

慧妈手记

家庭教育·成长改变类栏目

儿子，网课可不是“玩课”

慧妈简介 >>

向娟

一级作家，湖南省作协创研室副主任，出版《星星亮晶晶》《苍灵渡》《咸雪》等多部作品。

儿子尘尘，13岁。热衷于放养式育儿，和儿子一起成长的妈妈。



因为新冠肺炎疫情，学校一直没有开学，孩子们也就只能待在家，好在教育部门重视，及时推出了网课，这几乎可以说是一种全新的体验。虽然网络课堂早就有了，但是任课老师亲自上网课，对学生来说还是少有的课堂形式。

按照老师的要求下载了一堆手机APP，除了练习英语的“口语100”，还有布置和检查作业的“班级优化大师”，加上原本就有的班级微信群，以及各种小程序，用来每日疫情报备、每天课程打卡、背诵监督签名、默写家长登记……让孩子使用手机已经回避不了，各种通知、作业、打卡任务的完成，自然而然地逐渐由儿子尘尘自己承担。虽然已是半大小子，但毕竟还是个孩子，难有那么强的自控能力，好几次，我发现儿子完成了应当的操作之后偷偷玩游戏——继电脑被禁之后，手机打开了一扇方便之门。

青春期的孩子自尊心特别强，也特别敏感，如果家长太过专制，反而会激发孩子的逆反心理。我采取了一种温柔的方式，利用孩子的敏感，又不去伤及孩子的自尊，不批评、不指出、不干涉，但该管还得管——你用手机我看着，在旁边全程陪同，用完手机我拿走，诶，这毕竟是我的手机不是，我还得用呢。

我不说破，尘尘也不吭声，两相沉默间，母子俩其实心知肚明，问题至此算是得到了初步解决，虽然这得占用大量的时间。

随着全面复工复产，我也要上班了，手机就得被长时间带离“犯罪现场”。这无疑有利于事态朝良性方向发展，但新的问题随之又出现了。家长离开，上网课便没有了监督，躺在沙发上，听课吃东西……用尘尘的话说“这样并没有影响我听讲”。但我认为“站有站相，坐有坐相，听课就应该有听课的样子”，尘尘则辩驳“这又不是正式上课”。我发现，面对青春期孩子的某些主张，有时候真是“秀才碰到兵，有理说不清”。

跟其他妈妈沟通，好些也反映家长上班后没办法管制孩子，网课的播放形同虚设，孩子们想吃的吃，想喝的喝，想睡的睡，想干嘛就干嘛。面对孩子的各种“玩课”，妈妈们无法不纠结。

形势很快就发生了变化。开学时间再次推迟，着急的显然不止家长和孩子，还有老师们。短短几天课本快递送达各家，3月8日家长们接到通知说次日即刻在网络上正式开课，上课作息与平时无异，课表已经排好，各科任课老师通过腾讯会议的软件进

行授课，可以视频跟同学互动，而班主任远程在线督促。

孩子们虽然不用走进学校，但早读、自习、班会、课间一应俱全，就连周一早上的升旗仪式都必须着校服拍照考勤。这意味着，虽然还是网课，但形式发生了根本性的转变，一切都走上了正轨。老师们安排得周全，但第一天还是遭遇了各种状况不断：整个画面黑屏，手机联系指导老师捣鼓了半天，才调成各个同学的摄像头切割画面，还没有看到老师，下课的时间就到了；还有老师把摄像头对准自己，一堂课都是他一个人纵情播报，哪怕他手指过去“大家看啊……”，同学们依然除了他的脸什么都看不到，板书在哪里？老师竟然没想到摄像头要对着自己的电脑屏幕。

这还不算最糟糕的，有位老师因为软件操作不熟，把自己给静音了，同学们在聊天框里此起彼伏地呼唤，老师没有任何反应，这时大家想到老师可能是为了不打扰讲课把聊天页面最小化了，讲课太投入根本没去想点开查看，无奈只好打他手机，老师居然敬业到上课时间关机了！

第一天正式网课结束，晚上班级群里反馈情况，有老师抱怨课堂不活跃，最后才弄清楚是她自己掉线了，同学们白坐一堂课；班主任批评学生各种点名不应答，大家不得不集体申辩，老师您讲话一直卡，一直卡，卡了一堂课，一句话也听不清……当然学生们也是意外频出，有不知道开启摄像头和麦克风的，一不小心弄歪了摄像头始终朝着天花板的，有忘记了关麦克风导致课堂杂音嘈杂的，有错点了视频共享让同学和老师一起抓狂的……为了儿子的实时网络课，各种设施的调试，我也被折腾出了一身老汗，太能理解老师们因为疫情被赶着鸭子上架的实时授课有多不容易。

不过几天时间，老师们逐渐对操作得心应手，同学们也逐步适应课堂节奏。我发现儿子从一开始的关注摄像头慢慢转变成了无视，他似乎进入了正规课堂模式，当他开始有意识地认真学习，有没有摄像头对着已经不重要了。

目前，老师布置、检查作业和查阅课堂笔记等等依然是通过手机，但尘妈不再像从前那样全方位防控，而是给儿子单独配备了一台手机，不进行过多的干预。在网课从家长督导到老师介入的变迁过程中，我意识到，所谓外因靠内因起作用，网课不是“玩课”，要做到有没有家长监督都是一样的效果，完全取决于孩子自身。严防死守其实并不能从根本上解决问题，正因为孩子自律能力有待提高，所以更要给他成长空间，让他实现自我控制，完成自我成长。

家庭教育·咨询互动类栏目

辣妈研习院

王建平博士家庭教育
比脑题

编者按

相信对于每一位妈妈来说，有了孩子之后的日子，总是一半甜蜜、一半烦恼。甜蜜于孩子成长每一天所带来的欣喜，烦恼于孩子成长路上层出不穷的难题。今日女报“辣妈联萌”版特开辟《辣妈研习院》栏目，邀请资深亲子专家来为爸爸妈妈们解答育儿中的烦恼和难题。



欢迎关注凤网辣妈联萌微信公众号（ID搜索 fengonemama 或扫描上面二维码），给我们留言、投稿和交流，让我们一起在育儿的路上升级打怪……

疫情期间孩子沉迷网络游戏咋办

因为疫情的影响，现在在全国大多数地方的学校都还没有开学，孩子们都宅在家里上网课。最近，有不少妈妈在我们亲子公众号辣妈联萌后台留言说，有些孩子上网课不自觉，趁大人不在就偷偷开始在网上打游戏。还有些孩子在家宅久了，玩游戏时间开始得

寸进尺地延长，从20分钟，到30分钟，再到40分钟……然后，原来喜欢的阅读也变得不上心，做作业也要和你讨价还价，每天脑袋里都在琢磨怎么做才能赢得游戏时间。家长们担心，这样下去肯定会影响正常的学习生活，要如何干预才好呢？



四个锦囊助孩子摆脱网络游戏控制



亲子专家：王建平博士

孩子长时间宅在家里，又缺乏人际交往的机会，肯定会感到无聊没趣，而网络游戏正好填补了这种空虚，对孩子有很大吸引力。再加上现在学校都要求上网课，孩子们捧着手机的时间就更长，所以这段时间，家长要特别注意孩子玩手机和上网的问题，不要让孩子玩游戏上瘾。怎么做呢？我有四点小建议。

第一，家长要做好榜样，减少在孩子面前玩手机的时间，多看看书，多做运动、美食，多跟孩子分享生活当中的美好。如果你整天拿着手机不离手，却要孩子少玩手机，孩子会听你的吗？父母是孩子的第一任老师，孩子不是看父母怎么说，而是看父母怎么做的。

第二，我们要跟孩子们定好规矩，什么时间段可以看电视，什么时间段可以玩游戏，制定一个作息时间表出来，可以让他自己来设定，家长负责把控。孩子觉得自己的意见得到了大人足够的

尊重，会更乐意去遵守这个规定。

第三，鼓励孩子发展兴趣爱好。比如，有的孩子可能在学钢琴，学画画等等，可现在没有老师面对面指导了怎么办？家长可以在网上找1对1的在线老师来辅导。只要是孩子感兴趣的爱好，家长都要鼓励孩子，并且创造条件坚持下去，孩子兴趣爱好广泛了，手机游戏就不再会是必需品。

第四，注意高质量的亲子陪伴。家长利用好这段时间，用心和孩子沟通，陪伴孩子，多安排一些让孩子感兴趣、有存在感和成就感的活动来帮助孩子打发时间。现在一些学校组织的网络才艺展示活动就很不错，不但让他们手里有活干，还能增加跟老师和同学的情感互动；平时呢，家长还可以跟孩子一起研究一道美食、一起探讨一部电影等等。和孩子建立起朋友式的沟通交流方式，良好的亲子关系建立起来后，孩子自然不会再依赖手机游戏来打发时间和寄托情感了。

