



兒少網路危機談家長教養策略

基隆法院

吉靜如主任調保官(吉官)



影響孩子成長關鍵因素

親子關係

學校適應

同儕發展

網路

身心因素



增加孩子的心理韌性而非過度保護

面對錯誤、接受失敗、再次挑戰

有些孩子很早就學會這些事：

我有情緒，會讓爸媽擔心

我的崩潰，會變成他人的麻煩

我不能失敗，也不能示弱

我一定要一直「看起來沒事」，就會過去



很多不說話的孩子，其實很危險

為什麼家長問了「你還好嗎？」
孩子永遠只回「還好」？

因為

如果我說不好，你會不會更擔心？

如果我說不好，你會不會馬上罵我？

如果我說不好，你會不會要我立刻振作？

利用10句問話，接住孩子

青春期的父母需要學會的能力

1.你今天是不是手機又用到快沒電？

- （其實是在問：你今天是不是一直在跟人互動、一直傳簡訊）

2.你們班現在到底在瘋什麼啊？好像很有趣很酷。

- （跟上孩子流行的話題，也在摸孩子的人際關係）

3.你今天有沒有被老師點名或盯上？還是安全過關？

- （了解孩子的課業壓力）

4.你今天累嗎，還是還行？

- （不直接逼孩子表態情緒，比較不會讓他有壓力）

5.爸媽今天好累哦，你會嗎？

- （比「你累了嗎？」不如先分享自己的心情，也讓孩子參與你的生活，進而參與討論）

6. 酷哥你最近是不是事情很多？還是只是懶得理人？

- （笑著問，孩子比較會回真的，至少先不要指責孩子：「一回家就進房門」）

7. 你最近有朋友讓你覺得很煩的嗎？

- （了解孩子在校的交往狀況非常重要！）

8. 如果明天不用上學，你想幹嘛？

- （知道孩子想要對上學的態度，是快樂還是逃避）

9. 你現在想聊天嗎，還是想自己放空一下？

- （以退為進，不要讓孩子有壓力）

10. 反正你如果真的有一天撐不住，跟我講就好，我會幫你，知道嗎？

- （讓孩子知道，你永遠會接住他。）

怎麼接話：很重要

如果他一開口，你馬上回：
下一次他就不理你了

「你想太多了啦」

「我們以前更累」

「這有什麼好煩的」



關鍵：同理接納，讓他之後跟你說

「這樣真的滿
累的欸。」

「難怪你會
煩。」

「聽起來壓力
真的很大。」



家長須做好準備
協助孩子在風暴期穩定發展

網路危機中性影像與性侵上升

兒少性剝削案件 6年增3倍

兒少性剝削加劇 性影像案件增

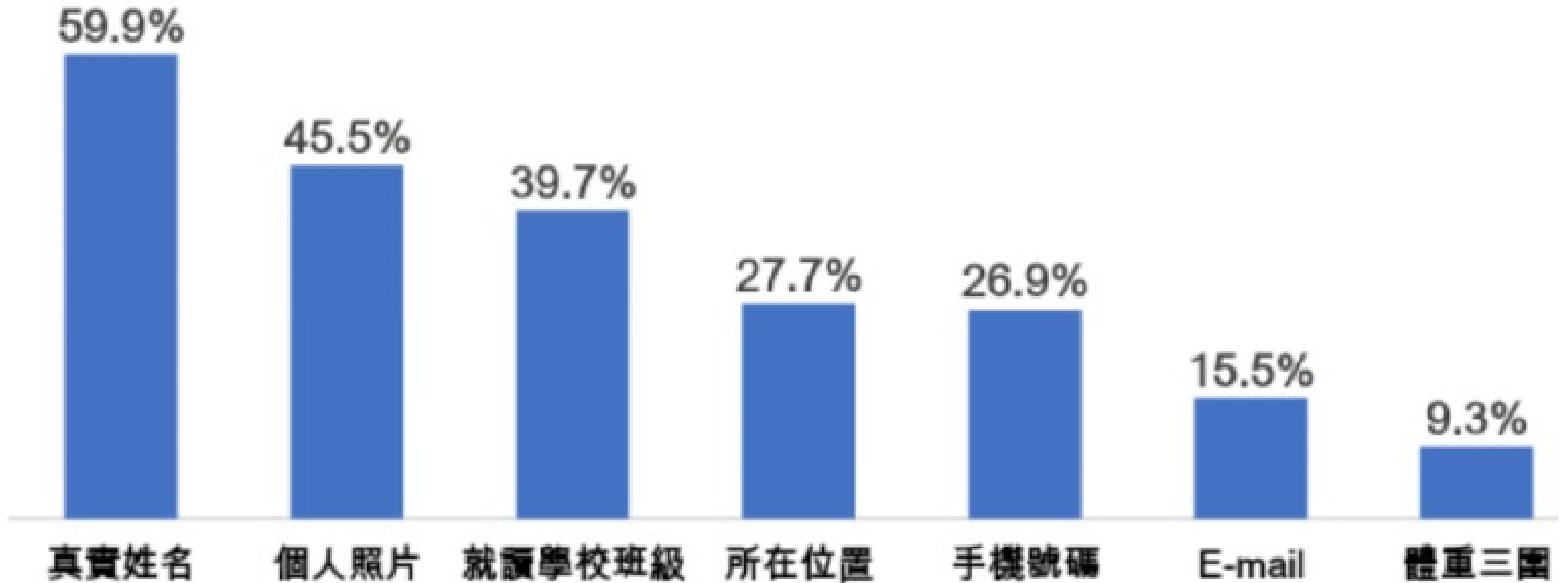


網路淪兒少性剝削犯罪溫床

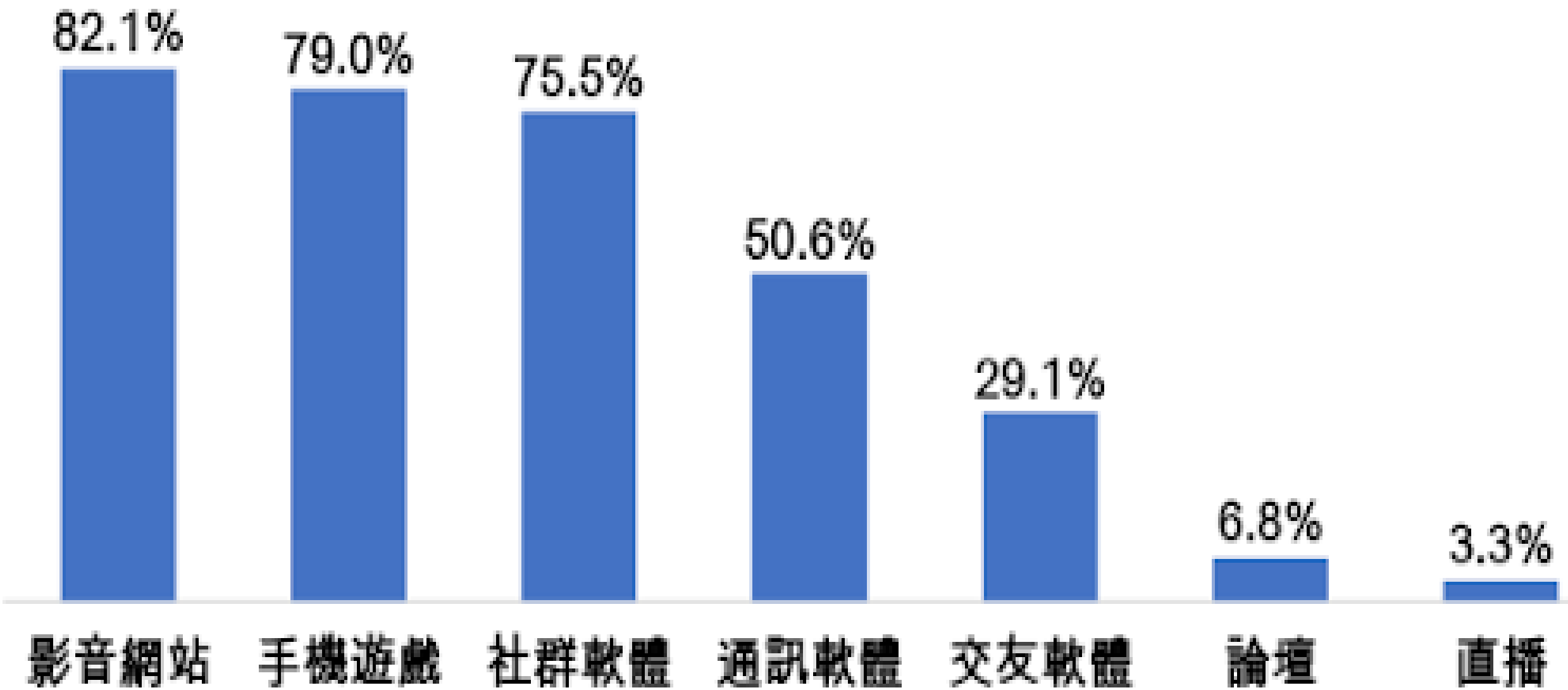


兒少自拍揭露個資無界限

兒少曾給過網友的個資



兒少經常使用之網路平台



每四人中就有一人曾被要求提供
私密影像

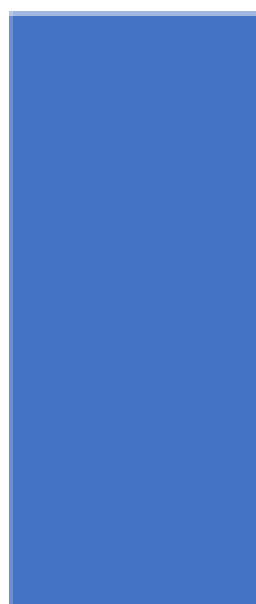
網友曾對兒少提出的特殊要求

57.2%



視訊通話

46.5%



情侶交往

36.2%



單獨約
出來碰面

25.1%



提供裸露私
密照片影片

10.7%



恐嚇勒索
要錢或詐騙

兒少性剝削受害年紀



國小
12.5%



國中
44.5%



高中
37.4%

資料來源：衛福部

網路安全的進行要提早

網路的控管要即時與明確

孩子手機宣言



- 孩子：希望你知道，爸媽提供手機目的是希望你能有效利用網路的便利性與社會不脫節，從而能夠適應新技術不被其左右。如果你沒能遵守下列約定，我將終止你對這支手機的所有權。
- 簽名：

1.這是家長的手機，我們因為愛你而將使用權交付你

- 所有權與使用權

2.手機密碼必須要讓父母親知道

- 家長需負責

3.如果鈴聲響了，特別來電顯示是父母，一定要接聽

- 永遠不封鎖父母

4. 時間監控必須遵守

- 違規要限縮權限

5. 手機帶到學校，務必遵守校規

- 配合學校管教

6. 手機壞掉，自己存錢修

- 這樣的事難免發生，你要做好準備。

7. 不要用手機網路作假或做不負責任的發言：

- 別想當鍵盤俠

8. 遠離色情內容。

- 遵守網路安全與年齡分層

9. 在家人聚會的重要場合，忍耐一下不使用手機

- 訓練孩子高階社會化能力

10.請分清楚網友與朋友的界線與交往

- 網友與朋友不同，互動不同

11.不要在意網路上的評價和人氣，很多時候那都是假的

- 評價只是參考，不是絕對

12. 不要偷拍、散佈任何人私密圖片或限制級的圖片

- 個人與他人私密影像都是雷活

13.不要無休止地拍照和錄影，上傳自己動態

- 個資保護

14.不要總盯著手機，毫無危機感的自拍

- 專心生活，不同時兼網

15永遠準備好，沒有手機時，你會怎麼過生活

- 與孩子一起實驗與準備

16 生活搞得一團糟，將收回手機

加油！我的隊友