



Welcome

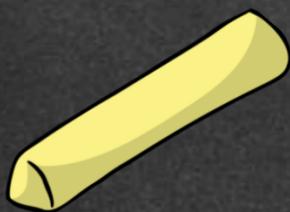
牧民常會

【如何防止網絡欺凌
及網絡成癮】



鮑思高 **青年** 服務網絡
BOSCO YOUTH SERVICE NETWORK

ABOUT ME



- ♥ 瑪利亞中心 - 心理諮詢師
- ♥ 幼稚園、小學駐校學生輔導員
- ♥ 中學駐校學生輔導員
- ♥ 巡迴資深心理學生輔導員



KERWIN LAM, 林衍南

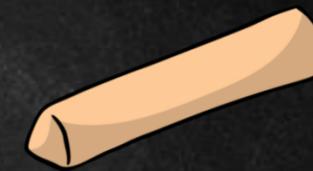
巡迴資深心理學生輔導員 (組長)
亞洲輔導專業心理協會認證臨床督導
亞洲輔導專業心理協會輔導員
曾任鮑青網危機小組負責人
危機壓力事故管理(CISM)高階課程認證
[屋樹人]心理投射測試認證施測員
生命守門員導師
低結構歷奇導師
和諧粉彩正指導師

搬磚



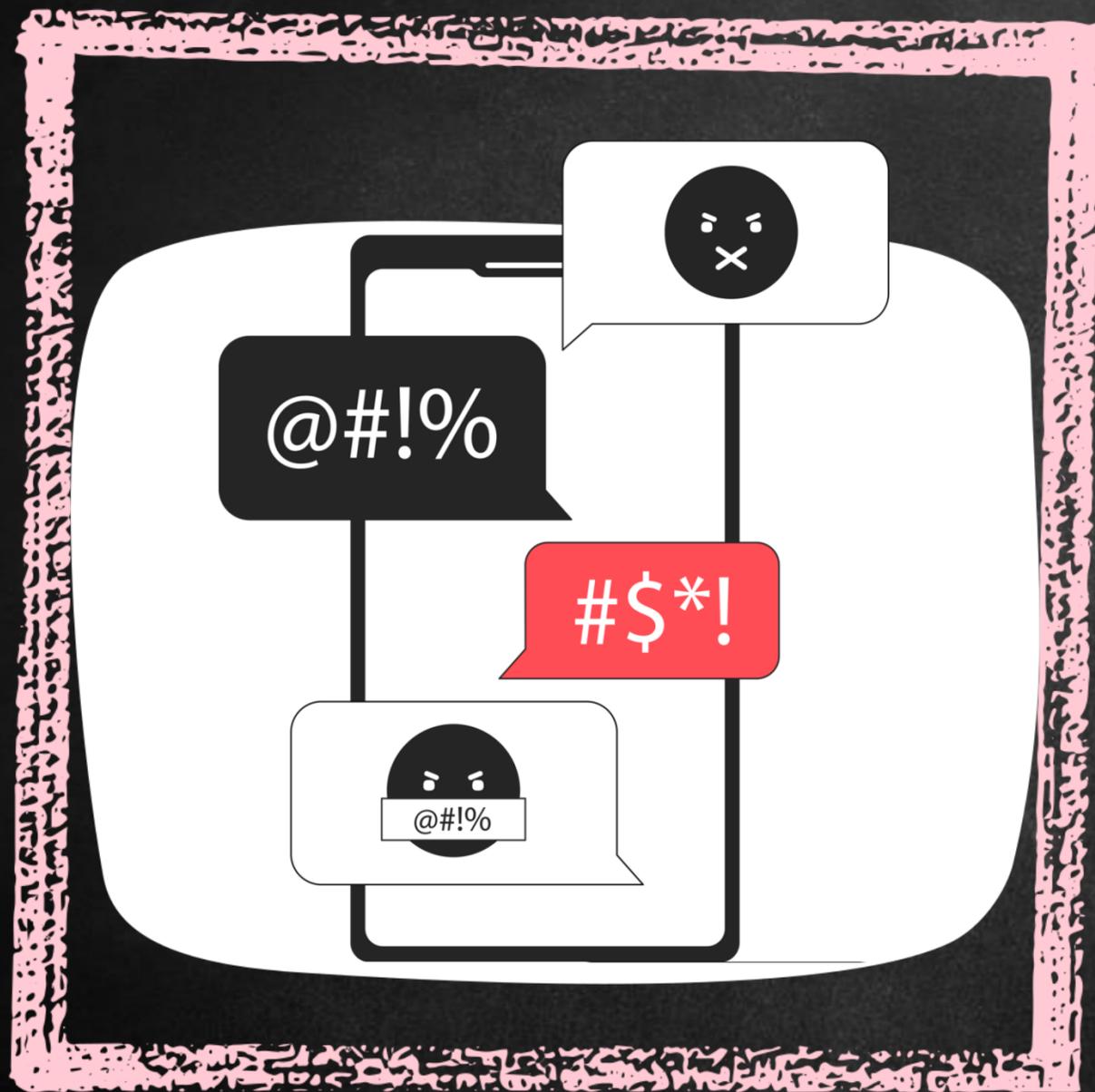
使我快樂

巡心



工作職務

- » 高危/精神疾患個案支援
- » 協助推動校本輔導工作



【如何防止網絡欺凌 及網絡成癮】

電子世代既影響

💡 突破地域限制 (社交連結、遠程教學/輔導)

💡 多元資訊、一鍵PPT、影片總結

💡 大數據收集，政策應用，識別風險群體

💡 群體支持，尤其是少眾

💡 數位原住民，AI朋友→專屬輔導

💡 暫離壓力→[屬於]自己的地方、身份



電子世代既影響

💡 沉迷成癮，影響日常生活 (專注力、工作效能)

💡 海量的資訊吸收，囫圇吞棗

💡 過度依賴AI答案，批判性思想↓

💡 演算法，情緒、想法兩極化

💡 網絡隱閉性，延伸至言論(欺凌)、網絡安全問題

💡 網絡社交，弱化現實關係，加劇現實孤獨感



個案分享



- 社交方面：沉迷寡言，內向被動，【苦瓜乾】。
- 學業方面：升中後沉迷手機，學業不理想。
- 家庭方面：母親是主要照顧者，稱在家沒異常，開朗、單純，爸爸較忙，未來可主要聯絡母親。



輔導員介入：邀請參與社工室活動，漸漸與輔導員、同學熟絡，一同遊玩，亦聽從輔導員的建議改善時間管理，學業及同儕關係有改善。

家庭狀況

- F2 的學生
- 父親的投訴 → 退縮、自我封閉，成為邊緣人
- 母親的求助 → 得知家庭實況 → 災難



輔導員介入：關顧學生，了解家庭實況，嘗試促進家庭、親子關係，母親及學生願意嘗試，唯父親十分強勢，不願讓步，關係陷入僵局。

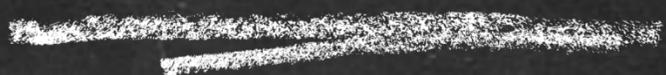
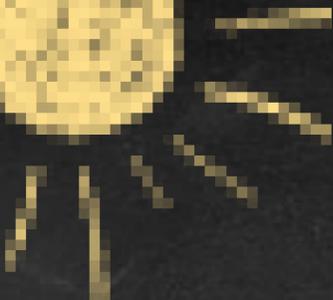
情況惡化

- 家庭方面：細佬的出世，父親的言語攻擊，學生情緒進一步受影響，曾有打細佬的念頭，及**輕生念頭**
- 學校方面：F3新班適應欠佳，同學嘲笑學生，學生逃避不懂回應，成為欺凌的熱門對象，並延伸至網絡；成績方面，處於留班邊緣。



校方介入：訓、輔介入（訓導懲處、家校合作、班級宣導、個別輔導、復和會議、後續跟進→正向校園）





迎來曙光



- 家庭支援 ↑ ，情緒漸穩
- 開始探索自我，規劃生涯 → 心理學

幸福感
介入

能力感

個人輔導 - 自我認識及肯定
義工組職務 & 桌遊



歸屬感

社工室/輔導員
義工組
媽媽



希望感

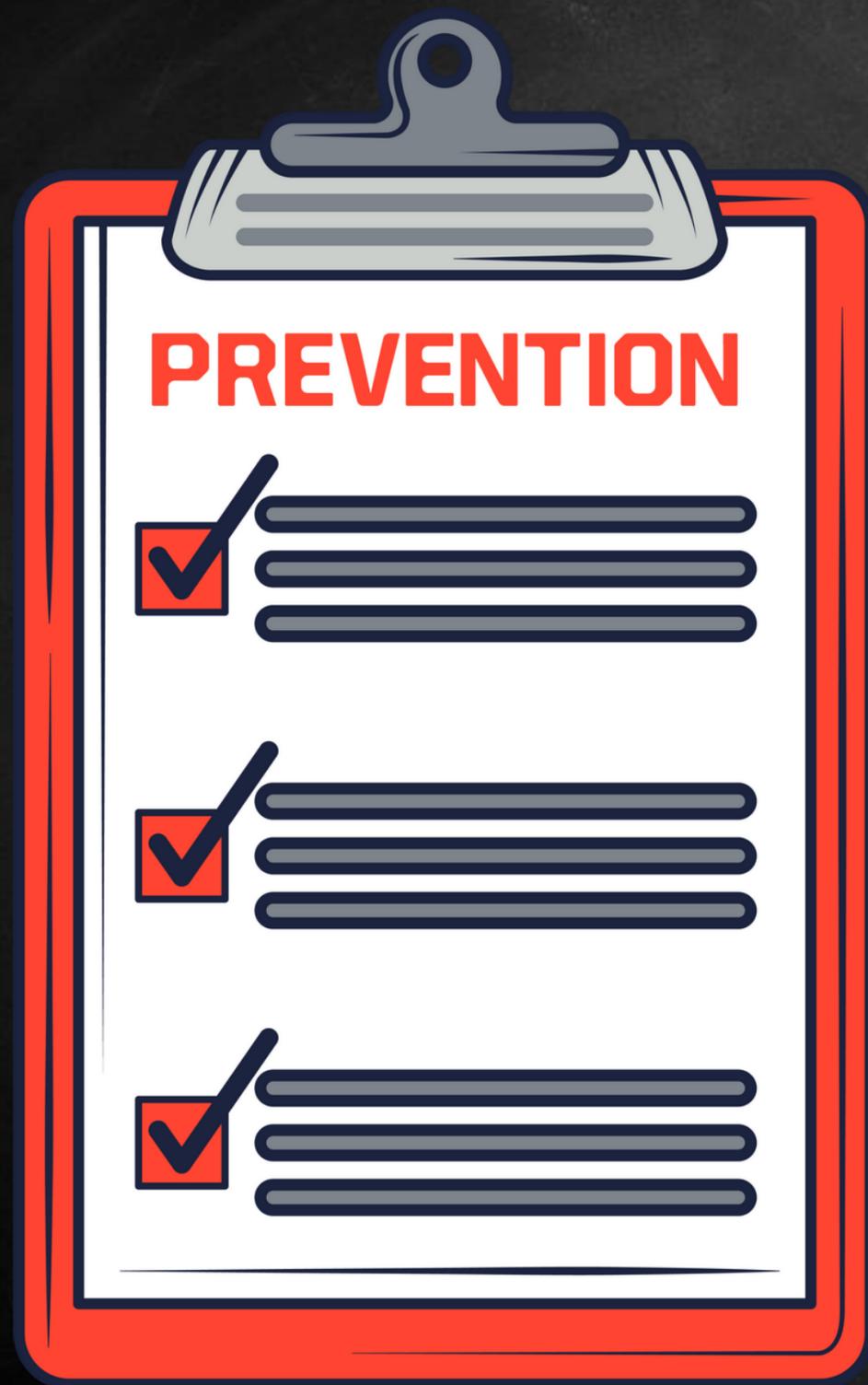
升學、生涯規劃
大學宿舍、獎學金

家庭支援的重要性

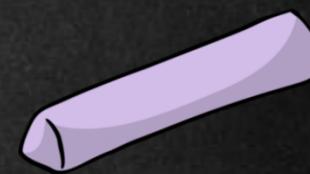
- 家庭暴力及衝突 / 家庭凝聚力低 / 對行為的低監管，令子女更容易涉及欺凌事件（欺凌、被欺凌）
- 家庭衝突、冷漠或過度批評會削弱孩子的自我價值感，使其容易形成「自我否定」的思維模式。在社交中，他們可能表現得退縮、順從或過度討好，成為欺凌者眼中的「軟目標」。
- 家庭關係與輟學的風險呈負向關聯

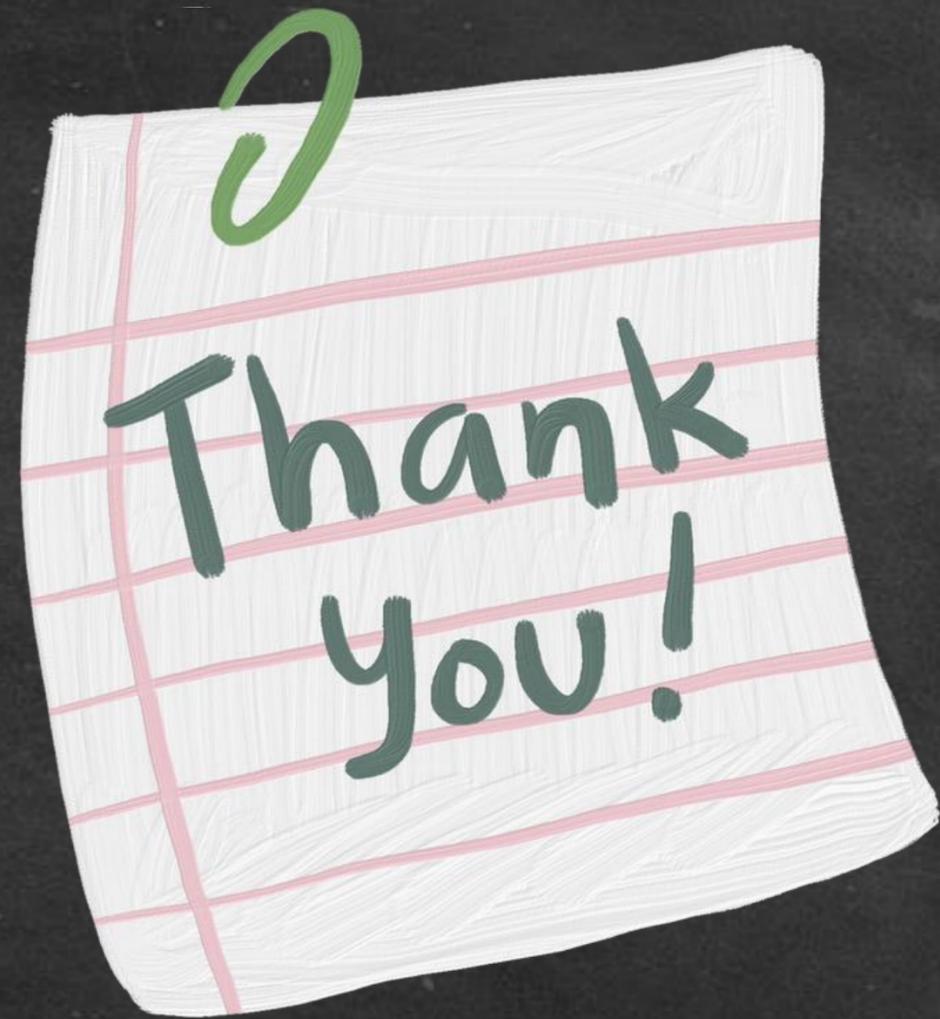
- 避風港





預防之策，
在於根本。





Thank
you!