

# 臺北市私立復興實驗高級中學111學年度第2學期 心理衛生宣導實施計畫

一、實施依據：本校 111 學年度輔導工作實施計畫。

二、實施目的：

- (一)協助學生了解輔導室及相關資源，以適應國、高中生活。
- (二)協助學生自我覺察、了解情緒、學習人際互動份際。
- (三)協助學生培養良好學習態度、方法和習慣，以發揮潛能。
- (四)協助學生進行生涯規劃，了解職涯性向，選擇適合的科系。
- (五)融合性平、兒少保、家暴、自殺等重大議題於宣導課程。

三、實施對象：本校中學部全體學生。

四、主辦單位：輔導室。

五、實施日期：自 112 年 02 月 01 日起至 112 年 06 月 31 日止。

六、實施主題：搭配中學輔導活動課程及各班導師時間，由心理師入班進行宣導，預計施測週次及各年級主題如下表：

| 年級   | 主題      | 週次 |
|------|---------|----|
| 七年級  | 情緒你我他   | 2  |
| 八年級  | 網路知多少   | 12 |
| 九年級  | 因應考試壓力  | 9  |
| 十年級  | 時間管理    | 14 |
| 十一年級 | 不再當壓力山大 | 7  |

七、本計畫經校長核准後實施，修正時亦同。