



另類的貧窮…台灣「心貧兒」現象觀察報告

兒童福利聯盟文教基金會

「我好無聊喔！我不知道要做什麼！我不快樂！我不開心！」我們常常可以聽見現在的孩子不時這樣抱怨著，大人眼中這群孩子被認為身在福中不知福，孩子每天只有唸書跟玩耍，怎麼可能無聊、不開心呢？然而，依據兒童福利聯盟文教基金會「哎唷喂呀」兒童專線的接線情況發現，現在孩子的生活跟大人們小時候已經大不相同了，他們有更多的煩惱、下課後常常有補不完的習、回到家沒有兄弟姐妹可以陪他玩，使他們的生活更無聊、更不快樂。

維護兒童人權一直是兒盟的使命，每年兒盟於十一月二十日世界兒童人權日前夕，都會發表相關的報告，期望藉由報告的發表讓大家更留心、注意孩子應有的權利，往年關心的重點大多放在瞭解孩子各項基本權利被維護的情形，鑒於現在的孩子在物質享受上普遍富足，但心靈的資產卻相對貧乏，且依據聯合國兒童權利公約第二十七條規定：「所有兒童有為其身心、精神、道德以及社會之正常發展，獲得相當水準之生活的權利。」因此，今年兒盟將關注的焦點鎖定在「兒童心靈健康照護」的議題，提醒大家不僅要注意到孩子的身體是否健康，更要留心孩子的心靈是否也富有無缺，因為一個身心都健康的孩子，才算得上是名符其實的健康寶寶。

於是，兒盟一方面在今年十月進行「兒童心靈貧窮現象」調查，讓兒童自己發聲，讓大人聽見孩子內在真實的聲音，也讓大人警覺到有些孩子的心靈可能處於貧瘠的狀態，成了所謂的「心貧兒」；另一方面，兒盟也根據「哎唷喂呀」兒童專線的來電內容，觀察到一些與調查結果相互呼應的「心貧兒」現象。此次「兒童心靈貧窮現象」調查，共造訪台北縣市、台中縣市、高雄縣市計 12 所的小學，施測對象為各校高年級的學童，總計發放 1,467 份問卷，回收 1,328 份，回收率為 90.54%，有效問卷數為 1,323 份，問卷有效率達 99.62%。

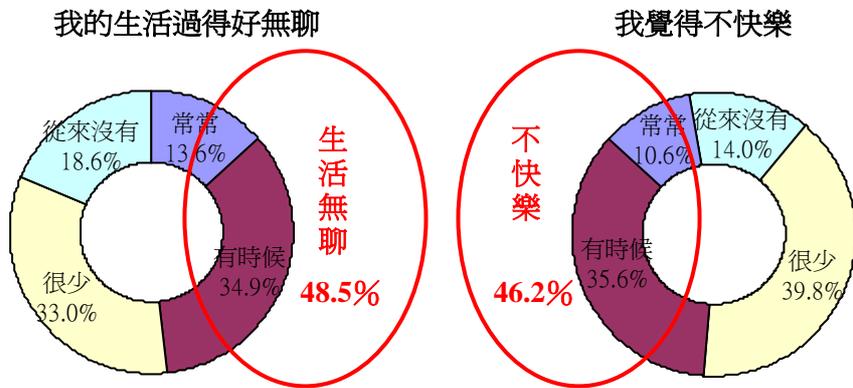
【現象一】逾四成六的孩子覺得自己不快樂

一個人生活快不快樂是一件很重要的事情，特別是還不需面臨生計壓力的孩子，快樂理應和他們畫上等號，可是我們從調查結果卻發現（見圖一右），35.6%的孩子「有時候」會覺得不快樂，「常常」感到不快樂的孩子則有 10.6%，合計有四成六的孩子常常或有時候覺得自己不快樂；而選擇「很少」或「從來沒有」覺得不快樂的孩子，則分別佔 39.8%、14.0%，可見本次調查中有過半數（53.8%）的孩子對於生活感到快樂。

是什麼原因讓孩子覺得不快樂呢？兒盟「哎唷喂呀」兒童專線的接線值日生發現，許多孩子來電抱怨功課太多，下課後又有很多的補習，要補英文、補鋼琴、補數學…，幾乎沒有空閒時間可以做自己想做的事，跟爸媽反應也都沒有結果，大人們總是說「這是為你好啊！」、「小



孩子不讀書還要做什麼？」、「小時候不努力，長大以後就找不到好工作！」…等等之類的話，孩子的生活中幾乎沒有什麼事是可以自己決定的，他們有時候會覺得自己好像是為爸媽而唸書，孩子也因此鬱鬱寡歡。



圖一、我的生活過得好無聊&我覺得不快樂

【現象二】近半數的孩子覺得生活過得很無聊

生活中有許多事情等著我們去探索、發掘，而生活的樂趣就是在尋找新事物和學習這些事物上，所以當孩子不再對任何事物感興趣時，無聊的情緒將充滿他們的生活。由此次調查結果（見圖一左）可知，「有時候」覺得生活無聊的孩子佔最多，達 34.9%；其次是「很少」，佔 33.0%；選擇「從來沒有」或「常常」者，分別佔 18.6%和 13.6%。我們發現，高達 48.5%的孩子表示常常或有時候覺得生活過得好無聊。

兒盟在今年四月曾公布「台灣都會地區兒童家庭生活狀況調查」報告，發現孩子課後的主要活動是看電視、做功課；孩子和爸媽最常一起做的活動也是看電視，其次為吃飯。我們在「哎唷喂呀」兒童專線的來電中，也觀察到上述類似的現象，譬如有些孩子會打電話來說，他們放學後爸媽都還忙於工作而無法返家，到晚上八、九點爸媽才回來，這早就是家常便飯的事，孩子只好自己隨便買個東西吃；有時候在學校就寫完功課了，所以在家只能看電視，常常無聊到同樣的電視節目看了重播很多次，台詞都快會背了。如此單調的生活，也難怪孩子會時常覺得日子過得乏味無趣。

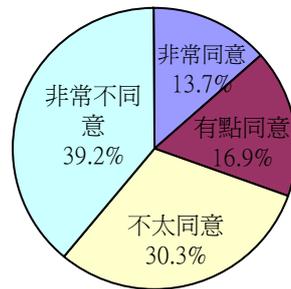
【現象三】約三成一的孩子否定自己存在的價值

孩子是需要被重視、被關心的，如果孩子覺得自己在別人的眼裡可有可無，大人們就需要特別注意了。本次調查發現（見圖二），39.2%的孩子非常不同意「這世界少了我也沒有關係」這句話，其次是「不太同意」者，佔 30.3%，故接近七成（69.5%）的孩子並沒有上述的負向想法。但是我們必須留意另外三成（30.6%）的孩子，因為他們或多或少否定了自我存在的價值，



其中「有點同意」和「非常同意」這個世界少了他也沒關係的孩子，分別佔了總體的 16.9%和 13.7%。

兒盟社工員就曾接觸過這樣令人心疼的孩子，有孩子抱怨爸媽長期對他都不關心，只看重他的成績，孩子爲了討父母的歡心及注意，於是以高標準來要求自己的課業表現，甚至使用傷害自己的方式來督促、提醒自己一定要考高分。這個孩子拿到了好成績，也因此博得父母的注意，可是在孩子自傷行爲的背後，他想表達的難道只是自我要求、好吸引父母關心嗎？抑或孩子其實正在傳達自己不被大人看見的憤怒與煩惱？

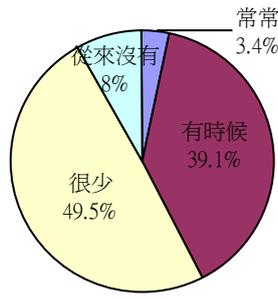


圖二、這個世界少了我也沒有關係

【現象四】近四成三的孩子遇到挫折容易選擇放棄

兒盟在九十二年十一月的「台灣地區兒童心理資本概況調查」中發現，孩子的韌性(strength)、解決問題的能力普遍良好，平均分數達 3.19 分（滿分爲 4 分）。但此次調查發現（見圖三），孩子對於他們曾經失敗過的事情，「很少」不再嘗試者佔 49.5%爲最多；其次爲「有時候」會放棄者，佔 39.1%；表示「從來沒有」和「常常」的比例則各不到一成。整體看來，約有八成（57.5%）的孩子面對自己失敗過的事，還是有再次嘗試的意願，但亦有近四成三（42.5%）的孩子在遇到挫折時容易選擇放棄。

孩子遭遇挫折的來源，可能是與學校有關的課業問題、校園暴力及同儕關係，或是與家庭有關的父母關係、手足問題及親子問題，還有一些是孩子本身的因素等。截至九十三年十月底止，兒盟「哎唷喂呀」兒童專線所有來電的孩子中，約四成二（41.7%）表示其困擾來自學校方面，其中與同儕間的人際關係問題更高居首位。事實上，孩子對於同儕情感存有相當的依附與期待，卻也容易因此受傷，例如有孩子反映他在遭受好友「背叛」之後，從此便對與他人建立深入關係感到怯步。

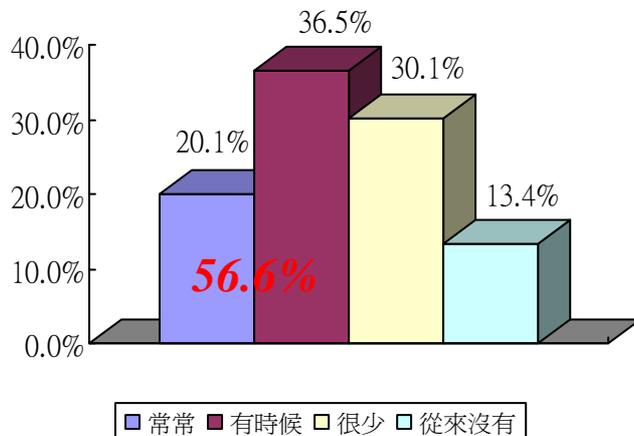


圖三、我失敗過的事情，就不想再做了

【現象五】約五成七的孩子不願對人訴說心事

每個人都有心情不好的時候，此時最好的抒發方式就是找人訴說、宣洩負面情緒，鬱悶的心情多少會因此得以舒緩；相較於有些孩子用打架、自殺、偷東西等方式來發洩，找人訴說非但對孩子本身或他人不會有任何的傷害，孩子心事重重的情況更可能藉此獲得討論與解決。我們從本次調查中發現（見圖四），孩子「有時候」選擇把心事藏起來，所佔的比例最高（36.5%）；其次為「很少」，佔 30.1%；「常常」把心事藏起來的孩子則佔 20.1%，只有 13.4%的孩子選擇「從來沒有」。整體而言，孩子還是比較傾向把心事藏起來，不與他人訴說，其比例將近五成七（56.6%）。

某些已經成為兒盟「哎唷喂呀」兒童專線常客的孩子，他們和接線值日生談話的內容，還是停留在表面的資訊交換，或是詢問值日生自身相關的問題，每當值日生欲進一步了解孩子自己的心情或狀況時，孩子往往會立刻轉換話題，似乎不願讓人接觸到他內心的世界；然而，孩子會一再打專線電話，即表示他有所困擾，需要找人聊聊，但電話中卻又談論一些無關緊要的事情，這樣矛盾的心情，顯示孩子對人的不信任及防衛，他們寧願把心事藏起來，也不想跟別人說。



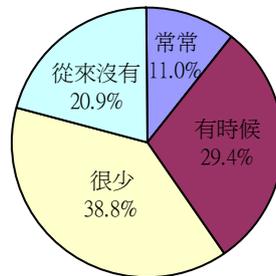
圖四、我寧願把心事藏起來，也不想跟別人說



【現象六】有四成的孩子覺得自己不受歡迎

會不會被別人喜歡或討厭，是人際關係好壞與否的指標之一。在「我覺得別人不喜歡我」這個問項中（見圖五），選擇「很少」（38.8%）及「有時候」（29.4%）者分佔第一、二位，其次是「從來沒有」，佔了 20.9%；「常常」覺得別人不喜歡他的孩子則佔 11.0%。從整體來看，近六成（59.7%）的孩子並不會覺得別人不喜歡他，但還是有四成左右（40.4%）的孩子覺得自己不受人歡迎，這些孩子可能只有一、兩個知心朋友，甚至沒有任何要好的朋友，他們在學校很可能成爲被霸凌(bully)的對象。

孩子不受人歡迎的原因很多，可能和功課、外表、人際關係、家庭因素…等原因有關，有的孩子會因爲成績表現優異而招致同學的敵意與排擠，也有的孩子長相不好看，同學因而不願意跟他做朋友。這樣的例子常常可在我們周遭發現，兒盟今年八月發表的「國小兒童校園霸凌現象調查報告」即指出，霸凌現象普遍存在於各小學校園中，大部分的孩子知情且多數有被欺負的親身經驗，而霸凌的方式以言語的霸凌最多，多數的孩子面對霸凌事件的發生會求助於成人，至於自己受凌時，孩子們最多採取的態度還是「忍一忍就算了」。我們憂心的是，霸凌現象並非孩子成長的必經過程，對霸凌兒童本身、受凌兒童與旁觀的孩子而言，霸凌事件都對他們造成極大的負面影響，一旦孩子學習用暴力的方式解決問題，將來發生偏差行爲的機率也跟著增加。



圖五、我覺得別人不喜歡我



誰是「心貧兒」 VS. 兒盟的呼籲

1. 經常性的負向心理狀態 - 孩子的心靈健康需要悉心呵護

台灣人越來越不想生小孩，去年台灣整體生育率降至 1.2 人，大部分的起步家庭通常只願意生一個孩子，因此父母望子成龍、望女成鳳的期待，自然就落在這唯一的獨生子女上。而孩子在父母殷切（甚至過度）的期待下長大，壓力越來越大，生活也越來越不開心，過多的期待及關注帶給孩子更多的煩惱。本次調查顯示超過四成六的孩子覺得不快樂，這群孩子每天生活中充滿了煩惱及無可奈何，沒有什麼事可以引起他們的興趣，他們的心靈資產於是一點一滴的流失。每個孩子成長的過程中，必須給他們足夠的彈性和空間，當物質需求得到滿足之後，心靈的健康更不容忽視，身心發展能「兩全其美」的孩子，才能擁有多采多姿的童年。

2. 偏負面的自我概念 - 幫孩子瞭解自己的優/缺點，建立充分的自信

孩子對於自己存在價值的認定與否，與本身自我概念的發展有關，自我概念在與他人互動的過程中形成，特別是與父母的互動，父母會對其認為有價值的事進行獎賞，並處罰那些他們所認為無價值的事，孩子被父母否定及處罰的頻率越高，會對自己越來越沒有自信，懷疑自己是否能達成父母的期望。本次調查發現約三成一的孩子覺得自己不被認同、重視，對於生活的態度較悲觀，覺得這個世界少了他也沒有關係，為此，父母及孩子的重要他人應該多與孩子溝通，盡可能瞭解孩子所想的、所要的，接受每個孩子的能力與限制是不同的，並給予正向關懷，幫助孩子發展出良好的自我概念。

3. 對挫折的忍受度低 - 培養孩子樂觀、積極的處事態度

經由過往的經驗，人們學習到只要努力和堅持，會得到自己所渴望的信任、肯定和讚賞，也因為這樣，所以人們在遇到類似的問題時，大多已作好準備去面對並堅持下去，直到問題解決。但孩子在學習解決問題的技巧時，大人對孩子的批評、同儕的嘲笑、父母拿孩子與他人比較…等因素，都可能讓孩子害怕而拒絕探索新方法或不願再嘗試失敗過的事，久而久之，孩子容易表現出退縮、懷疑的自卑傾向，以致於影響到日後的學業及人際關係。因此，大人要多以鼓勵代替責罵的方式來教導孩子，培養孩子樂觀、積極的處事態度，讓孩子知道在遇到困難時要勇於面對或尋求他人的協助，設法解決眼前的難題；萬一不小心失敗了，也能接受自己有時候成功、有時候失敗的事實，以後即便再遇到相同的問題，還是能勇敢地試著去克服和解決。

4. 外在支持系統薄弱 - 讓孩子從傾聽、溝通、陪伴中找到信任

現在雙薪夫妻及獨生子女組合而成的小家庭越來越多，孩子的生活不是在學校、安親班，



就是在家裡，每天的行程不是上課、補習就是做功課，回到家中除了爸媽之外，幾乎沒有人可以跟他玩耍、互動；許多父母下班之後，由於身心的疲累加上繁瑣的家務事，常常因此忘了陪伴孩子，所以孩子容易抱怨生活很無聊，感覺自己很孤單。改變這種情況最好的方法，就是建立良好的親子互動關係，關係的建立首重開放而有效的溝通，父母應該先「積極的傾聽」，讓孩子有機會說出內心真正的想法，並試著設身處地瞭解孩子的立場，當孩子需要支持時，盡可能適時地出現，適時地給予協助，讓孩子知道自己並不是孤立無援；透過這些正向的支持，孩子也可以從中學習如何敞開胸懷，建立自己與同儕、大人之間的信任感。

5. 人際關係差 - 教孩子時常自省、誠實待人、信守承諾

外面的世界不同於家裡，當孩子越來越大，他們將接觸到父母以外的大人及年齡相仿的同儕，尤其同儕團體很快地成為孩子態度、信念和行為上的影響者，並且隨著孩子的年齡增長，其影響越大；因此，人際關係的發展良好與否，攸關孩子能否適應家庭外的群體生活。當然，一個人不可能被所有的人喜歡，孩子如果發現有人不喜歡他的時候，首先要試著找出自己不受人歡迎的原因，再針對自己有缺失的部分設法改進；除此之外，大人也應該教導孩子講求誠信，培養孩子誠實待人、說話算話、信守承諾的好習慣，因為一個能自省、誠實、守信用的人，往往也是團體中受人喜愛且廣受歡迎的人。