



臺北市天主教光仁國小輔導資訊 2023 年 04 月

「iPad= I don' t talk」!!! 3C 世代，誰偷走了孩子的智慧？

看著小小孩對這些媒體產品或 App 很快就上手，家長們常常驚呼：現代的孩子變這麼聰明！

然而，國外兒童語言發展學家提出的呼籲「iPad= I don' t talk」揭示了現代嬰幼兒使用 3C 的問題。在 3C 隨處可見的世代，孩子只要拿到手機或平板，似乎就能得到快樂和平靜（家長亦如是？）。

越來越多宣稱具有教育和益智功能可促進學習的 3C 媒體產品和 App，吸引家長投注金錢讓孩子使用。

看著小小孩對這些媒體產品或 App 很快就上手，家長們常常驚呼：現代的孩子變這麼聰明！然而，真的如此嗎？國外兒童語言發展學家提出的呼籲「iPad= I don' t talk」揭示了現代嬰幼兒使用 3C 的問題。

在平板，甚至手機尚未風行的年代，美國兒科醫師在 2007 即有一大型研究，追蹤 1000 個有 2 歲以下嬰幼兒的家庭，當時就發現看電視 DVD 越多的學步兒講話越慢，這些 8-16 個月的寶寶，每多看 1 小時的 3C 媒體產品，就少學會 6-8 個單詞。

因此美國兒科醫學會早已呼籲家長們不要讓小小孩變成電視兒童，因為小小孩腦部發展是需要大人與孩子有密切的互動。當時美國兒科醫學會的建議是，2 歲以下不要看電視。如今已是 3C

世代，更多小小孩從嬰兒期就開始接觸 3C 產品，美國兒科醫學會的建議是如何呢？2017 年一次美國兒科醫學會議中，加拿大多倫多兒童醫院發表一份研究報告，這份報告從 2011 至 2015 年追蹤近 900 位嬰幼兒從 6 個月到 2 歲的語言發展。

這份報告極為重要，因這是 3C 產品快速發展後，第一份提出 3C 產品是否影響嬰幼兒發展的研究報告。研究結果發現，盡管媒體產品的功能宣傳再多再好，但對於學齡前的幼兒，弊仍然大於利，學者們還是發現當學步兒使用這些媒體產品的時間越多，孩子懂得的單詞和能講的語句越少，變成語言發展遲緩兒。

加拿大兒童醫院兒科醫師在 18 個月的健兒門診時，調查孩童使用 3C 的情況，發現約有 20% 的家長讓這些不到兩歲的小孩接觸 3C 產品，平均每天有 28 分鐘，兒科醫師發現學步兒們若使用媒體產品時間較多，孩子的口語表達越慢，會講的單詞較少，比較不會用句子表達，且每天孩子多增加 30 分鐘的 3C 時間，孩子口語發展的風險性就增加 49%。

這些由兒科醫師，也是兒童發展照護最主要的專業人士，所發表的研究提醒家長，家長要讓孩子發育好有很多方式，其中之一就是減少孩子使用 3C 產品的時間，可降低孩子發展遲緩的風險。

因為若嬰幼兒花太多時間在使用 3C，意味著大人沒有提供孩子足夠的互動，孩子減少了日常活動時間，手作探索機會，以及真實世界人與人面對面的交流，然而這些都是孩童成長過程中重要的學習。

這也是為何使用 3C 智慧產品越多的嬰幼兒，發展反而有可能變慢的主要原因。

美國兒科醫師指出，3C 媒體的議題中，家長最重要的角色是成為孩童的老師，引導孩子將 3C 產品當成學習的工具，幫助孩子學習，發揮創造力，以及對外連結訊息。

所以，對於孩子怎樣使用 3C 才對，只要家長能把握住使用要點，預想到要如何引導孩子並和孩子討論使用 3C 產品的規範，如此，專家不擔心，家長也免焦慮。

★本文章轉載自親子天下網站：

<http://www.twror.org/3c%E4%B8%96%E4%BB%A3%E4%BC%8C%E8%AA%B0%E5%81%B7%E8%B5%B0%E4%BA%86%E5%AD%A9%E5%AD%90%E7%9A%84%E6%99%BA%E6%85%A7/>

作者:吳淑娟醫師(羅東博愛醫院兒科主治醫師)



感謝您的閱讀！祝福您闔家平安喜樂！