



僑愛國小 109 學年度 主題式班級輔導活動

輔導紀錄單

活動主題：反網路霸凌-你是酸民嗎？	活動帶領老師：專輔教師 楊舒涵
參與班級：601-605	導師：六年級導師
活動內容摘要：	
一、 目標完成狀況：	
(一)能說出網路霸凌的類型	
(二)能辨識霸凌的語言	
(三)能說出遇到霸凌時尋求協助的方法	
二、 課程實施流程：	
(一)引起動機：播放社會實驗影片-當網路霸凌搬到現實世界	
(二)播放簡報檔：1. 說明網路霸凌類型	
2. 理解「酸民文化」	
3. 辨識網路霸凌語言	
4. 認識網路霸凌法律責任	
(三)綜合活動：1. 反霸凌資源友伴卡	
2. 強調「尊重」的重要性，理解可以不喜歡，但沒有權力隨意批評。	

附件一、網路霸凌簡報檔



什麼是網路霸凌？

網路霸凌的略包含以下幾種：

- ✓ 以任何科技媒介傳送騷擾或威脅訊息。
- ✓ 傳送內容下流的簡訊、即時訊息（像是藉由 Kik、Instagram、Snapchat 或 Facebook Chat）、MMS（多媒體訊息），或連續撥打惡作劇電話。
- ✓ 利用某人的暱稱名稱，假裝此人（設定假帳號）。
- ✓ 利用某人的密碼進入帳號，假冒此人。
- ✓ 在未獲許可的情形下，轉寄某人的私人電子郵件、訊息、照片或影片。
- ✓ 發表帶有惡意或下流的評論或照片。
- ✓ 傳送具有明顯性內容的影像
- ✓ 「情色簡訊」。
- ✓ 在網路上的群組中刻意排擠某些人。

酸民文化=言論自由嗎？

- 「酸民」（英文：troll）「愛酸人的鄉民」
- 酸民來自於攻擊性心理防衛機制-發洩自己的不安與憤怒
- 網路匿名與同溫層效應對酸民文化之影響



你能分辨哪些言語是霸凌了嗎？

- 讓我舉個例子：某網紅PO了一張在風景區的網美照，但卻被人懷疑是跨過禁止進入的警戒線所拍攝的。以同一事件來說，網友的**負面回應**也會有這三種不同類型。

【建議】▶

網友針對你所做出的行為給予直接的建議，有可能用詞嚴厲，但最終目的是希望你正面回應。
網友：「這是在禁區拍的嗎？希望你解釋清楚，不要做不良示範！」

【批評】▶

以先入為主的想法，非指名道姓且揚聲抹角地批評你做出的此項行為。
網友：「唉...某些網美就是這樣沒水準～看不見警示牌嗎？」

【霸凌】▶

已經非簡單一事件，而是**人身攻擊並有公開的語言**（而且不只一個帳號在做這件事）
網友1：「妳長成這樣也敢出門？豬頭要不要去死一死啊？」
網友2：「醜女！連照片都噁心！」

當你遇到了，你可以這樣想一想

問問自己以下的8個問題：

1. 你認識這個人嗎？他是誰？做什麼的？
2. 這個人在過去曾跟你有過接觸嗎？
3. 這個人未來會跟你的真實生活有連結嗎？
4. 這個人認識真正的你、了解你嗎？
5. 這個人從發表對你的批評言論這件事之中，可以獲得些什麼？
6. 如果你消失了，他會怎麼想？
7. 如果今天被霸凌的對象不是自己，你覺得這個被霸凌的人應該要怎麼做？
8. 承上題，如果現在能跟這位被霸凌的人面對面，你會對他說什麼？請把要對他說的事情寫下來。

很神奇的是，當我完成這些所有問題後...我覺得能夠感同身受地理解霸凌者的心情，他們去霸凌別人的目的也只是為了**填補自己的自卑...而更重要的是，這些網路酸民事實上跟自己的人生**

一·點·關·係·都·沒·有！

小心自己已經觸犯法律！

- WIN 網路內容防護機構的反霸凌宣導專區，提供網路霸凌的相關資訊和報案管道。若遭遇霸凌，可以撥打**iWIN 申訴專線02-33931885**，亦可撥打**110**，尋求當地警察局的協助，各地警察局的刑事警察大隊皆設有科技犯罪偵查專責組。面對霸凌的心理壓力或情緒困擾，也可撥打衛生福利部安心專線**0800-788-995**（請幫幫，救救我），提供二十四小時免費心理諮詢服務。
- 網路霸凌法律知識針對網路霸凌或線上威脅

<https://www.laf.org.tw/upload/2018/11/20181107165349.pdf>

如果遇到網路霸凌，你可以

- 網路霸凌快速應變清單
- 不回應。
- 封鎖和刪除霸凌者。
- 通報網站霸凌情形。
- 保留霸凌評論的副本。
- 告知學校或相關機構，並尋求解決方法。
- 如果霸凌情形持續，通知警方。
- 尋求大人朋友或師長的協助

• 尊重，是與任何人相處的基礎

- 你可以不喜歡對方的言行，但你沒有權力去批評攻擊
- 面對攻擊，你可以選擇忍耐，但也可以選擇用**正當的途徑來防衛**

附件二、學生學習情形



說明：網路霸凌影片欣賞



說明：提供霸凌求助相關資源