

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

| 日期/時間       | 114年12月14日                          |                     |
|-------------|-------------------------------------|---------------------|
| 08:30~09:00 | 簽到                                  |                     |
| 09:00~09:10 | 教育局長官致詞                             |                     |
| 09:10~10:00 | 3C過度使用的危害?<br>注意力缺失?焦慮憂鬱?社交互動不良?衝動? | 亞洲大學心理系<br>柯慧貞 講座教授 |
| 10:00~10:50 | 案例分析:<br>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:<br>為什麼孩子會沉迷3C?                | 亞洲大學心理系<br>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?<br>-正向數位教養           | 亞洲大學心理系<br>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?<br>-有效親子溝通技巧       | 亞洲大學心理系<br>柯慧貞 講座教授 |
| 16:30~16:40 | 簽退與回饋                               |                     |

1. 參加對象：高中以下各級學校學生家長

2. 形式：實體研習，報名人數限制**120人**

3. 日期：114年12月14日(日)

4. 地點：桃園市桃園區桃鶯路398號，住都大飯店-金龍廳

5. 報名連結：<https://forms.gle/ZN6CwJCJMH56PKK58>6. 報名期限：即日起至**12月8日中午**截止

• 主辦單位：桃園市政府教育局

• 承辦單位：亞洲大學 網路成癮防治中心

• 協辦單位：桃園市家庭教育中心、桃園市臨床心理師公會