

新冠疫情时期数字设备的使用与幼儿的幸福感和心理弹性的关系：菲律宾国家报告

Mingoa, Thelma¹; Alontaga, Jasper Vincent¹; Culaba, Dena²; Hernandez, Kristine¹; Rice, Abigail¹

1 - 德拉萨大学, 马尼拉; 2 - 菲律宾远东大学, 罗斯福, 菲律宾

在菲律宾，教育部通过从 5 岁入学的幼儿园开始的基础教育计划指导 5 至 8 岁儿童的发展（第 10410 号共和国法案）。在本研究中，“儿童”是指 5 岁和 7 岁的儿童。2020 年 3 月，菲律宾学校因受新冠疫情影响而停课时，包括 5 岁儿童的幼儿园班和 7 岁儿童的一年级至二年级的低年级儿童面授课程被中断。为应对这一新常态的挑战，教育部通过第 12 号部令（2020）采纳了基础教育连续学习计划 (BE-LCP)，其中包括将 K-12 课程精简为最基本的学习能力 (MELC)。远程学习成为主要的授课方式。

菲律宾新冠疫情引发的远程学习具有以下影响：家庭成为儿童学习和发展的唯一场所，父母或监护人，尤其是对 5 岁和 7 岁儿童来说，是儿童学习的主要推动者。幼儿不再能够与同伴一起进行身体上的互动和玩耍。我们要去了解我们的孩子在心理弹性和幸福感方面是如何应对这种新常态的，以及哪些环境因素与心理弹性和幸福感相关，这一点非常重要。资料显示，要想减轻在线远程学习期间社会隔离和焦虑情绪的影响，技术有助于让孩子们保持联系和互动。在这项研究中，我们探讨了数字设备的使用如何影响 5 岁和 7 岁儿童的心理弹性和幸福感；另外也将讨论它对家庭、学校和政府的作用的影响。

方法

我们于 2021 年 8 月至 9 月通过 Google Forms 向 5 岁和 7 岁儿童的母亲发送了问卷进行调查，请他们回答问题。参加者来自居住在菲律宾吕宋岛、米沙鄢群岛和棉兰老岛郊区城市的中等工薪收入群体。我们还收集了人口统计学数据，例如儿童的年龄、性别和出生顺序。问卷问题还包括家庭收入、父母受教育程度等各种因素。

我们共收到 420 份回复，其中 218 份来自 5 岁儿童的母亲，202 份来自 7 岁儿童的母亲。

本研究中涉及的问卷调查问题如下：Q1 有关您居住地区的新冠病毒情况以及相关看法；Q2 有关您孩子的基本资料；Q3 就读幼儿园的状况；Q6 儿童的心理弹性（CYRM-R 问卷）；Q7 儿童的主观幸福感（QOL）（KINDL 问卷）；Q9 儿童使用电子产品的实际情况；Q10 父母指导儿童使用电子产品；Q11 母亲对孩子使用电子产品的态度，疫情前后的变化；Q12 儿童日常活动时间：游戏、电子产品的利用；Q14 疫情前后的时间：游戏、电子产品的利用时间；Q21 家庭的基本信息、育儿支援。

此处使用的儿童与青少年心理弹性量表 (CYRM-R) 版本是一个包括 17 个条目的心理弹性测量系统，可由对儿童最了解的人 (PMK) 完成。在这项研究中，为了保持一致性，选择母亲作为“对儿童最了解的人”，因此母亲是问卷回答人。

这里的心理弹性被定义为个人设法利用心理、社会、文化和物质资源去维持其健康生活的能力，以及当处于重大逆境中时，以具有文化意义的方式单独或集体争取这些资源的能力 (Ungar & Liebenberg, 2011)。

除了总体心理弹性得分外，我们还可以获得个人、照护者或关系的心理弹性的得分。个人心理弹性包括第 1、2、3、7、9、10、12、13、14、16 项这些个人内和人际关系的条

目。在这个 5 分制量表版本中，最高得分是 50 分。照护者/亲属心理弹性涉及到第 4、5、6、8、11、15、17 项，最高得分为 35 分。

KINDL 问卷是用于评估儿童和青少年与健康相关的生活质量的通用工具。它由 24 个问题和 6 个分量表组成：身体健康、情绪健康、自尊心、家庭、朋友和日常功能（学校或托儿所/幼儿园）。

数据分析包括人口数据的描述性统计。另外还评估了幸福感(KINDL)、心理弹性(CYRM-R)和信息通信技术（ICT）元素这些变量之间的相关性。

结果和讨论

本研究中的受试儿童总数为 420 人，其中女童 223 人，男童 196 人。问卷调查对象均为母亲。每个年龄组的受试儿童人数如图 1 所示。

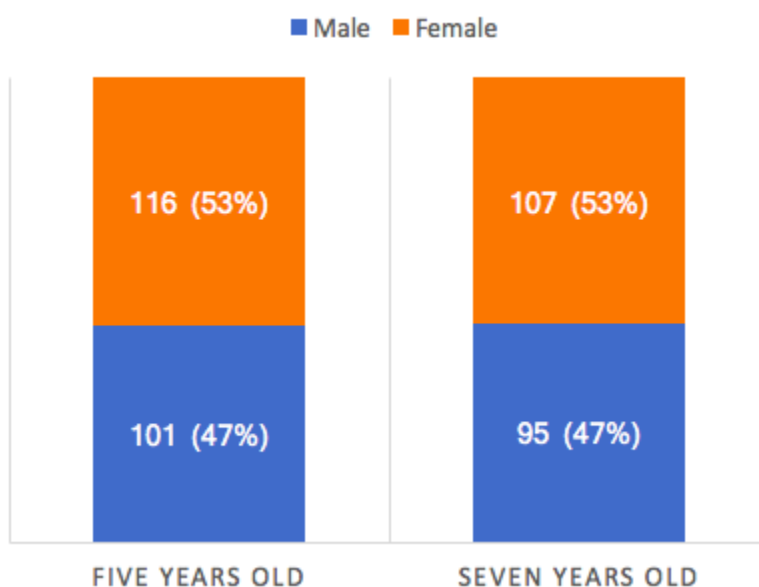


图 1. 儿童年龄

儿童大多来自有两三个孩子的家庭。大多数 5 岁儿童睡眠时间为 9-10 小时，而大多数 7 岁儿童睡眠时间为 8-9 小时。

调查时，大部分妈妈表示，她们所在地区处于封锁隔离状态，她们中的大多数人都接种了疫苗，对政府的防疫措施大多比较满意，并对病毒的传播相当担心。母亲受访者及其伴侣大多是四年制大学本科毕业生。他们来自中等偏下收入群体。

问卷结果中反映出的 5 岁和 7 岁儿童心理弹性趋势

图 2 显示了儿童的整体心理弹性。总体而言，没有足够的统计证据表明，5 到 7 岁之间的 CYRM-R 平均值有差异，甚至在它的两个分量表方面也没有。

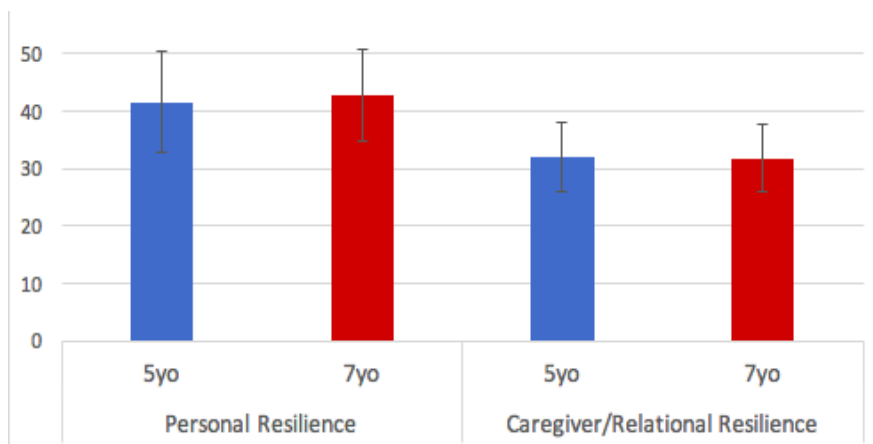


图 2. 儿童的心理弹性 (CYRM-R)

本研究中的大多数 5 岁和 7 岁儿童在以下方面表现出个人的心理弹性：与他/她在一起或一起玩很有趣；感觉和学校很融洽；受到公平对待；有机会向他人展示他们正在成长，并且能够自己做事；有机会学习长大后有用的东西（如烹饪、干活儿和帮助他人）。

在照护者/关系的心理弹性方面，大多数 5 岁和 7 岁儿童会有父母或照护者：大部分时间知道孩子在哪里以及他们在做什么；对孩子很了解（例如，什么让他们高兴、害怕、伤心）；在家里提供足够的食物，让孩子饿的时候吃；孩子可以向其倾诉自己的感受；在困难比如生病或做了什么事的时候关心孩子，让他们感到安全。此外，他们表示喜欢他们的家人/照护者进行庆祝的方式（如节日或学习他们的文化）。

问卷回复中反映出的 5 岁和 7 岁儿童幸福感趋势

图 3 显示了儿童的总体幸福感。从总体上看，没有足够的统计证据表明，5 岁和 7 岁儿童之间的幸福感（KINDL）平均值有差异。就幸福感（KINDL）的分量表而言：结果显示，7 岁受试者在身体健康量表和社会功能量表/朋友方面的平均值明显高于 5 岁受试者。这意味着大多数 5 岁和 7 岁的儿童都很快乐，年龄较大的儿童身体健康状况更好，与朋友相处得更好。

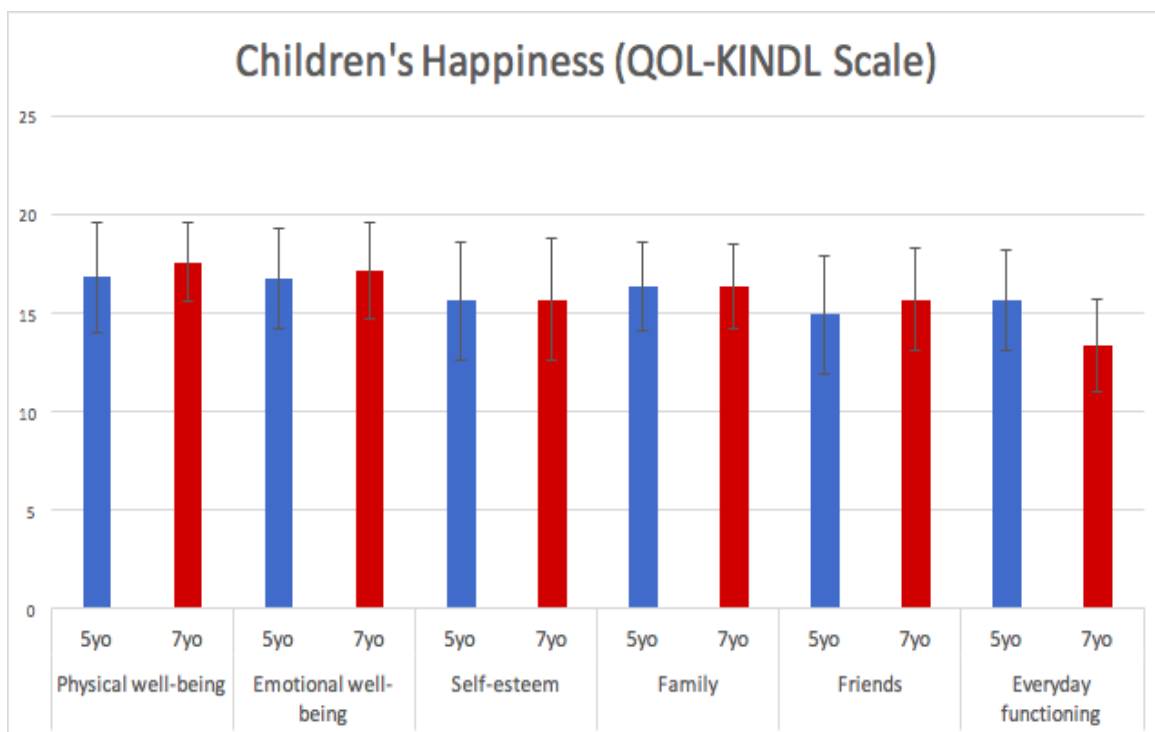


图 3. 儿童幸福感（QOL-KINDL 量表）

在身体健康方面，大多数孩子表示他们从不感到累或疲惫。在情绪健康方面，他们从不感到孤独或害怕。在家庭量表上，孩子们一直都和父母相处得很好，在家里一直感觉很舒服。在交友方面，他们从来没有觉得与其他孩子有什么不同。

比较两组儿童，在自尊量表方面，大多数 7 岁儿童都为自己感到自豪，并且一直有很多好的想法。另一方面，在日常功能能量表中，5 岁儿童一直期待着去托儿所/幼儿园，而 7 岁儿童则担心自己的未来。

孩子们如何使用信息技术（ICT）

孩子们对数字媒体的实际使用通常包括：听音乐、玩游戏、做学校作业。另一方面，7 岁儿童也经常使用数字媒体：观看视频短片、拍照、享受锻炼身体的节目、观看学校发放的课程，并通过视频聊天进行交流。

父母参与孩子使用数字媒体在很大程度上体现在：选择孩子观看/使用的内容；在孩子使用数字媒体时随时关注他/她；与孩子谈论他/她正在观看的内容；鼓励孩子决定使用媒体时间的长短；一起做研究；支持孩子，使他/她可以进行有难度的活动。此外，7 岁儿童的父母不仅与孩子一起观看和使用数字媒体，还允许孩子单独观看和使用数字媒体。

对比疫情前和疫情期间，两个年龄组在疫情期间在室内玩耍的时间都增加了，而户外玩耍的时间减少了。因此，使用数字设备和在家观看的时间增加了。7 岁儿童的母亲对儿童使用数字媒体作为娱乐、游戏工具以及学习工具不觉得那么适应。

信息技术（ICT）元素内部的关联性

图 4 显示了不同 ICT 元素之间的相关性。(Q12) 儿童日常活动时间（玩耍、在家学习、数字媒体使用等）的总和与 (Q9) 数字媒体的实际使用以及 (Q10) 使用数字媒体时的父母参与，以及 (Q14) 疫情前和疫情期间相比，孩子玩耍和使用数字媒体的时间长短的变化呈弱负相关。此外，它与 (Q11) 从不同角度来看妈妈对孩子使用信息通信技术 (ICT) 感到不安的情绪的变化总和呈弱正相关。

母亲对孩子使用 ICT 感到不安情绪的变化 (Q11) 与 (Q14) 疫情前和疫情期间相比，孩子使用 ICT、在家学习、玩耍的时间长短的变化的总和呈弱正相关。这表明，让儿童参与各种活动会减少花在数字媒体上的时间，从而减少了父母的参与并减缓母亲对儿童使用 ICT 的不安的情绪。

类似地，(Q9) 受试儿童对数字媒体的实际使用与 (Q10) 受试儿童使用数字媒体时的父母参与度有很强的正相关。

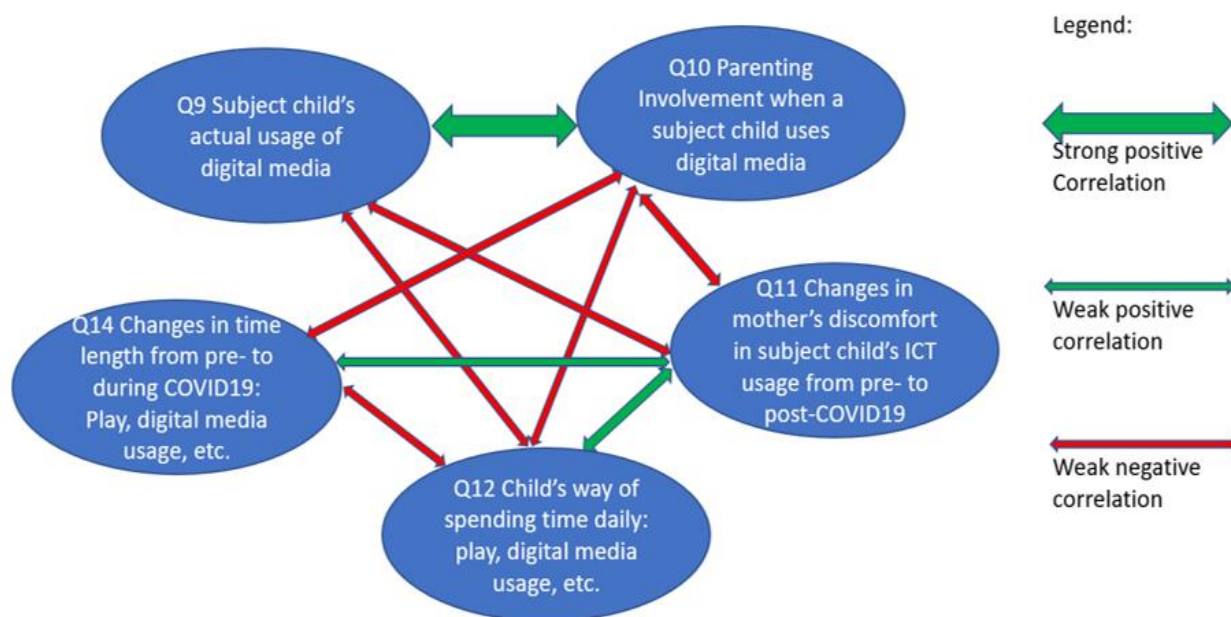


图 4. ICT 元素之间的关联性

CYRM-R（心理弹性）和 KINDL（生活质量）之间的关联性

图 5 显示了 CYRM-R（心理弹性）和 KINDL（生活质量/幸福感）之间的相关性。 $p < .01$ 时，心理弹性与生活质量/幸福感之间存在显著的正相关关系。这表明，心理弹性水平越高，生活质量（幸福感）就越高。



图 5. CYRM-R（心理弹性）与 KIDL（生活质量）之间的关联性

5 岁和 7 岁儿童总体来看，个人心理弹性与自尊心（Q7.9 至 Q7.12）、朋友（Q7.17 至 Q7.19）和日常功能（在幼儿园和学校表现；Q7.21 和 Q7.22）有强相关关系。此外，个人心理弹性与身体健康的相关性较弱（Q7.1 至 Q7.4）。但是另一方面，“关系复原力”与自尊心有很强的相关性，但与身体健康、朋友和日常功能（学校表现）的相关性较弱。

然而，仅在 7 岁儿童中，情绪健康（Q7.7 和 Q7.8）与个人心理弹性之间的相关性较弱。

心理弹性（CYRM-R）与信息通信技术（ICT）之间的关联性

5 岁和 7 岁儿童总体而言，心理弹性和 信息通信技术 的所有分量表彼此之间没有显著相关性。

然而，对于 5 岁儿童来说，心理弹性（CYRM-R）的(Q6) 子量表个人的心理弹性与 (Q12) 子量表 ICT 元素，儿童日常活动时间（玩耍、学习、家庭学习、数字媒体使用等）之间存在显著正相关性，相关性较弱。这表明儿童每天利用时间的方式会影响个人的心理弹性。儿童一天当中利用时间的方式可能会影响他们在学校表现好不好、调整行为适当不适当、与朋友互动多不多以及是否积极尝试学习新事物。表现活跃、有创造力、愿意尝试新事物、参与他们感兴趣的、看电视和电影以及使用互联网往往是应对疫情的支持性因素（儿童协会，2020 年；国家统计局，2020 年），这与新经济学基金会（Aked 等, 2008）提出的幸福感的五个主要影响因素一致，即与他人互动、活跃、注意力、不断学习，以及给予。

对于 7 岁儿童来说，（Q11）母亲对儿童使用信息通信技术（ICT）不安情绪的变化与 心理弹性（CYRM-R） 的两个分量表呈弱正相关。这表明父母对孩子使用数字媒体越

没有抵触，儿童的个人心理弹性和关系复原力就越高。疫情期间，父母可能更认可使用数字媒体了，尤其是在封锁和隔离期间需要与他人保持联系。Bohnert 和 Gracia (2020) 引用的研究指出，数字媒体的使用往往与幸福感呈正相关，尤其是在通过数字媒体与他人建立社交联系方面。事实证明，在疫情封锁期间，由于要保持必要的社交距离，与他人保持社交联系是困难的，使用社交媒体与家人和朋友进行网上联系成为主要的沟通方式之一，也成为儿童发展的支持因素（Bartlett & Vivrette, 2020; Gabbiadini 等, 2020）。

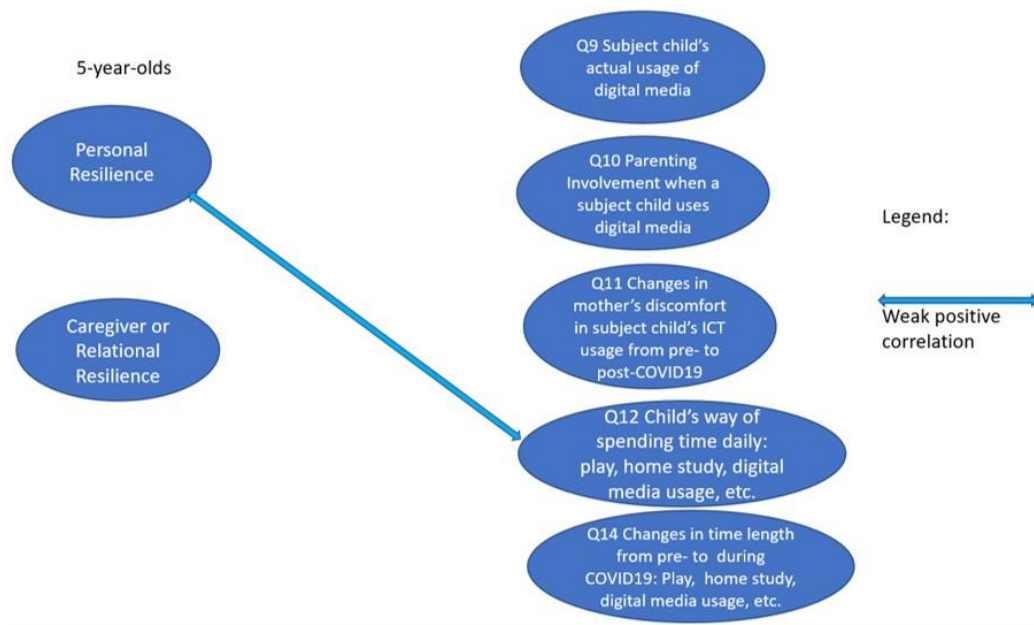


图 6-a 心理弹性（CYRM-R）与信息通信技术（ICT）之间的相关性（5 岁儿童）

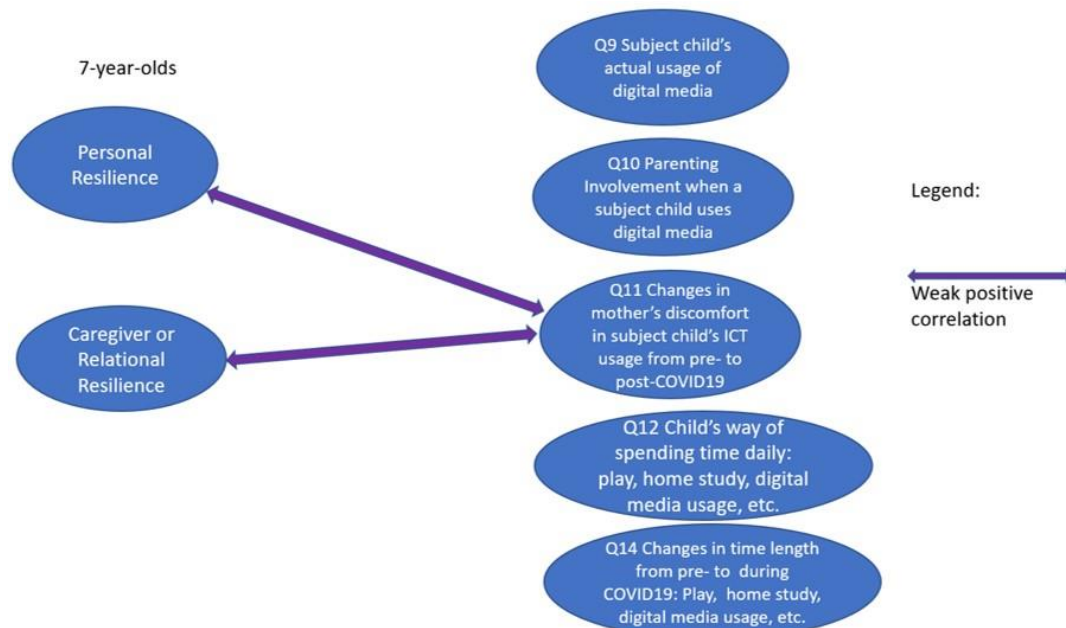


图 6-b CYRM-R 与 ICT 之间的相关性（7 岁儿童）

KINDL（生活质量/幸福感）与 ICT（信息通信技术）之间的关联性

图 7 显示了 KINDL（生活质量/幸福感）和 ICT（信息通信技术）元素之间的相关性。总体而言，5 岁儿童和 7 岁儿童加在一起，只有（Q7.1）KINDL 的身体健康分量表与（Q9）受试儿童在对 ICT 元素中数字媒体的实际使用存在弱的正相关。这可能意味着孩子使用数字媒体越多，孩子感觉越良好、越精力充沛。

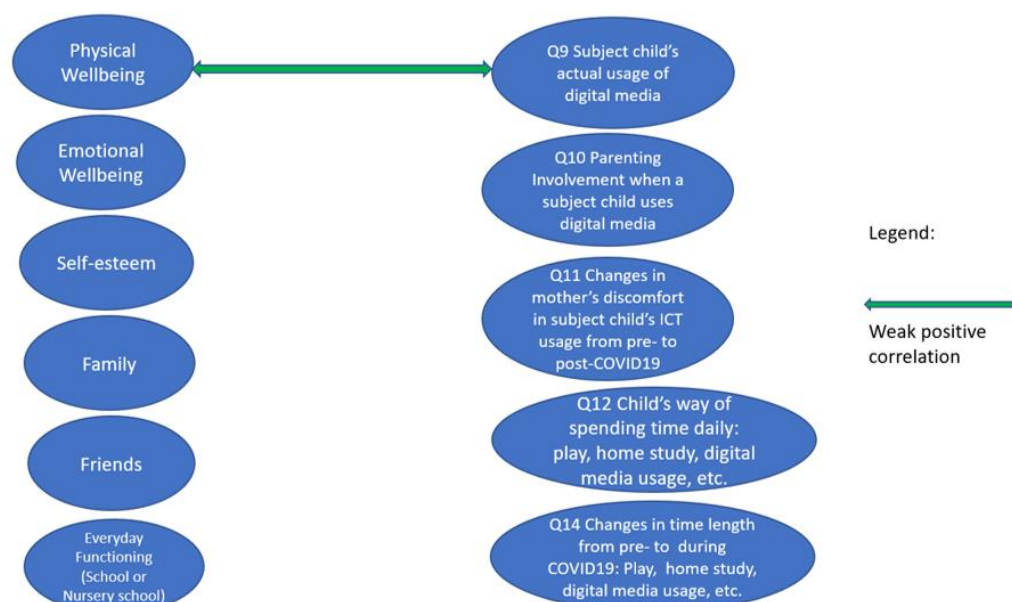


图 7. KINDL(生活质量) 与 ICT（信息通信技术）之间的关联性

然而，对于 5 岁儿童来说，KINDL（生活质量/幸福感）的子量表 (Q7.21-24) 在幼儿园表现能力与 (Q10) ICT 元素中受试儿童使用数字媒体时的父母参与度有微弱的正相关。由于菲律宾的所有学校都在进行混合式学习、模块学习和在线学习，因此 5 岁儿童使用技术时的家长参与度也有所增加。对于 7 岁儿童来说，只有 KINDL 的子量表 (Q7.9-12) 自尊心与 (Q11) 疫情前后母亲对儿童使用 ICT 感到不安的情绪的变化呈弱正相关。这意味着父母在孩子使用技术方面变得更加放心，允许他们将其用于各种目的，这与孩子自尊心提高之间存在相关性。

本研究的发现和局限性

根据菲律宾的数据，5 岁和 7 岁儿童的心理弹性和生活质量（幸福感）没有显著差异。此外，心理弹性与生活质量（幸福感）有很强的正相关关系。另一方面，心理弹性和信息通信技术之间没有显著相关性；而只有生活质量（幸福感）的身体健康方面与儿童对数字媒体的实际使用呈弱正相关。最后，当儿童使用数字媒体时，儿童对数字媒体的实际使用与父母参与度有很强的正相关关系。

基于这些发现得出的结论是，虽然父母在孩子使用数字媒体时的参与对孩子的实际媒体使用至关重要，但最终，孩子的心理弹性和幸福感并不取决于数字媒体的使用。

建议父母的参与应侧重于确保儿童使用数字媒体时的身体健康。具体而言，应仔细监督屏幕时间的长短，并安排各种活动以平衡数字媒体的使用。对于学校来说，应该考虑数

字媒体使用时涉及到的人体工学。对于政府而言，可以加强关注父母的人识和支持，以促进心理弹性、幸福感和数字媒体使用的举措。

可以进行一项纵向研究，来跟踪和评估儿童在心理弹性、幸福感和数字媒体使用方面的变化。还可以进一步研究疫情后儿童在心理弹性、幸福感和数字媒体使用方面的情况。

参考文献

- Aked, J., Marks, N., Cordon, C. & Thompson, S. (2008). Five Ways to Wellbeing: A report presented to the Foresight Project on communicating the evidence base for improving people's well-being. <https://neweconomics.org/2008/10/five-ways-to-wellbeing>
- Alotaibi, T., Almuhan, R., Alhassan, J., Alqadhib, E., Mortada, E., & Alwhaibi, R. (2020). The Relationship between Technology Use and Physical Activity among Typically-Developing Children. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 8(4), 488. <https://doi.org/10.3390/healthcare8040488>
- Bartlett, Jessica Dym & Vivrette, Rebecca (2020). Ways to Promote Children's Resilience to the COVID-19 Pandemic. <https://www.childtrends.org/publications/ways-to-promote-childrens-resilience-to-the-covid-19-pandemic>
- Bohnert, M., & Gracia, P. (2021). Emerging Digital Generations? Impacts of Child Digital Use on Mental and Socioemotional Well-Being across Two Cohorts in Ireland, 2007–2018. *Child Ind Res* 14, 629–659 (2021). <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09767-z>
- Gabbiadini A, Baldissarri C, Durante F, Valtorta RR, De Rosa M, & Gallucci M (2020) Together Apart: The Mitigating Role of Digital Communication Technologies on Negative Affect During the COVID-19 Outbreak in Italy. *Frontiers in Psychology* 11:554678. doi: 10.3389/fpsyg.2020.554678
- Office for National Statistics (2020). Coronavirus and the social impacts on young people in Great Britain: 3 April to 10 May 2020: Indicators from the Opinions and Lifestyle Survey on the impact of the coronavirus (COVID-19) pandemic on young people in Great Britain. <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/agein/g/articles/coronavirusandthesocialimpactsonyoungpeopleingreatbritain/3aprilto10may2020>
- Ra CK, Cho J, Stone MD, et al. (2018). Association of Digital Media Use With Subsequent Symptoms of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder Among Adolescents. *JAMA*. 2018;320(3):255–263. doi:10.1001/jama.2018.8931
- Smahel, D., Wright, M. F., & Cernikova, M. (2015). The impact of digital media on health: children's perspectives. *International journal of public health*, 60(2), 131–137. <https://doi.org/10.1007/s00038-015-0649-z>
- The Children's Society (2020). Life On Hold: Children's Well-being and COVID-19.

<https://www.childrenssociety.org.uk/information/professionals/resources/life-on-hold>

Ungar, M., & Liebenberg, L. (2011). Assessing resilience across cultures using mixed methods: Construction of the child and youth resilience measure. *Journal of Mixed Methods Research*, 5(2), 126-149.

致谢

感谢 Leonor Diaz 博士、Micah Denise del Mundo 女士、Frances Kristine Canon 女士和 Ma 女士。感谢 Carolina de Ocampo 在数据收集方面提供的支持。感谢统计学家 Armi Lantano 女士。