

編號：2623

議題研析

一、題目：提升學生網路使用自我保護意識相關問題研析

二、議題所涉法規

學校衛生法、兒童及少年福利與權益保障法、學校衛生法施行細則

三、背景說明

報載人手一機的時代，造成國外許多青少年自殺的挑戰遊戲「藍鯨遊戲」透過 IG、抖音等社群媒體傳播，且滲透進台灣，教育單位應加強防治與宣導作為，並與衛生及社會單位等部門合作，請各校辦理生命教育等研習及宣導，加強自傷及自殺防治處遇作為。為提升學生自我保護意識及預防措施，對於數位社群及多媒體不良影響，應積極採取強化「網路內容防護機構」相關作為，將自殺社團等儘速下架，並強化學生資訊素養、教職員危機處理知能及通報管道，幫助學生辨識社群媒體自殺風險訊息，拒絕不當的邀約或活動¹。

四、問題爭點

部分網路遊戲透過媒體傳播造成學生自殺的不良影響，已成為社會重大關切問題，有必要透過學校強化學生資訊素養，建構學生健康上網觀念，並進行自殺防治宣導作為，以解決網路上癮甚至反社會或自殺的負面效應。

¹黃子暘，〈「藍鯨遊戲」入侵 新北市府防範青少年自傷〉，自由時報，第 A11_S 版，2024 年 10 月 24 日，網址：

<https://nplnews.ly.gov.tw/news/202410241900113?statisticMenu=%E6%AF%8F%E6%97%A5%E6%96%B0%E8%81%9E>，最後瀏覽日期：2024 年 10 月 25 日。

五、探討研析

(一) 增訂網路內容防護機構對兒少上網健康及自我保護觀念教育宣導，防止有害兒少身心發展之網路傳播

據世界衛生組織對網路遊戲成癮症(Gaming disorder)的定義，係指無法控制地打電玩、生活中以電玩為優先，而忽略其他日常活動，即使知道有負面影響仍持續增加打電玩時間，嚴重影響個人日常生活正常運作，包含健康、家庭、學校、工作等層面，並且上述症狀持續至少 12 個月²。網路成癮乃指對於網際網路的過度使用，青少年到成年初期（12-29 歲）相比於其他年齡的群體，上網更加普遍，有著更大成癮風險，有以下 4 個特點：「1. 強迫性：一使用網路就停不下來，即使內心知道要控制上網時間，還是無法克制想上網的衝動。2. 戒斷症狀：戒斷症狀是指長期使用網路讓大腦出現依賴感，突然不能上網時，出現身體或心理層面不適的現象，產生焦慮、憂鬱、妄想、暴躁...等戒斷反應。3. 耐受性：上網的慾望越來越不能滿足，所需上網時間越來越長，或明顯渴求更好的裝置及應用軟體。4. 消極後果：患者出現多種由於網路使用導致的消極影響，包括生活、課業、人際關係、身心健康和工作情境中的不良表現³。」依據教育部《106 年臺灣中小學學生網路使用行為調查》結果，有大約三分之一的國、高中生有智慧型手機的沈迷傾向，又據《112 年臺灣中小學學生網路使用行為調查》結果，國小與高中職學生網路沉迷傾向有微幅上升的趨勢⁴。青少年期因為大腦的發育走到了一個新的階段，會有更多的

²衛生福利部，〈長時間使用=網路遊戲成癮？揭開青少年網路遊戲成癮盛行率面紗〉，焦點新聞，2018 年 9 月 17 日，網址：<https://www.mohw.gov.tw/cp-16-43926-1.html>，最後瀏覽日期：2024 年 10 月 25 日。

³ 健身俱樂部網站，〈怎樣算是「網路成癮」？原來危害健康這麼大！4 招治療方法回歸正常生活〉，2023 年 2 月 17 日，網址：<https://www.worldgymtaiwan.com/training-blog-in/internet-addiction>，最後瀏覽日期：2024 年 11 月 1 日。

⁴ 教育部，〈112 年學生網路使用情形調查報告〉，2024 年 8 月 26 日，網址：https://www.edu.tw/News_Content.aspx?n=0217161130F0B192&s=3B2012C9EE2380B5，最後瀏覽日期

涉險行為、低估風險、過度重視同儕⁵。可見網路不當使用或過度沉迷網路世界，除了造成學生學習障礙，也可能影響其身心正常發展。

現行兒童及少年福利與權益保障法第 46 條第 1 項規定：「為防止兒童及少年接觸有害其身心發展之網際網路內容，由通訊傳播主管機關召集各目的事業主管機關委託民間團體成立內容防護機構，並辦理下列事項：一、兒童及少年使用網際網路行為觀察。二、申訴機制之建立及執行。三、內容分級制度之推動及檢討。四、過濾軟體之建立及推動。五、兒童及少年上網安全教育宣導。六、推動網際網路平臺提供者建立自律機制。七、其他防護機制之建立及推動。」教育部為期促進兒童及少年等學生上網安全，除由各學校積極推動資訊倫理與安全教育外，也建置中小學資訊素養與認知網⁶，提供教師有關「網路沉迷」、「網路交友」、「網路素養」等議題，也透過舉辦研討會與提供相關教材、教案供下載使用，加強教師對青少年學生網路世界的了解。惟針對學生本身的資訊安全、網路健康素養及自我保護教育宣導方面，則尚需透過法律明確規定，俾利各學校或網路內容防護機構據以實施，爰建議兒童及少年福利與權益保障法第 46 條第 1 項第 5 款修正為：「為防止兒童及少年接觸有害其身心發展之網際網路內容，由通訊傳播主管機關召集各目的事業主管機關委託民間團體成立內容防護機構，並辦理下列事項：……。五、兒童及少年上網安全、健康素養及自我保護教育宣導。」

(二) 增訂網路成癮防制事項納入學生衛生宣導規範，俾利培養學生健康上網觀念

：2024 年 11 月 18 日。

⁵ 駱郁芬，〈孩子手機成癮？數位世代的未來和你不一樣〉，倡議家網站，2019 年 1 月 15 日，網址：<https://ubrand.udn.com/ubrand/story/123662/3594031>，最後瀏覽日期：2024 年 10 月 30 日。

⁶ 教育部，中小學資訊素養與認知網：<https://eliteracy.edu.tw/>，最後瀏覽日期：2024 年 11 月 13 日。

據研究指出，網路具有虛擬性（退化行為）、匿名性（較低真實性）、方便性（隨時可以上網）、跳脫性（容易迷失目標），以及自由性（沒有邊界，難以規範）等性質，容易讓人沉迷及影響學習中的學生身心發展。而網路沉迷也會造成衝擊社交倫理、認同危機、網路犯罪、併發身心疾病等問題，網路成癮已經是現代人必須面對的問題。尤其當政府推動電競產業發展的同時，必須兼顧全民健康發展，提出配套措施以避免產生負面效應。因為電競產業的經濟效益雖然重要，但伴隨而來的網路遊戲成癮卻造成民眾或學生的身心受影響，更可能讓政府在醫療、治安等問題的支出增加。另為改善國內青少年休閒活動以靜態為主的現況，政府應整合免費或低廉的運動、休閒設施資訊，提供予青少年或家長使用，例如：活化現有閒置空間，轉型為青少年休閒運動場所；善用「運動產業發展條例」鼓勵民間企業、團體投入青少年休閒運動產業，開發具有創意且高品質的青少年休閒運動，增加青少年動態活動的時間，以減少其過長的上網遊戲時間⁷。

檢視學校衛生法第 19 條規定：「學校應加強辦理健康促進及建立健康生活行為等活動。」學校衛生法施行細則第 14 條規定「(第 1 項)：學校依本法第 19 條規定辦理健康促進及建立健康生活行為等活動，包括下列事項：一、有關健康體適能、健康飲食、壓力調適、性教育、菸害防制及藥物濫用防制等增進健康之活動。二、有關事故傷害防制、視力保健、口腔保健、體重控制及正確就醫用藥等提升自我健康照護行為之活動。三、其他各級主管機關規定之事項。(第 2 項)學校應鼓勵學生、教職員工及家長等參與前項活動。」然上述學校衛生法條文僅敘明「辦理健康促進及建立健康生活行為等活動

⁷ 曾慧青，〈網路遊戲成癮解方－倡導動態休閒活動〉，財團法人國家政策研究基金會，2018 年 11 月 7 日，網址：<https://www.npf.org.tw/3/19698>，最後瀏覽日期：2024 年 11 月 4 日。

之原則性規定，惟依學校衛生法施行細則第 14 條尚無明確規範學生因科技發展後所形成的網路成癮問題，基於青年學子網路成癮已成為學校、家長及學生共同面臨的問題，爰建議於學校衛生法施行細則第 14 條第 1 項第 1 款修正為：「學校依本法第 19 條規定辦理健康促進及建立健康生活行為等活動，包括下列事項：一、有關健康體適能、健康飲食、壓力調適、性教育、菸害防制及藥物濫用及網路成癮防制等增進健康之活動。」俾利學校在辦理健康促進及建立健康生活行為等活動時，納入網路成癮防制宣導相關活動，藉由推動學生安全上網教育宣導，培養學生正確網路使用態度、技能和習慣；同時鼓勵學校教育人員善用網路使用習慣相關量表，及早篩檢發現網路沉迷的高危險群學生，提供諮詢並視個案需要，轉介專業諮商輔導或醫療院所，協助學生脫離網路沉迷的困境⁸。

撰稿人：蔡月秋

⁸ 許秩維，〈防學生網路成癮 教部邀專家分享數位使用教養策略〉，中央社，2024 年 10 月 27 日，網址：

<https://www.msn.com/zh-tw/health/other/%E9%98%B2%E5%AD%B8%E7%94%9F%E7%B6%B2%E8%B7%AF%E6%88%90%E7%99%AE-%E6%95%99%E9%83%A8%E9%82%80%E5%B0%88%E5%AE%B6%E5%88%86%E4%BA%AB%E6%95%B8%E4%BD%8D%E4%BD%BF%E7%94%A8%E6%95%99%E9%A4%8A%E7%AD%96%E7%95%A5/ar-AA1sZCIu?ocid=msedgdhp&pc=U531&cvid=2a4de535ac434cfd981ce71ffe1dd5cb&ei=65>，最後瀏覽日期：2024 年 11 月 4 日。