**臺中市學生輔導諮商中心中一區分區中心**

**網回孩子的心-孩子沉迷網路之家長支持成長團體計畫**

1. **計畫目的：**
2. 網路成癮為社會新興議題，對學生的身體健康、課業學習、交友能力和社會適應力均有一定程度的影響，家長在協助孩子的過程中也倍感挫折，本計畫擬透過青少年發展理論、網路沉迷相關文獻探討與親子互動實務的結合，提供家長有力的支持，共同協助青少年從網路世界逐步回到學校與家庭。
3. 由資深諮商心理師引領家長，重新建立正向的家庭互動，探索孩子沉迷於網路背後之心理需求，共同擬定合適的替代方案，用「愛、希望與力量」協助孩子健康使用網路，讓生活開展出更豐富的可能。
4. **承辦單位：**

臺中市學生輔導諮商中心 中一區分區中心

1. **辦理期程：**

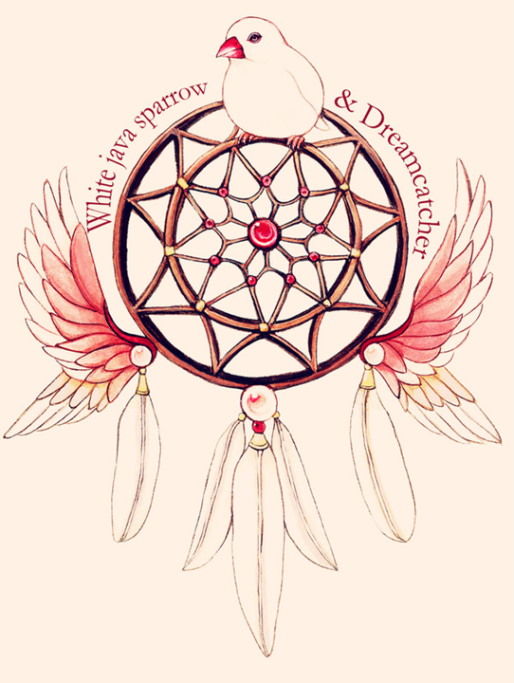
107年7月10日至7月31日，每週二上午9時至12時，共4次。

1. **辦理場所：**地點：臺中市學生輔導諮商中心 中一區分區中心 團體室  
   地址：臺中市北區英才路1號 (位於臺中市立五權國民中學至善樓4樓）
2. **實施方式：**以「支持成長團體」方式進行。
3. **團體內容：**詳見團體課程表(附件一)。
4. **團體領導者：**

蔡毅樺-資深諮商心理師  
現任國立臺中教育大學及朝陽科技大學兼任講師  
國立彰化師範大學輔導與諮商系博士候選人

1. **活動費用**：本活動全程免費(由臺中市家庭教育中心全額補助)。
2. **參加對象及名額：**
3. 臺中市學生輔導諮商中心中一區分區中心轄區(北屯區、北區、西區、中區、東區)高級中等以下學校之學生家長，其子女沉迷於網路者，經分區中心專任專業輔導人員或學校輔導室推薦參加。
4. 為維護團體品質，本團體預計招收名額計12名，並需經過書面審查及面試後，方能確定是否能參加。
5. **報名事宜：即日起接受報名，至6月8日截止**
6. 書面審查：
   1. 屬本中心轄區學校之學生家長。
   2. 能全程參與團體並能配合面談時間者。
   3. 經本中心專任專業輔導人員推薦參加。
   4. 經學校輔導室推薦參加。
7. 報名方式：填寫報名表(附件二)，直接交給本中心專任專業輔導人員或傳真至(04)2201-2372(可請學校協助傳真)，傳真後併請致電(04)2201-2371分機9確認。
8. 成員面談：
9. 團體性質與一般上課不同，本團體期待除了增加家長對於網路沉迷的理解外，也能透過團體互動協助家長從團體中得到需要的支持與協助，讓家長在後續協助孩子面對網路議題時能較有方向與目標來因應，但孩子的改變的確需要時間、歷程與方法，為避免家長誤以為4次課程後孩子能立即改變的誤解，以及為讓家長正確認識此課程之目標及方向，因此領導者將於6月中擇**2小時**安排團體前的面談，親自跟家長說明團體進行方式，協助家長更了解團體的目標並邀請及確認適合參與本團體課程之成員。因為協助孩子面對網路的議題，除了此類團體課程外，尚有個別諮商等形式，故團體前的面談將向家長說明上述資訊，以能維護家長的受益權。
10. 請於**報名表**勾選家長方便參加的面談時間，我們將統整所有報名成員時間之後，再通知家長確定日期。

**拾壹、本計畫奉核後實施，修正時亦同。**



*網* 回孩子心

*網* 中見渴望

**臺中市學生輔導諮商中心中一區分區中心**

附件一

**網回孩子的心-孩子沉迷網路之家長支持成長團體課程表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 時間 | 主題 | 內容 |
| 7月10日  (星期二) | 09：00-12：00 | 你*網*我也來  -認識網路議題及親子溝通 | 1.團體說明、成員認識與支持。  2.說明網路沉迷的症狀與診斷。  3.話說親子關係與溝通特性。  4.學員案例討論與學習。 |
| 7月17日  (星期二) | 09：00-12：00 | *網*中見渴望  -認識網路沉迷與孩子的心理需求 | 1.說明網路沉迷的生物、心理、社會、家庭、文化等成因與發展歷程。  2.探討如何找到孩子使用網路之心理需求的替代方案與後續協助目標原則。  3.學員案例討論與學習。 |
| 7月24日  (星期二) | 09：00-12：00 | 無*網*也有利  -認識網路沉迷之處理步驟及原則 | 1.說明網路沉迷對於身心發展、閱讀思考、語文學習、職業能力、社會適應、社會問題所造成的影響與處理方式。  2.說明網路沉迷的協助步驟及方式，並理解改變需時間與看見孩子小改變。  3.學員案例討論與學習。 |
| 7月31日  (星期二) | 09：00-12：00 | *網*回孩子心  -在愛、希望與正向力量中陪伴孩子向前行 | 1.以心與新之親子溝通知能協助孩子學習自律及培養多樣興趣並引導其試探生涯興趣。  2.在愛、希望與力量下協助孩子健康使用網路。  3.學員案例討論與學習。  4.活動回顧與回饋。 |

**臺中市學生輔導諮商中心中一區分區中心**

附件二

**網回孩子的心-孩子沉迷網路之家長支持成長團體報名表**

1. **家長基本資料**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓名 |  | 性別 |  | 年齡 |  |
| 職業 |  | 最高學歷 |  | 婚姻狀態 |  |
| 電話 |  | | 是否能全程參與 | | □是；□否 |
| 是否為夫妻一同參加：□是，他/她的名字為\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_；□否 | | | | | |
| 1. 子女問題概況描述   (1)孩子**每天**使用網路的時間約 小時  (2)您與孩子**每週**因網路而起衝突的次數約 次  (3)請簡要說明孩子的問題概況 | | | | | |
| 1. 孩子沉迷網路對您造成哪些困擾和影響？(如無法工作、失眠等)   請翻至背面，謝謝！ | | | | | |
| 1. 您為因應孩子沉迷網路議題曾經做過的努力 | | | | | |
| 1. 您對團體的期待 | | | | | |
| 1. 團體領導者將進行初次面談，請勾選**所有**您可配合的時段，我們將統整所有報名成員時間之後，再行通知您確定的日期及時段，謝謝！   6月22日(星期五)：□14：00~16：00  6月27日(星期三)：□ 9：00~11：00；□14：00~16：00  6月28日(星期四)：□ 9：00~11：00；□14：00~16：00  6月29日(星期五)：□ 9：00~11：00；□14：00~16：00 | | | | | |

1. **學生基本資料**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓名 |  | 性別 |  | 年齡 |  |
| 就讀學校 |  | 班級 | \_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_班 | | |
| 手足排行 | 第\_\_\_\_\_；兄\_\_\_\_人；姐\_\_\_\_\_人；弟\_\_\_\_\_人；妹\_\_\_\_\_人 | | | | |

※報名方式：填寫報名表，直接交給本中心專任專業輔導人員或請學校協助傳真至(04)2201-2372

※本團體相關事宜，請洽本中心聯絡人：林心愷專任專業輔導人員，電話：(04)2201-2371分機15