

臺北市私立延平高級中學 112 學年度第 2 學期 親職資訊素養教育宣導

疫發難收 遠距/3C 兒少拒上學



隨著網路普及與科技發展，在 COVID-19 疫情期間進行線上學習，再回到現實校園生活後，部分兒少出現拒學行為。為此，台北市立聯合醫院松德院區自 3 月起，新設立家長親職特別門診，提供家長相關諮詢服務。

北市聯醫松德院區兒童青少年精神科主治醫師賴柔吟表示，親職特別門診服務內容，包含特殊兒童親職教養諮詢，與家長討論特殊需求兒童的互動、溝通技巧，緩解家庭緊張關係，協助孩子的發展與適應；同時，也會和家長討論家中及學校已嘗試的策略，如何針對孩子個別狀況調整相關技巧，協助孩子情緒調節及行為改變。

另，當孩子出現身心症狀如食慾、睡眠變化、專注力狀況、頭痛、暈眩、胸悶心悸、喘不過氣、肚子痛等，但檢查無異常時，家長亦可在親職門診與醫師討論協助孩童身心覺察及調節技巧。

若擔心精神疾患標籤就醫紀錄，可由家長先與醫師諮詢討論，是否適度調整即可恢復健康生活；或需要精神醫療進一步協助，討論家長的擔憂，協助有需要的兒童後續進入醫療。

對於家有網路過度使用、拒學兒童者，親職門診醫師會與家長討論如何協助孩子面對網路誘惑、網路霸凌、如何漸進式限制規範使用手機或網路，及衝突的處理，並促成孩子行為改變及適應環境，及其在現實生活中的其他個人興趣探索。

賴柔吟表示，許多孩子的狀況，透過家長的協助、家庭與學校環境的調整，可漸進式協助孩子練習調節，回復身心健康的狀態。該自費門診由經驗豐富的兒童青少年精神科專科醫師提供完整諮詢，有利進行深度會談，協助解決親職教養困擾，促進親子良性互動發展。

資料來源：

[疫發難收？遠距/3C 兒少拒上學 | 中華新聞雲](#)

iWIN 網路內容防護機構 2024-06-28 <https://reurl.cc/EjxNM1>