


**点热评**

# 把孩子从社交媒体中“抢”回来

雨馨

“不要把时间都花在刷手机上”。据报道，澳大利亚针对16岁以下人群的社交媒体禁令10日正式生效。这也是世界上第一例通过立法实施此类社交媒体最低年龄限制的举措。

相关调查显示，伴随着智能手机的普及和信息技术的进步，青少年滥用社交媒体现象相当普遍。对这道令人头疼的社会课题，许多国家不约而同推出“限禁令”。此前，美国佛罗里达州出台法案规定，禁止14岁以下的儿童拥有自己的社交媒体账户。法国相关法律要求，社交平台为15岁以下未成年人创建账号时必须征得父母同意。今年下半年，丹麦政府宣布拟禁止15岁以下未成年人使用社交媒体。就在澳大利亚禁令出台后，马来西亚、巴西、印度尼西亚和新西兰等国也考虑跟进。这波“限禁潮”，从侧面说明国际社会对于青少年使用社交媒体“强监管”达成初步共识。

社交媒体的普及为生活带来极大便利。及时互动的高效，打破时空界限，拓展了社交圈子与认知边界。但技术从来都是双面的。对于未成年人来说，过度依赖社交媒体的负面性不容小觑。且不说，网络信息良莠不齐、泥沙俱下，青少年身心尚未成熟，辨识能力薄弱，很容易被虚假、劣质、有害内容带偏误导。更重要的是，社交媒体信息流机制主打“无限滚动”，本质上就是利用人性的弱点，让用户如“中毒”般停不

下手。认知心理学研究表明，碎片化、浅层次的感官刺激信息，会钝化人类概括、分析、判断等高阶认知能力。青少年正是辩证逻辑思维培养关键期，沉迷于浅层次的情绪应激中无法自拔，显然贻害无穷。

“把孩子从社交媒体中‘抢’回来。”对于过早接触社交媒体带来的成长困扰，越来越多人发出类似呼声。正如幼苗拔节初期需要细心呵护，青少年成长也需要一段“免打扰”时光。反过来看，不接触社交媒体，孩子们就不能更好社交了吗？答案显然是否定的。社交的本质是连接与互动。一个真诚的微笑，一次诚恳的交谈，都会带来心意相通的美好。或静静读一本书，与睿智哲人开启灵魂对话；或呼朋引伴玩游戏，在欢声中感受运动的纯粹。这些单纯的快乐，像阳光一样温暖着童年的每一天，也为小小少年成长注入了专注当下、萌发想象的优质养分。

当然，在全民深度触网的时代，将孩子与社交媒体完全隔离也不现实。最低年龄限制措施，并非“一刀切”禁网，而是旨在通过分年龄段保护措施，让孩子们养成合理使用社交媒体的习惯，而尽可能减少和消除此过程中的负面影响。这是互联网原住民遭遇的时代课题，希望中国的家长、社会、政府一道，摸着石头过河，探索出适合我们的更好办法来。


**微言网语**
**【新闻事件】**

“南京太浪漫了！”据扬子晚报报道，近日，江苏南京环卫工刘金顶在玄武门城墙边，用金灿灿的银杏叶扫出“2025爱2026”的图案，凭一己之力将南京文旅送上热搜第一，吸引众多市民和游客驻足拍照。南京文旅回应：“比景色更灿烂的，是有爱的您。”

**【留言精选】**

**顺利：**大叔一看就是热爱生活的人！

**大成：**城市的人气，不仅来自标志性建筑或大型活动，同样源于那些看似微小的生活细节。

**实言：**公园方对其创意给予了充分支持与肯定，并协助进行持续创作。

**宏观：**热爱自己的工作，才有心情在平凡岗位上创造美好。

**观温馨：**这种发自内心的热爱，同样也是一个城市人文精神的生动注解。

**右手：**如何将短期的人气爆发转化为长期的价值成长，成为城市管理者面临的重要课题。

**风气：**城市要实现人气的持续集聚，要以独特的人文底蕴作支撑。

**宜家：**人文底蕴体现在城市气质与市民生活方式中。

**宝贝：**人文滋养人气，当管理者关注到这些细节，并为其提供充分的表达空间时，人气和流量便有了向上成长的根基。

**佳人：**南京环卫大爷扫出了“人气”，公园方的快速响应以及南京文旅部门的温暖回应，也体现了城市公共服务的温度。

**奔赴：**当公共服务从“提供者”转变为“共鸣者”，进而升级为“共创者”，这样的治理必然滋养出城市的吸引力。

**空气：**落叶会逐渐枯萎，但它留下的思考不会褪色。

**谈谈：**发展“人气经济”，要让每个市民都来共创“本地美好”，让每项公共服务都真诚回应需求，“人气”才能转化为地方持续发展的动力与民生福祉。

据人民网



## 依法查处

记者从北京市网信办获悉，为进一步规范网络名人账号信息传播秩序，近期北京市网信办启动“清朗京华·网络名人账号乱象整治”专项行动，指导网站平台重点整治煽动群体对立、宣扬不良价值观、扰乱网络生态、违规账号变相复出、逃避税收监管等突出问题，发现并查处了一批网络名人账号。新华社

## 9岁男孩遭嘲笑，“教科书式”反击值得推广

胡欣红

近日，陕西西安，一位9岁男孩的校服被同学写上侮辱性文字，隐忍2天后他选择在班会上勇敢发声，赢得了同学的真诚道歉和全网的由衷点赞。

相比于那些拳脚相加的校园霸凌，这位9岁男孩的遭遇或许算不上有多少严重。现实中，不少学生都遇到过类似的“玩笑”。面对这样的校园软暴力，大多数孩子往往选择默默承受，寄希望于“忍一忍”就能过去。据孩子妈妈张女士表示，孩子的校服背后不知被谁用笔写了“2B”后，遭到同学的起哄嘲笑。第一天的隐忍不发，换来的是第二天的继续嘲笑。此事再度有力证明，沉默并不会让霸凌自动消失，甚至会让“玩笑”越开越大，让受害者在孤独与无助中陷入更深的心理困境。选择合理的方式进行反击，才是正确的应对之道。

“我想问问你们，要是你的背上有一个不文明的话，你的心里会怎么想？反正我不怎么开心。”9岁男孩的可贵之处，就在于他打破了“以忍避害”的惯性，用理性与勇气划出了自我保护的边界。换位思考的提问、平和真诚的表达，明确传递了自身的底线，有效唤醒了同学的同理心。这种“不卑不亢、以理服人”的反击方式，也赢得了公众的交口称赞：“内心强大，谁都压不垮你”“比很多大人做得正确”“小小男子汉，用正确的方式回击了霸凌”……

男孩的勇敢发声，离不开背后的支持体系。家长没有越俎代庖，而是尊重孩子自主解

决问题的意愿。老师提供了班会这个公开表达的平台，并促成了道歉与和解，这种“家校协同、尊重孩子”的处理方式，符合了“教育为先、保护为要”的原则。这也提醒我们，反霸凌从来不是孩子一个人的战斗，家长要成为孩子最坚实的后盾，教会孩子敢于说“不”，学校更需要建立健全欺凌防治机制，通过专题教育让学生明辨是非，让“拒绝霸凌、尊重他人”成为共识。学生遭遇霸凌之后，不仅要及时进行心理疏导，更要为其提供有效的“反击”途径与平台。

在校园霸凌仍偶有发生的当下，9岁男孩的“教科书式”反击极具示范意义，值得推而广之。它告诉所有孩子，面对伤害，沉默从来不是唯一选择。同时也警示施暴者，任何形式的侮辱与伤害都不可取，尊重他人是社交的底线。更让我们看到，反霸凌的关键在于构建“不沉默、不纵容”的良好生态——当每个孩子都拥有勇敢发声的底气，每个校园都具备及时干预的机制，霸凌便会失去滋生的土壤。

校园本应是阳光普照的成长乐园，不应有阴影笼罩。9岁男孩用实际行动证明，年龄虽小，也能凭借理性与勇气对抗伤害。这起看似微小的校园事件，恰恰揭示了一个深刻的道理：面对霸凌，沉默是纵容伤害的温床，唯有理性对待、勇敢反击，才是守护自身尊严的正确打开方式。愿每个遭遇霸凌的孩子都能拒绝沉默，勇敢且智慧地保护自己。



## 科学冬泳

近年来，被誉为“血管体操”的冬泳正吸引着越来越多人参与。然而，通过冬泳健身、怡情，决不能靠一时热血或盲目跟风。安全永远是不可逾越的首要原则。

专家提示，冬泳必须要结伴，游的时间也不宜过长，科学冬泳才能强身健体。

新华社