



# 「App世代」家長管教攻略



隨著科技進步及智能產品普及化，智能電話及不同類型的電腦如桌上型、手提型及平板型等在青少年的日常生活中都佔一席位。然而使用的時間、頻率、用途等因人而異，適當使用能為日常生活及學習帶來便捷和果效，如不當使用亦會帶來不同程度的影響，作為家長可以如何有效地管教輔助「App世代」？



## 幼稚園及初小篇

- 子女需要：** 滿足好奇心、求知慾
- 家長角色：** 保護子女、提供安全上網環境
- 親子貼士：**
- 不鼓勵子女擁有自己的智能手機或智能產品
  - 應為智能產品設置密碼並避免向子女透露
  - 安裝家長監護軟件，並讓子女明白安裝的原因
  - 了解子女使用的軟件、Apps及瀏覽過的網頁，需要時作出即時的指導
  - 訂定清晰的上網時間表，並確切執行
  - 逐漸讓子女學懂自律
  - 多與子女互動，鼓勵子女作多元發展

## 高小、初中篇

- 子女需要：** 獲得朋輩認同、他人接納及肯定
- 家長角色：** 明白子女上網背後的成長需要，引導子女建立健康上網的習慣
- 親子貼士：**
- 把電腦置於家中客廳當眼處或父母的活動空間
  - 建議子女避免於房間使用智能產品
  - 了解子女的網上活動，讓子女知悉父母明白他們的需要及感受
  - 協助子女反思其需要，灌輸正確價值觀及建立批判思考
  - 與子女協商及立約使用時間，並於討論期間讓子女充分表達他們的需要及意見，共同訂定具體細節及檢討日期，擬訂違反的合理後果並確切執行
  - 如父母於管教時感到憤怒，應先冷靜自己，需要時尋求專業人士協助

## 高中篇

- 子女需要：** 獲得尊重、有自由和空間
- 家長角色：** 持開放態度，建立有效的溝通和互信
- 親子貼士：**
- 了解子女使用智能產品的用途
  - 主動了解青少年網絡文化
  - 尊重子女的意願，不強行介入子女的網上活動
  - 鼓勵及認同子女有自律自理能力，需要時作出簡單溫和提點
  - 多了解網上危機(如網上交友陷阱、網上欺凌等)，以時事入手與子女探討，並了解子女的想法，需要時給予適當建議
  - 提醒子女小心處理個人私隱(如設置合適私隱設定，保護個人資料等)
  - 溝通時應持平等態度，不宜過分批判，應給予子女自決及學習負責任的機會
  - 多與子女分享日常生活的喜樂和擔憂，在家中建立互信及分享文化