



敲門磚 3.2

耶！我抽獎贏得一支手機！

7 歲的可拉參加抽獎，獲得頭獎——一支全新的智慧型手機。可拉興奮極了，兄弟姊妹既羨慕又嫉妒，也都想試用這台新裝置。父母卻一點也高興不起來：讓 7 歲的孩子日夜都能上網嗎？

媽媽一把拿走手機，說：「我得先和爸爸商量。」可拉氣得大叫：「這不公平！那是我的，還給我！」她一邊哭鬧，一邊用力甩上房門。

先別翻頁——停下來想想故事可能如何發展

這個情境真是讓人捏把冷汗，許多人也很熟悉，對吧？你認為接下來可能會怎麼發展？在閱讀三種可能的後續情境之前，請先停下來想一想。



邀請你花幾分鐘思考：

- 最糟的情況可能是什麼？
- 你能想到最理想、最棒的解決方法嗎？
- 介於兩者之間，較實際可行的做法是什麼？

之後可以和夥伴討論彼此的想法。若時間充裕，也可以從孩子與照顧者雙方的角度，分析各種情境的優缺點。

可能的解決方式

方案 A

可拉的抗議讓媽媽很煩，最後只好放棄，立刻把手機還給她。二年級全班同學都很羨慕，也想要一支智慧型手機。接下來幾個星期，可拉花了許多時間使用手機，父母因此意外多出了很多空閒時間。

方案 B

父母關閉新手機的網路功能，並與可拉簽訂手機使用規則。每天晚上 7 點到隔天放學前，手機都由父母保管；每天最多使用一小時。若可拉沒有遵守規定，手機就會被收走整整一星期。

方案 C

爸爸協助可拉把全新的智慧型手機放到網路上賣掉。可拉和朋友用賣手機的錢，到水上冒險樂園玩了一整天，之後還剩下一些錢。可拉說：「接下來三個月，每個星期日去冰淇淋店時，我都能買一整杯聖代，而不只是一球冰淇淋！」

A、B 還是 C？你在幼兒早期所做的決定，會為自己與孩子未來多年的媒體使用習慣奠定方向。請記得，成人也是孩子的榜樣。

請注意，這裡沒有絕對「良好」或「明確」的答案。即使你較偏好其中某一種方案，這些例子的目的仍是邀請你思考：哪一種做法較適合你的家庭？又可以如何依照自身條件調整方案？

延伸閱讀資源

提供給家長

- 想延後孩子擁有數位裝置時間的家長，可以在線下或網路上尋找理念相近的家庭。美國 Wait Until 8th 網站是先驅；受到 Jonathan Haidt 《失控的焦慮世代》一書影響，英國、德國、荷蘭、義大利、法國、西班牙、瑞典、丹麥與希臘等國也開始推動類似行動。
- 歐洲家長協會（EPA）的《家長媒體素養指南》提供實用資訊，本篇特別可參閱第 72 頁；另有其他語言版本。
- 《在數位媒體世界中健康成長》讀本（特別是第 5 章）；另有超過 15 種語言的翻譯版本。

提供給教師／推廣工作者的補充資訊

- 幼兒園和學校可以支持家長共同擬定、確認並定期更新私人裝置持有與使用協議。建議教師或推廣工作者擔任討論的主持人，而不是強迫家長簽署他們並不認同的協議。
- 即使還沒有學生擁有行動裝置，學校也應預先思考智慧型手機規範，保護校園時間不受數位干擾，營造有助於真實人際連結、專注力、同理心，乃至學習的環境。

