

社会工作介入农村留守儿童网络成瘾的防与治

高 静*, 许海鹏

广西科技大学人文艺术与设计学院, 广西 柳州

收稿日期: 2026年5月7日; 录用日期: 2026年8月13日; 发布日期: 2026年8月21日

摘 要

农村留守儿童网络成瘾问题是数字时代下传统留守困境的新变体。在亲子分离与隔代监护的结构性背景下, 手机从“通讯工具”演变为“电子保姆”, 从“社交媒介”异化为“情感替代品”。文章基于社会工作“人在情境中”的理论视角, 将农村留守儿童网络成瘾置于家庭功能弱化、学校支持不足、社区文化贫瘠的多重系统之中进行考察, 提出“防”与“治”二元并重、互为支撑的干预框架。“防”着眼于重建儿童与周围环境的联结, 通过替代性活动供给、家庭数字素养教育、社区氛围营造, 构建抵御网络依赖的保护网; “治”则聚焦已陷入成瘾的个体, 运用个案管理、小组工作、家庭治疗等方法进行精准干预。研究认为, 社会工作介入的核心不是简单地“断网”或“禁玩”, 而是在承认网络已然嵌入留守儿童日常生活的前提下, 帮助其重建自我控制能力, 恢复与真实世界的情感联结, 实现“开一面网”而非“一禁了之”。

关键词

农村留守儿童, 网络成瘾, 社会工作介入, 预防与治疗, 生态系统视角

Social Work Intervention in the Prevention and Treatment of Internet Addiction among Rural Left-Behind Children

Jing Gao*, Haipeng Xu

School of Humanities, Arts and Design, Guangxi University of Science and Technology, Liuzhou Guangxi

Received: May 7, 2026; accepted: August 13, 2026; published: August 21, 2026

Abstract

The problem of Internet addiction among rural left-behind children is a new variant of the traditional

*通讯作者。

文章引用: 高静, 许海鹏. 社会工作介入农村留守儿童网络成瘾的防与治[J]. 社会科学前沿, 2026, 15(8): 503-509.
DOI: 10.12677/ass.2026.158684

left-behind dilemma in the digital era. Under the structural background of parent-child separation and intergenerational monitoring, mobile phones have evolved from “communication tools” to “electronic nannies” and from “social media” to “emotional substitutes”. Based on the theoretical perspective of “people in the situation” of social work, this article examines the Internet addiction of rural left-behind children in the multi-system of weak family function, insufficient school support and poor community culture, and puts forward an intervention framework that attaches equal importance to “prevention” and “treatment”, with the two supporting each other. “Prevention” focuses on rebuilding the connection between children and the surrounding environment, and building a protective network to resist network dependence through the supply of alternative activities, family digital literacy education, and community atmosphere creation; “treatment” focuses on individuals who have fallen into addiction, and uses case management, group work, family treatment and other methods for precise intervention. The study believes that the core of social work intervention is not simply “disconnecting the network” or “prohibiting play”, but helping them rebuild their self-control ability, restore their emotional connection with the real world, and realize “opening a network” rather than “banning” under the premise that the Internet has been embedded in the daily life of left-behind children.

Keywords

Rural Left-Behind Children, Internet Addiction, Social Work Intervention, Prevention and Treatment, Ecosystem Perspective

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

1.1. “网络成瘾”概念界定

目前学术界对“网络成瘾”尚未形成统一、唯一的标准化定义,学界存在三条主流研究脉络:一是医学成瘾视角,将过度上网界定为行为成瘾障碍,以失控性使用、耐受提升、戒断反应、现实功能受损四大核心症状作为判别标准;二是社会心理视角,不将过度上网视作独立病症,而是个体情感缺失、社会支持不足催生的代偿行为;三是媒介研究视角,区分工具性合理上网与成瘾性病态上网,强调成瘾判定不能仅依靠上网时长,需结合使用动机、学习生活、人际关系受损程度综合评判。现有研究存在两处核心分歧:其一,成瘾判定标准之争,部分研究简单以每日上网时长划分成瘾群体,另一部分学者认为时长仅为表象,现实功能受损才是核心判定依据;其二,成因归因分歧,部分研究将成瘾归因于青少年自控缺陷,生态系统类研究则主张家庭、学校、社区结构性短板是底层诱因。本文立足社会工作生态系统理论,采用功能损害导向定义网络成瘾:个体无法自主管控网络使用行为,长期过度上网造成学业荒废、亲子与同伴关系破裂、身心健康下滑,即便知晓负面后果仍难以减少上网行为。

1.2. 网络对留守儿童的双重影响

过往多数相关研究片面聚焦网络消极危害,存在全盘“问题化”网络的局限,本文辩证看待网络作为工具的双重价值。积极层面:第一,网络搭建跨地域情感沟通渠道,视频通话、短视频能够维系务工父母与留守子女的亲子联结,缓解亲子分离带来的孤独;第二,网络弥补农村教育资源短板,线上课程、科普内容拓宽儿童信息获取渠道;第三,网游、线上社群提供低成本社交载体,帮助留守儿童获取同辈

群体归属感。消极层面：短视频、竞技游戏依靠即时反馈机制极易催生行为依赖；长期屏幕使用损伤视力、扰乱睡眠；碎片化信息弱化深度思考能力；无过滤网络环境易推送低俗、暴力内容，加剧儿童心理偏差。本文不将网络视为负面客体，认为网络依赖本质是个体与外部环境失衡衍生的适应性问题。

当“父母缺席”与“手机在场”同时成为农村留守儿童生活的常态，一个令人忧虑的社会事实逐渐浮现：网络成瘾正在成为继安全失保、监护失调、心理失衡之后，留守儿童面临的又一突出困境。在广大农村地区，留守儿童“拿着手机躺在床上”的画面，已然取代了过去“在田间地头奔跑”的景象。

这一问题的严峻性首先体现为惊人的普遍性。2025年浙江大学“星光屏护”项目团队在四川凉山越西县15所学校的筛查显示，当地约1万名中小学生中，屏幕过度暴露现象十分突出。学术研究同样证实，与非留守儿童相比，农村留守儿童更可能发生网络成瘾，且亲子分离时间越长，网络成瘾的风险越高[1]。手机，这台本应服务于人的通讯工具，正在成为许多留守儿童“最忠实的陪伴者”——而问题恰恰在于，这种陪伴是孤独的，是算法的，是脱离真实人际互动的。

农村留守儿童网络成瘾的发生机理有其特殊性。在一般意义上，儿童网络成瘾通常被归因于自控能力不足。然而，对于留守儿童而言，自控不足只是问题的表层，深层原因在于困境催生的“补偿性依赖”。当父母长期缺位、祖辈监护能力有限、学校和社区难以提供充分的课外活动时，手机便以其便捷性、即时满足性和低门槛特质，填补了留守儿童生活中情感陪伴、娱乐消遣、社交连接的多重空白。换言之，留守儿童对网络的沉溺，从来不是一个单纯的“技术问题”或“意志力问题”，而是一个深嵌于家庭、学校、社区三重环境之中的社会性困境。

社会工作的介入价值由此凸显。与医学模式将网瘾视为“病症”进行“戒断”不同，与学校教育侧重“管制”和“说教”相异，社会工作强调“人在情境中”的生态系统理论视角。该理论强调生态环境或人的生存系统在分析和理解人的行为时的重要性，认为个人的问题产生与所处的社会环境有关[2]。它关注的不仅是个体行为的矫正，更是个体与环境之间关系的修复。“网”开一面——这个化用自“网开一面”的标题，正是要传达这样一种立场：面对农村留守儿童网络成瘾，社会工作的任务不是将网络斩尽杀绝，而是在家庭陪伴缺失、社区生活单调的现实情境中，帮助儿童找到屏幕之外的生活意义，为其打开一扇通往真实世界的窗口。

2. 农村留守儿童网络依赖的归因分析

2.1. 家庭系统：监护缺位与情感补偿

农村留守儿童的首要特征是亲子分离。父母一方或双方外出务工，使得家庭这一儿童成长最核心的支持系统出现结构性缺口。在监护类型上，绝大多数留守儿童由祖父母或外祖父母照料，形成典型的“隔代监护”格局。这种监护模式存在两个突出问题：其一，祖辈受年龄、身体状况和文化水平的限制，在儿童日常行为管理上力不从心；其二，祖辈对手机等数字产品认知有限，面临显著的“数字鸿沟”，难以对孙辈的屏幕使用进行有效的引导和监督。有研究形象地将隔代监护的困境概括为“不会管、管不了”。

更为关键的是，父母缺位带来的不是管理的“真空”，而是情感的“空洞”。儿童有天然的依恋需求和情感交流需求。当较低一个层次的需求相对得到满足了，则人就会向更高一个层次的需求予以追求，追求更高层次需求是人类行为的驱使动力[3]。当这些需求在现实生活中得不到满足时，手机所提供的短视频、网络游戏、社交软件便成为情感补偿的便捷途径。有学者扎根研究发现，“躺在床上玩手机”已成为农村留守儿童生活的典型写照，手机在周末和假期几乎成了他们“整日形影不离的玩伴”。值得警惕的是，部分外出务工的父母出于愧疚心理，会主动为孩子购买性能更好的手机、充值游戏点券，将物质补偿误认为情感补偿，无意间加剧了孩子对网络世界的依赖。

2.2. 学校系统：管理限度的客观存在

学校是留守儿童在校期间最重要的活动场域。然而，面对网络成瘾这一课后和校外发生的行为，学校的干预能力存在天然限度。

一方面，农村学校在课余活动供给上普遍不足。受宏观经济与社会发展水平的影响，教育发展最显著的不平衡体现在城乡教育之间的差距，受制于师资配备、场地条件和经费限制，许多农村中小学难以提供丰富多样的体育、艺术、科技类课外活动[4]。当“四点半放学后”到“晚饭前”这段时间成为管理的空白地带，手机便自然填补了进来。一些学校虽然明令禁止学生携带手机进校园，但“校园外”和“假期中”的时间依然难以触及。

另一方面，农村学校在媒介素养教育方面相对薄弱。学校是青少年最主要的活动场所和生活环境，一个健康的学校环境对青少年的成长和发展尤为重要[5]。现有课程体系中，信息技术课往往侧重于计算机操作技能的教学，而较少涉及如何认识网络、如何管理使用时间、如何辨别网络信息等内容。当儿童缺乏对网络本质的认知时，他们更倾向于将手机视为纯粹的“娱乐工具”，而非需要理性使用的“学习工具和生活工具”。

2.3. 社会系统：文化空间匮乏与网络“再嵌入”

在更宏观的社会层面，农村留守儿童网络成瘾的蔓延，折射出乡村公共文化空间萎缩的深层困境。不少农村地区，适合儿童的文体设施和活动场所极度匮乏。健身器材多为成人设计，图书室的藏书更新缓慢，传统的村落游戏在“空心化”进程中逐渐失传。在这样的环境中，网络实际上充当了留守儿童“再嵌入”社会的一种方式——他们通过游戏与同辈建立联系，通过短视频感知外部世界，通过社交媒体维持与远方父母的沟通。

有学者指出，网络游戏在留守儿童生活中无意识扮演着“公共社交功能”[6]。当一个村庄里几乎所有孩子都在玩某款手机游戏时，“不玩”意味着被排除在同伴交流之外。换言之，网络成瘾不仅是“个体失控”的行为，更是一种“集体现象”，它是留守儿童在现实社会参与渠道狭窄的情况下，选择的一种替代性方案。

2.4. 留守儿童网络使用群体亚群体差异与地域差异化表现

2.4.1. 不同亚群体网络成瘾特征与差异化干预思路

第一，年龄分层差异。低龄留守儿童(6~10岁)主要沉迷短视频、休闲小游戏，成瘾诱因以线下玩伴缺失、单纯娱乐需求为主，自我约束能力薄弱，易出现无节制刷视频行为；青春期留守儿童(11~16岁)重度依赖竞技网游、社交平台，上网行为承载情绪宣泄、同辈认同、自我表达需求，更容易出现昼夜颠倒、拒绝现实沟通等重度成瘾症状。第二，性别差异。男性留守儿童偏好竞技类网络游戏，易产生游戏充值、熬夜冲分行为，成瘾伴随暴躁、冲动等外化行为问题；女性留守儿童多沉迷短视频、直播、线上社交，易滋生容貌焦虑、网络攀比、情绪内耗等内化心理问题。第三，监护类型差异。隔代监护儿童成瘾风险最高，祖辈缺乏数字管教能力，日常监督缺位；单亲留守(一方家长留乡)次之，留守家长农活育儿双重压力下精力不足；隔代监护风险较高，亲友托管群体约束最弱，成瘾发生率甚至高于隔代监护；父母共同居家监护儿童网络依赖程度最低。

针对差异化有以下干预建议。第一，低龄儿童以线下文体活动替代 + 祖辈数字抚育培训为主；第二，青春期青少年侧重同辈成长小组、情绪疏导、系统媒介素养课堂；第三，针对男性群体增设户外球类、竞技拓展活动，针对女性群体开设手工、阅读、心理成长课程；对隔代、亲友托管高风险儿童建立常态化上门随访机制，为单亲留守家庭推送线上亲子陪伴指导。

2.4.2. 不同地域背景下成瘾问题的差异化表现

不同产业、人口流动特征的乡村, 留守儿童网络依赖呈现不同形态。中西部劳务输出空心村青壮年大规模外出, 村内儿童活动资源稀缺, 成瘾呈现低龄化、全员化特征; 城郊乡村家庭数字设备普及更早, 儿童易接触直播打赏、网络社交乱象; 特色种植养殖乡村农忙时段监护空白突出, 集中在节假日出现长时间上网行为; 东部配套完善乡村建有乡村少年宫、儿童书屋, 重度成瘾个案较少, 多为适度娱乐行为。地域差异说明干预方案不能一刀切, 需结合本地人口外流规模、乡村公共资源配套调整防治策略。

3. 社会工作介入“防”与“治”的双轨路径

社会工作的核心优势在于其“全人”“全程”“全环境”的服务视角[7]。针对农村留守儿童网络成瘾问题, 本文提出“预防为主、防治结合”的介入框架。“防”的核心是降低风险因素、增强保护因素, 通过改善儿童所处的生态环境来减少网络依赖的发生; “治”的核心是对已陷入成瘾的个体进行精准评估与干预, 帮助其恢复正常生活功能。

3.1. 编织“防”三重保护网

第一重: 活力替代——用有吸引力的线下活动填补“屏幕之外”的空白。预防网络成瘾最有效的方式, 不是反复告诫儿童“不要玩手机”, 而是让现实生活中存在比手机更有吸引力的事物。浙江大学“星光屏护”项目在凉山的试点经验提供了有益参考: 团队设计了“文体替代 + 健康教育 + 环境营造”的三维协同模式, 通过协调性训练、平衡练习、团队合作等运动课程, 以及版画制作等传统文化手工课程, 让孩子在趣味体验中减少对屏幕的依赖。广西来宾“守护蔗芽”项目中, 社会工作者将闲置的村委会空间改造为儿童活动场所, 增设乒乓球台、开展乐高小组竞赛, 为儿童创造了可参与、可互动的线下空间。这些实践共同说明: 与其把儿童从屏幕前“拉走”, 不如用更具吸引力的活动将他们“吸引过来”。

社会工作者的专业角色在于: 评估所在社区儿童的兴趣偏好和需求, 设计符合年龄特点的替代性活动方案, 针对资源供需错位与协同不足问题, 需以精准对接、长效运营为核心, 搭建政府牵头、社工机构协调、多主体参与的资源网[8]。将项目常态化、制度化运作, 避免“一次性活动”的浅层化倾向。

第二重: 家庭能力建设——提升监护人的数字抚育能力。既然隔代监护是当前农村留守儿童的普遍现实, 那么增强祖辈应对数字时代育儿挑战的能力, 便是预防网络成瘾的关键一环。具体措施包括: 帮助祖辈掌握手机“青少年模式”的设置方法、屏幕使用时间管理功能等基本操作; 通过案例式教学, 帮助祖辈理解过度使用手机对儿童身心发展的危害, 使其从“无所谓”转向“有意识”; 在学校或村委会设立“亲情连线角”, 协助留守儿童与父母定期进行高质量的亲子视频通话, 缓解情感缺失。同时, 针对外出务工的父母, 社会工作者可以通过线上微课堂、节假日返乡时机开展培训, 传递“物质补偿不等于情感陪伴”“关注孩子的线上生活也是监护责任”等理念。

第三重: 社区氛围营造——编织邻里互助与朋辈支持的防护网。村庄是留守儿童除家庭和学校之外最重要的生活场域。社会工作者可以协助村委会建立常态化的儿童关爱机制: 招募和培训本地的“儿童主任”或“童伴妈妈”, 使其成为日常监测儿童网络使用状况、及时发现风险信号的“前哨”; 组织村内高年级学生、“小榜样”担任“同伴辅导员”, 通过朋辈影响传递健康用网的理念; 利用村广播、宣传栏、微信群等渠道, 持续传播科学用屏知识, 营造“健康用屏是全村共同关心的事”的社区规范。

3.2. 精准干预已陷入成瘾个体的“治”

对于已经出现明显网络成瘾症状的留守儿童, 需要更加聚焦的个案管理和小组干预。

个案工作层面, 社会工作者首先要进行多维度的需求评估: 儿童网络成瘾的严重程度如何? 成瘾背后主要驱动因素是什么——是亲子关系淡漠、同伴交往困难、学习挫败感, 还是单纯的娱乐贫乏? 在此

基础上制定个性化服务计划。服务目标不应简单设定为“减少使用时间”，而应聚焦于功能恢复：恢复规律的作息、恢复与家人和同伴的正常交往、恢复对学习的兴趣和投入。广东省佛山市的案例显示，针对沉迷网络并出现偏激行为的困境儿童，社会工作者通过链接心理咨询师资源、督促监护人履行管教责任、安排定期随访，有效帮助儿童走出了网络依赖和抑郁的困境。浙江三门县的“扶苗”项目则建立了“一人一档”全息档案，借助大数据监测实现从事后追踪到提前关注的转变。

小组工作层面，社会工作者可以运用社会学习理论，社会学习理论倾向于营造一个良好的交互学习氛围，引导服务对象寻找小组榜样进行模仿和学习，从而实现自我调适和自我增能，帮助服务对象加强正向强化，重构正确的行为认知[9]。组织面临相似问题的留守儿童开展小组活动。小组的优势在于：其一，通过同伴间的互动，降低个体的孤独感和标签化风险；其二，在小组情境中练习人际交往技能，满足儿童的社交需求，降低对“网络社交”的依赖；其三，通过榜样示范、角色扮演、行为契约等技术，促进健康行为的习得和巩固。已有实务研究表明，“社工课堂 + 团建”的小组活动形式对降低留守儿童沉迷手机游戏的程度具有积极效果。

家庭治疗视角的引入同样重要。孩子的问题不是与生俱来的，而是在与他人(主要抚养人)的交流和互动过程中由大家共同建构的。换言之，孩子出现问题只是这个家庭系统出了问题一个信号而已[10]。网络成瘾往往与家庭关系失衡密切相关。如果将孩子视为“病源”而单独治疗，很容易陷入治标不治本的困境。社会工作者应当将家庭整体纳入服务视野，帮助亲子双方改善沟通模式，协助监护人建立明确且一致的规则边界，并引导父母认识到自己在孩子网络使用习惯形成中的示范效应——当家长自己也成为“低头族”时，对孩子的任何说教都将失去说服力。

4. 结论

“网”开一面，不是纵容，而是理解。“开”的是通往真实生活的入口，是修复断裂联结的契机。农村留守儿童网络成瘾问题的实质，是“家庭 - 学校 - 社区”三重保护系统功能弱化之后，儿童在数字空间中找到的病态代偿。

社会工作介入的独特贡献在于：拒绝将问题简单归咎于儿童的“意志力薄弱”或网络的“强依赖”属性，而是将干预的重点放在“人与环境”交互界面的修复上——帮助家庭恢复情感支持的功能，帮助学校丰富课余生活和媒介素养教育，帮助社区营造对儿童友好的活动空间。唯有当现实世界重新变得值得投入，留守儿童才可能“自己选择”放下手机。

当然，社会工作的力量有其边界。农村留守儿童网络成瘾作为一个结构性问题，其根本性缓解还有赖于城乡发展不平衡的缩小、乡村振兴战略的深入推进、农村公共服务体系的持续完善。社会工作者的角色，是在这个宏观转变实现之前，为每一个具体困境中的孩子提供有温度、有实效的支持。正如“星光屏护”项目所传递的理念——让更多儿童走出“屏幕围城”，用明亮的双眼拥抱家乡与世界。

参考文献

- [1] 倪欣. 社会工作介入农村留守儿童教育困境的路径探究[J]. 农村经济与科技, 2025, 36(20): 250-252, 256.
- [2] 曹灿灿. 家庭治疗视角下的家校协同工作——一个因孩子逃避上学而焦虑的家庭[J]. 安徽教育科研, 2025(29): 114-116.
- [3] 姜丽蕊. 整合全人视角: 社会工作在网络哀伤辅导中的创新路径[J]. 社会与公益, 2025(6): 208-210.
- [4] 刘琴, 周平. 农村学校校园足球文化建设困境与出路[J]. 运动精品, 2025, 44(1): 30-33.
- [5] 王奕博, 来帅, 刘欣. 青少年网络成瘾问题的社会工作介入探析[J]. 品位·经典, 2025(1): 88-90.
- [6] 陈香. 社会学习理论视角下农村留守儿童隔代情感沟通能力提升小组研究[D]: [硕士学位论文]. 吉安: 井冈山大学, 2024.

-
- [7] 刘朔, 刘红升. 亲子分离对农村留守儿童问题行为的影响——基于陕西汉中中学生调查数据的分析[J]. 社会治理, 2023(5): 32-43.
 - [8] 马晓翠, 马春晖. 社会工作介入青少年网络成瘾问题的专业反思——基于生态系统视角[J]. 社会与公益, 2021, 12(4): 20-22.
 - [9] 李涛. 网络游戏为何流行于乡童世界——中国西部底层乡校再生产的日常研究[J]. 探索与争鸣, 2020(2): 91-98, 159, 161.
 - [10] 岳丰婕, 刘二平. 基于马斯洛需求层次理论对医务社会工作建设的探讨[J]. 中国卫生产业, 2018, 15(6): 193-194.