



敲門磚 4.2

我們班其他人都有智慧型手機！

9 歲的小凱再次向父母抱怨，自己無法參與班上的事情。朋友們會在 WhatsApp 群組約下午見面、交流正在玩的線上遊戲，甚至互相幫忙寫功課，讓他總覺得被排除在外。他對父母說：「每個人——真的每一個人——現在都有智慧型手機了！我也終於想要一支！」

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

父母原本不贊成，但詢問班上其他家長後，發現小凱說的是真的：全班只有他還沒有智慧型手機。為了不再讓孩子感到被排擠，他們買了一支給他，心裡卻對這個決定並不踏實。

方案 B

父母不太贊成這個年紀使用智慧型手機，但也理解，對兒子來說，這是融入團體的重要方式。不過，他們堅持先和小凱約定：什麼時候可以用、每次可以用多久，以及最重要的——可以怎麼使用。父母也說明，會安裝管理工具，避免他不小心接觸不適合的內容，並定期和他聊聊在手機上看見什麼、做了什麼。

方案 C

父母認為，這個年紀絕對不能讓兒子擁有智慧型手機。儘管小凱不斷抱怨、鬧脾氣，他們仍堅持夫妻原先的約定：所有孩子上中學前都不能有智慧型手機。他們向小凱解釋，等上中學就會給他智慧型手機；這段期間先給他一支功能較好的普通手機，並在家用電腦上安裝 WhatsApp 桌面版，讓他有需要時仍能參與班級群組。

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

- 希望延後孩子擁有數位裝置的家長，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，本篇可參閱第 21、22、71、79 與 134 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主持人，而不是要求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、同理心及學習的環境。相關資源可參閱 HERMMES《社群與文化指南》及原稿所附連結。

