



## < 兒童及青少年上網行為 > 支援服務及資訊概覽

### 提供支援/輔導服務的機構

機構	掃描 QR Code 連結網站
<p><b>網上支援協會 (eHelp Association)</b>                      可以對「兒童色情」、「網上罪行」和「網絡欺凌」等兒童及青少年網絡安全問題作出舉報，以獲得適當的協助</p>	
<p><b>家庭福利會 HealthyNET 「健康上網支援網絡」教育及輔導服務</b>                      電話 / WhatsApp : 5592 7474</p>	
<p><b>香港基督教服務處「網開新一面」 - 網絡沉溺輔導中心</b>                      電話 : 2561 0363</p>	
<p><b>東華三院心瑜軒 (預防及治療多重成癮綜合服務中心)</b>                      電話 : 2827 1408</p>	

### 非政府機構和私人執業的臨床心理學家及精神科醫生名單

機構	掃描 QR Code 連結網站
<p>香港心理學會「臨床心理學部」- 臨床心理學家名單</p>	
<p>香港精神科醫學院 - 精神科醫生名單</p>	

## 相關書籍

書名	作者	出版社
當子女機不離手 - 教養青少年的技法和心法	伍詠光、葉玉佩	突破機構
網絡沉溺 - 在深淵中尋出路	李展熙、王蓉、受助者家長、 謝樹基、陳喆燁、康貴華	文藝出版社
網絡沉溺 - 在家長救兒手冊	屈偉豪	皇冠出版社
Parenting in the Screen Age: A Guide for Calm Conversations	Delaney Ruston	Starhouse Media LLC

## 實用資訊網站

機構	掃描 QR Code 連結網站
衛生署學生健康服務 - 沉溺行為「智 Sma@rt 一族 • 健康使用」	
守網者 (CyberDefender) - 給年青人和兒童的上網指引	
香港大學法律及資訊科技研究中心「青年社區法網」	
香港大學心理學系「愛•關機」打機成癮預防計劃	
香港青年協會「Ken Sir 同你傾」	
資訊安全網 (InfoSec) - 設定孩子們使用互聯網的基本規則	