**桃園市** **114年度****「兒少3C過度使用之預防與教養研習與分享會」實施計畫**

一、依據

(一)桃園市高級中等以下學校學生安全健康上網實施計畫。

(二)桃園市114年度訂定手機與網路成癮校園處理指引研究計畫。

二、目的

(一)增進家長對孩子3C過度使用的危害知能。

(二)提升家長對孩子3C過度使用的辨識與成因的瞭解。

(三)強化家長對孩子3C過度使用的正向教養與親子溝通技巧。

三、辦理原則

(一)專業進修:聘請專家學者，講授家庭3C過度使用之危害、辨識、成因及其正向數位教養與溝通技巧。

(二)經驗分享:透過專家和家長經驗分享，深入瞭解家庭生活中孩子3C過度使用問題的原因與正向教養以及溝通技巧之要領。

四、辦理單位

(一)主辦單位:桃園市政府教育局

(二)承辦單位:亞洲大學 網路成癮防治中心

(三)協辦單位:桃園市家庭教育中心、桃園市臨床心理師公會

五、參加對象:高中以下各級學校學生家長。

六、辦理場次與訊息:

(一)第一場:線上研習，報名人數限制300人

1.日期:114年12月13日(六)

2.地點:MS TEAMS會議室，會議連結於報名後，由行前通知

寄一張含有 樣式, 正方形, 像素, 填字遊戲 的圖片

AI 產生的內容可能不正確。送

3.報名連結:https://forms.gle/Gi7L1e3whdwjJdRg7

12/13線上場報名QRcode →

(二)第二場:實體研習，報名人數限制120人

1.日期:114年12月14日(日)

2.地點:桃園市桃園區桃鶯路398號，住都大飯店-金龍廳

一張含有 樣式, 針線, 單色 的圖片

AI 產生的內容可能不正確。 3.報名連結:https://forms.gle/ZN6CwJCJMH56PKK58

12/14實體場報名QRcode →

4. 交通方式:

※自行開車:

1. 北一高:於桃園支線下→往桃園/鶯歌方向駛→至八德/鶯歌交流道下左轉→往福德一路到底→左轉→桃園方向駛→大約500公尺→加油站旁
2. 北二高:下八德/鶯歌交流道下左轉→往福德一路到底→左轉→桃園方向駛→大約500公尺→加油站旁

※桃園客運:

桃園往三峽方向265號公車,每隔10~20分發一班車在大

智路口站牌下(站牌在飯店門口)，(乘車地點在後火車

站)

※火車:

桃園火車站下車(可再轉搭計程車或公車到飯店),計程車

大約10~15分鐘左右

七、研習內容:12/13線上研習課程表如附件一，12/14實體研習課程表如附件二。

八、聯絡人: 研習課程問題，請洽亞洲大學網路成癮防治中心高嘉琳助理04-23323456#3606；研習報名問題，請洽本局承辦人。

九、研習講師簡介

(一) 12/13 上午講師:廖御圻 副教授

1.現職：亞洲大學心理學系副教授、網路成癮防治中心執行秘書、台灣腦心智發展與心理復健學會理事長、網路成癮防治學會理事。

2.經歷：成功大學腦心智健康與發展研究中心博士後研究員、衛生福利部嘉南療養院臨床心理科臨床心理師

3.專長：兒童與青少年神經心理功能評估與介入、注意力功能評估與介入、神經生理回饋治療。

(二) 12/13 下午講師:李依親 臨床心理師

1.現職：IEQ心理師團隊發起人、新田心理治療所副所長、桃園市特教專業團隊資深臨床心理師、桃園市臨床心理師公會常務理事

2.經歷：長庚醫院兒童心智科督導級臨床心理師

3.專長：兒童青少年心理治療、情緒團體治療、社交團體治療、社會情緒學習力培養、親職諮詢、情緒課程設計。

(三) 12/14 講師:柯慧貞 講座教授

1.現職：亞洲大學心理系講座教授、網路成癮防治中心主任及副校長、網路成癮防治學會創會暨名譽理事長。

2.經歷：

1. 獲頒國科會傑出獎與行政院全國反毒有功人士
2. 獲頒教育部青少年輔導計畫特殊貢獻獎
3. 獲頒教育部友善校園特殊貢獻獎
4. 獲頒中華民國教育學術團體優秀教育人員木鐸獎
5. 獲頒教育部優秀公務人員
6. 獲頒中華民國臨床心理師公會全國聯合會傑出人士貢獻獎
7. 曾任教成大醫學系精神科與公衛科，行為醫學所所長
8. 曾任台灣心理學會理事長
9. 曾任台灣臨床心理學會理事長。

3.專長：專研憂鬱自殺與成癮行為之心理衡鑑及心理治療與預防策略、近年致力於網路成癮防治工作，首創台灣關機戒網癮營隊，協助近400名青少年揮別迷網、蛻變成長。

十、經費:由桃園市政府教育局專款補助。

【附件一】

**114年12月13日(六)線上場次課程表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 日期 | 114年12月13日 | |
| 時間 | 講題 | 講座 |
| 8:30~9:00 | 簽到 | |
| 9:00~9:10 | 教育局長官致詞 | |
| 9:10~10:00 | 3C過度使用的危害?  注意力缺失?焦慮憂鬱?社交互動不良?衝動? | 亞大心理系  廖御圻 副教授 |
| 10:00~10:50 | 案例分析:  孩子手機與網路沉迷了嗎? |
| 10:50~11:10 | 休息時間 | |
| 11:10~12:00 | 案例分析:  為什麼孩子會沉迷3C? | 亞大心理系  廖御圻 副教授 |
| 12:00~13:00 | 中午休息時間 | |
| 13:00~14:40 | 如何預防孩子手機與網路沉迷?  -正向數位教養 | 新田心理治療所  李依親 副所長/臨床心理師 |
| 14:40~14:50 | 休息時間 | |
| 14:50~16:30 | 如何與手機與網路沉迷的孩子互動?  -有效親子溝通技巧 | 新田心理治療所  李依親 副所長/臨床心理師 |
| 16:30~16:40 | 簽退與回饋 | |

【附件二】

**114年12月14日(日)實體(住都大飯店-金龍廳)場次課程表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 日期 | 114年12月14日 | |
| 時間 | 講題 | 講座 |
| 8:30~9:00 | 簽到 | |
| 9:00~9:10 | 教育局長官致詞 | |
| 9:10~10:00 | 3C過度使用的危害?  注意力缺失?焦慮憂鬱?社交互動不良?衝動? | 亞大心理系  柯慧貞 講座教授 |
| 10:00~10:50 | 案例分析:  孩子手機與網路沉迷了嗎? |
| 10:50~11:10 | 休息時間 | |
| 11:10~12:00 | 案例分析:  為什麼孩子會沉迷3C? | 亞大心理系  柯慧貞 講座教授 |
| 12:00~13:00 | 美味的午餐 | |
| 13:00~14:40 | 如何預防孩子手機與網路沉迷?  -正向數位教養 | 亞大心理系  柯慧貞 講座教授 |
| 14:40~14:50 | 休息時間 | |
| 14:50~16:30 | 如何與手機與網路沉迷的孩子互動?  -有效親子溝通技巧 | 亞大心理系  柯慧貞 講座教授 |
| 16:30~16:40 | 簽退與回饋 | |