

拒絕學童網路成癮--五大層次輔導對策

Google 與兒童福利聯盟文教基金會（簡稱兒盟）聯手公佈國內兒少網路安全調查報告指出(2014年2月19日)，近5成兒少天天上網，兒少每週上網時間平均16.1小時，近3成週間每天上網時間至少3小時，假日每天連續上網比例更達到8成，近3成假日平均上網時間至少5小時，顯示上網已成為兒少課後或假日休閒時間的主要休閒活動；兒童、青少年上網行為以社交網路最高，比例高達55%，其次為玩遊戲，比例也有5成之多，看影片、聽音樂、聊天交友，查資料寫作業比例最低。

網路成癮（Internet Addiction Disorder，簡稱IAD），是由精神科醫師Ivan Goldberg在1995年提出的概念，是指對於上網所帶來的快感會有一種心理與生理上的依賴。Griffiths（1998）指出「網路成癮」是一種伴隨著忍受性、戒斷性症狀並因而造成一些社會性活動，如人際關係干擾的社會心理之偏差行為。網路當中的聲光刺激和虛擬互動，讓心智尚未成熟的學童難以判斷網路中的真假訊息，只要手指輕點滑鼠兩下便進入另一個空間，一不小心就會陷入網路世界的陷阱迷失其中，輕者沈迷荒廢學業，重者成癮走上歧路，為避免學童對3C產品上癮，本處研擬五層次的輔導對策，以建立網路健康使用習慣為立基，連結學校三級輔導機制，並在各層之間設置「預警」功能，期能有效防範並輔導學童網路沉迷甚或成癮現象，茲將五層次輔導對策簡述如下。

一、第一層：預防宣導--建立網路健康使用習慣層次

（一）宣導目標：

- 1、建立學童建立正確的網路健康使用習慣。
- 2、加強學生資訊安全素養教育。

（二）宣導方式：

- 1、設計相關主題之融入式課程，提升網路健康使用習慣：如網路使用的禮儀規範、網路交友、網路安全、網路交易、網路法律、資訊識讀、網路霸凌、網路沈迷及流連網咖現象等議題，將相關的網路健康使用習慣之主題融入學習課程。
- 2、鼓勵健康休閒，規劃辦理健康多元之課後學習活動：包括多元社團

活動、課後照顧等，讓學童能多方面培養興趣和技能。

3、定期舉辦校園網路成癮防治議題活動：如辦理師生繪圖競賽活動及教案甄選，宣導正確使用網路之觀念。

4、加強宣導電信業者時間管理訊息服務，以協助學童做好健康又安全的網路使用管理。

二、第二層：教師增能--強化學校各級輔導人員辨識能力層次

強化學校內各級輔導人員對網路成癮的辨識能力，辦理各類教師輔導知能研習、輔導教師督導團體、全縣個案研討會，融入「網路成癮」議題，進行概念性之課程宣導與實務性的案例分析研討。

已辦理或預定辦理的各場次如下。

辦理時間	辦理項目	場次	對象
103.07	教師基礎輔導知能研習	3	縣內非輔導相關系所畢業或未曾參與過輔導知能研習之國中小輔導教師或認輔教師，預計150名
103.04~ 103.05	輔導教師督導團體(初階1) 輔導教師督導團體(進階1)	5 5	縣內專兼任輔導教師預計100人 1.每場次6週，隔週進行實務性團體督導。
103.10~ 103.11	輔導教師督導團體(初階2) 輔導教師督導團體(進階2)	5 5	2.初階後評估接受進階督導。
103.11	全縣個案研討會	3	輔導相關人員參加(請以輔導主任、輔導組長或輔導教師為先。)每場次60人為限

三、第三層:友善校園--初級發展性輔導

啟動友善校園管理機制，重視學生個別性的差異與需求；教務系統檢視學業表現異常退步學生，予以建檔與追蹤；學務系統建立學生身心狀況觀察與缺、曠課追蹤預警檔案；輔導系統針對高關懷學生進行個別或團體輔導；教訓輔齊力追回中輟學生並協助適應學校生活，落實本縣「六零教育」的目標，也就是「零拒絕、零體罰、零歧視、零障礙、零污染」的友善校園學習環境。

辦理時間	辦理項目	場次	對象
每季一次	中輟評估會議	4	高危險群學生與中輟學生（將網路沉迷與網路成癮納入檢視要項）

四、第四層:篩選評估--二級介入性輔導層次

透過教師課堂觀察、家長告知或同儕回報，俾得以早期發現並及時預防網路沉迷的發生，並藉由「網路成癮量表」（陳淑惠，2000）篩檢，對有網路成癮之學生進行二級介入性輔導，其策進作為如下。

(一)協助學校輔導人員進行篩選及因應策略諮詢

辦理時間	辦理項目	場次	對象
103.01~ 103.12	心理師到校諮詢	不拘	各校輔導室及輔導相關人員（由輔導室視需求中心提出申請，由專輔人員提供相關因應策略、適合之篩選工具及資訊。）

(二)協助學校輔導室進行追蹤輔導

辦理時間	辦理項目	場次	對象
103.01~ 103.12	學校輔導工作執行狀況統計	不拘	各校輔導室及專兼任輔導教師（統計學校輔導個案數以瞭解執行狀況）

(三)提供網路成癮者之重要他人相關，如教師、父母的諮詢及親職教育

辦理時間	辦理項目	場次	對象
常態性	安心專線電	不拘	針對撥打「安心專線」提出有關網路

	話諮詢 (8357885)		成癮問題之親師生，提供相關親職教育諮詢服務。
--	------------------	--	------------------------

五、第五層：轉介治療--三級處遇性輔導層次

針對網路成癮情況較嚴重個案，則連絡輔導網絡資源，進行專業對話，將其轉介至本縣學生輔導諮商中心、或其他專業輔導機構以及醫療體系，進行三級處遇性輔導，其辦理策進作為如下。

(一)轉介學生輔導諮商中心：按學生輔導諮商中心轉案流程，經過評估、定期諮商處遇計畫、進行個案研討及資源整合，並在結案後進行追蹤輔導。

辦理時間	辦理項目	場次	對象
常態性	專業諮商服務	不拘	針對各校轉介之網路成癮問題嚴重的學生進行諮商處遇，並列案管理、追蹤。

(二)連結醫療系統提供協助：若網路成癮狀況已嚴重影響生活作息及其正常功能，連結醫院精神科與心智科提供矯治性治療。

(三)積極運用社區與校外資源（包括教育、醫療、警政、司法、社福等社區資源）以推動學區之網路成癮防治與輔導計畫。

辦理時間	辦理項目	場次	對象
常態性	三級個案研討會議	不拘	針對各校轉介學生中，網路成癮問題嚴重之學生(case by case)召開個案研討會
常態性	輔導網絡會議	視狀況	連結各類資源網絡單位及學校

綜上所述，為因應校園學童網路成癮問題日益嚴重，本處參考中外文獻與專家學者之意見，研擬此五層次輔導對策，以原先的「學校三級輔導」為基礎，加上「建立學童網路健康使用習慣之預防宣導」以及「教師辨識能力輔導增能」，五層次把關，並在各層之間設置「預警」的篩選機制，強化本縣學童網路成癮輔導網絡及因應輔導對策，期能有效防範並輔導學童

網路沉迷甚或成癮現象，讓莘莘學子善用、慎用 3C 產品，俾使本縣資訊安全教育與拒絕學童網路成癮輔導策略成為其他縣市的表率。期許每一個孩子都是彰化的希望，投資教育就是投資彰化的希望，用愛教育、關心學童，透過「五層次輔導對策」，營造出一個優質的網路安全健康使用環境，讓本縣的學童快樂學習成長！

《附件 1》

五層次輔導對策架構圖

概念：五層次把關，e 網打盡

重點：建立學童網路健康使用習慣，以資訊安全教育為立基，連結學校三級輔導概念，並在各層之間設置「預警」的篩選機制。

