

學務處邀請黃柏威心理師主講 3 場分院導師座談會~「It Takes a Village」

學務處學生輔導中心邀請到諮商心理師黃柏威，在 11 月 5、12、19 日於醫學綜合大樓後棟第二會議室舉辦 3 場分院導師說明會，分享該如何帶領導生，及如何知道導生的想法。

黃柏威心理師一開始舉了非洲諺語「It Takes a Village」作為開場，要養育一個小孩，需舉全村之力共同培養，而北醫大有如一個小型的村落，導師們如同村中的長者一般，指導、影響著學生。若師長們能建立支持性的關係並營造支持性的環境，讓學生感到溫暖與被關心，對學生就有影響，並不一定需要多麼專業的輔導理論或技巧。



在他大學階段與老師聊天時印象最清楚的一句話，竟然是「你的鞋子好漂亮」，這句話讓他有了被關心的感覺，對自己也更加有自信，肯定了自己的眼光，所若能夠站在學生的立場，多給予鼓勵，將使學生能更有自信，覺得自己不是孤單一人。【圖：黃柏威心理師精彩演講】

在學生眼裡，老師們都是身懷絕技的人，論文量很多，實驗室經驗很豐富，然而，若導師能分享些大學時自己迷惘的過程，更能拉近師生彼此間的距離，讓學生體會到原來老師不是一生下來都是那麼的厲害，也會遇到挫折，從中也學習到如何面對挫折、跨越障礙。他提出 Carol S. Dweck 教授的「定型心態」與「成長心態」理論，當個體存有「定型心態」：認定事情無可改變、一次失敗就是永遠失敗、自己沒有能力成功時，就較容易放棄改變的努力；而具備「成長心態」的個體，認為遇到失敗只代表還需付出努力進行改變，一次失敗並不代表什麼，覺得再接再厲就好。當導師們能引導學生具有成長心態時，學生較能坦然面對學生時期的挫折。

黃心理師還舉美國大聯盟年度最有價值球員鈴木一朗的名言為例：「即使是最佳的打擊手，10 次打擊也有 7 次失敗，我懷著恭敬的心情，檢討著自己 7 次失敗的原因，期望下次一定要更好！」說明在學生時期該學到的並不是「每次都成功」，而是面對失敗跟挫折時能再度起身、檢討原因、改善自己。

最後，黃心理師以電影一代宗師的臺詞：「世間所有的相遇，都是久別重逢」做結語；師長與學生的相遇，就像是與過去大學生時代的自己重逢，在學生身上看見自己曾有過的徬徨、挫折及成長，若能給與學生適當的關心及溫暖，每位導師都可以是學生心中的心靈良師。【下圖：與會導師認真聆聽黃心理師分享】



(文/學生事務處學生輔導中心)