

臺南市光華高級中學教師參加校外各項研習會心得報告

報告人：林秀瑛

會議名稱	112年度輔導主任...及專業人員8小時在職訓練	主辦單位	教育部
日期	112.5.5	承辦單位 研習地點	國立嘉義高級工業職業學校

一、112.7.1 少輔會開始運作/學校可轉介

二、非自願個案人際歷程取向理論與應用實務技演練-

1. 評估因素：生理(焦躁?) / 心理(個人/家庭) / 環境(社會/人際圈)
2. CL 常以「過去的創傷」;例如國小被霸凌，當成現在人際互動的說法。CO 要使其揭露「現在的壓力」
3. 「常打破自我承諾的 CL」：過去已潛藏為心理困境，只是自己無自覺而已。CO 要創機會讓「CL 說以前的壓力」。勿讓 CL 一直追溯以前。
4. CO 要促使 CL 坦露自己。當 CL 坦露自己時，表示「CL 較接納自己」。CO 要持續貼近 CL，而非一直推個案(太推，會扮成隱形阻礙)。
5. 問以前，是為了「個案概念化」。「個案概念化」要有相對應的策略。「個案概念化」的方向...(依附關係的自主與親密)
6. CL 無法直接接受自己低自尊，所以會指責別人，但也切斷了自己的感覺，所以會以「還好」回應。CL 的反應都是有功能的。
7. 評估輔導成效時，不能以外在的目標為目標。質的改變很重要。CL 有內在的改變，才有改變行為的可能。
8. 個案的主訴問題，在呈現其依附要求的焦慮。CO 要反映 CL 「因應模式的情緒」，而非「現在的情緒」
9. CL 不適應的行為，是早期有效，但不適合現在了。
10. 有效的諮商關係：階段一「從主訴問題到 CL 重要的人際煩惱」/階段二「內在聚焦」(CO 須貼近 CL 的想法與情緒)與「經驗承認」/階段三「人際模式」(階段二與階段三可交替)
11. 「內在聚焦」的「人際模式行為」：那時你怎麼辦-你的想法-你的心情(問心情要擺最後)。有行為、有想法、就比較好講情緒。
12. CO 越主動，CL 就越被動。
13. CO 的「反映」要「積極的低指導」，且「人」>「事」。
14. 「羞愧」對自我的破壞力極大

三、心得：如何具體給孩子愛

1. 情緒穩定
2. 需要時找得到人
3. 可以親近
4. 有接納的反應
5. 會幫忙想務實的方法
6. 有尊嚴地對待
7. 鼓勵探索與獨立

科(學程)主任：

諮商中心主任 林秀瑛

教務主任：

教務主任 陳麗珠

校長：

校長 張敬川