

電子產品會影響孩子溝通能力嗎？

記者 [李詠濠](#) 報導

2020/05/10

在現今的一些家庭聚會，可以看到很多小朋友邊吃飯邊看智慧型手機或平板，一旦家長將其拿開，螢幕畫面消失在小朋友的視線裡，他們就開始放任地大聲哭泣，擔心打擾到其他人的家長們，只得無奈地將螢幕放著，讓孩子安靜的吃飯。這些畫面在現今社會非常普遍，小朋友從小到大都有電子產品圍繞的生活模式，對小孩的成长過程是否有影響呢？



習慣手機在手生活的小孩。(圖片來源 / [Pexels](#))

手機真的會降低社交能力？

隨著時代的轉變，網路科技也慢慢發展起來，人類的溝通及聯絡方式因而逐漸改變，由寫信、傳簡訊，到現在的網絡交流。改朝換代的溝通模式使長輩和年輕人產生年代的隔閡，很多老一輩習慣自己以前的生活模式，看到小孩在吃飯時都只會盯著手機，還以為他們都不會聊天講話了。

美國俄亥俄州立大學的社會學教授唐道格拉斯唐尼 (Douglas B. Downey) 在與家人吃飯時也遇到相同的情況，對新世代兒童的生活能力產生懷疑，到底整天對著螢幕的生活環境，是否能跟上一代的人擁有一樣的面對面溝通技能呢？



沉浸於螢幕生活的小孩。(圖片來源 / [Pexels](#))

唐尼與美國楊柏翰大學的本傑明吉布斯教授 (Benjamin Gibbs) 在《美國社會學期刊》 (American Journal of Sociology) 上發表了一項研究，結果顯示，儘管從小花了大部份時間在智慧型手機和社交媒體上，但這個世代的年輕人在社交能力上，其實與上一代人一樣。

研究人員使用了由國家教育中心 (National Center for Education Statistics) 調查的《早期兒童縱向研究》 (The Early Childhood Longitudinal Study) 中的數據，他們追蹤了兩組不同年代的小孩，從幼稚園到小學五年級的成長過程。分別是1998年 (Facebook成立前六年) 和2010年 (第一台iPad首次亮相) 開始上幼稚園的孩子們，兩代試驗者總共有32550名學生。同時邀請從幼稚園到五年級，一直陪伴孩子們的教師，對小孩們進行六次的評估，父母的觀察則為次要參考資料，只有進行三次的評估。最後，唐尼和吉布斯對比老師和家長對兩代兒童的評價，從而得出研究結論。

本研究顯示，兩組小孩在人際交往技巧，例如建立和維持友誼，與不同性格的人相處和情緒的自我控制能力等方面，都得到相近的評分，即使是兩組中最常花時間在螢幕前的孩子，社交技能的發展也與那些很少接觸螢幕的相似。從老師的角度來看，在1998年至2010年之間，兒童的社交技能也並未下降。唐尼表示，實際上做出來的對比結果指出，出生於智能時代的孩子不但保持社交能力，甚至比前一代的小孩擁有更良好的溝通能力。由此可見，長時間在螢幕前的生活習慣，不會對社交技能的成長產生嚴重的負面影響。

研究中有一項特別的例子指出，每天多次登入線上遊戲和社交網站的孩子，他們的社交技能會稍微偏低，但唐尼表示這只是非常細微的影響，不太會干擾到小孩的社交溝通能力。總體而言，研究發現沒有什麼直接的證據能說明，在電子產品上花較多的時間，會降低大多數兒童的社交能力。

新科技帶來的「道德恐慌」

唐尼作為一個長輩年齡層的代表，覺得每一代的人都會對年輕一代產生擔憂，這是一直以來，兩代人溝通都會出現的問題，這些擔憂通常涉及對新技術的「道德恐慌」。當時電話、汽車、收音機首次出現，這些新的技術使兒童享有更多的自主權，讓家長摸不清兒女的行蹤或行為舉動，引起了成年人的道德恐慌。而螢幕技術的恐懼，也代表了技術變革的最新恐慌。當技術變革開始破壞傳統的關係，成年人便會開始感到擔憂，要是未能追上新的智能科技，可能會間接造成和子女相處的隔閡，開始互相覺得有距離感，親子關係也慢慢變差。

雖然我們難以避免道德恐慌，但長輩只要改變心態，接納新的科技，慢慢與時代接軌，必定能夠消除代溝。不但能融入現代的互聯網圈子，讓自己生活變得更有興趣，也能學習到新的技能，為自己打開人生新的章節。

螢幕時代的其他疑慮

雖然研究指出電子產品不會對小孩的社交技能造成影響，但小孩是否被互聯網吸引，沉迷在網路世界又是另外一個課題。小孩使用網路的目的離不開觀賞影音、電玩遊戲和社群互動。他們太早接觸網路世界，對家長而言，最擔心的問題就是接觸到不良資訊而誤入歧途，影響小孩的價值觀；過度沉迷造成網路成癮，導致家長和子女缺乏溝通，感情破裂等。

善用新科技來建立世代間的橋樑

事實上，只要正確使用電子產品，的確可以當成家庭溝通上的橋樑，去除時代的隔閡。如果家長可以學好用手機來和子女進行溝通或聯絡，肯定是一個良好的渠道，可以表達心裡難言的感受，解決面對面對話的尷尬。社交平台也是家長了解兒女近況、日常生活和朋友圈的方法。有些小孩不會主動跟父母聊心事，但透過社交平台，父母便不會被蒙在鼓裡，能夠早一步發現孩子遇到的困惑和難題。從聊天中可以教育小孩處理事情的方法，亦能增進彼此間的信賴和感情。即使家長不太會用智慧型產品，亦能請小孩指教，手把手教學可以拉近親子關係，減少距離感。



使用智慧型產品消除世代的隔閡。(圖片來源 / [Pexels](#))

最後，雖然從小到大都活在螢幕世界裡的小孩不會有著溝通能力下降的問題，但長期對著電子螢幕，還是會造成對眼睛的危害。所以家長還是得訓練小朋友的自我管制能力，不要沉迷在網路世界中，帶小孩到戶外走走，認識這世界的美好。

關鍵字：小孩、科技、社交、代溝、溝通

縮圖來源：[Pexels](#)



記者 李詠濠



編輯 吳政陽