

預防及處理網絡欺凌



明愛青少年及社區服務
Caritas Youth and Community Service



CARITAS
INFINITY TEENS
CYBER YOUTH SUPPORT TEAM

© Cyber Youth Support Teams (Caritas – HK)

如需轉載此簡報內容，請向單位查詢

網絡欺凌

CYBER BULLYING



欺凌者

協助者

附和者

被欺凌者

保護者

旁觀者

網絡欺凌

CYBER BULLYING

保護者

欺凌者

協助者

被欺凌者

旁觀者

附和者

三種不同的關係

網絡欺凌者

網絡被欺凌者

1. 於現實生活及網絡世界互相辨識、認識



2. 單向地於現實生活及網絡世界辨識



3. 於現實生活互相不認識



3. 於網絡世界互相辨識、認識



欺凌

- 一個人或一群人
- 以強凌弱 / 人多欺負少數
- 傷害（言語及肢體）

網絡欺凌

電子設備
網絡平台
社交程式

匿名

規模更大，
難以預計
後果

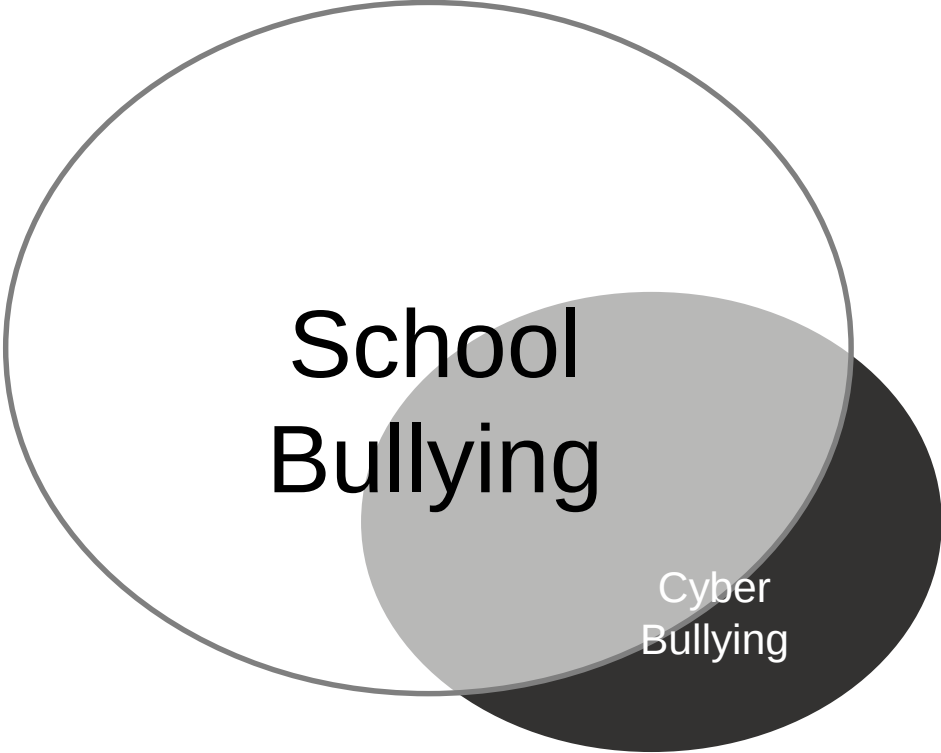
權力不平等
難以退出/消除

一次或以上

於網絡世界，我們未必會即時知道對方的感受，

但網絡欺凌對受害者帶來的傷害是實在的，

亦難以預計所造成的影響。



A Venn diagram consisting of two overlapping circles. The left circle is white with a thin black outline and contains the text 'School Bullying'. The right circle is dark gray with a thin black outline and contains the text 'Cyber Bullying'. The overlapping area between the two circles is shaded in a medium gray.

School
Bullying

Cyber
Bullying

平台

...

手法

改圖

借刀

抹黑

洗版

公審

起底

鞭屍

非法入侵

Group

Fanspage

Status

Story

Accounts (Public / Private)

Posts

Story

Hashtags

IG Direct

Name tags

群組

PM

頭像

廣播訊息

Stickers

起底

公審

炒車

左膠

道德村居民



- 網絡欺凌事件形式多變，可於短時間內橫跨不同平台
- 對話紀錄易於刪除，難以追查，助長欺凌者
- 被欺凌者情緒更大困擾，難以想像傳閱程度

個案分享：
網絡欺凌

充分了解各網絡平台的功能

針對發生網絡欺凌的平台，
以網絡技巧處理網絡欺凌

舉報功能



儲存帖子
加入收藏項目。

Create detailed report
Send a detailed report to Facebook.

隱藏帖子
減少顯示這類帖子。

暫停追蹤 [redacted] 30 天
暫停顯示帖子。

取消追蹤 [redacted]
停止顯示帖子，但保持朋友關係。

為什麼我會看到這則帖子？

尋求支援或舉報帖子
我對這則帖子有疑慮。

開啟這個帖子的通知

複製連結



舉報

你為何要舉報這篇帖子？

裸露或性行為



仇恨言論或符號

暴力或危險組織

銷售非法或管制商品



欺凌或騷擾

侵犯知識產權

自殺、自殘或飲食失調

詐騙或欺詐

不實資訊

我就是不喜歡

這是垃圾訊息



內容不適當

取消

- Block 「封鎖」
- Restrict 「限制」



- 留言過濾功能
- 關閉留言功能

暫時停用或刪除帳戶功能

網上討論區

1. 舉報功能
2. 封鎖及刪除
3. 可到站務台要求刪除：
 - 帖文
 - 留言

通訊軟件

退出群組

舉報群組

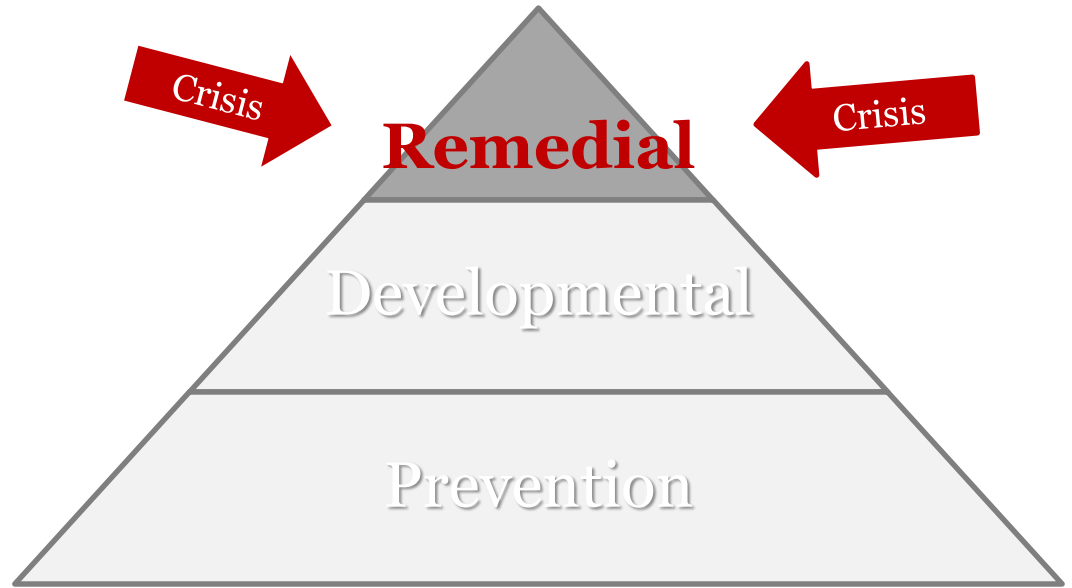
封鎖

舉報聯絡人



即時自救貼士

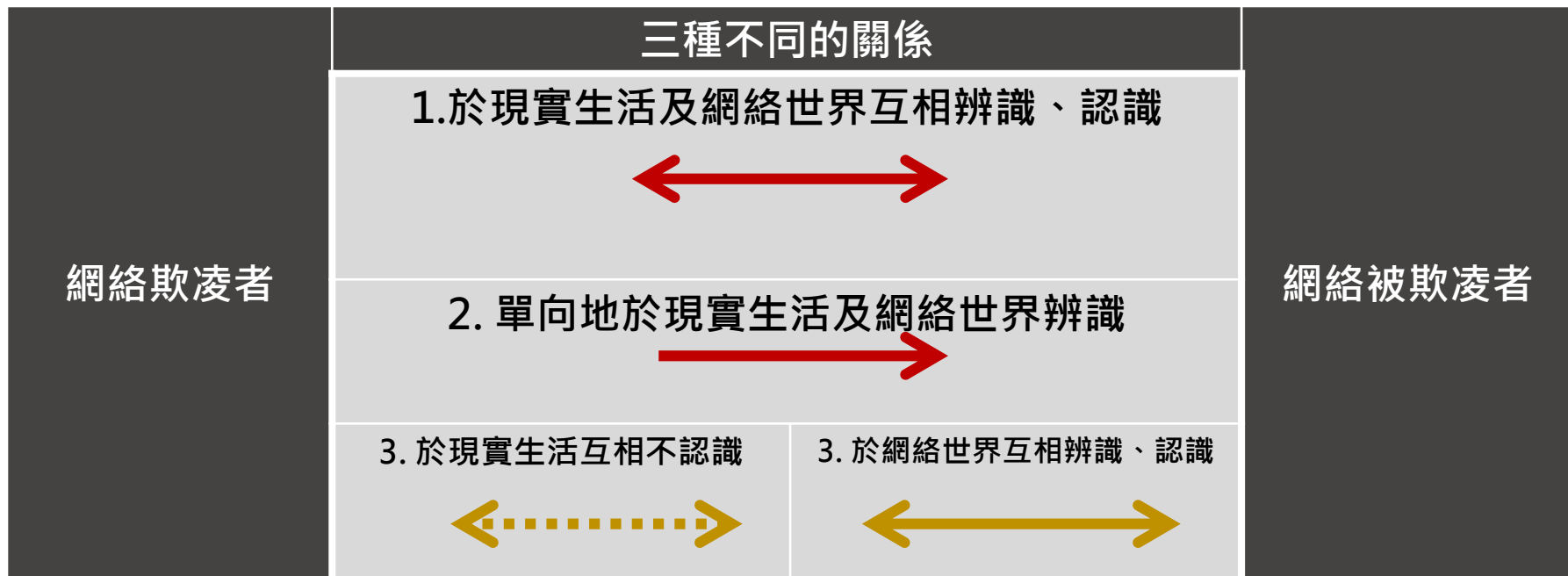
- 將欺凌者限制、移除、封鎖或列入黑名單
- 保留欺凌者的留言和行為證據，檢舉欺凌人士的帳戶或帖子
- 立即設定所有帳戶為最高隱私，有需要時可直接停用帳戶
- 可分享感受、道歉或澄清 → 為事件降溫，但拒絕罵戰
- 向家人、老師、社工或其他值得信任的朋友分享和商量



處理網絡欺凌

- 評估 -

(一) 身份

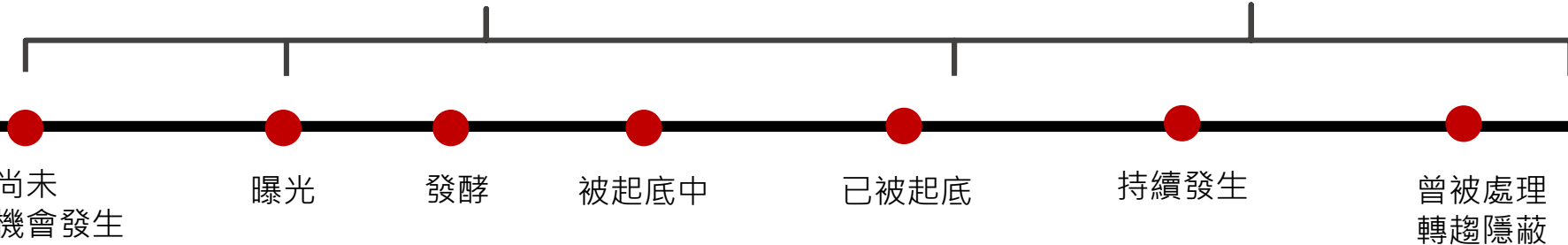


(二) 狀況

- ✓ 預防
- ✓ 情緒支援

- ✓ 危機處理
- ✓ 情緒支援

- ✓ 防止惡化
- ✓ 補救性工作
- ✓ 情緒支援



(三) 程度

- ◆ 事件內容：事件始末、真假→ 個人資料
- ◆ 平台、帖子：數量
- ◆ 人物：牽涉人數、源頭
- ◆ 對現實生活的影響

(四) 動機

- ◆ 公審
- ◆ 恐嚇、勒索
- ◆ 要求道歉
- ◆ 奚落、羞辱
- ◆ 借刀、抹黑
- ◆ 娛樂
- ◆ 排擠
- ◆ 鼓吹自殺

(~ 自身利益)

(五) 被欺凌者的情緒及應對

- ◆ 情緒狀態
- ◆ 抗逆力
- ◆ 應對技巧
- ◆ 求助模式
- ◆ 朋輩及其他支援
- ◆ 影響現實生活
- ◆ 人生安全



**Protective
&
Risk Factors**

處理網絡欺凌

- 介入 -

一、清晰的定義

惡作劇 VS 欺凌



欺凌

人哋同你玩下咋

唔好攞咁多嘢啦

大家一人讓一步...

多一事不如少一事

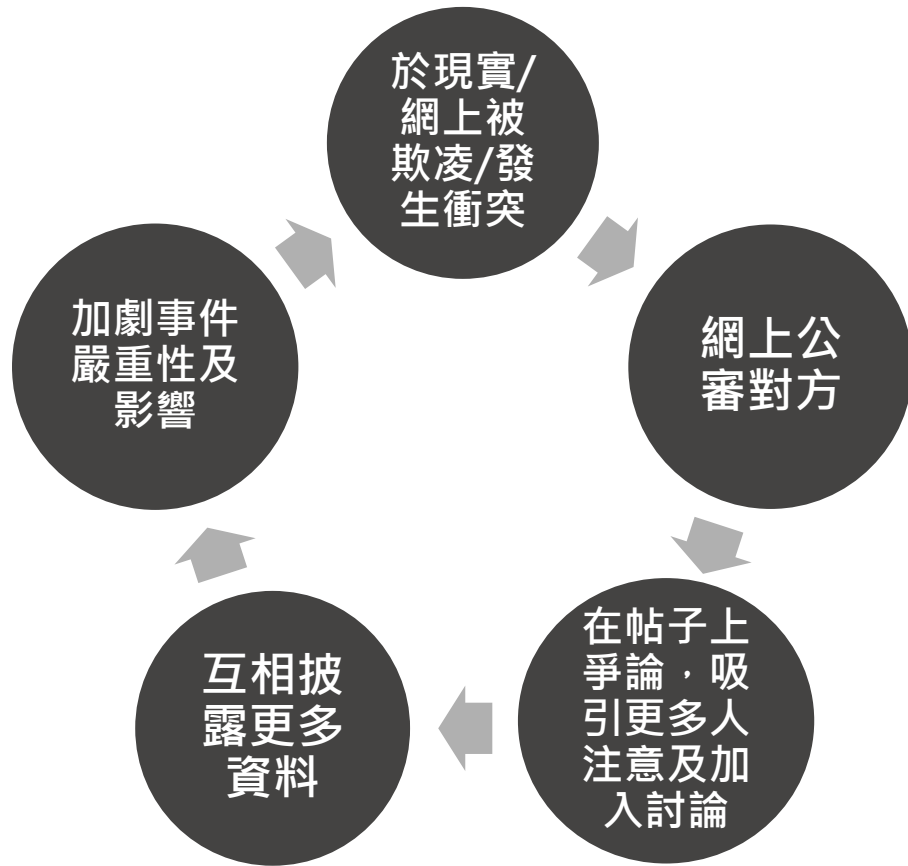
惡作劇

二、找錯處 正常化求助

1

三、避免進入欺凌循環

✓ 為事件降溫，
拒絕罵戰



四、Social Media Detox

不要重覆閱讀網上的評論

自我充電

享受現實生活

卸載程式

五、線下支援網絡



*個案及小組工作

五、線上支援網絡

互助+集體智慧

六、打好調解基礎

七、嘗試與相關持份者協調及建議其跟進

✓ 認真處理

✓ 專責老師和同學留意或跟進

✓ 懲罰 (主要帶出影響及社會規範)

✓ 如許可，留意事件於社交媒體上的發展

✓ 整理學校氣氛

✗ 高調處理事件

✗ 公開「篤灰者」

Train the trainers

七、嘗試與相關持份者協調及建議其跟進

✓ 認真處理

✓ 家校低調合作

✓ 留意上學模式及情緒變化

✓ 如許可，留意事件於社交媒體上的發展

✗ 輕視欺凌行為

✗ 輕鬆帶過子女的擔憂

✗ 過於緊張，馬上為子女出頭

處理家長求助時要注意的要點

- ✓ 子女情緒狀態
- ✓ 親子溝通及管教模式
- ✓ 知情者帶來的利與弊
- ✓ 對社交媒體的知識（操作及文化）
- ✓ 事件發展及曝光程度→即時處理
- ✓ 源頭→報告、協商或追究
- ✓ 後續處理（情況轉趨惡化或淡化）

七、嘗試與相關持份者協調及建議其跟進

- ✓ 如有需要，鼓勵被欺凌者停止接收有關資訊
 - ✓ 認真處理，帶出事件嚴重性
- ✓ 運用各平台特色，封鎖及刪除相關帖文或資料
 - ✓ 集中通報機制 (指定聯絡人)

八、去標籤化

整班教育，全校參與

預防網絡欺凌

保障個人及身邊人資料

只向信任的人開放讀取權限



48 貼文

466 位追蹤者

518 追蹤中

例如：

- 姓名
- 年齡
- 電話號碼
- 居住地區
- 學校名稱
- 個人或朋友照片
- 打卡
- Hashtag

留意網絡及社會規範

- ✓ 了解各網絡平台的規範，提升敏感度
- ✓ 評估風險及後果
- ✓ 衡量自己及身邊人的承擔能力
- ✓ 如有猶豫 / 懷疑，可與信任的人商討

教育方向

- ✓ 多角度思考
- ✓ 同理心溝通及處事
- ✓ 網絡與現實安全（自己及他人）
- ✓ 網絡與現實的後果及責任
- ✓ 與網絡生態共處

在做以下動作之前

讚好

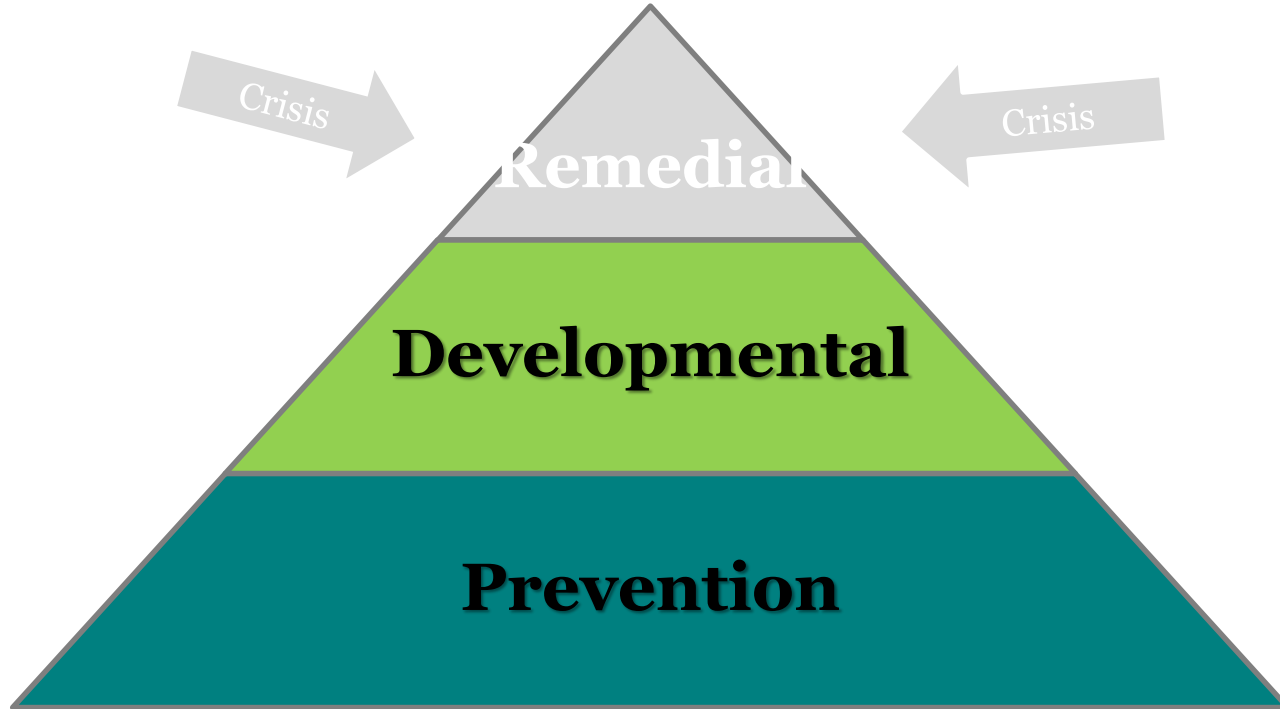
轉發

留言

請用三十秒時間思考→

真確性、必要性、嚴重性、對方的反應

Intervention



網上青年支援隊

協作區域	服務名稱	聯絡電話
香港島	聖雅各福群會 港島區網上青年支援隊 - 第六點	2596 2591
東九龍	香港明愛 明愛連線 Teen 地 - 網上青年支援隊	2339 3759
西九龍	香港小童群益會 夜貓 Online 網上青年支援隊	2396 9447
新界東	香港青少年服務處 一微^_^米網上青年支援隊	2606 7644
新界西	香港青年協會 uTouch 網上青年外展服務	2788 3444

服務內容

網上外展

網上及面談輔導

線上及線下小組與活動

轉介服務

入校小組、活動及講座（對象包括學生、家長）

專業培訓（對象包括社工、教師或其他專業人士）

公眾教育

相關人士諮詢服務

Thank You

明愛連線Teen地 -
網上青年支援隊