



e世代健康支援網絡

一站式熱線及到校支援及輔導服務

2025年2月 家長通訊

如何看待子女「網上交友」

網上交友的方式各式各樣，從80年代普及時流行的社交平台如ICQ、MSN，到90年代廣泛使用的Facebook、Instagram，近年又發展出各種交友軟件及應用程式。現時，青少年通過這些平台交友的現象日益普及，作為家長的你，會因為擔心他們可能墜入網絡陷阱而禁止他們在網上交友，還是選擇協助子女及早識別這些風險，提高警惕意識？

現在，讓我們先來了解青少年網絡社交的狀況及需求。
近年流行使用的即時通訊應用程式及社交媒體平台包括：



WhatsApp



Instagram



微信 (WeChat)



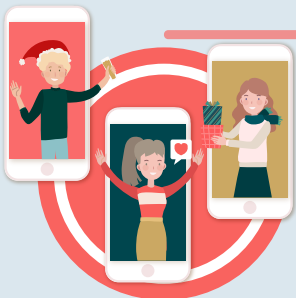
抖音



小紅書



為什麼青少年要網上交友？



渴望被關心及認同

根據一個針對中學生交友應用程式的調查指出，超過七成的學生曾使用智能手機下載交友應用程式，當中超過四成半的中學生表示會於交友程式中主動結識朋友，他們與網友一般會傾談關於日常生活、學業、偶像娛樂、壓力、愛情，甚至個人的秘密。他們會網上交友是因為與網友傾談後會有包括「被了解、關心」、「舒服咗」、「感覺認同」及「減輕咗壓力」的感覺。

(關注傳媒對青少年影響聯席, 2018)

發展社交需求

在青春期的階段，青少年需要透過同儕關係學習與群體互動，從中建立「自我價值」、「人際關係」，並從朋輩關係中獲取肯定、接納自我，這些對於他們將來的成長心理發展有很大幫助 (Erikson, 1963)。特別對於一些在現實生活中較內向，不擅於面對面傾談及表達的青少年，基於網絡的「匿名性」，他們更願意在網上與人聊天，認識志同道合的網友，甚至在網上建立屬於他們的朋輩群組。



網上交友的優勢

通過互聯網結交網友時，大家可以交換照片、影片、文字聊天，甚至進行即時視像互動，而且認識網友的速度非常快速，於社交平台上「一滑」，一天就可以接觸過十，甚至上百人。所以，網上交友是尋找志同道合朋友的快速途徑。

你或許不會反對網上交友是擴展子女社交圈和建立友誼的好方式，但另一方面，你也可能擔心潛在的風險，如網絡欺詐、不當接觸和隱私問題。有關「網上交友」的危機及應對方法，請密切留意我們下一期的家長通訊！

Reference

明光社關注傳媒對青少年影響聯席 (2018)，《交友應用程式對中學生影響調查報告》
Erikson, E. (1963). Childhood and society. Toronto, CA: George J. McLeod Limited.

如有需要可聯絡香港遊樂場協會「e世代健康支援網絡」支援服務。
熱線電話：5721 4040 / 6617 6613；WhatsApp / WeChat：5721 4040
服務時間：上午9:30至 晚上9:30 星期一至六（公眾假期除外）

5721 4040

6617 6613

了解更多



esafety.hkpa.hk