

南方+早班车 | 七年磨一剑！我国首个外商独资重化

教育思享会 | 邓娟、黎新风：别再和娃为手机对抗，科学引导才是关键

 孙颖 黄靖逵 等 03-26 17:13

 热榜



开栏语

时代浪潮奔涌，科技日新月异，教育面临更多元复杂的新场景与新挑战。

南方日报、南方+特别推出《**教育思享会**》，邀请深圳教育界专家、书记、校长、名师等，畅谈育人实践，共享思想智慧。这里既是观点交流、碰撞平台，也是解惑赋能阵地，更是家校社协同育人桥梁。

愿我们以思想启智，以分享赋能，守护少年向阳成长，共筑教育美好未来。敬请关注。

南方日报 南方+

教育思享会

管太严怕对抗 管太松误学业
给娃用手机 Yes or No?

黎新风

深圳市荔园教育集团党委书记

邓娟

深圳实验学校副校长、中学部执行校长

+





开学已经一段时间，学生逐步回归校园正轨，但手机管理、电子产品使用等问题，依然让不少家长揪心。

近日，在南方日报教育思享会上，**深圳实验学校副校长、中学部执行校长邓娟**，**深圳市荔园教育集团党委书记黎新风**，围绕中小学

生手机管理这一热点话题，分享了学校做法与家庭教育建议，为“要不要给孩子用手机”“该怎么科学管理”等提供清晰思路。



深圳实验学校副校长、中学部执行校长邓娟



深圳市荔园教育集团党委书记黎新风

校园严守底线

▼ 严禁入校、统一保管、正向替代

两位教育管理者介绍，学校严格执行教育部相关规定，**原则上禁止学生将手机带入校园**。确有特殊需求的，须经申请并统一存入学校保管箱，放学后归还，从源头减少校园内手机使用。

“小学、初中阶段孩子对家长依从度较高，手机问题相对可控；到了高中，学生自主意识更强，对手机依赖也更深，管理难度会加大。”邓娟指出，**校园管理要做好正向替代**：用丰富的社团、体育、艺术、实践等活动充实课余时间，让孩子们在现实生活中获得成就感与乐趣，自然降低对手机的需求。

黎新风也提醒，**很多家庭习惯用手机、平板“哄孩子”，看似省心，实则极易让孩子从小形成依赖甚至成瘾**。学校和家庭必须同步发力，明确手机首先是通讯、学习工具，游戏娱乐只是次要功能，从起点树立正确认知。



家庭管理关键

疏胜于堵、约定规则、家长表率

谈及家庭中存在的手机管理矛盾，两位教育管理者都指出，冲突的核心，是家长的控制欲与孩子的自主需求对立，手机管理应重疏导而非强堵，并分享了多个可落地的做法。

南方+梳理这些做法包括：

1、**不禁止，先尊重。**因为手机是时代产物，也是孩子的学习工具与社交方式，完全禁止不现实，也容易激发逆反。

2、**一起商量定规则。**家长和孩子共同约定：每天用多久、什么时间用、可以看什么、不能做什么。允许执行中有反复，坚持温和纠偏，也可借助手机 幕时间管理功能辅助。

3、**用高质量陪伴代替手机。**多户外运动、多阅读交流、多亲子互动，把孩子花在手
机上的时间，用更有意义的事情替代。

4、**家长先以身作则。**



“别让孩子在写作业，自己在一旁刷手机。主动自我约束、真诚反思，更容易让孩子信服、愿意配合。”邓娟说，她还分享了一个真实案例：有高中生家长，每周定时到学校，让孩子在陪伴下使用一小时手机，当需

求被看见、被合理满足，孩子反而减少了偷偷玩手机的情况，学业也十分优秀。

黎新风强调，手机管理一定要从小抓起、从早立规。低龄阶段要严格控制使用时长与内容，多引导孩子参与阅读、体育等活动；进入青春期后，手机使用一旦失控，极易激化亲子矛盾，甚至影响孩子价值观的形成，必须坚持家校协同、持续科学引导。

教育理念升级

▼ 接纳时代产物，以智慧改变化解焦虑

邓娟引用压力管理理念提出，**手机是无法回避的时代产物，家长焦虑并非来自手机本身，而在对用机的认知与态度。**转变观念、科学规划，才能真正化解焦虑，做智慧而非情绪化的家长。

黎新风则表示，教育无小事，面对手机等新兴事物，**核心不是“禁止”，而是教会孩子正确使用、理性面对诱惑、学会自我管理**，这也是面向未来的重要能力。

两位教育管理者一致认为，**手机是时代产物，管得太严、太松都不可取**。学校守住底线，家庭做好引导，以尊重、规则、陪伴协同发力，才能帮孩子在数字时代既不脱节、也不沉迷，实现健康成长。

撰文：孙颖 徐峰

摄影/摄像：朱洪波 黄靖逵

剪辑：黄靖逵

海报：文海燕

外联：谢永昌

策划/统筹 刘丽 孙颖



群聊: 南方家长会 ③ 群



该二维码7天内(4月2日前)有效, 重新进入将更新

欢迎加入南方会，了解更多教育资讯

南方日报、南方+客户端原创，未经授权不得转载

编辑 王飞

本文作者

孙颖

深耕深圳教育领域

联系TA

朱洪波

南方日报记者

联系TA

文

南方日报

联

37

去南方+听新闻

报料赚稿费

突发新闻 抢占事件 奇闻异事 人间冷暖



发送

分享到：



热门评论



元俭

IP属地：广东

0 

读完觉得焦虑少了很多，原来方法比情绪更重要。

20小时前 · [回复](#)



浙北

IP属地：广东

0 

学校严守底线，家庭合理引导，这才是最好的组合。

20小时前 · [回复](#)

打开南方+，查看全部评论

去南方+听新闻

去南方+听新闻



发送

机场、大桥、大石化，广东海陆空... 2968293

25家！广东公布首批国际医疗服... 2921805

油价震荡的今天，读懂广东与巴斯... 2921805

21地市携体育性格出战！粤BA第... 2921805

给到一个夯！在广东Color Walk... 2905916

打开南方+，查看更多热榜

◆ 更多精彩内容请进入频道查看 ◆

首页

学习

本地

读+

南方报业精选

南方号

粤港澳大湾区

绿美广东

South

南方农村报

南方都市报

N视频

去南方+听新闻



发送

还没看够？打开南方+看看吧

立即打开

去南方+听新闻



发送