



(<https://www.instagram.com/taidaerjiazhongxin/>)



(<https://www.facebook.com/NTUCFRC/>) 最新消息 關於中心 研究主題 知識百寶箱 研究成果



(<https://www.youtube.com/channel/UCHezPDnF-CajbU-259cF6A>) 學術資源 出版與影音 獎助學金 相關連結 電子報



(https://twitter.com/ntu_cfr) 出版與影音 (index.php?menu=出版與影音)



首頁 (index.php) /

《把上網壞習慣—「網」打盡！陪孩子在網路世代成長的指南》電子書 (index.php?menu=出版與影
繁體中文 (index.php?lang=zh) | English (index.php?lang=en) &title=%E3%80%8A%E6%8A%8A%E4%B8%8A%E7%B6%B2%E5%A3%9E%E7%BF%92%E6%8



出版與影音

《把上網壞習慣—「網」打盡！陪孩子在網路世代成長的指南》電子書

2022-05-06

《把上網壞習慣—「網」打盡！陪孩子在網路世代成長的指南》的發行是為了讓家長與孩子能建立起互信、合作的溝通模式，透過書中的情境學習從孩子的角度思考各種行為並做出適當的回應，和孩子站在同一陣線，共同組隊迎接3C世代的各種挑戰。

【
手冊PDF版本下載請點我
(<https://drive.google.com/file/d/1KLq05MMShkblfK2YZTvSFW/view?usp=sharing>)
】

【
手冊電子書請點我
(<https://cfr.ntu.edu.tw/ebook/shot/>)
】

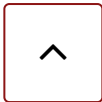
本手冊蒐集了27種家長與孩子常見的網路使用情境，並依照狀況分級為「綠燈」、「黃燈」以及「紅燈」。

手冊電子版中更設有連結以及QRCODE，可以快速連結相關單元、情境懶人包以及各種網路成癮預防資源。

歡迎大家多多下載利用
最新消息 關於中心 研究主題 知識百寶箱 研究成果
若有問題請聯絡：02-33661255



學術資源 出版與影音 獎助學金 相關連結 電子報



國立臺灣大學 (<https://www.ntu.edu.tw/>)

中國信託慈善基金會
(<https://www.ctbcfoundation.org/web/>)


中國信託反毒教育基金會 (<http://ctbcantidrug.org>)


網站地圖 (index.php?menu=網站地圖) [最新消息](#) [關於中心](#) [研究主題](#) [知識百寶箱](#) [研究成果](#)





[學術資源](#) [出版與影音](#) [獎助學金](#) [相關連結](#) [電子報](#)




 10617 臺北市大安區羅斯福路四段一號社會工作系館421C室

 ntucfrc@ntu.edu.tw (<mailto:ntucfrc@ntu.edu.tw>)

 (02)3366-1255 ([callto:0233661255](tel:0233661255))

 (02)3366-1589 ([callto:0233661589](tel:0233661589))

 (<https://www.instagram.com/taidaerjiazhongxin/>)

 (<https://www.facebook.com/NTUCFRC>)



(<https://www.youtube.com/channel/UCHczPDqFKCajbL-25t9cF6A>)

 (https://twitter.com/ntu_cfrc)

Copyright © 2026. 國立臺灣大學中國信託慈善基金會兒少暨家庭研究中心