



## 使用电脑



先进的科技令今时今刻的家庭容易拥有游戏机，电脑与上网的能力。因此，无论学校是否有需求，孩子们都有机会在一个蛮小的年龄接触电脑游戏，网上日记，网上交谈与电邮。有如任何的工具有，它们也有‘黑暗’的一面，尤其**过早接触到**不理想的知识或**过度长期**的使用，无形中孩子就受了不良的影响。往往娱乐的使用，男孩通常倾向玩电脑游戏，女孩却往网上交谈（chatting），或网上日记（blogging）方面发展。身为家长，如何对抗这些工具不良的一面呢？

**首先，不要把电脑放在孩子的房里！** 如果已经在里面，尽量以有创意的方法，平静的把它移到大家看得到的地方，如客厅。当然会很显眼，不可观，但，为了孩子的利益，是值得的。我们了解对青少年来说，这举动会蛮难的，所以一切要以亲子关系为重，有必要就保持不变。

接下来，**吩咐**孩子怎么用：

- 时间限制一定要有（我们以一小时的功课换取五分钟的休闲电脑时间开始。您可能会不同☺）；
- 若孩子们看到令他们不舒服的或不应看的，立刻把那网页关闭；
- 不完全提供私人资料；
- 没家长许可，不安装软件（下面更详细的提到普通与有系统管理权的用户）；

**游戏机**。我们从没买电脑游戏机。因为我们认为无法控制。那些轻便、随身带的更是有害。您若有，我们建议把它放在家用就好。孩子们，尤其青少年的口头语往往是‘好闷哦！’我们深信如没那麽容易有随身的玩具，孩子们会被逼有创意的找别的东西玩。家长也会有更多机会与孩子们沟通。

**网络游戏**。我们孩子有玩，当然受时间限制。家里若没人可督促，要想限制就有点困难。我们建议培养嗜好或课外活动，充分的利用时间，也能培养良好的活动习惯。孩子们若投入在课外活动，玩电脑的时间自然减

少。当然，假期时，我们的密码有时是“自由”（有些游戏有必要在拥有系统管理权户口里玩！），让孩子们玩个痛快！有时也要放松嘛！希望我们能延迟长时间电脑的使用到小五或中学以上。家长也有必要选择游戏，市场上有适合家庭的游戏，如‘Photo Hunt’可让一家大小一起玩，沟通。

**系统管理户口与普通户口**。若有能力，只给普通用户的权力给孩子们，而把有系统管理权的户口的密码，限家长专用。这虽不能解决所有问题，但多少能减少孩子们随便安装软件，也同时提高家长对孩子们安装软件的了解。我们可用这过程，教导孩子好与坏，进一步与他们沟通。我们若需要别人协助，看看亲友中可有人能帮。一起与他们，孩子们学习，沟通。当然市场也有监督软件可供家长使用。

一些基本原则：

- **延迟与限制玩的时间是好的**：可能的话延迟用电脑；若用，不可无限，尤其小学时期，培养有纪律的使用会较容易；
- **移走，取代为佳**：以有趣的，有意义的活动取代电脑时间，如培养嗜好、课外活动，不良活动不知不觉中将消失；
- **家庭时间为上策**：抽空一家一起做事：如较长的吃饭时间、一起煮饭，玩牌，看有意义的电影然后谈谈可学习的。

家长往往害怕如果延迟孩子们对电脑的认识，是否会因此落后。我们认为休闲方面，延迟玩电脑（除非学校有需求）反而有益。过早过度使用电脑可能会对集中能力与自制能力有所影响。

60年代，史旦弗大学做了研究实验，给一群孩子软糖。如他们肯多等二十分钟，可拿多些。观察随这群孩子长大。那些有耐心等的孩子，长大了能守着份好工，有较良好的家庭关系。那些没等的，一般生活较差，有些甚至与法律有冲突。值得思考延迟享受的好处。<sup>箴言 25:28</sup> “人不制伏自己的心，好像毁坏的城邑，没有墙垣。延迟享受，保护孩子的心灵吧！”