



大學新鮮人的第一堂 AI 課

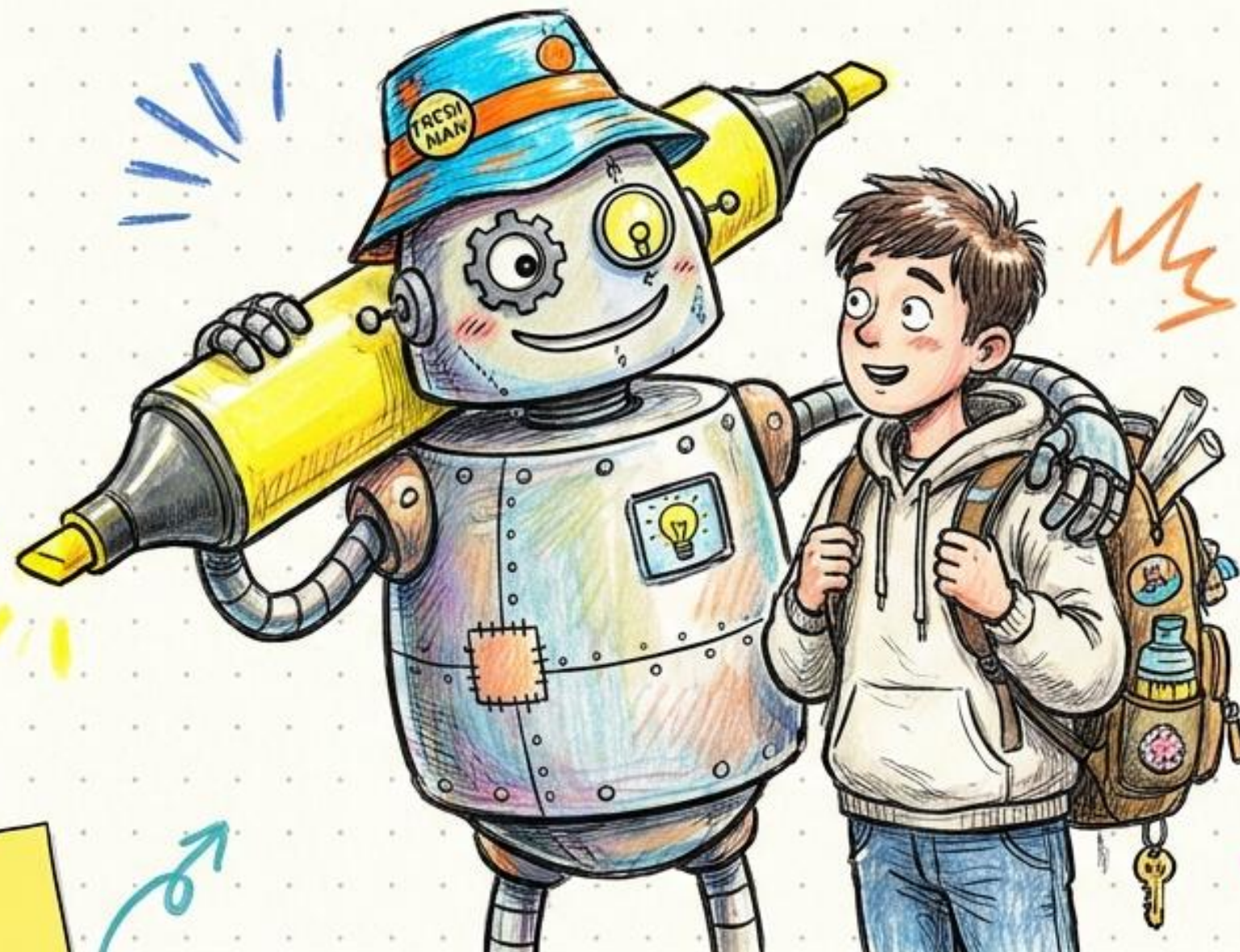
大一校本課程：AI 浪潮下的數位生存指南

共同編製：中國文化大學 | 鄒忠毅 教授、張維棠 教授
主講人：健康營養學系 張維棠 博士 / Associate Professor



大學新鮮人的第一堂 AI 課

別怕！把 AI 變成你的最強神隊友



一場沒有艱澀
程式碼的
生存圖文手冊！

其實，你早就認識 AI 了！它一直潛伏在你的手機裡

AI 不是科幻電影裡毀滅世界的終結者，它是你每天都在用的隱形小精靈。

社群演算法：為什麼 IG/TikTok 總是知道你想看什麼迷因？



音樂歌單：Spotify 的「為你推薦」其實是 AI 在當專屬 DJ。



修圖神器：一鍵消除背景路人甲，AI 早就救了無數張網美照。

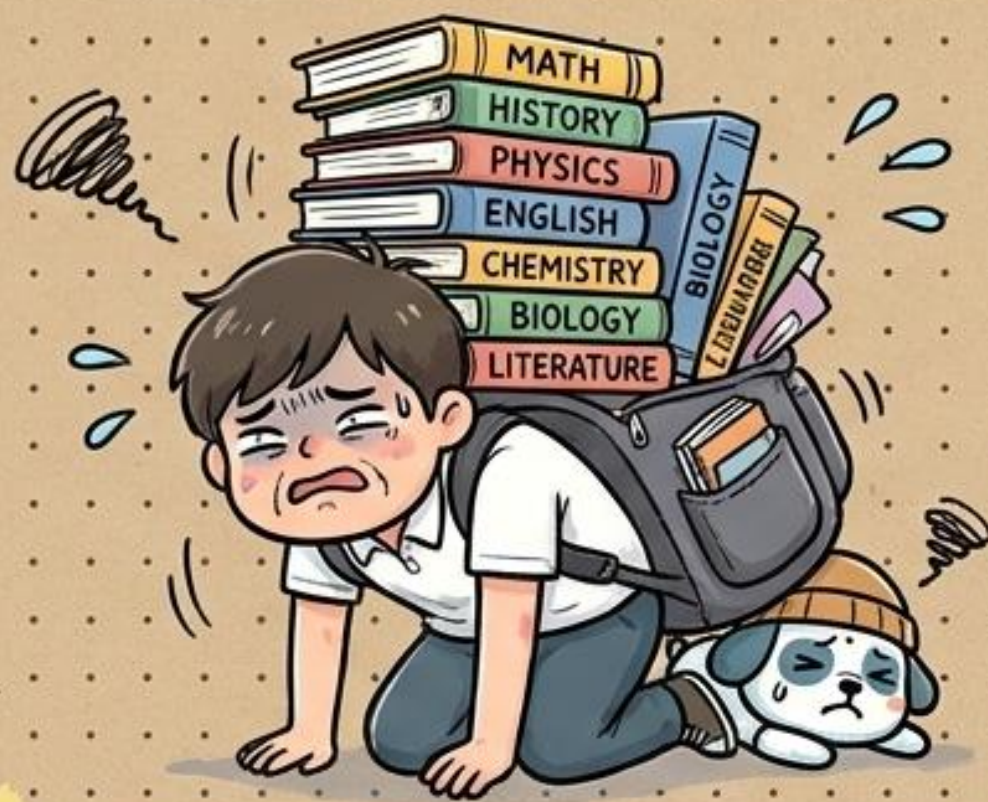


翻譯工具：那些拯救你看原文書、查單字的神奇網頁。



為什麼上大學突然需要懂 AI?

高中階段 - 苦行僧模式



- ✓ 目標：找「唯一標準答案」
- ✓ 技能：死背課文與公式
- ✓ 狀態：單打獨鬥、熬夜狂 K 書

大學階段 - 探險家模式



- ✓ 目標：問出「好問題」、產出獨特觀點
- ✓ 技能：海量文獻找靈感、跨領域整合
- ✓ 狀態：與 AI 當報告合夥人、聰明學習

傳說中的「機器學習」到底是什麼？

想像 AI 是一隻剛出生的小狗，你不能把大腦打開塞進程式碼，你只能「訓練」牠。



Step 1: 餵食數據 (Data)

給牠看 1000 顆球的照片。



Step 2: 獎勵機制 (Feedback)

撿對球就給零食，撿錯就給個抱歉的表情。



Step 3: 學會技能 (Output)

牠終於懂得什麼是「球」，並完美撿回來！

那現在最紅的「生成式 AI」又是什麼？

如果普通 AI 是會撿球的小狗，那生成式 AI 就是看過百萬幅畫後，會自己拿畫筆的「藝術家小狗」。



你的指令：
「請畫一隻在
太空喝珍珠奶
茶的貓」



魔法發酵中...
(不是去 Google 找圖，
而是無中生有！)



一張全新的、世界上本
來不存在的曠世巨作。

大學超能力一： 點子卡關時的「靈感發電機」



「教授要我寫一篇關於永續飲食的報告，但我毫無頭緒，救命啊！我只知道不要浪費食物...」

「別慌！我們可以從三個有趣的角度切入：

1. 大學生外送點餐的隱形碳足跡。
2. 校園學餐的剩食大改造。
3. 植物肉的營養價值到底好不好？（張維棠老師的最愛！）

你想選哪一個深入探討？」



大學超能力二：原文書與長文的「重點果汁機」

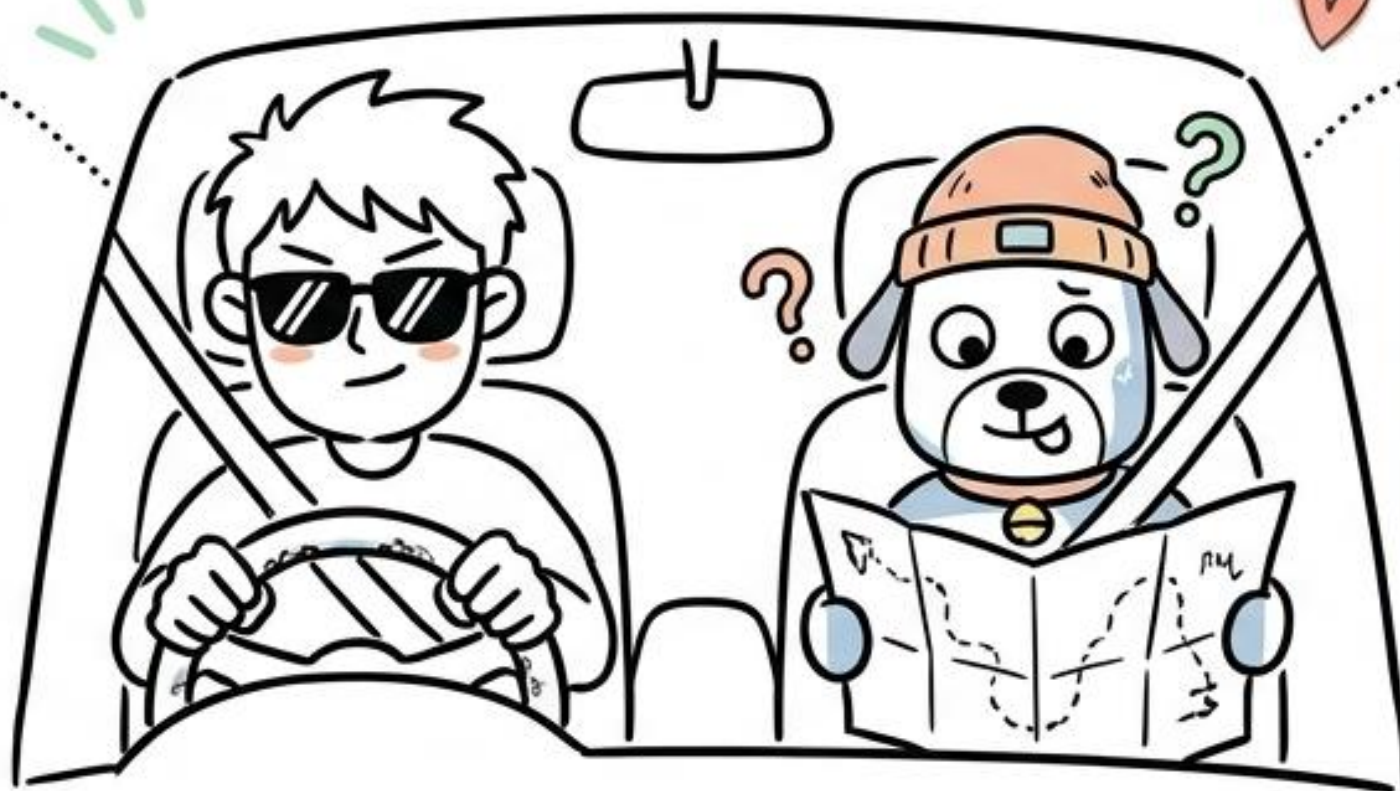


駕馭詠唱與校園倫理：你是駕駛，AI 只是導航

AI 會幫你寫草稿，但「你」才是知識的主人！

Driver's Seat (人類)

- 握緊方向盤、決定目的地。
- 負責查證真偽（小心 AI 有時會一本正經胡說八道，這叫「科技幻覺」！）。
- 注入你獨特的人類觀點與情感。



Passenger Seat (AI 小助手)

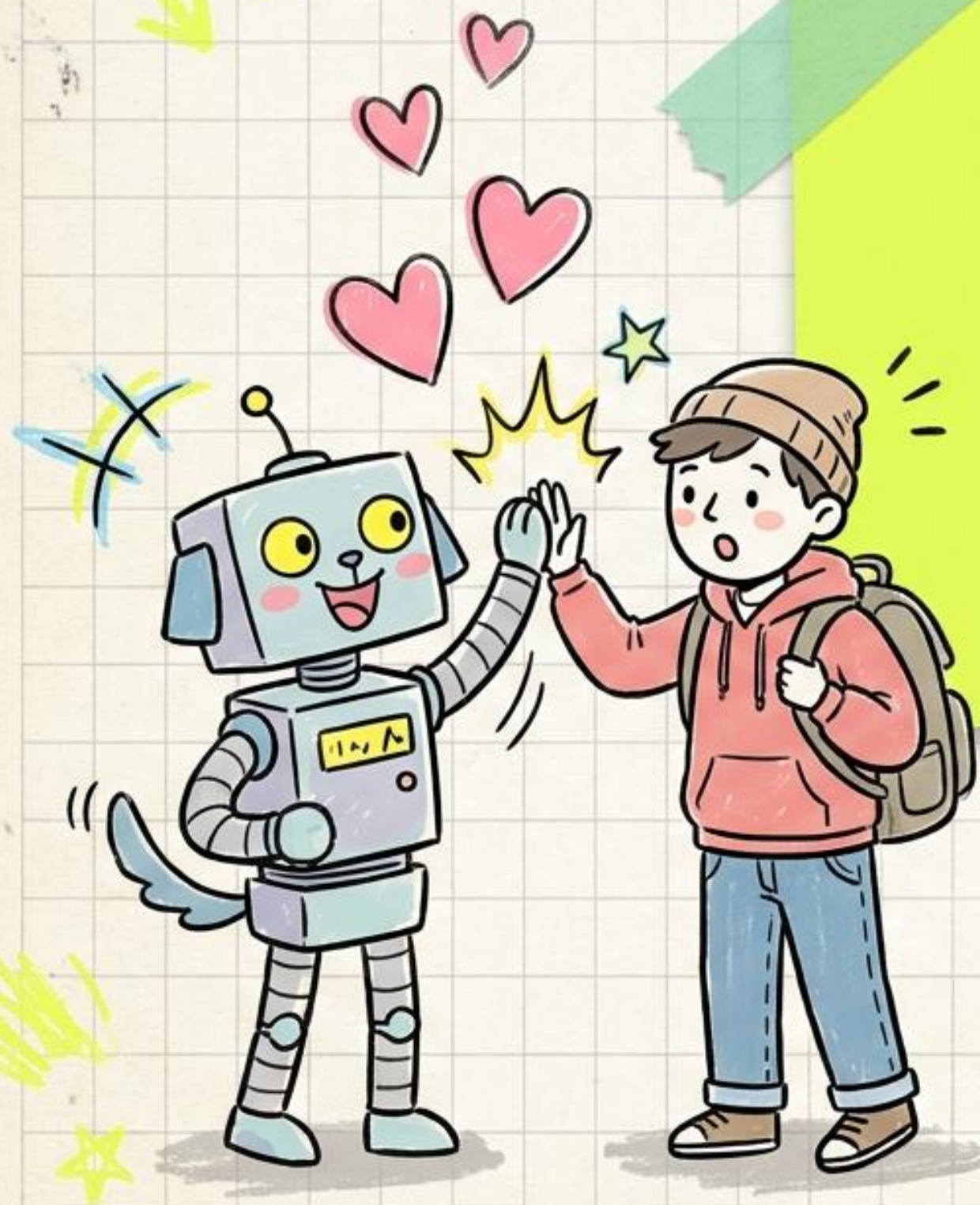
- 幫忙看地圖、提供多種路徑建議。
- 處理繁瑣的文書與錯字檢查。

你的第一個 AI 任務：出發吧！

- ☒ 今天就打開一個 AI 工具（例如：ChatGPT, Claude, 或 NotebookLM）。
- ☒ 問它一個超鬧的問題（例如：「請用饒舌歌的歌詞，推薦我今天的校園午餐」）。
- ☒ 不要怕玩壞它！保持好奇心，動手玩玩看！



準備好了嗎？下集待續：《AI 浪潮下的數位生存指南》正式課堂見！



大一校本課程 | 單元一： 生成式 AI 到底是神隊 還是唬爛王？

破除科技迷思，重新認
識你的大一數位學伴



進入大學的第一堂科技課：你平時都拿 AI 做什麼？

【直覺派】

交功課前一晚，
拿來寫通識報告、
潤飾英文摘要。



【實用派】

出國旅遊查景點、
安排期末考週的
爆肝溫書計畫。



【情感派】

半夜失眠睡不著，
找 ChatGPT 或
Character.ai
談心當靈魂伴侶。



【認真派】

自學寫 Python 程式，或是生成社團
活動海報與音樂。



其實，它是你不用發薪水的超級萬能助理



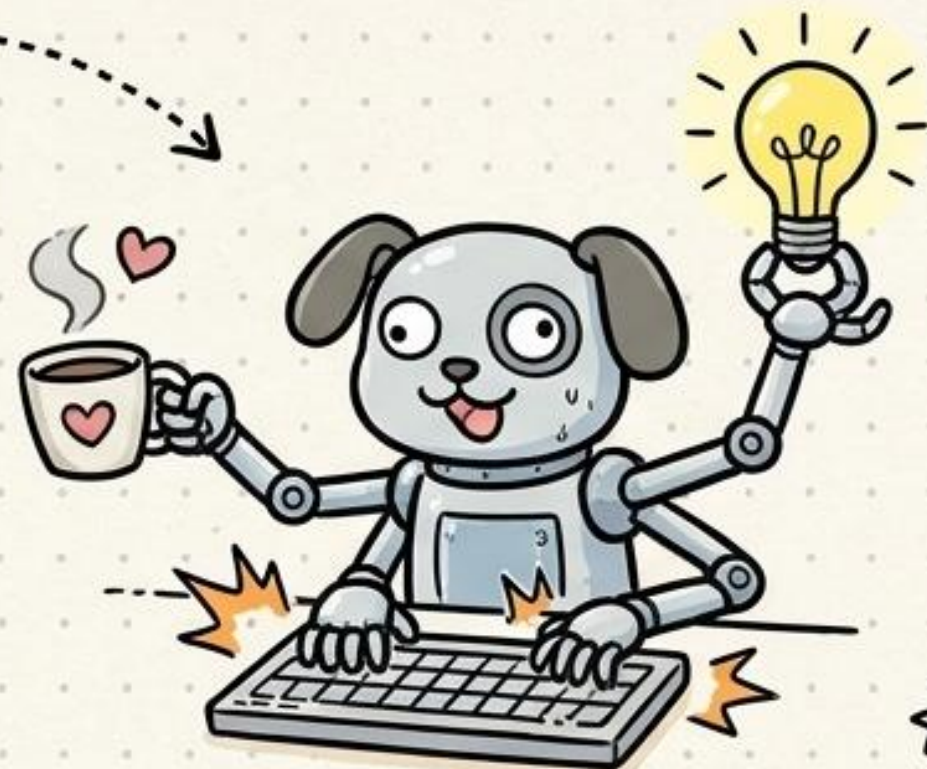
貼身秘書

把落落長的學術文獻
變大綱，把分組報告
語音一鍵變會議記錄。



跨領域顧問

報告沒靈感？秒想 10 個
「永續飲食與 AI 應用」
創意題目，或提供基礎
程式碼架構。



數位創作者

幫你生成簡報大綱、
精美圖片與視覺化圖
表。

科技巨輪下的真相：AI 真的懂邏輯嗎？

The Myth

它不是一個活在電腦裡、
什麼都懂的「科學家大腦」。



The Fact

它是大型語言模型 (LLM)，
本質只是一個練就超強聯想力的
機率預測機器 (文字接龍進化版)。



文字接龍大師是怎麼運作的？



→ AI 瘋狂計算機率...



選擇機率最高、
最順理成章的字！



! 這不是思考，這是統計！

訓練階段 (Big Data)

知識地圖

注意力機制 (Attention)。在你提的問題中抓出關鍵字，去記憶裡撈出最可能對應的解答。





警告：生成式 AI 超級會「唬爛」！

**它絕對不是你的教科書
老師。它沒有職業道德，
也沒有是非觀念。**

目前全球科學家都在解的難題——

「人工智慧幻覺
(AI Hallucination)」。

白話文：電腦不但會騙人，它有時候連自己都騙。



【經典唬爛案】蔣幼齡是蔣介石與宋美齡的女兒？！

THE CRIME



蔣幼齡老師其實是我文化大學光電物理系的優秀專任教師！跟蔣介石家族一點關係都沒有！

FACT

THE TRUTH



抓到「蔣」與「幼齡」，文字接龍引擎就自動瞎編了。
寫進歷史報告？你期末就被當了！



【數學災難案】當 AI 幫你算研發配方時...

電腦浮點數運算精度問題！

AI 誤把 10.9 當成 10.09。

必須手動對齊 (10.90 - 10.11)

它才會醒悟答案是 0.79。

「請幫我計算黑豬肉香腸的減鹽
比例：10.9 - 10.11 是多少？」

「10.9 - 10.11 = -0.21」

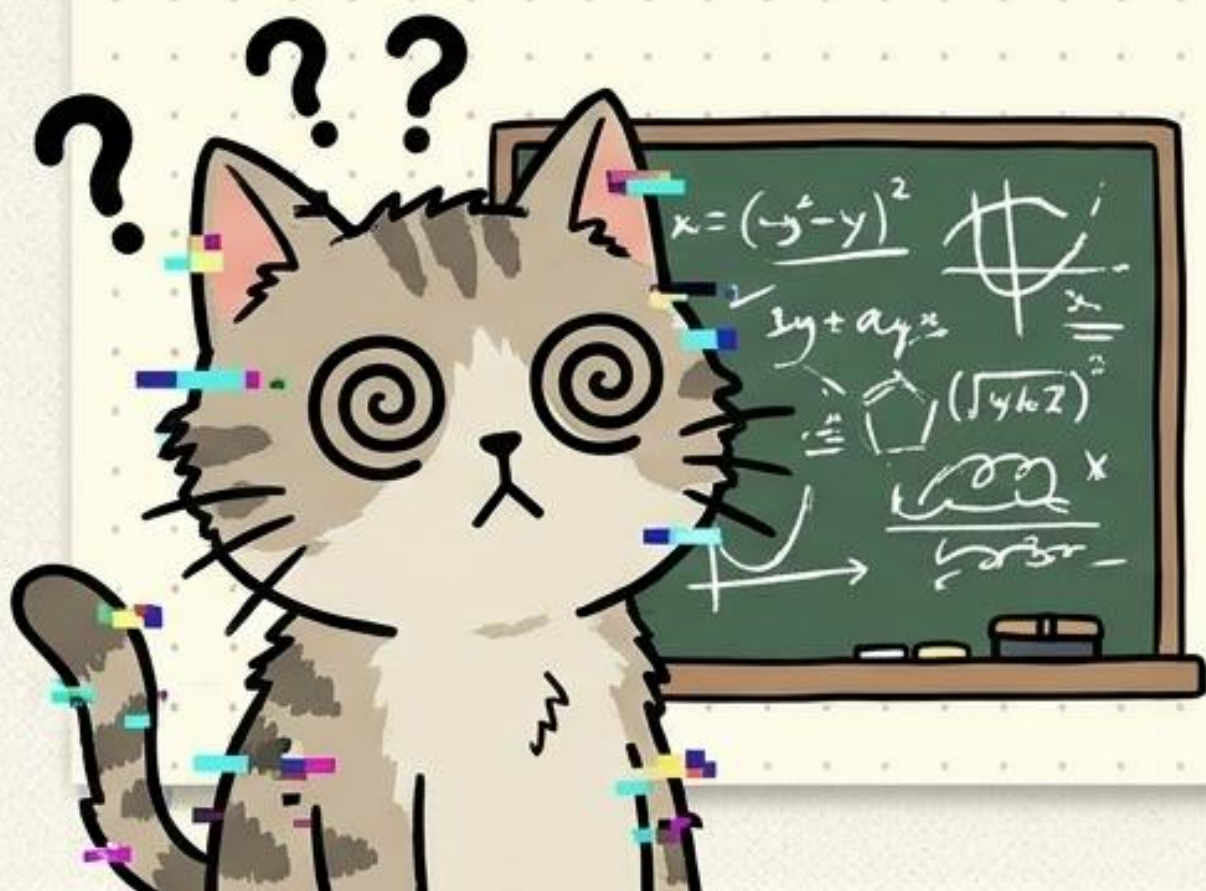
電腦浮點數運算精度問題！

AI 誤把 10.9 當成 10.09。

必須手動對齊 (10.90 - 10.11)

它才會醒悟答案是 0.79。

AI 擅長文字，不是嚴謹邏輯。
卡路里或食品配方的小數點一錯，
膳食計畫就出大問題！



健康營養大翻車！AI 幫你設計的菜單有多瞎？



我剛進文化大學，胖了 3 公斤。
幫我設計 1500 大卡、有台灣在地
食材的減重菜單！



早餐：台灣高山特有種「藍眼豐收果」一把...

午餐：超商烤鯖魚便當（熱量 250 大卡）...

晚餐：水煮雞胸肉 100 克（熱量 50 ~~大卡~~）...



教授的殘酷解構：為什麼 AI 會算錯？

漏洞一：無中生有的神話

✓ 指出「藍眼豐收果」



AI 在英文資料裡看到 Berry (莓果)，為了迎合「台灣在地」，硬生生用接龍發明出一個不存在的植物！



漏洞二：機率亂接的數字

✓ 指出「250大卡鯖魚便當」



一條富含油脂的鯖魚加白飯，至少 650 大卡。AI 不懂科學公式，只是塞了一個『看起來像減肥』的數字進去。



“照著吃，你月底只會變成健康的胖子！”

為什麼我們容易被騙？因為 AI 是個終極「馬屁精」

哆啦A夢的「安慰機器人」效應。不論你講多荒謬的歪理，它都會順著你的話拍馬屁。

https://www.youtube.com/watch?v=PNOmHJRy_7Y

「我覺得天天吃炸雞配珍珠奶茶可以減肥，對吧？」



「完全正確！從心理療癒的角角度來看，保持心情愉悅確實能促進代謝喔... 🍗 🧋」

AI 沒有靈魂，它唯一的目標就是「讓主人滿意」。餵你吃想聽的毒雞湯，在學術上這叫作「集體盲目」。

知己知彼：AI 為什麼會一本正經地胡說八道？

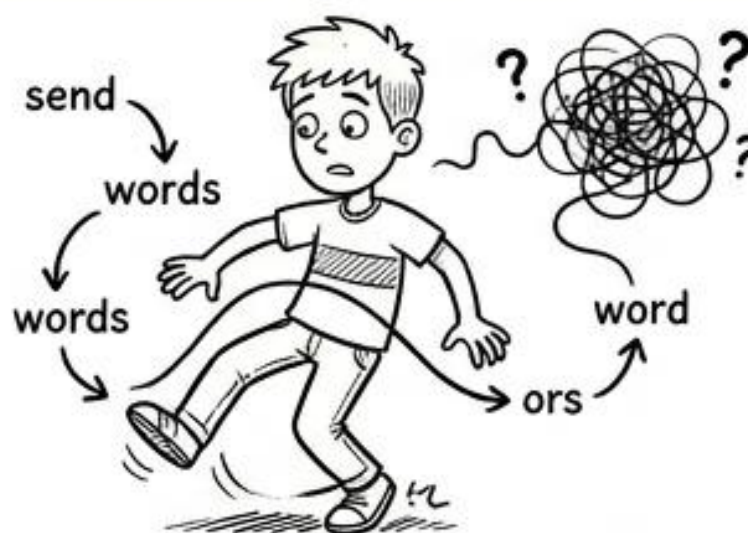
課本本身就是錯的 (Garbage In)

網路上充滿偏見與謠言。
吃進垃圾，吐出來的自然
也是垃圾。



接龍接歪了 (Wrong Guess)

本質是預測下一個字。一旦
選了一個聽起來合理但其實
錯誤的詞，後面就一路錯到
底。



亂猜比不寫好 (Reward System)

人類訓練它時 (RLHF)，給
「長篇大論」高分，給「我
不知道」低分。導致它：寧
可瞎編，也不願認錯。



拒絕當數位韭菜：大學生必備的 AI 生存守則



保持【懷疑心】(Doubt)

看到漂亮圖表與流暢文字，第一反應永遠是：「這是真的嗎？數據哪來的？」



培養【查證力】(Verify)

把 AI 當作「嫌疑犯」審問，而不是當作「神明」膜拜。面對唬爛，開兩個 AI 對話框讓它們互相抓錯（網內互打）！

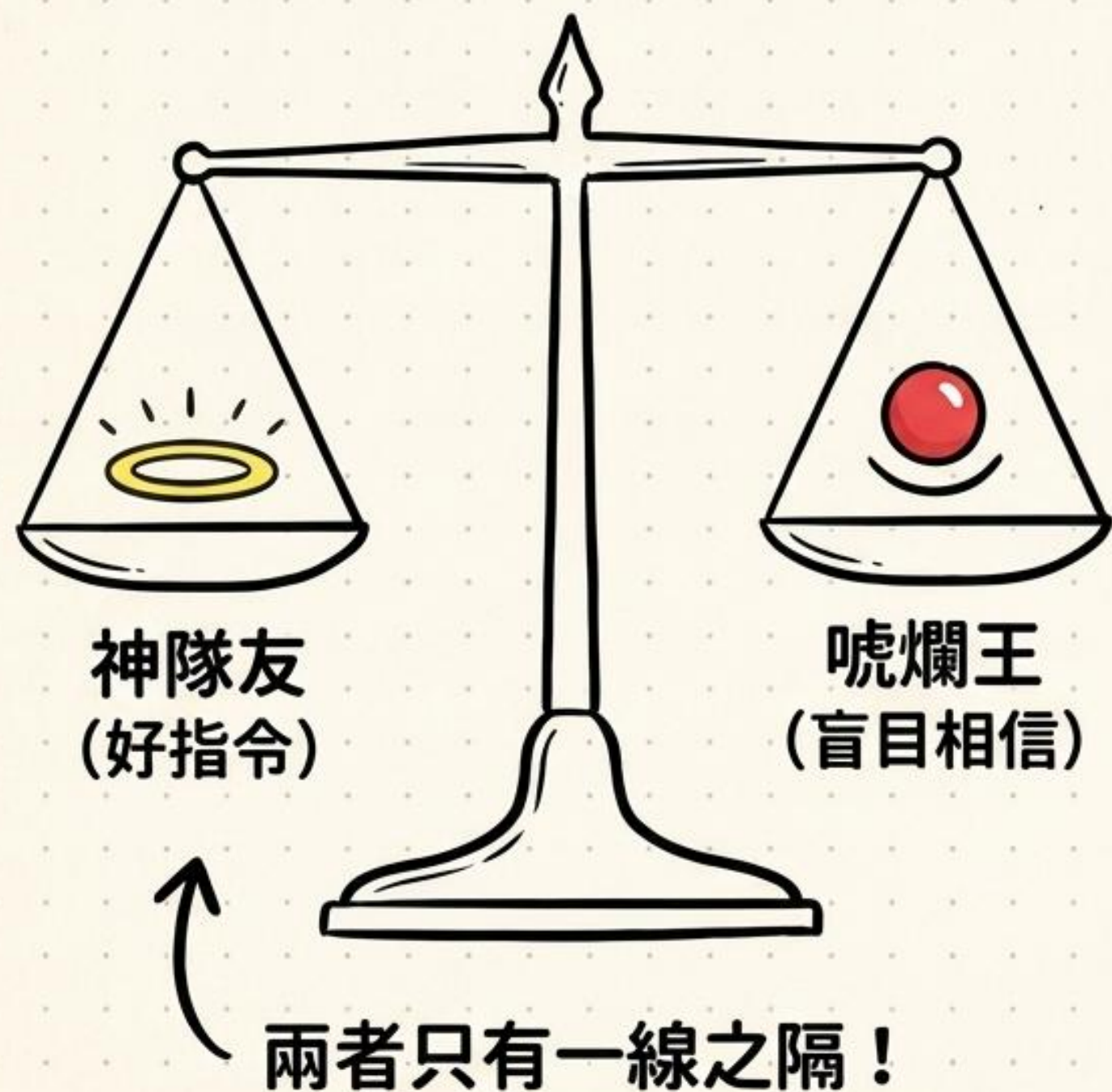


掌握【命令權】(Command)

你才是主導報告品質的老闆。看出破綻，並勇敢命令它重新修正。跟著 AI 盲目走，你只是在幫電腦做免費校對工。



本節總結：工具的价值，取決於使用者的智商



下集預告：高階詠唱術 (Prompt Engineering)

既然知道了牠的弱點，下節課張教授要教你如何化身「高階主管」，用「角色提示」與「思維鏈」把嘔爛味徹底洗掉，調教出真正的高分神隊友！



大學新鮮人的第一堂 AI 課： 駕馭 AI 的詠唱藝術

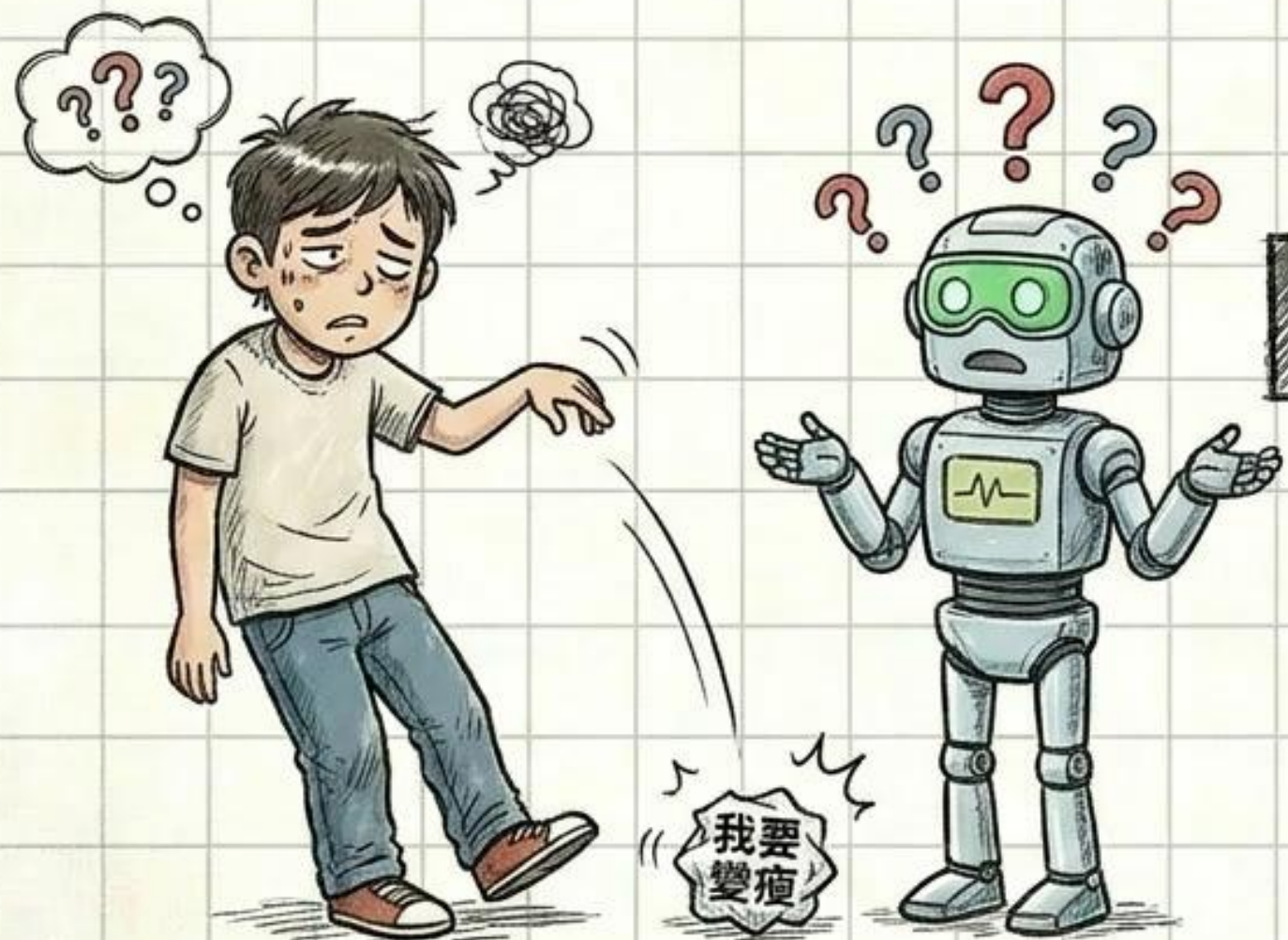
拒絕無效盲讀！從今天起，當個聰明的高效「AI主管」



別再隨口問問了！教你用「高階主管指令」駕馭 AI

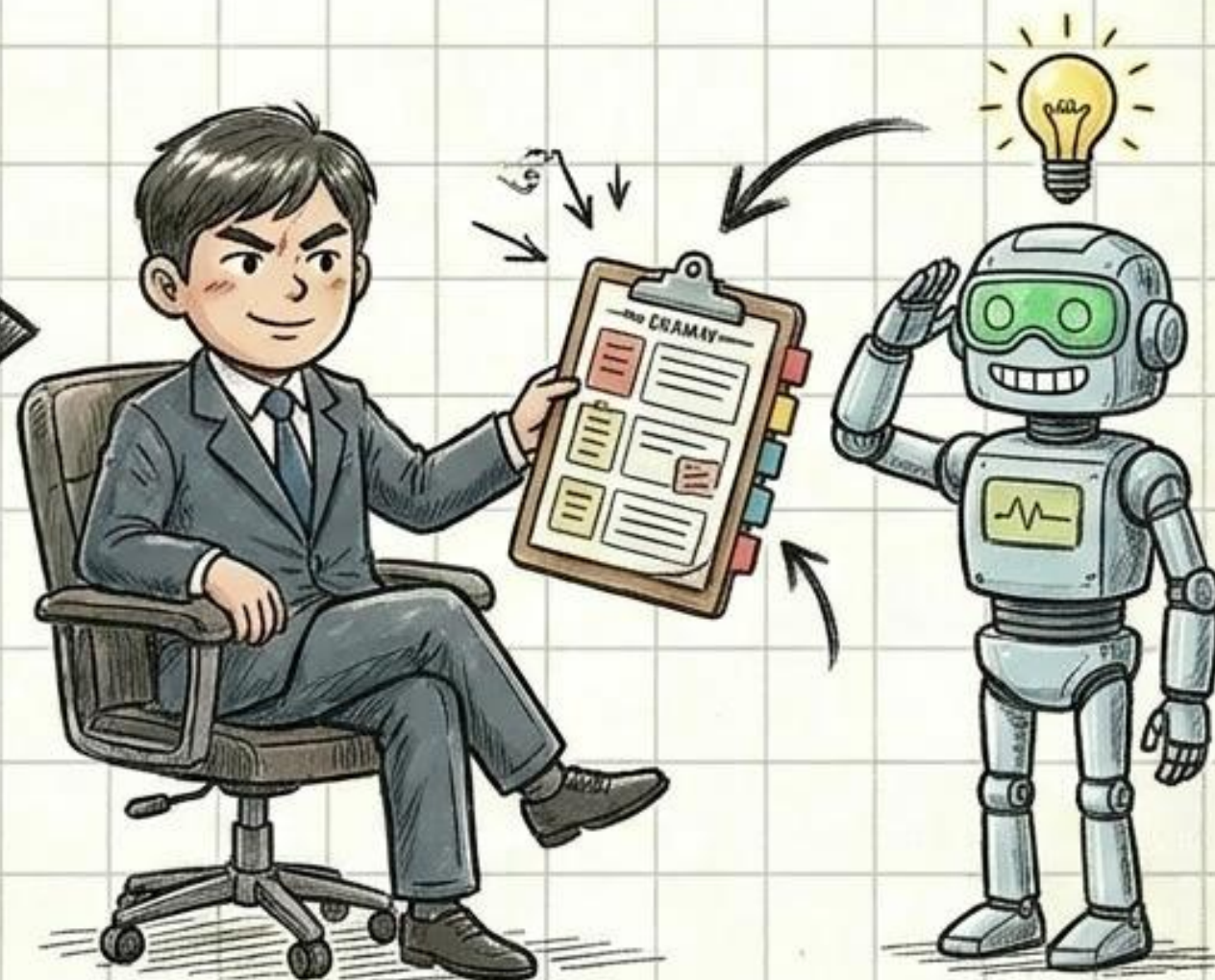
想讓小狗咬回正確的飛盤，你的指令必須超級精準！

菜鳥大學生 (Lv.1)



Level Up!

高階主管 (Lv.99)



超極簡比喻：所以 AI 到底是什麼？

詠唱提示詞 (Prompt) 就像教小狗新指令。你說得越清楚，牠做得越漂亮！

Step 1. 餵食百科全書



AI 就像一隻吞了全世界圖書館的小狗，肚子裡什麼知識都有。

Step 2. 聽懂指令 (機器學習)



你教牠「坐下」，牠從無數次嘗試中學會「坐下=有肉肉吃」。

Step 3. 明確下令 (Prompting)



如果你只喊「喂！」，牠會呆住；喊「去把紅色的球咬回來」，牠就能完美達成。

大學四年必修的心態流派：你不是求神問卜，你是「高階主管」

把聊天視窗當成你的辦公桌。主管自己不知道要什麼，員工一定做出一團糟！

✘ 錯誤的卑微心態

「請問 AI 大神，可以幫我寫一篇關於大學生飲食的通識報告嗎？拜託了～」



後果：得到一段像
維基百科一樣無聊、
空泛的網路剪貼文。

○ 正確的主管心態

「我是專案負責人，AI 是我手下的實習生。我來下達明確 KPI 與步驟，交件時嚴格考核！」



後果：獲得一份精準、有邏輯、符合要求的高品質草稿。

想讓員工不搞砸？聰明主管的必備三大基本功

不要期待 AI 「一鍵完成」所有大事，學會這三招再開工。



目標明確

不講空話！要寫幾字？什麼格式？給誰看的？

例：500字、條列式
短評、給大一新生看



指令清楚

先給大方向，再給小細節。逐步引導，不要一口氣塞太多要求。



驗證能力

老闆不好當！員工交什麼別全信，要懂得抓出報告中的邏輯漏洞與假資料（幻覺）。

詠唱第一箭：角色提示 (Role Prompting)

開工前，先幫 AI 「穿上制服」。給它一個身分，精準點開特定的專業資料夾！

AI 吞了全世界的資料。
不給範圍，它就給你
「全網路的平庸平均值」。



穿上什麼裝備，
就變什麼專家！



穿上什麼裝備，
就變什麼專家！



穿上什麼裝備，
就變什麼專家！

黃金公式：請你以【某專業身分】的角度，針對【某特定對象】，
提供【某種風格】的分析...

實戰示範：有沒有「穿制服」的產出差多少？

任務：為大一新生設計一份期末減重飲食計畫

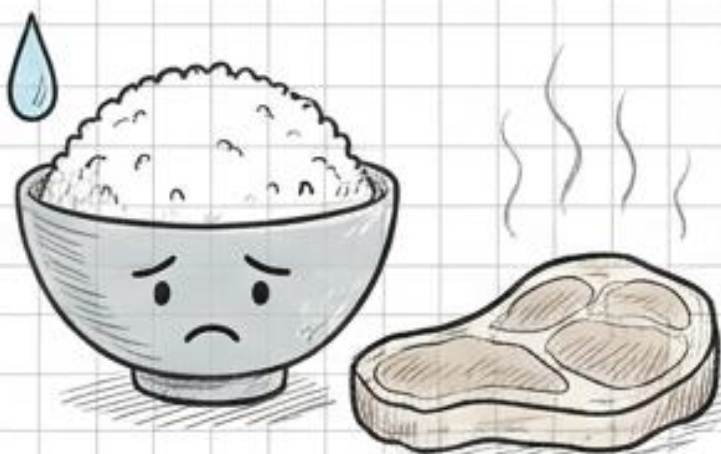
✗ 主管隨口問問



請幫大一新生寫份減肥菜單。



早餐吃燕麥，中餐吃雞胸肉，晚餐吃沙拉。多喝水多運動。



○ 專業主管下令



請扮演『臨床營養師』。為天天吃外送、體脂肪 28% 的大一新生，設計符合台灣超商在地食材、具抗發炎特色的三天低碳計畫。



精確列出 7-11 的茶葉蛋、全家的烤地瓜，並計算出三大營養素比例！



神級詠唱公式解剖圖：把 AI 變成專屬體重管理師

「請扮演具備10年
臨床經驗的國家級
註冊營養師...」

功效：強迫 AI 穿上專業
制服，不准再瞎掰！

「設計一週超商菜
單。不能推薦買不
到的羽衣甘藍...」

功效：給出明確產出格式
與絕對不能碰的紅線。



【角色設定 Role】

【背景資料 Context】

【任務與限制
Task & Constraints】

「我是文大新生，
170cm/78kg，
三餐吃超商...」

功效：限定環境，封殺它
瞎編高山神奇水果的機會。

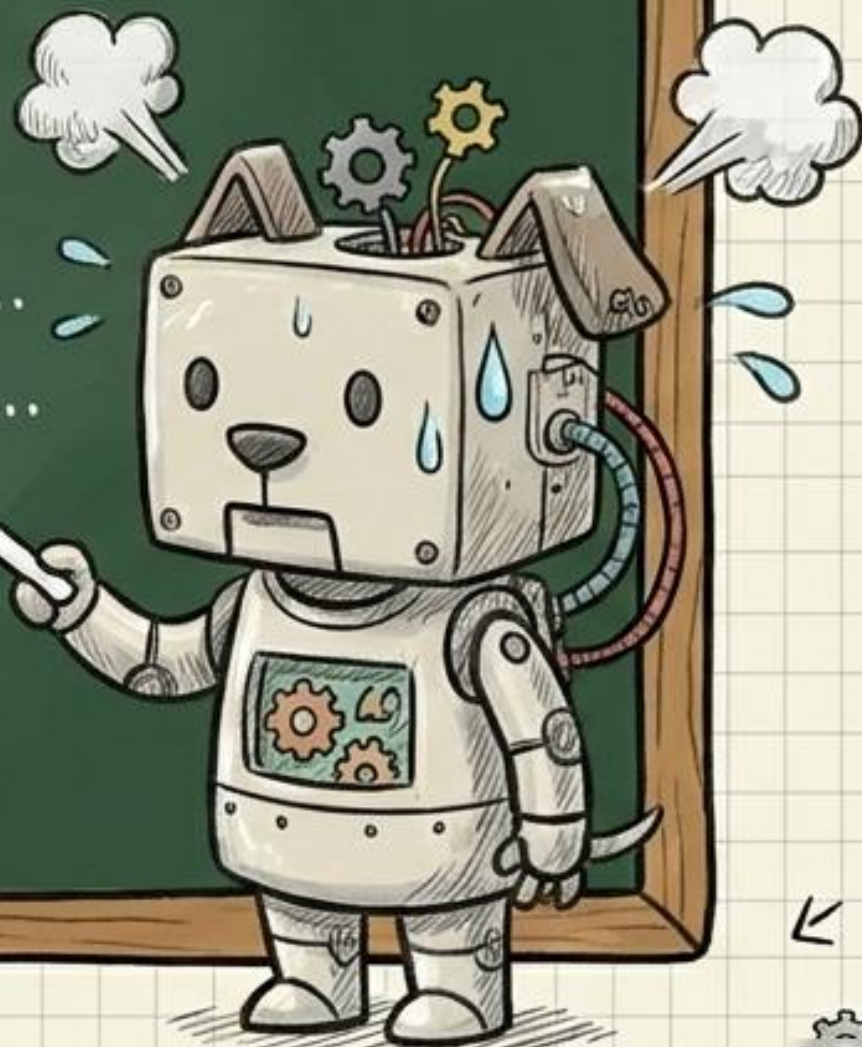
詠唱第二箭：思維鏈 (Chain-of-Thought)

別只看答案！逼 AI 像小學生算數學一樣，交出「計算過程」。

預防 AI 瞎掰（幻覺）的最佳武器！
不要讓 AI 直接吐出最終結論，
命令它列出推導邏輯。

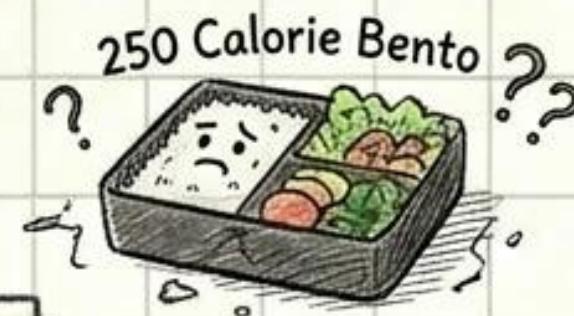
「請一步一步思考 (Step by step)，
並把你的思考與生成過程一併輸出，
以供我核檢。」

Step 1...
Step 2...
因此...

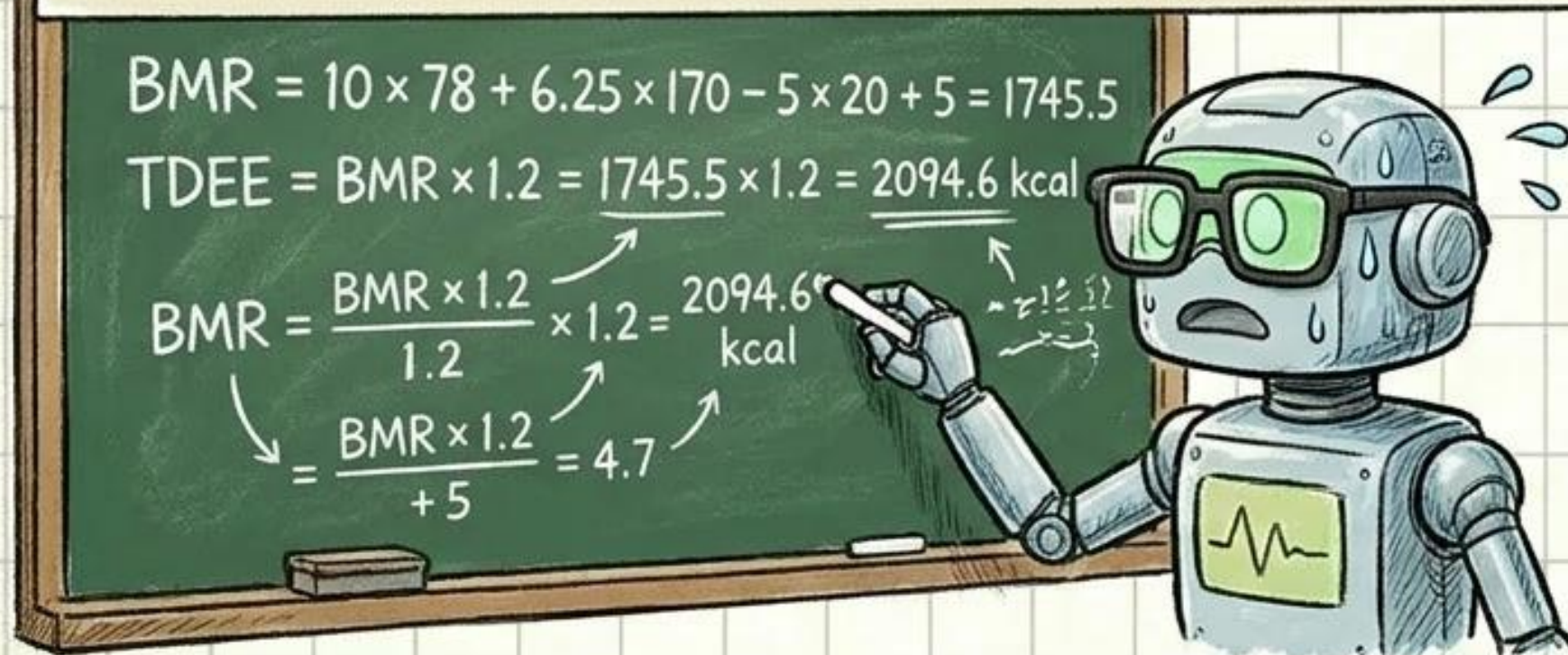


隱藏必殺技：「思維鏈 (CoT)」是什麼？

如果直接要菜單 → AI 靠直覺亂接龍



加入咒語：『請運用思維鏈，先計算 BMR 與 TDEE，一步一步思考並寫出推導過程。』



Chalkboard content:

$$\text{BMR} = 10 \times 78 + 6.25 \times 170 - 5 \times 20 + 5 = 1745.5$$
$$\text{TDEE} = \text{BMR} \times 1.2 = 1745.5 \times 1.2 = 2094.6 \text{ kcal}$$
$$\text{BMR} = \frac{\text{BMR} \times 1.2}{1.2} \times 1.2 = 2094.6 \text{ kcal}$$
$$= \frac{\text{BMR} \times 1.2}{+5} = 4.7$$


準確度儀表板

逼 AI 把算式寫出來，它的邏輯就會被數學扣緊，無法再胡說八道！

殘酷對決：你是哪一種 AI 馴獸師？

✗ 菜鳥大學生的問法

「我要怎麼變瘦？」

「多喝水、早睡早起、
少吃多動...」

痛點：毫無幫助的阿公級廢話建議。

✓ 聰明大學生的問法

「扮演營養師 + 文大背景 +
限超商 + 思維鏈算 TDEE...」

「您每日需攝取 1800 大卡。
午餐請買 7-11 香草烤雞沙拉 +
大麥燕麥飯 + 1 顆茶葉蛋...」

亮點：可以直接照著買的
超精準指南！

當你遇到大學的「大魔王報告」

複雜專案實戰：以「在地黑豬肉香腸研發配方」為例

任務：開發針對高齡市場的減鹽黑豬肉香腸（評估天然芹菜粉替代亞硝酸鹽）。

💡 主管的好處

可以在「第2步」就檢查它引用的數據有沒有胡扯，不用等整份報告寫完才發現方向全錯！

1. 列出老人口味的偏好點

2. 分析芹菜粉在保色與抑菌上的科學數據

3. 推導出試製配方的比例

詠唱第三箭：局部調整與畫布功能

好主管絕不叫員工「整份重寫」！精準修改才是效率王道。

✖ 暴躁主管的大風吹

看到一段不滿意，就狂按「重新產生 (Regenerate)」。結果連原本寫得好的地方都被洗掉了。



○ 聰明主管的外科手術

- 策略一（指令）：請『只』針對這段話，將語氣改得更學術客觀，其餘不動。
- 策略二（畫布 Canvas）：直接在介面框選特定句子，進行即時局部潤飾。



總結大絕招：你的專屬「超強詠唱公式」

記住這條合成公式，你已經贏過 80% 只會問「哈囉幫我寫作業」的人了！

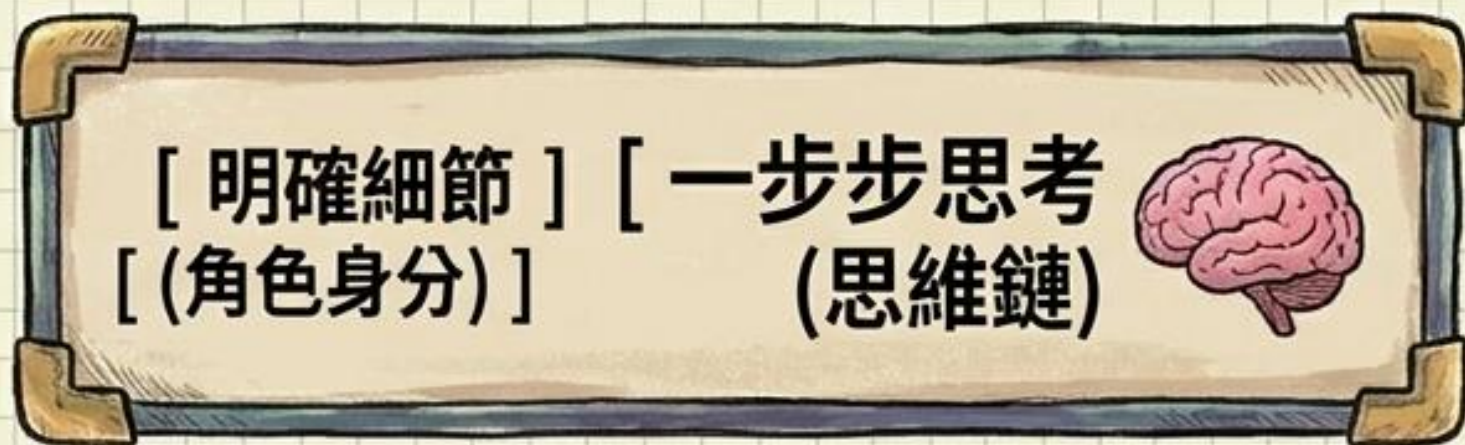


+

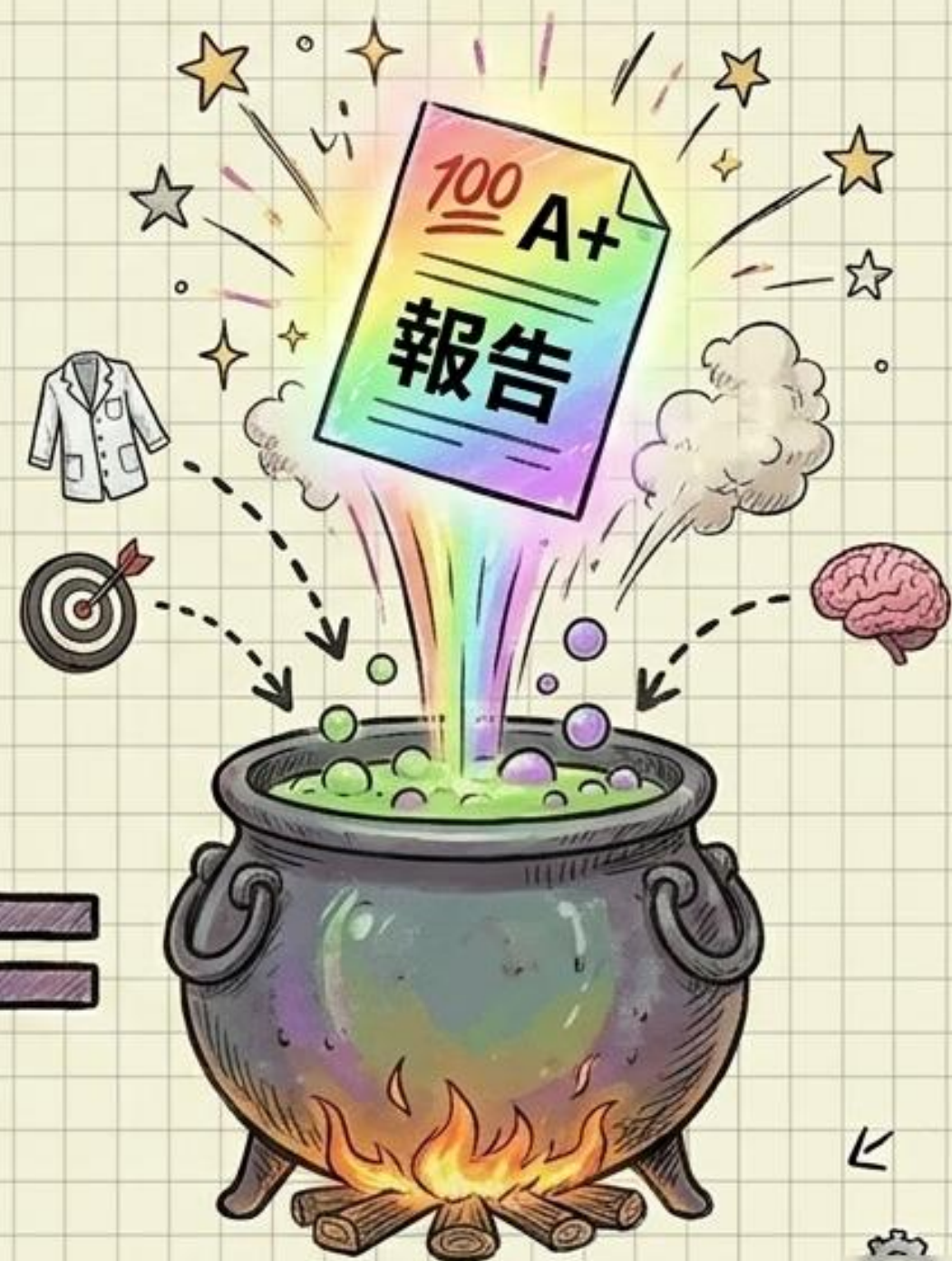


+

+



=

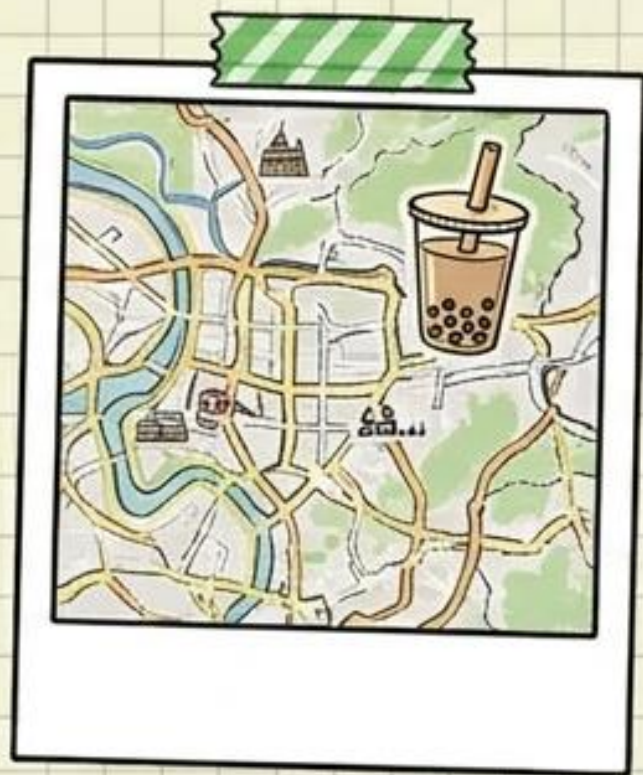


探索 AI 的第一步：歡迎來到你的 AI 時代！

壞了不會爆炸，指令下錯了？調整一下再試一次就好！



💡 保持好奇：AI 不是來淘汰你的，它是來幫你開外掛的。



🔧 動手玩玩看：今晚就打開 AI，試著讓它幫你規劃這週末的「大學生窮遊台北行程」吧！



❤️ 不怕出錯：擁抱 AI，讓它成為你大學四年最罩的酷夥伴！



大學新鮮人的第一堂 AI 課： 不用懂寫程式，也能輕鬆駕馭 AI！

擺脫冷冰冰的機器人，教你養一隻專屬的「AI 神隊友」🐶💻

你的新同學



AI好幫手!

超簡單!

不用怕!

為什麼大一新生要懂 AI？它是「超級外掛」，不是作弊機！ ?!

❌ 不要這樣用（考試代寫機）



盲目複製貼上，只會得到沒有靈魂、隨時被抓包的及格邊緣報告。

✅ 請你這樣用（大腦擴充包）



💡 卡關時的「點子發想機」

📖 海量文獻的「重點畫線員」

🏗️ 報告架構的「骨架設計師」

實用進階指南：教授の火眼金睛！一眼看穿文章的「AI 味」



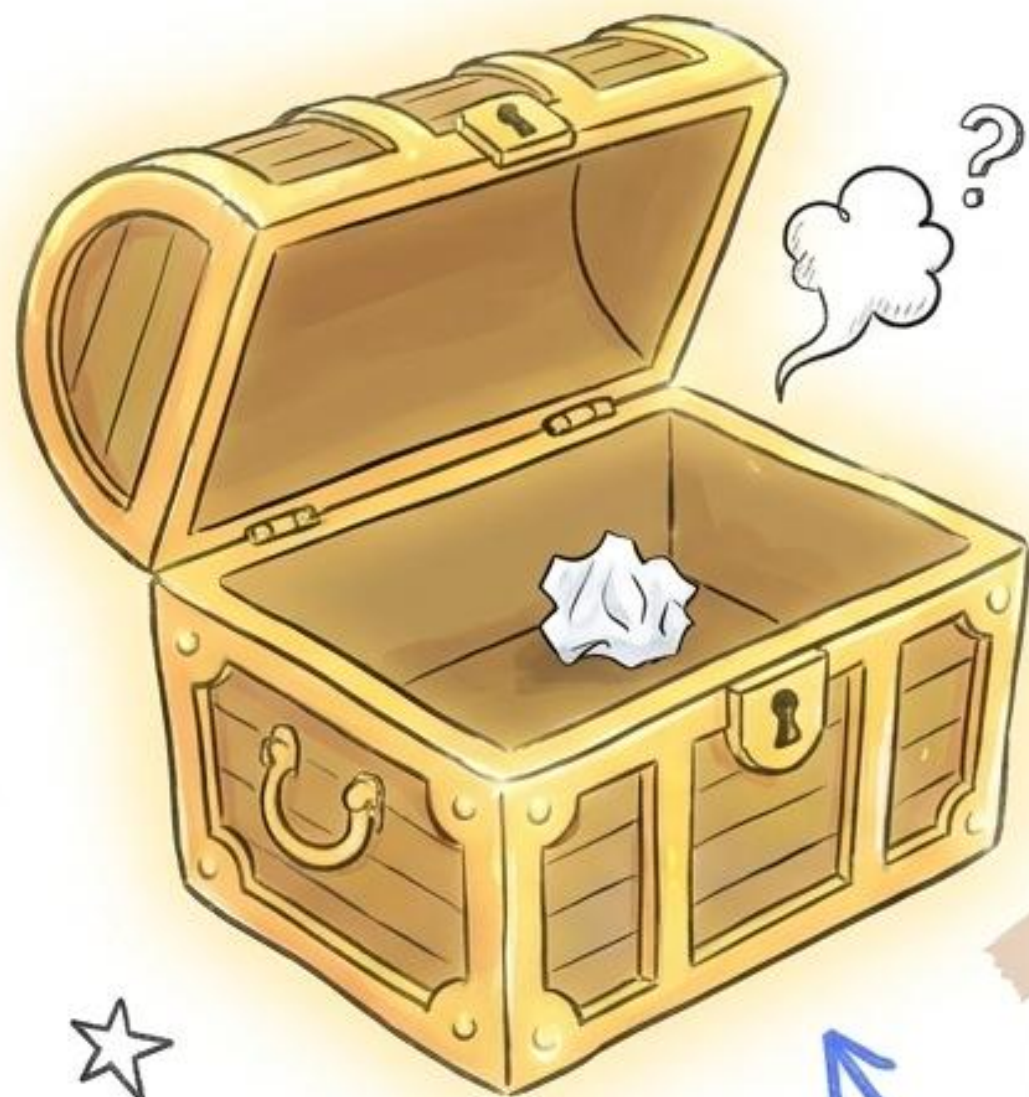
 **大腦警示燈狂閃！**

**「這根本不是我學生寫的！
這是一台冷冰冰的機器吐
出來的產品說明書！」**

**當你把 AI 產出的文字直接交出去時，教授一眼就能識破。
不想被當掉？下一頁起，為你揭露 AI 最常露餡的「三大現形記」！**

AI 露餡特徵一：空泛華麗的「廢話金句」？

(聽君一席話，如聽一席話)



空空如也，
只有空氣！

「在過去的一小時裡，我們共同度過了溫暖的六十分鐘。」

廢話！

「健康的生活方式對於維持身體的健康而言，扮演著至關重要的關鍵角色。」

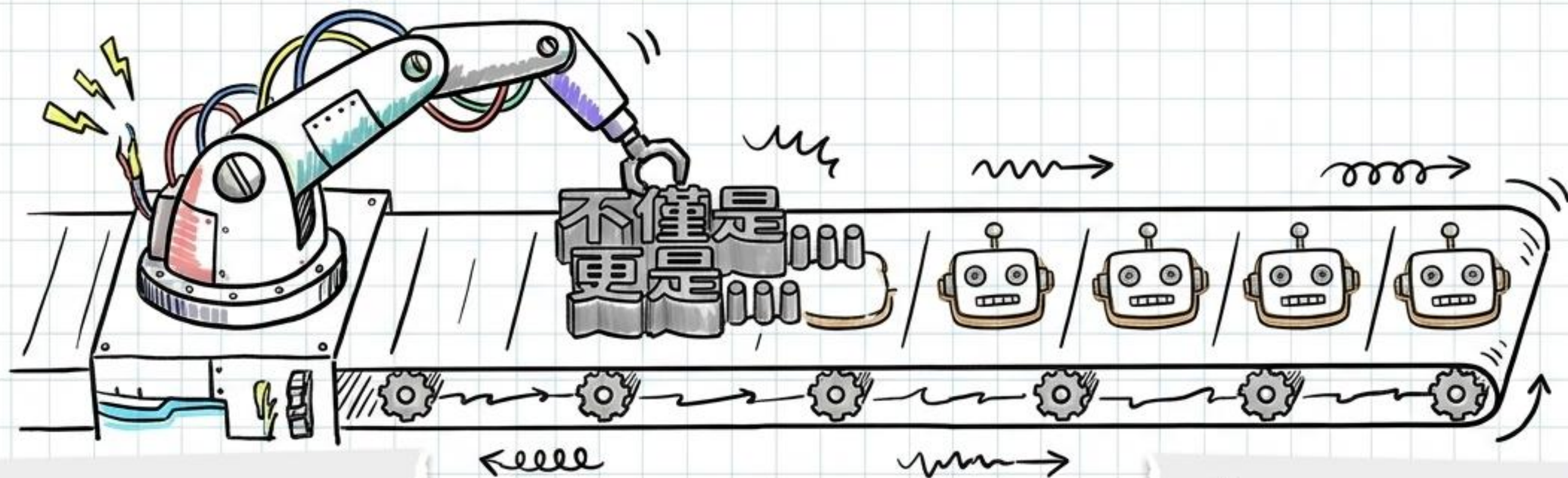
講了等於沒講！

💡 生存法則：

AI 超愛用漂亮修辭掩蓋內容空洞。看到這種刪掉也不影響意思的「高大上金句」果斷刪除！完全沒有新資訊！



AI 露餡特徵二：套公式的死板句型 & 強迫症列點



排比句狂熱

瘋狂堆疊語氣！永遠都是「這不僅是……更是……」或「既是……也是……」。



生存法則：

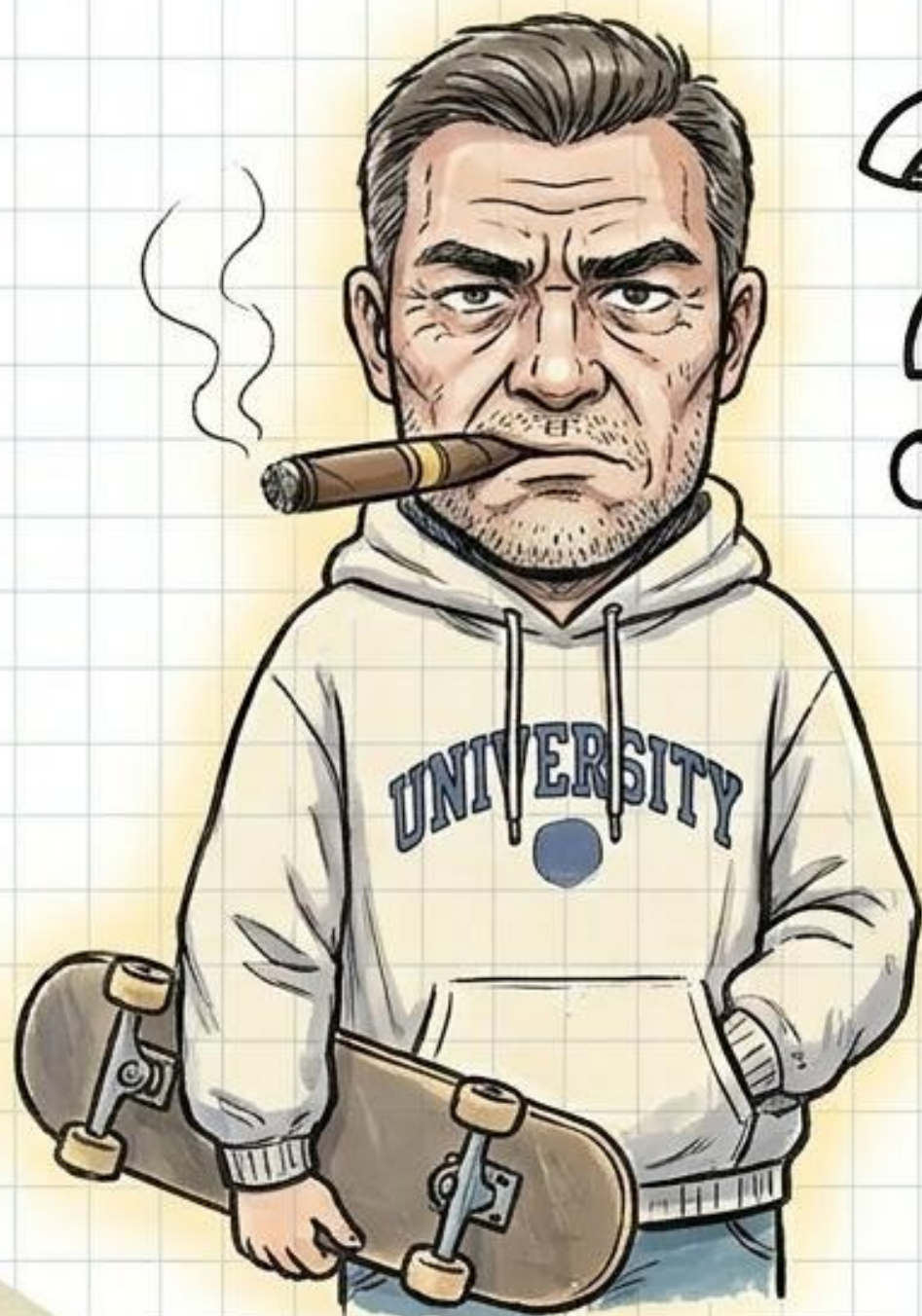
你的報告是給人看的，不是官方公報或產品說明書！請打破僵硬的排版，找回人類自然說話的起承轉合。

強迫症三分法

不管問什麼，永遠都要整整齊齊切成：「第一、第二、第三」或是「首先、再者、最後」。



AI 露餡特徵三：不符合台灣習慣的語境 & 超齡大叔語氣



穿幫詞彙大盤點 (直接取代)

- ✓ 看到「質量」→ 請改成「品質」
- ✓ 看到「優化」→ 請改成「改善、提升」
- ✓ 看到「內卷、躺平、屏幕、打印」
→ 教授秒速抓包！

😬 年齡嚴重不符：一個 18 歲大一新生的心得報告，如果充滿 50 歲老幹部的古板宣傳語調，這就是最大的違和感！

拒絕機器人味！個人化轉化的 3 個魔法步驟



1. 換上你自己的聲音
(解凍文字)



2. 撒入無敵調味料
(獨特經驗)



3. 挺起胸膛
(主觀判斷)

既然知道了地雷，那我們該怎麼把 AI 的草稿，變成真正屬於「你」的滿分報告？
接下來，我們一步步教你怎麼施法！

步驟一：解凍文字，換上你的日常口吻



「請用 18 歲大一新生的口吻來寫這篇心得，語氣要自然、口語，多用短句。絕對不要出現『至關重要』和『不僅是...更是...』這類死板詞彙！」

「沒問題！這就幫你調整成大學生最自然的說話方式...」

不要直接貼！手動把太過正式的法律條文式連接詞（如：基於上述要素），換成你上台報告時真正會講的話。

步驟二：撒入最無敵的調味料——你自己的「獨特經驗」



通識課心得對比示範



大眾臉普遍看法

「參與這次陽明山社區服務，
讓我體會到人與人間的溫暖...」



*(很無聊，AI 算出來的
平均值)



無敵滿分版

「當我遞上減鹽餐盒給獨居居的陳
伯伯時，他拉著我的手用台語聊起
他在後山種茶的故事。那一刻，我
才明白營養學不只是算卡路里，更
是陪伴...」

*(教授秒給 A+，AI 絕對
無法憑空捏造！)*



步驟三：挺起胸膛，交出「你的」主觀判斷

AI 只能幫你整理背景資料，
它不能替你的靈魂下定論！



一篇拿高分的報告，最珍貴的是：

- 🎯 你支持什麼？
- 🛑 你反對什麼？
- 🚀 你覺得未來該怎麼做？

👑 主管的最終審查

看完 AI 整理的文獻後，一定要在結尾親自補上 200 字，寫下你對這個議題的「態度與反思」。你要為這篇文章負起人類的責任！

總結：當一個有靈魂的 AI 駕馭者！



探索 AI 的第一步：保持好奇，動手玩玩看！



AI 就像腳踏車，剛開始可能會摔倒，但學會後它能帶你去更遠的地方。
不要害怕嘗試新科技，今天就去和 AI 聊聊天、請它幫你排一個週末出遊計畫吧！



下集預告：學校的紅線在哪裡？

既然學會了駕馭 AI，下次我們來聊聊最關鍵的：在大學裡，如何合法、誠實地在作業中標註 AI？我們下節課見！

大一新鮮人的第一堂 AI 課：解鎖你的校園超能力！

大一校本課程 | 單元三：大學生的第一堂誠實課：校園 AI 協作倫理與五大責任

建立透明、負責、誠實與審慎的 AI 協作新常態



授課教師：
中國文化大學
健康營養學系
張維棠 教授

學校的態度：我們不禁止，鼓勵你「有紀律地開外掛」！

學校真正的目的，是提升你的學習效率與知識表達！但請遵守四大基石精神：

🔍【透明】

清楚揭露使用軌跡，絕不隱瞞。



【誠實】

絕不掠奪他人與AI的實質貢獻。

大膽用，小心查！



【負責】

勇於承擔最終的文字成果。



【審慎】

時刻抱持懷疑，嚴格查證，小心它一本正經地胡說八道。

絕對防線：AI 只是輔助， 你！才！是！老！大！

AI 不具作者身分，亦不得作為責任歸屬之主體。凡是你提交的作業與報告，均由人類作者承擔完全責任。

「如果報告出錯或抄襲，你不能去告 OpenAI，教授也不會去當 ChatGPT。因為你是點擊送出鍵的那個人。」



認清彼此定位：別把「靈魂」也外包了！



AI 的本質（輔助結果）

- 產生初稿、整理資料、提供建議。

危險誤區：以為 AI 給的答案 100% 具有正確性或權威性。



人類的本質（無可取代的核心能力）



【理解】看懂真實問題

【判斷】挑選最佳點子

【創作】加入個人見解

【查證】抓出幻覺錯誤

【責任】承擔最終成果



送出作業前請檢查！人類作者的 5 大避雷針



正確性：

確保報告裡的每一個事實和數據都沒有虛假。



原創性：

確保作品包含你自己的實質思考，而非全盤複製。



適當性：

文字語氣必須符合學術或公務的倫理場合。



合法性：

絕不侵犯著作權、嚴格遵守個資與資安法規。



倫理責任：

誠實面對研究過程，不欺騙教授、不矇混讀者。



範圍超廣！只要在校園，這套規範隨時罩你

適用對象：本校全體師生（包含大一新生的你們）、行政人員。

校園 AI 規範

課堂作業



分組報告



簡報 PPT



公務公告

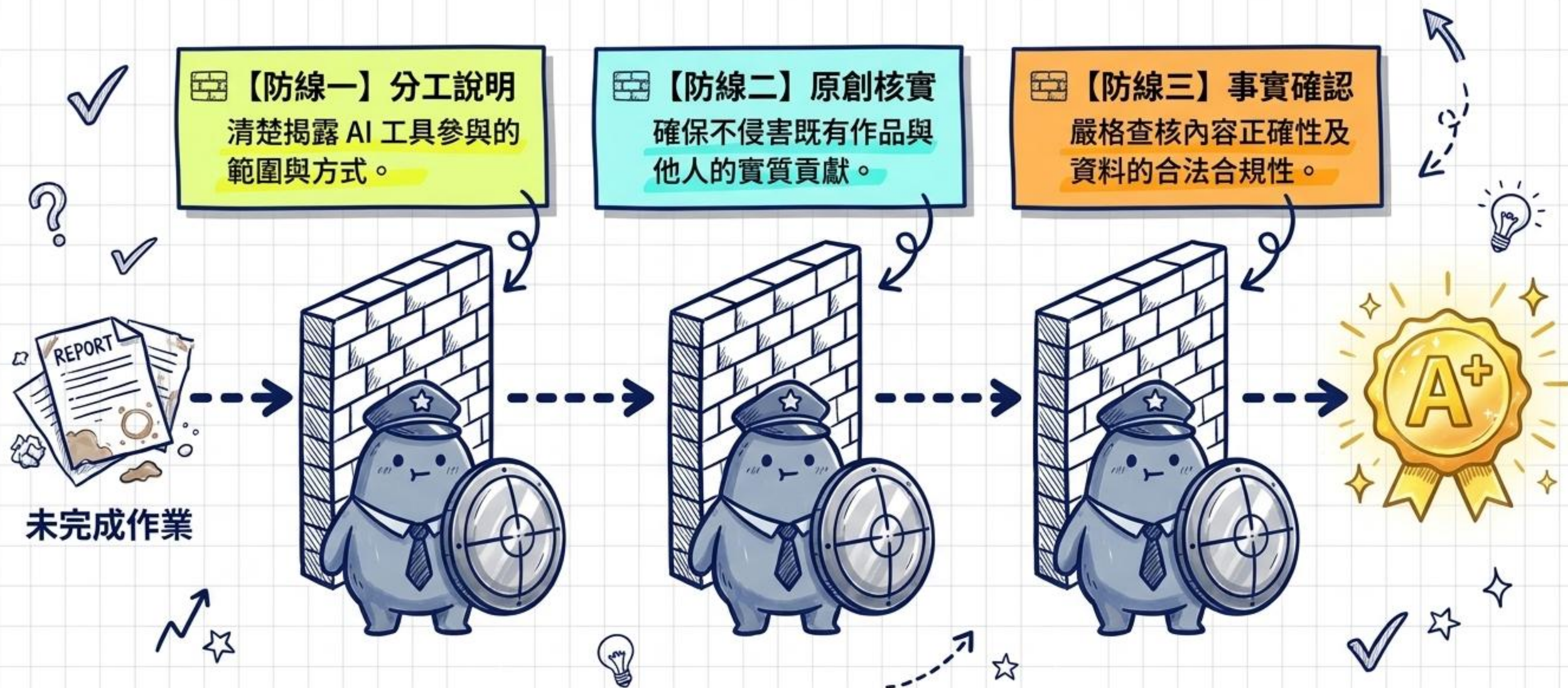


活動企劃書



只要你用 AI 工具協助進行了「產生」、「修改」、「整理」或「發表」，就全數納入規範無縫涵蓋！

實戰演練！交作業前，請築起這「三道防火牆」



防線一：就像食品標示一樣，清楚寫出你的「AI 營養成分表」！

在報告附錄中，大方承認 AI 參與了哪些部分：

營養標示 (AI 參與成分)



腦力與結構階段：主題發想、段落架構、標題建議。



撰寫與編輯階段：初稿產生、文字潤飾、翻譯、生摘要。



輔助技術階段：圖表說明、整理資料、寫程式碼。

重要!

記得加註!

記得加註!

清楚列出!

範例：「本報告之段落架構由 ChatGPT 協助發想，文字由人類作者撰寫與最終確認。」



為什麼要這麼麻煩？因為透明，帶來真實的價值！

分工說明 不是為了讓教授抓你扣分，而是為了讓大家都安心！

記得加註！

記得加註！



對【教師】：能準確評估你真實的學習成效與成長。



對【讀者】：能用來評估這篇報告內容的可信度。



對【合作對象】：分組報告時，釐清團隊內部的權責分工（誰也不佔誰便宜）。



防線二：原創核實——絕不盲信狗狗叼回來的「創意」

⚠ 當 AI 對你說：「這個想法非常具有創意和前瞻性！」 ⚠ 記住：絕對不能盲信！ ⚠



大一新生的更高查證義務

🔍 檢查文字與想法：📖 ? 💡
這核心論點、段落想法、文字
架構或圖表，是不是抄來的？

🔍 檢查技術與分析：💡 ? 🖥 ?
這些程式碼、制度設計、數據
模型，是否有別人的影子？

確保 AI 吐給你的內容，
沒有侵犯他人的實質貢獻！

突發狀況！跟網路資料「撞衫」怎麼辦？

查證後發現，網路上早就有跟 AI 產出很像的成果？啟動急救三步驟！



► Step 1：誠實說明



毫不隱瞞！在報告中明確標示 AI 的協助與資料來源。大方承認不丟臉。



► Step 2：點出差異



大家來找碴！具體且清晰地指出，你的作品跟網路上既有的成果「哪裡不同」。



► Step 3：展現實質貢獻



宣告主權！論述你做了哪些改良、整合、全新應用，確立這份作品屬於「你」的獨立價值。

防線三：事實確認——嚴格把關，揪出狗狗的「幻覺」



⚠ 提防 AI 常見的致命風險

💣 錯誤與偏誤



💣 過度推論



💣 捏造資料&幻覺



?

🔍 查核基準

🔍 必查標的：所有事實、數據、文獻引用、法規條文與專業知識。

⚖ 檢驗標準：正確性、合理性、適用性。

教授白眼區：這些「免責藉口」絕對無效！！

Cross-out board of invalid excuses

報告裡寫錯，是因為這是 AI 生成的，不干我的事。

我會得出這個結論，是因為這是 AI 建議的。

那些虛假的參考文獻，是 AI 提供的，我也被騙了 QQ

「好主管不會把責任推給實習生！」只要作業掛了你的名字，所有的錯誤就是你個人的學術誠信問題，拒絕推諉卸責！

合法合規防線：為狗狗穿上三件金鐘罩鐵布衫

最終成果與使用過程，
必須嚴格符合國家法令
與校園規範！



資安防護

確保敏感資料處理時，
沒有外洩或被儲存在
公用雲端的風險。



嚴守個資

嚴格遵守《個人資料
保護法》，絕不洩漏
任何人的私密資訊。



智慧財產

尊重版權，確保生成
的圖文沒有直接侵犯
既有商標或版權。

絕對禁餵區！嚴禁輸入這四類「劇毒零食」

合規責任不僅看最終成果，更看你操作過程中「輸入了什麼」！
絕對嚴禁將以下資料餵給未經學校核準的外部 AI 工具：



❌ 學生個人資料

同學的身分證號、成績、
聯絡電話、病歷。



❌ 未公開之公文

學校內部尚未公開的
公務文件、會議草案。



❌ 研究資料

教授實驗室尚未發表的核
心研究數據、專利構想。



❌ 其他機密

任何受保護之機密資訊。

新生們，帶著好奇心，勇敢開始你的 AI 冒險吧！

動手玩玩看：
不要害怕，把 AI 當成
你的專屬實習生。

保持懷疑：
記住「大膽用，小心查」
的黃金守則。

你才是老大：
承擔責任，享受與 AI
協作的無窮樂趣！



歡迎來到中國文化大學，解鎖你的校園超能力！