

初中生常规管理中的手机沉迷现象与管理策略

王 韩

(聊城高新技术产业开发区文轩中学 山东 聊城 252000)

[摘要]随着计算机网络技术的高速发展,网络渐渐成了人们沟通交流的重要媒介。每天网络上都具有爆炸数量的信息,网络日益丰富的功能,及时的信息传递速度都为人们的生活提供了极大便捷,同时也使人们对网络越来越依赖。人们利用网络进行学习,工作,生活,仿佛没有了网络就寸步难行,这样的背景下很多人产生了沉迷网络的现象,初中生尤甚。本文对初中生这个群体沉迷于手机网络的现象进行了深入分析,探讨了他们沉迷的现象,同时也提出了缓解了他们的沉迷网络的对策。

[关键词]初中生;手机沉迷;管理策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.1572

引言

当今科技高度发达,手机已经逐渐成了人们生活中必不可少的一部分,它给我们的生活带来了极大的方便、快捷,足不出户就能获取资讯,与他人进行联系,从某种意义上来说,手机给我们的生活带来了一场巨大的变革。但是,科技是把双刃剑,凡事有利必有弊,很多人不顾自己的身体健康情况上网成瘾,整日沉迷于手机中的世界,给他们的生活带来了极大的危害。学生是上网的主要群体,因此,他们沉迷于网络的情况也最为严重,如果不想办法对学生沉迷于手机的情况进行改善,这将对他们的学业造成极其严重的打击。

一、初中生手机沉迷的具体表现

(一)初中生上网时间较长

有的初中生的上网时间竟长达十几个小时,可以说除了睡觉的时候,他们将剩下的时间全部花费在上网上,这将严重地影响到他们的正常生活,学习,甚至会到身体健康造成极严重的危害。过度沉迷于网络世界,会极其严重地损害学生的日常生活,使学生逐渐丧失日常人际交往,无法适应现实生活,逐渐与社会脱节,同时造成他们作息不规律,失眠,身体素质变差等^[1]。

(二)初中生网络依赖性增强

沉迷网络很容易造成对网络的过度依赖的现象,具体表现为个体已经被网络无形控制,时时刻刻无法离开网络,有了网络就会给他们带来兴奋、满足感,但是离开网络,就会给他们带来焦躁不安,无法进行其他活动,无法控制自己的情绪,极容易发怒。

(三)初中生手机消费不受控制

在网络这个虚拟世界,能够使初中生暂时逃离现实世界的束缚,在这个看似平和,美好的世界尽情地释放在现实世界中压抑已久的情绪,这样的状态非常容易使学生变得不够平静,失去理性。在无人监管的情况下,他们非常容易失控,然后进行疯狂消费,在网上购物,进行游戏充值,打赏主播等,在这样的过程中享受“自由”。

二、应对初中生沉迷手机现象的管理策略

(一)班主任要加强家长与学校之间的合作

家庭和学校是学生成长中最重要的两个场所,学生出现沉迷于手机的现象,老师或家长的监管一定有其不完善的地方。初中班主任如果想要对学生沉迷手机的现状进行一定改善,那么学校和家长之间必须进行通力合作。在当今社会,手机的使用情况不可避免,而且我们不能因噎废食,进行极端教育,所以要想办法对学生进行教育疏导,在学校和家长的监管下,逐渐降低对手机的沉迷情况^[2]。同时,班主任和家长也要对学生进行良好的示范作用,不过多沉迷手机,并鼓励学生利用手机学习,发挥手机的积极作用。

(二)采用全新的教学方式,调动学生的学习积极性

在当前科技的冲击下,运用传统的教学方式很难吸引学生的兴趣,因此老师在教学过程中可以尝试一些其他方法来帮助学生进行学习。在课堂开始前,老师可以事先将课堂内容传递给学生,这样可以方便学生进行课前预习,进而大大提高他们对课堂学习的兴趣。在课堂进行中,老师也可以留出更多的时间与学生进行讨论,加强与学生的课堂互动。这样的教学方式可以使学生学习由被动转化为主动,帮助他们在课堂学习中体验强烈的价值感。这样调动学生主动性的方式可以使他们全身心地投入到课堂学习中去,从而摆脱对手机的过度沉迷和依恋,从而使他们成为理性自控的人。

(三)与学生进行积极沟通,组织丰富的课外活动

不同初中生沉迷网络的原因不同,有的是好奇心强,禁不住网络世界的诱惑;有的是因为感到现实生活的枯燥乏味,利用手机上网来进行短暂逃离。因此,初中班主任如果想要帮助学生摆脱对手机的沉迷,那么首先应该与学生进行积极沟通,了解他们的沉迷网络的具体原因,这样才能对症下药,帮助他们及时有效地解决问题。同时,班主任也可以多组织丰富的课外活动来吸引学生对现实生活的乐趣,借此转移他们对手机的注意力。这样不但有利于为学生们营造积极向上的学习氛围,丰富他们的课余生活^[3],而且还尊重了学生的爱好,有助于他们的兴趣培养,并充实了课余生活,大大地拓宽了学生课余生活中可进行选择的内容,而且在参加过程中还可以对学生的沟通能力,合作能力进行锻炼,帮助学生感受真实生活的丰富美好,进而摆脱网络手机,重新拥抱美好的现实生活。

总结

如今我们的物质生活十分富足,网络技术的发达也为我们的生活提供了极大便利。手机进行沟通的自由性,私密性和及时性满足了学生的交流需要,而且手机强大的娱乐功能以及学生的从众心理导致了他们对手机的沉迷。面对这一现象,班主任应该及时与学校家长进行沟通,共同帮助学生摆脱沉迷网络的这一不良习惯。同时,老师应该加强课堂建设,提高学生课堂的兴趣,使他们自然地摆脱对手机网络的过度沉迷和依恋。最后,班主任也可以从学生的角度出发,为他们定期组织集体活动,丰富课余生活,加强学生对现实生活的参与感,在日常生活中体会到快乐满足,从而摆脱对手机网络的沉迷。

参考文献

- [1]祝月辉,张成.青少年手机沉迷与应对策略[J].邵阳师范高等专科学校学报,2015,35(2):100-102.
- [2]莫梅锋,杨佳佳.青少年手机沉迷成因剖析[J].文化产业,2018,21:27-29.
- [3]宋志飞,杨发发.青少年预防手机沉迷的应对策略[J].心理月刊,2019,1422:30.

优化学生管理 努力做好高中德育工作

王夕娟 国红 李芬

(山东省青州第三中学 山东 青州 262500)

[摘要]高中阶段,学生们的心智发展已经趋向成熟,逐渐形成了自己的三观和道德理念,在行为习惯和思想层面更加接近成年人。但在高中生身体和心理快速发展的背后,可能还隐藏着一些问题,对学生们的未来发展极不利。因此需要做好学生的管理工作和德育工作,用教育的影响和先进的思想文化,引导学生树立正确的观念和行为习惯,帮助高中生更好的学习和成长。

[关键词]高中德育工作;学生管理;教学策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.07.1573

引言

进入高中阶段,学生的知识和眼界不断增加,身体发育趋向成熟。知识的增多和身体机能的发展,使得学生的自我意识不断增强,思维敏锐但容易偏激,容易形成以自我为中心的极端情绪。另外,面对多元化的信息时代,不少高中生的心智仍然不够成熟,难以抵抗不良诱惑和落后腐朽文化的侵害,在学习和生活方面仍然存在很多问题,对学生的管理和德育工作不容放松。

一、构建和谐师生关系

高中阶段,学生们的自主意识大大增强,与一些年轻教师的年龄更加接近。在与教师和班主任的相处过程中,他们会比低年级的学生更加关注自我以及自尊和人格,与师长的关系更像是朋友的关系。教师如果还是像对待低年级学生那样,采用严格要求的管理模式和家长式的做法,难免会让一些学生感到不自在,使得师生关系过于紧张。对待高中生,在管理过程中,教师应当更加尊重学生的个性和人格,多用交流和谈话去缓解矛盾,解决问题。

例如,本班的某位学生犯了错误,班主任选择当面斥责他,让他难堪,下不来台。这种杀鸡儆猴的方法的确能起到一些作用,但对这名学生本身来说,无疑伤害了他的自尊和面子,高中生往往十分重视自己在同学中的形象和地位,因此教师的这种做法会加剧恶化师生关系,让学生对教师产生记恨,甚至故意和班主任作对。因此作为师长,教师应当学会与学生平等交流,通过沟通去解决大多数的班级问题。还是以这位学生为例,他犯了错误,教师应当先让同学们不要在意的,各自忙各自的事情;然后私下里与这名学生沟通,引导他主动承认错误。在这个过程中,教师应当和蔼可亲,面带微笑的与他平等交流,让他说出自己的心中想法,为什么会做这种错误的行为,逐渐引导学生树立正确的观念,认识到自身错误并积极改正,从而和平的解决班级矛盾,同时又能够与学生建立良好的师生关系^[1]。

二、欣赏并信任自己的学生

即便是高中生,也都特别希望得到教师和家长的认可,然而人无完人,学生们总会有一些小毛病,犯一些小错误。特别是一些同学,因为曾经的基础比较差,进入高中之后学习成绩一直跟不上来,成了所谓的“学困生”。很多班主任的做法是只关注一些优生等,而对这部分学生视而不见,任他们放任自流。这无疑会加剧这部分学生的错误思想,认为“自己没救了”,得过且过混日子,对未来没有希望,这会让学生们将来的发展产生消极影响,甚至让学生走向错误的人生道路,引发悲剧。

作为学生们的师长,教师应当学会欣赏并信任自己的学生,帮助他们扬长避短,克服自卑,相信每一个学生都是能得到发展的人,每个学生都有自己的闪光点,并善于发现这些优点,让他们树立信心,引导学生走向成熟,走向完善。例如,一些学生虽然学习数学、物理这些需要很强思维能力的科目十分吃力,但却很有文采,写诗写文章都十分优美动人。教师

可以鼓励他们在一些报刊和网站上发表自己的文章,让他们树立信心,找到学习的方向和自己的特点。一些学生虽然成绩很差,但打篮球特别厉害,或者在画画、唱歌等某一方面有很强的天赋,教师都可以引导学生去放大自己的优点,让他们走向更加独特的人生道路,这也不失为一种有趣的人生^[2]。

三、关注学生,理性评价

我们做事要有这种平常心,“不做则已,做则尽全力做最好”。同时也要鼓励学生经常与老师沟通。学生很在乎老师看他们的眼神,在乎老师在作业批改时的只言片语,他们在乎老师的评价,在意老师能否公平、公正,实事求是,一视同仁。他们不是怕老师的批评,而是害怕老师的冷落和遗忘。班主任必须正确看待和理性评价学生,设身处地地从学生所处的角度、位置、环境去看、理解和处理事情,领悟学生的所思、所感、所为;用欣赏的眼光看待学生的每一个想法、每一次发现;发现他们的可爱之处和闪光点,尽量给予鼓励和热切的期待;多与学生交心谈心,使之觉得老师在乎他、关心他和信任他,变学生被动接受管理为主动自我管理,用真诚和鼓励唤起学生的自信,让学生在活动中体验成长、感受进步,去玩乐自身价值得以实现的愉悦和幸福。只要适当引导,这些好的品质都能成为他们提升学习的后劲^[3]。

四、开展社会实践活动

高中生应当具备较强的社会实践能力,同时教师可以借助社会实践活动来培养学生良好的品德,树立学生的正确三观。例如,教师可以带领学生们到当地的农田、工厂等地参观农民和工人劳动,学习劳动技能,明白生产各种食物、衣服的艰辛。也可以让学生们真正参与实践,和农民们一起浇水、除草,体会劳动的艰难,让他们明白“粒粒皆辛苦”的真谛,从而学会节约粮食,节约资源,尊重劳动人民,从而树立正确的三观,提升实践能力。

结语

高中阶段的德育工作,对学生们将来的成长和发展具有重要影响。广大教师应当充分重视对学生的思想品德教育,不断优化教学手段,关注学生的情感状态,培养他们良好的行为习惯,为他们的成长和发展奠定坚实基础。

参考文献

- [1]孙立东.基于核心素养背景下的高中德育工作的实践与探索——以一所县级高中德育工作实践为例[J].吉林省教育学院学报,2019,35(10):47-51.
- [2]崔自勤.新时代高中学校德育体系构建的实践探索[J].吉首大学学报(社会科学版),2019,40(S1):270-274.
- [3]余德久.教育新常态下高中德育存在的问题及对策[D].华中师范大学,2016.