

## 第二屆校牧培訓課程

日期：19-6-2020

主題：青少年與家庭輔導實務（中學）

講員：盧松標先生

### 內容摘要

#### 引言

#### 個案分享

- 小四轉校生，返學出席率不理想。
- 校方接見家長時，一位「叔叔」應約到校。
- 問：校方（校牧、社工）面談時，想問些什麼問題？有什麼跟進計劃？
  - 有否校園欺凌、家庭背景、學生與誰同住？
  - 安排家訪
- 發現：母親是服用藥物（吸毒）過量身亡；「叔叔」是母親的前男朋友，爸爸在孩子年幼時已經離開家庭；叔叔與孩子的關係不錯。
- 了解：叔叔也有吸毒；孩子十分認識吸毒的知識和反應，擔心叔叔會否也因此死亡，離他而去。
- 結果：找專責戒毒服務的社工幫手；最後學生自願進入兒童院（需要更多心靈關顧）。
- 強調：單是輔導不能處理所有問題，不同專業要互相配搭，愛心牧養尤其重要。
  
- 在輔導歷程中，講員不會主動分享福音。輔導有清楚的理念和目標，就是幫助受助者自己解決問題。在這時傳福音並非迫切的工作，也未必一定用信仰的框架幫助受助者，必須彼此尊重。
- 如果輔導期間用上禱告，禱告內容容易被受助者混淆為輔導的建議或暗示。禱告不是輔導歷程中的一種技巧。當然有很多機會或形式可以用上禱告，但要十分留意禱告的內容會否影響雙方建立起的輔導關係，

#### 青少年與家庭輔導實務（中學）

- 使用「多元法輔導模式」(Eclectic Approach)，什麼技巧也可以用得上。
- 最完美的輔導，是輔導歷程完結後，受助者已忘記接受了什麼輔導，卻發現自己有能力面對問題。
- 適合在學校裏輔導的方法及特質：
  - 大多由訓輔老師及班主任轉介；期望各人有不同；
  - 要求有效果、快夾妥；
  - 有機會接觸老師、家長及其他同學，但時間有一定限制。
- 多元法模式：解難取向(problem solving approach)有什麼特點？
  - 牧者可反映對受助者的情緒觀察及認識。例：我見到你有點緊張，是否有些壓力？你手都震晒，我見到你很憤怒？

- 嘗試找出問題在哪裏，請受助者演習一下。
- 一個「扮乖」希望得到更多零用錢的例子。
- 當校牧和受助者的關係開始建立，找到解決問題的途徑，轉變就會發生。成功的因素是當事人肯願意踏出第一步。
- 若當事人自己不願意作出改變，進展不大，已發生的改變亦未必能扎根。
- 輔導的成功因素：87%是當事人自己的因素。餘下的13%之中，60%是因著關係的建立和維繫；30%是因當事人認同你的處理手法；8%是因專業模式和技巧。
- 幫助當事人自己解決問題，讓他對生命、對上帝有更深的認識，這已經是一個很好的歷程。

## 改變階段

1. 個案開始：首要建立關係
  2. 資料蒐集：作出個案評估
  3. 行動計劃：雙方建立契約
  4. 個案介入：注意監察進度
  5. 終結檢討：最後結束個案
- 改變階段亦是彎彎曲曲、來來回回，兜兜轉轉，歷程亦未必能順利完成。不過，當中某些階段亦可以對受助人有深刻的影響。

## 個案來源

- 可以是經由轉介或由自己發掘。
- 講者特別提到 **Dirty alliance**：
  - 家長要求你見學生，又怕給學生知道是由家長轉介。
  - 若應承家長，恐怕當中有欺騙學生的成份，輔導關係隨時會破裂，結果未必好。「隱瞞」是一個最壞的建立關係方式。
  - 提議：向家長指出，輔導要得到家長同意，讓學生知道是因接到家長的轉介。也向家長清楚表達，因為要得學生的信任，不會將所有輔導內容匯報給家長知道。也應承家長，任何涉及危險行為和影響孩子心理成長的，會告訴家長，定好界線。
  - 技巧：用一個提問習作：「你估吓是誰叫我來見你？如果是 **XX** 叫我來見你，**XX** 有什麼目的？」這習作可讓學生表達他的問題在其他人眼中是怎樣的。到最後，向學生指出是家長提出的，媽媽很關心他，很擔心，她也要人幫。
  - 若是由老師轉介，會告訴老師將轉介表給學生看，讓學生知道是什麼原因校牧要見他。
  - 出於心地好的白色謊言也會破壞輔導關係，在關係的建立上，坦誠溝通、同理心（能站在對方立場感受）、取得信任最重要。輔導過程中會問學生，什麼內容可以和家長交代，不能出賣學生的信任。只有建立信任，我們才能聽到學生真正的掙扎。

## 開個案前的準備

- 了解基本資料及轉介者的期望、各種客觀評估（包括學生改變的動機及心態；接見對學生帶來的衝擊等），可以由學生決定接觸的形式、地點及時間。

## 建立關係的技巧

- 第一次見面時，學生可能會：唔出聲、唔返學、要求多多、心不在焉.....。
- 學生會發脾氣：學生憤怒(Anger)的背後是傷心(Sadness)；傷心背後其實表示失落(loss)。
- 學生有時會藉身體的痛感（Physical pain，如割手）來壓抑內心的痛苦。
- 遇上學生憤怒失控時，校牧宜用說話嘗試反映出對方的情緒，形容對方，叫他的名（像老人家「喊驚」一樣）。也可以請學生先飲杯水，數 1234，用「手刀」切開紙張；漸進式幫助學生自己去處理情緒至穩定，不是由我們去壓抑。
- 先處理情緒，再處理事情。規則：學生可以打梳化、打 cushion，給 alternative（像「打小人」般是可以的），但不可以打自己，不可以破壞物件，也不可以傷害其他人；輔導員也不可給學生打來洩憤。
- 牧者要好好管理自己在學校內的形象，初中生與高中生對牧者形象要求也不同，所以牧者也要有彈性和智慧(Have a flexible self)，要有相當大的開放性(Openness)。
- 輔導可以隨時做，但關係最緊要。

## 學校生活的循環及困擾系統

- 年青人在學這幾年的變化，可以影響他/她的一生。
- 學生性格的形成是在 P.6 至 S.5 左右，他們是可以改變的。我們的確可以影響他們，也可以將信仰介紹給他們。
- 年青人的世界就是由家庭，學校、朋友或網友所組成。
- 要獲得學生資料，來源很多，資料亦很豐富，牧者宜盡量了解。
- 藉細心觀察，可以請學生帶相片回來介紹，或利用繪畫生命線(Lifeline)，特別注意由低谷升上去的地方，發生了什麼？幫助學生自我發現（例如得到老師鼓勵.....），看見自己可以幫助自己的地方。又或者繪製家庭圖(Genogram)，學生亦會有新發現。

## 個案分類（香港基督教服務處統計）

- 學校相關問題(28%)、情緒及精神健康(25%)、家庭相關問題(21%)、人際關係(13%)、成長適應(6%)。
- SEN（特殊學習需要）個案：特別學習困難（38%，自信心低）、說話及語文障礙（18%，例如讀寫困難）、專注力不足或過度活躍（13%，最麻煩難搞）、自閉症譜系障礙（4%，最古怪）。
- 每一種類別個案也有不同表現方式與特性。和這些學生相處，要看書、接受培訓、多練習觀察。

## 輔導目標

- 聯繫期望結果；要學生願意投入；要清晰明確、有時限、可觀察；要有成功機會；學生要有能力達到；能引發學生正面能量。

## 建立契約

- 困擾問題；期望目標；學生改變行動；輔導員要完成的工作；完成時限；檢討安排。

## 個案介入

- 以一個不知道(not knowing)的方式發問問題：「你為何會做到嘅？」
- 三個原則：
  - a. 「非偶然」：所有案主表達的，都有意思的。要細緻深入觀察、了解，不要有假設。
  - b. 「廢話少講」：盡量避免老生常談，說一些他未聽過的。輔導員可要求自己給對方一些驚喜。
  - c. 「引導對方說出」：將你講的或想對方要講的，變成問題，誘導由案主口中講出。希望是他自己講出自己的經歷，出自他口中就最「正」！
- 輔導員講得越多，受助者會講得越少。
- 多用問題的方式，讓受助者敏銳自己的需要。
- 有很多方法，例如行為改變及技巧訓練、改變想法、心態和信心.....等。
- 技巧往往不太重要，最重要是大家傾到心事，建立關係。

## 終結檢討

- 問：你做了什麼幫助自己呢？這些改變是如何發生的呢？你自己有沒有察覺？其他人有沒有察覺？你自己的感受如何？

## 如何將聖經在輔導中運用

- 可用，但不應強迫。有時沉默也是一種溝通和表達的技巧。
- 罪的處理：讓對方自由表達，了解他的是非觀念。
- 輔導背後的理念價值並非完全中立，輔導員在需要時亦可表達自己的觀點和立場，表達自己作為一個人對人性的看法，從而帶出信仰。但這種情況並不經常出現。講者指出對是非觀念十分薄弱的人，他會考慮用這個方法，讓對方自然流露，最後可能達致認罪、饒恕、復和等。
- 饒恕是一個歷程，要受助者重新經歷事件，並有足夠空間容讓他感受自己最深傷痛，接納才慢慢走出來，才能有真正的改變。

## 互信的關係的基礎

- 由起初的盟約，透過「恩約」（愛與被愛）、「恩典」（寬恕與被寬恕）、「與能」（服侍與被服侍）及「親密」（了解與被了解），進到成熟盟約的關係模式。
- 輔導員應經常操練自己。講者指出自己由小到大的靈修和經常對自己的成長歷程作出自我反省，都能幫助自己了解一個人的經歷如何塑造性格，對人的認識越深入，對上帝的恩典體會越深入。
- 聖經裏面的人物也有七情六慾、親情、人性。每個人也有真實的掙扎和經歷。