



编者按

正值暑假,在全国各地,年度大戏“手机争夺战”正在不同的家长与孩子间展开着。其中,农村片区的“战况”尤其激烈。

据《中国青年报》报道,每个工作日,家住江苏省如东县某村的李平(化名)都要带着一大包电子产品——里面有平板电脑、笔记本电脑、两个手机、电话手表等,去工厂上班。她在家安装了摄像头,实时掌控儿子在家的一举一动。但最近,她发现摄像头经常会被窗帘遮住一大半镜头。对此,儿子的回复是:“拉窗帘时不小心碰到了。”

村里正在与手机等电子产品进行斗争的家庭还有很多。有的孩子与爷爷奶奶同住,趁着老人睡觉,孩子偷偷翻出手机对着老人的脸“一刷”,手机立刻就解锁了;有的孩子一有机会就坐到家里老式的台

式电脑前打游戏;还有的孩子这边谎称去同学家玩,那边则一头扎进网吧。

张天(化名)的女儿在一所农村中学念初一。暑假期间,她在镇上给女儿报了5个班,每天3节课,“学校老师布置了不少作业,加上这些培训班,差不多可以填满两个月”。

暑假期间,在一些经济发达省份的农村地区,各种培训已经直达乡镇一级,尚能与手机“争一争”孩子。但在一些经济欠发达省份,农村的孩子们无论是继续留守在农村,还是跟着父母进城,不少孩子都会“陷入”手机短视频和网络游戏中。

面对这些问题,应该怎么办?

别让“信息高地”变为“成长荒地”

任锐

让孩子学会正确使用手机、高效分配精力、合理安排生活,是一道社会各方都要面对的必答题。未成年人正处在三观养成期、习惯培养期、成长加速期,沉迷游戏和短视频的风险相对更大。近年来,各中小学普遍在规范学生使用电子设备上想办法、下功夫。从宣介教育、校园安检,到集中存放、抽查考核,学生在校期间使用电子设备的时长、频次和方式往往能控制在相对科学合理的范围内。

寒暑假期间,学校教育的暂时淡出让家长成为监督的主体。但在“手机争夺战”中,家长客观上面临着诸多挑战。

比如,一些“双职工”家庭的家长在面对“全职”未成年子女时,往往显得精力不足、力不从心。有媒体报道称,江苏如东一位家长每天上班都要带走一大包电子产品,并在家中加装摄像头,关注孩子的一举一动。最近这位家长发现,白天时摄像头经常被遮住大半,孩子的回复是“拉窗帘时不小心碰到的”。“硬监督”遇上“软钉子”,从这个细节看,让家长时刻管住孩子、

杜绝沉迷,挑战委实不小。

家长还可能遭遇年龄、经验带来的“降维打击”。未成年人乐于探索、善于学习、长于记忆,面对迭代迅速的电子产品、花样翻新的程序应用、日新月异的互动方式时往往更得心应手。一些孩子编个借口去玩实则扎进网吧、趁家人午睡时“偷”脸刷开手机、动些小心思绕过“青少年模式”等,可能让监督教育的有效性大打折扣。

相比于城市,一些农村地区的“手机争夺战”更值得关注。报告显示,未成年人网络使用存在城乡差异,农村地区未成年网民呈现长时间上网情况更突出、使用休闲娱乐类应用比例较高、使用学习资讯类应用比例较低的特点。调查发现,部分农村地区缺乏有效的假期托管、辅导服务,家庭教育缺位的现象广泛存在。这凸显了让农村地区孩子“放下手机”、解决沉迷手机问题的重要性和紧迫性。

手机是把“双刃剑”。移动互联网已然成为今日的基础设施、明日的技术驱动,但耽于网络、溺于游戏、困于斗室、

因于“茧房”的“手机病”“网瘾症”也可能影响工作效率、学习效果乃至身体健康。从这个意义上说,会用网络、用好网络、具备合格的媒介素养是数字时代的“基本功”,打好“手机争夺战”就是打好“学习成长保护战”。

一段时间以来,相关部门出台一系列措施,为未成年人上网用网保驾护航。互联网企业与平台落实改进“青少年模式”,营造清朗、有益的成长环境;教育部门采用德育、纪律、技术等不同手段,引导规范学生在校手机使用行为。作为孩子的“第一任老师”,家长更应以身作则、“疏堵结合”,引领、陪伴孩子在丰富、鲜活的现实世界中茁壮成长。不让手机这个“信息高地”变成“成长荒地”,需要凝聚社会各方更强大的合力。

家长要有效地帮助孩子管理好手机

黄晓婷

手机的过多使用会让自控力较差的青少年沉迷其中,引起了家长们的担忧,甚至在“手机争夺战”中产生亲子冲突。其实,家长要客观看待使用手机的利弊,有效帮助孩子管理好手机。

青少年使用手机有利也有弊。弊的方面,过多地使用手机对青少年产生了不利影响:影响学业;影响身心健康,易导致视力减退、颈椎变形、睡眠节律紊乱等身体上的不适感,长期沉迷于网络易和现实生活产生脱节,出现认知片面、情绪失调、行为冲动等不良心理反应;影响社会化进程,长期自我封闭于狭小的网络空间中,易造成无法与现实中的同伴、老师、家人正常交流的情况。

但也要客观看,手机对青少年健康成长有促进作用:手机的强大学习、搜索功能可满足青少年探索世界的需求;手机上的娱乐视频、综艺节目、体育栏目等可以帮助青少年平和心境,调节情绪,缓解压力;手机是实现跨越空间学习的工具,方便快捷,便于师生、同学之间沟通交流,形成彼此的支持与助力。

要想得其利减其弊,家长要有效地帮助孩子管理好手机。

首先,厘清孩子依赖手机的真正原因,满足真实心理需求。孩子沉迷于手机的行为往往只是一种表象,在行为背后有着各种各样的心理需求。例如:因为父母比较忙,对孩子的陪伴和关注较少,孩子通过手机的缤纷世界来缓解孤独或者引起家长的注意;或是在现实生活中孩子很少被认可,因而在虚拟世界中寻找“成就感”;或是缺少朋友、不会沟通、不敢展现自己,利用手机网络的隐秘性来建立新的关系或表现真实自己等。作为家长,我们要找到孩子内在的真实心理需要,否则简单粗暴地没收手机,只会加重亲子冲突和矛盾。

其次,家长要引导孩子利用手机

探索新知,做有益成长的事情。青少年正处于身心快速发展时期,伴随着思维水平的提升,其分析问题、解决问题的能力也在不断提高。家长可以借助手机这一现代生活中的信息工具,与孩子共同探索未知,引导孩子利用手机做有益成长的事情,满足孩子探索世界、自我成长的需求。

再次,合理设置“青少年模式”,主动屏蔽不良信息干扰。

最后,制定手机使用行为契约,增强孩子自我管理能力和孩子共同制定“手机使用规则”,家长要耐心听取孩子的意见,帮助孩子明确需要改进的行为,将目标与措施制定得具体、明确、可操作,同时设立奖惩方案,家长与孩子共同遵守、相互监督,以此增强孩子的自控能力,学会对自己的行为负责。

值得注意的是,让孩子做出行为改变前,家长要首先反思自己的行为,以身作则,自觉约束自己使用手机的时间和频率,为孩子合理使用手机做出良好的示范。同时,家长要转变教养方式,尊重孩子,学会倾听,勤于沟通交流,引导孩子合理发泄情绪,采取正确的方式面对和解决问题。

打赢“手机争夺战”需要有新的教育理念

熊丙奇

眼下正值暑假,在全国各地,年度大戏“手机争夺战”正在不同的家长与孩子间展开着。这其中,农村片区的“战况”尤其激烈。

在广大农村地区,中小學生中有不少留守青少年。对这一群体来说,到了暑假,学校和老师的约束暂时消失,家中充当“家长”角色的祖辈在管理时往往有心无力;就算是“候鸟”进了城,父母大多数时间也要忙工作。这种情况下,他们要实现“手机自由”并不困难。据报道,部分农村青少年假期每天使用手机等电子产品的时间超过了10小时。

“手机争夺战”的背后,涉及的其实是教育理念之争。在手机成为学生学习生活的必需品后,家长不应该再与手机争夺学生,禁止或者限制学生使用手机,而应该转变教育理念,引导孩子养成健康的上网、使用手机的习惯,培养孩子的自主学习、自主管理意识。这也是家庭教育最为重要的职责,即重视培养孩子的独立性和责任心。

我国学校教育、家庭教育都存在一个共性问题,代替学生做选择。老师和家长给孩子做好学习、生活的所有安排,孩子只要照着老师和家长的安排去做就可以了。拿使用手机来说,我国明确禁止学生在课堂上使用手机、IPAD等个人电子产品,并要求学生不能把手机带进校园,带进校园的手机要交给学校统一管理。这意味着学生在校内不能使用手机。而离开校园后,由于父母要联系孩子,老师要给学生布置电子作业,学生又不得不使用手机,对于学生在校外、家中使用手机,不少家长采取的方式是严格限制。

学校的严格禁止与家长的严格限制可以管住一时,如果学生自身没有养

成健康的习惯,缺乏自我管理、约束的能力,那么,在离开教师和家长的管束之后,学生就会失控。有关调查显示,我国大学退学的学生,90%因为进大学后沉迷网络游戏。出现这种情况的一个重要原因是,这些大学生在中小学阶段,在教师和家长的管理下,基本不玩手机,而进入大学后,不再有人管,于是放纵,很快就沉迷手机无法自拔。

假期的“手机争夺战”,就是失去外部管理、约束后的手机失控。解决这一问题,有关专家提了不少建议,包括为学生生产专门的非智能手机,建立防未成年人沉迷系统,设立青少年模式等等,这都是从外部管理着手,而非培养学生的自主管理意识和能力。虽然网络、游戏、短视频平台都建立了防未成年人沉迷系统、青少年模式,但只要未成年人缺乏自主管理意识和能力,防沉迷系统、青少年模式就容易被攻破(未成年学生拿着成人账号上网、玩游戏的并不少见)。

打赢“手机争夺战”,不能再用老套的管理、约束思维,而必须有新的教育理念。我国基础教育阶段学校教育、家庭教育都不能再让学生被管理、被规划,而是要对学生进生涯教育,教育、引导学生学会自主管理、自主规划,培养孩子的独立自主意识,学会对自己负责。我国正在推进的“双减”,规定寒暑假、节假日、双休日不得开展学科类培训,就是希望把这些时间交还给学生,由学生自主安排,培养学生的自主意识和能力,发展学生的个性和兴趣。

有的孩子在基础教育阶段在家长的管理下比较听话,家庭不会上演“手机争夺战”,然而等孩子离开家庭进入大学后,问题就暴露出来。家庭

“手机争夺战”呼唤普惠性暑假托管

耿银平

网上有一句非常流行的话:想要毁掉一个孩子吗?那就给他一部手机;微博里还有一篇很热的文章《一位高考落榜生的醒悟:我的梦想,是手机夺走的!》。缺乏自制力的孩子一旦拥有了手机,就不是孩子在控制手机了,而是手机控制了他们。正常的一日三餐等生活节奏被打破,正常的社交、家务活动被漠视。许多孩子沦为了对手机上瘾的“怪兽”,与亲人疏远。

即使已经出现了这种严峻的后果,在外打工的父母也不可能放下工作,立即回家守在孩子们身边,而家庭和社区的管控也无法立即扭转孩子沉迷手机的态势。面对这个难题,或许我们可以借鉴浙江省温州市的暑期托管服务。

据媒体报道,浙江省温州市各县(市、区)教育行政部门暑期托管坚持

自愿参加、志愿服务、公开透明、公益普惠的原则,各县(市、区)教育行政部门根据实际在学生暑假期间安排多期服务,供家长灵活选期,两至三周为一期。每天开始及结束时间与当地正常上下班时间相衔接,便于家长接送,原则上托管时间为每天上午8:30至下午5:30,优先照顾双职工、外来务工人员等暑期看护有困难的家庭子女。通过价位不高的课外活动,解决暑期看护难问题,解决手机泛滥的难题。

暑期托管的积极意义在于,其一,面对城乡孩子“手机难以管控”的乱象,教育行政部门承担起监管监护责任,为孩子健康成长保驾护航,这一举措使公共服务更加完善,也让公共产品更具温度,大大提升了老百姓的满意度和幸福感;其二,通过重新分配教育资源,为暑期有需要的孩子提供普

惠性教育服务,把“没人管”的孩子管起来,把孩子紊乱的节奏慢慢调整过来,回归正常生活,使所谓的手机依赖症等问题有望得到解决;其三,也是最重要的一点,教育行政部门暑假托管让家长们更放心,他们可以安心工作,而不用担心孩子沉迷于手机中。

最近,教育部发布了《关于做好2023年中小学暑期安全工作的通知》,部署做好相关工作,确保广大中小學生暑假期间生命安全、身心健康。面对“手机争夺战”,更多地地方应该投入人力物力,充分利用博物馆、文化馆、纪念馆、科技馆、体育场馆等公共资源,精心组织各类托管服务,提高托管服务水平,弥补监管漏洞,为有需要的学生提供体育、艺术辅导等暑期托管服务,取得家长学生的支持配合,创造更好的成长环境。

