



青少年網路成癮?

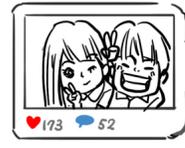


超感動繪製

網路成癮可能的表徵

註：網路成癮泛指對於網際網路的過度使用，以致影響日常生活。

整天想著網路上的活動，無法控制上網的衝動。



LINE

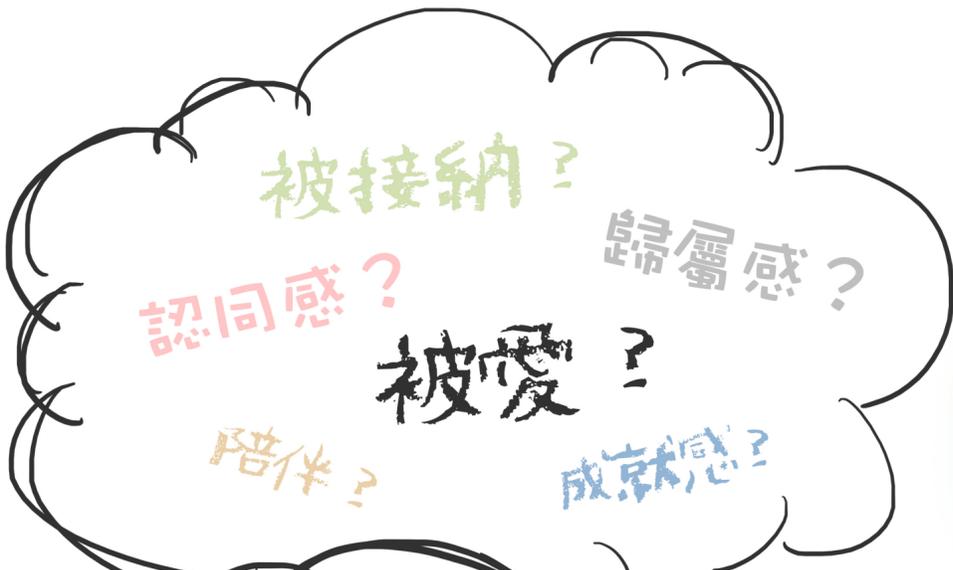
Instagram

Facebook

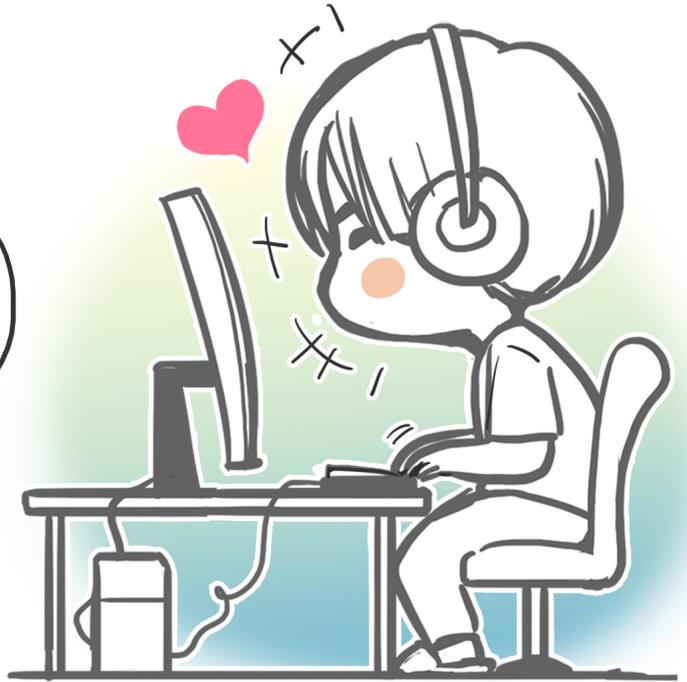
沒有網路時易產生焦慮、生氣、注意力不集中，需接觸網路後解除。



你好奇或了解你的孩子在**網路中**獲得什麼嗎？



※不要急著給建議，先從**瞭解**開始。



Tips 網癮因應小秘訣

運用正向的溝通方式

- 先表達關心與擔憂，而非急於禁止網路使用。
- 陪伴並聆聽當事人對於網路使用的想法。
- 避免批判網路使用行為。

溝通



桃園市政府衛生局
Department of Public Health, Taoyuan

廣告