



孩子沉迷打機不愛學習？3 大成因及建議讓子女享受學習

孩子不愛學習成因及建議 —— 疫情緣故，小朋友留在家中的時間多了，很多家長都反映孩子沉迷打機上網，不愛學習。正向家長教育專家辰民爸爸與大家談討孩子不愛學習的成因及 3 大建議，最終是否因打機而影響學習就留待大家自行判斷。



根據專家 Anderman、Maehr 及 Midgley 於 1999 年做的研究顯示，孩子愈大，對學習的興趣就逐漸下降。回想起我們孩子，剛學走路，第一次接觸水和冰時，那種興奮和雀躍的情緒，是甚麼原因導致他們對學習慢慢失去興趣？

孩子學習上的 3 大難題

1) 缺乏自主性，生活就像行屍走肉，失去靈魂

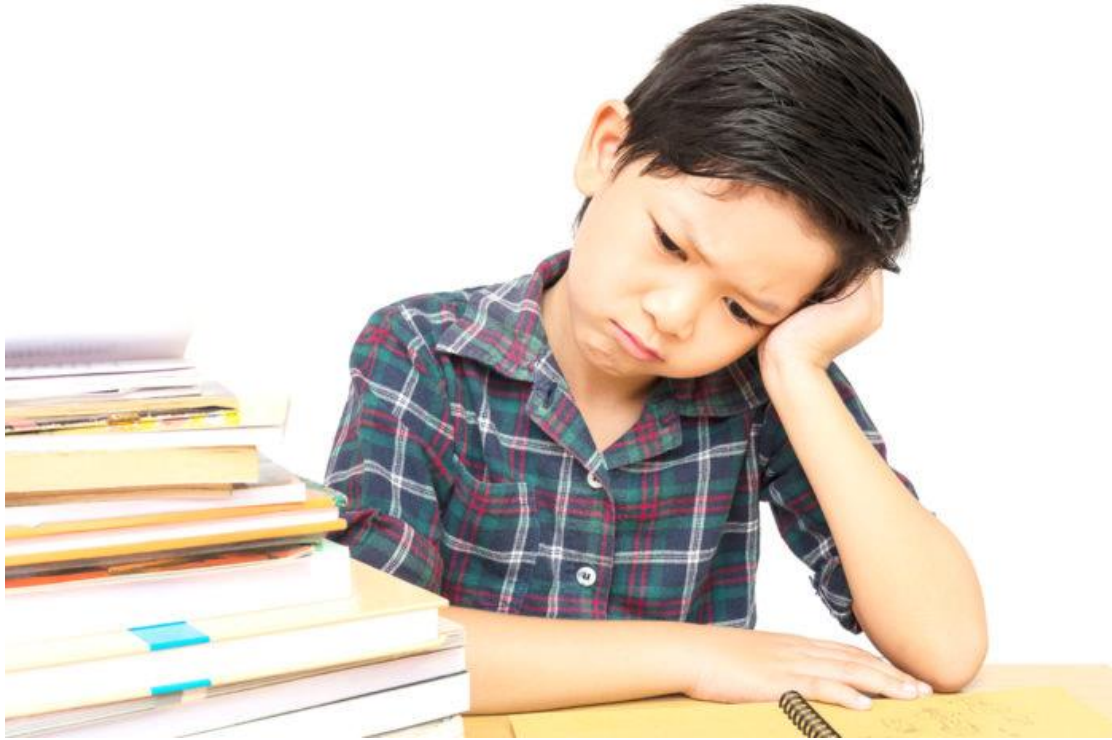
每次與家長分享時，辰民爸爸總會問：「如果今天我告訴你，未來十年每一天只要跟著我的方法生活和做，你一定會很好，有多少人會跟隨？而如果每天真的履行我所要求的方式生活，你又是否真的快樂？」

答案顯而易見，因為我們的人生需要探索和經驗，第三者說的好與自身體會是兩碼子的事，但問題是，我們的孩子從出生到長大，他能自主決定的事情有多少？如果孩子每天像完成任務般學習滿足家長的期望，最終你只會看見一個永遠只會「做咗」而不是「做好」的孩子。另一邊廂，從決定打機的一刻，到選擇那款遊戲，用甚麼策略，與誰一起組隊完成遊戲，全是誰決定？當你明白這道理時，遊戲並不是孩子不愛學習的成因，而是遊戲能補充孩子在日常生活中欠缺的自主性，因此不知不覺地變成必需品。

2) 持續的挫敗感，讓孩子在學習上看不到希望

最近有篇文章題目為《績點為王：中國頂尖高校年輕人的囚徒困境》，讀完後令辰民爸爸慨嘆今天的教育環境。古典教育中，教育最重要的功能就是「認識自己」，肯定自己的優點和價值，成為一個身心健全的人；在今天的社會，教育變成追逐分數的舞台，持續令學生和家長感到具壓力和挫敗。在過去幾十年的發展中，教育成為了孩子未來理想工作的門檻；成績成為心儀學校的階梯，過程卻令人迷失自我。

而在書籍《遊戲改變世界》中，作者 Jane McGonigal 曾說過遊戲最讓孩子不能自拔的要素，就是它的反饋系統，以點數、級別、得分、進度表反映玩家的價值和能力，不管孩子打得好與壞，它都會以鼓勵的方式讓玩家肯定自己，讓玩家深信自己在過程中可以持續進步。



3) 學習不斷操練「如何做」，卻忘記了「為何做」才是最重要
回顧工業化年代，整個市場需要一批精準而工多藝熟的人材，確保整個生產過程流暢和穩定，當時學生的獨特性不是重點，能否倒模式複製和不犯錯才是關鍵，所以扣分制模式和抄寫操練缺一不可。而今天隨著人工智能和科技的進步，可複製和不犯錯已經不是人類的優勢。在互聯網的普及下，學生對世界的了解更有了劃時代的改變，他們更重視自己的想法和價值，因而產生更多「為甚麼」。

作為現今父母無疑比過去面對更大挑戰，需要讓孩子了解現在的世界，同時更要引導孩子，讓他們明白「學習」到底能夠帶來甚麼好處，事實上很多孩子根本不明為何要學習，純粹為了父母、老師、所謂的「應該」而學，學習過程中缺乏內在動機，這也是不愛學習的致命點之一。

遊戲從當年的「孖寶兄弟救公主」，發展到現在追求自由和互動的沙盒遊戲，目標性已經是南轅北轍，但關鍵是每個遊戲都有它的目標和方向，開始時更有解說和示範，讓玩家在有充分的了解下遊玩，充滿內在及外在動機，與傳統學習模式截然不同。

總結以上觀點，大家認為打機是孩子不愛學習的因，還是孩子不愛學習的果？



當然，孩子不愛學習還有其他因素，但作為家長，我們繼續怪責孩子，切斷 WIFI，又是否能讓孩子從新愛上學習？

3 大建議讓孩子享受學習

1) 引導孩子學習應從動機入手，喜歡學習的孩子不靠獎罰也能自發努力學習，關鍵在於你能否掌握啓導孩子內在動機，以及正向運用外在動機的方法。

2) 根據「歸因理論」和「自決理論」，孩子享受學習需要具備 3 大元素：能力感、自主性和信任關係。當你能掌握建立 3 大元素的方法，孩子就能有效內化學習動機。

3) 根據 Kochanska 和 Aksan 在 1995 年做的研究發現，當父母持續運用強硬和命令式的管教方式時，孩子會傾向只在表面上服從父母的要求。一旦母親不從旁監督，他們便會很快把父母的指令拋諸腦後，所以當家長鼓勵孩子學習時，需要提升溝通技巧和協助時機。

不管疫情發展如何，讓孩子重回喜愛學習的路上十分重要，因為唯一不變的定律就是世界不停在變，對新事物保持求知欲和持續學習，才能使我們不會被洪流所淹蓋，希望大家可以從學習中提升親子關係！