

# 臺南市 108 年度「安全健康上網-親職教育講座」後測問卷

活動地點：\_\_\_\_\_

填寫時間： 108 年\_\_月\_\_日

親愛的家長：

非常感謝您參加了家庭教育中心-安全健康上網宣講團辦理之活動，為了瞭解活動的品質及效益，請您在下列問題，符合您意見的□中勾選，以利未來精進與教育方案，以提升家庭親職教育品質，促進子女健康上網好習慣，請仔細思考後詳實填答。謝謝您的寶貴意見！

臺南市家庭教育中心-安全健康上網宣講團 敬上

## 一、基本資料（請於□內勾選）

(一)我的性別：1. 男 2. 女

(二)我的年齡：1. 20 歲(含以下)； 2. 21-30 歲； 3. 31-40 歲；  
4. 41-50 歲； 5. 51-60 歲； 6. 61 歲以上；

(三)所照顧小孩的年齡：1. 國小低年級； 2. 國小中年級； 3. 國小高年級；  
4. 國中； 5. 高中職； 6. 大學；

(四)參加本活動前是否知道臺南市政府安全健康上網宣講團：

1. 否 2. 是，親友介紹 網路 新聞報導 其他(請說明)\_\_\_\_\_

(五)參加本活動前是否知道臺南市家庭教育中心：

1. 否 2. 是，親友介紹 網路 新聞報導 其他(請說明)\_\_\_\_\_

(六)參加本活動前是否知道臺南市家庭教育中心的服務內容及方式：

1. 否 2. 是

(七)參加本活動後是否知道臺南市家庭教育中心的服務內容及方式：1. 否 2. 是

	非常同意	很同意	有些同意	不同意	非常不同意
01. 我覺得本活動是有意義的活動。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
02. 我覺得指導老師了解我們教養小孩上的需求	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
03. 我覺得參加活動後我知道了孩子網路成癮對他的影響。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
04. 我覺得參加活動後我學會辨識孩子是否網路成癮。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
05. 我覺得參加活動後我知道有哪些方式管理孩子上網情形。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
06. 參加活動後，我更了解網路成癮的成因。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
07. 我覺得參加本活動後，知道如何預防網路成癮。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
08. 我覺得參加活動後我願意開始規劃與孩子的上網約定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
09. 我希望網癮防制宣講團還能夠繼續辦理類似的活動。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 上述問題若有不足之處，懇請留下您參與本活動之心得或建議：					

請於填寫完後，交由承辦單位彙整，謝謝！

## 網癮辨識與管教知能測驗

1. 網路成癮的行為表現包括？（複選）

- (1) 過度使用產生學業退步及身心健康問題       (2) 知道有壞處仍迷戀上網；
- (3) 時間越用越長且一旦不能上網就很不舒服       (4) 每週上網超過 40 小時

2. 什麼環境因素容易使孩子網路成癮？（複選）

- (1) 上網吃到飽
- (2) 電腦、手機在床邊
- (3) 學校沒有手機管理措施
- (4) 家長對孩子上網時間、時段及活動內容有所限制

3. 孩子容易沉迷網路的可能原因是什麼？（複選）

- (1) 家長對上網行為沒有規範、同儕都在玩
- (2) 現實生活多憂鬱焦慮，上網忘憂解愁又有成就感
- (3) 過度上網的行為，弱化自控力的大腦功能
- (4) 想要不用，但很焦躁、沮喪，只好再用

4. 採用哪一種父母管教方式；孩子比較不容易網路成癮？（複選）

- (1) 權威式     (2) 民主紀律式     (3) 溺愛式     (4) 忽略式

5. 協助孩子在現實生活有高四感，能使孩子不迷戀網路，何謂高四感？（複選）

- (1) 歸屬感     (2) 愉悅感     (3) 成就感     (4) 意義感

6. 如何適度管理手機裝置，預防 3C 成癮？（複選）

- (1) 適度隔離 3C 產品
- (2) 手機 App 活動愈多愈好
- (3) 非工作必要，不必上網吃到飽
- (4) 使用科技保護裝置，管理孩子的 3C 品使用時間、時段及不當內容