

# 青少年與健康

## 最

最近有少女打劫的士司機，理由是「無錢用」，這宗事件令市民關注香港社會物質主義及享樂主義的普及。多篇社論除了建議家庭及學校給予年青人多點關懷及引導之外，還認為要注意傳媒對青少年價值觀的塑造。傳媒究竟如何影響新一代的成長？

香港浸會大學傳理學院和新聞與社會研究所在五月初，舉辦了「傳媒與青少年健康成長」國際會議，來自世界各地的四十多名學者，就這個議題展開了熱烈的討論，並出謀獻策。

何謂傳媒？青少年是誰？甚麼是健康？

來自以色列台拉維夫大學傳播系的林德納教授，也是《兒童與傳媒》學術期刊的編輯，她提醒大家，今日的傳媒，其功能及性質已大大改變。

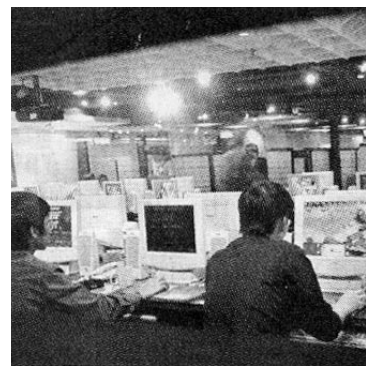
隨着互聯網的普及及流動通訊科技的發達，廿一世紀的大眾傳媒是一個多媒體世界，也是螢幕（電腦螢幕、手機螢幕和遊戲機螢幕）主導的世界，它提供了一個參與式的互動傳媒環境，而且是全球化的，由上而下的傳統媒體時代已經過去。至於我們的年青人，被稱為「網絡世代」，又稱「Y世代」（八零年後出生），他們還有一個新稱謂：「螢

幕世代」(screen teens)。他們跟互聯網一起成長，他們喜愛玩樂，熱愛交談及分享資訊，更喜歡同時使用多個媒體，一心多用。新一代的青少年，也跟上一代不一樣。根據美國的調查，大約四份之一的青少年在看電視的時候，會同時打機、上網、發手機短訊或使用電腦。

至於甚麼是健康？以往談到健康，總是指生理健康。其實心理健康和社交健康 (social health) 也很重要。青少年如何建立身份認同，如何培養良好的人際關係及正確的價值觀，也應該是受關注的課題。

哈佛大學公共健康學院社會、人力發展和健康副教授利米高，成立傳媒與兒童健康中心，研究傳媒與健康之間的關係。他指出，在上兩個世紀，兒童及青少年面對的最大危害是疾病、貧窮和營養不良。但在這個世紀，他們面對的威脅轉變為吸毒、自殺、癡肥、性濫交，這些都是「自行引發的危害健康行為」(acquired health risk behaviors)。在美國，青少年的首項死因是跟醉酒有關的交通意外。

這些危害健康的行為為從何而來？相信源頭有很多，利米高指出其中一個源頭可能是傳媒，因為不少青少年表示很多行為是從娛樂媒體 (entertainment media) 學



時下「螢幕世代」年青人跟互聯網一起成長。

習而來。把傳媒看作是社會病灶，並不可取，不過有些研究結果也不容忽視。利米高說根據研究報告，上網及看電視時間愈長，癡肥的機會愈大；在媒體上經常觀看性愛場面的青少年，性活躍期會提前兩年。最近外國的女孩子更流行自拍性感照或裸照，並上載網頁，討好男友，稱為性短訊 (sexting)。嬉戲掌摑 (happy slapping) 也是青少年的熱門手機攝錄玩意。

以色列政府健康教育及推廣部的專家在會議上發表「媒體健康素養」報告，指出該國青少年的吸煙、節食、傷害他人、性取向等行為都與媒體息息相關。在新加坡，很多年青人在互聯網上尋找性安全知識。

各地的研究反映，傳媒訊息不一定是壞的，但它們與青少年的生理健康、心理和行為取向，的確有着密切的關係。不過，與會學者關心的還有青少年的社交

# 螢幕世代：傳媒、

健康，即如何建立健康的人生觀。

## 價值觀的塑造

甚麼是美？怎樣才算是好身材？多篇在會上發表的研究論文，不約而同的指出，傳媒正深遠地影響青少年對「身體形象」的看法。香港的青少年，總愛將自己和傳媒中出現的明星、歌星和模特兒相比，結果大部份都不滿意自己的身形、體重及樣貌。傳媒（尤其是美容及時裝雜誌）鼓吹纖瘦為美麗體態的標準，香港中文大學新聞與傳播學院賴俊卿博士在她的研究中發現，超過一半的受訪青少年及大學生，希望自己的身形及體重能夠和傳媒中的形象吻合。而很多青少年為此而積極瘦身，有些受訪者其實體重合乎健康標準，依然要堅持減肥，認為愈瘦愈美。

傳媒除了界定審美標準，還鼓吹消費主義，香港浸會大學傳播系陳家華教授研究電視上的私人貸款廣告，發現它們全部鼓吹借貸及消費，讓年青人覺得還清咭數是輕而易舉的事。

浸會大學新聞系李月蓮博士的研究顯示，香港的青少年很喜歡看娛樂新聞，而娛樂新聞正影響他們的價值觀。多看娛樂新聞的青少年比較看重金錢，而且性態度比較開放。不過研究也同時

發現，青少年也有獨立思考能力，他們不一定完全接受娛樂新聞報導的觀點，例如他們不同意有錢人（大劉）可以擁有多個女人，也不同意女性（甘比）未婚生女。

## 傳媒素養

雖然多項研究發現傳媒影響青少年的生理、心理及社交健康，但出席會議的學者及專家並非對傳媒有負面評價，反而他們覺得傳媒對青少年有重大影響力，所以應該善用傳媒去傳播健康訊息，讓年青人透過傳媒領悟正確的人生觀及確立健康的價值觀。北京的學者就建議用電視劇推廣愛滋病知識及消除年青人對愛滋病人的偏見；香港學者也提議運用娛樂新聞去幫助年青人發展自我。

要讓螢幕世代在新的傳媒環境中健康成長，大家都同意推廣傳媒素養是重要的。哈佛大學的傳媒與研究中心就定期舉辦傳媒素養工作坊（media literacy workshops），香港、中國大陸、台灣、日本及世界多國也在這方面努力。

會議中備受注目的是傳媒素養教育在中國大陸的急速發展。一份名為《青少年媒介素養教育參考》的期刊在二零零九年三月創刊，媒介素養教育已在長春、

北京、南京、上海、杭州、岳陽、深圳、珠海等大城市展開。中國傳媒大學更與北京黑芝麻胡同小學合作，舉辦「媒介素養教育實驗課」，十分成功，增加了中國學生對媒介的功能運作、訊息傳遞和現實建構的理解，並讓學生在互動媒體時代具有創造媒介產品的能力。出席會議的黑芝麻胡同小學的老師們表示，他們從對傳媒教育一無所知至熱切投身投中，都是基於認定傳媒素養對青少年的健康成長有關鍵作用。

《數碼成長：網絡世代如何改變你的世界》一書指出，這一代年青人並非愚笨懶散、好逸惡勞及對世事冷漠，恰恰相反，他們頭腦敏捷、熟習新媒體的運用技巧，對社會運動也感到興趣，是社會改革的一股重要力量。香港及世界各地的傳媒教育工作者對新一代的青少年也充滿信心，正在努力發展新的媒體素養課程，好讓螢幕世代在參與式的傳媒環境中健康成長，並成為社會改革的生力軍。

## ■李月蓮

香港浸會大學新聞系副教授

## ■陳家華

香港浸會大學傳播系教授