

“五项管理”来了·手机

# 手机并非“洪水猛兽” 疏堵结合才能让学生远离“游戏瘾”

“手机禁止带入课堂”“重点关注沉溺手机网络等情况……”近日,宁波出台《关于加强全市中小学“五项管理”工作的通知》,其中涉及手机使用问题,再次出台禁令划“红线”,很多老师、家长对此表示肯定。这件事,从表面看是“管理手机”,实际上是对未成年人心理、行为、习惯的正向引导。

□现代金报 | 甬上教育  
记者 樊莹



## A 亟待关注 不少“10后”已是“资深网民”

现在,很多家长给孩子配手机,初衷是为了方便上下学接送、了解孩子在校学习状况等。但手机到了孩子手上,可能就变了味。

“打电话、与父母联系这些事情依然会做,但不是主要目的,更多时候用手机打游戏、刷短视频、追剧等。”国家二级心理咨询师、余姚市东风小学教育集团心理健康教育负责人祝如红说。

她提到,一些家长在认识上有误区,觉得孩子年纪小,玩手机不会那么快上瘾。为了让孩子听话,他们以手机上打游戏或刷短视频作为学习奖励,或者为了孩子不烦扰到自己,干脆给孩子让孩子自己玩,结果孩子深陷其中无法自拔。

“祝老师,我后悔了,儿子打手机游戏已经上瘾,半夜拿走我们的手机玩,学习成绩一落千丈,怎么办啊?”一位初中家长就曾来求助。

原来,这位家长的孩子在读小学五六年级时,常常以写完作业放松一下为由,要求玩手机游戏,从几分钟到几十分钟。起初家长没引起重视,后来上初中后孩子“手机瘾”越来越大,时时刻刻都想玩手机,收走手机后还想方设法拿爸妈、姐姐的手机玩,不让玩还会激烈反抗,甚至“扬言”不去上学。

宁波市东恩中学心理老师罗锋敏对本校学生使用手机情况做过一个专门的数据分析。通过抽样调查发现,98.2%的学生初一时拥有自己的手机,40.32%的学生每天使用手机(在家)1—2小时,主要是用来聊天、打游戏、刷视频等。调查中,超八成的学生认为“没有手机,会影响到学习和生活”,接近半数的学生表示一天不玩手机会很无聊。

随着智能手机的普及,网民“首次触网年龄”明显提前,不少05后、10后已经是“资深网民”了,由此出现许多新现象,亟待关注和重视。

◀宁波七中学生分享了对手机的想法。

▼宁波七中老师以手机为主题开展主题班会。

通讯员 张文彬供图

## B 探索和试行 宁波不少学校出台管理措施

加强中小学生手机管理迫在眉睫。今年初,教育部下发关于加强中小学生手机管理工作的通知,省教育厅、市教育局也相继提出工作要求。这次通知,再次强调手机禁入课堂,同时对家长、老师、学校该扮演什么样的角色也进行指导说明。

其实,宁波不少学校早早出台学生手机管理相关措施。在鄞州区潘火实验中学,有个绿卡学子评选制度。只要是自律能力较强、在校表现较好的学生,可以根据其表现程度依次佩戴颜色不一的胸章。特别是拿到绿卡的学生,在携带和使用通讯工具方面,有着更多的自由。“学生可以佩戴电话手表,采取入校关机、离校开机、自己保管。当然,这些通讯工具是严禁带入课堂的。”潘火实验中学校长颜军岳表示。

宁波市新城第一实验学校,引入“电子学生证”。这个电子学生证具有通话功能,能够储存三个亲人的电话,并能够省内定位。余姚市职业技术学校所有学生,原则上不得将个人手机带入校园,确有将手机带入校园需求的,须经学生家长同意,进校后手机交由老师统一保管,禁止带入课堂。

这学期起,惠贞书院将学校管理手机的规章制度,以告家长书的形式发到每一个家长的手上,提倡家长在家中和孩子进行手机使用时间的协商,自觉设定手机使用时间,让孩子减少游戏时间,拒绝短视频等没有营养、极其容易消耗时间的软件。碰到学生因特殊原因需要带通讯工具,如老年机、电话手表等非智能手机,进入校园需由监护人填写申请表,经批准后方可带入校园。手机关机后统一放置在教室内的“手机保管箱”。

## C 手机“无罪” 关键在于学生能否自律

手机管理作为老生常谈的话题,很长一段时间工作开展并不容易。究其原因,采访中一些老师直言,学生内心的抵触心理是关键性因素,部分家长因害怕孩子有逆反心理不愿意配合,渐渐形成“恶性循环”。

上个月底,浙江五地德育特级、正高级教师齐聚宁波七中,开展“合理使用手机”主题教育研讨活动。五位特级、正高级教师认为,如何提升学生自律水平值得所有一线班主任和德育工作者进一步思考和探讨。

其中,正高级教师、省农村教师突出贡献奖、宁波市名校长吴建岳说,手机是“无罪”的,关键在于人是否自律,问题在人身上,教师应该做的是教会学生如何合理使用。省特级教师、正高级教师、宁波市镇海区龙赛中学校长厉佳旭也表示,在现实中确实存在不少因为手机而导致的异化现象,部分学生将手机视为“生命”,沉溺于手机,无法区别现实世界与虚拟世界,需要老师、家长更多的引导。

“关于手机上瘾,使用只是表象,更要关注其背后的心理需求。”祝如红和罗锋敏两位老师从心理层面分析,孩子在每个阶段都有不同的需要,比如需要人际关系,需要高品质的亲子关系,需要信任感、价值感、成就感等。如果这些在现实中很难获得,那么就会容易转向手机从虚拟世界中获得。

罗锋敏老师建议,防止孩子沉迷手机,关键不是决定几岁给他手机,而是教会孩子,如何防止对无意义事物的沉迷。家长需要多和孩子讨论电子产品在生活中扮演的角色,如何使用这些工具才是适当的。需要先让孩子知道使用手机的责任和使用的规范,然后才来思考要不要给手机。“禁手机”并不是最重要的,学生端正心态和行为习惯才是根本。

此外,还有家长呼吁:“最近一些学校附近小卖部开始每天2元、5元的价格将手机出租给中小学生,有的店里还能直接花50元、100元买到一部智能手机。商家的这种方式,相当于变相地助推学生沉迷手机,希望这件事能引起社会的关注。”

