永远的历史、每一个‘人’都在影响着他‘人’、每一个‘人’又在被他‘人’影响着……”这句话很深刻地揭示了网络游戏的魅力所在:它类似于赌博,首先,网络游戏结果难以预料,增加了好奇心,让人欲罢不能;其次,游戏中的奖励机制,激起游戏者的求胜心理,比如,获得网上虚拟奖励,如斗地主游戏获得欢乐豆,还有各种游戏网上积分,甚至是可以兑换为现金的游戏券。

因此,对于好奇心强、好胜心强的人,这些都是造成网络游戏成瘾的重要因素。

案例一:

2011年10月,仔仔不愿意上学,把自己关在房间里上网,沉迷《CS》《CF》《魔兽世界》等游戏。母亲称孩子网络成瘾有半年时间了,白天睡觉,不愿意洗澡,头发凌乱,体重由50千克迅速下降到35千克,经常听到孩子一个人在房间讲各种脏话,情绪激动时会砸电脑键盘。如果家人阻止其玩电脑,他会情绪暴躁、大骂,甚至动手打父母,严重时甚至会用刀威胁父母让他上网,否则就会死在父母面前。

三、网络强迫行为

网络强迫行为,是指以一种难以抵抗的冲动,沉迷于在线赌博、网上贸易或者拍卖、购物。网络强迫行为的典型表现是:它是伴随网络同步空间产生的,主要形式是沉迷于在线赌博和网络购物,不能自拔。

那么在线赌博产生的原因是什么呢?主要有两个方面:

第一,每个人都愿意不断重复被表扬的行为。斯金纳使用电子信箱研究并发现了网络强迫行为的复杂性。这种行为产生的基本原理是:每个人都愿意不断重复被表扬的行为。换句话说,如果一个人做的事情,受到认可或者是表扬,那么他会很愿意再去做类似的事情。在线赌博是模拟现场赌博,众多网友的围观和评论都是促进在线赌博的重要因素。

第二,重复某个特定行为得到某种奖励的可能性是网络同步环境的另一个魅力。这种奖励可能是实物也可能是行为鼓励。如老虎机赌博游戏,虽然不知要拉多少下杆才能赢,但正是对于虎口吐出的叮当作响的硬币的期待,使得人们一遍遍地重复这种游戏。

网络购物成瘾主要有三个核心特征:无法抵抗的网络购物冲动;对网络购物行为失去控制;毫无顾忌地过度网购。那么,网络购物产生的原因有哪些呢?主要表现在三个方面:

第一,贪图便宜。很多网上购物者认为网上购物要比现实商场购物便宜得多,而网络购物积分和满额优惠的诱惑更促使很多人为了达到换购“条件”进行过度消费。

第二,网络商品种类繁多,让购物者眼花缭乱。与传统购物方式相比,网络购物的供货平台更大、商品种类琳琅满目、款式新颖,能够满足各种需求,所以极大地刺激了人们的消费欲望。

第三,网购乐趣填补生活空虚。现代人生活节奏较快,与之对应的是朋友越来越少,很多人在学习、工作之余会觉得生活很空虚。在这种情况下,网络购物便成为打发业余时间的好方式,可以给生活增添一些乐趣。

网络强迫行为不仅发生在中小學生身上,不少家长接触网络后也一样会发生。这就更需要引起我们注意。

案例二:

刘女士今年55岁了,刚刚退休的她最近迷上了网上购物。原本怕她一个人在家寂寞,女儿特意教她上网,可是如今女儿有点后悔,面对一屋子的邮包,女儿对记者说:“早就该想到她是‘购物狂’,原来电视购物就很疯狂,这会儿上网购物,更控制不住了,这个月已经花了4 000多元了。”刘女士说:“我哪样儿东西买错了?都是又便宜又好用。”后来女儿偷偷地对记者说:“就她自己觉得又便宜又好,她在网上看什么东西都新鲜,那些在一般商店里见不到的,她就觉得好。再一看评论说东西好,她就觉得非买不可了。实际上买回来用过一两次就放一边了。”

四、信息搜集成瘾

信息搜集成瘾,指的是强迫性地浏览网页以查找和搜集信息。通常情况下,具有强迫性格缺陷的人一般更容易形成信息搜集成瘾。此类成瘾者的主要表现是:因惧怕所拥有的信息量不足而花费大量时间致力于在网上查找和搜集信息。该种成瘾者一般会导致两种后果:强迫性冲动倾向和工作效率下降。信息搜集成瘾一般有三个特征:第一,无法自控的

上网渴望和冲动;第二,上网后,很难自行离开网络,对网络表现痴迷状态;第三,上网时,精神较为亢奋,不断搜集各种信息。

中国互联网络信息中心在一项“用户上网最主要目的”的调查研究中表明,获取信息占到了上网目的的46.1%,居于该项调查的第一位。有的“网虫”曾这样感叹:“我们上网寻找信息,却忽略了探求真正的信息,我们上网浏览的信息虽然比过去多了几十倍,但是能够用得着的信息却只有原来的十分之一,而能够记得住的却连几十分之一都不到……”

上述现象揭示了很现实的问题:用户获取的有效信息是多少,垃圾信息占多少。换句话说,面对浩瀚如海的信息世界,是不是很多人迷失了?是不是很多人开始盲目地、被动地接受互联网提供的各种信息,而不是根据自己的需要选择有效的信息呢?长此以往,很多人就产生信息搜集成瘾。

那么,形成信息搜集成瘾的原因有哪些呢?主要有以下两个方面:

第一,现代人有获取有效信息的需求与网上大量信息良莠不齐的矛盾。现代人生活和工作节奏不断加快,需要及时得到信息。但是,网络信息虽种类繁多,却良莠不齐,面对浩瀚如海的信息世界,很多人会感到手足无措。因此,搜寻信息也变得非常盲目,非常被动。于是,很多人担心信息量不足,便不断地在网上查找各种信息,却不能及时整合有效信息,导致工作效率下降。

第二,信息搜集的易操作性和信息的趣味性。信息搜集操作较为简单,且对时间的要求并不是很严格,所以,很多人会进行这一操作。网上大量的信息是针对不同人群提供的,人们总会找到符合自己兴趣的内容。因此,很多人会强迫性地从网上搜集浏览虽无关紧要却感兴趣的信息资料,或者被迫浏览一些并不需要的也不感兴趣的信息资料,如广告信息。

五、网络性成瘾

网络性成瘾,即网络色情成瘾,指沉迷于成人话题的聊天室和网络色情文学。青少年处于身心发展的重要时期,对周围各种事物具有好奇心,尤其是对异性的神秘感。伴随着年龄的增长,学业压力增大,心里空