



與父母疏離 上網尋求支持恐陷險境



▲數位素養是現代家庭教育的重要課題，家長可透過繪本帶領孩子了解網路隱私權的重要。圖片提供/展翅協會

家庭關係在兒少成長過程中扮演重要角色，然而針對國中、高中職學生所做的青少年自拍認知及行為調查報告發現，親子關係品質與多數私密影像行為呈負相關。專家表示，兒少缺乏家庭關愛時，更傾向向外尋求支持，就容易落入網路風險中，建議當家庭關係發生變動，也應多關注孩子的線上行為。

報導 / 陳芝瑋

兒少的成長深受家庭影響，臺灣展翅協會秘書長陳逸玲指出，若孩子所處環境有心理支持，較不容易在網路上尋找依附關係。但網路發達，孩子只要上網就容易暴露在風險中，若兒少心理韌性強，就不易妥協、屈服而認為一定要給予暴露私密影像才能獲得對方關注，且親子關係良好，當孩子認識網路風險時也有明顯幫助。諮商心理師公會全聯會

理事陳劭旻分享輔導個案，一名學生的家庭背景是單親家庭，因爸爸工作忙碌沒時間關心孩子在校狀況，孩子為引起爸爸注意，即使知道自己不夠聰明，仍想努力拚個好成績向爸爸證明；後來他做到了，爸爸卻沒反應，他很失落，覺得就算自己做到這樣也不會得到肯定，成績因此一落千丈，並透過網路尋找網友的情感支持。由此案例可知，家庭給予的支持對兒少極為重要，當孩子缺乏大人的關心，便會向外尋求支持。臺北大學社會學系副教授陳易甫說，親子關係不佳，兒少較容易到網路上尋求支持，這時就更容易受網路平臺風險因子的影響，而傳遞私密影像。陳

易甫指出，過去研究中曾訪問幾名私密影像外流的兒少及家長，多數兒少發生私密影像外流都和當時家庭關係有關聯，例如正好父母在談離婚、兒少身處單親家庭等。這些情況使兒少更傾向在網路上尋求支持，像是在交友軟體上找男友，最後演變成被騙照，因此在家庭關係或家庭結構變動時，是需要特別注意兒少的線上行為。展翅協會和臺北大學做的研究認為，親子互動較親密，可減少私密影像行為的發生，提升親子關係是預防措施中的有效手段。但從目前家庭關係來看，父母工作忙碌，孩子放學後到補習班，親子相處時間少之又少。陳劭旻指出，有些家庭因父母離婚、單親、忙工作，疏於照顧兒少，或許在大人眼裡情況沒有很糟，多少也會關心孩子生活情況，但孩子仍覺得孤單，這就是父母與孩子間認知的落差；建議家長要多點好奇心，耐心陪孩子談天，也可分享自身經驗，而不是單純的教育，當孩子的需求被看到與聽見，就不易覺得孤獨。

專家建議 增進親子關係 建立良好溝通、互信

建立良好的親子關係能幫助孩子未來不易落入網路世界的陷阱，而良好的溝通模式、互信關係，以及對身體界線的認知與養成，都是家庭關係中不可或缺的重要基礎。陳逸玲指出，親子溝通模式在孩子年紀還小時就要養成，且隨著孩子成長，父母要思考不同角度的溝通方式，像是孩子年幼時可能會接受大人意見，可直接告訴他要做什麼，但等孩子有自己想法時，就改為溝通討論方式。陳逸玲表示，父母有時向孩子說：「你為何這麼晚回家？」「為什麼要上網這麼久？」雖是出自於關心與擔心，但孩子可能反感；家長需要練習如何和孩子表達關心，讓孩子理解大人不是想管或控制，而是基於關心與愛。曾有家長表示，當自己改變說法時，孩子的應對態度也會轉變，建立良好的親子關係，溝通模式是很重要的影響因素。

不會教小孩行動聯盟理事長陳儀提到，培養家長與孩子的互信也很重要，並在孩子還小時就應建立信任關係，像是與家長分享在學校發生的事情，無論對錯與否，還是傷心難過的事，家長的態度也影響孩子未來是否會與大人溝通與分享。陳儀說，有些家長聽孩子分享事情後，不知如何拿捏與孩子溝通的模式。若孩子做錯事時，家長用指責回應，或孩子遭人欺負時，告訴孩子要心胸寬大，會導致孩子再遇到事時不願與大人溝通，因腦海已留下「無論我對大人說什麼問題，都不會獲得解決」，因此良好的互動與信任建立應從小開始，等長大補救就來不及了。此外，對於關係界線的拿捏應從小養成。陳儀認為，孩子的身體意識與界線應從小建立，包括與他人的界線、朋友的界線等，孩子較能建立的界線觀念是物權。例如當有人拿自己的東西時，他會勇於說不，但身體界線較模糊，這和大人長期的接觸習慣有關，家長也應讓孩子學習身體界線的意識。