

# 从“监工”到“向导”：人工智能时代城市高中生 家长闲暇教育的角色重塑

杨美琪

广西师范大学 广西 桂林 541000

**【摘要】**：人工智能正在重塑城市高中生的闲暇生活图景，也对家长的闲暇教育职责提出了新挑战。调查显示，超六成高中生使用过 AI，其中 71% 用于辅助完成作业，但近七成家庭未制定 AI 使用规则，两成多学生表示“不想自己思考”。在此背景下，城市高中生家长普遍面临闲暇焦虑与教育焦虑的双重叠加、AI 使用管理的滞后缺位、亲子关系因技术介入而产生新张力等困境。究其深层成因，闲暇价值观的错位、城市教育竞争的结构压力以及家长 AI 素养的普遍不足是主要制约因素<sup>[1][2]</sup>。本文提出，家长应从“学业监工”转型为“成长向导”，通过认知重塑、能力建设和实践改进三个维度构建人工智能时代的家庭闲暇教育新模式。

**【关键词】**：人工智能；闲暇教育；城市高中生；家长角色；家庭教育

DOI:10.12417/2705-1358.26.08.078

## 1 引言

人工智能正以前所未有的速度渗透至家庭教育的各个环节。2025 年中国青少年研究中心的一项多阶段随机抽样调查显示，超六成（61.7%）受访中小学生使用过 AI，其中高中生使用比例高达 69.5%。与此同时，78.2% 的学生曾使用生成式 AI 完成作业或撰写文稿，其中 64.5% 承认在未标注来源的情况下直接提交 AI 生成内容。然而，近七成（67.9%）家庭没有制定 AI 使用规则，两成多学生表示“不想自己思考”，一成多学生完全相信生成式 AI 提供的内容。

这些数据揭示了一个严峻的现实：人工智能已深度嵌入学生的日常生活，而家庭教育尚未做好充分准备。尤其对于城市高中生群体而言，情况更为复杂。城市家庭拥有更丰富的 AI 资源和更便捷的信息获取渠道，但同时面临着更为集中的学业竞争压力，家长的教育焦虑水平普遍较高<sup>[3]</sup>。长期以来的应试教育路径依赖，使得闲暇教育在家庭教育中长期处于边缘地位<sup>[1]</sup>。当 AI 技术不断模糊学习与娱乐的边界、效率与思考的界限时，城市高中生家长如何在智能技术环境中科学履行闲暇教育职责，成为一个亟待研究的现实课题。

本文聚焦于城市高中生家长这一特定群体，基于相关调查数据和已有研究成果，系统分析其在人工智能时代开展闲暇教育面临的多重困境及其深层成因，在此基础上提出家长角色的转型方向与实践策略。

## 2 城市高中生家长闲暇教育的现实困境

### 2.1 闲暇焦虑与教育焦虑的双重叠加

长期以来，城市高中生家长的教育焦虑是一个被广泛关注

的现象。以上海市某中学为例的调查表明，高中家长在孩子学习管理、人身安全以及未来发展方面存在较高水平的焦虑<sup>[3]</sup>。父母过高的教育期望与高中生的学业焦虑之间存在着显著的正相关关系<sup>[4]</sup>。

人工智能时代，这种焦虑出现了新的形态——“闲暇焦虑”。所谓闲暇焦虑，是指家长面对子女的闲暇时间时产生的迷茫、不安与失控感。由于长期以来基础教育缺乏利用闲暇时间促进学生各项素质发展的意识和经验，“双减”政策实施后，“广大家长和教师乃至很多中小学生都出现了闲暇焦虑问题”<sup>[3]</sup>，这种焦虑“既来自传统教育思想和应试教育的不良影响，也与我国优质教育资源的短缺直接相关”<sup>[2]</sup>。

对城市高中生家长而言，教育焦虑与闲暇焦虑相互交织、彼此强化。当家长看到孩子使用 AI 工具时，第一反应往往是“是不是在偷懒”，而非“这项活动对孩子的成长有什么价值”。这种焦虑驱动的反应模式，使得许多家长在闲暇教育中要么过度干预（严格限制一切“非学习”活动），要么完全放任（因管不了而放弃管理），难以找到平衡点。

### 2.2 AI 使用管理的滞后与缺位

城市高中生家长在 AI 使用管理上的滞后，在规则、认知和行动三个层面均有突出表现。

在规则层面，调查显示，近七成家庭没有制定 AI 使用规则，农村家长“不管”的比例（20.3%）高于城市（15.6%），但即便在城市家庭中，管理的规范性和系统性也严重不足。绝大多数城市家长尚未就“什么时候可以用 AI”“什么内容可以用 AI 生成”“使用时长如何控制”等核心问题与孩子形成明确约定。

在认知层面，许多家长对 AI 工具的理解停留在“搜题软件”“作业帮手”的层面，未能充分认识到生成式 AI 对学习方式和思维习惯的深层影响。有教师反映，“现在改学生作业，有时也不知道怎么去界定是否用了 AI”。当教师尚且面临这一困境，家长的判断难度可想而知。

在行动层面，由于自身 AI 素养的不足，许多家长缺乏监督和引导孩子 AI 使用的有效方法，只能采取“收设备”这种最后的管控手段，技术鸿沟使他们在孩子的 AI 使用面前处于被动地位。

### 2.3 亲子关系因技术介入而产生新张力

AI 不仅改变了学习方式，也在重塑亲子互动的形态。调查显示，近半数孩子在遇到烦恼时选择求助 AI 而非身边人，超两成学生甚至“只想和 AI 聊天，不想和真人聊天”。有学者指出，当 AI 承担“陪伴”角色时，家长与孩子的深度对话会明显减少，AI 虽然能够模拟对话，但无法替代人类的情感交流与共情<sup>[4]</sup>。

在城市高中生家长中，这一现象尤其值得警惕。当孩子面临学习困难时，部分家长的第一反应是“买个 AI 学习机”而不是“坐下来和孩子一起分析问题”；当孩子需要心理支持时，AI 提供的永远是迎合性回应，而这种“单薄的情绪支持”无法满足孩子的深层需要<sup>[5]</sup>。正如孙宏艳所指出的，“AI 总在哄孩子”，它倾向于迎合用户，还能秒回，但就算再像人，它给的仍是单薄的情绪支持，“不解渴”。

更令人担忧的是，调查还发现了一条恶性循环链：自我报告师生关系“很差”的学生中，用 AI 代写作业的比例（19.2%）比关系“很好”的学生（8.8%）高出超过 10 个百分点；超过半数（51.2%）师生关系差的学生称只想和 AI 聊天。这说明，当现实中的人际关系出现问题，AI 便成为学生的“避风港”，而家长若未能及时介入，这种虚拟逃避将进一步削弱亲子关系的质量。

## 3 困境成因的深层分析

### 3.1 闲暇价值观的错位与应试教育的路径依赖

闲暇教育困境的首要成因，在于闲暇价值观的错位。长期以来，应试教育塑造了一套以“学业成就”为核心的家庭教育评价体系，闲暇时间被视为“学习的剩余”而非“发展的空间”。有学者从“闲暇”理念出发，指出“劳动”与“闲暇”的对立造成生活的割裂，“以‘闲暇’超越‘必然’可消解生活的割裂，培养‘完整的人’”<sup>[1]</sup>。然而在现实中，城市家庭作为教育竞争的“前哨阵地”，这种路径依赖尤为深刻。家长虽然在口头上认同“素质教育”，但在行动中仍然将绝大部分教育注意力集中在学科成绩上，闲暇时间往往被额外的练习和补习所

填充，而非用于培养孩子的兴趣、审美或自主性。

### 3.2 城市教育竞争的结构性压力

城市是教育竞争最为激烈的场域。重点高中和名牌大学的录取名额有限，而城市家庭对子女的教育期望普遍较高，这种“高期望—有限资源”的结构性矛盾使得城市高中生家长承受着巨大的心理压力。研究表明，父母教育期望对高中生学业焦虑有显著的正向预测作用<sup>[4]</sup>。当家长感到“再不抓紧就来不及了”时，他们会采取更为严格的控制策略，进一步压缩孩子的闲暇空间。在这种压力下，闲暇教育被视为“奢侈品”——只有学业无忧的孩子才“配”拥有高质量的闲暇生活。这种功利主义的闲暇观，使许多家长即便意识到闲暇教育的重要性，也难以在实际中践行。

### 3.3 家长 AI 素养的普遍不足

家长 AI 素养的不足是人工智能时代闲暇教育困境的技术性成因。这里的 AI 素养不仅指操作技能，更包括对 AI 原理、能力边界和伦理风险的认知，以及运用 AI 工具服务教育目标的能力。从已有研究来看，我国家庭教育指导服务体系尚不完善，家长在数字化教育方面的专业化支持相对匮乏<sup>[6]</sup>。大多数家长对 AI 的认知主要来自媒体报道和社交平台，信息渠道单一且碎片化。更为关键的是，许多家长缺乏“元认知”层面的 AI 素养——即反思和批判 AI 使用行为的能力。他们可能知道某个 AI 工具“很好用”，但很少思考“为什么好用”“长期使用会有什么影响”。这种浅层化的技术认知，使得家长在面对孩子的 AI 使用问题时，要么盲目禁止，要么盲目放任。

## 4 家长角色的应然转型：从“学业监工”到“成长向导”

面对上述困境，城市高中生家长的角色亟需重新定位。长期以来，许多家长习惯于扮演“学业监工”的角色——监控学习进度、检查作业完成情况、限制娱乐时间。在人工智能时代，这种角色的局限性日益凸显：AI 能够轻易绕过监控，而“监工”心态本身也在损害亲子关系和孩子的自主性。正如有学者所提出的，家长应从“知识传递者”转型为“学习引导者”，在技术浪潮中守护教育的温度与智慧<sup>[7]</sup>。

本文提出，城市高中生家长应从“学业监工”向“成长向导”转型。“成长向导”的内涵包含三个核心维度：

其一，从“控制行为”转向“引导价值”。学业监工关注的是“孩子在做什么”，而成长向导关注的是“孩子为什么这样做”。在 AI 使用问题上，向导型家长不会简单地问“你用 AI 写作业了吗”，而是会和孩子探讨“AI 帮你解决了什么问题”“哪些部分是你自己思考的”。

其二，从“代替决策”转向“赋能选择”。成长向导型家

长相信孩子有能力为自己做出适当的选择,其角色是为孩子提供决策所需的信息和框架。在闲暇教育中,这意味着家长应与孩子共同制定规则,一起评估不同选择的利弊。

其三,从“技术恐惧”转向“协同学习”。面对快速迭代的AI技术,向导型家长将自己定位为“终身学习者”,主动了解AI技术的原理和应用,与孩子一起探索、试错和反思。这种“协同学习”的姿态不仅有助于弥合技术鸿沟,更能向孩子传递一种重要的价值观:面对新事物,保持开放、理性和批判的态度,比固守旧习惯更有意义<sup>[7]</sup>。

需要强调的是,“成长向导”并非意味着完全放手。恰恰相反,向导的角色比监工更具挑战性——它要求家长具备更高的教育智慧、更丰富的知识储备和更强的沟通能力。

## 5 实践策略

### 5.1 认知重塑:确立面向AI时代的闲暇价值观

认知转变是闲暇教育的起点。家长需要从三个方面重塑教育观念:首先,确立“闲暇即教育”的理念,认识到高质量的闲暇生活本身就是深刻的教育,AI技术的介入不是对闲暇的“污染”,而是拓展闲暇教育可能性的新契机<sup>[1]</sup>;其次,接受“人机协同”的学习模式,帮助孩子区分“合理使用AI”与“过度依赖AI”的边界;最后,建立“过程重于结果”的评价导向,当AI能够轻易生成“完美”的作品时,家长需要将评价重心从产品转向过程,关注孩子在使用AI时的思考与探索。

### 5.2 能力建设:提升家长AI素养与闲暇教育能力

家长的能力建设是角色转型的关键支撑。在AI素养方面,家长需要了解生成式AI的基本原理、能力边界和潜在风险,掌握与孩子讨论AI伦理问题的基本方法。正如有学者所强调

的,学生应以批判性思维使用AI,采用“苏格拉底式对话”方式与其互动——提问、质疑、验证、重构,同时家长应主动提升数字素养,研判教育趋势,协助孩子做好未来规划<sup>[7]</sup>。在闲暇教育能力方面,家长需要掌握科学引导孩子规划闲暇时间的策略,包括与孩子一起制定闲暇计划、识别孩子的兴趣点和发展需求、利用社区资源和线上平台丰富闲暇体验等<sup>[6]</sup>。

### 5.3 实践改进:构建家校社协同的闲暇教育共同体

闲暇教育不是家长单方面的责任,而是需要家庭、学校和社会协同推进的系统工程<sup>[6]</sup>。在学校层面,学校应将闲暇教育纳入家校共育内容,通过家长学校、专题论坛等形式,向家长传递科学的闲暇教育理念和实用方法。在社区层面,公共图书馆、科技馆、青少年活动中心等应提供丰富的闲暇教育资源,并组织与AI技术相关的体验活动。在家庭层面,家长应主动构建家庭闲暇文化,建立家庭数字设备使用公约,创造“无屏幕时间”,保障亲子深度对话的空间。

## 6 结语

人工智能时代,城市高中生家长的闲暇教育正面临着从“控制”到“引导”、从“焦虑”到“从容”、从“技术恐惧”到“人机协同”的深刻转型。这场转型的核心,是家长角色的根本重塑——从“学业监工”走向“成长向导”。当AI技术日益高效地解决“如何”层面的问题时,教育越需要回归“为何”层面的追问。正如有学者所言,家庭教育归根结底是以“人性”教育为重点的,AI可以提供辅助,但无法替代父母的情感投入和价值引导<sup>[5]</sup>。对于城市高中生家长而言,这需要政策支持、学校协助和社区资源的共同支撑,更需要家长自身的觉醒与行动。唯有如此,人工智能时代的高中生才能在技术的便利与人文的关怀之间找到平衡,在闲暇的自由中成长为真正“完整的人”<sup>[1]</sup>。

## 参考文献:

- [1] 李海萍,上官知立.超越“必然”之困:基于“闲暇”理念的教育转向[J].高等教育研究,2021,42(09):17-24.
- [2] 孙雪茹.论“双减”背景下的闲暇教育[J].安徽教育科研,2023,(30):1-4.
- [3] 夏晓娟,杜晓雅,李彩霞.高中家长教育焦虑的现状调查与改进建议——以上海市F中学为例[J].现代教学,2023,(12):33-38.
- [4] 杜晓婷,李新影.父母教育期望对高中生学业焦虑和学业成绩的纵向影响[J].教育生物学杂志,2023,11(04):290-296+309.
- [5] 宋耀晨.人工智能让家庭教育更轻松[J].家庭科技,2021,(05):17-19.
- [6] 李超民,姚可欣.家校社协同育人视阈下家庭教育的转型与升级[J].湖南人文科技学院学报,2024,41(03):122-128.
- [7] 张诗瑶.AI重塑家庭教育[M].中国人民大学出版社:202504:299.