

六個提示保護家人視訊聊天私隱及安全

人類天生就是社交動物，我們都熱衷對話、分享經驗及發展人際關係。然而，全球性的 2019 冠狀病毒疫情已改變一切，視訊聊天已成為今天以至未來的主流。雖然視訊聊天有很多優勝之處，但同時亦帶來保安風險。以下是六個協助用戶在使用視訊聊天時保障家人私隱及安全的提示：

1. 保護您的私隱：

- 檢查及採用私隱設定，只邀請自己認識的人聊天。
- 要求其他人使用密碼才可加入聊天（假如有此功能）。
- 設立等候室，讓您在開始聊天前批核參與者（假如有此功能）。
- 鎖上聊天室以防止外人加入。
- 使用耳機以保障私隱。



2. 保護個人資料：

- 使用複雜及經常更改的密碼。
- 使用可提供端對端加密的程式以加強保安。
- 必須經常更新所有應用程式。
- 不要在聊天中分享任何私人訊息。
- 在使用業務用視訊聊天程式時，為每一個會議設定獨特的會議 ID 及密碼。
- 假如你主持的視訊聊天包括很多參加者或是有公眾人士參與，應停用檔案分享功能。

3. 保護自己：

- 不要容許不認識的人加入視訊聊天。
- 鼓勵孩子限制邀請對象或要求每位參與者都要取得批准才可增加其他人。
- 假如可以的話，停用程式中的地點追蹤功能。
- 鼓勵孩子在陌生人嘗試邀請他們視訊聊天時通知您。
- 向程式廠商或執法機關舉報來自陌生人的不當接觸。

4. 舉報不當行為：

- 與孩子討論欺凌、騷擾及其他不恰當的網上行為。
- 鼓勵孩子在聊天中遭遇不友善對待時通知您。
- 教導孩子如何透過應用程式舉報不恰當、令人不安或違規行為。

5. 尊重他人及其私隱：

- 視像通訊是雙向的，保持善意及同理心非常重要。
- 不要錄下或串流分享您的聊天，特別是在未取得對方同意的情况下。這是極為嚴重的侵犯私隱行為。
- 假如有人希望隱藏他們的影像或使用其他背景，請尊重他們的決定。

6. 設定時限：

- 尊重自己及他人的時間。
- 緊記保護眼睛的 30/30 守則：在觀看屏幕 30 分鐘後，聚焦其他較遠的事物 30 秒。
- 在每次聊天後起來走走，放鬆一下及促進血液循環。

以下為常見的視訊聊天程式：

Discord

視像及語音聊天程式，主要被電玩群組採用。

最多聊天人數：25

Facebook Messenger

流行的訊息程式，可作文字及視像通話。

最多聊天人數：50

FaceTime

Apple 視像聊天程式，只可用於 iOS 裝置上。

最多聊天人數：32

Google Duo

可在 iOS 及 Android 裝置上運行的視像聊天程式。

最多聊天人數：12

Google Meet

讓公眾免費使用的程式（前稱 Hangouts Meet）。

最多聊天人數：100

Houseparty

社交視像聊天程式，提供遊戲供用戶之間參與。

最多聊天人數：8

Instagram

流行的社交媒體程式，用戶間可進行視像聊天。

最多聊天人數：6

LINE

訊息程式，可作文字、語音及視像聊天。

最多聊天人數：4

Microsoft Teams

為商務設計，提供免費及付費版本。

最多聊天人數：50

Skype

可作文字、視像及語音通訊。

最多聊天人數：50

Snapchat

流行的社交媒體程式，用戶間可進行視像、文字及圖片聊天。

最多聊天人數：16

WhatsApp

流行的消費者訊息程式，提供文字、語音及視像聊天，包含端對端加密功能。

最多聊天人數：4

Zoom

為商務設計，免費版本限制參與者人數及聊天時間。

最多聊天人數：100

視訊聊天程式將繼續成為我們生活中其中一種最重要的科技，採用這些提示可讓您及您的子女都更精明地利用視訊聊天程式，令我們安全地與關心的人保持連繫。

