

# 网络成瘾对小学生心理发展的影响

胡宗玥

(南京市溧水区第三小学 江苏 南京 211200)

**摘要**近几年以来,伴随着科技信息技术的不停发展,网络技术已经悄无声息的迈进了千家万户中,改变了人们的日常生活。丰富的网络资源,给小学生各方面提供了宽广的空间,开阔了视野,缓解了学习压力,而且源源不断地补充了精神食粮。但网络也是一把双刃剑,在给小学生带来丰厚知识的同时,也让许多小学生沉迷于网络无法自拔。因此,本文从网络成瘾对小学生影响的表现,对小学生网络成瘾所带来的心理问题进行分析,提出相关预防措施和治疗方法。

**关键词**网络成瘾;小学生;心理健康影响

**DOI** 10.12252/j.issn.2096-627X.2019.11.800

随着网络日益深入小学生的学习与生活,网络成瘾的小学生所占的比例越来越高,据一项调查显示,不少的小学生成了小“网虫”,长时间沉湎于网上,有的小学生甚至将90%的时间用到网络游戏上,做了网络的俘虏,常此已久以至于不能自拔。这样下去不仅耽误了学习,甚至还会造成部分小学生走上违法犯罪的道路,同时也给身体和心理带来了一系列的问题,本文探讨网络成瘾对小学生身心健康的影响并对解决这一问题提出了一些对策。

## 一、小学生网络成瘾所带来的心理问题

### (一)小学生对互联网的依赖性

自从互联网迈入了我们的生活之中,它就像一碗神奇的药水,吸引着广大人民群众,当你轻点鼠标进入网站时,五花八门、色彩斑斓,瞬息万变的网络信息都会时时刻刻吸引着小学生们的眼球,牵引着他们的心。从以上现象可以充分说明互联网文化与技术使发展中的小学生心理需求得到了极大的满足,符合小学生心理发展规律。所谓交往是身体与心理健康发展的必要条件。

### (二)产生成瘾症状

主要表现为:一接触网络就异常的激动,不能上网的时候就会情绪低落。在日常生活中,脑海中无时无刻不闪现出关于上网时页面上的情景。有些网瘾严重的小学生已经出现经常沉迷于网络之中,连吃饭睡觉都可以忘记,从而导致生活混乱,晚上睡觉迟,早上醒不来的现象,在学校的学习中经常打瞌睡,上课注意力也不能够集中,从而无心学习,更无心与同学交往,最终患上了抑郁性精神症。

### (三)小学生网络成瘾负面影响

对于小学生来说,网络最可怕之处,莫过于网络环境,网络环境的好坏,对小学生的影响至关重要。小学生一旦沉迷于网络,必定受网络环境的影响,网络成瘾对于小学生日常生活的负面影响主要体现在学习和生活规律上。另一方面,网络成瘾和非成瘾小学生都认为网络能改善人与人之间的交往,使他们有机会结识新的朋友,能过方便快捷的传递消息,能结交有着共同话题和兴趣的朋友等等。

## 二、小学生网络成瘾的预防

在网络迅速发展的背景下,以及结合网络成瘾给小学生心理发展带来的各方面影响来看,首先,小学生要加强自身的修养;其次,作为学生的促进者、引导者、帮助者的老师,以及学生监护人的家长和维持国家发展的社会来说,采取相应的措施,解决网络成瘾学生的所带来的是目前当务之急,应尽早使祖国的花朵走出魔爪,使网络成为他们发展的工具,而不是毒药,努力创建一个良好绿色的生活和学习环境,避免在未来的道路上遭遇不幸,使稚嫩的小学生走上违法犯罪的道路。

## 三、小学生网络成瘾的治疗方法

网络成瘾已成为当今社会强烈关注的话题,也是小学生不容忽视的心理疾病,

严重者不仅影响学习和生活,更影响了身心健康。我将从三个方面对网络成瘾者进行心理治疗的分析。

### (一)认知治疗

认知重建:于20世纪60~70年代产生在美国,该治疗目的是改变其坚定而又顽固的信念,如“游戏真有意思”,“上网真有趣”,“再也没有比上网更值得吸引我的事情了”(可以采用苏格拉底问话,辩证法):对于小学生沉迷于网络的现象,作为引导人应采取“导”而非“堵”的中肯态度,不能使他们在表面上厌恶或者排斥上网,而应让他们从本质上,也就是充分地分析让他们认识到网络成瘾所带来的严重危害和影响。

### (二)行为治疗

强化法:是根据斯金纳的操作条件反射原理设计出来的,该方法的最终目的就是通过强化达到良好的行为的一种治疗技术。针对小学生网络成瘾现象,可以采用“自我奖励、自我惩罚”这两种形式,网瘾小学生可以根据当天所进展评定自己是否得到奖励还是惩罚,两者的内容都必须脱离于网络,奖励和惩罚的既可以是自己执行,也可以选择父母或者师长执行。假如当天表现良好,就奖励自己买喜欢吃的食物或者玩具,反之则罚自己帮父母打扫卫生或者将课文抄写五遍等等。

### (三)辅助治疗

还有一些治疗方法界限划分不是很明显,但仍然能够对改善网瘾小学生产生积极性的作用,下面我来介绍其中的几个:

转移注意力法:这是一种心理学上的调节方法,用在治疗网瘾小学生身上再合适不过了,可以引导该类学生积极参加学校各项活动,让他们在活动中寻求快乐。

社会支持法:社会成员尤其是父母更应给网瘾小学生给予更多的爱和帮助,在各方面理解他们,多多站在他们的角度着想,而不能一味地批评和责骂。

总之,应该允许孩子上网,适度的游戏、聊天等等,是有益于小学生的健康成长。但是,事事都有一个度,作为家长,应该严格控制孩子的上网时间,并且要知道孩子上网时都在干什么,让他们远离黄色、暴力的网站,家长与孩子之间要构建一个心灵的桥梁,共同进步,不断提高自身素质,而不要等到覆水难收的时候再来责怪孩子,到那时候已经为时已晚,后悔也来不及了<sup>[5]</sup>。

## 参考文献

- [1]刘志华,张澜雅.青少年网络情结的心理分析[J].教育理论与实践.2003(01):62-64.
- [2]张轶楠.网络游戏对青少年人格心理发展的影响[J].现代传播.2003(05):94-98.
- [3]郑云杰.我和一位“网瘾”学生的对话[J].华夏教师.2012(01):66-67.

# 用《思想品德》指引小学生的正确航线

黄海英

(广东省河源市源城区上城小学 广东 河源 517000)

**摘要**小学思想道德教育的重要目标是立德树人,旨在培养学生具备良好的思想品德,不断提升学生的综合素养。然而目前,在小学思想道德课堂教学中,受应试教育观念的影响,教师仍然采用传统教学方法对学生进行授课,难以有效满足现代教育的实际所需。因此,教师要加强对思想道德课的重视,找寻符合学生实际的教学方法,逐步提升思想道德教学质量。

**关键词**小学;思想品德;教学路径;有效策略

**DOI** 10.12252/j.issn.2096-627X.2019.11.801

小学教育阶段中的思想品德对于培养学生良好的学习行为习惯,树立学生正确的人生观、世界观和价值观意义重大。教师需要将理论分析与实践研究落到实处,关注不同细节要素的分析及解读,引导学生参与不同的学习过程及教学环节,鼓励学生结合已有的生活经验及学习经验举一反三,让学生在自主学习的过程中对其有更加深刻的认知和理解,从而实现个性化成长和发展。

## 一、小学思想品德教学现状

### 1、教育观念滞后

在应试教育下,高分已成为评判学生的唯一标准。由于学生个人能力有着差异化,所以他们的分数也会有所区别。然而在小学教育中,多数家长对于学生思想品德的教育工作极为不重视,这一类家长要求学生语文、数学、英语成绩好就行,对于学生思想品德功课已经到达忽略不计的状态。一些教师也因为工作内容不受重视,以其老旧的教育方式进行教学工作,其教学内容与时代脱节,学生对于这一功课的内容也采取忽略的态度,认为不考,没有必要学习太好,长此以往,师生都忽略该学科的教育内容,无法保证课堂教学质量。

### 2、教学内容单一

小学生虽然年纪小,但其思想意识还是具备的。教师对于教学态度的不重视,也会潜移默化的影响学生。教师对于课程内容忽视,学生听课态度也不会好。两者是相辅相成的关系。所以,教学模式沿用旧的内容,将无法保证课堂教学质量,学生无法真正融入课堂,理解思想平的教育实质,与教学目标要求相左。

### 3、理论运用欠缺

思想品德教育工作更重视学生对于理论知识转化实践的能力,然而这样的考核多数是在课下,教师无法时刻跟随每一位学生,关注他们的一举一动,所以,学生对于教学内容的掌握与运用,教师只能从考试成绩及学生课堂的表现进行判定,同时,教师若没有对学生进行良好的理论联系实际,学生将无法将所学内容运用到生活之中,无法提升教学实质。

## 二、小学思想品德教学的有效策略

### 1、借助媒体资源激发学生的兴趣

兴趣是学生在学习中的动力,也是学生最好的老师。结合小学思想道德教学现状,教师可借助教学多媒体设备,在课堂中插入学生感兴趣的音乐、动画等,调动学生的学习兴趣,也有助于更好地活跃学生的学习思维,相较传统的理论式灌输方

法更能加深学生对知识的理解程度。

例如,在讲解礼貌待人教学内容时,课前教师有意调查学生的兴趣爱好,备课时筛选学生更易主动接受的动画片,如《蓝猫淘气3000问》《星达丘快乐学园》等,课上播放与教学主题相关的片段。选用符合小学生兴趣特点的动画,配合礼貌待人的演示图片,便于为学生学习营造轻松、愉悦的环境。为更好地吸引学生的注意力,教师组织学生模仿与人相处时,如何礼貌待人的情境,以小组为单位开展模拟活动,引导学生积极参与课堂互动针对模仿过程中出现的问题,如有的学生与他人相处时过于看重自己的感受,或是对他人大喊大叫,或是指示别人干这干那,教师借机向学生灌输与他人相处时正确的交往理念,要礼貌待人而非以自我感受为尊。通过相关活动的实施,带领学生思考自己在生活中有没有做到礼貌待人,以及日后的改进方向,便于学生正确认识礼貌待人的重要性。

#### 2、角色扮演,演绎精彩课堂

作为一种创造性的教学策略和教学手段,角色扮演在实践应用过程中备受教师的好评,并具有良好的教学效果。教师要以学生为主体,在理解和尊重学生的过程中了解学生的兴趣爱好,让学生自主选择比较感兴趣的角色,并通过角色扮演构建精彩课堂,让学生对所学知识有一个深刻的理解,从而在个人学习能动性的引导下主动进行反思和总结。教师要了解学生对不同角色人物的认知和理解能力,引导学生揣摩人物的内心世界,真正实现角色的灵活性及生动性。

例如,学习《读懂爸爸妈妈的心》一课时,教师首先指导学生扮演爸爸妈妈,在角色互换中意识到父母的不易和良苦用心。教师只需在坚持学生主体地位的同时,给予学生相应的辅导和帮助,将课堂的主动权交给学生,鼓励学生自主选择和自主实践,在完成前期的主体课程教学环节后,以引导者的身份鼓励学生总结个人在角色扮演过程中的收获,以简单奖励的形式让学生意识到自己在思想品德学习中的不足,从而主动调整个人学习和行为方向,真正实现学习能力及学习水平的综合提升。这种以学生为主体的课堂教学实践形式,能够让学生学会换位思考,学会体

谅父母的难处,并且在完成个人学习任务之后,能够主动为家长分担家务。

#### 3、增加社会实践活动

思想品德重视学生理论与实践相结合的能力培养,从而形成高尚的思想道德品质。教师可以结合生活中经常发生的事情对学生情感进行感化,从而提升学生对于知识的吸收与理解。

例如,在学习《礼貌待人暖人心》内容中,就可以社会实践的方式,让学生回顾下自身,有没有哪一课忽略以礼待人的问题?如心情不好,将脾气发泄在小伙伴身上?通过本节课程的学习,在今后的生活中,要主动向周边的邻居问好,发现同学有困难时,及时提供帮助,以礼待人,在潜移默化中提升自身的道德品质。

#### 4、创新评价方式,培养学生综合能力

思想品德课程的教育不能单独以学生的考试成绩来作为学生价值观的衡量标准,应当以学生的学习过程、方式及生活为主,对学生进行综合评价,帮助学生以正确的观念来实现自身发展,充分发掘学生的闪光点,每个孩子都有自身所具备的优点,利用学生的优点来帮助学生得到发展。从思想课程本身来说,教师所采用传统的机械式教学,虽然在一定程度上有效提升教学质量,但并未达到思想道德建设的目标、对此,教师要创新教学方法和评价机制,及正确的方式来对待师生关系,理解和帮助学生,多给学生鼓励和表扬,引导学生,建立良好的师生关系,通过正确引导,让学生形成良好的思想道德观念。

#### 三、结语

综上所述,思想品德教育是一个极其复杂的过程。在小学思想品德教学中,教师要重视有效教学方法的运用,选择符合小学生实际情况,不断更新教学方法,丰富教学形式内容,帮助学生培养良好的思想品德,从而促进小学生的全面发展。

#### 参考文献

- [1]杨君明.小学思想品德教学新途径初探[J].少男少女,2018,2(36):52.
- [2]李洋.小学思想品德课教学点滴谈[J].人文之友,2018,12(22):237.

## 心理语言学理论对初中英语阅读教学的影响

买尔哈巴·阿力普

(新疆阿图什市第一中学 新疆 阿图什 845350)

**[摘要]**心理语言学产生于20世纪50年代,是一门研究语言活动中的心理过程的学科。心理语言学涉及人类个体如何掌握和运用语言系统,如何在实际交往中使语言系统发挥作用,以及为了掌握和运用这个系统应具有什么知识和能力。随着心理语言学的发展,人们有了很多第二语言教学启示。通过实践,心理语言学对英语教学的影响也逐渐得到了认可。本文通过从心理语言学的角度来分析一堂初中英语阅读课教案来浅谈心理语言学对初中英语阅读教学的影响。

**[关键词]**心理语言学; 阅读教学

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2019.11.802

### 一、心理语言学对英语教学的应用

随着心理语言学的发展,它在英语教学领域中的用途也越来越广。心理语言学的研究成果可用于指导英语教学中的词汇、听力、口语、阅读、写作及语法教学。教师在教授新的知识时,尽可能地让学生对所学知识产生联想。比如:讲到一个新的单词,让学生联想它的近义词、反义词,联想与这个单词拼写相似的其他单词。这样的联想方式,能够让学生在头脑中对所学知识形成一个知识体系,有助于记忆。心理语言学从心理过程和心理机制的角度来研究人类的语言活动特点。教师在教学过程中不仅要注重讲授新的语言知识,也要重视学生在接受语言知识的心理过程。因此,教师要正确认识到心理语言学理论对教学的应用。

### 二、教案

新目标人教版八年级下册Unit 7: What's the highest mountain in the world? (Section B 2a-2e)

#### 1. 教学目标:

(1) 通过本节课的互动,让同学们学习和巩固Section B 话题下的词汇、句型及语法知识点;

(2) 通过pre-reading的造句练习,学生能够运用所学的单词与短语复习之前所学的关于熊猫的知识。

(3) 通过阅读教师引导学生了解大熊猫的生存现状,培养学生保护动物的意识。

#### 2. 教学重难点:

(1) 教学重点: 1) 掌握快速阅读方法并找出阅读当中重要的信息。2) 能够正确理解文本并完成相关练习。

(2) 教学难点: 1) 能够用所学知识讲述熊猫长相及生活习惯。2) 能够用自己的语言来陈述文本。

#### 3. 教学步骤:

##### Step1: 导入

(1) 放一段讲述野生动物生活的视频。(2分钟) (2) 向学生提问不认识视频上的那些动物,关于它们知道多少,我们应该怎么保护它们等,请个别学生谈谈自己的想法(3分钟) (3) 通过自己在这些动物里面最喜欢的动物是熊猫,因为它是中国的国宝,象征着和平、吉祥来导入新课。(1分钟)

##### Step2: Pre-reading

(1) 让学生仔细看2a框内的单词与短语,并让他们用这些单词与短语写一写有关熊猫的句子。(2分钟) (2) 让四个学生一组互相分享自己写的句子,最后请个别学生起来给全班学生念一念。

##### Step3: While-reading

用阅读圈模式让六个学生一组,并让他们选择自己的角色。(1) 阅读组长: 根据文章内容设计4个问题且组织小组讨论。(2) 总结概况者: 对这篇文章进行概括总结。(3) 文化联结者: 结合文本,找出熊猫与中国文化的联系。(4) 实际生

活联结者: 在文中寻找和实际生活相关或相似的现象。(5) 词汇大师: 找出文中重点单词、短语及语法结构。(6) 篇章解读者: 找出并解释文中有特殊含义的段落。

#### Step4: Presentation

请各组学生展示自己的任务完成情况,最后教师作出评价并进行总结。

### 三、分析

教案第一步骤采用了播放有关野生动物的视频来导入新课,通过视频让学生产生好奇心,提高学生兴趣来切入主题,运用了布鲁纳的认知发现理论。布鲁纳认为,学习的过程实际上是人们利用已有的认知结构,对新的知识经验进行加工改造并形成新的认知结构的过程。本教案第一步骤通过播放有关阅读文章的视频和第二步骤阅读前让学生用给出的单词、短语写出本文相关的句子来体现了认知发现理论。让学生先利用自己已有的知识来给出自己的想法,在后面的教学步骤中对本节课的新知识进行加工改造并形成新的认知结构。

教案第三步骤为了让每一个学生能够参与到课堂中,运用了“阅读圈”教学法,体现了人本主义教育。这是一种以学生为中心,以发展学生的自我潜能和价值为目标的人本主义教育观。在这样的教学模式教师不再是管理者、控制者,而是学生学习的促进者;学生与教师、学生与学生之间都是平等的,学生能够愉快地学习,也有助于他们心理健康。因此教师在教学过程中一定要重视学生的心理变化。在此环节学生完成任务时,教师应该鼓励他们主动参与,发挥自己的潜能。

### 四、结语

阅读是一个复杂的心理活动,良好的心理素质是正确阅读的前提。如何引导学生运用各种技能又快有准确地理解文章是教师的主要任务。义务教育阶段英语课程标准的总目标是:培养学生的综合语言运用能力。综合语言运用能力包括学生情感态度的发展,积极的情感态度有利于促进学生综合语言运用能力的形成与发展。因此教师在阅读教学时不能忽视学生心理特征,应参考心理语言学的相关理论、关注学生的心理,从而优化教学、促进教学的发展。上述教案设计看似简单,但是能够全面观察学生心理活动,让他们积极参与本课堂并完成自己的任务。心理语言学与英语阅读教学有着重要的影响。因此英语教师要将心理语言学的理论与阅读教学更好的结合,了解学生阅读的心理,让以往枯燥的阅读变成愉快的课堂活动,从而提高学生学习英语的兴趣,提高阅读教学质量。

#### 参考文献

- [1]黄慧.心理语言学理论在英语教学中的应用——教案设计及分析[J].校园英语,2014,(6):96-96.
- [2]宗云.心理语言学理论在英语阅读课中的运用[J].吉林省教育学院学报:下旬,2009:94-95.
- [3]李蓓.心理语言学与英语教学[J].考试周刊,2009(7):120-121.
- [4]田力羽.社会心理语言学理论在高职院校英语教学中的应用[J].读书文摘,2014(12):37-38.