

網路霸凌面面觀

Cyberbullying: A Systematic Review of the Literature

陳景花¹
Jing-Hua Chen¹

摘要

近年來，由於科技的發達，網路霸凌成為新興的社會問題。網路霸凌主要是使用社群網站、電子郵件、聊天室、手機短信、相機圖片、即時通訊及部落格等技術作為霸凌手段，並故意和重複地對不能輕易保護自己的人，進行攻擊或挑釁，主要採取直接霸凌和間接霸凌兩種形式。因此，為了解目前網路霸凌相關研究議題，本研究以系統性文獻回顧，蒐集Web of Science核心合輯資料庫中關於網路霸凌的研究，探討網路霸凌涵蓋的主題，包括：霸凌與網路霸凌的定義、網路霸凌與傳統霸凌之間的差異、網路霸凌的管道和形式、網路霸凌的原因、網路霸凌的角色、網路霸凌有關的性別比較，以及網路霸凌其他相關因素之探討；其次是介紹網路霸凌預防之相關研究。最後，本研究透過網路霸凌的相關文獻研究結果，發展網路霸凌的預防性策略與計畫之實施，並對在教育上的涵義提供具體的建議。

關鍵詞：文獻回顧、社群網站、網路霸凌、傳統霸凌

壹、前言

關於霸凌（bullying），Shaver（2013）認為由於網路的擴張，霸凌的定義有所變化，包括網路霸凌、殘疾霸凌、同性戀霸凌、法律霸凌、軍事霸凌、父母霸凌、監獄霸凌、學校霸凌、性霸凌、機構霸凌、工作場所霸凌（包

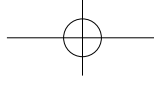
括學術界、藍領工作、信息技術、醫藥、護理及教學等），以及其他領域。

網路霸凌（cyberbullying）這個名詞，在十幾年前尚未存在，但是，由於現代科技的發達，現今卻成為普遍存在的一個新興社會問題（Notar, Padgett, & Roden, 2013; Walrave & Heirman, 2012）。依據Internet World Stats（2017）的統計資料顯示，全球網路使

¹陸軍專科學校通識教育中心 助理教授

通訊作者：陳景花，（320）桃園市中壢區龍東路750號 中華民國陸軍專科學校，

E-mail：jinghua@aaroc.edu.tw



用人口比例最高的是亞洲（佔全球總人口的55.2%）、其次是歐洲（佔全球總人口的10.9%），從2000年至2017年，亞洲的網路使用人口，成長了50.2%，歐洲成長了17.1%。網路使用的普及化，因而也造就了網路霸凌的社會現象。

網路霸凌也是一個日益嚴重的公共心理健康問題（Srabstein, Berkman, & Pyntikova, 2008）；網路霸凌與各種學術和社會問題有關，其範圍從退學、中輟、學業成就低落、飲食失調、藥物濫用、憂鬱症，甚至是含括自殺（Mason, 2008; Schneider, O'Donnell, Stueve, & Coulter, 2012）。網路霸凌是數位化領域發生的霸凌行為，正以驚人的速度影響學生，也破壞了青少年使用和探索網路線上資源的自由（Wong-Lo & Bullock, 2011）。

許多研究發現，網路霸凌普遍發生在青年和成年人（Kowalski, Giumetti, Schroeder, & Lattanner, 2014）。網路霸凌是結合青少年攻擊及電子通訊，因而產生的負面副產品，其成長令人關注（Hinduja & Patchin, 2008）。現代的青少年過早使用電腦，並且使用社群媒體相當頻繁；許多青少年的成長是伴隨著電腦和手機，他們透過科技從事娛樂活動，並相互交流（Park & Gursoy, 2012），以致於網路霸凌成為一個重大的問題（Alim, 2016）。

因此，本研究目的是藉由文獻綜述，探討網路霸凌研究議題，蒐集Web of Science核心合輯（Web of Science Core Collection）資料庫，以及「Google搜尋網」，檢視其學術搜尋部分，搜尋網路霸凌參考文獻。本研究涵蓋的主題包含霸凌與網路霸凌的定義、傳統霸凌與網路霸凌之間的差異、網路霸凌的管道和形式、網路霸凌的原因、網路霸凌的角色、網路霸凌有關的性別比較，以及其

他相關因素之探討，包括年齡層次、理論依據、負向結果及發生頻率；其次是介紹網路霸凌預防之相關研究。最後，本研究透過網路霸凌的相關文獻研究結果，發展網路霸凌的預防性策略與計畫之實施，並對在教育上的涵義提供具體的建議。

貳、網路霸凌研究

本研究以Web of Science核心合輯（Web of Science Core Collection）作為搜尋工具，時間為2019年6月16日，搜尋以「cyberbullying」為主題的期刊文章，共有1172筆資料（以英語文出版者為限），期間從2003年至2019年，研究的領域以心理學、教育研究、公共環境職業健康、犯罪心理學及精神病理學等相關領域為多數，且網路霸凌研究文獻有逐年上升的趨勢，如圖1所示；而所有文獻被引用次數總和為25622次，不含自我引用的次數總和為13614次；以及其引用文獻為6778篇，不含自我引用文獻為5731篇，如表1所示，顯示網路霸凌研究逐漸受到重視。

再者，本研究將Web of Science核心合輯所蒐集的1172筆資料，以VOSviewer（v.1.5.4）軟體繪製網路地圖，並加以視覺化。本研究透過每篇文獻的關鍵詞，了解文獻研究的中心趨勢，其中所有的關鍵詞共有2592個，以最頻繁出現超過70次以上的關鍵詞，共有25個，按照測量的關聯性強度，將比較關鍵詞集群的常態化網路地圖視覺化（van Eck & Waltman, 2010）。在最頻繁和頻繁關鍵詞的比較集群網路圖，如圖2所示，圖中圓節點的大小，表示關鍵詞出現的頻率大小，其中以關鍵詞「網路霸凌」出現的頻率最高，再者依序為「青少年」、「受害」、「霸凌」及「學校」；圖中

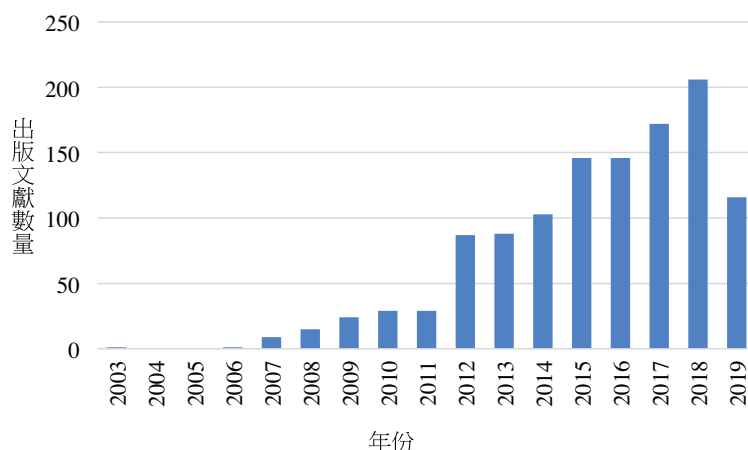
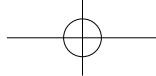


圖1 Web of Science核心合輯資料庫網路霸凌研究文獻出版趨勢圖

表1

網路霸凌引用及其數量

篇數	1172
被引用次數總和	25622
被引用次數總和（不含自我引用）	13614
引用文獻	6778
引用文獻（不含自我引用）	5731
每個項目平均引用次數	21.86
H指數（h-index）	75

線條的粗細，則為關鍵詞之間的關聯性強度，而上述五個關鍵詞之間的關聯強度也是最為明顯的。

依據Web of Science核心合輯中，關於網路霸凌文獻，被引用次數超越100次的有48篇論文，其中被引用次數最多的一篇為Smith等人（2008）所著之論文，篇名為「Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils.」，共被引用949次；在所有資料庫中，則被引用977次之多。該研究是針對11-16歲的學生進行兩項調查：（1）樣本為14所學校的92名學生，（2）樣本來自5所學校的533名學生；兩項研究都發現網路霸凌的頻

率低於傳統霸凌行為，且以發生在校外居多，並以電話和短信的霸凌最為普遍。

因此，從上述所蒐集的資料中，可清楚得知，網路霸凌的研究，有逐年上升的趨勢，透過文獻計量的可視化圖形，可明顯看出關鍵詞集群分析中的研究趨勢，以及引用頻繁的分佈情形。

故，本文依據上述Web of Science核心合輯資料庫研究文獻與Google學術搜尋文獻資料，摘要出與本文有關之論文，並依網路霸凌研究主題相關之文獻，逐一分類並加以陳述。



是身體攻擊，而女性則使用隱蔽的手段來欺壓別人，例如：傳播謠言（Mason, 2008）。

二、網路霸凌的定義

所謂的電子霸凌（*electronic bullying*）、在線霸凌（*online bullying*）以及網路霸凌（*cyberbullying*），是一種新的霸凌方式，主要是使用社群網站（例如：MySpace、Facebook等）、電子郵件、聊天室、手機短信和相機圖片、即時通訊（*instant messaging, IM*）及部落格（*blog*）等技術，作為霸凌手段（Beale & Hall, 2007），並故意和重複地對不能輕易保護自己的人，進行攻擊或挑釁。網路霸凌採取直接霸凌和間接霸凌（Aftab, 2006）兩種形式；直接網路霸凌，是由霸凌者將信息傳遞給受害者；而間接的網路霸凌，則是煽動者招募他人霸凌受害者。

Snakenborg、Acker與Gable（2011）綜合各學者的研究，將網路霸凌定義為個人或團體使用信息或電子技術的應用，以惡意地、重複地發送或散佈關於個人或群體的訊息內容，使他人受到傷害。然而，作為一個理性的人，會認為這是殘酷、粗俗、威脅、尷尬、騷擾、可怕的，或是有害的（Vandebosch & Van Cleemput, 2008）。

三、網路霸凌與傳統霸凌之區別

霸凌具有的三大主要特徵，包括：（1）是一種侵略行為，（2）發生在權力不平衡的個人之間，以及（3）霸凌行為經常被重複（Olweus, 1993, 2013）。傳統的霸凌行為主要是加害人和被害人面對面接觸，傳統的霸凌行為包括在公

眾場合呼叫名字和侮辱某人（Alim, 2016）；傳統霸凌在上學期間，最常發生在學校（Nansel et al, 2001）；傳統霸凌需要符合某種個人或身體上的特質和特性，才得以表現出來（Hinduja & Patching, 2008）。

因此，網路霸凌與傳統霸凌的區別在於：（1）霸凌者的匿名性，（2）潛在的無限觀眾，（3）霸凌者無法觀察目標的立即反應，（4）沒有時間和空間限制（Slonje & Smith, 2008）。網路霸凌的匿名性，可能會造成受害者的無力感（Vandebosch & Van Cleemput, 2008）；並且霸凌者可以趁機在沒有嚴重威脅的情況下，觸及更多的受害者（Snakenborg et al., 2011）。

再者，Moreno與Kota（2014）指出，相較於傳統霸凌，網路霸凌的特徵包括：（1）網路霸凌發生在任何地方，每天24小時，每週7天；（2）令人感到尷尬的信息，一個人就可以快速傳播給大量觀眾；（3）霸凌行為可以是重複性的，或具侵略性的；（4）網路犯罪者不必面對他們的受害者，因為他們是匿名的，因此較少感到內疚；（5）難以追蹤網路霸凌事件的當事人；（6）比起現實生活中的霸凌，網路霸凌的受害者很難處理；（7）網路霸凌的受害者，在社群互動方面遇到困難，因此朋友較少。

依據Vandebosch與Van Cleemput（2008）的觀點，認為大多數網路霸凌是面對面霸凌的直接延伸；換言之，大多數的網路霸凌，是由面對面霸凌的青年所進行的，並且是針對以前建立的社會網路中的同一受害者（Donegan, 2012）。Smith等人（2008）亦發現，網路霸凌的許多受害者，也是傳統霸凌的受害者（Privitera & Campbell, 2009）。



四、網路霸凌的類型及形式

Willard (2007) 認為網路霸凌的類型包括：(1) 騷擾 (harassment)：反覆發送冒犯或無禮的訊息給他人；(2) 發送色情短信 (sexting)：得到他人分享與性有關的圖片或視頻，然後再轉發給其他人；(3) 憤怒的爭論 (flaming)：在線上爭論，其中包含粗俗和憤怒語言的信息；(4) 網路跟蹤 (cyber stalking)：使用與他人有關的在線信息來追蹤他們，並發送威脅人身傷害或恐嚇的信息給他們；(5) 冒名 (impersonation)：盜用某人的帳號，冒充他們並進行不好的作為，以破壞他們與其他人的友誼；(6) 詭計 (trickery)：欺騙某人，以揭露關於他們的秘密信息，然後在線上分享。

另外，Jacobs (2010) 指出常見的網路霸凌形式包含：(1) 透過電腦、手機或其他電子通訊裝置，直接對他人發送含有侮辱或威脅內容的電子郵件、文字簡訊或即時訊息；(2) 透過電子郵件、網路日誌、線上論壇或聊天室，散播對他人的惡意評論；(3) 竊取密碼、冒充他人、從事對他人不利或毀損其名譽的行為，例如發送不當的言論和病毒等；(4) 建立針對特定人士的網站，目的在於傷害該特定人士。

綜合上述網路霸凌的形式，Snakenborg等人 (2011) 綜合各學者的研究，綜覽最常見網路霸凌的形式，如表2所示，對於科技應用與潛在濫用，例如：手機的使用，可以與人交談、發短信或是圖片、拍照、上網以及發送電子郵件等功能，卻也可能被濫用為撥打騷擾或威脅電話，或是發送不適當的短信或圖片，讓對方感到不舒服或是心生恐懼。

五、網路霸凌的原因

Calvete、Orue、Estévez、Villardón與Padilla (2010) 認為網路霸凌與使用主動侵略、暴力理由、暴露在暴力當中，以及較少感到社交支持有顯著相關。網路霸凌的其他原因包括：嫉妒、偏見，以及對殘疾、宗教、性別、恥辱、驕傲、罪惡感和憤怒的無法容忍 (Jones, Manstead, & Livingstone, 2011)。再者，其他的網路霸凌理由還包括：允許匿名性、無聊、煽動嫉妒、沒有覺察到情感投射的後果、重建自我的保護、復仇等 (Notar et al., 2013)。

六、網路霸凌的角色

網路霸凌的角色，主要包含：(1) 權力霸凌者：霸凌者認為自己是優秀的、以權力騷擾或貶低其他人；權力霸凌的目標，主要是因為霸凌者認為他們是不同的或是處於劣勢的。(2) 受害者：網路霸凌的受害者，經常也是傳統霸凌的受害者；而網路霸凌者，往往也是傳統的霸凌者 (Raskauskas & Stoltz, 2007; Smith et al., 2008)。網路霸凌的受害者，基本上比較依賴網際網路、比較不受歡迎、也容易成為網路霸凌的旁觀者或是加害者 (Kowalski et al., 2014)。(3) 報復者：報復者是個體曾經遭受過他人的霸凌，並使用網際網路進行報復。受害的報復者，對他人進行霸凌，卻也接收到網路霸凌的迫害。(4) 旁觀者：旁觀者是霸凌問題的一部份，因旁觀者鼓勵並支持霸凌者，或是從旁觀角度看待霸凌，但卻沒有幫助受害者；旁觀者若意圖阻止霸凌、抗議並向受害者提供支持，旁觀者會是問題解決的一部份 (Mason, 2008)。

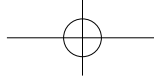


表2

科技應用與潛在濫用的示例

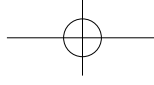
設備或技術	一般用途	潛在濫用
電子郵件 (E-mail)	用於向其他人發送信息和評論。	1.發送騷擾、評論、或有害圖像、視頻剪輯等信息 2.將某人的私人電子郵件轉發給他人 3.重複發送不需要的消息
手機 (Mobile phone)	與他人交談、發短信和圖片、拍照、上網、以及發送電子郵件	1.撥打騷擾或威脅電話 2.發送不適當的短信或圖像給別人
即時通訊 (Instant messaging)	允許用戶使用文字與他人聊天	1.發送威脅或不當信息 2.駭入另一個人的帳號或使用他們的帳號名稱來騷擾他人
聊天室和留言板 (Chatrooms and message boards)	與他人聊天（音訊或文字），並為其他人發佈關於共同興趣的信息	1.發送威脅或不當信息 2.網絡釣魚—欺騙別人分享私人信息，導致私人信息被私自利用
視頻託管網站 (例如：YouTube) (Video-hosting sites, e.g., YouTube)	分享他人感興趣的視頻剪輯	1.張貼令他人尷尬或不當的視頻
網路攝像機 (Webcam)	允許用戶發送照片或視頻，並觀看與他們在線聊天的人	1.生產和分享不當或羞辱內容 2.說服某人在網路攝像機上，做出不適當的表演
社交網站 (例如Facebook，Twitter) (Social network sites, e.g., Facebook, Twitter)	在世界各地發展友誼，透過部落格、主頁等與他人保持聯繫和分享信息	1.發佈不當資料，威脅、侮辱的文字或圖像 2.駭入另一個人的帳戶並改變發文內容，以羞辱或令他人感到尷尬 3.駭入另一個人的帳戶，並向他人發送不當內容 4.使用他人姓名，創建一個假的帳戶，以羞辱或令他人感到尷尬
虛擬學習環境 (Virtual learning environments)	通常是一個學校網站，旨在促進學生與學生和教師之間的信息共享；作業、活動和小組計畫，經常在網站內張貼並積極運作	1.張貼不當的信息或圖像 2.駭入另一個學生的帳戶並發佈不當資料或刪除其工作

資料來源：修改自Snakenborg, J., Acker, R. V., & Gable, R. A. (2011). Cyberbullying: Prevention and intervention to protect our children and youth. *Preventing School Failure, 55*(2), 88-95.

七、網路霸凌的性別比較

網路霸凌中的性別差異，呈現不一致的研究結果（Tokunaga, 2010）；

Erdur-Baker（2010）發現，與女學生相比，男學生同時在現實和網路環境中，更有可能成為霸凌者和受害者（Huang & Chou, 2013）。然而，從2007年至2010年



的網路霸凌性別差異研究，表明女性更有可能成為網路霸凌的受害者；女性在網路霸凌別人，或成為網路霸凌受害者的比例過高（Didden et al., 2009）；Adams（2010）也發現，青少年時期的女孩比男孩更容易發生網路霸凌，其比例分別為25.8%比16%。

Sampasa-Kanyinga、Roumeliotis 與 Xu（2014）調查加拿大2999名青少年網路犯罪的可能性，結果發現：女孩網路犯罪的可能性是男孩的兩倍（Walrave, Vanwesenbeeck, & Heirman, 2012）。Gorzig 與 Frumkin（2013）透過手機，調查25個歐洲國家的25142名青少年網路霸凌情形，結果發現：女孩更有可能面臨網路霸凌受害的風險。

依據上述論點，有研究者指出，相較於男孩，女孩較容易被網路霸凌的主要原因，乃是由於女孩比較常透過訊息溝通技術，發展社交及友誼（Thelwall, 2008），此外，女孩也較常透過社群網路（social networking sites, SNS），發動關係攻擊（Mesch, 2009）。

八、網路霸凌的其他相關因素

（一）年齡層次

關於年齡層次，傳統霸凌與網路霸凌可能有所不同（Schneider et al., 2012）；Eslea與Rees（2001）調查18-55歲男性和女性（男性n = 205和女性n = 200），在學校被霸凌的回憶，結果顯示：最常被霸凌年齡，大多數是在11-13歲階段；傳統霸凌行為從中學到高中都有下降的趨勢，但是網路霸凌的受害人數，在中學期間，卻有所增加（Schneider et al., 2012），網路霸凌以中學生最為普遍，網路霸凌的發生率，隨著年齡增長而略有增加。

（二）理論依據

目前網路霸凌文獻缺乏紮實的理論基礎（Kowalski et al., 2014），有些網路霸凌研究使用社會訊息處理（social information processing）（Crick & Dodge, 1994）或社會認知（social cognitive）（Bandura, 1986）理論，以了解網路霸凌現象。透過訊息處理的功能和特徵，探究產生網路攻擊和受害的可能性（Runions, Shapka, Dooley, & Modecki, 2013）；Barnett、Nichols、Sonntag 與 Wadian（2013）應用社會訊息處理理論，探討青少年前期對於在Facebook上的戲弄訊息所造成的預期情緒和行為反應的相關因素，結果發現：對於戲弄訊息的負向經歷和行為反應，受試者表現出具有敵意的歸因偏見，因此，當在Facebook上有不確定意圖的戲弄行為時，這樣的行為會被視為反抗性和反社會性。

有些網路霸凌理論應用不安全依附（insecure attachment）理論；不安全依附是基本信任感受到干擾，而影響到人們相信自己和他人的互動方式。不安全依附可分為兩類：（1）焦慮（anxious）依附：對自我看法負向、自我價值低落，接近他人以尋求認同。（2）逃避（avoidance）依附：對自我與他人看法負向，對他人不信任且是拒絕的。（Andangsari, Gumilar & Godwin, 2013; Rao & Madan, 2013），不安全依附與青少年使用社群網路的問題有關聯。

Rao與Madan（2013）應用依附理論，探討95名印度青少年的依附風格和社群網路行為，結果發現：73.3%的女孩和71.4%的男孩，都有不安全依附。焦慮依附以及高度的社會焦慮，導致人們藉由社群網路與他人定期溝通，因此而感到更加自在，這主要是因為人們缺乏與他人面對面人互動的能力（Andangsari et

al., 2013)。

再者，有部分學者將一般侵略模式 (general aggression model, GAM) 應用於網路霸凌行為的研究 (Kowalski et al.,

2014)，GAM是一個綜合領域特徵的侵略理論的模型架構 (Anderson & Bushman, 2002)，有助於瞭解受害者及霸凌者的個人因素、情境因素，以及目

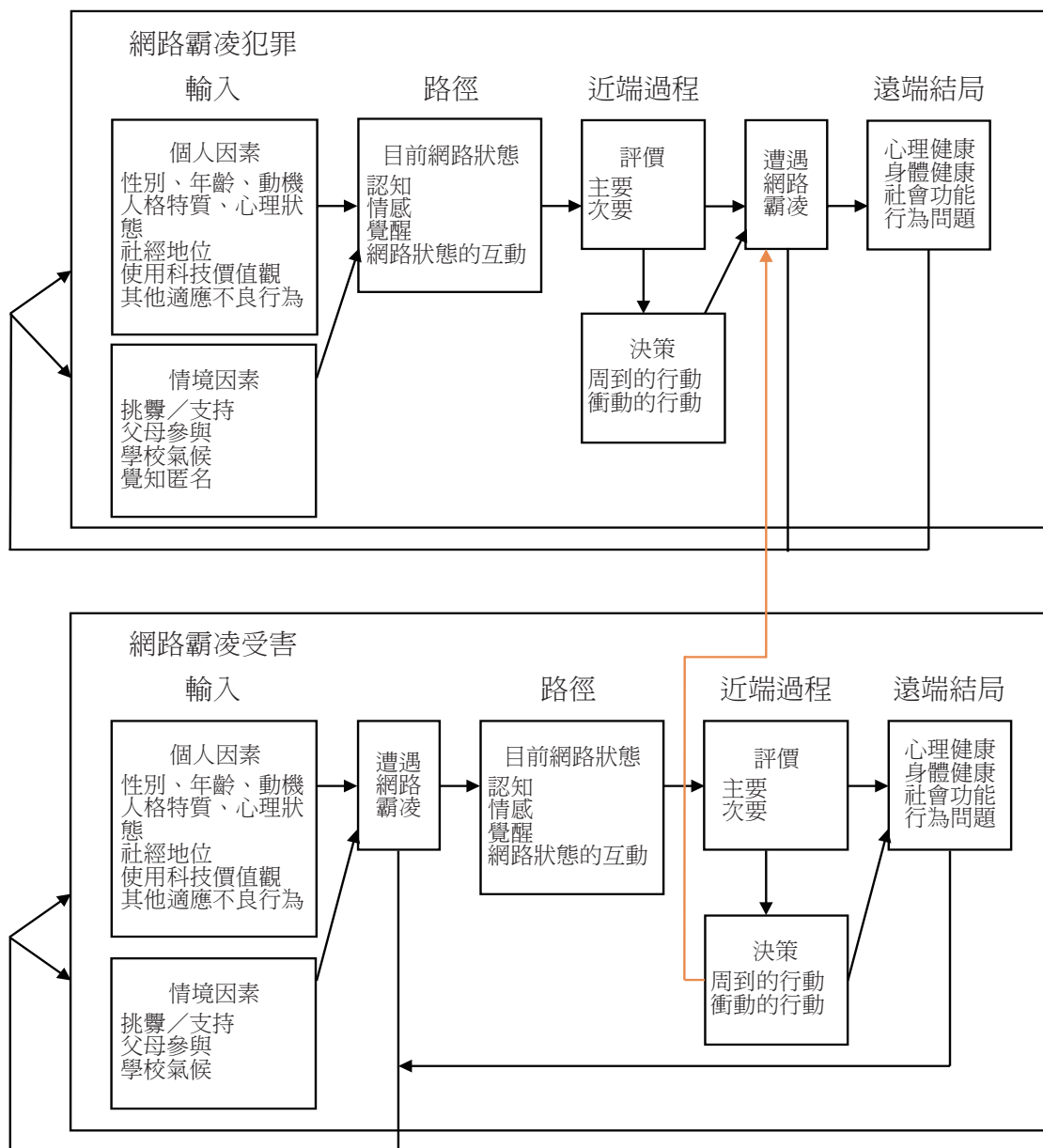


圖3 網路霸凌侵略模式圖

註：橘紅色線條表示網路霸凌的受害者，如何成為網路霸凌的加害者。修改自 Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: a critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073-1137.



前的網路狀態。透過一般侵略模式查看網路霸凌路徑及過程（Kowalski et al., 2014），如圖3所示，可以清楚釐清網路霸凌的決策過程及行為評估的結局，以及網路霸凌的受害者，如何成為網路霸凌的加害者的過程。

（三）負向結果

網路霸凌的經驗與個人和組織（例如：學校）的一系列負向結果有關，包括焦慮、抑鬱、藥物濫用、睡眠困難、身體症狀加重、學校表現退步、曠課和輟學、謀殺或自殺（Privitera & Campbell, 2009）。

受害者或網路霸凌者的學業成就，可能是網路霸凌的一個因素，Zhou等人（2013）調查1,438名中國少年學生，研究發現：與學業成績高的學生相比，學業成績較低的學生，更有可能成為網路霸凌者。Kowalski與Limber（2013）研究美國的青少年，發現缺席人數、早期離開學校，以及成績，與霸凌受害者和霸凌者有顯著相關。

網路霸凌的受害者，經常因為無法集中精力等因素，學業成績表現比較低落（Cowie, 2013）。缺席未到校上課，主要是擔心再次受到霸凌，他們覺得學校不是一個安全的地方，因此害怕上學（Schneider et al., 2012）。故，教師需要接受教育，協助網路霸凌的受害者，並提供支持。

然而，現代科技的發展，直接影響到人們心理社會發展和相互的關係，研究發現，網路霸凌與智商、電腦使用頻率、自尊和憂鬱之間，存在顯著關係；網路霸凌受害者的社會心理特徵，包括：外在行為和低自尊（Didden et al., 2009）。青少年的網路霸凌或網路犯罪與寂寞之間，亦有顯著相關，並且寂寞能有效地預測網路霸凌或網路犯罪

（Sahin, 2012）。

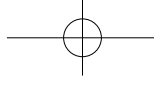
Clenik-Shemesh與Heiman（2016）以14至16歲的204名以色列青少年為研究對象，探討與網路霸凌受害的相關因素，研究顯示：網路霸凌受害者與低身體自尊、低社會支持以及低社會自我效能，有顯著相關；低身體自尊以及低社會支持是網路受害的可能預測因素。

由於網路霸凌的文獻日益增多，Zych、Ortega-Ruiz與Del Rey（2015）透過系統性的回顧，並以後設分析方法，探討霸凌及網路霸凌，共分析了66篇期刊論文，其後設分析結果中，關於霸凌及網路霸凌的相關因素，依其效果量區分為低度效果量、中度效果量及高度效果量。而其中的「網路霸凌受害」部分，Kowalski等人（2014）所呈現的研究結果顯示：低度效果量的網路霸凌結果，包括：憂鬱症、焦慮、孤獨、行為問題、身體症狀、情緒問題、藥物及酒精使用問題增加，以及生活滿意度及自尊降低；然而，「壓力」及「自殺意念」的增加，則是達到中度效果量，換言之，網路霸凌所導致的受害結果，以壓力及自殺意念較為明顯。

（四）發生頻率

綜合數篇研究文獻，探討在短時間內發生的網路霸凌的頻率，其中，Tokunaga（2010）指出，所有青少年中，有20-40%的人，在生活中至少遇到過一次網路霸凌。Mura與Diamantini（2014）調查了359名哥倫比亞的高中生（13-19歲），結果發現：69%的學生在研究前六個月內，曾經是兩次網路霸凌事件的受害者，另有62%的學生，則是進行了兩次的網路霸凌。

Kwan與Skoric（2013）對1,493名新加坡青少年（13-17歲），進行了網路霸凌調查；結果發現：在一個學年當中，



發生網路霸凌事件的例子，包括：（1）1.4%的學生收到侮辱性的Facebook信息和評論，超過10次；（2）4.1%的學生感到被朋友背叛，因為他們在Facebook的私人訊息被他人轉發，共發生了2-4次；（3）1.9%的學生在Facebook上說了一些愚弄別人的事情，共發生了5-7次；（4）4%的學生，在Facebook上攔阻某人，超過10次。

參、網路霸凌預防之相關研究

現今的虛擬世界，以獨特的方式結合親密感和距離感，引發了年輕人在社會和個人發展的新問題（Cowie & Colliety, 2010）。Rivers與Noret（2010）指出，虛擬互動不應該被認為是幻想，對於年輕人而言，這些虛擬互動是真實的；因此，教育工作者及家長需要更多地了解這些互動的社群網路，以為兒童和青少年提供有效管理風險的技能，了解如何保護自己，並支持在線上被不當對待的弱勢同儕。

目前大多數國家已經制定了一些打擊霸凌和網路霸凌的相關法案，而且越來越多的社區和學校領導人，意識到網路霸凌政策的發展以及實施計劃的重要性，這些計畫主要是為了解決網路霸凌行為，以及建立學生的規範和社會價值觀。因此，學校應該教導所有學生，適當地應對網路霸凌的方式；而潛在的霸凌者，必須認識到與此類行為相關的嚴重後果，包括學校紀律、法律相關刑事訴訟等（Beale & Hall, 2007）。

Huang與Chou（2013）研究台灣教師（N = 2821）對學生網路霸凌的看法，結果發現：教師高估了學生報告網路霸凌事件的意願。教師所教授的年級高低，以及是否有行政職務，影響他們對學生網路霸凌的看法。一般而言，教師

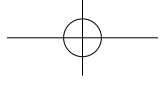
對於處理網路霸凌案件沒有信心，但是，卻有意願接受網路霸凌相關訓練。

此外，Eden、Heiman與Olenik-Shemesh（2013）以328名教師為樣本，研究教師對網路霸凌的看法、信念及憂心；結果發現：教師們針對網路霸凌，提出了三個極度需要關注的方向，以作為建議：（1）父母的因應策略、（2）制定決策、以及（3）提高學校教職員的網路霸凌覺察意識。研究結果也發現，教師教授學生的年齡、性別和教育水平，會影響教師對網路霸凌的看法；女性教師以及年齡較輕的教師，比其他教師更為關心網路霸凌。

再者，現今Y世代青少年的父母，並沒有隨著當前的科技而有所進步，以致於這些父母親低估了網路霸凌的範圍，以及應用於網路欺騙人的各種方法（Smith et al., 2008）。家長需要注意網路霸凌，如何識別青少年是否被網路霸凌，以及網路霸凌如何在校內、外影響青少年，包括為家長提供關於網路霸凌的指導手冊；並在學校的反霸凌政策中，涵蓋網路霸凌問題（Smith et al., 2008），此政策可以提供給家長，並讓家長了解學校如何處理這個問題。

關於網路安全教育，Moreno與Kota（2014）針對356名教師、臨床醫生、家長和青少年，進行有關網際網路安全教育的調查。研究結果表明，建議啟動網際網路安全教育的時間，在六至八歲之間，以因應現今的社會，兒童過早使用科技之故；因此，父母應該對網際網路安全教育負責。

然而，青少年對於網路霸凌法律方面，其認知和理解之間是有落差的（Paul, Smith, & Blumberg, 2012）；學生並未認知與電子通訊相關的風險，多數的學生低估了社群網路對個人資料洩露的能力（Kite, Gable, & Filippelli,



2013)；儘管青少年了解與網路世界相關的風險，但許多青少年並沒有採取措施來預防網路風險 (Davidson & Martellozzo, 2013)。

肆、結論：網路霸凌預防策略之建議

長期以來，霸凌一直受到學校和家長的關注 (Snakenborg et al., 2011)；然而，隨著科技的日益更新，網路霸凌的現象層亦出不窮。網路霸凌以青少年最為普遍，且女性的網路霸凌者與受害者持續上升；網路霸凌造成青少年的身心負向影響也日益增大；因此，學校行政單位可透過網路霸凌的相關文獻，了解網路霸凌的原因，並制定有效的具體策略，以教育兒童和青少年，有關安全網際網路和電子媒體使用的課程方案；另外，學生家長也應一起肩負監督並關心孩子使用科技產品的狀況，以避免網路霸凌的憾事發生。對於未來網路霸凌的預防，其中最大的挑戰應是將科技技術的創新與有效的預防技術相結合 (Donegan, 2012)，以盡量防止或減少網路霸凌潛在的科技方法 (Ryan & Smith, 2009)。最後，立法單位制定出網路霸凌相關的法律、規則和政策，以規範網際網路的使用或其他形式的濫用。

因此，本研究依據上述網路霸凌文獻之探討，以及綜合諸多學者專家提供建議 (Lester, Cross, & Shaw, 2012; Notar et al., 2013; Sampasa-Kanyinga, & Willmore, 2015)，本研究對於網路霸凌的相關預防措施及實施方式，以及未來研究方向，提出下列的建議，茲分別敘述如下：

(一) 教育實務方面

1. 建立一個安全的學校氛圍，使學生感到鼓舞和舒適，並由專人負責宣導任

何形式的網路霸凌。

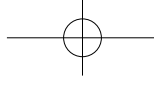
2. 網路霸凌納入學校霸凌實施政策。
3. 由學校的教師、家長、學生以及社區成員，組成全校網路霸凌工作小組，制定和實施反網路霸凌方案，以確保學校安全和保障。
4. 辦理教師增能專業發展研討會，使所有教職員工，增強對網路霸凌的相關知識及問題，以及如何檢測網路霸凌。再者，隨著社會媒體的發展，教育課程也需要定期更新。
5. 提供學生網路資訊教育，將網路霸凌教育納入學校課程。學校輔導教師與授課教師合作，將網路禮節作為課程教學。
6. 學校為家長提供網路霸凌教育，鼓勵家長與子女互相討論網路霸凌，及其行為產生的不良後果，包括學校校規、民事訴訟及刑事訴訟等相關規範。
7. 學校與當地警察部門建立關係，甚至邀請學校附近「網咖」業者，一起到學校，與家長和學生進行適當的網際網路使用方式及注意事項。
8. 與學區的其他學校協調，提供一致性的網路霸凌預防信息。

(二) 家長方面

1. 家長應為孩子對於網路的使用把關，建議家長可以下載網站分級或防堵軟體，過濾不適宜網站。
2. 家長應從小培養孩子尊重、同理的品格教育，以提升網路素養，同時為網路世界帶來一個友善、安全的環境。

(三) 未來研究方面

1. 傳統霸凌和網路網路霸凌之間，多有重疊之處，若能長時間追蹤研究，以瞭解其中的相關性與不同變化之處，將有助於網路霸凌的預防計畫。
2. 網路霸凌對身心健康的影響是不容忽



視的，亟需有更多網路霸凌相關理論的應用，以支持並佐證網路霸凌的研究結果；這部分的研究，也可以作為預防網路霸凌策略制定之參考。

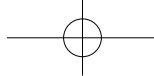
3. 網路霸凌的立法——隨著科技的不斷日益更新，網路霸凌的形式有所不同，立法機關、法務專家學者以及通訊軟體供應商等，共同制定網路霸凌相關法條及案例宣導，以作為網路霸凌實施策略之依據。

參考文獻

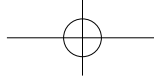
- Adams, C. (2010). Cyberbullying: How to make it stop. *Instructor*, 120(2), 44-49.
- Aftab, P. (2006). *Stop cyberbullying*. Retrieved from <http://www.stopcyberbullying.org/what-is-cyberbullying-exactly.html>
- Alim, S. (2016). Cyberbullying in the world of teenagers and social media. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*, 6(2), 68-95.
- Andangsari, E., Gumilar, I., & Godwin, R. (2013). Social networking sites use and psychological attachment need among Indonesian young adult population. *International Journal of Social Science Studies*, 1(2), 133-138.
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). Human aggression. *Annual Review of Psychology*, 53, 27-51.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Barnett, M. A., Nichols, M. B., Sonnentag, T. L., & Wadian, T. W. (2013). Factors associated with early adolescents' anticipated emotional and behavioral responses to ambiguous teases on Facebook. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2225-2229.
- Beale, A. V., & Hall, K. R. (2007). Cyberbullying: What school administrators (and parents) can do. *The Clearing House*, 81(1), 8-12.
- Calvete, E., Orue, I., Estévez, A., Villardón, L., & Padilla, P. (2010). Cyberbullying in adolescents: Modalities and aggressors' profile. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1128-1135.
- Clenik-Shemesh, D., & Heiman, T. (2016). Cyberbullying victimization in adolescents as related to body esteem, social support, and social self-efficacy. *The Journal of Genetic Psychology*, 28, 1-16.
- Cowie, H. (2013). Cyberbullying and its impact on young people's emotional health and well-being. *The Psychiatrist*, 37(5), 167-170.
- Cowie, H., & Colliety, P. (2010). Cyberbullying: Sanctions or sensitivity? *Pastoral Care in Education*, 28(4), 261-268.
- Cowie, H., & Jennifer, D. (2008). *New Perspectives on Bullying*. Maidenhead, England: McGraw-Hill Education.
- Crick, N. R., & Dodge, K. A. (1994). A review and reformulation of social information-processing mechanisms in children's social adjustment. *Psychological Bulletin*, 115, 74-101.
- Davidson, J., & Martellozzo, E. (2013). Exploring young people's use of social networking sites and digital media in the internet safety context. *Information, Communication & Society*, 16(9), 1456-1476.
- Didden, R., Scholte, R. H. J., Korzilius, H., de Moor, J. M. H., Vermeulen, A.,



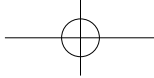
- O'Reilly, M., Lang, R., & Lancioni, G. E. (2009). Cyberbullying among students with intellectual and developmental disability in special education settings. *Developmental Neurorehabilitation, 12*(3), 146-151.
- Donegan, R. (2012). Bullying and cyberbullying: History, statistics, law, prevention and analysis. *The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications, 31*(1), 33-42.
- Eden, S., Heiman, T., & Olenik-Shemesh, D. (2013). Teachers' perceptions, beliefs and concerns about cyberbullying. *British Journal of Educational Technology, 44*(6), 1036-1052.
- Eslea, M., & Rees, J. (2001). At what age are children most likely to be bullied at school? *Aggressive Behavior, 27*, 419-429.
- Erdur-Baker, Ö. (2010). Cyberbullying and its correlation to traditional bullying, gender and frequent and risky usage of internet-mediated communication tools. *New Media & Society, 12*(1), 109-125.
- Gorzig, A., & Frumkin, L. (2013). Cyberbullying experiences on-the-go: When social media can become distressing. *Cyberpsychology (Brno), 7*(1). Retrieved from <http://eprints.lse.ac.uk/49530/> doi:10.5817/CP2013-1-4
- Harper, D. (2017). *Online etymology dictionary*. Retrieved from http://www.etymonline.com/index.php?term=bully&allowed_in_frame=0
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2008). Cyberbullying: An exploratory analysis of factors related to offending and victimization. *Deviant Behavior, 29*(2), 129-156.
- Huang, Y. Y., & Chou, C. (2013). Revisiting cyberbullying: Perspectives from Taiwanese teachers. *Computers & Education, 63*, 227-239.
- Internet World Stats (2017). *World internet users and 2017 population statistics*. Retrieved from <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>
- Jacobs, T. (2010). *Teen cyberbullying investigated: Where do your rights end and consequences begin?* Minneapolis, MN: Free Spirit Publishing.
- Jones, S. E., Manstead, A. S. R., & Livingstone, A. G. (2011). Ganging up or sticking together? Group processes and children's responses to text-message bullying. *British Journal of Psychology, 102*(1), 71-96.
- Kite, S., Gable, R., & Filippelli, L. (2013). Cyber threats: A study of what middle and high school student know about threatening behaviours and Internet safety. *International Journal of Social Media and Interactive Learning Environments, 1*(3), 240-254.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: a critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin, 140*(4), 1073-1137.
- Kowalski, R., & Limber, S. (2013). Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying. *The Journal of Adolescent Health, 53*(1), 13-20.
- Kwan, G., & Skoric, M. (2013). Facebook bullying: An extension of battles in school. *Computers in Human Behavior, 29*(1), 16-25.



- Lester, L., Cross, D., & Shaw, T. (2012). Problem behaviours, traditional bullying and cyberbullying among adolescents: Longitudinal analyses. *Emotional and Behavioural Difficulties, 17*, 435-447.
- Mason, K. L. (2008). Cyberbullying: A preliminary assessment for school personnel. *Psychology in the Schools, 45*(4), 323-348.
- Mesch, G. S. (2009). Parental mediation, online activities, and cyberbullying. *CyberPsychology & Behavior, 12*, 387-393.
- Moreno, M., & Kota, R. (2014). Social media. In V. Strasburger, B. Wilson, & A. Jordan (Eds.), *Children, adolescents, and the media* (3rd ed., pp. 435-486). California: Sage Publishers.
- Mura, G., & Diamantini, D. (2014). Cyberbullying among Colombian students: An exploratory investigation. *European Journal of Investigation in Health. Psychology and Education, 3*(3). Retrieved from <http://www.ejihpe.es/index.php/journal/article/view/47/pdf>
- Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001). Bullying behaviors among U.S. youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment. *JAMA: Journal of the American Medical Association, 285*, 2094-2100.
- Notar, C. E., Padgett, S., & Roden, J. (2013). Cyberbullying: A review of the literature. *Universal Journal of Educational Research, 1*(1), 1-9.
- Olweus, D. (1992). Bullying among school children Intervention and prevention. In R. D. Peters, R. J. McMahon, & V. L. Quinsey (Eds.), *Aggression and violence throughout the life span*. (pp. 100-125). New-bury Park, CA: Sage.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. New York: Wiley-Blackwell.
- Olweus, D. (2013). School bullying: development and some important challenges. *Annual Review of Clinical Psychology, 9*, 751-780.
- Park, J., & Gursoy, D. (2012). Generation effects on work engagement among U.S. hotel employees. *International Journal of Hospitality Management, 4*(31), 1195-1202.
- Paul, S., Smith, P., & Blumberg, H. (2012). Investigating legal aspects of cyberbullying. *Psicothema, 24*(4), 640-645.
- Privitera, C., & Campbell, M. A. (2009). Cyberbullying: The new face of workplace bullying? *CyberPsychology & Behavior, 12*, 395-400.
- Rao, G., & Madan, A. (2013). A study exploring the link between attachment styles and social networking habits of adolescents in urban Bangalore. *International Journal of Scientific and Research Publications, 3*(1), 1-12.
- Raskauskas, J., & Stoltz, A. D. (2007). Involvement in traditional and electronic bullying among adolescents. *Developmental Psychology, 43*(3), 564-575.
- Rivers, I., & Noret, N. (2010). Findings from a five-year study of text and e-mail bullying. *British Educational Research Journal, 36*(4), 643-671.
- Runions, K., Shapka, J. D., Dooley, J., & Modecki, K. (2013). Cyber-aggression



- and victimization and social information processing: Integrating the medium and the message. *Psychology of Violence*, 3(1), 9-26.
- Ryan, W., & Smith, J. D. (2009). Antibullying programs in schools: How effective are evaluation practices? *Prevention Science*, 10, 248-259.
- Sampasa-Kanyinga, H., Roumeliotis, P., & Xu, H. (2014). Associations between cyberbullying and school bullying victimization and suicidal ideation, plans and attempts among Canadian schoolchildren. *PLoS ONE*, 9(7), e102145.
- Sampasa-Kanyinga, H., & Willmore, J. (2015). Relationships between bullying victimization psychological distress and breakfast skipping among boys and girls. *Appetite*, 89, 41-46.
- Schneider, S. K., O' Donnell, L., Stueve, A., & Coulter, R. W. (2012). Cyberbullying, school bullying, and psychological distress: A regional census of high school students. *American Journal of Public Health*, 102(1), 171-177.
- Shaver, S. (2013). Bigotry and intolerance: The ultimate teen guide. *School Library Journal*, 59(7), 115.
- Slonje, R. & Smith, P. (2008). Cyberbullying: Another main type of bullying. *Journal of Psychology*, 49(2), 147-154.
- Smith, P., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 49(4), 376-385.
- Snakenborg, J., Acker, R. V., & Gable, R. A. (2011). Cyberbullying: Prevention and intervention to protect our children and youth. *Preventing School Failure*, 55(2), 88-95.
- Srabstein, J. C, Berkman, B. E., & Pyntikova, E. (2008). Antibullying legislation: A public health perspective. *Journal of Adolescent Health*, 42, 11-20.
- Thelwall, M. (2008). Social networks, gender and friending: An analysis of MySpace member profiles. *Journal of the American Society for Information Science and Technology*, 59, 1321-1330.
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277-287.
- Vandebosch, H., & Van Cleemput, K. (2008). Defining cyberbullying: A qualitative research into the perceptions of youngsters. *CyberPsychology & Behavior*, 11(4), 499-503.
- van Eck, N. J., & Waltman, L. (2010). Software survey: VOSviewer, a computer program for bibliometric mapping. *Scientometrics*, 84(2), 523-538.
- Walrave, M., Vanwesenbeeck, I., & Heirman, W. (2012). Connecting and protecting? Comparing predictors of self-disclosure and privacy settings use between adolescents and adults. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 6(1), article, 3.
- Willard, N. (2007). *Cyberbullying and cyberthreats*. Champaign, Ill.: Research Press.



Wong-Lo, M., Bullock, L. M. (2011). Digital aggression: Cyberworld meets school bullies. *Preventing School Failure, 55*(2), 64-70.

Zhou, Z., Tang, H., Tian, Y., Wei, H., Zhang, F., & Morrison, C. (2013). Cyberbullying and its risk factors among Chinese high school students. *School Psychology International, 8*(6),

630-647.

Zych, I., Ortega-Ruiz, R., & Del Rey, R. (2015). Systematic review of theoretical studies on bullying and cyberbullying: Facts, knowledge, prevention, and intervention. *Aggression and Violent Behavior, 23*, 1-21.

