

短视频 怎么成了“电子父母”



■ 监管篇： 应进一步落实 “源头治理”

北京市中闻律师事务所律师沈斌介绍，未成年人的“触网”行为并非无法可依、无章可循。新修订的《中华人民共和国未成年人保护法》创设了“网络保护”专章，明确“网络产品和服务提供者不得向未成年人提供诱导其沉迷的产品和服务。网络游戏、网络直播、网络音视频、网络社交等网络服务提供者应当针对未成年人使用其服务设置相应的时间管理、权限管理、消费管理等功能。”沈斌认为，应加强对短视频平台的监管，完善相关法律法规，明确网络平台责任。

“一些青少年模式仍存在漏洞，还需继续完善。”有家长反馈。对此，北京理工大学网络与安全研究所所长闫怀志表示，青少年模式在实践中还存在被绕过的情况。他指出，有些应用软件采取弹窗方式提示开启青少年模式，而非强制开启；有些一经卸载重装，又会恢复成普通模式，完成对部分限制功能的“破解”；一些未成年人还可以使用家长权限或网购成人账号来规避青少年模式。此外，即便某款应用软件限时浏览40分钟，但如果下载多款软件接着浏览，仍无法控制在线总时长。

李莉建议，监管部门应进一步落实“源头治理”，“进一步立法和出台政策扩大监管范围，强化互联网企业内容审核责任。”政府则应将积极干预、防止严重的手机沉迷，作为关心与服务留守儿童工作的重中之重。

兰州文理学院心理学教授王成德认为，网络平台监管部门，要根据新形势完善监管体系，净化网络环境，跟进治理手段，提高监管实效，预防不良网络环境和引诱青少年的事件发生；学校层面，要做好对学生的网络价值观教育，学会自我分辨网络中所传播的短视频的优劣，防止被网络短视频中的低俗、消极内容所蛊惑；短视频平台要充分担起社会责任，坚持积极向上的主基调，加大对短视频内容的审核力度，屏蔽各类低俗、负能量视频，严格落实防沉迷要求，限制青少年使用时长、观看内容；短视频创作者也要有社会责任意识，创作的内容要积极向上，不打擦边球，不传播负面内容。

(综合《北京晚报》《钱江晚报》《中国青年报》《工人日报》等)

编者按

“如果青少年长时间沉迷视频，文字阅读能力很可能得不到有效培养和训练”“不少农村留守儿童熬夜、通宵刷短视频”……前不久，“孩子沉迷短视频”成为全国两会代表委员共同关注的话题，纷纷建议家长应科学引导孩子将短视频作为生活学习的辅助，多多陪伴孩子，避免短视频像游戏一样成为孩子的“电子父母”；相关部门要提高行业准入门槛、完善法律法规，明确网络平台责任，比如不对未成年人进行算法推送、继续完善“青少年模式”……共同防止短视频沉迷严重影响未成年人的学习和身心健康。

■ 现象篇 部分孩子 “刷刷刷”停不下来

北京市民老崔的孩子正上小学四年级，按照父子间的约定，每天放学做完功课，就是孩子的“iPad时间”。据他观察，前一两年，孩子主要以打游戏为主，“吃鸡、蛋仔”玩得不亦乐乎，可如今，刷短视频成了孩子的一门“功课”。“每天必刷，同一个视频还反复看。”

成都市民李先生发现，每到上学放学，马路上、学校周边的快餐店里，时常能看到不少抱着手机刷视频、打游戏的学生。

不仅是孩子们主动刷、天天刷短视频，还有家长用短视频“哄”娃“带”娃。近日，杭州一家媒体的记者在当地一家医院的儿科输液室采访发现，要让小孩子不吵闹，刷短视频是最有效果的。不少正在打吊针的孩子都拿着平板电脑或手机，津津有味地看着屏幕中的内容。其中有不少在看动画片，还有部分孩子正在刷着微短剧等，神情十分投入，有人从旁边经过或站在他旁边也完全不在意。

许先生的6岁女儿小艾正在输液。他说，“平时在家中也会让她在手机上看看《jojo 超级宝贝》或刷刷短视频，从小养成了习惯，以后到哪里都要看手机，她平时喜欢的东西，我会提前给她下载好。”

北京家长岳先生称，自己在地铁上时常会见到带着孩子的家长、老人，将手机交给孩子，换得一路清净。“一次有个孩子蹲在车厢接缝处看视频，下车时也不还给奶奶，老太太真是硬抢，才抢了回去。”岳先生坦言，自己算得上比较有自控力，即便如此，也有不知不觉“刷”了很久的经历。“短视频那么吸引眼球，小孩不上瘾反倒奇怪了。”

“手机问题越来越难管。”杭州某民办中学的班主任李宇浩老师摇头叹气，班上爱刷视频的学生太多了。过去学校一严明令禁止带手机，也禁止学生玩游戏。当短视频大行其道，突然风靡，孩子们的兴趣转向短视频了。

相比起城市，农村的孩子更容易沉迷于刷短视频。在杭州庆春路附近一家医院的候诊大厅里，正在陪女儿等检查报告的陈先生称，过年回老家，有件事情让他印象很深，“我女儿回了老家，喜欢跑到外面去玩，她去叫几个邻居家的小孩，想让他们一起去村里的集市上去看小兔子。但那几个小朋友都在玩手机，不知道在刷什么，根本不愿意和她一起出去玩。那几个孩子的家长我也认识，我后来问过他们，和我说孩子们在抖音上刷那种Cosplay的视频。”

全国人大代表李莉在今年的全国两会上说，在一些农村中小学，校方、教师需要就手机问题与学生“斗智斗勇”；一旦放假，留守在家的祖辈缺乏管理意识与能力，一些少年儿童从早到晚“机不离手”，熬夜、通宵刷短视频或玩游戏，所以，她今年带上两会的是《关于针对“农村留守儿童沉迷手机”现象进行源头治理的建议》。

■ 担忧篇 以偏概全的价值观误导孩子

当孩子沉迷于短视频，家长、老师及社会各界担忧的是什么呢？

长沙的张女士发现，自己的孩子在接受短视频后，渐渐变得没有耐心，不能静下心来阅读、学习。成都王女士的儿子小鹏正在上初中，放学回家第一件事就是刷短视频，晚上睡觉后还偷偷蒙在被子里刷，导致学习成绩一落千丈。兰州家长程士伟表示，自己现在已经很难走近沉迷短视频的孩子，更别提交流，短视频或者说手机好像是他最依赖的“父母”。

北京的老崔说，起初他的孩子爱看的视频，多是游戏攻略或动画片段，但渐渐开始“走偏”，喜欢上内容无聊、表演夸张的短视频，掺杂了许多低俗内容，令他如坐针毡。

更让家长忧心的是，还有某些传达错误价值观的视频。“作业纸张很锋利，容易划伤你；作业写多了容易累，会得近视眼……所以同学们，远离作业，从我做起！”仅以“远离作业”为关键词，就可以搜索到诸多真人出演、动画剪辑等形式，描述师生矛盾、抵触学习、对抗家长的视频。此类视频很受观看者追捧，一则由小学生表演的“作业疯了”视频，收到超2.7万个赞、2000条评论。其中不少评论都表示“同意！赶紧扔掉作业”“珍爱生命，远离作业”。

“这种话简直说到我儿子心坎里了，他天天拿着这些视频说事儿。”北京市民张子成的

孩子最近学会了一套“话术”——老师留作业叫“压迫学生”，家长布置学习任务是“破坏亲子关系”，抄生字、单词，更是孩子的“压力源头”。

张子成坦言，为孩子减负是现在社会共同倡导的，家长也认同，但到了短视频里，表达完全变了味，“好像作业一点都不能做”，让家长十分被动。“拍摄这种短视频，一看就是为了吸引孩子，以偏概全，可孩子不明白，还觉得视频讲得道理。”

为了吸引眼球，一些涉及社会现象、热点内容的短视频，往往将观点激化放大，成年人尚且易被误导，何况孩子。

李宇浩老师发现，短视频信息太繁杂了，刷到抑郁、厌学、焦虑症等内容，一些孩子就会模仿，很快就会对号入座。

对于这些负面影响，李莉总结：孩子们刷短视频上瘾行为，不仅导致近视率上升、体质下滑，也会削弱他们的上进心，对需要耐心与复杂逻辑思考的学业任务失去兴趣。当周围的孩子都开始用手机打游戏或刷视频时，来自同辈的群体示范，也导致“玩手机”在当下的留守儿童中成为一种“新潮流”，甚至出现“游戏大神”比“学习尖子”更受追捧的现象。网络宣传的一些错误观念，也会潜移默化影响留守儿童的“三观”。

■ 支招篇 用引导和陪伴让孩子不沉迷

一些专家表示，现在是信息化时代，把孩子完全隔离在没有手机、没有短视频的“真空环境”里是完全不可能的。身处互联网时代，家长也要主动学习，寻找与孩子的共同话题，这样才能更好地引导孩子正确利用网络，正确看待短视频。

在李宇浩老师看来，家长对孩子使用手机要从小开始管，初中开始管太晚了。鼓励家长从小学开始培养孩子少用手机的习惯，不能毫无原则地退让，要柔中带刚。尽量避免和孩子起冲突，可以提前约定好规则，以双方都能接受的形式管理。

“早晚有一天，孩子会拥有自己的手机，家长更不可能永远把孩子放在眼皮子底下看管。”岳先生认为，刷短视频只是孩子可能受到的各种诱惑之一，关键在于如何引导。“有很多制作精美、具有知识含量的优秀视频账号，我不会一味回避。”近段时间，他正为女儿讲解音标，为启发孩子兴趣，他先用短视频引入，再落脚到书上去掌握。“归根结底，希望让孩子感知到短视频是一种工具，要为自己所用，而不能被它奴役。”

文化评论家、原中国人民大学中文系教授马相武认为，家长和老师应多去了解并尊重孩子的欣赏需求、兴趣愿望。在此基础上，有能力有水准者，不妨帮助孩子挑选精品。“短视频乃至其他手机使用问题，不要采取所谓的强制执行。有学校将孩子的手机收上来当场砸掉，这样做谁都知道是错的。”

四川省雅安市雨城区第二中学校长庚庆明认为，一些成年人尚且容易沉迷于刷短视频，对农村留守儿童来说，在缺乏父母陪伴与管教、爷爷奶奶等祖辈没有能力看管的情况下，被精准推送的短视频“俘获”的可能性更大。“校内能管住，不过双休日、寒暑假等假期就成了手机冲破孩子‘防线’的关键时期。”他呼吁家长要以身作则。如果家长都管不住自己，却埋怨孩子玩个不停，这是不可能让孩子改掉不良习惯的。

去年7月，中国青少年研究中心研究员孙宏艳课题组完成的《未成年人短视频使用与学习研究报告》显示，82.9%的未成年人使用过短视频。值得关注的是，该报告调查发现，家人陪伴多的未成年人经常使用短视频的比例较低，长时间使用短视频的比例也较低。同样，长时间使用短视频的未成年人中，家长从不陪伴的比例更高。

杭州某机构心理咨询师洪阳说，孩子沉迷于短视频当中，是一种精神层面的迁移。父母不在身边，或陪伴和心理支持不够，孩子更容易出现一些厌学和网瘾等问题。

可见，父母陪伴缺失，短视频就容易成为“电子父母”。因此，有着多年学生工作经验的庚庆明表示，家长应让孩子在离开手机后，拥有更丰富有趣的线下生活，重视亲子陪伴与亲子关系，引导孩子更合理地安排闲暇时间。

孙宏艳表示，亲子关系的重要性，除了体现在刷短视频上，同样体现在玩游戏、看网络小说等一系列“触网”行为上。在和谐的亲子关系中，家长和孩子共同商议制定网络“冲浪”规则，才有可能帮助孩子培养数字时代健康的用网习惯。

新闻多一点 >>>>>

未成年人使用短视频相关数据

● 中国社科院新闻与传播研究所等共同发布的《青少年蓝皮书：中国未成年人互联网运用报告(2022)》指出——

看视频已经超越打游戏和听音乐，排在未成年人网络使用的首位，占47.5%；其余为听音乐(40.1%)、写作业/查资料(36.4%)、聊天(31.3%)、打游戏(27.0%)，城乡差异并不显著。

● 共青团中央维护青少年权益部2023年12月发布的《第5次全国未成年人互联网使用情况调查报告》显示——

我国未成年短视频用户规模超1亿，其中11.9%的未成年用户在工作日平均每天观看短视频超过2小时，7.2%的未成年用户在节假日每天观看短视频超过5小时；77.5%的家长表示担心孩子看短视频上瘾。

● 中国青少年研究中心研究员孙宏艳课题组去年7月完成的《未成年人短视频使用与学习研究报告》显示——

未成年人短视频接触率呈上升趋势。本次调查发现，82.9%的受访未成年人使用过短视频。而2019年的调查结果是，未成年人短视频接触率为65.6%。

城乡比较发现，农村未成年人使用短视频的比例(84.1%)略高于城市未成年人(81.7%)。随着学段升高，未成年人使用短视频的比例从小学生的74.3%上升到了高中生的86.4%。

研究还发现，感到学习负担重的未成年人用短视频的比例更高。从学习负担很重到很轻，未成年人使用过短视频的比例从86.0%下降到了67.9%。

随着学段升高，使用短视频的频率也越来越高。小学生经常使用短视频的比例为12.6%，初中生为18.7%，高中生为27.0%，从小学到高中上升了14.4个百分点。

与父母关系很不好、不太好的未成年人，经常使用短视频的比例分别为39.6%、42.4%，比亲子关系很好的未成年人分别高22个、25个百分点。

(据《中国青年报》)

