

2026 網路成癮防治進階教育訓練工作坊

# 網路社群媒體成癮與共現 焦慮、憂鬱、失眠問題 之認知行為治療 (CBT)

從理解到行動，一起打造更健康的數位生活

少一點焦慮  
多一點真實的幸福

健康上網  
從心開始

## 日期時間

115年 11月8日 (星期日)  
09:00 - 17:30

## 地點

實體 | 亞洲大學國際會議廳 A101  
(台中市霧峰區柳豐路 500 號)  
線上 | MS Teams (限 500 名)  
線上不提供繼續教育積分

## 參與對象

- ✓ 已完成網路防治初階訓練之精神科主治醫師、精神科住院醫師
- ✓ 已完成網路防治初階訓練之非精神科主治醫師、非精神科住院醫師
- ✓ 已完成網路防治初階訓練之臨床心理師、諮商心理師
- ✓ 已完成網路防治初階訓練之職能治療師、護理師、社工師
- ✓ 已完成網路防治初階訓練之其他類醫事人員
- ✓ 已完成網路防治初階訓練之非醫事人員心理衛生工作者
- ✓ 已完成網路防治初階訓練之從事網路成癮相關議題服務、研究、教學的心理衛生工作者

## 報名須知

- 報名日期：即日起至 115年10月31日 (星期六) 23:59 或額滿截止
- 報名連結：<https://reurl.cc/vGp9po>
- 實體學員：預計申請繼續教育積分；完成簽到及通過考核，提供進階認證證明。
- 概不退費：完成簽到及學習成效評估者，將核發出席證明。

立即報名



掃描 QR Code 前往報名

## 交通方式 (實體)

- 高鐵：台中站 6 號出口轉乘 151 公車至安樂站
- 台鐵：台中站轉乘 108、201 或 243 公車
- 自駕：國道 3 號霧峰交流道下，沿台 3 線轉柳豐路即可抵達

## 辦理單位

- 主辦單位 | 衛生福利部
- 承辦單位 | 亞洲大學網路成癮防治中心、亞洲大學心理學系、亞洲大學附屬醫院臨床心理中心
- 合辦單位 | 臺灣網路成癮防治學會、台中市臨床心理師公會、台灣臨床心理學會
- 協辦單位 | 中華民國臨床心理師公會全國聯合會

## 聯絡窗口

- 行政與活動執行 | 亞洲大學網路成癮防治中心 高嘉琳助理  
04-2332-3456 # 3606
- 繼續教育積分與報名 | 台中市臨床心理師公會 簡雅雯秘書  
04-2332-3456 # 5442

## 課程課程

| 時間          | 活動內容                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09:00-09:20 | 報到 (場地：亞洲大學國際會議廳 A101)                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 09:20-09:30 | 致歡迎詞：亞洲大學 柯慧貞副校長<br>長官致詞：衛生福利部長官<br>貴賓致詞：台灣精神醫學會、台灣臨床心理學會、台灣網路成癮防治學會                                                                                                                                                                                                                |
| 09:30-11:10 | 社群媒體 × 社交焦慮 × 憂鬱 × CBT<br>● 主持暨回應人：台灣大學 陳淑惠特聘教授/臨床心理師<br>● 主講人：亞大 柯慧貞講座教授/臨床心理師                                                                                                                                                                                                     |
| 11:10-11:20 | 茶敘 ☕                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 11:20-12:20 | 社交焦慮之認知行為介入：概念化與介入策略 (日本經驗)<br>● 主持暨回應人：輔仁大學 劉向雲教授/臨床心理師<br>● 主講人：Eiji Shimizu M.D., Ph.D<br>日本千葉大學附屬醫院 CBT 中心主任/<br>日本行為與認知治療學會理事長                                                                                                                                                 |
| 12:20-13:40 | 午餐 🍱                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 13:40-14:40 | 行為睡眠醫學在網路使用相關睡眠問題的應用 (台灣經驗)<br>● 主持暨回應人：清華大學教育心理與諮商學系<br>李長權副教授/臨床心理師<br>● 主講人：政大 楊建銘特聘教授/臨床心理師                                                                                                                                                                                     |
| 14:40-14:50 | 茶敘 ☕                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 14:50-15:50 | 數位使用、焦慮或憂鬱所引發之睡眠困擾之認知行為介入 (CBT-I)：概念化與介入策略 (日本經驗)<br>● 主持暨回應人：台大精神醫學部 陳昭中教授/<br>心身醫學科主任<br>● 主講人：Eiji Shimizu M.D., Ph.D<br>日本千葉大學附屬醫院 CBT 中心主任/<br>日本行為與認知治療學會理事長                                                                                                                  |
| 15:50-16:00 | 茶敘 ☕                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 16:00-16:50 | 一位臨床心理學家的科學道路：<br>從焦慮症認知模型到實踐 CBT 的全球影響<br>The Scientific Journey of a Clinical Psychologist:<br>From Cognitive Models of Anxiety Disorders to<br>the Global Impact of Evidence-Based CBT<br>● 主持暨回應人：亞大 柯慧貞講座教授/臨床心理師<br>● 主講人：Professor David M. Clark, DPhil, CBE,<br>英國牛津大學名譽教授 |
| 16:50-17:10 | 綜合討論<br>● 主持人：亞大 柯慧貞講座教授/臨床心理師<br>● 與談貴賓：郭國瑞、蘇逸人教授                                                                                                                                                                                                                                  |
| 17:10-17:30 | 工作坊後測驗、滿意度調查、實務與政策建議調查                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 17:30-      | 餐送、賦歸                                                                                                                                                                                                                                                                               |

連結專業力量，守護心的健康

專業提升  
跨國交流  
實務應用  
共創未來