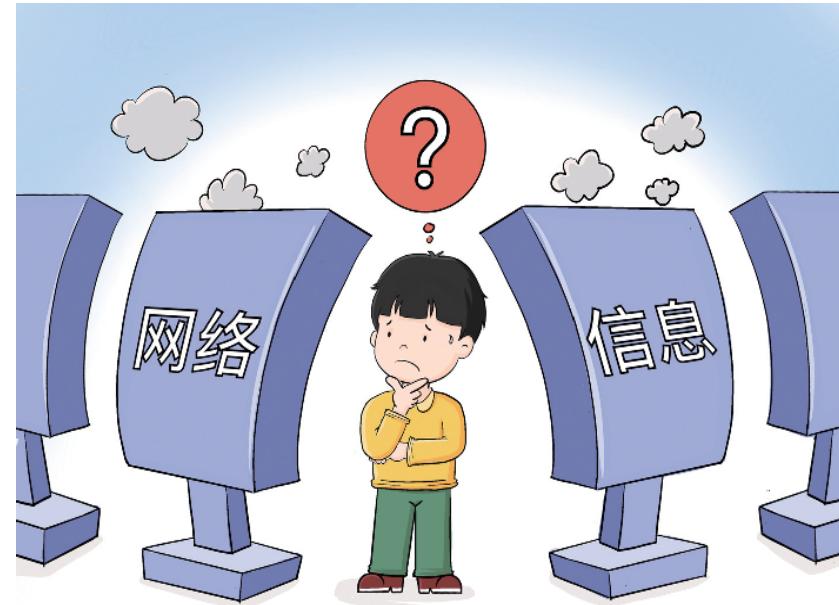


身处信息时代，面对海量的网络信息，如何帮助孩子提高对信息的独立思考和判断能力，学会分辨信息的真伪呢？听听专家和家长的建议吧。

如何培养孩子对网络信息的辨别能力？



邹怡明 绘图

崔先生 餐厅经理 儿子 15岁

引导孩子认真思考，学会溯源信息

身处信息时代，网络信息如潮水般涌来，如何帮助孩子提高独立思考和判断能力，学会分辨网络信息真伪，成了每个家长的必修课。

我家孩子上小学五年级时，有段时间迷上了刷短视频。有一次，他十分笃定地跟我说：“爸爸，我在网上看到说吃香蕉能让人长高，我以后要天天吃香蕉。”我没有立刻否定他，

而是决定和他一起探究这个说法的真实性。我们先是查阅了权威的科普书籍，发现人体长高是多种因素共同作用的结果，包括遗传、营养均衡、运动和睡眠等，单一的食物并不能直接决定身高增长。接着，我们又在专业的医学网站上搜索相关信息，找到了许多科学的研究成果，都证实了吃香蕉能长高这种说法没有科学依据。

之后，我教他如何识别信息来源的可靠性，比如优先选择政府部门、科研机构、权威媒体发布的内容。还有一次，孩子在网上看到一篇文章，说某种神奇的药水能让植物一夜之间长大，他兴奋地跟我说要买来试试。我引导他思考：“如果真有这么神奇的药水，那农民伯伯为什么不都用呢？”孩子开始认真思考这个问题，然

后我们一起分析这篇文章，发现里面没有任何科学原理的支撑，图片也像是经过处理的。

为了进一步培养孩子的批判性思维，我还会和他一起讨论热点新闻事件。在交流中，鼓励他表达自己的观点，并引导他从不同角度去分析问题，多对信息进行追根溯源，学会分辨信息的真伪。

石女士 设计师 女儿 13岁

让孩子清楚地知道虚假信息是如何产生的

互联网时代为了博取人们眼球，骗取流量，别有用心的人常常会编造一些谣言，孩子常常因为心智发育不够健全，成为受害者。为了防止孩子上当受骗，我和孩子爸爸总是时不时地给孩子传输一些骗子的常用手段，让孩子时刻警惕不要上当。

此外还需要注意的是，多给孩子提供辩证思维的方法，防止孩子陷入

网络商家设置的“商业套路”。记得闺女在小红书上看到了“一明星每天用珍珠粉美白”的消息报道时，就立刻在网上下单买了明星同款。收到货物之后，我一看是三无产品。我就问孩子：“你打算用吗？”闺女说：“我偶像用都没事，我也可以用。”我当即让她把那条消息发给我，我看了就问她：“就因为视频里有你的偶像你就认为是真的

吗？”于是我当场打开电脑，用该明星的图片和相关网络视频给她合成了一个相关新闻，孩子当场就傻眼了。我顺势告诉孩子，现在网络上的信息鱼龙混杂，一定要学会辨别信息的真伪性。首先可以确定的就是信息来源，国家政府性网站的可信度较高，尽管如此任何时候都不能丢失辨别力，要有自己的判断。同时，我还告诉孩子

一些反诈骗造谣的平台，方便她以后核查消息。

事后，我专门从正规商店买来一些珍珠粉，亲自试验了效果，一段时后，闺女还在微博里晒出了自己得出的结果。从那次以后，孩子的警惕性越来越高了。我觉得让孩子不上当最好的方法是让孩子清楚知道谣言是如何产生的。

夏先生 电脑工程师 儿子 11岁

带着孩子一起溯源判断网络消息真伪

我儿子喜欢看时政和社会类新闻，周末拿到手机后经常浏览微信，会在家庭群转发一些消息，其中不乏“震惊！央视已曝光！”等耸动标题的链接。我和妻子没空查看，但他姥姥经常点赞，孩子转发起来更加上瘾。

刚开始我没在意，但次数多了，我感到孩子的信息甄别能力需要引导，于是询问他，“你觉得哪种标题

最吸引你？”儿子回答主流媒体发布肯定是真的，我就带着他一起寻找原文报道，就某条公众号发布的所谓央视新闻搜索央视官网、新闻APP，发现并无相关内容。我问他：“如果央视真的曝光，为什么只有这个公众号在说？”儿子愣住了。

我又找到一条公众号的报道，圈出里面的某位专家，带着儿子翻看专

家所在单位的网站，发现并无此人。“很多谣言喜欢引用权威单位和专家的名字，但实际上这些单位和专家并没有说过此话，我们不要看到公众号写什么就相信什么，自己要学会判断真伪。”接着我打开这家公众号主页，发现历史消息全是“震惊体”，账号认证是“个人”而非媒体，儿子恍然大悟。

随后，我鼓励儿子自己操作，溯

源寻找，判断是新闻还是谣言。练习次数多了，他逐渐掌握自媒体的写作路数，学会根据官方发布和关键词来搜索真实内容，遇到信息不一致时还会多搜索几家权威单位的介绍，比对后得出结论，不再轻信网络消息，还教育他姥姥不要盲目转发不明来源消息。老师得知他的这项小技能后，还邀请他为全班做了一次分享。

首都师范大学学前教育学院副教授、北京市家庭教育研究会理事 夏静

做到“共生”和“开放”，培养孩子独立思考能力

互联网是我们获取信息、了解世界非常重要的途径，但是网上信息纷杂，家长需要教会孩子分辨是非真假，运用好互联网工具，筛选得出科学信息。要帮助孩子形成辨别能力、信息筛选能力，以及批判性思维能力，可以独立思考和独立解决问题，而不是人云亦云，要有自己的判断，有自己的价值观。

孩子的批判思考能力跟独立品格有很大关系，其实从孩子上小班开始，家长就要关注培养孩子的独立性，前提在于两个字——放手。独立思考的前提在于开放，跟创造性思维有紧密关系，当孩子面对问题的时候，我们鼓励他去独立思维，然后大胆尝试，在这个过程中试错、顿悟，然后获得自己的经验，形成自己的能力，形成自己的思维模式，这就是开放。

第二个关键词叫做共生，家长要跟孩子共同成长、共同生活、相互讨论。比如孩子看动画片、电视节目时，家长可以跟孩子一起观看、交流，围绕其中一些问题进行讨论，共情孩子，跟孩子讨论很多问题，澄清价值。品格教育有一个非常重要的方法叫做价值澄清，指的是我们有时候会遇到一些两难的问题，或者不能形成一个统一价值观的时候，就需要一块去研究、辩论，最终找到解决途径。

比如在幼儿园里，我们曾围绕“能不能带玩具到园里”这个话题组织小朋友辩论，正反双方共同阐述理由，最后形成结论：我们可以设定一个玩具日，小朋友们把自己喜欢的玩具都带过来，当然要注意有些不适合入园的玩具不能带，来了以后彼此可以分享。

这种辩论形式在家庭中也可以进行，而且形成结论的过程比形成结论本身更加重要。因为价值澄清和辩论讨论的过程就是建立社会规则的过程，孩子的价值观在于构建，不单单是针对这件事情，还涉及到同伴交往、问题解决等方面。当他再面对这种两难情境或者问题情境的时候如何去思考，本身也体现了独立判断能力。

在互联网上看到很多情景时，家长可以跟孩子讨论，“你觉得这个对吗？”“如果是你面对这种情况，心里会怎么想？”一起来探讨。

所以，在儿童早期家长要更多地参与到孩子使用互联网或者观看动画片的行为中，建立良好的亲子关系，以它为媒介，帮助孩子建立是非观、价值观，还有判断能力。

共生和开放可能和孩子的不同年

龄有关系，孩子更小一点时需要的陪伴更多一些，情感性的抚慰更多，再大一点时家长要逐渐放手，培养孩子的独立性，这样他们的创造性才能够自由生长，当他们形成相关能力以后，就知道如何去应对各种问题。

本报记者 任洁 周美玉 杨琳琳



更多精彩欢迎关注
“北京市家庭教育研究会”微信公众号

家庭教育指导服务“养育新观察”系列
直播由北京出版集团父母必读杂志社、北京
市家庭教育研究会主办。