

漫遊雲端 擁抱幸福

新北市政府家庭教育中心主任 林玉婷

日新月異的行動載具與硬體設備發展，以及操作作業系統快速更新、軟體及學習APP不斷推陳出新，數位科技瞬間改變整個世界。在此波全球數位趨勢下，巨量資訊運用雲端即時分析與分享，加速且簡化人際互動模式，強迫灌注短暫視覺思考型態，誘發虛擬表徵化普世現象，對家庭生活產生型態上之變革。

人人談雲端，雲世代儼然驟臨！處在雲世代商業優質服務潮流中，家居生活亦能快速享受雲端資料櫃、書櫃、郵件、雲端書籤、RSS閱讀器、雲端節目表、Apps管理等功能，人人皆能因為雲端連結，隨時隨地掌握工作動態與生活便捷滿足。身歷跨足雲世代，以「雲端運用」為根本，善用「行動裝置」與「雲端資源」，在數位媒體訊息快速接收、科技產品之使用下，帶給人們生活與溝通傳達上的便利性。然而，滑世代的學習浪潮也為家庭帶來了親職教養、家人關係經營上的考驗與學習，在資訊隨手可得的科技環境中，找尋屬於每個家庭生活經營的平衡點，已成為現代家庭經營的重要課題。

本期家庭教育季刊由雲世代的觀念出發，探討伴隨科技發展，產生新的家庭資源觀念與生活型態，及分享如何讓家庭成員在雲端科技時代與時俱進的歷程中，學習抉擇並保有家庭核心價值的認知與行動。讓我們共同重視與省思，創造及擁有更多的家庭幸福感。

本 期 目 錄

1 漫遊雲端 擁抱幸福/新北市政府家庭教育中心主任 林玉婷

2 坐看雲起時~e世代家庭教育如何落實在雲端

/財團法人光寶文教基金會社區認輔督導 鄧淑鳳

3 雲端世代對家庭的影響/退休校長 王愛珠

5 雲世代的人類社會互動/新北市三峽國小校長 張伯瑋

7 雲世代我們能擁有的很多/新北市五華國小輔導主任 陳昌維

8 雲世代的家庭資源管理/新北市麗園國小教務主任 席榮維

10 相會在雲端/新北市三峽國小資訊組長 余徹鵬

11 與孩子一起漫遊在雲端

/新北市麗園國小幼兒園主任 呂文琴

12 用心，營造「雲世代」家庭關係會更好……

/新北市大坪國小輔導主任 謝靖縉

13 新北市政府家庭教育中心103年度1~6月
珍愛家庭免費活動一覽表



坐着雲起時～

e 世代家庭教育如何落實在雲端

財團法人光寶文教基金會社區認輔督導 鄧淑鳳

在這個「網際」決定「人際」的全球化科技環境下，現代父母從爭相導入電腦的消費風潮中，轉而面臨孩子耽溺虛擬世界的衝突不斷。科技無罪？雲端科技帶給人類的，是徜徉知識海的非凡自由與無限豐足，宇宙般的浩瀚無垠卻也考驗著人們的智慧與定力。

大局已定，電子科技深入人們的生活

「君子役物，小人役於物。」究竟是人使用網路，還是被網路所控制？《臉書世代的網路管教》一書指出，「上癮」已經不足以形容年輕人對於網路的依賴，「呼吸」或許更貼近現況。Email、FB、Line等各種網路平台的使用已到達「自然」且完全是反射性動作的境界。諷刺的是，許多家長在抱怨孩子沉溺於數位媒體的同時，卻又經常將孩子「外包」給電視機、iPhone、iPad等電子產品，從此親子間就在「別吵就好」與「成癮難戒」中糾結擺盪。

知己知彼，虛擬世界提供低門檻的成功經驗

心理學家研究發現，人人都有被看重與肯定的需求，甚至終其一生尋找所謂的歸屬感。一直以來，只有真正出類拔萃的人可以受到公開的讚揚，但在網路世界中，透過各種遊戲可以輕易找到志同道合的盟友，齊心協力的過關斬將，經由網路社群可以無遠弗屆的連結來自天涯海角與各個成長階段的人際網絡，在臉書時代，人人更可以得到無數個「讚」，尤其對於亟需同儕讚許認同的青少年而言，真是要不上癮也難。

陪同探索，親子攜手成為快樂的網路達人

人人都知道「身教重於言教」的道理，但是「知易行難」，真正能身體力行的家長又有幾人？不同時期的網路工具為人們帶來階段性的改變，形塑個體的思想與行動，並養成群體的生活習慣和意識型態。身為e世代的數位人已經是

難以改變的事實，現代父母更須陪伴孩子認識、體驗、學習與善用鋪天蓋地的網路環境，如此，方可盡享網路的好處，避免落入網路成癮的陷阱。

掌握先機，家庭教育落實在雲端

帶孩子走在前面！我們的孩子即將面對未來的不可知與不斷挑戰，因此如何打開孩子的視野，成為未來等待的人才，更是現代父母的重要課題。網路世界的存在的確有其不可抹滅的貢獻與價值。在家庭中，需要藉由父母的智慧帶領和親子間的溝通對話，成功轉化對於數位科技的使用方法與基本概念。從單純嬉戲玩樂的科技性玩具，轉型為寓教於樂的知識性工具；從造成親子齟齬的火藥引信，轉變為緊密親子關係的重要媒介。無論是由上而下的親職教育，或是由下而上的子職教育，資訊科技的運用已經成為共同的話題與共通的語言。

- 透過電腦學習，豐富代間對話，優化互動品質。
- 藉由社群經營，創造新型態親子交流平台。
- 通過雲端科技，善用資訊交流，培養獨立思考與識讀鑑別能力。

然而再先進的科技、再優秀的工具，都無法取代親子間單純的相互陪伴與溫暖對話，網路世界的尊重與界線更待親子攜手體會與學習，就像父母教導牙牙學語或蹣跚學步的孩子一般，不斷重複探索學做、嘗試體驗、修正調整的良性循環。雲世代，我們到底擁有多少？又失去多少？好壞優劣往往在一念之間，重要的是，對於家庭教育核心價值的認同、學習與實踐，與時俱進、避免僵化，才是引領孩子成功迎向未來的最佳保證和堅實

後盾。

參考資料

王素蓮譯 (2013)。臉書世代的網路管教：數位小孩的分齡教養指南（原著James P. Steyer. Talking Back to Facebook: The Common Sense Guide to Raising Kids in the Digital Age.）。天下雜誌出版。





雲端世代 對家庭的影響

退休校長 王愛珠

科技的進步改變了人們的生活型態，電腦、手機在雲端世界裡資訊取得容易，已經成為生活中不可或缺的工具；此世代，知識藍海如浪潮般席捲全球，人與人之間的距離「天涯若比鄰」、「天邊如身邊」、「天涯咫尺」，有線、無線網絡皆可通往天涯海角。這個世代是越來越平、越小，人與人、人與環境的連結越來越緊密，相互影響力也越來越大；透過手機、網路等系統，創新的科技正大量的進入我們的家庭生活之中。網路的高速發展，使得越來越多的人、物品、事件、環境問題，跨越了時空被建構一個互聯互通的系統，雲端服務正改變了人類生活。

雲端服務 與家庭生活

雲端服務到底是什麼？一般的定義包括基礎設施即服務、平台即服務和軟體即服務。我們日常生活接觸到的網路服務，包括Google、Youtube、Facebook、Line……等，在廣義的定義下，都可以

稱為雲端服務的一種，雲端服務本身通常包含：1. 分散式運算、2. 依存於網際網路、3. 全天候不中斷服務等共同的特性。雲端已經不只是工具，更是一種生活方式，它不僅可以提高工作效率和準確度，搭起密集的人際交流管道，更能在彈指之間，蒐集來自全球的智慧 and 資訊，讓網海成為你的第二顆大腦。

這樣的改變好壞參半，但是顯而易見的是，這股浪潮我們無法逃避，而我們要探討的是生活範圍擴大、瞬息萬變的資訊快速傳遞，網際網路所牽涉到對家庭資源的人、事、物、時間、地理環境的影響。

一、人際交往：網際網路擴大了交友圈，一指通往本地、外地，本國、外國朋友。人際交往的最短距離不再是用尺來量，而是社群媒體！社群媒體如蜘蛛網般串聯在一起，一聲吆喝，不認識的群體可以集結而至約定地點；儘管人們身體的距離仍受地理環境所侷限，精神上的距離卻早已不再受地理所限。單一、多重「網友」更是新興人際交往話題，網路交友突破了現實交友狀況，假象與真相隨人亂掰。在公共場合，你可以看到許多人打開手機忙著玩線上遊戲或與遠方的朋友聯繫，家庭生活更是與機械、與天邊的人互動的多，而與身邊的家人互動反而少，家人近距離的吆喝聲遠不如遠方網路上無聲來得清晰，現實生活的人際關係逐漸疏離，身邊的人竟比天邊遙遠。



二、家庭時間：網際網路無遠弗屆通往各地，查資訊雖然方便，但是網路遊戲更充滿了誘惑，沉迷在網路的人越來越多，吞噬了正常的家庭活動時間。宅男宅女大門不出，二門不邁，甚至日以繼夜將時間花在網路上，各式各樣的網際網路工具打亂了生活作息，時間消耗在現代雲端科技的誘惑下，網路沉癮者數量悄悄的在家庭成員中增加。

三、購物：拜科技所賜，打開電視、電腦，網路商店開到你家門，人人不出門，時時可購物。雲端宅經濟發達，肥了網路商家，瘦了消費者荷包，家庭消費容易，若未能控制消費欲望，就有可能帶來刷爆與卡債風險。

四、虛與實的生活環境：網路遊戲在雲端世界不斷廣告，設計出來的虛幻世界刺激好玩，讓許多人從現實生活的壓力逃到具有攻擊性的虛幻世界裡宣洩，在遊戲中可以大事殺戮，設計者設計了遊戲，也設計了人，闖關挑戰失敗了可以再來，虛虛實實迷惑了心智，甚至分不清真實世界情緒的自我約束。網路遊戲阻隔了家人間的感情互動，咫尺家人卻如天涯他人。

家庭教育應該如何因應？

雲端科技改變了家庭生活模式，而對此種改變，家長對家庭教育也要與時俱進，及早規劃如何教育孩子在變異世代中的調適與自制力：

一、增加家人的互動時間：每天在家關掉虛擬的雲端世界一小時，真實的和家人互動、閒話家常。

二、孩子的手機撥打限制：許多家長會買手機給孩子，因而要慎選智慧型手機，避免沉迷手機遊戲，手機只是讓孩子有必要時才打，不是聊天工具，更不是遊戲機。

三、訂定家庭規矩：家長要以身作則，不要被雲端世界所控制。

四、電腦使用不應放在孩子房間，可放在公共空間，如：客廳，或擺放在書房，才能避免孩子沉迷網路遊戲而家長不知。

每一世代各有不同引領當時代的風騷，但是從沒有一個世代像現代的雲端世界影響之廣大而深，家長在教育孩子上更要多費心思。





雲世代的人類社會互動

新北市三峽國小校長 張伯瑜

雲端科技的進步，促成了即時經濟的蓬勃發展，現今雲世代的人們，工作不再限於特定的地點、特定的時間才能完成，只要有科技裝置在手，可以在任何時間、地點，進行各種形式的溝通與交易。然而雲世代裡運用雲端科技帶來的影響可不只是造成經濟活動的改變而已，2013年美國攝影師史坦梅爾（John Stanmeyer）獲得「年度世界新聞圖片」獎的新聞攝影作品，是以一群非洲移民在非洲東部小國吉布地（Djibouti）晚間的海岸邊為主題，他們高舉手機，企盼有更清晰的訊號來和外國的親友聯絡，評審認為這張照片開啓了科技、全球化、移民、貧窮、絕望、疏離和人性等議題討論。

「雲世代」一詞起初給人飄渺、不真實的印象，但在雲端科技不斷的創新，以及帶給人們生活的多彩與便利性的同時，現今的人類生活，對於雲端科技的需求性甚至超越了許多人類的原始需求。誠如杜威（John Dewey，1859-1952）在「民主主義與教育」（Democracy and Education）一書中對於人類社會形成的看法：「一個人不會因離開別人很遠，便不受人類的社會性影響，也不會因為形體上的接近而形成社會。一本書或一封信可以使相距

千里的人比同住一起的人有更親密的關係。」現今雲世代的人們，並不因沒有親身接觸，或沒有聲音、影像的傳達，而失去彼此的社會關係，反而彼此的傳達與溝通方式，因為科技所帶來的生活層面改變，而有如科幻般的充滿想像，例如：網路社群（如FB、Line、Twitter等）豐富人類的社交生活與溝通模式；龐大的雲端資料庫平臺（如Google、Youtube等）使得資訊與資料的取得與運用，更加的快速、廣泛與長久保存；網路學習資源（如TED、Khan Academy等）使得學習變得無遠弗屆與不受時空限制，甚至於比特幣（Bitcoin）的廣泛討論，也有可能再掀起革命性的傳統顛覆等，在雲世代的世界裡，所有想像與超乎想像的事情，都變得有可能發生。

雲端科技雖然帶給世代人們嶄新的生活型態，但綜觀雲世代產生的社會現象，大致有以下幾個問題現象：

一、資訊傳遞快速，但有時卻缺乏查證，以致於衍生許多問題，例如：相互攻訐、糾眾滋事等。

二、雲世代科技新文化的發展，如網路快速增生的用語，像「立馬」、「踹共」



等、以動漫人物來隱喻特定的人物性格，好比「丁丁」、「天龍人」，不了解雲世代這些快速產生的用語，似乎就難在雲端社群的討論中立足。

三、雲世代的互動，充斥著享樂主義現象，許多網路行為，大部分時間都在討論著吃喝玩樂，雖有產生許多網路玩樂的作家，但更多人只是打發時間性質，隨興po網，缺乏主題。

四、追逐雲端科技產品的推陳出新，只要有新潮的科技產品推出，可不計代價的想要擁有，而成為一群欲求不滿的科技成癮者。

五、在充滿了幻想、不見實體的雲端世界裡，去掉了與人實際接觸的應對進退，有利的地方是，人們可以更無拘束、更暢快的表達自己的意志，但如果失去自律或錯誤認知，甚至恣意upload、download，造成在雲端世界的無法刪除完整，往往損失難以形容。

六、雲世代處處可見低頭族—尤其成癮者，此現象造成在現實世界人際關係疏離與身心的疾病，如此，則科技不當利用的結果是蒙受弊多於利的惡果。

科技的運用，應在於提升人類的生活，雲世代的社會，有了科技的輔助，可以創造出全體人類彼此更快速與深入的瞭解、分享、學習、尊重與溝通，如何將雲端運用於增進社會互動，是每一位雲世代需求創新者的議題。首先，運用雲端科技可免除人與人相處羞靨之窘境，讓自己的創意、想法、提問、學習、發表更自由，更暢遊於雲端的無限世界裡。其次，善加利用雲端科技網路資源，可運用於自我學習成長，例如：並在雲端建構、架設自己的學習、溝通或資源平台，以從事學習、分享或開

創雲端科技的蓬勃發展。另外，使用雲端社群討論是現今雲世代所仰賴的溝通模式，社群的討論應建立在共同的目的與興趣中，開關主題，讓社友聚焦在群體的智慧創作，始不致落入感官刺激的享樂中。而雲端的世界裡，不是只有upload、download，P to P、網路之間的相互自動連結、儲存，往往使得許多資料或資訊無限被複製，上傳到雲端空間的資訊，往往難以再收回或一一清除，上傳前最好慎思，否則覆水難收，因而身敗名裂者有之。

許多雲端科技的發明，都是創新於意料之外，優遊於雲端，雲世代可從中找到專長、興趣，或許可能成為創造下一波雲端科技革命的關鍵人物。雲端世代所產生的轉變，已是全面且不可逆，身處雲世代的我們應正視雲世代生活裡的雲端科技運用，思索雲端科技中所帶來的人性關愛、環境變遷、動物生態與社會現象等議題，發展人文與世界關懷，共同提升人類物質與精神生活。





雲世代我們能擁有的很多

新北市五華國小輔導主任 陳昌維

在現代一般人的日常生活中，雲世代是一個非常前衛、很虛擬的名詞，但在今天人人皆有手機的時代，手機的功能又日新月異，能掌握生活中的大小事，雲世代對於現代的家庭來說，彷彿又是一個智慧的名詞，對於家庭有形無形的資產掌握、成員的溝通及管理來說是非常有效的。

從家庭的管理來說：

一、雲世代可以利用於家庭財務的管理：

利用APP程式下載，家庭中的收入及支出，可以使用雲端記帳本，以控管家庭的收支的情形。以往家庭中對於家庭中可以運用的財務都不甚清楚，對於固定支出也沒有很清楚掌握，如果能管理是相當不錯的！



圖摘自新北市教學APP市集
<http://appgo.ntpc.edu.tw/ListView.aspx>

家中的資產也可以透過雲端管理系統做管理，讓家中的財產也能很清楚的掌控，對於保險及負債也能清楚，對於家中財物的規劃皆能掌握，但是個人資料的保密需要相當注意！

二、雲世代對於時間的管理相當有效：家人都有生活作息，對於時間的規劃如果很明確的管理會相當不錯；家人有工作的時間、休息的時間、休閒的時間、互動的時間、溝通談心的時間，如果有很清楚的規劃，加上有心，就會找出家庭中可以互動、溝通、分享的時光，一同用餐、一同踏青、一

同運動，無形之中對於家庭的和諧及氣氛、向心力的營造是非常好的。

三、家人的成長蛻變筆記：現在幾乎人人都有facebook，很多人都會在個人臉書上分享生活的點點滴滴，夫妻可以分享生活的大小事、感恩事、故事，孩子們也可以透過臉書互相鼓勵，分享家庭成長的故事，譬如：家人一同買菜、一起做菜、一起出遊、一同作家事，讓歡笑及淚水、汗水感動家庭的成員，拉近彼此的距離，打造家庭幸福的空間。

四、家庭共同目標管理：家庭夫妻及親子之間需要達成的共同目標，也可以透過雲世代來規畫及完成，訂定計畫完成的優先順序，譬如：家庭訂定騎單車環島的計畫，運用雲端功能分配找尋住宿及路線，是否有難度的限制，體力是否能夠負荷，可以先完成某些可以完成的路線，而不要輕易去嘗試山區艱難的路線，家庭成員分工合作、注意天氣狀況的變化、路況，預定多少經費來完成，訂定完成目標，這是一件艱鉅的事，以家庭來共同完成一件這樣的事是非常難能可貴的。

五、家庭經驗的分享：父母親不吝惜分享自己的成長經驗以激勵子女，有時不太好意思說，或者場合不對，但透過雲端的功能，父母親可以分享自己生活成長經驗，讓孩子了解父母親的辛勞；孩子也可以分享其經驗及困難，讓父母親了解其困擾及挑戰。

雲世代可能遠在雲端，但也可以說近在咫尺，如何運用雲端智慧成為家庭最得力的助手，考驗著你和我，讓我們一同擁夢飛翔成長吧！

雲世代的家庭資源管理

新北市麗園國小教務主任 席榮維

家庭資源管理是對家庭生活中有關的人、事、物加以治理及約束，其目的是幫助家庭善用有限資源，期達到家庭成員個人及共同的無限目標，滿足家人最高的需求（林如萍、周麗端、徐達光、柯澍馨及唐先梅，2005；莊慧貞，2010）。資策會（2013）統計發現台灣經常上網人數達1,107萬人，如何幫孩子做好時間及網路社群關係管理，有效的平衡網路與現實生活，並善用雲端豐富的學習資源，進行親子網路共學，是家長們必須重視的課題，也是當今家庭資源管理的重點。以下擬由「網路社群安全」及「善用雲端學習資源」兩方面，討論雲世代的家庭資源管理：

一、扮好網路守門員角色，讓孩子安全上網

對於青少年而言，社群網路已經成為他們生活的一部分，做為一個負責任的父母，要讓孩子上網翱翔，卻不沈迷於網路，以下的建議將可讓我們更放心孩子的網路關係：

1. 自己加入社群網路：如果你不知道社群網路是怎麼一回事，那麼是時候開始去瞭解了。最好的方法就是直接問你的孩子，孩子會感謝你對於他們所喜歡的事物感興趣，不管他們是否願意承認。他們可以告訴你使用哪些服務，如何使用這些服務，甚至可以告訴你要如何去找找到社群網路有用和有趣的地方。
2. 堅持他們加你好友：你會想知道孩子出門之後去了哪裡和做了些什麼，在社群網路上也是一樣。

他們在網上所做的事情會影響到你和他們，不管是好是壞。如果你跟你的孩子建立連結，你可以看到他們做些什麼，是否張貼和閱讀合適的內容，並且確保他們的社群網路交談是正常的。

3. 教導適當的留言內容：待人處事的道理無論是在網路或真實生活都是一樣。在網路上指名道姓批評別人，涉及刑法的公然侮辱罪；參與惡意票選（如班上最醜的人、最討人厭的人）則是涉嫌誹謗罪；其未成年人的父母亦會因此遭受罰鍰及親職教育輔導（教育部，無日期）。教導他們什麼是網路霸凌，而且當他們被人欺負了，如何爭取到自己應得的權益！
4. 瀏覽網路素養與認知網站：社群媒體不停地在變化，無論是加強新功能或出現新的安全威脅。中小學網路素養與認知是教育部建置的專屬網站，提供許多社群網路安全的建議，讓家長們可以知道更多如何保持網路安全的資訊。





5. 使用家長防護軟體：這類軟體可設定允許使用軟體的時間並監控網路活動報告、進行網站分級、過濾封鎖色情、暴力等內容不適當的網站，並且限制孩子使用電腦的時間與可上網的時間。

二、善用雲端學習資源，協助孩子有效學習

孩子們其實十分渴望父母協助他們的網路學習活動。崔夢萍（無日期）指出父母參與孩子的網路學習，能有效提升親子關係，更可以降低孩子網路使用的負面行為。雲端科技其實可以為家長提供以下的服務：

1. 雲端溝通工具：教育雲有提供聯絡簿管理模組，若搭配Line及Facebook的群組對話，可即時傳遞班級活動照片、短片，並在校園發生意外的第一時間，發表重要訊息，化解家長疑慮。
2. 學習歷程管理：雲端系統可以系統化紀錄學生學習過程，不僅可以將結果回饋給學生，同時可以蒐集學生答題狀況並協助家長了解其學習不足之處，若搭配免費「均一教育平台」、「可汗學院」，即可隨時隨地再進行補救教學。
3. 雲端學習工具：教育雲已經將「國語辭典」、

「教育Wiki」、「臺灣大百科全書」等工具書雲端化，協助家長指導時有標準且方便的查詢工具。而「教育部校園自由軟體數位資源推廣服務中心」亦提供免費的學習軟體下載，可以協助親子共同學習。

4. 親職教育資訊：香港教育城的「家長易學站」、國內的「親子天下」都提供許多親職教育方法，加入Facebook的親職教育社團，更可以分享彼此教養心得，共同促進親職教育成長。

主動走入孩子的數位學習世界，與親子共同上網蒐集作業內容，用成年人對主題的瞭解，提供更準確的關鍵字檢索。將家庭出遊的照片放在社群網站，與孩子合力撰寫網誌說明，不僅可以提升親子關係，也可以幫助提升孩子解決問題能力！

參考資料

- ◎林如萍、周麗端、徐達光、柯澍馨及唐先梅（2005）。家庭資源與管理。台北：空大。
- ◎莊慧貞（2010）。淺談家庭資源與管理的研究趨勢。家庭教育季刊，18，1-2。
- ◎崔夢萍（無日期）。孩子的數位學習，沒有不行。2014年2月18日，取自<http://pchomekids.pixnet.net/blog/post/30436827-%E5%AD%A9%E5%AD%90%E7%9A%84%E6%95%B8%E4%BD%8D%E5%AD%B8%E7%BF%92%EF%BC%8C%E6%B2%92%E4%BD%A0%E4%B8%8D%E8%A1%8C>
- ◎教育部（無日期）。教育雲端應用及平臺服務推動計畫。2014年2月18日，取自<http://www.edu.tw/pages/tail.aspx?Node=2793&Page=16898&Index=3&WID=3ee9c9ee-f44e-44f0-a431-c300341d9f77>。
- ◎資策會（無日期）。我國網際網路用戶數調查。2014年2月19日，取自<http://www.find.org.tw/find/home.aspx?page=many&id=359>



相會在雲端

新北市三峽國小資訊組長 余徽鵬

科技的進步帶動一般民衆生活的改變，走入公共空間或大眾交通工具中，處處可見埋首於手機或平板電腦的人們，當我們的年輕人漸漸地以網購取代逛街，以LINE或FACEBOOK來當成人際間的重要溝通管道，各機構也設立網站當作基本服務範疇，行動載具成為生活中不可少的必需品，網路串聯成無形的社會神經體系，大量搜尋不同時空的資訊也成為一件容易的事，生活在這個世代的人，他們的生活模式深受科技與網路影響，稱之為「雲世代」。

雲世代的孩子被稱之為數位原民（父母那一輩則稱為數位移民），他們自小在數位環境與工具中長大，生活已然與數位環境無法分割，這與他們父母的大不相同。雲世代的家庭中最容易產生的問題是親子間的疏離感，孩子埋首於螢幕之前，父母想介入卻不得其門，雙方都說著：「你不懂我的心！」，卻不知道要如何知道對方的心。其實父母透過幾個簡單的方式與觀念的改變，就可以讓家庭生活多一點溫情。

首先是對於數位產品的使用限制，不管是數位移民或數位原民，數位產品早已滲入你的生活中無法分割，我們使用手機，孩子到學校用資訊設備上課，父母在工作上也頻繁接觸電腦或自動控制設備，休閒時聽一下MP3，與好朋友或孩子的老師用社群軟體聯絡一下；但是回到家庭裏，父母是否仍然讓手機的鈴聲掌控著你的步調？孩子是否一邊吃飯一邊看電視？此時身為父母就要以身作則，回家之後減少數位設備或網路的使用，騰出時間給家裡的成員，或者與孩子約定晚餐或點心時間是我們大家僅有的家庭約會，不要讓數位設備在中間當第三者，讓家中成員有機會面對面感受對方的一顰一笑，而父母親也不要吝於肢體的接觸，多抱抱孩子，體溫是數位設備所無法提供的溫馨。

再來父母必須自立自強，主動探索。孩子對數位環境的學習一定比家長快，而且雲端環境的即時性與資訊的豐富多元，往往在父母並不清楚的情況下，孩子就會接收到許多有用的資訊或無用的雜訊，除了影響孩子的生活重心或步調之外，不適合的雜訊也會對孩子產生不良的影響。所以父母親有必要了解孩子獲取資訊的內容或管道，不需要十分熟悉，但必須約略知道。而且父母若能保持多聽少評論的態度，相信有不少的訊息會經由孩子的口中告訴你。

掌握孩子學習的工具或管道，除了可以了解孩子之外，也可以利用這些工具或資訊來與孩子建立連結。例如現在孩子大量使用符號式語言或圖像來表達，若父母可以用相近的語言和孩子聊天，或應用各種雲端工具當作親子間的聯繫橋樑，反而可以應用雲端無疆界與即時性的優勢，縮短親子間的距離，讓家庭成員除了可以有晚餐約會之外，不能見面的時候，就相會在雲端吧！

電視的廣告經常播送著雖然兩地分離，卻可用電話讓彼此緊緊聯繫，還可以講出平時不常講的感性話語，更可以「讓我們的心靠得更近」，的確，雲世代的家庭可以是疏離的狀態，也可以讓彼此的心透過雲端以及體溫，更緊緊相依。





與孩子一起漫遊在雲端



新北市麗園國小
幼兒園主任 呂文琴

全家人到餐廳吃飯享受美食，是現代父母親在忙碌工作之後親子共樂的愉快時光，常常看到一個現象是——大人們愉快的聊著，孩子因耐不住而在身旁吵鬧，為了可以有個寧靜的片刻，大人們的下一個動作就是拿出智慧型手機或平板電腦，這時孩子自然安靜下來，接下來看到的畫面便是孩子的小手滑個不停，似乎也不需要特別的說明，孩子就可以自己操作起來，甚至比大人更熟悉。這樣的場景不只在餐廳，其實是處處可見。當孩子的小手滑呀滑，可知他的小手正與世界接軌，但接到哪呢？大人們知道嗎？既然網路與生活息息相關，何不好好的認識並運用，瞭解孩子面對的虛擬世界是什麼。

網路的世界吸引了成千上萬的人上去遨遊，也成為行動業者的賣點，常見廣告詞中「透過聲音、影音、圖片、上網，讓你隨時、隨地、隨心，自由連結你想要……」，這意味著網路與生活的密不可分。當我們悠遊在網路世界的同時，孩子是否也在網路中呢？最近常聽到「雲端」這個名詞，只要任何的計劃加上雲端兩個字，便是走在時代的尖端，而雲端帶來的服務，確實改變了生活的習慣。我們想問雲端服務是什麼？簡單的說，即是使用身邊的電腦、手機等設備，透過網路連線到服務的提供處，使用到該服務。例如：電子郵件、社群、地圖、影音、線上遊戲……等。運用這些服務讓工作或生活更加便利，壓縮了時間與空間。

一般家庭常常利用寒暑假的時間與家人到各地去旅遊，事前的行程計畫、旅遊地點的瞭解、住宿的安排等這些都可以透過雲端服務讓行前的安排更快速簡便，這些計畫的工作以前多半是家長來完成，現在可以和孩子一起完成這些事，即使孩子的年紀只有小學的階段。今年的春節假期因為工作忙碌未事先安排旅遊行程，但好天氣吸引著我們想往

外走，不過要去哪呢？過年期間到處都是人都是車，為了避開人潮、車潮，和就讀國小二年級的孩子一起上網搜尋旅遊景點及相關訊息，看到孩子在這過程中學會了使用多項功能，如：景點介紹的網站、行車路線圖、高速公路路況……等，甚至還查詢附近的停車場資訊，經由引導後整個行程的規劃幾乎是由孩子完成，旅遊過程中孩子也會不斷提醒我們要注意的事情，雖然只是一日遊，卻讓親子間的互動方式另開啓了一道門。在旅途中利用手機或平板電腦拍攝的照片也透過雲端服務經由網路上傳至雲端硬碟中，回到家打開電腦，我們已經可以編輯瀏覽精彩的旅遊照片。同時孩子開心的在社群網站上分享旅遊心得及照片，為的是讓奶奶立即看到我們去哪些地方旅遊。教會奶奶使用社群網站的功能，也是兩個孩子努力的結果，祖孫間在現今的家庭中雖無法天天碰面，透由社群網站卻可互動無礙。

過去的學習總是「老師說，學生聽」，學習的成效要到考試時才能知曉，對於沒有學會的部分往往因為課程進度而失去再學習的機會。這個問題現在在教育部積極推動雲端環境計畫下，建置數位資源與內容，並擴大安全與高速的網路環境，已大大改變學生學習的習慣。在課前、課後孩子能以自己的需求找到適合的學習內容，用以提升學習品質及學習成效。孩子的學習方式已經翻轉，和孩子一起學習，正確引導孩子使用雲端服務，這是身為家長的我們要關注的課題。而網路雖然帶來方便，卻也容易讓個人資料洩漏，成為網路犯罪的工具，教導孩子網路使用安全及保護自己的方法，更是身為家長不可不知的課題。

下次當孩子在使用智慧型手機或電腦時，不妨花點時間和孩子討論分享，和他們一起進入雲端的世界。

用心，營造「雲世代」家庭關係會更好……

新北市大坪國小輔導主任 謝靖緹

「媽媽，哥哥都不讓我玩他的I PAD……」「媽媽，你看妹妹又搶走我的平板了!!……」在現今的家庭，似乎天天都上演著這樣的戲碼，而身為父母的我們也很難免除要處理如此頻繁的紛爭，只能好說歹說、時而扮演黑臉、時而耐心當個和事佬。

3C產品的便利，帶給我們資訊與視覺感官娛樂的滿足，卻也悄悄的在親子教養關係中扮演起重要影響角色。現今，不僅是個人在工作中過度依賴隨身電子產品，行動資訊更在家庭關係中成為關鍵的中介因素。英國研究，英國女性可以一年沒有實質的夫妻關係，卻不能一天沒有手機；根據美國的研究數據，超過八成的行動資訊使用者，平均每十分鐘會看一次手機，更遑論運用它來打發及消磨時間的頻率了。儘管許多學者與親子教養專家、兩性專家都高聲疾呼不能過度被行動裝置制約，也要正視它所帶來的疏離關係等負面影響，然而，在講求時間至上、便利與迅速的現代，「雲世代」成為孩子的代名詞，而我們也成為雲世代的父母。

俗云：「工欲善其事必先利其器。」倘若，這是一股不可逆的浪潮，那就將它化為更圓滿的輔具吧！怎麼做呢？「用心」是所有關係與形式的核心理念，秉持著這樣的價值，問題或許都可迎刃而解，成為助力而非阻力呢！就筆者的觀點，提出以下的建議參考：

一、親子關係

1. 共同和孩子討論使用3C產品的時間，運用誠信原則、不猜疑、尊重，告知孩子一旦決定就要遵守，這是對自己負責的態度。
2. 擬定一週中「不」使用的時間，像是週末時，大家

走出戶外、親子郊遊或規律的「運動時間」。

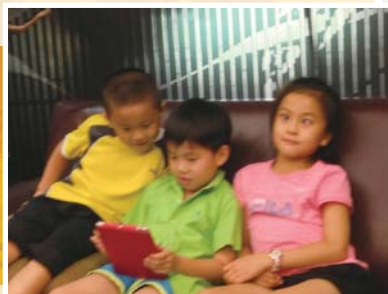
3. 以親子共讀、分享感受為主，討論新聞時事為輔。
4. 選擇多元的休閒娛樂方式，如：看電影、展覽、逛書店。
5. 不用3C產品做為獎懲或是增強物。
6. 共同參與：當孩子發現行動裝置的新遊戲或新資訊時，可以相互分享討論其新奇、有趣之處，問問孩子喜歡的原因？

二、夫妻關係

1. 運用零碎時間溝通，如：睡前聊聊十分鐘，或共乘的片刻時間，分享彼此工作或觀察到(孩子)的事物。
2. 運用小卡或便利貼傳遞感謝或讚美。
3. 用餐時不看、滑手機，相互尊重就是關心與貼心。
4. 誠信與尊重：拋開控制慾或好奇心，不私自翻閱另一半手機。
5. 同理心：己所不欲、勿施於人，換個角度想想，如果我是他，我也會……。
6. 不遷怒：遇到工作不順或親子教養上不同見解時，避免爭執，或讓自己冷靜獨處片刻。

若能秉持以上原則，我們將不再視行動裝置或數位產品如同洪水猛獸，而是有利家庭關係的科技載具，帶領我們邁向一個資訊與科技結合人文、享受樂活價值的「美麗新世界」。

網路科技，不僅改變家庭教育與學習的面貌，也帶來新的希望與難題。及早因應、及早準備，及早做對的事，或許我們的數位小孩，很可能是有史以來最能主動學習、快速超越前人的「雲世代」，影響無遠弗屆。從己身的思維與力量，改變自己、改變世界，創造更多的不可能……。





「學習」讓我們彼此更相愛

家庭是給予彼此一輩子支持與溫暖的地方，需要有相聚時間並常常感謝與讚美對方，愛家就從學習開始吧！當月活動詳細資訊請至新北市政府家庭教育中心網站查詢，網址：
<http://family.ntpc.edu.tw/>

歡迎家庭成員一同參與新北市政府家庭教育中心各項免費活動
 ~珍愛家庭 用心經營 愛在新北 幸福相隨~

新北市政府家庭教育中心 103年度1~6月珍愛家庭免費活動一覽表



活動名稱	參加對象	時間	地點	活動主題	洽詢電話		
愛 勇敢 家庭教育活動	親子	03/26(三) 18:30-21:30	新店國小	共造親子寶藏盒~把愛裝進我們的寶藏盒	1. 講座、影片賞析討論、繪本閱讀、DIY動手作等方式進行親子成長活動 2. 相關報名訊息請洽各服務中心	1. 馨和單親家庭服務中心 陳小姐 89115527 分機17; 2. 馨圓單親家庭服務中心 陳小姐 26846332	
		04/12(六) 09:00-12:00	新店國小	和孩子的親密接觸~調配親子專屬滾珠按摩芳香精油			
		05/01(四) 13:30-16:30	光華國小	繪本花園~項鍊串起親子情			
		05/03(六) 09:00-12:00	文林國小	幸福學堂，學幸福			
		05/03(六) 14:00-17:00	馨和單親家庭服務中心	共造親子寶藏盒~把愛裝進我們的寶藏盒			
		05/17(六) 09:00-12:00	新店國小	與孩子共創未來藍圖~創意親子沙畫			
		05/23(五) 18:00-21:00	清水國小	繪本花園~項鍊串起親子情			
		05/30(五) 18:00-21:00	鶯歌國小	繪本花園~情緒大鍋湯			
		06/07(六) 4:00-17:00	馨和單親家庭服務中心	與孩子共創未來藍圖~創意親子沙畫			
06/21(六) 9:00-12:00	馨圓單親家庭服務中心	繪本知道幸福的秘訣					
以孝傳家 親子體驗營	親子	05/04(日) 8:30-15:30	教研中心(大觀國中內)1F大禮堂	親子相見歡~品格教養課程與家事闖關活動~親子DIY共學活動~孝親課程~分享與感動~結業式	1. 結合多元品格孝親課程及活動引導孝順品格建立 2. 相關報名訊息請洽家庭教育中心	王小姐 22724881分機206	
擁抱夢想 親子成長營	親子	04/12(六) 9:00-12:00	集美國小	開啓進取力—營造共學心	1. 藉由親子共學與共享活動及DIY課程，讓全家從中學學習到堅持、勇敢及進取 2. 相關報名訊息請洽集美國小	陳主任 97255390分機400	
		04/19(六) 9:00-12:00	集美國小	勇敢做自己—未來屬於你			
		04/26(六) 9:00-12:00	集美國小	堅持夢想—舞動幸福			
幸福 家年華	新 北 市 民	04/05(六) 13:30-16:30	市府0507大型會議室	在世界轉角遇見愛	相關報名訊息 請洽光榮國小	張小姐 29730392分機10	
		04/12(六) 13:30-16:30		我的小牛與總統			
		04/19(六) 13:30-16:30		舞動人生			
		04/26(六) 13:30-16:30		熊熊愛上你			
		05/10(六) 13:30-16:30		市府0307簡報室			女兒的嫁衣
		05/24(六) 13:30-16:30		市府0507大型會議室			溫特的故事—泳不放棄
		05/31(六) 13:30-16:30		市府0507大型會議室			聽見天堂

新北市政府家庭教育中心 103年度1~6月珍愛家庭免費活動一覽表

活動名稱	參加對象	時間	地點	活動主題	洽詢電話
		3/4(二) 14:00~16:00	淡水區公所	家庭法律	林辦事員 26221020*215
		3/5(三) 13:30~15:30	三和國小	生命教育、品德教育	張主任 24080417*13
		3/5(三) 19:00~21:00	汐止國中	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	溫組長 26412065*1402
		3/6(四) 14:00~16:00	永和區公所	家庭倫理教育	周課員 29282828*179
		3/7(五) 13:30~15:30	清水國小	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	洪組長 22618316*502
		3/12(三) 13:30~15:30	猴硐國小	生命教育、品德教育	陳主任 24960450*108
		3/14(五) 14:00~16:00	瑞芳區公所	開啓幸福之鑰~從幸福家庭123兒童篇談親職教育	林課員 24972250*1201
		3/14(五) 09:30~11:30	樹林區農會	家庭代間教育	林技師 26862288*352
		3/14(五) 19:00~21:00	中和區公所	家庭資源管理	蕭課員 22482688*314
		3/15(六) 13:00~15:00	五股區公所	家庭代間教育	劉辦事員 22916051*113
		3/19(三) 13:00~15:00	欽賢國中	生命教育、品德教育	阮主任 24911580*23
		3/19(三) 13:40~15:40	乾華國小	開啓幸福之鑰~從幸福家庭123兒童篇談親職教育	林主任 26381269*304
		3/21(五) 14:00~16:00	石門區公所	家庭壓力因應與溝通表達	練課員 26381721*701
		3/21(五) 19:00~21:00	汐農幼兒園	家庭代間教育	林園長 26478899
		3/26(三) 13:30~15:30	義方國小	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	楊主任 24970961*213
		3/26(三) 13:30~15:30	瑞亭國小	開啓幸福之鑰~從幸福家庭123兒童篇談親職教育	陳主任 24971726*232
		3/27(四) 13:30~15:30	萬里區公所	家庭法律	林書記 24922064*333
		3/28(五) 14:30~16:30	淡水地政事務所	家庭資源管理	施課員 26219645*402
		3/28(五) 14:00~16:00	新北市政府水利局	家庭法律	盧助理員 29603456*4892
		3/29(六) 10:00~12:00	和平國小	開啓幸福之鑰~從幸福家庭123兒童篇談親職教育	鄭主任 26631405*11
		4/2(三) 13:30~15:30	文化國小	生命教育、品德教育	蔡組長 26212031*862
		4/2(三) 13:30~15:30	永定國小	開啓幸福之鑰~從幸福家庭123兒童篇談親職教育	呂主任 26631288*23
		4/2(三) 13:30~15:30	大成國小	家庭壓力因應與溝通表達	鄧主任 26726521*113
		4/9(三) 19:00~21:00	三和國中	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	王組長 22879890*682
		4/10(四) 13:30~15:30	東山國小	家庭代間教育	楊主任 26416170*10
		4/11(五) 19:00~21:00	大同國小	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	陳組長 86865486*852
		4/11(五) 13:30~15:30	北新國小	生命教育、品德教育	許組長 29189300*674
		4/15(二) 09:00~11:00	新和國小	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	吳組長 29400170*851
		4/22(二) 14:00~16:00	三芝區農會	家庭壓力因應與溝通表達	葉指導員 26363111
		4/23(三) 13:30~15:30	三芝區公所	家庭倫理教育	盧課員 26362111*252
		4/24(四) 13:30~15:30	金山衛生所	家庭壓力因應與溝通表達	盧護士 24982778*30
		4/24(五) 09:30~11:30	土城區農會	家庭法律	呂指導員 2615215
		4/25(五) 19:00~21:00	竹圍高中	家庭壓力因應與溝通表達	吳組長 28091557*141

愛家教育
列車

新
北
市
民

相關報名訊息
請洽各學校及單位



新北市政府家庭教育中心 103年度1~6月珍愛家庭免費活動一覽表

活動名稱	參加對象	時間	地點	活動主題	洽詢電話
愛家教育 列車	新 北 市 民	4/25(五) 19:00-21:00	海山高中(國中部)	家庭壓力因應與溝通表達	林組長 29517475*241
		4/25(五) 18:30-20:30	昌福國小	開啓幸福之鑰~從幸福家庭123兒童篇談親職教育	楊主任 86773322*401
		4/25(五) 14:00-16:00	貢寮區公所	開啓幸福之鑰~從幸福家庭123青少年篇談親職教育	陳服務員 24941601*215
		4/25(五) 09:30-12:00	林口區農會	家庭倫理教育	王推廣組長 26011226*121
		4/30(三) 13:30-15:30	竹圍國小	開啓幸福之鑰~從幸福家庭123兒童篇談親職教育	黃組長 28091475
		4/30(三) 14:00-16:00	忠義國小	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	王組長 22899591*253
		4/30(三) 15:00-17:00	三重區公所	開啓幸福之鑰~從幸福家庭123兒童篇談親職教育	蘇辦事員 29862345*482
		4/11(五) 08:30-10:30	新店區農會	家庭法律	周指導員 29106666*201
		5/3(六) 09:00-11:00	興福國小	生命教育、品德教育	劉組長 26062895*102
		5/6(二) 10:00-12:00	三峽區衛生所	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	林護士 26711592*231
		5/7(三) 13:30-15:30	興仁國小	家庭壓力因應與溝通表達	陳主任 26213783*66
		5/7(三) 13:30-15:30	白雲國小	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	吳組長 26403909
		5/7(三) 13:00-15:00	濂洞國小	開啓幸福之鑰~從幸福家庭123兒童篇談親職教育	徐組長 24961330
		5/9(五) 09:00-11:00	雙溪區公所	家庭代間教育	林辦事員 24931111*125
		5/9(五) 14:00-16:00	新北市政府社會局 社會福利服務中心	家庭代間教育	馮社工員 29826255*314
		5/13(二) 13:30-15:30	金龍國小	生命教育、品德教育	夏組長 26959941*242
		5/14(三) 13:30-15:30	新市國小	生命教育、品德教育	蔣組長 26262141*841
		5/14(三) 13:30-15:30	興毅國小	家庭壓力因應與溝通表達	黃主任 29990725*15
		5/21(三) 13:30-15:30	介壽國小	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	李組長 26712392*52
		5/23(五) 19:00-21:00	育林國中	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	曾組長 26841160*152
5/24(六) 09:00-11:00	新北市政府委託中 華民國唐氏症基金 會辦理新北市愛家 發展中心	開啓幸福之鑰~從幸福家庭123兒童篇談親 職教育	黃社工員 29003553		
5/29(四) 19:00-21:00	五股國中	迷惘！迷網？愛家，先向網路沉迷說NO	陳組長 22915224*125		
6/7(六) 14:00-16:00	新北市立愛心教養 院	家庭壓力因應與溝通表達	黃社工 26106677*216		
6/18(三) 09:00-11:00	新莊區農會	家庭資源管理	劉指導員 22777988*1202		
6/20(五) 13:00-15:00	尖山國中	家庭資源管理	黃組長 26781670*43		
6/27(五) 14:00-16:00	瑞芳地政事務所	家庭壓力因應與溝通表達	王課員 24974106		
幸福學堂 享愛趁現在	未 婚 男 女	3/29(六) 08:30-17:00	集美國小	1. 擇偶觀~我的理想情人 2. 約會的藝術~約會四部曲的小秘訣 3. 相處之道~溝通魔法師	相關報名訊息 請洽集美國小
		5/31(六) 08:30-17:00	集美國小		
		6/28(六) 08:30-17:00	集美國小		
預約幸福 婚前訂作 家庭教育 活動	將 婚 伴 侶	4/19(六) 08:30-16:00	集美國小	1. 天南地北雙飛樂~在說「yes」之前 2. 嘻笑怒罵皆學問~溝通與衝突處理 3. 雙人圓舞曲~男女差異、親密關係 4. 家和萬事興~家務分工、姻親相處	相關報名訊息 請洽集美國小
		6/14(六) 08:30-16:00	集美國小		

新北市家庭教育諮詢專線 412-8185 幫一幫我

服務內容：

夫妻相處、婆媳關係、親子溝通、子女教養、婚前交往、情緒調適、
家庭資源、生活適應、人際關係等相關問題，歡迎撥打諮詢

服務時段：

每週一至五 早上 9:00-12:00、下午 2:00-5:00、晚上 6:00-9:00

週六 早上 9:00-12:00、下午 2:00-5:00

諮詢專線：本市境內請撥打 412-8185 (手機請加區碼 02)

新北市政府
新北市政府家庭教育中心 關心您

新北市政府家庭教育中心

「412-8185」家庭教育諮詢專線與輔導志工 招募培訓

尋找樂於自我成長並熱心助人的您，使您成為最佳的家庭諮詢輔導員，
陪伴與傾聽市民家庭問題，增進家庭圓滿和樂！

培訓期程：103年4~8月(每週二或四)

培訓地點：新北市政府家庭教育中心(板橋區大觀國中內)、
板橋區文德國小

培訓師資：沈慶鴻、吳澄波、陳若琳、黃迺毓等知名家庭教育專家學者

培訓費用：完全「免費」

報名方式：103年4月8日(星期二)前將報名表傳真至文德國小
wd100@mail.wdps.ntpc.edu.tw或傳真至2257-7193

報名查詢：2257-7193 轉 71、75 邱主任

服務對象：本市市民

培訓詳情、簡章、報名表：請至新北市政府家庭教育中心網站/最新消息
查詢，或電洽(02)2272-4881轉203徐輔導員

家庭教育季刊第32期 徵稿啓事

一、投稿地點：新北市林口區麗園國民小學

四、聯絡電話：26091061分機731 張碧容主任

二、截稿日期：103年5月9日

五、本期主題：家庭溝通·有愛無礙

三、電子檔請寄：servina1215@1yaes.ntpc.edu.tw

六、稿件字數：1000-3000(請檢附照片jpg檔3-5張)