

臺南市 108 年度「安全健康上網-親職教育講座」前測問卷

活動地點：東山國中視聽教室

填寫時間：108 年 4 月 1 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，在活動開始之前，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！

家庭教育中心-安全健康上網宣講團 敬上

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？

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

5. 能使孩子不要迷戀網路，是要協助安排孩子在現實生活有高四感，何謂高四感？

- ☒ (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？

- ☒ (1) 適度隔離 3C 產品 ☒ (2) 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、時段與不當內容

《背面還有題目喔！》

7. 了解您的困擾以利我們規劃活動，目前您在 3C 產品管教上的困擾是？

- ☒ (1) 孩子沉迷 3C，難以管教
- ☒ (2) 孩子沉迷 3C，致功課退步
- ☒ (3) 孩子沉迷 3C，視力等身體變差
- ☒ (4) 要不要買 3C 給孩子，很矛盾
- ☒ (5) 管孩子的 3C 使用常發生衝突
- ☒ (6) 不給 3C，孩子發脾氣
- ☒ (7) 夫妻在管 3C 上發生衝突
- ☒ (8) 不給 3C 玩，孩子自殘
- ☒ (9) 不給 3C 玩，孩子離家
- ☒ (10) 不太知道如何適齡規範玩 3C 的內容、時間
- ☒ (11) 擔心孩子上網受騙、受霸凌

臺南市 108 年度「安全健康上網-親職教育講座」前測問卷

活動地點：東山國中

填寫時間：108 年 4 月 1 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，在活動開始之前，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！

家庭教育中心-安全健康上網宣講團 敬上

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？

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

5. 能使孩子不要迷戀網路，是要協助安排孩子在現實生活有高四感，何謂高四感？

- ☒ (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？

- ☒ (1) 適度隔離 3C 產品 ☐ (2) 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、時段與不當內容

《背面還有題目喔！》

7. 了解您的困擾以利我們規劃活動，目前您在 3C 產品管教上的困擾是？

___(1)孩子沉迷 3C，難以管教

___(2)孩子沉迷 3C，致功課退步

___(3)孩子沉迷 3C，視力等身體變差

☒ (4)要不要買 3C 給孩子，很矛盾

☒ (5)管孩子的 3C 使用常發生衝突

☒ (6)不給 3C，孩子發脾氣

☒ (7)夫妻在管 3C 上發生衝突

___(8)不給 3C 玩，孩子自殘

___(9)不給 3C 玩，孩子離家

___(10)不太知道如何適齡規範玩 3 C 的內容、時間

___(11)擔心孩子上網受騙、受霸凌

臺南市 108 年度「安全健康上網-親職教育講座」前測問卷

活動地點：東山國中視聽教室

填寫時間：108 年 4 月 1 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，在活動開始之前，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！

家庭教育中心-安全健康上網宣講團 敬上

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？

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

5. 能使孩子不要迷戀網路，是要協助安排孩子在現實生活有高四感，何謂高四感？

- ☐ (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？

- ☒ (1) 適度隔離 3C 產品 ☐ (2) 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、時段與不當內容

《背面還有題目喔！》

7. 了解您的困擾以利我們規劃活動，目前您在 3C 產品管教上的困擾是？

☒ (1) 孩子沉迷 3C，難以管教

☒ (2) 孩子沉迷 3C，致功課退步

☒ (3) 孩子沉迷 3C，視力等身體變差

☒ (4) 要不要買 3C 給孩子，很矛盾

☒ (5) 管孩子的 3C 使用常發生衝突

☒ (6) 不給 3C，孩子發脾氣

☒ (7) 夫妻在管 3C 上發生衝突

☐ (8) 不給 3C 玩，孩子自殘

☐ (9) 不給 3C 玩，孩子離家

☐ (10) 不太知道如何適齡規範玩 3C 的內容、時間

☒ (11) 擔心孩子上網受騙、受霸凌

臺南市 108 年度「安全健康上網-親職教育講座」前測問卷

活動地點：_____

填寫時間：108 年 4 月 1 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，在活動開始之前，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！

家庭教育中心-安全健康上網宣講團 敬上

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？

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

5. 能使孩子不要迷戀網路，是要協助安排孩子在現實生活有高四感，何謂高四感？

- ☒ (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？

- ☒ (1) 適度隔離 3C 產品 ☐ (2) 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、時段與不當內容

《背面還有題目喔！》

7. 了解您的困擾以利我們規劃活動，目前您在 3C 產品管教上的困擾是？

- ☐ (1) 孩子沉迷 3C，難以管教
- ☒ (2) 孩子沉迷 3C，致功課退步
- ☐ (3) 孩子沉迷 3C，視力等身體變差
- ☐ (4) 要不要買 3C 給孩子，很矛盾
- ☐ (5) 管孩子的 3C 使用常發生衝突
- ☐ (6) 不給 3C，孩子發脾氣
- ☐ (7) 夫妻在管 3C 上發生衝突
- ☐ (8) 不給 3C 玩，孩子自殘
- ☐ (9) 不給 3C 玩，孩子離家
- ☐ (10) 不太知道如何適齡規範玩 3 C 的內容、時間
- ☒ (11) 擔心孩子上網受騙、受霸凌

臺南市 108 年度「安全健康上網-親職教育講座」前測問卷

活動地點：視聽教室

填寫時間：108 年 4 月 1 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，在活動開始之前，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！

家庭教育中心-安全健康上網宣講團 敬上

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？

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

5. 能使孩子不要迷戀網路，是要協助安排孩子在現實生活有高四感，何謂高四感？

- ☒ (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？

- ☒ (1) 適度隔離 3C 產品 ☐ (2) 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、時段與不當內容

《背面還有題目喔！》

7. 了解您的困擾以利我們規劃活動，目前您在 3C 產品管教上的困擾是？

- ☐ (1) 孩子沉迷 3C，難以管教
- ☐ (2) 孩子沉迷 3C，致功課退步
- ☐ (3) 孩子沉迷 3C，視力等身體變差
- ☐ (4) 要不要買 3C 給孩子，很矛盾
- ☐ (5) 管孩子的 3C 使用常發生衝突
- ☐ (6) 不給 3C，孩子發脾氣
- ☐ (7) 夫妻在管 3C 上發生衝突
- ☐ (8) 不給 3C 玩，孩子自殘
- ☐ (9) 不給 3C 玩，孩子離家
- ☒ (10) 不太知道如何適齡規範玩 3 C 的內容、時間
- ☐ (11) 擔心孩子上網受騙、受霸凌

臺南市 108 年度「安全健康上網-親職教育講座」前測問卷

活動地點：

初視聽教室

填寫時間：

108 年 4 月 1 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，在活動開始之前，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！

家庭教育中心-安全健康上網宣講團 敬上

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？

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

5. 能使孩子不要迷戀網路，是要協助安排孩子在現實生活有高四感，何謂高四感？

- ☒ (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？

- ☒ (1) 適度隔離 3C 產品 ☐ (2) 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、時段與不當內容

《背面還有題目喔！》

7. 了解您的困擾以利我們規劃活動，目前您在 3C 產品管教上的困擾是？

___(1)孩子沉迷 3C，難以管教

___(2)孩子沉迷 3C，致功課退步

☒ (3)孩子沉迷 3C，視力等身體變差

___(4)要不要買 3C 給孩子，很矛盾

☒ (5)管孩子的 3C 使用常發生衝突

___(6)不給 3C，孩子發脾氣

___(7)夫妻在管 3C 上發生衝突

___(8)不給 3C 玩，孩子自殘

___(9)不給 3C 玩，孩子離家

___(10)不太知道如何適齡規範玩 3 C 的內容、時間

☒ (11)擔心孩子上網受騙、受霸凌

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：視聽教室

填寫時間：108 年 4 月 1 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。	☒	☐	☐	☐	☐
02. 我覺得指導老師了解我們教養小孩上的需求	☐	☒	☐	☐	☐
03. 我覺得參加活動後我知道了孩子網路成癮對他的影響。	☐	☒	☐	☐	☐
04. 我覺得參加活動後我學會辨識孩子是否網路成癮。	☐	☒	☐	☐	☐
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。	☐	☒	☐	☐	☐
06. 參加活動後，我更了解網路成癮的成因。	☐	☒	☐	☐	☐
07. 我覺得參加本活動後，知道如何預防網路成癮。	☐	☒	☐	☐	☐
08. 我覺得參加活動後我願意開始規劃與孩子的上網約定。	☐	☒	☐	☐	☐
09. 我希望網癮防制宣講團還能夠繼續辦理類似的活動。	☐	☒	☐	☐	☐
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

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：東山國中

填寫時間：108 年 4 月 1 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。	☐	☒	☐	☐	☐
02. 我覺得指導老師了解我們教養小孩上的需求	☐	☒	☐	☐	☐
03. 我覺得參加活動後我知道了孩子網路成癮對他的影響。	☐	☐	☒	☐	☐
04. 我覺得參加活動後我學會辨識孩子是否網路成癮。	☐	☐	☒	☐	☐
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。	☐	☐	☒	☐	☐
06. 參加活動後，我更了解網路成癮的成因。	☐	☒	☐	☐	☐
07. 我覺得參加本活動後，知道如何預防網路成癮。	☐	☒	☐	☐	☐
08. 我覺得參加活動後我願意開始規劃與孩子的上網約定。	☐	☐	☒	☐	☐
09. 我希望網癮防制宣講團還能夠繼續辦理類似的活動。	☐	☒	☐	☐	☐
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，交由承辦單位集整，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

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：東山國中視聽教室

填寫時間：108 年 8 月 1 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。	☐	☒	☐	☐	☐
02. 我覺得指導老師了解我們教養小孩上的需求	☐	☒	☐	☐	☐
03. 我覺得參加活動後我知道了孩子網路成癮對他的影響。	☐	☒	☐	☐	☐
04. 我覺得參加活動後我學會辨識孩子是否網路成癮。	☐	☒	☐	☐	☐
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。	☐	☒	☐	☐	☐
06. 參加活動後，我更了解網路成癮的成因。	☐	☒	☐	☐	☐
07. 我覺得參加本活動後，知道如何預防網路成癮。	☐	☒	☐	☐	☐
08. 我覺得參加活動後我願意開始規劃與孩子的上網約定。	☐	☒	☐	☐	☐
09. 我希望網癮防制宣講團還能夠繼續辦理類似的活動。	☐	☒	☐	☐	☐
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

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：

東山國中

填寫時間： 108 年 4 月 1 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。	☒	☐	☐	☐	☐
02. 我覺得指導老師了解我們教養小孩上的需求	☐	☒	☐	☐	☐
03. 我覺得參加活動後我知道了孩子網路成癮對他的影響。	☒	☐	☐	☐	☐
04. 我覺得參加活動後我學會辨識孩子是否網路成癮。	☐	☒	☐	☐	☐
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。	☒	☐	☐	☐	☐
06. 參加活動後，我更了解網路成癮的成因。	☐	☒	☐	☐	☐
07. 我覺得參加本活動後，知道如何預防網路成癮。	☐	☒	☐	☐	☐
08. 我覺得參加活動後我願意開始規劃與孩子的上網約定。	☒	☐	☐	☐	☐
09. 我希望網癮防制宣講團還能夠繼續辦理類似的活動。	☒	☐	☐	☐	☐
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，交由承辦單位集整，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

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：視聽教室

填寫時間：108 年 4 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。	☐	☒	☐	☐	☐
02. 我覺得指導老師了解我們教養小孩上的需求	☐	☒	☐	☐	☐
03. 我覺得參加活動後我知道了孩子網路成癮對他的影響。	☐	☒	☐	☐	☐
04. 我覺得參加活動後我學會辨識孩子是否網路成癮。	☐	☒	☐	☐	☐
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。	☐	☒	☐	☐	☐
06. 參加活動後，我更了解網路成癮的成因。	☐	☒	☐	☐	☐
07. 我覺得參加本活動後，知道如何預防網路成癮。	☐	☒	☐	☐	☐
08. 我覺得參加活動後我願意開始規劃與孩子的上網約定。	☐	☒	☐	☐	☐
09. 我希望網癮防制宣講團還能夠繼續辦理類似的活動。	☐	☒	☐	☐	☐
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，交由承辦單位集整，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

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：

東山國中視聽教室

填寫時間：

108 年 4 月 1 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。	☒	☐	☐	☐	☐
02. 我覺得指導老師了解我們教養小孩上的需求	☒	☐	☐	☐	☐
03. 我覺得參加活動後我知道了孩子網路成癮對他的影響。	☒	☐	☐	☐	☐
04. 我覺得參加活動後我學會辨識孩子是否網路成癮。	☒	☐	☐	☐	☐
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。	☒	☐	☐	☐	☐
06. 參加活動後，我更了解網路成癮的成因。	☒	☐	☐	☐	☐
07. 我覺得參加本活動後，知道如何預防網路成癮。	☒	☐	☐	☐	☐
08. 我覺得參加活動後我願意開始規劃與孩子的上網約定。	☒	☐	☐	☐	☐
09. 我希望網癮防制宣講團還能夠繼續辦理類似的活動。	☒	☐	☐	☐	☐
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