

# 拒絕不當內容 學習手冊



# 本手冊將帶領你

---



認識什麼是不當內容

瞭解我們為什麼不適合  
觀賞這些不當內容

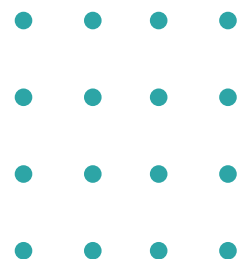
學習如果遇到這些不當  
內容時該如何反應



# 手冊大綱

---

|                |   |
|----------------|---|
| 一、小故事          | 3 |
| 二、概述           | 4 |
| 三、為什麼要拒絕不當內容呢？ | 5 |
| 四、如何拒絕不當內容     | 5 |
| 五、動動腦時間        | 6 |
| 六、牛刀小試         | 7 |
| 七、對抗不當內容三大守則   | 8 |
| 八、延伸學習         | 9 |



## 一、小故事

琳琳是一位國小六年級的學生，她有一位就讀高三的姐姐。姐妹倆感情相當好，會經常一起外出逛街或在家看電視。最近姐姐迷上一部懸疑偵探類型的網路影集，常常在周末時準時收看。琳琳一直都是姐姐的跟屁蟲，自然而然地跟著姐姐在電腦旁一起觀賞。

然而，琳琳沒想到這部影集中經常出現受害者被殺害的逼真鏡頭，不論是受害者痛苦的表情、鮮血淋漓的畫面或是毛骨悚然的配音，都讓琳琳感到非常害怕。看完影集後的幾個晚上，琳琳時常因為太害怕而不敢閉上眼睛睡覺，或是因為夢到類似的殺戮鏡頭而數度在半夜中驚醒。

某天夜裡，琳琳又被惡夢嚇醒，哭著跑到父母的房間。在媽媽的追問下，才發現原來影集中虛擬逼真的殺戮鏡頭，竟造成琳琳產生巨大的陰影。媽媽查閱影集資訊後，發現這部影片屬於限制級，不適合未滿十八歲的觀眾觀賞。

琳琳和姐姐這才知道，網路上的內容也跟電視和電影上的內容一樣，有依年齡分級的制度。姐姐喜歡的這部網路影集，因為裡面有太多血腥鏡頭，所以歸屬於限制級，對於就讀六年級的琳琳而言，屬於「不當內容」，應該避免觀賞。

血腥鏡頭?

殺戮鏡頭?

年齡分級制度?

避免觀賞?

不當內容?

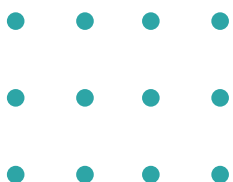
限制級?

## 二、概述

你知道嗎？在臺灣，電視和電影節目分為「普遍級」、「保護級」、「輔導級」和「限制級」四個級別，這是為了保護觀眾，協助大家能夠清楚瞭解每個節目的內容，適當避開不適合我們年齡觀賞的節目。

然而，在網路世界中，並非所有網站都設有這些明顯的標誌來幫助我們區分什麼該看、什麼不該看。但是，為了保護自己的身心健康，以及維護自己的上網品質，我們應該要學會拒絕不適合自己觀看的網路內容。例如，暴力、血腥、裸露、色情、靈異、鼓勵抽菸酗酒或吸毒的內容和鏡頭，都是不適合我們這個年齡觀看的內容。

因此，大家在上網的時候，一定要謹慎選擇觀看的內容，並且學會辨別什麼才是適合自己觀看的內容，以免對自己造成負面的影響。希望大家能夠保持良好的上網習慣，享受健康、快樂的網路生活。



### 三、為什麼要拒絕不當內容呢？

網路上存在許多不適合未成年觀看的資訊，這些資訊稱為「不當內容」。這些內容可能包含會誤導我們價值觀的訊息，或是讓我們產生不舒服的感受，例如網站中的黑幫械鬥短片可能讓我們誤以為暴力行為是英勇的行為，或是因而產生身體不適的反應，例如頭暈、想吐等等；某些犯罪行為的文章或畫面，也可能驅使好奇心較強的人模仿相同的行為，而產生危險的後果；同樣地，一些靈異恐怖的畫面可能引發人們的害怕、驚恐等不安情緒。

因為這些不當內容可能引起觀看者的不良反應，所以我們應該拒絕觀看這些內容，並學習如何適當地面對遇到這些內容的情況。

### 四、如何拒絕不當內容

#### 懂得拒絕

懂得拒絕不當內容是重要的第一步，但並非所有網站都能提供此類功能。所以，在網路世界中，我們應該要當自己的守護神，為自己把關。當出現不適合自己觀看或讓自己感到不舒服的內容時，應當立即關閉網頁視窗，挑選真正適合自己的上網內容。

#### 安裝軟體

我們可以安裝一些軟體，例如由趨勢科技和教育部共同推出的「網路守護天使」，以及由電信業者提供的「防駭守門員」、「色情守門員」以及上網時間管理等服務。這些軟體可以幫助我們先過濾網路上的各種資源，阻隔那些不適合我們年紀觀看的網頁或影片內容。如果是中小學生，亦可請父母幫助申請這些服務或安裝軟體，一起維護家中的上網品質。

## 五、動動腦時間

嘉嘉的弟弟是國小五年級的學生，他喜歡看網路影片，也會跟同學彼此分享在網路上找到的影片網站。某一天，同學分享一個最近收藏的影片網站給他，上面有來自許多不同國家的影片，包括臺灣、日本和美國的影片。然而，最近嘉嘉注意到弟弟都會不經意地使用攻擊性的用語，例如「你去死吧！」、「我要打爆你的頭！」，或是「來啊！小心我揍你喔！」等等，和以往彬彬有禮的弟弟完全不同。

對此，嘉嘉非常擔心，因為家人在對話時都不會使用這些用語。即使媽媽嚴格要求弟弟不要再使用這些用詞，但弟弟仍然經常不經意地說漏嘴。

有一天，嘉嘉走進弟弟的房間時發現弟弟正在看一個不適合他年齡的影片，裡面有很多近身的搏鬥場面和血腥的畫面，但弟弟卻不以為意。這讓嘉嘉非常擔心。她希望弟弟能夠明白這些影片並不利於他的身心健康，因此她打算和弟弟好好地談一談，告訴他內容分級的重要性以及適合他年齡的影片類型和注意事項。

- 你認為嘉嘉弟弟會出現這樣的轉變是受甚麼影響？
- 你覺得嘉嘉該怎麼做才能幫助弟弟恢復以往較為禮貌的說話方式？



## 六、牛刀小試

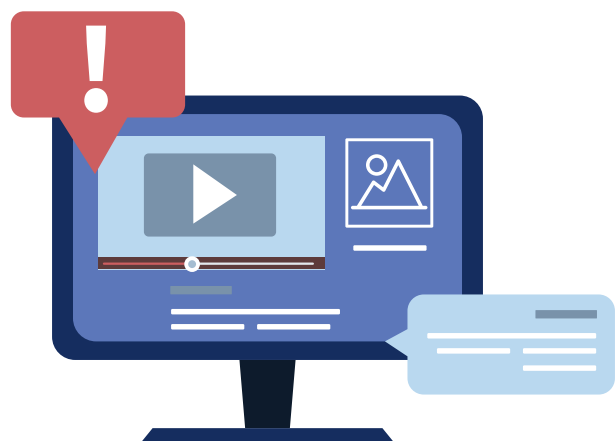
問題一：網路搜尋資料很方便，但下列哪一項是國中小學生「不應該」去搜尋下載的內容？

- A. 電視節目表。
- B. 卡通圖片。
- C. 色情圖片。
- D. 如何養小狗的資料。



問題二：為什麼網路上的暴力血腥內容，不適合所有年齡層閱讀瀏覽？

- A. 因為可能有人會模仿。
- B. 因為血腥畫面令人作嘔。
- C. 因為可能被暴力內容驚嚇。
- D. 以上皆是。





### 你答對了嗎？

第一題的答案是 C，第二題的答案是 D，因為國中小學生還未滿 18 歲，所以暴力血腥或是與色情相關的內容都不屬於國中小學生應該瀏覽的資訊，除了可能造成不舒服的感覺之外，有些同學可能會誤以為那些暴力內容很好玩，因而用同樣的手法對自己或別人造成傷害，這樣是很不好的行為喔！

## 七、對抗不當內容三大守則

### 血腥暴力太恐怖 保護自己勿觀賞

不當內容可能包括血腥的畫面、暴力的鏡頭、槍械的販售網站等。這些內容可能會引起噁心和顫慄等不舒服的感覺，或是讓某些同學進而模仿。如果在網路上遇到這些資訊，請直接關閉視窗。

### 防護軟體當幫手 安心上網免煩惱

市面上或是政府單位為了協助大家避開不當內容，也研發出某些軟體來阻擋這些載有不當資訊的網頁。建議下載這些防護軟體以增加安全性，將多數的不當內容直接杜絕在我們的網路世界外。

### 網路內容睜大眼 自我把關最重要

並非所有網站都設有分級標誌，而網站內容每天都在增加和更新，防護軟體也可能遺漏某些內容。因此，最好的把關者就是我們自己。學習如何分辨和拒絕不當內容，保護自己的身心健康，遠離「不當內容」的不良影響。

## 八、延伸學習

eliteracy 中小學資訊素養與認知網（無日期）。網路如虎口。  
<https://eteacher.edu.tw/Material.aspx?id=2816>

臺北市科技教育網（無日期）。資訊素養與倫理。<https://techpro.tp.edu.tw/manager/cms/taipei-edu/consulting.html>

台灣展翅協會（無日期）。兒少上網安全守護行動。<https://www.ecpat.org.tw/Service.aspx?ID=52>

iWin 網路內容防護機構（無日期）。宣導專區—網路素養。<https://i.win.org.tw/propaganda.php?Type=3>