

臺北市 99 年度高職學務工作系列活動 「校園正向輔導管教」個案輔導類範例

開南高工 陳宣孝、陳資敏、李汝鎔、林本聯
便利貼男孩～一樣是頂天立地，何憂何懼！

壹、範例架構

一、名稱：便利貼男孩～一樣是頂天立地，何憂何懼！

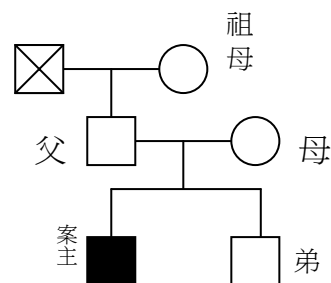
二、目標：

1. 增強案主自我管理能力，使案主能適時表達內心想法，主動與他人溝通。
2. 提升案主正向溝通技巧，發展正確的互動關係。

三、對象：

高二學生 楊○○

案主家境小康，案父開計程車、案母食品批發業會計，弟弟小案主三歲，今年國二，家中主要經濟來源是案母。案主跟弟弟與媽媽同住一棟，案父與奶奶住另一棟，用餐全在奶奶家。案父患有躁鬱症，有定時服藥。



四、問題類型：持有多重障礙類別的殘障手冊、社交恐懼症；由於先天性骨骼發育不全，四肢明顯短小，影響外觀，儘管案主努力做自己，顯得自信滿滿；但課餘時間，常一人孤零零獨處，與同儕接觸較無問題，但與任課老師接觸方式較畏懼。

五、情境說明：

- (一) 案主外觀很突顯，是俗稱的侏儒症。案主對外常表現出很有自信的模樣。在家，案主除父親外，跟其他家人皆相處融洽。案主非常討厭父親，甚至在內心中用「垃圾」來稱呼父親。在校，案主喜歡使用便利貼跟他人互動，會時常將意見及想法寫在便利貼上，再請同學轉交至欲溝通者手上，不喜歡直接用說的。
- (二) 案主認為父親永遠只出那張嘴，愛管人、罵人、唸人、對外老表現一付很吃得開的樣子，常像個長不大的小孩，想法相當幼稚，他跟弟弟都非常討厭他，不喜歡跟他說話，兄弟倆都覺得媽媽相當辛苦。
- (三) 案主的母親表示因案主父親極怕吵，患有躁鬱症，一不順其意，東西就用摔的，家中看電視都是靜音狀態，導致案主跟弟弟只要父親一不在家，音樂就開很大聲來宣洩。
- (四) 案主表示對父親反抗通常會讓母親、自己及弟弟日子過得更不好受，故都壓抑下來，這也間接促使案主將壓抑下來的怒氣發洩到其他對象上。
- (五) 案主一遇不滿，便會消極性的抵抗它，故意做一些想要激怒對方的舉

動，例如上課故意不寫筆記、趴睡、聊天等。案主並不喜歡自己的這些負向行為，因此故意為之的時候，仍舊會擔心，但又無法停止，為此內心矛盾不已。透過檢視其與父親之間互動關係的拉扯，案主能洞悉身上的盲點，起改變的意願。

六、採行策略：

（一）原生家庭背景收集與了解

深入了解案主與家人的詳細互動情形及其重要他人對父親行為舉止的感受與想法，並了解案主與父親不合的導火線，作為歸納分析其原生家庭對案主在心理與行為層面上的影響參考。

（二）探究與分析其行為模式

由於案父罹患躁鬱症，極端怕吵，情緒常陰晴不定，導致家中像分裂的兩個國，案父自己一國，案主與母親、弟弟同一國。案主國與父親相處皆小心翼翼，常常都擔心一個不注意或不小心的便激怒父親，所以只要父親在家，家中其他成員都是戰戰兢兢的度過每一刻，案主國的所有溝通都用寫的，感覺連呼吸都要小心，不能吵到父親。案主國最幸福快樂的時光是父親不在家的時候，但多半父親在家的時間較長，長期下來，導致案主將案主國的溝通模式內化成習慣，以寫便利貼方式與他人互動表達，用寫的案主也感覺較有安全感。

（三）藉心理測驗引見盲點，誘發改變動機

案主個性剛強固執，將問題導因都聚集在別人身上，而看不到自己的盲點，因此藉由心理測驗輔助分析案主人格，協助案主洞察其行為模式與父親相似處，藉以鬆動其固著的信念。當案主意識到自己身上竟不知不覺出現與父親雷同的舉止時，因害怕擔憂日後也成為他人討厭的對象，其才有改變的意願與動機產生。

（四）營造溫馨接納的學習環境，鼓勵主動性正向互動

案主為特教生，有固定接受補救教學的服務，與補救教學老師互動較為頻繁，因此告知補救教學老師理解案主的困難，請其互動時協助鼓勵，當案主出現便利貼方式溝通時，請老師主動持續地鼓勵案主用說的。另探討當案主直接用說的時候其擔心點，針對案主所假想的狀況，一一討論澄清，引案主邁開正向溝通的第一步。

（五）提供表現優勢能力的舞臺

案主英文成績優異，故請英文老師指定其為學校班際英語話劇比賽的成員，透過反覆與成員間的排練及互動，再經由公開表演，吸引全校同學的目光，得到大家的認同，滿足了被重視的渴望，更重要的，也因此建立了自信。

（六）檢討與修正

定期檢討與約談，了解案主嘗試改變的心情與感想，協助其面對克服改變過程中所發生的種種恐懼與擔憂，學習正向思考，並藉師長回饋

增強其持續改變的意願，助案主逐漸改掉用便利貼表達的習慣。

七、 進行流程：

列表如下：

目標：引導案主克服直接溝通的恐懼						
事件	階段	認知	情緒與行為	結果	反思	結論
不想上電子學，不理會老師。	一	上課都在抄寫，聽不懂，抄了也不會，常常還沒抄完就擦掉	討厭上電子學，沒動力與意願抄寫黑板	越來越跟不上進度、越來越難懂電子學	是我很笨，還是老師的問題？	師生關係大扣分
	二	很想跟老師說，但又怕說了，老師會討厭我，會被罵	上課消極又不舒服地坐在位子上發呆	老師對他印象變差，抄寫最後還是得繳交	老師覺得我很不配合，上課常不專心	師生關係扣分
	三	1. 安全性地表達自己 2. 寫的不會吵到他人，且只有當事人看到	1. 嘗試寫便利貼方式溝通 2. 習慣用寫的表達自己想法，擔心直接說，會引發不快與衝突	1. 老師回應，認為我可以直接講 2. 老師明白我的想法，化解誤會，但希望我用講的，直接溝通會更好	1. 了解老師立場 2. 想嘗試用講的，但沒安全感	師生關係加分
	四	試試看，老師也希望我如此	當覺得老師寫太快及教太快時，舉手直接跟老師反應	老師馬上修正講課速度，並一再確認速度的合宜性，自己也不再覺得聽不懂了	直接表達好像不如想像中可怕，該多多練習，會更好。	師生關係大加分

八、 所需資源：

- (一) 專業人員，包含精神科醫師及心理師。
- (二) 特教補救教學相關任課教師、輔導老師、班導師等。
- (三) 健康中心護理師：案主到健康中心辦理特殊疾病卡，由於護理師的溫

「個案輔導類」得獎作品

暖關懷，案主很樂於和她分享心情。

（四）同儕的扶持：營造溫馨友善的班級氣氛，安排輔導股長…等主動關懷。

（五）行政資源：學校提供案主搭乘電梯的鑰匙，特准其上、下樓，得搭乘電梯。

九、效益評估：

（一）案主與人溝通時，心情不好時總採消極地應對模式，需表達時也習慣性地只用便利貼方式表達，極少用口語。

（二）經過多次輔導與面質，案主願意嘗試放下擔心，口頭直接反應與溝通，加上師長的適時回饋與修正，使案主便利貼表達方式逐漸減少，現多半第一時間會先運用口頭溝通方式。

貳、延伸學習

辦理社交恐懼症等輔導技巧相關的研習活動，提供教師、家長與學生參考及認識，以提升學校及家庭整體的敏感度與應對能力。

參、回饋與建議

1. 案主是一個特殊的孩子，本在外型上就有先天的限制，很難讓人忽略他的存在，造成案主較敏感的特殊性格，加上家庭中重要成員—父親的陰晴不定，導致案主小心謹慎，對事過分擔心與放不開，因此採其最熟悉安全的方式應對，故針對案主的負面思考加以處理，增加自我鼓勵的正向內在對話，以克服內心恐懼。

2. 另讓母親了解父親對案主的影響程度，建議母親在已習慣的家庭舞步裡，尋求專業家族治療，以提升正向改變的契機。

肆、心路手札

1. 出生在哪一個家庭都不是你我能決定的選擇，如果可以大家都會選擇健健康康的家庭成長，但健健康康的家庭指標是什麼？多少大家心中都有一個雛形，但是如果營造一個健健康康的家庭似乎問題與困難就來了，很難有絕對滿意地。因為各有各的堅持與想法，導致人人成長於其中也受牽制於其中，彼此互相影響，該怎收放才是最好？很值得深思。

2. 拿案主觀之，他知父親的行為模式不好，但也不知不覺的受其牽扯，而身陷其中，讓心情交葛的更加嚴重氣憤；但當其願意嘗試放下，願意寬容看待父親因病所尋求的協助及協助的限制時，心中原假想的「故意」，其實都是可以釋然化解開的，這就是『家人』，家人之間是沒有解不了的結。

伍、參考資料

John Ratey and Chatherine Johnson 著，吳壽齡 林睦鳥 林春枝 譯（西元 1999 年）。人人有怪癖。遠流出版。

Daniel Amen 著，李明譯（西元 2000 年）。維修靈魂的硬體。大塊文化出版。

臺北市 99 年度高職學務工作系列活動 「校園正向輔導管教」個案輔導類範例

開南高工 李汝鎔、陳資敏、陳宣孝、林本聯
皓皓的異想世界～亞斯柏格症學生的藍天

壹、範例架構

一、 名稱：皓皓的異想世界～亞斯柏格症學生的藍天

二、 目標：

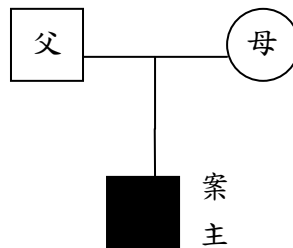
- 1、輔導學生增進其自我管理能力，並懂得運用圓融的社交技巧。
- 2、協助學生發展同理心，能為自己的言行負責任。

三、 對象：

高三學生 曾○○

案主資料顯示父母採民主式教養，父親為主要照顧者，家中經濟狀況小康，案主本身是家中的獨生子。

《家族系統簡表》



四、 問題類型：

亞斯柏格症，容易成為同學開玩笑的對象；常向老師、教官反映被欺負；其設身處地為人設想和相關的能力薄弱，與同儕互動的關係欠佳。

五、 情境說明：

- (一)案主專注於自己的行為與喜好，個性尚稱溫和但缺乏自信，比較自我中心，對待同學較無同理心，因此人際關係較弱。
- (二)團體生活中，若案主行為遭受同學指正，便會感覺同學對自己有敵意的，因而感到生氣。
- (三)當案主情緒不佳時，便會找老師或教官陳述與同學間的不愉快，案主透過傾訴會感覺被關注與理解，會希望老師或教官能給予立即性的幫助，例如：請老師讓同學寫自述表或是予以訓誡…等。
- (四)案主言談中常會有「為什麼他要這樣？」、「他這樣很不好！」等字句出現，需要老師引導後方能理解他人說話的本意，也才較能夠思考自己的行為是否恰當。

「個案輔導類」得獎作品

- (五)案主常在反省後想要跟同學和好，但是又害怕遭受同學的拒絕，因此情緒上會感到困擾，但通常與師長溝通後，都頗願意接納師長的建議。

六、採行策略：

(一)親師溝通，了解需求

案主為家中獨生子，父母對案主的行為很關注，父親為主要照顧者，因此積極與父親連繫。家長教養案主的方式為民主式，並提及到案主有定期到醫院接受心理諮商，因此與家長澄清並討論案主所需要的協助，主要在於發展社交技巧，並期望師長與同儕能給予案主較多包容。

(二)同儕接納，建立自信

案主由於屬亞斯柏格症學生，因此自我中心的情況頗為明顯。有鑑於此，與導師商議後，由輔導老師入班宣導，讓班級同學了解案主的特殊狀況，使同儕能付出更多愛心及耐心去包容案主。

當同學能夠用較溫柔的方式對待案主，案主即感受到他人的尊重，也會比較溫和的回應同學，雙方相處方式的改善，讓案主覺得同學是友善且可愛的，因此較有意願去與同學互動，人際關係也漸漸較為良好。

(三)建立關係，引導生涯規劃

1. 輔導老師與案主展開個別諮商，建立信任關係後，初期晤談的焦點在於人際互動的行為與反思，案主的人際關係逐漸進步後，接著與案主討論未來生涯的規劃，並讓案主學習每個人表達的方式都不同，要學習適應環境，不能總期待別人好言好語的對待自己。
2. 實施學習與讀書策略量表、大考中心興趣量表…等測驗，協助案主更客觀的探索自我。
3. 鼓勵案主多參與校內、外的公益性活動，從與外界互動的過程中，增進親近他人的機會，培養其理解社會行為的法則。

(四)社交技巧，示範指導

保護案主避免被取笑、嘲弄或欺凌，特適時入班宣導，安排輔導股長或與案主關係良好的同儕予以協助和引導。教導同儕對亞斯柏格症學生的社會互動問題如何做適當的回應；老師在課餘時間提供必要的指導和支持。同時，也教導案主如何即時的尋求協助。

七、進行流程：

列表如下：

目標：引導皓皓自我反思並學習同理他人						
階段	事件	認知	情緒與行為	結果	反思	結論
一	與同學發生	同學對我不	很生氣的到	同學覺得我	同學對我	人際關係

	不愉快	好，師長要幫我伸張正義	教官室，告訴教官有同學欺負我，請教官找同學寫自述表	很自我中心、愛打小報告	更加不友善及不耐煩	大扣分
二		打小報告同學會更反感	生悶氣然後回家對爸媽抱怨	爸媽向導師及輔導老師反應此事，希望老師們協助處理	同學覺得我是小孩子，無法處理自己的事情	人際關係扣分
三		我長大了，應該學著不要凡事都靠父母替我解決	嘗試詢問同學為何要對我口氣不好	同學告訴我的想法，並且希望我改進	瞭解同學不愉快的原因	人際關係加分
四		是不是我剛剛的行為太自私了？	反省自己然後委婉的跟同學道歉	同學覺得我很有誠意，也覺得剛剛對我其實可以口氣好一些	站在他人的立場想，果然別人也會比較友善的對待我	人際關係大加分

八、所需資源：

- (一)專業人員，包含精神科醫師及心理師。
- (二)臺北市東區特教資源中心輔導老師。
- (三)班導師、輔導老師、同學的包容、接納、關懷；案主家長的配合…等。

九、效益評估：

- (一)案主從剛開始總是抱怨同學對他不好，到後來發生事件後能夠也試著站在同學的角度思考，並且開始理解他人行為背後的原因，進步其實很多。
- (二)此外，案主後來也嘗試主動在跟同學發生不愉快後，簡單以口頭或用寫紙條的方式跟同學表示善意及歉意。

貳、延伸學習

針對教師、家長及學生，辦理自閉症或亞斯柏格症之相關研習活動，提升學校教師整體的特教知能。

參、回饋與建議

輔導的過程中，其實最感謝的還是家長、導師、同學們的協助與配合，其實案主所欲改善的是「人際」問題，這是需要多方一同努力的議題。很幸運的是，皓皓在畢業前也經由推薦甄試進入了東南科技大學，希望他能夠在將來的生活中，願意嘗試適應新的人際關係，達到融合教育的真諦。

肆、心路手札

- (一)陪伴亞斯柏格症的孩子是需要極大耐心的，因為還牽涉到先天的障礙因素。皓皓的內在就好像有一個自己的小世界，裡面有許多的「我認為」，因此在陪伴他的過程中，必須要付出極大的耐心，去傾聽他的想法，去同理他、關心他，讓他知道我是懂他的，建立起信任感後，方能使皓皓願意嘗試接受我的引導。
- (二)在陪伴的過程中，往往當我希望皓皓能站在別人的立場思考時，他就會猜想我是否認為他不好，或是不喜歡他了，由此可知皓皓對於人際關係是很缺乏安全感的。因此，在跟皓皓晤談的過程中，讓他知道換個立場想，是為了「同理他人」，並且希望他人也能「同理自己」，是需要下許多工夫的。
- (三)案主的改變其實是很不簡單的，但最感謝的還是皓皓本身，有他的願意努力嘗試，家長、導師、輔導老師的適時介入協助才能發揮功能！

伍、參考資料

DIN 電子報第 85 期——南方璀璨的星星（2007.3.31 出刊）