

# 縮減看電視並不能增加孩童閱讀時間

駐洛杉磯辦事處文化組提供 / 吳迪珣摘要

根據專家最新的研究發現，減少孩童看電視的時間，並不能相對的增加閱讀、遊戲、做功課或與父母相處等有益身心活動的時間。德州大學心理學教授 Elizabeth Vandewater 在兒童發展學會上發表就 1900 個從嬰孩到十二歲孩童的父母所作的研究報告，指出電視其實只是個代罪羔羊。雖然平均美國孩童課餘 27% 的時間花在看電視，被認為是耽誤孩童學習的罪魁禍首。但研究結果顯示，其實無論看電視時間的長短，不影響四歲以上孩童的其他活動，閱讀仍只維持一星期一個半小時，約佔課餘時間的 3%。( 其他遊戲佔 25%、球類運動 11 %、家務工作 6%、做功課 5% )，但與家長一起看電視的孩童比單獨看電視的孩童比較起來，與家人相處的時間會多一些。

對四歲以下的孩童，研究報告顯示，看電視的時間長短，就有很大的影響。有許多父母及托兒所，把電視當成保姆，吸引小孩的注目，大量減少孩童遊戲的時間。專家建議不滿二歲的幼兒最好避免看電視，因為嬰幼兒期是腦部發展的重要階段，需要有與人一同遊戲玩耍的互動關係，來開發腦部的功能。

其他相關的研究報告也顯示，美國有二到七歲小孩三分之一的房間有電視，三分之二的小學生房間有自己的電視，父母其實很難正確的指出小孩看電視的時間多寡，通常孩童看電視時間比父母估計的還長，尤其自己房間有電視的孩童比房間沒有電視的孩童，每天要多看半小時到一小時。

雖然電視是美國孩童生活不可缺的角色，但現代的孩童都是一心多用，看電視時可以做功課、聽音樂、看雜誌、在網路上聊天等活動同時進行，不受干擾。在這多媒體的時代，知識從多方面的管道吸收進來，這也是電視其實並不妨礙孩童其他學習活動的主要因素。

資料來源：2003.4.24 / 紐約時報