

「遊戲」真的只是遊戲嗎?到底是好玩?還是學習?

基隆長庚醫院精神科 江姿穎心理師

在大人的世界裡面，常聽到的遊戲可能是麻將、撲克牌、Wii、XBoX、線上遊戲、體感遊戲，透過這些遊戲可以放鬆心情、降低壓力、跟朋友哈啦....等；但是在不到六歲的兒童來說呢，遊戲到底是什麼呢?舉幾個最近網路常見影片來說：「一個嬰兒對於媽媽反覆撕紙的一直咯咯大笑」、「兩個雙胞胎孩子來回答答答的說話」、「孩子穿著黑武士的披風，對著孩子車施展魔法，這時候車燈竟然回應了」，由前面的簡短的陳述，孩子除了可能我們認定的遊戲跟智力有關的遊戲之外，似乎透過生活或環境中的物品、甚至不需要任何東西就可以獲得愉快的感受、就可以玩得起來了，但是遊戲對於孩子有什麼重要呢? 由上述的例子中，孩子開始藉由撕紙認識不同聲音、藉由大笑或者聲音獲取他人的回饋以及增加想像與創造能力...

國外演化論學者達爾文等提出孩子的遊戲具有重要的意義，認為就由遊戲過程反覆練習未來所需的技能以及人際互動的技巧，例如：早期孩子把食物放到嘴巴裡面、觸摸物品，可以透過這些行為認識環境的危險性、哪些是可吃或不可吃的，而敲打玩具、丟球、踢球等行為練習孩子動作協調與成熟性，而與他人玩扮家家酒，也可以協助將生活中他人的角色、做的事情進行演練，並且從中學習怎麼跟他人協調自己要扮演的角色、怎麼與他人互動與合作，整個遊戲過程可以更熟練認知概念、肢體動作成熟性、人際互動的淺規則...等。而在這個過程中父母扮演什麼角色呢?

孩子出生時主要以喝奶、睡覺為主，但是幾個月過去後，對於外界的事物開始感到有興趣，對於聲音、色彩的東西感到好奇，什麼東西都要拿在手上玩、什麼東西都要放在嘴巴裡面，而父母在孩子不斷探索、觸摸與嘗試的遊戲過程中，教導「這是什麼東西」、「材質」、「危險/不危險」、「可以做/不可以做」的概念，慢慢認識這個世界、認識這個環境，慢慢學習求生的技能，就如同動物在成年之前，動物媽媽或爸爸們教導孩子如何保護自己、獲取食物等。

除此之外，俄國的維高斯基(Vygotsky)提出鷹架的概念，父母在孩子的學習、發展幫助孩子建立基礎的骨架，而孩子在兒童遊戲的過程中，爸爸媽媽們扮演什麼角色呢?父母協助孩子讓他們把地基打穩而孩子未來才可以加蓋其他東西，例如：嬰幼兒玩積木時可能只會敲敲打打，藉由大人的示範下模仿蓋 101，慢慢孩子了解積木可以疊成不同東西的地基之後，孩子慢慢創造火車、城堡等越來越複雜的內容，因此家長在孩子遊戲中陪伴、示範之下奠定良好的基礎，將會擴展孩子在自然發展能力下的可能性，增加孩子看世界的廣度以及學習更多適當的技巧。

提出情緒智商(EQ)的學者約翰·高特曼，提出父母扮演孩子的情緒教練，父母在寶寶哭泣、微笑時，立即說出孩子的情緒並且針對於孩子不同的情緒需求給

予微笑或秀秀，而孩子在與父母或者其他孩子互動時學習偵測他人的情緒，而在與他人互動時，照顧者從中教導哪些是適當或不適當的行為表現、對應自己與他人情緒適當的處理方式，反覆的互動的過程中，孩子會將這些規則、問題解決方式進行學習，也在未來有足夠的認知、語言的問題解決能力下，逐步擴展情緒概念的複雜度，以及同理他人的能力與問題解決等能力。

因此，遊戲不只是遊戲，更富有透過遊戲學習、認識這個世界，並且作為後續與他人、社會接觸重要的角色，而照顧者藉由遊戲中陪伴以及參與增加親子情感的交流外，也可透過遊戲增加認知、動作、人際互動、環境理解...等概念，還在等什麼呢?跟著孩子的腳步一起玩吧!!