

擁抱數位浪潮

親師合作引導青少年正確使用網路社群



|| 洪幼齡 臺中市立臺中女子高中校長

一、前言

您真的瞭解孩子嗎？在社群媒體時代，親子和師生關係的緊張感更加倍於以往。孩子們在真實世界和社群媒體世界中展現出截然不同的面貌，例如，在 Instagram 或小紅書上，許多青少年擁有為數不少的大小帳（即各種不同帳號，各有不同用途），經營著不同的形象，這種現象已成為無法改變的事實，我們只能從認識、理解開始，建立有效的溝通管道，才能促進親師生的溝通，引導孩子們的健康成長。

蘇聯心理學家李夫·維高斯基 (Lev Semyonovich Vygotsky) 的社會文化理論中，強調學習發生在社會互動中，而網路社群的興起，無疑深

刻地影響了青少年的社會互動模式。本文將運用維高斯基的社會文化理論，探討教師及家長如何在社群媒體時代和孩子和平共處，並從相互理解中引導孩子建立正確的自我認知、價值觀及網路資訊的判讀能力，保護自己免於傷害。

二、社會文化理論理解社群媒體對青少年的影響

維高斯基在其著作《思維與語言》(Thought and language) 中提出，人的學習根植於社會文化脈絡之中，認知發展是透過與他人的互動以及使用語言、符號、科技而形成的。社會文化理論提供了論述的基礎，幫助我們理解社群媒體時代對青少年心理特質的影響，以及如何塑造青少年

的自我認知、同儕學習和價值觀。

（一）自我認知

在社群平臺上，青少年不斷地將自己展現給他人，並從他人的反應中建立自我形象。例如按讚、評論和追蹤者數量等外部反饋，會直接影響他們的自我評價和自信心。此外，透過觀察和模仿網紅或同儕，他們學習如何展現自己，並在虛擬世界中嘗試不同的角色。雖然社群媒體提供給青少年探索不同的身份認同和自我表達方式，但也可能導致身份認同的混亂和焦慮，例如，青少年在追求完美理想形象的同時，要面對真實社會中的自我。此外，看到同儕在社群媒體上取得的成就，可能會引發自卑和壓力，進一步影響他們在現實生活中的學習和發展。

（二）同儕學習

青少年透過線上社群中與同儕交流，可以分享資訊和學習新技能，並在互動中促進個人成長。例如，他們可在線上論壇學習軟體操作、觀看教學影片學習新的舞蹈動作，或透過與

同儕討論加深對學科知識的理解。有經驗的同儕可以在線上指導和幫助其他青少年，促進他們的學習和技能發展。例如，在線上遊戲社群中，資深玩家指導新手玩家，幫助他們提升遊戲技能。然而，社群媒體上的同儕學習也存在潛在風險，包括不實資訊的傳播、網路霸凌和同儕壓力等，都可能對青少年的心理健康和發展造成負面影響。

（三）價值觀

社群媒體為青少年提供了接觸多元文化與價值觀的機會。透過與不同背景的同儕互動，他們可以拓展視野，增進對多元文化的理解和尊重。此外，流行的消費文化、網紅文化和成功學等，都可能塑造青少年對物質、名利和成功的追求。然而，社群媒體上的資訊也可能被過濾和扭曲，導致青少年對某些議題產生片面或錯誤的理解。例如，演算法推薦機制可能會強化青少年既有的偏見，限制他們接觸多樣化觀點。總之，網路社群的興起加劇了社會比較現象，導致青少年更容易產生自卑感與人際焦慮；而網路社群的虛擬性，則可能使他們

在真實自我和網路形象之間產生矛盾衝突，此外，網路社群的匿名性和便捷性，也讓網路霸凌更容易發生，進而影響青少年的人際關係。



三、學校及家長如何引導學生 正確使用網路社群

學校和家庭應該共同努力，積極引導學生正確使用網路社群，使其成為促進學習和增進同儕支持的有效工具，而非帶來負面影響。

（一）學校可以採取以下措施

1. **開設網路素養課程：**學校可以開設網路素養課程，教導學生如何辨別網路資訊的真偽、保護個人隱私及應對網路霸凌等問題，課程內容包括：資訊辨別能力、隱私保護意識、網路霸凌防治及網路禮儀和倫理等。
2. **舉辦講座和活動：**學校可以邀請網路安全專家、心理學家等專業人士舉辦講座和活動，向學生普及網路安全知識、心理

健康知識等，提升學生的網路素養和自我保護意識。

3. **建立校園網路規範：**學校可以制定明確的校園網路規範，引導學生正確使用網路社群，避免沉迷網路、影響學習。規範可以包括網路使用時間、網路行為規範、網路霸凌處理機制等。
4. **善用網路社群平臺：**學校可以善用網路社群平臺，建立線上學習社群、線上討論區等，鼓勵學生利用網路社群平臺進行學習交流、分享學習資源、互相幫助，以促進學生的學習和成長。

（二）家庭可以採取以下措施

1. **保持良好的溝通：**家長可以主動與孩子談論網路社群的使用，瞭解他們在社群中的活動、感受，關注的內容、交往的對象、遇到的問題等，並在需要時提供幫助和支持，並與孩子分享自己的經驗和看法。



2. 陪伴孩子使用網路：家長可以和孩子一起觀看網路影片、玩網路遊戲，並在過程中與孩子討論網路內容的優劣，引導孩子形成正確的價值觀。

3. 建立家庭網路使用規範：家長可以與孩子一起制定家庭網路使用規範，例如：網路使用時間、網路使用內容、網路行為規範等。家長應該與孩子進行充分的溝通和協商，讓孩子理解規範的目的和意義，並自覺遵守規範。

4. 父母以身作則：家長應該避免在孩子面前沉迷手機、避免在孩子面前發表不當的網路言論等，家長的言行舉止會對孩子產生潛移默化的影響。因此，家長應該以身作則，引導孩子形成良好的網路使用習慣。

應積極開設網路素養課程，教導學生辨別資訊真偽、保護個人隱私以及應對網路霸凌。此外，制定校園網路使用規範，也能為孩子營造更安全的網路環境。家長則應與孩子保持良好溝通，陪伴孩子使用網路，建立家庭網路使用規範，並以身作則，樹立正確的網路使用榜樣。唯有親師攜手合作，讓網路社群成為孩子學習和發展的助力，而非阻力，才能讓他們在網路時代下健康成長。✕

參考文獻

Vygotsky, L. S. (1986). *Thought and language* (A. Kozulin, Trans.). MIT Press. (Original work published 1934)

四、結語

在社群媒體時代，引導孩子正確使用網路社群並保持批判性思維，是學校與家庭共同努力的責任。學校

