

从管控到共学，做孩子的“数字同行人”

祁雪晶 | 北京师范大学新闻传播学院未成年人网络素养研究中心副主任、副研究员

当小学生被短视频中“0糖减脂无负担”的宣传诱导，缠着家长购买所谓“健康”的饮料；当初中生轻信一张经过PS的“明星捐款”截图并迅速转发；当高中生在社交平台为某一“历史事件”激烈争论，却未曾核查信源——这些现象折射出数字时代家庭教育面临的新挑战：信息获取日益便捷，但青少年的甄别能力却未能同步发展。如今，算法推荐已成为青少年认知世界的重要渠道，而碎片化内容、情绪化表达与信息茧房的长期影响，正在削弱不少人系统思考与理性判断的能力，凸显出培养青少年数字素养的紧迫性。

面对数字时代的挑战，教育正从“传授知识”转向“培育辨识力”。家长不应仅扮演权威角色或简单设限，而应主动提升自身数字素养，以“共学者”身份与孩子一同成长。通过平等对话与协同实践，帮助孩子建立理性判断能力，同时实现自身认知更新，构建良性的代际共学关系。

理念转变：从“权威指导”到“协同共建”

教育者不再是“信息权威”，而是“探究伙伴”。在传统教育中，教育者往往掌握着知识的主导权。而进入数字时代，青少年用半小时从互联网获取的信息量，可能就超过了学校几堂课的知识总和。这提醒我们，教育者不必执着于“无所不知”。以北京某中学开设的数字素养课程为例，“数字技能互换”活动提供了一个富有启发性的实践范例：学生教教师如何剪辑短视频、解读网络热词，而教师则引导学生分析信息的内容逻辑与价值取向。这种双向互动不仅能弥补双方数字素养的短板，更能促进平等对话中打通彼此的数字认知边界，实现共同成长。

教育者不再“风险规避”，而是“风险共担”。面对网络中虚假信息泛滥、隐私泄露等挑战，不少教育者习惯采用“堵”的方式来应对，如没收手机、限制上网时间等。但就像青少

年需要在跌倒中学会走路，数字素养的提升也无法脱离真实情境中的实践体验。上海某小学开设的“网络安全实验室”课程颇具启发：教师有意呈现被PS过的新闻图片、带有误导性的广告内容，引导学生分组识别漏洞、追溯信源、验证真伪。从最初轻易相信，到逐渐学会质疑、主动查证，学生在一次次试错中建立起对网络风险的敏感度、增强判断力。这说明，教育的目的不是为青少年打造一个“无菌”的网络环境，而是通过真实情境中的实践，陪伴他们识别风险、讨论应对，在一次次试错中逐步培养理性判断力。

教育者不再“单向说教”，而是“双向共建”。“这都是碎片化学习，有什么用？”不少家长看到孩子刷知识类短视频时，常会如此质疑。而孩子却回应：“我确实学到了东西。”表面看，这是在争对错，实则折射出两代人对“学习”的不同认知：家长看重知识的系统性与权威来源，孩子则更关注兴趣驱动与即时获得感。若将分歧转化为对话，教育契机便随之而来。如孩子记录网络所学，家长写下反馈，每周定期就线上学习的内容展开交流。当孩子分享“蜜蜂消失将导致人类灭绝”的短视频时，家长不是简单否定，而是引导查证，指出其中存在夸大信息与简化因果的倾向，并共读《昆虫记》，拓展正确生态认知。这个过程不再是单向的说教，而是基于真实数字体验的协同探索。在孩子分享新知，家长引导思辨的过程中，双方的数字素养，就在这样的交流与碰撞中逐渐提升。

能力支点：为共学搭建批判性思维的“梯子”

2021年，中央网络安全和信息化委员会印发《提升全民数字素养与技能行动纲要》，首次对“数字素养”作出较为规范的界定，明确其为公民在数字社会中应具备的获取、制作、使用、评价、交互、分享、创新、安全与伦理等综合素质与

能力的集合。北京师范大学新闻传播学院课题组长期聚焦青少年群体，围绕信息搜索、分析、评价、交互、安全与道德六大维度开展调研。研究发现，批判性思维在提升数字素养的过程中发挥核心作用。教育者应着重帮助青少年在复杂数字环境中建立批判性思维。

引导追问“谁在说”。信源的权威性往往影响信息的可信度，然而在实际判断中，青少年更容易被具体案例和情绪化表达所吸引。笔者曾在课堂中开展一项实验：同时呈现两则关于“青少年近视率”的信息，其一是眼镜品牌公众号称“近视率达85%，并辅以大量个案和相关图片；其二是教育部发布的分段数据，内容翔实但呈现方式较为平实。结果超过一半的青少年更倾向于相信前者。这暴露出他们在信息判断中存在对信源背景关注不足的认知倾向。教育者可以采用“信源分析三步法”进行引导：一是识别主体，帮助青少年区分信息发布者的身份；二是追溯背景，分析其是否具备专业资质，是否存在商业或立场关联；三是交叉验证，鼓励青少年通过政府官网等官方渠道核对信息。

学会分析“怎么说”。隐性偏见常通过叙事角度、关键词选择和信源选取等方式悄然传递，青少年往往不易察觉。以“校园垃圾分类”报道为例，一则地方媒体报道标题为《遇冷：学生嫌麻烦》，侧重呈现部分学生的实际感受与执行中的困难；另一环保媒体以《初见成效：合格率90%》为题，强调阶段性成果与整体进展。两篇报道在关注点、信息来源和语言风格上有所不同，呈现出不同的报道立场与传播目的。教育者可引导青少年分析不同类型的报道，帮助他们理解同一事件可以有多种呈现方式，每种方式都可能带有特定的视角和侧重。通过设计对比性任务、开放性问题，培养青少年对信息表达方式的敏感度，鼓励他们不急于评判对错，而是探究“为何这样呈现”，从而更全面、审慎地理解和评估多元信息。

理解“算法如何推”。算法会根据用户的浏览和互动行为推送相似内容，长期处于这种推荐机制中，可能使信息接触范围逐渐收窄。笔者常通过“算法体验游戏”帮助青少年理解这一机制：邀请青少年连续两天在短视频平台集中点赞“宠物类”内容，第三天观察推荐页面，发现首页几乎全部为宠物相关视频。这一过程让青少年直观体会到算法并非“懂你”，而是“学你”，它依据行为偏好不断强化同类信息的分发。随后组织讨论：“如果平台只推送你感兴趣的内容，会带来什么影响？”引导青少年尝试探索应对策略，如主动搜索不同立场的信息、定期清理浏览和搜索记录、关注多元领域的账号等。

实践路径：让共学在真实对话中落地

数字素养的培养不是单向改造，而是代际的双向共建，这对教育者提出了新的专业要求。

一是教育者需具备构建常态化对话机制的能力，以支持青少年数字素养的发展。当前，一些家庭在数字议题上存在沟通困难，容易陷入放任或简单限制的局面，而学校教学有时也与学生的数字生活经验脱节。要打破这一困境，关键在于建立稳定、开放的交流平台。家庭中，可试行“每周数字议事”，围绕“短视频使用”展开交流，家长应倾听孩子“能学到知识”的需求，也提示降低专注力的风险，共同商议网络使用时长、明确内容选择原则。学校中，可设立“数字议事角”，在班会中讨论“AI换脸”等现象，通过提问帮助学生思考技术的应用及其潜在风险。通过倾听、引导与共同协商，教育者能促进代际理解，让青少年的数字素养在真实对话中逐步提升。

二是教育者需具备设计项目式学习的能力，引导青少年在真实任务中发展数字素养。例如在家庭中开展“信息打假”项目，围绕网络热传的“吃香蕉防抑郁”等健康类谣言，指导孩子分步核查：初判信源与表述，查阅卫健委等官方来源信息、检索学术论文、比较多方观点。教育者立足“学习引导者”角色，通过提问支架支持孩子经历“质疑—查证—结论”的思维过程。最终，他们会发现香蕉所含的色氨酸对情绪调节作用有限，更重要的是均衡饮食等。此类项目将批判性思维与事实核查转化为可操作的学习路径，有利于素养培育落地生根。

三是教育者需具备促进家庭协同反思的能力，可建立“数字成长档案”作为共学载体。通过记录每周话题、查证结论与互提建议，追踪家庭成员的认知变化。比如：家长反思从“反对游戏”到“认可策略类游戏益处”并协商使用规则，孩子分享“教妈妈用在线文档”的成就感；家长以“过程性评价”和“正向反馈”积累经验，使成长档案成为数字素养发展的见证与情感联结的纽带。

教育者需具备终身学习与代际共育的自觉意识，将数字素养视为持续发展的能力。教师和家长不应只是指导者，更应成为“共学者”，通过开放对话与协同反思，陪伴青少年提升信息辨识力与理性决策力。在此过程中，教育者自身也应逐步克服焦虑，增进对数字技术的理解与运用。当双方在互动中共同构建适应技术变迁的认知模式，逐步实现善用技术、明辨信息、合理守界，数字教育的价值才能真正得以体现。