



调查

适当“触屏”有积极影响

国外的教育工作者对青少年玩电子游戏并不是百分之百地排斥,他们还给家长提供了一些兼具趣味性和教育性的儿童游戏,以便引导孩子通过游戏学习应该掌握的知识。英国牛津大学研究人员在今年1月出版的《心理学》杂志上发表论文说,对青少年而言,适当“触屏”有益心理健康。研究人员收集大约12万名15岁孩子的数字设备使用习惯,发现玩网络游戏、用电脑、刷手机对青少年的心理健康有“金发女孩效应”,也就是只要把握一定程度、不超过极限就有益。论文作者之一安德鲁·普曾贝尔斯基说:“我们发现,使用电子设备的负面影响仅是睡眠或早餐不规律的三分之一。”他认为,问题不仅在于孩子玩了多长时间网络游戏,更多地在于父母能不能提供一些更有趣的活动让孩子放下电子设备。

方式 应该积极面对、柔性和掌控

美国少儿发展研究所专家指出,百分之百地禁止游戏已经不可能了,家长们应该用心平气和的方式引导,最大限度地消除孩子们的逆反心理和行为。

■规则公平易执行

绝大多数孩子是愿意遵守家庭纪律的,但通常过于严厉的指责(比如“不许接触游戏”),或是界限模糊(比如“你只能玩一会儿”)的说法都很难奏效。因此规则越详细越好,在孩子按时完成作业、家务劳动和锻炼项目后,在假期可以允许每天玩一个半小时,并且不能晚于8点钟上床睡觉。一旦商定好之后就不能随意改变,那么孩子会认为得到了足够的尊重。

■奖惩要分明坚定

当孩子严守规定后,家长要给予各种新鲜有趣的奖励,鼓励他们坚持下去。当然,如果孩子有违规,也要让他们明白犯错的后果。例如,孩子某一天没有按时关闭游戏,或是不在规定好的睡觉时间上床,那么家长可以取消第二天玩的时间,以示惩罚。对孩子进行批评和检查是必要的,但

网瘾典型症状有哪些?

对于沉迷游戏,会使得孩子们饮食不规律、健康受损甚至危害生命。那么孩子处在什么样的状态就是有网瘾了呢?美国弗吉尼亚州心理医生在多年的诊治实践中,总结出一些基本情形。

社交障碍

当一个孩子过分沉溺网络游戏时,一旦家长指出他没有正常的朋友,他会强调在网上有很多朋友。网瘾儿童总是极力把自己沉迷游戏正常化,找各种借口不接触现实中的朋友。

谎报游戏时间

当家长问及游戏时间时,孩子总设法谎报。通常他们说只玩了两三小时,可是如果家长细查,会发现他们竟然每天玩10至15小时。

对其他活动再无兴趣

心理医生说,在父母试图管教的时候,游戏上瘾的孩子会表现出强烈的反抗和不配合。他们敏感、烦躁甚至易怒。在不玩游戏的时候,这些孩子往往表现得沮丧、走神、情绪化。

胡乱花钱

很多家长都记得,在孩子沉溺网络游戏前,他们很有好奇心,喜欢接触新鲜事物。自从迷上了游戏,就对其他事情失去兴趣,也不喜欢参加体育活动了。

■多增加其他活动

如果不喜欢孩子整日与电子游戏为伴,那么多开展其他活动就很有必要。家长可以要求孩子在规定时间内读完一本书,然后和他一起回忆书中的情节,或是和他一起下棋、玩游戏等。

有条件的话,利用假期全家一起多看电影和戏剧,也是非常不错的选择。另外,可以多给孩子报几个比较有趣的夏令营,此外,游泳、骑车、打球,或是做一些必要的家务,也都能让孩子远离虚和无聊。

新招

巴西:建议家长陪孩子一起上网

一家巴西非政府组织近日表示,巴西的家长需要在自己孩子上网时进行陪同,防止他们访问那些不安全网站。该组织总裁塔瓦雷斯指出,禁止孩子上网并不是最佳选择,对待孩子的最好方式依然是,通过对话



家庭和家人靠后

一旦孩子迷上游戏,让他们放下一会儿都成了很难的事情,他们甚至拒绝和家人一起吃饭或度假,对家庭活动冷淡,只希望自己不被打扰到。

游戏成为一切

常常把游戏与正常生活混为一谈,除了游戏外,其他什么话题都不愿意涉及。而且他们相信自己将来能通过玩游戏赚钱和生活。

烦躁易怒

心理医生说,在父母试图管教的时候,游戏上瘾的孩子会表现出强烈的反抗和不配合。他们敏感、烦躁甚至易怒。在不玩游戏的时候,这些孩子往往表现得沮丧、走神、情绪化。

胡乱花钱

花样翻新的游戏永远没有止境,迷上游戏的孩子会不断挑战更高级或更难的玩法。在不能获得足够的金钱时购买时,有的孩子会盗用父母的银行卡等。

■奖惩要分明坚定

当孩子严守规定后,家长要给予各种新鲜有趣的奖励,鼓励他们坚持下去。当然,如果孩子有违规,也要让他们明白犯错的后果。例如,孩子某一天没有按时关闭游戏,或是不在规定好的睡觉时间上床,那么家长可以取消第二天玩的时间,以示惩罚。对孩子进行批评和检查是必要的,但

有条件的话,利用假期全家一起多看电影和戏剧,也是非常不错的选择。另外,可以多给孩子报几个比较有趣的夏令营,此外,游泳、骑车、打球,或是做一些必要的家务,也都能让孩子远离虚和无聊。

新招

巴西:建议家长陪孩子一起上网

一家巴西非政府组织近日表示,巴西的家长需要在自己孩子上网时进行陪同,防止他们访问那些不安全网站。该组织总裁塔瓦雷斯指出,禁止孩子上网并不是最佳选择,对待孩子的最好方式依然是,通过对话

在父母和子女之间建立信任关系。他不建议父母对孩子的电脑使用监测或间谍软件。这些设备从表面上给父母安全的错觉,实际上会损害孩子和父母间的关系。

哈尔滨 AAAA 靓号 现卡
哈市联通 17164533333 4万5
哈市联通 17151844444 2万5
哈市联通 17164566666 8万
哈尔滨 ABCDE 靓号 现卡
哈市联通 17161812345 2万5
哈市联通 17151845678 2万8
哈市移动 170673356789 3万3
哈尔滨 AAAA 靓号 现卡
哈市联通 17164530000 9千5
哈市联通 17151846666 1万8
哈市联通 17164538888 2万8
哈市联通 17164539999 2万6
哈市联通 17164569999 3万5
哈市联通 17161860000 1万3
哈市联通 17161876666 2万9
哈市联通 17161878888 3万5
哈市联通 17161869999 3万3
哈市联通 17134586666 3万2
哈市联通 17134577777 3万8
哈市移动 17067356666 3万2
哈市移动 17067358888 3万8
哈市移动 17067359999 3万6
哈尔滨 AAA 靓号 现卡
(无低消 全国打1毛 接免费)
1716452345 2千6 1716451234 3千3
17161875678 4千5 17164536789 4千2
17164566455千8
17181845184 1千5 17164567895 1千9
17164567898 4千5 17164567893 1千5
哈尔滨本地 AAA 靓号 现卡
(无低消 全国打1毛 接免费)
17134583000 950 17164521111 1050
17164532222 750 17164563333 1100
17164561333 1100 17164523333 1000
17164530555 1050 17164532555 1050
17164536366 2400 17134582666 2100
17161870666 1899 17161872666 1850
17161873666 1899 17161879666 1999
1716164532666 1699 17164532666 1650
17164535666 1750 17164537666 1799
17164538666 1799 17164564666 1499
17161846666 1399 17161874666 1399
17164534666 1399 1707492666 1480
17074906666 1480 17164569666 2000
17074846666 1180 17151847666 1488
17164589777 3000 17074692777 1580
17164562777 2800 17164561999 2800
17151847999 1788

大庆 靓号 无 低消 现卡

大庆移动 17067391111 8500

大庆移动 17067392222 7500

大庆移动 17067394444 6000

大庆移动 17067395555 13000

大庆移动 17067396666 18000

大庆移动 17067397777 23000

大庆移动 17067398888 26000

大庆移动 17067399999 75000

大庆移动 17067393456 2600

大庆移动 17067396789 4000

大庆移动 17067396793 1600

大庆移动 17067392000 750

大庆移动 17067394000 680

大庆移动 17067396111 850

大庆移动 17067394222 650

大庆移动 17067396222 700

大庆移动 17067397222 700

大庆移动 17067394333 700

大庆移动 17067392444 600

大庆移动 17067395444 600

大庆移动 17067394666 1700

大庆移动 17067395666 2150

大庆移动 17067397666 2200

大庆移动 17067398666 2200

大庆移动 17067392777 2200

大庆移动 17067397777 2300

大庆移动 17067396777 2500

大庆移动 17067391888 2800

大庆移动 17067392688 2700

大庆移动 17067393888 2750

大庆移动 17067395888 2800

经典 AAAA 靓号 无 低消

17071837183 850 郑州 联通

17199470123 350 绍兴 联通

17199471234 750 绍兴 联通

17199473456 850 绍兴 联通

17199474567 900 绍兴 联通

17199475678 1200 绍兴 联通

17199476789 1200 绍兴 联通

市区免费送卡 客服可查詳单

地址:道里区钢铁街 95 号

(钢铁街与前进路交口)

(运华茶城对面,顾乡交警大队前)

电话:156-450-35000(微信)

电话:156-450-35111(微信)

俄罗斯马加丹冰虾 超级钜惠

37.5 元/斤

野生刀鱼段 原价 8.8 元/斤

特惠价 4.8 元/斤

俄罗斯雪兔面粉 5kg /袋

特惠价 21.8 元/袋

德国进口啤酒 500ml

特惠价 2.9 元/听

俄罗斯非转基因 芝花籽油 1L

特惠价 13.8 元/瓶

俄罗斯马哈鱼罐头 特惠价 7.8 元/罐

180 元/箱 (4.5 元/袋)

市民投诉:哈尔滨美丽岛温泉水世界存多处安全隐患 记者踏查发现:

救生员变“售货员” 瞭望椅上无人守



生活报讯 (记者陈明菲 徐楠楠/摄) 盛夏时节,跳进冰凉的泳池戏水是不少人降暑的首选,不过,戏水的同时也要注意安全隐患。近日,市民王先生给生活报记者打来电话投诉称:“前几天我带孩子到哈尔滨美丽岛温泉水世界玩,安全隐患太多了,救生员不认真,瞭望椅上没有人,孩子玩水时的安全难以保证。”对此,生活报记者进行了实地踏查。

隐患一:更衣区安全出口指示灯不亮 无相应灭火器

7月24日,生活报记者来到位于阿城区的哈尔滨美丽岛温泉水世界