

互动话题

如何疏导孙辈远离网络(之二)

主持人开场白:据了解,家庭环境会影响青少年的上网动机强度,家庭成员之间关系越亲近,互动越频繁,其上网动机就越弱。

嘉宾出场

张治安:尝试过多种办法

重外孙女开学就上小学四年级了。她原本天真烂漫,很惹人喜爱,自从迷上了玩手机,学习每况愈下,一时成了我们的心病。为了帮助她摆脱手机,我尝试过多种办法。

我经常预习她的课程,以求有的放矢,有效辅导。再就是陪玩。在公园,重外孙女骑车、看景,玩得很开心。在书店,重外孙女进入书的海洋,不用我指点看什么,她自己挑选喜欢的书,自己安静地阅读。在国学班,她结识了两个同伴,一起读书、玩乐,很有兴致。我教了一辈子语文,学生们最怵的就是写作文,重外孙女也是如此。我把她妈

狄民建:聊天转移注意力

前两天,我问10岁的小孙女:“你们班有同学戴眼镜吗?”她立即回答:“有。”我问:“有几位呀?”她回答:“有五六位吧。”我问:“他们是什么原因戴上眼镜的?”她说:“大概与看手机有关吧。”我继续问:“你是否想成为你们班下一位戴眼镜的同学呢?”她回答得很干脆:“当然不想。”我说:“为了保护你的眼睛,我提几条建议,行吗?”小孙女说:“当然行。”我说:“其一,每次最多看1个小时手机,然

妈上小学时发表在报纸上的几篇作文和获奖证书拿出来,培养她写作的兴趣。我还把她写的作文拿出来对比:“二年级的作文写了100多字,三年级的作文写了300多字,很有进步啊!”渐渐地,她写作能入门了。暑假,我给她安排了朗读、口述和习作,还做了两支“地书笔”,准备带她到院子里练字。她爸爸在成都工作,要她去那里玩几天。我给她讲了李冰父子修都江堰的故事,还讲了诸葛亮和杜甫的故事,让她去了成都,看看都江堰、武侯祠和杜甫草堂。通过在我的指导下做这些事,重外孙女就没有多少时间玩手机了。

后至少休息10分钟。其二,看手机时必须保持足够远的距离。其三,不能以写作业为理由,延长上网时间。”小孙女点头表示同意。

为了减少小孙女的上网时间,我常常找她聊天,转移她的注意力。比如,问她对一些自然现象的理解。她平时也爱向我提问,我绝不会因为她是孩子而搪塞,总是认真回答。聊天多了,看手机的时间自然就减少了很多。

孙连杰:讲危害 立规矩

孙女上小学四年级。一天,孙女放学回家,见我电脑打字,就催促我收场,好让她玩游戏。头几次我都应允了,可后来觉得总这样迁就,对她学习不利;如果硬性阻挠,她会产生反感。于是,我把沉迷电脑游戏的危害讲给她听。

多年前,我曾被沈阳市新东街道办事处聘任为关工委常务副主任,其中一项工作是劝阻青少年去网吧上网。我讲了几个青少年沉迷网吧学习成绩下降的事例,孙女触动很大,当即表示不再用电脑玩游戏了。我说:“玩游戏能活跃大脑,增强反应能力,有一定的好处,但应该有节制,写完作业玩一会儿也未尝不

于炳绅:以身作则 疏堵结合

如今,沉迷网络的不只是孙辈,父母、祖辈中也大有人在。邻居刘大爷的孙子玩手机着了魔,不分白天晚上,不仅视力减退,而且上课经常走神儿,好几次被老师请家长。刘大爷和孩子的父母没少管束,却被孩子以“你们也没少玩”为理由怼得无地自容。最后,为了能与孙子达成“共识”,刘大爷主动将自己玩手机的时间缩减了三分之二。由此看来,教育孩子远

可,但不能上瘾。”孙女点头接受。

一天下午,我正在电脑前打字,孙女放学回家,站在旁边观看。我打字不熟练,不断出错。孙女说:“爷爷,您休息一会儿,我来帮您打。”我起身让位。孙女接过我的手写稿,从头至尾看了一遍,对生字标注了拼音。随后,她两只小手像弹钢琴似的在键盘上跳跃。对此,我很吃惊,问:“你什么时候学会用拼音打字的?”孙女说:“我上幼儿园时就学会了,敲键盘是我利用玩游戏的机会掌握的。”此后,孙女常把玩游戏的时间用于为我打文稿。我用稿酬给她买了些文具,她帮我打文稿的积极性就更高了。

离网络,还真不是简单的一句“不许”就能奏效的。

孙辈们正处在成长的关键阶段,需要加倍保护视力、保证睡眠,更需要保持身心健康。若想有效地说服孩子,就要以身作则,不能粗暴训斥、强行干涉。作为长辈,既要采取循循善诱、耐心说服的方式,还要有相应的转移其注意力、充实其精神的对策,做到张弛有度、疏堵结合。

主持人发言

为了帮助青少年抵挡手机、电脑的诱惑,家长要努力营造良好的家庭环境和学习氛围。



迟到原因

胡永年/作



钓鱼

上个周末,我带小外孙到河边去钓鱼。我的钓技还是非常不错的,可这天鱼就是不上钩,竟然半天也没钓上一条鱼。

小外孙实在看不下去了,直言不讳地说:“姥爷,您这钓鱼技术跟姜太公相比,差得太远了。”

我问:“这话怎么讲?”

小外孙说:“姜太公用直钩,不挂鱼饵,就有鱼上钩。您鱼饵没少投放,可半天都不见一条鱼上钩。”

王保训/文

本期乐园答案:1.沪; 2.吕; 3.叟; 4.俩; 5.徒; 6.磊。



荷塘丽影

裴振喜/摄

亲情树

陪着父母看奥运

二哥酷爱体育运动,一放暑假便踏上了返乡之路。此番前行,二哥有个重要日程——陪父母看奥运。

父母年过八旬,年轻时就看体育比赛。父亲喜欢看球赛和跳水比赛,比赛规则他都能娓娓道来,而且每届中国运动员的名字他也能对上号。母亲除了爱看球赛之外,还喜欢看田径类比赛。

二哥一到家,便从包里拿出两份打印好的“2024奥运会赛程北京时间表”递给父母。父亲乐得合不拢嘴,母亲拿来笔递给父亲,让他把爱看的比赛项目勾上记号。二哥提醒父母:“中国和法国存在时差,时间要比法国早7个小时,有些比赛在夜里进行,后期可以观看回放。老年人看比赛,还是要保证身体健康第一。”父亲嘴里答应着,眼睛却落在奥运会开幕时间上:“7月27日凌晨一点半开始,电视上说开

幕式在法国巴黎塞纳河畔露天举行,我可不能错过这个观看机会,必须看看我们中国代表团的风采。”母亲也附和着。二哥说:“离开开幕式还有一段时间呢,你们养好身体,到时看精神状况再决定吧!”

为了避免观看奥运会时电视信号不正常,第二天上午,二哥就去有线电视管理部门续费,还请维修人员登门检查了设备。父母家的电视是多年前的小彩电,图像的字幕不是太清楚。我们曾多次提出换台大彩电,父亲始终没答应。下午,二哥悄悄去电器商城买了一台大彩电。大彩电送到家,虽然父亲忍不住责怪二哥没提前跟他商量,但我却看到了父亲脸上的喜悦之情。

“有你陪着看奥运真是太好了,不懂的能及时问,也省得打电话了!”父亲的脸上露出开心的笑容。

王阿丽/文



老有所依

燕赵老年报广告部