一、法律定義的言論自由

《憲法》11 條：「**人民有言論、講學、著作及出版之自由。**」，此呼應聯合國世界人權宣言第十九條：「**人人有權享受主張、發表意見的自由；此項權利包括持有主張而不受干涉的自由，和通過任何媒介和國界尋求、接受和傳遞消息和思想的自由。**」基於以上內容，不僅確立言論自由是個人思想表達的正當性，也強調其權利是現代社會中不可或缺的基本人權。

二、言論自由的界線

根據大法官釋字 509 號的解釋文：「**惟為兼顧對個人名譽、隱私及公共利益之保護，法律尚非不得對言論自由依其傳播方式為合理之限制。**」推定，法律不得限制的理由是為了保障人民的表現自由，再參閱憲法 23 條中：「**以上各條列舉之自由權利（包含第一點論述中提及的憲法第 11 條），除為防止妨礙他人自由、避免緊急危難、維持社會秩序，或增進公共利益所必要者外，不得以法律限制之。**」，及見《刑法》310 條內容：「**意圖散布於眾，而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者，為誹謗罪**」，也是基於會妨礙他人自由的假設下進行裁罰，以及同 310 條條後文「**對於所誹謗之事，能證明其為真實者，不罰。但涉於私德而與公共利益無關者，不在此限。**」由此，給予人民空間的同時，仍兼顧他人權益與公共利益。本文可以定論：為防止妨礙他人自由權的情況下，可以只保障表達內容與現實情況相符者的言論自由，並且干涉私人領域而無意促進公眾利益，不在此限。

三、網路霸凌的興起與猖獗

社群媒體的利益顯現，負面影響層出不窮，**在長期使用社群媒體的情況下，使用者將可能遇到社群媒體疲憊的負面情緒，使得使用者降低了使用意願。（**鄧煊騰，探討心理需求、社群媒體可供性與社群媒體影響之關係－以 Facebook 學習群組為例，2023）只要是長時間沉溺於社群媒體，會有機率出現情緒不穩定的感受。**在高度匿名與資訊快速傳播的網路環境中，攻擊性言論往往難以追蹤控管，導致傷害持續擴大，受害者長期處於心理壓力之中，難以恢復正常生活。（**盧佳妤，探討資訊從眾與匿名性對學生網路霸凌傾向之影響，2025）還有**相較於傳統霸凌，由於網路霸凌的媒介是通訊科技產物，又因網路的匿名性、霸凌地點存在於虛擬空間，沒有時間、空間、性別等對象之限制，因此對受害者的心理傷害影響更深。（**余竑毅，網路霸凌受害者的網路霸凌因應與憂鬱影響網路成癮之關聯性，2018）由此可知，網路霸凌基於科技的匿名性與虛擬空間的無限延伸，讓人陷入持續的心理壓力與自我懷疑。可以得到一個共通點：網路生態是確切、實際會造成使用者心裡上的負面影響，並且是因為這個社群媒體管道的特殊性，使其擴張為難以忽視的社會問題。

四、網路平台的弊端

接著，討論現有社群平台與論壇的管理或規範。在 Facebook、Instagram 的管制，除廣告的形式有更加嚴密的審查，所有用戶衍生的原生內容沒有過多限制。（林彥廷，社群媒體時代的言論自由界線：以「監察委員會」對「立即危害」與「容許差別」之相關裁決為中心，2024）在擁有虛擬開放空間的情形下，任何人都有權利表達思想，但沒有辦法做嚴密控制及監督，更沒能掌握住動向以及擴散方向，便容易形成謊言、惡言的溫床。社群媒體平台上充斥過多的有害言論：假訊息、仇恨言論、騷擾言論、以及境外勢力輿論操弄等等無益、甚至可能有害於民主社會的內容。（郭永賦，社群媒體平台使用者之言論自由與司法救濟，2024）社群守則以明文規範的情況下存在於各平台中，但限制的力量卻有差異。若在使用安全方面未加以注意維護，很容易被竊取個人資訊而被入侵網站或部落格進行犯罪行為；尤其在頻繁的網路互動中，或個人言語上的疏忽、亦或個人的越矩言論，容易招致他人的批評撻伐與造謠詆毀等網路霸凌攻擊（陳俊良，網路霸凌受害經驗、社會支持對網路霸凌受害反應影響之研究，2014）基於以上論述，以及過往許多憾事的發生，縱使現在已有形式上的範疇訂定網路使用者的界線，但依然不足，並且有更多方法可以破解、鑽漏洞，因此現行規範仍需持續檢討與強化，以因應不斷更迭的網路系統。

五、擬定解決方案與策略

本文基於以上情形，認為社群平台或論壇的管理者有權基於保障其表達內容與現實情況相符，進行管理或限制，並且現在也有些初步的規範，但對於逐步失控的網路生態來說，是遠遠不足的。因此從使用者——也就是我國人民——的教育層面開始做起，才能從根本解決問題，達到釜底抽薪之效。透過學校課程、民間機構與政府單位，加強宣導「無論如何都不該霸凌且應該提供受凌者救助」，來促進大眾的阻止網路霸凌的規範信念，使其成為民眾在網路世界中的重要行為規範並加以依循，減少網路情境的模糊與不確定性，提升旁觀者對受凌者的救助行為，減輕網路霸凌帶來的負面影響。（張家翎，阻止網路霸凌的規範信念對網路霸凌旁觀者救助行為的影響，2025）、要能做到在網路上一發現傷害他人的文章、圖影檔，除了制止他人繼續張貼、轉載、或下載的違反行為外，應立即向網站管理者或相關單位反映檢舉。（陳俊良，網路霸凌受害經驗、社會支持對網路霸凌受害反應影響之研究，2014）在兩學者的研究中，可以發現比起討論網路的限制，從使用者下手更爲實際且有益。提升使用者的信念與救助意願，不僅能減少網路的模糊與不確定性，同時促進旁觀者的積極介入，才是讓網路空間回歸尊重的關鍵。