

SDGs × 生命教育跨領域系列研習

網路世代的青少年心理健康

指導單位：教育部生命教育研發育成中心

主辦單位：臺灣大學生命教育研發育成中心

報名 訊息

報名資格

- 具有生命教育科教師證且任教生命教育科之教師(優先錄取)
- 任教於中等學校(包含高中、高職、國中)之教師

注意事項

- 採線上報名，各場次參加名額50位，額滿為止。
- 全程參與課程者核發該場次研習時數。

上課地點

- 臺灣大學校總區
- 課程教室詳閱錄取通知

【諮詢請洽】

臺大生命教育中心 吳小姐
claire@lec.ntu.edu.tw

主題一

網路與自我建構 × 青少年網路成癮

許碩譚／臺灣科技大學學務處諮輔組諮商心理師



06.15(六)

09:00

|

12:00

13:30

|

16:30

現代社會中，網路已經無所不在，也與我們的日常生活緊密連結，網路世界中所發生的事，也對生活、人際關係等有著不同程度的影響或困擾。本次課程將結合心理學的學術研究、理論與諮商實務，透過新聞事件或諮商室中的故事案例來探討青少年網路心理健康議題。

【上午場】網路是工具還是出口？談網路與自我建構

討論網路在各個層面上是如何影響自己怎麼觀看自己的，並且影響著自己的心理健康。

【下午場】網路是繭還是翅膀？談青少年的網路成癮

課程將針對「網路成癮」議題進行深入思辨，啟發思考如何與網路共處且能善用網路，進而在日常生活中做出有益於心理健康及創造幸福感的實際行動。

主題二

正向青少年發展與韌性

張齡尹／臺灣大學公共衛生學院健康行為與社區研究所副教授



06.22(六)

09:00

|

12:00

青少年時期是生命歷程中的關鍵階段，其健康與行為對於未來的發展至關重要。本課程旨在介紹如何從「正向青少年發展」與「韌性」的角度來瞭解青少年，著重於他們的資產和潛能，而非僅僅關注其問題，以促進他們的健康成長。課程內容將包括理論基礎、5C/6C模式、相關介入計畫與策略等。

主題三

i 世代的數位心理與行為探索

張仁和／中央研究院民族學研究所副研究員
臺灣大學心理系副教授



06.30(日)

13:00

|

16:00

數位裝置(如iphone)、網路(internet)、與自我(I)，造就了現下的「i世代」。而其心理與行為如何受到硬體(如裝置本身)與軟體(如社交媒體)所影響，並交織出「i世代」們對於認知功能、訊息處理、情緒接觸、社會知覺的獨特性，本次課程中將針對這幾個面向進行探討交流，一起來了解i世代青少年。