

網路交友停看聽

一天之中，你都如何與別人溝通呢？面對面？講電話？透過通訊軟體？隨著網路及資訊科技的進步，人與人之間有了與以往不一樣的人際關係以及互動方式。網路已是現今溝通重要的工具，藉由網路，可延續及強化了現實生活中的人際關係，也可以將線上的互動關係延伸到現實生活中。

以往我們談到人際關係的發展階段，大致可分成：接觸期、涉入期、親密期與惡化期這四大階段。在人際關係的開始，也就是接觸期，人們常憑著第一印象來決定是否想繼續與對方來往，透過網路與科技產品，我們除了可以「美化」自己，也可以有更多元的人際關係發展；透過網路，讓人際關係變得更多元、快速增加情感，沒有時間、空間的距離與限制，在接觸期後，經常會很快就想約對方見面，甚至直接進入親密期，與現實生活中的人際交往相比，網路人際關係的互動快了許多，當我們享受它帶來的便利性與休閒娛樂性之外，也必須了解其中可能帶來哪些風險，並建立正確的網路認知與觀念，才能愉快、安全、合宜地面對多元的網路人際關係。

針對孩子利用網路進行人際互動現象，甚至因而帶來的風險，在此提供教師因應、家長輔導的一些策略：

一、認識社群平台與相關設定

就如同我們新進一個學校一樣，我們會想去瞭解這個新環境的一切，例如設施、規範，尤其現今隨著網路普及與科技的進步，各式媒體的興起，做為人際關係發展與互動的管道越來越多，當我們的學生或孩子使用這類型的媒介做為人際溝通的管道時，我們也需要瞭解這些平台設定，方能進一步提供相關協助與教育。

二、思辨網路與現實交友差異

透過網路發展人際關係時，常會在網路互動的過程中，在一開始的接觸期時，對對方有著美好的想像，再加上匿名性、無時空條件地互動聊天，所以在網路上交友時，常會覺得自己好像跟對方很熟了、認識很久了。建議可以提醒學生，思考網路與現實交友的差異，並試著拉長人際發展階段的接觸期與涉入期，不需要這麼快進入親密期，可以試著放慢速度，多認識對方，不要這麼快就與網友約出來見面。

三、謹慎思考任何可能的風險

我們常提醒學生與自己，面對網路訊息時，隨時保持思辨能力，並多方搜尋資訊，面對網路人際亦是。透過網路科技，你可以美化包裝自己，他人也可以，面對如此快速、多元的網路人際互動時，我們除了保持開放的心態接受新的溝通模式時，也應該具備

正確的網路認知，維持自身的隱私安全，如果學生或孩子需要與網友會面時，建議可提醒孩子謹慎思考任何可能的風險，並注意以下事項：

1. 剛開始網路交友時，應避免透漏過多個人、私密資訊。
2. 隨時與師長、父母或好友聊聊，聽聽他人想法。
3. 選擇適當社群網站或交友網站，尤其是有專人管理或檢舉機制者，讓自身安全較有保障。
4. 如果網路人際發展需要延伸到現實，請一定要告知你的家人或朋友，讓家人朋友能知道你的行蹤。
5. 與網友碰面最好約在公開、人多的場合，例如：路跑、展覽、成果發表會等公開的活動場地，會比單獨赴約或私密空間來得安全。
6. 面對現實或網路人際時，當你覺得朋友或網友不禮貌或讓你感到不舒服的言行舉止時，應勇敢拒絕並找機會離開，甚至可以與家人或師長求助。

不論是透過何種管道交朋友，建立人際關係的大致都是：尊重、瞭解（瞭解自己與認識對方）。發展人際關係也是需要時間的，網路交友也許可以很速成，但還是得提醒孩子，時時放慢腳步，真的尊重你的朋友，好好保護並善待這份友誼。未來也許還會有更多網路互動模式與管道，身為教育者或家長的我們，除了隨時充實自我外，更重要的是，隨時引導孩子思考，建立正確的網路使用態度，培養孩子強健的身心，以面對這個美麗且多元的網路時代。