

「做個智Net的」父母

互聯網的出現，不但促進了溝通、交流、分享、互動及創作等活動，同時，亦蘊藏著無窮的知識寶庫，上至天文，下至地理，只要指尖一按，便可瞬間搜尋得到，為學習帶來方便，其貢獻及好處實在無庸置疑；但當用不得其所時，青少年容易在網上接觸到不良資訊、誤交損友或墮入法律陷阱。父母要關注子女的上網習慣，正確引導他們注意網上安全，才能讓他們好好地享受上網的樂趣。

此手冊希望能為家長提供有關保護及教育子女網上安全的基本要點，讓家長可以從今天起，與時並進，「做個智Net的」父母，培育子女成為「智Net新一代」，善用網絡，發揮其正面功能。



給家長的小貼士

1. 每當我出現時，我的兒子會即時切換電腦畫面，如何可以知道他們曾進行那些網上活動？

一般電腦會自動記下使用者曾瀏覽的網址，可以容易檢看，但一般情況下，子女如同成人都不喜歡別人檢閱這些記錄。教育子女善用網絡，保持良好的親子溝通，了解子女上網的心態和需要，才是較全面的預防方法。

但如家長擔心子女上網所進行的活動，可以：

- i. 展開直接而平靜的對話，並嘗試了解子女曾瀏覽那類型的網站
- ii. 解釋你希望保護他的目的及不希望他瀏覽的內容
- iii. 保持留意子女的上網行為
- iv. 如情況持續及出現可疑，才檢查子女上網紀錄，但應儘量在事前說明
- v. 如發現瀏覽記錄刻意被刪除，要嘗試了解原因



2. 我就讀中一的女兒經常在網上討論區或運用MSN與朋友交談，當中似乎有些是素未謀面的人，怎樣可以禁止她在網上交友？

對於年幼的子女，家長可以限制他們使用網上溝通工具，但當子女進入青春期，社交的需要及自主能力會越來越強，要強行禁止似乎不設實際，而且若能善用網絡，無疑能打破地域界限，拉近與朋友之間的距離，故加以阻撓亦非積極的方法。

面對子女網上交友的問題，家長可以：

- i. 理解青少年喜歡交友是成長需要，以平常心面對
- ii. 與子女溝通，坦白說出自己的擔心和憂慮，了解他在網上交友的心態及自我保護的方法
- iii. 從報章或新聞上有關報導入手，提高子女對網上交友的警覺性及分析網上交友須注意事項
- iv. 跟子女訂立網上交友安全守則，包括：
 - 👤 避免進入陌生的討論區，跟陌生人在網上接觸
 - 👤 不要在網上公開個人資料，如：地址、電話號碼、身份證號碼、相片等
 - 👤 不要盲目相信網友所提供的資料，要小心求證
 - 👤 不應太早/快與網上認識的人會面
 - 👤 儘量避免與素未謀面的網友單獨見面，時刻考慮個人安全
 - 👤 若在網上遇上任何令他們懷疑或不安的事情，應立即跟你們商量，你會盡力協助

給家長的小貼士

3. 我的孩子很沉迷上網，每天放學回家，便坐在電腦前上網，直至夜深才入睡，有甚麼方法可讓他不再沉迷？

沉迷上網是指青少年對上網已失去自控能力、產生心理的渴求和依賴，上網習慣嚴重影響學業、家庭或人際關係。故家長需要關心子女的上網習慣，及早介入，以免子女沉迷上網，影響身心發展。

你的子女若出現五個或以上下列的徵狀便可能有沉迷上網的傾向：

1. 無時無刻都想著上網
2. 需要花更多時間上網才能感到滿足
3. 曾多次努力去控制或停止上網，但總是失敗
4. 當無法上網或被要求停止上網時，會覺得悶悶不樂，情緒低落或暴躁
5. 上網時間往往超出預期的時限
6. 為了上網，寧願犧牲人際關係、學業成績及家人關係
7. 向家人說謊，刻意隱瞞上網的程度
8. 以上網來紓緩負面情緒，例如：苦悶、焦慮、抑鬱或沮喪等

資料來源：Dr. Kimberly Young

如發現子女沉迷上網，家長可以：

1. 保持心平氣和的態度跟子女溝通，避免打罵或強行關機，以免影響親子關係
2. 從關心的角度出發，表達你的憂慮
3. 耐心探索子女沉迷上網背後的原因，對症下藥
4. 與子女重新協議一個合理的上網時間
5. 以有趣的活動去分散子女對上網的專注力，例如：邀請他外出看電影、吃午飯、家庭旅行等
6. 鼓勵子女培養多方面興趣，減少對上網的依賴
7. 嘗試接觸子女/學生感興趣的網絡文化，增加共同的話題
8. 若發現子女沉迷上網情況嚴重，可尋求社工協助

給家長的小貼士

4. 我的兒子告訴我，他的照片及個人資料被同學惡意張貼在討論區內，引來網友的連番批評和謾罵，我可以如何處理？

網上欺凌是指他人利用網絡發表有敵意的資訊或言論，企圖威嚇、羞辱、作弄或令對方感到尷尬，常見的方法包括：公開受害人之私隱、個人資料或相片；把受害人樣貌移花接木至他人相片中，或在相片旁加上誹謗性文字；在論壇中發表/重覆發表公開侮辱受害人的訊息等。



- i. 避免責備子女，他是事件中的受害者，父母應想辦法保護他們
- ii. 留意子女的情緒有否因此而受影響，給予情緒支援
- iii. 為子女提供一些自我保護的方法：
 - 👤 不作任何回應
 - 👤 封鎖欺凌者，拒絕再接收他任何的訊息
 - 👤 通知論壇或版面管理員，刪除有關的留言或貼圖
 - 👤 若事件與學校有關，可知會學校，共商對策
 - 👤 有需要時可考慮報警求助
 - 👤 鼓勵子女再遇上同類事件可向父母、老師或信任人士求助
- iv. 提醒子女注意網上安全
 - ★ 網絡世界乃公眾地方，在網上發佈任何資訊均有機會讓第三者看見，故要小心保護個人私隱；而且資訊一經上載上網，便無法徹底刪除，在發佈訊息時應三思而後行
 - ★ 在網絡上並非可以絕對隱瞞身分，透過網絡供應商可以追查訊息來源
 - ★ 注意網上言行，保持尊重自己、尊重別人的態度，拒絕任何損害社會及別人利益的行為
 - ★ 與陌生的網友接觸時要提高警覺，切勿輕信別人

如何在網上做好自我保護?



隨著互聯網普及化，科技日新月異，近年網上騙局亦層出不窮，奇招百出，如藉著虛假網站（「釣魚」網站）、濫發電郵等虛假活動，令人不知不覺墮入陷阱，故上網時便要提高警覺。其實，只要凡事小心及緊記做好網上安全措施，你和你的子女便可安心暢遊網上世界。



小貼士：

1. 為家中電腦安裝可靠的防毒軟件。
2. 保持更新視窗系統。
3. 開啟防火牆，阻隔不必要的攻擊。
4. 如使用無線上網，必須設定密碼保護，以防被盜用。
5. 定期更改你的密碼。最少每隔30-60天便更改密碼一次。
6. 妥善保存登入帳戶的資料和密碼，避免將此等資料隨便記錄在電腦、手機或電子手帳內。
7. 如非必要，避免在公眾地方使用電腦登入個人帳戶。如必須，應在完成過程後，馬上登出。
8. 進行網上交易時，須細心閱讀供應商的資料，光顧信譽良好的網站。
9. 在網上交易時，應先檢查瀏覽器右下角的安全保護鎖，才輸入個人資料及信用卡資料。
10. 切勿相信、接納或開啟來歷不明的電郵或附加檔案。
11. 切勿回覆陌生人的電郵。一經回覆，你的郵箱便有可能充塞著垃圾電郵，帶來不必要的煩惱。
12. 不要點擊陌生人電郵內的連結，或隨便在網上透露你的密碼、出生日期、地址或其它個人資料。
13. 應時常核對瀏覽器所顯示的網址，並使用正確網址直接登入網站。

常見網上法律陷阱

互聯網絡發達，有部分不法之徒會利用網絡媒體企圖犯案，偶一不慎，可能會成為當中的受害者；亦有部分網絡使用者誤以為網上世界沒有法律監管而誤墮法律陷阱。使用互聯網絡時，要顧己及人，做個奉公守法的網絡使用者。



常見於互聯網絡的法律陷阱有以下幾種：

陷阱一

一名17歲男生在2006年因上載大量盜版本地歌曲及電影到個人網站，免費供人下載檔案，雖然該男生並非利用侵權物品作商業用途，但非法分發侵權複製品罪名成立，被判感化一年。

提提你

在未經授權的情況下擅自複製、上下載、張貼或轉載有版權保護的內容或資訊等均屬侵權行為。

相關法例：

第528章 版權條例

常見網上法律陷阱

陷阱四

廿三歲少女，在網上刊登廣告詳列身高和三圍資料及服務，被警員拘捕，被控為不道德目的而唆使他人罪，被判處一百小時社會服務令，並留案底。

提提你

法例有規限互聯網使用，在網上留下徵友援交訊息、誘使他人提供性服務、利用交友網站招攬客人、進行性交易協議，均屬違法。

相關法例：

第200章147條 為不道德目的唆使他人罪。

陷阱五

一名電腦技術員盜取客人電腦內的資料並傳送給他人，結果被控不誠實使用電腦罪名，罪名成立，被判監8個月又15日。

提提你

在未經授權下，取用他人電腦內的相片或資料，是把他人的私隱暴露於危險的狀態，亦有可能觸犯法例。

相關法例：

第200章第161條有犯罪或不誠實意圖而取用電腦。

資料來源：<http://www.police.gov.hk/hkp-home/chinese/tcd/intro.htm>



互聯網蘊含豐富資產，亦是21世紀重要的溝通平台，要享受互聯網帶來的好處，避免誤墮網絡危機，「智Net」上網者應遵守以下的守則：

維護言論自由：尊重網上言論自由，同時以負責任及尊重別人的態度發表言論，不作任何誹謗或惡意中傷他人的言行。

保護知識產權：維護知識產權，不非法上載、下載、傳送、購買或使用受版權限制的內容或資訊。

保障個人私隱：小心保護自己的個人資料，同時不會擅自瀏覽、盜用或傳送他人的個人資料。

杜絕非法行為：做個知法守法的上網者，並為家中電腦做好安全措施，如安裝防火牆和定期提升防毒功能，以避免黑客入侵。

拒絕欺詐失實：在網上保持誠實及不傷害別人的態度，拒絕虛構交易物品、發放虛假資料等欺詐失實行為。

刪除不良資訊：互聯網上充斥各種有益和有害的資訊，要小心判斷和知所取捨，拒絕瀏覽、管有、上載、下載或傳送任何不雅或不良資訊。

審慎網上交友：在網上交友要時刻保持警覺性，避免與素未謀面的人在網上交談及相約外出單獨會面。

保持自律節制：有節制地使用電腦，為個人設定每天上網時限，保持定時作息和均衡健康的生活模式。

家長簽署：

子女簽署：

_____ (/ /)

_____ (/ /)

你是否已做足保護孩子網上安全的措施？

1. 我知道孩子最經常瀏覽的網站。

是 否

- (i) _____
- (ii) _____
- (iii) _____

2. 我知道孩子在網上經常跟誰人交談。

是 否

- (i) _____
- (ii) _____
- (iii) _____

3. 我知道孩子有多少個電郵及MSN的帳戶和它們的密碼。

是 否

- (i) 帳戶1： _____
密碼： _____
- (ii) 帳戶2： _____
密碼： _____
- (iii) 帳戶3： _____
密碼： _____



網上行為資源網站：
cybersafety.u21.hk

資訊安全網：
www.infosec.gov.hk

政府資訊科技總監辦公室：
www.ogcio.gov.hk

知識產權署：
www.ipd.gov.hk

教育局德育及公民教育：
www.edb.gov.hk/index.aspx?langno=2&nodeID=2397

兒童及青少年的網上操守家長指引：
cesy.qed.hkedcity.net/chit/intro_parents.php

個人資料私隱專員公署—青少年私隱地帶：
www.pcpd.org.hk/chinese/privacy_zone/privacyzone.html

影視及娛樂事務管理處《淫褻及不雅物品管制條例》宣傳及公眾教育活動：

www.tela.gov.hk/chinese/education.htm

Point@Media 點指傳媒：
mediaed.etvonline.tv/

電訊管理局—藍通通上網貼士：
www.broadbandtips.gov.hk/cht/page_07.html

香港警務處—有關科技罪行和預防
<http://www.police.gov.hk/hkp-home/chinese/tcd/intro.htm>

香港海關—保護知識產權工作：
http://www.customs.gov.hk/chi/major_IPR_protection_c.html

求助熱線

「智Net」技術支援熱線：3971 1000



常見網上法律陷阱

陷阱二

在2004年兩名分別16及17歲少年，玩網上遊戲時擅自登入一名玩家戶口，偷取對方辛苦得來的「武器」，被控有犯罪意圖而取用電腦罪。裁判官認為案件中的罪行嚴重，性質類似入屋爆竊。

提提你

在未獲授權下取用或有犯罪意圖而取用電腦，擅自瀏覽別人的電腦系統資料；誤用電腦系統，在網上發動攻擊或散播病毒；擾亂或摧毀他人努力工作的成果和電腦檔案等行為均有機會構成罪行。

相關法例：

- 第106章第27a條 藉電訊而在未獲授權下取用電腦資料
- 第200章第161條 有犯罪或不誠實意圖而取用電腦
- 第200章第60條 刑事毀壞

陷阱三

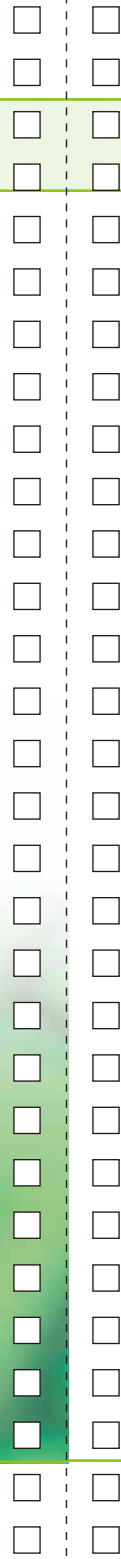
一名男子在2008年把四段淫褻的短片上載在互聯網上供網友分享，被控發佈淫褻物品罪名，被判社會服務令150小時，另須付1000元訟費。

提提你

在網上世界仍受到真實世界的法律管制，任何人士利用互聯網發佈淫褻及不雅物品，可能已違反法例。

相關法例：

- 第579章 防止兒童色情物品條例
- 第390章 淫褻及不雅物品管制條例





「做個 智Net的」
互聯網教育活動

活動簡介

由香港青年協會負責中央統籌，政府資訊科技總監辦公室全力支持，共14個社會服務機構合作的「做個智Net的」互聯網教育活動，旨在推廣網上安全的訊息，教育青少年及市民善用互聯網、注意網上潛在危機及正確的上網態度。

整個活動在全港十八區推行，活動內容包括家訪、網上安全講座、工作坊、巡迴展覽、網上教育遊戲、多媒體創作比賽等，藉著不同的活動形式，向青少年及公眾人士傳遞安全上網的訊息，在各界同心協力之下，為青少年營造一個健康及正面的上網環境。



www.be-netwise.hk
熱線：3971 1000

中央統籌：



香港青年協會
the hongkong federation of youth groups

全力支持：

政府資訊科技總監辦公室
Office of the Government Chief information officer

地區統籌：



鳴謝：



Hong Kong Internet
Registration Corporation Limited
香港互聯網註冊管理有限公司

[做個  智Net的]
家長教育手冊

