

网络行为对小学生心理健康的影响 及美育调节机制研究

崔馨甜 杨晓彤 龚诗羽 林婧 何雨绮

江西科技师范大学教育学部，南昌

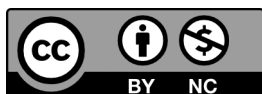
摘要 | 在互联网全面普及与小学生网络使用低龄化的背景下，网络行为已成为影响小学生心理健康发展的重要因素。为探究网络行为对小学生心理健康的具体影响，以及美育在其中发挥的调节与干预作用，本研究以小学阶段学生为研究对象，采用文献研究法、问卷调查法与实证分析法，系统分析小学生网络使用时长、内容偏好、行为习惯等对其情绪状态、社交能力、自我认知及心理适应性的正向与负向作用。研究发现，过度网络使用、不良网络内容接触易引发小学生焦虑、孤独、注意力分散及现实社交退缩等心理问题。同时，美育能够通过情感陶冶、审美培养与艺术实践，有效缓冲网络行为带来的心理负面影响，提升小学生情绪调节能力与心理韧性。基于此，本研究构建学校、家庭、社会协同的美育干预路径，为缓解小学生网络心理问题、促进其心理健康发展提供实践参考。本研究丰富了小学生心理健康与美育交叉领域的研究成果，也为新时代五育并举背景下的儿童心理教育提供理论支撑与实践思路。

关键词 | 网络行为；小学生；心理健康；美育；调节作用

Copyright © 2026 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 绪论

1.1 研究背景

数字化时代下，小学生成为“数字原住民”，网络接触呈现低龄化趋势。短视频、网络游戏等对儿童的注意力、情绪管理及社交模式产生显著影响。本研究紧扣国家关于“全面加强和改进新时代学校美育工作”的要求，探究美育作为心理干预手段的必要性。

1.2 研究意义

理论层面：丰富儿童网络心理与美育心理学的交叉

研究。实践层面：为家长和教育者提供科学的网络引导策略，提供“美育”这一可行的心理疏导方案。

1.3 国内外研究现状

主流结论：过度/问题性网络使用与抑郁、焦虑、孤独、注意力下降、睡眠障碍、攻击行为显著正相关。*JAMA Pediatrics*综述（153项追踪研究）证实：媒体使用强度越高，心理/行为/学业风险越高，其中社交媒体的影响最为突出。英国曼彻斯特大学（有2.5万青少年追踪研究）认为，单纯上网时长≠直接致病，其影响更为复杂；游戏具有双面性：暴力内容会增加攻击行为，但

通讯作者：崔馨甜，江西科技师范大学教育学部，研究方向：教育心理学。

文章引用：崔馨甜, 杨晓彤, 龚诗羽, 林婧, 何雨绮. (2026). 网络行为对小学生心理健康的影响及美育调节机制研究. *中国心理学前沿*, 8(5), 714-720.

<https://doi.org/10.35534/pc.0805106>

部分游戏可小幅提升认知能力。国内小学生网络使用现状：小学生互联网普及率达95.1%，近2成有心理依赖；学生的过度上网导致其出现一系列问题如焦虑、抑郁、孤独、现实社交退缩、注意力不集中、学业下滑、不良信息冲击三观等一系列问题。

19世纪末起，艺术治疗逐渐系统化：美国南姆伯格奠定艺术治疗基础、欧美中小学广泛开展艺术取向心理健康教育等，其实证效果包括：音乐/绘画/戏剧可降低压力激素、提升BDNF（抗抑郁相关因子）、改善情绪、增强社交与自我表达能力；德国音乐治疗效果等效于药物，且复发率更低，艺术疗愈用于灾后心理重建、特殊儿童干预，安全有效。国内“乐药同源”“五音疗疾”，美育与情志调节结合已久。华东师大4年研究证实学校美育显著促进心理健康；乡村美育课程可使1/3临界心理风险学生回归健康区间，提升其情绪管理能力与自信心。

1.4 研究内容与研究思路

调查小学生网络行为、美育参与及心理健康的现状特征。分析不同人口学与行为分组下小学生心理健康的差异。探究网络行为、美育参与与心理健康的相关及预测关系。检验美育参与在“网络行为—心理健康”间的调节作用。

本研究遵循“现状描述—差异比较—关联分析—机制检验”的研究路径：梳理相关文献，提出“网络行为影响心理健康，美育参与可能调节该关系”的研究假设，采用问卷法收集小学生人口学、网络行为、美育参与及心理健康相关数据，进行信效度检验与数据清洗，通过描述统计、差异分析、相关分析、回归分析及调节效应检验，验证研究假设，总结研究结论并提出促进小学生心理健康的实践建议。

1.5 研究方法

采用整群抽样法抽取某地区小学生，回收有效问卷184份。研究使用成熟的心理健康量表、自编/修订的网络行为与美育参与量表。数据处理方面，先通过Cronbach's α 系数、探索性因子分析及Harman单因子检验完成信效度检验与共同方法偏差控制；再运用描述统计、独立样本 t 检验、单因素方差分析、皮尔逊相关分析、多元线性回归及分层回归，完成变量特征分析、差异检验、关联预测与调节效应验证。

2 核心概念界定

2.1 网络行为

网络行为是指个体依托互联网技术与各类数字终端设备，在网络空间中开展的信息交互、内容浏览、沟通交流、娱乐休闲、学习实践等一系列活动的总称，是个体在虚拟环境中形成的稳定行为模式与外在表现。对

于小学生群体而言，网络行为既包含以学习为导向的积极行为，如查阅学习资料、观看科普内容、参与线上课程等，也包含以娱乐休闲为主的日常行为，如短视频浏览、网络游戏、社交软件互动等，同时也涵盖可能对身心健康产生负面影响的消极行为，如过度上网、接触不良信息、盲目网络消费等。小学生网络行为的形成受年龄特征、家庭监管、学校教育及网络环境等多重因素影响，其行为频率、内容选择与使用习惯，直接反映出小学生的网络适应能力与媒介素养水平，也是衡量其网络使用规范性与健康度的重要依据。网络行为的发生对小学生自身的发展具有影响作用，这种影响既可能是正向的，也可能是负向的。

2.2 美育

美育是指审美教育或美感教育。自古以来，人们对于美的追求从未中断，学术界对于美育有着不同的解析，并将其划分为狭义的概念与广义两个层面：狭义的美育一般专指“艺术教育”，即音乐、美术、舞蹈、戏曲等艺术形式的教育；广义的美育主要是指对人的性格进行全方位培养，以此造就健全的人格。总结以往关于美育的概念解析，可发现其共同点：一是美育的主要功能在于培养人向善、向美的情感，使人成为“完人”；二是美育与其他各育在育人过程中既密不可分，又具有不可替代的独立性；三是实践层面的美育必须以美学理论为基础。基于以上学者对美育概念的分析，本研究所指的美育活动是学校与家庭依据美育教育目标，面向学生开展的，以审美感知、审美鉴赏、审美表达与审美创造为核心内容的系统性教育实践，是落实素质教育、培育学生健全人格的重要途径。美育活动形式多元，既包含音乐、美术、书法、舞蹈等艺术类课程与实践创作，也涵盖自然景观欣赏、传统文化体悟、校园文化营造、艺术作品赏析等沉浸式体验活动。在小学教育阶段，美育活动贴合学生的身心发展特点，注重引导学生发现生活中的美、理解艺术中的美、创造属于自己的美，在实践过程中陶冶道德情操、提升审美品位、发展创新思维，最终实现审美素养、人文素养与心理品质的协同发展，为学生形成健康的审美观念与积极的人生态度奠定基础。

3 小学生网络行为与心理健康现状调查

3.1 调查设计

问卷分为两部分：小学生上网情况调查问卷：涵盖上网时长、设备、用途、上网习惯及家长监管情况。心理健康调查问卷：评估学生情绪状态、人际交往、学习适应、心理压力等情况。本研究采用匿名问卷调查法，以班级为单位统一发放、现场填写并回收问卷。

3.2 量表信效度检验

对心理健康量表的信度分析显示,量表整体克隆巴赫 α 系数为0.792,表明量表内部一致性良好。各维度删除后的克隆巴赫 α 系数介于0.713至0.769之间,均低于整体 α 值,说明各维度对量表信度具有正向贡献,量表结构稳定可靠,适合进一步分析。

3.3 描述性统计

3.3.1 被试基本人口学特征

本次调查共回收有效问卷184份,其中男生85人(45.9%),女生99人(53.5%)。

3.3.2 小学生网络行为现状

- (1) 是否上网: 100%的小学生都上过网。
- (2) 上网设备: 93%的小学生使用手机上网, 16.2%的小学生使用电脑上网。
- (3) 上网地点: 95.7%的小学生在家上网。
- (4) 日均时长: 日均上网1小时以下110人。
- (5) 日均上网1~2小时44人, 2~3小时19人, 4小时以上9人。
- (6) 上网目的: 小学生上网以看视频(76.2%)、查找资料(63.8%)、聊天(57.8%)和玩游戏(55.7%)为主,网购、看新闻等目的性较强的行为占比较低。
- (7) 对网友的看法: 40%的小学生有网友,多数将其视为消遣对象(44.3%),部分认为可畅所欲言(24.9%)或虚幻不可靠(28.1%),体现出对网络社交的复杂认知。
- (8) 网龄: 小学生网龄以“不到一年”(44.3%)和“一至三年”(29.5%)为主,73.8%的学生网龄不超过3年,整体接触网络时间较短。
- (9) 上网花费: 82.9%的学生上网花费在10元以下,50元以上的高消费占比仅5.6%,消费行为以小额为主,高消费现象罕见。
- (10) 父母态度: 父母对孩子上网的态度以“不支持”为主(50.0%),“支持”和“无所谓”分别占26.4%和23.6%,体现出较强的管控意识。

3.3.3 小学生心理健康现状

本研究对184名小学生的心理健康各维度进行描述性统计,结果如下:

- (1) 情绪与心情维度: 平均分为13.39,得分范围为7~20分;
- (2) 学习与压力维度: 平均分为13.75,得分范围为7~20分;
- (3) 人际关系维度: 平均分为14.95,得分范围为7~20分,是各维度中得分最高的一项;
- (4) 家庭与生活维度: 平均分为10.48,得分范围为3~15分;
- (5) 自我感受维度: 平均分为11.17,得分范围为

4~15分。

整体来看,小学生在人际关系维度的得分最高,在家庭与生活维度的得分相对较低,各维度得分均存在一定程度的个体差异。

3.3.4 小学生美育参与现状

本部分从美育活动类型、参与时长、坚持情况、参赛与考级情况及家庭支持度五个维度,对小学生美育参与现状进行描述性统计分析,结果如下。

(1) 美育活动类型分布

本次调查涵盖音乐、绘画、书法、手工、舞蹈五类美育活动。在有效样本中,音乐是最受欢迎的美育形式,喜欢音乐的学生共108人,占有有效样本的59.0%;其次为绘画,喜欢绘画的学生共101人,占有有效样本的55.2%;手工参与度处于中等水平,喜欢手工的学生共73人,占有有效样本的39.9%;书法与舞蹈参与度相对较低,喜欢书法的学生共44人(占24.0%),喜欢舞蹈的学生共39人(占21.4%)。整体来看,小学生美育参与偏好以音乐、绘画为主,传统艺术与舞蹈类活动的普及度有待提升。

(2) 美育参与时长分布

在美育参与时长方面(有效样本 $N=154$),各时段分布较为均衡:参与时长不到一年的学生41人(26.6%),一至二年的学生39人(25.3%),三至五年的学生38人(24.7%),五年以上的学生36人(23.4%)。超过半数(51.9%)学生的美育参与时长在2年及以上,表明多数学生能够保持较长时间的美育学习,兴趣稳定性较强。

(3) 美育坚持情况分布

在美育坚持情况上(有效样本 $N=181$),坚持进行喜欢的美育活动的学生共152人,占有有效样本的84.0%;未坚持的学生共29人,占有有效样本的16.0%。结果显示,绝大多数学生能够持续参与自己喜爱的美育活动,体现出较强的学习毅力与兴趣黏性。

(4) 参赛情况(有效样本 $N=181$)

参加过美育类比赛的学生共111人,占有有效样本的61.3%;未参加过比赛的学生共70人,占有有效样本的38.7%。在考级情况方面(有效样本 $N=180$),参加过艺术考级的学生共70人,占有有效样本的38.9%;未参加过考级的学生共109人,占有有效样本的60.6%。对比可见,学生参与美育竞赛的积极性显著高于考级,说明竞赛更易成为小学生展示美育成果的选择,而考级的专业性门槛可能限制了更多学生参与。

(5) 家庭美育支持度分布

在家庭美育支持度方面(有效样本 $N=181$),非常支持的家庭共100个,占有有效样本的55.2%;比较支持的家庭共59个,占有有效样本的32.6%;不太支持的家庭共17个,占有有效样本的9.4%;完全不支持的家庭共5个,占有有效样本的2.8%。整体而言,近九成家庭对小学生美育参

与持支持或非常支持的态度，为学生美育学习提供了良好的家庭环境与保障。

3.4 差异性检验

3.4.1 独立样本 *t* 检验

以性别为分组变量，对小学生日均上网时长、心理健康各维度及美育参与时长进行独立样本 *t* 检验。结果显示，男女生在日均上网时长、情绪与心情、学习与压力、人际关系、家庭与生活、自我感受及美育参与时长上的差异均不显著。仅在美育坚持意愿维度上，女生得分显著高于男生，提示性别并非影响小学生网络行为与心理健康核心维度的关键人口学变量。

3.4.2 单因素方差分析

以日均上网时长为自变量的分析显示，小学生在学习与压力、情绪与心情、人际关系、自我感受等心理健康维度上存在显著组间差异。事后检验表明，日均上网时长在1小时以下的小学生，在上述维度的心理健康水平显著高于上网时长更长的组别。

以父母美育支持度为自变量的分析发现，其对小学生学习与压力维度存在显著影响，事后检验显示，“不太支持”组的得分显著低于“比较支持”和“非常支持”组；在家庭与生活、自我感受维度上，“不太支持”组的得分也显著低于“非常支持”组。

3.5 相关性分析

3.5.1 网络行为与小学生心理健康相关性分析

为探讨网络行为与小学生心理健康的关系，采用 Pearson 相关分析法，对日均上网时长、网龄、父母上网态度与心理健康各维度进行相关分析，结果如表1所示。日均上网时长与情绪与心情维度、学习与压力维度、人

际关系维度、自我感受维度均呈显著负相关，表明日均上网时长越长，小学生在上述维度的心理健康水平越低，其中对学习压力维度的负向影响最强。

网龄仅与学习与压力维度呈显著负相关，即网龄越长，小学生的学习与压力健康水平越低，与其他心理健康维度无显著关联。

父母对子女上网态度与人际关系维度、自我感受维度呈显著负相关，说明父母对上网的态度越开放，小学生在人际关系与自我感受方面的健康水平越低。

总体而言，网络行为相关指标与小学生心理健康存在不同程度的负向关联，提示更长的上网时长、更久的网龄以及更开放的家庭上网态度，可能对小学生心理健康存在一定消极影响。

3.5.2 美育参与与心理健康相关性分析

相关性分析结果显示，家长对美育活动的支持度与学生继续参与的意愿呈显著正相关，家长支持度越高，学生想要继续坚持美育活动的意愿也越强，这提示家庭支持是推动学生持续参与美育的重要积极因素。

同时，家长对美育活动的支持度与学生的家庭与生活维度、自我感受维度心理健康水平呈显著正相关，说明学生在家庭生活满意度、自我感受等方面的心理健康水平越高，其家长对美育活动的支持度也越高，反映出良好的心理健康状态与家庭对美育的认可之间存在正向关联。

3.5.3 网络行为与美育参与相关性分析

对网络行为与美育参与变量的相关分析显示：小学生日均上网时长与美育参与时长呈显著正相关；网龄与美育参与时长亦呈显著正相关，整体来看，网络行为与美育参与之间存在一定关联，满足调节效应分析的前提条件。

表1 网络行为与心理健康相关性分析

Table 1 Analysis of the correlation between online behaviors and mental health

自变量	情绪与心情维度分数	学习与压力维度分数	人际关系维度分数	家庭与生活维度分数	自我感受维度分数
日均	-0.147*	-0.270***	-0.166*	—	-0.189*
网龄	—	-0.236**	—	—	—
态度	—	—	-0.216**	—	-0.172*

注：***. Correlation at 0.001 (2-tailed)；*. 在 0.05 级别 (双尾)，相关性显著；**. 在 0.01 级别 (双尾)，相关性显著。

表2 网络行为与美育活动相关性分析

Table 2 Analysis of the correlation between online behaviors and artistic education activities

	日均	网龄
时长	0.384***	0.571***
是否继续	0.143	0.486**

注：***. Correlation at 0.001 (2-tailed)；**. 在 0.01 级别 (双尾)，相关性显著；*. 在 0.05 级别 (双尾)，相关性显著。

3.6 回归分析

3.6.1 主效应分析

以心理健康总分为因变量，采用强迫进入法纳入“父母是否支持”“网龄”“美育活动总时长”“日均上网时长”进行多元线性回归分析。结果显示，模型整体拟合显著，可解释心理健康总分31.3%的变异。

回归系数表明：“父母是否支持”对心理健康总分具有极显著正向预测作用；“日均上网时长”具有显著

负向预测作用；“网龄”与“美育活动总时长”的预测作用均不显著。共线性诊断显示，所有自变量VIF值均小于2，无严重多重共线性问题，模型结果稳定可靠。

“网龄”与“美育活动总时长”的预测作用未达显著水平。可能的原因包括：一方面，网龄仅反映上网时间长度，未区分上网内容与使用目的，无法精准捕捉网络使用对心理健康的复杂影响；另一方面，本研究对美育活动的测量可能较为单一，未能充分体现美育在情绪调节、审美体验等方面的潜在增益，未来研究可细化美育类型与质量的测量。

从模型整体来看，本回归模型可解释心理健康总分31.3%的变异，说明除本研究纳入的变量外，仍存在其他重要影响因素（如人格特质、家庭环境等）有待进一步探索。共线性诊断保证了回归结果的稳定性与可靠性，为结论的可信度提供了保障。

表3 主效应分析模型摘要

Table 3 Summary of the main effect analysis model

R	R方	调整后R方	F变化量	自由度1	自由度2	显著性 F变化量
0.559 ^a	0.313	0.294	16.497	4	145	<0.001

注：a. 预测变量：（常量），是否支持，网龄，美育活动总时长，日均上网时长；b. 因变量：心理健康总分。

表5 网络行为的主效应回归

Table 5 Regression of the main effect of online behavior

变量	B	Beta	t	p	VIF
（常量）	73.21	—	28.419	<0.001	—
日均上网时长	-2.353	-0.205	-2.592	0.01	1.197
网龄	-0.591	-0.059	-0.76	0.448	1.172
上网费用	-0.9	-0.08	-1.049	0.296	1.112
父母态度	-1.607	-0.114	-1.534	0.127	1.063

3.6.3 美育活动的主效应回归

为考察美育参与对小学生心理健康的独立预测作用，以心理健康总分为因变量，将美育活动总时长、日均美育时长、是否参赛、是否获奖、家人是否支持作为自变量进行多元线性回归分析。结果显示，回归模型整体显著，调整后 $R^2=0.237$ ，表明美育参与变量可解释23.7%的心理健康变异。

具体来看，家人对美育活动的支持度对心理健康具有显著正向预测作用，即家人对美育的支持程度越高，小学生的心理健康水平越好；而美育活动总时长、日均美育时长、是否参赛、是否获奖的预测效应均不显著。共线性诊断结果显示，各变量VIF值均小于1.6，不存在严重多重共线性问题，回归结果稳定可靠。模型整体显著，但只有家人是否支持是核心显著预测变量，说明美育参与对心理健康的保护作用，更多体现在家庭支持层面，而非单纯的活动时长或竞赛经历。

表4 回归系数及共线性诊断

Table 4 Regression coefficients and collinearity diagnostics

	B	Beta	t	显著性	VIF
常量	45.401	—	11.082	<0.001	—
日均	-2.443	-0.199	-2.655	0.009	1.191
网龄	-0.602	-0.058	-0.755	0.451	1.249
时长	0.443	0.048	0.674	0.502	1.091
是否支持	6.497	0.471	6.729	<0.001	1.036

3.6.2 网络行为的主效应回归

为考察网络行为对小学生心理健康的独立预测作用，以心理健康总分为因变量，将日均上网时长、网龄、上网费用、父母上网态度作为自变量进行多元线性回归分析。结果显示，回归模型整体显著，调整后 $R^2=0.074$ ，表明网络行为变量可解释7.4%的心理健康变异。

具体来看，日均上网时长对心理健康具有显著负向预测作用，即日均上网时间越长，小学生的心理健康水平越低；网龄、上网费用、父母上网态度的预测效应均不显著。共线性诊断结果显示，各变量VIF值均小于1.2，不存在严重多重共线性问题，回归结果稳定可靠。

表6 回归系数与共线性诊断

Table 6 Regression coefficient and collinearity diagnosis

模型指标	数值
R	0.524
R方	0.274
调整后的R方	0.237
标准估计的误差	9.271
F值	7.258
df1,df2	5,96
p	<0.001

表7 美育活动的主效应回归

Table 7 The main effect of aesthetic education activities

	B	标准错误	Beta	t	p	VIF
（常量）	34.661	7.048	—	4.918	<0.001	—
美育活动总时长	-0.299	1.024	-0.032	-0.292	0.771	1.556
日均	0.931	1.312	0.071	0.71	0.48	1.341

续表

	B	标准错误	Beta	t	p	VIF
是否参赛	0.975	5.208	0.018	0.187	0.852	1.213
是否获奖	0.439	3.09	0.014	0.142	0.887	1.26
是否支持	7.793	1.324	0.524	5.886	<0.001	1.048

3.7 调节效应分析

为进一步考察美育参与在网络行为与小学生心理健康关系中的调节作用，本研究以心理健康总分为因变量，采用分层回归分析，依次纳入主效应变量与交互项。

结果显示，在控制相关变量后，主效应模型显著 ($F=30.823, p<0.001$)，调整后 $R^2=0.251$ ，表明模型可

解释25.1%的心理健康总分变异。其中，日均上网时长对心理健康总分具有显著负向预测作用 ($\beta=-0.193, t=-2.921, p=0.004$)，家人美育支持度对心理健康总分具有显著正向预测作用 ($\beta=0.438, t=6.642, p<0.001$)。

加入交互项「日均上网时长×家人美育支持」后，模型2的解释力略有提升 ($\Delta R^2=0.008, F$ 变化=1.831, $p=0.178$)，整体模型仍显著 ($F=21.256, p<0.001$)。但交互项的回归系数为 $\beta=-0.091 (t=-1.353, p=0.178)$ ，未达到统计显著水平，尽管家人美育支持本身对小学生心理健康具有积极保护作用，但在缓冲过度上网对心理健康的负面影响方面，其调节效应未得到本研究数据的支持，可能与样本特征、变量测量范围或其他未纳入的调节因素有关。

表8 调节效应检验

Table 8 Test of moderation effect

变量	模型1Beta	模型1t值	模型1p值	模型2Beta	模型2t值	模型2p值	VIF
(常量)	—	87.906	<0.001	—	85.573	<0.001	—
X _{cent} (日均上网时长)	-0.193	-2.921	0.004	-0.213	-3.156	0.002	1.088
M _{cent} (家人美育支持度)	0.438	6.642	<.001	0.421	6.29	<0.001	1.071
X _{M_{cent}} (交互项)	—	—	—	-0.091	-1.353	0.178	1.075
模型拟合指标	—	—	—	—	—	—	—
R ²	0.259	—	—	0.267	—	—	—
调整后R ²	0.251	—	—	0.255	—	—	—
F值	30.823	—	<0.01	21.256	—	<0.001	—
ΔR^2	—	—	—	0.008	—	0.178	—

4 结论与建议

本研究证实，网络行为对小学生心理健康呈显著双向影响，且以风险导向为主。数据显示，日均上网时长对心理健康总分具有显著负向预测作用，过度使用会加剧焦虑与孤独感，导致社交退缩。家庭美育支持是核心保护变量，能直接提升儿童心理韧性，但分层回归表明其对冲网络风险的调节效应未达显著水平，作用更多体现为直接心理滋养。量表信效度与回归模型检验均证明研究结论稳健可靠。

家庭应构建美育支持型数字环境，与孩子共同制定合理上网规范，以亲子艺术陪伴替代部分屏幕时间，筑牢孩子心理安全防线；学校可将美育与心理健康课程深度整合，开展美育疗愈相关小组活动，同时提升教师美育素养与心理辅导能力；社会层面需强化网络平台主体责任，推出适配小学生的优质美育网络内容，推动公共美育资源向小学生免费开放，形成家校社协同共治的健康生态。

本研究存在一定局限性，样本代表性有限，且基于

横截面数据，难以揭示变量间的因果关系与长期效应。未来可扩大样本范围，开展纵向追踪研究，深入探讨多维度美育的复杂作用机制。

参考文献

- [1] 谭小花, 丁卫波, 彭康. (2025). 中小学生学习网络行为特征及网络安全教育策略探究. *成才*, (10), 90-92.
- [2] 王卉, 董傲然, 刘恬恬, 等. (2025). 以美育促进中小学生学习心理健康发展. *辽宁师专学报(社会科学版)*, 27(2), 74-76.
- [3] 唐芸. (2024). *新时代“美育+思政”协同的小学美术大单元教学研究* (硕士学位论文). 四川师范大学.
- [4] 李若梅, 杨谦. (2024). 基于美育浸润的小学生综合素质评价体系的构建与实践——以南宁市星湖小学“五美五度”评价体系为例. *广西教育*, (22), 29-35+42.
- [5] 陈欣宇. (2024). *小学生网络素养现状调查研究* (硕士学位论文). 上海师范大学.
- [6] 肖幸好. (2023). “双减”背景下中小学生学习网络媒介使用行为及其影响 (硕士学位论文). 浙江工商大学.

Research on the Impact of Online Behavior on the Mental Health of Primary School Students and the Regulatory Mechanism of Aesthetic Education

Cui Xintian Yang Xiaotong Gong Shiyu Lin Jing He Yuqi

Jiangxi Science and Technology Normal University, Nanchang

Abstract: Against the backdrop of the full-scale popularization of the Internet and the younger age of primary school students' Internet usage, online behavior has become a significant factor influencing the mental health development of primary school students. To explore the specific impact of online behavior on the mental health of primary school students and the regulatory and intervention role of aesthetic education in this process, this study takes primary school students as the research subjects and employs literature review, questionnaire survey, and empirical analysis methods to systematically analyze the positive and negative effects of the duration of Internet use, content preferences, and behavioral habits on their emotional state, social skills, self-perception, and psychological adaptability. The research findings indicate that excessive Internet use and exposure to inappropriate online content can contribute to psychological problems such as anxiety, loneliness, distraction, and withdrawal from real-life social interactions among primary school students. Meanwhile, aesthetic education can effectively mitigate the negative psychological impacts brought about by online behavior through emotional cultivation, aesthetic development, and artistic practice, thereby enhancing students' emotional regulation abilities and psychological resilience. Based on these findings, this study constructs a collaborative aesthetic education intervention path involving schools, families, and society, providing practical references for alleviating the psychological issues of primary school students related to the Internet and promoting their mental health development. This research enriches the cross-disciplinary achievements in the field of primary school students' mental health and aesthetic education, and also offers theoretical support and practical ideas for children's psychological education in the context of the five-education integration in the new era.

Key words: Online behavior; Primary school students; Mental health; Aesthetic education; Regulatory role