



数据挖掘

拿什么守护网游少年

教坛漫笔

双减落地 新学期老师该如何布置作业

□ 刘洋

如此。全社会要形成工作合力，必须从七寸入手，抓住导致网络沉迷的关键因素，这样才不至于年年抓、年年跑。课题组建议：

及早捕捉沉迷网游的信号。给沉迷网游的少年画像，就是为了让大家了解沉迷者的特征。家长和老师知道了这些信号，在日常生活中要对孩子给予格外关注，提早避免这些问题出现，从而更好地防患于未然，而不至于到了要矫治的状态才去想怎么办。

筑牢防沉迷的第一道防线。孩子沉迷的很多信号都与家庭关系密切。养育方式、沟通交流、闲暇生活、心理问题、亲子关系等，无一不和家庭紧密相连。而且，孩子在家生活时间更长，与父母相处更多。因此，家长要筑牢第一道防线，先在家中为预防沉迷打好基础。最严游戏禁令的出台也是帮助家长解决了孩子玩游戏的时间和时长等问题。家长要在孩子开始触网时就通过和孩子的沟通与协商立好上网规矩，这样才能从用网行为上给孩子养成好习惯。家长要为孩子改变成年人的世界，从用网习惯、生活方式、亲子关系等多方面给孩子提供良好的成长环境。第一道防线筑牢了，网上的世界就算再精彩，孩子也不至于流连忘返。

尊重未成年人的内在需求。新修订的未成年人保护法有个亮点，就是保护未成年人，应当坚持最有利于未成年人原则，要求尊重未成年人人格尊严、适应未成年人身心健康发展规律和特点，听取未成年人的意见等。沉迷网游的孩子内心需求、成长规律与特点往往很少得到尊重。如过少作业和课外培训让孩子闲暇缺失，忽视型的专制型的养育方式使孩子的支持需求缺失，缺乏运动时间和场所使孩子的休闲需求缺失，游戏因此成了他们获得各种满足感的依托。成年人应尊重未成年人的内在需求，使他们的自尊需求、交流需求、休闲需求、情感支持等在现实中得到满足。

告诉孩子能做什么更重要。我们常常习惯了告诉未成年人不要做什么，但很少告诉他们能做什么。未成年人好奇心强，对世界充满了探索的欲望，任何新鲜事物都会让他们想去尝试，越是不让他们去做的事情反而更让他们想试试。成年人要改变一下思路，告诉未成年人哪些是能做的事情，做了这些事以后会有哪些收获。也就是说，我们要给未成年人的具体的帮助，根据孩子的年龄、需求等为他们策划一些能做的事情。我们对未成年人的休闲状况进行研究，孩子们普遍存在没时间去玩、没地方玩、没伙伴玩的情况。但是，随着双减政策的全面落实，未成年人有了时间了，他们可能又不会玩了。因此，网络游戏成了必选项。如果我们引导孩子会运动、爱劳动、善休闲、想阅读，或许网络游戏只是他们的一个选项。

（作者为中国青少年研究中心少年儿童研究所所长、研究员）

编者：我们希望这里是真正的圆桌会议，尽量接近理性，尽量远离口水，尽量富于建设性，谈论那些从胎教开始就争论不休的教育问题。为此，我们拉出一张教育圆桌。

jiayouyuanzhuo@sina.cn，等你发言。



人民视觉供图

没有根治的顽疾，它曾经伤了无数孩子的心。随着2021年双减政策的出台、落地，笔者真心希望从2021年秋季开始，所有中学不再有重点班，所有中学能对所有学生一视同仁，公平对待。笔者也希望基层教育部门能找到学校分重点班这个问题的根源在哪儿，从根本上解决这个问题。（作者为一线教师）

做好不同学校领导、教师之间的整合、融合工作，并力争在最短的时间内形成一个新的共同体。合并后，新学校要提出新的奋斗目标和办学理念，以此为中心，凝心聚力，画出同心共治的最大同心圆。

第四，要避免合校集中后落后学校学生水土不服的问题。虽然说习惯都是养成的，但是落后学校学生的学习习惯往往较差，来到新的环境后，难免不适应，无法与新学校学生融合在一起。比如，自信心缺乏、礼仪缺乏、认知差异等，导致心理压力增大，从而出现不同程度的厌学问题。因此，班主任教师要做好引领，用活动为载体，使他们尽快融合在一起。

当然，除了避好短之外，扬长也很关键。一定要把最优秀的师资放在最合适的位置，把各种基层教育资源充分利用起来，才能充分发挥资源最大的优势，促进学生全面、个性化发展。（作者为基层教师）



视觉中国供图

研究对象均为小学四年级至高中二年级的未成年人，城乡学生各半，小学、初中、高中各占1/3。2009年课题组抽取北京、上海、广东、山东、河南、湖南、辽宁、天津、陕西、四川共10省（直辖市）90所学校，有效问卷10650份；2019年课题组又抽取北京、辽宁、广东、江苏、河南、安徽、广西和内蒙古共8省（区、市）的96所学校，有效问卷10095份。两次研究都是根据上述标准对未成年人网络使用行为进行筛查的。

课题组的调查结果发现，2019年沉迷网络的未成年人达18.0%，是2009年（6.8%）的2.6倍！其中，小学四年级达到10.3%，到初三已经达到22.9%，呈现一路攀升趋势。研究还发现，农村未成年人沉迷的比例比城市未成年人高出2.8个百分点。根据共青团中央维护青少年权益部与中国互联网络信息中心2021年7月20日联合发布的《2020年全国未成年人互联网使用情况研究报告》显示，我国未成年网民已有1.83亿。

由此可见，随着互联网的发展和触网的低龄化，未成年人沉迷网络的规模在不断扩大，这也是国家要下大力气抓网络沉迷的重要原因。

沉迷网游少年的画像

课题组通过跨越10年的对未成年人的大样本研究与比较发现，沉迷网络的未成年人有一些共同特征。这些特征分别体现在个人、家庭、生活、心理四个方面。

从个人方面来讲，具有不良用网习惯的未成年人更易沉迷网络。课题组研究发现，那些触网年龄小、用网时间长、上网频率高的未成年人，沉迷网络的可能性更大。以课题组2019年的调查为例，沉迷网游的未成年人开始上网更早，6岁以前触网占比8.0%，正常用网的未成年人6岁前触网比例为5.2%；沉迷网游的未成年人每次上网超过1小时的比例为48.1%，比正常用网的未成年人高24.7个百分点。而且，沉迷网络的未成年人更多在网吧上网。可见，从小缺乏良好用网习惯的未成年人，沉迷网游的可能性更大。

从家庭方面看，在2019年的调查中，沉迷网游的孩子平时感受到不被尊重、缺乏自由、家长经常唠叨的比例更高，过度用网比正常用网的未成年人分别高25.9%、24.3%、24.9个百分点。这说明沉迷网游的少年的家庭生活往往更缺乏民主氛围。而且，家长在以身作则方面也差一些，沉迷的孩子感到家长用网更频繁、家人各自上网不交流的比例比不沉迷的孩子分别高16.9%、31.1个百分点。缺少陪伴也是未成年人沉迷网游的一个重要因素，住校的孩子沉迷的比例最高（23.7%），只和父母住、只和母亲住沉迷的比例也较高，分别为22.9%和20.3%。而和父母共同居住的孩子沉迷比例最低（16.8%）。可见，家庭生活缺少亲情、陪伴、监管或家庭结构不完整，孩子更有可能沉迷网游。

从生活方面看，经常感到学习负担重、课余时间缺少伙伴、没时间去感兴趣的事、心里话没人说、对生活和学习不满

意、家附近免费娱乐场所少的孩子沉迷网游的比例更高。还是以2019年的调查为例，沉迷网游的孩子课余时间经常独自一人的比例为22.6%，比正常使用的孩子高6.2个百分点；沉迷网游的孩子感到没时间做感兴趣的事的比例高出正常用网者18.2个百分点。可见，日常生活乏味、缺少伙伴、学习压力大、沟通能力差的孩子更有可能沉迷网游。

从心理方面看，沉迷网游的孩子在日常生活中感到孤独、不受欢迎、被瞧不起、缺乏表现机会、缺乏目标、人际关系差、心理压力大的比例更高。在2019年的调查中，感到心理压力大的比例，沉迷网游的孩子比正常使用的孩子高21.3个百分点；感到缺乏表现机会的比例，二者相差19.8个百分点；感到对未来迷茫的比例，二者相差26.0个百分点。可见，成长中存在心理压力或心理问题的孩子，沉迷网游的可能性更大。

以上从四方面给网游少年的画像可以看出，未成年人沉迷网游的问题要得到根本解决，还必须遵照《意见》的要求，家庭、学校等社会各方形成工作合力，只有解决了这些深层次问题，才能更好地守护未成年人的健康成长。这也是从根本上监护未成年人合理用网、保护未成年人权益的着力点。

预防沉迷网游需打七寸

俗话说打蛇打七寸，意即要抓住主要环节和要害问题。治理网游沉迷也是

但愿再无重点班

人看来要崇拜拜五体投地，但老师们一看就知道，这三个班是重点班。

很显然，分重点班、普通班对学生的心理、自尊伤害很大，体现了教育的不公平。同一个学校，同一个年级，同一个楼层，重点班的学生待遇也好，精心挑选把关老师，精心培优，感觉自己高人一等；普通班的学生似乎就低人一等，似乎就比别人笨一样，感觉到了普通班就前途暗淡，抬不起头来，对自己没有信心。

有些孩子被分到普通班了，家长不甘心，开始四处找人，托关系给孩子转学，

或者想别的办法，这就可能导致其他问题出现。

既然都知道分重点班是不对的，为何还有很多学校在分重点班、普通班呢？在笔者看来，是急功近利的思想在作怪。把好学生集中到少数班里，加强管理，集中培优，似乎便于出成绩。因为一些地方教育部门评比的教育教学先进单位，说白了，主要还是在比考试成绩，比升学率，比考试优秀率、良好率，而把成绩领先的学生集中起来，他们本身学习习惯良好，班里又没有了捣乱的孩子影响纪律，老师们再加强辅导的话，似乎确实更容易出成

绩，出更多考上名校的学生，这样学校也能顺利获得教育教学先进单位，学校名气也会越来越大。

以往，中国式家长开学的相似行动就是：四处打听这个学校有没有重点班，哪个班是重点班。分进重点班的家长在想，下一年怎么继续保留在重点班；没分进重点班的家长在想，我们下一年怎么进重点班。

今年开学，笔者听到最多的就是：听说今年开始不让分重点班了，要动真格了，还会不会有重点班呢？

中学分重点班、普通班是教育界多年

一线来信

小规模学校合并 要做好四个避短

集中制办学，缩小城乡校际之间的教育差距，进一步促进全县义务教育优质均衡发展。

把一些小规模学校因地制宜地整合在一起，的确有助于整合教育资源，大面积提高教育教学质量，并进一步缩小城乡差距、区域差距，长处显而易见。但是，笔者建议，也应注意因克服过度集中带来的一系列弊端，做好四个避短的工作：

第一，要避免因过度集中带来学生上学不便的弊端。学校安放在家门口，很多学生不用家长接送，可以步行上学，步行

回家。一旦到乡镇、城里集中，就再也没有地利之便了。因此，集中后的学校要充分考虑到这个弊端，做好校车接送的工作，应接尽接。在村村通公路、城乡通公路，各种交通四通八达的今天，只要学校用心考虑，这个问题应该不难解决。

第二，要避免因过度集中造成大水漫灌的弊端。学校可以集中，但是所要集中的校区当有足够的空间，能够容纳下新的学生，班级划分当合情合理，不能出现大班额现象。这是合校当首先考虑的问题。否则，即便师资再优秀，资源再充

足，教师也会因学生数量众多，分身乏术，搞大水漫灌，难以提高教学质量，甚至，还不如不合并的好。如果出现此类情况，恐怕会引发家长的质疑，影响广大人民群众对教育的获得感。

第三，要避免集中后各校教师各自为政的现象。一所学校有一所学校的历史传承、文化传承和习惯传承，不管规模大小，都是一个发展共同体，一旦强行聚合在一起，可能只是貌合神离。原有学校的小团体意识可能会不同程度地存在，并成为学校合并的中梗阻。因此，合校要

□ 孙宏艳

近日，国家新闻出版署下发了《关于进一步严格管理切实防止未成年人沉迷网络游戏的通知》（以下简称《通知》），针对未成年人用网过度问题再次采取更严格的措施，尤其是从技术方面守护未成年人健康。24小时内微博话题点赞达到了80多万，更有7万人参与了话题讨论。可见，网络沉迷的问题一直是社会关注的热点，很多游戏公司也纷纷回应，并根据《通知》要求积极对游戏服务做出调整。

《通知》还要求家庭、学校等社会各方面行动起来，切实承担监护守护职责，形成防止未成年人沉迷网络游戏的工作合力。在为国家出硬拳保护未成年人权益叫好的同时，我们还需要深入思考，到底拿什么守护网游少年，才能从根本上解决沉迷问题？

到底什么是沉迷

沉迷一词广泛见于报刊、电视、网络，一方面说明未成年人过度用网导致的沉迷问题不容忽视，另一方面也表达了成年人的担忧，总怕未成年人用网过多导致沉迷成瘾。为更准确地了解未成年人沉迷网络的规模，中国青少年研究中心成立课题组（以下简称课题组），于2009年和2019年先后两次对未成年人沉迷问题进行了大规模调研。

到目前为止，我国尚未出台网络沉迷的考量标准。当人们说到沉迷时，往往是指正常以上、网瘾未满。据《中国青少年健康教育核心信息及释义（2018版）》，网络成瘾：是指在无成瘾物质作用下对互联网使用冲动的失控行为，表现为过度使用互联网后导致明显的学业、职业和社会功能的损伤。诊断网络成瘾障碍，持续时间是一个重要标准，一般情况下相关行为至少持续12个月才能确诊。

可见，对是否成瘾的界定既需要有明显的损伤，又需要该行为持续12个月以上。考虑到近几年互联网的发展使未成年人触网群体更大，触网年龄更低，虽然用网过程中存在令人担忧的问题，但并未达到明显损伤的情况，故在研究时我们使用了美国精神病学专家金柏利·杨（Kimberly Young）提出的标准。她认为病态赌博的诊断标准更接近网络过度使用的病理特征，经过修订，形成了网络过度使用诊断问卷，通过下面8个问题来评估未成年人是否沉迷：

- （1）不上网时也常想着上网的事
 - （2）总觉得要花更多时间上网才满足
 - （3）想减少上网时间和次数但很难做到
 - （4）减少上网时间或停止上网会感到不知要做什么，或焦躁不安甚至很恼火
 - （5）心情不好或感到紧张焦虑时首先想到的放松方式是上网
 - （6）向家人隐瞒上网时间或经常上网的情况
 - （7）上网对学习或生活造成明显不好的影响
 - （8）经常出现本来只想上网一会儿却在网上很久的情况
- 这8个题目里，前面5题至少4个回答是，后面3题至少1个回答是，才被认定为具有沉迷特征。
- 课题组采取多阶段随机抽样的方法，

□ 裴风

最近，从中央到地方，各级教育部门一再发布文件，要求中小学落实双减政策中的各项要求，其中一条是不允许以任何形式分重点班、普通班，而这也是多年来我国教育法、义务教育法都明令禁止的。

长久以来，很少有听说小学有重点班、普通班的，但很多地方的中学确实有重点班、普通班之分，而且多年来一直存在着。重点班的名称也眼花缭乱：火箭班、卫星班、清北班、实验班、快班、A班、珍珠班、化学竞赛班、物理竞赛班等，不一而足。

前段时间，笔者曾看到一个老师发的朋友圈：热烈祝贺我校前三个班双一流高校录取率达到60%。外行人看热闹，内行人看门道。这样高大上的成绩，在外

观点速递

□ 张学炬 周红

近期，山西省文水县政府官网公布了该县2021年义务教育学校布局优化实施方案。目前，文水县义务教育阶段学校为125所，其中中小学及小学教学点107所，在校学生29234人；初中18所，在校学生14461人。方案提出，坚持就近就便从就优原则，优化学校布局，提高办学效益，加快小学向乡镇以上集中，中学向县城集聚，逐步实现由分散制转为相对