

## 輔導室業務報告(112.9.16)

### 一、輔導室組織：

輔導主任：羅偉宸

輔導組長：郭人鳳

資料組長：張淑怡

專輔教師：顏新梅

學習輔導中心（資源班）教師：朱慶虔、鄭雅文、黃惠敏

### 二、輔導室推動工作

#### （一）諮商輔導

1. 個別諮商：人際、壓力、情緒等問題，均可透過與輔導老師的個別晤談，獲得資訊、澄清問題、紓解情緒、商討可能的解決辦法。
2. 團體諮商：辦理不同主題小團體，在輔導老師的帶領下，透過團體成員的相互回饋，探索自己的性格、行為模式、人際風格及生活型態，增加自己對自我與他人的了解。
3. 資源連結：視學生、家庭狀況與需要而定，引入社會、教育局學生諮商中心、家庭教育中心資源、衛生局等資源幫助學生與家庭長出面對困境的能量，度過低潮。

#### （二）適性輔導

1. 七年級：
  - (1) 推廣生涯檔案的建置,教導七年級學生建置屬於自己的生涯檔案，讓學生可以透過生涯檔案以及「學生生涯發展紀錄手冊」，來紀錄與省思三年的學習歷程。
  - (2) 結合輔導課程與學校活動：協助七年級學生「自我覺察與探索」。(如：家長職業達人活動)
2. 八年級：
  - (1) 辦理高職參訪與職群試探活動，並結合輔導活動課與心理測驗的實施，協助八年級學生「生涯覺察與試探」。
  - (2) 今年參訪時間與學校分別為：9/25 曾文農工、12/04 後壁高中。
3. 九年級：
  - (1) 辦理周一下午抽離式「技藝教育」，加深九年級學生對職業的試探。目標在鼓勵學生多元探索，學術與技藝並重，培養未來競爭力。
  - (2) 鼓勵學生參加「技藝競賽」，爭取佳績，拓展升學管道。本校學生技藝競賽表現優異（如附件一）
  - (3) 輔導教師結合輔導活動課與的生涯諮詢，協助學生找出與達到自己的生涯路。
4. 其他：
  - (1) 學校另外積極爭取經費，在學期中、周末或寒暑假期間開辦多元活動與社團(如：銜接高中職技藝社團、藝術與創客教育活動...等)，協助學生發掘自我長才，累積自我能量，一點一滴打造屬於自己的生涯路。
  - (2) 「國中生涯發展教育家長手冊」：家長可以依據手冊內容、配合學校課程活動與「學生生涯發展紀錄手冊」，一同來協助孩子生涯發展。

\*電子檔下載：



網路搜尋「國中生涯發展教育家長手冊」，看到「國中生涯發展教育家長手冊-生涯及技藝教育資訊網→」即可下載

(三) 其他輔導相關工作：透過辦理各項活動推展生命教育、性別平等、家庭教育等重要議題。  
如：

1. 家長座談會：促進學校與家長之間的聯繫與溝通。
2. 親職講座：提供家長正確教養方法與態度,提昇父母效能、增進親子溝通。
3. 專題演講或活動：透過講座或活動的辦理推展輔導相關重要議題。

三、各類輔導相關資源：

- (一) 全國家庭教育諮詢專線：4128185
- (二) 自殺防治守護者-安心專線 0800-788-995
- (三) 台南市衛生局免費心理諮商預約專線：東興辦公室 06-6377232
- (四) 台南市家庭教育中心，網址：<https://web.tainan.gov.tw/family/>

四、特殊教育資源：

- (一) 校內特教諮詢：特教辦公室電話 6982040 轉 112 學輔中心  
輔導室電話 6982040 轉 106 資料組
- (二) 台南市社會局全球資訊網社會福利措施-身心障礙者福利。網址：  
<http://social.tainan.gov.tw/social/>
- (三) 衛生福利部社會及家庭署身心障礙服務入口網。網址：<https://dpws.sfaa.gov.tw/>
- (四) 台南市特殊教育資源中心。網址：<https://serc.tn.edu.tw/>

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|  |  |  |  |
| 家庭教育中心<br>QR code   | 台南市社會局<br>QR code   | 衛生福利部社會<br>及家庭署身心障礙服務<br>QR code   | 台南市特殊教育資源中心<br>QR code  |

五、特教生升學管道說明：

特教生除了可同時參加原班的升學管道 (學區完全免試、優先免試、技優甄審、實用技能學程、特色招生、五專優先免試、五專聯合免試等)，還可另外參加「身心障礙學生適性輔導安置」，所有的升學管道不相衝突，但是只能擇一報到，要留意各升學管道報到的先後順序。

～112 學年度技藝課程～

週一下午辦理國三抽離式技藝課程，課程開設如下：

| 班別          | 1                       | 2                    | 3                       |
|-------------|-------------------------|----------------------|-------------------------|
| 上<br>學<br>期 | 陽明工商<br>商業與管理群<br>(3 節) | 新營高工<br>餐旅群<br>(3 節) | 自辦<br>綜合<br>家政<br>(3 節) |
| 下<br>學<br>期 | 新榮中學<br>餐旅群<br>(3 節)    | 敏惠醫專<br>家政群<br>(3 節) | 自辦<br>綜合<br>食品<br>(3 節) |

～技藝課程好處多～

1. 技藝課程成績 PR 值達 70 分以上即有資格申請「技優」高職升學管道。
2. 參加技藝競賽得名，即可在高中職免試入學多元學習表現(超額比序)、「技優」管道加分。
3. 保障高職實用技能班(三年免學費)優先選擇權。
4. 申請五專的多元學習表現加分項目之一:技藝教育課程平均總成績達 90 分以上者得 3 分、80 分以上未滿 90 分者得 2 分、60 分以上未滿 80 分者得 1 分。
5. 提供技藝發展舞台，有機會當上技藝選手參加技藝競賽。在技藝競賽中得獎後，有機會參賽臺南市技藝教育技優人員。若獲得臺南市技藝教育績優人員，有機會參賽全國技藝教育績優人員。



CRPD 8大原則：

- 1 尊重個人自主與個人自立
- 2 不歧視
- 3 充分融入社會
- 4 尊重每個人不同之處，接受身心障礙者是社會多元性的一份子
- 5 機會均等
- 6 無障礙
- 7 男女平等
- 8 尊重兒童，保障身心障礙兒童的權利

CRPD正視身心障礙者為社會的一份子，障礙的發生不只是因為身體功能有限制，而是社會存在著身心障礙者無法使用的設施設備、資訊傳播方式、對身心障礙者的缺乏瞭解及歧視等，造成身心障礙者的生活出現障礙與困難。期待未來的政策，可以考量身心障礙者的需求，消除社會中的歧視與障礙，達成一個符合國際人權的社會。



# 孩子不是突然就變壞的！

## 高品質陪伴，是改變孩子的契機

2022-03-30 00:00 更新：2022-04-06 16:42by 嚴選作者 - 蔡宜芳諮商心理師（親子天下嚴選）

危機使我們不得不改變，這就是成長的開始。孩子的問題可能持續幾個月甚至幾年的時間。我們能做的就是慢慢修補親子關係，陪孩子一起面對生活中的好事壞事，同時也耐心等待孩子改變的契機，這就是此時此刻的任務！



當孩子出現種種問題行為，例如：對學習無動機、網路成癮、拒學、偷竊、割腕……等狀況，家長常常會很著急，問我到底還可以怎麼辦？但事實上，沒有人知道孩子什麼時候狀況會好轉。

像是拒學孩子的家長，會問我其他拒學孩子是怎麼好起來的，但這並沒有標準答案。每個孩子的個性、成長經驗都不同，也可能遭遇不同的事件。每個人都是獨一無二的個體，沒有一套所謂改變孩子的 SOP。

小六的拉拉是朋友的孩子。最近，她的爸爸非常擔心的告訴我她的狀況：「我跟她媽媽感情不是很好，她媽媽就是很放縱拉拉，有時候我想要陪她唸英文，她就說要跟媽媽一起出門。」

「她最近玩電腦玩得很兇，幾乎整個晚上都在玩遊戲，一邊玩一邊寫作業，所以作業都寫到半夜。她自己鎖在房間裡，我根本沒辦法收他的平板。她媽媽也不肯關網路。」

「拉拉成績越來越差，好像也變得沒有自信。她說班上女生在背後說他壞話，我很擔心，但她後來說：「沒差啊，我跟男生比較好。」

「這次她居然考最後一名，被我罵，結果她卻說：『我就是很爛，考最後一名很開心啊！反正比爛我是第一名。』還一副很驕傲的樣子，我整個很傻眼。」

其實，孩子今天會變成這個樣子，不是一朝一夕造成的。孩子不會因為一個壓力源就倒下，孩子今天會變成這樣，是累積了許多事情而導致。很多時候，壓垮駱駝的最後一根稻草可能只是一件小事。

壓力是一點一滴累積而來的，例如孩子今天在學校和同學吵架，又剛好沒考好，被父母唸了兩句，結果就爆炸了。如果今天只有單一事件發生，可能孩子還有力氣撐一段時間。

因此，當我們能認知到：孩子的問題不會是無緣無故惡化成為今天這個樣子，是長期累積而成的；那麼，我們就不會期待孩子能在短時間內，就有明顯的改變。

## 高品質的陪伴，是推動改變的契機

我們不知道改變的契機在哪裡，我們能做的就是「高品質的陪伴」，讓孩子知道，不管發生什麼事，都有一個人陪著他；就像現在陪著他面對發生在他身上的那些鳥事，依然對他不離不棄。

陪伴的動機不是要改變孩子，也不是勸他變好，而是單純的讓孩子感受到：「因為我愛你，所以不管發生什麼事，我都陪著你。」

如果大人的陪伴只是希望孩子聽話、想要勸孩子要好好讀書、希望孩子認真向上，那孩子很有可能只是對大人敷衍了事，甚至不再想和大人說話。我們其實也很清楚，當孩子自己沒有改變動機時，不管你怎麼說都不會有用的。

## 親子關係沒有捷徑，只有經營

歌手范瑋琪《最重要的決定》這首歌曲中，最後一句歌詞是「因為幸福沒有捷徑，只有經營」。雖然這首歌是在談親密關係，但我覺得親子關係也是如此，沒有捷徑，只有經營。

親子關係不是某一天就突然不合、決裂了，所有事情的發生都有預兆，例如文中的拉拉一開始被同學排擠、課業跟不上，回家後心情不好，而容易和父母頂嘴。父母沒有覺察拉拉被同學排擠，只是唸叨著拉拉最近成績退步，希望她認真一些。

拉拉開始花更多時間在網路遊戲中，因為在遊戲中，她有志同道合的朋友，一起打怪、殲滅敵人，得到現實生活中得不到的「成就感」及「歸屬感」，拉拉終於不再感到孤單了。

但沉迷網路的代價可不小，熬夜打電動、上學遲到、上課不小心睡著、成績變得更糟、被大人責備，但這樣一來，卻也讓拉拉更不由自主的沉迷於網路中。因為，現實生活的一切都糟透了，唯有網路遊戲，才能找到那個快樂的自己。

而親子關係的轉變，其實從父母沒有覺察拉拉被同學排擠，只是唸叨著孩子最近成績退步，那個時候就已經開始惡化了。等到拉拉的爸爸發現時，拉拉已經沉迷在網路上好一段時間了，而要重新在現實生活中，幫助拉拉重新找回「成就感」及「歸屬感」又談何容易？

通常等到我們意識到孩子有狀況時，已經不是三言兩語就能修補我們和孩子的關係了。甚至有時候我們對孩子的關心，孩子不僅收不到，還覺得厭煩。這也是為什麼我們很容易覺得親職教養書中說來簡單，做起來卻處處碰壁的原因。

而我同時也相信，危機就是轉機，危機讓我們意識到需要改變，因為痛苦而不得不成長，這就是改變的開始。孩子不可能明天就變好，問題可能持續幾個月甚至幾年的時間。我們能做的就是慢慢修補親子關係，陪著孩子一起面對生活中的好事壞事，同時也耐心等待孩子改變的契機，這就是此時此刻的任務！

\* 本篇文章由【[蔡宜芳心理師的心靈港灣](#)】授權刊登，未經同意禁止轉載。