

用技术管住他们的手机

□宋一聪

前一段时间的在线上课,恐怕已经不得不让大多数家庭都为孩子准备了专门的智能手机或平板、电脑。不过其实大家也都懂的,在这些电子产品面前,究竟孩子们能有多少自制力让自己真正把它们用来“学习”而不是去点开游戏、娱乐视频等等呢?如果偶尔玩玩倒也无妨,但如何控制其时间呢?万一游戏或其他APP内有充值内购项目,熊孩子会不会无意之间造成损失呢?

相信对于许多父母而言,如今这些都是非常现实的问题。有的家庭用简单粗暴的“没收”来管理,但在当下的信息时代,显然这种管理并不一定能实现。我们推荐几个小技巧来让操碎心的父母们瞬间变身“技术流”,首先用技术手段管住孩子的手机和平板电脑,这或许也是一个引导孩子正确合理使用电子设备的开始。

安卓系统:打开儿童模式,配合专用APP把手机管起来

如果你给孩子使用的设备是安卓系统的手机或平板,那么如今大多数品牌都提供了儿童模式或学生模式。打开手机设置,可以找到儿童模式/学生模式选项,选完之后设置家长密码,可以对允许使用手机的时间段、允许运行的APP、允许访问的网页等进行设置。并且,该手机每天的使用时间和各类APP运行的时间等信息,也可以自动生成汇总报告方便家长查看。要突破儿童模式或学生模式的限制或者完全退出此模式,也必须由家长输入家长密码才行。当然,你也可以通过设置来禁止APP内购或收费短信,这样就免去了“熊孩子点点手指银行存款变成零”的后顾之忧。

而在某些品牌的儿童模式中,还会特别换上更加卡通、有趣的UI界面,并自动屏蔽有害内容。并且,大部分的儿童模式还可以提供远程定位功能,方便家长随时掌握孩子的位置。

如果设备上找不到这些模式的开关,那么也可以通过下载特定的APP来实现控制功能。比如著名的AppDetox就是可以给各个APP设定启动规则的应用。你可以设定王者荣耀只有在周日能打开,微信一天只能打开3次,而哔哩哔哩动画则是每天只能使用2小时。甚至可以设定某个APP的使用时间可以随步数的增加而增加——如果孩子想要多用点时间,那么就得多出去走走。

不过,AppDetox有一个缺点是容易被卸载,所以你一定不能让熊孩子知道就是这款软件限制了他用手机……而另一款名为Smart Applock的应用,可以通过密码设置使其无法被卸载或强制关闭。在功能上,它可以设置多个应用场景,来分别限制不同APP的使用,如果你是与孩子共用一个手机,那么这种功能将很方便。

iOS系统:加入家庭群组,既可以分享也可以管控

如果说安卓系统采取的管理方式是“单机模式”,那么苹果设备的iOS系统则是用了“联网模式”来让你把孩子的手机或iPad管起来。苹果如今支持在“家人共享”中,家长为13岁以下儿童注册Apple ID,在其设备上使用这个账号之后,将孩子加入家庭群组之中。在这个家庭群组里,你可以把爸爸、孩子、爷爷、奶奶的Apple ID统统加进来,所有人可以共享购买的APP或 iCloud 储存方案和 Apple Music 会员,更重要的是,若你是这

个家庭群组的组织者,那么群组内成员的购买或下载都需要经过你同意,而费用也是由你来支付。当然,你可以只对其中的未成年人打开购买前询问功能。

通过家人共享功能,iOS可以将全家人加入一个群组。

用家庭群组可以实现对孩子设备的多方位管理。比如你可以在自己的手机上设定好孩子手机的使用规则——是否可以下载或删除APP、是否能打开游戏或社交应用、每个应用具体的使用时间,以及应用内购买限制等等。一旦孩子点击了不能使用的APP,他只有选择向你申请,在得到批准之后才能开始使用。而考虑到实际情况,比如可能游戏玩到一半还来不及保存,或者微信上有紧急情况需要回复,系统为孩子提供了1分钟的额外使用时间,在这1分钟内他可以打开APP完成最紧要的任务。

孩子在快消耗完预设的游戏时间前,家长也会收到提示。

除此以外,加入家庭群组的所有账号,都可以在“查找”功能中实现定位——万一孩子联系不上,或者不小心丢了手机,你可以用自己的手机去查找他的位置。

通过查找功能,也能方便地定位家庭成员的位置。

而作为家长,可以随时查看孩子的手机或iPad的使用情况——比如每个APP的使用时间,总体的亮屏时间,系统会自动生成统计图,方便你“有理有据”地与孩子讨论他的电子设备使用习惯,以期改进。并且,未成年人账号是无法自己退出家庭群组的,家长不用担心孩子为了躲避管控而退出。

堵与疏

如何处理孩子的成长、学习与互联网、个人电子设备的关系,可以说是当下这一代父母所面临的一个新问题,但其实也是一个老问题。武侠书、电视剧、小霸王……这些其实都曾经扮演过类似的“反面角色”。堵不如疏,疏也需要有合适的方法和合理的步骤。

技术控制和管理,应当只是一个开始,但永远不是“一劳永逸”的方法。通过技术管理,你向孩子表明了一个很重要的信息:我也懂技术,而且比你懂更多。在此之后,频繁地与孩子就电子设备和互联网的使用进行沟通、互动才是关键,要让孩子逐渐学会自己控制合理的使用时间和使用频率,并利用好这些现代工具,去开发自己的兴趣和特长。与此同时,家长也应当去了解游戏、动漫等当下的年轻人流行文化,引导孩子去体验好的各类作品,真正成为他们成长路上的陪伴者。



孩子最开心的那些时候

□Cecilia

有一天和5岁半的大宝聊天,我问他:“你觉得自己什么时候最开心呀?”

以下是大宝说的话。

生病喝粥

有一次我肚子痛,没办法出去吃饭。爷爷、奶奶、爸爸和弟弟都出去吃好吃的了,只有你在家陪我。

我说我想喝粥,然后你就给我熬了白米粥,还加了切得细细碎碎的青菜。我躺在床上,你端着碗,一口一口地喂我。每次喂我之前,你还会轻轻吹一下,免得烫到我了。喝完粥以后,你把我抱到沙发上,给我放了好多儿歌。我们一边唱歌,一边聊聊天里发生的事。

妈妈,你现在总是很忙,有时候还会去出差;但那一天晚上,你给我煮了青菜粥,陪我唱了儿歌,让我觉得真是最好、最好、最好的一天!

摔碎手机

还有一次呀,妈妈,你还记得吗?我把你的手机给摔碎了,就是你新买的那个手机。

我想坐到凳子上吃饭,不小心碰到了你的手机,它磕到墙上,屏幕就碎了。我害怕得跑过去喊你:“妈妈你快看,我把你的手机给砸坏了!”

你停下打字的手,转过头看着我:“你没事吧?”然后你看了看手机,说用手机工作,挺着急的,就又再买了一个新的。

我跟你说:“妈妈,对不起。”你严肃地跟我说:“以后不要再碰电器了,因为很危险,知道了吗?”我点了点头。

那天晚上睡觉前我问我:“妈妈,这个手机多少钱啊?”你说:“8000多块吧。”我又问:“那新的手机多少钱啊?”你说:“还好,就买个凑合用的,也就2000多块吧。”

可我觉得,2000多块也是很大一笔钱啊,毕竟我的零花钱只有100多块呢。然后我就裹紧了被子,觉得你真的很爱我。

零花钱

说到零花钱,我又觉得很开心了。妈妈你知道吗?我在大班里的同学啊,他们都没有零花钱。他们的压岁钱呀,都被爸爸妈妈拿走了,说是给他们存起来了,但是他们呢,都用不上这个钱。

可我就一样了,我的钱放在自己的存钱罐里,每次用的时候我都会记账。

有一次在电影院的时候,我特别想玩那个扭蛋机,因为里面有很多彩色的弹弹球。你和爸爸都不肯给我买,说5元一个不划算;这时候我就说:“那我用我的零花钱自己买。”你们想了想,同意了。

我花了5元,扭了一个弹弹球;又再花了5元,给弟弟扭了一个弹弹球。后来我和弟弟就一直玩、一直玩,玩得可开心了!能有自己的零花钱可真好呀!

妈妈,下次你工作的时候,我还要给你帮忙;等你赚了钱,就可以分给我一些当我的零花钱了。真好!

不要长时间佩戴入耳式耳机

□吴宇华

一位10岁的男孩最近总说耳闷,听不清楚,还很痒。医生检查后发现男孩外耳道内出现一片缩小版的“黑色森林”,原来是长了绒毛状真菌丝团,这是一种霉菌。这个孩子因长期佩戴入耳式耳机,导致外耳道内长时间的潮热不通风,加之小患者喜欢反复掏耳朵,导致外耳道真菌病的发生。这样的病例近期不在少数,春夏交替季节,气温逐渐升高,加之空气潮湿,温暖的天气为真菌的生长繁殖提供了更加便利的条件。

外耳道真菌病的病因是什么?

外耳道真菌病又称耳真菌病,是外耳道皮肤的亚急性或慢性炎症性疾病,多数认为系由真菌感染所致,常合并细菌感染。外耳道真菌病可以引发耳痒、耳聋、耳痛。

1. 环境温度和湿度的增加,有利于真菌的生长繁殖。此病好发于热带亚热带地区,高温而潮湿的季节多见。长时间佩戴入耳式耳机,造成外耳道内局部环境潮热湿度增加。

2. 盯聆缺乏:盯聆呈微酸性,盯聆有抑制真菌生长的作用,缺乏盯聆有利于真菌的繁殖。

3. 慢性化脓性中耳炎易合并真菌感染。

4. 挖耳造成的损伤。频繁掏耳,掏耳的工具不洁。

外耳道真菌病的症状有哪些?

1. 早期可无症状,多在体检中偶然发现。

2. 真菌侵入上皮下后可出现耳内痒、不适、闷胀感。

3. 真菌丝和外耳道的脱落上皮等组成痂皮阻塞外耳道,甚至与鼓膜接触时,引起耳鸣和听力下降。

4. 真菌合并细菌感染加重时,出现明显的耳痛。

外耳道真菌病怎么治疗?

1.3%过氧化氢溶液(双氧水)清洗真菌团块及痂皮。

2. 涂抹抗真菌药物。

3. 重症者全身应用抗真菌药物。

4. 合并细菌感染严重者合并全身应用抗菌药物。

外耳道真菌病该如何进行预防?

本例患者因长时间佩戴入耳式耳机,导致外耳道长时间处于潮热不通风状态,这是霉菌生长的最好温床。为此,注重耳卫生将成为预防外耳道炎的关键因素,在日常生活中应从以下三个方面养成良好的生活习惯。

1. 要保持外耳道内的通风干燥。

2. 要减少佩戴入耳式耳机的时间,防止外耳道内进水。当外耳道进水时,尽快清理,但切忌用棉签清理,棉签会将外耳道内的盯聆推入更深,导致外耳道内深部沉积大量的湿润盯聆,从而促进了霉菌的生长。

3. 戒除挖耳习惯。在保持外耳道干燥的同时,减少掏耳频次,注意掏耳工具的洁净,不要用不干净的工具进行掏耳,不要与他人共用掏耳工具。

外耳道真菌病一般在药物治疗后三周即可治愈。开头提到的小患者经三周的药物治疗后,终于治愈,患者的听力也恢复到正常状态。但是这并非治疗的终结,大部分外耳道真菌病很容易复发,所以平常生活中我们要更加注意预防。