

2022 年 兒少報告

兒少媒體使用

兒童權利公約 第 17 條

締約國應認大眾傳播媒體之重要功能，故應確保兒童可自國內與國際各種不同來源獲得資訊及資料，尤其是為提升兒童之社會、精神與道德福祉及其身心健康之資訊與資料。為此締約國應：

(a) 鼓勵大眾傳播媒體依據第 29 條之精神，傳播在社會與文化方面有益於兒童之資訊及資料



丁迦恩

臺南市復興國中二年級

日期:2022 年 2 月 10 日

協助單位:社團法人臺南市家長關懷兒少教育協會

(不公開)

目錄

壹、 探討動機	4
貳、 兒童權利公約保護兒少使用 3C 的相關條文	4
參、 中華民國(臺灣)兒童權利公約首次國家報告國際審查結論性意見	4
肆、 探討對象和方法.....	4
伍、 探討的結果和分析.....	5
陸、 建議	9
柒、 附錄: 國一學生使用手機 問卷調查 (109 年 9 月).....	10

壹、探討動機

現代網路發達，人們越來越便利，然而，這些便利讓人們開始大量使用 3C 產品，於是形成了網路成癮。網路成癮會導致人們近視、不能上網時出現了身心症狀，造成人際的孤立、身體受損，不能克制上網的衝動……，所以我希望媒體對人民有正面的影響，也能為人民把關，不要讓不好的資訊誤導群眾。

貳、兒童權利公約保護兒少使用 3C 的相關條文

第 16 條

1.兒童之隱私、家庭、住家或通訊不得遭受恣意或非法干預，其榮譽與名譽亦不可受非法侵害。

第 17 條

締約國應認大眾傳播媒體之重要功能，故應確保兒童可自國內與國際各種不同來源獲得資訊及資料，尤其是為提升兒童之社會、精神與道德福祉及其身心健康之資訊與資料。

為此締約國應：

- (a) 鼓勵大眾傳播媒體依據第 29 條之精神，傳播在社會與文化方面有
益於兒童之資訊及資料；

第 34 條

締約國承諾保護兒童免於所有形式之性剝削及性虐待。為此目的，締約國應採取包括國內、雙邊與多邊措施，以防止下列情事發生：

- (c) 剝削利用兒童從事色情表演或作為色情之題材。

參、中華民國(臺灣)兒童權利公約首次國家報告國際審查結論性意見

24. 參考聯合國兒童權利委員會第 16 號一般性意見（2013）所提示商業部門對兒童權利之影響及國家義務，委員會建議政府制定和實施相關規定，確保商業部門遵守兒童權利，特別是在兒少就業和工作條件、媒體（包括社群媒體與網路）以及環境保護方面。

肆、探討對象和方法

我製作了一份「網路使用」的紙本問卷(附錄一)，共有 8 題，提供給台南市東區復興國中國一的學生填寫，目前我已經是國二的學生，在我之前從國小六年級畢業升國一的時候，

我把問卷設計好了，開學後，也就是國一的上學期，我去找國一的各班導師幫忙，請他們幫我在午休時間發給各班同學填寫，問卷總共回收了 63 份，男生 33 位，佔 52.4%，女生有 30 位，佔 47.6%，男女的人數幾乎是各佔一半的。

(表一)填寫問卷之男生女生比，總共 63 位國一生填寫



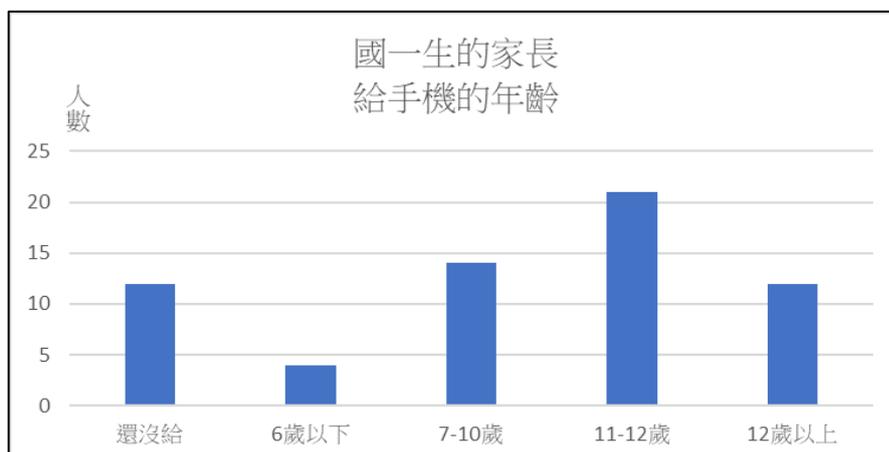
伍、探討的結果和分析

(一)、國一生的家長給手機的年齡:

在國小高年級，也就是孩子在 11-12 歲的時候，家長給孩子手機的人數是最多的，佔 33%；其次是 7-10 歲的時候，佔 22%；12 歲以上國一的時候，佔 19%；到國一的時候，家長都還沒有給手機的佔 19%。總結來看，國一生有 81% 都已經擁有手機了。

我認為是因為孩子上了國小之後，家長和孩子要聯絡接送的時間，包括放學和補習的接送，上國小高年級之後，因為課業越來越難，補習的人數會越來越多，為了方便接送，家長就會買手機給孩子使用。

(表二)國一生的家長給孩子手機的年齡



(二) 國一生的家長和孩子是否會約定好甚麼時候用手機和使用的時間有多久

在所有的問卷中，會和孩子約定甚麼時候使用手機的家長，幾乎也都會和孩子約定使用的時間有多久，佔 73%。如果不和孩子約定何時使用手機的家長，也不會約定孩子使用的時間有多久，佔 17%。只有五份問卷是家長只有約定其中一項，佔 10%。

(三) 國一生是否瞭解使用手機的注意事項及使用手機所造成的傷害

從(表三)的統計比例時，發現「不在網路留言罵別人」、「不洩漏隱私(姓名、住址、電話、親朋好友個人資料)」、「不傳送自己的私密照片給網友」都有高達 80%的學生了解。在「使用 30 分鐘，休息 10 分鐘」、「使用化名或虛擬的照片」、「給自己訂定使用時間」學生在瞭解的比例在 50-70%之間。

但是(表三)在「滑手機時不低頭」的這一項，女生佔 40%，男生佔 48%是較少瞭解的。在「睡覺前一小時，不使用數位裝置(手機、電腦……)」的這一項，女生佔 37%，男生佔 48%，瞭解是最低的。

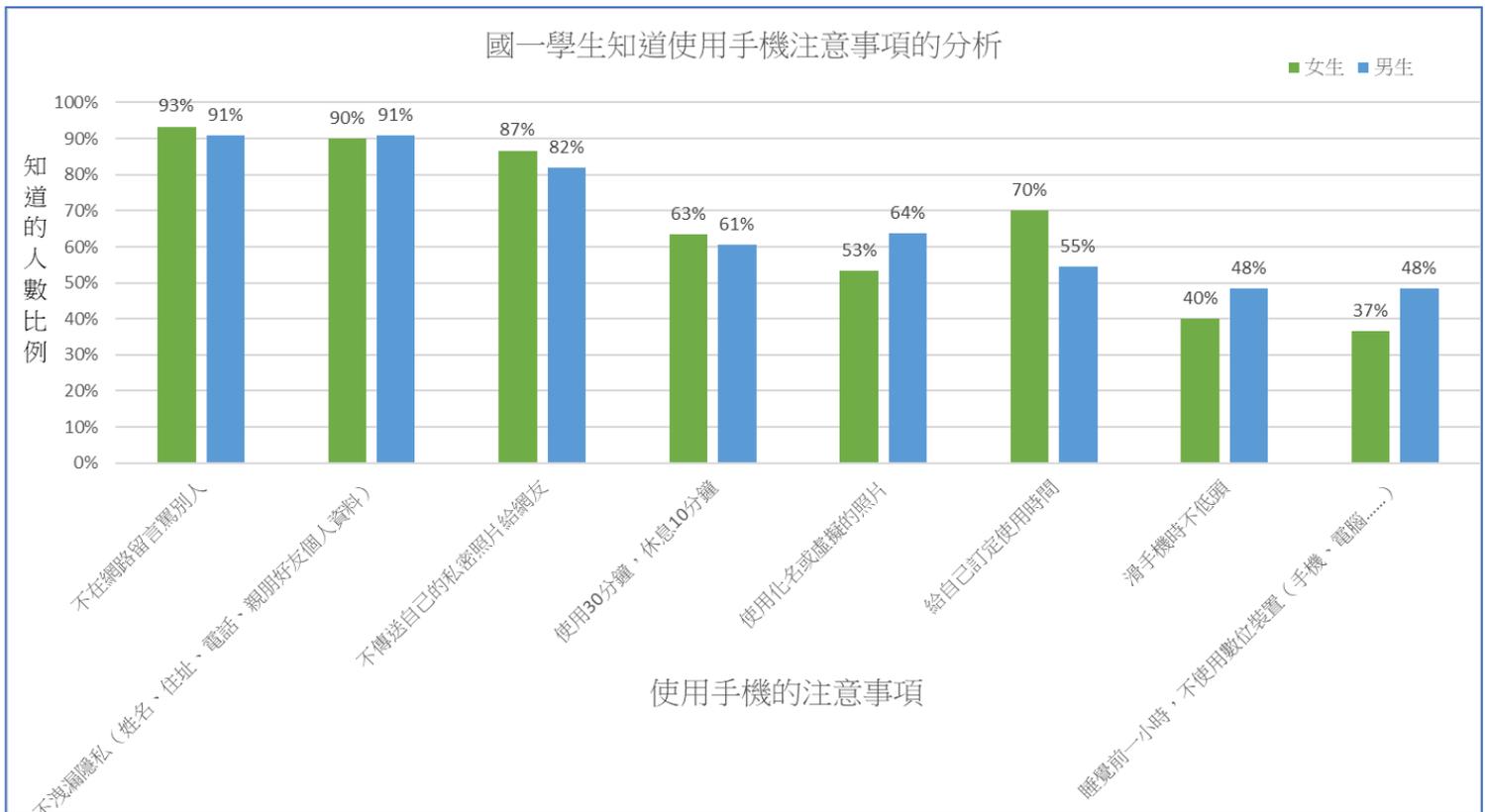
從(表四)的統計發現:有高達 98%的國一生知道使用手機會造成視力受損，有高達 95%知道使用手機會造成網路成癮，有高達 85%知道使用手機會造成接觸有害訊息，比如:暴力、色情。

但是(表四)在「過度倚賴影像刺激」的這一項，女生佔 53%，男生佔 48%是最少瞭解的。在「頸椎骨刺」的這一項，女生佔 56%，男生佔 57%，也是較少瞭解的。

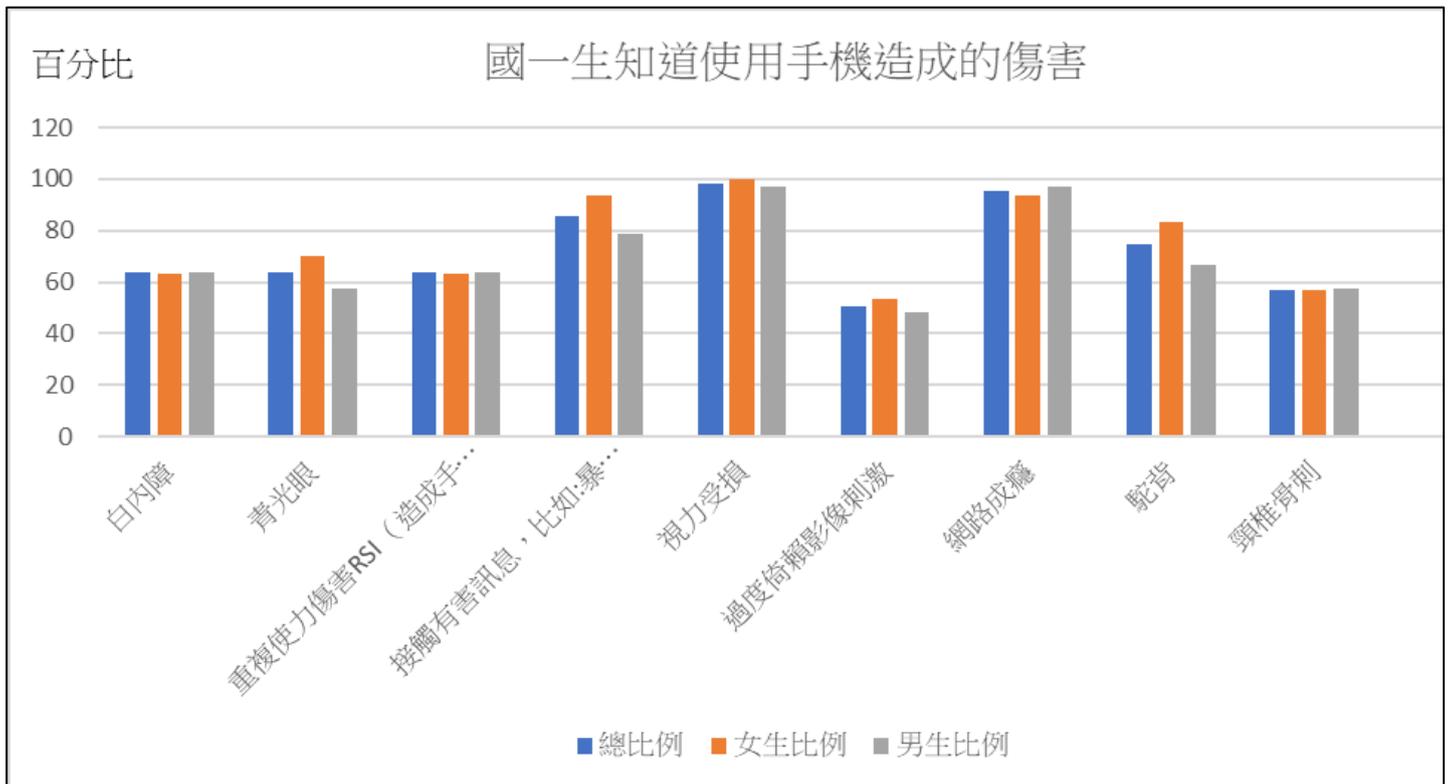
綜合(表三)和(表四)的分析結果，我認為在國小的時候，學校有放網路宣導的影片，會教導跟網友見面要小心、網路修圖詐騙、教導要保護自己的隱私、過度使用手機會使視力受損，這些網路安全的概念比較常談，所以國一生都蠻熟悉的。

但是，關於手機是如何造成眼睛、身體骨骼發育和大腦發育的傷害，比如：青光眼、白內障、頸椎骨刺、過度倚賴影像刺激等，以及「滑手機時不低頭」、「睡覺前一小時，不使用數位裝置（手機、電腦……）」等，和健康有關的影響，在國小的階段比較少談，因為做問卷是在剛升上國一的時候，所以學生會比較不瞭解。可見，學校的教導是會影響我們對手機使用的認知。

(表三) 國一學生知道哪些使用手機的注意事項



(表四) 國一生知道使用手機會造成哪些傷害



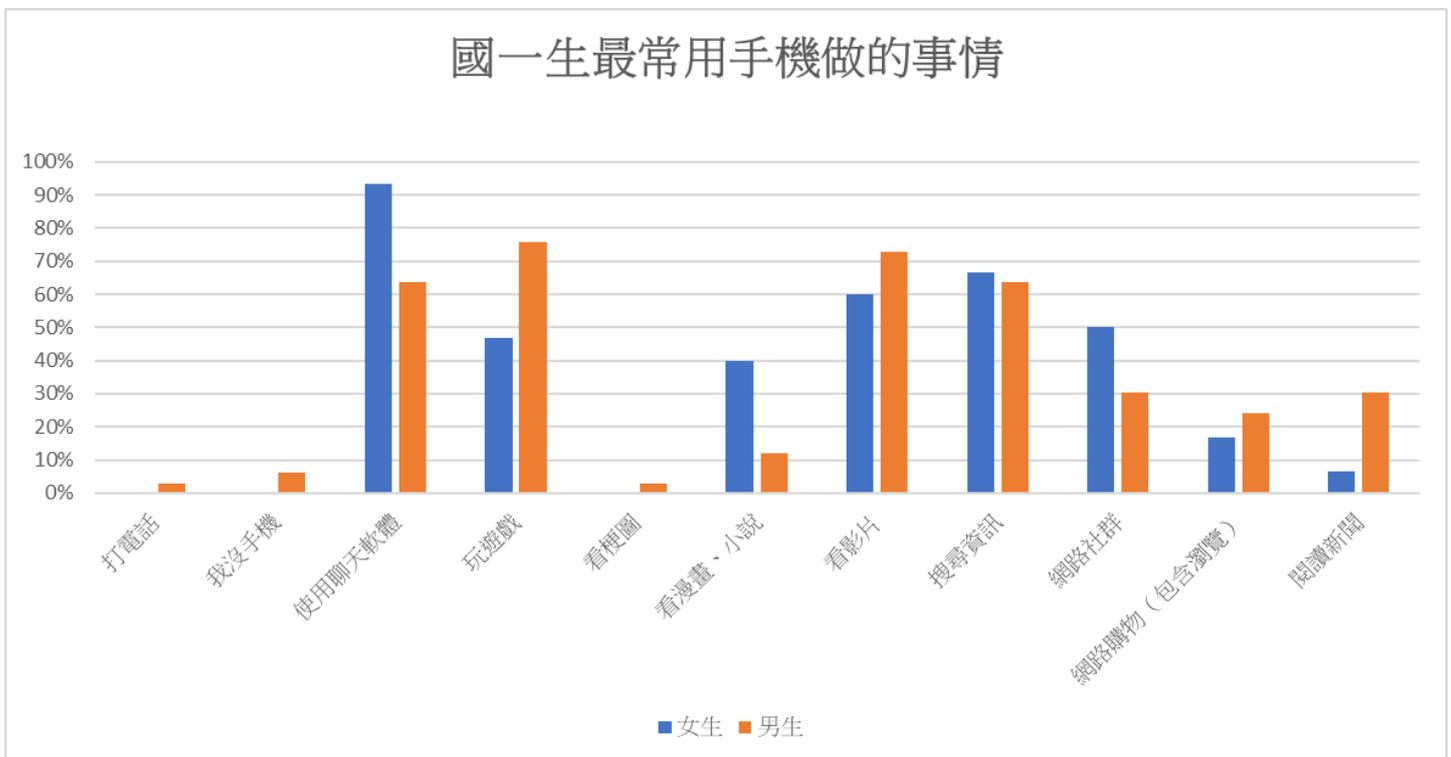
(四)、國一生最常使用手機做的事情

從(表五)的統計比例，發現女生最常做的事第一名是使用聊天軟體，佔 93%，第二名是搜尋資訊，佔 67%，第三名是看影片，佔 60%，而男生第一名是玩遊戲，佔 76%，第二名是看影片，佔 73%，第三名是搜尋資訊，佔 64%。

在(表五)用手機打電話是最低的，男生佔 3%，女生佔 0%，因此，手機的電話功能在青少年是很少使用的。

因為女生最常使用聊天軟體，所以應注意網路安全與自我保護。而男生最常使用手機來玩遊戲，所以應注意視力受損與網路成癮所帶來的副作用。

(表五)國一生最常使用手機做的事情



陸、建議

綜合本研究結果，我提出的建議如下：

(一)、應當加強社會教育，應持續教育家長和兒少約定手機使用的手機，使家長給手機的時間有所限制，並對使用的時機有所規範，減少兒少對手機 3C 的成癮。

(二)、目前的學校教育有教導兒少知道手機的危害，應在兒少的教育上，持續教導。但是關於手機是如何造成眼睛、身體骨骼發育和大腦發育的傷害，比如：青光眼、白內障、頸椎骨刺、過度倚賴影像刺激等，以及「滑手機時不低頭」、「睡覺前一小時，不使用數位裝置(手

機、電腦……)」等，較不清楚，應加強教育宣導。

(三)、男生女生使用手機常做的事情有所不同，女生最常做的事第一名是使用聊天軟體，因此應加強教導注意網路安全與自我保護。男生最常做的事第一名是玩遊戲，因此應加強教導視力受損與網路成癮所帶來的副作用。

(四)、不管男生或女生觀看影片為第二多的使用項目，因此對網路影片的管理與分級至為重要，以減少不當影片對兒少的危害。

(五)、搜尋資料亦為兒少使用手機常見的項目，建議政府發展兒少資料保護搜尋引擎或程式，使兒少搜尋資料時可以過濾不適當的資料(例如色情，暴力，自殺等等)，以減少不當資料對兒少的荼毒。

柒、附錄: 國一學生使用手機 問卷調查 (109 年 9 月)

同學你好：

我是國一學生丁迦恩，我現在正撰寫兒童權利公約的兒少報告，想要瞭解國一生使用手機的情況，需要你的幫忙，填寫這份問卷。謝謝你！

這是一份關於「網路使用」的問卷，共有八題，作答僅作為「兒童權利公約——兒少報告」統計分析使用，希望你可以根據自己的經驗，仔細勾選，非常感謝你的合作！

一、性別：(單選)

男生 女生

二、你是否有手機或平板？(單選)

手機 平板 手機、平板都有 手機、平板都沒有

三、你幾歲時父母給手機？(單選)

6 歲以下 7-10 歲 11-12 歲 12 歲 以上
 目前尚未有

四、你是否跟家長約定好甚麼時候用手機？(單選)

是 否

五、你是否會跟家長約定手機時間用多久？(單選)

是 否

六、你最常用手機做甚麼事情？(可複選)

使用聊天軟體 玩遊戲 看影片 網路社群 搜尋資訊

閱讀新聞 網路購物（包含瀏覽） 看漫畫、小說 其他_____

七、以下手機使用可能會造成的傷害，你知道哪一些？(可複選)

網路成癮、 視力受損 白內障、 接觸有害訊息，比如：暴力、色情、
 青光眼、 頸椎骨刺、 駝背、 重複使力傷害 RSI（造成手部、手臂、背部、
脖子的疼痛）、 過度倚賴影像刺激 其他_____

八、你使用手機時，會注意哪些使用規則？(可複選)

不洩漏隱私（姓名、住址、電話、親朋好友個人資料） 不在網路留言罵別人
 不傳送自己的私密照片給網友 使用化名或虛擬的照片
 睡覺前一小時，不使用數位裝置（手機、電腦……）
 使用 30 分鐘，休息 10 分鐘 滑手機時不低頭 給自己訂定使用時間
 其他_____

聯絡方式:

- 社團法人臺南市家長關懷兒少教育協會
- 聯絡人: 周淑珠 0905787781 / 063316287
- 電子信箱: parentcarechildren@gmail.com
- 郵政信箱: 臺南市虎尾寮郵局50號信箱