

立刻转发
出去

XXX##YY#ZZ!!!

XXX##YX\$\$

不要为了支援受害者
而加入骂战

不转发恶意信息

网络欺凌 不要做幕后黑手

不参与「人肉搜寻」
不披露别人的资料



衛生署
Department of Health



衛生署学生健康服务



健康使用互联网及
电子屏幕产品

网络欺凌不要做幕后黑手

常见问题1



我曾经收过朋友传来的影片，发现原来主角就是我的同班同学，他被人侮辱的片段不断在网上流传，变成大家茶余饭后的话题。我应该怎样做？

1. 要明白欺凌行为并不是一时贪玩或是一般嬉戏的行为，要了解欺凌行为的严重后果和责任。透过转寄或分享欺凌者所发放的信息，可能在不知不觉间加入了欺凌者的行列，间接助长了欺凌行为，后果可以很严重。
2. 在网络世界里，你希望别人怎样对待你，就要怎样对待人。我们应该避免转发欺凌的信息或协助「人肉搜寻」，千万不要助长别人的欺凌行为。发现其他人受欺凌时，不要火上加油，也不要袖手旁观。在安全情况下要为他人挺身而出，举报有关的欺凌事件。
3. 要尊重他人私隐，在未经同意之前，绝对不要把朋友的私人信息或资讯分享出去。
4. 一些广泛流传的消息未必一定是事实，就算是朋友传来的资讯，我们也要小心判断它的真实性。应该以批判的眼光看待网上资讯，透过查阅不同的资料来源，确认资讯的可信性，以免轻信谣言。



更多资讯：

智Sm@rt智囊團 [小学篇](#)、[中学篇](#)、[教师篇](#)，[家长篇](#)
[健康使用互联网及电子屏幕产品](#)

网络欺凌不要做幕后黑手

常见问题2



对于一些看不过眼的事，我很想在网上表达不满，批评一些讨厌的人，将他们的丑事公开，让全世界都知道。反正我不会用真名在网上发言，没有人会知道我是谁，这样做应该没有问题吧？

1. 很多人以为可以在网上公开地或以匿名身分攻击别人，也不会被人发现。他们在网上伤害别人时，往往因为看不到对方的反应而以为没有严重后果，低估了自己所做的事对别人的伤害。也有一些人会认为自己只是和别人「开玩笑」，而且觉得「人人都这样做」，没有什么大不了。不过这些想法全都不是事实。
2. 学习尊重持有不同意见的人，同时我们要明辨是非，不应作匿名或恶意批评。要善用在网上的平台，和别人有多些正面的互动和交流，以适当和负责任的态度，在网上发表个人意见。
3. 在传送任何资讯前，先要考虑清楚后果，也要设身处地去想一想：「谁会收到这些恶意的批评？」或「看到中伤的说话会有多难受？」网上欺凌对受害者有可能会带来严重的情绪困扰，甚至产生自杀念头，后果可以很严重。
4. 严重的网络欺凌事件中，欺凌者往往要为自己的行为负上刑事责任。警方可向网络供应商调查有关的网络地址及客户资料，并以网上留言或讨论区的内容，作为证据及进行起诉。



更多资讯：

智Sm@rt智囊團 [小学篇](#)、[中学篇](#)、[教师篇](#)，[家长篇](#)
[健康使用互联网及电子屏幕产品](#)

网络欺凌不要做幕后黑手

常见问题3

我平时喜欢和同学在网上聊天。不过，最近有些同学总是在网上公开讲别人的坏话，说一些很过分的笑话，有时甚至会夹杂一些粗口，令别人感到难受。我试过因为不参与他们的讨论，而被不停取笑和责骂。我觉得他们真的很过分，我应该怎样做？

1. 其实你的同学所做的事已是「网上欺凌」。只要是透过电邮、短讯、网页、网上讨论区等发放侮辱性的信息或作人身攻击，就是「网上欺凌」。
2. 你选择不参与欺凌的言论，不在网上恶意攻击他人，你是做得对的。

智Smart小锦囊

1. 学习尊重持有不同意见的人，同时要明辨是非。以适当的态度和别人在网上沟通，坚持不作恶意批评或粗言秽语。
2. 面对网上欺凌，要即时通知父母、老师或其他可以信赖的成年人，和他们商量解决问题的方法。
3. 发现其他人受欺凌时，不要煽风点火，也不要袖手旁观，要主动通知父母和老师。
4. 我们应该保留对方的恶意留言作为证据，以便作出适当的跟进。
5. 面对别人网上的攻击，我们应避免继续在网上作出回应或报复，以免进一步刺激对方的情绪，引发更多网上的人身攻击。



更多资讯：

智Sm@rt智囊團 [小学篇](#)、[中学篇](#)、[教师篇](#)，[家长篇](#)
[健康使用互联网及电子屏幕产品](#)