

親職 教育 專刊 第60期

發行者：國立秀水高工
發行人：徐正鐘
編輯：黃麗娟、陳易憶
出版日期：99年11月3日
校址：秀水鄉中山路364號
電話：7697021

當X世代父母，遇上N世代小孩

許多X世代的父母視網路如洪水猛獸，更多的Z世代孩子視網路為夥伴麻吉。網路時代已經來臨，無法迴避，也不能回頭。面對這個充滿許諾，也危機四伏的新未來，家長應該如何健康正視網路形塑的新世界？為Z世代的「孩子」導航到一個安全又有趣的網路環境？

面對一個充滿許諾、也危機四伏的新未來，每一個擔負教養與教育的成人，必須要有四大前提認識：

@基本認識一：防堵，不如準備
焦慮和恐慌，讓很多家長老師聞電腦色變，視網路為洪水猛獸，希望一聲令下就全面圍堵、禁止。但網路科技是必然的趨勢，擋也擋不了。

朱學恆舉例，在Google上查「色情守門員」，查到筆數最多的反而是「如何破解色情守門員」。號稱宅男教主，從小在電腦陪伴下長大的朱學恆，最近才剛成為新手爸爸。他逆向思考的呼籲，使用網路，不但不能禁止，反而應該要提早開始、提早學習。父母要花力氣陪伴、教育，讓他知道真正的危險，讓小朋友「夠懂」，知道如何保護自己。

「你一直禁止他，覺得是為他好，但五年以後再用，是不是真的比較好？你等於把你的孩子在未經訓練的狀況下，放到一個都是鯊魚的海裡面，你的孩子卻不知道怎麼防護自己，」朱學恆說。

「所有的新發明，剛開始都會讓人恐慌，因為不知道它會發展成什麼樣子？」台灣雅虎總經理洪小玲觀

察，「家長因為不了解

，所以會把壞的那個部分想得很大。」洪小玲認為，「網路不好的東西，和我們實體社會的都一樣，」重要的是家長要以開放的心態，去學習、去了解、去關心孩子。

@基本認識二：同理，取代責備
「我不過是叫兒子先出來吃飯，等一下再玩，他摔門大叫：我在打仗，不要吵！」一個爸爸不解的問，有這麼嚴重嗎？如果這孩子是線上遊戲「天堂」三個聯盟的大盟主，正帶領幾萬名網友大軍攻城作戰，誰到前線當射手、誰負責後勤補給運輸，指揮大軍全靠他，他能放著數萬名網友不管，自己去吃飯嗎？

當「網路新移民」碰上「網路原住民」，親子溝通常因數位落差產生障礙，家長完全無法體會孩子的處境和心境，一句「那有什麼好玩！」，彼此關上溝通大門。彰師大輔導與諮商學系主任王智弘指出，家長若未能了解孩子的上網行為和經驗，容易低估網路的影響力，導致不恰當的言論及行為。

王智弘建議，遇到類似衝突，家長應該先試圖跟孩子「訊息同步」，理解孩子上網的活動，或是最喜歡的遊戲，知道背後吸引他的因素為何，家長不一定要認同，但至少跨出善意的第一步。試著先了解、接納，才有改變和溝通的可能。

中華民國社工師公會理事長張淑慧

也強調，青春期的孩子，把網路當成爭取自我權力的空間。許多孩子把不想說、不敢說、不知道怎麼說的心情寫進網路，因為家長不了解，無法掌握，等於宣示「這裡我最大，你對我無可奈何。」網路滿足青少年變成大人，和其他人連結，尋找自我價值的渴望。

@基本認識三：問題關鍵不在網路
「現在的網咖就等於八〇年代的撞球場、九〇年代泡沫紅茶，都是父母不信任的、青少年喜歡流連的『場所』，」資深輔導師張淑慧分析，每個世代都有讓孩子沈迷的東西，無論漫畫、武俠小說、電玩或網路，都不過是「代罪羔羊」。導致孩子們會沈迷或犯罪的關鍵因素，恐怕不是網路，而是缺乏良好的親子關係、健康的生活習慣，與正確價值觀的教育。

家長要體認，網路其實是現實生活和心理的延伸，孩子會想在網路世界中去實踐未獲得的滿足。在網路裡產生偏差的行為，在現實生活裡也會偏差。

展翅協會（原「終止童妓協會」）秘書長李麗芬自諮商過的案例觀察，從重度使用網路，到行為改變（沈迷），「這中間有歷程，絕非一夕之間。如果家長要到孩子迷上遊戲、不想上學了，才驚覺事態嚴重，就表示親子關係不OK，」李麗芬說。

台灣微軟「二〇〇九年兒童網路交友調查報告」顯示，半數以上孩子上網地點是自己家裡，但能掌握孩子MSN即時通帳號和密碼的家長卻不到三成。微軟公共事務部資深副理王秀芬因此強調，父母不能以為孩子在房間打電腦就很安全，因為從孩子房間連結出去的世界太大、太複雜，「家長的關心無可取代。」

交網友也是一樣。根據微軟的調查

報告，會上網的孩子，有一半會交網友，而且多半瞞著家人和網友見面。李麗芬建議，家長不能禁止交網友，也不能否定網友價值，而要鼓勵孩子說出來，並且告訴孩子，真實和虛擬朋友的不同。

很多孩子沈迷網路，原因可能只是「沒有其他更好玩的選擇」。張淑慧提醒，不論是不是網路，當孩子的生活被某一種活動霸佔，父母都必須提供另外的選擇。

培養孩子多元的興趣，引導並幫助他建立其他嗜好，學校課業之外，鼓勵他從事多元的休閒活動，不論是打球、看書、聽音樂、做料理……，發現自己的專長，帶他找到「更好玩的事」，讓網路生活只是生活中的「興趣之一」，而非「唯一」，才是一勞永逸的解決之道。

@基本認識四：不要畏懼讓孩子成為你的老師

政大廣電系教授黃葳威坦言，家長在網路世界擺明跟不上孩子，必將面對父母權力失落的窘境，「家長就乾脆承認，並在過程中肯定孩子的成长。放下身段請孩子教一些我們不懂的，為彼此設定一些可以合作的目標。」此外，黃葳威也建議，親子平常在家可以自然聊聊一些受挫或出糗的經驗，並常常肯定他們願意講心事，往後孩子遇到問題，才不害怕說出口。

@兩劑預防針

如何讓孩子自信、安全的遨遊網海，又能避免各種潛藏的陷阱？

國內外的學者專家都異口同聲的強調，自制力是給孩子最好的「預防針」。自制力不僅是時間管理，還必須從小、從生活細節開始培養。

號稱「台灣第一代電腦兒童」的朱學恆和葉奇鑫，童年都有著賞罰分

明的父母，規定他們打電動前，必須先把功課做完，維持好成績。「我很清楚我能打十幾個小時的電動，是因為我把書看完了，否則我考試一定完蛋，完蛋之後，我就不能打電動。」朱學恆肯定賞罰分明、確實執行的親子約法三章，內化成他的自制力。

家長的身教也很重要。高雄市立小港醫院精神科醫師柯志鴻並不鼓勵家長一定要跟孩子一起玩線上遊戲。畢竟大人、小孩都很難抗拒線上遊戲，只要家長對孩子多一點關心，讓他們重視自己、獲得歸屬感，建立良好互動關係更為重要。

面對過度依賴網路的孩子，家長不宜採用拔網路線、帶走鍵盤、電腦等激烈反應，或不給孩子溝通機會，只撂狠話，「你就是不准玩」。柯志鴻建議給點緩衝期，改說：「我給你15分鐘，趕快把上面的事情結束掉。」家長必須要求自己先沉得住氣，因為再多的焦慮與情緒失控，都不能讓孩子學會自我管理。

第二劑預防針是培養判斷是非對錯、做正確選擇的能力。面對浩瀚的資訊，「父母無法將孩子該接觸及不該接觸的東西都列入清單，只能教他怎樣判斷對錯和理由，然後讓孩子自己去判斷，」朱學恆說。

幾乎所有的受訪者都認為，再怎麼高科技，還是要回歸傳統價值觀，教導孩子保護自己，對自己負責。「網路素養其實就是做人的道理，平常待人接物沒問題，上網也不會有问题，」微軟全球技術支援中心副總洪志鵬說。

美國哈佛大學「博克曼網路與社會中心」提醒全天下父母，不要太過倚賴過濾軟體或其他科技保護孩子免於危險。「除了極少數例外，孩子在網路上碰到的危險，絕不會比在日常生活中要面對的多。」孩子在

科技的成長路上，家長的指引有如衛星導航系統，迷航或抵達目的地，家長責無旁貸。

孩子不想讓父母知道的事

網路世代加上青春期做怪，等於「超難搞的青少年」。過去的青少年把心情寫在日記本，還小心翼翼用鑰匙鎖起來；現在的青少年則把心情大方公開在部落格，愈多人瀏覽討論表示人氣愈高，唯獨不太歡迎父母來踩地盤。

孩子每天上部落格做什麼？他們最不想讓父母知道的秘密是什麼？他們知道在網路上要如何保護自己嗎？ 為了一窺網

路世代的真心話，《親子天下》和徐薇英文加盟校合作，問卷調查了全省一百位國中生。根據調查顯示，五成六的學生擁有自己的部落格，他們最常在部落格上做的前三件事是「寫心情日記、回留言、改背景圖案」、「逛別人的部落格、留言、看照片」以及「上傳自己的照片和影片」，可見部落格已是現代青少年不可或缺的社交工具。被問到「如果爸媽到你的部落格留言」的反應，兩成七的國中生持平的說，會和父母在網路上做朋友，分享面對面說不出的話；但同時也有兩成七的國中生狠心的說，會「當做不認識，不加以回應」。

父母進一步，青少年可能一次退好幾步，不然一溜煙就跑得遠遠的，這支親子之舞怎麼跳下去，學問真不小。有的媽媽為滿足孩子的成就感，每天狂點孩子的部落格，化身幫忙衝人氣的小粉絲，誰知一曝光，孩子部落格馬上「搬家」不給

看。有位台商爸爸擔心女兒穿著太清涼，在部落格留言提醒她「穿著莊重點」，結果爸爸的帳號被踢入黑名單，從此無法再留隻字片語。剛升高一的彥翔說，好險爸媽不會用部落格，「要是哪天他們學會了，也不希望他們來看。」就有家長知道孩子的部落格網址後，默默「潛水」（只瀏覽不留言）一陣子還是被孩子當場「查獲」。國中老師邱舒琦提醒父母，想化名留言字數切記要精簡，因為留言超過三行「不是老師，就是家長」。

新科技能力的高手

網路青少年很清楚，在新科技能力使用上，自己比父母更有主導權。百人調查數字顯示，關於使用手機、電腦和網路等新科技能力，四成國中生替自己打了八十五分以上的優等分數，然而在他們眼裡，將近三成父母的新科技能力不及格，低於六十分。

網路交友通常是家長感到無力掌控、也最擔憂的一塊。被問到「有幾個沒見過面的網友」，六成的國中生表示沒有網友，但將近兩成竟有超過十個以上未見過面的網友。九成五的國中生從未跟網友見面，八成八的國中生認為不應該跟不認識的網友見面；但那些極少數曾跟網友見面的國中生裡頭，有高達四成三不會讓父母知道。

國中生最不想讓爸媽知道的祕密，依序是「我有喜歡的人」、「自己的部落格網址和即時通帳號」、「我在房間其實都在玩電動、和網友聊天」、「我花很多錢玩線上遊戲」。國中生情竇初開，下課很愛聚在一起聊「誰喜歡誰」的八卦，放學回家用部落格、即時通和同學繼續聊個沒完沒了，碰到家長的關心問

話，卻吐不出幾個字。中華民國社師公會全國聯合會理事長張淑慧說，很多家長想關心孩子，常得到冷冷的三字箴言：「還好啦」、「都可以」、「最好是」、「不知道」，四處碰壁不得其門而入。被問及「父母的溝通和管教帶給你什麼樣的困擾」，三二%的國中生表示父母「管太多太嚴」，二七%認為他們「明明不了解，卻自以為很懂」。

國中生心情不好會怎麼排解？有將近五成二國中生選擇做其他事不想它，如去運動、聽音樂或睡覺；一成七會找朋友出去玩；受訪國中生會上網找人聊的比例比找父母談整整多一倍。

爸媽一定要知道的線上遊戲黑話惡補大祕笈

作者：李宜蓁 出處：親子天下

一個國中生的即時通視窗寫著「晚上十一點『下副本』，記得給我『補血』，那個『法師』昨天去『領便當』了。」一頭霧水嗎？想進入孩子的網路世界，趕緊惡補基本常識吧！

黑話怎麼說

◆ 下副本：玩家在線上遊戲的多個地圖內攻城掠地，副本是主地圖下的小地圖。下副本則是熟人一起組公會打怪攻城，所以在副本中不會遇到其他對手。
造句：晚上十點半一起下副本吧！
◆ 秒殺：玩家在線上遊戲裡一下就被對手打死了。
造句：上廁所回來，整個公會就被對手秒殺了……

◆ 團練：玩家組隊一起出任務練功。
造句：團練有人帶，升級比單練快。

◆ 領便當：玩家設定的角色死掉了。
造句：那個法師剛剛去領便當了。

◆ 公、婆：網路上的老公和老婆，公和婆的真實性別可能與真實世界不一樣。
造句：我的婆明天要去當兵了，我好難過。

好難過。

◆ 外掛：玩家貪圖便利想快速升級，利用自動程式代替角色上網練功，因影響遊戲的公平性，一般玩家大多反對外掛程式。
造句：用外掛練功，帳號不但會被檢舉，還可能被封鎖。

◆ 撿骨：怪物被打死以後掉出寶，玩家去撿寶物。
造句：大魔王死了，撿骨撿到超讚裝備！

◆ 補血：血代表遊戲角色的生命值，補血是要求其他玩家幫你補充生命值。
造句：輔助系的法師可說是超強補血機啊！

◆ 小白：惡質的線上遊戲玩家，白目的簡稱。小白常用重複且無意義的話語干擾其他玩家之間的對話，偷撿別人的寶物，髒話不離口。
造句：每款線上遊戲多少都有小白，受不了的話改玩單機吧。

◆ 破台：一款遊戲玩到最高等級。
造句：我練到8級，終於破台了！

◆ 勿貼：告訴其他玩家當自己打怪時，不要攻擊同一隻。
造句：單練勿貼，謝謝！

◆ AFK：Away From Keyboard，暫時離開。

- ◆ BRB: Be Right Back, 馬上回來。
- ◆ LFG: Looking For Group, 尋求組隊中。
- ◆ DND: Do Not Disturb, 請勿打擾。

兩分鐘搞懂電腦遊戲

- 電腦遊戲依遊戲平台有以下幾類：
- PC線上：以個人電腦做平台的網路連線遊戲，有些具社交功能供線上玩家互相談話互動，如「楓之谷」、「魔獸世界」。
 - PC單機：以個人電腦做平台的非連線遊戲，如「模擬市民」、「英雄傳說」。
 - Web：不需遊戲光碟，打開瀏覽器就可玩的簡單網頁遊戲，如「Facebook 開心農場」或「天書奇談」。
 - PPS：日本新力公司開發的家用電視遊戲器主機，可上網玩連線遊戲，如「惡名昭彰」、「時空幻境 宵星傳奇」。
 - PSP：日本新力公司開發的掌上型遊戲機，可上網玩連線遊戲，如「初音未來名伶計畫」、「魔法飛球」。
 - Wii：日本任天堂公司開發的遊戲機，可上網玩連線遊戲，如「Wii 運動度假勝地」、「魔物獵人3」。
 - Xbox360：美國微軟公司開發的家用電視遊戲器主機，可上網玩連線遊戲，如「原型兵器」、「真三國無雙5 帝王傳」。
 - NDS：日本任天堂公司開發的雙螢幕攜帶型掌上遊戲機，可上網玩連線遊戲，如「超級瑪俐歐兄弟」、「王國之心」。
- PC線上遊戲的類別：
- ◎ 角色扮演：如「魔獸世界」、「AION」、「天堂」。
 - ◎ 動作：如「SD 鋼彈 Online」、

「生死格鬥 Online」。

- ◎ 射擊：如「STING 致命衝突」、「G7 Online」。

- ◎ 競速：如「跑跑卡丁車」、「極速快車手」。
- ◎ 冒險：如「楓之谷」、「Dungeon & Fighter」。
- ◎ 策略模擬：如「女神 Online」。
- ◎ 益智：如「大富翁 Online」、「明星三缺一 Online」。

心機媽媽的「潛

水」六招」

作者：李宜蓁 出處：親子天下

advertisement



從好友名單和相簿認識孩子的朋友和了解近況：想知道孩子有哪些好友，可以從「好友名單」逛到他們的部落格，或從相簿了解孩子的生活近況。

即時通篇：

暱稱要隨時更換：暱稱代表心情，一上網馬上改，甚至一天改好幾次。

家長想藉由部落格或即時通了解孩子，又怕笨手笨腳被識破？輔導網路世代青少年經驗豐富的社工師張淑慧提醒家長，要牢記以下守則：

部落格篇：

留言要「故意」打錯字：網路世代的錯別字或措辭不當的機率頗高，如「照顧我父母的下半身」、「夜

深了，鄰居們都安息了」。家長或老師較不會寫錯別字、用錯詞。

留言絕不超過三行：時下中國小學生的部落格內容，其實很像早年的 BBS 丟水球，不但 PO 文短、留言更短，內容多是一時心情的抒發。

學會用符號語言：火星文是網路世代專屬的語言，表情符號更是不可或缺的元素，比如說笑臉(:D)、偷笑(ㄅㄅ)、吃驚(VOX)、尷尬(>▽<)。

打字速度要飛快：若有機會和孩子對談，打字速度一定要跟著上他們，以免他們失去耐心。

打字速度要飛快：若有機會和孩子對談，打字速度一定要跟著上他們，以免他們失去耐心。

暱稱用最夯的偶像劇人物或節錄歌詞：張淑慧有次告訴家長要以歌名為暱稱，家長聽完後取了「月亮代表我的心」，馬上被識破。孩子喜歡把偶像和最新歌詞寫進暱稱裡，如「超愛痞子英雄勿吳英雄」、「空白的，白的天又混濁變黑」（張韶涵新歌）。

父母是孩子一生的港口，外包教養的最終，父母本身對教養的投入更重要。

新時代教養困局，哪4個不花錢的撇步，幫助父母自修成為孩子的好老師、師長成功經營與孩子的關係？

守則一：PA探索教育 看到彼此的亮點

許多企業流行「Project Adventure」體驗式學習，適用於親子相互了解。

PA是讓成員真正認識彼此優缺點。孩子小時可以從共讀、捏陶和做蛋糕開始；國中後則可以一同攀岩、烹飪。小孩增加自信與責任感，例如：找一位專業PA引導師，親子探索課程活動設計要有趣和挑戰，並找大一點團體（5-8個家庭），孩子容易放鬆表現自己。

效果：探索中重新認識彼

此外，孩子能分擔家務，體認

責任、增加自信。

守則二：保持開放，釐清問題要具體

最頭痛的是，孩子面對新問題是父母沒遇過。如果父母適應不夠快，衝突會發生，所以要學會抽絲剝繭釐清問題。

當你困擾孩子玩線上遊戲，但可能問題是出在時間管理。

小孩會遵守約定，例如：父母對小孩提出質疑時要儘量具體，有主詞、動詞，提出該事情對家庭或個人影響。立下雙方可接受的規矩，像是每天回家把功課完成才能打一小時電玩。

效果：釐清問題後，父母

有責任歸納，達成彼此的共識

與約定。



守則三：心理劇的練習 學會易地而處

父母愛孩子常造成反效果，因為沒有足夠同理心。「心理劇」能幫助父母練習同理心。

父母同時扮演自己與子女，角色易位感受對方想法與心情。

父母小孩變有同理心，例如：把今天和孩子不愉快的對話經驗重複，透過引導員重述父母的話語，由父母扮演子女角色，讓他們站在孩子角度聆聽與感受。

效果：父母嘗試心理劇再

回到親子互動關係時，有助家

庭氛圍改善。

守則四：保有各自空間 提供安靜環境

幼教專家陳佩曲說，很多父母誤會孩子需要刺激，但孩子需要的是規律安靜的生活。

電視強度刺激，容易造成孩子不好睡、心浮氣躁。

陶冶孩子性格，例如：父母要培養自己興趣，有生活重心，不要為孩子改變生活節奏。快樂的父母教不出快樂的下一代。

效果：給孩子安靜空間，

去大自然走動，有助於性格陶

冶。

（本文章摘錄自天下雜誌）

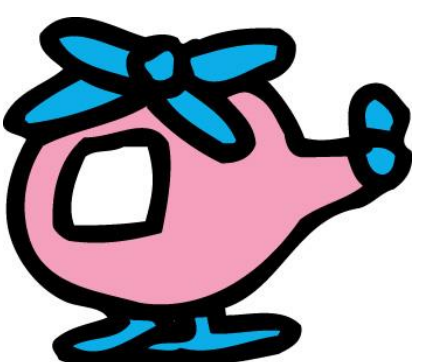
六百萬新世代父母的

掙扎與學習



你經常沒事往學校跑、幫孩子看頭顧尾、為孩子安排各種「對他好」的補習、活動，深怕孩子輸在起跑點……

其實，你正



是台灣六百萬「直升機父母」的一員。

直升機父母無所不在、無所不管，在孩子上空盤旋，介入孩子的一切，對孩子的未來、對台灣的教育，產生深刻但卻可能是負面的影響。

這關鍵時刻，父母如何以新教養、新價值，思考真正「愛孩子」的方式，使孩子能迎向未來。

何謂直升機父母？

「直升機父母」(helicopter parents)「過度介入」與「過度焦慮」，像極了直升機，在孩子上空盤旋，無時無刻守望孩子一舉一動。

以目前五到十四歲的三百萬孩童為基礎，再加上學齡前與就讀高中的一百多萬學生，這群父母約有六百萬。

這些父母大多在1961到1976年出生、解嚴前後接受義務教育，被威權教育訓練為學歷至上，上最好學校、爭取頂尖工作。試圖以不同於父母輩對自己的權威，創造較民主自由的「教養觀」。

你是不是直升機父母？

過度介入的直升機父母通常對孩子課業花很多心思、生活要求較低。也有特例：對孩子生活習慣要求嚴格，例如孩子小一就要自己搭公車上課。

以下檢測直升機父母的九大指標，會因實際個案而異。如果你的孩子較害羞，的確需要多一點關注。不過要記得，孩子不能照書養。(適用小孩在國小以上的父母)

❖ 指標一：你希望老師特別照顧你的孩子。

們」代替「你」。讓孩子誤

以為他的責任是你們共同

的責任。

❖ 指標二：你經常沒事也往學校跑；或是喜歡打手機給老師。

❖ 指標九：動不動就打孩子的手機，或是你的孩子沒事就打手機向你求救。

❖ 指標三：你會在老師的面前

為孩子文過飾非，只在聯絡簿上寫他的好話。

這九大指標，若你具備愈多條件，小心！你就可能直升機父母：

(本文章摘錄自天下雜誌)

❖ 指標四：你會為孩子被低估的成績挺身而出。



❖ 指標五：你有「別輸在起跑點」的觀念，為孩子安排「你認為對他好的」各種補習，

為他設立志向。

❖ 指標六：認為孩子每次的表現與考試都很重要。你把孩子表現當做自己的作品。他

失敗，你會感到憤怒。

❖ 指標七：你認為愛＝成功。

而成功的定義最好是讀大學、賺大錢。

❖ 指標八：談話中，經常以「我