

A young couple is shown in profile, looking at each other while reading a book. The woman is on the left, with her hair in a ponytail, and the man is on the right, wearing a white t-shirt and a black watch. They are both looking down at an open book in front of them. The background is softly blurred, suggesting an indoor setting with warm lighting.

我們不滑機

，好嗎？

We Are

霹靂跳跳糖



李 蘇 因 怡

李 第 一

周 徵 明

張 瑄 艾

李 怡 孟

問題意識

- 社交場合下，選擇滑手機而不與人互動，造成人際互動的阻礙或疏離



個案訪談

- 聚餐時

原因：沒話題聊。

--斷斷續續的使用Line或玩遊戲
，取代看新聞、報紙



個案訪談

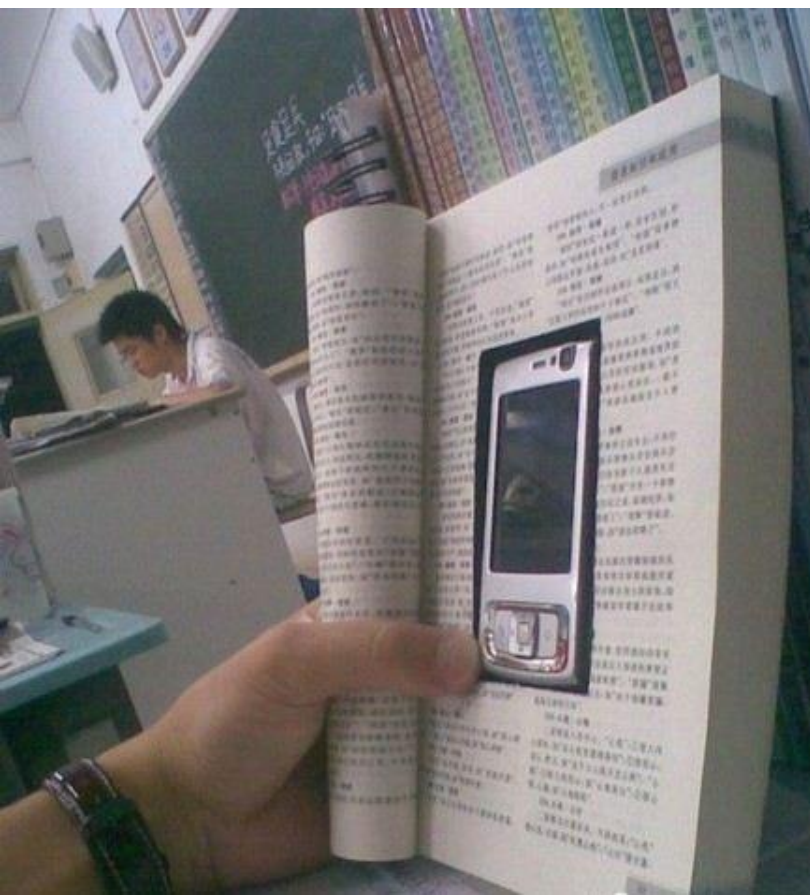
- 上課時

原因：上課很無聊。

--玩遊戲、上網

使用1至2小時

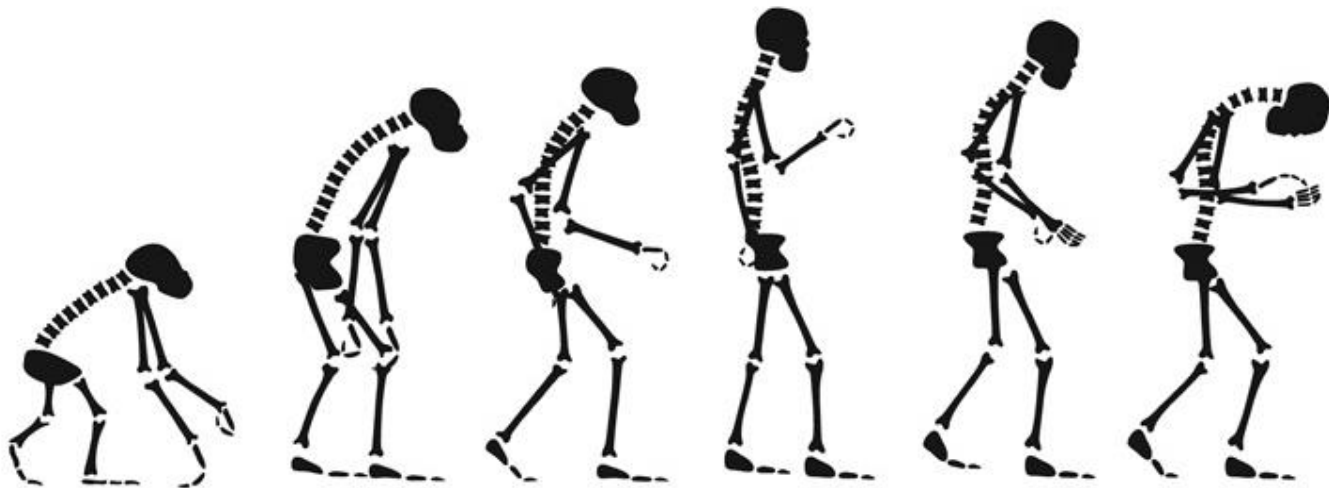
取代睡覺、看小說



問題原因

- 當事者的態度

Human's Evolution?



介入方案

- 目標：改變當事者態度

階段一：角色扮演

階段二：宣導影片



階段一 角色扮演

- 預期效果
- 效果評估：訪問當事者

我是，



低頭族...



階段二
宣導影片

傳達訊息



階段二 宣導影片

預期效果



真實的以及虛幻的

鏡子裏的小貓
是虛幻的

鏡子所為的小貓
是真實的

鏡中的小貓在鏡子裏面
真實的小貓在鏡子外面

真實的小貓就是她
鏡中的小貓就是她

鏡中的我在鏡子裏面
真實的我在鏡子外面

鏡子裏面的我
是虛幻的小貓

鏡子所為的我
是真實的小貓

階段二
宣導影片

效果檢測

✓ 達成共識

✓ 意外發現



效果評估 (未完, 待續。)

- 實際接觸
- 1. 評估是否覺察到自身問題。
- 2. 檢測未來使用手機態度。



檢討

1. 缺乏理論佐證我們

2. 缺乏客觀評估的面向

3. 缺乏後續追蹤

4. 態度效果還有待完成



在低頭的時候可能已經錯過身邊許多事

感謝聆聽

敬請指教

