

學務處知識分享成果報告

單位	心輔中心	姓名	段亞新
活動名稱	網路成癮輔導工作坊		
假別/補助金額	公假 1 天		
活動期間	104 年 5 月 6 日起至 104 年 5 月 6 日止		
活動概述			
一、網路成癮個案之問題及評估 二、網路成癮個案之成因分析與預防及初步協助策略 三、網路成癮個案之戒癮認知、行為及預防復發技巧			
個人心得			
一、了解腦科學實徵研究來解釋網路成癮個案之成因。 二、了解預防青少年網路成癮的方式(如:約法三章、雙手機制、校內管制措施、提醒卡、使用時間設定裝置等)。 三、了解對於非志願個案，如何以動機增強輔導，處理個案的阻抗。 四、了解網路成癮的改變歷程及各階段的輔導策略。 五、不只是個別會談，亦可結合家族治療及支持性團體的聯合協助。			

註：請用標楷體 12pt 字體繕打。於活動結束後兩週內交至各單位精實小組人員處彙辦。