

# 103

# 輔導簡訊

## 本期主題：

- ★ 思覺失調症辨識與處遇研習
- ★ 教職員療癒植栽紓壓創作研習
- ★ 臉色大變？大便！  
— 人際互動工作坊
- ★ 真善美劇院  
— 【我的囑囑老師】電影賞析
- ★ 蕭敬騰生命故事分享
- ★ 校園輔導工作精選照片

103期輔導簡訊 2018年12月發行

發行人：黃耀寬校長  
總編輯：林好芳主任  
編輯：林淑華老師  
美術指導：翁肇偉組長  
美術編輯：廣二甲 邱可佑、洪靖涵

# 蕭敬騰：



## 挫折、煩惱都是好事，才有進步與改變的可能！

唱歌很有爆發力的蕭敬騰，從不避諱談及自己叛逆的過往，他曾經以為拳頭就是一切，以霸制霸是伸張正義的方式，直到遇上了少輔組，他的人生才因此不同！於是，當他瞭解「逆風少年」的背景時，便二話不說答應接受我們訪問，希望以自身的故事鼓勵逆風少年，也期待他們與他一樣幸運，能找到改變人生的契機！

「想起過去愛逞兇鬥狠的自己，真的覺得很對不起爸媽！」蕭敬騰說，自己國中階段非常愛打架，動不動就會用拳頭、言語威嚇來保護自己。當時，媽媽為了讓他變乖，還辛苦賺錢讓他讀私校，光一學期學費就要四萬元，但蕭敬騰依舊學壞，後來因為家裡負擔不起學費，又轉回雙園國中就讀。

「會迷失方向，真的不能怪青少年，很多時候都是環境使然，讓他們無能為力！」但是蕭敬騰很幸運，他在高中時因朋友的關係認識了少輔組，讓他整個人都不一樣了！「那段時間是我有記憶以來最溫暖、沒有壓力的快樂時光！」原來，在校園裡當小霸王的蕭敬騰其實過得很辛苦，因為隨時都有可能與人起衝突，讓他一直處於備戰的狀態。

但少輔組的社工們不同，他們不跟他聊父母、談未來，只談喜歡吃甚麼、明天要去哪裡玩？而知道蕭敬騰很喜歡音樂時，還讓當時才16歲的他，來機構教大家打爵士鼓，還讓他連續兩年獲得「善心人士獎」，接受總統馬英九的表揚。

「要讓叛逆的人改變，就要提供他們一條完全不

一樣的路！」蕭敬騰說，在這裡，他獲得了很多自信，覺得自己什麼都不會，完全沒有方向，到覺得自己能夠在社會上做很多的事情。

17歲時，蕭敬騰進入民歌西餐廳駐唱，後來參加星光大道一炮而紅，這些都是大家熟知的故事了，但大家不知道的是，原來當初拯救蕭敬騰的不只是音樂，還有這些愛心社工適時拉他一把！

一路走來，蕭敬騰覺得自己很幸運，但他也認為，「有挫折、害怕、煩惱都是好事，因為這樣才有進步的空間，以及改變的可能！」因此他鼓勵逆風少年遇到問題一定要想辦法解決，不管多久都要想出答案，不要著急。他相信，逆風少年或許會自卑、沒自信，但只要給他們機會，讓他們發揮所長，他們將是最有潛力的一群。



## 青少年精神疾患

### -思覺失調症辨識與處遇

透過鍾醫師的引導，了解處在青少年時期的孩子常出現的精神疾患症狀，更針對思覺失調症的成因與診斷有較清楚的說明，同時期盼所有教育夥伴包容孩子，並善用系統合作，結合社區醫療資源協助學生。



講師：鍾明勳 精神科醫師  
現職：明如身心診所院長  
經歷：前嘉南療養院社區精神科主任

這場研習內容主要是介紹思覺失調症狀的辨識方法、出現原因以及應該怎麼與他們相處。要判斷是否為精神疾病，必須先看有無影響日常生活，如果有影響到日常生活的功能，極大的可能患有精神官能症，若同時影響個案對於現實感的判斷，造成個案分不清現實與幻想的時候，可能就患有重大精神疾病。

思覺失調症的引發是因為個案本身可能擁有遺傳基因，並且透過某事件的引發，進而產生症狀。在遺傳中以同卵雙胞胎的機率最高。常見的症狀有妄想、幻覺、胡言亂語...等。

對於思覺失調症的學生，我們應該加強宣導同學間的愛護友誼，並且請同學間互相幫助，讓個案減少壓力，逐漸適應現實生活。

會計科實習教師 吳蕙如老師

由於大學相關科系的緣故，我對於思覺失調症有些許的了解，但這次的研習讓我更深入了解了思覺失調症這個精神疾患。尤其講師用淺顯易懂的圖表為我們介紹精神疾病的分類，更加易懂。

關於病症的特徵、發病機率、治療方式等等，因在學校所提只有簡略帶過，這場研習深刻地描述發病時的正性及負性症狀，而各自的治療方式又為何。最重要的是，當教師遇上此類學生時，應該要如何去進行班級經營，以及校園的整合準備。講師也提到一點，照顧精神疾患的病人是辛苦的，因此，照護人員長時間都是同一人，這些支持的資訊必須要讓家長知道，其中的親師溝通又是一項挑戰，相信經過這場研習後，自己已經具備基本的知識了。

特教科實習教師 楊婷羽老師

雖然之前在大學時已經對思覺失調症有些瞭解，但是透過鍾醫師這次的分享，除了是溫習之外，也讓我學習到一些之前不知道的知識，例如自殘依發生的頻率代表了病患是受不同情況的影響(自幼便存在-天生、最近一直存在-生病、某一情境持續發生-與情緒/人格/個性有關、只發生一次-因意外/特殊事件)，所以處理的方式會有很大的差別，必須先瞭解病患的類型為何；以及雙向情緒障礙症-躁鬱症的病發原來是與體質較有關係，而憂鬱症的病發則是和個人的個性、壓力有關.....。得到這些新知識的當下讓我感到很驚奇，我覺得自己從研習中收穫到很多、很有趣，希望未來能藉著這些知識，有效幫助到有需求的學生。

特教科實習教師 黃詩涵老師



# 真善美劇院

## 【我的嗶嗶老師】



### 影片簡介：

立志成為老師的奈娜，從小深受妥瑞症影響，成長過程中因這個隨時就會展露症狀的疾病，被家人、朋友、陌生人、工作上的上司或同事們嘲笑與誤解，即使長大後情況依然沒有好轉。

在歷經第18次的教師面試遭拒後，絕望之際，她終於在自己的母校找到全職教師的工作，然而她馬上就知道原因，原來她被分配到全校唯一的災難班—集結了最頑抗、最調皮，永遠都在惹麻煩的問題學生。

她決定拿出畢生都在為自己缺陷戰鬥的精神，讓她的學生能排除一切的歧視與艱難，並發掘自己的潛能，也贏得全校師生的讚賞與肯定，更讓學生們找到自己獨一無二的天賦和價值。

### 活動內容：

本次活動為107學年度多元探索系列活動第一發，希望引領學生們走出教室、跳脫書本，用多元的方式認識與了解廣大的世界，以及當中的人生百態。透過電影賞析，將學生帶進不同的文化脈絡中，體驗身處其中的生命故事，進而能夠反思自身重要的課題，開始探索自我。

希望藉由影片讓各位同學更加認識妥瑞症、社會當中不同角色的無奈辛酸與奮鬥歷程、資源分配不均、因不了解而產生的偏見與歧視等現實面向，促發同理心和社會正義的思維，亦能體會不放棄希望的精神和態度，珍惜並善用自身優勢與資源，掌握未來的方向，追求夢想。

### 學生心得：

想跟奈娜一樣把困難的課綱用簡單易懂的方式來學習。從小到大，奈娜接受別人用奇特的眼光看待他；長大後，他也不在意別的老師用什麼樣的眼光看待他的教學方式，但他達到目標了，換來的是掌聲和肯定。為達目的而堅持不懈的精神是我該學習的！（賀一丁 李宥萱）

這部電影透過妥瑞症講述每個人對於天生的不公平往往帶著怨天尤人的心，而非接受並擁抱。除以上，電影也帶出學習的目的在於為未來的自己有所幫助，教育的方式可以死板板的，也可以讓學生開心學習。

（賀一丁 陳姿蓿）

對，憑什麼不聰明的頑皮學生就不能學習，不能擁有平等待遇，人人都應該平等。看到最後F班的學生成功的考了第一名，這也令我思考許久，是否該讀書了，是否應該拿出點成績，回饋那些對我抱有期望的人。

（商二乙 蘇靖翔）

看完這部電影後，最令我印象深刻的是劇中資優班的導師替犯下錯誤的學生背黑鍋，他說：「世上沒有壞學生，只有壞老師。」他可能認為自己的思想及行為影響了他的學生，而他那位學生也知道錯誤，與他人和平共處。女主角雖有先天性疾病，面試也經常碰壁，但他為了夢想依舊沒放棄，他最後成功的成為許多人的啟蒙老師，成為了自己最欣賞的那種人。這部電影讓我知道，只要努力堅持，就有機會戰勝自己的恐懼及障礙。

（賀二甲 莊鎔璞）



在看這部電影前，我並不了解妥瑞症，電影中，主角因為有妥瑞症所以被很多學校拒絕，但他卻始終沒有放棄自己想當老師的夢想，反而藉著自己的努力改變貧民窟的學生，成為一位令人尊敬的老師。這或許就是我們該學習的吧，我們擁有比主角更健全的身體，比貧民窟學生更充足的資源，就應該更加珍惜，追求自己的夢想。從這部電影中學到了許多課堂上學不到的，也很感謝能有這個機會參加活動。

(賀二甲 湯怡君)

「在尋找幸福的路上，我們總會受一點點傷。」我們總是在意他人的話語，在不經意中傷了別人也傷害自己，也許自己並不是這麼糟糕，只是幸福比較晚來而已，希望我能和片中角色一樣，用正確的方式找到自己的目標。

(賀二丁 李汶君)

也許我的家境背景早在出生前就已定下，無法改變，但能改變的是心態，讓自己往好發展的決心。怨天尤人是最簡單的事情，但光講光想是無法改變的，能做的是去計畫去實踐。就像是電影裡的主角們，即

使生在貧民窟，經過努力，一樣能和資優班的人平起平坐。

(賀三丁 蔡欣軒)

即使全世界的人都說你不行，也要相信自己可以，如果連自己都放棄自己，就真的沒有人救得了你。

(賀二丁 鄭之瑜)

這部片讓我更了解妥瑞氏症，從中看見了人們對於症狀的種種不了解甚至嘲笑，然而奈娜卻沒有因此被打敗，他用實力去證明自己，讓人们对她改觀。

(廣二甲 林暉婷)

看完後很感動，奈娜因為一位幫助過她的老師，長大後立志也要當老師，奈娜幫助了一群孩子，讓他們有了未來、希望，我覺得有一位好老師，且自己願學習，就能夠改變自己的未來，把夢想變真實！

(廣二甲 陳品妤)

讓我知道「人生不受限，不怕輸在起跑線！」不放棄，有一天心想的事情就會成真，讓我知道妥瑞氏症的痛苦與他們會希望我們如何對待他們。

(廣二甲 薛雅淇)



# 教職員 療癒植栽紓壓 創作研習

時間：107年10月17日

地點：簡報室

講師：連之菘 老師

萌萌噠~超療癒多肉植物盆栽創作，手藝跟著日本流行。多肉植物製作搭配花器組合，從輕黏土染色到上色、捏塑到組合了解植物生長型態，運用多種材料組裝拼接。在細細創作中回憶幼時黏土美術的經驗，發現原來自己也可以如此手巧？手巧的禮物是一盆可以永遠陪伴的療癒盆栽！

## 研習心得

- 1.成品令人驚豔，完成後也相當有成就感！非常有創意和巧思的手作課程！
- 2.起初誤以為是植物栽種，後來是體會手做手塑，童趣體驗！
- 3.謝謝輔導處舉辦今日的舒壓研習，每次參加完輔導處舉辦的研習後，心靈總是很滿足，謝謝辛苦了！
- 4.很有趣又療癒的課程，感謝主辦單位的辛勞。
- 5.講師用心挑選學員可操作的作品，此物小巧可愛，從中獲得成就感，唯時間稍嫌緊湊，希望下次可有更充裕時間。
- 6.手作東西很療癒，可以感到放鬆舒服的愉悅感，看到自己的成品後也很有成就感。
- 7.沒想到仿真黏土可以做得這麼像真的植物，謝謝講師用心準備多種材料並逐一示範，整場研習下來，看到自己的作品覺得很有成就感。





# 臉色大變？大槓！

## —人際互動工作坊

講師：侯曉雅 實習心理師  
學歷：台南大學 諮商與輔導碩士班  
經歷：臺灣兒童暨家庭扶助基金會社會工作師、高雄市立凱旋醫院社會工作師  
行動社會工作師



### 團體主題：

運用心理學理論基礎，藉由團體活動、探索體驗、分享時間，協助成員探索人際溝通，理解人際互動、情緒辨識及溝通能力。

### 團體內容簡介：

#### 第一次團體

- ★帶領成員彼此認識，說明工作坊主題及用意，運用人格特質相關的心理測驗，使成員認識在團體當中的自我特質，也促進成員彼此了解。
- ★邀請成員分享在活動當中的收穫及人際技巧的反思。

#### 第二次團體

- ★以桌遊促進成員對彼此特質及印象的認識，增進情感連結。
- ★帶領體驗遊戲，請成員共同不說話的方式來畫圖，以完成領導者交代的任務，讓成員體驗與語言及非語言溝通的差異，引導成員了解溝通的要素。
- ★介紹「我訊息」，教導成員在人際衝突情境中，以「你」或「我」的口語溝通差異，進而引導成員思考對於人際情境或衝突中的自身想法及情緒感受。

#### 第三次團體

- ★以體驗遊戲帶領成員使用非語言方式傳遞不耐煩、緊張、快樂、無奈等四種情緒，讓成員彼此猜測，引導成員討論如何覺察他人的語言與非語言訊息當中的情緒。
- ★帶領成員以「黑洞」體驗帶領成員經歷冒險，從中覺察自身特質以對團體提出貢獻，增加成員人際互動經驗及團體凝聚力。

#### 第四次團體

- ★以桌遊讓成員促進成員對團體競爭及衝突的真實反應，引導學生覺察。
- ★以體驗活動「你說我畫」，帶領成員檢核繪畫與實質圖片的差異為何。
- ★講師引導成員討論溝通當中的要素，彼此確認核



對、眼見、設身處地為他人著想，以及溝通當中的誤解如何產生。

- ★引導成員進行專注傾聽體驗活動-「你說我不聽」的遊戲體驗，引導成員理解專注傾聽在溝通當中的重要。進行人際衝突情境演練，協助成員辨識自身的情緒感受



，連結我訊息中表達自我感受及情緒，做深層情緒的探討。

### 團體心得：

- 1.了解到想要讀懂別人前要先觀察他的眼神、肢體，才能猜透對方的心情。
- 2.上完這堂課程，我發現表達情緒的方式很多，了解到要從肢體動作去讀懂別人是很難的，或許我們都忽略了肢體語言的重要性吧！
- 3.喜歡這裡的氛圍，大家都彼此接納。
- 4.了解到自己也能夠讀懂別人的情緒，也可以和別人相處融洽。
- 5.尊重彼此，誤觸地雷。
- 6.讀懂你表情，不犯你禁忌。

# 校園輔導工作精選照片



家長日



心坎社



高一班游輔導處



家庭教育小組會議



愛情議題融入課程



輔導義工大會



高一憂鬱量表施測



性騷擾防治班級輔導



輔導工作委員會議



學生桌游研發社群



個案研討會



新生線上資料填報