

向學生介紹網路公民的理念

什麼是網路公民？

網路公民的理念，在於倡導以更安全、更負責任且更適當的方式，善用網路。



課堂討論：網路禮儀

教導學生時，可以使用 Microsoft 的網路禮儀四大要點做為開場白。學生是否了解這四大要點的內涵？又該如何實踐各項行為？



遵守不二法則

帶著同理心、同情心和善意與他人互動，並以自重且重人的方式每位在網路上遇到的人。



尊重差異

擁抱文化差異、尊重各式觀點。如果對方與自己意見相左，仍保持理性和冷靜，並避免謾罵或人身攻擊。



在回覆前三思而後行

在反駁對方的意見之前，保持冷靜和謹慎，不輕易發佈會傷害他人或威脅自身安全的内容。



捍衛自身與他人的權益

對於讓我感到不舒服的情況，勇於說不；向網路暴力或犯罪的受害者，提供幫助；目睹危害安全的情況，挺身而出進行舉報。

課堂討論：同理心和韌性

什麼是同理心？

同理心的重點，在於設身處地站在他人的立場，並思考某個情況會帶給對方什麼樣的感受。

那麼，什麼是心理韌性？

所謂的韌性，是指取得自身情緒的掌控權。如果具有韌性，即使在線上遇到負面的事情，也能從中平復情緒。許多情況皆有可能導致我們感到悲傷、憤怒或受挫。不過，只要具有韌性，您就不會因片刻的負面事件難過一整天。

如何妥善因應線上「紛爭」？

假設您正在使用最喜愛的某款應用程式，而有人在當中張貼與好友相關的内容。在做出回應前，請思考内容張貼者是誰，以及對方來自何處。請反問自己：為何對方要張貼這個内容？對方有何想法或感受？

接下來，請思考您可以如何做出回應。您張貼的内容是否會讓對方改變心意，或讓情況更加棘手？或是不妨嘗試放下手機，然後去散步、與好友見面，或和家人聊天，可有助於客觀看待一切。

測驗

本文件第 2 頁提供了小測驗可做為課前評量，用來評估學生的理解程度，也能當做課後評量，以利掌握學生的學習成效。答案會列於右側，因此不會顯示在說明表中。

1. 尊重差異、在回應前三思而後行，並實踐四大網路禮儀的要點
2. 如果有人淪為網路暴力或犯罪的受害者，適時提供協助，如果發生會威脅他人安全的情況，挺身而出進行舉報。
3. 做出回應前，請先深呼吸。試著從不同觀點思考當下情況。
4. 試著客觀看待一切。嘗試了解並掌握自身情緒。放下手機，並花點時間陪伴家人。
5. 避免謾罵或人身攻擊。理性交流意見。

成為優秀的網路公民

讓我們來看看您是否能給予他人足夠的尊重和同理心？

1. 以下何者為優秀網路公民的要件之一？

- ☐ 確認自己已記住所有登入資料
- ☐ 忽略或避免在網路上有任何不當的行為
- ☐ 尊重差異、在回應前三思而後行，並實踐網路禮儀的四大基本要點

2. 哪兩個舉動有助於捍衛他人的權益？

- ☐ 如果有人在任何應用程式中張貼您不認同的評論，就將該應用程式刪除
- ☐ 如果有人淪為網路暴力或犯罪的受害者，適時提供協助。
- ☐ 如果發生會威脅他人安全的情況，挺身而出進行檢舉。
- ☐ 是朋友耐挫度太低，請他回去鍛鍊好自己的抗壓性

3. 如果看到有人張貼或提出您不認同的意見，您可以採取哪兩種做法？

- ☐ 做出回應前，請先深呼吸
- ☐ 動員社群應用程式上的所有朋友封鎖對方
- ☐ 試著從不同觀點思考情況
- ☐ 快速做出回應，並加上憤怒的表情圖示，讓對方知道您的不滿

4. 哪三個舉動有助於提高您的韌性？

- ☐ 壓抑並忽略自身情緒
- ☐ 試著客觀看待一切
- ☐ 迴避任何尷尬或壓力沉重的情况
- ☐ 對他人的貼文先下手為強做出尖酸刻薄的回應
- ☐ 嘗試了解並掌握自身情緒
- ☐ 放下手機，並花點時間陪伴家人

5. 您可以透過哪兩個方法展現對不同意見的尊重？

- ☐ 忽略與您意見相左的任何觀點
- ☐ 避免謾罵或人身攻擊
- ☐ 理性交流意見