

在你子女的世界，互聯網是不可或缺的一部份。他們在教育、社交和娛樂方面都離不開互聯網。

身為父母和照顧者，你可以幫助子女探討數碼世界，同時教導他們怎樣避免在網上受到傷害，以及遇到這些情況時怎樣處理。

及早和經常與子女傾談他們在網上的活動。有關如何幫助子女保持線上安全的提示和建議，可瀏覽 eSafety 網站。 esafety.gov.au/parents

網絡欺凌

網上欺凌有不同的形式，例如發送侮辱性的信息、傷害性的圖像或錄像、令人討厭的流言蜚語、在網上排擠或侮辱他人。你的子女可能擔心如果他們告訴你這些事情，欺凌的情況可能會變本加厲，或者你可能會不再讓他們使用互聯網或手提電話。

一些顯示你的子女可能受到欺凌的跡象包括：

- 使用互聯網或手提電話後變得沮喪不安，或把他們的網上活動和手機使用變得“神神秘秘”
- 變得孤僻、焦慮或憤怒，看來孤單或苦惱
- 千方百計避免上學或學業成績退步

要知道如何自小就和子女開始談論甚麼是尊重他人的網上行為，並確保他們知道如果有任何憂慮時都可以和你商談，可瀏覽 eSafety 網站， esafety.gov.au/parents/big-issues/cyberbullying

不受歡迎的接觸

你知道你的子女在網上和誰人談話嗎？我們都希望保護我們的年輕人，避免他們與陌生人接觸，尤其是任何可能會傷害你子女的人。

時刻瞭解你子女使用的網站和應用程式。如果網上有人要求他們做任何他們覺得不對的事情，鼓勵他們和你傾談。幫助子女提高警覺，注意異常的網上接觸行為，例如：

- 第一次接觸後不久便問及許多有關個人資訊的問題
- 以禮物獎勵和承諾作為回報，要求幫忙
- 要求用其他方式聯絡，例如在線聊天和發短訊
- 問及和誰人共用電腦，電腦放在哪個房間
- 索取私密的資料
- 要求將他們的關係保密
- 要求和他們見面

要知道怎樣阻擋不受歡迎的接觸和更全面瞭解如何處理這些情況，瀏覽 eSafety 網頁， [eSafety website at esafety.gov.au/parents/big-issues/unwanted-contact](https://esafety.gov.au/parents/big-issues/unwanted-contact)

發送色情短訊和裸體照片

子女較年長時，應和他們談論發送和分享親密或暴露照片或錄像 (俗稱 Nudes 或 Noods) 可能帶來的後果。雖然發送色情短訊可能不如你和你的孩子想像的那麼普遍，但明白分享親密圖像帶來的風險是絕對有必要的。即使這些事情發生在可以信賴的朋友之間，也可能出現問題。

不必要地分享非常個人的圖像可能會導致羞辱和欺凌，並損害年輕人的聲譽。圖像在分享之後，孩子就失去對圖像的控制，這些圖像可以在互聯網上到處流傳發佈。

注意：製作或分享18歲以下兒童和青少年的色情圖像是非法的，可能會受到刑事指控和刑罰。

要瞭解如何與你的子女談論發送色情短訊和裸體圖像的後果，以及子女發送或接收裸體圖像後該怎麼做，請瀏覽eSafety網站 esafety.gov.au/parents/big-issues/sending-nudes-sexting



工具、提示和建議

幫助子女保持在線安全，你可以發揮重要的作用。持開放態度，參與和支持對於幫助他們培養良好的在線習慣和數碼智能是非常重要的。

瞭解子女正在使用的數碼設備，並一起商定上網的規則。這些規則可以隨著孩子的成長重訂修改。

最重要的是，保持溝通渠道開放，傾聽他們的聲音，並且不予評判。

詳情請瀏覽 [eSafety.gov.au/languages](https://esafety.gov.au/languages)

**幫助你的子女保持
在線安全。**

來聊一聊。