

疫情下無得出街玩 2-3 歲幼兒近 4 成最常看電子屏幕 孩子情緒變差 8 成家長照顧感壓力

(香港·2020年4月2日)香港保護兒童會以「疫情下嬰幼兒生活狀況」為主題進行問卷調查，發現受訪家庭在2月至3月中期間，4成多的幼兒外出遊玩30分鐘或以上的次數為「0次」，而幼兒使用電子屏幕的時間較疫情前增加，在2-3歲幼兒群組中，佔37.5%最主要活動為使用電子屏幕。絕大部分(93.9%)的家長擔心疫情下幼兒長待家中會影響幼兒成長；超過6成家長察覺幼兒情緒變差，及超過8成的家長有「困獸鬥」的感覺。

新型冠狀病毒肆虐，幼稚園及幼兒中心均停課，不少家長選擇與子女留在家中，減少外出以避免社交接觸和病毒在社區傳播的風險。香港保護兒童會關注本港幼兒的健康發展狀況，並獲循道衛理亞斯理社會服務處協辦，於3月19-25日期間，以不記名網上問卷形式，成功訪問了449位育有0-3歲幼兒的家長，了解疫情如何影響幼兒的生活。訪問對象中，有37.7%屬低收入家庭。

調查顯示，幾乎全部家長均「非常擔心(56.2%)」或「有點擔心(38.9%)」帶幼兒去公園或遊樂場會受到感染。由2月至3月中期間，41.1%家長帶幼兒出外到公園或遊樂場等地方遊玩30分鐘或以上的次數為「0次」，另30.6%只帶幼兒出外遊玩過「1-3次」。此外，大部分家長表示幼兒使用電子屏幕(電視、手機、平板電腦等)的時間較之前「明顯增加(31.9%)」或「有點增加(29.2%)」；其中，2-3歲群組中37.5%的幼兒花最多時間的活動為「使用電子屏幕」。

對於疫情令孩子常待家中，幾乎全部家長均「非常擔心(60.2%)」或「有點擔心(33.7%)」對孩子的身心發展有不良影響。事實上，家長表示「非常同意(18.8%)」或「有點同意(44.2%)」孩子最近的情緒變差；不少家長「非常同意(47.3%)」或「有點同意(35.2%)」在疫情下照顧孩子，有時會有「困獸鬥」的感覺，反映疫情已對家長構成很大壓力。

幼兒發脾氣、拒吃飯 家長無奈開電視

育有1歲半兒子及居住在劏房的家長 Sara 表示：「我以前每天都會帶兒子到公園或體育館玩耍，現在因擔心兒子染疫，加上很難找到幼兒尺寸的口罩，已再沒有帶他出外遊玩。可是家中環境狹窄，只有約0.6乘1.5平方米左右的走道給兒子玩玩具、打打球，缺乏運動讓他情緒和胃口變差，會發脾氣、亂丟玩具、撕毀圖書，甚至不肯吃飯。為了讓兒子吃飯，我只好讓他一邊吃、一邊看電視或手機，吃完便馬上關掉。」Sara認為機構若可為家長提供遊戲和素材，可給予幼兒一些新鮮刺激，減輕她照顧的壓力。

另一位育有2歲女兒的雙職家庭家長 Cyndi 表示：「以前差不多每天都會帶女兒逛逛商場、到街上散散步，現在已幾乎沒有再帶她外出，晚飯也是留在家吃。沒有上幼兒園的日子，我留在家工作，同時又要全日看管女兒，根本分身不暇，連發一個電郵都要花一小時才能完成；再加上無法外出『放電』，女兒晚上睡得不熟，每天早上四、五點就會叫醒全家人，休息不足使我每天精神都處於繃緊狀態。」由於無法同時兼顧照顧和工作，Cyndi 迫於無奈只好把女兒帶回幼兒園看顧。

香港保護兒童會服務總監麥鏡英關注幼兒使用電子屏幕的問題，他指家長處於長時間照顧幼兒的壓力下，容易會使用電子產品讓小孩「乖乖安靜」，但幼兒長時間接觸電子產品快速的畫面及聲音刺激，會影響其專注力及溝通能力的發展，亦會損害視力。他建議家長參考世界衛生組織指引，2歲以下的嬰兒不應該接觸電子屏幕，2至4歲的小童每日亦不應使用電子屏幕超過1小時；即使遊玩，亦應玩有建設性及互動元素的遊戲。此外，幼兒階段是建立親子關係的重要時期，故此家長應設固定時間，每天花起碼1小時與幼兒一起在家進行健康的親子活動，如玩玩具、讀繪本、做家居運動等，讓幼兒的感統、大小肌及溝通能力可有全面發展的刺激。

「抗疫 BABY—親子玩樂站」免費派發 850 份遊戲包 支援家中親子遊戲

了解到幼兒在疫情下減少成長和學習機會，香港保護兒童會嬰兒園服務部與「親職起步走 P@SS—0-3 歲家長支援及親職教育計劃」合力製作了一套名為「抗疫 BABY—親子玩樂站」的家居親子遊戲短片系列，由4月6日起連續4個星期，逢星期一至五於其 Facebook 專頁播出，每天介紹一個適合不同月齡幼兒遊玩的親子遊戲，希望家長即使在不能外出的日子，仍可透過益智遊戲促進孩子大小肌、五感、創意、情緒等發展；另一方面亦可以促進親子關係，舒緩疫情下的親職壓力。

為了減輕基層家庭、尤其劏房戶的經濟負擔，本會以「輕巧便利、一玩再玩、多元發展」的原則，製作了850份家居親子遊戲包，將會免費派發予合作機構及其他育有3歲以下幼兒的家庭，方便家長參考影片所介紹的遊戲與幼兒一同玩樂，享受親子時間。麥鏡英表示，希望政府在停課期間可向社區提供更多資源，支援家長在家中協助幼兒持續學習及發展，以減輕防疫期間的親職壓力。



左起：香港保護兒童會嬰兒服務協調主任楊家鳳、服務總監麥鏡英、「親職起步走 P@SS—0-3 歲家長支援及親職教育計劃」負責社工謝敏麗



左起：香港保護兒童會服務總監麥鏡英、家長 Cyndi、家長 Sara、循道衛理亞斯理社會服務處督導主任凌茂思



「抗疫 BABY—親子玩樂站」的家居親子遊戲短片播出日程



本會免費送出 850 份家居親子遊戲包予有 3 歲以下幼兒的家庭

下載新聞稿相片：<https://bit.ly/3aApEEB>

親子遊戲短片預覽及索取遊戲包網址：<https://bit.ly/3dPMIRG>

傳媒查詢：

香港保護兒童會服務總監 麥鏡英 電話：3184 6668

香港保護兒童會機構傳訊部 Laura Chan 電話：3184 6678 電郵：laurachan@hkspc.org

Cody Tam 電話：3184 6665 電郵：codytam@hkspc.org

香港保護兒童會

本會成立於 1926 年，為全港歷史最悠久的兒童慈善機構之一，現時轄下共有 27 個服務單位，為初生至 16 歲兒童及其家庭提供服務，尤其著重為雙職父母、單親家庭、基層家庭、新來港人士及少數族裔家庭提供適切援助，每天服務約 3,000 名兒童及其家人。於未來，我們將繼續拓展更全面的服務，更著重支援有發展差異的兒童及其家長，提供及早識別、及早介入服務，讓不同能力的兒童皆能發揮潛能。

親職起步走 P@SS—0-3 歲家長支援及親職教育計劃

本計劃旨在為 0 至 3 歲嬰幼兒的家庭提供家長支援及親職教育服務，以紓解家長培育初生子女時所面對的壓力及困難。計劃為嬰幼兒、家長及祖父母提供不同的小組活動，以關顧嬰幼兒的社交及情緒發展，讓家長學習專業的管教技巧，並提升照顧者對親職教育的認識。計劃希望把家庭視作一個整體，在育兒上互相配合，並與其他照顧者、包括嬰兒園協作，以全面促進嬰幼兒的整全發展。

香港保護兒童會「疫情下嬰幼兒生活狀況」問卷調查相關數據

訪問形式：不記名網上問卷

訪問對象：449 位育有 0-3 歲幼兒的家長（37.7%正在接受政府的援助項目）

訪問時期：3 月 19-25 日

1. 自本年 2 月至今，你曾經有多少次帶同 3 歲或以下的孩子去外出玩耍最少 30 分鐘（例：到公園或遊樂場）？

次數	0-12 月齡	13-24 月齡	25-36 月齡	總計
0 次	59.6%	31.3%	33.1%	<u>41.1%</u>
1-3 次	27.4%	29.5%	35.3%	<u>30.6%</u>
4-5 次	4.1%	21.7%	14.0%	13.6%
7-9 次	4.1%	6.0%	6.6%	5.6%
10 次或以上	4.8%	11.4%	11.0%	9.2%

2. 你擔心帶同 3 歲或以下的孩子去公園或遊樂場會受到感染嗎？

回答	0-12 月齡	13-24 月齡	25-36 月齡	總計
非常擔心	60.7%	53.6%	54.4%	<u>56.2%</u>
有點擔心	35.9%	39.2%	41.9%	<u>38.9%</u>
有點不擔心	3.4%	4.2%	3.7%	3.8%
非常不擔心	0.0%	3.0%	0.0%	1.1%

3. 自本年 2 月至今，你 3 歲或以下的孩子用最多時間進行下列哪項活動？（只選一項）

活動	0-12 月齡	13-24 月齡	25-36 月齡	總計
使用電子屏幕（電視、手機、平板電腦等）	4.2%	15.8%	<u>37.5%</u>	18.7%
玩地上或桌面遊戲	16.1%	13.3%	8.1%	12.6%
玩玩具	55.2%	48.5%	47.8%	50.5%
看書	2.8%	13.9%	3.7%	7.2%
做運動	4.2%	0.6%	1.5%	2.0%
聽音樂	17.5%	7.9%	1.5%	9.0%

4. 在過去兩星期，你 3 歲或以下的孩子使用電子屏幕（電視、手機、平板電腦等）的時間較之前有沒有改變？

時間	0-12 月齡	13-24 月齡	25-36 月齡	總計
明顯增加	13.2%	34.5%	48.5%	<u>31.9%</u>
有點增加	18.8%	33.9%	34.6%	<u>29.2%</u>
沒有改變	63.2%	28.5%	12.5%	34.8%
有點減少	0.7%	1.2%	4.4%	2.0%
明顯減少	4.2%	1.8%	0.0%	2.0%

5. 你是否同意：「因為疫情令孩子常待家中，你擔心對他的身心發展有不良影響。」

回答	0-12 月齡	13-24 月齡	25-36 月齡	總計
非常同意	51.7%	70.1%	57.4%	<u>60.2%</u>
有點同意	40.0%	26.8%	35.3%	33.7%
有點不同意	6.2%	2.4%	5.9%	4.7%
非常不同意	2.1%	0.6%	1.5%	1.3%

6. 你是否同意：「你有時也想不出甚麼遊戲與孩子玩。」

回答	0-12 月齡	13-24 月齡	25-36 月齡	總計
非常同意	51.0%	51.5%	61.0%	<u>54.3%</u>
有點同意	37.2%	38.8%	30.1%	35.7%
有點不同意	9.7%	9.1%	6.6%	8.5%
非常不同意	2.1%	0.6%	2.2%	1.6%

7. 你是否同意：「孩子最近的情緒變差。」

回答	0-12 月齡	13-24 月齡	25-36 月齡	總計
非常同意	11.0%	17.0%	29.4%	<u>18.8%</u>
有點同意	40.7%	47.3%	44.1%	<u>44.2%</u>
有點不同意	31.0%	26.7%	16.9%	25.1%
非常不同意	17.2%	9.1%	9.6%	11.9%

8. 你是否同意：「在疫情下照顧孩子，你有時會有困獸鬥的感覺。」

回答	0-12 月齡	13-24 月齡	25-36 月齡	總計
非常同意	42.8%	47.9%	51.5%	<u>47.3%</u>
有點同意	31.7%	37.6%	36.0%	<u>35.2%</u>
有點不同意	15.2%	10.3%	9.6%	11.7%
非常不同意	10.3%	4.2%	2.9%	5.8%

9. 你是否同意：「若有人可以提供親子家居遊戲，可以減輕你的壓力。」

回答	0-12 月齡	13-24 月齡	25-36 月齡	總計
非常同意	45.2%	49.7%	50.7%	<u>48.5%</u>
有點同意	47.9%	42.4%	42.6%	<u>44.3%</u>
有點不同意	6.2%	5.5%	5.9%	5.8%
非常不同意	0.7%	2.4%	0.7%	1.3%