

「沉迷於螢幕」：教師對年紀最小的學生發出警訊

駐紐約辦事處教育組



圖片來源：Gina Tomko/Education Week + Canva

在日常生活中，即使是最普通的時刻，也能為幼兒提供學習的機會。以去雜貨店為例，孩子可以學到各種新詞彙，從酪梨 (avocado) 到櫛瓜 (zucchini)，涵蓋整個字母表。然而，如今的家庭購物場景中，常見的是家長推著購物車，而孩子則專注地盯著平板或智慧型手機。

從家庭外出到睡前儀式，電子設備已成為幼兒生活中的核心一部分。根據 Common Sense Media 於 2025 年發布的全國報告，40% 的兒童在 2 歲時就擁有自己的平板電腦，近 25% 的 8 歲兒童擁有手機。教育工作者表示，這些影響在課堂上愈發明顯。

根據 EdWeek Research Center 於 2026 年 1 月進行的一項調查(對象為全國具代表性的 1,163 名從事學前至三年級教育的教師與行政人員)，教師普遍認為這些影響十分顯著，且橫跨各項基礎能力，並且難以彌補。該調查提供受訪者分享觀察的機會，而他們的回應相當直接。

許多幼教人員對學生的入學準備狀況表示擔憂，指出在符合年齡

的動作技能、社會情緒成熟度、專注力以及整體獨立性方面都存在落差。許多人將這些問題歸因於過度使用螢幕以及較為放任的教養方式。

有受訪者表示，幼兒與他人及環境的互動不足，缺乏足夠的對話與探索機會，應增加與成人交流、閱讀以及接觸社區的經驗，而不是在各種情境中依賴螢幕。調查受訪者不僅說明了學生在基礎能力上遇到困難的原因，也描述了這些困難的具體表現。

獨立性不足

學校的日程安排緊湊，幾乎沒有延誤空間。當學生需要協助完成基本事項（如打開午餐、穿外套或使用洗手間）時，會影響整體教學流程。教師雖然理解年幼學生偶爾需要幫助，但越來越多學生在入學時缺乏基本的自理能力，成為令人擔憂的趨勢。

缺乏符合年齡的精細動作能力

學生在開始正式教育時，需能運用手指與雙手操作各種物品，例如積木、畫筆、蠟筆與鉛筆。儘管科技帶來便利（例如滑動與點擊取代書寫），但越來越多州仍要求學生在二至五年級學習草寫字。支持者認為草寫有助於提升記憶與理解能力，但這需要較成熟的精細動作技能，而部分教師指出學生在這方面表現不足。這些問題也延伸至需要手部力量與協調的各類活動。

以下是教育工作者對學生獨立性下降的一些觀察與看法：

有教師指出，近年來學生的依賴性明顯增加，是 12 年幼兒園教學生涯中最依賴的一屆。這些學生在傾聽與遵循指示方面表現困難，並且普遍期待教室中的成人替他們完成各項事情。因此，本學年不得不暫時減少學術教學的比重，轉而更著重於培養基本的入學準備能力，以因應這些挑戰。

有教師表示，自己教授 4 歲幼兒已超過 20 年，明顯觀察到變化。如今許多孩子不僅不會自己完成事情，甚至缺乏嘗試的意願。雖然仍有部分學生具備能力，但相較過去，無法自理的學生比例明顯增加。例如，有些孩子入學時甚至不會使用蠟筆或剪刀等基本工具。另一位教師表示，許多精細動作能力的退化，是因為過多家長或監護人讓孩子長時間接觸螢幕或使用電子設備，而非讓他們進行著色、剪貼、

玩積木或玩沙等活動。

社會情緒成熟度下降

遵守指示、輪流等待、以及在失望時能適當回應，都是幼兒教育中的基本能力。若學生尚未具備這些能力，將難以在課堂環境中有效學習。教師表示，越來越多新入學學生面臨這類困難。例如，根據 EdWeek Research Center 的調查，72%的幼教人員認為學生在遵循指示方面，比兩年前同齡學生更為困難。

注意力持續時間縮短

電子設備上的內容節奏快速，常伴隨鮮豔色彩與各種吸引注意力的設計；相較之下，書本頁面是靜態的。如今許多學生在入學前已長時間接觸螢幕，可能難以長時間專注於閱讀內容，或投入故事情節。對部分教師而言，即使是簡單的朗讀活動，也可能難以維持學生的注意力，更不用說其他較不具娛樂性的課堂活動。

撰稿人/譯稿人：Elizabeth Heubeck /駐紐約辦事處教育組

資料來源：2026年4月2日

https://www.edweek.org/teaching-learning/addicted-to-screens-teachers-sound-the-alarm-on-their-youngest-students/2026/04?utm_source=nl&utm_medium=eml&utm_campaign=eu&M=17553822&UUID=582fc0ce5e6bed645107688e77fc0047&T=22893386