

# 家长如何帮孩子戒除网瘾

作者：有故事的人 来源：范文网 [www.wtabcd.cn/fanwen/](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1678459142208396.html>

范文网，为你加油喝彩！

据了解，目前上网人群中，大中学生的比例一直高居榜首(每年都在50%以上)，他们是网络成瘾最大的潜在人群。那么家长如何帮孩子戒除网瘾呢？下面就跟着<https://www.882武汉东湖海洋世界682.com/>小编一起来看一下吧！

## 家长要学会和孩子沟通交流

最易上网成瘾孩子的年龄段集中于十三四岁，也就是一个人的青春期、叛逆期。这部分青少年在受到家庭、学校、社会三方面影响的同时，丰富多彩的网络对其吸引力非常大。如果前三者吸引力大于后者，则青少年不会出现上网成瘾，反之，网络成瘾的可能性就很大了。当然还有学生自身的素质和性格特点。为什么在相同的社会和学校环境下，有的孩子能够抵制住网络的诱惑，有的却不行？事实上，家庭教育方式是最主要的影响因素，从家长解决孩子网络成瘾的角度看，只有家庭教育是可以改变控制的。比喻的作用是什么

之所以出现这些问题，完全是家长对孩子的培养以应试教育为主，这也是孩子形成网瘾的根本问题。为了孩子能够考上好的中学、好的大学，从小孩一上幼儿园就让他(她)只攻几门课，数学、语文、英语，孩子没了其他爱好。有的家庭为了使孩子不受干扰，给孩子准备单独的房间，规定孩子放学后不许看电视、不许看课外书，只能在书房中学习——这种像犯人蹲禁闭一样的学习生长环境，完全忽略了青少年的心理需求，使孩子容易形成孤僻、呆板的性格。当孩子真的出现了问题，家长才发现，孩子的学习压力小些，户外活动多些、朋友多些、兴趣多些，是多么重要！因为这一切会把孩子的眼球从网络上吸引下来，占据他们的上网时间。而这些东西正是素质教育的内涵。

要想戒除孩子的网瘾，就要改变家庭教育的方式，加强与孩子的沟通，了解孩子的想法，让他现实世界中有可以交流的对象。另外，真正发现孩子的兴趣，并进行培养，用兴趣活动、中国计量大学现代科技学院户外锻炼占据他们的上网时间。

网络并不可怕，上网成瘾也不可怕，相反，网络是新时代，高科技的表征物，善用之则既可完善自身，又可造福社会，关键是使用者要有一颗理智而成熟的心。健康上网，拒绝沉迷，让孩子们做到这8个字、戒除网瘾，不是一个简单的社会问题。这需要家长有耐心，懂得方法，最重要

的是感情投入，真正和孩子心连心;还需要政府职能部门多做工作，发挥应有的作用。

以上就是对家长如何帮  
孩子戒除网瘾墙壁偷光翻译的介绍，如果你对学生迷恋网络怎么办  
等有关学生心理健康方面的知识还有疑问，请继续关注[https://www.882682.com/迷恋网络安全常  
识栏目](https://www.882682.com/迷恋网络安全常识栏目)。

更多 作文 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发