

大專校院專輔人員 「網路沉迷辨識與輔導」知能研習



為強化校園學生網路沉迷預防與輔導工作，以提升專業輔導人員與教師介入及諮商處遇知能，教育部委託南區大專校院學生輔導工作協調諮詢中心及長榮大學於 111 年 10 月 21 日舉辦「教育部 111 年度大專校院專業輔導人員網路沉迷輔導知能研習」。

上午課程邀請亞洲大學副校長柯慧貞，由案例分析談網路成癮的成因與輔導策略。講述網路成癮發展的脈絡與診斷分類，並透過微電影的方式詮釋案例，引起共鳴、促進與會人員彼此交流與分享。現實生活中的推力（如課業壓力、人際關係失利等），以及虛擬世界中的拉力（如遊戲勝利的成就感與歸屬感等），都是網路成癮的潛在因子。藉由成因分析使個案概念化，做為引導處遇的方向，欲有效提升輔導工作效能。

下午課程邀請國立臺灣師範大學學生輔導中心主任林旻沛，以腦科學研究為基礎探討

大學生網路沉迷的成因與具體輔導方式。許多學術論文指出，網路成癮會使大腦結構改變。當從事成癮行為時，會因多巴胺分泌增加而產生愉悅感，使之難以戒除，同時也會容易產生「歡樂的時光總是過得特別快」的錯覺。林主任提到：「網路世界就如同溫床，適度使用能夠得到滋潤，過度則會使問題被放大。」在輔導的過程中，宜循序漸進的與個案建立關係，提供其抒發與訴說的窗口，以正向鼓勵與回饋為基礎。

教育部期待透過本次研習，提升專業輔導人員辨識個案的敏銳度與強化大專校院專業輔導人員的輔導知能。鼓勵學校善用網路習慣使用量表，作為初步篩選與了解個案的評估依據之一，及早介入給予輔導，並運用多元輔導策略來因應網路成癮事件，幫助學生平衡現實生活與虛擬生活。（學生輔導科 柯鈺萱）



▲ 大專校院專業輔導人員網路沉迷輔導知能研習開幕致詞



▲ 講師講述邁向網路成癮的七個階段



▲ 以微電影帶入案例分析

