



好文分享：

我家青少年玩手機交友，該管還是不該管？

一名 14 歲國一女學生，29 日搭乘高鐵從高雄北上至新竹，之後搭上陌生人車後失聯，心急的媽媽在新竹各大社團 PO 文協尋，並曝光女兒與網友「奇怪對話」。警方多日利用手機訊號，IP 定位協尋，終於警方終於在昨（2 日）於新竹竹東一處套房密室內尋獲少女及羅姓主嫌，全案宣告偵破。少女歷經驚魂 66 小時，目前已經平安返抵高雄；PTT 網友討論，全案還有一位被忽視的關鍵人物，就是 8 月 29 日當天陪同少女搭高鐵北上新竹的同學，若不是該名同學機警記下車牌號碼，並提供給警方，否則少女遭囚的時間恐怕還會更長。

青少年手機沉迷問題日益嚴重

根據 2020 年二月份國發會調查，有近 3 成民眾自認沉迷手機，青少年族群更是每 2 人就有 1 人自認有沉迷問題。進一步觀察不同年齡層的沉迷狀況，20 歲以下手機族認為自己有網路或手機沉迷問題的比率，由 107 年的 29.3% 躍升至 108 年的 54.0%，而各年齡層使用手機情況，也以未滿 20 歲手機行動上網族的連網時間最長，且時間由 107 年的 282 分鐘，再增為 312 分鐘。國發會坦言，青少年難以自我節制上網，問題持續惡化，是需要關注的社會問題。

青少年對網路交友的需求與心理其來有自

根據兒童福利聯盟的調查，2018 年有超過三成七的兒少曾使用過交友 APP。家長往往以為掌握孩子的臉書或 IG 帳號，事實上孩子的臉書帳號只是用來接收動態資訊及粉專新聞，而 IG 帳號更有「大帳」跟「小帳」之分！在家長要求之下，「大帳」會分享給家長，但「小帳」卻是孩子自己私下專屬的網路天地。而針對網路交友軟體，更是多種選擇，推陳出新。家長縱使有檢查孩子手機桌面 APP 的習慣，大概也不知道那是甚麼？比方說，Tinder、Goodnight、探探、Grindr、Paktor、iPair ……這些都是交友 APP，您有聽過嗎？

筆者家中亦有即將進入青春期的女兒，以及已經進入高中的兒子。就筆者長期觀察互動，並進一步了解後可歸納，青少年對網路交友的需求與心理，主要來自三大層面：

1. 尋求更酷的異溫層認同：

青少年尋求同儕認同已經是大家都能了解的普遍心理，但除了利用 FB Messenger 或 IG 與班上同學、補習班認識的同學或過去認識的同學互動，青少年其實更希望看到同儕之外的世界，結交不同於現有生活圈與同溫層的新朋友。姑且不論是為了網路戀愛，還是單純以拓展朋友圈為目的，青少年時期因為成長而帶來的困惑、不確定性、自我懷疑，讓他們覺得在現在的朋友圈裡找不到答案；而師長與家長所能給予的，往往是制式化的勉勵或責備。他們渴望向更酷，更能理解自己心情，更熟悉社會現實的「大哥哥大姊姊」們對話並尋求認同。

2. 尋求個人交友隱私：

青少年對隱私的注重，並不亞於對外界認同的需求，而在學校哩，或是一般現實管道中認識的同學與朋友，往往會受到父母的管束與批評。不管是來自虎爸虎媽的「交友資格考核」：「某某某的功課好嗎？」「某某某家裏在做甚麼的？」「某某某上次模擬考成績如何？」；或是海豚式父母的熱情邀約：「要不要請某某某來家裡玩？」，對於孩子其實都是一種極大的困惑與壓力。他們希望交朋友是自己的選擇與自由，而不是為了向父母交代。對他們來說，網路交友的確是一種在個人可控隱私網之下，自由自在又自主的交友管道。

3. 極欲長大的心態：

在網路上除了能認識異溫層的朋友，也能偽裝自我的年齡、身分與性別。能夠創造一個自己的 Fantasy ID（夢幻帳號），成為一個「已經長大的自己」。在這個夢幻帳號裡，能擁有嚮往已久的成年人才擁有的尊重與自由。以往常常會有「只有大人可以，而我就是不行」的不滿心態，在虛擬世界裡完全消除，無以名狀的憤怒與不平亦獲得紓解。

比起限制，你更該給予尊重與教導危機處理

經由這周一連串的 14 歲高雄少女失聯與幽禁風波，家長必定湧起一股沒收孩子手機，嚴格限制交友的危機處理熱潮。但筆者還是建議：

面對青少年網路交友問題，應當探討並同理其背後的原因，而非一味地禁止與管制。畢竟青少年網路匿名交友背後的心理，原本就是源自於期待被認同與渴望擁有個人隱私。

五大青少年網友交往準則

而在尊重隱私，尊重青少年獨立判斷能力與交友選擇之下，必不可缺地，家長應當教導青少年的網友交往準則如下：

1. 不透露個資：

包含個人資訊、電話、GPS 定位功能、所在位置。

2. 不傳送隱私照片：

不輕易傳送個人照片，並任何狀況下，絕不提供自己的清涼隱私照片或影片。

3. 無金錢往來：

絕對不和網友有金錢上的往來。

4. 不輕易約見：

務必經過長時間的網路交誼過程才考慮約見面，務必徹底掌握對方的身分、年齡、個性、家庭、學校等個資。

5. 不私下單獨見面：

無論覺得對方多麼值得信任，只要相約見面，絕對要避開隱蔽的房間、偏僻的地方、住所、巷弄、KTV、MTV；要約在人多的餐廳速食店、公共場所、公共交通工具可抵達的地方。也不要單獨赴約，最好先參加網聚，或找同伴，出門前務必將對方的相關資訊告訴父母或信賴的朋友。

青少年危機預警教學

家長對孩子的保護重重，管束萬千，都比不上孩子遇見危機的處理能力，你一定要教導孩子的危機預警原則是：

1. 不單獨搭乘對方的交通工具。
2. 絕對不同意對方突然改變見面地點，特別是改到偏僻隱密的地方。
3. 見面時發現對方不是一個人，一定要藉故離開。
4. 離開現場再回來時，絕對不再食用原來的飲料與食物。
5. 絕對不續攤。
6. 身上務必攜帶防狼用品，如噴霧器、攜帶式辣椒水等。
7. 隨身攜帶手機，並隨時隨地打卡報告行蹤。
8. 相信自己的直覺，如果一見面就覺得怪怪的、毛毛的，就應該藉機離開。

孩子是家長心頭肉，手中寶。從母親懷胎十月，呱呱落地，一路跌跌撞撞，拉拔成長，沒有一個階段沒有專門的挑戰。而面對青少年的交友問題，更要細心、耐心、持續的關懷與觀察。孩子的安全第一，自我保護意識第一，但家長也需以尊重與關懷的方式，教導孩子，給予討論的空間，而非單向限制或沒收手機。期待家中也有青少年的你，能以智慧與無限的愛，守護孩子走向健康而安全的成人之路。

資料來源：

https://today.line.me/tw/v2/article/koO33J?utm_source=lineshare