

**台灣成癮學會**  
**成癮專科繼續教育課程**  
**課程摘要表**

日期：2026.06.05（五）

地點：亞洲大學（台中市霧峰區柳豐路500號）

**工作坊（一）**

時間	13:10-14:05
演講者	吳詠葳
主持人	陳東家
課程主題	青少年問題性3C使用行為的危害與辨識
課程摘要	<p>本課程旨在協助專業人員理解青少年問題性3C使用行為之定義、類型與其對心理健康、認知發展及人際互動之影響。內容將說明過度使用數位媒介（如手機、社群媒體、線上遊戲及短影音）可能引發之情緒困擾（如焦慮、憂鬱）、睡眠問題、注意力下降與學習功能受損等風險，並探討其與成癮行為之關聯性。</p> <p>課程同時聚焦於早期辨識的重要性，介紹臨床與實務場域中可觀察之警訊指標，包括使用時間失控、戒斷反應、功能損害及對現實活動興趣降低等面向，並結合評估工具與晤談重點，提升專業人員對高風險個案之辨識敏感度。透過案例說明與實務經驗分享，強化學員於教育、醫療與社會服務場域中之評估與初步介入能力。</p>

**工作坊（二）**

時間	14:05-15:00
演講者	黎士鳴
主持人	陳東家
課程主題	青少年問題性3C使用行為的成因與多元介入模式
課程摘要	<p>本課程著重探討青少年問題性3C使用行為之多層次成因，從個體心理特質（如衝動控制、情緒調節困難）、家庭互動模式、同儕影響到數位環境與演算法設計等面向，整合生物心理社會觀點進行分析。課程將說明不同成因如何交互作用，形塑青少年對數位媒介之依賴行為，並進一步影響其發展歷程與心理健康。</p> <p>在介入策略方面，課程將介紹多元且具實證基礎之實務模式，包括認知行為治療、動機式晤談、親職訓練及家庭介入等，並說明其應用時機與操作原則。同時亦探討學校與社區系統之預防與介入角色，強調跨專業合作之重要性。透過案例分析與策</p>

	略整合，提升專業人員在不同場域中進行評估、介入與轉介之整體能力，並促進青少年健康數位使用行為之建立。
--	--

### 台日交流

時間	13:10-14:40
演講者	柯慧貞
主持人	柯志鴻
課程主題	台日交流：遊戲障礙與網路成癮介入經驗
課程摘要	本場次透過台灣與日本團隊的經驗交流，探討遊戲障礙與網路成癮之臨床介入模式與發展趨勢。日本團隊將介紹其專科治療體系之演變，並分享以住宿型治療營隊進行介入的實務經驗；台灣團隊則說明結合動機式晤談、認知行為治療與親職訓練之青少年網癮關機營隊模式，呈現多元整合之介入策略。此外，亦納入家長參與經驗分享，從家庭系統觀點補充治療歷程。綜合討論將促進國際經驗對話，深化對成癮治療模式之理解，並提升本土實務應用之發展。