

青春成長 健康🏡起來

性教育親子共學手冊

網路性騷擾／
性誘惑篇



學校名稱：_____

班級：_____年_____班

學生姓名：_____

家長簽名：_____

序

青少年進入青春期，是人一生發展中重要的里程碑，學習性健康相關知能更是青少年期重要的發展任務！而青少年的性健康需要周遭環境的支持，包括學校、家庭與社會共同關心，特別是家庭。家長是青少年第一個性教育的老師！青少年在家庭生活中建立最初的性價值觀，並學習與同性及異性互動的技巧與規範。

然而，現今科技與媒體發達，青少年除了從學校正規課程中學習性教育，透過網路則更容易接觸到大量的性訊息，而網路上常充滿不正確的性知識與性價值觀以及性誘惑的陷阱，因此，除了學校教育，青少年更需要家長陪伴，了解在平日生活中，他們在網路上可能遇到的性危害，適時的指導與協助。

然而，家長對青少年性健康的了解以及與青少年談性的能力幾乎無法趕上青少年的性教育需求！其實，家長跟青少年一樣需要學習性健康相關知能，如此才能有效地協助青少年！而「親子共學」，則為青少年與家長提供了共同學習的機會！讓家長能參與在孩子的學習過程中，透過與孩子一起討論、觀察、思考、創造與合作，讓家長與孩子都能學習到性健康相關知能，除此之外，更提供了讓雙方溝通互動的機會，促進對對方的了解，因而提升親子關係，而良好的親子關係，則是預防青少年性危害最佳的保護因子！因此，這本手冊「青春成長、健康e起來－性教育親子共學手冊」乃應運而生，期望透過親子共學的活動設計，讓孩子與父母共同學習、共學成長！

「家庭」是一個人學習建立親密關係以及愛與被愛的堡壘，當家庭中有孩子開始對性好奇並對交往產生興趣，家長的陪伴則是孩子得以抵擋外界誘惑，並能健康成長的關鍵力量。

現今資訊科技發達，網路人際互動頻繁，如何在虛擬的網路世界中建立安全、健康的朋友圈、活絡交友與互動，是e世代孩子必須學習的青春學分！然而，網路世界畢竟充滿不確定性，還有各種有害的訊息，網路性騷擾以及性誘惑即是其中一類常見卻常被忽略的網路性健康風險！新聞事件中更常聽聞孩子因對網路性危害的無知而誤觸法網或受到傷害！

大人們對於孩子的網路活動感到擔憂不安之餘，要如何協助孩子辨識陷阱、拒絕誘惑、降低風險，以遠離性騷擾或性誘惑的危害，是家長必須學習的親職課題！

本手冊包括三類青少年常見的網路行為，即分享生活、上傳後製作照片以及傳送自拍影音等，透過生活案例與活動，讓孩子與家長了解其中可能隱藏的網路性騷擾與性誘惑危機，學習避免性危害以及因應的策略。期能透過本「青春成長，健康e起來」親子手冊的引導，親子共同學習、一起討論，讓家長陪伴孩子青春成長、健康地悠遊網路人際。

本手冊內容說明：

【第一部份】e世代青春相對論：

呈現親子對網路人際互動、交友的看法，以了解如何健康、安全地使用網路，拓展人際網絡。

【第二部份】e世代青春事件簿：

呈現孩子在網路人際互動中可能產生性騷擾/性誘惑類型的性危害的三種「生活情境」，並以下列四個步驟引導親子學習性教育課題：

- (一)青春來開講：親子討論生活情境中所聚焦的議題
- (二)青春會客室：說明防制網路性騷擾/性誘惑的相關訊息
- (三)青春練功坊：演練生活技能，增進防制行動能力
- (四)青春守護神：增進家長效能，協助孩子遠離網路性危害

衛生福利國民健康署 署長

目錄

青春成長，健康e起來 —— 性教育親子共學手冊

壹、e 世代青春相對論

- 一、網路兩代間對話：e 世代孩子與家長的心聲 -----4
- 二、網路連線你我他：健康、安全的網路人際互動 -----5

貳、e 世代青春事件簿

一、都是視角惹的禍!?

- (一) 青春來開講：探討網路性騷擾事件的感受與反應 -----9
- (二) 青春會客室：說明網路性騷擾定義、因應保護與迷思澄清 ---9
- (三) 青春練功坊：演練生活技能—自我覺察與批判性思考 ----- 13
- (四) 青春守護神：增進家長效能—有效溝通、關心孩子交友 ----15

二、球場風雲人物

- (一) 青春來開講：探討網路性騷擾事件中不同角色的行為 ---- 18
- (二) 青春會客室：說明網路性騷擾法規、
造成的影響與不同角色的因應行動 -----18
- (三) 青春練功坊：演練生活技能—做決定與倡議宣導 -----21
- (四) 青春守護神：增進家長效能—正向鼓勵、有效監督 -----25

三、網路自拍風波

- (一) 青春來開講：探討網路性誘惑的風險與危害 -----28
- (二) 青春會客室：說明網路性誘惑與性隱私自拍、散播相關法規 28
- (三) 青春練功坊：演練生活技能—自我覺察與自我肯定拒絕 ---32
- (四) 青春守護神：增進家長效能—有效協商、訂定界線 -----34



一、網路兩代間對話：e世代孩子與家長的心聲

網路已成為現代生活中不可或缺的溝通工具，網路的使用卻也衍生出許多問題，特別是對兒童與青少年，家長總會擔心孩子受到網路的傷害！俗話稱，這一代的父母是網路世界的「新住民」，然而從出生就與網路為伴成長的青少年卻是網路的「原住民」，兩者之間對網路有何不同看法呢？

**家長：**

現在科技進步，食衣住行育樂都可以使用網路來搞定，實在太便利了！！

**孩子：**

網路讓生活變得更有意思，很輕鬆就可以認識很多朋友，知道新鮮、刺激的事物，現代人沒有網路社交就遜了...

親愛的家長和孩子，你們曾經討論過網路的話題嗎？了解彼此對於網路使用、以及人際互動的看法是什麼嗎？讓我們一起瞭解彼此的看法吧！

**家長您對網路的想法是...****孩子您對網路的想法是...**



家長：網路虛擬世界真真假假，孩子有能力辨識嗎？常聽說網路交友充滿風險，擔心孩子受害...

孩子：唉~大人們太緊張了！
在網路中可以不受時空限制，
聊天交朋友、PO文衝人氣、聊天交朋友，
讓自己受到歡迎，沒有那麼危險啦！...



網路 e 人際、知心滿天下？

- ☆ 孩子們上網最主要的活動，除了觀賞影音、玩遊戲外，就是上社群網站。超過 **5** 成的孩子有 **5** 位以上的網友，且每週會和陌生網友聊天1-2次（兒童福利聯盟文教基金會，2014;2015）。
- ☆ 根據調查，有**49.1%**兒童與青少年天天上網，其中約有**38.9%**表示上網時看過色情暴力訊息以及**30.2%**曾經在網路上分享自己或他人隱密、裸露或暴力的照片和影片。
- ☆ 網路的虛擬特性會讓孩子們產生美化不切實際的想像與期待，而網路性騷擾訊息也很常見，例如帶有性暗示的簡訊、性勒索，甚至導致是性侵害。但遺憾的是當青少年遇到上述網路問題時，半數以上的青少年是選擇告訴朋友，而不是家長（聯合國兒童基金會，2016）。

► 說說看透過網路交友、人際互動的風險...



家長



孩子

文獻

- 1.兒童福利聯盟文教基金會（2014）。Google X 兒盟「兒少網路安全計畫」。
兒童少年權益網<http://www.cylaw.org.tw/about/guidance/10/95>
- 2.兒童福利聯盟文教基金會（2015）。
2015年兒童3C產品使用與上網行為大調查。https://www.children.org.tw/news/advocacy_detail/1403
- 3.聯合國兒童基金會（2016）。益普索集團的全球調查顯示：八成18歲青少年認為年輕人面對網上性侵犯的風險。
<https://www.unicef.org.hk/eighty-per-cent-of-18-year-olds-believe-young-people-are-in-danger-of-online-sexual-abuse-unicefipsos-global-poll/>
- 4.性別工作平等法、性別平等教育法、性別平等教育法、性騷擾防治法三法比較表。
<http://www.data.fy.edu.tw/student/counseling/%E4%B8%89%E6%B3%95%E6%AF%94%E8%BC%83%E8%A1%A8.pdf>
- 5.青春生活事件簿(中篇)
- 6.讓孩子迎在起跑點，父母效能手冊
- 7.中小學網路素養與認知網站<https://eteacher.edu.tw/Archive.aspx?id=281>



二、網路連線你我他：健康、安全的網路人際互動

你喜歡交朋友嗎？
你交朋友管道有哪些？
你會上網交朋友嗎？



如何在網路中，獲得良好社交關係，又能保障網路交友安全又健康？

網路平台可以開展知識視野，且因為網路的普遍性、便利性，你我得以超越時間、空間的限制，做資訊的交流與分享。現代網路互動愈加頻繁且密切，唯有提升網路安全意識、降低網路性危害的風險，才能促進安全的網路人際互動。

「網路 e 人際、健康又安全」檢核表

做到打✓

- | | |
|--------------------------------|--------------------------|
| 1. 我會在網路社交時維護個資安全，不隨意公開個人資料 | ☐ |
| 2. 我會保護自己的隱私，不會張貼暴露或私密的影音、圖像 | ☐ |
| 3. 我盡量不接受陌生人網路邀約加好友，封鎖可疑訊息信件 | ☐ |
| 4. 我會堅持自己意願，拒絕網友傳送的色情相關訊息 | ☐ |
| 5. 我會遵守健康的人際交往原則，不在網路上刺探對方的性隱私 | ☐ |

請孩子根據使用網路的表現，自我檢核以上 5 項行為：

✓ 已經有做到的項目有：

✓ 需要再改善的項目有：

✓ 你會如何改善：

✓ 請家長給自己一句鼓勵加油的話：



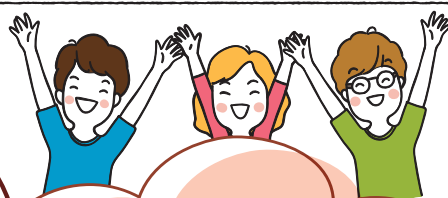
家長：我要禁止孩子網路交友嗎？孩子正值叛逆期，
他會聽我的話嗎？還是要用引導方式，
教孩子健康安全上網呢？
—— 但我怕沒有能力把孩子教好...

網路 e 人際、關心與陪伴 教導孩子網路社交安全的父母效能

- 1 ☐ 平時與孩子良好溝通的習慣，以掌握孩子網路人際互動的狀況。
- 2 ☐ 常給予孩子正向的鼓勵，以培養孩子的自尊勇於拒絕網路性危害。
- 3 ☐ 認識孩子網路社交圈朋友，以協助確認交友的真正價值與意義。
- 4 ☐ 和孩子協商一起面對問題，以尋找網路性危害的因應解決方法。
- 5 ☐ 制定網路安全的家規與界線，以要求孩子遵守網路安全規範。
- 6 ☐ 清楚指令督促孩子安全上網，以督導孩子使用網路避免性危害風險。

守護孩子健康成長是家長的天職，請家長自我檢核以上 **6** 項父母效能，覺得需要改進是：

父母對孩子的網路行為有充分認識
並訂定使用限制，了解那些APP具有危害性，
以及協助孩子理解網路互動現象等
都是對孩子的保護！但也需要注意不要過度，
成為對孩子隱私的刺探喔！



網路使用限規範，
例如限制網路使用時間、
網路不要“吃到”飽、
手機不要加密、
限制下載有害APP…等，
可以親子共同討論訂定喔！

更重要的是，多給孩子參與健康活動或興趣的機會，例如運動、音樂、棋藝等，
培養孩子的自信心與擴展人際交友，讓孩子降低依賴手機或網路。

請詢問孩子想從事的休閒活動或興趣是：

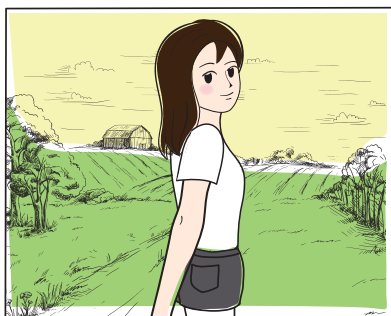
一、都是視角惹的禍!?

1



小美 30分鐘前 · 🌐

有你陪伴的每一時光，都是最美好的♥



😊😊😊😊😊 愛很大、很可愛和其他100人

陳羽晨：挖~這是男友視角嗎？

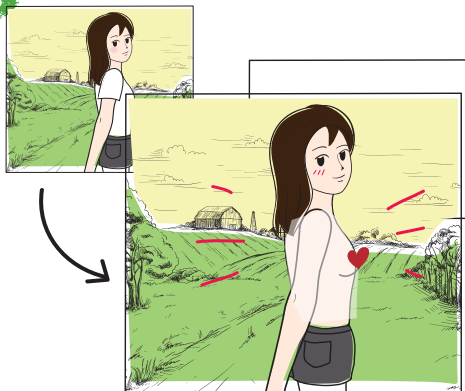
很可愛：談戀愛了♥♥♥

王阿明：天阿，我的女神，居然已經有男朋友了！

狠愛你：雖然如此，你還是我的女神，我愛妳

國二的小美昨天在自己 FB 分享與家人出遊的照片，其中包括一張看似「男友視角」的獨照。不到半小時，好友按 Like 人數已經超過100 人，而且出現各種留言……

2



😊😊😊😊😊 愛很大、很可愛和其他100人

侯小逸：挖~「濕」身秀欸！

大帥哥：能追到妳的男生「性」福喔~

LaLaMa：妳實在太「胸」了，

讓男人無法一手掌握，嘿嘿！

小美看到底下幾則怪怪的留言，開始感到不安，想把它們刪掉了。但後來發現已經有好多人都早就將照片截圖、改編，甚至到處轉傳，內容有令人不舒服的性暗示字眼。

3



誰叫妳愛上網上傳照片!!
被別人誤會，真的是活該!

小美這時發現事情已經失去控制，感到十分難過與害怕，於是告訴了媽媽，媽媽的回應是說都是因為小美喜歡上網才會惹上麻煩。

4



小美覺得很委屈、傷心，心想：
「這真的是我的錯嗎？」

青春來開講

探討網路性騷擾事件的感受與反應



在「都是視角惹的禍」情境中呈現了哪些問題？

家長和孩子一起討論以下問題：

1. 情境中讓小美感到不舒服的留言及行為是什麼？
2. 當小美覺得不安、受到傷害的時候，她採取了什麼行動？
3. 媽媽對於小美在網路上遭遇到的事情的反應是什麼？
4. 這件事情是小美的錯嗎？

青春會客室

說明網路性騷擾定義、因應保護與迷思澄清

1. 認識網路性騷擾

性騷擾的發生不僅出現在人與人真實接觸的世界中，隨著網路科技的發達，性騷擾也可能透過網路來傳遞。

網路性騷擾是：透過網際網路的媒介，以明示或暗示方式傳遞不受歡迎、違背意願、具有性意味或性別歧視的聲音、文字、圖片、影像等訊息，從事具有性意味或性別歧視的言詞或行為，而導致影響他人的人格尊嚴、學習或工作的機會或表現。包括以下三類型：

1

性別騷擾

網路傳遞性別羞辱的言語、黃色笑話等，例如以性暗示嘲弄、評論女生身材。

2

不受歡迎的性關注

網路交談詢問關於對方的性器官、性隱私與性生活等。

3

性脅迫

透過網際網路提出金錢或好處來脅迫他人發生性關係。



情境中讓小美感到不舒服的留言及行為，就可能是「網路性騷擾」。

2. 尊重與維護身體自主權

避免「網路性騷擾」發生，學習尊重與維護每個人的身體自主權：

1

每個人對行為的主觀解讀與感受可能會不同，要加以尊重

不同的人對同一個眼神、動作、言語、圖文訊息、環境氣氛等，可能產生不同感受。因此，在與他人互動時，不能假設或認為他人的感受跟我相同，也不應否定與我不同的感受，應加以尊重。

2

不能用「只是開玩笑的！」作藉口

一方以「只是開玩笑」、「表示友好」或「不小心」等理由表示無性騷擾之意圖，但另一方感覺不舒服、違反個人意願，並表達有被性騷擾。當雙方感受不同時，要以受害者的感受為主，以維護其身體自主權。

3

個人主觀的感受也需要是「合理」的

當然，個人感受不能無限上綱，需要透過客觀的標準來定義：「是不是一般人通常會有的感受？」、「還是個人獨有的感受？」、「這獨有的感受是否合理？」

4

網路上的性騷擾，也是需要承擔法律責任

不要以為在虛擬的網路世界當中說任何的話、做任何的事都是可以的，網路上的性騷擾也是需要承擔法律責任。

所以情境中如果「網路性騷擾」屬實，留言者與轉傳者都可能觸犯了《性騷擾防治法》、以及《性別平等教育法》。



網路性騷擾是違法的行為

(資料來源：<http://www.youtube.com/watch?v=Xn1CI0Fb0Lk>)



3. 面對網路性騷擾，因應行動 123



行動 1

馬上離線

- ☀ 一旦對方有性騷擾行為，明確拒絕他/她。
- ☀ 警告他/她已經造成性騷擾。
- ☀ 停止互動連線，封鎖對方，不再往來。



行動 2

保留證據

將性騷擾的文字、影像等記錄存檔的方式有：

- ☀ 傳送的訊息可以在離線狀態下寄到自己的信箱。
- ☀ 利用剪貼的方式保留資料。
- ☀ 記錄下對方的 ID 與事件發生的時間。
- ☀ 用拍照、截圖、錄影的方式存證。



行動 3

請求協助

- ☀ 善用網路「檢舉」功能懲治騷擾者，停掉騷擾者的ID、以及確定同一來源的ID。
- ☀ 使用「i Win」申訴，被檢舉者將會被暫時或永久關閉部分權限。針對嚴重的情況，可禁止該來源再度上線。
- ☀ 報警追查，若已經造成你/妳的不安，且求助無門或是名譽受到傷害，可向相關單位（警察局、113 專線...等）求助。

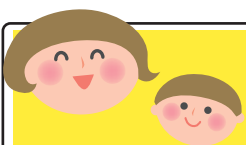
iWIN：

全名為「iWIN網路內容防護機構」。當民眾發現網頁中違法或是不當內容，就能夠透過申訴頁面提出通報，被舉報的網路內容若有爭議，iWIN會轉送權責單位，包括政府機關、ISP、民間團體組織或國外單位處理，或交由iWIN內部的評議小組處理，最後處理方式可能依法處理或通知改善要求業者自律，來維護對兒少安全的網路環境。

► 情境中小美採取的行動是請求家長協助，以保護自己。

4. 網路性騷擾迷思—指責受害者

遇到性騷擾事件，我們常急於檢討受害者的不是：「一開始不要貼這樣的文章就沒事了」、「一定是衣服穿太少了」、「這樣的留言很正常，是你想太多了」、「都是因為妳長得太漂亮了」……等，當開始檢討受害者，受害者更容易陷入內疚當中，無力從裡頭出來、不願分享真實感受，到最後每一件事都不敢或不願意說，獨自承受著痛苦。



► 所以情境中小美媽媽的反應是屬於「指責性騷擾受害者」，這個迷思是需要被澄清的。

4. 網路性騷擾，這是誰的錯？

(1) 受害者當下可能有的想法或感受：

當了解受害者的感受以及想法，就要以同理心的角度讓他/她知道這不是他/她的錯，並陪伴、協助以及採取行動：

1. 困惑：



「是不是我反應過度？誤會了？」、
責怪自己「是不是做錯什麼？」
才讓他以為可以這樣對我？」

2. 無助：



覺得「沒有人可以幫助我」、
「如果我說出去，他可能會報復我」

3. 感到憤怒或被羞辱：



「為什麼沒有人阻止他？」
「他怎麼可以這樣對我！」

4. 擔憂：



「如果我不答應讓他占便宜，
那我就會永遠沒有好日子過！」

我們需要先了解網路性騷擾事件中，到底是誰的錯？

在此次事件中，錯誤的不是小美，而是後續留言以及轉載的人，
需要先將此界線釐清，才不會將加害者的錯誤全部都推到受害者身上；
才有機會在清楚的狀況之下找到解決問題的方向。



青春 練功坊

演練生活技能——自我覺察與批判性思考

1. 網路性騷擾停看聽——自我覺察

(1) 以下網路社群留言內容，你的感受是什麼？是否屬於性騷擾呢？為什麼？
請家長和孩子一起討論是否並說明原因：

社群留言內容	你的感受是	是否屬於性騷擾？為什麼？
(1) 挖~這是男友視角嗎？		
(2) 談戀愛了		
(3) 天啊！我的女神，居然已經有男朋友了！		
(4) 雖然如此，妳還是我的女神，我愛妳		
(5) 感謝福利照，已收藏		
(6) 挖~「濕」身秀欸！		
(7) 能追到妳的男生「性」福喔~		
(8) 妳實在太「胸」了，讓男人無法一手掌握，嘿 嘿！		

針對以上孩子的感受與想法，家長回饋與叮嚀的話語是：

(2) 回想一下，在自己的網路社群人際互動中，有沒有遇過或聽過網路性騷擾的事件，紀錄當時的狀況是？當時的想法與產生什麼情緒？

網路性騷擾的事件是：

當時的想法：

產生的情緒：

2. 網路性騷擾追追追—批判性思考

能辨識、釐清網路性騷擾的迷思，建立正確防制觀念：



以上有四種對網路性騷擾的想法，請家長和孩子一起練習以質疑、反思、解放與重建的步驟，以釐清其中的錯誤迷思：

第一步、質疑

你們不認同的想法是哪一項？

第二步、反思

你們不認同這說法的原因？

第三步、解放與重建

討論後，你們認為正確的想法應該是什麼？

親愛的家長

在您與孩子日常的互動或在本次的共學過程中，是否有利用以下兩種家長效能技巧 - 「有效溝通」與「認識孩子的朋友」 - 來促進親子關係、增進對孩子的了解，以協助孩子建立安全健康的網路朋友圈呢？請以符號在口處標示您做到的情形，與說明您是如何做到的：大部分做到「○」；部分做到「▲」；幾乎沒有做到「x」

1. 有效溝通：透過有效溝通，關心孩子網路人際互動狀況

- ☐ 我能傳達對孩子的關愛

如何做到的 _____

- ☐ 我能專注傾聽孩子的分享

孩子曾經分享 _____

- ☐ 我能利用時機來與孩子討論有關網路人際互動的意見

利用的時機是 _____

2. 認識孩子朋友：以協助孩子認識網路交友的真正意義與價值

- ☐ 我知道孩子在社群網站加入哪些社團：

孩子加入的有 _____

- ☐ 我知道孩子在社群網站中留言或所貼文章的內容

孩子曾留言或貼過的文章內容有 _____

- ☐ 我知道孩子最常跟哪些網路朋友聊天

孩子常網路聊天的朋友是 _____

小提醒：

親子可以共同完成
這個部分喔！讓網路
活動成為彼此的
公開訊息



本章總結

做完本章，各位家長與同學，您是否已經了解網路性騷擾、
能辨認網路性騷擾的情境、澄清性騷擾的迷思

以及瞭解法律與因應方式了呢？

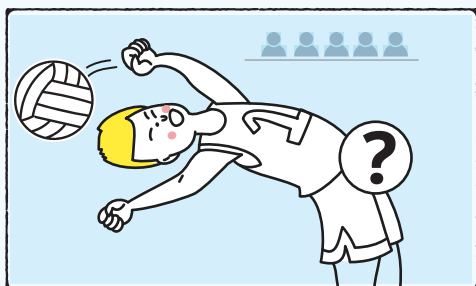
您有學到如何自我覺察及批判性思考嗎？

家長是否也能透過有效溝通、認識孩子的朋友、設定界線等方法，
了解孩子的網路行為，並協助孩子避免性騷擾呢？

一起讓網路變成工具而非阻礙吧！

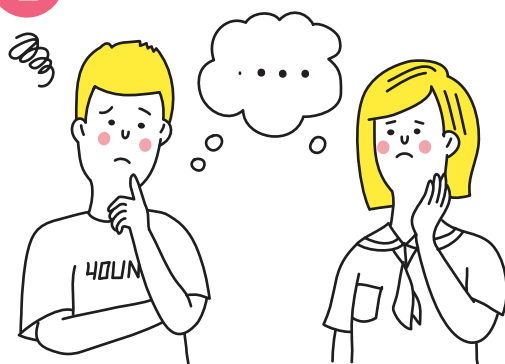
二、球場風雲人物

1


 小新
20分鐘前


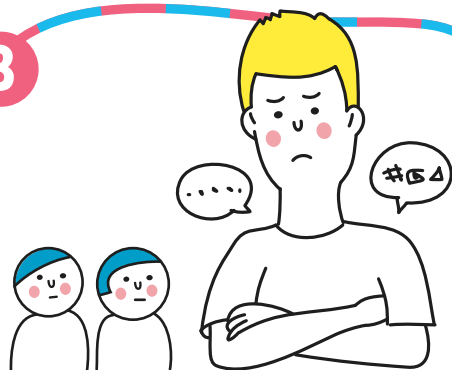
在班上的臉書社團，小新 P0 了班際排球賽風雲人物阿德下腰救球的照片，而且還特別在他的褲襠上，後製 KEY 上了大大的問號，曖昧的寫著「阿德好軟~不知道下面那個地方是不是也那麼軟? >///
<」，引起班上很多同學瀏覽...

2



阿德本人看到這照片時感到難為情、不舒服，尤其看到留言版上有許多人按「讚」，轉貼分享，甚至附和貼文說：「男生那麼軟不好喔!」、「那麼軟，以後的另一半甘ㄟ幸福?」……這些留言與轉貼讓阿德感到被騷擾了!

3



雖然有些人提出質疑寫著：「這樣的行為不太對吧!」、「這樣玩笑太過分了」...，但阿德還是覺得難過、不知所措....

4



所以，阿德就傳了訊息給好友芳芳，告訴她這件事情，求助.....

青春來開講

探討網路性騷擾事件中不同角色的行為

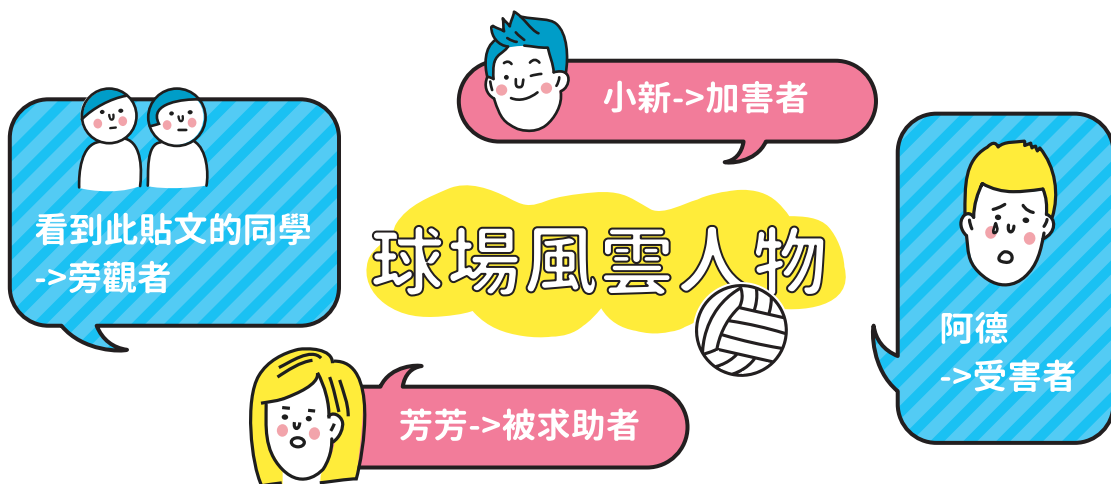
在「球場風雲人物」情境中呈現了哪些問題？請家長和孩子一起討論：

1. 在情境中，小新做了什麼？這樣行為適當嗎？
2. 當阿德看到了照片與留言時的感受如何？他是怎麼處理此事件的？
3. 對於班網裡照片與留言這件事，有人提出質疑，也有人跟著按「讚」與附和，這些行為恰當嗎？
4. 芳芳面對阿德的求助訊息該如何回應呢？

青春會客室

說明網路性騷擾法規、造成的影響與不同角色的因應行動

「球場風雲人物」情境是一個有很多「相關人」的「網路性騷擾」事件喔！



1. 網路性騷擾法律面面觀

A

- 後製做具有性意涵照片，並上傳散播的舉動與言論，已經構成《性別平等教育法》定義的「性騷擾」了。
- 上傳或散播破壞他人名譽的照片/影片，也可能涉及《兒童及少年福利與權益保障法》與《刑法》誹謗罪喔！

2. 網路性騷擾對身心健康與生活的影響

B



網路性騷擾跟真實生活的性騷擾一樣，都會對個人產生嚴重的影響：

- 心理健康方面，例如：產生壓力、焦慮或憂鬱等症狀，甚至造成身心症。
- 人際關係方面，例如，在人際上退縮、害怕、缺乏信任感，甚至被霸凌！
- 網路性騷擾事件可能進一步演變成真實生活的性騷擾，例如，本事件中的圖文可能成為現實學校生活中朋友間的談論話題，進而影響當事人。



3. 網路性騷擾對身心健康與生活的影響

C

當你發現，你發布的貼文或照片已涉及網路性騷擾甚至毀謗他人，你可以：

- 馬上向當事人道歉，並刪除貼文、照片。
- 向其他人承認自己已犯錯，並制止他人繼續傳播。
- 謹記著，「己所不欲勿施於人」！上傳前先想想，你希望自己被這樣對待嗎？

成了性騷擾的「加害人」是要負法律責任的喔！

4. 保護自己、維護權益—如果你是網路性騷擾的「受害者」：

D

看到「與你有關」讓人不舒服的貼文或影像，身為「受害者」的你可以：

- 不要以為忽視就能解決問題，網路性騷擾會影響你的健康與人際關係。
- 不要加入謾罵或以暴制暴。
- 清楚告知對方你的感受，並請對方刪除。
- 將內容截圖作證據，並與家長或老師討論處理。必要時，別忘了採取法律途徑解決。



5. 正義使者不可少—可能你是網路性騷擾的「旁觀者」:

E

看到別人PO的，讓人不舒服的言論或照片時，切記，你不會僅是個置身事外的「旁觀者」而已，你的決定會影響你在事件中的角色！所以你可以：

- 不按讚、不分享。按讚與分享，會助長事件的擴大！
- 若你的回應有包含涉及性騷擾的文句，則你會從「旁觀者」，轉而成為「加害者」，你也就觸法囉！

正確的網路行為與行動，不但可制止事件蔓延，更能讓大家有個更友善的網路平台，所以，讓自己成為事件的「正義使者」吧！

- 利用社群網站檢舉功能或至網路安全中心檢舉，以免不當言論或照片繼續傳播。
- 發出「正義之聲」，表達自己對於這件事的看法，展現影響力，促進網路安全。
- 協助截圖，報馬仔有理，向家長或老師告知此事，討論處理方式。



6. 及時支持與協助—假設你是網路性騷擾的「被求助者」:

F

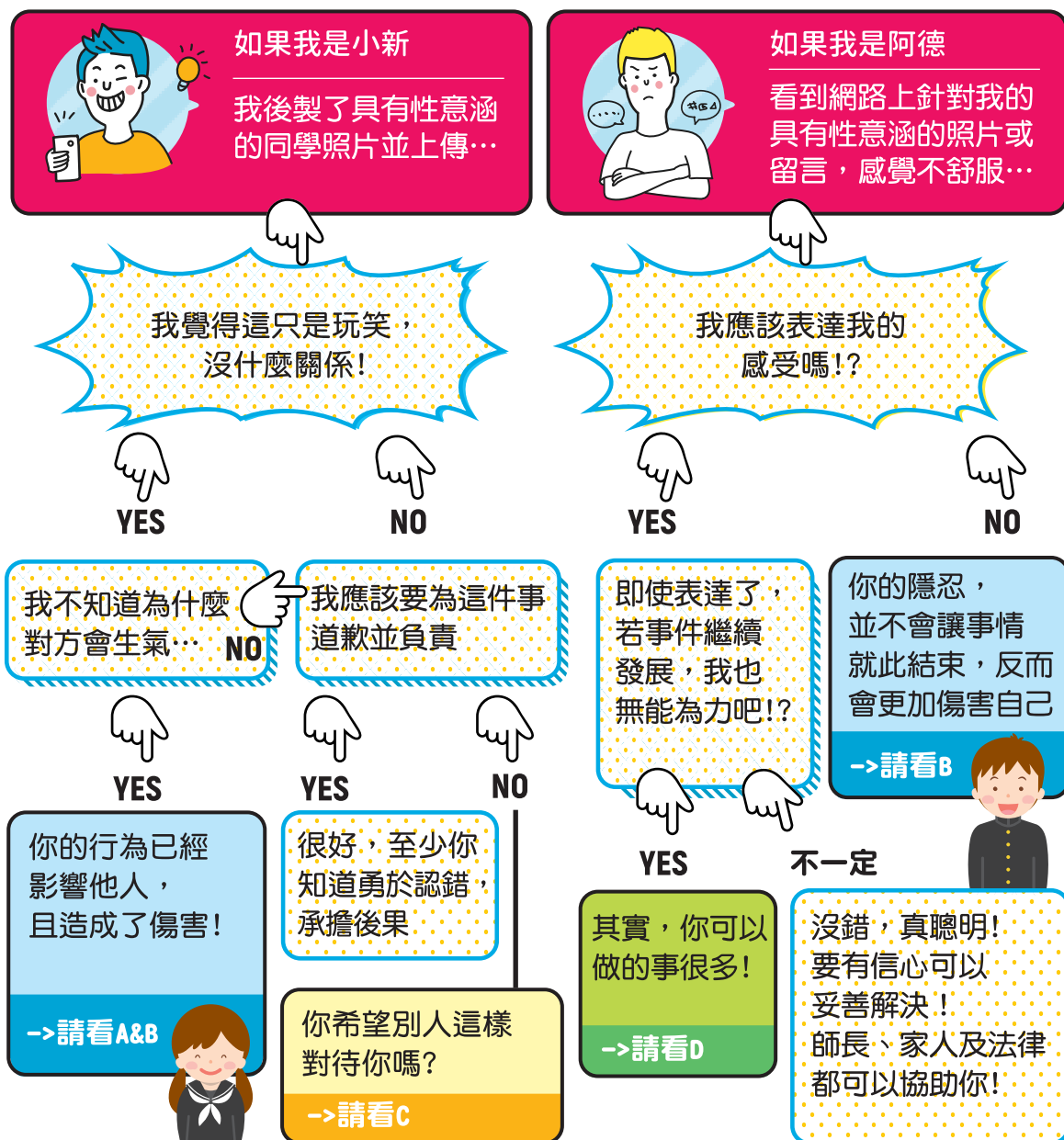
如果你的朋友遭受到網路性騷擾事件向你求救：



- 請記得，你可能是他唯一的希望，別當開玩笑或忽略。
- 「以牙還牙，以暴制暴」是錯誤的，不但不能解決問題，反而會讓事情更複雜，甚至讓自己也觸法了
- 給他支持與鼓勵，要有信心事情能解決的。
- 協助朋友截圖留下證據、檢舉不當言論、制止該文章或照片被繼續傳播。
- 陪同朋友一起找家長或老師協助，討論如何處理。

1. 要「網」哪裡去——做決定(一)

在網路人際互動情境中，身為不同角色，你可以採取怎樣的回應？更需要考慮抉擇之後會面對的結果是什麼？這是「做決定」很重要的歷程！請家長陪伴、鼓勵孩子模擬以下四個角色，練習在網路性騷擾事件中如何做決定的歷程，並參考「(二)青春會客室」(pp.18-20)A~F的說明：





如果我是芳芳

我的朋友受到網路
性騷擾來向我求助



如果我是看到貼文的

在網路上看到別人具有
性意涵的貼文或照片...

我應該要重視這個
求助訊息嗎？



YES



NO

為了幫助朋友，
我會...

甲. 建議他以牙還牙，
也發佈類似貼文
回擊

乙. 陪伴對方採取
正當且合法的
解決方式

甲

豬隊友！
你讓事件更複雜了！

->請看F

乙

好朋友，謝謝你，
有你真好！

->請看F

覺得照片很好笑，
一定要分享出去



YES



NO

你已經成為
網路性騷擾事件
的幫兇了！

->請看E

除了不分享，
我會告訴同學們
這件事的嚴重性



YES



NO

謝謝你，正義之聲

如果主角
換成是你，
你會希望別人
冷眼旁觀嗎

->請看E

請寫下你會如何留言，成為正義使者：



2. 要「網」哪裡去——做決定(二)

當我們面對健康生活的需求或挑戰時，可以透過「做決定」的思考歷程，成功地展現應對與處理的能力。請家長陪伴孩子一起完成「面臨網路性騷擾事件」明智抉擇的考驗：

確定你 必須做決定	列出所有 可能的選擇	列出所有 選擇的優缺點	作出決定	評價決定： 這是一個 好的決定嗎				
根據 「球場風雲人物」 情境，選擇一個角色 練習做決定歷程： ☐ 阿德(受害者) ☐ 小新(加害者) ☐ 芳芳(被求助者) ☐ 其他同學(旁觀者)	我的做法有	分析可能的結果	我選擇是：	評估我的決定符合：				
	做法1	<table border="1"><thead><tr><th>優點</th><th>缺點</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td></tr></tbody></table>	優點	缺點			☐	☐ 健康的
	優點	缺點						
做法2	<table border="1"><thead><tr><th>優點</th><th>缺點</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td></tr></tbody></table>	優點	缺點			☐	☐ 安全的	
優點	缺點							
做法3	<table border="1"><thead><tr><th>優點</th><th>缺點</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td></tr></tbody></table>	優點	缺點			☐	☐ 尊重自己和別人的	
優點	缺點							
			☐ 符合家庭、 學校及 社會規範的					

請家長回饋與鼓勵孩子在演練做決定時的表現：

3. 拒絕騷擾大聲公—倡議宣導

為了打造健康安全的網路社交世界，免於受到網路性騷擾的危害！請家長與孩子一起演練「倡議宣導」，向親友爭取認同自己防制網路性騷擾的立場，展現健康的影響力：

倡議宣導

為增進群體的健康，能表明自己促進健康的立場，並使用人際溝通的技巧展現出對健康行為的影響力，步驟包括：

確立立場

選擇方法

表達想法

共同響應

因為 _____，
所以我要防制網路性騷擾！

我想要跟誰 (3位親友) 分享，防制網路性騷擾的想法？

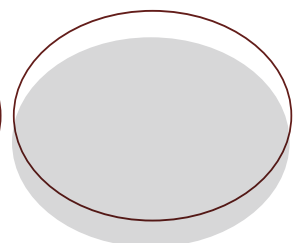
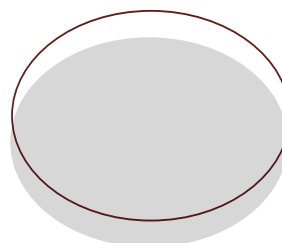
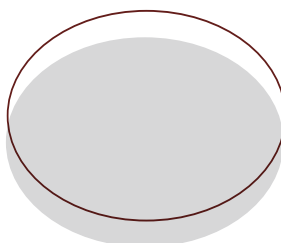
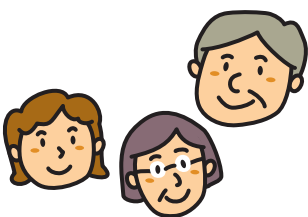
(1)

(2)

(3)

我會如何跟親友說

請願意認同響應防制網路性騷擾的親友簽名：



親愛的家長

在您與孩子日常的互動或在本此的共學過程中，是否有利用以下兩種家長效能技巧-「正向鼓勵」與「有效監督」-來鼓勵孩子表達與分享、讓孩子學習限制與自律，以協助孩子建立自信，並避免網路性危害呢？

請以符號在口處標示您做到的情形，與說明您是如做到的：

大部分做到「○」；部分做到「▲」；幾乎沒有做到「×」

1.

正向鼓勵

以培養孩子的自尊，勇於拒絕網路性危害

- ☐ 在面對網路人際互動問題時，我能不數落責備孩子
→如何做 _____
- ☐ 在面對網路人際互動問題時，我能鼓勵孩子表達意見和感受
→如何做 _____
- ☐ 在面對網路人際互動問題時，我能跟孩子共同參與，一起解決問題
→如何做 _____

2.

有效監督

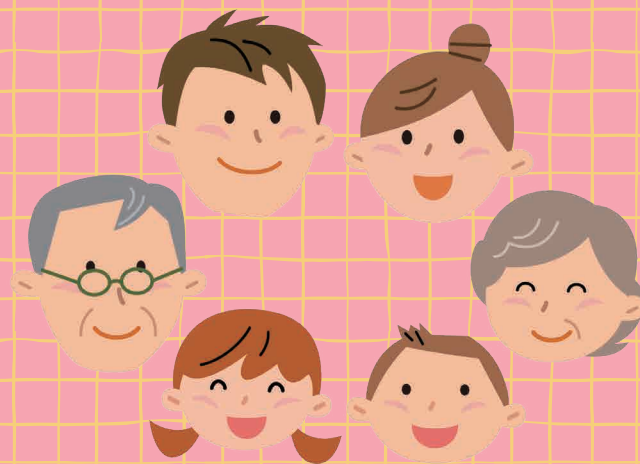
以督導孩子使用網路，避免性危害風險

- ☐ 我會清楚限定孩子網路使用的時間
→孩子可以使用網路的時間是 _____
→孩子不可以使用網路的時間是 _____
→其他我們約定的限制是 _____
- ☐ 我會清楚叮嚀孩子在網路社交互動時的行為規範
→孩子不能出現的行為是 _____

小提醒:

訂定網路使用規範時，
家長與孩子可以共同討
喔!而且雙方都要明白
為何要訂定這些規範!





本章總結

做完本章，各位家長與同學，
是否對網路性騷擾有進一步的了解了？

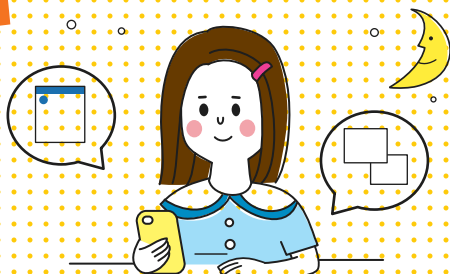
知道網路性騷擾會對當事人的身心健康造成不良影響，
還有網路性騷擾事件中各個角色應有的態度與處理策略，
以維護友善安全的網路平台環境。

有學到如何做決定以及倡議宣導嗎？

家長們是否能以正向鼓勵以及有效監督的方式，
幫助孩子瞭解網路世界並訂定規範，
協助孩子避免網路性危害呢？

三、網路自拍風波

1



萱琪是位害羞、不善人際交往的國中生，又因為爸爸媽媽工作繁忙，萱琪每天回家後，經常沉迷在手機網路Instagram、Facebook追蹤別人的動態，也期待自己的動態能被好多人按讚……

2



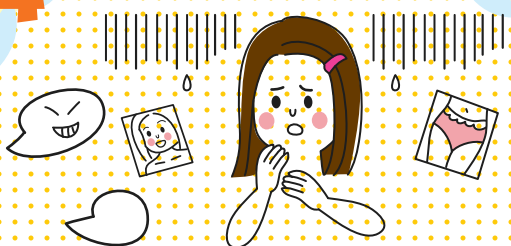
最近，萱琪在網路上認識自稱為楓喬的大學生，他每天總是像個大哥哥一樣的關心她的生活，逐漸地，萱琪越來越依賴這樣的互動關係，覺得自己不能一天沒跟他聊天，感覺像似男友般的呵護她……

3



一開始萱琪會傳些生活照給楓喬，但後來對方就要求萱琪自拍較為暴露的照片傳給他，也要萱琪用視訊來聊天，萱琪認為這是親密的表現，所以就這樣傳了許多自拍的裸露身體的照片，而且視訊的尺度也越來越開放……

4



有一天兩人在視訊的時候，對方慫恿萱琪脫衣服以裸體來視訊，萱琪覺得這樣不好，想要拒絕，此時楓喬以威脅口氣說：「如果妳不願意的話，我要把你之前傳給我的裸露照片和訊息時的親密對話，傳給你學校其他同學看哦！」萱琪這時驚覺這樣的網路交往不是想像中的甜蜜美好，感到害怕，事情變得嚴重不可收拾……

青春來開講

探討網路性誘惑的風險與危害



在「網路自拍風波」情境中呈現了哪些問題？ //

家長和孩子一起討論以下問題：

1. 情境中，萱琪會沉迷於在網路社群與交友的原因是什麼？
2. 萱琪上網交友情境中，有哪些行為是有引發性危害風險的？
3. 萱琪自拍裸露照片傳給他人，楓喬威脅他人進行裸體視訊的行為，有違反法律嗎？
4. 萱琪面對這情境，她可以如何回應處理呢？

青春會客室

說明拒絕網路性誘惑與性隱私自拍、散播相關法規

1. 迷「網」與迷惘——網路性騷擾/性誘惑風險自我覺察

在這個網路人際互動頻繁的時代中，除了「害人之心」不可有之外，「防人之心」更是需要時時警覺，避免過度美化與期待網路戀情。

首先要清楚覺察自己使用網路社群的需求與動機，包括：上網的目的、是否依賴沉迷、對網路交友的期待、對網路互動對象的了解程度、網友的要求背後的動機是什麼、所傳照片或影片的內容是否合宜…等，以避免自己在網路人際互動中誤觸法律，並降低自己陷入網路性騷擾或性誘惑的風險中！



萱琪因缺乏家庭關愛與良好人際關係，
而渴望在網路中獲得關注與慰藉，
對網路交友的風險缺乏警覺與戒心，因受到傷害。
e世代的孩子應該學習更多人身安全的保護意識，
遠離網路陷阱。



2. 三思而後傳—自拍傳送要審慎

判斷彼此熟悉度

在網路世界中，傳送照片或影片更要謹慎，首先必須了解自己所上網站的安全性，以及與網友雙方彼此的熟悉度、就算是男女朋友之間互傳也需秉持一樣的謹慎度，依法是不應該有裸照傳播的！



「影像恆久遠，網路永流傳！」

再者，網路世界截圖、轉載的情形相當頻繁，而且訊息保留在網站平台中，往往很難完全被移除！許多青少年不了解，以為刪除留言或影像就可以防止後續事件，但是其實「只要一貼上網路的留言和照片，幾乎可以說都會跟著你一輩子」，因此切記！凡欲放上網路的影像，都要三思！

3. 說不永不會太遲—自我覺察與維護自己有拒絕的權力

其實，很多人留下親密的自拍畫面，都是因為當時浪漫的氣氛，或是應另一半要求而拍的；這時候，我們的「自我覺察」就非常重要了！對於這樣的行為是否發自內心完全感到自在呢？我是否不好意思拒絕別人的要求？我是否不敢向別人坦白自己的感受？對於任何事情，都應該要學著接納自己真實的感受，一旦察覺自己有不舒服、違反意願的感受，就要勇於面對這樣的想法與情緒，而不是逃避它！

萱琪應該在對方要求裸露身體時，當心裡認為不妥，就要將自己內心的感受說出來，而不是為了配合他人，做自己不喜歡的事。當感受事態嚴重無法處理時，則要勇於尋求協助說出來，才能把傷害降到最少。



4. 拒絕的藝術—拒絕的類型與方法

面對拒絕的情境，拒絕方式有~

A型：被動型/非自我肯定拒絕

你採取不反對也不接受的態度，雖然有自己的想法，但也不主動做出回應或表達；看起來很隨和，不堅持要求你想要的東西，無形中也損及的自己權益。

這樣的拒絕可能會有的問題：你覺得應付過後，他就不會再來煩嗎？



這樣的拒絕可能會有的問題：報復心態容易形成冤冤相報情況、造成彼此傷害。

B型：侵略型/攻擊性拒絕

你拒絕的時候，會攻擊或侵犯到他人權益，使用侵略是和某人爭論、以懷有敵意等方式等來強烈表達拒絕意願。

C型：果決表態/自我肯定拒絕

你總是冷靜而堅定地捍衛自己的權利，表達自己的想法或信念，而又不傷害他人，果決表態是為自己的信念或信念提出事實或理由，但同時也能尊重別人的意見或信念。這時，可以運用「六法神技拒絕技能」達到有效拒絕：

- 一直拒絕法：直接堅持拒絕，例如「我不想要拍這些裸照!」
- 二(餓)了離開法：藉故轉移話題、離開現場，例如「我肚子餓!先去吃飯~」
- 三五成群法：避免單獨給機會，例如「我爸媽在旁邊，不方便啦!」
- 四(時)尚做自己法：
自我肯定要自主，例如「我覺得我的美有其他的呈現方式!」
- 五(我)很愛你法：
就是要彼此尊重，例如「如果你真的愛我，就請尊重我吧!」
- 六(留)下神秘法：
給彼此一點神秘空間，例如「讓我們都保有一點秘密，結婚後才有驚喜哪!」



5. 法律停看聽—性隱私自拍傳送與散播涉及違法

為了保護未成年者的網路性隱私，《兒童及少年性剝削防制條例》規定，在網路間傳送未成年者的私密影像是違法的，即使是自己傳送給他人也一樣！而如果散佈未成年者的私密影像，不論是否有獲得對方同意，當然已是違法的。

網路自拍傳送私密影像

《刑法》第234條第1項之「公然猥褻罪」：

近年來興起一陣「網路自拍」風潮，偶聞有將自拍裸照傳給網友們的情況，但殊不知網路世界的可怕，若這些照片被他人基於「好東西」要跟好朋友分享的心態，透過網路繼續大量轉傳給其他人，則會造成法律上「猥褻」行為的出現，即包括一切違反性行為之隱密原則及一切足以挑逗他人之性慾、或滿足自己之性慾、或使一般人產生羞恥感或厭惡感之有傷風化行為。因此，「網路自拍」變調的行為，將觸犯刑法「公然猥褻罪」。

散布兒少的私密影像

《兒童及少年性剝削防制條例》、《兒童及少年福利與權益保障法》：拍攝、散布、播送、販賣或持有兒少的私密影像等，違反不同法條之處分，最重可處七年以上有期徒刑，得併科三百萬到五百萬元以下罰金。



散布親密照片為由要脅--《刑法》第305條之「恐嚇罪」：

男女朋友間交往，本應出自兩情相悅，珍惜與尊重。分手後，其中一方放不下感情，要求復合，也時有所見。但若以散布親密照片為由要脅，恐怕已觸犯法律。如果是基於脅迫復合等不良動機而散布，即可能觸犯刑法第三百零五條的恐嚇罪：「以加害生命、身體、自由、名譽、財產之行，恐嚇他人致生危害於安全者，處二年以下有期徒刑、拘役或三百元以下罰金」。



演練生活技能 — 自我覺察、自我肯定拒絕

1. 網路任我行—自我覺察

請家長與孩子一起檢視自己的網路行為，並覺察其中隱藏的風險：

(1). 你最常使用網路來做些什麼事情？(請依照使用的頻率多到寡，分別填入排名1-7)

孩子使用頻率
排序1-7

使用網路的行為

家長使用頻率
排序1-7

查資料

打game

上社群網站追蹤動態

上網看影片

上社群網站po文抒發心情

上交友網站與網友互動

與網友視訊

(2). 根據以上你使用網路的行為排序，你認為可能遇到網路性危害的風險是如何：
(風險評估1-5分，分數越大風險越高)

孩子風險評估低1-5高

使用網路的行為

家長風險評估低1-5高



網路性騷擾

網路性誘惑

網路性威脅



家長您了解孩子平日上那哪些網站嗎？請提醒孩子網路的風險何在？

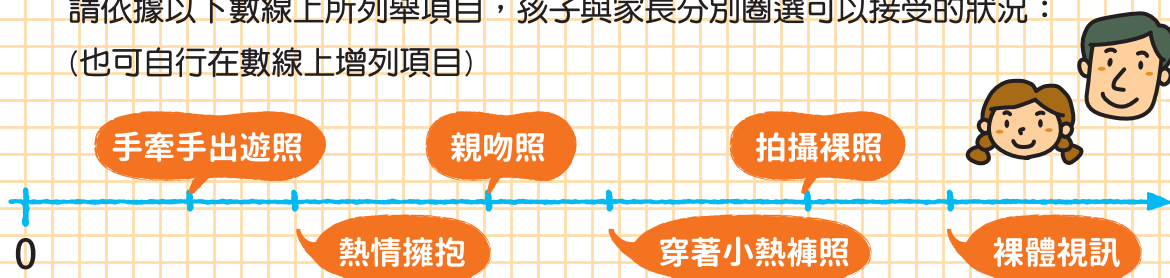


請多多跟孩子們聊聊，讓孩子知道若遇到網路性騷擾或性誘惑時，你們可以一起討論、解決。

(3). 孩子，你認為將來自己和男/女朋友在網路上公開或彼此互傳的照片或影片，可以開放到怎樣的程度？

家長，你允許你的孩子和男/女朋友在網路上公開或彼此互傳的照片或影片，可以開放到怎樣的程度？

請依據以下數線上所列舉項目，孩子與家長分別圈選可以接受的狀況：
(也可自行在數線上增列項目)



家長看到孩子圈選的可以接受的狀況，您想對孩子說：

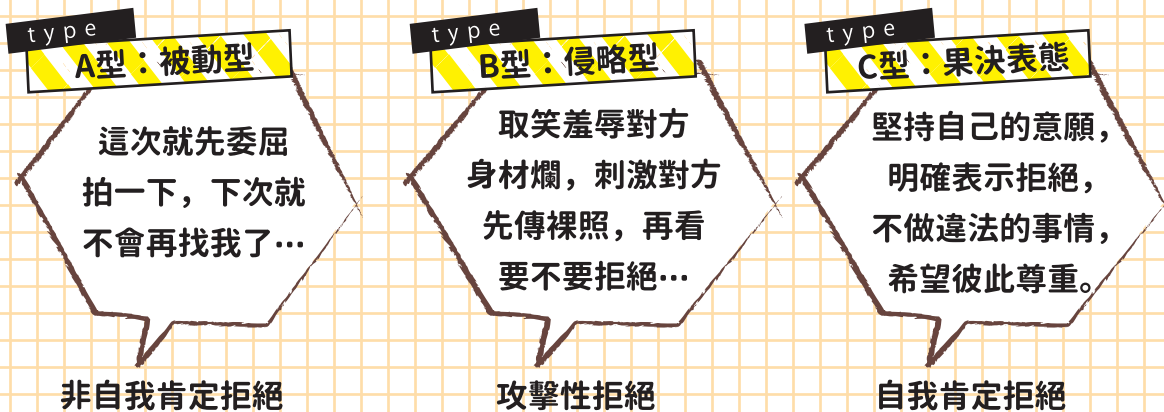
Yellow speech bubble for parent response.

2. 說「不」的藝術—自我肯定拒絕

面對網友要求或強迫去傳送自拍裸照或是開啟裸體視訊，你會如何因應呢？

孩子選擇的回應是：_____，

家長選擇的回應是：_____



針對不同回應的拒絕類型，請參閱〈拒絕的藝術〉說明

請家長和孩子討論，如何運用「六法神技拒絕技能」做有效的拒絕：

網友要求：認識一段時間了~我們彼此傳些私密照片作紀念

請寫下我使用的有效拒絕方法是：_____

我會說：_____

親愛的家長

在您與孩子日常的互動或在本此的共學過程中，是否有利用以下兩種家長效能技巧-「有效協商」與「訂定界線」-來跟孩子討論網路性危害的問題及其解決方法，以協助建立正確的網路行為，並能解決問題呢？

請以符號在口處標示您做到的情形，與說明您是如做到的：

大部分做到「○」；部分做到「▲」；幾乎沒有做到「×」



1. 有效協商 以尋找網路性危害的因應解決方法

☐ 孩子遇到網路性危害時，我能態度客觀(不責罵、不憤怒、不失望)協助面對解決

☐ 我運用問題解決方法，與孩子一起處理網路性危害問題

輪流發言
(鼓勵孩子提出對策)

整理對策
(好、不好)

做決定
(協助孩子做決定、不是父母做決定)

→請舉例說明處理方法有

2. 訂定界線 以要求孩子遵守網路安全規範

☐ 我會訂定孩子在網路上公開的照片或影片的尺度界線
→訂定的尺度界線是

☐ 我會確實執行孩子遵守網路安全規範
→把做到的部分圈起來：

孩子清楚違規的後果

孩子違規，
依照當初約定執行規範

孩子遵守予以嘉許

堅持不隨意退讓





本章總結

做完本章，各位家長與同學，
有學到網路可能存在的性誘惑危害嗎？

是否也了解自身的網路行為可能有的性隱私風險，
以及有關性威脅與散播性隱私訊息的相關法規了呢？

有學到如何自我覺察以及如何拒絕網路性誘惑嗎？

家長們是否也能透過有效協商、訂定界線，
並多關心孩子的生活，來幫助孩子遠離網路性誘惑呢？

跟孩子們一起拒絕網路性誘惑吧！



主辦單位：衛生福利部國民健康署

<https://www.hpa.gov.tw/home/index.aspx>



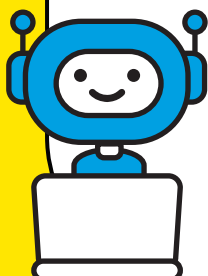
臺北辦公室 電話：**02-2522-0888**

地址：臺北市大同區塔城街36號

臺中辦公室 電話：**04-2217-2200**

地址：臺中市西區民權路95號6號

承辦單位：台灣性教育學會



主編：鄭其嘉

執行編輯：龍芝寧

編輯委員：馮嘉玉、程欞君、胡芷寧、詹明瑾

（按章節敘寫順序排列）

審查委員：

日期：106年12月 日