

角色混惑學生之個案輔導

黃美鳳

一、基本資料：

(一)姓名：芭樂籽

(二)性別：女

(三)年齡：十七歲

二、個案來源：

79年3月1日，班代表示案主在寒假期間，曾不明原因離家數日，筆者以導師身份追蹤輔導該個案。

三、問題的描述：

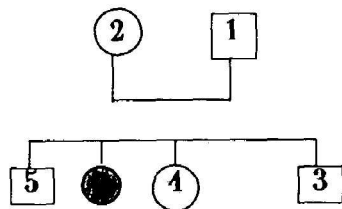
我不想再聽到那些愛的責罵與批評；我怕極了父母的話，一句句都深深的敲擊我的內心，一次次的傷害我，我發現自己日漸憔悴，愈來愈不對勁；雖然許多人不諒解，我知道要為後果負很多責任，但我全整出去了，我離開了家，獨自到一個陌生的地方，自我放逐了十二天，希望能有內心成熟的表現，並追尋自己人生的目標。

輔導者評述：

案主始終低著頭，說話聲小而低沉，眼光注視他方，不斷揉搓雙手，時而嘆息，顯出很疲累的樣子，對自己的敘述，隱含許多無奈與惆悵，雖不滿意父母言語上的衝突，但“家”仍是案主最好的避風港。因此表面上看，似乎是親子互動的障礙，但實際可能尚有其他更關鍵性的問題。

四、資料蒐證：

(一)家庭背景



1. 父親：中學畢業，從事多元化的經商方式。案主自述父親有民主的深厚觀念，雖所受教育不高，但很喜歡讀書，希望孩子們個個胸懷大志，滿腹文才。

2.母親：小學畢業，是個個性溫柔的家庭主婦，一切以孩子為重，但案主認為在觀念上常無法溝通。

3.哥哥：陸軍官校畢業。

4.姊姊：專科四年級。

5.弟弟：專科一年級。

(二)個人狀況：

1.在“學生綜合資料記錄表”中，案主自認是喜好大自然、喜好人群、開朗活潑、喜歡樂觀的人；興趣於電視、電影、閱讀、郊遊旅行等休閒活。

2.案主於“自傳”內表示：喜歡交朋友、談心、打抱不平，認為沒有朋友會像花兒缺少水份般枯萎而死。

3.認為護士是很好的職業，可認識更廣層面的人，要努力充實自己，才能幫助需要被幫助的人。

(三)學校生活：

1.案主小時成績甚佳，擔任班長，得到師長父母很多的掌聲與期望。

2.入護專後，案主參與多項學校活動，並前後擔任班代、副班代、服務股長、社團負責人、學生活動中心幹部、宿舍康樂委員、伙食委員及寢室長等職務。在上學期，更集五種頭銜於一身。案主認為“只要在能力範圍內，我喜歡幫助需要被幫助的人，能看到別人洋溢著笑容，是世上最珍貴的寶”。

3.有許多同學認為一芭樂籽想法太不切實際。

4.案主自己的擔心。

(1)怕毫無頭緒的忙，更怕只有自己一頭熱。

(2)傷心自己毫無知音而徬徨不知如何自己。

5.在校成績如下：

一上：77.9，一下：70.1，二上：65.7，二下：69.1，三上：55.16。

三上成績更因不及格學分數達二分之一，而失去補考機會。

(四)人生觀：

1.案主對未來持消極的人生觀，對自己缺乏信心，認為社會價值觀改變得太現實了，沒

有人要奉獻自己的心力服務大眾，致使自己心中的樹面臨空前的挫折與挑戰，長期下來幾乎否認自己的全部，所以選擇自我放逐。

2. 希望經過大風雨後，能靜靜吞下眼淚，慢慢爬起來面對現實，進而自我成長。

五、分析與解釋：

(一) 以不告離家逃避課業上的挫敗：

案主因學業成績顯著的退步且無補考機會，加上父母的責備與批評，使案主在驚魂未定的情況下，情緒陷入谷底，因此選擇以自我放逐的方式離開溫馨的家。顯然案主在嚴重的內心衝擊下，一時不知如何去面對問題，而以逃避的方式表現其不安與焦慮。

(二) 因未能認清自己的角色與能力，致茫然失去方向：

案主熱衷於課外活動，認為人生應以服務為目的，必須竭盡所能幫助他人，未適切評估自己的能力與限制，加上做事缺乏計劃，以致空有雄心壯志，卻在功課方面，讓自己挫折得一蹶不起，在人際互動中，所得的是相識滿天下，知心無一人。

從這過程中，可發現案主過度高估了自己，無法自我肯定，致使自己失去信心，且對自己的了解只停留在“我對自己的期待”的階段，不知自己的能力、興趣、角色、內省不夠成熟，也未能意識到這方面的問題，故迷惑而不知所措。

(三) 缺乏建立和諧人際關係的社會技巧：

案主雖歷任幹部，但與班上同學少有互動，常獨來獨往，無法建立良好的同儕關係，得不到宣洩情緒的支持，而帶來更多的挫折。

六、確立真正的問題：

案主對自己的能力、擔當的角色及理念混淆不清，而將全部心力專注於課外活動，完全忽略課業的經營，導致同儕及親子關係的疏離。

七、輔導計劃與執行：

(一) 輔導總目標：

幫助案主內在成長與自我發展，重新認清自己的能力、角色與方向，妥善安排作息時間，以發揮潛能，達到自我實現。

(二) 行為目標與執行

1. 催化案主了解自己、接受自己，以對人生有正確的看法。
 - (1) 以接納、專注、真誠、同理、支持、具體、不批判等諮商基本技術，協助案主放鬆心情，表達困難，以瞭解自己不良行爲，進而接納自己，改變自己、發展自己，達自我成長。
 - (2) 針對問題行爲交換意見，糾正其不合理的信念與不良行爲。
 - (3) 提供小品文、書籍給予閱讀，並與之討論。
2. 協助案主確立自己的困擾與需要：
 - (1) 以案主所學發展心理學的背景，討論青少年期發展的重要任務與危機。
 - (2) 根據探討結果，找出影響自己的課業與人際關係障礙的重要因素。
 - (3) 依形成的因素，擬定具體可行的方法，並在環境中不斷練習與運用。
3. 引導案主建立正確的價值觀，並爲自己的行爲負責。
 - (1) 與案主討論日前的困難，並學習以“意志力”去面對它。
 - (2) 讓案主了解“做應做的事，扮演應扮演的角色”是發現自我真正的價值的過程中，是非常重要而不可或缺的關鍵所在。
 - (3) 期許案主能盡量改變，以達更高境界的目標。
4. 以鼓勵、增強的方法，促使案主在環境中學習，以發揮潛能並朝自己的目標前進。
 - (1) 學習並運用自我肯定的技巧，肯定地推辭繁多的外務，使自己有足夠的空間與時間，專注在課業的補救上。
 - (2) 檢討讀書方式，改善讀書方法，以建立自我信心與成就需求的滿足。
 - (3) 擬定作息時間表確實執行，使時間能有效的運用，定期檢討得失、優劣，並做彈性的修改。
 - (4) 能主動尋找資源，與班上功課較好且自己談得來的同學一齊研讀課業，不斷給予支持、鼓勵，並強調目標的達成與合理信念的重要性。
 - (5) 與任課教師溝通，期在案主有進步時給予鼓勵，並提供表現的機會。
 - (6) 與家長連繫，告知案主的優良校行，多給予讚賞與鼓勵，使其在“家”的溫馨中，重新塑造強烈的歸屬感，使案主能更積極地朝目標前進。
 - (7) 隨時叮嚀案主以“意志力”促進行動的動機，發揮潛能資源，引導自己達成目標。
5. 能運用適切的社會技巧，與他人建立和諧的人際關係。

(1) 討論在人際互動中可行的社會技巧與有效的溝通方法。

(2) 學習設身處地，將心比心地站在對方的立場想對方的情境與問題，培養自己的敏銳感，以建立較親密的關係。

(3) 運用接納、尊重與包容於同儕及家中並不斷練習、改進、以成爲生活中不可或缺的人際互動技巧，達到和諧狀態。

八、結 果：

(一) 案主能認清帶給自己生活中如此震撼的因素是外務太多，而問題的導火線在於學業成就太離譜所致。

案主自述：有時候抱著書好想哭，那曾經熟悉的書香，曾幾何時被我遺忘？太對不起它了，該是好好唸點書的時候了；當了三年的幹部，學的也夠多了，付出的代價已不可抹滅，該讓別人有表現的機會，我再也不想當幹部了。

(二) 案主從環境中探索，並了解自己的方向與所得。

案主自述：以前一直將自己關在自己的角落裡，雖知門外有艷燦的陽光，但我不肯也不敢打開心中的門鎖，因各種壓力使我害怕。現在自己真正踏出自己的門時，才發現，原來還有許多朋友在默默關心著我、愛護著我。我很珍惜這種改變，人間是充滿溫馨的。

(三) 在學業成就方面已有明顯的進步—三上55.16→三下67.35

案主自述：這是我三年來，在知識和自我成長最多的一學期。

(四) 在人際互動上，能採取積極而開放的方式，與同儕間的相處趨於和諧，同儕多感受到案主的蛻變。

九、追 蹤：

在輔導的過程中，漸進性地發現案主臉上充滿著陽光的亮麗，表情愉快而自然，隱約可見其步伐的穩健，雖失落的烙印似乎未平撫，但生命的火炬正熊熊地散發出無限的熱能與希望。

同學們亦表示，案主積極多了，卸下了所有的幹部職務，彷彿無事一身輕般，能主動找同學研討課業，對班上的事務亦能提出具體而建設性的意見。

在每個黃昏夜幕將低垂之時，總可見案主仍捧著書，埋首專注其中的背影在教室裡。

十、後 記：

在科技快速發展與社會轉型的巨流中，青少年不時受多層面的衝擊，易產生心理的波動、思想的干擾、情緒的不穩定、人際關係失調、生活無目標……等等的困惑。欲使求助的學生能夠開發自己的潛能，達成自我實現，輔導教師必須建立自己的人生哲學、價值觀、具備豐富的理論基礎、純熟的諮商技巧、敏銳的觀察能力、並融會貫通各學派的精華，再與自己的人格屬性相結合，繼而發展獨特的諮商過程於校園中，這是不可或缺且應隨時隨刻力行的要務。如此，對目前衆多角色混淆的學子，方能使其充分發展自己，獲致高度的自我成長和精神生活的滿足——實現真我。