



文：張榮顯、盛綺娜

青少年的網上世界

前言

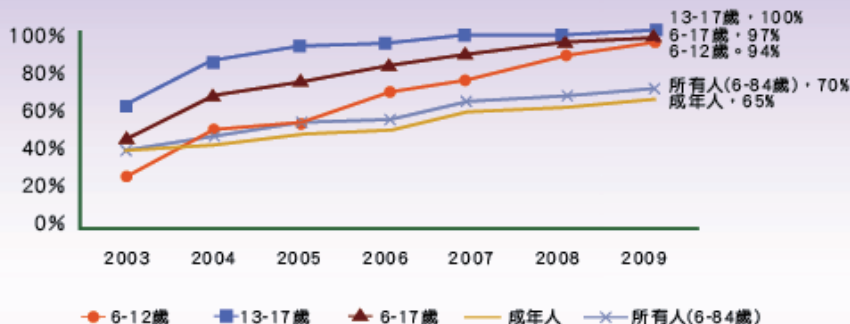
“你上網做乜野？” “你有幾多個MSN或facebook朋友？” “你上Youtube睇乜？” ……這些話題對於伴隨著互聯網成長的兒童及青少年來說，絕對不會陌生。我們雖然知道互聯網會對青少年的生活帶來影響，但到底他們使用互聯網的情況如何呢？本澳互聯網的滲透率從2001年的33%，上升至2009年的70%，普及程度已在世界先進國家的行列中。當中，青少年的上網率較成年人高，每週上網時間亦與成人相若，網癮測試中的易染或已染百分比都較成人高。因此，青少年的上網習慣及行為值得家長、學校及相關單位關注。

從2001年起，筆者開始對澳門居民的互聯網及其他資訊傳播科技的使用和影響進行研究，九年裡共進行了八次大規模隨機抽樣電話調查。最近一次調查在2009年11月進行，調查採用電腦輔助電話訪問系統(CATI)，成功訪問了1,586名年齡為6歲或以上、懂中文的本澳居民（在95%的信心水準下，是項調查的總體抽樣誤差為正負2.5%，成功率為65.6%）。本文主要針對青少年的上網行為進行分析，並與成年人的數據作比較。

青少年上網率有多高？

調查發現，所有網民中，6-17歲的青少年網民佔兩成，如果把所有受訪者歸類成6-12歲、13-17歲、6-17歲的青少年、成年人及所有網民，結果可見（圖一），6-17歲青少年的互聯網普及程度比成年人高，上網率達97%，成年人為65%。13-17歲的青少年上網率更達百分之百，即6-17歲的青少年幾乎已經全部上網。

圖一、青少年的上網率



青少年在哪兒上網？ 何時是上網高峰期？

與成年人一樣，青少年最主要的上網地點是家中，98%的6-17歲青少年網民主要在家中上網，其次是22%主要在学校。

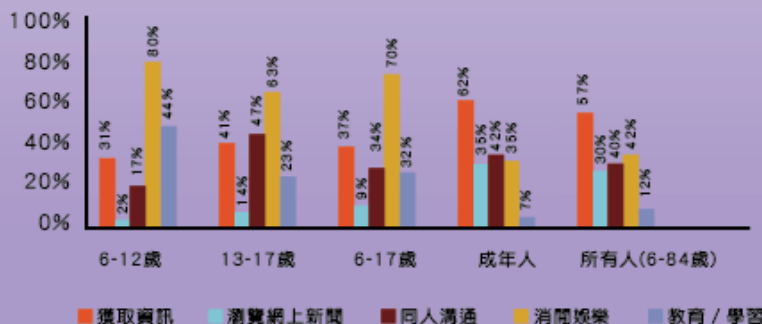
此外，他們的上網高峰時間是傍晚6時至晚上10時之間。

平均來說，6-17歲的青少年網民每週約上網17.9小時，一星期約上網5天，在有上網的天數中，約每天上網兩個小時。

青少年為什麼上網？

玩遊戲、聊天交友、看別人的照片、看網上影片……這些都是網民常常做的網上活動。調查結果顯示（圖二），成年網民上網的最主要目的是獲取資訊，青少年網民則主要是為了消閒娛樂，尤其是具有社交或溝通功能的網上活動及網上遊戲，其次才是獲取資訊、與人溝通，以及教育/學習。

圖二、青少年上網的五大目的



青少年在網上做什麼？

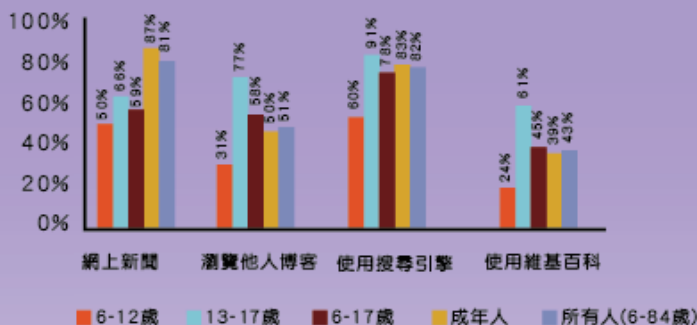
在6-17歲的青少年網民中，78%有使用搜尋引擎，59%有瀏覽網上新聞，58%有瀏覽他人的博客，45%有使用維基百科，瀏覽他人的博客及使用維基百科的百分比較成年網民高。（圖三）

在網上社交及溝通方面，13-17歲的青少年網民是參與網上社交或溝通活動較活躍的一群，他們參與各項社交活動的百分比都較6-12歲網民和成年網民高。13-17歲的青少年網民中，六成二有使用即時通訊軟件，六成六有上討論區/論壇。其中主要上論壇的校園討論區和興趣/消閒娛樂版塊。

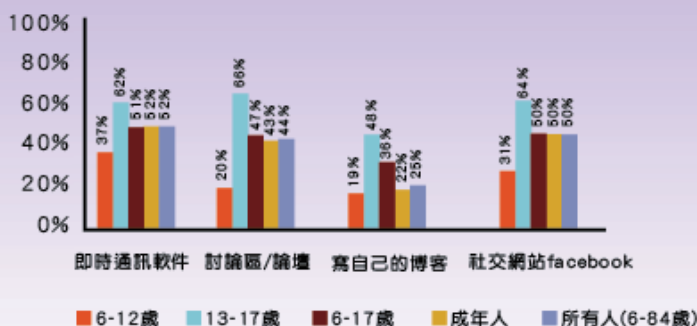
此外，社交網站facebook在13-17歲青少年網民中的受歡迎程度亦較成年人高，他們當中六成四有使用，而6-17歲的青少年及成年網民分別都有五成平時有使用。（圖四）

互聯網的其中一個功能就是為網民提供娛樂，調查結果顯示八成三13-17歲的青少年網民平時較熱衷於上影片網站Youtube。6-12歲的青少年網民中，八成六有玩網上遊戲。13-17歲的青少年網民上下載圖片的比率(62%)亦較其他年齡分組高。（圖五）

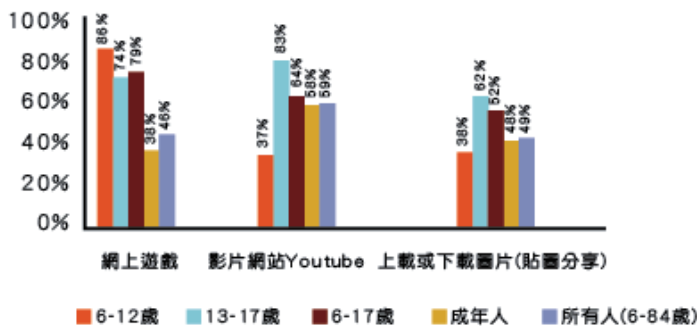
圖三、網上活動——網上信息



圖四、網上活動——網上社交及溝通



圖五、網上活動——網上娛樂（詳見表四）



青少年有染上網癮嗎？

互聯網既為人們的生活、工作和學習等帶來了方便，亦是各類資訊及娛樂的來源，同時也帶來一些不良的影響，如網絡成癮及電腦犯罪等。

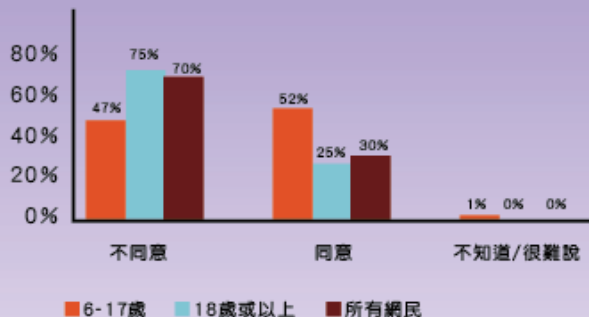
超過一半6-17歲的網民認為自己「上網上了癮」，約只有四分之一的成年網民同意這個說法（圖六）。透過客觀指標測量發現，青少年網民中11.3%已染網癮，成人僅為3.2%；31.3%的青少年網民為易染人群，成人為12.5%（圖七）。

研究亦發現，6至12歲易染、已染網癮的網民，上網以娛樂及獲取資訊為主；13至17歲易染及已染網癮的網民，除了透過互聯網獲得娛樂及資訊外，他們還會長時間使用即時通訊軟件MSN或以電子郵件進行溝通。

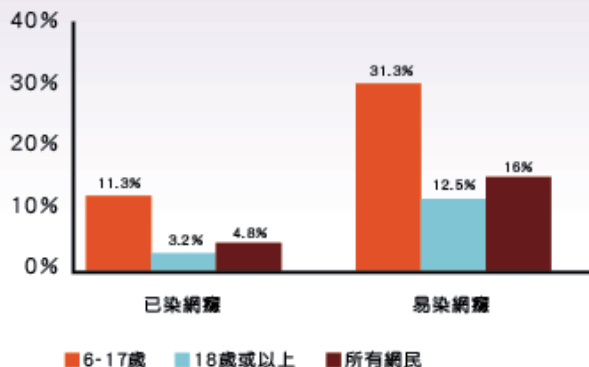
我們更發現，染上網癮的青少年的現實生活狀態也較易染及沒有網癮者負面。例如超過四成已染網癮的青少年表示睡眠時間不足；四成半不滿意目前的學習成績；六成表示上課無法集中精神等。上網的負面影響亦包括青少年網民與家人或朋友的關係，表示在生活中因為互聯網而與他人有過衝突或爭吵的經歷的百分比亦較成年人高。

圖六、網癮

『我覺得我自己上網上了癮』



圖七、客觀指標測量網癮



總結與建議

從以上結果可見，青少年的上網率較成年人高，而且持續上升，平均每周上網時間與成年人相若，上網的目的及活動與成年人有差異，以社交娛樂為主。青少年網民中存在網癮行為，雖然他們並非一味沉迷於網絡活動而不自知，他們會有意識地對自己的網絡成癮擔憂，但又可能對此感到束手無策。基於以上情況，我們特提出以下建議：

1. 家長或學校在網絡成癮方面，必須為青少年作出正確的引導，在他們察覺問題的同時加以輔導，令他們知道如何能夠把互聯網帶來的不良影響減低。

2. 鑒於互聯網具有雙向的影響，家長需要做的，不是單方面的管制，而是要利用有效的方法及措施，正視可能存在的問題。了解孩子的上網行為是第一步，例如要了解他們每天花多少時間上網玩遊戲、玩什麼遊戲、結識什麼網友等。不過，家長未必能夠每天都陪伴他們上網，如何掌握狀況是難題，我們建議家長採取在電腦安裝活動記錄小工具或限制連網的時間等措施。

3. 另外，家長可與孩子分享上網的經驗，參與相關的講座、參加工作坊，與他們共同探討如何避免負面的問題。家長亦可與孩子「約法三章」，必須讓孩子明白設定上網規則的意義，讓他們明白上網可能造成的不良影響，而且要為自己的行為負責。

4. 為了讓青少年真正享受互聯網帶來的正面影響，相關單位、家長及學校必須通力合作，加強青少年的網絡素養教育，使他們能以正確的態度面對及健康地使用互聯網。



（作者：張榮顯，傳播學博士，易研網絡研究實驗室總監，澳門大學傳播系助理教授；
盛綺娜，傳播學碩士，易研網絡研究實驗室研究員）

詳細研究資料請參考以下網址：<http://www.e-research-lab.net>