

编者按

“等待着下课，等待着放学，等待游戏的童年”，罗大佑40多年前唱的“游戏”已非今日之游戏。当童年的游戏从林间、户外的疯跑、捉迷藏变成了电脑、手机上的联网的游戏时，“手机式童年”不可避免地到来了。一个直观感受是，孩子们从视力到体能、再到心理都受到了极大影响。他们会不会成长为“焦虑的一代”？

实际上，早在1982年，媒介环境学先驱尼尔·波兹曼在著作《童年的消逝》中，面对美国电视文化的兴起就敲响了警钟。他说，电子媒体的传播模式是对童年与成年界限的侵蚀，哀叹童年即将消逝，预言儿童的成人化和成人的儿童化。

按波兹曼的理论，今天，随着手机的普及、社交媒体的兴起，童年还有存在的可能吗？童年的存在在个人的一生中有多重要？童年的存在对于整个人类社会而言又为何不可或缺？

在六一国际儿童节到来之际，本期文化版、读书版从《童年的消逝》（林间最后的小孩：让我们的孩子远离自然缺失症）以及最新出版的《焦虑的一代》几本书出发，探讨如何认识童年、保卫童年。

数字时代，如何打赢童年保卫战

■胡翌霖

6月1日国际儿童节就要到了，这个节日由苏联倡议，最初是为了悼念在1942年6月的利迪策屠杀中被迫害的儿童，后来成为“保护儿童国际日”，旨在保护儿童的生存权、保健权和学习权，并反对招童工。

要说生存权和保健权，成年人也都该有，儿童最特殊的地方其实是学习权或者说受教育权。成年人当然也可以终身学习，但是不再需要特别的保障了，而对儿童来说，学习的环境是需要整个社会予以保护的。现代社会要给儿童营造良好的学习环境，并禁止童工和其他虐待行为。

尼尔·波兹曼的《童年的消逝》（经常被看作更有名的《娱乐至死》的姊妹篇）是研究现代儿童境遇的经典著作。波兹曼的洞见来源于他独到的思想史和媒介史视角。他指出，“童年”是一个历史性的概念，它是印刷时代的产物，古代并没有这样的概念，而在电子时代也即将消逝。

工业时代的“童年保卫战”——学校和工厂的撕扯

波兹曼认为，印刷术造就了“童年”，因为印刷术塑造了一种特定的“学习”环境。在这个环境中，是否经历过充分的读写训练使得儿童和成年人拉开了差距。波兹曼称之为“知识差距”（knowledge gap）。

当然，波兹曼的论述有许多值得商榷之处，例如，他把“知识”看得过于狭隘了，只强调由印刷术承载的纸面知识，而忽略了知识的更多形态，例如身体技能和社会知识（礼仪、伦理等）。其实，在古代文化中，由身体能力和社会关系形成的广义知识差距同样会塑造相应的“儿童”概念，这就是为什么从远古部落到古代王朝，都有类似“成年礼”的仪式。

不过，波兹曼对历史性的揭示是正确的，即便我们辩称古代文化中也有“童年”，但我们必须承认，随着学习模式的变迁，“童年”的观念和儿童的社会处境也在变迁。

某种意义上说，拔高“纸面知识”，轻视身体技能，这种倾向本身也是历史性的。在古代，只会在中国这样的文官制度国家流行，当然这也有赖于中国古代的造纸术和印刷术。而在西方，古登堡印刷机的流行以及随后的科学革命大大提升了纸面知识的地位。到了工业革命时期，纸面知识被进一步强化，身体技能则贬值了，工厂车间不需要太多经验丰富的老师傅，反而需要大量适应傻瓜式操作的劳动力，妇女和儿童的身体差距在新兴的工业生产中不再显著。

许多唯利是图的工厂老板宁可雇佣最廉价的童工，也不愿意雇佣经验丰富的老工匠。例如在19世纪30年代，英国纺织工业约50%的工人是童工。童工薪水比成年男子低得多，最低时甚至只是成年人的1/6，但工作更辛苦，工作时最长可达每天18小时，而且经常从事危险操作——例如凭借矮小的身材钻进运转着的纺织机中清理棉絮。讽刺的是，当时工厂老板将大量雇佣童工作为一项“社会公益”宣扬，因为没有这些“善意”，那些失业或贫困的家庭将无力维持生计。

所以在工业时代，除了战争时期，和平时期也需要“保卫童年”，具体而言，童年的危机主要在于学校和工厂的撕扯。新的环境提升了学习难度，又降低了工作门槛，而社会恰恰要把儿童束缚在学校之内，以免他们过早进入成年人的世界。

但很多孩子长大之后，还是要进入工厂，学校里苦读10余年学到的纸面知识大部分也都用不上了。既然如此，为什么不能让他们早日进入工厂，“少走弯路”呢？

一个理由在于我们试图尽可能公平地保护儿童的“可能性”。如果不强制推行义务教育，那么穷人家总是更倾向于把孩子尽早送去工作——正如工业革命初期那样，但这样一来，工人的孩子永远是工人，社会必将趋于固化。

学习意味着有无限的可能性。当然，许多可能性都会在浅尝辄止后被放弃，这正是为什么童年的学习总是显得“无用”的原因，但如果不曾有机会接触这些知识，又如何能确定自己不适合走这些道路呢？所以每个人在懂得放弃之前先要学会读懂人生的选项，这就是义务教育的最高使命——培养每个孩子决定自己人生选择的视野和能力。

电子时代的“童年保卫战”——学校和电视的争夺

而到了波兹曼笔下的“电子时代”，童年的危机变了。义务教育早已深入人心，至少在高度工业化的发达国家，童工已经不再是普遍的问题。但在波兹曼看来，童年反而摇摇欲坠，因为新的敌人更加强大——童年的危机从学校和工厂之争，变成了学校和电视之争。

波兹曼认为，电视正在取代学校成为孩子的“第一课堂”，但与秩序井然、层次分明的学校教育不同，电视是不分年段的，电视节目总是尽可能适应男女老少的全体观众。而且更重要的

是，与讲究逻辑和条理的纸面知识不同，电视所传达的信息是碎片化的、情绪化的。波兹曼说：“在学校里，两种强大的技术毫不妥协地竞争，以求控制学生的大脑。争夺的一方是印刷词语的世界，其重点是逻辑、序列、历史、解说、客观性、超脱和纪律；另一方是电视的世界，它倚重的是图像、叙事、历历在目的现实性、同步性、贴近性、即刻的满足和迅速的情感回应。”

不过在这里，波兹曼的态度仍然值得商榷，因为他把感性化视为灾难。但对于健全的人格而言，抽象与现实、客观与主观、纪律与散漫、理性与情感，这些对立的要素并不是非此即彼的，而应该是相辅相成、保持平衡的。如果说电视把孩子从过度理性化的学校生活中解救出来，这未必是坏事。

而且，电视适合男女老少的特点使其取代了壁炉，成为家庭生活的“焦点”。对孩子来说，看电视经常是一项家庭社交活动，通过电视，孩子找到了与亲人或朋友之间的共同话题，丰富了孩子的社交空间。

当然，重点在于“平衡”，这或许也是波兹曼本人的关切点。波兹曼在早年的成名作《作为颠覆活动的教学》（1969年）中，恰恰在提倡教育者更积极地拥抱新媒介。而在10年后的《作为保存活动的教学》（1979年）中，波兹曼显著转向，提倡教育者对抗新媒介的侵蚀。在该书中他引入了生态学视角，提出应当在“创新的环境下保护传统，并在被传统束缚的社会中促进创新”。

所以在电子时代，并不是说电视带来的世俗化、娱乐化和情绪化本身是坏的，而是说它打破了平衡，削弱了学校的力量。所以自工业时代以来形成的教育体系必须与时俱进，根据时代环境的变化不断作出新的应对。

数字时代的“童年保卫战”——学校难以抵抗网络

到了今天，时代环境又发生了剧变，电视已然成为过时的媒介，那么在互联网和智能手机主宰的数字时代新环境中，童年又有什么新的危机？

首先，波兹曼所警惕的电视媒介的诸多特性，在当今的网络媒介上并未消失，反而有过之——例如碎片化、情绪化、低智化。而且借助智能手机，新媒介的影响见缝插针，更加难以被家长和学校控制。

其次，互联网经济模糊了生产者与消费者的界限，也消除了儿童参与的门槛。在社交

媒体上甚至出现了“数字童工”这种新现象，即孩子从出生起就有可能成为“自媒体”的主演。例如美国男孩瑞安·卡吉在9岁时就可以通过自媒体频道年入过亿，但更糟糕的是许多底层儿童，虽然赚不到太多钱，也被父母带入了自媒体平台。我们在短视频平台上可以发现无数营利性的儿童账号，其中不少甚至以软色情作为卖点。

而且，智能手机不再像电视一样是家庭生活的焦点，在数字时代，家庭生活早已失去了任何焦点。夫妻不需要抢遥控器，而是可以“同床异梦”各刷各的手机；每一个孩子可以沉浸在自己的世界中。庞杂而定制化的媒体信息难以形成共同记忆，反而加剧了社会撕裂。如果说电视媒介的情绪化特征主要是引起共鸣，那么互联网媒介的情绪化则偏向于挑起对立。

另外，AI的发展正在颠覆“学习”的意义，因为AI已经学会了“学习”。不仅人类的身体技能贬值了，纸面知识也在迅速贬值。许多脑力工作正在被机器取代，反而是身体技能和社会关系更难被机器替代。人们发现学校教育并不总是能够增加自己的选择余地，毕业即失业日益普遍。

在学校和工厂的对抗中，学校胜出了；在学校和电视的对抗中，大致能保持平衡；而在学校和网络的对抗中，学校正在溃败。

保卫童年，就是保卫人类的可能性

但我相信，说“童年已死”言之尚早。

一方面，学校教育正在改革，当谋生求职不再是学校教育的主要任务时，教育反而能够回归本真，即回归培养饱满和健康的身体与心灵这一目标。学校教育未必只能以纸面知识为核心，未必只能靠逻辑和纪律取胜，相反，情感教育也可以成为学校的教学内容，陶冶情操、涵养性情、培育人格——这些任务可以由家庭和学校共同承担。

波兹曼认为，在印刷时代“阅读成为反社会的行为”，因此学校是反社会的，孩子在学校就意味着暂缓进入社会。电视、家庭、社会等各种情感化的领域捆绑在一起，与理性化的学校相对立。但在数字世界，对立发生了变化——学校和社会的对立，变成了生活世界与数字世界的对立，或者说生命与算法的对立。所以，在新的环境中，我们或许需要新的结盟——学校可以和家庭与社会结盟，合力

与数字世界形成平衡。

在波兹曼看来，儿童是作为成人的欠缺定义的，儿童就是“未—成年”，是“非—理性”，是因为他们读写能力、逻辑能力和知识的缺失，而成为儿童。早就有学者批判波兹曼这种“男权主义”式的傲慢，例如大卫·帕金翰在他专门批评波兹曼的著作《在电子媒体时代成长的儿童》中，强调“儿童和年轻人在当前电子媒介发展中都处于‘先锋’的位置”。

与印刷时代的“知识差距”不同，在数字时代，儿童与成人的“数字差距”（digital gap，或称数字代沟）是一种逆向差距，也就是说在适应数字技术方面儿童比成人更有优势。因为成年人的生活模式趋于稳定，他们更倾向于把新技术当作有用的工具看待，但难以把新技术看作丰富生活趣味的玩具，来探索它们蕴含的可能性。

数字技术固然有让人陷入信息茧房和虚幻世界的风险，但是，与典型的工业技术相比，数字技术更有可能让人们从单调乏味、刻板重复的机械化劳作中解放出来，重新发现世界的丰富性。

在工业时代，正如马克思等学者所批判的，人类面临异化的危机，健全的理性被异化为“工具理性”，人变成了“牛马”“资源”“齿轮”。每个人成年之后仿佛就被定型了，被放置到社会机器中的一个工位，沿着确定的轨道运转，不断输出劳动力。如果没有电子媒介的调剂，这种高度理性、抽象化和秩序井然的生活早就把人逼疯了。

而儿童的视角天然带有超功利性，他们用玩具而非工具的态度对待技术，向着可能性而非确定性敞开。在这个意义上，如果能够让孩子更加积极地参与科技发展的先锋实践，或许人类的未来生活更加丰富多彩。另外，儿童既亲科技，又亲自然，我们在儿童身上总能看到最鲜活的生命力。这种生命力不同于“牛马”的劳动力，而是表现为对整个世界的兴趣和热情。

AI也许能替代人做各种工作，但唯独不能替代人类享受生活。要享受生活，我们既需要学习知识，以辨认生活的可能性，也需要饱满的情感力量，从而能够被各种美好事物所感动。许多被社会“毒打”后的成年人失去了“感动”的能力，甚至连玩游戏都提不起兴致，但是当开始养育孩子，或者只是看着孩子们玩耍，对生活的热情很可能被重新点燃。

总之，我相信和期望：在数字时代，童年非但不会消逝，反而会成为应对时代危机的关键力量——保卫童年，就是保卫人类的可能性。

让孩子去大自然里疯跑吧

■王西敏

最近，网上有不少探讨“为什么过去的孩子能‘打’，而现在的孩子不能‘打’”的话题。首先要说明，“打孩子”肯定不是好的教育手段。但现在的孩子变“脆弱”了，抗打击能力差了，也是一个事实。

谈及原因，认同度高的观点是：过去，孩子挨批评或者挨打之后，能在放学的路上和伙伴嬉闹，或在自然里撒欢，坏情绪很快消散。现在，孩子无论是上学还是放学，几乎都是家长接送，没了独处或者和小伙伴一起放空的机会。回到家又一头扎进作业堆，不仅要应对家长的催促，

还要面临家长的指责，狭小的居住空间，加上缺少亲密玩伴，负面情绪只能越积越多。得不到合理的宣泄，时间一长，自然难以承受压力。

这一看法其实是被很多理论和实例研究证实的，其中最广为人知的是理查德·洛夫在《林间最后的小孩：让我们的孩子远离自然缺失症》一书中提出的“自然缺失症”概念。自然缺失症并非一种疾病，而是一种社会现象。

患上“自然缺失症”的孩子

儿童在成长期缺乏和自然接触的机会，会导致一系列的身心问题。孩子缺乏足够户外活动的后果，在身体发育上会有明显体现，比如肥胖率上升、体力下降、免疫力降低，更容易生病。青少年的近视率已经是全球性问题，而医学领域早已得出结论，预防近视最好的方式就是每天户外阳光下活动不少于2小时。然而在当前的社会环境下，对学龄儿童来说，这2小时都非常奢侈。此外，户外丰富的自然景观、多类型的生态环境以及不同坡度和粗糙度的地形特征，有助于儿童体能的全面发展。

在自然中度过时光，也有助于舒缓精神压力。注意力不集中、多动症、容易焦虑和抑郁等情绪问题、缺乏耐心和毅力等，都与缺乏和自然的互动有关。不少家长容易把户外玩耍和学习对立起来，认为时间都用来玩了，就没有时间学习了；或者是作业太多了，孩子要先完成作业，没有时间玩。其实，这也小看了户外活动在学业促进上的作用。已经有足够的证据表明，适当的户外活动，能够提高儿童专注力、增强学习兴趣、改进学习中的行为

表现。“越会玩的孩子越会学习”这句话其实是具有科学依据的，并非戏言。

自然缺失症产生的原因是多样的。全球的城市化进程导致公共绿地减少，自然空间被大量的室内建筑道路取代，儿童能够进行户外活动的场所受限。而电子设备的普及使人们更倾向于室内活动，减少了与自然的接触，虚拟世界取代了真实的自然体验。

20世纪90年代中期以后出生的孩子被称为“Z世代”。这一代人成长于智能手机、社交媒体和互联网普及的时代，而这些技术手段让人沉迷于室内而非户外。家长对安全过度担忧，既害怕陌生人对孩子造成伤害，又担心儿童在玩耍过程中受伤，更加限制了孩子的户外活动。传统的教育模式侧重于室内授课和繁重的课业，而忽视户外实践，这也让更多的孩子缺乏在自然中成长的体验。

既要“在自然中”，又要“自由玩耍”

要解决自然缺失症问题，从根本上说，就是要给予孩子更多在自然中玩耍的时间和空间。这里有两点需要注意：第一是“在自然中”，第二是“自由玩耍”。

这几年“公园20分钟效应”的说法颇为流行，其来源是发表在《国际环境健康研究》杂志上的一篇文章。该研究发现，每天在自然中待20分钟，就能显著减轻压力、改善情绪和提升心理状态。多项研究表明，在自然环境中人体的压力激素皮质醇水平会明显下降，身体进入更放松的状态。而自然物，如树叶的沙声、鸟鸣声、雨点声等，能够缓解大脑疲劳，帮助恢复专

注力，对长期用脑过度的人群效果尤其显著。自然光、绿色植物和新鲜空气会刺激大脑释放血清素、内啡肽等令人愉悦的物质，缓解焦虑和抑郁倾向。由此可以看出，与自然相处，任何人都能获益，并非只是儿童。

那为什么还要强调“自由玩耍”？因为“自由玩耍”对应的是“非自由玩耍”。比方说，送孩子参加乒乓球训练，他打得越来越好，于是在学校里加入了乒乓球队，经常去打比赛。绝大多数人会认为，相对于课堂学习来说，打乒乓球似乎就是“玩耍”了，孩子有这种类型的活动就够了。

但是，发展心理学家彼得·格雷提醒我们，像乒乓球训练这样的活动，并非真正的“玩耍”，因为其规则是成人制定的，孩子需要做的只是尽力适应规则得到高分。在尼尔·波兹曼《童年的消逝》中，也提到了这一点，他将其称为“儿童游戏正在消失”。

彼得·格雷说：“会玩的孩子懂得与世界的相处之道”。这里的“玩”指的就是“自由玩耍”，或者说“儿童游戏”。自由玩耍由参与者自己选择内容并主导活动进程，追求的是玩耍本身的乐趣，而不是被他人操控去实现其他目标或效果。“无目的性”是自由玩耍的最大价值。而这一点恰恰容易被当今的成年人认为是毫无用处的“瞎玩”。彼得·格雷认为每一个人都能从自由玩耍中学到最有价值的生活和学习经验，可以在其中享受乐趣并拓展自己的技能。

而自由玩耍最容易发生的地方，就是自然的环境中。校园的操场，或者小区的绿地，三五成群的小伙伴们在一起，玩他们自己想出来的游戏，或者仅仅是“疯跑”。我们每一个大人都是这样玩耍长大的，但是，越来越多的大人却忘了这一点。

当今社会，孩子们在户外自由玩耍的时间和空间被大幅度压缩了。比如课间不允许到操场活动、放学后孩子们被家长接回家，很难有机会和同龄的小伙伴嬉戏。殊不知，那些看似没有目的的玩耍，在孩子的成长过程中有着重要作用。

实事求是地说，“手机式童年”已经不可避免地到来了，并且产生越来越重要的影响。我们能做的，是既要拥抱新技术革新给人类带来的便利，又要尽量避免它所带来的负面效应。而这一点，需要更多的人来讨论、实践和反思。

（作者系上海辰山植物园科普教育部研究员）



图片来源：摄图网 郭刚制版