



114 學年度第二學期「閱報教育--主題宣導」

第 18 週主題：「正視學習專注力不足現象」

中華民國 115 年 6 月 4 日 / 星期四

國語日報

綜合新聞 2

社論

正視學習專注力不足現象

專注力在學生的學習過程中扮演著重要角色。學生的專注力愈高，則其學習效果愈佳。因此，專注力可說是學生學習的基礎。

根據英國劍橋大學出版社與評估部門於去年九月出版《駕馭未來：幫助學習者在不斷變化的世界中茁壯成長》報告指出，百分之八十八的受訪者認為，學生的專注力持續時間越來越短。此外，去年十月發表於國際學術期刊《幼兒教育期刊》的研究指出，美國百分之七十五的幼兒園至小學二年級教師表示，自疫情開始以來，學生的專注力持續時間已下降。這顯示兒童專注力下降，是一種普遍現象。

學生專注力下降原因甚多，可能是來自於個人生理因素，但有一部分可能來自於社會環境使然。尤其在資訊科技時代，兒童很早就接觸 3C 產品，加上受到短影音興起及社群媒體影響，這些都會分散其專注力，可能使大腦長期處於持續刺激狀態，減少休息機會，對學生健康及學習效果有不利影響。

雖然國內不像國外進行有系統的研究，但據現場教師表示，的確發現幼兒園及中小學生專注力不集中的出現頻率，有愈來愈高現象，有時還會出現恍神狀態。政府、學校及家長應正視此一現象，並設法找到有效解決之道，以避免問題持續惡化，影響到下一代的學習及身心健康。