

孩子暑假成了“手机控” 家长咋办

专家建议:家长应多陪孩子 转移注意力

□策划/谭艺君
执行/本报记者 潘丽亚

经过十多天的假期生活,不少家长发现,自从放暑假后,孩子变成了“手机控”,吃饭、外出甚至上厕所都手捧手机,各种办法用尽,家长也难以管住“熊孩子”们玩手机。

孩子每天手机不离手

“闺女自从放假,基本上除了睡觉时间,手机就不离手,我都快愁死了。”7月12日上午,市民李女士说,她的女儿今年中考结束后,因为身体原因并没有去上辅导班,她准备让孩子在家好好休息,可是没想到孩子每天拿着手机,要么躺在床上看,要么躺在沙发上看,基本手机都没离开过。

“孩子大了,有时候要和同学联系,不可能不接触手机,但没想到这个假期这么依赖手机,谈心也谈了,吵也吵了,就是没效果。”李女士说,平时孩子一

个人在家,也不怎么做家务,基本上就是捧着手机。李女士注意观察了一下,女儿拿着手机基本上就是和同学聊QQ、看综艺节目、看小说。虽然看的内容没有什么,但她总感觉孩子整天捧着手机窝在床上,对眼睛不好,人也没精神了。

多数孩子变“手机控”

记者采访了十多位有孩子的家长,大多数家长表示自家孩子假期里玩手机玩得有点疯,基本上变成了“手机控”。

“我家孙子也这样,整天拿着个手机玩儿。”家住市区天元明珠小区的邓女士说,她孙子过了暑假该上初二了,现在每天除了上午去上辅导班外,其余时间不是玩电脑,就是玩手机。

家住辽河路与崂山路交叉口附近的曹女士说,看着孩子玩手机,她有时候恨不得把手机给摔了。“干啥事儿都拿着手机,昨天去卫生间洗澡也把手机放在旁

边,结果不小心手机摔坏了,今天就吵着让我给他买部新的。”曹女士说她儿子上小学五年级,平时没有专门给他配手机,家里有两部旧手机,孩子有时拿着上微信、玩小游戏。放暑假后,她感觉孩子过分依赖手机,甚至连电视都不怎么看,天天拿着手机窝在房间里玩游戏、看动画片。曹女士说她正考虑给孩子制订个玩手机的规则,看能否让孩子合理玩手机。

多陪孩子转移注意力

对于家长们的担忧,国家二级心理咨询师邹冬妮表示,处于中小学阶段的孩子,基本上都没有较强的自控能力,如果家长使用一味地堵、禁止的方式,很容易让孩子产生逆反的心理,建议家长通过平和的沟通、摆事实讲道理的方式,和孩子达成共识。

漯河职业技术学院教育心理学老师王红晓认为,从心理学上来说,一般自信不足、兴趣缺

乏、人际交往能力较差的人,容易受到手机等这样的身外之物的影响。家长在平时也应该根据孩子的年龄和接受能力采取不同的方法。像年龄较小的,小学低年级和更小点的孩子,只要能给他感兴趣的東西,如一起玩游戏、玩积木等,孩子就不会闹着玩手机了。像年龄较大的孩子,家长可以讲道理了,可以和孩子一起制订规则,每一项内容都要和孩子商量,共同觉得可行并且能够做到,这样约定好后,双方都要遵照执行,如果违规,一定要根据规则进行处罚,通过这样的方式慢慢提高孩子的自控能力。

另外,王红晓老师表示,其实大多数家庭里孩子们玩手机都是跟着父母学的,大人们下班后回到家里拿着手机玩游戏、玩微信,孩子们就模仿父母,所以平时父母要放下手机多陪孩子,如一起亲子阅读,让孩子一起做家务,或带孩子到户外运动,尽可能减少孩子与手机的接触。



天热了,很多男人喜欢光膀子,以为这样就能降温。实际上,人体皮肤的平均温度为33.8℃,光膀子短时间内能给皮肤降温,可当皮肤温度低于外界温度,时间一长,皮肤不但不能散热,反而会从外界吸收热量。

今明后三天天气

7月13日 多云到阴,局部有阵雨,25℃~32℃。
7月14日 阴有小到中雨,24℃~27℃。
7月15日 阴转多云,21℃~30℃。

(感谢胡艳萍提供信息)

工商·资质·财务
房建●公路●市政●水利
通信●电力●消防●机电
装饰●园林●劳务●钢构
装修●通信●电梯●环评
快办营业执照●代理记账
电话:18603951908 3222618
地址:会展中心工商联大厦826室

3A级景区河南最美职业学院
南阳职业学院
初中起点四年统招大专+高薪就业
专业:药品生产、电梯工程、3D打印、新能源汽车、工业机器人、电子商务、高尔夫球场管理等,入校签订就业协议。8月1日前在漯河招生处报名者,享受8月8日开学时漯河直通车并减免学费100元。
地址:火车站北300米昌建快捷酒店808房
电话:15539580699

旺铺租售

房屋出租
会展中心后建业壹号城邦二期,精装修,两室两厅,地暖、空调、厨卫用品齐全,阳光书房,欲出租。
联系电话:18539506766 徐女士

售门面房
1.昌建外滩三楼营业房183.06m²,欲售136万元;
2.兰乔圣菲门面房上下层264.7m²,欲售320万元。
以上房屋均已精装,现正营业中。
18939533978

心理咨询

专业解决青少年问题
博瑞智教育:厌学、网瘾、叛逆、早恋等
泰山路实验中学南 3132277 13323678987

达芬奇专业美术学校
美术高考、中考强化速成
中小学美术素质培养
13703859422
地址:①源汇区 ②铁东 ③沙北

厂房出租
老银鸽附近,有厂房580m²、300m²、1350m²、450m²、800m²,水电齐全带院,有办公室500m²。
电话:15890205777
13839596117

招聘信息

招聘银行职员
工作地点郑州,18岁~26岁应往届大专以上学历,男女不限。电话:13069554688

新邦物流
国家5A级物流企业。空白区域加盟商火热招募中!另高薪招郾城区会计、物流专员、专线司机数名(可自带货车)。17761625216

百业信息

三星智能锁 三星智能马桶盖
13939531451

房屋出租 郾城区辽河路西段交警暨五大队北100米金牛佳苑小区,三室两厅,110m²,二楼简装,水电齐全,价格面议。15839590315

求职: 中建退休项目经理,30年管理经验。联系人:胡先生 18601984738

淘宝开店

专业淘宝开店/运营/美工培训, 小班授课,包学会,包就业 18639531757 宋老师

诺贝尔教育
高考、中考、高中、初中文化课补习,小班或一对一。一线优秀教师任教,针对学生查缺补漏,快速提高。
15839516909 13703859422

专业公务员贷款
市区及县级公务员 事业单位、国企人员
利息3厘~9厘
额度20万元~30万元
不用抵押
咨询电话:18039590090 5679006

投资咨询

安徽豪润投资
投资重点:地产、矿业、农牧业、旅游、新能源、企业扩建、种养殖业等。(高薪诚聘驻当地商务代表)
18792187373 李经理
邮箱:18792187373@163.com

贷公务员、企事业单位人员低至9厘9。款 13193459865 苏主任

中玉房地产经纪公司
房产抵押贷款
月息1分5
手续简单 当天放款
坚持诚信经营 办理快捷高效
2312688 3122333
13938025083

分类信息
2cm×4cm 单价50元 4cm×4cm 单价100元
本版对所有信息的手续都严格进行审查,仍不能保证每一条信息的真实性,请客户在使用本版信息时认真核实相关资料,签订有效法律合同,因本版信息导致的一切纠纷自行负责。
业务联系:13781707655 宋丽君 18236226550 朱大丽

神奇英语 专补极差
暑期补习一个月 成绩180度大逆转
英语名师找遍,成绩仍然极差,请找补差专家;河南教育报刊社英语版主,英语词汇学硕士,漯河高中英语名师LEVEL,著有《英语单词过目不忘记100法》、《中高考英语快速提分秘笈》等书5部,单词过目不忘,语法歌诀速记,考试看题的特征就能答对。暑期一对一、一对五辅导。提供食宿,空调开放。对象:高中、初中、小升初。承诺:初高中学生学后由厌学、放弃变为爱不释手,成绩由30分猛升到80分以上,特别是80分左右的初高中学生,五回就可净增30分以上,达到110分;小升初音标会背会写会运用,学习结束单词会背七级上册一本子,无效全额退款。
地址:沙北辽河花园内 电话:13781729530

新林玉露
鲜如初 品而醇 养于身
蒸青茶 红茶 茶油 茶粉
地址:泰山路南段全聚德饭庄斜对面(新林玉露)
电话:2156077

保洁服务

洁爽保洁公司
专业单位家庭保洁 外墙玻璃幕墙清洗 石材 地毯 专业外墙漆
6188458 13653950591

乐帮家政 工商注册
月嫂育婴 保姆保洁 护工 钟点工
5571157 18639995528

信汇装饰 信德保洁公司
承接:家装 工装 室内外石材 园林绿化 装饰材料、洁具及保洁用品销售 15039500115

回收物品

瓷器回收
现金回收钧瓷大花瓶、各种老钧瓷摆件、汝瓷摆件,也可以旧换新 联系人:小亚 15703951057

紫燕舞蹈
紫燕舞蹈培训中心是漯河唯一一家与北京舞蹈学院芭蕾舞考级中心签约的定点考试培训机构,每年北京舞蹈学院定期派专家到本中心进行考试指导。十多年来,数千名学生取得了北京舞蹈学院芭蕾舞考级中心颁发的等级证书,并有多名优秀学生分别考入北京舞蹈学院、上海戏剧学院、武汉音乐学院。本中心所排练舞蹈《向天歌》、芭蕾舞《茉莉花》分别参加2015、2016年电视少儿春晚。
学习地址:交通路新大新商厦南邻源汇区文化馆四楼
联系电话:郑老师 13939567070

2016漯河市最具影响力 教育培训机构评选活动开始啦
即日起,漯河晚报分类信息推出“2016年漯河市最具影响力教育培训机构评选”活动,旨在全市推出一批办学规范、社会信誉好,且能够起到引领、示范作用的优秀品牌教育培训机构。拂去家长和学生眼前的迷雾,引导漯河市教育培训机构行业树立品牌意识,从而促进教育培训机构的发展。欢迎各品牌培训机构自愿参与。
咨询电话:13781707655 18236226550

家政服务

巾帼家政保洁公司
单位保洁及托管 外墙清洗 石材翻新 家庭保洁 地毯 开荒 搬家
3156865 13939537899

家天下家政公司 工商注册
月嫂育婴 保姆保洁 钟点工 免费培训
6666991 15139506611

创世纪情缘婚介(漯河店) CCTV-15套 11:56 CCTV-7套 17:27
全国连锁 品牌婚介
中国婚介行业知名品牌

女,26岁,1.63米,无婚史,本科,经商,家境好。觅阳光帅气、有上进心的男孩。5761314 QQ:642739137

女,39岁,1.65米,离异,事业单位,有一女儿父母带。觅50岁以内,顾家、有责任心的男士为伴。3380177 QQ:2574846676

男,37岁,1.80米,有一女孩归女方,行政单位上班,条件优越。觅温柔善良、有爱心的女士。18939531265 QQ:1813038354

男,57岁,1.76米,离异,孩子均成家,经商,条件优越。觅工作稳定、有气质、有修养的女士。3372977 QQ:1140107958

地址:市人民路与五一路交叉口西50米南中原银行(三楼)
电话:3380177
QQ:642739137
WWW.YHC.UTT.CC

古筝 专科学校
电话:15939593817
地址:五一一路锦辉花园19号楼

婚介信息

世纪缘
本土专业婚介服务机构
全城寻找
诚心找对象的人
真人真资料

●征婚:男(91743)52岁,离异,1.71米,经商,房车俱全,成熟稳重。寻45岁以下,形象气质佳,温柔善良的女士。电话:13383953328

●征婚:女(32942)25岁,1.64米,无婚史,本科护士,甜美靓丽,开朗活泼。寻阳光开朗、有上进心的男孩。电话:18134471288

●征婚:男(61423)31岁,1.74米,离异,本科,事业单位上班,女儿归女方,阳光帅气,性格开朗。觅有稳定工作、有素质靓丽的女孩。电话:2121213

●征婚:男(91741)42岁,丧偶,1.72米,事业单位上班,成熟稳重有责任心。寻善良有爱心、有素质的女士。电话:2193193

网址:www.sjyhjw.com
地址:市人民路美盛大厦B座十楼
相亲热线:2193193 2121213

汽车租赁

114转 顺利汽车租赁
租赁轿车、面包车、商务车、陪练车及婚庆车。 电话:2120777 2189799 13839510995 1393958683 泰山路恒章宾馆201房间 15139555517

养老服务

漯河健安养老院
环境优美、设施齐全、护理专业、医养结合。漯河人民东路,3515院内。15903955850