

学龄前儿童电子产品问题性使用的四层结构特征及家校社协同干预策略

Four-Layer Structural Characteristics of Problematic Electronic Product Use Among Preschool Children and Collaborative Intervention Strategies Involving Families, Schools, and Communities

茅茵, 邵日芳 *

大连教育学院学前研训中心

摘要

为深入探究学龄前儿童电子产品问题性使用的发生逻辑与干预路径, 本研究以 D 市 34 所幼儿园 3-6 岁儿童及其父母为调查对象, 通过问卷调查分析儿童电子产品使用现状、家庭影响因素及衍生风险。结果发现, 儿童电子产品使用已呈现情感依赖固化、行为失控显现、亲子冲突加剧、家庭生态系统失衡的四层问题结构。核心症结在于家庭系统的双重失衡——家长数字教养能力缺位导致监管失序, 屏幕挤压亲子互动时间引发关系资本侵蚀。基于此, 本研究提出家校社协同治理对策, 为促进学龄前儿童数字健康成长提供参考。

Abstract

To explore the development and intervention pathways of problematic electronic product use among preschool children, this study surveyed children aged 3–6 and their parents from 34 kindergartens in City D. A questionnaire survey was conducted to examine children's current use of electronic products, family-related factors, and associated risks. The results showed that children's use of electronic products exhibited a four-layer problem structure, including entrenched emotional dependence, emerging behavioral dyscontrol, intensified parent-child conflict, and an imbalance in the family ecosystem. The underlying problem was the dual imbalance within the family system: inadequate parental digital parenting skills contributed to ineffective supervision, while excessive screen time reduced parent-child interaction and weakened relational resources within the family. Based on these findings, this study proposes collaborative intervention strategies involving families, schools, and communities to support the healthy digital development of preschool children.

关键词: 学龄前儿童; 电子产品; 问题性使用; 家庭系统; 协同治理

Keywords: Preschool Children; Electronic Products; Problematic Use; Family System; Collaborative Governance

一、问题提出

智能手机和平板电脑等电子产品已成为家庭生活的日常组成部分,也在改变学龄前儿童的成长环境。作为“数字原住民”,3-6岁儿童正处于身心发展的关键期。他们的认知能力、情绪调节和社会交往技能,都依赖真实的环境互动与情感滋养(孟昭玉,2016)。但过早、过度及不加选择地使用电子产品,已被证实会对儿童视力发育、注意力维持和亲子依恋等方面产生负面影响(孟昭玉,2016;杨伟宁,2020)。

近年来,儿童使用电子产品引发的情绪依赖和行为失控问题日益突出,甚至成为诱发家庭冲突的重要导火索。多地调查显示,电子产品的使用已在学龄前阶段趋于普遍(何辉等,2016;谭永春等,2016)。相关综述指出,后疫情时代背景下儿童的屏幕暴露问题更加值得关注,需要系统的干预方案(谢倩雯和李佳,2022)。

已有研究多关注儿童个体层面的使用行为和单一影响因素。有的分析使用时长与认知发展的关系(余利等,2025),有的探讨家长监管方式的效果(乔吉娜等,2026),有的从家庭环境角度考察其对使用行为的影响(欧阳娟和陶军辉,2023;章景丽等,2018)。这些工作为理解问题提供了基础,但缺少对问题本质的系统解释。家庭作为儿童成长的首要环境,其教养模式、互动质量和生活秩序必然深刻影响儿童的屏幕行为选择。

基于上述认识,本研究从家庭系统理论出发,以D市34所幼儿园5864名家长为样本,通过问卷调查系统揭示学龄前儿童电子产品问题性使用的多层结构特征,剖析家庭系统失衡的内在机制,并提出家校社协同治理对策,为促进学龄前儿童在数字环境中健康成长提供参考。

二、研究方法

(一) 研究对象

采用分层抽样法,选取D市不同区域(城区、郊区)34所幼儿园的3-6岁儿童及其父母。共发放问卷6163份,回收有效问卷5864份,有效回收率95.15%。其中母亲填写4303份(73.4%),父亲填写1561份(26.6%)。儿童年级分布:小班1778人(30.47%),中班2253人(38.61%),大班1596人(27.35%),混龄班209人(3.58%)。

(二) 研究工具

采用自编《学龄前儿童电子产品使用与家庭养育环境问卷》,分母亲卷与父亲卷。在已有成熟量表基础上,根据研究目的和学龄前儿童特点,选择部分条目进行改编。父母卷共同内容包含父母低头行为、电子媒介情绪调节策略和媒体监管策略三个子量表。父母低头行为改编自《父母低头行为量表》(丁倩等,2020),选取3道题,测量父母在孩子面前使用电子媒介的情况。电子媒介情绪调节策略改编自媒介情绪调节量表(乔吉娜等,2026),由父母报告采用电子媒介帮助孩子调节情绪的频率。父母媒介监管策略包括共同使用、主动调节和限制性技术管控三类。

幼儿的问题性电子产品使用由母亲独立报告,改编自问题性媒介使用量表(余利等,2025;乔吉娜等,2026),共9个条目。家庭混乱程度由父亲独立报告,改编自家庭环境混乱度量表(章景丽等,2018),选取3道题评估家庭环境的秩序性。本研究对以上原量表进行了二分化处理,回答改为“有”和“无”。

(三) 四层结构的构建依据

基于家庭系统理论及儿童电子产品问题性使用相关研究,本研究从儿童个体行为、亲子关系和家庭环境三个层面梳理调查指标,并结合问卷调查结果对相关指标进行归类分析。具体而言,将儿童使用电子产品过程中表现出的情绪依赖归为“情感依赖层”,将难以停止、使用时间增加等行为表现归为“行为失控层”,将电子产品使用对家庭活动及亲子互动产生的影响归为“亲子冲突层”,将家庭环境混乱及父母低头行为等因素归为“生态系统失衡层”,据此形成学龄前儿童电子产品问题性使用的四层分析框架。

（四）数据处理

采用 SPSS 26.0 进行描述性统计和相关分析，系统梳理儿童电子产品使用现状及家庭影响因素的相关性特征。

三、研究结论

调查发现，学龄前儿童电子产品问题性使用呈现出相互交织、层层递进的四层结构。它不仅表现为儿童个体层面的情感依赖与行为失控，更暴露了家庭教养层面的数字引导能力短板，并在关系层面加剧了亲子冲突与疏离，最终根植于由家庭失序和父母失联共同构成的系统性风险之中。

（一）情感依赖层：电子产品从娱乐工具变成安抚工具

使用电子产品作为幼儿的安抚工具已逐渐成为普遍现象，且逐渐成为一种缺乏反思的下意识的应对方式。本研究中，83.2% 的母亲和 82.7% 的父亲报告称曾在公共场所、餐厅、商店、车内等场景，通过给孩子手机或平板电脑来让孩子保持安静；61.6% 的母亲和 66.1% 的父亲在孩子生气、烦躁及感到不安全时使用电子产品来安抚孩子情绪。电子产品已不仅是娱乐工具，而是越来越多地被作为处理儿童负面情绪的“便捷通道”。相关研究也证实，屏幕时间与儿童心理行为问题存在关联，长时间屏幕暴露会增加情绪问题和行为问题的风险（彭磊等，2020）。

然而，这种将电子产品作为儿童情绪“安抚奶嘴”的做法正导致儿童的情绪调节能力发展受阻（余利等，2025）。本次调查显示，40.5% 的幼儿母亲反映“当我的孩子度过了糟糕的一天时，电子产品似乎是唯一能让他 / 她感觉好一些的东西”；当无法使用电子产品时，61.4% 的孩子会表现出明显的沮丧和烦躁。这表明，学龄前儿童对电子产品的情绪依赖正在形成。从本质上看，家长正在用虚拟的人机互动替代现实的亲子互动。学龄前阶段是儿童学习识别、理解和管理自身情绪的关键期，将电子产品作为情绪管理的外包工具，看似解决了眼前的麻烦，实则剥夺了儿童在真实情感交流中学习情绪调节能力的关键机会（孟昭玉，2016；余利等，2025）。

（二）行为失控层：儿童出现停不下来的迹象

本次调查显示，学龄前儿童对电子产品的使用正在从被动接受转向主动渴求，自我控制能力明显减弱。部分幼儿已表现出类似成瘾行为的两个关键特征：一是耐受性增加，需要越来越长的使用时间才能获得同等满足；二是失控，儿童无法自主停止使用，一旦被中断使用便会出现明显的焦躁和抗拒反应。79.5% 的母亲反映“我的孩子很难停止使用”；64.9% 观察到“想要使用的时间越来越多”；44.8% 的孩子会“偷偷使用”；48.1% 的孩子“只想着电子产品”。这些数据表明，学龄前儿童的电子产品使用行为已出现失控的早期信号。更值得关注的是，偷偷使用和只想着这两个指标的出现，说明儿童对电子产品的心理渴求已达到较高水平，远超普通的被动接受。

面对上述困境，家庭监管呈现被动限制多，主动引导少的失衡模式。绝大多数家长（65.0% 的母亲和 56.8% 的父亲）会告诉孩子“时间过长时要停下来休息”；80.9% 的母亲和 79.6% 的父亲会设置家长控制功能进行技术管控。但另一方面，家长“疏”的能力明显不足：在引导性行为上得分偏低（母亲 6.2 分 / 10 分，父亲 5.0 分 / 10 分）；在陪伴性行为上也表现不佳（母亲 5.5 分 / 10 分，父亲 4.7 分 / 10 分）。这种重堵轻疏的做法，解释了为什么家长越管，问题越不见好转。

（三）亲子冲突层：屏幕问题开始影响亲子关系

调查发现，33.7% 的幼儿母亲表示，孩子使用电子产品已经“干扰了家庭的正常活动”（如户外活动、阅读、亲子游戏等），31.3% 的母亲承认因此“给家庭带来了问题”。这意味着，儿童的屏幕使用已不再是单纯的个人行为问题，而是演变为影响亲子关系质量的家庭议题。当屏幕时间开始侵蚀本来属于全家人的共处时间——阅读、游戏、户外活动——家庭的基本功能也开始受到冲击。安全而稳定的亲子关系本是儿童心理健康的基石（孟昭玉，2016），但电子产品引发的冲突正在蚕食这种关系。在屏幕问题严

重的家庭中，孩子主动寻求安慰的行为减少，家长安抚效果减弱。可见，高质量的情感互动正在被屏幕时间所取代和破坏，当孩子习惯于从冰冷的屏幕中寻求慰藉，而不是从父母温暖的怀抱中获得力量时，亲子互动受到严重威胁。这不仅会加剧当前的屏幕使用问题，更将对儿童长期的社会情感发展造成深远负面影响。已有研究证实，屏幕暴露与幼儿问题行为之间存在关联，而低质量的亲子互动放大了这一效应 [7]。

(四) 生态系统失衡层：家庭失序和父母失联构成高风险环境

儿童的屏幕使用问题是家庭微观生态系统失衡的直接体现。本次调查显示，家庭环境的“失序”（缺乏规律性和秩序感，如作息混乱、环境嘈杂）与家庭成员的“失联”（父母身在孩子身边但注意力不在，如频繁低头看手机）紧密交互，共同构成了一个导致儿童屏幕沉迷的高风险环境。

混乱的家庭环境会削弱父母有效监管的能力，同时也让儿童更倾向于在电子产品中寻求秩序感和即时满足。数据显示，在儿童问题性使用程度较高的家庭中，环境的无序性更为突出。例如，32.9%的家长认同“我们家里人似乎总是处于匆匆忙忙的状态”，14.6%的家庭觉得“不管我们怎么努力，似乎总是要慢半拍”。这表明，缺乏稳定、可预测性的家庭作息是此类家庭的共同特征。尤为值得警惕的是，高达33.6%的家长承认“在我们家，大多数时间我们在玩手机”。这说明在“失序”的家庭中，电子产品使用已成为一种默认的、常态化的家庭活动，而非有意识的、受控的选择。

表 1. 学龄前儿童电子产品问题性使用的四层结构

层次	核心指标	比例	说明
情感依赖层	公共场所用设备安抚（母亲 / 父亲）	83.2%/82.7%	电子产品被作为安抚工具
	情绪烦躁时用设备安抚（母亲 / 父亲）	61.6%/66.1%	作为情绪管理途径
	电子产品是唯一让孩子感觉好的东西	40.5%	母亲报告
	无法使用电子产品时沮丧烦躁	61.4%	儿童戒断反应
行为失控层	很难停止使用	79.5%	母亲报告
	使用时间越来越多	64.9%	耐受性增加
	只想着电子产品	48.1%	心理渴求
	会偷偷使用	44.8%	失控行为
	家长口头提醒休息（母亲 / 父亲）	65.0%/56.8%	被动限制
	设置家长控制功能（母亲 / 父亲）	80.9%/79.6%	技术管控
亲子冲突层	干扰家庭正常活动	33.7%	母亲报告
	给家庭带来问题	31.3%	母亲承认
生态系统失衡层	休闲时间用手机（母亲 / 父亲）	67.7%/62.2%	父母低头行为
	家庭大多数时间在玩手机	33.6%	家庭常态
	吃饭时查看手机（母亲 / 父亲）	66.9%/63.9%	亲子场合分心
	面对面交流时发消息（母亲 / 父亲）	52.3%/46.0%	亲子互动被替代
	家庭处于匆忙忙碌状态	32.9%	环境失序
	感觉总要慢半拍	14.6%	环境混乱

如果说家庭失序是环境背景，那么父母的低头行为则是造成家庭成员情感失联的直接原因。这种行为不仅为孩子提供了不良示范，更直接切断了高质量的亲子互动，使家庭失去了最核心的情感联结功能。本次调研数据深刻揭示了父母低头行为的普遍性，67.7%的母亲和62.2%的父亲承认休闲时间会使用手机；66.9%的母亲和63.9%的父亲表示吃饭时会查看消息；52.3%的母亲和46.0%的父亲坦承在和子女面对面交流时会给别人发消息。可见，家庭的失序与父母的失联并非孤立存在，而是相互强化，形成了一个难以打破的恶性循环，最终将儿童困在了电子屏幕里。这一依托电子产品产生的恶性循环，最终的受害者是身处这样的家庭环境中的孩子，他们既模仿了父母低头行为，也因为缺乏来自现实世界的高质量互动

和情感满足，从而更加沉溺于电子产品所提供的即时、可控的虚拟世界。

四、家校社协同治理对策

（一）协同治理的核心逻辑：从单一干预到系统赋能

从深层看，家庭环境失序与父母“低头行为”共同引发亲子情感失联，高质量互动时间被屏幕挤占，儿童因现实情感需求未得到满足而转向虚拟世界寻求慰藉，形成“情感缺失 - 屏幕依赖 - 关系疏离”的恶性循环。

本研究四层结构依次揭示了儿童电子产品问题性使用的本质——它不是孤立的个体行为，而是家庭系统功能双重失衡的集中体现。从表层看，家长数字教养能力普遍不足，导致监管策略失当，重限制轻引导反而加剧了行为对抗。从深层看，家庭环境失序与父母低头行为共同导致亲子情感失联，孩子的现实情感需求未被满足，就转向虚拟世界，形成“情感缺失 - 屏幕依赖 - 关系疏离”的循环（欧阳娟和陶军辉，2023）。这一发现印证了家庭系统理论的核心观点——个体行为问题是系统功能失调的产物，需从家庭互动模式与环境结构中探寻根源。

这意味着，简单的限制使用时间或删除游戏等单一干预手段难以奏效。问题的根源在家庭系统之中，解决之道也必须回到系统中去：既需要提升家长的数字教养能力，也需要修复亲子关系质量，还需要改善家庭生态秩序。只有家庭、学校、社区多主体协同，才能从根源上打破恶性循环。章景丽等的研究也表明，家庭环境的影响是多维的、系统性的（章景丽等，2018）；王茜等基于全国大样本的研究同样发现，不同家庭媒介类型对儿童的影响存在显著差异，需要差异化的干预策略（王茜等，2021）。

（二）家校社协同干预策略

1. 实施家庭情绪健康支持计划。

教育部门可联合妇婴保健专家，开发情绪管理家庭工具包，包含情绪识别卡片、绘本导读和冷静角建设指南等，经试点后推广。幼儿园将情绪管理指导纳入教师日常培训和教研活动，通过家长工作坊和亲子实践活动帮助家长掌握倾听、共情和情绪疏导等实用技巧。家长应注意主动抛弃捷径式安抚方式，学会先接纳孩子感受、再耐心引导其表达，在真实的人际互动中帮助孩子逐步建立健康的情绪调节习惯和能力（孟昭玉，2016）。例如，当孩子因不能看动画片而哭闹时，家长可以先蹲下来承认孩子的失落感，再引导孩子说出自己的感受，最后一起商量替代活动。

2. 推进家庭数字素养提升工程。

教育、网信和新闻出版等部门可联合建立儿童优质数字资源白名单，加强内容监管。幼儿园依据指引为家长推荐益智类 App 和科普动画等优质内容，并在家长会上分享具体引导方法。家长从监管者转为引导者，定期和孩子一起讨论屏幕内容、分享观看感受和数字世界中的各类体验和感受，采用共同观看和讨论分享的积极模式（欧阳娟和陶军辉，2023）。参照已有建议，3-6 岁儿童每天累计屏幕时间不宜超过 1 小时，单次不超过 20 分钟，且内容应在家长陪伴下选择（何辉等，2016）。

3. 发起高质量亲子陪伴倡议。

社会层面，文明办、妇联和文旅等部门可联合发起“无屏陪伴”活动，鼓励博物馆、科技馆和公园等公共空间开发面向亲子家庭的常态化的自然探索和动手实践活动。幼儿园设计纸质阅读打卡和户外探索等去电子化亲子任务，增加动手合作类实践。家庭建立无屏时段（如用餐和睡前）与无屏空间（如卧室），用睡前故事和周末出游替代屏幕时间（孟昭玉，2016）。

4. 构建家庭系统支持网络。

社区将家庭教育指导纳入基层治理，设立标准化指导站，引入心理咨询师和社工等专业力量，为困

境家庭提供精准帮助。幼儿园建立家庭风险筛查和评估机制,教师通过日常观察识别失序和失联特征明显的高风险家庭,经家长同意后转介。家长应带头调整自己的屏幕使用习惯(丁倩等,2020),建立规律的家庭作息制度,通过家庭会议等方式共同解决环境失序问题,并主动利用社区专业资源,推动家庭生态从恶性循环走向良性运转(章景丽等,2018;王茜等,2021)。

四条干预路径需要相互配合、协同推进,而非各自为政:情绪支持解决为何用的问题,数字素养解决怎么用的问题,亲子陪伴阻断替代关系,系统网络修复失衡环境。本研究的主要局限在于未对治理策略的实施效果进行追踪评估,未来可采用准实验设计对干预措施的有效性进行长期验证,同时探讨不同家庭类型(如单亲家庭、隔代教养家庭)的差异化干预需求。

参考文献

- 丁倩,王兆琪,张永欣.(2020).父母低头行为量表在我国青少年群体中的初步修订.中国临床心理学杂志,28(5),942-945,896.
- 何辉,魏庄,刘春阳,梁爱民.(2016).北京市儿童使用电子产品情况调查.中国妇幼保健,31(2),351-353.
- 孟昭玉.(2016).幼儿电子设备接触情况与社会性发展的关系:家长参与的调节作用[硕士学位论文].首都师范大学.
- 欧阳娟,陶军辉.(2023).家庭视域下学龄前儿童电子产品使用现状、差异及改善策略研究.黑龙江教师发展学院学报,42(6),125-129.
- 彭磊,徐耿,宫相君,朱子清,刘阳,江流,耿梦龙,伍晓艳,陶芳标,褚英.(2020).学龄前儿童视屏时间与心理行为的关联性.中国学校卫生,41(1),62-65,69.
- 乔吉娜,李晨祎,刚雨晴,梁九清.(2026).屏幕暴露与幼儿问题行为的关系:执行功能的中介作用和父母参与的调节作用.中国健康心理学杂志,34(1),136-143.
- 谭永春,马丽,王茹楠.(2016).蚌埠市学龄前儿童使用智能电子产品情况调查研究.蚌埠学院学报,5(4),139-144.
- 王茜,张丽敏,赵景辉.(2021).家庭媒介生态视角下电子产品使用对幼儿睡眠的影响——基于全国26381个样本的潜在类别分析.学前教育研究,(12),23-35.
- 谢倩雯,陈柔嘉.(2022).数字化和后疫情时代背景下儿童屏幕暴露的研究综述.当代青年研究,(6),87-96.
- 杨祎宁.(2020).电子产品在家庭中的使用对学龄前儿童的影响及建议.理论研究,170-171.
- 杨雨萌,唐逸文,魏悖玥,李蓓蕾,邓林园.(2024).家长教育焦虑对中小学生手机等电子产品成瘾的影响机制.中国临床心理学杂志,32(2),335-340.
- 余利,张叶,张和颐.(2025).屏幕使用会削弱幼儿自我调节能力吗?——家长媒介社会化的中介作用.幼儿教育,(Z6),85-90.
- 章景丽,苏亭娟,左笑宇,陈秋,陶芳标,于伟平.(2018).家庭环境对学龄前儿童电子产品使用影响.中国公共卫生,34(1),49-52.

作者简介

- 茅茵,研究生学历,大连教育学院学前研训中心,主任,正高级教师,辽宁省特级教师。主要研究方向:幼儿园园本研修、幼儿园教师培训、保教质量提升。
- 邵日芳,研究生学历,大连教育学院学前研训中心,教研员,高级教师,主要研究方向:幼小科学衔接、

幼儿园课程建设、教研研修实践。

基金项目

辽宁省教育科学研究基地专项重点课题《区域推进幼儿园高质量户外活动实践策略研究》，JG25JDA13。