嘉荫二中 一月份 家长作业

又快放寒假了，寒假时，青少年网瘾问题会更加严重。许多孩子，被网络天使般的外表所迷惑，深陷其中，不能自拔。那么作为家长，你怎样把孩子从网瘾中拉出来呢？

虽然我的女儿没有网瘾，但是听了顾晓鸣老师的课以后，又学习了《不输在家庭教育上》以后，我对网瘾有了全新的认识。

孩子有网瘾是由各种原因造成的，作为家长的我们，就要追根究底，找到根源，才能更好的帮助孩子戒掉网瘾。

我认为网瘾是孩子精神寄托的另一种方式，是孩子渴望被认可、追求成就感的选择，是孩子精神长期压抑后的一种心理宣泄。如果我们越是加以控制，必会适得其反，所以，我们先要放手让孩子自己玩，让他对玩网络游戏的兴趣开始弱化，而这也是釜底抽薪的举措。同时，我也把选择权交给孩子，让孩子感受到我对他们的理解、尊重和信任。

因此说，孩子只有在家得到温暖，有了归属感，融入了校园生活中，成为学校的一分子，有了健康的兴趣爱好和充实的课余生活，在现实中找到了生命的意义，它才不会到虚拟世界去追求所谓的人生价值，也会从此不再迷恋网瘾。

班级：一年三班 家长姓名：于世清 学生姓名：许婧雯