

孩子用手机，拿得起放不下

中小学生手机使用现状不容乐观

随着我国互联网和手机等电子产品的快速发展，未成年人在享受数字信息带来便利和愉悦体验的同时，也面临着“沉迷游戏”“行为失范”“价值观混乱”等日益严峻的成长问题。今年初，教育部出台了《关于加强中小学生学习手机管理工作的通知》，要求中小学生学习原则上不得将个人手机带入校园，防止因过度使用手机等电子产品而引发不良后果。当前，我国中小学生学习使用移动终端、接触网络游戏状况究竟如何，是否存在较大的成瘾风险？针对此问题，东北师范大学中国农村教育发展研究院对四川、广西、贵州、福建、湖南、山西等地的中小学生学习开展分层抽样调查，共发放问卷 1.2 万余份。此外，联合调研组又陆续对四川、北京、湖南等地部分中小学生学习进行深度访谈，进一步丰富和完善了对中小学生学习使用手机等移动终端的认知。孩子频繁使用手机困扰着很多家庭，当前，究竟多少中小学生学习拥有自己的独立手机？中小学生学习使用手机等移动终端的主要用途是什么？时长是多少？手机成瘾现状如何？又该怎样精准阻断中小学生学习手机沉迷？



资料图片

近半数中小學生有手機

坐地铁、玩游戏、上网课……如今不少孩子的一天都需要手机的陪伴。

在家长群里，几乎所有家长都认为，“手机的使用是个严重的问题”。抱着这样的想法，李静一直不敢给孩子配手机。孩子软磨硬泡了半个月：“我们都读初中了，难道还不能拥有自己的手机？”“哪个初中生没手机？”李静这才不得已向孩子“妥协”。

不敢完全隔绝手机，又怕陷入手机沉迷。李静和孩子的约定是，手机不用的时候放客厅，“监管不能停”。

调研发现,拥有自己独立手机的中小学生比例近一半,达48.56%。其中,持农业户籍拥有自己独立手机的中小学生比例占整个农业户籍样本中小学生数的46.95%;持城镇户籍拥有自己独立手机的中小学生比例超过整个城镇户籍中小小学生样本数的一半,达到54.34%。中小小学生拥有自己独立手机的比例呈现出“由村到县”逐级

递增的明显分层趋势。

一个值得关注的现象是：12岁是儿童阶段一个明显的时间节点，这一年龄拥有自己独立手机比例达到64.29%，12岁以上拥有自己独立手机比例显著高于12岁以下。初中生在访谈中更多表现出对拥有自己独立手机“理所当然”的诉求，小学生则有相当比例表示：“我父母说等将来上初中了，再给我买手机”等。

12岁往往是一个儿童从小学升入初中的黄金年龄，学段升级和学校变换自然带来了“身份认同”和“心态适应”方面的新问题。调研组发现，手机作为向成人世界奔赴的独立性标志，日益成为中小学生心底连接“幼儿”与“少年”阶段的典型意象，是否拥有独立手机变成了一种类似于“成年礼”的阶段性表达。因此，应注重从年龄层面和年级层面关注“小升初”这一重点节点下的学生手机管理，优先解决中小学生成长中的“身份认同”和“心态适应”问题。

孩子玩手机六成用于娱乐项目

初二学生张雷发现班上很多同学玩手机游戏时，并不想加入。但是，同学间聊的很多都是游戏话题，“不玩容易被看不起”。

从看同学玩，到“拜师”让同学教自己玩，总共不过一个月时间，张雷就发现了游戏的乐趣。有时，他拿着妈妈的手机偷偷地玩到半夜，“输了就想赢，赢了还想再赢”。玩游戏不到一个学期，张雷的成绩大幅下降。

手机就像双刃剑，带来便利的同时也存在着危害。中小学生学习使用手机等移动终端，主要用途究竟是什么？

调研发现, 中小学生学习使用手机等移动终端的主要用途由高到低依次为: 网上学习 (38.25%)、玩网络游戏 (25.37%)、看小说和视频 (21.69%)、聊天社交 (14.69%), 其中娱乐类项目占比达到了 61.75%。调研对象首选的娱乐类项目是网络游戏, 占娱乐类项目比例最高, 达到 41.08%。

农村学生能够参与的最便利、成本最低的娱乐活动，他们借助手机游戏来对抗相对单调、压力较大的校园生活。事实上，手机网络游戏蕴含着丰富的社交意义。对于一些学生来讲，玩游戏早已超出“娱乐”的价值，更像是给在教室场域中辛苦一周的学生搭建了一个“放飞自我”的平台。一些学习成绩好的学生会乐于参与到这样的共同游戏之中，成绩相对较差的学生，往往会故意采用巧妙的话语策略诱惑和动员更多成绩好的学生一同参与。

“连游戏都玩不好，以后干啥事能成功啊？”“周末游戏全班集体‘战斗’，别让隔壁班的瞧不起，别拖我们班后腿”……“网络游戏”在中小学生学习世界里无形中承载了由“我”迅速成为“我们”这一社交职能，游戏所带来的“即时性经验分享”和“愉悦体验传递”使中小学生学习内部形成了独特的社交语言和公共关系。不同的中小学习个体在这套行话共同体中或被接纳融入，或被排斥隔离。

家长管理陷入低效失效

“周一到周五不能使用手机，周末使用手机时间不能超过1小时。”这是湖南省益阳市安化县乡村教师刘习聪给学生定下的规矩。

可刘习聪发现，学生们一旦离开了自己的视线，这些规矩难以遵守。一些孩子父母在外务工，平时爷爷奶奶根本管不了，暑假时一玩手机就是一整天，老人束手无策。有的老人还告诉刘习聪：“孩子会用手机，很厉害，我们自己都不会。”

在手机管理上，父母往往会经历几个不同阶段：

初劝期。家长刚开始发现子女玩手机等移动终端时间过长时,往往会采取劝说等柔性方式告知子女别玩了,但常不奏效。子女多采取“故意沉默”“口头答应但实际行动并不改变”“悄悄远离家长视线”等方式应对家长劝说。在面对

子女柔性抵制时，家长多会升级劝诫力度，进而采取“严格禁止”方式。尽管此时子女行为会发生改变，但内心深处往往会从“柔性抵制”升级为“刚性抵制”，抵制方式包括显性化的“哭闹”“离家出走”“绝食”等，也包括隐性化的“抑郁”“焦躁”“故意沉默”等。“刚性抵制”日益严峻时，往往逼迫家长改变“禁止”行为，从而进入“协商期”。

“协商期”内的协商包括“口头协商”和“书面协商”两种类型，大多数家庭采取“口头协商”方式。经协商，子女往往被允许每天在约定时间按照约定时长玩手机等移动终端，有时候，这种“待遇”还被视为额外给予子女的“特殊奖励”，如提高了学业成绩、完成额外作业或家务劳动等目标后的奖励等等，子女也往往将延长玩手

让孩子在手机外发现精彩世界

通过对中小学生手机沉迷影响因素做回归分析发现, 家长是否玩网络游戏、居住空间、教师关爱厌学情绪、学业期待、与父母沟通频次、父母婚姻状况、父母管理网络态度、安全感对中小学生对网络游戏均存在显著影响。对此, 需要家庭、学校、社会多方形成合力, 引导中小学生树立良好的网络使用习惯、走出网络沉迷困局。其中, “家庭因素”的积极干预最为重要, 家长本身沉迷手机对儿童的负面影响最大。

在家庭层面,家长的沟通、陪伴、示范、引导是防沉迷的一剂良药。家长要安排好孩子放学后和节假日生活,要合理作息,真正承担起对孩子的监管职责,提高自身网络素养,掌握沉迷网络早期识别和干预的知识,引导孩子绿色上网,及时发现、制止和矫正孩子网络游戏沉迷等不当行为。

此外,提高父母对孩子的学业期待,通过适宜的话语或行动在适度的间隔期明确反复表达;提高父母与子女的沟通频率,家长应每天

都要和孩子沟通；教师借助家访、家长学校或家长日常社交群等渠道，采取积极策略提高家长与子女的相互理解及沟通有效性；加强父母对子女网络游戏科学管理的介入能力和引导程度；改善和巩固父母家庭婚姻状况等，都是在家庭方面积极干预小学生沉溺网络游戏的有效措施。

在学校层面，要重视“德育认同”和“教育引导”，将中小学生置于关爱体系中心，切实提高其心理健康水平。教师关爱显著影响中小学生沉溺网络游戏程度，健康、科学、真诚的关爱尤其重要。教师应将中小学生置于学校关爱体系的中心，切实提高其心理健康水平，重点降低其厌学情绪，提高安全感，切忌以“为你好”的名义实施“禁止”和“规训”式关爱，切忌给网络游戏成瘾学生公开“贴标签”，或者进行“表演化训导”。

在社会层面,恢复传统游戏的公共土壤,增加中小学生的日常生活的互动性、趣味性和真实性。要充

机时长作为交换条件，与家长“讨价还价”。

另有少部分家庭在“口头协商”执行不力时采取“书面协商”形式，形成规定性制度，公开“上墙”以约束执行。

调研发现，围绕玩手机而展开的协商治理是一场没有硝烟且“你进我退”的持久战。因家长和子女权利义务关系的不平等，协商治理往往很难在家庭中被完美执行，各种因新发情况而导致的临时变更与灵活处理，往往使具有“民主”性质的手机使用协商很快走向家长威权，进而走向新一轮的禁止期，而子女面对禁令却变得更加叛逆，往往采取更富想象力的手段获得手机等移动终端，进而展开报复性的长时段溺玩。如此交替往复，往往使家庭管理子女手机使用变得极为困难。

分重视居住空间对中小学生沉溺网络游戏的影响,网络游戏正是在传统游戏日渐式微,乃至被迫退出的土壤上呈现出迅速占领趋势,它以逼真的虚拟性场景、真实刺激的代入体验、简单易学的游戏规则等特性突破了传统游戏弊端,越来越成为诸多中小学生家庭的“机器保姆”。

因此,要防范和改善小学生网络游戏成瘾,以居住地为中心的社会教育不可或缺。这种教育不应以强力禁止网络游戏的方式展开,而应建构新的“熟人社会”居住空间,增加学生日常生活的互动性、趣味性和真实性,恢复传统游戏的公共土壤,开发传统游戏的现代创新形式,以此抵消小学生对网络游戏的成瘾性依赖。

作为网络时代“原住民”，中小小学生必须掌握足够的网络鉴别能力、信息素养和自我管理能力。只要各界合力帮助中小小学生树立积极健康的网络观，形成科学合理的绿色上网习惯，手机等移动终端就绝非“谈之色变”的洪水猛兽。