

12岁少年不上学 想靠打游戏赚钱 高三学生凌晨三点还在用手机聊天

专家:戒网瘾不是孩子一个人的事 家长应先放下手机

实习生 姜欣 生活报记者 王秋实 黄迎峰

迷恋手机游戏,一拿走手机就情绪失控的小学生;瞒着家长熬夜刷视频、课堂无心听讲的初中生;家里不给配手机,省下午饭钱偷买手机的高中学生……这样的例子出现在门诊医生、接警民警的口中,成了家家难解的难题,也成了家长之间讨论的高频话题,激烈争吵、冷战僵持、无奈妥协反复上演。对此,记者采访了哈市第一专科医院赵静因主任以及派出所工作人员。



图片由AI生成

12岁少年 “我以后不用上学,打游戏就能赚钱”

12岁的小宇(化名),父亲常年在外地,平时家里只有母子二人。小宇从小学便开始接触手机游戏,起初只是每天玩一两个小时,后来时间越来越长,甚至发展到通宵达旦地玩。母亲发现时,他已连续多日不去上学,整天关在房间里,手机不离手。

“我辞了职想陪他、管他,可只要一开口,他就跟我吵。”小宇母亲说,更让她难过的是,小宇并不觉得自己有问题,“我以后不用上学,靠打游戏练号就能挣钱。”

在老师的建议下,母亲抱着试试看的心态,带着小宇来到哈尔滨市第

一专科医院就诊。接诊专家没有一上来就批评孩子,而是分别和小宇、母亲聊天。

专家表示,这样的孩子并不少见,他们并非不懂现实规则,而是难以在现实中获得成就感与认同感。像小宇这样的孩子,如果单纯收住院,行为矫正需要相对封闭的环境,可家长往往下不了决心,最后大多还是门诊咨询、定期随访,配合心理辅导。网瘾治疗并没有立竿见影的药物,药物更多是处理伴随的焦虑、抑郁、失眠或情绪波动,真正重要的,是心理治疗、家庭治疗和长期的行为调整。

13岁女孩 刷短视频给偶像打榜 花掉近万元

13岁的小婷(化名)父母工作繁忙,大部分时间跟着奶奶。五年级时,她用手机关注了几个偶像明星,加入了粉丝群。为了给偶像“打榜”、买周边、冲销量,她开始偷偷用母亲的手机转账,几十块、几百块,前前后后花掉了近万元。

直到母亲收到银行扣款短信,才发现问题。追问之下,小婷哭着说:“群里大家都在买,我不买就‘不配当粉丝’,买了才能在群里说上话。”她每天抱着手机刷偶像动态、看直播、跟朋友聊天,经常到凌晨一两点才睡,白天上课没精神,成绩一路下滑。

“我说她几句,她就说我不懂。”小婷的母亲说,孩子以前挺听话的,现在一提到手机就翻脸,母女俩已经很久

没有好好说过话了。

无奈,小婷妈妈先联系学校心理老师,随后带着小婷来到哈尔滨市第一专科医院。专家分析,女孩的网络依赖往往更为隐蔽,短视频的持续更新、粉丝群限时冲榜、直播间营销催促,极易让人沉迷。孩子现实中朋友不多,父母陪伴也少,追星和粉丝群成了她填补空闲、寻找归属感的方式,可一旦形成习惯,同样会影响学习、睡眠和情绪,甚至引发家庭经济问题和亲子关系危机。

专家建议,家长先稳定情绪,不要急着给孩子贴标签,而要了解她追星背后的情感需求,设定清晰的支付边界,增加现实中的陪伴和同伴活动,必要时配合心理治疗和家庭治疗。

高三学生 省下午饭钱偷买手机 凌晨三点还在聊天

家住哈市的张女士说,她的儿子小文(化名)上高三了,从小是公婆婆带大的,一直非常听话,也考上了省重点高中。上高中后,身边同学都有手机,作业打卡、搜题也确实需要手机,作为奖励,就给他买了,谁料,这一买,家里争吵就不断了。“我们不在家时,孩子玩手机,老人不管,我们在家时,孩子各种借口要手机,拿了手机也不学习,被识破后就争吵、顶嘴、甚至和他爸动手了,我就报了警。手机砸了三个,后来孩子干脆说,不给手机学都不上了。”张女士说,每次接孩子,家长间交流最多的就是怎么能控制住孩子玩手机。

民警告诉记者,不少家长实在气得受不了就拨打了110,也有因为家长不让玩手机,孩子离家出走的例子。家长们想让民警把孩子抓起来、规劝,实际上,民警再怎么耐心劝说,打开孩子的心结,更多地还是需要家长的耐心陪伴。

专家:戒网瘾不是孩子一个人的事, 家长应先放下手机

那么,怎样才算达到了需要干预的程度?专家给出了几个核心判断标准:

第一,使用行为失去自控。手机和游戏占据生活最优先位置,学习、社交、正常作息都要让路。

第二,一旦被限制使用,就出现明显戒断样反应,如暴躁、易怒、情绪剧烈波动,甚至与家人激烈冲突。

第三,已造成实际不良后果的,如昼夜颠倒、视力频推出问题、拒绝人际交往、厌学逃学、亲子关系破裂。

网络成瘾行为目前并不主张首选药物治疗,核心是以认知行为治疗、家庭治疗为主的心理干预。对此,专家建议:

1. 家长先做榜样。孩子对事物的态度是从父母身上学来的,家长自己也要合理管控手机使用,让孩子看到手机是工具,而不是大人消遣的全部。
2. 培养多元兴趣。孩子爱好足够丰富,就不容易因一点情绪波动扎进网络。尤其鼓励男孩多参与篮球、足球等对抗性运动,释放精力和情绪。
3. 高质量陪伴。陪孩子读

一本书、爬一次山、游一场泳。在完成一件事中,让孩子感受到快乐,也感受到被关注、被陪伴的安全感。

4. 管好电子产品使用边界。和孩子约定每天使用时间,循序渐进减少,做到及时肯定鼓励,让他知道父母看见了他的努力,切忌把“玩手机”当作考出好成绩的奖品。

5. 学会识别危险信号。当孩子长期昼夜颠倒、彻底拒绝上学、回避现实社交、频繁与家人爆发激烈冲突,并且完全无法控制使用手机的冲动时,不要再一味指责“不懂事”,及时带他到正规医疗机构或心理咨询机构求助。

网瘾不是孩子一个人的问题,也不是靠打骂、没收、封闭就能彻底解决。强行管控可能带来暴躁、焦虑、抑郁甚至暴力冲突;完全放手,又可能让孩子越陷越深。早一点看见、早一点干预,比等到孩子彻底拒绝上学、昼夜颠倒、与家人激烈对抗后再补救更有希望。家长先放下手机,家庭重新有了对话和陪伴,孩子才能慢慢从虚拟世界走回到真实生活。

出租出售
门市出租
出租南岗区海城街19号门市,临近海城市市场、省实验中学、黄房子景区,两室一厅,使用面积45平方米,临街独立门市,停车方便,适合做自习室、办公室、建材商店、库房、中央厨房等,正规牌匾,交通便利,年租金45000元,简单装修。

13895751616

房屋出售

出售松北汇锦御江湾住宅,四楼,建筑面积86.75平方米,楼间距大,采光好,无遮挡,2室1厅1卫,精装修,含家具家电,拎包入住,南北通透,供暖好,物业好,一梯两户,毗邻大润发超市,松北九中,新区中心公园,交通便利。可贷款。

18686821585

门市出租出兑

松北区融创融国临街门市,二层,建筑120米,已装修,有烟道,可从事多种经营,现店面经营德伦堡酒业。

18645117117

茶脉新语
电话13946092977

徽菜始祖一椒萝菜
新茶到店 欢迎品鉴



品茶电话
18645049997

地址:哈市南岗区南直路信恒茶城富一层B5茗缘茶行(勤库戎氏专卖店)

生活报中缝广告
办理哈尔滨道里区地段街1号
地址生活报社一楼103室
刊84681180
登13104659009
电13613600156
话18686821585

哈工大功夫月饼如约而至

153938块月饼承包学子中秋暖意

生活报讯(实习生李思雨 曹亦冉 记者吕晓艳)秋风徐来,金桂飘香,年年月满,岁岁平安。又到一年月圆时,哈工大“功夫月饼”如约而至,学校为一校三区 and 地方研究院的学子准备了153938块月饼,将“千里共婵娟”的祝愿悉数收纳其中。月饼礼盒自9月23日起陆续发放到哈工大学子手中。

“功夫”二字源于哈工大校训“规格严格,功夫到家”,承载着学校对学子的深切期望,愿学子心有热爱、行有方向,步履坚定、不负年华。

今年是中国航天事业创建70周年,哈工大设计了以“古今对望”

为主题的驰霄问月礼盒。同一轮明月下,古人仰望发问,今人奔赴解答,心怀不灭热爱,赓续求索精神。礼盒中有航天元素的卡片,可以亲手拼装属于自己的纸雕摆件,还有哈工大助力中国航天的时间轴、哈工大学子拍下的“最美地月合影”……哈工大与中国航天的故事藏在细节里,写在岁月中。

今年共有“规格严格”“功夫到家”“哈工大”“HIT1920”“校徽”五款图案的传统月饼,五仁、豆沙、莲蓉、黑芝麻等经典内馅一应俱全。“隐藏款”月饼中还“上新”了榛子巧克力、百香果、杨枝甘露等新口味。

每年同学们最期待的就是从礼盒中拆出隐藏款月饼,今年盲盒月饼继续安排!隐藏款月饼由8款增加至11款,更多的太空元素月饼寓意哈工大人大勇探宇宙、敢问苍穹。

中秋佳节亲手制作月饼别有一番新味道,中外学子经过体检后换上后厨工装,逐一戴好口罩、头罩,跟着后厨师傅的示范制作一场美味的惊喜。取皮、包馅、轻压、脱模……食材在同学们手里换了模样,一枚枚特色月饼慢慢成形。甜蜜和暖意随月饼一起进烤箱,香味交织,包着团圆的心意。

图片由哈尔滨工业大学提供



双节期间 单张电影票固定补贴10元

哈市每日发放1888张电影消费促进券

生活报讯(记者张立)请您看电影!双节期间,哈尔滨市电影消费促进券活动实施补贴投放再升级,每天发放1888张电影消费促进券,单张电影票固定补贴10元。

据悉,由哈尔滨市委宣传部主办的“光影惠民,礼遇全城”哈尔滨

市电影消费促进券活动实施补贴投放升级。中秋节、国庆节期间(9月25日-10月7日)每日补贴投放量由原806张提升至1888张,更好满足广大市民节日期间观影需求,持续激活城市文化与夜间经济消费活力。

届时,市民可在购票平台龙影通微信小程序参加活动。补贴规则为一票一补,不找零、不套现、不拆分使用,单张电影票固定补贴10元(影票价格需高于10.1元方可使用)。哈市合规影院全部场次、全部上映影片通用,无场次、无时间限制,节日大片、

主旋律影片、黄金晚间场次均可参与补贴。

定位规则:购票时打开手机定位,并选购哈尔滨市辖区内影院影票,即可享受立减优惠,外地来哈游客定位在哈同样可参与活动。

哈尔滨冰雪大世界缤纷活动嗨翻假期 梦幻冰雪馆上新主题冰雕

生活报讯(记者薛宏莉)中秋佳节即将来临,哈尔滨冰雪大世界持续官宣缤纷活动,璀璨花灯、冰情雪趣、趣味赛事、精彩演出,超多玩法将带大家在中秋假期嗨起来。

今年夏天的热门夜游打卡地非道干灯会再次开放迎客。夜幕降临,百余组大型花灯和近千个小型花灯景观悉数点亮,将夜晚装点得五彩斑斓,还有非遗打铁花、NPC互动等演出增添趣味,是全家人休闲赏灯、拍照打卡的好去处。

为迎接中秋、国庆双节,梦幻冰雪馆上新中秋国庆主题冰雕。哈尔滨冰雪大世界以冰雪为笔,向伟大祖国和全国人民送上节日祝福,祝祖国生日快乐、繁荣富强,祝全国人民中秋快乐、幸福安康。

9月25日-26日,哈尔滨冰雪大世界将在野趣公园举办“亲子野趣·团圆中秋”活动,包含中秋野趣亲子徒步、公益跳蚤市集、哈尔滨



冰雪大世界首届趣味甩锅大赛三大活动参加,市民和游客可以免费报名参加。

9月25日,青年宫红领巾小百灵艺术团带来纯净童声合唱,哈尔滨群众艺术馆上演哈夏经典剧目,小冰花艺术团献上灵动舞蹈,正式开启中秋系列演出。26日,三三语言艺术&中旗模特江北团队带来语言节目与少儿模特秀,哈尔滨朗诵协会以诵读搭配歌舞、器乐表演,营造中秋雅致氛围。27日,优加架子鼓学校的小演奏家奏响激昂鼓点,KPOP随机舞蹈接续登场,用新潮动感的表演点燃月夜狂欢。

图片由哈尔滨冰雪大世界提供

香坊区花式迎双节 赏花灯 吃家宴 看演出



生活报讯(记者于海霞 文/摄)中秋、国庆双节来临,为了让辖区居民热闹闹过节、暖暖融融团圆,哈市香坊区各街道社区纷纷行动起来,推出文艺汇演、诗词书画、手工花灯、邻里百家宴等花样十足的家门口活动,让浓浓的节日氛围铺满香坊大街小巷。

红旗街道建北社区携手文艺协会,举办大型邻里文艺汇演。鼓舞、武术、川剧变脸、民族舞、葫芦丝、大合唱等17个精彩节目轮番登场,老人孩子同台演出、老少同乐。

健康路街道乐园社区开展诗词朗诵+书法体验活动。居民们踊跃登台,诵读经典诗词,还有居民带来原创中秋作品,句句深情、字字暖心。书法爱好者现场挥毫泼墨,一笔一画寄寓团圆祝福、家国美好,让大家在墨香诗韵里感受传统节日魅力。

建筑街道海富社区、三合社区把便民福利直接摆到居民眼前:免费手机贴膜、公益义剪、反诈宣讲、趣味套圈样样齐全。志愿者细心帮老人清理手机屏幕、调试手机功能、讲解反诈常识,解决老年人“不会用、不敢用”的数字难题。

文政街道农林社区依托社区助老餐厅,举办温馨邻里百家宴。楼长、志愿者、居民代表欢聚一堂,大虾、肘子、小酥肉等美味佳肴摆满餐桌,居民自带拿手家常菜共享美味。大家围坐在一起吃美食、聊家常,陌生邻居变熟人,熟人邻里变家人,吃出满满的团圆幸福感。文政街道铁路社区开展中秋团圆茶话会。现场摆放月饼、水果、零食、茶饮,氛围轻松温馨。居民们围坐闲谈,分享中秋习俗、聊聊生活趣事、畅谈美好期许。大家在欢声笑语中增进邻里情谊,沉浸式感受社区大家庭的温暖。