

e世代健康支援網絡

2024年7月 家長通訊

網絡禮儀對子女的重要性

科技與網絡的發展已經全面改變人類的生活，生活在數位時代的孩子們不僅穿梭於現實生活，也活躍在網絡世界。其實網絡世界亦如現實世界，可以是一個施展才能和尋找同儕的空間，但也可能成為欺凌和不當行為的溫床。作為家長，對建立孩子的正確網路禮儀責無旁貸，為的是確保他們在網絡上亦能安全健康地成長。

網絡禮儀的十規條

早在1994年，由學者維珍尼亞·余（Virginia Shea）的同名著作提及網絡禮儀。該著作提及的十個規條，時至今日仍然適用。

- | | |
|-------------------|-----------|
| 1. 以人為本 | 6. 分享專家知識 |
| 2. 把現實世界的行為標準放在網上 | 7. 保持理性討論 |
| 3. 知道自己身處網上的群組 | 8. 尊重他人私隱 |
| 4. 不要浪費他人的時間和數據 | 9. 不要濫用權力 |
| 5. 保持良好個人形象 | 10. 待人以寬 |



來源自：<https://cyberdefender.hk/netiquette/>

個案分享

個案主角——小浩（化名），是一個熱愛玩網上遊戲的12歲男孩。有一天，他在遊戲的聊天室以「你真笨，玩得這麼爛！」毒罵另一位同班同學，引起對方的不滿。後來，那位同學的父母向學校投訴，並指責小浩的言行不當。其後班主任將有關事情告知小浩的母親。我們作為社工意識到這是一個很好的教育機會，於是我們相約與小浩認真談談，希望透過這次事件，讓小浩明白，即使只是網上遊戲聊天室的說話，亦會讓別人感到受傷害。在網絡上，我們也應該以尊重和善意的態度對待別人。並讓他了解到每個人都有自己的長處和短處，我們應該互相包容、互相鼓勵。如果有人表現不理想，我們也需以同理心善意提醒，而不是嘲笑。網絡世界和現實生活皆需要我們彼此關懷及互相支持。

小浩最終明白在網絡上也要遵守禮儀，不能以為隔著螢幕就可肆意傷害他人。從此以後，小浩上網時都會謹慎地斟酌用詞，不再隨意評論他人，不僅懂得尊重他人，亦變得更有同理心和責任感。

家長的家庭教育

孩子們正處於快速成長的階段，一些網上不當的言行很容易影響他們。在培養孩子成為有品德、有擔當的良好網民方面，家長可以從以下幾個方面著手：

1. 率先樹立好榜樣

家長要以身作則，在網絡上遵守良好的行為規範。展現尊重、理解和包容的態度。

3. 制定家規

與孩子共同制定網路使用的家規，如不瀏覽意識不良的網頁、不發表攻擊性言論等，並堅持執行。這不僅能培養孩子的自律能力，也可以增進親子之間的互信。

2. 加強溝通交流

多與孩子探討網絡禮儀的重要性，耐心解釋其中的道理。鼓勵他們提出自己的想法和困惑，給予適當的引導和糾正。

4. 適時監督引導

適當地監督孩子的上網活動，及時發現並糾正不當行為。同時，要耐心地引導他們學會自我管控，培養正確的網絡使用習慣。



家長們，讓我們攜手合作，共同引導和培養孩子們，使他們能在網絡世界健康成長，成為品德高尚、有擔當的網絡公民。讓我們一起打造一個更文明、和諧的網絡空間！

若情況使你感到無助，已經不知可以如何處理，「e世代健康支援網絡」可為你提供支援。

熱線電話 / WhatsApp / WeChat : 6617 6613

服務時間：上午9：30至晚上9：30星期一至六（公眾假期除外）

服務對象：中小學教師、學生及家長



了解更多



esafety.hkpa.hk