

乡村儿童短视频沉迷现象的家庭教育引导策略研究

齐月 张敏 张丽娜 田连娟 尧秋雨

大庆师范学院, 黑龙江省大庆市, 163000;

摘要: 随着互联网的发展, 短视频已深度融入乡村儿童的生活。这一现象为乡村儿童生活带来便利的同时也暴露出了诸多问题, 这不仅可能会导致不良价值观的形成, 还可能引发行行为习惯的畸变和身心健康的损害。深入探寻家庭根源, 揭示出家庭成员陪伴缺失、亲职教育功能缺位、家庭教育引导失当是主要原因。基于此, 构建家庭教育引导路径, 包括提升家庭教育素养、强化亲职陪伴功能、规范家庭教育引导, 旨在引导乡村儿童合理使用短视频, 促进其健康成长, 推动乡村教育资源均衡发展

关键词: 乡村儿童; 短视频; 家庭教育

DOI:10. 69979/3041-0673. 25. 05. 060

在互联网持续演进且新技术不断涌现的趋势下, 网络新生态蓬勃兴起, 构建出了一个开放、协作、共享且创新的全新网络环境。随着互联网的广泛普及和技术的飞速进步, 短视频平台已深度融入大众的日常生活, 成为信息传播和娱乐消费不可或缺的一部分。对于乡村地区而言, 教育设施相对落后、师资力量薄弱, 家长受教育程度有限, 这些因素制约了乡村儿童的知识获取途径。在此背景下, 短视频平台逐渐成为乡村儿童获取知识的关键窗口, 在一定程度上弥补了家庭教育资源的不足。关注并满足乡村儿童在短视频使用方面的合理需求, 不仅能拓宽他们的视野, 更有助于推动教育资源的均衡化发展, 提升教育机会的公平性。

1 聚焦“现实性问题”: 短视频在乡村儿童生活中的高频渗透

随着电子产品的普及, 乡村儿童使用短视频的现象日益普遍。根据中国青少年研究中心 2020 年发布的《中小学生短视频使用特点及其保护》调查报告显示, 有 65.6% 的未成年人使用过短视频, 其中有 20% 的青少年“几乎总是”在看短视频。^[1]此外, 2023 年 12 月, 共青团中央维护青少年权益部发布的《第 5 次全国未成年人互联网使用情况调查报告》相关数据显示, 2022 年互联网在未成年群体的普及率已达 96.5%, 规模达到 1.93 亿。^[2]由此可见, 互联网的普及率逐年攀升。在智能终端下沉与网络基建完善的推动下, 短视频已成为乡村儿童触网主要入口。相较于城市儿童多元化的数字生活, 乡村儿童日均屏幕使用时间中短视频占比超 70%。^[3]在这一背景下, 乡村儿童群体使用短视频方面所面临的挑战尤为突出。与城市儿童相比, 乡村地区教育资源相对匮乏, 信息获取渠道有限, 网络素养教育普遍缺失, 使得乡村

儿童在短视频的影响下, 所处环境更为脆弱。因此, 加强乡村儿童的网络素养教育, 提升其媒介使用能力, 已成为亟待解决的问题。

2 透视“沉迷之困”: 短视频对乡村儿童的多元消极影响

在当今数字化浪潮汹涌澎湃的时代, 短视频凭借其碎片化和高娱乐性的特点, 迅速蔓延至乡村生活的每一个角落, 乡村儿童也难以幸免。过度沉迷短视频所带来的一系列消极影响, 已成为亟待剖析和解决的社会问题, 主要表现在不良价值观的形成、行为习惯的畸变以及身心健康的受损三个重要方面。

2.1 不良价值观的悄然形成

乡村儿童由于认知水平和社会阅历有限, 易在繁杂短视频中迷失方向, 难以准确辨别信息的优劣。然而, 当下短视频的“乱象”行为却屡见不鲜。2022 年 8 月, 人民网严厉批评短视频的乱象, 直接指出部分创作者为了追逐利益、吸引眼球, 导致“色、丑、怪、假、俗、赌”等违规内容, 严重影响青少年的精神世界。^[4]一些炫富类短视频展示的奢华生活, 容易让乡村儿童产生落差感, 对原本质朴的乡村环境产生不满, 进而滋生自卑与攀比心理, 还有许多经典动画被恶意改编, 植入血腥暴力元素。如“小马宝莉毁童年血腥版”“发疯老奶奶偷袭佩奇”等内容, 亵渎童年记忆, 导致儿童认知混乱, 心灵受到负面影响。另外, 低俗篡改儿歌的现象也十分普遍, 这不仅容易误导乡村儿童对本土文化的理解, 还可能动摇其正确价值观的基础。更有甚者, 故意安排未成年人参与不良行为, 如吃橡皮泥、厕所抽烟、校园约架等, 诱导乡村儿童模仿, 侵蚀其道德判断体系。

2.2 不良行为习惯的逐步固化

短视频凭借强大的吸引力，牢牢抓住了乡村儿童的注意力，却难以受到有效的引导与约束，导致其逐渐形成不良的行为习惯。乡村家长受教育程度有限，本身难以辨别短视频内容的优劣，加之整日忙于生计，无力监管孩子使用短视频情况，导致孩子们沉迷其中，大量的时间都消耗在短视频的虚拟世界中。这剥夺了他们户外活动的活力、学习知识的专注力以及与家人朋友互动的机会。长此以往，容易导致他们对户外运动、体育锻炼等健康活动失去兴趣，性格逐渐孤僻内向，社交能力急剧下降等问题。更严重的是，部分短视频中充斥着危险动作和不良行为的示范，对好奇心且模仿能力强的乡村儿童来说极具诱惑力，配合平台算法推荐形成信息茧房。一旦孩子不小心接触到不良短视频，就会陷入负面信息的漩涡，难以自拔，不良行为习惯产生的风险大大增加。例如，博主展示的高难度极限动作或危险恶作剧，在没有成人监护的情况下，很容易诱导儿童模仿，造成意外伤害，为成长埋下隐患。

2.3 不良身心健康的深度损害

短视频如同即时满足的“情绪贩卖机”，通过满足乡村儿童的娱乐需求，削弱心理防线，使其对短视频形成深度依赖，损害其身心健康。具体体现在：其一，儿童在观看短视频时，容易沉浸于虚拟世界的光怪陆离之中，忘记时间的流逝，产生持续性痴迷。其二，短视频中呈现的完美人设和精彩生活与乡村儿童的平淡现实形成鲜明对比，会导致他们产生焦虑和自卑情绪。尤其是同龄人在短视频中才华横溢、生活丰富多彩，更让他们对自己的处境感到不满和沮丧。其三，快节奏、强刺激的内容还会重塑乡村儿童的情绪，诱发浮躁心态与注意力涣散，影响学习质量。正如新华网《手机沉迷催生乡村“新问题少年”》一文所说，乡村儿童深陷短视频依赖的泥潭，手机成瘾问题突出，大量时间被浪费在刷视频上，学习、作息和生活节奏完全被打乱，身体健康出现问题，近视、肥胖等健康问题接踵而来，身心健康的防线受到全方位的冲击，迫切需要外界的干预和引导，帮助他们摆脱“沉迷之困”。^[5]

3 探寻“家庭根源”：乡村儿童沉迷短视频的家庭成因分析

3.1 家庭成员陪伴的缺失

在经济欠发达的偏远乡村地区，大量父母外出务工，将孩子托付给祖父母或其他亲戚照顾，形成了普遍的隔

代抚养模式。这种模式虽能满足孩子的基本生活需求，但也带来了诸多家庭层面的教育问题。乡村地区家长受教育水平普遍较低，面对短视频的迅猛冲击，他们缺乏引导孩子正确使用媒介的意识与能力。同时，乡村儿童的自身判断力与自我约束能力尚未成熟，难以抵御短视频带来诱惑，极易沉迷，影响身心健康与学业发展。再者，乡村家庭传统教养模式相对简单直接。当发现孩子沉迷短视频时，家长往往只是采用简单粗暴的方式加以制止，却未能深入、耐心地与孩子交流。这种不当的处理方式极易引发孩子的逆反心理，非但未能减少孩子对短视频的依赖，反而使其愈发沉溺其中，更难以培养出自律使用短视频的习惯。

3.2 亲职教育功能的缺位

乡村地区的众多父母为维持家庭经济，常年奔波于体力劳动或者外地打工，导致他们在孩子成长过程中缺席，日常陪伴成为奢侈。然而，孩子此时正处于身心快速发展阶段，对情感交流、行为引导有着迫切需求，父母的缺席使得孩子在面对短视频诱惑时缺乏约束。当孩子内心渴望陪伴、渴望新奇事物来填补生活空白时，短视频以其便捷性和丰富性乘虚而入，成为他们孤独时刻的“虚拟伙伴”。由于没有父母及时的提醒与监督，孩子根本无法自觉把控和使用短视频的时间与频率，任由自己在这虚拟世界中越陷越深。从教育心理学角度而言，父母的陪伴是孩子建立规则意识、培养自律能力的基石。^[6]因此，缺乏父母的引导这一关键环节，孩子难以形成正确的判断力和自我管控力，无法理解过度沉迷短视频的危害。

3.3 家庭教育引导的失当

在乡村环境中，家庭氛围对儿童的行为塑造起着至关重要的作用。然而，当下许多乡村家庭却未能营造良好的家庭氛围。其一，家长自身沉迷于短视频，导致幼儿模仿。由于乡村娱乐资源匮乏，家长在结束一天的劳作之后，常以刷短视频放松身心。孩子具有较强的模仿天性，因此在观察家长频繁沉浸于短视频，便自然而然地将其视作正常、可接受的休闲模式，进而模仿。其二，家庭缺乏积极的文化氛围。乡村家庭普遍少有读书讨论或益智活动。这种文化氛围的缺失，使得孩子难以感知到知识的魅力。在此情况下，短视频凭借轻松有趣的内容吸引孩子的注意力，填补他们精神世界的空虚，使其陷入沉迷。其三，家长未能给予孩子正确的示范与引导。例如，家长自己在刷短视频时毫无节制，不注重所浏览内容的质量和适宜性，孩子便无法从家长那里学到如何

筛选有益的信息和合理安排使用短视频的时间。

4 构建“教育策略”：乡村儿童短视频使用的家庭教育优化路径

4.1 提升家庭教育素养

家长作为孩子成长过程中的第一任老师，其行为举止对孩子有着深远影响。因此，家长需不断提升家庭教育素养。一方面，乡村家长需要强化自我约束意识，深刻认识到自身沉迷短视频等不良行为，会在潜移默化中对孩子产生负面影响。家长应主动减少在孩子面前刷短视频的频率与时长，以身作则，积极展现出自律、专注的良好形象，如利用这段时间阅读书籍、学习新技能，引导孩子树立正确的休闲观念与行为习惯。另一方面，乡村家长还要形成共同体共同学习科学的家庭教育理念与方法。当地教育部门、村委会可联合举办家庭教育培训讲座，邀请教育领域专家学者深入乡村，为家长们讲解儿童身心发展规律、不同年龄段孩子的教育重点以及亲子沟通技巧等内容，汲取科学的教育理念，不断更新家庭教育观，摒弃传统的简单粗暴教育方式，学会运用科学合理的方法引导孩子成长。

4.2 强化亲职陪伴功能

在乡村儿童的成长进程中，强化父母陪伴具有举足轻重的意义。一方面，要合理规划工作与陪伴时间，对于本地从事体力劳作的父母，要重新审视工作与家庭的平衡，尝试调整工作安排。对于外出务工的父母，除节假日外，每年安排几次较长时间的陪伴期，参与孩子的重要成长节点，如生日、学校活动等，让孩子切实感受到父母的关怀。另一方面，提升远程陪伴质量，充分借助现代通讯技术，丰富远程陪伴方式。除常规的视频通话、语音聊天外，可尝试开展线上亲子活动。如共同观看一部教育影片，在观影结束后，通过视频分享各自的感受与想法；利用在线学习平台，和孩子一起学习一门新语言或技能，在互动中增进亲子关系。

4.3 规范家庭教育引导

在乡村儿童的成长之路上，家长扮演着不可或缺的角色。孩子如同一张白纸，其行为习惯和观念的塑造很大程度上依赖于对家长的模仿。因此，要规范家庭教育引导，具体展开：一是矫正家长不良行为，阻断错误示

范，家长需充分意识到自身沉迷短视频行为对孩子的负面影响，主动进行自我约束。家长之间可以相互监督，成立家长互助小组，定期交流经验与心得，共同克服沉迷短视频的不良习惯。其二，营造积极文化氛围，充实孩子精神世界：家长应着力打造充满知识与趣味的家庭文化环境。如在家中设立专门的阅读角，购置涵盖童话故事、科普读物、文学名著等多种类型的书籍，全家围坐在一起阅读。其三，强化正确示范与引导，助力孩子健康成长，家长在使用短视频时，要严格筛选内容，优先选择具有教育意义、积极向上的视频，如历史文化讲解、科学实验演示等，与孩子一同观看，引导孩子对视频内容进行分析与思考，传授筛选有益信息的方法与技巧。同时，为孩子制定合理的短视频使用规则，明确规定每天的观看时长，一旦发现孩子过度沉迷短视频，要及时与孩子进行耐心沟通，帮助孩子认识到过度沉迷的危害，引导孩子培养其他兴趣爱好，逐步摆脱对短视频的过度依赖。

参考文献

- [1] 张守坤, 韩丹东. 短视频成孩子们暑期沉迷“新选择”[N]. 法治日报, 2022-08-04(004).
- [2] 王瑛洁. 短视频对儿童的影响及应对策略[J]. 声屏世界, 2024, (17): 92-94.
- [3] 刘润虎, 赵茹. 玩快手: 乡村儿童的主体书写与三重勾连——基于陕西省 Z 县的田野调查[J]. 少年儿童研究, 2024, (03): 12-19.
- [4] 李乐. 网络时评如何提升舆论引导力——以人民网“观点”频道为例[J]. 新闻潮, 2022, (11): 24-26.
- [5] 孙亚宁. 手机沉迷催生乡村“新问题少年”[N]. 新华网, (2023-02-28) [2025-3-8]. http://www.xinhuanet.com/2022-02/21/c_1128403440.html.
- [6] 刘春燕. 从《留守孩子》到《念书的孩子》——西部农村留守儿童的成长观照[J]. 西部学刊, 2024, (08): 9-12.

本文系 2024 年度黑龙江省大学生创新创业训练计划项目“红土新希望、家教新篇章、网络新生态: 乡村振兴下家庭教育引导儿童正确使用短视频的探索”(24EDC003) 资助的研究成果