

# 新北市立鶯歌工商 110 學年度第 1 學期

## 生命教育:青少年憂鬱症防治班級輔導暨心得徵選實施辦法

一、依據：110 學年度輔導工作實施計畫。

二、目的：

- (1) 協助學生了解如何檢視自己的憂鬱情緒及有效的情緒管理。
- (2) 宣導如何陪伴憂鬱症患者，提升學生的人際技巧以及同理心。

三、實施方式：

### (一) 班級輔導

- 1.以融入護理課程的班級輔導方式進行憂鬱情緒防治工作。
- 2.對象：一年級學生。
- 3.主題：認識青少年的憂鬱情緒/症。
- 4.活動方式：團體活動、影片觀賞、回饋及自我情緒檢視(填寫回饋單)。
- 5 活動媒材：董氏基金會憂鬱防治微電影【請。聽】

World Health Organization 【I had a black dog, his name was depression】

- 5.活動地點：輔導室團體諮商室。
- 6.時間：50 分鐘。
- 7.日期：第九週 (10/25~10/29) 高一護理課程。

### (二) 心得徵選

- 1.徵選方式：課後進行心得學習單撰寫，學生自由參加。
- 2.獎勵：經輔導教師評選，挑選優秀作品並予學生敘嘉獎一支以茲鼓勵。

四、本活動所需經費由相關輔導工作項目下支應。

五、本辦法陳請 鈞長核可後辦理，修正時亦同。