

农村留守儿童“塌陷式”沉迷网络的现状及应对对策研究

肖本招 涂思敏

宜春职业技术学院

摘要：随着信息技术的飞速发展，互联网已成为人们日常生活不可或缺的一部分。然而，在农村地区，留守儿童因家庭、学校、社会和个人等多方面的因素，正面临着塌陷式沉迷网络的严峻问题。本文通过调查了解目前农村留守儿童“塌陷式”沉迷网络的现状，全面分析此现象背后的原因，提出从家庭、学校、社会及个人等角度，让农村留守儿童不会沉迷、不想沉迷、不敢沉迷的对策。

关键词：农村留守儿童；塌陷式；沉迷；现状；对策

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2024.12.134

引言

农村留守儿童沉迷网络的问题已经成为一个严重的社会现象，它不仅影响了这些孩子的身心健康和学习生活，还可能带来潜在的社会风险。根据调研，留守儿童沉迷手机的现象普遍存在，其中不少孩子沉迷于手机游戏和短视频，甚至出现了极端行为，如威胁或绝食以获取手机使用权。党的二十大指出“青年强则国强”，“加快建设农业强国，扎实推动乡村产业、人才、文化、生态、组织振兴”，乡村振兴关键点在于人才振兴，人才最主要源自本土人才的培养。在此背景下，本文以中部某省两地级市的乡镇农村留守儿童为案例进行实地调查，分析目前农村留守儿童“塌陷式”沉迷网络的现状、系统探究其背后的原因，并从家庭、学校、社会、个人等层面，对农村留守儿童的健康成长、成才途径提出一些应对策略。

一、农村留守儿童“塌陷式”沉迷网络的现状

(一) 普及率高且娱乐化倾向明显，沉迷网络时长久

为方便联系及在线学习，目前大部分农村外出务工的家长为自己的孩子配备了智能手机或其他智能设备，即使家长没有配备，农村留守儿童也可以长期使用长辈手机。然而，农村留守儿童在使用这些智能设备时，更多的时间是用来刷短视频、打游戏、观看各类直播等以娱乐为主的项目上，用来打电话及在线学习的偏少。大部分留守儿童周末沉迷网络娱乐化项目的时间超过10小时，甚至通宵玩游戏、刷视频的也存在。

(二) 沉迷网络的初始年龄在降低

农村留守儿童沉迷手机的年龄呈现下降趋势，有的四五岁的孩子就能非常熟练的下载和操作手机中的大部分游戏或观看短视频。另外，调查发现，不仅会使用智能设备的留守儿童才会沉迷手机，不会使用智能设备的低龄儿童也会沉迷手机，有的三岁左右的儿童对手机的依赖性已经很大，没有手机观看动画视频就不吃饭，甚至哭闹。

(三) 沉迷网络的身心影响大

留守儿童长时间的玩手机，占据了本该锻炼的时间，长此以往，身体素质下滑，眼部视力明显下降，低头驼背现象严重，甚至还会出现颈椎、腰椎问题。加之游戏及短视频中暴力、软色情等不良内容的影响，对留守儿童的世界观、人生观、价值观极易产生误导，还会导致留守儿童减少与现实世界中同龄人的交流，并在现实中感到孤独，这种孤独感可能进一步加剧他们对网络的依赖，形成一种恶性循环。

(四) 家庭与社会监管的缺失

留守儿童往往由祖辈照顾，而祖辈大多缺乏引导孙辈正确使用手机的能力，甚至有的祖辈把使用手机作为管理儿童的“法宝”，留守儿童的父母想严格控制儿童使用时间，又鞭长莫及，导致家庭监管的缺失。社会对留守儿童的网络保护意识不足，缺乏有效的监管和过滤机制，让一些游戏厂商及短视频公司“钻空子”，利用大数据、算法推荐等设计，使得留守儿童更容易沉迷网络，不愿意花时间在在学习上。

二、农村留守儿童“塌陷式”沉迷网络的原因

(一) 家庭因素

首先是父母缺席与隔代抚养。农村留守儿童的父母大多在外地打工，孩子们多由爷爷奶奶或其他亲属隔代抚养。这种家庭结构使得孩子们缺乏父母的直接关爱和监管，容易感到孤独和寂寞。其次是家庭教育的缺失。由于父母不在身边，隔代抚养的监护人可能缺乏对孩子的有效教育和引导。他们可能不了解现代科技产品如智能手机的使用方法，也无法有效地指导孩子如何合理使用网络。最后是家庭经济条件的限制。部分农村家庭经济条件有限，无法为孩子提供多样化的课外活动和娱乐方式。智能手机作为一种廉价且易获得的娱乐工具，容易成为留守儿童的主要消遣方式。

（二）学校因素

首先是教育资源不足。农村地区的教育资源相对匮乏，学校可能无法提供丰富、多样化的课外活动来吸引学生，这使得留守儿童在课余时间更容易沉迷于网络世界。其次是网络教育和管理缺失。一些农村学校可能还没有建立完善的网络教育和管理体系，无法有效地引导学生正确使用网络。同时，部分学校可能也缺乏对学生网络使用的监管和指导。再者目前大部分学校管理者及教师已关注到农村留守儿童“塌陷式”沉迷网络这种现象，意识到此现象的严重危害，也采取了一些措施，但效果甚微，究其原因没有系统、专业的干预措施，更多的是凭借日常教育教学中积累的经验，对学生提出一些简单的干预措施。

（三）社会因素

首先是互联网普及与便利。随着互联网的普及和移动网络的覆盖，农村留守儿童接触网络的机会大大增加。他们可以通过手机轻松访问各种网络应用和内容，这也为他们沉迷网络提供了便利条件。其次是不当网络内容的吸引。互联网上的内容繁杂多样，其中不乏一些适合成年人的娱乐内容，这些内容可能对留守儿童产生吸引力，导致他们过度沉迷其中。再者是同辈群体的影响。留守儿童在同伴中可能形成一种攀比和从众心理，以前是在学习运动方面比一比，想要成为学习积极分子或运动健将，现在却是在网络游戏中比一比，想成为“游戏达人”，为了与同龄人保持一致，他们可能更容易受到网络游戏、网络直播、短视频等网络娱乐方式的影响，从而沉迷其中。

（四）个体因素

首先是心理需求与逃避现实。根据调查，50%以上的留守儿童半年才与父母见面一次，交流的时间短，交流的深度不足，祖辈的监护更多的是日常生活的管理，这就很容易导致留守儿童情感的孤独，便将网络作为逃避现实、寻求心理慰藉的途径。网络世界丰富多彩，内容更新快，互动性强，甚至能够满足个性化的需要，这就很容易让留守儿童在网络中寻找归属感、认同感和满足感，从而陷入网络沉迷的境地。

其次是留守儿童自控能力不足。大部分留守儿童涉世未深，成就动机薄弱，没有清晰的志向及目标，面对有吸引力的网络游戏和多趣的短视频内容，可能缺乏足够的自控能力，无法有效地管理自己的网络使用时间和内容，导致过度沉迷其中。

三、应对对策

（一）家庭层面

首先需要加强亲子沟通与关爱。马斯洛曾提出需要层次理论，该理论认为人有归属和爱的需要，得到满

足后才会产生更高层次的需要，所以即使父母不在孩子身边，也应想办法满足孩子归属和爱的需要，促使其产生更高层的自我实现的需要。父母应定期与留守儿童进行电话或视频通话，了解他们的学习和生活情况，倾听孩子的想法和感受，给予他们表达自己意见和情绪的机会，在沟通中用开放性问题引导孩子分享更多，而不是仅仅用“是”或“不是”来回答。对于孩子的沉迷行为，避免简单粗暴的批评和指责，应以理解的态度展开交流。同时父母可以利用假期回家陪伴孩子，共同参与一些家庭活动，或者安排孩子到父母工作地团聚，增加与孩子相处的时间，增强亲子关系。

其次提升监护人的网络素养。对留守儿童的主要监护人（如爷爷奶奶）进行网络素养培训，让他们了解互联网的基本原理和功能，包括常见的网络服务如搜索引擎、社交媒体、电子邮件等。教他们如何正确使用和管理智能手机，如设定明确的规则和限制使用时间。孩子每天能使用智能手机的时间是多少，在学习时间或就寝时间前不能玩手机，这些问题都应该跟孩子明确规定清楚。再如可以安装家长控制软件，设置应用使用权限、网站过滤等，避免孩子过度使用。还可以开展定期检查与沟通，查看孩子手机使用记录，了解他们的兴趣点和可能的风险，并与孩子保持开放沟通，了解他们的想法和需求，帮助他们解决问题，在监控孩子手机使用的同时，也要尊重他们的隐私，避免过度干涉，通过建立信任和理解，让孩子更愿意分享他们的想法和问题。当然，监护人应引导孩子树立正确的网络使用观念，自己也要合理使用智能手机，避免在孩子面前过度使用，树立良好榜样。

最后可以设定家庭规则。家长积极主动引导，与孩子共同商量制定明确的家庭规则，规则中明确限制留守儿童的网络使用时间和能够浏览、操作的内容，确保儿童有足够的休息和学习时间，家庭成员共同遵守规则，形成良好的家庭氛围。

（二）学校层面

首先是加强网络教育。将网络素养教育纳入课程体系，如开设专门的心理健康课。通过专业课程讲解，让学生了解沉迷网络现象，背后的沉迷原理，以及如何摆脱沉迷网络的方法。或结合具体的学科科目进行引导，让学生了解网络的利弊，提高网络安全意识。同时有计划地开展各种类型的网络安全主题班会、主题讲座等活动，在学校的宣传栏增设网络安全专题，增强学生对网络危害的认识。其次可以丰富课外活动。组织多样化的课外活动，可以组织足球、篮球、排球等比赛；引入太极拳、八段锦、武术等传统体育活动；举办趣味运动会，通过趣味项目增加学生

参与度；举办“文化节”等各类校园庆祝活动或“读书日”等特色活动日；根据学生兴趣设立各类兴趣小组，如围棋社、动漫社等，提供资源和指导，鼓励学生自主组织和管理小组活动。还可以加强与社区、企业的合作，为学生提供更多实践机会，培养他们的综合素质。通过丰富多趣味的活动，吸引学生参与，减少他们接触网络的时间。最后需要加强校园网络管理。建立完善的校园网络管理制度，合理限制学生在校期间的上网时间和内容。配备专业的网络管理员，对校园网络进行实时监控和管理。

（三）社会层面

首先需要完善网络环境。加强对网络环境的监管和治理，打击不良网络信息和行为，对网络中的暴力、色情等不良信息及时清除，积极推广适合儿童的绿色网络产品和服务，为他们提供健康、安全的网络环境。其次加强社会支持。鼓励社会各界关注农村留守儿童问题，提供资金、物资等方面的支持，建立留守儿童关爱组织或志愿者团队，为他们提供心理咨询、学业辅导等服务。再者加强企业价值观的引领，营造风清气正的社会风气。企业在推出软件时不应仅仅考虑用户的使用率，花费时间的长短，还应考虑到一个好的软件应该是在使用后有助于个人的成长，让其有所收获。中国的互联网企业所制作的应用程序不应利用人性的弱点，只从利益出发，还要肩负起该有的社会责任。最后加强政策引导。政府应出台相关政策，加强对留守儿童网络保护的支持和引导。加大对农村地区的网络基础设施建设投入，提高网络覆盖率和质量。

（四）个体层面

首先要树立明确的人生目标，形成较高的成就动机。阿特金森曾提出过著名的成就动机理论，他认为每个人都有力求又快又好地解决对他有重要意义、有一定困难的、具有挑战性的活动的意愿或倾向。研究发现，成就动机高的儿童，自控能力也比较高。所以儿童个人应多思考人生的意义是什么，确定自己人生的目标和人生追求，设定清晰的近期任务，用高成就动机来调节自己的沉迷行为，不浪费美好青春。

其次留守儿童要学会进行自我管理和自我约束，合理安排上网时间和内容。留守儿童应该合理制定计划与时间表，并设立一个符合实际的自我奖励与惩罚机制。当自己能坚持执行时，可以给予自己适当的奖励，当自己出现失控行为时，给予自己一定的惩罚。通过遵守自己制定的计划，留守儿童可以学会如何管理时间和控制自己的行为，还能培养自律的习惯。

再者主动寻找榜样，努力向榜样看齐。儿童可以将自己身边优秀的同学、朋友设置成自己的榜样，以他们的模仿行为，良好的自控能力来对标自己。通过日常生活中的活动，如按时完成作业前的延迟满足，来锻炼自己的自控力，并积极进行自我反思和自我评价，把活动的过程和结果与榜样对比，认识到其中的优点和不足，以便更好地调整自己的行为，让自己不沉迷网络游戏或逐步走出沉迷网络的现状。

结语

农村留守儿童“塌陷式”沉迷网络现象非一朝一夕形成，解决农村留守儿童网络塌陷式沉迷的问题，也非一日之功。古语云：“攻心为上，攻城为下”，面对沉迷网络问题，既要治标，也要治本，一方面及时干预留守儿童的沉迷行为，另一面从“本”上引导，从儿童“心”上突破，这就需要家庭、学校、社会和儿童个人多方联动，形成合力。只有这样，我们才能为留守儿童营造一个健康、安全的成长、成才环境，助力他们走向更加美好的未来。

参考文献

- [1]张晴. 低龄儿童媒介使用、父母干预现状及对媒介沉迷的影响[J]. 新闻爱好者, 2023, (04): 39-42.
 - [2]皮海峰, 吴兴柏. 乡村振兴视阈下农村留守儿童问题研究——基于巴东县X乡的实地调查[J]. 三峡大学学报(人文社会科学版), 2023, 45(01): 54-61.
 - [3]李永成. 论农村留守儿童沉迷手机游戏问题及解决路径——以皖西H县G村为例[J]. 太原城市职业技术学院学报, 2021, (10): 22-25.
 - [4]胡南燕, 宁满秀. 隔代照料对儿童沉迷网络的影响——基于CFPS数据的实证分析[J]. 湖南农业大学学报(社会科学版), 2020, 21(04): 63-68.
 - [5]陈晓东, 徐黎. 沉迷手机游戏的留守儿童问题分析——基于社会生态系统理论视角[J]. 广西教育学院学报, 2020, (04): 46-49.
 - [6]李万发, 贾丽娟. 沉迷手机游戏的留守儿童问题分析——基于马斯洛需求层次理论[J]. 延安职业技术学院学报, 2020, 34(03): 17-20.
 - [7]万爱莉. 青少年网络沉迷的原因分析及对策建议[J]. 中国德育, 2020, (01): 32-35.
 - [8]王厚涵. 留守儿童和流动儿童网络游戏成瘾的探讨[J]. 现代交际, 2018, (13): 131-130.
- 作者简介：肖本招，男，（1991.03-），江西萍乡人，汉族，助教，硕士研究生，研究方向：教育心理。
涂思敏，女，（2005.01-），江西南昌人，宜春职业技术学院学生，研究方向：小学教育。
基金项目：宜春市社科研究“十四五”（2024年）一般课题（24sk226）成果。