

到這裏來說心裡話

洪冬桂

學生心理輔導中心的功能

1. 心理上的疑難

在生命的發展過程中，必定是快樂與悲傷、得意與失意交互出現，有時一帆風順，有時又坎坷重重。但是，若能在每一個發展階段勇敢地克服困難，把本身的角色扮演得很精彩，就必然能為下一個階段的人生奠定一個良好的基礎，否則，將為自己增添若干跌倒的機會。

人在遭遇到難題時，沒有不希望有善意的助力，從普通的關懷到實際的幫助。人只有在與他人彼此親合，彼此依賴，彼此照顧之中，才能使本身的力量由渺小變為偉大。

同學們從國內和海外，經過劇烈的競爭，擠進了臺北醫學院之後，感受是複雜的，最基本的情況是：從被父母師長盯得緊緊的高中生，突然成為一切由自己主宰的大學殿堂中的一員，對於那一份多出來的自由，頓感支配為難；環境的變遷導致的生活方式改變，也使人手

足無措。其後如休閒時間的安排與異性交遊的分寸等等，莫不需要適當的指引。大三以後由於功課壓力的沉重，極可能造成考試失利，而使得既往深具優越感者信心蕩然，轉為自卑。醫學系的同學到了大五大六臨床見習時，由於目睹生老病死，心中自是感慨良多，到了實習時，又為了分發到理想的醫院而紛紛擾擾。其它牙、藥、技、護、保各系同學，同樣有類似的問題。總之，在經歷嚴格的醫學教育過程，將自己鍛鍊成一名術德兼備的醫護人才，除了要付出大量的心血、努力而外，其中尚有各種心理上的掙扎，會使一個再堅強的人都傷痕累累。

醫學院的畢業生，不應該只是醫藥的機器，同學在校離校，都應該對學校懷著濃烈的情感。為此，學校有責任盡力改良教學環境，除了把最適當的課程，最優良的師資提供給同學們之外，並應給予學生

生活上、學業上以及畢業後求職上有效的輔導協助。

基於以上的體認，學校當局遂排除各種困難，在本學年度積極展開「學生輔導中心」工作，以幫助同學們解決各種心理上的疑難。

2. 輔導運動的肇始

學生輔導中心是依據教育界公認的一套教育及輔導學先進理論，即學校輔導工作理論而建立的。所謂「輔導」(Guidance)，按照瓊斯(A. J. Jones)的解釋是：「某人給予另一人的協助，使其能作明智的抉擇與適應，並解決問題。」另外夏茲爾及史通(B. Shertzer and S. C. Stone)則認為是：「幫助個人了解自己及其世界的歷程。」莫廷生與夏繆勒二氏(D. G. Mortensen and A. M. Schumler)更認為「輔導是整個教育計畫的一部分，它提供機會與特殊性服務，以便所有學生根據民主的原則充分發展其特殊能力與潛能。」綜合地說，輔導乃是由輔導人員根據某種信念，提供某些經驗，以協助學生自我了解與充分發展。在教育體系中，它是一種思想(觀念)，是一種情操(精神)，也是一種行動(服務)。學生之所以需要輔導，乃是因為他們需要成長與發展；他們在生長過程中有了困惑，他們在發展過程中有了危機。

實際的「輔導」肇始於美國，一九〇八年帕森斯(F. Parsons)在波士頓創設職業局，幫助青年選擇職業，開了輔導的先河。其後輔導的範圍逐漸擴大到幫助學生解決情緒與社會各方面的問題，而且成效日著，於是美國各級學校便紛紛設立輔導部門。

我國現代輔導運動，也是由職業輔導開始，經過二十多年的發展

與充實，無論是在學術上或實用架構上，都已有相當規模。

3. 本學院學生輔導中心的成立

本學院於六十五年遵照教育部六十五年九月十六日(65)訓字第二四八四七號函成立「學生心理衛生中心」，由張鎮教授擔任主任。六十八年五月起由註冊主任兼課務主任洪冬桂副教授接辦，現址在本學院實驗大樓二樓。

自六十八學年度開始，學生心理衛生中心更名為「學生輔導中心」，隸屬於本學院學生輔導委員會，主任委員是謝院長孟雄，其餘諸委員分別是教務主任方錫經教授、訓導主任徐型堅教授、總務主任吳安邦副教授、軍訓總教官陶瓊藻先生、醫教會負責人廖應隆教授、醫學系主任林守田教授、牙醫學系主任呂明山副教授、藥學系主任任楊藏雄教授、醫事技術學系主任陳定堯教授、護理學系主任顏貴紗副教授、保健營養學系主任謝明哲教授。委員會秘書兼輔導中心主任洪冬桂副教授。

現任本學院學生輔導中心之顧問，都是輔導界一時之選，指導本中心輔導工作之推行及專案研究及個案研討等。請到的顧問有：

葉英堃教授——本學院兼任教授，市立療養院院長。

黃堅厚教授——英國格拉斯哥大學哲學博士，師大輔導研究所教授張春興教授——美國奧列尚大學哲學博士，師大教育心理系教授。

劉焜輝教授——日本東京大學教育學博士，曾任政大教育研究所教授，現任師大教育心理系教授。

鄭心雄教授——美國威斯康辛大學博士，曾任救國團學校組組長，

現任高雄社會局局長、臺大教授。

黃國彥教授——美國奧列崗大學教育心理學博士，曾任政大學生輔導中心主任，現任政大心理系系主任。

楊極東教授——政大教育研究所碩士，菲律賓聖多瑪士大學研究院博士班研究，現任政大教授兼學生輔導中心主任委員。

吳武典教授——美國肯達基大學哲學博士，現任師大教育心理系教授兼特殊教育中心主任。

4. 諮商時間

實際擔任學生之個別輔導的輔導老師及他們在輔導中心諮商室的時間是：

楊極東先生——政大學生輔導中心主任委員，負責心理衛生輔導，每週一、四之下午。

簡仁育教授——本學院心理學兼任副教授，每週三下午。

劉克雄先生——本學院生活輔導組主任，負責一般生活輔導，每週二、三上午。

廖諸易先生——本學院課外活動組主任，負責休閒輔導，每週一、五上午。

洪冬桂女士——輔導中心主任本學院心理學副教授，負責學習、就業及心理衛生輔導。每週四、六上午，三、五下午。其餘時間在教務處。

另外聘請李秀華小姐為助理輔導員，實踐家專社工科畢業，目前就讀於中興大學法商學院社會學系，全勤在中心服務。協助中心主任及輔導老師安排輔導活動、實施測驗統計、建立學生資料及其它輔導工作。

5. 綜合性輔導

就整個學院而言，輔導工作是綜合性的，它由許多單位分擔。這裡面包括：

1. 生活輔導——即有計劃的協助同學瞭解、適應和自行解決其生活中各種問題。在我國教訓合一的優良傳統精神下，大學生的生活輔導由訓導處主其責。訓導處的生活管理組，負責學生日常生活（含膳宿）、道德生活、勞動生活之輔導；課外活動組負責學生學習生活、公民生活、休閒生活之輔導，及導師制之實施；體育衛生組負責學生健康生活之輔導。

2. 心理輔導——即學生在生活、行為上、心理上及課業上適應困難之輔導，心理衛生教育工作之宣導，及心理健康之增進。這項工作通常由學生心理衛生輔導中心主其事。在學校中，其地位是獨立的。

3. 學業輔導——即協助學生瞭解學習目標和過程，培養良好學習態度和習慣，激發學習興趣，解除學習困難，獲致有效學習成就的輔導。學業輔導應由入學開始貫串至畢業為止，包括始業輔導、學習輔導、特殊學生輔導及升學輔導等。通常由院、所、系之教師及導師負責。

4. 就業輔導——即協助學生決定並選擇適合自己職業的輔導，包括職業選擇、就業準備、就業活動及輔導適應等，其成敗關係著學生的前途乃至整個社會的發展。這一工作主要由畢業生輔導委員會負責。

5. 僑生及外籍生輔導——來自全球各地的僑生及外籍生，因受過去生活型態及文化背景的影響，對陌生的生活環境難免會有不同程度的適應困擾，所以，在學中，多有僑生輔導會或外籍生輔導會之設置，負責僑生及外籍生的學業、生活及畢業後輔導。

從理論上說，學生輔導中心的服務應包括：

1. 評量服務——目的在加強對學生個別差異的瞭解。通過各種客觀與主觀的方法，如測驗、問卷、觀察、家庭訪視、社會計量等，蒐集有關學生個人、家庭及友伴的資料，並加以分析與應用。學生累積記錄的填記與個案研究的實施，也屬於這一種服務的範疇。

2. 資料服務——目的在充實學生的學習經驗。由輔導人員配合教師及行政人員，提供學生所需的學習、職業與生活資料，以增進學生對環境的瞭解，而利於其做選擇與決定。

3. 諮商服務——這是輔導服務中的核心部分，透過一對一（個別）

或小團體的關係，幫助學生自我了解和自我發展。

4. 定向服務——對於新入學的學生，幫助他們認識新環境、新課程和新關係，以便能在環境的轉換中安定下來，把握住努力的方向。

5. 安置服務——廣義的安置服務包括校內的學習安置（如編班選課），校外的升學輔導及就業安置（就業機會的提供和運用），目的在使學生求學與求職上，各適其性，各得其所。

6. 延續服務——對於離校的學生，無論是升學者或就業者，繼續保持連續或提供必要的服務，使其在新環境中仍能獲得良好的適應與發展。

7. 研究服務——即對於輔導措施的成效施以定期或不定期的評鑑，以便作為擬定新輔導計畫的參考。輔導是一種連續的歷程，因此輔導的評鑑與研究，也需經常地進行，以保持輔導工作的朝氣與活力。

6. 服務的範圍

根據以上學理，本學院「學生輔導中心」業已著手進行或即將展開下列服務項目：

1. 團體輔導，其中包括：

(1) 新生輔導——新生入學時，配合訓導處所辦的新生訓練，介紹本中心之功能。

(2) 導師及訓導人員座談會——配合訓導處的導師會議，請本中心顧問分別針對輔導意見的溝通，青年期的身心發展與輔導，測驗的實施、應用及解釋等問題，發表專題演講。

(3) 學生座談會（請專家學者及有關人員主持）：

方式：(1) 由中心分別邀請系、學會、社團幹部、班級代表等舉行小型座談會。

(2) 每週排出一「咖啡時間」，擬定一個同學們關心的主題，歡迎同學自由參加。

(3) 舉辦特別演講，請顧問與專家發表專題演講，並與同學討論之。

(4) 利用導師時間，請輔導老師分赴各班參加有關的討

論會或座談。

(5) 舉辦「溝通座談會」，邀約學校行政人員、各系系主任，各單位主管，導師及學生代表，共同溝通輔導觀念及解釋輔導中心之功能及提供之服務。

座談內容：包羅萬象，針對同學所關心的切身問題，如「如何瞭解你自己」、「人際的溝通」、「男女間的交友問題」、「性教育」、「婚姻前的準備」、「如何減除考試焦慮」、「現代社會與青年心理健康」、「如何應付挫折」、「認識神經質的行為」、「如何增進學習效率」、「學校校規的認識」、「談說話的藝術」、「見習與實習問題」、「如何參加國考」、「有關到國外進修問題」、「僑生的適應問題」……等。

2. 實施心理測驗：

(1) 團體測驗（全班實施，如柯氏性格量表、孟氏行為困擾調查表）

(2) 個別測驗（針對特殊需要者）

(3) 開放式測驗（由輔導中心主持，公佈「×月×日在××地方舉行測驗，歡迎同學自由參加。測驗之後，訂於×月×日在××地方解釋測驗。」）

(4) 測驗結果的統計分析與解釋。

3. 個別諮商：即個案資料之建立與追蹤研究，由導師、訓導處、各科老師所轉介來之個案，或由各種測驗中發現的個案，特別予以諮商。

4. 設立學生要求輔導信箱：擬在學生輔導中心門口及教室大樓轉角處，各設一個信箱，接收同學各種意見與問題的投書，儘速給予解答。

5. 開闢發表園地：商定北醫人報開闢專欄，解答問題。

6. 其它：

(1) 徵求北醫的義務張老師：舉辦「預備諮商訓練班」，給予對輔導工作有興趣的同學基本諮商技巧訓練，以便在宿舍內或同學間進行初步的問題輔導，及介紹遭遇困擾之同學前來本

中心。

- (2)舉辦「校友座談會」或「職業座談會」，請校友返校，對在校生活講解畢業後之出路等。
- (3)成立資料及書刊中心，陳列有關心理學及輔導書籍，各系之資料、各種校規，各種有關考試之資料，醫院之概況：等。
- (4)休閒中心：欣賞音樂或下棋等。
- (5)研究中心：心理衛生等研究工作。

7. 到這裡來說心裡話

從上面的敘述中，大家已經知道，學校輔導工作，目的在維護與增進同學身心健康，並協助同學解決生活及學業等問題所引起之心理困擾，培養健全人格，發揮個人潛能，使其成為有為有守之國民。因此，全院師長與同學，應有以下的體認：

1. 輔導工作以全校學生為對象；
2. 全校教職員應共負輔導的責任；
3. 積極的輔導重於消極的治療；
4. 事先的啓迪重於事後的輔導；
5. 個別輔導與團體輔導並重；
6. 加強輔導教師、導師、訓育人員、家長等之密切合作與聯繫，以溝通輔導觀念與作法。

我們熱切希望，每一位同學在生活、學業、就業等問題上遭遇到困擾時，到輔導中心來傾訴、治談，這裡有輔導老師、中心主任以及助理輔導員準備為你服務，並有各位顧問、委員在各方面予以指導及

支持。我們將同學的困擾與問題，當作我們自己的困擾與問題，我們會將這些問題逕行或轉洽有關單位謀求解決，我們願意幫助同學們多了解學校、別人以及自己。

我們希望，由藉著輔導中心功能的發揮，幫助同學們對自己的能力、表現，及其過去的經驗有充分的了解，進而接納自己。

我們也希望，輔導工作能「預防層面」及「發展層面」兼顧，創造出一個健康的生長環境，排除不利於同學成長的因素，使大家確實獲得成長所需的經驗，以強化本身的能力和自信，而成為能充分發揮能力、自我充分發展的個體。

我們更希望，如果有同學脫出常軌，有了不良適應的跡象，需要進一步的支持和矯正時，由於輔導人員的協助，以及轉介紹適當的心理治療機構，由專家實施診斷與治療，能使同學們早日恢復心理健康。我們尤其希望，在符合學生最佳利益的原則下，分享有關的輔導資料，透過輔導中心的協助，知道教育與職業的資料及和他個人有關的人際因素。必要時，父母、教師也需要這些資料，以便更準確的抓住問題，幫助學生。有關測驗與研究結果的資料也與有關學校行政人員及教師分享，以便改進學習氣氛和條件。藉著資料的交流，獲得回饋與校正的線索。

在急遽變遷的社會中，在個人成長的過程中，誰能沒有心中的難題？不要疑慮，不要遲疑，快到輔導中心來覓求解決之道，即使有些問題限於客觀條件，不能立竿見影，但是，有輔導中心與你分擔若干，對個人而言豈不也是好事嗎？