



從青少年網路危機談家長教養策略

士林地院
吉靜如主任調保官(吉官)



國中階段，教養孩子的關鍵期

管教誰的責任？

家長與學校

但是學校能做的已經越來越少了！

今日學校管教的權力
已經越來越被限縮了

學校管教權被限縮後，家長責任
加重

管教孩子的網路與挑戰

過度使用與不當使用

網路沉癮

標準：影響正常作息與生活

遲到、晚睡、忽略學業、人際退縮

看著爸爸把手撥掉...少年玩手機
被唸跳樓不治

家長該如何因應

- 當初次出現脫序的行為，了解原因，明確有效的處理
- 重複發生，了解孩子長時間使用手機的原因，尋求其他資源協助
- 花時間陪同孩子運動、從事孩子喜歡的活動，轉移手機的注意力
- 切斷孩子擁有手機的時間，務必先做好溝通與規範警示，切勿斷然且強制撕裂
- 回復手機使用時，事先明確規範，事後正增強孩子改善的行為

國小高年級

- 多半使用家裡的網路，爸媽可以根據孩子的需要做適當控管，最好的辦法，就是使用電信公司的網路時間控管系統（比如中華電信有「Hinet 健康上網」時間管理），只要設定好網路開放時間，爸媽也以身做則，全家自然能形成固定的生活作息。

國中階段

- 父母需要以「幫助孩子做好自我管控」為由，由親子雙方一起討論「違約時要付出的代價」。這可不是處罰，而是讓孩子藉由經歷「合理的後果」來強化自我約束的能力。所謂合理的後果，是以孩子「自己」認可的方式來處置，比如使用時間超過十五分鐘以上，或是睡覺前未能把手機放置家中的公共領域，則第二天取消使用權利。

網路不當使用與違規

網路排擠與霸凌

網路排擠的傷害已經到來

- 調查顯示，有近8成(78.4%)兒少曾遇過網路排擠問題
- 訊息被同學已讀不回佔73.4%
- 被同學解除好友關係(28.4%)
- 以及同學設立群組故意沒有加入自己(26.7%)
- 發生的比例明顯高於網路霸凌，有別於過去僅發生在校園的人際排擠，這種網路世界與現實世界並存的排擠，讓孩子即便放學回到家也沒辦法離開戰場，24小時都要承受人際排擠的痛苦，兒少處境的確令人心疼。

網路社交的危機與傷害

同儕的不當互動與連結

小心「冰棒」！ 恐讓兒少生活如楚門秀

- 兒盟特別提到近年來興起的「Zenly」（暱稱為「冰棒」），準確的定位功能可即時顯示使用者所在位置給互為好友關係的用戶，讓好友得知移動路徑，甚至連手機電量與充電時間都能掌握，該程式還以能精準偵測作息時間，讓人毫無隱私，若有不肖網友透過此平台，跟兒少互為好友，兒少的生活如同楚門秀般讓網路風險直接入侵日常生活。

男女交往交換私密照？

他們都很有方法

- 鎖定現實生活中學生人際關係不順利的破口
- 謊稱跟你戀愛，互稱老公、老婆，「一開始先傳正常的照片，之後就希望互傳私密照」
 - 兩人在交友軟體的對話：
 - 「老婆就是要滿足老公」
 - 「你要滿足我，或是失去我？」
 - 「你可以去廁所拍一張沒穿衣服的照片嗎」……。

兒少自拍私密照後更大的危險是性侵

家長可以怎麼做？

一、設定防護機制，避免孩子看到不合適的內容

安全設定需開啟

IOS 開啟分級篩選模式
(孩子只能下載限定年齡APP)

「設定」· 點選「一般」中的「取用限制」· 點選「APP」→ 勾選允許年齡



安全設定需開啟

Android 分級篩選模式



安全設定需開啟

Android 分級篩選模式



二、和孩子分享網路活動

- 平時除了關心孩子在學校發生的事，也可以問問網路世界發生了什麼新鮮事。在網路看到什麼？做了什麼事？有沒有交新朋友？如何認識的？對方是什麼樣的人？如同討論現實生活中的事情一樣，也要討論網路生活。

三、善用時事機會教育

- 新聞事件也是父母可以機會教育的機會，劉昱均建議可以利用情境式的問題，適時的給予意見。譬如討論N號房事件就可以談在網路上要注意什麼？可以透露個人隱私到什麼程度？真實姓名？學校名稱？爸媽的名字？假設有網友索取裸照，或是要約出門該怎么做？

四、建立使用網路的危機意識

- 提醒孩子，對方會用什麼方法讓你自拍私密照？
- 一但把私密照傳給對方，可能會發生什麼事情？
- 「在身體自主權的教育上我們都會教孩子『重要部位不能給人摸』，但我們更該強調，不只是摸，是『看』也不行。」

五、演練可能發生的危險

- **1. 堅定拒絕：**
 - 「不要，我不想要用交換照片的方式來證明愛」；「不要，我不喜歡」
- **2. 告訴他網路不安全：**
 - 「我很相信你，但是我不相信網路的安全，我看過新聞報導和以前的新聞事件，照片有可能是駭客或修手機的人外傳了，這樣讓我很不安心」
- **3. 面質他：**
 - 「愛我為什麼要看裸照？這樣會讓我覺得你在乎的是身體，這和我想要的不一樣」
- **4. 把爸媽/老師/法律抬出來：**
 - 「上禮拜我才聽OOO轉貼新聞給我，說傳裸照是違法的，你傳照片給我，你也是違法，我不希望害你違法被抓去關。」

六、危機發生的建議作法

- **1.保留證據**：立刻完整截圖（對話、圖片、日期、時間點、對方的帳號、FB網址...）
- **2.進行求助**：告訴可信任的大人，如家長、老師、親友，或者可諮詢相關的兒少團體。
- **3.盡快報警**：請警方進行調查散佈者，一年內可向各事件發生地之警察機關提出申訴。
- **4.禁止散布**：提供散佈平台與網址，請求iWIN協助移除不雅照。
- **5.隱私設定**：進行個人隱私設定，並將對方設定為黑名單，避免再被騷擾