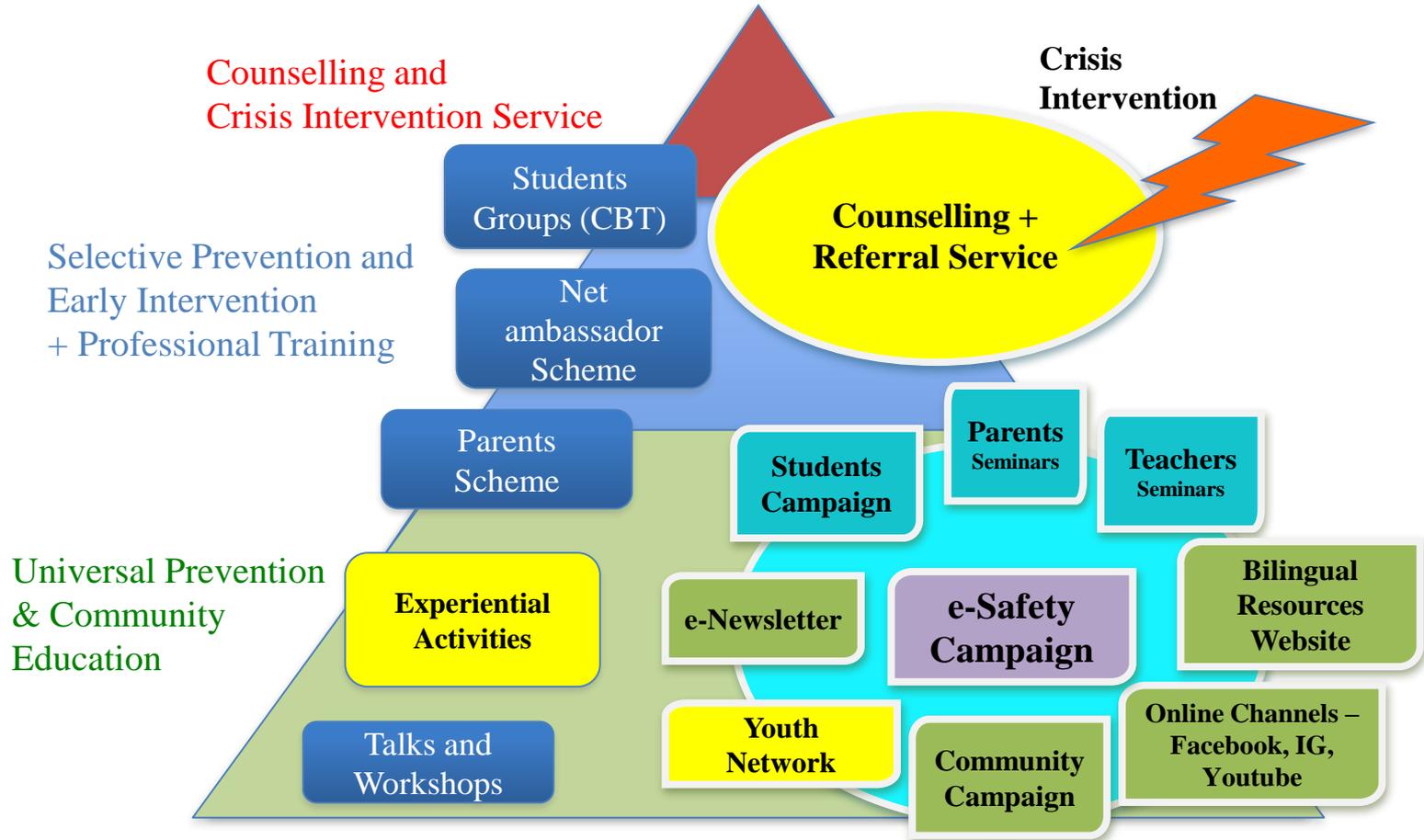


預防及處理網絡欺凌

香港家庭福利會
青少年服務高級經理
吳浩希社工 (Elvis)
2024年2月6日

- 2000 CBT小組、戀上WWW講座、模擬網絡遊戲、網吧體驗團
- 2004 研究：青少年上網對家庭關係及精神健康的影響，青年網樂大使計劃 (2004 至今)
- 2004 開展網絡教育及輔導服務 Net Service
- 2005 出書：跳出「網」惑 — 青少年上網的真實故事與出路 (以需要及關係去理解沉迷上網及網絡問題)
- 2005 探訪韓國專門服務、韓國的臨床心理學家於同年探訪家福會、「網絡新Teen地」親子體驗
- 2005-07 家庭I.T.樂 (EDB 資助家教會，於超過100間學校舉行)
- 2008 到美國參與兒童網絡安全研討會
- 2008 開展Healthy Net Service
- 2008-10 為處理網絡不良資訊，舉辦12場公開家長講座、製作教材套、為政府培訓網絡大使 (TELA)
- 2009 整合「健康網絡服務 **HealthyNet Service**」，設立 **healthynet.hk** 及網上服務
- 2009-10 健康網「樂」連線 (OGCIO) (教師及社工培訓、於超過300間學校成立健康網「樂」推廣小組)
- 2010 研究：發布網絡欺凌調查報告 (中學)
- 2011 到英國考察網上青年工作
- 2011 健康上網支援網絡 (EDB, 2011-2022)、有機上網(社聯)(OGCIO, 2011-2018)、醒目上網(OFNAA)
- 2013 研究: 發布第二次網絡欺凌調查報告 (小學至中學)
- 2014 「我家有個App世代」分享會
- 2016 研究：青少年使用數碼產品與家庭關係
- 2016 「#App世代 #親子關係」分享會暨研究發布會 (以「ICC App世代親子方程式」推行家長教育)
- 2017 #App世代家庭 開心點。Fun享會暨家3創意家庭活動設計比賽
- 2018 eHelp 創會成員、上網無掛濾計劃(OFNAA)、研究：使用過濾軟件的一般情況研究報告 (非公開)
- 2018-19 泰國、台灣、韓國、澳門多地及本港NGO的不同專業團隊分別到訪了解本會服務
- 2020-22 推行逆流齊學計劃 (幫助超過 500個基層家庭電子學層)(JC, MTR, JB Care)
- 2021-24 與中大公共衛生及基層醫療學院合作推行 Smart Netizen 網「樂」達人研究計劃一處理網絡遊戲成癮
- 2022 整合一站式服務「網想家」
- 2022-24 有濾無憂計劃(OFNAA)、使用過濾軟件的一般情況研究報告 (非公開) 」
- 2024 研究：網「樂」達人研究計劃發布會

Healthynet.hk



網想家 2022–23 服務數字

- 超過300節到校活動
- 超過20個家長小組
- 超過40個到校學生小組
- 超過30,000次網上及熱線諮詢
- 317個輔導個案
- 結束個案數目：148
- 平均處理時間：9個月

網絡危機 “CRISIS”

Cyper Bullying 網絡欺凌

Copy **R**ight and illegal acts 網絡侵權

Internet addiction 沉迷上網

Security issues 網絡安全

Indecent online materials 網絡色情

Social networking 網上交友

網絡欺凌
Cyber Bullying

網絡侵權
Copy Right and illegal acts

沉迷上網
Internet addiction

網絡安全
Security issues

網絡色情
Indecent online materials

網上交友
Social networking

青少年上網行為問題和學校的關係

防止學生自殺委員會最終報告

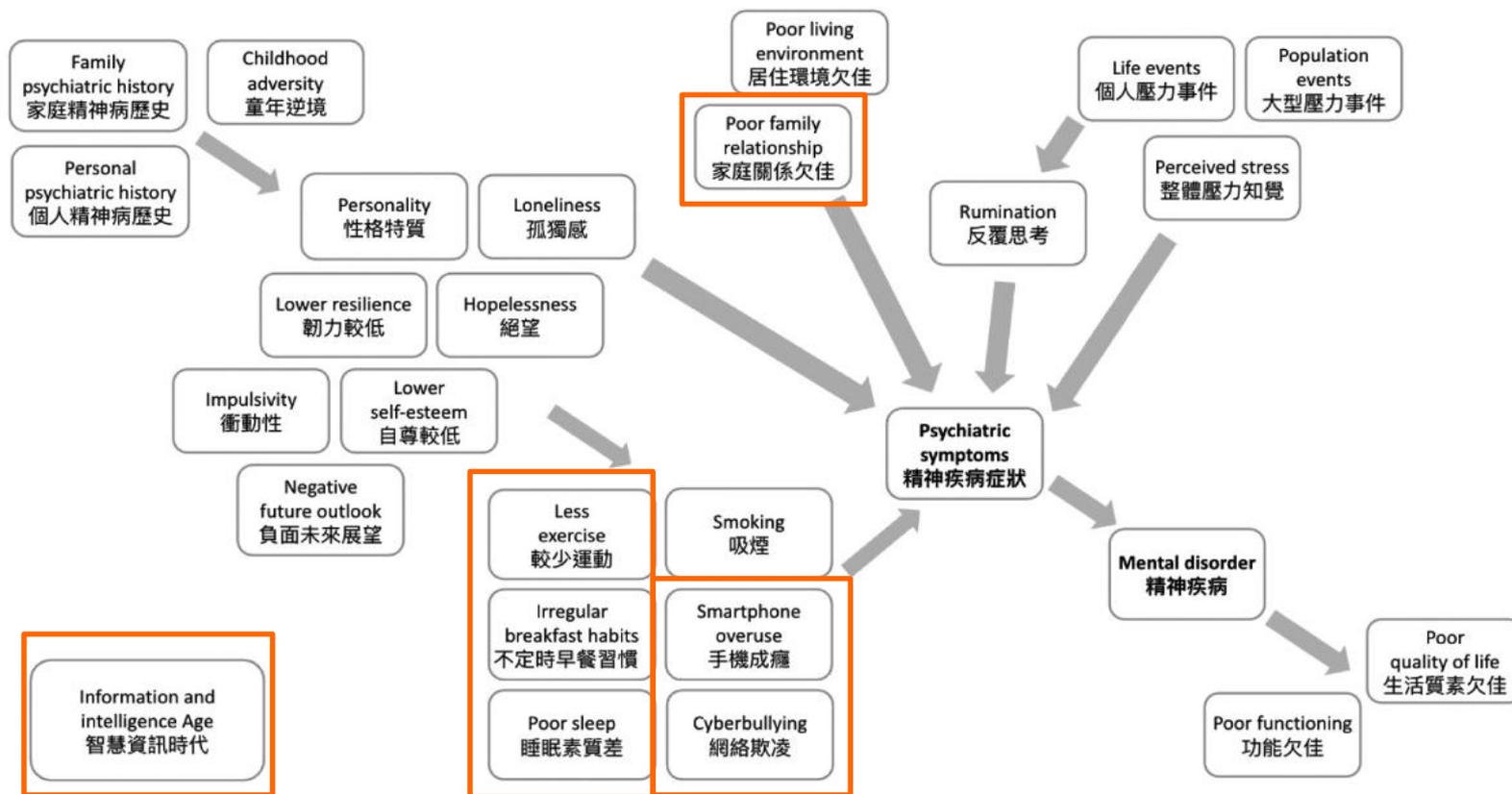
2016年11月 (摘要 P.58)

- 4.31 除為教師和朋輩而設的「守門人」培訓外，委員會建議為家長安排更多「守門人」培訓，提高他們對精神健康問題徵兆的敏感度.....
-隨着社交媒體越趨普及，委員會亦建議「守門人」培訓應涵蓋網絡欺凌的警兆.....
- 教導青少年社交媒體禮儀，以防止出現網絡纏擾和欺凌，以及帶出如何正確回應在社交媒體上報道的自殺訊息。

一年17%青少年患精神病 研究：七成未求助求醫 明報 12.5.2023

- 研究發現，513名有精神疾病的青年中，只有17.7%人正接受精神或心理服務，8.2%正接受其他服務例如社工、職業治療等，有74.1%人未有接受任何形式服務。
- 研究又發現，受訪青少年有2976人表示過去一個月曾感受到壓力，主要來源是學業，佔42.8%；工作或事業佔14.4%；個人前景及家庭關係分別佔12.5%及5.6%。
- 團隊分析後歸納出精神危機的四大風險因素，分別是家庭空間、個人生態、**數碼生活**及逆境轉化，當中以家庭因素與精神健康最密切，如家庭精神病史、童年逆境、家庭關係欠佳或缺乏私人空間等。

圖 22 香港青年人口的精神健康與疾病的整體框架



香港青年精神健康 香港青少年精神健康
流行病學研究 (HK-YES) 2019-2022調查報告
陳友凱 王名彥 編著

何謂欺凌

- 不同學者對於欺凌行為的界定有一些差異，但大部分有關欺凌行為皆包括下列三個元素：
- 重複發生—欺凌行為在一段時間內**重複發生**，而不是單一的偶發事件。
- 惡意—欺凌者**蓄意**地欺壓及傷害他人。
- **權力不平衡**的狀態—欺凌者明顯地比受害者強，而欺凌是在受害者未能保護自己的情況下發生。
- 同時擁有以上三個行為表徵，才會被界定為欺凌。總括來說，欺凌是指**一個人或一群人，以強凌弱或以眾欺寡，恃勢不斷蓄意傷害或欺壓**別人的行為。

https://www.edb.gov.hk/tc/teacher/student-guidance-discipline-services/gd-resources/anti_bullying1/index.html

網絡欺凌的定義

(Kiriakidis & Kavoura, 2010;
Strom & Strom, 2005)

- 故意騷擾或傷害之行為
- 使用電子通訊設備或科技儀器

<https://www.hkfws.org.hk/reports>

香港高小與初中學生人際關係與衝突之網絡欺凌」研究報告
「香港中學生網絡欺凌現況」研究報告

學生日常見到網絡欺凌的情況

- 「被人講是非及私隱」、 「打機時圍住用粗口鬧」
- 網絡欺凌只是開玩笑
- 不參與會被同學排斥

發生網上欺凌的場景

- 網上論壇 (e.g. 起底)
- 社交媒體 (e.g. IG story、secret page、LIHKG)
- 網上溝通工具 (e.g. WhatsApp 班Group)
- 流行的網絡遊戲 (e.g. 由打機到Discord 群組)
- 交友Apps
- eLearning、網課？(e.g. Zoom)
- 總括來說：網上任何場景

網上欺凌的形式

- 辱罵
- 中傷
- 起底
- 改圖
- 洗版
- 借刀
- 公審
- 故意忽視

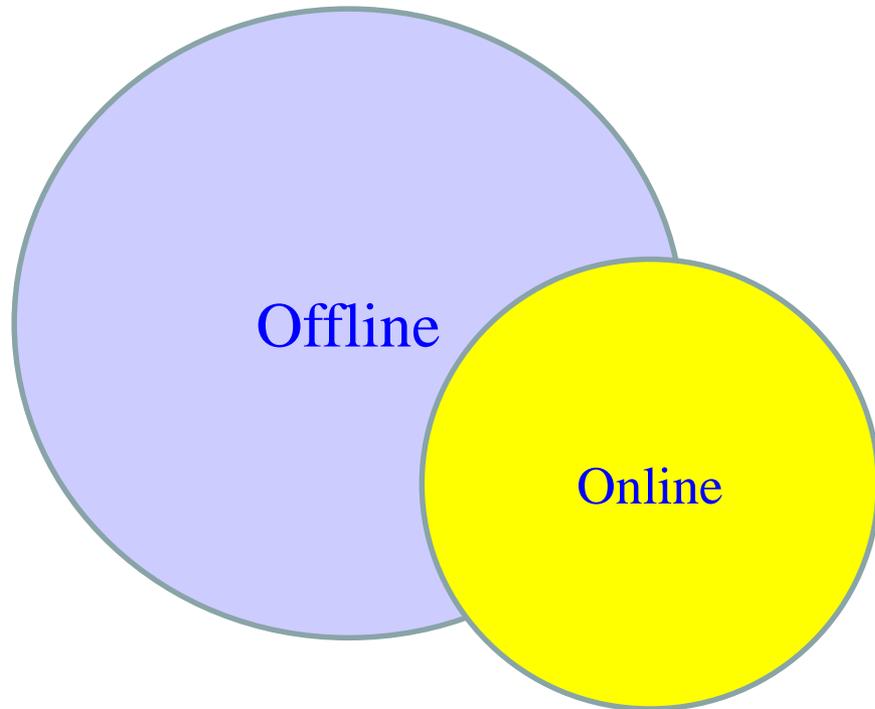
網絡欺凌對學校的影響

- 全天候—24/7
- 全方位—不分學校、跨區攻擊
- 「施襲者」身分不明
- 身份不容易被識穿?
- 難以用常規武器 (校規) 對付施襲者
- 影響校譽

網絡欺凌對學校的影響

- 隨時、隨地、隨身
- 以訛傳訛，傳播速度極高
- 對同學傷害持久、廣泛
- 誰是欺凌者？是否本校學生？
- 欺凌者的反應？願意合作、承認？
- 被欺凌者願意求助？
- ByStander—「食花生」者眾
- Secret Page、「推上報」
- 攻擊學校、老師

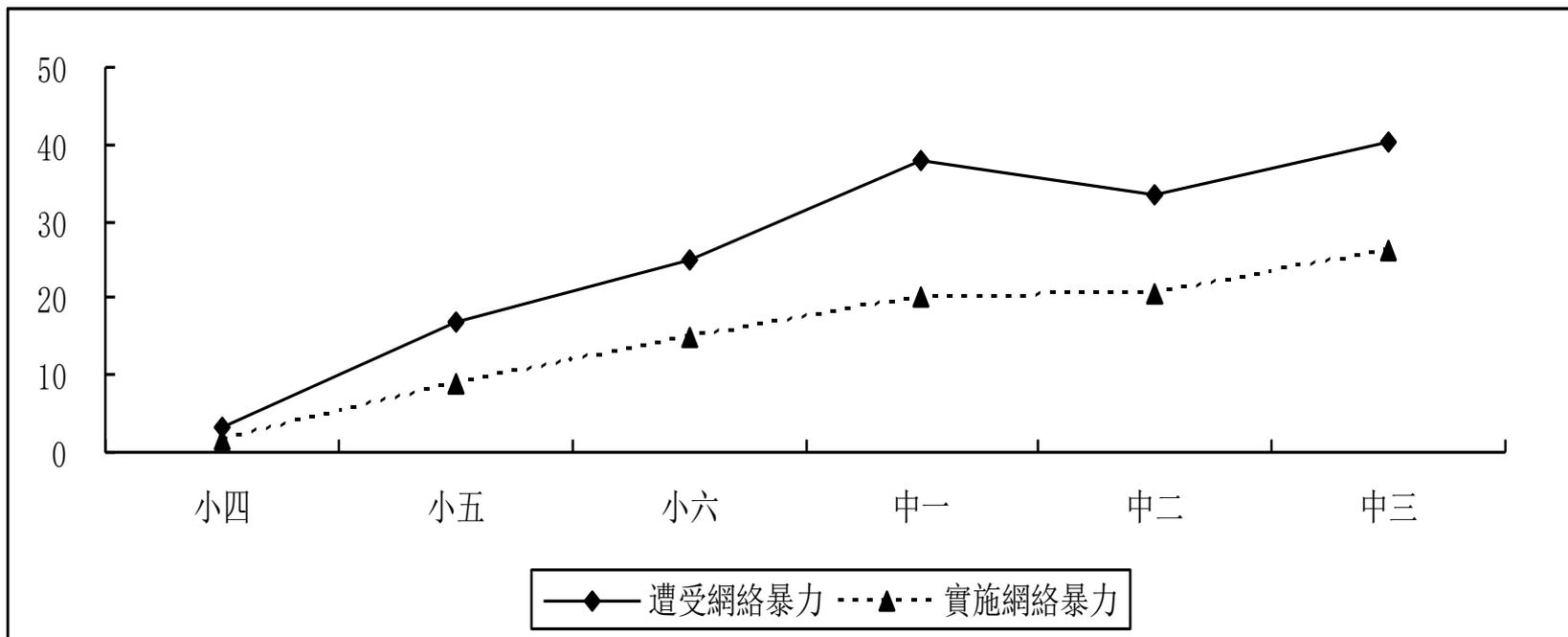
欺凌 vs. 網絡欺凌



~30%

<https://www.hkfws.org.hk/reports>

香港高小與初中學生人際關係與衝突之網絡欺凌」研究報告
「香港中學生網絡欺凌現況」研究報告



<https://www.hkfws.org.hk/reports>

香港高小與初中學生人際關係與衝突之網絡欺凌」研究報告
「香港中學生網絡欺凌現況」研究報告

	%	性別差異
整體受害率	30.8	男=女
辱罵、侮辱、嘲笑你	19.4	男=女
散佈不實的謠言來毀謗中傷你	12.0	男=女
未經你同意之下，將你不雅或私人的照片/影片上傳或傳給別人	10.6	男>女
未經你同意之下，將你的照片修改並上傳或傳給別人	8.2	男>女
對你說色情挑逗的話而令你不舒服	7.7	男=女
威脅或恐嚇你	7.1	男>女
故意傳病毒給你令你的電腦或手機中毒	5.9	男=女

香港網絡欺凌受害率(~30%)

網絡欺凌類型發生率，男性和女性相若

<https://www.hkfws.org.hk/reports>

香港高小與初中學生人際關係與衝突之網絡欺凌」研究報告
 「香港中學生網絡欺凌現況」研究報告

	%	性別差異
整體參與率	18.1	男>女
辱罵、侮辱、嘲笑他人	14.6	男=女
散佈不實的謠言來毀謗中傷他人	6.1	男>女
未經他人同意之下，將他人的照片修改並上傳或傳給別人	6.0	男>女
未經他人同意之下，上傳或發放他人不雅或私人的照片/影片	5.3	男>女
威脅或恐嚇他人	5.2	男>女
故意對他人說色情挑逗的話、黃色笑話或色情言論	4.3	男>女
故意傳病毒令他人電腦或手機中毒	2.7	男>女

香港網絡欺凌參與率 (~20%)

<https://www.hkfws.org.hk/reports>

香港高小與初中學生人際關係與衝突之網絡欺凌」研究報告
 「香港中學生網絡欺凌現況」研究報告

網絡欺凌及危機個案

- Online (by Unknown)
- Online (by Known)
- From Offline to Online
- Both Online and Offline

網絡欺凌中的不同角色

受害者

- 表現不安、經常出現憂慮或恐懼、使用智能產品時表現憤怒或擔憂、不能集中精神、精神困擾、成績下跌、社交退縮、缺課
- 精神及情緒受持續、長遠及廣泛的困擾
- 可發展成嚴重的精神健康問題
- 會影響人際關係、價值觀
- 被「二次傷害、多次傷害」
- 有機會轉為「網絡欺凌者」
- 被家長誤以為沉迷上網
- 或是忽略問題

心理健康	r
<p data-bbox="278 396 413 459">抑鬱</p> <p data-bbox="278 605 1690 925">許多外國的研究亦指出，學生被網絡欺凌會直接或間接影響學生的心理健康、社會適應能力等。例如，受害學生有可能呈現抑鬱（Depression）、低自尊（Low self-esteem）、焦慮（Anxiety）等情緒問題（Dehue et al., 2008）</p>	<p data-bbox="1524 401 1642 454">0.29</p>

<https://www.hkfws.org.hk/reports>

香港高小與初中學生人際關係與衝突之網絡欺凌」研究報告
「香港中學生網絡欺凌現況」研究報告

網絡欺凌潛在法律後果

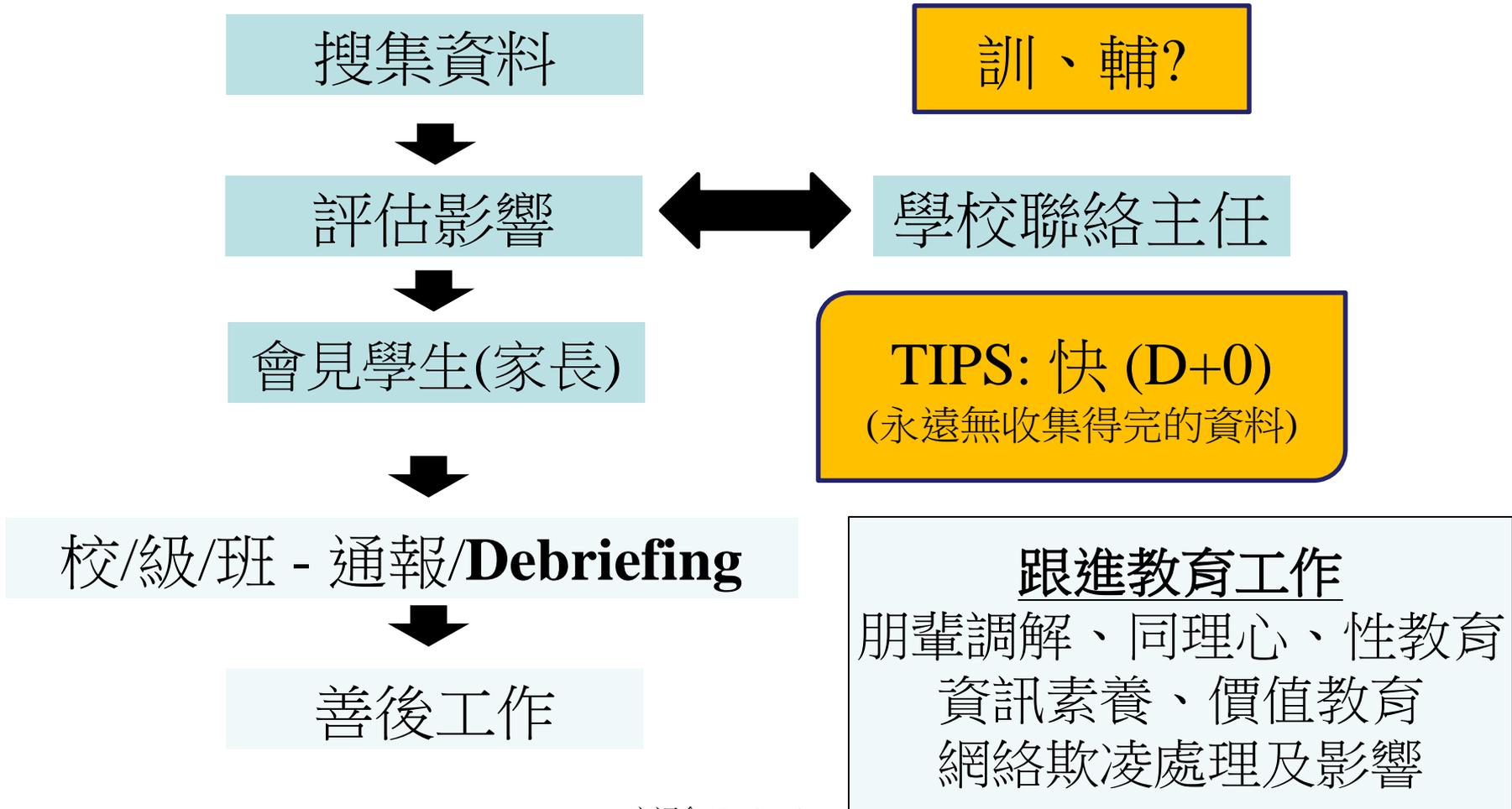
- 個人資料（私隱）條例 (第486章)
- 刑事恐嚇 (第200章24節)
- 《2021年刑事罪行（修訂）條例》(窺淫、非法拍攝或觀察私密部位、相關發布影像罪行及處置令)
- 淫褻及不雅物品管制條例 (第390章)
- 防止兒童色情物品條例 (第579章)
- 破壞公眾體統 (有違公德罪)

https://www.mingpaocanada.com/tor/htm/News/20200728/HK-gga2_r.htm

欺凌者

- 網絡欺凌者不一定是校園欺凌者，甚至可以是平日行為端正
- 隨時和受害者角色互轉
- 也可能同時是欺凌者和受害者
- 多人和應，旁觀者眾
- 容易看輕自己責任
- 有機會墜入法網
- 惡性循環
- 欺凌者亦易有情緒困擾

學校處理欺凌流程舉例



- 處理原則：快而準
- 即時危機處理
- Damage control , Harm reduction
- 永無查完的網上個案
- 但遲一日網上都流傳得很廣
- 找出受影響的人：被欺凌者、欺凌參與者、知情者／旁觀者、認識欺凌者/被欺凌者的同學、其他同學
- 如何「證實」欺凌者身份？
- 欺凌者與旁觀者如何處理貼文？

- 事前共識：團隊合作處理（副校、訓／輔主任、班主任、學校社工、學校聯絡主任及其他跨專業合作)
- 表達學校立場：對暴力零容忍
- 支援被欺凌者
- 了解欺凌背後的動機、感受
- 讓同學了解及承擔責任
- 復和調解？調解？聯絡家長？警方？
- 後期教育：學習同理心、換角色思考、提升社交及解難技巧、引入朋輩調解

- 學校是否可以查閱學生手機以搜證？
- 處理網絡欺凌者的刑責—**學校的角色**？
- 尋求專業協助，如學校聯絡主任
- 「學校行政手冊」第3.6.4(3a-3c)段在校內搜查學生及其財物的基本原則搜查學生財物的原則及程序向學生搜身的原則及程序

學校行政手冊（2023年9月版）

<https://www.edb.gov.hk/tc/sch-admin/regulations/sch-admin-guide/index.html>

在校內搜查學生及其財物

<https://www.edb.gov.hk/tc/teacher/student-guidance-discipline-services/principles-guidelines/searching-students-their-belongings-at-school/index.html>

對被欺凌者的支援

- 唔夠Tough? 日後社會都係咁?
- 情緒支援 vs. 解決問題
- 先處理心情，也處理事情
- 憤怒、傷心、擔憂、恐懼、焦慮、羞恥、麻木
- 運用確認 (validation)，進入當事人的內心世界
- 表達支持，加強支援系統
- 尋找／建立Peer Support
- 處理及控制即時危機 ->處理情緒及事情 ->加強支援系統 ->後教育

旁觀者教育

- 旁觀者如果沒有幫手 = 助長欺凌
- 當睇唔到 / CLS 同樣對「被欺凌者」有傷害！
- 旁觀者 = 欺凌者！！

旁觀同樣有責任！

對被欺凌者 (旁觀者) 的預防教育

- **Block & Stop (Feeling)**
 - 不理會不反擊不逞強、停止再受傷害、Say No、Time Out
 - 向網絡相關負責人求助、限制朋友清單
 - 聆聽受害者感受
- **Alternatives (Thinking)**
 - 同尋找最少三個以上的解決方法
- **Tell (Doing)**
 - 與可信任的成人商討
 - 如教師、社工、家長、警察

旁觀者 Level Up

- ByStander → UpStander
- 有**Feeling**，多**Thinking**，會**Doing**
- 學習**同理心**、明白欺凌的影響
- 提升**資訊素養**— 事件是否事實之全部？
- 探討事件與事主所作的後果是否對等？
- 解難方法、求助渠道
- **Action !** 勇於站在被欺凌的一方
- 對被欺凌者伸出援手 (PM, DM)
- 阻止事件廣傳、報告事件
- 願意陪同被欺凌者 (甚至欺凌者) 尋求協助

處理網絡資訊

THINK Before you CLS

(comment, like, share)

- **T** – True ? Fact Check 求真 - 向當事人求證
- **H** – Helpful ? 對事情有幫助 ?
- **I** – In other's shoes? 設身處地
- **N** – Necessary ? 必須要咁做?有無其他方法
- **K** – Kind ? 有品有愛心，盡力去幫人

<https://www.redcross.ca/blog/2019/1/cyberbullying-is-your-home-as-safe-as-you-think>

← 「真假資訊要認清」小貼士



1. 留意標題/內容

勿輕信誇張的標題。閱讀全文有助了解事件。



2. 查證來源

到相關網頁查閱資訊提供者的背景，以了解來源是否可靠。假冒網站通常會將真實網站的網址作少許改動以誤導讀者。



3. 查看日期/地點

留意訊息是否舊聞重發，並核實有關事件是否真正在所提及的地點發生。



4. 查看圖片

查看圖片有否被篡改，以及是否與訊息內容有關。



5. 查看語言

若網站上充斥著拼寫及語法錯誤，它所提供的資訊可能是不可靠的。



6. 核實訊息

將訊息內容與其他可靠來源的資料作核對，以確定是否有類似的報道。



7. 笑話？廣告？個人觀點？

內容太誇張的訊息很可能是笑話/諷刺。還要小心模仿新聞報道的產品促銷廣告，以及評估訊息是否只屬個人觀點。



8. 請教專家

可請教專家或到核實訊息網站查證。



教育局
Education Bureau



學校對教師的支援

- 學校有清晰的立場及取態
- 教師日常的指引(可否以社交媒體接觸學生？是否可以拒絕家長要求用 ICT 溝通？)
- 需網上巡邏工作、內聯網監察？
- 清晰的通報機制和分工(向管理層、向家長)
- 有校本政策、校規，讓家長及學生入學時知道
- 學校管理層的支持及支援，團隊互信及合作
- 校本教師培訓、「走火警」—大家隨時知道分工

校本政策例子

- 和諧校園政策書
 - 處理及預防網上欺凌指引
 - 處理校園暴力及欺凌指引
- 平等機會政策書—殘疾歧視
- 無毒校園政策
- 防止性騷擾政策
 - 適時發布，如迎新、週會

- 和諧校園齊創建
 - 全校反欺凌政策的制定
- 和諧校園齊創建之校不容凌
 - 網絡欺凌及處理網上欺凌行為

<https://www.edb.gov.hk/tc/teacher/student-guidance-discipline-services/gd-resources/co-creating-harmonious-school.html>

- 全校參與訓育及輔導工作

<https://www.edb.gov.hk/tc/teacher/student-guidance-discipline-services/principles-guidelines/whole-school-approach-to-guidance-discipline/index.html>

- 資訊素養及電子安全相關支援 - 香港學生資訊素養

<https://www.edb.gov.hk/tc/edu-system/primary-secondary/applicable-to-primary-secondary/it-in-edu/information-literacy/il-index.html>

- 價值觀教育課程架構

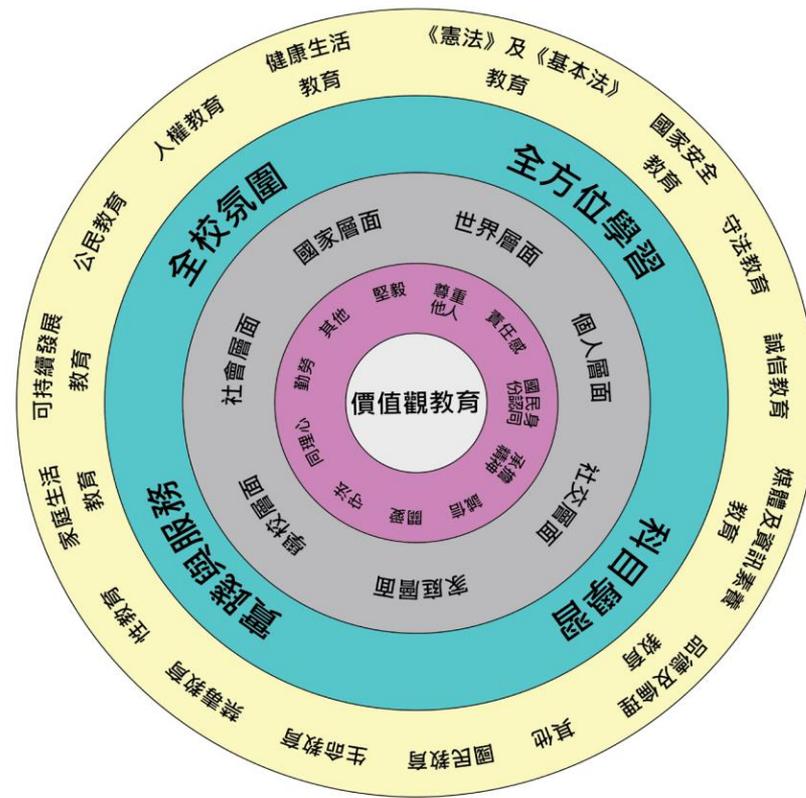
https://www.edb.gov.hk/tc/curriculum-development/4-key-tasks/moral-civic/ve_curriculum_framework2021.html

資訊素養

- 促進學生**有效及符合道德**地使用資訊的相關能力及態度，使他們成為**負責任的公民及終身學習者**
- 辨識對資訊的需要
- 尋找、評鑑、提取、整理、表達和分享訊息
- 創造新的意念
- 應付資訊世界的變化
- 拒絕不道德地使用資訊及資訊科技
- 在數碼世界中保護自己

《香港學生資訊素養》學習架構 2022

<https://www.edb.gov.hk/tc/edu-system/primary-secondary/applicable-to-primary-secondary/it-in-edu/Information-Literacy/il-index.html>



《價值觀教育課程架構》2021

https://www.edb.gov.hk/tc/curriculum-development/4-key-tasks/moral-civic/ve_curriculum_framework2021.html

Digital Citizenship (Mike Ribble)

Digital citizenship framework, developed by Mike Ribble, an American educator and in collaboration with his mentor Dr. Gerald Bailey ([Digital citizenship in schools: Nine elements all students should know](#) 2007)

S3 Framework

- *Safe – Protect* : etiquette, access, and law
- *Savvy – Education* : literacy, communication, and commerce
- *Social – Respect* : rights and responsibilities, security, and health and wellness

9 Elements of Digital Citizenship

Source: <https://www.digitalcitizenship.net/nine-elements.html>

Digital Competence Framework for Citizens (European Commission)

The Digital Competence Framework for Citizens (**DigComp**) provides a common understanding of what digital competence is. It began in 2010 and, since then, awareness has steadily grown among Member States of DigComp as the EU-wide framework for framing digital skills policy, developing and measuring digital competence

https://joint-research-centre.ec.europa.eu/digcomp_en

Digital Quotient

- Created by Dr. Yuhyun Park
- Framework for digital literacy, skills, and readiness (IEEE 3527.1) which was endorsed by the IEEE Standards Association, OECD, and World Economic Forum in 2018.



Source: <https://www.dqinstitute.org/>

數碼智商世界

<https://www.dgworld.net/>

DQ Institute

<https://www.dqinstitute.org/>



「數碼家長大使計劃 2022/23」網上講座
「SHARE with Care—分享有道」

有「濾」無憂

主辦機構
電影、報刊及物品管理辦事處

協辦機構
家福會
HKFWS

有「濾」無憂

2023/24 網上座談會及家長工作坊

18+

參加者可獲贈過濾軟件

了解詳情及活動申請



網上座談會	家長工作坊
2023年12月1日 (五) - 晚上 7 時至 9 時 2024年3月2日 (六) - 下午 2 時 30 分至 4 時 30 分	2023年9月至2024年3月
對象：幼稚園至中學家長	對象：幼稚園至中學家長
內容： <ul style="list-style-type: none">簡介《淫褻及不雅物品管制條例》認識網絡安全資訊如何引導孩子正確使用互聯網及使用過濾軟件以避免接收不良資訊	內容： <ul style="list-style-type: none">簡介《淫褻及不雅物品管制條例》了解青少年使用互聯網時面對的潛在風險認識過濾軟件的功能及使用方法透過親子溝通引導孩子建立健康上網習慣

查詢請聯絡 鍾小姐 (電話: 3847 7701)

- 電影、報刊及物品管理辦事處主辦
- 香港家庭福利會協辦
- 簡介《淫褻及不雅物品管制條例》
- 了解青少年使用互聯網時面對的潛在風險
- 認識過濾軟件的功能及使用方法
- 透過親子溝通引導孩子建立健康上網習慣

家長智Net



最新資訊



參賽遇挫不放棄

[parent.edu.hk/article/video-information](https://www.parent.edu.hk/article/video-information)

可卡因 越踩越深



(影片)可卡因 越踩越深
2024年01月31日



「家長智Net」Facebook、
Instagram專頁及YouTube



「e世代網絡喜航」家長講
座(三)：保障網上個人資



「流感肆虐 - 家長和照顧者
預防和處理兒童感染方法」

<https://www.parent.edu.hk/>

「賽馬會調解家庭同·理·傾計劃」 網上自學調解課程

和諧大使證書課程



證書必修課程

和諧大使證書課程

基礎篇



證書必修課程

和諧大使證書課程

理論篇



證書必修課程

和諧大使證書課程

聆聽篇



證書必修課程

和諧大使證書課程

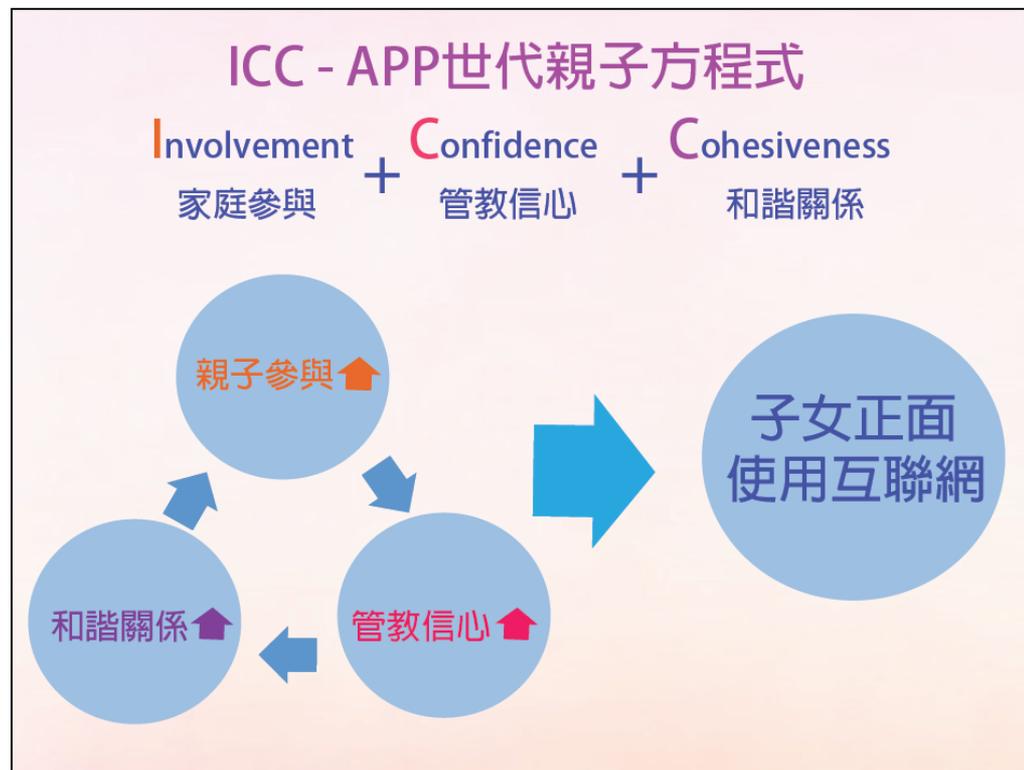
解難篇



<https://family.hkpeermediation.net/>

家長工作

- HKFWS. (2016) Internet-based Family and Youth Mental Health Research: A Study on Youth's Digital Usage Habit in Relation to Family Relationships
- Wong, Y. C., & Lee, V. W. P. (2017). Parenting methods and self- efficacy of parents in supervising children's use of mobile devices: The case of Hong Kong. Journal of Technology in Human Services, 35(1), 63–85.
- Lee, W. P. , Ling, W. H. , Cheung, C. S. , Tung, Y. C. , & Wong, Y. C. . (2021). Technology and family dynamics: the relationships among children's use of mobile devices, family atmosphere and parenting approaches. Child and Adolescent Social Work Journal(5), 1-8.



<https://www.healthynet.hk/>

網想家

(專業輔導服務轉介)

服務介紹

服務簡介:

針對互聯網普及而產生對青少年的精神健康和家庭關係的影響，我們將「以家為本」的信念，結合實證為本的介入手法，以創新及專業的服務回應社會需要。

服務目標:

- 培育良好上網態度和習慣
- 增進親子關係
- 倡導健康網絡文化及資訊素養

網療_Healing_Net
專業輔導服務

網遊_Exploring_Net
學校及團體支援服務

網吧_Con-Net
網上及社區教育

物資申請
展板、攤位諮詢服務

服務申請

1

網療

專業輔導服務

服務內容

- 網絡及遊戲成癮評估
- 專業輔導及個案跟進
(包括網上及實體輔導)
- 熱線諮詢及轉介服務

對象

教師、學生及家長

費用

全免

申請服務

<https://www.healthynet.hk/>

使用數碼產品的影響—年齡關係

	Mean		Standard Deviation		t	df
	<14	14 to older	<14	14 or older		
Positive	3.77	3.90	0.63	0.56	-5.65	1517
Negative	2.60	2.91	0.79	0.74	-6.77	1517

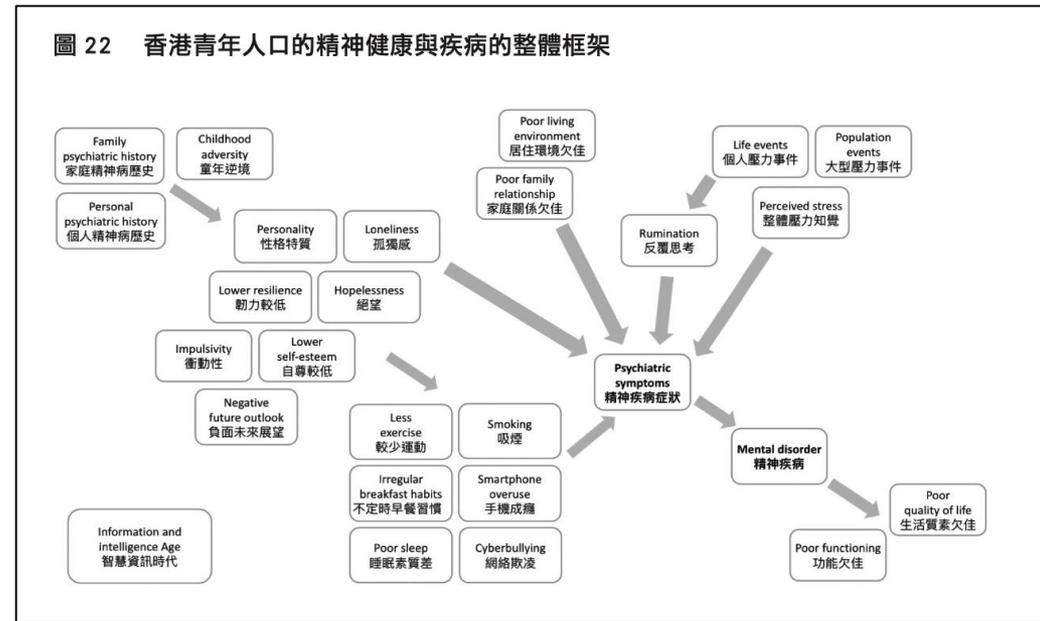
- 年紀越大/年級越高，正面和負面使用數碼產品的情況都較明顯
- 預防教育越早越好

<https://www.hkfws.org.hk/reports>

香港高小與初中學生人際關係與衝突之網絡欺凌」研究報告
 「香港中學生網絡欺凌現況」研究報告

有危有機—危機/保護因素

- 個人：性格特質、經歷
- SEN、情緒健康、壓力
- 朋輩影響
- 家庭：關係、管教
- 互聯網影響
- 學校氛圍、師生關係



融入不同課堂之中

- 資訊素養可以是專科，也可以融入公民與社會發展科課、倫理與宗教科、生活與社會、成長課、常識科、電腦科、圖書館課、德育及公民教育科、**STEM**，甚至是中文、英文、美術、音樂.....
- 使用多元的方法教導資訊素養
- 讓學生有參與

於學校推行網絡安全教育

- 了解網絡欺凌的影響、處理
- 學習換位思考
- 技巧訓練 (如Say No、求助)
- 旁觀者 Level-up / 關愛校園 / 朋輩支援
- 建立價值觀、同理心
- 個人分享 / 真實故事
- 互動 / 話劇 / 小組討論 / 辯論 / 播片
- 由直接教導到有學生參與
- 課堂延伸活動 - 如拍片 / 大使計劃
- 體驗/遊戲/參與式學習活動—如桌遊、劇本殺

教師對學生的**支持**最能減少學生受到傷害

社會支持	r
老師支持	-0.13
家長支持	-0.12
朋輩支持	-0.10

<https://www.hkfws.org.hk/reports>

香港高小與初中學生人際關係與衝突之網絡欺凌」研究報告

「香港中學生網絡欺凌現況」研究報告

總結

- 學校有相關校本政策及機制、教師培訓及支援
- 處理欺凌先處理危機，再由需要及情緒介入
- 教師、學生、家長作為守門人—及早識別、建立處理欺凌的意識和能力
- 有系統的家長工作
- 學生價值教育—學生參與及策劃
- 校園建立關顧及和諧氛圍
- 老師作為榜樣—公平公正、重視及關心學生
- 容讓同學覺得學校是一個可信、可以講「唔開心」的地方