



取代 3C 產品，陪伴你的孩子！(上) 何慧敏

自從智慧型手機、平板電腦(電腦、通訊裝置及消費電子產品統稱為 3C 產品)普及以來，經常可以看到的景象如下：年輕父母胸前背著嬰幼兒，手上拿著手機或平板滑動，孩子的頭就一直在手機或平板的後面，看了令人擔心孩子的頭是否會受到輻射；另外在餐廳裡也可以常見大人用餐聊天，旁邊的幼兒面前斜放著平板，幼兒專注的觀看卡通影片，安靜不哭鬧。筆者曾經看過一對年輕父母帶著幼兒在用餐，坐在娃娃椅上的兩三歲男孩，嘴裡一直哼呀的，腳也亂踢，有點小鬧脾氣的樣子，但親子都沒對話，父母點完菜，男孩仍是坐立不安，爸爸終於走出餐廳，到對面的車上拿了平板電腦進來，拿給小男孩，男孩終於不再哼呀，安靜下來，但男孩可能因為看不懂字或符號，所以操作電腦中的軟體還需父母幫忙，卻又沒有耐心，馬上又哼呀的，顯出很急躁的樣子，媽媽終於對他說你要用說的，菜飯來了以後，男孩一直在玩電腦，母親則一面自己吃飯，一面用湯匙餵兒子吃飯。這個小男孩似乎已經知道可以用平板電腦來操縱父母，而且可能對電腦遊戲有些「上癮」了。

這種現象透露什麼訊息呢？對嬰幼兒發展有何影響？我想可以從幼兒與父母兩方面來談。對幼兒來說，他可以/可能：

1. 眼睛發育受影響：嬰幼兒期是眼球發育的關鍵期，如果幼兒每天長時間使用手機、電腦，容易導致近視加深，而高度近視的人也容易成為眼睛老化的高危險群。嬰幼兒眼睛的發育及保護需要父母的特別關注，以避免孩子的眼睛提早惡化。

2. 透過 3C 產品「勒索」父母：孩子從小就知道使用「你不給我玩，我就鬧！」的作法有效，因為他知道吃飯時間就是爸媽給我的「手機平板時間」，但是以後父母如何期待在家裡與孩子一起共同用餐呢？與孩子一起聊天分享呢？而且孩子大些以後，父母如何對其使用電腦與網路的時機與時間做管理呢？

3. 對靜態活動沒興趣，專注力短暫：動畫影片的聲光效果與變化速度都很驚人，嬰幼兒如果從小就習慣看這些影片，久而久之，如果沒有父母的閱讀陪伴，幼兒可能對靜態的圖畫書與活動沒有興趣，進入學齡期可能更不喜歡看書本或其他課外書；此外，也可能導致嬰幼兒在從事其他較靜態的活動時，專注力短暫，且無法自己安靜的、專注的完成一件事。

4. 缺乏人際互動經驗：如果嬰幼兒從小就長期習慣使用 3C 產品，可能導致嬰幼兒與他人互動機會減少，甚至不知如何與同儕互動。再加上獨生子女的情況，可能更減弱幼兒的社會發展。

這種照顧嬰幼兒的方式對父母來說，眼前的效益就是父母得到「安靜的用餐時間與氣氛」或「可以做自己事情的時間」，但是長遠來說是弊多於利的，因為：

1. 父母未表達關愛，無法滿足孩子真正需求：嬰幼兒的哭鬧通常是有原因的，父母應該觀察孩子的真正需求，並適當給予滿足。父母如果使用 3C 產品充當保母，直接滿足嬰幼兒需求的不是父母本身，而是 3C 產品。然而嬰幼兒並不需要 3C 產品，孩子主要是需要父母的關愛。上述現象多半只是父母貪圖方便，先滿足父母自己的需求，而孩子的真正需求並未被滿足，而且 3C 產品也無法表達父母對孩子的關愛。

2. 缺乏親子溝通：嬰幼兒有賴周遭的成人與之互動，以增進他各方面的發展。但是 3C 產品卻很容易阻礙親子的溝通，因為從飯桌上的「安靜」就可知其作用有多大了。嬰幼兒有了 3C 產品就似乎不需練習口語表達，而父母也不需與孩子多說話，彼此都安靜，各取所需。但是如此一來，原本在嬰幼兒時期的親子互動應該是最親密的，卻可能已經開始產生距離了。

3. 父母很難設定「界線」：如果孩子從嬰幼兒時期就習慣吃飯玩電腦，這個「癮」要「染上」很容易，但要戒掉，恐怕沒那麼容易，以後可能不只有在吃飯時想玩，其他時間也會想玩。如果這個習慣是父母造成的，那麼以後在教養孩子時，如何設定界限(set limits)呢？

待續~

