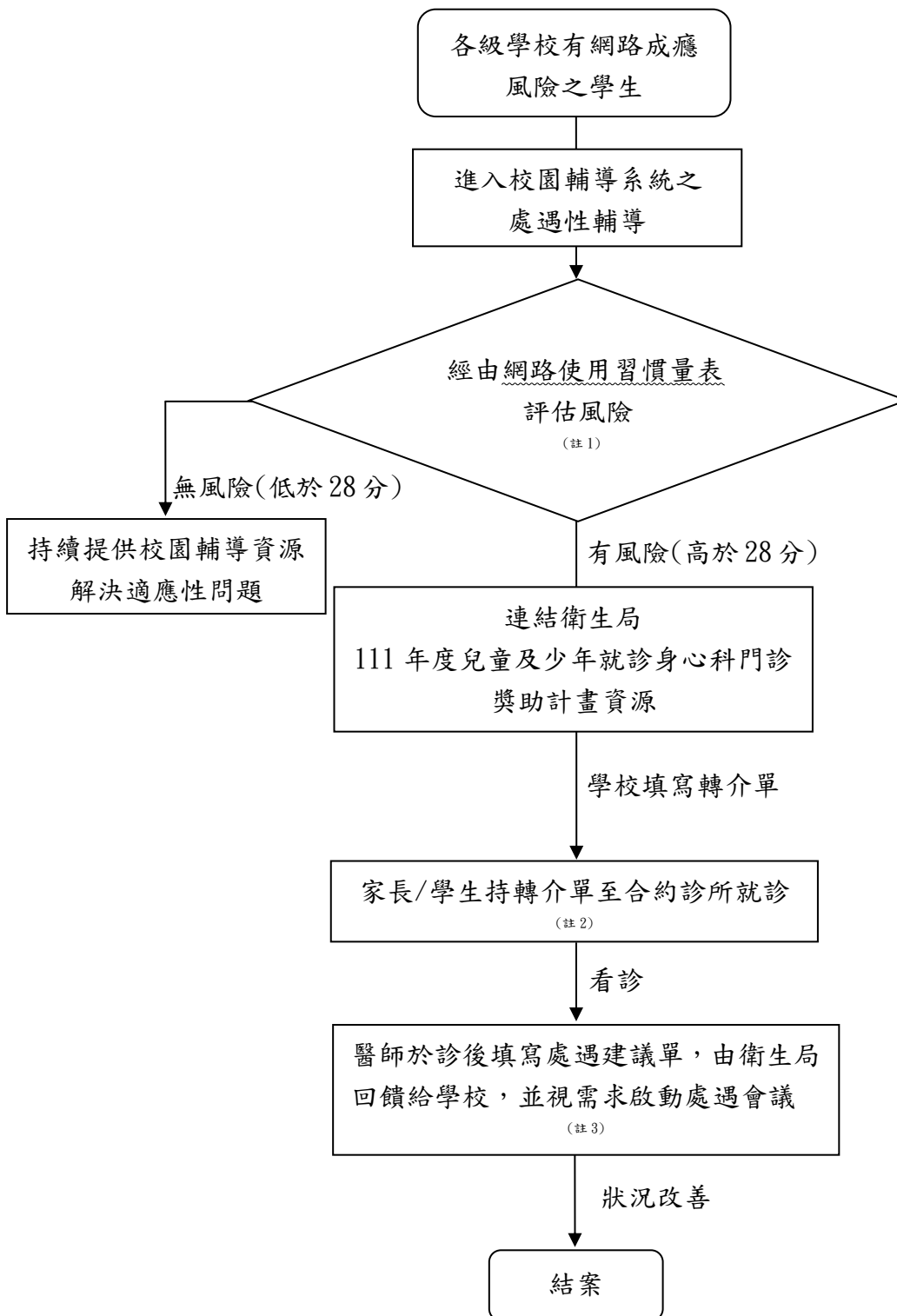


網路成癮高風險學生醫療資源轉介流程



備註：

1. 由輔導老師/學校心理師或家長與學生一同填寫網路使用習慣量表，評估達28分(以上)則為網路成癮高風險，建議學校可填寫轉介單，至醫療單位評估是否有網路成癮。
2. 學生持轉介單至合約診所就診可享有初次掛號費150元補助。
3. 如有需求能邀請家長、學校處遇人員、衛生局及醫師召開處遇會議共同討論學生狀況。

給家長的一封信

親愛的家長：

現今網路發達，孩子跟同學一起玩線上遊戲，或是看影片、交友聊天都是常見運用網路的方式，也是放鬆紓壓的休閒活動，然而您有發現孩子開始離不開網路、手機或電腦嗎？當需要好好休息睡覺時，孩子仍然繼續使用著電腦或手機，影響到隔天上學的精神；假日時孩子幾乎都待在房間，很少出門跟家人或同學互動，只盯著螢幕看，甚至忘了要吃飯、睡覺……。

您知道嗎？網路也是會成癮喔！有時候我們太過著迷一件事時，會變得難以自拔，漸漸地無法控制做這件事情的衝動，影響到自己的生活作息、學業和人際關係，甚至會在不能做時，出現煩躁、容易生氣或是低落憂鬱的情緒。

當家長發現孩子有以上的狀況時，可以先帶著孩子一起填寫「網路使用習慣量表」，幫助孩子瞭解自身的狀況，是否需要更多的協助。若發現孩子分數大於25分，建議您可以尋求學校輔導室老師，一同與孩子約定適宜的網路使用方式；若孩子分數大於28分，可以經由學校轉介，連結更專業的醫生來協助孩子遠離網路成癮。

網路成癮並非不解之症，即時發現孩子的問題及需求，可以協助孩子更正確適當地使用網路，成癮是「無法控制、功能失常」，如果是功能正常、可以控制，就不是成癮，讓我們跟您一起幫助孩子邁向健康的生活！

有關校園心理健康諮詢專線：

| | 單位 | 聯絡方式 |
|-----|-------------------------|------------------------------|
| 第一線 | 各級學校輔導處 | 各校輔導處電話 |
| 第二線 | 新北市南區學生輔導諮商中心 (永平國小) | 電話:2925-1119 傳真:2925-1008 |
| | 新北市北區學生輔導諮商中心 (仁愛國小) | 電話:2848-4607 傳真:2848-5556 |
| | 新北市東區學生輔導諮商中心 (金龍國小) | 電話:2695-1673 傳真:2695-1664 |
| | 新北市西區學生輔導諮商中心 (義學國中) | 電話:2296-1168 傳真:2909-4526 |
| | 衛生福利部安心專線 | 1925(依舊愛我) |
| | 張老師基金會 | 1980 |