

父母低头行为与幼儿问题性媒体使用的关系： 亲子互动质量和幼儿安全感的中介作用

李泓姣

西华师范大学教育学院, 四川 南充

收稿日期: 2026年9月16日; 录用日期: 2026年10月12日; 发布日期: 2026年10月22日

摘 要

目的: 探讨父母低头行为与幼儿问题性媒体使用的关系及其作用机制, 寻找影响幼儿问题性媒体使用的因素, 为促进幼儿身心健康发展提供实证依据。方法: 使用父母低头行为量表、问题性媒体使用量表-简版、亲子互动质量量表和幼儿安全感量表, 对527名3~6岁幼儿父母展开调研。结果: 1) 父母低头行为与幼儿问题性媒体使用之间存在显著的正相关关系。2) 亲子互动质量和幼儿安全感在父母低头行为与幼儿问题性媒体使用之间均起到部分中介作用, 构成了两条独立的间接影响路径。结论: 父母低头行为越频繁, 亲子互动质量越低, 幼儿安全感越差, 进而导致幼儿问题性媒体使用的风险增高。父母的低头行为不仅直接关联幼儿的问题性媒体使用, 更通过损害亲子互动质量和削弱幼儿安全感两条路径间接加剧了这一问题。

关键词

父母低头行为, 幼儿问题性媒体使用, 亲子互动质量, 幼儿安全感

The Relationship between Parental Phubbing and Problematic Media Use in Young Children: The Mediating Role of Parent-Child Interaction Quality and Young Children's Sense of Security

Hongjiao Li

School of Education, China West Normal University, Nanchong Sichuan

Received: September 16, 2026; accepted: October 12, 2026; published: October 22, 2026

文章引用: 李泓姣(2026). 父母低头行为与幼儿问题性媒体使用的关系: 亲子互动质量和幼儿安全感的中介作用. 心理学进展, 16(10), 271-280. DOI: 10.12677/ap.2026.1610492

Abstract

Objective: To explore the association and underlying mechanism between parental phubbing and problematic media use in young children, identify factors related to children's problematic media use, and provide empirical evidence for promoting children's physical and mental health. **Methods:** A questionnaire survey was conducted among 527 parents of children aged 3~6 using the Parental Phubbing Scale, the Problematic Media Use Measure-Short Form, the Parent-Child Interaction Quality Scale, and the Young Children's Sense of Security Scale. **Results:** 1) Parental phubbing was significantly positively correlated with problematic media use in young children. 2) Both parent-child interaction quality and children's sense of security played significant mediating roles in the association between parental phubbing and children's problematic media use, forming two independent indirect pathways. **Conclusion:** More frequent parental phubbing is associated with lower parent-child interaction quality and a weaker sense of security in young children, which is in turn associated with a higher risk of problematic media use in young children. Parental phubbing is not only directly associated with problematic media use in young children, but is also indirectly associated with an increased risk through two pathways: impairing parent-child interaction quality and weakening young children's sense of security.

Keywords

Parental Phubbing, Problematic Media Use in Young Children, Quality of Parent-Child Interaction, Young Children's Sense of Security

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

幼儿问题性媒体使用指儿童时期过度使用屏幕媒体而导致干扰家庭生活、学业成就或社会性发展的行为(Domoff et al., 2019), 亦是不利于幼儿社会适应和身心和谐发展的行为。在互联网已深度嵌入日常生活的当下, 当代幼儿作为典型的“数字原住民”, 其成长轨迹与数字技术密不可分。2024年发布的《第6次全国未成年人互联网使用情况调查报告》显示, 我国未成年人互联网普及率已达97.3%, 用网低龄化趋势愈发显著。由于幼儿的自我控制能力有限、认知发展尚未成熟以及受家庭环境与养育方式的影响, 幼儿往往难以有效管控自身的媒体使用行为, 因而容易出现因过度依赖或不当使用媒体而产生的问题性媒体使用行为。这种不当使用媒体的方式不仅容易导致幼儿视力下降、睡眠紊乱等直接生理问题, 还会对其情绪调控、心理健康及社交能力的发展产生持续的负面影响(Moon et al., 2016; Chang et al., 2022; Dharmayanti et al., 2019)。幼儿问题性媒体使用受多种因素的影响, 包括同伴关系、个体特质和家庭因素(Rhodes & Brickman, 2008; Domoff et al., 2020; 刘千明, 2025; Zhang et al., 2024), 其中家庭是影响幼儿问题性媒体使用产生的最关键因素。《中华人民共和国学前教育法》第二十条明确规定: 家庭和幼儿园应当教育学前儿童正确合理使用网络和电子产品, 控制其使用时间¹, 这强调了家园协同在帮助幼儿建立健康数字使用习惯方面的重要性。然而, 当前幼儿媒体使用的现实与《中华人民共和国学前教育法》中的目标并不一致, 2022年的一项研究数据显示, 364名幼儿中有77名幼儿被归类为“问题性媒体使用者”(Abdullah

¹https://www.gov.cn/yaowen/liebiao/202411/content_6985752.htm

et al., 2022), 改善幼儿问题性媒体使用迫在眉睫。与此同时,《学龄前儿童(3~6岁)运动指南》也指出,应尽量减少幼儿的久坐行为,每天的媒体时间应控制在1小时以内(关宏岩等, 2020)。但现有研究表明幼儿平均每天在媒体上花费大约两个小时(Radesky et al., 2020),且屏幕时间的增加会显著提高问题性媒体使用的风险(Polat, 2025)。因此,为了预防并减少幼儿问题性媒体使用,必须对其现状保持高度重视,并深入了解其背后的作用机制。

父母低头行为即父母在与孩子互动期间专注于手机,无心照顾孩子,忽视与孩子交流和回应孩子需求的现象(丁倩等, 2020)。家庭系统理论指出,家庭作为一个动态且相互关联的整体系统,家庭成员间的关系与互动对个体发展具有深远影响(Bowen, 1993)。父母低头行为会分散父母的认知资源,父母无法及时回应孩子的需求,导致亲子互动的回应性降低,父母与子女的亲密性受到影响,进而增加问题性媒体使用的发生概率(Cox & Paley, 2003)。社会学习理论进一步指出,父母作为幼儿最为亲近的接触者与示范者,对幼儿的成长和发展具有直接影响(Bandura, 1978)。随着城市化进程加快,手机逐渐成为父母工作、生活及娱乐的主要载体,父母对手机的持续关注会对幼儿产生负面的示范效应,增强儿童对父母手机依赖行为的认同感、使幼儿模仿父母低头行为,进而沉溺于屏幕媒介。这种对虚拟世界的沉溺会挤占幼儿的现实社交空间,导致幼儿缺乏社会交往锻炼机会,进而出现社会退缩、人际沟通障碍和精神焦虑等问题行为(Pulkki-Råback et al., 2022)。问题性媒体使用交互理论认为,儿童问题性媒体使用并非单一因素导致,而是多层次、多方面的因素共同作用的结果,其中父母低头行为被视为一个关键的近端因素,影响幼儿的媒体使用行为(Domoff et al., 2020)。基于此,本研究提出研究假设1:父母低头行为能够显著正向预测幼儿问题性媒体使用。

亲子互动是父母与子女之间在情感与行为上的相互作用(周机利等, 2020),既包括养育者对儿童信号、不安情绪及社会认知发展的回应与培养(丁美琦等, 2018),也体现为个体所感知的与父母的具体沟通行为(Jackson et al., 1998),亲子互动质量即是对亲子交往融洽程度的测量。交互理论认为亲子互动是影响幼儿社会情绪发展与行为适应的重要维持因素,高质量的亲子互动能够助推儿童社交能力的发展,而线下现实中发展出的良好社交能力,成为抑制儿童问题性媒体使用的重要保护性因素(Kay & Saglam, 2025)。同时,取代假设理论认为个体在社交媒体上投入的时间可能会挤占其现实社交活动的时间,从而对现实社交产生替代效应,即父母投入大量时间在移动设备上会相应减少投入到与孩子互动中的时间,这可能会给亲子互动带来消极的影响(Burgoon, 1993; Coyne et al., 2014)。而低质量的亲子互动会促使儿童将媒体用作逃避负面家庭互动的情感调节工具,或因情感联结缺失而转向屏幕寻求替代性满足,进而产生更多的问题行为(Swit et al., 2023)。基于此,本研究提出研究假设2:亲子互动质量在父母低头行为和幼儿问题性媒体使用间发挥中介作用。

除了亲子互动质量以外,幼儿安全感同样是影响幼儿发展与行为适应的关键因素。安全感指幼儿心理客观存在的一种主观感受,它受主体经验及外界环境的影响,表现为对自我及外界的有力掌控感以及能从恐惧和焦虑脱离出来的信心和自由的感觉(洪艳丽, 2012)。依恋理论指出,幼儿与照顾者之间存在着特殊的情感纽带,当照顾者能够满足幼儿的情感需求和给幼儿提供安全场所时,幼儿会获得更多安全感,进而推动认知能力与情绪调节能力的良性发展(Brumariu, 2015)。Shawcroft等人的研究证实,婴儿期的依恋安全性能显著预测其在幼儿期较低水平的问题性媒体使用,儿童早期建立的安全依恋关系通过提升情绪调节能力、自主感与对照顾者的信任感,减少儿童依赖媒体作为安慰或转移注意力的需求(Shawcroft et al., 2024)。已有研究表明,父母低头行为会对幼儿安全感的形成与发展产生显著负向作用。父母因专注于电子设备而分散对幼儿的关注,难以敏锐捕捉并及时回应幼儿的非语言情感信号,这种情感回应的缺失会削弱幼儿的内在安全感(Schoenrock et al., 1999)。根据负强化情绪加工模型,个体在面对负面情绪时,会倾向于采取某些行为以缓解情绪不适,对于认知与情绪调节能力尚不成熟的幼儿而言,媒体使用往往

是其消解负面情绪的主要途径之一(Coyne et al., 2021)。这类情绪调节导向的媒体使用行为, 不仅会加剧幼儿对媒体的依赖程度、提高问题性媒体使用的风险, 长期来看还会对幼儿的身心健康发展产生不良影响。基于此, 本研究提出研究假设 3: 幼儿安全感在父母低头行为和幼儿问题性媒体使用间起中介作用。

2. 方法

2.1. 研究对象

采用方便取样法, 对西南地区 3~6 岁幼儿父母开展问卷调查。共发放问卷 559 份, 有效问卷 527 份, 问卷回收有效率为 94.28%。其中, 男孩 276 名(占比 52.4%), 女孩 251 名(占比 47.6%)。幼儿年龄, 3~4 岁 120 名(占比 22.8%), 4~5 岁 154 名(占比 29.2%), 5~6 岁 253 名(占比 48%)。独生子女 179 名(占比 34%), 非独生子女 348 名(占比 66%)。填表人为父亲 85 名(占比 16.1%), 填表人为母亲 442 名(占比 83.9%)。父母受教育水平, 初中及以下 162 名(占比 30.7%), 中专或高中 148 名(占比 28.1%), 大专或本科及以上 217 名(占比 41.2%)。家庭月收入情况, 3000 元以下 35 名(占比 6.6%), 3000~5000 元 109 名(占比 20.7%), 5000~10,000 元 165 名(占比 31.3%), 10,000 元以上 89 名(占比 16.9%), 无固定月收入 129 名(占比 24.5%)。

2.2. 研究工具

2.2.1. 父母低头行为量表

本研究采用丁倩等学者 2020 年翻译并修订的父母低头行为量表(Phubbing Scale), 原量表由美国学者 Roberts 等人编制。该量表是单维度, 共有 9 个题项, 采用李克特 5 点计分法(1 = 非常不符合, 5 = 非常符合)。所得分值越高表示父母低头行为水平越高。在本研究中, 父母低头行为量表的 Cronbach's α 系数为 0.827, 信度良好。

2.2.2. 问题性媒体使用量表 - 简版

对幼儿问题性媒体使用的调查采用 Domoff 于 2019 年编制的由家长填写的问题性媒体使用量表 - 简版(Problematic Media Use Measure Short Form, PMUM-SF)。该量表共有 9 个项目, 采用李克特式 5 点计分法(1 = 从不, 5 = 总是), 得分越高, 表示幼儿的问题性媒体使用程度越严重。在本研究中, 问题性媒体使用量表 - 简版的 Cronbach's α 系数为 0.922, 内部一致性信度优异。

2.2.3. 亲子互动质量量表

亲子互动质量采用布里根斯亲子互动量表(Briggs Parent-Child Interaction Scale, BPCIS)评估, 原量表由 Frances Page Glascoe 编制, 用于监测亲子互动过程并提供教养指导。本研究使用我国学者张尧修订的中文版本, 修订后的量表共包含 18 个项目, 采用李克特 3 点计分(1 = 很少, 3 = 经常), 得分越高说明亲子互动质量越好。在本研究中, 亲子互动质量量表的 Cronbach's α 系数为 0.729, 信度良好。

2.2.4. 幼儿安全感量表

关于幼儿安全感的评价, 采用学者洪艳丽编制的幼儿安全感量表。该量表共包含 28 个条目, 涵盖亲子安全感、师生安全感、公共安全感、能力感、怯生感和独立感 6 个维度, 采用李克特 5 点计分(1 = 从不, 5 = 总是)。原量表得分越高, 表示幼儿安全感水平越低。本研究将所有题目反向计分, 因此得分越高, 幼儿安全感水平越高。在本研究中, 幼儿安全感量表的 Cronbach's α 系数为 0.928, 内部一致性信度优异。

2.3. 数据分析

在问卷发布前向幼儿园园长说明本次研究的目的与内容, 在取得同意之后, 由主班老师将问卷链接

发送至班级群内，此过程由学前教育学研究生统一告知家长填写注意事项，并统一回收和核查问卷。首先对父母低头行为、幼儿问题性媒体使用、亲子互动质量和幼儿安全感等核心变量进行数据录入、整理，其次采用 SPSS 26.0 进行描述统计和各变量间的相关分析，最后使用 Hayes Process 插件、Bootstrap 抽样法对所构建的中介模型进行检验。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

由于本研究数据均来源于父母评价，为检验共同方法偏差，采用 Harman 单因素检验本研究是否存在共同方法偏差。结果表明，特征根大于 1 的因子共 15 个，其中第一个因子的解释率为 20.58%，低于临界值 40%，表明本研究中不存在明显的共同方法偏差，所获数据可用于后续的统计分析(汤丹丹，温忠麟，2020)。

3.2. 幼儿问题性媒体使用的现状及其差异性分析

研究结果显示，幼儿问题性媒体使用总体均分为 2.042，表明幼儿问题性媒体使用总体处于中等偏下的水平。经差异性分析发现(如表 1)，在年龄变量上，幼儿问题性媒体使用存在显著性差异，5~6 岁的幼儿问题性媒体使用水平显著高于 4~5 岁的幼儿；在家庭月收入水平上，家庭月收入为 3000~5000 元的幼儿问题性媒体使用水平显著高于家庭月收入水平为 5000~10,000 元以及 10,000 元以上的幼儿。而在性别、是否独生、生源地、父母学历等变量上均不存在显著性差异。

Table 1. Current status and differences of problematic media use in young children
表 1. 幼儿问题性媒体使用的现状及差异性分析

维度	分组	M	SD	F	p	LSD
幼儿年龄	3~4 岁	1.99	0.66	3.486*	0.031	3 > 2
	4~5 岁	1.95	0.72			
	5~6 岁	2.12	0.71			
家庭月收入水平	3000 元以下	2.15	0.61	2.681*	0.031	2 > 3.4
	3000~5000 元	2.17	0.72			
	5000~10,000 元	1.96	0.65			
	10,000 元以上	1.92	0.63			
	无固定月收入	2.10	0.81			

注：*表示相关显著性 $p < 0.05$ ，**表示 $p < 0.01$ ，***表示 $p < 0.001$ 。

3.3. 描述性统计和相关性分析

采用描述性统计和皮尔逊相关分析，考察父母低头行为、亲子互动质量、幼儿安全感和幼儿问题性媒体使用 4 个变量的均值、标准差及相关性，结果见表 2。根据表 2 可知：父母低头行为与幼儿问题性媒体使用呈显著正相关($r = 0.43, p < 0.001$)，亲子互动质量与幼儿问题性媒体使用呈显著负相关($r = -0.23, p < 0.001$)，幼儿安全感和幼儿问题性媒体使用呈显著负相关($r = -0.43, p < 0.001$)。此外因幼儿年龄、性别、填表人、父母学历、家庭结构和独生子女情况与本研究中的主要变量呈显著相关，所以在后续的中介效应检验中将其作为控制变量纳入分析中。

Table 2. Descriptive statistical results and correlation analysis of each study variable
表 2. 各研究变量的描述性统计结果及相关分析

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1) 性别	1										
2) 年龄	-0.11*	1									
3) 独生子女	0.03	0.18***	1								
4) 填表人	0.07	-0.11*	0.10*	1							
5) 父母学历	0.04	-0.25***	-0.24***	-0.02	1						
6) 家庭结构	-0.02	0.00	0.03	-0.06	-0.10*	1					
7) 月收入情况	-0.06	-0.01	0.06	0.00	-0.01	0.03	1				
8) 父母低头行为	0.07	0.03	-0.04	0.09*	0.02	-0.01	-0.04	1			
9) 亲子互动质量	0.11**	-0.23***	-0.14**	0.10*	0.33***	-0.09*	-0.01	-0.17***	1		
10) 幼儿安全感	-0.02	0.09*	0.10*	-0.03	0.04	-0.03	0.02	-0.32***	0.13**	1	
11) 问题性媒体使用	-0.02	0.09*	-0.05	-0.01	-0.09*	0.13**	-0.04	0.43***	-0.23***	-0.43***	1
<i>M</i>	1.48	2.25	1.66	1.84	2.11	1.17	3.32	2.50	2.50	3.79	2.04
<i>SD</i>	0.50	0.80	0.47	0.37	0.85	0.59	1.23	0.62	0.24	0.57	0.71

注：*表示相关显著性 $p < 0.05$ ，**表示 $p < 0.01$ ，***表示 $p < 0.001$ 。

3.4. 亲子互动质量和幼儿安全感的中介模型检验

表 2 描述了父母低头行为、幼儿问题性媒体使用、亲子互动质量和幼儿安全感两两显著相关，符合进一步对亲子互动质量和幼儿安全感进行中介效应检验的统计学要求。在 SPSS 26.0 中使用 PROCESS 宏程序，选用 Model 4 来分析亲子互动质量和幼儿安全感在父母低头行为和幼儿问题性媒体关系中的中介作用，重复取样次数约定为 5000 次，并计算 Bootstrap 95%置信区间。

具体路径结果显示：父母低头行为显著负向预测亲子互动质量($\beta = -0.074, p < 0.001$)，显著负向预测幼儿安全感($\beta = -0.298, p < 0.001$)；父母低头行为可直接显著正向预测幼儿问题性媒体使用($\beta = 0.346, p < 0.001$)；亲子互动质量显著负向预测幼儿问题性媒体使用($\beta = -0.302, p < 0.05$)，幼儿安全感显著负向预测幼儿问题性媒体使用($\beta = -0.401, p < 0.001$)。详见图 1 所示。

研究采用 Bootstrap 法对中介效应的显著性进行检验，中介效应分析结果如表 3 所示，父母低头行为影响幼儿问题性媒体使用的总效应值为 0.487，直接效应值为 0.346，占总效应的 70.96%，总间接效应值为 0.142，占总效应的 29.04%。父母低头行为→亲子互动质量→幼儿问题性媒体使用的中介效应检验显示 95%置信区间为[0.004, 0.046]，不包含 0，表明亲子互动质量在父母低头行为与幼儿问题性媒体使用之间具有部分中介作用，间接效应值为 0.022，占总效应的 4.58%，研究假设 2 获得支持。父母低头行为→幼儿安全感→幼儿问题性媒体使用的中介效应检验显示 95%置信区间为[0.076, 0.170]，不包含 0，表明幼儿安全感在父母低头行为与幼儿问题性媒体使用之间具有部分中介作用，间接效应值为 0.119，占总效应的 24.47%，研究假设 3 获得支持。

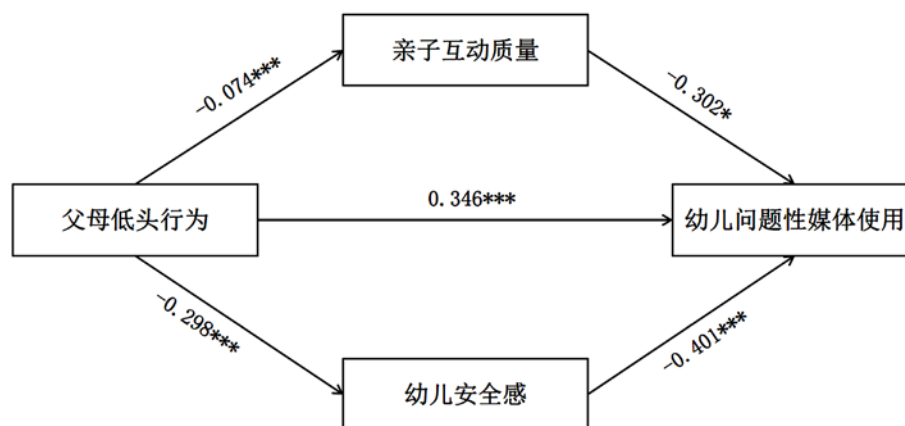


Figure 1. Mediation path diagram of parental phubbing, parent-child interaction quality, young children's sense of security and problematic media use in young children

图 1. 父母低头行为、亲子互动质量、幼儿安全感和幼儿问题性媒体使用的中介作用路径图

Table 3. Mediating effect analysis of parental phubbing and problematic media use in young children

表 3. 父母低头行为与幼儿问题性媒体使用的中介效应分析

	间接效应值	标准误	95% CI 下限	95% CI 上限	中介效应占比
总效应	0.487	0.045	0.399	0.575	100%
直接效应	0.346	0.045	0.258	0.434	70.96%
总间接效应	0.142	0.026	0.094	0.196	29.04%
父母低头行为→亲子互动质量→ 幼儿问题性媒体使用	0.022	0.010	0.004	0.046	4.58%
父母低头行为→幼儿安全感→幼 儿问题性媒体使用	0.119	0.024	0.076	0.170	24.47%

4. 讨论

根据数据分析结果可知, 幼儿问题性媒体使用总体均分为 2.042 分, 表明幼儿问题性媒体使用总体处于中等偏下的水平。这与已有研究结果基本一致。如 2022 年的一项研究数据显示, 364 名幼儿中有 77 名幼儿被归类为“问题性媒体使用者”。此外, 本研究发现幼儿问题性媒体使用在幼儿年龄与家庭月收入情况上存在显著性差异。具体表现为, 年龄越大的幼儿更容易表现出问题性媒体使用。这可能是因为随着幼儿年龄增长, 其自主接触媒体的机会增加, 父母对媒体使用的管控难度逐步提升有关, 进而导致沉迷媒体、戒断困难等问题行为愈发突出(Coyne et al., 2023)。在本研究中, 家庭月收入为 3000~5000 元的幼儿问题性媒体使用水平显著高于家庭月收入水平为 5000~10,000 元以及 10,000 元以上的幼儿。主要原因表现为: 一方面, 中高收入家庭能够为幼儿购置丰富的绘本与益智玩具, 参与早教课程、户外研学等多元活动, 通过丰富的家庭环境与身体活动压缩幼儿的屏幕接触时长, 从而降低了幼儿问题性媒体使用的风险。另一方面, 经济压力引发的父母教养耗竭与低质量陪伴, 是推动低收入家庭幼儿问题性媒体使用的重要风险因素。中低收入水平的家庭, 父母需要面临更高的经济压力, 容易产生育儿倦怠, 因此难以与幼儿开展持续、高质量的亲子互动, 父母往往默许甚至主动提供电子设备以换取育儿便利, 这种“以媒代育”的教养模式会让幼儿逐步形成通过媒体满足情绪安抚、娱乐需求的行为惯性。

父母低头行为能够显著正向预测幼儿问题性媒体使用。这一结果支持了已有父母低头行为与幼儿媒介

沉迷的相关实证研究, 这表明父母低头行为是幼儿问题性媒体使用的重要风险因素(Li et al., 2024)。社会学习理论认为, 学前儿童处于行为观察与模仿的关键发展阶段, 父母作为儿童早期社会化过程中的核心榜样, 其媒体使用行为会通过观察学习机制被儿童主动复刻, 进而形成媒体使用习惯的代际传递(Bandura, 1977; Baumrind, 1971)。其中父母低头行为越频繁, 儿童暴露于不良媒体使用示范下的时间越长, 越容易将面对面互动时分心使用电子设备内化为默认的互动规则, 进而复刻同类媒体使用行为并弱化自身主动调控媒体的意愿, 增加问题性媒体使用的发生风险。此外, 当父母低头行为越频繁时, 亲子互动中的情感回应质量与陪伴敏感度越低, 迫使儿童转向媒体寻求情绪安抚与感官刺激, 加剧儿童的负性情绪体验, 引发焦虑、孤独等负性心理反应(丁倩等, 2018)。因此, 在减少幼儿问题性媒体使用上, 父母低头行为起到不可忽视的作用。

研究发现亲子互动质量在父母低头行为与幼儿问题性媒体使用间起部分中介作用, 研究假设 2 得到支持, 即父母低头行为越频繁, 亲子互动质量水平越低, 进而导致幼儿表现出更多的问题性媒体使用行为。一方面, 取代假设理论认为父母过多地使用手机, 会取代与孩子的亲子互动时间。当父母专注于手机时, 认知资源会被电子设备大量占用, 注意力的持续分散会弱化父母对亲子情感联结的主动维护, 减少温情表达与亲密互动, 降低亲子间的情感亲密性(Konrad et al., 2021)。另一方面, 低质量的亲子互动促使儿童将媒体用作逃避负面家庭互动的情感调节工具, 或因情感联结缺失而转向屏幕寻求替代性满足(Swit et al., 2023)。长此以往, 幼儿缺失了在真实亲子互动中练习社交技能、学习情绪表达的常态化场景, 致使幼儿在面对现实社交场景时感到不自在和焦虑, 最终演变为持续性社会退缩行为(李静静, 丁洁, 2025), 显著提升问题性媒体使用的发生风险。这一中介模型说明父母低头行为能影响亲子互动质量, 从而增加幼儿问题性媒体使用的发生率。

本研究发现幼儿安全感在父母低头行为与幼儿问题性媒体使用间起部分中介作用, 研究假设 3 得到支持, 即父母低头行为越频繁, 幼儿的安全感水平越低, 进而与幼儿更多的问题性媒体使用行为相关。结合依恋理论, 儿童安全感的形成依赖于与主要照顾者建立的稳定、安全与可回应的依恋关系。低头行为越少的父母会花更多时间与子女互动和交流, 从而更容易察觉子女的情感需求和心理不安全状态, 并及时做出积极的回应(McDaniel, 2019; Pancani et al., 2021)。此外, 有研究发现情绪自我调节能力不足是问题性媒体使用的核心风险因素之一, 而情绪调节的发展与儿童在早期亲子关系中获得的安全感密切相关, 儿童早期建立的安全依恋关系通过增强情绪调节、自主性与对照顾者的信任感, 从而减少儿童依赖媒体作为安慰或转移注意力的需求, 进而降低问题性媒体使用的发展风险(Shawcroft et al., 2024; Rega et al., 2023)。这一中介模型亦说明幼儿安全感可作为关键的内在保护性因素, 重视幼儿安全感的培养, 能够有效缓解父母低头行为对幼儿媒体使用带来的负面作用。

本研究针对父母低头行为、幼儿问题性媒体使用与心理健康的内在关联机制开展实证探究, 所得结论可为幼儿心理健康教育相关研究提供一定参考, 但研究仍存在诸多局限, 有待后续成果进一步补充与完善。第一, 研究设计存在局限性, 仅采用横断面设计, 获取单一时间节点数据验证各变量之间的相关关系, 难以验证各变量之间的因果顺序, 未来可采用纵向追踪设计, 通过多阶段、持续性的数据采集, 系统考察不同年龄阶段幼儿的父母低头行为与幼儿问题性媒体使用的发展轨迹, 深入揭示变量间的动态作用机制, 验证检验父母低头行为与幼儿问题性媒体使用在不同发展阶段的动态变化及其对心理健康发展的影响。第二, 本研究选取的样本代表性存在一定局限。样本选取只针对西南地区的幼儿, 地域覆盖范围较单一。由于不同地区的教育资源、教养方式存在显著差异, 因此本研究结论的普适性受到限制。未来可分区域展开调研, 进一步验证研究结果的稳健性与适用性。

5. 结论

研究初步探明了父母低头行为与幼儿问题性媒体使用的关系及其作用机制, 得出了以下结论:

(1) 父母低头行为对幼儿问题性媒体使用具有显著的正向预测作用；(2) 亲子互动质量在父母低头行为与幼儿问题性媒体使用的关联中发挥部分中介作用；(3) 幼儿安全感在父母低头行为与幼儿问题性媒体使用的关联中发挥部分中介作用。

参考文献

- 丁美琦, 许梦雪, 朱宗涵, 关宏岩(2018). 早期亲子互动常用观察法评估量表研究进展. *中国儿童保健杂志*, 26(6), 641-644.
- 丁倩, 孔令龙, 张永欣, 周宗奎, 胡伟(2018). 父母“低头族”与初中生手机成瘾的交叉滞后分析. *中国临床心理学杂志*, 26(5), 952-955.
- 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.
- 关宏岩, 赵星, 屈莎, 吴建新, 杨玉凤, 郭建军, 等(2020). 学龄前儿童(3-6岁)运动指南. *中国儿童保健杂志*, 28(6), 714-720.
- 洪艳丽(2012). 3-6岁幼儿安全感量表的编制. 硕士学位论文, 南昌: 江西师范大学.
- 李静静, 丁洁(2025). 家庭嘈杂度对幼儿社会退缩行为的影响: 父母低头行为与幼儿媒介沉迷的链式中介作用. *陕西学前师范学院学报*, 41(5), 67-77.
- 刘千明(2025). 幼儿气质与问题性媒体使用: 数码自我调节的中介作用与父母数码调解的调节作用. 硕士学位论文, 上海: 上海师范大学.
- 汤丹丹, 温忠麟(2020). 共同方法偏差检验: 问题与建议. *心理科学*, 43(1), 215-223.
- 周机利, 黄海, 陈银杏, 胡梦岩, 周春燕(2020). 父母手机使用对儿童语言和行为发育的影响. *中国学校卫生*, 41(3), 471-476.
- Abdullah, N. N., Mohamed, S., Abu Bakar, K., & Satari, N. (2022). The Influence of Sociodemographic Factors on Mobile Device Use among Young Children in Putrajaya, Malaysia. *Children*, 9, Article 228. <https://doi.org/10.3390/children9020228>
- Bandura, A. (1977). Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84, 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (1978). Social Learning Theory of Aggression. *Journal of Communication*, 28, 12-29. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1978.tb01621.x>
- Baumrind, D. (1971). Current Patterns of Parental Authority. *Developmental Psychology Monographs*, 4, 1-103. <https://doi.org/10.1037/h0030372>
- Bowen, M. (1993). *Family Therapy in Clinical Practice*. Bloomsbury Publishing PLC.
- Brumariu, L. E. (2015). Parent-Child Attachment and Emotion Regulation. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2015, 31-45. <https://doi.org/10.1002/cad.20098>
- Burgoon, J. K. (1993). Interpersonal Expectations, Expectancy Violations, and Emotional Communication. *Journal of Language and Social Psychology*, 12, 30-48. <https://doi.org/10.1177/0261927x93121003>
- Chang, F. C., Chiu, C. H., Chen, P. H., Chiang, J. T., Miao, N. F., Chuang, H. Y. et al. (2022). Smartphone Addiction and Victimization Predicts Sleep Problems and Depression among Children. *Journal of Pediatric Nursing*, 64, e24-e31. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.01.009>
- Cox, M. J., & Paley, B. (2003). Understanding Families as Systems. *Current Directions in Psychological Science*, 12, 193-196. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.01259>
- Coyne, S. M., Padilla-Walker, L. M., Fraser, A. M., Fellows, K., & Day, R. D. (2014). “Media Time = Family Time”. *Journal of Adolescent Research*, 29, 663-688. <https://doi.org/10.1177/0743558414538316>
- Coyne, S. M., Rogers, A., Holmgren, H. G., Booth, M. A., Van Alfen, M., Harris, H. et al. (2023). Masters of Media: A Longitudinal Study of Parental Media Efficacy, Media Monitoring, and Child Problematic Media Use across Early Childhood in the United States. *Journal of Children and Media*, 17, 318-335. <https://doi.org/10.1080/17482798.2023.2200958>
- Coyne, S. M., Shawcroft, J., Gale, M., Gentile, D. A., Etherington, J. T., Holmgren, H. et al. (2021). Tantrums, Toddlers and Technology: Temperament, Media Emotion Regulation, and Problematic Media Use in Early Childhood. *Computers in Human Behavior*, 120, Article ID: 106762. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106762>
- Dhamayanti, M., Dwiwina, R. G., & Adawiyah, R. (2019). Influence of Adolescents' Smartphone Addiction on Mental and

- Emotional Development in West Java, Indonesia. *Majalah Kedokteran Bandung*, 51, 46-52. <https://doi.org/10.15395/mkb.v51n1.1577>
- Domoff, S. E., Borgen, A. L., & Radesky, J. S. (2020). Interactional Theory of Childhood Problematic Media Use. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2, 343-353. <https://doi.org/10.1002/hbe2.217>
- Domoff, S. E., Harrison, K., Gearhardt, A. N., Gentile, D. A., Lumeng, J. C., & Miller, A. L. (2019). Development and Validation of the Problematic Media Use Measure: A Parent Report Measure of Screen Media “Addiction” in Children. *Psychology of Popular Media Culture*, 8, 2-11. <https://doi.org/10.1037/ppm0000163>
- Jackson, S., Bijstra, J., Oostra, L., & Bosma, H. (1998). Adolescents' Perceptions of Communication with Parents Relative to Specific Aspects of Relationships with Parents and Personal Development. *Journal of Adolescence*, 21, 305-322. <https://doi.org/10.1006/jado.1998.0155>
- Kay, M. A., & Saglam, M. (2025). As Predictives of Digital Game Addiction in Early Childhood; Digital Parenting, Family Relations and Social Competence. *Annales Médico-Psychologiques*, 183, 429-438. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2024.11.003>
- Konrad, C., Hillmann, M., Rispler, J., Niehaus, L., Neuhoﬀ, L., & Barr, R. (2021). Quality of Mother-Child Interaction before, during, and after Smartphone Use. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 616656. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.616656>
- Li, X., Fu, Y., Weng, W., Liu, M., & Li, Y. (2024). Maternal Phubbing and Problematic Media Use in Preschoolers: The Independent and Interactive Moderating Role of Children’s Negative Affectivity and Effortful Control. *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 3083-3100. <https://doi.org/10.2147/prbm.s471208>
- McDaniel, B. T. (2019). Parent Distraction with Phones, Reasons for Use, and Impacts on Parenting and Child Outcomes: A Review of the Emerging Research. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1, 72-80. <https://doi.org/10.1002/hbe2.139>
- Moon, J. H., Kim, K. W., & Moon, N. J. (2016). Smartphone Use Is a Risk Factor for Pediatric Dry Eye Disease According to Region and Age: A Case Control Study. *BMC Ophthalmology*, 16, Article No. 188. <https://doi.org/10.1186/s12886-016-0364-4>
- Pancani, L., Gerosa, T., Gui, M., & Riva, P. (2021). “Mom, Dad, Look at Me”: The Development of the Parental Phubbing Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38, 435-458. <https://doi.org/10.1177/0265407520964866>
- Polat, P. (2025). Examining the Relationship between Problematic Media Use and Screen Time in Children Aged 5-6. *Cukurova University Faculty of Education Journal*, 54, 715-738. <https://doi.org/10.14812/cuefd.1671077>
- Pulkki-Råback, L., Barnes, J. D., Elovainio, M., Hakulinen, C., Sourander, A., Tremblay, M. S. et al. (2022). Parental Psychological Problems Were Associated with Higher Screen Time and the Use of Mature-Rated Media in Children. *Acta Paediatrica*, 111, 825-833. <https://doi.org/10.1111/apa.16253>
- Radesky, J. S., Weeks, H. M., Ball, R., Schaller, A., Yeo, S., Durnez, J. et al. (2020). Young Children’s Use of Smartphones and Tablets. *Pediatrics*, 146, e20193518. <https://doi.org/10.1542/peds.2019-3518>
- Rega, V., Gioia, F., & Boursier, V. (2023). Problematic Media Use among Children up to the Age of 10: A Systematic Literature Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20, Article 5854. <https://doi.org/10.3390/ijerph20105854>
- Rhodes, M., & Brickman, D. (2008). Preschoolers’ Responses to Social Comparisons Involving Relative Failure. *Psychological Science*, 19, 968-972. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02184.x>
- Schoenrock, C. J., Bell, N. J., Sun, S., & Avery, A. W. (1999). Family Correlates of Adolescent Self-Monitoring and Social Competence. *The Journal of Psychology*, 133, 377-393. <https://doi.org/10.1080/00223989909599750>
- Shawcross, J., Coyne, S. M., Linder, L., Clifford, B. N., & McDaniel, B. T. (2024). Attachment Security and Problematic Media Use in Infancy: A Longitudinal Study in the United States. *Infancy*, 29, 137-154. <https://doi.org/10.1111/inf.12570>
- Swit, C. S., Coyne, S. M., Shawcross, J., Gath, M., Barr, R., Holmgren, H. G. et al. (2023). Problematic Media Use in Early Childhood: The Role of Parent-Child Relationships and Parental Wellbeing in Families in New Zealand and the United States. *Journal of Children and Media*, 17, 443-466. <https://doi.org/10.1080/17482798.2023.2230321>
- Zhang, J., Liu, M., Zhang, Q., & Li, Y. (2024). Mother Phubbing and Child Problematic Media Use: The Role of Mother-Child Relationship and Paternal Coparenting. *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 3327-3339. <https://doi.org/10.2147/prbm.s431065>