



严勇杰 绘

# 父亲用“守护平台”监控玩手游 初二男生深夜躲被窝练小号 专家：游戏“禁玩神器”并非万能

腾讯公司最近推出了一个新功能：“成长守护平台”——家长在“成长守护平台”中，可以通过关联孩子的QQ或微信号，查看孩子的游戏记录、消费记录。最狠的一招，它还有一键禁玩功能。但这款“新式武器”刚推出，就成了宁波不少家长热议的话题，记者昨天对此进行了了解。

## 原因

### 孩子们为什么迷游戏？

和朱先生一样，很多家长都奇怪，王者荣耀这样的游戏怎么那么有魔力？孩子为什么会沉迷游戏？

虞蓉蓉说，要想让孩子适度玩游戏，得弄明白，电子游戏为什么会让孩子这么有吸引力。她从专业角度分析，认为主要是因为玩游戏的时候，孩子很容易得到“即时满足”和“被需要”的感觉，对绝大多数人，尤其是成长阶段的学生来说，这样的感觉实在是太爽了。

“一个孩子在学习上付出努力，得到的奖励是后滞的。比如，花了一天时间好好学习，成绩不可能立竿见影提高，而是要靠长期积累。甚至，努力了一个阶段，还不容易看出进步。这很可能让孩子沮丧、放弃。相比，大多数的手游、网络游戏都采用即时奖励机制。花半个

小时做任务，就能得到装备做奖励；你充钱了，就可以得到更好的装备。这种即时奖励，对孩子太有诱惑力了，能及时得到心理上的满足，欲罢不能。”她说，当父母对孩子学习成绩要求过高，孩子难以达到时，自然会有心理落差。电子游戏很容易补上这个落差。

“还有一种是孩子在游戏中找到被需要的感觉。父母对孩子陪伴不多，孩子觉得自己不被需要，不被重视。在游戏中，他可能是不可或缺的队长，是队友们期待一起并肩战斗的人，是个英雄。这样的感觉，很容易让孩子沉迷。”虞蓉蓉认为，成人也好，孩子也好，如果能在实际生活中找到成就感和被需要的感觉，那电子游戏至多是一种调节和放松的手段，不会沉迷其中不可自拔。

## 建议

### 不应该只看到孩子爱玩游戏的表象

“昨天我给初中的老师们开培训班，也专题讨论了游戏瘾的问题。我们不应该只看到孩子爱玩游戏的表象，更应从内里寻找原因和解决办法。”徐晓虹说，父母应该为孩子提供有效的心理支持系统。

首先，尊重孩子并对孩子适度期待。很多父母容易一开始对孩子过高期待，随着孩子的成长，又过度贬低孩子。这样，很容易让孩子转而在游戏中寻找成就感。其次，要倾听孩子的心声，不要急于下判断。比如，不要一发现孩子玩游戏就横加指责，如果孩子只是偶尔用来消遣和调解是件正常事。

另外，多给孩子提供一些活动选择。比如，组织户外活动等孩子感兴趣的事，让孩子除了游戏还有别的选择。

虞蓉蓉认为，在现在的社会环境中要禁止孩子玩游戏并不现实，关键是，要防范于未然，从孩子接触电子游戏起，家长就要帮助、引导孩子把握好度。比如，约定每次玩游戏的前提条件，每次的时长。

“当孩子小的时候，家长自己沉迷于玩手机，甚至为了省事直接给孩子一台电子设备，往往会埋下祸端。成长期的孩子，天性是对很多事会好奇，喜爱自然。如果父母从小让孩子喜欢郊游，培养他的多种爱好，孩子也很少会沉溺于电子游戏。”

针对时下流行的监控平台、禁玩神器等，虞蓉蓉认为，堵不如疏。家长可以首先和孩子沟通，达成玩游戏时间段、时长等方面的一致意见。然后，再可以通过成长守护平台等来对孩子进行监督，做到双方都遵守契约。

“我个人不建议家长单方面粗暴使用一键禁玩功能。一来，单纯禁是禁不住的；二来会恶化亲子关系，往往引起孩子的强烈反弹，变本加厉地玩游戏。”

“当孩子已经有游戏瘾的时候，家长首先要找自己身上的原因，做出改变。很多有游戏瘾的孩子和父母沟通并不畅通。同时，戒除游戏瘾，是个漫长的过程，往往伴随着反弹，父母也要有心理准备，不要急于求成。”徐晓虹提醒。

记者 王颖

## 案例

### 玩“王者荣耀”后成绩下滑明显

市民朱先生家住高新区，他的儿子今年上初二，本来成绩在班里还算前几，现在勉强只能算中游。

“自从他迷上玩王者荣耀和部落冲突后，成绩明显下来了，每天一门心思和别人比谁的等级高，都搞不清自己是学生还是打游戏的。”朱先生说，儿子的苹果手机是前妻去年送的，自从用了这台手机，他就成了个游戏迷。

“我工作忙，平时也没空盯着他。在他手机里下了个APP监控手机使用时间，平时放学后，或是周末的时候，作业做得很潦草，只想赶紧完成任务玩手游。以前和同学比成绩，现在和同学比谁的级别高，谁的装备好。”

前几天，朱先生看到了朋友圈里大家在转腾讯出的“成长守护平台”。家长只要通过平台关联孩子的QQ或微信号后，就能够查看孩子的消费记录、玩游戏记录。此外，该平台

还能设置消费提醒、玩游戏提醒，同时限制游戏消费的额度和玩游戏的时间段。平台还有“一键禁玩”功能，被大家戏称为“禁玩神器”。

朱先生告诉儿子，平时每天完成作业后，一天可以玩30分钟游戏。周末，一天可以玩1个半小时游戏。“装上当天，我就发现他根本做不到只玩半小时，就训了他一顿，告诉他，再下去就要禁玩了。周三一天，发现他竟然没玩游戏，还想着怎么进步了。周四晚上，他10点就熄灯了。我12点进他房间有点别的事，竟然发现他躲被窝里玩手机，又是王者荣耀。”朱先生很气愤。

儿子承认他玩的是小号，和朱先生在平台上关联的账号没有关系。他儿子还顶嘴：“你禁止我玩，我就只能练小号了。小号等级低，要花更多时间练，装备也要重新买。你以为用个神器就能禁止我玩游戏了，不可能。”

## 现象

### 孩子爱玩电子游戏是很多家长的痛

“孩子爱玩电子游戏是很多男生家长的痛，如果孩子上瘾的话，肯定会严重影响学业和生活。”宁波人和心理咨询中心主任虞蓉蓉说，初中男生玩游戏的比例特别高。因为小学生接触网络、手机的机会少，相对胆子小，零花钱也少。高中的男孩子自制力又相对好一些。初中的男孩子最容易沉迷于电子游戏。

她举例说：“心理门诊中，有很多孩子完全沉溺于游戏世界，可以不吃不睡不出门，全部心思都在打游戏，升级做任务。父母几乎绝望，心理咨询师也很为难，已经很难介入了。”

宁波教育学院科研处专家徐晓虹也表示，从日常接触的案例来看，沉迷于网络游戏的孩子中年龄以初中段居多，基本都是男孩子，还没有

碰到女孩子。“学生沉迷于电子游戏，往往只是个表象。分析内因，往往是对学业失去信心或者是逃避现实。沉迷游戏后，成绩更差，陷入了恶性循环。”徐晓虹分析，从案例来看，沉迷于电子游戏的学生主要来自两类家庭。

一类是父母对孩子要求过高，孩子承受着更大的压力，容易自我否定。另一类是父母对孩子的陪伴、教育不够，往往伴随着父母忙于工作、感情不好、离异家庭等特殊情况。

“以前玩网络游戏，需要用电脑，家长还更容易发现和监控些。这两年，手游风靡，只需要在手机上点点划划就能玩了，更隐蔽。”虞蓉蓉说，手游随时随地都可以玩，更考验孩子的自律。

## 便秘不再靠泻药 膳食而通便

健康常识：“膳食平衡，健康生活”的观念已众所周知。营养师总是这样说：改善膳食结构，多吃粗粮水果；平时多运动……大黄、番泻叶、芦荟、决明子等泻药易损伤肠道神经，诱发黑肠病变、肠道息肉、肠癌。泻药伤身，便秘烦人，怎么办？

【御品膳食通】所有成分源自《国家药食同源目录》或日常食材“黑豆、马齿苋、芹菜叶、金银花、山楂、海藻、绿茶、菊花、赤藓糖醇和低聚果糖”，绝不含任何泻药成分。高浓缩膳食纤维和养生精华，不可溶性膳食纤维发挥“吸水吸油蓬松大便，物理作用促进肠蠕动，清理刷净肠壁积便”并

协同多种“助消化、不上火、偏碱性”药食同源食材，达到“膳食平衡，酸碱平衡，自然排便”的目的。

每天仅需晚餐后补充一次，8—12小时定时、舒适、自然排便，使用量随排便舒适度逐步减量，乃至停食、隔日食或以小剂量维持。

为严禁假冒伪劣，御品膳食通专利号：ZL201210112836.1，产品仅在【御品膳食通专卖店】有售。专卖店庄承诺：专家咨询、无效退款！

咨询电话：0574-87160402

御品膳食通专卖店地址：宁波市海曙区前丰街41号(中山西路天一园公交车站旁前丰桥进来100米)可乘12、16、238、301、512、528路到天一园公交车站下车

## 宁波都市传媒有限公司《宁波晚报》、《东南商报》 医保美广告独家代理项目中标公示

一、项目名称：《宁波晚报》、《东南商报》2017年5月-12月医保美行业广告独家代理

二、开标时间：2017年4月14日

三、公示时间：2017年4月15日至2017年4月19日

四、预中标单位：宁波天视广告有限公司

五、投诉处理：公示期间，投标人或其他利害关系人对评标结果有异议的，或认为评标过程及结果不符合法律、行政法规规定的，可以自知道或应当知道之日起5日内，依法向监督部门书面投诉。

监督部门名称：宁波日报报业集团纪委

联系电话：0574-87682581

联系地址：宁波市灵桥路768号报业集团大楼5楼(因搬迁，4月17日起联系地址为：宁波市鄞州区宁东路901号宁波报业传媒大厦6楼)