

# **「青少年幸福不迷網：無網路住宿心理營隊暨關機親子工作坊」 成果發表暨數位教養輔導研習會(實體與線上同步)**

## **壹、活動目標**

- 一、透過活動計畫的理念與策略分享，了解如何提升青少年健康上網與3C自控力的有效方法，成為科技自主人。
- 二、透過活動計畫的理念與策略分享，了解3C沉迷風險青少年的有效輔導策略。
- 三、透過青少年分享，鼓勵更多青少年自我探索與成長，活出最棒的我。
- 四、透過家長分享，鼓勵有效親子互動技巧運用，推廣親職教育。
- 五、呼籲社會重視網路沉迷議題的重要性，以及對「無網路住宿心理營隊/關機親子工作坊」設計理念、方法的了解與認同。
- 六、推廣「無網路住宿心理營隊」與關機親子工作坊成果，並將成果外溢。

## **貳、日期與實體地點**

- 一、日期：111年12月23日 ( 星期五 ) 09:30-12:00
- 二、實體地點：亞洲大學哈佛講堂A116 ( 台中市霧峰區柳豐路500號 ) 。

## **參、參與對象**

- 一、各公私立高級中學、各公私立高級職業學校之教師與學務輔導人員。
- 二、各直轄市及縣市政府教育局 ( 處 ) 學務輔導行政人員。
- 三、各縣市輔諮中心諮商/臨床心理師。
- 四、各縣市臨床心理師公會會員。
- 五、各縣市諮商心理師公會會員。
- 六、曾參與營隊與工作坊之家長與學員。
- 七、對網路沉迷輔導諮商有興趣之師生。
- 八、對3C教養與親子溝通技巧有興趣家長。

#### 肆、指導單位、主辦與合辦單位

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署。
- 二、主辦單位：中亞聯合大網路成癮防治中心、亞洲大學心理系。
- 三、協辦單位：台中市臨床心理師公會、台中市諮商心理師公會、全國家長團體聯盟、全國家長會、台灣網路成癮防治學會。

#### 伍、參與方式：

- 一、實體參與：場地限定50名。
- 二、線上參與：MS Teams視訊 200名，(報名後，行前通知另告知)。

#### 陸、議程

| 時間          | 活動內容  | 主持人/主講人                  |
|-------------|---|--------------------------|
| 09:30-10:00 | 報到  |                          |
| 10:00-10:10 | 長官致詞：教育部長官<br>亞洲大學副校長致詞:柯慧貞講座教授   | 廖御圻教授                    |
| 10:10-11:00 | 無網路住宿心理營隊/關機也幸福親子工作坊<br>的理念與策略分享：<br>3C 沉迷成因、有效輔導策略及<br>無網路/關機工作坊的設計理念與成效 | 廖御圻教授/<br>計畫主持人<br>柯慧貞教授 |
| 11:00-12:00 | 青少年與家長分享—<br>「我的蛻變與成長」「爸媽的大愛與終生學習」<br>嘉義高工 吳岳同學/吳建和先生<br>明道高中 吳丞祐同學/林美鈴女士 | 柯慧貞教授                    |

|  |                                       |        |
|--|---------------------------------------|--------|
|  | 專家學者、民間團體共同倡議<br>「正向管教 真幸福; 健康上網 好自制」 | 商予愷心理師 |
|  | 現場諮詢 Q&A                              | 廖御圻教授  |

## 柒、報名須知

- 一、報名日期：即日起至111年12月19日中午12：00。
- 二、報名連結：<https://forms.gle/7jq4kDyAFitL1d3r8>。

## 捌、聯絡窗口

中亞聯大網路成癮防治中心 高嘉琳助理（04-2332-3456 #3606）。