

臺北市政府衛生局

「115年校園心理健康需求問卷調查」方案說明及指導語手冊

壹、依據：

- 一、114年度衛生局、教育局校園健康服務工作小組第1次聯繫會議決議。
- 二、本府衛生局115年校園心理健康促進工作計畫。

貳、方案背景與目標：

近年來，受數位媒體普及、社會環境變遷及後疫情時代適應等因素影響，學生的心理健康問題呈現低齡化與複雜化趨勢。為瞭解現今兒童青少年心理衛生之變遷趨勢，本局自民國93年起，每3至4年定期辦理校園心理健康施測，已累積4次大型調查及1項與臺大合作之深度研究。

據此，今(115)年延續辦理是類活動，預計於115年3-4月(即114學年度下學期)發放問卷，期能透過本次調查，作為本局、教育局及各級學校擬定校園心理健康促進工作方案之參考。

參、辦理單位：臺北市政府衛生局、臺北市政府教育局。

肆、實施方式：

- 一、發放對象：臺北市國小5年級至高中(職)3年級學生，共跨越8個年級。
- 二、填答時程：115年3月2日(一)至115年4月30日(四)止。
- 三、問卷內容：

(1) 問卷版本：分為國小版及國高中版，2個版本。

(2) 問卷題項：分為4大題。

1. 基本資料：性別、學層、身分族群
2. 心理健康現況評估：BSRS 心情溫度計
3. 網路使用習慣：衛生福利部網路使用習慣自我篩檢表
4. 壓力因應策略與求助管道

四、填答方式：線上問卷，匿名作答，各校可利用自習、班會或電腦課程等時間安排電腦教室或使用平板等可上網之裝置進行填答。

五、預估時間：含說明時間約15分鐘內可完成。

➤ 正式填答連結：

國小版：<https://govtaipei.surveycake.biz/s/3Zdg9>

國高中版：<https://govtaipei.surveycake.biz/s/yvrl0>

伍、各校作業流程：

一、【發放說明單張】

請以電子或紙本說明單張提供學生及家長，使其知悉本次問卷方案。

二、【確認問卷填答意願】

若家長或學生明確表達不參與，則尊重其意願，不強迫填答，學生可於問卷填答頁面勾選「無法協助填答」即可送出結束表單。

三、【安排填答環境】

本案問卷請於校內進行填答（切勿提供學生連結作為回家作業），建議利用班會時間、資訊課或彈性學習時間進行，並請確認網路設備連線正常。

四、【填寫講座/宣導品需求表單】：<https://forms.gle/igMZWYbdFvS6DZ7D7>

請於該校學生全數填答完成後，填寫講座主題需求表單，以利後續連繫媒合。

陸、抽獎活動暨獎勵機制：

一、【學生抽獎活動】：為提升學生完整填答意願，完成問卷即可參與抽獎，獎項內容如：AirPods、電子閱讀器、超商禮券（或等值獎品）。問卷完成頁面將提供抽獎活動專用連結，得獎名單預計於6月初公告，屆時敬請學校師長協助轉交禮品。

二、【學校心理健康衛教講座】：依據問卷填答結果，協助各校安排一場次心理健康衛教講座（學生心衛講座或家長親職講座擇一），費用由本局全數支應。

三、【人員敘獎】：填答完成後，各校得秉權核予負責人員敘獎，問卷回收率達90%，相關人員每人至多得敘獎2次，問卷回收率達60%，相關人員每人至多敘獎1次。（如學生於問卷勾選『無法協助』亦算入該校問卷回收率）。

柒、指導語參考：

一、【說明原則】：

本問卷旨在收集學生需求與意見，並非心理診斷工具或標準化測驗。建議由導師或相關承辦人員協助開場說明後，由學生自行閱讀並獨立填答，教師無需逐題解說或引導填答。

二、【開場說明】：

各位同學好，為了更瞭解本市學生在學校和生活中的心理健康狀況，衛生局、教育局和學校一起準備了這份校園心理健康問卷，想了解大家對學習、人際關係和生活各方面的感受，以及在面對壓力時會怎麼做。

這份問卷是匿名的，也就是說，不會記錄你的名字。填寫內容只會用來做統計分析，不會影響你的成績或個人權益，老師、同學或家長都不會知道你填寫的內容。當然如果你不想填寫，也沒有關係，你可以在問卷第一頁勾選『我無法協助填寫問卷』就會結束整份問卷。

問卷的題目沒有對錯之分，請大家根據自己的真實感受和經驗回答，針對問卷題目請大家勾選一個最符合你想法的選項就可以了。

當你準備好，就可以開始了。

三、【結束填答】：

如學生不願填答，尊重其意願。若學生完成填答，請老師協助提醒「在問卷送出後的頁面有抽獎活動的專用連結，要參加抽獎的同學，請記得點選連結、填寫完整資訊。」

捌、問卷題目：(您可點選下方連結參閱問卷填答頁面)

➤ 學校老師用測試連結：<https://govtaipei.surveycake.biz/s/r1GAd>

【國小高年級】

題目類型		題數
一、基本資料		3
二、心理健康現況評估	BSRS-5	6
三、網路使用習慣與影響	衛生福利部網路使用習慣自我篩檢表	4
四、壓力因應策略與求助管道		12
小計		25

➤ 問卷說明頁

親愛的同學 你好：

我們是臺北市政府衛生局。

為了更瞭解本市學生在學校和生活中的心理健康狀況，衛生局、教育局和學校一起準備了這份問卷，想聽聽你對學習、人際關係和生活各方面的感受，以及在面對壓力時會怎麼做。你的意見對我們非常重要，會幫助我們設計更適合大家的心理健康活動和資源。

這份問卷是匿名的，也就是說，不會記錄你的名字，填寫內容只會用來做統計分析，絕對不會影響你的成績或個人權益，請放心作答。

問卷裡的題目沒有對錯之分，只要根據你的真實感受和經驗來回答就可以了。希望你能幫忙完整填寫整份問卷，這樣我們才能更了解大家的狀況。

謝謝你的配合！

[開始](#)

➤ 行政資料蒐集頁

1. 學校名稱：_____

“填寫此資訊只用於確認各校填答份數，請放心填寫”

2. 學校行政區(下拉選單，含12行政區)

3. 是否願意填寫此問卷？

我願意協助

我無法協助(跳轉至結束頁面)

[下一頁](#)

➤ **第一大題:個人基本資料**

1. 性別：(單選)

1. 生理男；2. 生理女；3. 其他；4. 不想回答

2. 學校年級：(單選)

1. 國小五年級；2. 國小六年級

3. 是否具以下身分：(單選)

1. 新住民子女、2. 原住民子女、3. 無、4. 不確定

下一頁

➤ **第二大題:心情溫度計**

「心情溫度計」是用5個簡單題目幫助你掌握自己心理狀態的小工具。現在，請你仔細回想一下，最近一星期(包括今天)這些問題使你感到困擾或苦惱的程度，勾選一個最能代表你感覺的分數。

1. 容易緊張不安：(單選)

0. 完全沒有；1. 輕微；2. 中等程度；3. 厲害；4. 非常厲害

2. 覺得容易苦惱或動怒：(單選)

0. 完全沒有；1. 輕微；2. 中等程度；3. 厲害；4. 非常厲害

3. 感覺憂鬱、心情低落：(單選)

0. 完全沒有；1. 輕微；2. 中等程度；3. 厲害；4. 非常厲害

4. 覺得比不上別人：(單選)

0. 完全沒有；1. 輕微；2. 中等程度；3. 厲害；4. 非常厲害

5. 睡眠困難，譬如難入睡、易醒或早醒：(單選)

0. 完全沒有；1. 輕微；2. 中等程度；3. 厲害；4. 非常厲害

6. 請將1-5題分數加總：_____

加總分數說明如下：

0-5 分：看來你是個調整情緒及紓解壓力的高手，繼續保持下去吧！

6-9 分：最近有煩惱嗎？試著注意自己的身心狀況，多多放鬆心情吧！

10-14 分：你的心情已經影響生活作息了嗎？你可以到輔導室找老師談一談。

15 分以上：你最近的身心健康可能需要專業協助，建議你找醫師或心理師一起討論。



若想了解相關的心理資源，可先詢問輔導室的老師

或撥 (02) 3393-7885，跟心衛中心一起討論

臺北市社區心衛中心關心你

問卷完成一半囉，繼續加油！

下一頁

➤ **第三大題：網路使用習慣與影響**

以下是有關網路使用行為的題目，想瞭解你上網的情形。請回想一下你最近6個月的狀況是否與句中的描述一致，請依照自己符合的情形來勾選。

1. 想上網而無法上網的時候，我就會感到坐立不安。(單選)

1. 極不符合；2. 不符合；3. 符合；4. 非常符合

2. 我發現自己上網休閒的時間越來越長。(單選)

1. 極不符合；2. 不符合；3. 符合；4. 非常符合

3. 我習慣減少睡眠時間，以便能有更多時間上網休閒。(單選)

1. 極不符合；2. 不符合；3. 符合；4. 非常符合

4. 上網對我的學業已造成一些不好的影響。(單選)

1. 極不符合；2. 不符合；3. 符合；4. 非常符合

謝謝你！第三部分已填寫完成，接下來是最後一部分的問卷

下一頁

➤ **第四大題：壓力因應策略與求助管道**

1. 你目前生活中主要的壓力來源(複選，系統點選可進行排序)

“最多選3項，並依壓力大小排序，排序1在最上面代表壓力最大，排序3在最下面代表壓力最小”

1. 學業方面：功課、考試或成績不好

2. 人際關係：跟同學或朋友吵架、被排擠

3. 家庭關係：跟家人吵架或家裡有不好的事

4. 師生關係：覺得老師很兇或不喜歡我

5. 外表：在意自己的長相或身材

6. 未來：不知道以後長大要做什麼

7. 感情：談戀愛、親密關係

8. 網路：在網路上被罵或看到別人過得比我好

9. 沒有明顯的壓力事件

10. 其他：_____

2. 請問你最主要(排序1，最上面)的壓力事件已經持續大約(單選)

1. 未滿半年；2. 半年以上不到一年；3. 一年以上

下一頁

最後的幾個問題想瞭解你面對壓力的因應方式以及對心理健康資源的想法

3. 你感受到壓力或情緒低落時，你會採取哪些方式來調適？(可複選，最多3項)

- 1. 跟家人/朋友聊聊
- 2. 上網 po 文抒發情緒
- 3. 找 chatgpt 或 AI 機器人聊天
- 4. 獨處、自己沉澱心情
- 5. 去運動、聽音樂或是做一些休閒活動
- 6. 玩電玩、手遊等網路遊戲
- 7. 尋求專業協助 (輔導老師、心理師)
- 8. 其他：_____
- 9. 沒有調適方式

4. 你認為「向他人求助」是解決壓力有效的方法嗎？(單選)

- 1. 完全沒有效；
- 2. 不太有效；
- 3. 有效；
- 4. 非常有效

5. 如果需要求助，你會**最優先**向誰尋求幫助？(單選)

- 1. 家人
- 2. 朋友/同學
- 3. 學長/姐
- 4. 學校老師/輔導老師
- 5. 上網問 AI，例如:Chatgpt
- 6. 上網問網友
- 7. 專業人士，例如：心理師、身心科醫師、社工師
- 8. 打1925安心專線/1995生命線/1980張老師或其他心理諮詢專線
- 9. 不知道求助管道
- 10. 不會向他人求助
- 11. 其他：_____

6. 你知道學校輔導室可以提供輔導、心理諮詢服務？(單選)

- 1. 知道；
- 2. 不知道

7. 你曾經使用過學校輔導室的資源嗎？(單選)

- 1. 沒有(跳至8.)
- 2. 有使用過一次
- 3. 有使用兩次以上

7-1. 呈上題，若有使用過，請問你感覺對生活的改善程度：(單選)

- 1. 改善很多，幫助很大
- 2. 有改善一部分
- 3. 沒什麼改善
- 4. 沒有改善而且還變糟
- 5. 不確定/不清楚

8. 你認為學校在推動校園心理健康方面，需要加強的是什麼？(可複選，最多3項)

- 1. 在課堂上教我們怎麼面對壓力和不開心的情緒
- 2. 辦更多可以讓我們放鬆的活動（像是好玩的社團、活動或運動比賽）
- 3. 舉辦更多心理健康講座/活動，讓我們認識什麼是心理健康
- 4. 提供一對一聊天的機會（如果我們有煩惱，可以跟老師單獨說）
- 5. 在學校貼海報或發文宣，讓我們知道心情不好時可以向誰求助
- 6. 建立安心信箱、匿名聊天室，讓我們可以匿名說出心事，不用擔心被發現
- 7. 其他：_____
- 8. 沒有需要加強的部分

9. 你會透過哪些管道獲得心理健康相關資訊？（可複選）

- 1. 學校老師/輔導室宣導
- 2. 家人/朋友
- 3. 自己看書/紙本報章雜誌
- 4. 社群平台貼文、網路文章
- 5. 網路影片
- 6. 專業人士，例如：心理師、身心科醫師、社工師
- 7. 政府資訊、官方網站
- 8. 其他：_____
- 9. 沒有接觸的管道

10. 請勾選在今天以前你已經知道或聽過校外的心理健康資源選項：（可複選）

- 1. 1925 安心專線（衛生福利部提供）
- 2. 1980 張老師專線（提供輔導服務）
- 3. 1995 生命線（提供危機協談與關懷）
- 4. 臺北市社區心理衛生中心（由衛生局營運，提供諮詢專線、社區諮商門診等）
- 5. 15-45青壯世代心理諮商方案（提供15至45歲3次免費諮商）
- 6. 心理諮商所 / 心理治療所（提供個別或團體心理諮詢/治療）
- 7. 醫院精神醫學科 / 身心醫學科（可提供診斷、藥物治療、心理治療）
- 8. 精神醫療及心理健康相關民間單位（如董氏基金會、精神健康基金會等）
- 9. 其他：_____
- 10. 不知道校外的心理健康資源

11. 請勾選你曾經使用過校外的心理健康資源選項：（可複選）

- 1. 打電話給1925 安心專線
- 2. 打電話給1980 張老師專線
- 3. 打電話給1995 生命線
- 4. 使用過臺北市社區心理衛生中心的資源
- 5. 找過心理師，進行心理諮商或心理治療
- 6. 去醫院看過身心科或兒童心智科

7. 其他：_____

8. 沒有使用過校外心理健康資源

12. 如果有一天，你跟家人說你心情很不好，想要去找輔導老師或心理師聊聊，你覺得他們可能會怎麼說或怎麼做？

1. 他們可能會說：「發生什麼事了嗎?如果你覺得有需要，我們可以陪你去。」

2. 他們可能會說：「發生什麼事了嗎?要不要再觀察看看，或許過陣子自然就好。」

3. 他們可能會說：「壓力誰沒有? 這種事沒必要找輔導老師。」

4. 他們可能會說：「你不用去，輔導室是給有問題的人去的。」

5. 我很難想像，不知道他們會怎麼想。

6. 其他

本次問卷已經全數填答完畢，請點選『下一頁』送出，謝謝你的協助！

【國中、高中職】

題目類型		題數
一、基本資料		3
二、心理健康現況評估	BSRS-5	6
三、網路使用習慣與影響	衛生福利部網路使用習慣自我篩檢表	4
四、壓力因應策略與求助管道		12
小計		25

➤ 問卷說明頁

親愛的同學 你好：

我們是臺北市政府衛生局。

為了更瞭解本市學生在學校和生活中的心理健康狀況，衛生局、教育局和學校一起準備了這份問卷，想聽聽你對學習、人際關係和生活各方面的感受，以及在面對壓力時會怎麼做。你的意見對我們非常重要，會幫助我們設計更適合大家的心理健康活動和資源。

這份問卷是匿名的，所有作答內容將受到嚴格保密，僅供統計分析使用，絕不會追溯至個人，也不會影響你的成績或個人權益，請放心作答。

問卷裡的題目沒有對錯之分，只要根據你的真實感受和經驗來回答就可以了。希望你能幫忙完整填寫整份問卷，這樣我們才能更了解大家的狀況。

謝謝你的配合！

[開始](#)

➤ 行政資料蒐集頁

1. 學校名稱：_____

“填寫此資訊只用於確認各校填答份數，請放心填寫”

2. 學校行政區(下拉選單，含12行政區)

3. 是否願意填寫此問卷？

我願意協助

我無法協助(跳轉至結束頁面)

[下一頁](#)

➤ **第一大題:個人基本資料**

1. 性別：(單選)

1. 生理男；2. 生理女；3. 其他；4. 不想回答

2. 學校年級：(單選)

1. 國中七年級；2. 國中八年級；3. 國中九年級；4. 高中一年級；5. 高中二年級；
6. 高中三年級；7. 技高一年級；8. 技高二年級；9. 技高三年級

3. 是否具以下身分：(單選)

1. 新住民子女、2. 原住民子女、3. 無、4. 不確定

下一頁

➤ **第二大題:心情溫度計**

「心情溫度計」是用5個簡單題目幫助你掌握自己心理狀態的小工具。現在，請你仔細回想一下，最近一星期(包括今天)這些問題使你感到困擾或苦惱的程度，勾選一個最能代表你感覺的分數。

1. 容易緊張不安：(單選)

0. 完全沒有；1. 輕微；2. 中等程度；3. 厲害；4. 非常厲害

2. 覺得容易苦惱或動怒：(單選)

0. 完全沒有；1. 輕微；2. 中等程度；3. 厲害；4. 非常厲害

3. 感覺憂鬱、心情低落：(單選)

0. 完全沒有；1. 輕微；2. 中等程度；3. 厲害；4. 非常厲害

4. 覺得比不上別人：(單選)

0. 完全沒有；1. 輕微；2. 中等程度；3. 厲害；4. 非常厲害

5. 睡眠困難，譬如難入睡、易醒或早醒：(單選)

0. 完全沒有；1. 輕微；2. 中等程度；3. 厲害；4. 非常厲害

6. 請將1-5題分數加總：_____

加總分數說明如下：

0-5 分：看來你是個調整情緒及紓解壓力的高手，繼續保持下去吧！

6-9 分：最近有煩惱嗎？試著注意自己的身心狀況，多多放鬆心情吧！

10-14 分：你的心情已經影響生活作息了嗎？你可以到輔導室找老師談一談。

15 分以上：你最近的身心健康可能需要專業協助，建議你找醫師或心理師一起討論。



若想了解相關的心理資源，可先詢問輔導室的老師

或撥 (02) 3393-7885，跟心衛中心一起討論

臺北市社區心衛中心關心你

問卷完成一半囉，繼續加油！

下一頁

➤ **第三大題：網路使用習慣與影響**

以下是有關網路使用行為的題目，想瞭解你上網的情形。請回想一下你最近6個月的狀況是否與句中的描述一致，請依照自己符合的情形來勾選。

1. 想上網而無法上網的時候，我就會感到坐立不安。(單選)
1. 極不符合；2. 不符合；3. 符合；4. 非常符合
2. 我發現自己上網休閒的時間越來越長。(單選)
1. 極不符合；2. 不符合；3. 符合；4. 非常符合
3. 我習慣減少睡眠時間，以便能有更多時間上網休閒。(單選)
1. 極不符合；2. 不符合；3. 符合；4. 非常符合
4. 上網對我的學業已造成一些不好的影響。(單選)
1. 極不符合；2. 不符合；3. 符合；4. 非常符合

謝謝你！第三部分已填寫完成，接下來是最後一部分的問卷

下一頁

➤ **第四大題：壓力因應策略與求助管道**

1. 你目前生活中主要的壓力來源(複選，系統點選可進行排序)

“最多選3項，並依壓力大小排序，排序1在最上面代表壓力最大，排序3在最下面代表壓力最小”

1. 學業方面(成績、升學、考試、作業)
 2. 人際關係(同學、朋友)
 3. 家庭關係(手足關係、親子衝突、家人健康等)
 4. 師生關係
 5. 身體形象、容貌焦慮
 6. 未來生涯規劃
 7. 感情問題：談戀愛、親密關係
 8. 網路/社群媒體壓力(如：網路霸凌、比較心態)
 9. 沒有明顯的壓力事件
 10. 其他：_____
2. 請問你最主要(排序1，最上面)的壓力事件已經持續大約(單選)
1. 未滿半年；2. 半年以上不到一年；3. 一年以上

下一頁

最後的幾個問題想瞭解你面對壓力的因應方式以及對心理健康資源的想法

3. 你感受到壓力或情緒低落時，你會採取哪些方式來調適？(可複選，最多3項)

- 1. 跟家人/朋友聊聊
- 2. 上網 po 文抒發情緒
- 3. 找 chatgpt 或 AI 機器人聊天
- 4. 獨處、自己沉澱心情
- 5. 去運動、聽音樂或是做一些休閒活動
- 6. 玩電玩、手遊等網路遊戲
- 7. 尋求專業協助 (輔導老師、心理師)
- 8. 其他：_____
- 9. 沒有調適方式

4. 你認為「向他人求助」是解決壓力有效的方法嗎？(單選)

- 1. 完全沒有效；2. 不太有效；3. 有效；4. 非常有效

5. 如果需求助，你會**最優先**向誰尋求幫助？(單選)

- 1. 家人
- 2. 朋友/同學
- 3. 學長/姐
- 4. 學校老師/輔導老師
- 5. 上網問 AI，例如:Chatgpt
- 6. 上網問網友
- 7. 專業人士，例如：心理師、身心科醫師、社工師
- 8. 打1925安心專線/1995生命線/1980張老師或其他心理諮詢專線
- 9. 不知道求助管道
- 10. 不會向他人求助
- 11. 其他：_____

6. 你知道學校輔導室可以提供輔導、心理諮詢服務？(單選)

- 1. 知道；2. 不知道

7. 你曾經使用過學校輔導室的資源嗎？(單選)

- 1. 沒有(跳至8.) 2. 有使用過一次 3. 有使用兩次以上

7-1. 呈上題，若有使用過，請問你感覺對生活的改善程度：(單選)

- 1. 改善很多，幫助很大
- 2. 有改善一部分
- 3. 沒什麼改善
- 4. 沒有改善而且還變糟
- 5. 不確定/不清楚

8. 你認為學校在推動校園心理健康方面，需要加強的是什麼？（可複選，最多3項）

- 1. 在課堂上教我們怎麼面對壓力和不開心的情緒
- 2. 辦更多可以讓我們放鬆的活動（像是好玩的社團、活動或運動比賽）
- 3. 舉辦更多心理健康講座/活動，讓我們認識什麼是心理健康
- 4. 提供一對一聊天的機會（如果我們有煩惱，可以跟老師單獨說）
- 5. 在學校貼海報或發文宣，讓我們知道心情不好時可以向誰求助
- 6. 建立安心信箱、匿名聊天室，讓我們可以匿名說出心事，不用擔心被發現
- 7. 其他：_____
- 8. 沒有需要加強的部分

9. 你會透過哪些管道獲得心理健康相關資訊？（可複選）

- 1. 學校老師/輔導室宣導
- 2. 家人/朋友
- 3. 自己看書/紙本報章雜誌
- 4. 社群平台貼文、網路文章
- 5. 網路影片
- 6. 專業人士，例如：心理師、身心科醫師、社工師
- 7. 政府資訊、官方網站
- 8. 其他：_____
- 9. 沒有接觸的管道

10. 請勾選在今天以前你已經知道或聽過校外的心理健康資源選項：（可複選）

- 1. 1925 安心專線（衛生福利部提供）
- 2. 1980 張老師專線（提供輔導服務）
- 3. 1995 生命線（提供危機協談與關懷）
- 4. 臺北市社區心理衛生中心（由衛生局營運，提供諮詢專線、社區諮商門診等）
- 5. 15-45青壯世代心理諮商方案（提供15至45歲3次免費諮商）
- 6. 心理諮商所 / 心理治療所（提供個別或團體心理諮詢/治療）
- 7. 醫院精神醫學科 / 身心醫學科（可提供診斷、藥物治療、心理治療）
- 8. 精神醫療及心理健康相關民間單位（如董氏基金會、精神健康基金會等）
- 9. 其他：_____
- 10. 不知道校外的心理健康資源

11. 請勾選你曾經使用過校外的心理健康資源選項：（可複選）

- 1. 打電話給1925 安心專線
- 2. 打電話給1980 張老師專線
- 3. 打電話給1995 生命線
- 4. 使用過臺北市社區心理衛生中心的資源
- 5. 找過心理師，進行心理諮商或心理治療

- 6. 去醫院看過身心科或兒童心智科
- 7. 其他：_____
- 8. 沒有使用過校外心理健康資源

12. 如果有一天，你跟家人說你心情很不好，想要去找輔導老師或心理師聊聊，你覺得他們可能會怎麼說或怎麼做？

- 1. 他們可能會說：「發生什麼事了嗎?如果你覺得有需要，我們可以陪你去。」
- 2. 他們可能會說：「發生什麼事了嗎?要不要再觀察看看，或許過陣子自然就好。」
- 3. 他們可能會說：「壓力誰沒有? 這種事沒必要找輔導老師。」
- 4. 他們可能會說：「你不用去，輔導室是給有問題的人去的。」
- 5. 我很難想像，不知道他們會怎麼想。
- 6. 其他

本次問卷已經全數填答完畢，請點選『下一頁』送出，謝謝你的協助！