

椿萱

蔡從德書

本期主題： 共建更好的 網絡世界

網絡世界知多d!

在這個資訊發達的年代，每一個小孩都有機會接觸到互聯網。面對網絡世界，有「危」亦有「機」，作為家長，應如何教導子女善用網絡資源學習及娛樂之餘，又能提防網絡危機？本期椿萱以「共建更好的網絡世界」為題，透過不同專家的分享，為家長提供實用的網絡資訊及建議。

請掃描下方二維碼 (QR code) 觀看講座錄像

不再迷「網」 (註冊社工 王鎮耀)

隨著互聯網及智能手機普及化，孩子沉迷上網的問題亦越趨嚴重。當子女出現網絡成癮的症狀、甚至向你發出求助信號時，家長如何能於第一時間洞悉問題，並協助子女建立健康的上網習慣？

講座重點：

- 講解網絡成癮的現象
- 分享應對孩子沉迷上網的方法及管教技巧



BYOD 與孩子自主學習的能力的關係

(崇真書院資訊科技教育發展主任 葛蔭南)

近年學校推行學生「自攜裝置」(BYOD) 政策越見普及，作為家長，你知道 BYOD 對子女的學習帶來甚麼益處？身處資訊爆炸的年代，又該如何與子女溝通？

講座重點：

- 講解如何運用 BYOD 促進孩子自主學習能力
- 分享與 e 世代子女溝通的技巧



使用互聯網攻略

「機不離手」是現代人的寫照，無論是因工作、學習，還是娛樂，我們都離不開電子產品。若我們運用不當或過於沉迷，便會帶來不良的影響，可見其嚴重性。

要多學習關於電腦和互聯網的技巧

家長可以和子女一同分享使用電腦的樂趣，並提供適當的指引給他們。



要與子女一同上網，並教導他們如何適當地使用互聯網。

家長可與子女討論一些網上的有趣內容或網上會遇到的危險；讓子女知道你的看法、期望，從而學習上網時的合宜行為。



要與子女訂下上網規則

讓子女明白和遵守合宜的上網規則，確保他們安全地使用互聯網；如處理網上密碼、訂立上網時間表等。



要確保你的孩子在使用電腦和其他活動中取得平衡

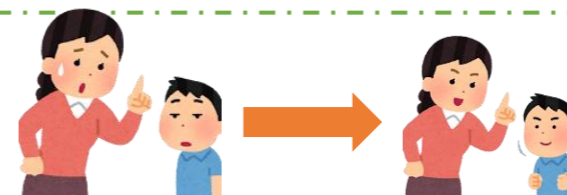
除了在網絡世界中得到樂趣外，子女亦需要有其他活動和興趣，如運動、音樂、郊遊等，以達至身心平衡。



不要隨意怪責或懲罰子女

不要因孩子告訴你在網上發現一些令他們感到奇怪或不安全的東西而怪責或懲罰他們。互聯網上有很多資訊，孩子有時難以辨別對錯。

緊記：這不是他們的錯！



不要讓孩子跟網上結識的朋友私下會面

讓孩子明白網絡上有不少人偽裝身份來欺騙他人；他們對你的友好或許是心存不軌。因此，家長必須提醒子女切勿與網上認識的人相見。



資料來源：資訊安全網 (文章經刪減)
<https://www.infosec.gov.hk/tc/best-practices/security-tips-for-parents>



家長面對網絡 收放之間的藝術



香港中文大學新聞與傳播學院高級講師 陳惜姿

我曾經也是一個非常緊張的家長，相信文字、相信書本，覺得書中才有黃金屋。孩子最佳節目是去圖書館，那裏才是知識的泉源。家裏有書本圍繞小孩，小事物背後都有大學問，他只需顯出對某題目的丁點興趣，我便設法找來相關書籍，引導他繼續追尋。網絡，尤其是 youtube 或社交媒體，只是娛樂，過度沉迷有害無益。

家長應該虛心一點？



這當然是家長一廂情願。

實情是，白紙黑字的書本難以吸引這一代孩子，五光十色的屏幕更誘人。無論電腦還是手機，都像有磁石一樣吸著小孩眼睛。家長凡遇上不懂的、無法控制的，便心生恐懼。孩子不眠不休看著手機和電腦，他們正在看甚麼？家長不知道，亦看不懂，然後便開始抓狂，覺得那必然是可惡之物，阻礙孩子學業，甚至教壞他們。就像從前的家長，不准子女聽電台、不准看電視、不准迷戀明星，每個年代，都有被家長封為「玩物喪志」之物。

我少年時因為多看了一點愛情小說，被母親痛罵後偷偷流淚，如今看來可笑。如果女兒今天肯拿起愛情小說來看，我不知多高興了。看小說為何要捱罵？母親為口奔馳沒空看閒書，在她的認知裏，不知道看小說比做中文習作更能學好中文，我當時也不知道。現在回想，我那幾滴眼淚白流了。

今天我也成了家長，面對的是另一個世界。我也不知那些 KOL（意見領袖）吸引力從何來，為何有幾千萬人追隨，包括自己的子女。或者家長應該虛心一點，承認自己無法完全了解這個世界，既然如此，便不應限制子女追尋興趣的自由。那個你無法進入的世界，正是他們的將來。

管束的學問？



「總不能完全不管吧！」有家長會問。當然不能不管，尤其是幼童對屏幕全無抵抗力，Youtube 推介的片連綿無盡，電子遊戲刺激悅目，若不管束他們會盯著一整天。別說腦袋，對眼睛的損害也難以挽回。

孩子總有一天會進入網絡世界的，我認為這一天來得愈遲愈好。高小至初中是關鍵期，不用急於給孩子智能電話，他是班裏最後一個有手機更好。

功能逐個開放，過程愈慢愈好。有些成人喜歡把舊手機給小孩用，卻沒想到對小孩來說功能已經過多，他若只要 whatsapp，你為何連 youtube 也給他？每個程式要控制時間，不能沒完沒了。這個「角力期」因人而異，但不要因管束過嚴而傷害感情，最重要是提醒他們自律。我的經驗是，縱使到最後網絡無法不全面開放，所有功能全日任用，已差不多達開竅之齡的他們，過一陣子便會倦極知返，自我調節。

網絡裏有太多好東西



所謂「If you can't beat them, join them」，家長既然無法與之抗衡，不如一同進入網絡世界，與孩子一同發掘其趣。善用孩子迷戀屏幕的特質，給他們介紹優質的網上學習平台，如 Khan Academy。

社交媒體是一張雙面刃，有人在其中被網絡欺凌，也有人如魚得水，獲得自信和認同。家長擔心孩子受傷害可以理解，但社交媒體的禮儀、自我保護之法、處理負評的心理狀態，都是少年極重要的訓練。不准他們接觸社交媒體，就像不准他們下水以免遇溺，但更好之法是教曉他們游泳！

疫情期間，幾個剛升中的少年搞了「同享童分」專頁，以網絡平台提供功課輔導給有需要的孩子，又連繫美國少年教港孩英文。一個 Zoom 平台，令想像不到的事變得可能，這種機會，以前哪裏有？所以，家長不妨放開胸懷，多學習新事物，與孩子一同勇闖新世界。



資料來源：拓思德育期刊- 第 93 期 網絡人生

https://me.icac.hk/bookshelf/topsee/index_id_101.html

求助有法：家福會健康上網支援

家福會健康上網支援網絡旨在預防青少年網絡問題，並縮減數碼世代的親子鴻溝。在網站上，你可以找到很多資訊和認識如何協助不同的家庭成員有效地透過互聯網學習，以及培育兒童及青少年建立健康和安全的上網態度和習慣。

