

# 青少年玩手机成瘾病根何在

近日，某大学课题组在5年走访4省10个县（市、区）1000个村庄后发现，青少年群体尤其是农村留守儿童，玩智能手机成瘾已濒临失控地步。人们普遍认为，这是家庭教育缺失导致。那么，青少年玩手机成瘾的病根究竟在哪？又如何破解？



钟瑾 / 绘

## 手机成孩子的“陪伴者”

“别看手机了”“把手机放下”……不知从何起，这些“口头禅”成了家长对孩子每天重复最多的话。调查显示，由于缺乏管束、课外生活单调等原因，越来越多的青少年沉迷手机，进而引发近视高发、身体变差、精神颓丧、孤独自闭等多重问题。

家住滇东北某村的孩子小张，由于父母外出务工，留在家乡由爷爷奶奶照看。为方便与孩子交流，小张的父母专门给他买了一部智能手机。没过多久，小张就被手机中的游戏和短视频所吸引，每天沉迷手机，不再与小伙伴一起进行户外活动，学习成绩开始下滑。爷爷奶奶渐渐察觉到问题的严重性，但又无法有效引导。

除了家庭，学校也有无奈的一面。“目前，我们学校对手机的管控还是很严格的。”曲靖市某中学负责人费老师告诉记者，“为防止学生玩手机成瘾导致学习成绩下滑，学

校禁止学生带手机入校，一经发现严肃处理甚至建议转学”。凭借严格的校园管理措施，近年来，该校的中考和高考成绩排在全市前列。然而，费老师也坦言，学校只能禁止学生在校期间使用手机，一出校门，部分学生往往会“失控”，一些学生形成了“回家玩手机两天，在学校睡五天，浑浑噩噩，无心上学”的状态。

目前，青少年沉迷手机的现象较为普遍，特别是一些留守儿童，手机已成为他们童年的“陪伴者”。2022年11月，中国社会科学院新闻与传播研究所、中国社会科学院大学新闻传播学院、社会科学文献出版社共同发布的《中国未成年人互联网运用报告（2022）》显示，未成年人近半年内的上网率达99.9%，显著高于全国互联网普及率（73%）。

## 找准病根

记者采访发现，青少年沉迷手机的原因