



健康上網支援網絡：
匯報及個案分享

吳浩希社工 Elvis

香港家庭福利會 青少年服務經理





「青年人上網」會想起甚麼？



第四個資訊科技教育策略

發揮IT潛能 釋放學習能量

目的：

- 提升學與教的互動經驗，讓學生學會學習
- 促進學生善用科技及資訊科技的能力
- 提升自主學習、解難、協作、計算思維的能力
- 加強創意、創新，甚至創業精神
- 培育他們成為具操守的資訊科技使用者



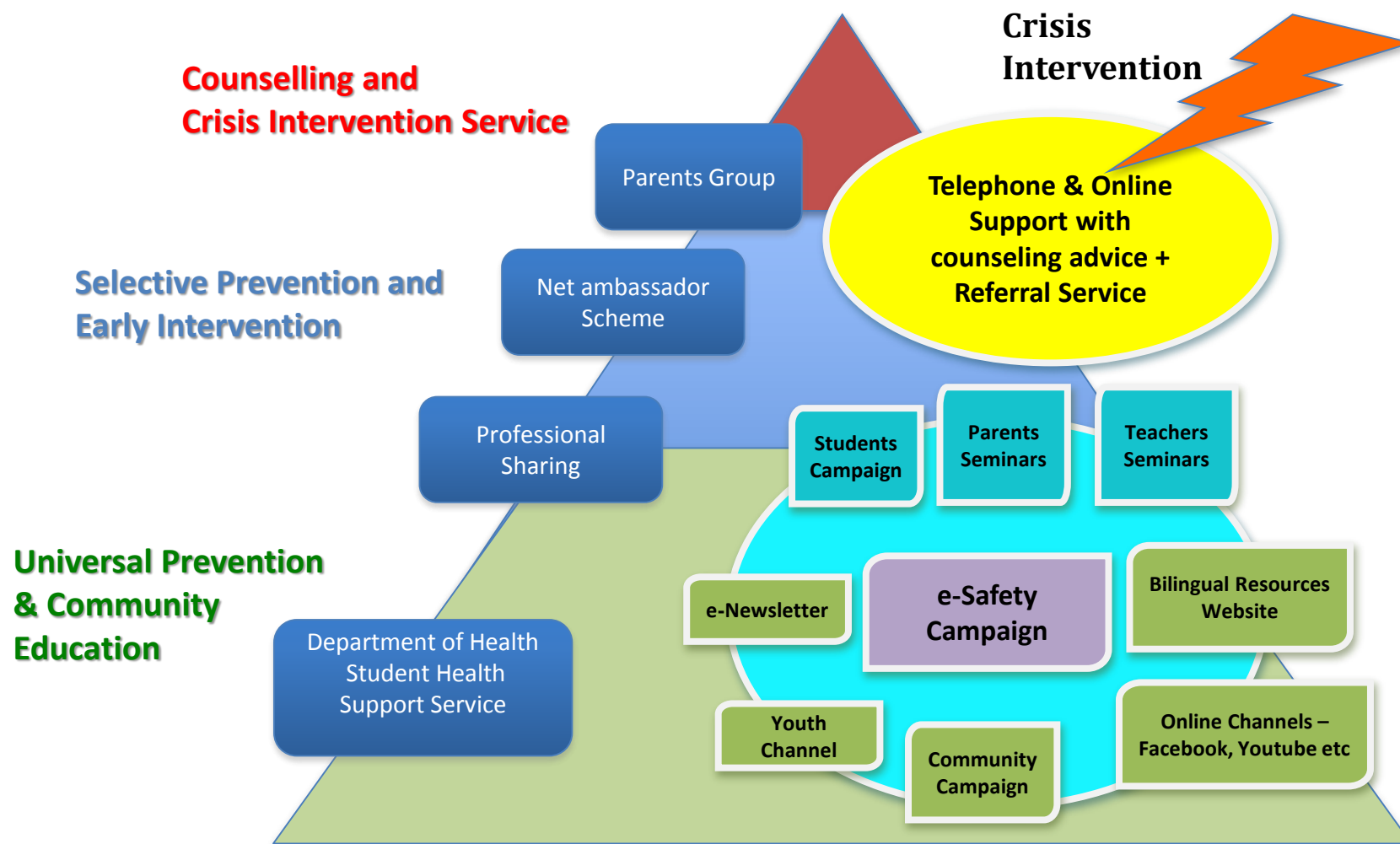
家福會網絡輔導及教育服務

- 家福會青少年服務及學校社會工作服務 (包括幼稚園、小學及中學)、綜合家庭服務
- 網絡教育及輔導服務 – 始於2004年
- 「健康上網支援網絡」服務 – 2011年至今
- **對象：支援教師、學生、家長**
- 輔導熱線、網上支援 (WhatsApp)、到校家長講座活動、攤位及展覽、學生活動
- 教師培訓及分享、專業分享



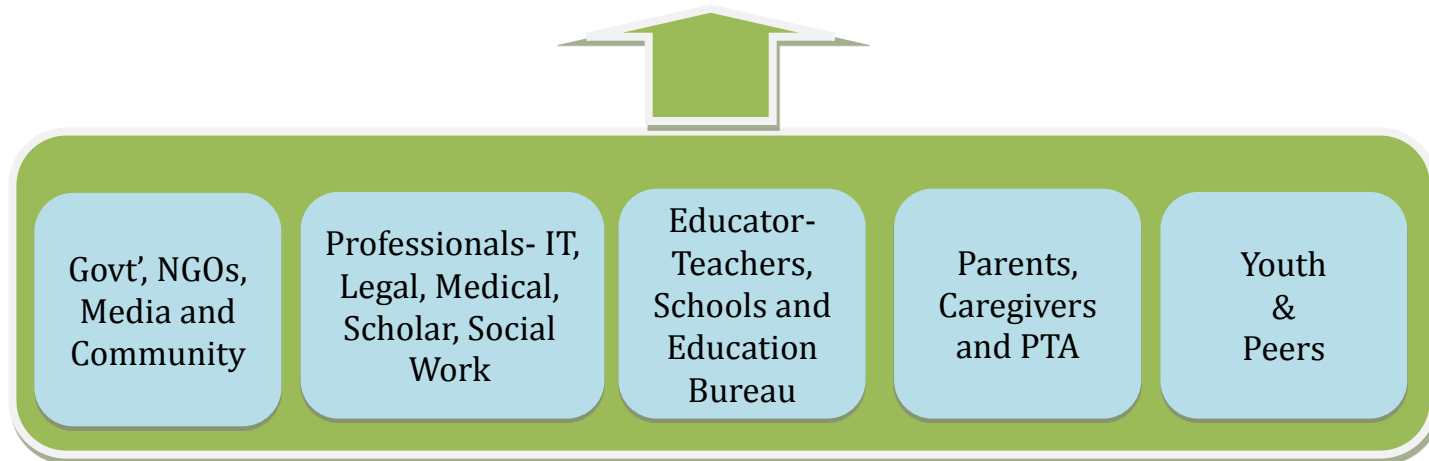
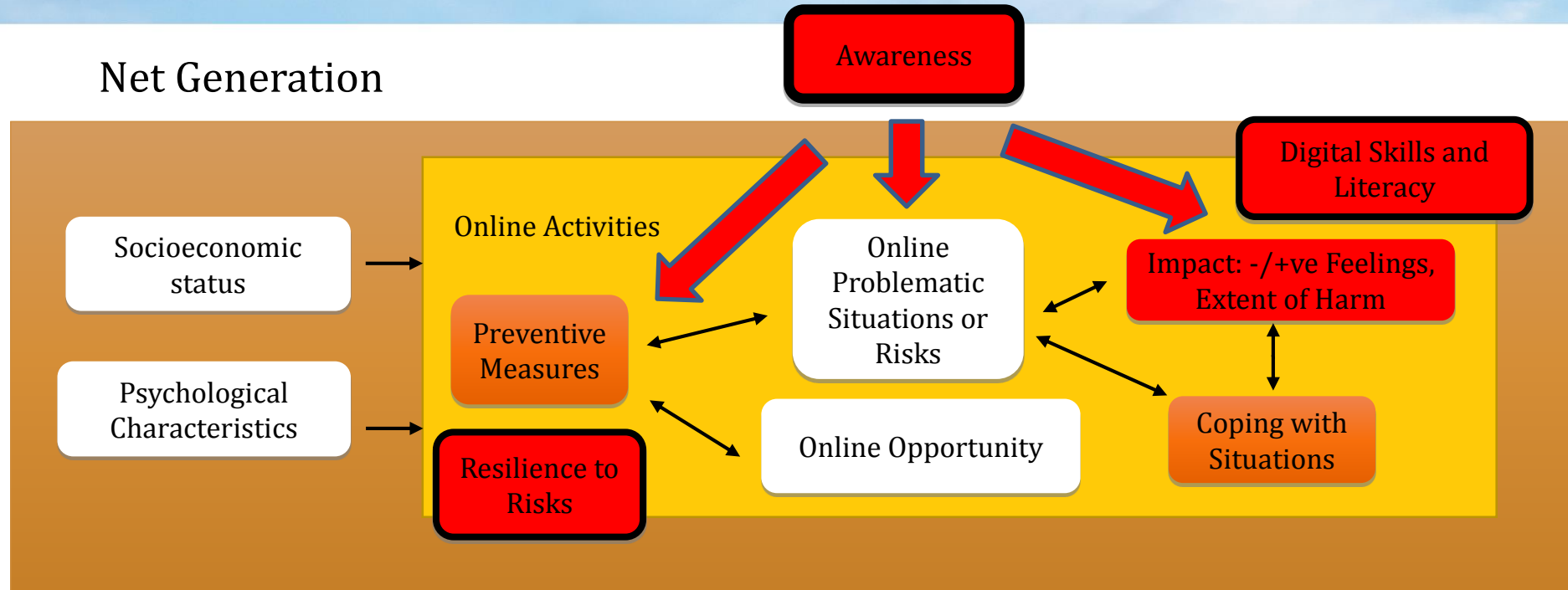


「健康上網支援網絡」以人為本 · 愛己及人



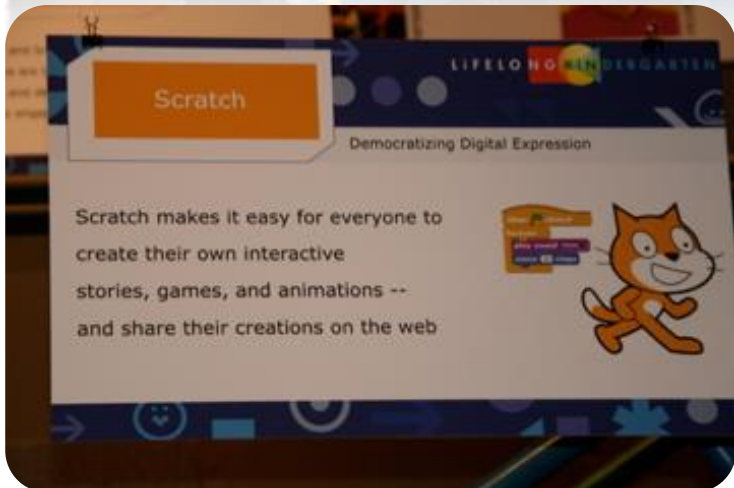
培育學生健康、安全及有道德上網

Net Generation



以資訊科技來學習

家為本 · 愛己及人





對青少年上網的擔心

以家為本 · 愛己及人

洩露個人私隱

沉迷上網

網上欺凌

網絡安全

網上不良資訊

網上交友

系統觀
Systemic Perspective

愛己及人

成長背景

需要、
價值觀

個人

家庭

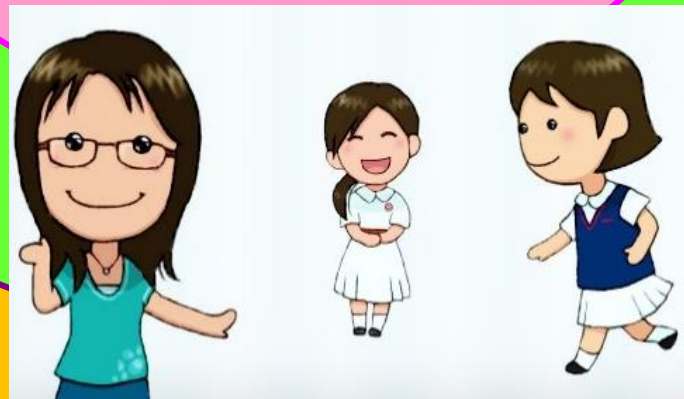
朋輩

學校

社會

傳媒

個案分享





健康上網支援網絡服務數字

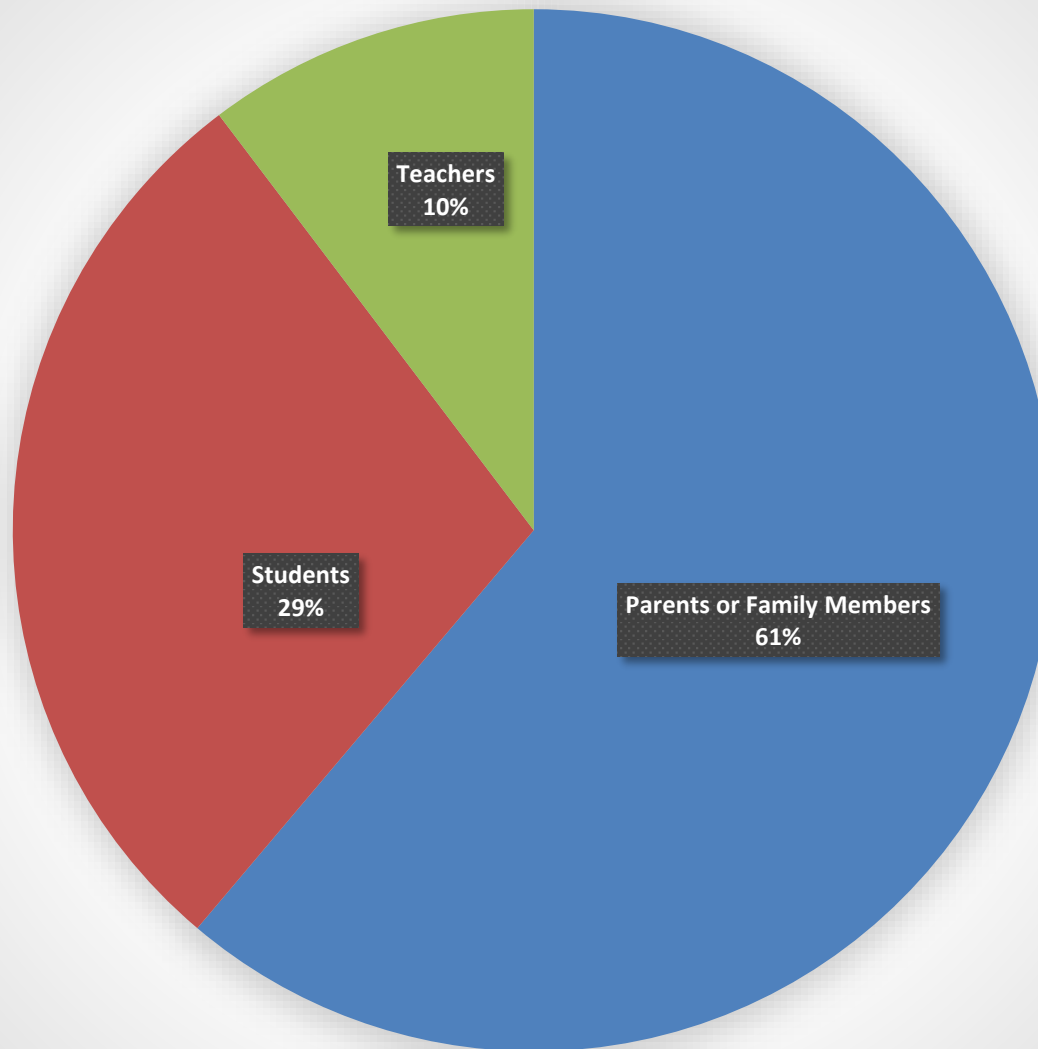
愛己及人

- 2015年12月至2016年11月
- 熱線服務數字：1,705
- 網上支援服務數字：1,010
- 教師、家長、學生
- 哪個組群服務使用者最多？



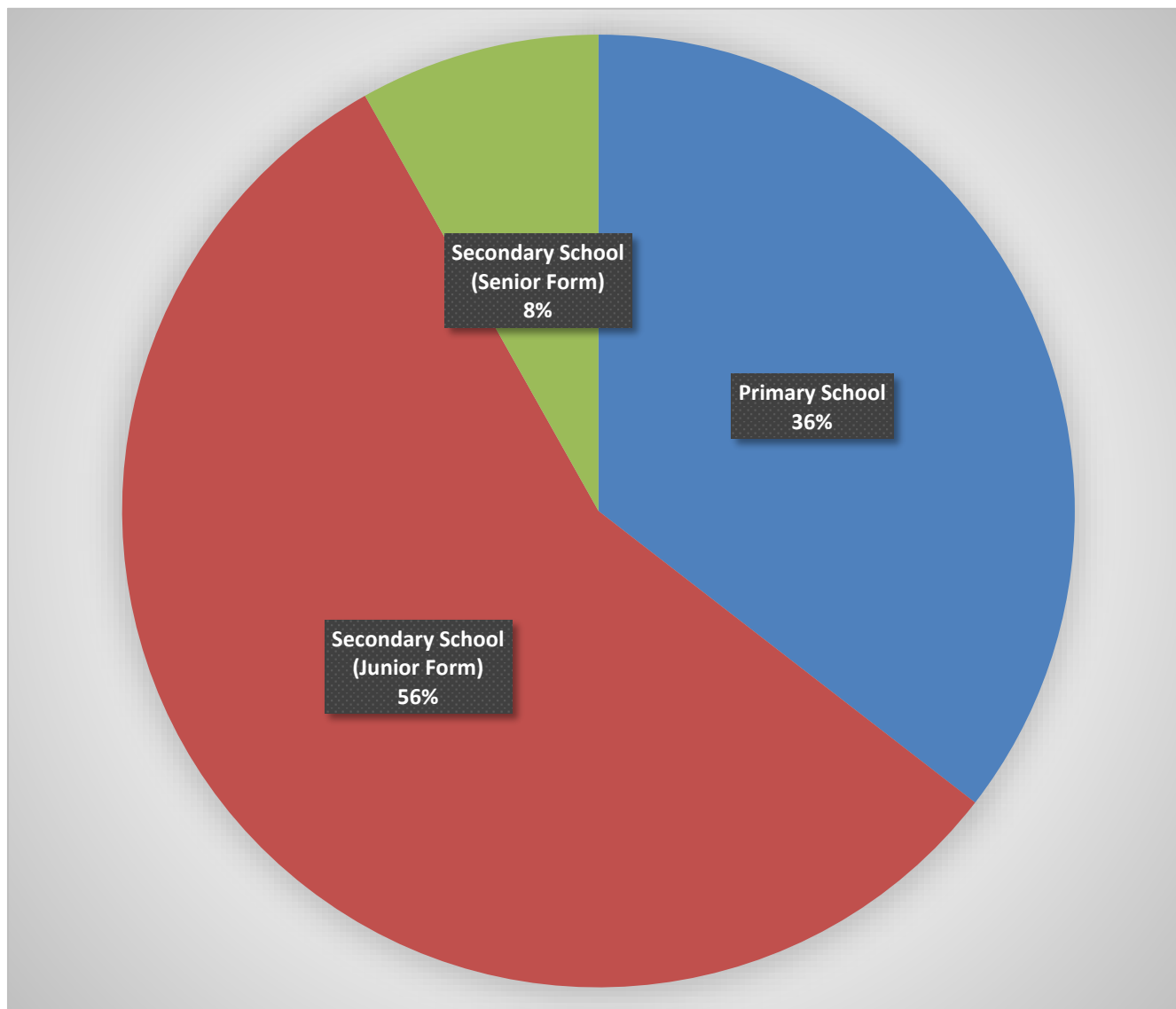
服務數字：服務使用者

以家為本 · 愛己及人



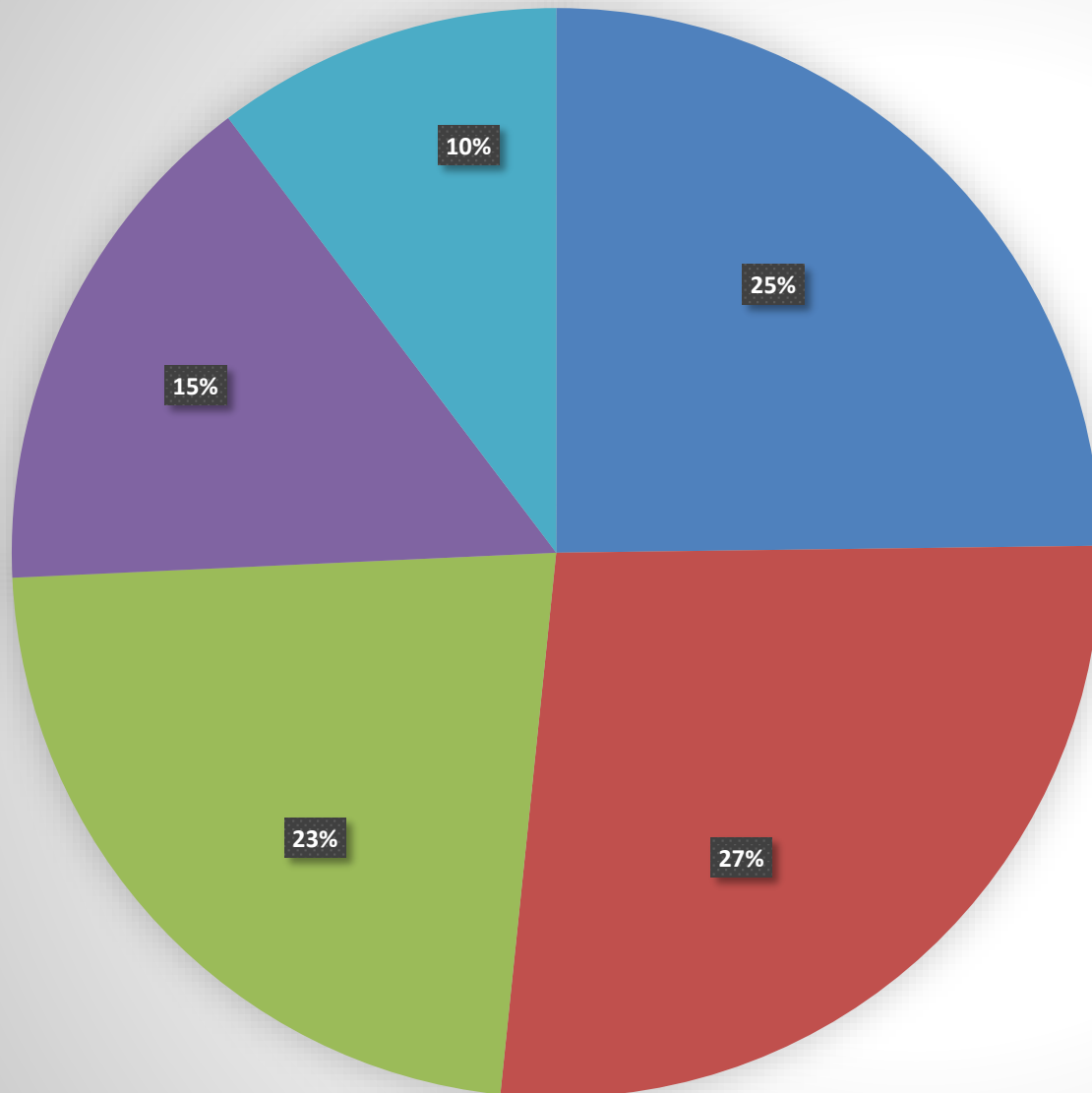
服務數字：年級

以家為本 · 愛己及人



服務數字：問題

以家為本 · 愛己及人



■ Healthy use of internet

■ Net Addiction (Computers)

■ Net Addiction (Digital Device)

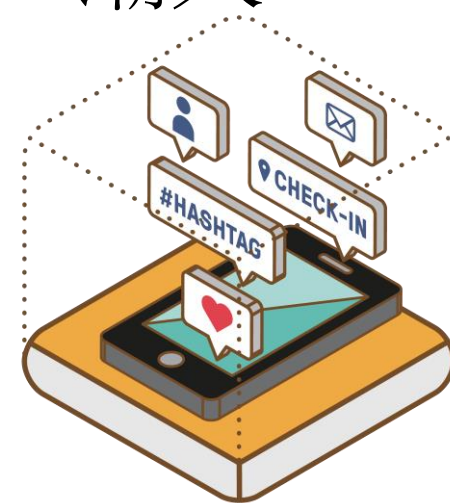
■ Family Conflict on Net Use

■ Others (Cyber Bullying, Obscene Online Materials, Net Friends, Cyber Crime)

- 家長的介入工作是否**重要**？
- 家長的介入工作是否**容易**？
- 個案分享一對班主任的拜託、「收手機」



- 開心、有益身心、減壓方法、放鬆自己、忘我、發洩心中不滿、爽、滿足需要、正常、有益身心、日常行活之一、必需品、溝通、增進感情、成功感、有品味的行為、職業玩家賺大錢、潮人、
I can't live without you



- 方便、**唔正經**、廢、壞、**無聊**、**毒品**、**毒L**、虛無、宅、無前途、玩壞腦、虛渡光陰、**浪費時間**、低能、打機、唔上進、唔讀書、不正經、不實在、我唔比、唔好、用完會盲、加深近視、影響學業、唔好打機啦、打機如惡魔



上網現況：本會研究



- 青少年使用數碼產品與家庭關係(2016)
- 香港高小與初中學生人際關係與衝突之網絡欺凌研究報告 (2013)
- 香港中學生網絡欺凌研究報告 (2010)
- 青少年上網對家庭關係及精神健康的影響 (2005)



子女的數碼產品用途

以人為本 · 愛己及人



使用數碼產品對青少年的影響

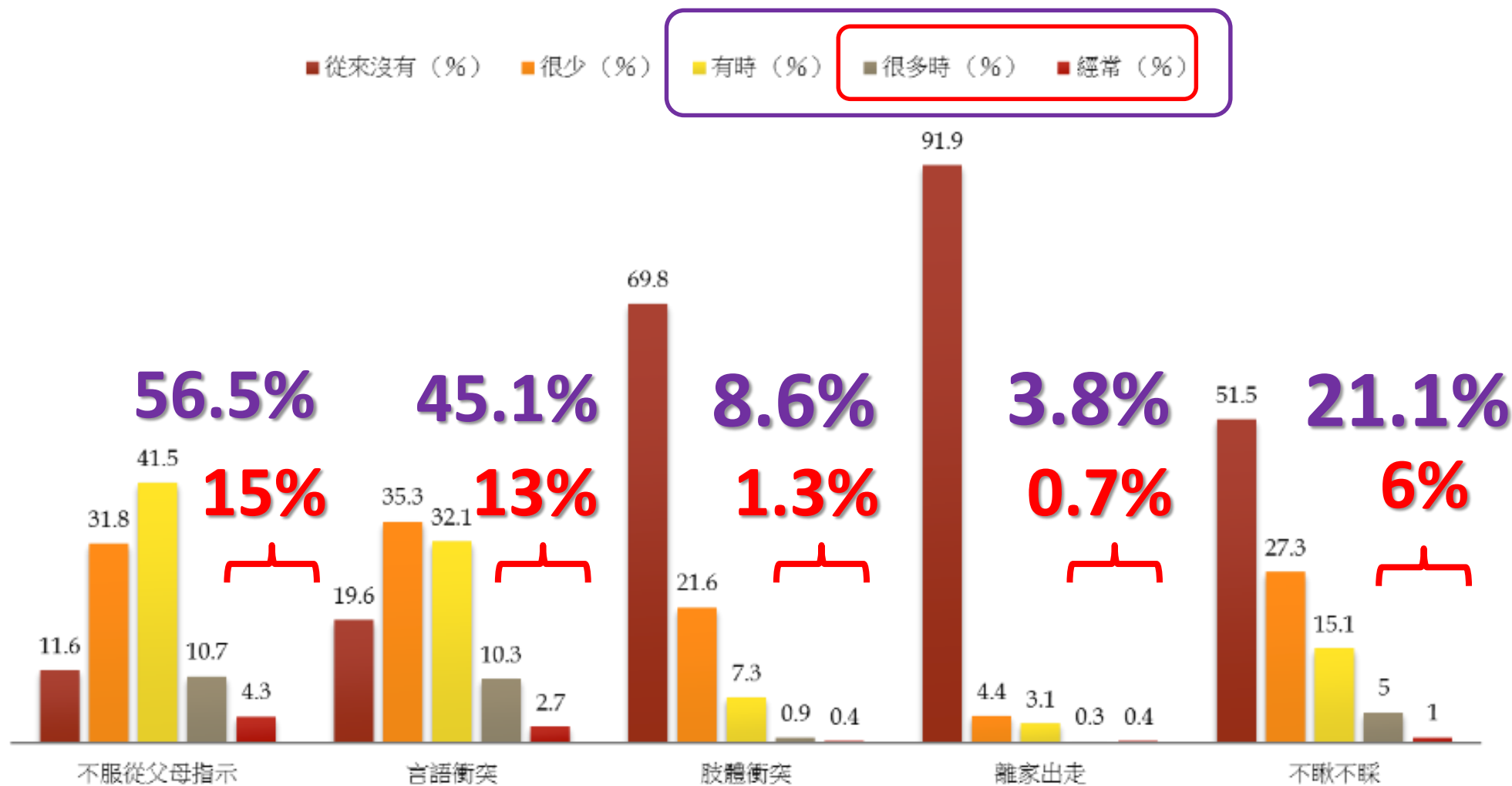
	Total (%)					N	
	Strongly disagree	Disagree	Neutral	Agree	Strongly agree		
Communicate with parents	3.9	15.1	47.9	29.2	3.9	1519	
Enhance knowledge	0.5	3.8	30.4	53.8	11.5	1519	
Grasp more information	0.2	1.1	15.0	56.4	27.3	1519	83.7%
Understand new technology	0.3	2.3	20.6	53.4	23.4	1516	76.8
Enhance external communication	0.4	3.3	24.4	50.0	21.8	1517	71.8%
Having tendency of addiction	9.2	23.2	37.6	23.5	6.5	1514	30%
Reduce face-to-face communication with parents and others	12.3	32.4	37.1	15.5	2.7	1511	18.2%
Affect academic performance	10.6	23.1	40.8	20.6	4.8	1515	25.4%
Affect health	10.4	21.9	39.8	23.7	4.3	1518	28%
Encounter indecent materials easily	12.4	21.3	39.3	20.0	7.0	1519	27%

超過80% 學生匯報上網有不同的益處

超過30% 學生承認自己上網有不同的問題

使用數碼產品帶來的親子衝突

以家為本 · 愛己及人



- 即時評估危機，有需要時使用緊急服務
- 尋找同工支援，確保有短期的安全計劃
- 疏導當事人的情緒，聆聽、關心、支持，保持與當事人的互動，了解當事人的感受和需要
- 了解當事人的情況、期望、資源與支援網絡
- **尋找問題背後的需要**，提供針對性的解決方法
- 如分享管教方法、青少年成長需要、社區資源
- 轉介及跟進

真實個案分享

以家為本 · 愛己及人

有番成就感
可以同朋友挽
打機果陣好自由
可以識到唔同嘅朋友
可以減壓
新認識新事物
可以同朋友曬命

青少年上網背後可能的需要

- “Problems are not the problem, coping is”
- SEN、精神健康狀態
- 適應、朋輩關係、師生關係
- 學校表現、學習壓力
- 家庭因素：家庭問題、親子關係、家長管教方法
- 尋找了解自己的性格、能力、興趣、夢想
- 成長需要 (認同、歸屬感、成功感、權力、自由、刺激、樂趣)



家長背後可能的需要

家為本 · 愛己及人

- 家長的困境：家庭、友輩及社會的壓力
- 對子女前途的看法 (擔心)
- 家長的價值觀、期望，與子女的落差
- 未掌握青少年的成長變化及需要
- 家庭及婚姻關係、家庭結構的變化
- 自己及家人的生理、精神健康、經濟問題
- 其他壓力 (如工作)





家長工作-從何入手

以家為本 · 愛己及人

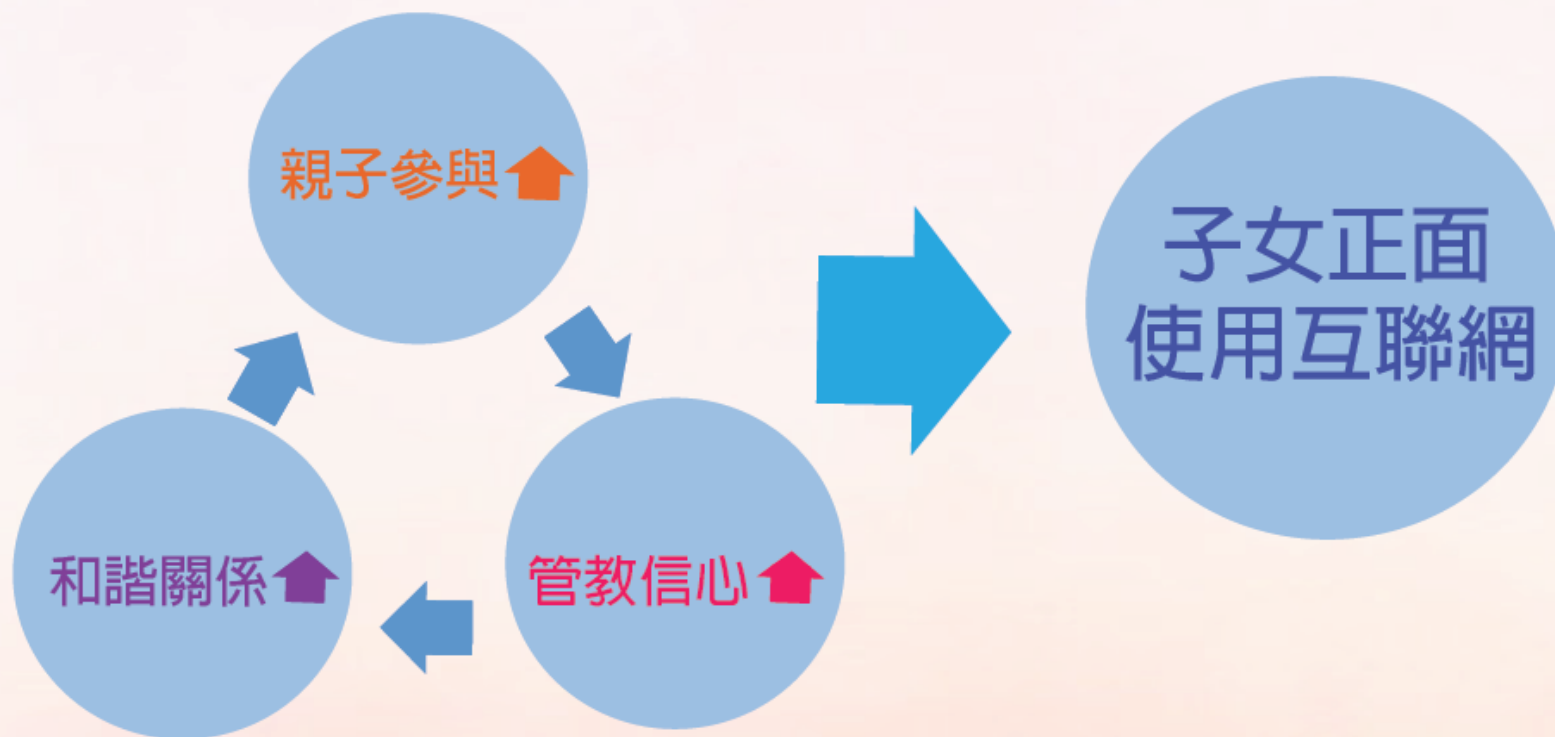
- 根據本會「青少年使用數碼產品與家庭關係」研究，家長採納不同管教模式，對子女健康上網會有不同影響

App 世代 ICC 親子管教方程式

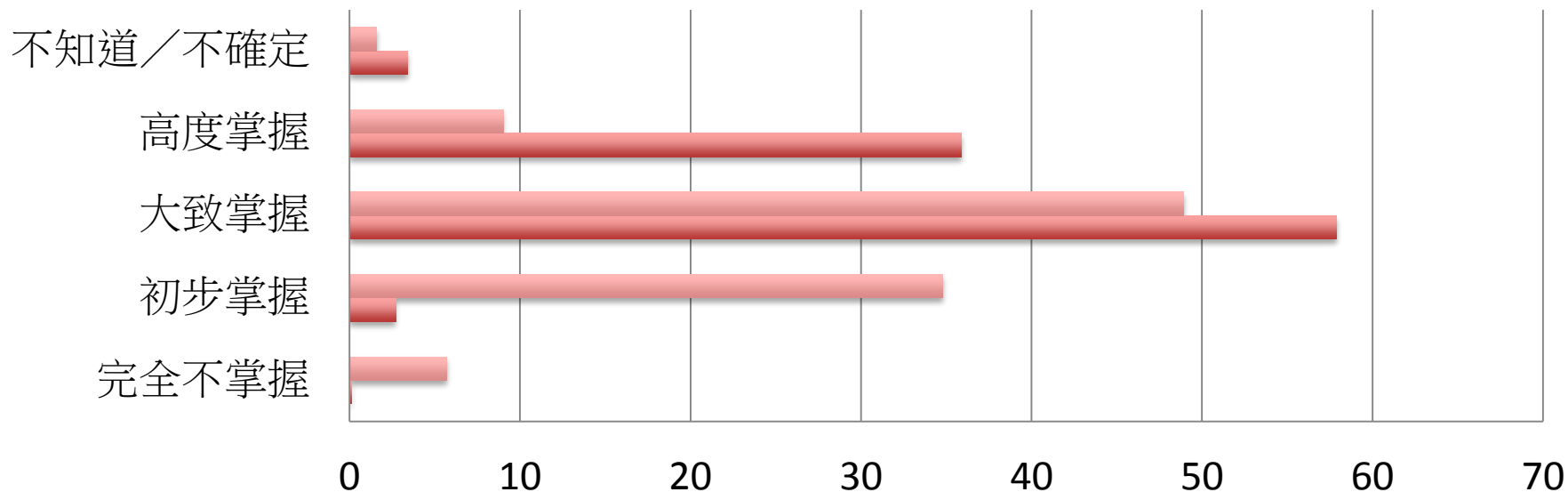
以家為本 愛己及人

ICC - APP世代親子方程式

Involvement + **C**onfidence + **C**ohesiveness
家庭參與 + 管教信心 + 和諧關係



家長與子女對數碼產品的掌握程度



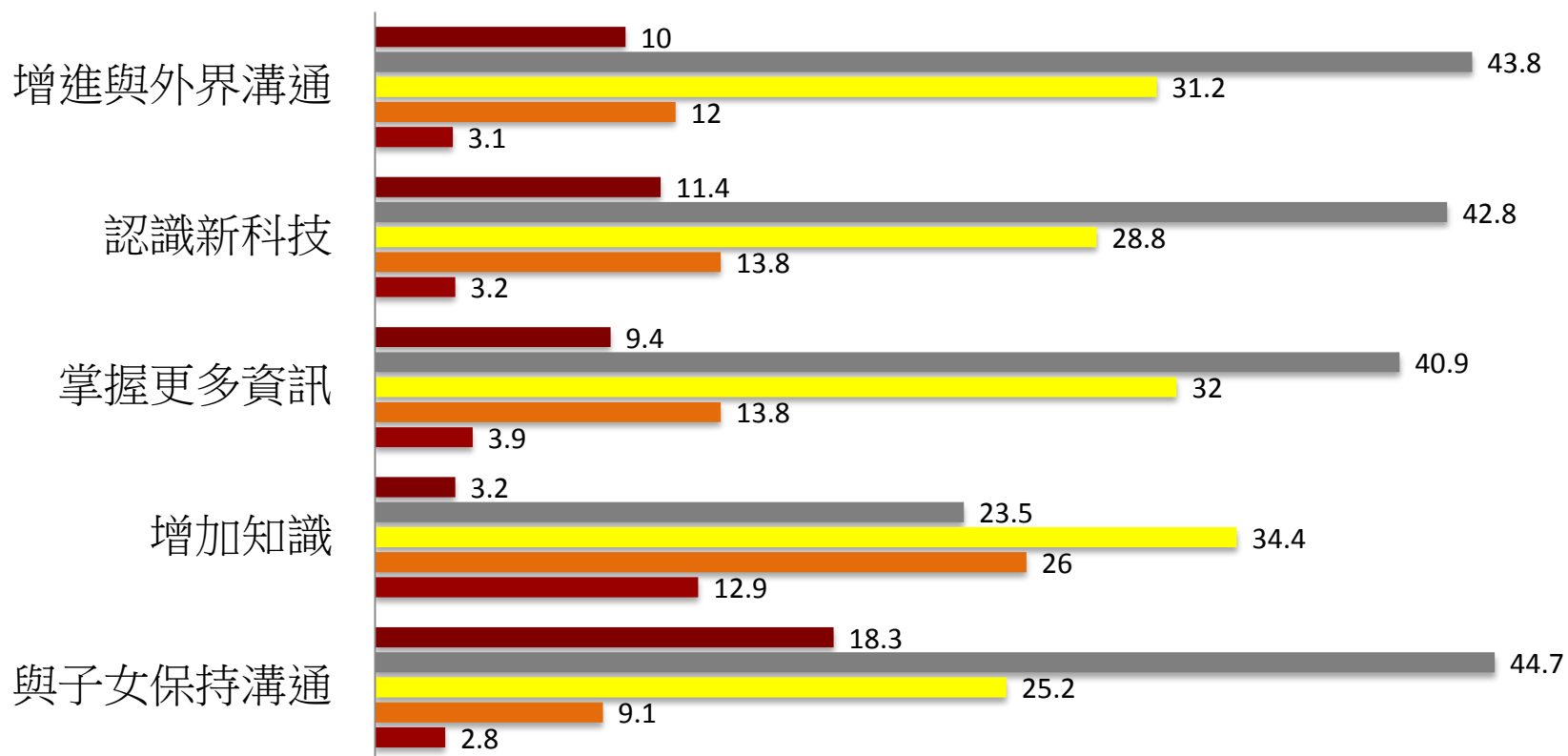
	完全不掌握	初步掌握	大致掌握	高度掌握	不知道/不確定	
■ 家長 (%)	5.7	34.8	48.9	9	1.6	57.9%
■ 子女 (%)	0.1	2.7	57.9	35.9	3.4	93.8%

家長對自己能夠幫助子女 從使用手機帶來益處的信心

以家為本 · 愛己及人

26.7% - 63%

■ 很有信心 (%)
 ■ 有信心 (%)
 ■ 有些信心 (%)
■ 少許信心 (%)
 ■ 沒有信心 (%)





家長對自己能夠幫助子女 避免使用手機帶來負面影響的信心

以家為本 · 愛己及人

31.9% - 44%

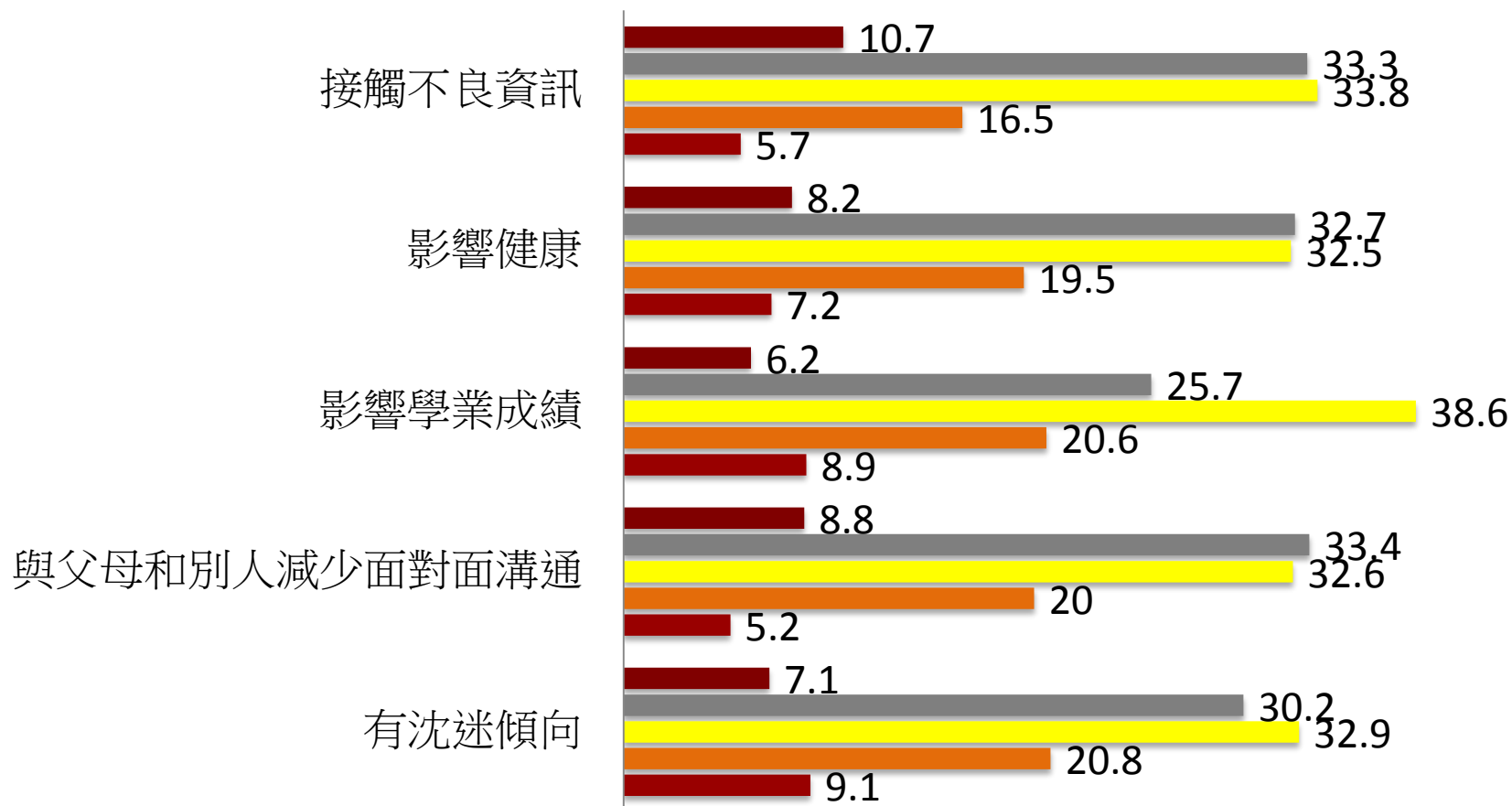
■ 很有信心

■ 有信心

■ 有些信心

■ 少許信心

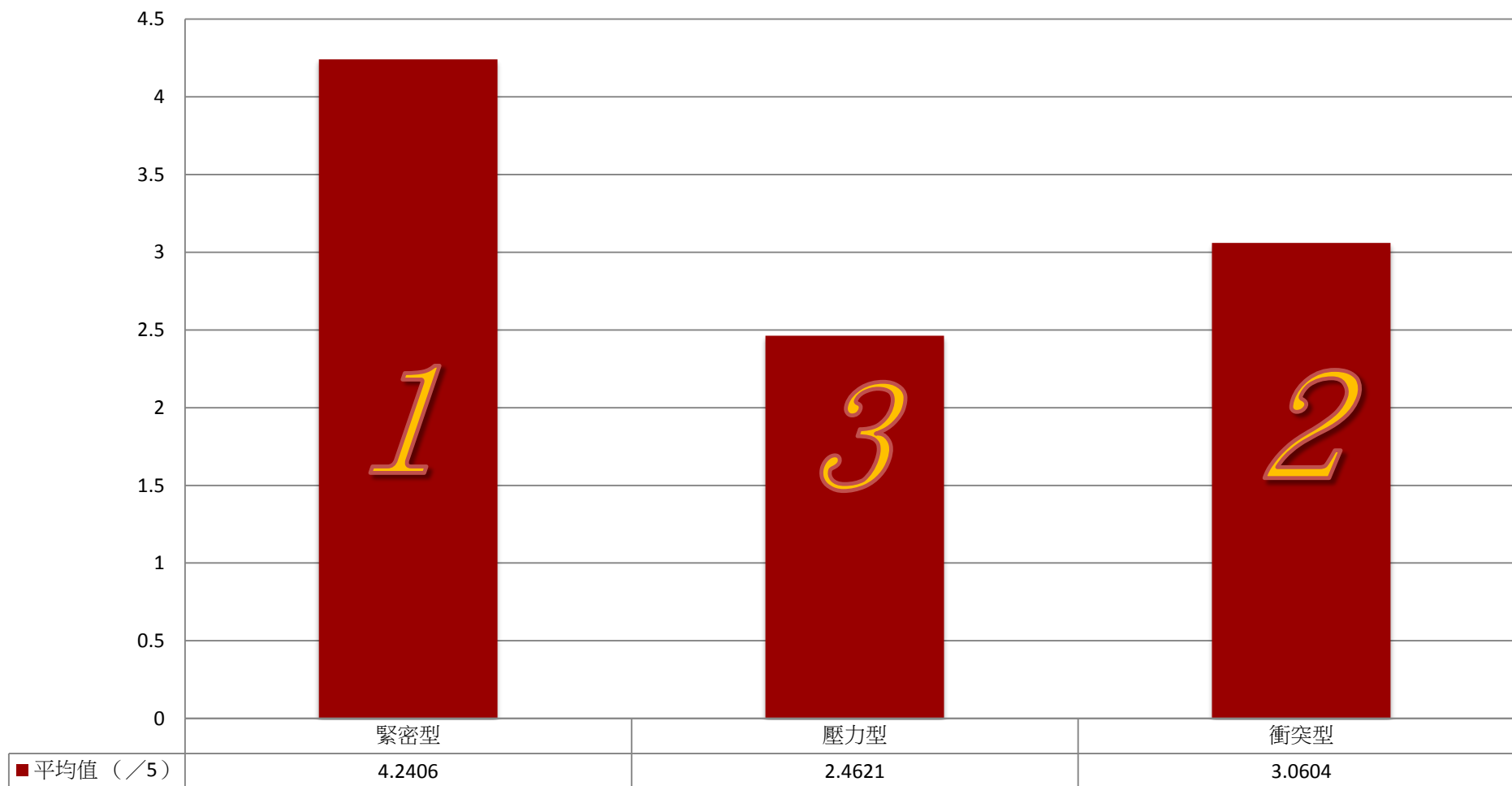
■ 沒有信心





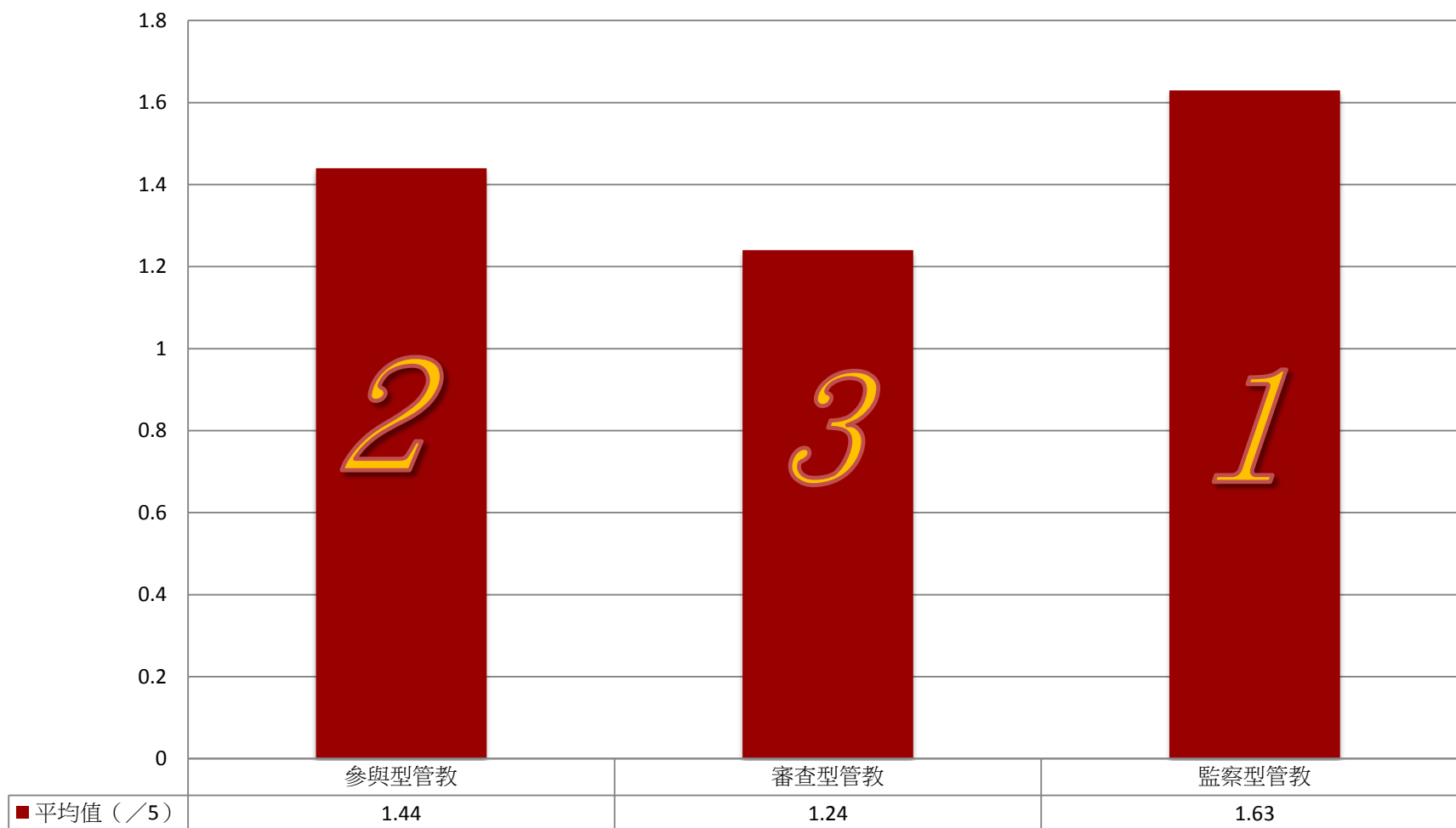
家庭關係

以家為本 · 愛己及人



家長管教子女的主要方法

以家為本 · 愛己及人

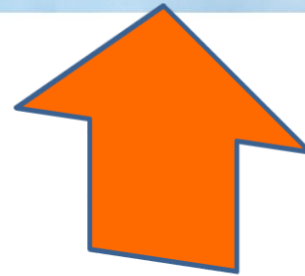




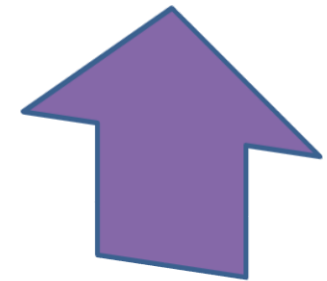
提升家長管教信心：
幫助子女得益，
避免負面影響

家庭衝突
以家為本 · 愛己及人

參與型
管教
Involvement



監察型
管教
Monitoring



審查型
管教
Screening





互相學習

有傾有講

以家為本 · 愛己及人

參與型 管教

分享資訊

交流經驗

共同興趣

家添 和諧關係

孩子會感到：
關心 享受
喜樂 支持 愛

提升 信心

掌握資訊科技
了解網絡文化
認識網絡危機
學習參與型管教



家長工作：預防勝於治療

以愛為本 · 愛己及人

- 家校合作、建立良好的支援網絡
- 不抗拒、甚至欣賞認同「電子學習」
- 約法三章，由未擁有手機開始
- 想要 vs. 需要；使用權 vs. 擁有權；六何法
- 以子女成長及價值為本的約法三章 (親子協商)
- 因齡施教：培養良好的生理、心理、社交習慣
- 有傾有講、認識網絡世界、和諧關係
- 以身作則、以身作則、以身作則