



敲門磚 4.6

小瑞刪除 Instagram，想躲開那些惡毒留言

12 歲的小瑞多年來一直是好學生，也總有幾位好朋友。可是升上中學後，情況變得困難：他的課業依然表現良好，幾位朋友卻跟不上，有些人甚至離開、轉到其他學校。小瑞發現，每次在 Instagram 發文，都會收到同學的負面留言。他刪除 Instagram 帳號，卻又開始在 Messenger 收到惡毒訊息，尤其是在他考出好成績的時候。他試著繼續不理會，但最後……

先別翻頁——停下來想想故事可能如何發展

這個情境真是讓人捏把冷汗，許多人也很熟悉，對吧？你認為接下來可能會怎麼發展？在閱讀三種可能的後續情境之前，請先停下來想一想。



邀請你花幾分鐘思考：

- 最糟的情況可能是什麼？
- 你能想到最理想、最棒的解決方法嗎？
- 介於兩者之間，較實際可行的做法是什麼？

之後可以和夥伴討論彼此的想法。若時間充裕，也可以從孩子與照顧者雙方的角度，分析各種情境的優缺點。

可能的解決方式

方案 A

小瑞和以前的同學約踢足球，朋友問他：「嘿，小瑞，最近怎麼樣？」他說出自己的困擾。朋友們想幫忙，提議去痛揍那群一直欺負他的人：「我們是朋友，朋友就是要互相挺到底！」他們真的付諸行動，連鼻血都打出來了。小瑞鬆了一口氣——直到他看見 Instagram 上又多了十則新貼文，沒有一則是友善的。

方案 B

小瑞不敢告訴父母，因為擔心他們只會直接沒收手機；他也不想告訴導師，怕老師不把他當回事，或認為他在打小報告。情況愈來愈嚴重，最後他決定告訴爺爺並請教意見。爺爺不太熟悉數位裝置，但年輕時也曾遇過霸凌，因此勸小瑞和父母談談，必要時也要告訴學校安排給他的輔導老師。

方案 C

小瑞愈來愈孤立，也開始逃學。父母都有工作，沒有發現兒子大多時間都待在家裡。後來學校通知，他缺課太多，恐怕拿不到這學年的結業證明。父母非常震驚，坐下來要求他說明，小瑞終於坦承問題。他們決定報警。警方看見小瑞收到的激烈貼文後，到學校扣下全班手機進行調查，並說：「網路霸凌是犯罪。你把畫面截圖傳給爺爺保存證據，做得很專業；但你應該更早告訴我們。釐清整件事還需要一些時間。」

A、B 還是 C？你在幼兒早期所做的決定，會為自己與孩子未來多年的媒體使用習慣奠定方向。請記得，成人也是孩子的榜樣。

請注意，這裡沒有絕對「良好」或「明確」的答案。即使你較偏好其中某一種方案，這些例子的目的仍是邀請你思考：哪一種做法較適合你的家庭？又可以如何依照自身條件調整方案？

延伸閱讀資源

提供給家長

- 《在數位媒體世界中健康成長》讀本（特別是第 6 章）；另有超過 15 種語言的翻譯版本。
- 反網路霸凌影片《讓我們一起阻止它》。
- 歐洲家長協會（EPA）的《家長媒體素養指南》提供實用資訊，本篇可參閱第 23 與 51 頁；另有其他語言版本。

提供給教師／推廣工作者的補充資訊

- 2018 年一名少女因網路霸凌自殺後，義大利率先在法律制度中將網路霸凌列為犯罪。這項法律稱為「卡羅琳娜法」（Legge Carolina），用以紀念這起悲劇事件。

