

“E時代”中如何做個 “醒目”的父母 文：劉偉俊

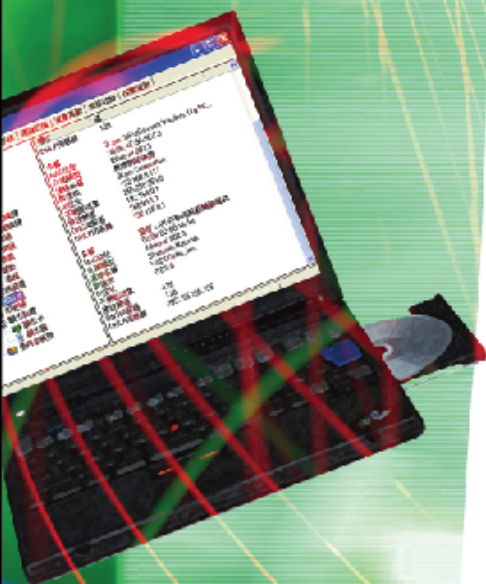
現今的時代，看電視的人逐漸減少，上網人數卻愈來愈多。以前父母擔心不良電視節目會對小孩造成負面影響，現在他們更擔心網絡。因為家中的電視只要轉台或關掉就好，但孩子一個人在房裏上網，父母卻難以掌握。相信父母對於網絡有着複雜的感情，一方面希望孩子走在知識發展的前端，利用網絡獲得更多元、更豐富的學習資訊；另一方面卻要防止稚嫩的心靈被不良資訊侵襲。

在這自由的網絡世界中，孩子必須及早擁有選擇的能力。“選擇”的根本在於“價值觀”的建立，父母必須幫助孩子建立正確的價值觀，並活用於生活中，成為能作判斷的人。良好的網絡教育，是讓孩子了解：為什麼網絡需要選擇？如何選擇？而不是由父母決定一切。因此，把上網成為全家的活動，由良好的互動關係開始，給孩子安全上網的概念。

選擇合適的網站內容

要選擇合適的網站，如以親子、青少年為主的網站。中國台灣的《天下》雜誌出版了一本《網上學習》的書，這本書不但介紹了許多網絡安全知識，而且也介紹了國內外學生、老師網絡輔助教學，提供了200個好的教育網站，包含科學、人文、環保及歷史等層面，可以讓家中的網絡多姿多彩。

此外，注意遊戲軟體內容的分級與遊戲目的，陪同孩子一起選擇軟體，例如Fnac、Tzone等遊戲軟體區，除了將軟體分級放置外，也以遊戲的性質分類，所以建議家長盡可能不讓孩子玩容易沉迷的網絡對打遊戲，較適宜購買單機作業的益智遊戲，例如：建造城市、經營媒體等遊戲，使孩子在遊戲中獲得許多動腦與學習知識的機會。



注意上網地點與時間

在家中要將電腦放在當眼的地方，供眾人可共用，不建議放在孩子自己的房間。同時要與孩子共同約定上網時間，家長也同樣遵守。

要盡量鼓勵孩子在家中使用互聯網，若必須在住所以外的地方使用，可教導孩子選擇適當場所，如供市民使用互聯網的政府部門或民間機構，這些場所設工作人員負責看管，在使用的時間上有所限制，同時亦提供過濾軟件，孩子受不良網站影響的機會較少，父母可較安心。

安裝過濾軟體

使用微軟探險家(Internet Explorer)或網景(Netscape Elements)等瀏覽器可自動過濾不良的網站。以下提供一些其他類似軟體的網址：

X-Stop (www.xstop.com)

Family Connect (www.familyconnect.com)

Internet filter (www.turnercom/if/press.html)

Cyber Patrol (www.cyberpatrol.com)

Cyber Sitter (www.solidoak.com)

Pure Sight (www.icognito.com)

每個瀏覽器都有過去瀏覽網站的紀錄，家長可以按下IE的“紀錄”或是網景“工具選項”中的“歷史清單”，就知道孩子曾經去過哪些網站。

教導網絡安全知識

①讓孩子認識網絡世界所隱藏的危險，如網絡陷阱和騙局、網絡病毒、不良網站等。

②教導孩子不要因好奇而進入色情網站，有很多色情網站視窗是關不掉的，一旦誤入，就會一直被彈出的視窗所騷擾，多看幾次，色情的影像就會進入腦中，久久不能揮去。這是色情網站業者的陷阱，一定要小心。若發現孩子誤入這樣的網站，應立即將整個瀏覽器關閉，不要置之不理。

③教導孩子不要用網絡交友，在互聯網上不能完全相信對方的身份與年齡；同時要讓孩子知道，如果有人一直詢問孩子的個人資料、生活習慣與家中狀況，就要有警戒心，不要隨便透露自己資料，更不要相約見面；在聊天室中，若對方使用粗俗、侵犯性的字眼，就要立刻離開。

④教導孩子不可公開自己或是父母的個人資料，例如姓名、地址、電話、信用卡號碼等等。若是要註冊成為會員，必須先確定此網站有申明保護個人資料。此外，不用電話號碼、生日等基本資料作為密碼，將密碼視為最高機密。





⑤ 教導孩子懂得相關法律知識，要讓孩子知道個人網站販賣盜版光碟、經營色情交易都是違法的；若是接到色情圖片與內容、陌生人信件，都要告知父母，不可散佈；網站或是電郵中的文章，通常屬於他人的智慧財產，要避免複製後公開在個人網站中。

網絡成癮的症狀

很多父母都擔心孩子網絡成癮。這裏提供一些指標，您可據此檢視孩子是否真的網絡成癮：

- 1 是否因上網而不做功課？
- 2 是否滿腦子上網的想法？
- 3 上網時是否常常會超出預期的時間？
- 4 當沒有上網時，是否會感到不舒服（如：情緒不穩及焦慮等）？
- 5 是否因上網而睡眠不足？
- 6 是否上網導致成績下降？
- 7 是否花費較多時間上網，而放棄了社交活動？

可供家長參考的學習網站

在現在這個資訊發達的時代裏，網絡其實也是孩子學習和擴大視野的重要途徑。以下介紹一些學習網站，供家長參考。

① 亞卓鎮

(<http://edutowns.educities.edu.tw/>)

亞卓鎮是以學校為基礎的社群網站，每一所學校和學校內的任何團體都可以申請成為一個亞卓鎮，每一個亞卓鎮下有許多的亞卓村。每一個亞卓鎮基本上都設有一個鎮長，

負責管理亞卓鎮事務，村長則可由班級老師擔任，亦可由班上的學生來負責管理。

亞卓鎮是一個提供多項基礎軟體和服務的網路學習環境，目前已有四大類三十多項功能。鎮長或村長（老師）可以藉這些功能與鎮民或村民（學生）互動交流，並可透過一些活動設計來引導鎮民或村民（學生），讓科技能真正輔助學習，讓學生從日常活動中就能得到有用的知識。

② 臺北市立大同高中英文科教學資源中心 (<http://en.tp.edu.tw/>)

該網站是一個高中英文學習網站，由臺北市教育局指導、臺北市立大同高中製作、臺北市高中英文科輔導團協助建置。網站以生動活潑的網頁呈現，內容主要根據高級中學英文課程教學目標作出規劃，目前提供了不少英文教學和學習資源，包括英文書評書目、遊戲設計、英文短文欣賞、趣味英語、寫作教學、英語話劇、英語教學方法、教案設計、生活英語、字謎設計、歌曲學英文、文法練習、諺語與名人嘉言錄等。網站不僅可供學生學習英文，更是教師英文教學的參考資源。

③ 國中生物網絡自我學習網站

(<http://sky.hfjh.tp.edu.tw/bio/>)

國中生物網絡自我學習網站內容包括“生物教室”、“校園生物”、“補充學習”等。



4 成語網站

(<http://www.chengyuwang.com/>)

該網頁提供的內容，包括成語故事、成語文化、成語迷宮、及成語教材等。

5 成語動物園

(<http://chineseidiom.ed.hkedcity.net/>)

該網頁提供的內容，包括成語電影院、成語遊戲室、成語圖書館及成語資料室。

結語

若網絡讓孩子的生活失衡，父母則要去想一想，究竟他的生活和心理出了什麼問題，是否忽略了他成長過程的內在需求？若有所疏忽或已經造成傷害，那就要從根本的問題下手，才可能解決外表呈現出的問題。要發覺問題的關鍵，平常就要瞭解孩子、多關心孩子，不要讓問題發生了才意識到他們的需要。倘真的發生孩子使用網絡失衡的情況，父母則要冷靜思考，有需要時尋求專業人士的協助，尋找處理的方法。



(作者：教育心理輔導暨特殊教育中心 高級技術員)