

教養問題Q&A

螢幕育兒的聰明對策

螢幕觸控媒體的使用與影響話題，持續在全球發燒。面對這波螢幕媒體巨浪，許多關心育兒問題的爸媽都在問：到底該如何才能聰明應用螢幕工具育兒，而不被限制？學前教育雜誌，諮詢採訪了兩位專家：專研兒童發展與親子關係的輔仁大學兒童與家庭學系陳富美副教授以及美國喬治城大學兒童數位媒體研究中心主任與心理系主任教授 Dr. Calvert，為爸媽提供合宜的使用建議。

有意識地使用螢幕媒體工具

陳富美老師指出，所有的工具都必須有意識的使用，不能放任使用的頻率在生活比例中過重，才不會反而受制約。如果爸媽在等車、等餐或任何空檔，都在把玩智慧型手機或平板電腦，急著把每個「零碎」的空檔時間都填滿，孩子自然會模仿大人無時無刻都在玩。這樣一來，就會剝奪很多親子互動的機會，孩子也會失去許多留白、發呆的時間。

所以，當爸媽發現孩子「黏」著手機和平板電腦不放，請記得立刻回頭調整自己的媒體工具使用行為。外出時，可預先為孩子準備圖畫紙、畫筆和圖畫書。在搭車或等車的空檔，親子可一起聊天、小小聲的說故事、唱唱歌，還可以一起觀察車上不同的人與窗外多樣的景物，從這些流動的風景中，其實都可找到各種有趣的話題。

提供螢幕以外的多元遊戲經驗

Dr. Calvert 提醒爸媽，如果想避免孩子隨時盯著螢幕，就必須先決定孩子可以在「什麼時候」以及「如何使用」螢幕平台。最重要的是，爸媽必須提供孩子其他活動類型，給孩子多元的遊戲經驗。因為，不論幼兒進行何種螢幕遊戲，觸控面板的感官經驗都只有一種，有過於單一的問題。

在螢幕遊戲之外，學齡前幼兒仍需要跑、需要跳，以發展大肢體動作，他也必須與人互動，在一來一往的過程中，學會應對進退、解決問題，發展出合宜的社會人際能力。孩子的感官知覺能力，更需要聽見聲音、聞到和嚐到味道、看到實體、要碰觸、感受到軟、硬、粗、細、冷、熱等感覺，才能發展出來。所以爸媽得在螢幕遊戲外，必須為孩子再補足這些必要經驗。

慎選螢幕平台與互動資源

從「平台」來看，Dr. Calvert 認為必須是幼兒容易使用的。雖然目前並無相關的研究證據可證明，孩子可從 iPhone、iPad 這些螢幕媒體學到東西，不過她認為這些新平台的確是突破性的工具，因為它提供了直接的操作介面，讓孩子只要運用簡單的碰觸技巧，就可以和學習內容作互動。相較之下，使用滑鼠來操控，孩子需要具備更複雜的動作技能，才得以接觸學習內容。因此，從教育的角度來看，這些新螢幕工具，其實是釋放了更多的認知資源，讓幼兒得以學習內容。

從「內容」的面向來看，Dr. Calvert 指出，研究已證實 2 歲孩子確實可經由觀看優質的節目內容而學到教育性的知識，但這些內容對孩子而言必須是適齡、重要的、與幼兒的真實生活經驗與行為有密切關連，且一再地重複。而且，最好能由吸引孩子的角色作帶領，因為相較於不認識的角色，孩子比較容易從信任的角色那裡學到東西。此外，陳富美老師建議爸媽在為孩子下載遊戲時，必須考慮多樣性，不可「偏食」，因為以幼兒的認知學習領域為例，孩子不只需要學習語言和數字，還有大小、顏色、形狀、邏輯推理??等各種概念。

爸媽請陪孩子使用螢幕工具

Dr. Calvert 提醒爸媽，從研究上可發現，當孩子聚精會神地「盯著」電視螢幕看時，其實並不同於學習。由於電視屬於單向溝通的媒體，如果孩子看電視時缺乏雙向的討論，就無法產生學習的效果。同理可證，如果寶寶只是專注地「盯著」平板電腦或智慧手機上的影像瞧，那其實和看電視沒兩樣，只是被強烈的聲光刺激短暫吸引了。

因此，Dr. Calvert 建議爸媽，除了仔細檢視這些下載至螢幕媒體的學習內容，是否適合孩子此階段的發展，更要透過互動來幫助孩子藉由這些螢幕工具進行學習。其實，當大人陪孩子一起在平板電腦上看動畫、影片或者玩遊戲時，回應孩子的「為什麼」和「提出問題」，不僅可刺激孩子的邏輯推理能力、鼓勵孩子接受挑戰，爸媽也有機會了解孩子又學會了什麼。

既然 21 世紀的學習媒介，包含了螢幕以及書本，Dr. Calvert 認為使用電子化工具作學習，其實會是個不錯的構想。不過，不論透過一本書、最新的 iPad 應用程式，或是其他螢幕工具學習，爸媽的陪伴與參與，才是孩子能否成功學習的關鍵因素。

本文摘自「奇蜜親子網站」

咪咪、家田幼兒園 2020.5