

# 臉書與噗浪

臉書與噗浪學習手冊 ( 國中生版 ) – 教育部全民資通安全素養推廣計畫

## § 前言

### 臉書與噗浪令人著迷，卻也埋伏重重危機

「你今天『臉書』/『噗』了沒？」



依據數位時代雜誌第 214 期調查的「2012 臺灣網站 100 強」指出，社群網站仍為目前國內網民造訪時間最多且黏性最高的網站類型，可看出現代人對於網路世界的個人空間經營與情感聯繫方式，已更加普及甚至密不可分。然而，交網友與日常生活中在學校裡交朋友並不一樣，可能無法直接看到對方真實的樣子、年紀大小與說話方式，所以會有比較大的風險。

本手冊將先簡介臉書與噗浪的特色與利弊，再詳細剖析其中隱含的各種使用風險，最後進一步針對每種風險提供相應的自我保護小撇步，期讓青少年們共同具備預防及面對各種風險的處理能力，以健康的心態及正確的行為安全地暢遊在臉書與噗浪的世界中。

## 1. 臉書與噗浪的特色

臉書與噗浪都是以「人」為中心的資訊互動，以新型態的溝通管道所建構出的虛擬社會。以下列舉幾項特色與利弊分析：

#### 易用性:

不需具備專精的電腦技能即可上手，但使用族群廣而複雜。

#### 多元性:

提供各式使用需求(閱讀文章、宣傳活動、玩小遊戲)，但日益成為許多有心人士之攻擊或撈錢管道。

#### 公開性、高紀錄性:

訊息具高傳播力，但今日的 PO 文與上傳圖檔，都可能成為未來再度被挖出檢閱的歷史痕跡。

#### 分享性:

可作為個人的發聲平台或表現舞台。但接收者不一定是您真正的朋友。

### 手冊內容

#### § 前言

1. 臉書與噗浪的特色
2. 臉書與噗浪的使用風險
3. 自我保護小撇步

## 2. 臉書與噗浪的使用風險

臉書與噗浪都是以發表的文章先後順序排列串連每位使用者的生活紀錄，它們豐富了我們的生活，也增加了網友間的情誼聯繫。然而，各種危機也如雨後春筍般浮現，以下就簡單歸納常見的六大安全風險與案例：



使用臉書與噗浪的風險，小則讓人心情沮喪不悅，大則宛如大白鯊吞沒你的寶貴錢財或造成心靈受創，甚至是影響人身安全！

### （1）我的隱私權真的存在嗎？

臉書與噗浪中許多幾近透明化的分享設定，即使自己努力做好隱私防範可能仍嫌不足，因為你的好友若在討論串提及關於彼此近況或私人動態，或是在遊戲中連結你的帳號，就等於同時替您洩漏了隱私資訊。

【例如】許多心理測驗、小遊戲等應用程式，常會要求取得您同意使用您的個人檔案、相片、朋友及其他資料。

【提醒：免費的遊戲不代表一切安全，因為除非你授權自己的隱私給平台業者使用，不然有可能無法使用免費的線上遊戲】

### （2）我可能常常看到不該看的圖片與文字

臉書和噗浪已成為青少年們個人的公開發聲平台，然而如果使用毀謗、攻擊性的文字，或上傳暴力、不雅圖片等，可能造成他人心靈傷害，甚至也會讓自己成為不當「人肉搜尋」的受害者。

【例如】日前有多起學生透過臉書以尖銳的負面文字辱罵同學而被起訴的案件，除了觸及法網之外，還可能造成受害者難以磨滅的心靈傷害，甚至使其產生極端的報復意念。

【提醒：請記得！網路世界仍受到現實世界的法律規範】

### （3）惡意程式與詐騙常常讓我的電腦受損

臉書和噗浪的好友發布或私傳的訊息，內容可能不是來自本人，尤其刺激或有趣話題的超連結，更容易讓人失去戒心馬上點入觀看，而被植入惡意程式造成資訊外洩、甚至被竊取錢財。

【例如】之前曾流傳一則能將臉書背景變成可愛粉紅色的應用程式，喜愛求新求變的網友總是難以抗拒新鮮事，一旦按下「允許」後，惡意程式就悄悄在接續步驟中侵入您的臉書。

【提醒：按「讚」或「分享」前是不是該想一想呢？】

#### (4) 垃圾訊息

各種網路平台只要使用一段時間後，總會開始冒出許多未經允許即發布的廣告或罐頭訊息，甚至擅自以你的帳號大肆發布貼文，引起朋友間的諸多困擾與誤會。

【例如】曾有報導踢爆許多知名公司看中社群平台的易用性及普及率，註冊了大量的「假帳號」，用來大肆炒作話題與濫發文章，造成使用者可能難以釐清資訊的真假與個人頁面的控管

【提醒:想一想你的臉書/噗浪被駭了嗎？】。

#### (5) 我的生活開始變得不正常

許多使用者每天沉醉於追蹤臉書或噗浪好友動態或經營小遊戲，總會不時查看自己的文章或打卡有無被朋友按讚或回應，擔心漏看或漏掉某一個訊息，好像如此才能獲得存在感。但是，這樣的心理依賴很可能就會造成你生活的不正常，甚至影響到你的生理與心理狀況。

【例如】日前就發生一名母親過於沉迷臉書，放任十三個月大的孩子在家嬉戲而疏於照顧，結果連兒子已在浴缸溺斃都不知道的人倫悲劇。

【提醒:到底是網路世界重要還是現實生活重要呢？】

#### (6) 我的帳號成為網路犯罪的跳板

近來以社群網站為平台的各種網路犯罪模式日益猖獗。

【例如】透過臉書號召正值血氣方剛的青少年進行賭博、打架或毒品交易等不法活動的案件越來越多，以為網路平台為法律無法管轄之地，使其成為醞釀網路犯罪的溫床。

【提醒:網路世界還是受到現實世界的法律規範喔!】

### 3. 上網安全自我保護

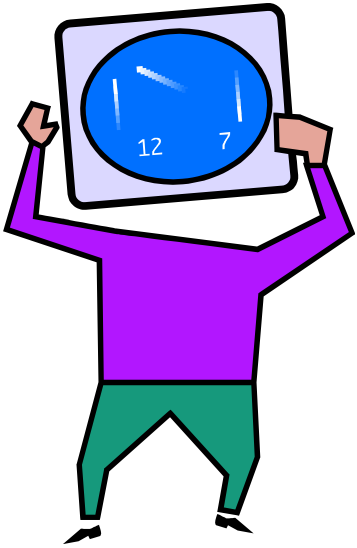
根據前一節所揭露的六大風險，以下將進一步提出相應的預防與解決之道，只要多一分防範，就能多一分保護喔！

#### (1) 你可以使用臉書或噗浪了嗎？

目前臉書與噗浪皆鼓吹實名制（包含你的年齡也有使用的限制），這樣的作法，除了讓使用者可以更清楚使用的規範與隱私權外，卻有可能讓有心人士更看重這些真實資訊的價值，因此你應該更加留意：



臉書與噗浪雖然於網路虛擬進行，但其中的真實個資仍可能遭有心人士覬覦及利用，務必做好各項隱私設定以保護自身安全！



*臉書與噗浪的出現，是否已干擾您的工作與生活？甚至讓您產生社交疲乏症？建立合宜的經營模式、秉持健康的使用目的與適當地投入時間，才能讓您更加安全且健康地暢遊其中！*

- 還不到使用年紀（如臉書設定為 13 歲以後才能註冊使用），就不要輕易謊報自己的年齡與資料，因為說謊絕對沒有好處！
- 記得要設定資訊公開的程度與特定對象，涉及隱私的部分就不要以「公開」的方式呈現，同時定期檢查網站隱私權保護規定。
- 使用安全登入，例如設定登入陌生電腦前由系統自動發出手機簡訊通知。
- 檢視好友名單，不要輕易接受任何人的朋友邀請。
- 不要公開個人私密資料，例如：學校、社團資料、家裡電話與地址、任何密碼。

### (2) 三思後再 PO 文

發表言論或上傳照片、影片之前，請先思考「是不是會造成自己或他人的麻煩？」、「有無觸犯隱私或對誰造成傷害？」，務必記得：即使是推文或按「讚」、「分享」也可能會觸法！尤其以下類型言論，更要小心評估或詢問確認：

- 可能涉及歧視、批評或毀謗的言論。
- 可能涉及智慧財產權的文章、圖片或影片。
- 可能含有裸露或不雅的文字或圖片。
- 幫朋友打卡或分享現況。

### (3) 來路不明的連結不要點、奇怪的訊息不要回

由於網路具匿名性，請勿輕易相信網路上所認識的任何人，即使是你主動加入的粉絲團 PO 文，您也應該：

- 避免接受來源不明的邀請。
- 避免因好奇而點選突發、可疑性的網址。
- 多加評估與求證連結的可靠性。
- 即使是朋友的訊息，但如果是要求你幫忙登入或申請某些服務，請先和朋友以電話或直接聯繫確認，因為有可能你朋友的帳號被駭客利用了。

### (4) 回報垃圾郵件或設定黑名單

對於垃圾郵件，可採取事前防範與事後回報等方式：

- 盡量勿授權不明應用程式取得你的任何資料，也不隨意回覆陌生訊息及按讚，避免排山倒海而來的訊息轟炸。
- 多數社群網站可針對濫發垃圾訊息者進行回報或設定黑名單，妥善舉報與設定可降低「洗版」狀況，維護乾淨的個人網路空間。

### (5) 日常生活往往比網路世界精彩

社群網站的高互動性已讓許多人深陷而失去自我意志難以抽離，嚴重者可能造成心情低落、緊張甚至憂鬱，以下提供幾項避免沉迷的小撇步，可提供您或您身邊需要輔導與協助的親友作為參考：

- 加強時間控管，如自訂使用時間（使用 30 分鐘後記得休息 10 分鐘），或適時關上您的電腦。
- 培養其他休閒嗜好，建立社群網站之外的活動交際圈。
- 進行資訊節食，取消部分設定，避免接收過多訊息。
- 試著不要一直想網路世界的一切，讓自己專心在日常生活中。



### (6) 判斷內容是否違法

我們應了解臉書與噗浪上的網路文字與行為皆有跡可尋，且有法可罰，請務必謹慎判斷透過此類社群平台上各種可能違法的召集活動：

- 對於鼓吹集結的暴力行動應不予理會。
- 對於乍看有利益可圖的招攬方式應斷然拒絕。
- 對於群起激憤的怒罵攻擊，應避免隨之起舞。

出版者 教育部  
發行者 蔣偉寧 教育部部長  
召集人 吳國維 財團法人中華民國國家資訊基本建設產業發展協進會執行長  
梁理旋 財團法人中華民國國家資訊基本建設產業發展協進會協理  
指導委員 何榮桂 教育部電算中心主任  
韓善民 教育部電算中心副主任  
楊文星 教育部電算中心高級管理師  
苗宗忻 教育部電算中心資訊管理組組長  
劉玉珍 教育部電算中心資訊管理組程式設計師  
審查委員 林杏子 國立高雄大學資訊管理學系教授  
撰稿人員 吳夢潔 財團法人中華民國國家資訊基本建設產業發展協進會管理師  
潤稿人員 蔡政宏 新竹縣五龍國民小學教導主任  
承辦單位 財團法人中華民國國家資訊基本建設產業發展協進會  
出版日期 民國 101 年 08 月



本著作採用創用 CC「姓名標示、非商業性、相同方式分享」授權條款釋出。  
創用 CC 內容請見：[http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/tw/deed.zh\\_TW](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/tw/deed.zh_TW)

※此手冊內容係對特定議題所提供之學習教材，僅供各界參考，非本部相關政策。