



復和綜合服務中心

29 期

2021

從「心」出發

蔣港龍（駐校社工）

處理缺課學童個案

「有位學生已沒有上學一星期，麻煩社工跟進一下」。工作人員得悉這情況，立即翻看該學生的記錄，學生是今年的插班生，在這所新學校就讀小五，上年在舊校全年缺課一百三十多天。

早上八時許致電學生了解，學生的媽媽表示兒子依然在床上不願起床，我向學生媽媽表示想和她兒子聊幾句。短短數分鐘的對話中，我記得只有我在說話，學生只是支吾以對，然後我們就掛線了。過程中，我並沒有提及他要上學，因為我知道一開口就叫他做最不願意的事——「上學」，他定必抗拒。故此，處理缺課個案是不能急的，要慢慢和他建立良好關係，才能走到下一步。

評估階段

學生長期缺課， 是因為長久的問題沒有解決

學生對學校的概念大約停留於舊校，回憶統統也是負面的，對老師的印象如是，認為老師只會罵他。根據學生媽媽所述，學生過往曾多次和老師發生衝突，其中一次是與視藝科老師發生了誤會。老師說學生沒有繳交功課，學生告知老師已繳交，但老師堅稱他從未收到學

（接下頁）



生的功課，雙方各持己見，最終學生被懲罰。學生媽媽告知我，事後老師在教員室尋回學生的功課，才知到錯怪了學生。雖然老師有向學生道歉，但學生已深受打擊，對老師的印象轉差。此外，學生在校的行為表現有時未如理想，主任十分嚴厲地告誡學生，令學生害怕等。當年不愉快的經歷累積下來，令學生對老師留下壞印象，失去了對學校的歸屬感，甚至不願上學。

此外，學生解難能力十分弱，每遇上困難也用逃避的方式面對，起初是不回校一天，最後成了習慣，再也不回校。導致學生不想上學的原因當然還有很多，包括：長期遲交功課、學生的特性、家庭對他的管教方式等，這些都是學生缺課的危機因素。



輔導介入



社工與校方一同合作，IMPOSSIBLE

讓學生重建對校園的正面觀感

在處理缺課個案時，必須要有策略，因為稍微有不恰當的手法或應對，就有機會將學生越推越遠，令到他們缺課問題更嚴重及更長久。在此個案上，工作人員嘗試強化學生上學的保護因素，就是學生對學校的「觀感」。我們相信學生對學校持正面的觀感，能直接強化他們的上課動機，這是其中一種能讓學生持續上學的保護因素。因此，在學生未回校前，校長、副校長、班主任、所有將會教他的科任老師和工作員一同開會，工作人員將學生以往缺課的原因在會議上告知校方，並希望能給予學生多點包容和寬限期，目的是令他不抗拒上學，慢慢讓他覺得老師是關心他的，而不只是單方面叫他上學。幸好，校方當時也認同工作人員的建議，尤記得當時校長和副校長鼓勵科任老師可給予學生一點寬限期，開始時盡量對學生的求降低，讓學生習慣後才慢慢對待他如一般學生。



在處理此學生缺課問題的過程中，學生上學的情況較為浮動。當中經歷學生多次遲到，少則一小時，多則午飯才回來，有好幾遍曾在校門前不願步入學校，校長和我則在校門外陪伴他近兩小時，遊說他進入學校。對於學生多次的遲到，校方沒有懲罰。反之能觀察到學生一點的改變，由缺課到願意踏出家門回校，老師們都欣賞學生的進步。

學生缺課的問題不是一時三刻就可以解決，再者要建立學生對學校的正面觀感亦都需要花上時間。在學生上學情況依然浮動的時期，工作人員對學生的溫馨提醒和鼓勵就不可少。每個上學天前一晚及上學當天早上，工作人員也會提醒他上學。在過程中，工作人員也會不時關心學生的情況，跟他聊聊天，以建立良好的關係，而不只是讓學生感到工作人員只在「催逼」他上學。四個月裡當然吃過不少白果，但作為工作人員的我，的確看到學生正在進步。還記得學生第一天上學，中文科老師主動找這位學生，正當以為老師追收欠交的功課時……「開學這麼久才回來，終於見到你的樣子了。如果遇上困難，歡迎找我。」。老師放下一句說話便走了，這是學生久違了被老師關心的感覺。記得有一次，學生在社工室處理欠交已久的功課，主任和我在旁一同陪同他，但過程中學生的態度傲慢，多次挑戰大家的底線。最後，主任因緊張學生而第一次生氣，在社工室嚴厲地訓斥他無視大家對他的愛。當時，主任正在懷孕，訓斥聲大至在鄰近的教員室也能聽到，副校長也來關心主任會否「動胎氣」。在訓斥過程中，主任由嚴厲的語氣，慢慢變成眼淚和關心。

學校不同的人員的確很愛這位學生，不論是溫柔的鼓勵，還是嚴厲的勸告，都是出於善意。就是這一點一滴的愛，學生漸漸地也看到現在校園的「不一樣」。學生上學的情況亦漸見改善。



協助學生重投校園生活

及建立對學校的歸屬感

在學生上學的情況開始穩定，即進入輔導介入的鞏固期。工作人員要協助學生重投校園生活，包括與同學的社交關係建立、學業的加強輔導、欠交功課的處理等。工作人員需與老師互相協調及保持緊密的聯繫。此有助防止學生因為不適應、社交困難或未能應付學業上的困難而再次出現以缺課來逃避問題。

此外，工作人員觀察到學生很喜愛木工、家居裝潢和汽車維修，於是以此為介入點，強化學生的自我效能感及對校園的歸屬感。經與校方商量後，決定給予學生機會，將他對自己有信心強項用於學校，例如：小維修，協助做小書櫃，並邀請他參與校內的「發明家」小組，讓他在校內能把所長得以發揮。五個月後的他，成為學校的領袖生。他的責任心和愛心，令他成為低年級學生愛戴的大哥哥。他受到大家的愛，也慢慢學懂愛他人。工作人員相信學生已慢慢地脫離讓他缺課的「危機因素」。

從「心」出發是成功的關鍵

在處理學生缺課的事情上會有一套既定的程序，但在輔導缺課學生上，每一個個案卻是獨特的，他們缺課的原因、特性、家庭背景、過往的經歷等，都會有差異。這個學生用此輔導方法可能湊效，但用在另一個學生身上又不一定有用。作為社會工作者和教育工作者，工作時的「心」來得十分重要，我們要從「心」去了解學生、從「心」去肯定他們是有改變的能力、從「心」去關心他們、從「心」去發掘他們的長處及從「心」去尋找合適他們的方法去協助他們跨過困難。





疫下迷網

疫情下學童的上網情況

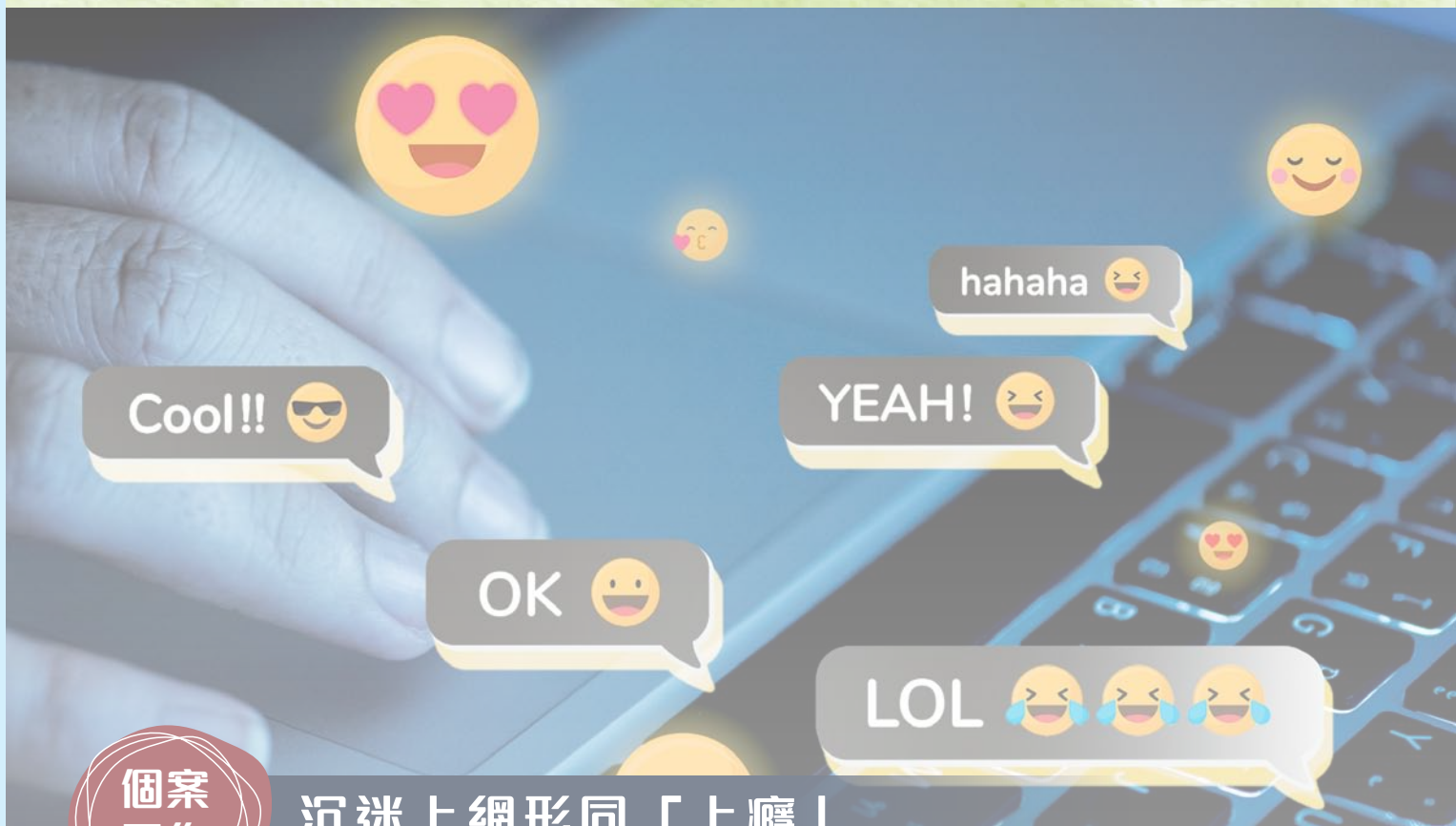
孔繁宇（註冊社工）

疫情下學童轉為網上學習令上網時間增加，沉迷上網的風險正在加劇。香港小童群益會（2020）的調查¹發現，疫情初，多於一半學童感到沉悶，整天就是網課、打機及看 YouTube；停課期間親子衝突也有上升趨勢，衝突原因主要包括父母要經常提醒孩子學習、長時間打機及太遲睡等。香港基督教服務處（2021）的調查²亦提到，當疫情持續了一年多，超過七成學童需要藉住打機去減壓及解悶，部分學童甚至每天打機六小時以上。

疫情下學生的上網時數不斷遞增，精神壓力卻得不到改善，親子之間亦就學習及上網問題產生磨擦，部分更訴諸於老師和駐校社工。因此，筆者希望透過此文闡述學校可從三方面介入學童沉迷上網，包括個案工作、家長教育及預防性教育，和「家校合作」的框架下，協助學童與網絡健康地共處。

¹ 香港小童群益會：〈兒童及家長在停課期間的狀況調查〉。取自 <https://bit.ly/3A6le4G>，02-08-2021 擷取。

² 香港基督教服務處：〈「打機」減壓尋樂趣 家長苦惱怎應對？親子溝通互理解 共同面對尋出路〉。取自 <https://bit.ly/3xqywak>，02-08-2021 擷取。



個案工作

沉迷上網形同「上癮」

談及到沉迷上網對健康的影響，例如視力下降、脊椎負荷、失眠和無法專心學習等，相信大部分學童及家長都略知一二。前年有外國研究證實網絡遊戲成癮對神經系統的影響與其他成癮問題，如藥物和賭博等相似，上癮的嚴重程度取決於神經物質「多巴胺」的傳遞。患者比起正常人，多巴胺受體較不敏感，亦會隨著網絡成癮的時間遞增而惡化。換言之，患者需要尋求更強的刺激和更長的遊戲時間，從而分泌高濃度的多巴胺令大腦達致「滿足」狀態。當減少網絡遊戲時間時，退癮徵狀會變得更嚴重，因此越遲介入沉迷上網對學童影響越深遠（Wang et al., 2019）³。

有見及此，如果同工可積極於新學年初為全校學童做關於青少年網絡成癮評量問卷，及早識別高危學童並提供個案及小組支援，將有助減低網絡沉溺的影響。筆者提醒隨九月實體復課，學童接觸網絡時間或許減少，有網絡成癮傾向的學童有機會出現退癮徵狀，例如無法專心上課、對網絡以外的事物提不上興趣、容易情緒波動，甚至開始欠交功課。同工需要提高警覺，給予此類學童進一步評估與介入。對於他們來說，網絡等同於生命，直接否定網絡的需要會引來反抗態度，所以同工應先了解學童希望在網絡上得到是甚麼，例如快感、關係或權力等，然後制定相應替代方案，如運動、興趣班或崗位等，逐漸降低對網絡的依賴性。如果情況沒有改善，就需要轉介作進一步治療。

³ Wang, R., Li, M., Zhao, M. et al. Internet gaming disorder: deficits in functional and structural connectivity in the ventral tegmental area-Accumbens pathway. *Brain Imaging and Behavior* 13, 1172–1181 (2019).

數碼管教的充權

疫情下，筆者經常在家長活動中聽到家長訴苦，表示自己缺乏信心管教子女使用網絡。同工可循數碼管教專家黛沃拉博士⁴的三個可行的數碼管教方向舉辦家長講座，為家長充權和提高信心，當中包括時間規劃、人際關係及良好習慣的建立。博士提醒「孩子懂得用並不代表用得好」，意思是他們擅長操作電子產品並不代表能夠獨自應對網絡帶來的挑戰，例如沉迷上網、網絡欺凌及網絡陷阱。父母能活用自身生活智慧，教導孩子成為有素養的「數碼公民」，例如節制上網、友善社交和保護私隱。

同工亦可與家長一同探討不同監控模式的可行性和利弊，例如安裝監控鏡頭、監控程式或定時截斷上網功能等。與此同時，家長需要明白對有網絡成癮傾向的孩子，懲罰性抽走上網時間容易引起子女的反抗情緒，盡可能先保留上網時間，用途則改變為培養個人興趣，例如看影片學敲擊樂，體會網絡遊戲以外的樂趣，也能發掘潛能。另外，同工也要提醒家長以身作則的重要，不要一邊禁止孩子上網，自己一邊在滑手機。父母可以一方面多認識網絡文化，打開親子同行的溝通橋樑；另一方面發掘「全家無網絡親子時間」，例如戶外運動、玩桌遊和做家务，建立多元的親子經驗。





預防性教育

預防勝於治療

學校可每年為學童安排預防性講座，傳授節制上網、友善社交和保護私隱的知識。首先時間規劃方面，同工可在工作坊指導學童合理地和清晰地劃分每天一整天時間，例如做功課、溫習、遊戲、興趣發展、收拾和用膳等。同工亦可提醒學童需在學習前預留足夠的過渡時刻，例如離開屏幕最少十分鐘，去收拾手機及喜愛之玩具，然後準備專注學習。其次，建立人際關係方面，學童需要培養同理心，同工可以在講座引用不同網絡例子，引導學生發放訊息前要三思，考慮例如會否傷害對方，轉發訊息是否經核實和拒絕「改圖」等正面網絡社交態度。最後，保護私隱方面，同工需提醒學童避免與陌生人對話或約見，如有不適或疑惑就要主動告知社工、老師和父母，也需要留意個別高危學生，適時提供個案跟進。在成長課，同工可教導學童保護個人資料，以免被不法分子有機可圖。學校也可在新學年考慮將以上的知識製成上網小貼士，並納入成長課、電腦課及張貼校園內，時刻提醒學童沉迷上網的風險。

總結

疫情下學童的上網時間大增，沉迷上網的風險隨之上升，我們需要及早處理網絡沉溺的問題，避免其惡化。新學年，學校可以擔當更主動的角色，投入資源轉危為機，透過識別及介入高危學童，深化家長的數碼管教，以及積極推動節制上網，友善上網及安全上網三大預防工作，建立學童健康上網生活。

編輯顧問：黃成榮教授

編輯委員：吳志權先生

執行編輯：包彩珍小姐

印刷數量：2,000份

排版及印刷公司：以勒創意設計

版權所有，轉載內容須得到本中心同意



中心聯絡資料