

從中輟生追輔經驗談困境因 應與成功因素

諮商心理師

彰化師大輔導與諮商所博士
高雄市學生心理諮商中心督導

張麗鳳

關於我

- 學歷：台灣師大教育心理與輔導系所碩士、彰化師大輔導與諮商系博士
- 經歷：高雄女中輔導教師5年、小港高中主任輔導教師13年
借調學諮中心5年、中輟個管中心督導5年。
專業團體：中華民國輔導教師協會創會理事長(現任常務理事)
高雄市諮商心理師公會副理事長
臺灣心理劇學會理事
臺灣輔導與諮商學會理事
- 專長：心理劇、家族治療、婚姻諮商、團體諮商、生涯輔導與諮商
- 證照：諮商心理師
臺灣心理劇學會心理劇導演、訓練師
臺灣諮商心理學會認證合格心理諮商督導
Satir模式家族治療師
輔導教師

同儕支持團體——的八個步驟

- ▶ 一、組織與開始團體
- ▶ 二、談論追輔中輟生的個人經驗
- ▶ 三、分享困境與因應策略
- ▶ 四、正常化、普同化情緒經驗
- ▶ 五、成功經驗分享
- ▶ 六、灌注力量與行動計畫
- ▶ 七、從追輔工作中找到意義
- ▶ 八、結束團體

一、組織與開始團體

- ▶ (一) 領導者自我介紹
- ▶ (二) 相互認識
- ▶ 我想先邀請每個人先介紹一下您自己，畢業科系、以及您追輔多久了？還有多久的役期？以及您負責的中輟追輔業務內容（或其他相關役男工作）及工作地點。

一、組織與開始團體

▶ (三) 說明座談的目的

- ▶ 非常謝謝各位朋友前來參加座談。今天我們會共聚一堂，是因為中輟生的問題牽涉層面廣又相當複雜、棘手，追輔工作難度極高，各位難免承受一些壓力，心中難免有緊張焦慮、無奈、無力、沮喪、生氣甚至有悲傷。
- ▶ 所以我們特別進行這樣一個「支持團體」，讓大家可以整理這些追輔經驗，可以相互了解與支持，也給自己與夥伴們一個紓解壓力、相互打氣的機會。
- ▶ 我們也可以一起討論，接下來可以如何繼續往前走，幫助這些深陷困境的孩子們。

一、組織與開始團體

● (四) 設限與期待

- 1. 鼓勵每個人參與
- 2. 每個人都觀點都被聽見與尊重

今天我們希望大家能分享共同的追輔經驗，讓大家一起回顧、整理這些追輔經驗，使我們能夠彼此支持、找到困境的因應策略，並相互學習彼此的成功經驗。

- 3. 說明此聚會的時間安排
- 4. 說明六個步驟的流程
- 5. 保密：我也要提醒您，離開團體後請為其他人的發言保密，您可以分享自己參加這個座談的心得，但是不要將別人在這裡說的話傳出去。

二、談論追輔經驗

- ▶ 接下來第二階段，我要請每個人回顧一下，你的追輔經驗帶給你……………
- ▶ 情緒：你經常有的感覺或心情為何？（情緒經文卡或情緒卡）
- ▶ 行為：曾遇到哪些困境？你如何因應？尋求哪些資源協助？未來你想要怎麼做？
有哪些成功經驗？關鍵因素是什麼？你怎麼做到的？有運用哪些資源協助嗎？
- ▶ 認知：當時的想法是什麼？現在你怎麼想這件事？

四、正常化、普同化情緒反應

- 困境：同理支持、連結、普同化、正常化
- 找到卡住、阻礙的因素
- 看見自己角色與能力的限制
- 看見學校系統、家庭系統、社會系統的限制
- 接納與放下
- 相互學習彼此成功的經驗
- 萃取成功關鍵因素

五、灌注力量與行動計畫

- ▶ 接下來再請大家想想，這幾個月來，你面臨這麼棘手的追輔工作，是怎樣熬過來的？你面對壓力與挫折時的意志與力量為何？（改變卡）
- ▶ 同時也想一下，接下來這幾個月的追輔工作，你還擔心會發生什麼狀況？打算改變哪些做法嗎？打算怎麼做？
- ▶ 有哪些資源你還可以求助？

六、從追輔中輟生的工作中找到意義

- ▶ 今天的最後一圈發言，想邀請您思考一下：
- ▶ 這個追輔中輟生的工作對您的人生，有什麼啟示？或這個工作經驗教給你什麼功課？你學到了什麼寶貴的經驗？有什麼樣的成長呢？（改變卡）