



不轉發惡意信息



XXX##YY#ZZ!!!

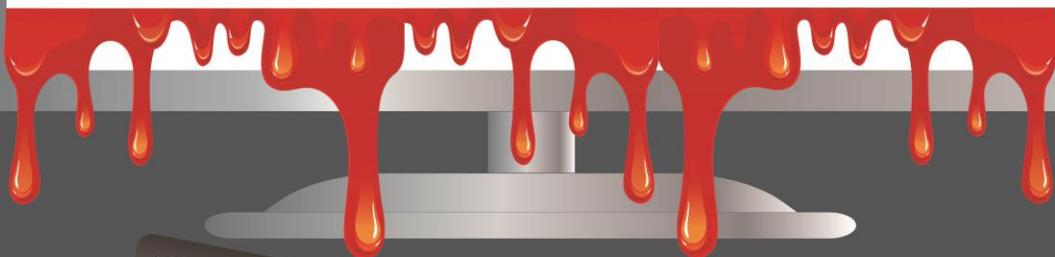


XXX##YX\$\$

不應為了支援受害人  
而加入罵戰



# 網絡欺凌 咪做幕後黑手



不參與「起底」  
不披露別人的資料



衛生署  
Department of Health



香港特別行政區政府  
衛生署學生健康服務



健康使用互聯網及電子屏幕產品  
[http://www.studenthealth.gov.hk/tc\\_chi/internet/health\\_effects.html](http://www.studenthealth.gov.hk/tc_chi/internet/health_effects.html)

# 網絡欺凌咪做幕後黑手

## 常見問題1



我曾經收過朋友傳來的影片，發現原來主角就是我的同班同學，他被人侮辱的片段不斷在網上流傳，變成大家茶餘飯後的話題。我應該怎樣做？

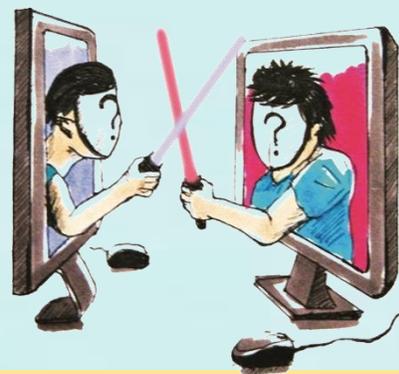
1. 要明白欺凌行為並不是一時貪玩或是一般嬉戲的行為，要了解欺凌行為的嚴重後果和責任。透過轉寄或分享欺凌者所發放的信息，可能在不知不覺間加入了欺凌者的行列，間接助長了欺凌行為，後果可以很嚴重。
2. 在網絡世界裡，你希望別人怎樣對待你，就要怎樣對待人。我們應該避免轉發欺凌的信息或協助「人肉搜尋」，千萬不要助長別人的欺凌行為。發現其他人受欺凌時，不要火上加油，也不要袖手旁觀。在安全情況下要為他人挺身而出，舉報有關的欺凌事件。
3. 要尊重他人私隱，在未經同意之前，絕對不要把朋友的私人信息或資訊分享出去。
4. 一些廣泛流傳的消息未必一定是事實，就算是朋友傳來的資訊，我們也要小心判斷它的真實性。應該以批判的眼光看待網上資訊，透過查閱不同的資料來源，確認資訊的可信性，以免輕信謠言。



更多資訊：

智Sm@rt智囊團 [小學篇](#)、[中學篇](#)、[教師篇](#)、[家長篇](#)  
[健康使用互聯網及電子屏幕產品](#)

## 網絡欺凌咪做幕後黑手 常見問題2



對於一些看不過眼的事，我很想在網上表達不滿，批評一些討厭的人，將他們的醜事公開，讓全世界都知道。反正我不會用真名在網上發言，沒有人會知道我是誰，這樣做應該沒有問題吧？

1. 很多人以為可以在網上公開地或以匿名身分攻擊別人，也不會被人發現。他們在網上傷害別人時，往往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。也有一些人會認為自己只是和別人「開玩笑」，而且覺得「人人都這樣做」，沒有什麼大不了。不過這些想法全都不是事實。
2. 學習尊重持有不同意見的人，同時我們要明辨是非，不應作匿名或惡意批評。要善用在網上的平台，和別人有多些正面的互動和交流，以適當和負責任的態度，在網上發表個人意見。
3. 在傳送任何資訊前，先要考慮清楚後果，也要設身處地地想一想：「誰會收到這些惡意的批評？」或「看到中傷的說話會有多難受？」網上欺凌對受害者有可能會帶來嚴重的情緒困擾，甚至產生自殺念頭，後果可以很嚴重。
4. 嚴重的網絡欺凌事件中，欺凌者往往要為自己的行為負上刑責。警方可向網絡供應商調查有關的網絡地址及客戶資料，並以網上留言或討論區的內容，作為證據及進行起訴。



更多資訊：

智Sm@rt智囊團 [小學篇](#)、[中學篇](#)、[教師篇](#)、[家長篇](#)  
[健康使用互聯網及電子屏幕產品](#)

# 網絡欺凌咪做幕後黑手

## 常見問題3

我平時喜歡和同學在網上聊天。不過，最近有些同學總是在網上公開講別人的壞話，說一些很過分的笑話，有時甚至會夾雜一些粗口，令別人感到難受。我試過因為不參與他們的討論，而被人不停取笑和責罵。我覺得他們真的很過分，我應該怎樣做？

1. 其實你的同學所做的事已是「網上欺凌」。只要是透過電郵、短訊、網頁、網上討論區等發放侮辱性的信息或作人身攻擊，就是「網上欺凌」。
2. 你選擇不參與欺凌的言論，不在網上惡意攻擊他人，你是做得對的。

### 智Smart小錦囊

1. 學習尊重持有不同意見的人，同時要明辨是非。以適當的態度和別人在網上溝通，堅持不作惡意批評或粗言穢語。
2. 面對網上欺凌，要即時通知父母、老師或其他可以信賴的成年人，和他們商量解決問題的方法。
3. 發現其他人受欺凌時，不要煽風點火，也不要袖手旁觀，要主動通知父母和老師。
4. 我們應該保留對方的惡意留言作為證據，以便作出適當的跟進。
5. 面對別人網上的攻擊，我們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。



更多資訊：

智Sm@rt智囊團 [小學篇](#)、[中學篇](#)、[教師篇](#)、[家長篇](#)  
[健康使用互聯網及電子屏幕產品](#)