



網路霸凌與網路成癮

網路人際零霸凌

4-1

編撰：臺北市內湖區南湖國民小學 / 溫博安





一 學習表現

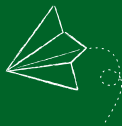
資議 a-III-2 建立健康的數位使用習慣與態度

資議 a-III-3 遵守資訊倫理與科技使用的相關規範

資議 p-III-2 使用資訊科技與他人溝通互動

二 學習內容

資議 H-III-1 健康數位習慣的實踐



三 學習重點

1. 能正確使用即時通訊軟體與社群網路，具備數位公民的素養。
2. 能瞭解網路隱私的原則，並瞭解不適當的公開或傳播私人訊息會讓他人產生錯誤印象，對被公開訊息者造成傷害。
3. 能學會當個人訊息被他人於網路上不當公開造成心理不舒服，或是得知周遭同學有這樣情形時，問題妥當處理方式。



一葉知秋・學思並進

小皮的父母發現小皮最近都悶悶不樂，之前在家中還常會跟爸媽聊學校的事，但最近幾乎很少聽到小皮談起學校發生的事情，問了小皮後她也僅是支支吾吾地說了幾句，爸媽因而打電話給許老師想了解小皮在學校的狀況。老師聽完後也跟小皮爸媽說，小皮功課是沒什麼問題，但是也有發現她最近變得沒以前開朗，也少跟一些之前比較要好的同學一起活動，正想找機會和小皮聊到底是什麼原因……





兩全其美・觸類旁通

隨著智慧型手機及平板電腦越來越普及，加上即時通訊 App 及社群網站的便利性，班上很多小朋友都在使用。當然沃德、米迪、偉柏、小皮、依妹、佩琪和班上其他幾位好朋友，也在即時通訊軟體上成立了一個群組。他們在課後時間經常在群組上討論班上的大小事情。

某天，米迪在群組中：「我覺得 A 同學很噁心，每次吃完東西垃圾都不丟到垃圾桶而亂塞到抽屜，實在髒死了！」

這時依妹接話說：「比起 A 同學，B 同學才令人討厭，他很愛現常常自以為是，又很愛跟老師打小報告，這種人最讓人討厭了！」

然後在群組上的同學你一言我一語，紛紛表示誰最討厭誰……



這時候米迪就說：「乾脆我們用即時通訊 App 的票選功能，來辦一個班上誰最讓人討厭的票選活動吧！」

此時沃德、依妹馬上送訊息附和，然後他們就又七嘴八舌的提名了四、五個同學。

不過在票選前，佩琪、偉柏、小皮覺得這樣不太好，但是佩琪因為和依妹是好朋友，沒有直接在群組中出言反對，而偉柏、小皮兩人都分別在群組中發言反對這樣的行為，但是群組中的其他夥伴們不以為意，而且還覺得他們兩人不合群也很討人厭，就將他們踢出群組，還把群組名稱改為「無剝皮更快樂」。後來還公然在群組中說起偉柏和小皮的壞話，特別是小皮因為做事比較粗心大意，又常喜歡到處問別人，在大家於群組中你一言我一語的推波助瀾下，最後她竟然被票選為最讓人討厭的同學，因此同學也開始有意無意地排擠小皮…



而依妹為了炫耀自己的能力，還特別拍下小皮打掃時踢倒水桶、打翻便當等在學校生活中出糗的照片和影片，傳到「無剝皮更快樂」的群組中，沃德看到了也想展現自己很厲害，就把這些照片和影片發佈到社群網站中並公開，結果同學們紛紛嘲笑小皮，常常對小皮指指點點，當然小皮自己也從社群網站中看到了…



佩琪這時覺得本來只是一個開玩笑的事，結果變成這樣實在太離譜了，就私下送訊息給依妹：「這樣把小皮出糗的照片和影片公布在群組不好吧？而且還被沃德下載發佈到社群網站去了！你們不要再這樣啦！」

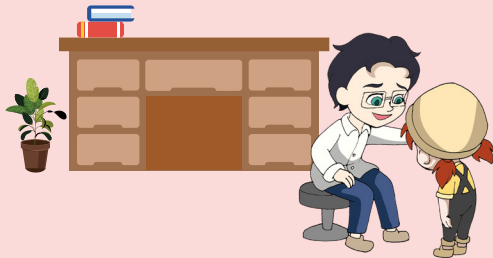
沒想到依妹竟然回說：「這本來就是小皮自己出糗的啊，我只是傳在群組給群組的人知道而已有甚麼關係？現在群組中又沒有小皮了，再說發佈到社群網站的人是沃德不是我啊！」



佩琪在勸說沒用後，決定找偉柏商量。正好偉柏也是從社群網站中看到了小皮出糗的照片和影片，古道熱腸的他覺得同學們實在玩鬧得太過火了，在聽完佩琪的描述後，他決定鼓起勇氣告訴老師這個情形。



許老師在聽完偉柏的話後，大概就明白讓小皮爸媽疑惑的原因。於是他先找了小皮來聊聊，確認了小皮最近不開心的原因正是因為同學排擠她，並把她的一些行為當成取笑的話柄，而且這些還透過即時通訊 App 和社群網站一直在發酵，此時許老師拍拍小皮的肩膀說：「你放心，這件事情老師會處理，以後妳遇到這樣的事不用擔心，記得先跟老師說喔！」



許老師為了讓全班同學明白不恰當的行為所造成的影響，特別利用了班會的時間，讓大家看一段網路霸凌的新聞和影片，劇中的主角因為大家的嘲弄而自我傷害，這時候許多同學才意識到原來已經傷害了小皮，紛紛低下頭默默不語。

許老師看到這個情形，就說：「我想大家都知道事情的嚴重性了吧，事件中的大人已經違反了刑法公然侮辱罪、加重誹謗罪、恐嚇罪等法律，也須負擔民事上侵害他人名譽賠償責任。現在我聽說班上也有類似的情形，若造成別人的傷害，你們也可能面對令人遺憾的後果！老師相信你們只是一時玩笑，不過你們現在應該知道這是不對的行為，我也相信做錯事的同學會知道怎麼改正的…」



在一陣沉默後，許老師接著說：「網路跟學校一樣，都有需要遵守的規定，要尊重同學、守秩序。各位同學要有同理心，如果看到不喜歡的內容，不轉寄、不分享也不要按讚，否則一不小心就會將不好的訊息散播出去傷害到別人。如果有人在網路上罵你，不要一直去看，因為這會讓你有不好的情緒或行為，要先把內容截圖或拍照起來，留做證據並向老師或家長反映。最重要的是，如果你覺得不舒服，一定要勇敢的跟家人、朋友或老師聊一聊，千萬不要一個人將事情憋在心裡，這樣是無法解決問題的！」

班會後，有人私下用即時通訊 App 跟小皮說對不起，沃德則是將小皮相關的照片、影片從社群網站下架並當面向小皮道歉，依妹則是收回了在即時通訊 App 群組中關於嘲笑小皮的資訊，除了當面跟小皮承認自己做錯了，並邀請小皮和偉柏重新加入群組，大家又恢復了往常好朋友的關係。



- ◆在你的生活經驗中，還有哪些類似小皮所碰到的情形？
- ◆如果你是佩琪或偉柏，在第一時間可以怎麼做來避免小皮被同學排擠甚至嘲笑？
- ◆雖然他人不在即時通訊軟體或社群網站的群組中，但是否就可以任意謾罵、嘲諷或散佈他們不雅의影像資訊呢？為什麼？
- ◆故事中的沃德和依妹或其他同學，有哪些錯誤的行為？
- ◆如何使用即時通訊軟體或社群網站來建立或維繫更好的同學關係？



三絕韋編 · 鑑往知來

1 · 網路霸凌和傳統霸凌有何異同？

傳統霸凌（school bullying），指個人或集體持續以言語、文字、圖畫、符號、肢體動作或其他方式，直接或間接對他人為貶抑、排擠、欺負、騷擾或戲弄等行為，使他人處於具有敵意或不友善之校園學習環境，或難以抗拒，產生精神上、生理上或財產上之損害，或影響正常學習活動之進行（教育部，2012）。傳統霸凌形式主要可分作言語霸凌（如藉由嘲諷、貶損、羞辱受凌者相關生、心理特徵、隨意散佈受凌者不實謠言等）、肢體霸凌（如藉由逼迫、勒索恐嚇、肢體攻擊之方式，對受凌者進行物理攻擊等）、關係霸凌（如透過操控社交關係的方式，脅迫、鼓吹他人排擠受凌者、禁止受凌者進行社交連結等）等形式。兒童福利聯盟（2004）將霸凌類型分為：肢體霸凌、言語霸凌、關係霸凌、反擊型霸凌以及性霸凌。其中性霸凌在性別平等教育法中有明訂，指透過語言、肢體或其他暴力，對於他人之性別特徵、性別特質、性傾向或性別認同進行貶抑、攻擊或威脅之行為且非屬性騷擾者。



網路霸凌和傳統霸凌相似，霸凌者通常會藉著戲謔他人達到樂趣和滿足感為目的。但不同於傳統霸凌，網路霸凌多在線上空間發生，不需要有直接的接觸行為，有些人不會面對面霸凌他人但是卻會透過網路霸凌他人，正因為他們以為在網路上匿名不會被發現。

常見網路霸凌行為包括網路文字（如歧視笑話與殘酷的負面批評等）、圖像騷擾（如個人私密照被公開流傳，含有性暗示的圖片等），以及個人訊息（如傳送騷擾手機簡訊或恐嚇電子郵件等），且造成更嚴重精神傷害。因為使用媒介上的不同，網路霸凌藉由網路的即時性、匿名性、傳播速度快等特性，其勢力範圍會隨著網路 24 小時不受時間與空間的限制、公開且快速的擴大傳播，再加上網路的訊息一旦發送出去後難以回收，因此會持續性造成受害者二度傷害。

然而，不論是傳統霸凌或是網路欺凌，其共同之處為透過指責、騷擾、詆毀、模仿、揭露和詐騙、排擠和跟蹤等戲謔他人的霸凌行為達到尋找歡樂、滿足感之目的。霸凌的行為往往造成受害者心理存在陰影，對於霸凌者來說，亦也可能造成心理的傷害。



2 · 遭遇網路霸凌時的申訴方式：

· 在使用網路時應遵守網路禮儀及遇到網路霸凌時，可採取以下措施：

- (1) **先**保留證據：將霸凌的圖文影像等內容，進行保留存證（可利用鍵盤右上角「Print Screen」按鍵儲存畫面），做為後續措施的佐證。
- (2) **再**阻斷霸凌管道：透過社群網站的「解除朋友關係」或「封鎖」功能，阻斷霸凌者與當事人的聯繫管道，避免他們持續和當事人對話，或看到當事人所更新的訊息。
- (3) 即時告知教師、家長：若收到霸凌的不實言論，不要自己躲起來難過，也不要報復反擊，要第一時間立刻報告家長或老師協助處理，並保護自己安全。
- (4) 遭遇性隱私影像侵害時，例如個人私密照被公佈在網站上，已涉及兒少性剝削，可直接撥打 113 專線，數位性暴力狀況也向社會局與警察局尋求協助。



- (5) 勇敢向網管部門檢舉：利用社群網站「檢舉」功能或透過影音網站的「安全中心」向網站管理部門舉報；他們會根據網站使用規則決定是否移除霸凌內容，或停用霸凌者的帳號。
- (6) 尋求專業協助：如果需要進一步協助，可以諮詢學校的導師或輔導老師、醫療院所的心理師或精神科醫師，或向教育部防制校園霸凌專線 0800-200-885 反應（或教育部防制校園霸凌專區留言版留言），以及「iWIN 網路內容防護機構 (<http://www.win.org.tw/>)」申訴。也可以尋求展翅協會 web885 網路諮詢熱線 ([http:// www.web885.org.tw](http://www.web885.org.tw)) 網路諮詢協助，或撥打兒福聯盟的踴貢少年專線 0800-00-1769，讓自己有專業協助、以利身心健康發展。
- (7) 不謾罵、不轉傳、不張貼：審慎判斷訊息是否屬實，在網路公開空間張貼訊息前，需謹慎思考是否可能傷害他人，在網路上面看到霸凌行為的圖片或影片，不要流傳出去，不任意轉寄或張貼不適切的傷人訊息，以免造成無辜當事人二度傷害。

教育部防制校園霸凌專線
0800-200-885





4

四通八達・小試身手

問題一：如果你碰到像小皮這類的情形，可以怎麼做來保護自己，避免被同學傷害又不破壞友誼？

* 我會這樣做：

問題二：想一想，即時通訊軟體或社群網站對我們的生活有甚麼益處？使用上應該注意哪些行為，避免造成人與人之間的傷害？

* 對我們生活的益處：

* 使用上應注意的事：



問題二：為了防制校園霸凌的情形，教育部、各縣市教育局和各級學校都做了很多宣導，請上網查一則關於這方面宣導的內容，並回答下列問題。

- * 我查到關於防制校園霸凌宣導的網址是：

- * 請寫出你看到的宣導重點：

- * 請查出教育部 24 小時反霸凌投訴專線號碼：

- * 除了反霸凌投訴專線，還有那些申訴的管道？請至少寫下 2 個。
 - 1.
 - 2.





五彩繽紛・旁徵博引

[1] 教育部防治霸凌專區 <https://csrc.edu.tw/bully/index.asp>

[2] 教育部中小學網路素養與認知網站 - 網路霸凌主題

<https://eteacher.edu.tw/Archive.aspx?id=277>

[3] 網路內容防護機構網站 <http://www.iwin.org.tw>

[4] 教育部網路霸凌宣導單（國小高年級適用）

[5] 政府防杜網路霸凌因應措施及執行情形報告（行政院第 3472 次會議）

[6] 無形的拳頭 - 網路欺凌，臺中市政府教育局，K12 數位學苑中小學教師網路進修研習課程

[7] 用鍵盤摧毀一條命：「網路霸凌」現象與防制策略建構，

宋宥賢, 2018/09/30, The News 關鍵評論網, <https://www.thenewslens.com/article/101576>





學習結語

莫道網路可隨興，訊息散佈快又廣。

發文傳像須謹慎，將心比心不傷人。



語詞解釋

1. 即時通訊軟體（即時通訊 App）：泛指運行在任何電子裝置（電腦、平板、手機…等），可提供使用者進行單人或多人即時文字、圖像、檔案或視訊傳輸等互動功能的應用程式，現今知名的包括 LINE、WhatsApp、WeChat、Facebook Messenger、Telegram 等。
2. 社群網站：泛指能提供使用者作為聊天、寄信、影音、檔案分享、部落格、新聞群組等多樣形式互動交流的網路平台，現今知名的包括 Facebook、推特 (Twitter)、Instagram、LinkedIn、Youtube、微博等。