

電子奶咀是湊仔好幫手？

隨著科技的發達，智能手機、平板電腦等電子產品無處不在，成年人機不離手，「低頭族」隨處可見，這個畫面甚至已滲透每家每戶，兒童接觸電子產品的年齡愈來愈早；更有父母視手機及平板電腦為「電子奶咀」，作為安撫孩子的法寶。

很多父母為求盡快安撫孩子，面對孩子突如其來的大哭大鬧、發脾氣或難以管教時，即使父母知道電子產品對孩子弊多於利，也會出動「電子奶咀」以換取孩子安寧，平息一切。電子產品的確能迅速令哭鬧中的孩子，乖乖的安靜下來。這方法看似有即時的效用，同時能讓父母頓然鬆一口氣，不過後患無窮，父母將來有機會要面對更多由「電子奶咀」所引致的後遺症，長遠對孩子生理、心理及社交方面，都帶來負面的影響。

以物易安寧作陪伴

現代父母工作忙碌，無暇陪伴孩子，不少父母往往以電子產品作為替代自己的陪伴，讓孩子從電子熒幕中自得其樂。然而，父母與孩子的互動是非常重要的，父母陪伴孩子的時間才是最優質的親子時間，父母不妨每天抽時間與孩子進行親子談話、遊戲或伴讀，讓孩子感受到父母對他們的愛與關懷，從中拉近彼此的距離，加強親子關係。相信每個孩子都希望自己的父母多抽時間與自己相處，而不是由冷冰冰的電子熒幕陪伴自己成長。

與此同時，不少父母隨手便把電子產品給孩子用來打發時間，令孩子漸漸迷戀上電子產品，這樣孩子不但會對電子產品產生更強烈的依賴，還會大大減少孩子與父母之間的互動，以及學習與別人相處的機會，影響孩子將來的社交能力。與其以「電子奶咀」作為孩子的消閒玩具，不如與孩子玩傳統玩具，例如：砌積木或疊疊樂，除了能加強親子關係，還有效訓練孩子的小肌肉發展及手眼協調的能力，相信這些傳統玩具比起「電子奶咀」為孩子帶來更多的益處。

不可代替的父母責任

育兒本來就是父母的責任，千萬不要讓智能產品代替父母的重要角色。父母不妨暫時放下手上的電子產品，帶孩子到戶外活動，在公園或郊外好好與孩子相處、玩樂，讓孩子遠離電子熒幕的藍光，多享受陽光吧！除了能增強親子間互動及加強親子關係，還給予孩子有更多機會探索大自然、啟發其好奇心，對孩子學習及成長發展都是十分重要的。

科技發達的確令我們的生活帶來很多的便利，但父母使用電子產品時也應以身作則，樹立良好榜樣，不要機不離手，亦不要貪圖方便依賴「電子奶咀」作為照顧孩子的工具。



關愷恩
慈慧幼苗教育主任
(資深註冊社工)

關愷恩姑娘為慈慧幼苗中心教育主任(資深註冊社工)，於社會服務機構工作接近十年，曾從事幼兒、兒童、青少年、長者及家庭等多項服務。