



教育导报



教育导报
微信号



教育导报网

Education Guide

在这里,见证教育的无限可能……

国内统一刊号:CN 51-0052 邮发代号:61-141 第37期 总第3802期



家教周刊

2023年4月15日 星期六 今日4版 四川省教育厅主管 四川省教育融媒体中心(四川教育电视台)主办



湖南桑植的一位高三女孩,因壮志满满的百日誓师发言被网友作为“卷王”谴责、声讨;“粉发女孩”郑灵华面对攻击积极维权,却仍患上抑郁症离世……在互联网连接了每一个人的当下,似乎人人都有遭遇他人侵扰的可能。

《网络暴力防控与网络文明专题报告》显示,约六成的网民受到过不同程度的网络暴力,“网暴”行为广泛存在。面对弥散在电子屏幕中的无端恶意,成人尚无力应对、身受重伤,何况身心发育尚未成熟的孩子。如何正确教育“小小互联网原住民们”保护自己、帮助他人,则是家长们急需的“触网”必修课。

从“人言可畏”到“人言可敬” ——一份给家长们的“网络暴力应对指南”

■ 本报记者 马晓冰

网络时代,没有哪个孩子能置身事外

现实生活中,人与人常有争执。你一言,我一语,或针锋相对,或剑拔弩张,甚至冒火地动起手来。一番折腾,话讲完了,气也撒了,恩怨消解多半。

网络中的矛盾与争议则不同,评论者匿名在账号后,可以无所顾忌地释放本性之恶。网络暴力事件里,人们往往看不到直观的物理伤害,直到受害个体陷入严重的心理危机,旁人才会对没有发生在自己身上的暴力有所察觉。

“网络暴力不仅仅是发生在网络平台上的行为,它实质上是现实暴力的一种延伸。”国家三级心理咨询师、成都市心理骨干教师、家庭教育指导师易姜琳指出,在青少年所面对的网络暴力情形中,有很大一部分并不来自

于陌生人的攻击,而是校园欺凌在网络空间的延伸与扩大。

同时,施暴者群体与受害者群体也并没有明确的界定。只要成为少数的一边,就有可能受到来自更多数的排斥与打压。易姜琳指出:“任何人都可能成为网暴者,也都有可能被网暴。”她提醒家长,切不可轻易用“苍蝇不叮无缝蛋”的态度教导孩子,反思莫须有的罪名,给孩子心理带来更大的创伤。

一个受到网络暴力的人会经历什么?

首先是负面情绪的增加,委屈、愤怒、难过、无奈……随着舆论的扩大,焦虑水平也逐渐上升,并开始影响日常生活,孩子可能会出现精神恍惚、食欲不振、睡不着觉等等

表现。易姜琳表示,孩子在产生这些应激反应后也会想恢复身心平衡的状态,并做出一些尝试性的努力,但基于网络暴力的形式和特质,所做的努力有可能收效甚微。

问题不能及时有效地解决,就会持续地导致不适,严重影响受害者的日常生活与社会适应,出现抑郁、焦虑加剧的状况。易姜琳告诉家长:“这其实也是一个‘危’与‘机’并存的时期。度过去,能够提升孩子的心理韧性、增加处事经验,得到一个学习、成长的契机;而舆论不断发酵、事态持续恶化,孩子可能会产生痛苦崩溃、绝望无力的感受,出现人格分裂、精神失常、自伤自杀等严重的心理障碍。”

其实,这些反应都是人本能对痛苦的回避,孩子在对抗中不断尝试,再不断失败,构成了一个恶性循环。“逃出去”成了他们最想做的事,从厌学、拒学到自闭、自杀,正是一个越来越逃无可逃的过程。

孩子遇到“网暴”,家长应该怎么办?

“觉得无法逃避被网暴的现状,也无法忍受被持续攻击,无法终止这种难受的感受,所以会觉得没有出路。”国家二级心理咨询师、成都市优秀德育工作者王慧指出,面对网暴下的“三无”困境,孩子最需要的是情感上家人的理解、支持与陪伴;开放的情绪宣出口与充分的接纳;在人际互动中有人告诉他“我们永远爱你、需要你、支持你”。

阴霾之下,家长的及时发现、正确认识和帮助指导,是守护青少年健康成长的重要防线。能不能在必要时成为孩子的坚强后盾是对家长的考验,这也要求家长对网络暴力有一个全面、清晰的认识。

在本刊面向成都市150位初中家长的随机抽样调查中,超过75%的家长认为自己清楚了解“网络暴力”的概念,但在判断“孩子是否受到网络暴力”的情形”时,50%家长都只能给出模糊答案。调查中,“被同学或朋友在网上传播谣言”“网上聊天中的侮辱性话语、图片”“收到威胁恐吓信息”是家长普遍能察觉到的网络暴力行为。而社交媒体中的隐私安全、网络社交孤立现象、骚扰信息情形等并未被所有家长重视。

问卷结果显示,95%以上的家长都很重视遭受网暴可能会给孩子带来的巨大创伤或心理阴影,但在处理方式上,有35%的家长存在侥幸心理或轻视态度,认为影响是短期的,事态不严重则可以得过且过;或要求孩子凡事先思己过,反思一下为什么受欺负的不是别人,先做好自己再说其他。

“是否有向父母、老师求助的意愿,是青少年能否在网暴困境中转危为安的重要因素。”易姜琳指出,如果恶意是一场网络暴力的始作俑者,那孤立无援则是情况恶化的催化剂。在没有设身处地地理解孩子处境时,过于简单地归因或武断地要求孩子做到“不管、不看、不理”不仅无助于问题的解决,还有可能切断孩子的求助通道。

“很多时候,恐惧源于无知。家长首先要了解各种风险,然后再向孩子普及相关知识与正确做法。”王慧指出,不是所有的孩子都会经历网暴,但未雨绸缪才能避免手足无措。父母与孩子从小建立起的良好的关系模式、平等通畅的亲子沟通渠道、在求助中获得的理解与帮助,都是让孩子在受挫时可以抓住的“稻草”。

正确说“不”,被动应对不如积极保护

在《网络暴力防控与网络文明专题报告》中指出,网络暴力最主要的六大形式分别是:羞辱谩骂、信息骚扰、信息泄露、被传谣言、威胁恐吓与人肉搜索。

当孩子遇到垃圾广告骚扰,收到威胁、恐吓信息,或是“丑照”“黑历史”被他人公开传播,抑或是在网络社交中被嘲笑、孤立、侮辱等情况时,都应该勇敢说“不”。清晰的维权意识是保护自己的的第一道铠甲,家长除了教内容,还得教方法。

这些方法中,拿起“法律武器”维权必不可少。中国政法大学刑事司法学院教授罗翔曾指出,法律对于网暴者并非无能为力,无论是《中华人民共和国民法典》《中华人民共和国治安管理处罚法》,还是《中华人民共和国刑法》,都对网络暴力行

为有明确规定和相应的处罚措施。

如何用好“法律武器”进行维权?首先,要清晰权利与法律规定。其次,口说无凭,及时取证。“说出去的话泼出去的水”截屏取证,争辩或是无谓的,但可以交给法律裁决。此外,从小培养孩子的维权意识、法律意识,不仅能让他在遇到困难时正确保护自己,还能使他具备明辨是非的能力,用法律的正义感来要求自己及他人,起到防患于未然的效果。

此外,王慧指出:“积极心理学倡导扬长培优,乐观、勇敢、坚韧、自信等意志品质,能为孩子的内心注入力量,给予他们勇气和底气去面对生活中的各种挑战。”

用最积极的方式迎接骂声,“人言可畏”也可以变得“人言可敬”。

在经历网暴期间,明星袁姗姗定制了一条“爱的骂骂”的微博,每一条留言,不论善言恶语,都将换成5毛钱的捐赠。24小时,一万多条留言换作了捐款50693.5元,用于北京一家残疾孤儿康复机构的手术费。最终,网络世界的谩骂,拯救了4个现实生活中的残疾孤儿。

“智者不争,仁者不责,善者不评。”在网络使用中,保护自己的最好方式,其实是尊重他人。“我们常说,没有施暴者就没有受害者。调查结果中也能看到,家长们希望得到学校、政府、社会各个层面的帮助,这些帮助很必要。”易姜琳补充道,“家长们不能忽视的一点是,每个孩子身处其中的网络生态,需要每一个家庭共同承担、共同构建。”



资料图片



小学生盘手串,无需过度解读

■ 张文博

仿佛一夜之间,很多小学生都开始了一项新的娱乐活动:盘手串。在网络上,有明星晒出自家孩子盘手串的画面,不少家长纷纷回复“家有同款”,甚至有网友表示“班里同学人手一串”……一时间,小学生盘手串成为热议话题。

在一些家长看来,孩子的这种行为有些不可思议。被问到为什么会喜欢盘手串的原因,孩子们的回答也很简单。“盘手串的声音听起来很舒服,大家都比较卷,这种方式比较解压。”“盘手串可以锻炼自己的创造力和动手能力,自己可以设计出不同的样式。”一些家长甚至开

始担心:是不是孩子的心理真的出了问题?

不可否认,即便是在“双减”背景下,小学生的压力也不容忽视,来自学业的压力,来自父母高期望的压力,也有来自同学关系等人际的压力。而盘手串,随意拼接各种形状和图案,可以转移注意力,让他们的心理和身体放松舒缓下来。

不只是在小学生当中流行起盘手串这样的解压方式,大学生也有着不同寻常的解压方式。有不少网友发现,如今很多大学生都非常喜欢“寺庙+赏花游”,在各个社交平台上火爆出圈,成为许多年轻人打卡

的重要目的地。

其实,不论是出游还是盘手串,都是排解压力的一种方式,虽然小学生和大学生之间存在着年龄差异,烦恼也不尽相同。但是,他们却面对着同样的社会“内卷”环境,小学生需要分数和成绩,大学生需要高学历和好就业。这些说起来容易,办起来却是分外艰难。

可能在有些人看来,这种解压方式有些不务正业,影响学习的专注力。但现如今的孩子所要面对的困难和阻碍比想象中多得多,他们的身心健康也成为当下很多家长十分关注的问题。因此,对于盘手串

这种特有的解压方式,家长还需辩证看待,不要一味地排斥,更不要自作主张没收,或是以此来批评孩子。

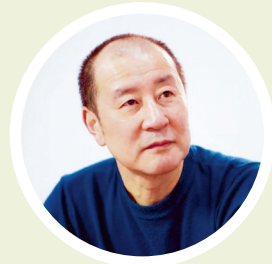
再者,孩子的天性就是爱玩,在集体中生活的孩子,特别容易受周围同伴的影响。笔者在学校附近的文具店,发现很多小学生就是出于好奇,看别人玩自己也跟风而已。记得我们上小学时,流行过转笔、转书等,其实和现在流行盘手串是一样的。身边人都在玩,自己也玩,渐渐成了流行,成了习惯。就像一位小学生所说:“边做作业边盘,尤其无聊的时候特别想盘,就是手停不下来。”

因此,对于小学生迷上盘手串,

家长和老师首先应抱有理解的态度。说白了,手串只是小学生中流行一时的玩具,除了手串,如今的小学生潮流文化玩具还有咕卡、火漆印章和手账这三大巨头。等这阵风过去,说不定他们又会流行什么新的玩意。在理解的基础上,家长和老师要教育孩子控制盘手串的时间,避免影响正常的学习和生活,更不应该相互攀比,甚至沉迷。

每个年龄段都会有自己喜爱的活动,不管流行什么,家长多和孩子进行良性沟通,通过亲子互动来引导孩子向真向善向美,总归是不会错的。

为帮助家长增强亲子沟通和家庭教育能力,《教育导报·家教周刊》联合新华文轩“优学优教”公众号推出“父母·家·加油站”栏目,邀请家庭教育专家、名师名校长做客访谈,对家庭教育中的“疑难杂症”进行解答,帮助家长树立正确的家庭教育观念、掌握实用的家庭教育技能。



本期专家

四川省作家协会副主席,宋自清散文奖、人民文学奖、四川文学奖得主,中国作家协会散文委员会委员 蒋蓝

苏轼的母亲有哪些品质值得我们学习?

“三苏”背后有一个伟大的女性,那就是程夫人,我们尊称为苏母,她对“三苏”成为伟大的唐宋八大家,起到了一个什么样的作用呢?我想最关键就是“母仪若水润三苏”。

史料上明文记载,从小,苏母就以“少有清节,慨然有澄清天下之志”教育苏轼和苏辙两兄弟。在他们二人赴京参加进士试时,苏母送行的饭食是一碗白米饭、一碗白萝卜、一碟白盐,号称“三白饭”。功成名就后的苏轼对好友说,这“三白饭”令他终生难忘、受用不尽。

苏母的“三白饭”用现代的话来说就是“挫折体验”,它砥砺了苏轼和苏辙兄弟的意志,磨炼和锻造了他们的毅力和志向,共情了人间的疾苦,成为千秋美谈。

我觉得,孩子不能往过于金贵的方向养,温室里的花朵怎么经受人生的风雨?孩子总有自己独立面对人生风雨的那一天。过于娇惯、过于富养,不是一个家庭应该拥有的好家风。苏母在对苏轼和苏辙的教育方式上,没有过时,她让我们看到了一个大家闺秀如何给自己子女树立做人的重要根基。

成都有哪些独特的家风滋养着后人?

在《成都传》里,我特别写了三个人,跟家庭家风有关的。一个是宋代的益州太守赵抃,一个是交子的发明者张咏,一个是清代的杨遇春。如果说前两者是外地到成都来当官的话,那么杨遇春就是地地道道的成都人,就在现在的崇州生活。

杨遇春为清代名将,出生于崇州西门外白碾村,文武双全,在乾隆时考中武举。他一生经历大小战争数百次,身先士卒,冲锋在前,从未受毫发之伤,道光皇帝称之为“福将”。其部每战必张“黑旗”,时称“杨家军”。修建官保府时,杨家与邻居隔墙发生矛盾,时任陕甘总督的杨遇春接家信后,回信是一首诗:“千里修书只为墙,让他三尺又何妨。万里长城今犹在,不见当年秦始皇。”家人明白了杨公意思,于是停止了冲突。

对杨家来说三尺土地算什么,杨家不会因为三尺土地少了,家道就会败落。面对邻里之间的矛盾,杨遇春用这样的方式来处理,体现出他博大的胸襟和情怀。

(更多精彩内容请关注《教育导报》视频号)

