

國語日報

財團法人國語日報社發行
董事長兼社長 / 孫慶國
社址 / 10078臺北市中正區福州街2號
網址http://www.mdnkids.com
訂報 (02)2341-2448
總機 (02)2392-1133

讀報教師研習 國語日報社

報紙當課本跨領域學習

學寫作 閱讀時事 多元教學策略

歡迎申請 網址 https://nie.mdnkids.com/



9 771681 708707

今日特價 10元

聯盟調查 2成3高中生很憂鬱 缺情緒紓解管道

陳芝瑄 / 臺北報導

兒福聯盟昨天公布二〇二三年青少年憂鬱報告，發現全臺十二歲至十七歲國高中生中，逾一成的壓力程度達嚴重等級以上，其中高中生壓力指數約國中生的兩倍，壓力來源前三名為學校課業、未來前途及交友人際；調查更發現，近兩成三高中生陷入憂鬱，卻缺乏情緒紓解管道，且學生有情緒困擾時，專業輔導資源反而缺席。

兒福聯盟執行長白麗芳說，根據衛福部於二〇二一年公布的統計，兩成五國高中生在近三年曾考慮輕生；輕生已是十五歲到二十四歲青少年死因第二名；學生年紀越大，壓力越大，尤其高中生因升學而壓力更大。

兒盟調查顯示，七成學生遭遇情緒困擾時會優先和友好的同學或朋友商談，其次

才是父母；近兩成學生不與任何人談心，自行消化負面情緒，不但學生主動向學校教師求助意願普遍低落，連尋求網友幫助的比率都高於擁有專業知識的輔導教師。

白麗芳說，兒少常以非正統的意見分享和引導，會讓青春期的兒少對於憂鬱情緒產生錯誤認知，反而阻礙學習正確的紓解方法。

根據兒盟二〇二二年的調查，近八成學生不願意去輔導室，除了沒時間、距離教室遠等時空因素，部分學生認為輔導室隱私保護不足，怕去輔導室會被同學發現、被認為有問題等。

白麗芳呼籲師長多和兒少聊天，給予鼓勵和協助，並協助兒少增加促進心理健康的正確知識，也建議學校應改善輔導室的刻板印象，例如加強宣導輔導室功能、調

中學生報

閱讀中學生報 掌握得分之鑰

現在訂閱

《中學生報》一年50期

1,100元

再送 10期

榮獲金鼎獎肯定

訂閱方式：
1. 郵政劃撥帳號 00007595
戶名：國語日報社
2. 電洽客服專線 (02)2341-2448

訂閱由此去



整會談時間等，並設置較具隱密性和便利性的線上輔導資源，讓學生有負面情緒或心理受創時能有紓解管道。

白麗芳建議，政府應將心理健康評量納入定期檢查機制，並製作「護心護照」給青少年，以提供心理健康知識、簡易評估問卷及諮詢資源；針對高風險兒少應定期關懷、適時轉介及長期追蹤，以便隨時掌握兒少身心健康。

全臺第一個 機器人外送員亮相

工研院打造全臺第一個機器人外送員「Cubot ONE」昨天亮相，這個送餐機器人不但能在人潮中避開障礙，還能遠端控制及自己搭電梯；三月一日起在高雄軟體園區與統一超商合作試營運，園區的上班族不用下樓外出，在辦公室就能輕鬆用手机APP點餐，享受機器人外送員送餐到門口的便利。報導·攝影 / 陳景清

