**浅谈小学生亲子陪伴危机的解决策略---技术插足**

常州市武进区漕桥小学 芦银

摘要：当前是互联网时代，智能手机是这个时代的标志。如果父母把大量本应该陪伴孩子用餐、娱乐的时间花在了玩手机上，可能会影响他们与孩子的关系。这一现象被称为“技术插足”。亲子陪伴是每一位家长都熟知的话题，亲子陪伴要注重“量”，更要注重“质”。有“技术插足”的“陪伴”是低效的假陪伴。当前社会，亲子陪伴的过程中，“技术插足”时时刻刻都在上演，给孩子造成很大的伤害。教育，最贵的投资是时间的投资。这就要求家长在陪伴孩子的过程中，远离“技术插足”，给孩子一份高质量陪伴。

关键词：“技术插足” “手机” “亲子陪伴” “性格” “儿童”

在商场的游乐设施旁边，总会有一群家长低着头看着手机，任由孩子们在游乐设施内自由自在地玩耍；孩子闹脾气，不吃饭、坐不住，没什么比一部手机更能让孩子迅速安静下来了；很多父母表示，孩子在家天天盼着自己回家——其实哪里是盼自己，盼的是自己口袋里的手机。因为手机，亲子间缺少了本应存在的陪伴，这是时代发展的一大副作用。正确看待手机，重视亲子陪伴更是这个时代给所有人的考题。

一.“技术插足”

1.含义

“技术插足”是指日常生活中，由于技术设备引发面对面交流的中断。

这是伊利诺伊州立大学的Brandon T. McDaniel和美国密歇根大学医学院的Jenny S. Radesky提出的。研究表明，家长每天使用电视、电脑、平板电脑和智能手机的时间平均为9个小时。其中由于智能手机方便携带，他们使用智能手机的时间占三分之一，并常在家庭活动中使用，例如用餐时间、娱乐时间和就寝时间——都是塑造孩子健康社交情绪的重要时期。父母把时间花在电子设备上时，就会很少与孩子交谈，并且如果孩子想吸引父母的注意力，家长可能会更加充满敌意。

2.客观必然性

智能手机为代表的电子产品是这个时代的特征。短短十年间，手机的功能发生了翻天覆地的变化，从最初的发短信打电话，到现在能接受海量资讯、玩大型的游戏……这巨大的变化对每一个现代人来说都是充满震撼的——人们其实并没有以完全平和的心态来接受这一变化；相反，人们惊讶于这一变化，并在这变化带来的便利与快乐中无法自拔。正因为如此，手机被称为毒害当下人类的新式“鸦片”。这种说法固然极端，但是却给使用手机的人们敲响了警钟。

家长作为普通的人群，本身也是泱泱大潮中的一员，自然无法抵御时代的诱惑。如何正确、科学地对待电子产品对于出生于上世纪七八十年代，生长于新千年前后的家长们来说，亦不会在学生时代接受到任何相关教育。他们面临的亲子陪伴上的挑战，是前所未有的。

二.“技术插足”对亲子陪伴的危害

1.性格养成易错过

儿童，尤其是6岁左右的儿童，是性格养成的关键期。在这一时期，“技术插足”会导致一系列孩子性格上的偏差。如果孩子在早期的关系中体验到爱和信任，他就会觉得自己是可爱的、值得信赖的。然而，如果孩子的依恋需要没得到满足，他就会对自己形成一个不好的印象。“一个不受欢迎的孩子不只觉得自己不受父母欢迎，而且相信自己基本上不被任何人欢迎。相反，一个得到爱的孩子长大后不仅相信父母爱他，而且相信别人也觉得他可爱。”

这一时期，“技术插足”会导致一系列孩子性格上的偏差：

（1）缺乏耐心

当孩子看到父母总是抱着手机在玩，却不理自己的时候，一定会对手机产生强烈的好奇心，但是家长深知手机不能给孩子玩，所以几乎都不让他们去触碰，所以就造成了家长禁止孩子，但自己却总在那里勾引孩子。在这个时候孩子也会一直的跟父母抢，孩子的争取让自己的安全感消失殆尽，长此以往孩子就会做事情没有耐心，更容易冲动烦躁，不喜欢等待，甚至出现打人的情况。

（2）变得孤僻

手机导致家长的精力都集中在手机上，对于孩子的关心和照顾自然就会变少，所以孩子看着家长玩着手机，自然而然就觉得家长对他的爱，连手机都不如，孩子感觉自己受到了冷落，亲子间的互动减少。

慢慢的孩子就会变得不喜欢进行交流，也只会和家长一样，抱着手机看，不让玩了，就走回房间一个人待着，这就是现在很多宅男宅女的生活，性格孤僻冷漠。

2.不良习性易沾染

孩子是天生的模仿者。童年时期孩子的模仿力最强，一方面是因为语言得到了发展，另一方面是孩子的肢体动作已经变得比较熟练，好奇心和模仿力相互促进。最为重要的是，孩子的模仿跟未来的行为习惯有直接的正相关。也就是说，此时孩子模仿玩手机，将来就会沉迷手机。那么，“技术插足”会像接力棒一样，在一代代孩子身上传承。这显然是所有人都不愿意看到的现象。

3.隐性失陪易忽视

隐性失陪，指家长给予了自以为很好的陪伴。主要表现在以下三个方面：

（1）将看管陪同和陪伴划等号。有时间陪伴子女，但缺乏有效沟通，是当下最普遍的一种精神上的失陪。然而，现实生活中，不少家长都会把陪同视为陪伴。因此，他们可能会一边带孩子散步，一边刷手机上的财经新闻。面对孩子的互动需求，总是表现得十分敷衍，有时甚至会言语粗暴地让孩子一边儿玩去。

（2）将命令说教和陪伴划等号。命令说教代替亲子陪伴的做法，效果往往是适得其反。孩子会把父母的话当做“耳边风”，父母说得越多，孩子进步越少。

（3）将物质满足和陪伴划等号。不少父母都希望通过自身的努力，为孩子创造更好的物质条件。殊不知，对于孩子的成长而言，高质量的亲子陪伴带给孩子的心理给养，要比进口的奶粉和品牌服饰重要得多。因为高质量的亲子陪伴，可以让孩子变得自信有力量，而且可以让孩子树立积极的生活态度，变得更有责任心，有梦想也有激情。

伴随隐性失陪的家长，“技术插足”现象普遍存在，甚至成为主因。调查显示，不少城市的孩子，家长看似朝夕相伴，但由于毫无陪伴质量可言，其实长期处于“隐性失陪”状态。一次网络调查中显示，百分之八十的孩子认为父母玩手机的时间比陪伴自己的时间多。最为致命的是“隐性失陪”相比较“显性失陪”，家长往往对自己行为所带来的危害浑然不知。如果“隐性失陪”的情况得不到重视和改观，最终将直接导致家庭教育的失败。

三.“技术插足”的解决策略

1.家校合作正源头

朱永新教授曾经讲过这样一句话：“家校携手，教育不愁。”教育问题的解决必须家校携手，更何况在“技术插足”这一问题上，家长成为了应该接受教育的一方。通过家长会、家长学校等形式的讲座活动，跟家长讲明“技术插足”将带来的危害，从科学角度帮助家长分析孩子心理特点以及行为表现背后所隐含的信息。从而让家长真正意识到自己在亲子陪伴上的角色缺失。

说教式的教育无论对儿童还是成人都难以收到令人满意的效果，但是却又必不可少，通过这样的家校合作，达成以下目的：

（1）让家长认识“技术插足”问题的普遍存在，了解这一现象产生的时代性和客观性。只有正确认识问题，才有解决问题的可能。

（2）为接下来亲子监督提供落实的可能性与前提。家长主义在有些家庭中确实存在，不是所有家庭都处于民主式的氛围之下。要落实亲子监督，必须取得家长的支持与理解，通过说教形式，将正确的价值观直接灌输，纵使无法自觉落实到行动，也能减少被动执行所面临的阻力。

2.亲子监督重过程

子曰：其身正，不令则行，其身不正，虽令不从。要让孩子做到一件事，最好的办法是家长自己先做到。尤其在当今社会，低头族蔓延成风，如果家长能不做低头族，势必成为孩子的榜样。至于亲子监督这一策略的提出，主要从以下三个方面考虑：

（1）孩子对新鲜事物充满好奇，包括新鲜规则。让孩子来监督家长少玩手机，孩子会非常乐意。由于孩子天生做事认真专注，更会很好地执行。

（2）监督是共同行为，通过监督能让孩子认识到沉迷手机是一种不好的行为，无需多言，不知不觉中就树立了正确的观念。

（3）彼此监督的过程中，亲子陪伴悄悄渗入：当孩子揪住卫生间里偷玩手机的爸爸，而爸爸马上“认错”，这一过程本身就是一种最好的陪伴。

3.有效陪伴促发展

上文对隐性失陪做了比较全面的阐释，这有助于更好地理解陪伴：陪，父母跟随孩子，陪同孩子做适合孩子年龄发展需求的事情；伴，父母和孩子在一起，不仅需要为孩子的发展提供支持，也能通过与孩子互动，不断反观自己，实现父母的自我成长。可见，亲子陪伴不是单方面的付出与索取，这是一个双方都参与，双方都获益的过程。

美国皮尤研究中心的统计数据显示，家长陪伴孩子的有效时间，“及格线”为每周21.2小时。也就是说，每天至少要有三个小时的时间。这对于一般家庭来说确实很难做到，但是如果将亲子陪伴视为休息，视为学习。同时，摆脱“技术插足”，那么，每天三小时的休闲及自我发展时间，应该还是不难挤出。

在亲子陪伴的过程中，亲子游戏、亲子共读等都是不错的选择。

四.总结

“技术插足”是时代带来的问题，也是每一个家长面临的前所未有的挑战，正确认识他，并且了解它背后给亲子陪伴所带来的一系列危机是每一个教育工作者要直面的话题。对每一个家长来说，电子产品不断更新换代，时代发展从不会停下脚步。但是，和孩子最亲密的时光，一旦错过了就再也回不来；孩子成长的关键期一旦错过就很难复制。让技术服务于家长和孩子，而不是“插足”。