

應如何看待 Facebook 等社交網站

文：余巍

F 社交網站迅速發展

社交網站是讓成員分享共同志趣或經歷的網上社區，用戶只需完成簡單的註冊手續，就可以貼上自己的相片和短片，撰寫日誌，簽寫留言，與其他成員玩互動遊戲等。

近年，Facebook、MySpace、Xanga、Twitter和校內網等社交網站，深受年青人的歡迎，其中以Facebook的普及率最高，已發展成最受澳門青少年歡迎的社交網站。互聯網統計機構的資料顯示，Facebook是澳門網民平均每天訪客人數第二多的網站，點擊率僅次於雅虎(Yahoo!)；而在24歲以下青少年之中，Facebook是澳門平均每天訪客人數最多的網站，每位瀏覽Facebook網站的青少年平均在線時間長達半小時，停留時間是所有網站中最長的。而根據2009年1月公佈的《中國互聯網路發展狀況統計報告》，經常上網的18歲以下和18-24歲澳門青少年分別佔94%和99%。同時，報告指出大部分青少年認為使用互聯網會增加個人與他人的人際交往及社會聯繫的機會或時間，而使用其它媒介如報紙、雜誌、電台等的時間會減少。由此可見，Facebook等社交網站不但已成為很多青少年生活的一部分，更漸漸改變了他們的生活態度和交友模式。

隨著Facebook等社交網站對青少年的影響越來越深，很多教育工作者開始關注這些網站對他們的家庭生活和學習產生哪些正面或負面的影響。本文嘗試歸納近期一些針對社交網站的研究結果，與讀者共同探討家長應如何看待社交網站對青少年的影響。

F 人際關係有賴共同生活來慢慢建立

Facebook等社交網站讓青少年與同學和朋友透過相片、短片和日誌等分享彼此之間共同經歷，也可以幫助舊同學或已分居各地的親朋好友保持聯繫。但是，近期很多研究都不約而同地指出，社交網站本身並沒法幫助青少年與他人發展長期而穩定的關係。深厚的友誼仍然需要志同道合的同學和朋友之間透過共同學習、共同生活來慢慢建立，而不是透過網站內的連結就能一朝一夕建立起來。

所以，專家建議社交網站不應佔用或代替日常與同學和朋友之間的正常社交活動時間。青少年應該充分利用社交網絡這個平台，聯絡同學或朋友一齊開展更多有益身心的課外活動，或者在網站上與同學和朋友共同分享一起活動時的美好時光。

F 娛樂消遣須辨別

互動遊戲是社交網站吸引網民長期停留在網站上的一個主要原因。

有別於傳統的電腦遊戲，互動遊戲可以讓網民與网上的朋友或其他成員在平台上進行互動。Facebook為軟件編寫人員提供了一個開放的平台，因而吸引了世界各地的遊戲設計者為Facebook設計數以千計的遊戲。當中不乏寓教育於娛樂的益智遊戲，如拼字遊戲Times Spelling Bee，測試地理常識的Geo Challenge等。但是，部分Facebook平台上最受歡迎的互動遊戲備受爭議。

Texas Hold' Em(德州撲克)、Mafia Wars(黑手黨戰爭)和Pet Society(寵物社會)，是Facebook平台上三個最受歡迎的遊戲，其中有兩個常被批評為不適合青年。Texas Hold' Em是模擬賭博的遊戲，而在Mafia Wars之中，玩家需要加入黑社會並進行各種犯罪行為來賺取積分，只有Pet Society沒有較明顯的不良意識。

專家建議家長不應因個別意識不良的遊戲，而全面禁止子女上網或加入社交網站，而是應該利用這個機會教育子女如何明辨是非，並引導他們自行辨別有益的遊戲和不良的遊戲，從而進行有益身心的休閒娛樂。

F 學業成績

美國曾有調查結果顯示，成績較差的學生使用Facebook等社交網站的時間較長，用於學習的課餘時間較短。

但教育界對於學業成績及各項與學習無關的活動(如看電視、上網等)之間的因果關係，則沒有一致的看法。到底是由於學生本來就無心向學或自制能力較差，因而花很多時間看電視、上網，還是由於電視、上網令人沉迷，導致學業成績欠佳呢？學者們至今仍沒法找出一個大家都認可的因果關係。

專家認為，家長如果全面禁止子女上網，很容易適得其反，因為這樣不但會引起青春期子女的反叛情緒，更無法培養他們自行判別是非及養成良好生活習慣的能力。較有效的做法是，與子女一齊合理地分配學習和遊戲的時間，這樣既可以保障基本的學習時間，又可以讓子女透過適當的娛樂調劑學習所帶來的壓力。



F 家長應做的事和不應做的事 F

家長應做的事	家長不應做的事
主動了解Facebook等社交網站對子女成長可能帶來的正負面影響	將Facebook等社交網站的流行視而不見
向子女清楚地解釋加入Facebook等社交網站應注意的安全和私隱問題	任由子女在網上隨意交友
引導子女主動辨別適合青少年發展的正當娛樂，識別不良遊戲	禁止子女玩社交網站上的互動遊戲
與子女共同協商，訂定時間表，合理地分配學習和娛樂的時間	斥責子女花太多時間使用Facebook等社交網絡
鼓勵並安排子女與家人、同學、朋友一齊參與有益身心的活動，並透過Facebook等社交網站分享相片、短片等	在不經意中讓子女以上網的時間取代發展其他個人興趣、與同學或家人聚會的時間
開設Facebook等社交網站戶口，並利用網站加強與子女的溝通	禁止子女加入Facebook等社交網站

F 總結 F

使用Facebook等社交網站進行娛樂消遣和建立人際關係，已成為青少年生活的一部分。這些網站本身是一把“雙刃劍”，既可以令青少年的生活變得更多彩多姿，亦有可能導致一些不良的生活和學習習慣。在今天這樣的年代，負責任的家長應首先了解社交網站對子女生活和學習可能產生的影響，進而客觀地認清這

些新興事物的利弊，分析其對子女的生活和學業帶來的正、負面影響，從而鼓勵子女利用社交網站的正面功能，盡可能避免不良的影響。

歸根究底，Facebook這些社交網站只是一種溝通的平台與管道。家長如果能善加利用，也可以將它們轉化成促進親子溝通的橋樑。

（作者：澳門中學教師）