

短视频使用对幼儿身心发展的不利影响及改善对策研究

张印馥¹ 刘畅^{1,2}

1. 内蒙古民族大学 教育科学学院 内蒙古 通辽 028000
2. 内蒙古民族教育与心理发展研究基地 内蒙古 通辽 028000

摘要: 短视频在互联网发展过程中以简短精炼、丰富多元等特点收获大量观众的认可,身心尚未发展成熟的幼儿也位列其中。当下,各类短视频的开发和推广导致许多幼儿沉迷其中无法自拔,从而对幼儿的身心健康、思维和认知发展、社会性发展产生影响,大大阻碍幼儿建立良好的生活和学习习惯,为强化短视频的教育意义,促进幼儿健康成长提出解决策略和建议,提高短视频在幼儿教育中的现实作用而贡献力量。

关键词: 短视频; 幼儿身心发展; 不利影响

随着互联网的繁荣发展,短视频逐渐在网络市场出类拔萃。第52次《中国互联网络发展状况统计报告》显示,截至2023年6月,我国网民规模达10.79亿人,互联网普及率达76.4%^[1]。网络视频用户规模为10.44亿,占网民整体的96.8%;短视频用户规模为10.26亿,占网民整体的95.2%^[2]。2023年12月23日,共青团中央维护青少年权益部和中国互联网络信息中心(CNNIC)在京联合发布报告,2022年我国未成年网民规模达1.93亿,未成年人互联网普及率达97.2%。报告中指出,九成未成年网民主要使用手机上网,而视频平台是未成年人获取信息的重要渠道^[3]。

短视频是一种时长较短、通常在几秒到几分钟之间的“影像”内容。这类型的视频在社交媒体平台上非常流行,例如抖音(TikTok)、快手等,他们通过大数据的精准监测,捕捉大众喜好,不断输送同类型视频给观众,因此深受大众喜爱。但同时短视频也存在娱乐性、虚假性、危险性等弊端,很容易对模仿能力极强、控制力极差的幼儿产生巨大的负面影响,基于此类现象,本文聚焦短视频给幼儿带来的不利影响,提出高效使用短视频的策略方法,为保障幼儿的健康成长贡献一份力量。

1 短视频使用对幼儿身心发展产生的不利影响

短视频内容有优有劣,幼儿思维能力发展尚未成熟,不能分辨短视频内容质量,通常会导致幼儿经常被一些错误、虚假、大众的内容带离实际生活,掌握错误的知识或信息,基于此类现象对幼儿的身心健康、认知发展、社会性交往和行为习惯产生的不利影响如下:

1.1 长期使用短视频伤害幼儿的身体健康

长期使用短视频严重阻碍幼儿身体成长,其一,沉迷短视频久坐不动,容易引起幼儿肥胖,削弱幼儿身体循环功能,降低身体免疫力。其二,幼儿大脑发育尚未完善,心智尚未成熟,使用短视频过程中,幼儿很难抗拒短视频带来的短暂快感,当其退出短视频时,发生情绪低落,精神不振,食欲不佳等现象,长此以往会造成幼儿发育不良、情绪失控、易暴易躁的问题。其三,短视频色彩丰富,内容呈立体感,长时间用眼会产生视觉疲劳,导致视力下降。其四,短视频内容繁杂且零碎,幼儿接受的信息呈碎片化,当幼儿看到自己不感兴趣的视频时迅速划走,致使幼儿注意力随着其兴趣点忽长忽短,久而久之,使得幼儿只能在短时间内对同一事物产生一定的注意力。随着学段的递增,知识的学习需要长时间高度集中注意,而注意力发

展不健全的这类儿童不能完全接受老师讲解的学识内容,失去深度思考的能力,从而导致学习成绩的下降。

1.2 短视频的过度使用固化幼儿思维,抑制幼儿认知的发展

思维的发展很大程度上影响幼儿认知的发生与发展,一方面,过度使用短视频造成思维发展的退化。大部分痴迷短视频的孩子,某种程度上已经呈现出“行为上瘾”的症状,主要表现为远离手机之后嘴里说的依旧是视频内容;刷短视频时精神百倍,但放下手机后就十分沮丧颓废。“行为上瘾”会导致大脑萎缩,感官刺激不足,从而造成幼儿大脑中主观高级思维前额叶功能的退化,记忆力的发展受到抑制,出现思维呆板、眼神呆滞、记忆力不好等现象。另一方面,固化思维会制约幼儿创造力的发展。幼儿对未知的世界充满好奇,不断的尝试和探索新的事物,正是创造力发展的开端。一个大班的幼儿从视频中初步了解“三寸小脚”,但她只清楚“三寸”是指脚的长度,而不懂三寸有多长,更不懂谁脚这么长,为什么只有这么长。久而久之,幼儿获得的知识只停留在知识表面,庞大的视频信息量成为幼儿深入了解“三寸金莲”的阻碍。碎片化的短视频空间阻断幼儿头脑中原来符号的连接,限于对外界系统的少量认知,幼儿失去对事件的挖掘和探索,导致思维发展受限,创造力发展也受其影响。

1.3 短视频侵占幼儿社会交往时光,阻碍幼儿社会性的发展

幼儿的社会性包括亲子关系、同伴关系、性别角色等,独自坐在角落刷短视频是一种“低级快乐”,沉迷于短视频使幼儿陷身虚拟世界,减少面对面的有效沟通,从而导致言语逻辑,话语表达发展的滞后,失去情绪的共情能力,没有对身边事物的单独解读。同时,不加限制的使用短视频会使幼儿出现暴躁易怒等攻击性行为,从而阻碍幼儿社交能力的发展。幼儿应该在各种游戏活动中发展良好的人际关系。但实际生活中,幼儿在社交中得不到关注时,便会全身心投入到短视频中,他们更容易将“网友”称之为“家人”,更愿意在网上交朋友。短视频点赞和评论功能,能极大的提升幼儿的满足感和成就感,从而寻找他们的社交需求。但虚拟的网络空间危险常在,及时控制幼儿对短视频的使用极为重要。

1.4 质次的视频内容诱导幼儿行为的改变,养成不良习惯

短视频内容具有多元化的特点,部分短视频发布者为了赚取流量,过度解读社会事件或发布一些虚假信息,通过恶意剪辑

基金项目: 内蒙古民族教育与心理发展研究基地项目“民族地区幼儿园教师国家通用语言输入质量提升研究”; 内蒙古民族大学校级教育教学研究重点项目“师范类专业认证理念下我校学前教育本科生专业素养指标建构研究”

作者简介: 张印馥(2000—),女,2022级在读硕士研究生,研究方向: 学前教育。

通讯作者: 刘畅(1981—),副教授,博士,硕士生导师,研究方向: 学前教育。

或合成传递负能力,例如影视剧的片段剪辑,恐怖或暴力片段不利于幼儿形成稳重的脾性,在小小的心灵中埋下暴力倾向的种子,致使幼儿遇到问题时多半选择武力解决问题。更有一些视频使幼儿在懵懂无知中过早接触男生女生的关系问题,对于性教育意识薄弱的幼儿来说,此类视频对幼儿更具危险性。不良的短视频内容潜移默化地改变幼儿的想法,进而在行为中显现,网络的纵横交错使幼儿时时刻刻身处危险之中,思维尚处发展阶段的幼儿会受错误视频的误导形成错误的世界观、人生观、价值观,亦或是消极情绪的传播使幼儿形成一个悲愤或过于激动的性格。

2 化解短视频带给幼儿的不利影响对策及建议

对于缺乏自控力的幼儿来说,他们不懂得长时间使用短视频能够带来什么样的行为后果。基于此现象,正确引导幼儿使用短视频,发挥短视频正向作用的应对策略如下:

2.1 加强监管,为短视频内容提质增效

提高短视频内容质量政府先行。首先,政府出台相关政策,不定时收集短视频内容调查统计,对短视频后台进行监督和管理,从根源阻断劣质视频内容的传播。其次,短视频开发部门严格把控短视频内容的择选和监管,提高视频发布标准的门槛,剔除不良内容,净化短视频平台。最后,普及青少年防沉迷系统,优化系统内部使用推送和时间安排,超时超量强制退出短视频平台。

家长监管提供教育支持。首先,家长要正确引导幼儿选择适合自己的内容来看,共同参与幼儿看短视频的时间,有目的的讲解教育性的动画片。其次,家长要实行有效控制,如奖惩同步,当幼儿能在规定时候退出短视频,家长可以做出奖励,满足幼儿在其他方面的需求;当幼儿超时使用短视频,家长可以缩短下一次使用时长。其三,大部分家长也存在过度使用短视频的情况,错误榜样导致幼儿很难矫正其错误行为,因此,家长应当减少在幼儿面前使用短视频的时间。

家校协作满足幼儿短视频需求,使短视频教育价值最大化。教师和家长及时交流能更好地了解幼儿的成长过程,洞察幼儿心理的变化,满足幼儿尚未表达的需求。当幼儿沉迷短视频会表现出放不下手机、哭闹、顽皮捣蛋、撅嘴或精神不振等现象,通常家长会使用言语刺激或行为暴力,却没有解决幼儿过度使用短视频的问题,彼时家长才会寻求老师的帮助,这是错误的解决办法,应当加强与教师的交流,教师也应常开家长座谈会,宣讲正确的教育方式,进而改善家庭氛围,正确解决幼儿过度使用短视频的问题。

2.2 有效游戏,丰富幼儿空余时间

游戏是幼儿的基本活动。吸引幼儿的短视频内容呈浮夸的表演、出格的搞怪、偏激的嘲讽等特点,从而使幼儿沉迷而无法自拔,因此等物替换极为重要。一方面,家长为幼儿提供更多的游戏材料,丰富幼儿的空余时间,或带幼儿参加室外集体活动,既加强幼儿的身体锻炼,又发展幼儿的社会性交往。另一方面,电视动画片替代短视频。家长可以掌握电视动画片的选择权,挑选幼儿感兴趣的、适合该年龄特点且极具教育意义的动画片,时而参与动画片的讨论,或给幼儿解释动画片中的因果关系或梗概,培养幼儿寻找中心释义的能力。最后,家长与幼儿一起将动画片中极为喜欢的片段以游戏的形式再现生活中,使幼儿能够设身处地的明白动画片中的教育意义。当然动画片的观看时间也需要控制,视频使用过程中家长要注意避免幼儿长时间观看电子产品,保护其视力,养成良好的用眼姿势,适当眺望远方可以消除眼疲劳。

幼儿园中,幼儿教师应多组织集体活动,多利用短视频进行教学,增加课堂趣味性,激发幼儿的探索能力,促进幼儿的自主学习。比如大班幼儿可以用妈妈的抖音账号录制并发布一些自己的观察、自己对某事件的看法、自然知识科普等,在课堂上展示并讨论,从而扩大幼儿的知识广度,有趣的教学内容也能使师生之间形成良好互动,营造融洽的课堂氛围。

2.3 延迟满足,提高幼儿自我控制力

“延迟满足”是指以放弃当下的即时满足,通过控制自己的行为,以期在等待中获得更好的满足^[4]。当幼儿想要看短视频时,家长可以在其可接受的时间范围下先安排一件家务活或者欣赏一篇小故事之后再使用短视频,在这段时间内,家长时刻关注幼儿的情绪和行为,配合幼儿完成某一项劳动或叙述某一篇故事之后要做出口头或物质鼓励,并且鼓励要及时。倘若幼儿出现等不及的状态时家长要多做鼓励,即将达到忍耐的最大限度时准许使用短视频,这样的方式潜移默化中教会幼儿懂得等待自己需要的东西。家长在幼儿开始使用短视频之前与其商量使用时间,到规定结束的时间要乐意立刻放下手机,倘若没有做到,缩减下一次的视频使用时间或安排一件幼儿不乐意做的事情,进行反向强化,这样的方式有助于幼儿形成良好的自控能力。好的方法能够控制幼儿视频使用的时间,消除幼儿时间焦虑;还能形成良好的生活习惯,拥有积极向上,自信阳光的性格品质;更能增进幼儿与父母之间的有效沟通,建立良好的家庭关系。

2.4 时刻观察,及时回应幼儿需求

需求回应是每个人都渴望与期待的,幼儿观看短视频得需求主要有三个方面:情感需求、角色需求、交往需求。其一,情感需求。许多家长迫于家庭劳务而忽略幼儿,通常幼儿会使用语言或动作博得身边人的关注,若无回应幼儿便会通过相类似的短视频作为一个发泄口,从而沉迷短视频。此类情况需要家长及时关注幼儿的情感需求,时而对幼儿表达自己的爱,在得到幼儿发出的各种信号时也要及时回应,以此满足其需求。其二,角色需求。幼儿丰富的想象力时而使自己变换着身份,家长和教师要时刻观察幼儿阶段性的喜好,从而组织各种游戏活动,满足幼儿对某一人物或某一事物的需求,如幼儿喜欢蜘蛛侠,家长要准备好相关道具和服饰,配合幼儿进行扮演蜘蛛侠的游戏,从而替代幼儿在短视频中获得的快感。其三,交往需求。幼儿大多都是好动的,他们喜欢集体活动,喜欢在室外玩耍,喜欢与人交流,学着大人的模样参与到承认的活动当中,享受被关注和被夸赞的感受,积极的交往回应能够使幼儿感到被尊重,从而树立自信心,有效促进幼儿社会性的发展。

3 结束语

幼儿是国家的未来、民族的希望,幼儿教育是个体身心发展的奠基时期。合理利用短视频对幼儿的成长起着助推作用,但相对思维尚未发展成熟,身心正处于发展阶段的幼儿来讲,不加控制的内容接收或超时超量的使用导致幼儿身体健康、认知发展、社会性交往和行为习惯的改变,对此,合理有效的解决幼儿使用短视频对幼儿教育发挥正向作用,有着重要的实践意义。

参考文献

- [1] 李政葳.我国互联网普及率达76.4%[N].光明日报,2023-08-29(008).
- [2] 中国互联网络信息中心发布第52次《中国互联网络发展状况统计报告》[J].国家图书馆学刊,2023,32(05):13.
- [3] 97.2%[J].传媒,2024,(01):7.
- [4] 羊阳.延迟满足育儿法[J].农家致富,2023(05):62.
- [5] 赵阳.手机“短视频”对幼儿的影响[J].好家长,2019(38):226.
- [6] 沈潇.基于新视角下抖音小视频对幼儿负面影响的分析与思考[J].科普童话,2020(04):138.
- [7] 曹美华.网络环境下幼儿园“微游戏”的有效运用[J].家教世界·现代幼教,2022(8):15-16.
- [8] 阮佳乐.幼儿短视频使用强度与亲子依恋的关系[D].西南大学,2022.