

開卷有益

如果要推薦一項對兒童智力發展最有益的活動，筆者會毫不猶疑地推薦“閱讀”。閱讀是高層次的大腦活動，有助刺激智力發展，而且對兒童的語言和情緒發展也有很大幫助，曾有研究人員比較大腦在閱讀和看電視時的活躍程度，結果發現在閱讀（即使是消閒性刊物）時，大腦的活躍程度遠比看電視時為高，所以閱讀可說是大腦體操。

不過，我們必須先把“識字活動”和閱讀區分，識字只是閱讀的一小部分，而且只是技術性部分，能認字的人不一定能明白閱讀的內容，例如一些患自閉症的孩子能夠認字卻不明白其中意思。閱讀的重點在於理解及享受讀物的內容，讀物本身不一定是文字刊物，所以一個一歲小孩也可以通過閱讀圖畫書明白其中內容，得到無窮樂趣。

閱讀可以從兒童幾個月大時開始，父母可以與孩子一起閱讀圖畫書，引起他的興趣，然後才逐漸閱讀故事性的圖書。西門菲沙大學一位教授指出，如果兒童自六個月大開始，每天閱讀十五分鐘，到入學時，不知不覺間已累積一千小時的閱讀時間，成為日後學習的良好基礎。

父母如果要引起兒童的學習興趣，起初一定要花時間陪伴他一起閱讀，成為孩子與書本之間的橋樑，例如父母可以為兒童講解故事的內容，或者討論書中的插圖，這樣會引起兒童較大的興趣，並可成為一種親子活動，增加彼此的親密度，所以父母不應用影像“書”或影像故事去代替真正的親子閱讀。至於讀物的選擇，必須注重趣味性，其中能夠促進兒童想象力的尤佳，千萬不要過於艱深或太多所謂“教訓”，兒童一生的閱讀興趣，可能由一本趣味性的好書引起。

心理輔導專家區澤光博士