

【十七歲的冬天3—當弦律再起】影片觀賞學習單

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

一、影片中，偉康接受哪些人的幫助以解決自己的情緒問題？（可複選）

爸爸 媽媽 妹妹 老師 同學

二、承上題，如果在你的生活中遇到情緒困擾時，想想看，哪些人也會這樣幫助自己？

三、如果你週遭的親人或是好朋友有了像偉康的症狀，你是否願意與他多聊聊，或找些方式幫助他開朗？

願意 不願意，因為_____

四、如果你的親人或是好朋友有長期憂鬱的症狀，你是否願意鼓勵他尋求專業人士來幫助他？

願意 不願意，因為_____

五、影片中，偉康是如何排解他的憂鬱情緒？（可複選）

運動 玩樂器 找朋友聊天 找老師 接觸陽光

六、承上題，你曾經用過哪些方法來紓解自己的壓力？（可複選）

上網 找朋友聊天 唱歌 看電視 運動 畫畫 玩樂器 睡覺

其他（請說明）_____

七、如果你自己因為某些事情而感覺悶悶不樂，是否願意接受親友或師長們的幫助來讓自己好過一點？

願意 不願意，因為_____

八、由片中得知偉康曾經罹患過憂鬱症，其所描述的憂鬱症症狀有哪些？（可複選）

看誰都不順眼 跟同學處不好 事事抱怨，像全天下的人都對不起他

早上不起床，上課猛睡覺 脾氣暴躁不講理，把朋友都得罪光了

九、下列關於憂鬱症的描述何者為真？（可複選）

憂鬱症又稱心的感冒，得了憂鬱症並不是可恥的事 憂鬱症是可以透過吃藥、

團體治療或個別治療的方式治療好的 憂鬱症治好後仍會復發，所以日後的保

健很重要 憂鬱症會傳染，所以只要有人得了憂鬱症，我一定要離他遠遠的

十、請問你覺得本片的內容對你來說

非常有觀賞價值 有觀賞價值 沒感覺 沒有觀賞價值 非常沒有觀賞

價值

十一、請談談你對本片的心得或印象最深刻的一幕，並說明之！

十二、對於今天的課程內容，你覺得：

非常滿意 很滿意 尚可 不滿意 非常不滿意