

## 滑世代—從社群網站與 pokemon go 看如何與青少年互動

「世界上最遙遠的距離，不是生與死，而是我在你身邊傳道授業解惑，你卻低頭滑手機。」這幽默的一句話，相信是教育現場最真實的寫照！

「滑」世代的到來不僅衝擊了人類習慣的工作及生活模式，更是在教育中影響了教與學的行為，而在第一線的教育人員面臨首當其衝的挑戰。



在臺灣，現已有近九成的青少年擁有智慧型手機，其中甚至二至三成的學生擁有多於一項行動裝置，部分學生每天滑手機的時間更是超過五小時，這群「智慧殭屍」（用來稱呼連走路都要低頭滑手機的人）們都有著「機」不離手的特徵，一旦手機離手，焦慮症狀即刻浮現。在學校，老師們可以沒收殭屍們賴以維生的手機，但放學後，手機回到學生的手上，尤其，在現階段手機遊戲 pokemon go 潮流的興起，學生們放學後除了原有的網路生活而耽誤了課後的學習外，部分學生也跟上遊戲熱潮，作為訓練家開始在金山的大街小巷抓寶。

部分的專家在開學前曾對寶可夢現象表達擔心，可能學生開學後會仍舊沉迷於抓寶而不顧學業、耽誤學習。又或者是養成手機不離身的壞習慣，造成身心的雙重傷害。

其實，我們最希望的是教導學生在青春期的這個階段，自己成為一個擁有高度自制力的人。

自制力不只是體現在上課時的常規、回家後的自主學習，對於玩遊戲更是如此。Pokemon go 這款遊戲開始流行後，當然也有具備足夠自制力的玩家，但玩家若自制力不夠，就有可能影響自己的學習，甚至是交通安全、住戶安寧以及環境髒亂等等。

然而，要怎麼培養學生的自制力，需要家長與老師們陪著孩子一同努力。當我們作為教育者能夠同理學生想要玩的心，孩子更能理解老師所說，去學著分辨是非與事務的輕重緩急，讓孩子從他控的環境養成自控的能力。

### ●管控 3C 產品使用時間

老師們也許會遇到一種狀況是，當提醒學生注意使用 3C 產品的時間時，部分的學生可能會說「我的爸媽也都這樣」、「他們用得比我還久」等等話語。

適時的提醒學生，「為自己負責」不是和別人比較、和爸媽比較，而是和自己比較。當每一天都比前一天還要來得進步，自控力就會隨之提升。也可以和家長溝通，一同建立孩子「先責任，後玩樂」的觀念。

### ●慎選戶外抓寶的時間與地點

寶可夢的熱潮，雖然讓學生們走出戶外，但也增加了 3C 產品對視力傷害的風險。近年來學生近視狀況越來越嚴重，雖然放學後孩子使用手機的狀況需要家長與孩子自己共同控管。也可以提醒學生：

1. 只要在一定距離內的神奇寶貝都可以被抓到的，因此過馬路時的短暫時間，請專心留意路況，千萬不可以滑手機。不要邊走邊玩。
2. 教育學生放學後若要抓寶，注意時間與結伴同行；很多學生彼此一約放學後抓寶，就忘了功課、忘了時間，提醒學生務必分清楚事情的輕重緩急。才不會造成惡性循環，丟了課業與時間。

寶可夢熱潮持續，藉由提醒學生在玩寶可夢的同時，注意以上原則，才能玩得開心又健康！

專注力與自制力的學習，是每個人一輩子的功課，帶著耐心與陪伴孩子的心，透過和家長合作與經常的肯定及提醒，讓孩子不被手機與網路操控，最終能夠成為自己的主人。

資料參考：文章摘自教育中的「滑」世代 作者：Open lungteng

<http://www.openlungteng.com.tw/2016/05/10/edu-2/>

