

常見問題

A. 教導網上安全的重要

1. 我的學生需要留意哪些網上風險？



1. 不良的網上資訊

帶有暴力、色情，或充斥粗言穢語及不良行為的內容，對青少年的行為有負面影響。

2. 過度分享個人資料

在網上分享的資料可被永久保留，個人私隱或會被廣大的群眾分享瀏覽，招致損失。

3. 成為目標的風險

對網上的陌生人缺乏警覺，向對方透露過多個人資料，甚至暴露身體，日後可能會被人利用為攻擊或要脅自己的工具。

4. 網上欺凌的風險

透過網上發放侮辱性的訊息或作人身攻擊，使人感到尷尬或受威脅，便是網上欺凌。轉寄欺凌者所發放的信息，亦會間接助長了欺凌行為。

5. 沉迷上網

缺乏自制力，花費過多時間和注意力在上網和視像遊戲上，影響學業和日常生活，以及與人面對面的溝通。



2. 我的學生應該如何在網上保護自己？



1. 要讓學生明白，所有圖文，一經傳送，都有機會成為網上一個永久紀錄，因此在網上發送任何資訊前，必須小心謹慎。
2. 要經常更改登入密碼，避免在網上公開個人資料如電話號碼和地址，在使用社交網站時，應該提升私隱程度，避免個人資料被複製或分享。
3. 對於網上遇到的陌生人要保持警覺，不應隨便回覆或轉發他們傳來的信息，也不要與網上所接觸的陌生人見面或進行視像談話。
4. 教導學生利用軟件或網上設定，攔截不受歡迎的信息。
5. 下載或安裝軟件時，要確保來源合法和可靠，以減低被黑客入侵的風險。
6. 無論是廣泛流傳的信息或朋友傳來的資訊，我們也要小心判斷它的真實性。要小心查閱資料來源和確認資訊的可信性，以免輕信謠言。
7. 教導學生認識管制電腦相關罪行的法例，提醒他們觸犯法例的嚴重後果。
8. 與學生分享有關網絡陷阱的新聞，提高他們的警覺性。



B. 協助學生預防沉迷上網

3. 我怎麼知道我的學生有沉迷上網的跡象？



和家長保持溝通，並多留意和關心學生的情緒和行為，觀察學生有否出現以下跡象：

1. 經常上課時沒精打采，難以集中精神。
2. 突然出現成績倒退，甚至欠交功課、遲到及曠課的情況。

3. 當上網行為被打斷時，會變得脾氣暴躁，在不能上網時也時常記掛著，甚至會感到失落和焦慮。
4. 因上網而減少與家人溝通，以致關係疏離，或因家人管制他們上網而發生衝突。
5. 因為沉迷上網而放棄其他課外及戶外活動，減少了與朋友直接相處的機會。



4. 作為教師，我可以如何和家長合力預防青少年沉迷上網？



1. 多關心學生的網上體驗，明白他們喜歡上網的原因，問問他們喜歡瀏覽哪些網站、接收哪些資訊等。
2. 了解學生沉迷上網背後的真正問題，例如：對學習失去興趣，缺乏自信心，逃避學習問題，依賴上網打機尋求成功感等。當學生感到被了解和接納時，在他們遇到困難的時候，通常會比較願意傾訴和求助。
3. 教導學生明白沉迷上網對身心健康的影響，以及建立良好上網習慣的重要。教導學生妥善分配時間，鼓勵學生培養不同的興趣，向學生推介一些有益身心的群體和戶外活動，引導他們發展潛能。
4. 和家長保持溝通，並多留意和關心學生的情緒和行為，假若發現學生有沉迷上網的跡象，應鼓勵他們及早求助，有需要時可考慮聯絡學校社工。

C. 在網上與學生有效而安全地交流

5. 當我使用電腦或智能電話聯絡學生或家長時，我有什麼需要特別注意？



1. 應了解學校對相關問題的指引及政策。
2. 可透過不同渠道與學生及家長溝通，包括電話及電郵。如果有需要聯絡學生或家長，宜使用學校提供的內聯網及電郵。可另設電郵賬戶，而盡量避免使用私人電郵。
3. 若有需要在課餘時間和學生於網上作討論，建議設有時限，並於事前讓學生及家長清楚知道這些時間限制。

4. 使用電話聯絡學生或家長時，宜使用學校的電話。如無法避免而需使用私人電話時，可視乎情況把電話號碼保密。

6. 假如有學生想在社交網站將我加入他的好友名單或群組，我應不應該答應？



1. 可運用多媒介與學生溝通，了解他們的想法及行為，包括網上行為。不過，應該盡量善用學校內聯網，作為與學生交流的平台。假若需要利用社交網站，可考慮另設獨立賬戶或群組和學生溝通。
2. 可考慮另設個人電郵賬戶與學生聯繫，防止私人賬戶內的個人私隱外洩，也避免學生的個人資料被公開或流傳開去。



D. 增加學生對「網上欺凌」的認識

7. 我應該怎樣向學生強調網上欺凌的嚴重性？



1. 根據外國及本地的研究和經驗，網上欺凌對受害者有可能會帶來嚴重的心理社交、情緒及學業問題，如自卑、焦慮、抑鬱、害怕上學、成績倒退及社交退縮等問題，甚至產生自殺念頭。
2. 讓學生明白欺凌行為並不是一時貪玩或是一般嬉戲的行為，不要因為看不到對方的反應而以為沒有嚴重後果，低估了自己所做的事對別人的傷害。
3. 互聯網能令信息在瞬間廣泛傳播，隨意轉發有關其他人的事，而沒有想清楚那些內容是否傷人或是否屬實，可能間接助長了欺凌行為，後果可以很嚴重。

8. 我可以怎樣預防網上欺凌？



1. 向學生強調學校反欺凌的立場。加深學生對「網上欺凌」的了解，及早讓學生認識一些預防和處理的方法。無論在校內或網上，都要積極建立和諧關愛的校園文化。
2. 讓學生明白，在網絡世界裡，也要尊重他人私隱，在未經當事人同意之前，絕對不要把別人的私人信息或資訊流傳出去。
3. 提醒學生當發現其他人被欺凌時，不應推波助瀾或袖手旁觀，在安全的情況下要為他人挺身而出，制止事件，以及向教師舉報。
4. 鼓勵合宜的網上行為，年青人在網上以尊重的態度與他人交流，尊重持有不同意見的人。
5. 做個網絡好公民，以合法的原則和負責任的態度，在網上發表個人意見。

9. 我怎麼知道我的學生受網上欺凌困擾？



和家長保持溝通，並多留意和關心學生的情緒和行為。若學生受到網上欺凌困擾，可能會出現以下的情況：

1. 在上網後出現負面情緒。
2. 看到一些短訊後感到情緒低落、焦慮不安。
3. 學業成績突然倒退。
4. 在校內正受到同學欺凌。
5. 變得離群，甚至不願上學。

10. 假如學生因網上欺凌向我求助，我應該怎樣做？



1. 我們應了解學校對相關問題的指引及政策，以便處理欺凌事件。
2. 保持冷靜，對他們願意求助的決心和勇氣給予肯定。假若發現學生受到困擾，應提供情緒支援，而不應在這個時候責怪或教訓他們。
3. 若發現他們的想法有謬誤，如「因為自己表現差，所以被人取笑也是應該的」或「無論我做什麼都制止不了別人的欺凌」，應該予以糾正。
4. 建議學生應該保留欺凌者的信息作為證據，以便作出適當的跟進。
5. 面對欺凌者網上的攻擊，應避免繼續在網上作出回應或報復，以免進一步刺激對方的情緒，引發更多網上的人身攻擊。
6. 可利用軟件或網上設定，攔截不受歡迎的信息，有需要時可以聯絡互聯網供應商或流動電話供應商尋求協助。
7. 情況嚴重或涉及恐嚇時，需向警方舉報。