

## 3C育兒是蜜糖還是毒藥？

### 螢幕時間與親子互動時間、父母溫暖回應，以及台灣幼兒情緒表達能力的中介模型

林冠妤、蕭鈺庭、蘇妤婷

#### 螢幕的「魔力」讓父母安心，卻讓孩子的情緒變得複雜

孩子哭鬧時，播放一段卡通影片就能迅速讓家中重回寧靜，當需要專心處理家務時，給孩子一部手機，似乎就能換得片刻喘息，這些場景一點也不陌生，悄悄地改變了親子間溫暖的親密互動，也正衝擊著臺灣幼兒的情緒表達能力.....



#### 文獻回顧

- 40.8%的幼兒曾使用智慧型手機，近六成的三歲孩子每天看電視超過美國小兒科醫學會所建議的一小時（魏美惠、莊淑媛，2016；楊婧、張鑑如，2021）
- 過度使用電子產品讓孩子錯失與人互動機會，影響大腦發展，增加情緒障礙的風險（臧汝芬，2018）
- 父母陪伴使幼兒接觸的活動更多樣化，善用假日親子互動時間陪孩子一同從事休閒活動，減少幼兒螢幕時間（謝宜君，2020；Dennison et al., 2004）
- 父母在互動中展現溫暖與敏感，顯著提升孩子的社會能力與情緒表達能力，像是母親展現情緒支持，鼓勵孩子自在地表達負面情緒，給予溫暖肢體接觸，能增加其安全感與信任，幫助孩子學習適切的情緒管理（Spinrad，2007）

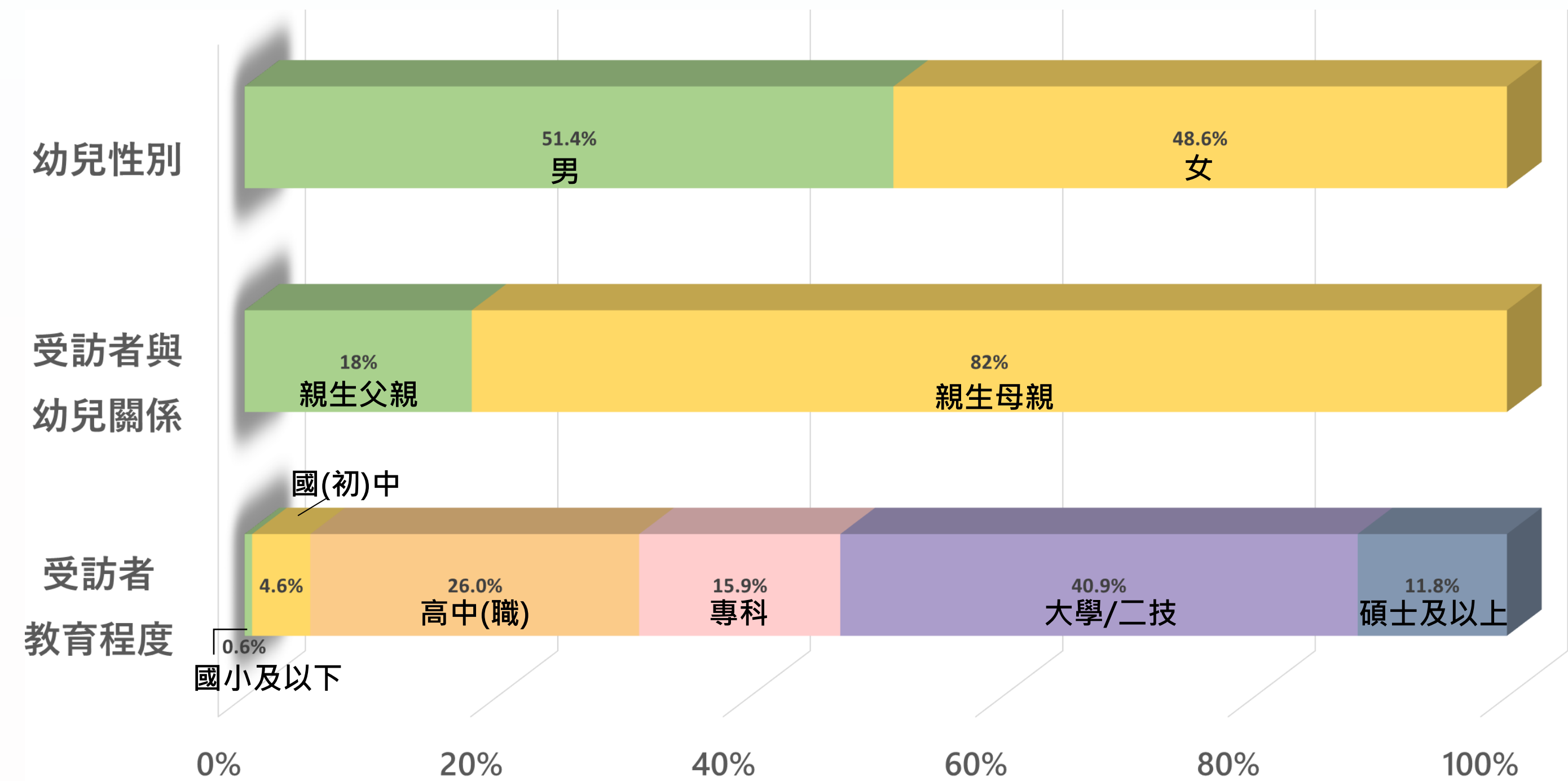
#### 研究目的

- 探討螢幕使用時間、親子互動與孩子情緒表達的關聯
- 分析父母的溫暖回應對孩子情緒發展的影響

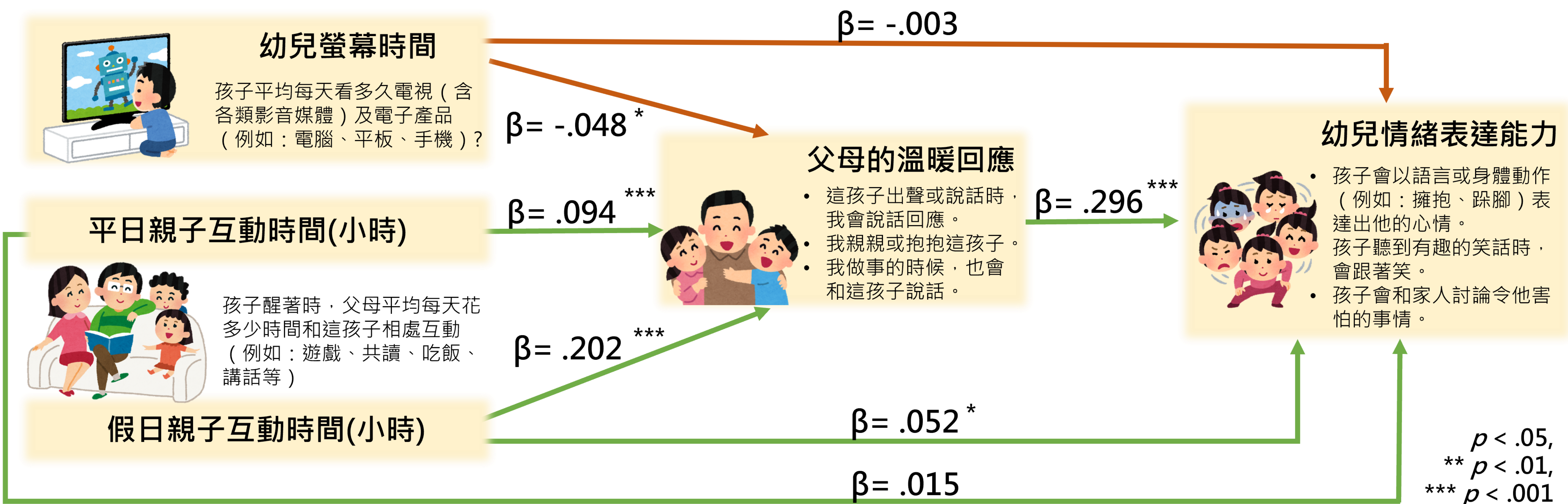
#### 研究方法

- 使用臺灣幼兒發展調查資料庫 (KIT)，分析36月齡組的家長問卷資料（張鑑如，2024）
- 分析工具：SPSS一般及階層回歸分析，檢驗中介模型假設

#### 樣本人口學變項 (N = 2097)



#### 研究結果



#### 結論與建議

- 幼兒螢幕時間及假日親子互動時間對三歲幼兒情緒表達能力有顯著影響。
- 控制人口學變項後，假日親子互動時間對三歲幼兒情緒表達能力仍有直接的影響力。
- 控制人口學變項後，螢幕時間、平日親子互動時間、及假日親子互動時間皆會透過父母的溫暖回應的中介效果，進而影響三歲幼兒的情緒表達能力。
- 與3C使用相比，父母與孩子的互動頻率及品質才是影響幼兒情緒發展的關鍵因素。

#### 創新與延展性

- 期望透過研究探討在3C時代下，降低孩子對螢幕的依賴，鼓勵父母增加有品質的陪伴時間，為現今育兒環境提供更多實證基礎的理解與建議。
- 本研究的3C使用以時長為基準，未來或許能探討家長在育兒中如何使用3C，是否與孩子共同使用，及其對親子互動與幼兒發展能力的影響。
- 分析3C使用的情境與方式，提供具體建議，並關注如何使用3C能正向地幫助父母，以提升親子互動品質，創造讓科技與親情共存的育兒生活。