

屏東縣政府 函

地址：900219屏東縣屏東市自由路527號
聯絡人：林宛宜
聯絡電話：08-7320415#3634
傳真：08-7322450
電子信箱：a252001@oa.pthg.gov.tw

受文者：屏東縣內埔鄉東寧國民小學

發文日期：中華民國113年8月15日

發文字號：屏府教特字第1130091513號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如文 (376530000A113009151300-1.pdf、376530000A113009151300-2.pdf、
376530000A113009151300-3.pdf)

主旨：為辦理本縣青少年網路成癮防治一案，請貴校協助學生填寫「屏東縣高級中等以下學校學生網路使用習慣量表」，詳如說明，請查照。

說明：

- 一、依據本府衛生局113年6月18日「113年度屏東縣精神衛生及心理健康促進小組暨自殺防治工作第1次工作聯繫會議」決議辦理。
- 二、本次篩檢對象為各高中、國中及國小五至六年級之學生。
- 三、請各校協助學生於113年9月20日前填寫線上「屏東縣網路使用習慣篩檢量表」，填寫連結如下(表單Qrcode如附件)：
 - (一)高中版：<https://forms.gle/PvQ4FTXy68JjdYPr8>。
 - (二)國中版：<https://forms.gle/tXsQ945k43GnHfC46>。
 - (三)國小版：<https://forms.gle/BXpdfV58jHqL5BiXA>。
- 四、倘教師發現學生之危檢因子分數大於28分，或分數未大於28分但有明顯網路使用問題者，請依「屏東縣政府衛生局

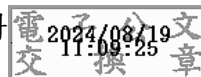


網路成癮防治合作轉介流程」辦理，由學校輔導系統介入，必要時可連接衛政系統資源，協同醫療團隊共同輔導。

五、請各校落實學生網路成癮三級預防工作，鼓勵學生從事多元休閒活動，養成健康上網好習慣。

正本：各高國中、各國小

副本：屏東縣學生輔導諮商中心、本府教育處特殊教育科



裝

訂

線



屏東縣高級中等以下學校學生網路使用習慣量表(網路表單Qrcode)



高中



國中



國小

屏東縣高級中等以下學校學生網路使用習慣量表

(113.05.27 修)

* 第一部份

(一) 基本資料:

1. 學校: _____	
2. 年級: <input type="checkbox"/> 小五 <input type="checkbox"/> 小六 <input type="checkbox"/> 國一(七年級) <input type="checkbox"/> 國二(八年級) <input type="checkbox"/> 國三(九年級) <input type="checkbox"/> 高一(十年級) <input type="checkbox"/> 高二(十一年級) <input type="checkbox"/> 高三(十二年級)	
3. 性別: <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	4. 家庭狀況: <input type="checkbox"/> 雙親 <input type="checkbox"/> 單親 <input type="checkbox"/> 其他__同住
4. 請問家中有無電腦/平板: <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	5. 請問自己有無智慧型手機: <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無
6. 每日上網時數: <input type="checkbox"/> 1 小時內 <input type="checkbox"/> 1~3 小時 <input type="checkbox"/> 3~6 小時 <input type="checkbox"/> 6 小時以上	
7. 請問您常上網地點: <input type="checkbox"/> 家中 <input type="checkbox"/> 學校內 <input type="checkbox"/> 同學朋友家 <input type="checkbox"/> 網路咖啡店 <input type="checkbox"/> 其他地方	
8. 請問您的網友人數: <input type="checkbox"/> 1~5 位 <input type="checkbox"/> 6~10 位 <input type="checkbox"/> 10~15 位 <input type="checkbox"/> 20 位以上	
9. 請問您的社交圈(真實朋友)人數: <input type="checkbox"/> 1~5 位 <input type="checkbox"/> 6~10 位 <input type="checkbox"/> 10~15 位 <input type="checkbox"/> 20 位以上	

(二) 請依個人習慣填寫以下問題:

1、請勾選您常瀏覽的網站(複選):

- 藝術、文學類網站(包括音樂、電影)
- 線上遊戲網站
- 星座命理網站
- 交友軟體、網站
- 社群網站(例:Facebook、Instagram、Dcard、Vero 等)
- 工具型網站(例:Wix、WordPress.com、維基百科等)
- 流行時尚、美容保養、健身網站
- 學術單位網站(例:UpToDate、pubmed、Cochrane 等)
- 媒體影音網站(例如電子報、YouTube、Tiktok、小紅書等等)
- 色情網站
- 投資理財網站
- 網路購物/外送
- 通訊軟體(例:Line、WhatsAPP、Wechat、Telegram、skype 等)
- 其他網站

2、下面是一些有關個人使用網路情況的描述，請評估你最近 6 個月的實際情形是否與句中的描述一致。請依照自己的看法來勾選 。由 1 至 4，數字越大，表示句中所描述的情形與目前你實際的情形越相像。

■ 本量表已發展網路沈迷臨床篩檢用切分點，切分點適用對象為國小三年級至大學之學生(10 歲至 25 歲)，篩檢切分點：28 或以上(高使用沈迷傾向)

■ 本量表可供一般大眾自我篩檢使用，惟篩檢切分點僅供參考。

	實 極 不 符 合 (1)	際 不 符 合 (2)	情 符 合 (3)	況 非 常 符 合 (4)
1. 想上網而無法上網的時候，我就會感到坐立不安	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 只要有一段時間沒有上網，我就會覺得心裡不舒服	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 我只要超過一天沒上網玩，就會很難受	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- | | | | | |
|--------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 4. 我發現自己上網休閒的時間越來越長 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 平均而言，我每個星期上網休閒的時間比以前增加許多 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 我每次都只想上網一下子，但結果常常一上網就待很久不下來 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 我習慣減少睡眠時間，以便能有更多時間上網休閒 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 我常常因熬夜上網休閒，造成白天精神或體力很差 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 上網對我的學業/工作已造成一些不好的影響 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 上網已經很明顯地危害到我的身體或心理健康 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

總分_____分

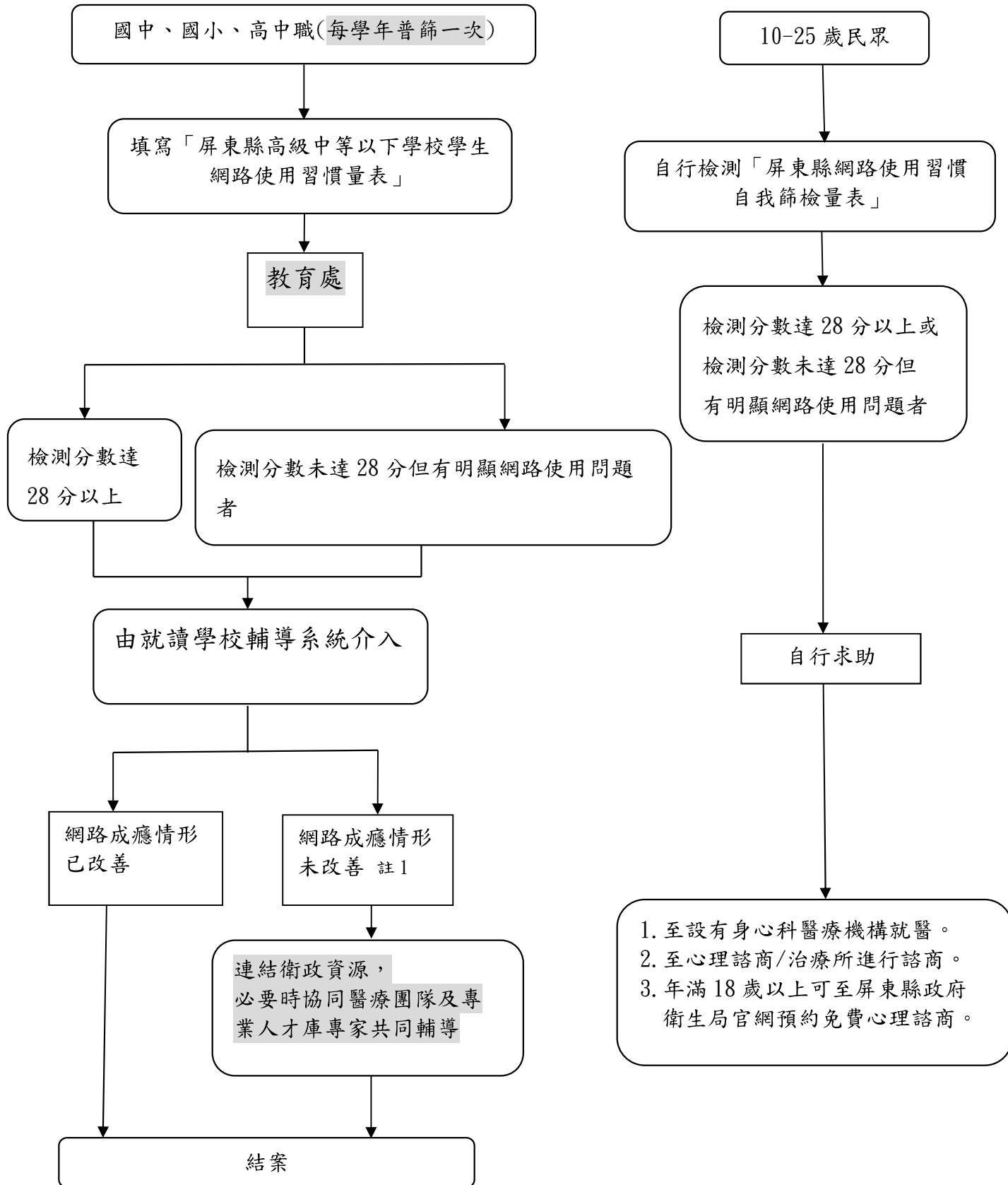
超過28分請填寫後頁量表



網路成癮危險因子檢核表

- 您的和他人視線接觸有困難？
- 您做事時集中精神有困難？
- 您感到生活總是千篇一律或是無聊？
- 您傾向於認為自己是一個失敗者？
- 您感到悶悶不樂？
- 您覺得搞不懂您的課業內容或工作要求？
- 您不滿意和家人相處的時光？
- 與朋友談話後，您覺得沒有被關心的感覺？
- 覺得別人或這個世界都惹您生氣？
- 您覺得難以控制自己的衝動行為？

屏東縣政府衛生局網路成癮防治合作轉介流程



註 1: 填寫轉介單傳真至 7384225。

屏東縣政府衛生局
高風險網路成癮個案轉介單

轉介單位		轉介日期	年 月 日
個案姓名		出生日期	年 月 日
聯絡人姓名/關係		聯絡人電話	
居住地址			
轉介原因/簡述狀況			
轉介需求	<input type="checkbox"/> 轉介精神醫療就醫 <input type="checkbox"/> 協同精神醫療團隊共同輔導		
轉介者姓名/職稱		聯繫電話	

回覆單			
辦理情形	<input type="checkbox"/> 轉介精神醫療就醫： 醫院名稱：_____ 聯繫窗口姓名：_____ 電話：_____ <input type="checkbox"/> 協同精神醫療團隊共同輔導： 請_____醫院協助。 聯繫窗口姓名：_____ 電話：_____		
回覆者		回覆日期	年 月 日

備註：心理衛生與毒品防制科 李小姐、藍小姐 電話：08-7370123 傳真：08-7384225