

00后大学生网络行为现状及教育引导策略研究

张艺培

郑州升达经贸管理学院, 河南 郑州 451191

DOI: 10.61369/RTED.2026010040

摘 要 : 青年工作至关重要, 00后大学生易受网络影响, 加强其网络思政教育意义重大。本文基于 279 份有效问卷, 从学习、道德、消费、交往、娱乐五维度分析该群体网络行为。结果显示, 其网络学习态度积极但效率待提升, 网络道德认知正向, 消费理性, 交往无明显偏向, 娱乐以中短时舒缓情绪为主。针对现存问题, 本文提出构建高效学习生态、强化道德素养教育、引导理性消费、促进虚实社交平衡、规范娱乐行为及健全协同育人机制等策略, 为高校相关教育管理工作提供参考。

关 键 词 : 00后大学生; 网络行为; 教育引导策略

Research on the Current Situation of Post-00s College Students' Online Behavior and Its Educational Guidance Strategies

Zhang Yipei

Zhengzhou Shengda University, Zhengzhou, Henan 451191

Abstract : The work concerning young people is of vital importance. Post-00s college students are highly susceptible to online influences, making it significantly meaningful to strengthen their online ideological and political education. Based on 279 valid questionnaires, this paper analyzes the online behavior of this group from five dimensions: study, morality, consumption, communication, and entertainment. The results show that they hold a positive attitude towards online learning but need to improve their learning efficiency; they have a positive perception of online morality; their online consumption behavior is rational; they show no obvious preference in online communication; and their online entertainment is mainly characterized by short-to-medium duration activities for mood relaxation. In response to the existing problems, this paper puts forward strategies such as constructing an efficient online learning ecosystem, strengthening the education of moral literacy, guiding rational consumption, promoting the balance between online and offline social interactions, regulating online entertainment behavior, and improving the collaborative education mechanism. These strategies are intended to provide a reference for the relevant educational management work in colleges and universities.

Keywords : Post-00s college students; online behavior; educational guidance strategy

青年工作是国家发展的战略性工作, 事关民族命脉延续、国家长远兴盛。《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》(教党〔2017〕62号)中构建明确指出: 大力推进网络教育……引导师生强化网络意识, 树立网络思维, 提升网络文明素养, 创作网络文化产品, 传播主旋律、弘扬正能量, 守护好网络精神家园。00后大学生群体处于世界观、人生观、价值观形成的关键时期, 随着当今互联网的迅猛发展, 网上各类思想、言论良莠不齐, 00后大学生群里很容易受到网络新媒体的影响, 在当前形势下, 加强00后大学生群体网络思想政治研究和教育至关重要。

一、00后大学生网络行为特点分析

本次调查共回收有效问卷279份, 问卷内容涵盖学生网络学习行为与态度、网络道德认知、网络消费习惯等多个维度, 旨在全面分析00后大学生群体的网络生活现状, 为相关教育引导和管理工作提供参考依据。

(一) 网络学习行为分析

在网络学习行为中, 超三分之二(67.39%)的受访者对网

络知识学习持积极态度(“符合”+“很符合”), 仅1.44%的人明确不喜欢, 整体偏好显著正向。“便捷”是选择网络学习的首要原因(90.68%), 远高于“内容多样”(78.14%)、“选择性多”(73.48%)等其他因素, 便捷性需求最为突出。六成以上(60.93%)的受访者认为网络学习带来的获得感强, 仅有不足3%的学生持负面态度, 网络学习的价值得到广泛认可。近半数(49.46%)受访者的网络学习专注自律程度处于“一般”水平, 6.09%的人存在明显专注自律问题, 整体有较大提升空间。超过

半数 (55.2%) 的受访者认为网络课堂学习效率与传统课堂相比“一般”，仅 24.73% 的人认为网络课堂效率更高，网络学习效率未形成明显优势。

(二) 网络道德行为分析

在网络道德行为中，超八成 (83.15%) 的受访者认为遵守网络道德和行为规范非常重要，仅有 16.85% 的人持中立或负面态度，对网络道德规范的认可占据绝对主导。学生文明用语意识强，84.23% 的受访者在网络发表看法时会有意识地注意文明用语，仅 0.72% 的人表示不符合，整体网络语言文明程度较高，仅 15.05% 的人态度中立，有待进一步引导。多数人对网络信息传播中持谨慎态度，63.44% 的受访者明确表示不会传播未经官方证实的不确定消息，避免不实信息扩散。在抵制不良现象方面，85.3% 的受访者对网络窥探隐私、网络暴力等不良现象“非常反感，应当坚决制止”，各类负面态度或行为的比例均远低于坚决反对的比例，抵制立场鲜明。在网络社会与现实社会的道德评价标准是否应该一致的问题上，78.14% 的受访者认为网络社会与现实社会的道德评价标准“应该一致”，仅少数人认为网络社会可更宽松或态度模糊，倾向于道德标准的统一性。

(三) 网络消费行为分析

在网络消费行为中，超三分之二 (68.81%) 的受访者表示网购已成为日常消费习惯，仅不足 4% 的人不认可，网购在该群体中普及度极高。77.42% 的受访者会根据个人消费水平和实际需求进行网购，极少有人 (不足 2%) 会盲目消费，消费决策具有较强的理性特征。70.25% 的受访者极少使用花呗、京东白条等网上信用消费方式，积极使用者仅占 11.47%，信用消费在该群体中普及度较低。95.34% 的受访者无网贷经历，有网贷行为的人群合计不足 5%，且不同频率分布分散，网贷在该群体中并不普遍。便捷 (89.25%)、优惠 (82.8%)、选择性多 (79.57%) 是网上购物的三大核心原因，远超其他因素，成为吸引消费的关键驱动力。

(四) 网络交往行为分析

在网络交往行为中，超半数 (51.62%) 的受访者倾向于关注社交软件信息，41.58% 的人持中立态度，仅不足 7% 的人不关注，整体对社交软件信息关注度较高。55.2% 的受访者在社交软件上的活跃度为“一般”，积极活跃用户占比 32.26%，不活跃用户占比 12.54%，以中性活跃状态为主，积极活跃群体多于不活跃群体。54.48% 的受访者对网络交流与现实面对面交流的偏好持中立态度，明确倾向网络交流的比例 (约 20%) 低于倾向面对面交流的比例 (约 26%)，无明显偏向性。55.2% 的受访者在网络交友中表露真实自己的态度为“一般”，积极表露与消极表露的比例相近 (分别为 23.3% 和 21.51%)，整体以中立态度为核心，真实表露较为谨慎。53.76% 的受访者对网络表达与现实表达的倾向性持中立态度，倾向网络表达与倾向现实表达的群体规模相近 (分别为 23.65% 和 22.59%)，多数人无明显表达偏好。

(五) 网络娱乐行为分析

在网络娱乐行为中，83.16% 的受访者每天网络娱乐时长集中在 1-5 小时，其中 1-3 小时占比 44.09%，3-5 小时占比 39.07%，长时间沉迷 (5 小时以上) 的人群占比 18.99%，整

体以中短时娱乐为主。学生娱乐方式集中，短视频软件是最主要的网络娱乐方式，使用比例高达 92.47%，显著领先于音乐软件 (55.91%)、社交问答软件 (41.58%) 等其他类型，主导地位明显。学生核心价值明确：94.98% 的受访者认为网络娱乐的主要价值是“放松心情，缓解压力”，远高于“了解时事热点” (74.19%)、“开阔视野” (57.35%) 等其他价值，情绪舒缓需求是核心诉求。51.61% 的受访者认为自己能较好安排网络娱乐与学习时间，44.8% 的人评价为“一般”，仅 3.59% 的人存在明显时间安排困难，整体时间管理能力中等及以上。

二、00 后大学生网络行为教育引导策略

针对 00 后大学生网络行为在学习自律、学习效率、道德认知、消费观念、社交平衡、时间管理等方面存在的问题，结合其群体特征，提出以下建议：

(一) 聚焦网络学习痛点，构建高效学习生态。

强化专注自律培养，开设时间管理专项课程，引入番茄工作法、四象限法则等实用工具，通过案例分析、小组实践等形式，帮助学生掌握网络学习中的注意力管理技巧，针对近半数学生专注自律中等的现状，提升自我约束能力^[1]。规范网络课程建设标准，鼓励教师融入互动式教学元素，如实时答疑、小组讨论、虚拟实验等，改变网络课堂单向输出模式，针对超半数学生认为网络课堂效率“一般”的问题，增强课程吸引力与实效性。

(二) 巩固网络道德基础，强化素养教育。

精准覆盖认知薄弱群体，针对 15% 左右持中立态度的学生，开展“网络道德情景模拟”“不实信息辨别实训”等沉浸式活动，通过还原网络暴力、谣言传播、隐私泄露等真实场景，让学生直观感受不规范行为的危害，强化文明用语与信息审慎传播意识。构建全域道德引导体系，将网络道德教育融入思政课程与通识教育，结合网络不良现象案例，讲解相关法律法规与道德规范，明确网络与现实社会道德评价标准的一致性，巩固 83% 以上学生的正向认知^[2]。发挥校园文化引领作用，开展“文明上网”主题宣传月、优秀网络行为评选等活动，营造崇尚诚信、抵制不良行为的校园氛围，引导少数持负面态度的学生转变观念^[3]。

(三) 引导理性消费观念，防范消费风险。

强化消费认知教育，开设消费规划与理财课程，结合 00 后大学生生活费集中 1000-2000 元的现状，教授预算制定、性价比评估等实用技能，引导学生坚持按需消费、理性消费的良好习惯。针对信用消费普及度低、网贷认知不足的问题，开展“金融知识进校园”活动，讲解花呗、信用卡等信用工具的使用规则与风险边界，揭露不良网贷的陷阱，提升学生金融风险防范意识。

(四) 促进虚实社交平衡，培育健康交往模式。

引导理性看待网络社交，针对多数学生社交态度中立、网络交友表露谨慎的特点，开展“虚拟社交与现实交往”主题论坛，引导学生认识不同交往模式的优势与局限，学会根据场景选择合适的交往方式。丰富线下社交实践场景，学校与院系层面多组织学术沙龙、志愿服务、文体竞赛等线下活动，为学生提供真实的

社交平台，减少对网络社交的过度依赖，弥补线下交往不足的短板^[4]。指导学生社团开展线下兴趣小组活动，鼓励学生基于共同爱好建立深度联结，提升现实交往能力，促进虚拟与现实社交的平衡发展。优化网络社交安全引导，向学生普及网络交友安全知识，强调身份核实、隐私保护的重要性，建议网络平台完善身份认证机制，营造安全的网络交友环境，引导学生在网络交往中合理把握真实表露的尺度。

（五）规范网络娱乐行为，提升时间管理能力

引导合理分配娱乐时间，针对 18.99% 的学生存在长时间网络娱乐的问题，开展“数字生活平衡”主题教育，通过时间日志记录、自我复盘等方式，帮助学生认识过度娱乐的危害，树立科学的时间分配观念。推广时间管理工具与方法，如制定学习娱乐计划表、设置娱乐时长提醒等，帮助学生提升时间规划能力，尤其针对少数时间安排困难的学生提供个性化指导。引导健康娱乐选择，鼓励优质内容创作与传播，支持校园媒体、学生社团制作正能量短视频、文化科普等娱乐内容，将知识传播与娱乐体验相

结合，契合学生通过网络娱乐放松核心的需求。引导学生拓宽娱乐方式，推荐有益身心的线下娱乐活动，如运动、阅读、艺术创作等，丰富课余生活，减少对短视频等单一网络娱乐形式的依赖。

（六）健全长效引导机制，强化协同育人

构建家校社协同育人网络，学校定期向家长反馈学生网络行为情况，提供家庭网络教育指导建议，引导家长合理监管孩子的网络使用；联动网信、公安等部门，开展网络安全与文明上网共建活动，营造健康的网络环境。建立个性化跟踪引导机制，通过问卷调查、日常观察等方式，动态掌握学生网络行为变化，针对不同群体的问题特点，制定差异化引导方案，如为专注自律不足的学生建立学习帮扶小组，为消费观念偏差的学生提供专项指导。强化数字公民素养教育，将数字公民教育纳入人才培养体系，涵盖网络素养、信息辨别、道德规范、安全防护等内容，通过系统教育，培养学生成为能够理性驾驭网络工具、自觉遵守网络规则、积极参与网络建设的数字时代合格公民^[5]。

参考文献

- [1] 林冬芝. 00后大学生网络行为现状及价值引导[J]. 黑龙江科学, 2024, 15(15): 87-89.
- [2] 刘成, 施小明. "00后"大学生网络行为特征、影响因素及其教育引导策略[J]. 高校辅导员, 2024, (02): 64-68.
- [3] 贺钟玉. 00后大学生网络行为特点及引导策略研究[D]. 西安石油大学, 2021. DOI: 10.27400/d.cnki.gxasc.2021.000650.
- [4] 官巧玲. 民办高校大学生网络行为特点及引导策略研究[J]. 智库时代, 2019, (18): 48+51.
- [5] 王星. "00后"大学生网络行为特点及其价值引导研究[D]. 东北师范大学, 2022. DOI: 10.27011/d.cnki.gdbsu.2022.001657.