

莫拉克風災

災後學校心理輔導工作有功之機關團體表揚典禮



目錄

CONTENTS

02	活動議程
03	受獎順序
04	表揚名單
05	輔導溫馨小故事 32 則
06	推動災後輔導工作之災區縣政府
06	高雄縣政府 / 張懿心
10	嘉義縣政府 / 顏璉璋、邵湘雅、許麗麗
14	臺東縣政府 / 簡馨君
18	推動災後輔導工作之災區學校
18	高雄縣立龍興國民小學 / 謝惠君
20	高雄縣立甲仙國民中學 / 陳碧媛
22	屏東縣立羌園國民小學 / 蔡有福
26	屏東縣立烏龍國民小學 / 高素郁、蔡純敏、林淑親
30	屏東縣立新豐國民小學 / 陳開平
36	臺南縣立大山國民小學 / 陳敏男
38	臺南縣立安定國民小學 / 陳貞岑
40	臺南縣立柳營國民中學 / 林宜珍
42	協助災後輔導工作之公私立大專校院
42	國立中山大學 / 吳少萍、陳妙、陳愉雅、黃國彰
44	國立交通大學 / 許韶玲
46	國立成功大學 / 柯慧貞
50	國立東華大學 / 侯相如
54	國立臺南大學 / 陳慶福
58	國立臺中教育大學 / 連健翔、楊顛帆
62	大仁科技大學 / 許修齊
66	中臺科技大學 / 魏渭堂
70	正修科技大學 / 辛宜津、吳秉衛、黃筱喬、周品好、董晏佑、周欣穎
76	朝陽科技大學 / 蔡毅樺
80	樹德科技大學 / 洪子琪
84	協助災後輔導工作之其他各級學校
84	國立臺中第一高級中學 / 廖述茂
88	協助災後輔導工作之民間團體
88	社團法人中華民國牧愛生命協會 / 吳美麗
92	財團法人明道文教基金會 / 財團法人明道文教基金會
96	高雄市立加昌國民小學志工隊 / 歐哲華
98	財團法人都市人基金會 / 朱苓
102	財團法人臺灣兒童暨家庭扶助基金會南投家扶中心 / 廖悌彤
104	社團法人台灣省大專青年服務協會 / 蔡嘉真
106	教練管理顧問有限公司 / 朱景耀
110	甲仙鄉關山社區發展協會 / 溫珮華
114	王心理治療所 / 陳冠如
118	附錄
	六縣府災後學校心理輔導工作執行成果

莫拉克風災

災後學校心理輔導工作有功之機關團體表揚典禮



活動議程

- 辦理目的：98年8月8日莫拉克颱風造成重大災情，是時各方戮力投入災後各項重建事務。為感謝各機關、學校、民間團體等對於災後心理輔導工作之貢獻，爰製作並頒贈感謝牌，以表謝忱。
- 主辦機關：教育部
- 承辦學校：正修科技大學
- 辦理日期：99年8月7日（星期六）
- 活動地點：正修科技大學行政大樓12樓國際會議廳（高雄縣鳥松鄉澄清路840號）
- 活動議程

時間	項目	地點	參加人員
09:30 ~ 10:15	報到、進場	行政大樓12樓國際會議廳	受獎單位代表
10:15 ~ 10:30	生命與希望 ~傾聽心靈療癒的節奏	行政大樓玄關	六龜鄉龍興國小 迎賓太鼓表演
10:30 ~ 10:50	表揚典禮開始 承辦學校致詞 主辦機關致詞	行政大樓12樓國際會議廳	龔瑞璋校長 吳清基部長
10:50 ~ 11:35	感謝牌頒贈儀式		吳清基部長 各受獎單位代表
11:35 ~ 12:25	災後心理輔導工作 小故事分享		受輔學校分享人： 1. 龍興國小謝惠君校長 2. 甲仙國中陳碧媛校長 3. 羌園國小蔡有福校長 認輔學校/單位分享人： 1. 國立成功大學柯慧貞教授 2. 國立台南大學陳慶福教授 3. 社團法人中華民國牧愛生命協會 吳美麗執行長
12:25 ~ 12:30	與會人員大合照	行政大樓玄關	吳清基部長暨全體與會人員
12:30		禮成	

受獎順序

受獎類別	受獎類別	單位名稱	受獎類別	受獎類別	單位名稱
1-1	類別 I 推動災後輔導工作之災區縣政府	南投縣政府	7-7	類別 V 協助災後輔導工作之公私立大專校院	國立高雄師範大學
1-2		屏東縣政府	7-8		國立雲林科技大學
1-3		高雄縣政府	8-1	類別 V 協助災後輔導工作之公私立大專校院	國立勤益科技大學
1-4		嘉義縣政府	8-2		國立嘉義大學
1-5		臺東縣政府	8-3		國立彰化師範大學
1-6		臺南縣政府	8-4		國立暨南國際大學
2-1	類別 II 推動災後輔導工作之災區學校	高雄縣立小林國民小學	8-5		國立臺南大學
2-2		高雄縣立三民國民中學	8-6		國立臺東大學
2-3		高雄縣立六龜國民小學	8-7	國立臺中教育大學	
2-4		高雄縣立甲仙國民小學	8-8	國立臺中技術學院	
2-5		高雄縣立民族國民小學	9-1	國立臺中護理專科學校	
2-6		高雄縣立民權國民小學	9-2	大仁科技大學	
2-7		高雄縣立民生國民小學	9-3	中臺科技大學	
2-8		高雄縣立多納國民小學	9-4	正修科技大學	
2-9		高雄縣立建山國民小學	9-5	類別 V 協助災後輔導工作之公私立大專校院	弘光科技大學
3-1		類別 II 推動災後輔導工作之災區學校	高雄縣立茂林國民小學	9-6	吳鳳科技大學
3-2	高雄縣立荖濃國民小學		9-7	美和科技大學	
3-3	高雄縣立桃源國民小學		9-8	南華大學	
3-4	高雄縣立新威國民小學		10-1	高雄醫學大學	
3-5	高雄縣立新發國民小學		10-2	朝陽科技大學	
3-6	高雄縣立樟山國民小學		10-3	僑光科技大學	
3-7	高雄縣立興中國民小學		10-4	樹德科技大學	
3-8	高雄縣立龍興國民小學		10-5	靜宜大學	
3-9	高雄縣立寶山國民小學		10-6	龍華科技大學	
4-1	類別 II 推動災後輔導工作之災區學校		高雄縣立寶來國民小學	10-7	文藻外語學院
4-2		高雄縣立甲仙國民中學	10-8	和春技術學院	
4-3		高雄縣立茂林國民中學	11-1	類別 VII 協助災後輔導工作之民間團體	中華溝通分析協會
4-4		高雄縣立桃源國民中學	11-2		中華三清功德會
4-5		高雄縣立六龜高級中學	11-3		中華資優教育學會
4-6		屏東縣立仁和國民小學	11-4		社團法人中華民國牧愛生命協會
4-7		屏東縣立以栗國民小學	11-5		花蓮縣諮商心理師公會
4-8		屏東縣立羌園國民小學	11-6		社團法人花蓮縣臨床心理師公會
4-9		屏東縣立林邊國民小學	11-7	財團法人法鼓山社會福利慈善事業基金會	
5-1		類別 II 推動災後輔導工作之災區學校	屏東縣立佳冬國民小學	11-8	財團法人明道文教基金會
5-2	屏東縣立烏龍國民小學		12-1	屏東醫院	
5-3	屏東縣立新豐國民小學		12-2	屏東縣諮商心理師公會	
5-4	屏東縣立新園國民小學		12-3	高雄市立加昌國民小學志工隊	
5-5	屏東縣立埤子國民小學		12-4	台灣原住民基層教師協會	
5-6	屏東縣立新興國民小學		12-5	國際佛光會中華總會	
5-7	屏東縣立林邊國民中學		12-6	財團法人都市人基金會	
5-8	屏東縣立關廟國民中學		12-7	財團法人紙風車文教基金會	
5-9	行政院文化建設委員會		12-8	財團法人張老師基金會高雄分事務所	
6-1	類別 III 協助災後輔導工作之中央機關或地方政府		臺北市政府	13-1	類別 VII 協助災後輔導工作之民間團體
6-2		高雄市政府	13-2	財團法人臺灣世界展望會	
6-3	類別 IV 協助災後輔導工作之其他機關	臺北縣政府	13-3	財團法人臺灣外展教育發展基金會	
6-4		行政院衛生署草屯療養院	13-4	臺灣基督長老教會六龜教會	
6-5	類別 VI 協助災後輔導工作之其他各級學校	高雄市立凱旋醫院	13-5	臺灣關懷社會公益服務協會	
6-6		高雄私立三信家事商業職業學校	13-6	財團法人臺灣兒童暨家庭扶助基金會南投家扶中心	
6-7	類別 V 協助災後輔導工作之公私立大專校院	國立臺中第一高級中學	13-7	臺灣摩根士丹利公司	
6-8		國立中山大學	13-8	社團法人寶建醫院	
7-1		國立交通大學	13-9	寶光建德天臺山神威道場	
7-2		國立成功大學			
7-3		國立東華大學			
7-4		國立屏東科技大學			
7-5		國立屏東教育大學			
7-6					

表揚名單

類別 I 推動災後輔導工作之災區縣政府		類別 III 協助災後輔導工作之中央機關或地方政府		類別 VII 協助災後輔導工作之民間團體	
序號	受推薦之災區縣政府	序號	受推薦之中央機關或地方政府	序號	受推薦之民間團體
1	南投縣政府	43	行政院文化建設委員會	83	中華溝通分析協會
2	屏東縣政府	44	臺北市政府	84	中華三清功德會
3	高雄縣政府	45	高雄市政府	85	中華資優教育學會
4	嘉義縣政府	46	臺北縣政府	86	社團法人中華民國牧愛生命協會
5	臺東縣政府	類別 IV 協助災後輔導工作之其他機關		87	花蓮縣諮商心理師公會
6	臺南縣政府	序號	受推薦之其他機關	88	社團法人花蓮縣臨床心理師公會
類別 II 推動災後輔導工作之災區學校		47	行政院衛生署草屯療養院	89	財團法人法鼓山社會福利慈善事業基金會
序號	受推薦之災區學校	48	高雄市立凱旋醫院	90	財團法人明道文教基金會
7	高雄縣立小林國民小學	類別 V 協助災後輔導工作之公私立大專校院		91	屏安醫院
8	高雄縣立三民國民中學	序號	受推薦之公私立大專校院	92	屏東縣諮商心理師公會
9	高雄縣立六龜國民小學	49	國立中山大學	93	高雄市立加昌國民小學志工隊
10	高雄縣立甲仙國民小學	50	國立交通大學	94	台灣原住民基層教師協會
11	高雄縣立民族國民小學	51	國立成功大學	95	國際佛光會中華總會
12	高雄縣立民權國民小學	52	國立東華大學	96	財團法人都市人基金會
13	高雄縣立民生國民小學	53	國立屏東科技大學	97	財團法人紙風車文教基金會
14	高雄縣立多納國民小學	54	國立屏東教育大學	98	財團法人張老師基金會高雄分事務所
15	高雄縣立建山國民小學	55	國立高雄師範大學	99	嘉義市諮商心理師公會
16	高雄縣立茂林國民小學	56	國立雲林科技大學	100	財團法人臺灣世界展望會
17	高雄縣立荖濃國民小學	57	國立勤益科技大學	101	財團法人臺灣外展教育發展基金會
18	高雄縣立桃源國民小學	58	國立嘉義大學	102	臺灣基督長老教會六龜教會
19	高雄縣立新威國民小學	59	國立彰化師範大學	103	臺灣關懷社會公益服務協會
20	高雄縣立新發國民小學	60	國立暨南國際大學	104	財團法人臺灣兒童暨家庭扶助基金會南投家扶中心
21	高雄縣立樟山國民小學	61	國立臺南大學	105	臺灣摩根士丹利公司
22	高雄縣立興中國國民小學	62	國立臺東大學	106	社團法人寶建醫院
23	高雄縣立龍興國民小學	63	國立臺中教育大學	107	寶光建德天臺山神威道場
24	高雄縣立寶山國民小學	64	國立臺中技術學院		
25	高雄縣立寶來國民小學	65	國立臺中護理專科學校		
26	高雄縣立甲仙國民中學	66	大仁科技大學		
27	高雄縣立茂林國民中學	67	中臺科技大學		
28	高雄縣立桃源國民中學	68	正修科技大學		
29	高雄縣立六龜高級中學	69	弘光科技大學		
30	屏東縣立仁和國民小學	70	吳鳳科技大學		
31	屏東縣立以栗國民小學	71	美和科技大學		
32	屏東縣立羌園國民小學	72	南華大學		
33	屏東縣立林邊國民小學	73	高雄醫學大學		
34	屏東縣立佳冬國民小學	74	朝陽科技大學		
35	屏東縣立烏龍國民小學	75	僑光科技大學		
36	屏東縣立新豐國民小學	76	樹德科技大學		
37	屏東縣立新園國民小學	77	靜宜大學		
38	屏東縣立埤子國民小學	78	龍華科技大學		
39	屏東縣立新興國民小學	79	文藻外語學院		
40	屏東縣立佳冬國民中學	80	和春技術學院		
41	屏東縣立林邊國民中學	類別 VI 協助災後輔導工作之其他各級學校			
42	臺南縣立關廟國民中學	序號	受推薦之其他各級學校		
		81	高雄市私立三信家事商業職業學校		
		82	國立臺中第一高級中學		

輔導溫馨小故事 32 則

莫拉克颱風肆虐，
災情遍及高雄縣、屏東縣、臺東縣、嘉義縣、臺南縣及南投縣，
不但造成房屋建築物的倒塌崩毀，
更造人員嚴重傷亡，
除了中央機關、地方政府緊急啟動危機處理機制外，
許多學校、其他機關、民間團體等，
亦共同推動災後心理輔導與重建工作。
因此，藉由蒐集彙編 32 則輔導溫馨案例，
由該編輯案例中除得以獲悉主筆單位之心情記事外，
亦可藉以瞭解災後心理輔導工作實務運作，
並藉以作為嗣後改進相關機制設計與工作調配之參考。



推動災後輔導工作之災區縣政府

【高雄縣】高雄縣政府

莫拉克風災 災後學生輔導工作及輔導案例

張懿心

「397公里」的緣分

民國九十八年八月八日，莫拉克颱風重創南台灣；超大的豪雨量，引發了山區土石流的傾瀉，在一夜之間，家園被沖毀，造成了重大的傷害。許多的孩子，和大人一樣，同時面臨了失去家人和家園的傷痛和驚嚇。此時，災後的心理重建工作，開始在各個社政和教育單位的協調之下，進入災區，協助嚴重受創的災民進行重建工作。對於災區的孩童，心理師也開始進駐校園，協助學童的心靈重建和輔導工作。

在重大災害之後，常見的心理症狀為急性壓

力症候群及創傷後壓力症候群；也就是在極度壓力傷痛事件之後，所出現的壓力疾患。對於兒童來說，面對家人或親密的人的死亡、家園的消失、或是目擊和經歷會對自己的生命構成威脅事件之後，會出現心理和生理上的不安症狀。這些症狀包括了經驗的再重現，如做和事件相關的惡夢、聽到相關訊息會感到痛苦、或是出現生理的強烈反應；對於事件相關訊息感到麻木，或逃避提及與事件相關的話題；在日常生活中隨時保持敏感的警覺性，會過度驚嚇，或是會對未來感到悲觀（鄔佩麗，2008；Schiraldi, 2009）。

在風災過後，會因為環境當中災害所帶來的立即性傷痛，使得個體會在短時間之內出現生理和心理的不安反應；隨著災後的重整和處理，對於災害的急性反應會漸緩，人們也會慢慢的恢復到正常的生活作息。倘若，創傷的症狀一直持續出現達三個月，則可能是出現了創傷後壓力症候群的症狀，此時更需要心理諮商工作的協助（鄔佩麗，2008）。高雄縣學生心理諮商中心，在莫拉克風災之後，即派遣諮商心理師進駐災區，對於受災的群眾進行減壓和輔導的工作，協助災民能夠減緩急性壓力所帶來對於心理上的影響。在

國中小學開學之後，即對災區學童進行創傷後心理評估，以了解學童在風災過後的生活調適情形。

高雄縣學生心理諮商中心先對各所學校的學童進行全面性的評估，篩選出高危險群，也就是學童呈現出較明顯的創傷後壓力症狀。隨後，依據評估結果，派遣諮商心理師對於所篩選出來的高危險學童進行個別晤談，以了解學生實際的心理狀況；依據和學童的晤談評估，以及和學校老師的會談，後續安排學童進行團體輔導和個別諮商。以下將提供三個個別諮商的案例，以摘要說明輔導工作的過程。

案例一：

（一）背景資料

小芳（化名），國小五年級，女生；在風災中房舍沒有損壞，僅房屋內進水，家具損毀；風災時和家人受困於屋內三天，依靠社福團體提供食物和飲水，直至積水稍退之後開始和家人一起進行清掃工作。小芳的家雖然沒有遭受很大的損壞，但父親卻因為風災而失業；加上小芳與家人受困的經驗，以及家中經濟情況的改變，使得小芳產生心理上強烈的不安，在學校開始出現作業未交、說謊和偷竊的行為。小芳在風災後的心理評估上，出現明顯做惡夢、逃避現實、以及焦慮擔心颱風再度來臨的情緒反應。

（二）輔導摘要

小芳在諮商初期會對諮商師保持著戒心和距離，對於風災的議題會逃避談起；尤其是詢問到家中的情形時，小芳會明顯的出現抗拒的情緒行為，且臉部表情會顯得落寞，和出現失落的情緒。諮商師以藝術和遊戲的媒材來和小芳建立關係，也藉此引發小芳透過圖畫和遊戲，來表達自我內在對於環境改變的不安。

小芳使用藝術媒材來呈現自己焦慮和不安的情緒，也開始願意主動談及對於家中經濟情況改變的擔心。小芳在圖畫中會出現以黑色和紅色來表現自己的不安全，會用大量的橙色和咖啡色來

表現父母之間衝突的關係。小芳在班級裡會出現說謊和偷竊的行為；經由老師家訪的了解，知道小芳家中因為經濟系統的改變，使得父母親爭吵的次數增加了，而小芳在感受到父母的壓力之後，似乎對於未來的生活感受到威脅。小芳會利用沙畫來呈現出父母背對背的衝突景象，以及自己和弟弟躲藏起來的不安象徵。在與老師和母親會談之後，協助老師和母親了解小芳對於生活感到不安的情緒，以及可能引發的不適當因應行為。母親願意學習去協助增強小芳的安全感，父母親也開始學習去改變溝通的方法。

小芳會在藝術作品中呈現出自己的期待，諮商師則利用小芳的作品，和小芳進行對現實環境的連結對話，以故事敘說的方式，來協助小芳抒發對環境的不安全感，以及尋找改變的能量和方式；以角色扮演的方式，和小芳一起發展適當的因應策略；從藝術媒材的表現中，讓小芳看見自己的正向力量，增強自我的價值和能量。

案例二：

(一) 背景資料

小靜(化名)，國小四年級，女生。在風災中，家中房舍半毀；風災當天僅小靜和外婆在家。風災過後，小靜知道班上有同學因土石流掩蓋而去世；而小靜也失去了最親近的寵物。小靜出現明顯的創傷後壓力反應，如做惡夢驚醒、不敢獨處、害怕聽到有關去世同學的話題等。小靜的母親在風災過後，和繼父及弟弟離開家鄉到外地工作，小靜繼續和外婆一起住。

(二) 輔導摘要

小靜在諮商初期，即出現對於寵物(小狗)去世的失落悲傷情緒。諮商師以藝術媒材來協助小靜表達對小狗的失落情緒。小靜在每張圖畫當中都會出現失去的小狗，從小靜的描述中，會發現小狗是小靜的依附和陪伴對象；對於班上同學的去世，小靜傾向將對小狗和對同學的情緒連結在一起；小靜雖然不迴避談論去世的同學，但會覺

得想起同學就會想起失去小狗的情形；也似乎藉由對小狗的情緒，連結出對於母親離去的失落感。在諮商初期，小靜比較不願意談及母親，在繪畫與母親有關的圖畫時，小靜和母親之間似乎較有距離感，且圖畫當中似乎也呈現出小靜在生活中的孤單。諮商師以藝術媒材來協助小靜表達對於小狗的思念，也協助小靜透過圖畫和故事的敘說，來發現自己在生活中的需求。在藝術作品的創作中，小靜可以藉由畫圖來抒發失去小狗的悲傷情緒；到諮商後期，小靜可以創造出小狗現在生存的世界，且使用了較為豐富的色彩來紀念她和小狗之間的情感。

小靜對於母親離去的不安全感，在諮商過程中仍較少會出現；但因為在諮商過程中，小靜可以自在的述說自己的故事，引發了小靜在班上人際關係的改善。小靜開始主動和同學交往相處，增強了自我的價值感和信心，降低了在生活中存在的孤單感覺，也學習到如何適當的在同學之間表達和表現自己。從藝術媒材的運用和表達中，小靜逐漸得到自我的能量，也學習到在環境中的因應能力。



案例三：

(一) 背景資料

曉莉(化名)，國小四年級，女生；家中房舍因風災而全毀，風災過後和父母及兄長寄住於親戚家中；由於道路中斷，開學後，曉莉住在學校宿舍，於道路開通之後才回到親戚家。曉莉在災

後評估中，明顯出現創傷壓力症狀，如睡眠困擾、易怒、對環境警覺、對未來生活失去信心、失去存在價值感、對學校課業失去興趣、以及出現人際之間的衝突行為。

(二) 輔導摘要

在諮商初期，曉莉會出現討好的行為，對於諮商師的詢問，會表現出很有意願去談論，但談論的話題比較傾向停留在表面，較無法深入去探索自我個人內在的世界。諮商師以藝術媒材來引發曉莉探索的意願，曉莉的圖畫和沙畫作品會呈現出較為混亂的場景；曉莉會使用大量的物件來填滿沙盤的空間，缺乏組織性、故事的描述，也以想要表現好為主。曉莉會出現依賴的行為，漸漸在諮商過程中出現控制和主導的行為，會對於諮商師無法達成她的要求，出現了生氣的情緒；在描述自己的憤怒時，會將情緒連結或投射到其他人身上，較無法聚焦於處理當下發生的事情。

曉莉對於處理自己的生氣情緒，會出現轉嫁於他人，以及無法聚焦的情況，且會以責怪別人的方式，來做為自己生氣的理由。諮商師除了引導曉莉適度的宣洩自己的情緒之外，也以故事隱喻的方式，從曉莉所描述的故事中，去挑戰曉莉對於事情的看法。以木偶角色扮演的的方式，來協助曉莉與現實環境事件做連結，從不同的角度來看待自己所面臨的衝突；諮商師陪伴和接納曉莉的負向情緒，等待和協助曉莉去重新思考和面對自己的問題。

風災過後，由於曉莉離家住校，在環境的轉換上，會出現不安的情緒；且因為父母親忙於家園的重建工作，曉莉覺得受到父母親的忽視，而出現對父母親埋怨的情緒，也開始對於自己的存在出現負向的感受。諮商師以藝術媒材來協助曉莉表達對於家園重建的期待，從作品中表達出對

於自我和對家庭的想法。在幾次諮商之後，曉莉可以運用藝術作品，來表達對於新家園的期待，也將自己的意見傳達給父母親；曉莉漸漸覺得自己可以對於家園的重建付出自己的心力，增強了對於自我的能力感。雖然曉莉在諮商後期，仍會表達出對於自然災害可能再度來臨的擔心，但可以清楚表達出因應的方式。在沙畫的呈現上，曉莉的世界漸漸有組織性，也出現較多代表愛和希望的象徵物；曉莉似乎從藝術表達的過程中得到賦能，強化了自我的認同感和正向的能量。

總結

在和災區學童相處的經驗中發現，學童的創傷症狀，會以不同於成人的方式來呈現，且兒童也會在想減低大人的負擔的想法之下，而壓抑自己內在的焦慮情緒，這時就容易看見孩子在生活上所出現的不適當行為。輔導災區學童最主要的是要能夠提供陪伴，以及接納和尊重的安定力量，讓兒童可以在穩定的關係中，重新找回自我內在的安定感。輔導工作或許是短期的，但是藉由對兒童的同理和陪伴，可以強化孩子自我能量；讓孩子可以勇敢的，和以正向的因應方式來面對未來的生活。

參考資料
鄔佩麗(2008)。危機處理與創傷治療。台北：學富文化。
Schiraldi, G. R. (2009). The Post-Traumatic Stress Disorder Sourcebook: A Guide to Healing, Recovery, and Growth. New York: McGraw Hill.

輔導心語：

真誠的關懷、接納與陪伴，是給予孩子穩定和正向心理支持的神奇魔法。

【嘉義縣】嘉義縣政府

看見山裡的月光

—談莫拉克風災災後在地化種子教師
輔導研習課程

顏璉瑋、邵湘雅、許麗麗



山上，有一輪明月，
在黑暗之中，給予穩定溫和的光芒；
我們，如同繁星點點，
偶而閃爍在深夜之際。

繁星點點的山中黑夜—災後校園心理重建的理念

莫拉克風災後，我們一起進入災區小學，兩天的時間，我們到了四所學校，關懷災後教師們的情緒狀態和需求，亦試圖瞭解災區孩童們所需的心理輔導資源。來回兩百多公里的崎嶇山路與河底便道，從市區到山區漫長的一路上，我們重

新反思：我們是誰？我們會帶進甚麼？孩童們的需求是甚麼？學校和教師們需要的又是甚麼？對於陪伴著災區的孩子走這段心理重建之路，我們所能承諾付出的時間會是多久？

侷限於給予的時間與資源，也深深懷疑上山能否真正幫忙與協助，雖不致於增添學校的困擾，但內心更渴望能有多一些助益，也期望深耕諮商輔導知能，為未來的災難做準備，「在地化種子教師研習」因此而生。

「在地化種子教師研習」期望培訓山上在地教師具備災後心理輔導知能，透過第一線教師與

學童之互動，從中關懷、評估、檢視學童身心狀況，期望如此一來能有助於心理輔導之成效。這也讓筆者思索著，以「諮商專業」介入的眼光、以「在地教師」的視野，兩者之間會有什麼火花？「諮商專業」以心理測驗做為評估工具，進而篩選高關懷學童進行遊戲治療、表達性藝術治療、悲傷失落治療等，而「在地教師」以日常生活之互動，檢視學童個別在家庭關係、課業表現、同儕關係、校園生活、支持系統的情形，協助學童回歸常軌；其中的激盪讓我們思考，在地教師若具備諮商輔導知能將更能全面關懷學童之身心狀況，亦更能契合「在地文化」脈絡。

如何安排「在地化種子教師研習」呢？在有限時間與資源上思考著「在地教師」的狀態，「在地教師」除了少數在地人之外，多為初任公費教師，流動往返頻繁，教師們多為外地進駐災區的受害者，亦對山區災難狀態倍感壓力。因而，我們於上年度安排三堂課程，包含「兒童創傷處置與復原」、「災區專業助人工作者的心理調適與壓力抒解」和「校園創傷事件的危機介入」，期望「在地教師」從自我照顧、安頓身心開始，知曉兒童創傷症候、歷程、處遇，更以系統觀之脈絡檢視自我在校園創傷事件的角色功能。

月光與星光的相互輝映—在地化種子教師研習課程規劃及成效

一、兒童創傷處置與復原

第一場在地化種子教師研習的講題為「當孩子黑暗裡的月光～兒童創傷辨識與處遇」，首先以「親愛的小孩」這首歌讓大家感受孩子在黑暗中的無助，以此歌為思考脈絡，整理出主要課程重點包括：辨識孩子可能處在創傷狀態的跡象、陪伴的態度及原則、在系統中的通報責任與可使用的媒介等。

1. 哪些事件可能會造成心理創傷：除一般所能想到的天然災害如地震、水災；人為災害如交通事故；個人或家庭危機如霸凌事件、性侵害、

家暴/家暴目睹、喪親等，其實在黑暗中的孩子，就像歌曲中說的也許是「朋友都已經離去，留下帶不走的孤獨」，也可能是「弄髒美麗的衣服，卻找不到人傾訴」，或是「遺失了心愛的禮物，在風中尋找，從清晨到日暮」，只要是任何孩子覺得恐怖、害怕、難過、悲傷、憤怒、久久在心裡不能釋懷的事件，都可能形成孩子的心理創傷。

2. 如何辨識孩子可能在創傷狀態：孩子身在黑暗中，不一定會用言語直接告訴老師或身邊的家長，當孩子遭受創傷時，他所面對的煎熬，有時候也無法用成人的眼光和感受來理解。此時，觀察孩子的變化就成為重要的工作，當孩子變得和以前不一樣，如異常快樂或不快樂、突然變得敵視、好動、沈默、退縮等，都可能意味著有些事情正在發生，只要觀察到這個孩子與他「原本樣子」不同時，不論是正向或負面的，都是值得我們去注意並深入了解的。

3. 不同創傷事件可能有的不同線索：介紹不同創傷事件，孩子可能會出現如身體上、情緒上、行為上或認知上的線索，或由家庭系統的急遽變化中嗅出其高危險性。

4. 陪伴孩子的原則：當孩子鼓起勇氣告訴我們發生什麼事情時，身為師長的接納與同理對孩子在面臨創傷可能的擔憂與顧忌是重要的，當心理創傷事件發生時，最重要的就是要明確讓孩子知道：「我願意陪伴你」。

5. 以曹小妹妹為例，釐清教育人員在通報系統的角色與責任

6. 分享以繪本來陪伴孩子的經驗。

在課程互動中，老師們也提出教育者在第一線還可以多做一點什麼，才不會造成曹小妹妹的遺憾。尤其是山區的學校，與警察系統難免有距離，山上確實有它特殊的隱憂存在，整個對談中都能感受到山區教師們願意付出，而課程結束後上山服務時也發現，老師對於孩子行為能有細緻的觀察，或轉介更有需求的孩子，也願意與心理師形成緊密的聯繫，這樣對孩子來說，更能提供

適切的愛與照顧，這也是在地教師穩定而重要的支持力量。

二、災區專業助人工作者的心理調適與壓力抒解

在心理輔導資源進入的過程中，教師們通常成為被忽略的一群，多數人期待教師擁有強大的心理支撐力，而忘了身處災區的教育工作者一樣有安全方面的焦慮，交通往返造成的身心疲累，及需關注學童創傷反應而倍增的心理壓力。此次研習課程的設計，以帶入教師們可立即運用之情緒調適方式為主，用實際操作的學習方式，讓教師們擁有可以帶著走的工具。課程中進行兩套實務演練，一為敲擊情緒穴道，一為關係按摩，可用於創傷事件後個人情緒安撫及彼此情緒的支持。

1. 敲擊情緒穴道

我們的身體內存有個人的感受、記憶、情緒、創傷…等，藉由敲擊情緒穴道的方式，可解放固著於身體內的情緒。在與他人連結之前，我們需先疏通自己的能量，帶著溫柔與愛，把自己的內在清理乾淨，才能與自己的正向能量接觸。

此正向能量運動只需記得步驟和法則，敲擊14經絡的13個情緒穴道點。身上每個不同部位，各有不同的情緒對應點，協助在地教師感受自己情緒累積的位置，讓教師們瞭解敲打哪一個部位，可撫平哪一類型的情緒，如：眉頭所對應的情緒為恐懼、懷疑、不信任；手肘中央的穴道，即為缺乏控制感的感受。

在敲擊穴道的過程中，以自我肯定陳述進行自我對話：「即使我生氣，我依然接納我自己，並深深地愛我自己。」以帶著正向的信念敲擊情緒穴道，將穴道疏通。

2. 關係按摩

人的雙手具有治療的能力，也是最方便的工具，在兩人的關係中，藉由雙手觸碰身體，可提供情緒安撫、安定彼此內在的效用，雙手具有能量連結的功能，在使用雙手輕柔、溫和的接觸前，照顧者的內在狀態需是穩定且安在，才能以自我的正面能量產生有力的治療能量場。

以楊明磊老師的親密按摩實作技巧為主軸，以呼吸同步、內在靠近、正向關係連結、關照彼此需求為主要的學習，協助在地教師促進兩人關係中心靈的貼近，創造互惠的關係，擺脫傳統文化中認為照顧者應該要含辛茹苦的形象，讓兩人在身體的舒服安適中連結正向的情感。

此方式可運用於伴侶、親子、手足、同事、師生…等兩人關係中，簡單的撫摸頭部和握著孩子的手皆具有安定情緒的效果，一個有力量、支持性的擁抱，甚至一個穩定的眼神接觸，之所以能與孩子的內在連結、讓孩子心裡感受到被呵護的感覺，前提在於照顧者本身具有正向的內在能量足以提供有品質的接觸。

在課程互動中，藉由放鬆冥想的引導，教師們與個人的內在小孩有更多的接觸，能夠覺察個人情緒狀態及身體各部位的緊繃情形，並在兩套實務運作演練的過程中，隨時記得深呼吸，與真實的內在連結，以釋放負面的情緒，創造個人的生命能量，與他人建立真正內在親密的關係。

三、校園創傷事件的危機介入

此課程規劃理念在於協助在地教師透過系統觀點檢視學校、社區、自我、學生等角色位置，以拓展教師在校園創傷事件危機處遇上之視野，並從中細部對應角色功能之知能，以增進教師面對危機處遇時之效能。期待未來校園面臨創傷事件時能有效因應危機事件，減緩創傷危害。課程中歸納6個「錦囊妙計」分述如下：

1. 「知曉系統、看見脈絡~通報、尋求支援」：協助在地教師確認自我角色，知曉通報、資訊流通之重要性，以融入校園創傷事件危機處理之脈絡。期望未來倘若校園發生災害，能於第一時間進行通報與學校組織重整。

2. 「拿回主導、回歸常軌~要與不要、學校主體」：協助在地教師以學校為中心主體，評估危機事件後學校之需求與欠缺，以確實尋求適切資源與協助，避免過多資源介入干擾，或資源不足難以恢復學校正常運作。

3. 「懂得補位、團隊合作~職務代理、相互支援」：協助在地教師確認學校組織團體之運作，知曉彼此任務工作。危機事件當下，彼此能相互支援，透過職務代理制度相互補位，以求危機處理機制能有效運作。

4. 「沒有滿分、適切作為~決策考量、多方評估」：協助在地教師知曉危機事件處置並無完美，僅能以當下情況進行適切作為與決策，因而在危機處理當下，多方評估、資訊流通、組織討論是適切決策的關鍵。

5. 「自我覺察、彼此關照~不正常下的正常調適」：協助在地教師除關懷學童外，更應敏覺自我身心狀況，並從中知曉創傷事件為不正常情境所引發的正常情緒反應，以對應於正常情境下的正常反應。也透過「身心基準線」之概念，協助教師於日常生活中關懷學生的身心狀態。

6. 「大處著眼、細膩檢視~多些貼心、少些創傷」：協助拓展在地教師之危機處理視野，讓教師明確知曉自身所處之角色位置，並細膩檢視彼此身心狀態，讓危機處遇當下多些心理衛生知能，減緩創傷危害。

課程最後搭配衛生署自殺防治中心~「自殺防治守門人」之宣導，協助在地教師掌握「1問、2應、3轉介」的方法，學習辨認自殺的危險因子及學習基礎的自殺干預技巧。並協助教師適切運用於校園生活、親師互動、同事關懷發掘潛在危機，以增進友善校園文化、社區生命共同體。

仰望夜空—災區心理輔導工作的反思與覺知

每次上山都有些許的無力感，每個月上山一趟，花兩天時間關懷兩所國小的孩童，上山前的聯繫，下山時的匆忙，路途中僅能祈求路況平穩，早起出發趕在孩子第二堂課前抵達，離開時瘋狂奔走，趕在濃霧、大雨來襲前下山，多麼期望能

多留一刻關懷山上的孩子，但，我們到來的短暫時間，似乎難以滿足山上孩子的輔導需求與企盼，也讓我們更深刻體認教師們的「在地力量」。

在校園災難或創傷事件發生時，教師通常為第一線的工作者，擔負如此沉重的危機處理壓力，卻經常成為未被關照的一群，甚至被賦予更多的期待和責任。災區教師們為學童重要的支持系統之一，除關照學童的身心狀態外，亦需承接因應風災而產生的行政工作壓力，學校和外來系統連結運作的順暢度與否，以及村落裡因風災產生的經濟問題、家庭系統功能失序、及家長情緒狀態不穩定……等等對孩童造成的影響，實為一難以關照自我的處境。因此，除在地化教師研習課程之外，我們亦與災區學校教職員工進行個別支持性會談，透過教師瞭解班級學生災後身心調適狀況、生活適應概況，也關懷教師們自我照顧、生活樣貌、個人狀態等。

外來諮商輔導資源進入災區學校時，助人工作必須「以學校為主體」，深入村落學校，依據學童的心理社會歷程與文化特性，提供符合所需的資源，尊重在地教師的現場觀察、教育實務經驗。

我們相信，在地教師提供給學童們的情緒支持和生命資源，是任何一個外來輔導資源的助人工作者無法替代的，因此，我們將進入災區中小學的輔導工作視為教育專業與諮商專業兩者在地化的結合，並提供學校教師和我們三個人相互間的心理支持，災害來臨時，不論是山上的校長、老師、學生們，或是山下被賦予提供專業服務的我們，或多或少都承受了不同層面的衝擊和壓力，我們只期望藉由這樣相互支持的動力，莫讓情緒壓力扼殺任何一位第一線的實務工作者。

輔導心語：

尊重每一份珍貴的在地化經驗，支持每一位前線的實務工作者。



終於要展開 3 個月的「聽故事，聊心情」。

這次活動，我所服務的對象是溫泉國小六年級的學生，原本應該是要去四次的，但因為課業因素，有一次只好請其他志工朋友支援，因此我正式前往災區小學是 99 年 5 月 11 日。溫小的說故事活動安排在早自習，我們必須比平常還要早起，雖然剛起床還有點懶洋洋，但一想到那一雙雙期盼的眼睛，身體的疲憊頓時消失的無影無蹤，就這樣搭著台東縣政府為我們準備的專車，開始我們的服務旅程。

5 月 11 日那天我們所說的故事是 - 「輪椅是我的腳」，選這本書的原因是希望藉此告訴小朋友，應該彼此互相尊重，尤其是遇到身障人士，更不該嘲笑，反而應適時給予幫助，最後並透過「信任走路」的活動，讓他們體驗盲人的世界，同時也透過與他們分享及遊戲的過程，再度傳遞關懷身障者的重要，另一方面，也告訴他們，萬一發生在自己身上，也應培養健全心態，千萬別因此而自怨自艾。

5 月 25 日這天，我們帶了兩個活動，其中一個「報數」活動，似乎對小六的他們有些難度，遊戲規則是，當輪到 3 和 3 的倍數時，必須拍手，結果他們對於「3 的倍數」似乎不是很了解，雖然小朋友表示他們都有背過「九九乘法表」，但不曉得是否因學校較偏遠的關係，他們的反應與都市小孩的確有很明顯的城鄉差距。就在活動即將結束時，有一名小女孩跟我們表示她要去別間教室上數學課，與她小聊之後，才知道溫泉國小對於學習較緩慢的小朋友，採取分班上課的方式，且小朋友也向我們表示，比較喜歡到「教得慢的班級」學數學，印象中以前學數學時（本身是台北人）從未有班上的同學被分別輔導的情形，導致跟不上的同學總是被忽略，因此看到他們學校這樣的安排，真的好為這群小朋友高興。

我們那天所說的繪本 - 「開往遠方的列車」裡頭是說有 14 名孤兒，由盧小姐帶領著，隨著火車的前進，等待著被他人所領養，故事內容有點

【臺東縣】臺東縣政府

莫拉克風災溫泉國小六年級組 災後學生心理輔導研究分析 及經驗分享

簡馨君

99 年 3 月 6 日這天與東大圖書館的老師們，一起前往台東大武鄉參與為期兩天的「莫拉克風災學生心輔志工培訓」。主辦單位幫我們請來了台大圖資系的陳書梅教授為大家授課，透過陳教授的演講，我們清楚知道「繪本故事書」不單只

是一本兒童文物，它同時還兼具「療癒」心靈的作用。

「繪本故事書」主要是透過簡單的對話，再搭配圖畫及精心設計的色澤，藉以達到改變兒童行為或恢復健康心靈的目的。培訓期間，陳教授

也讓我們透過實際的演練，學習如何幫助這些受風災的小學生舒緩情緒和壓力。

除此之外，東大的傅濟功館長與老師們，也指導我們說故事的技巧，以及如何透過團康讓整個活動更加充實有趣，因為小學生（特別是低年級）注意力較不易集中，所以館長教導我們，在說故事時，最好走到每位小朋友面前，讓他們透過繪畫和我們的解說，來瞭解繪本其中的涵義。

原以為一切都沒有問題，因為當地小學可搭配的说故事時間和部分志工的上課時間相抵觸，因此在課業與活動無法兼顧情況下，這幾位志工只好退出我們的團隊；雖然他們無法陪我們走到最後，但他們那顆充滿服務的心，仍然伴隨著我們一起成長。很快的，圖書館再次徵人，順利將差額補齊，就這樣，彼此經過一個多月的訓練，

長，說真的，當初在想問題時，還頗為難的，雖然不清楚班上是否有失去父母的小朋友，就怕問的問題太敏感，因此我們這組在討論時，刻意以大人的方式讓他們發表，未來若有機會，會不會領養小孩？希望藉此間接讓他們曉得失去父母的小孩，並非就完全被忽略了。

發問過程中，小朋友一句回答，還真耐人尋味啊！

小六生：「我將來如果要領養，只領養嬰兒就好」

我：「為什麼只領養嬰兒呢？」

小六生：「因為這樣他才不會知道我不是他親生父母。」

的確，「不知道」真的會比較幸福，隨著年齡的增長，人要煩憂的事情也就更多，若連小孩快樂的童年也剝奪的話，豈不是太殘忍了？就如同故事中 14 個等待被領養的小孩的心情，是那樣的無奈也那樣的無助，我想故事裡的小孩，內心多麼希望來接他們的是自己的親人吧！



6 月 8 日這天是我們這組最一次出團，在這之前，我設計了一份問卷，希望透過小朋友的填答，了解整個活動下來，他們究竟吸收了多少，因為溫小說故事的活動總共是一小時，在問卷填答時間的限制下，我們那次選了一本較簡短的繪本故事—「破襪子花拉」，故事內容主要描述一個破掉的襪子被主人丟棄後，不斷尋找棲所的經過，從一開始被蟋蟀小姐拒絕到最後被老鼠太太

接受，說明了「天生我材必有用」的道理，透過這本繪本，讓小朋友學習找出自己的優點，並發揮其長處，從中了解失敗為成功之母的道理。

活動尾聲，我們依據小朋友的喜好，帶了他們最想要的團康—「打擊魔鬼」，過程中有小朋友表示身體不適，無法參與，因此我們安排他們坐在一旁休息，雖然他們無法實際下來與其他同學玩，但看著他們因為其他同學玩樂而露出的笑容，我知道他們內心其實已經參與了這場遊戲，很快的與小朋友做最後的道別，就在我們收拾好準備離去時，有一個小女孩要我們等她一下，正納悶時，看著她從書包拿出了手機，原來她想與我們做最後的合影，那一刻，真的覺得好鼻酸。

最後我想說的是，在逆境中長大的小孩，真的超乎我們想像的早熟，從回收的問卷中，我們知道，那些災區的小朋友真的很希望、也很喜歡我們帶給他們的活動，其中也有小朋友表示，因為我們的出現，讓他們星期二的早晨不再無聊了。看到他們這樣的回應，真的好欣慰，雖然他們是歷經過風災的小朋友，但我想，若常有人給他們快樂，他們的童年才不至於永遠呈現灰白階段。真的很開心自己能參與這樣有意義的活動，從起初的大武培訓、館長與老師們的教導、行前教案和團康設計到整個活動圓滿結束，大家真的都辛苦了，每個人發揮專長，有人負責聯絡學校、有人負責架設網站、有人負責通知所有志工朋友，就這樣彼此一點一滴完成了災區小學輔導的活動。

在此次的志工活動中，我為小朋友設計了一份簡單易懂的問卷，根據他們的填答，我們發現，溫小六年級有高達 8 成 8 的學生對於第一次志工們所說的繪本—「希望的翅膀」仍是有印象的，遺憾的是，那一次的活動，我因課業繁忙之故，並未參與，透過同組成員表示，那本繪本主要是描述 921 地震，因此，當天他們說完故事後，便對小朋友做簡要的防震演習，所以問卷中，我設計了一題防震須知問小朋友，結果令人開心的，小朋友全數都答出來了，其中以「開門窗」、「關

電源」及「躲空曠處」最多人回答，證明他們的確都能從故事及演習當中學到防震概念。

另外，我們根據「開往遠方的列車」這本繪本，在第三題的題目設計上，我問小朋友，「如果未來有機會，你會想要領養小孩嗎？」，原以為小朋友應該也會喜歡小朋友的，結果居然出乎我意料，溫小六年級有高達 7 成的學生表示“不會”領養小孩，他們的理由是，「會很麻煩」、「要自己生的才養」、「太困難不值得」甚至於有小朋友直接寫出「自己的小孩都養不起了，還要再領養小孩，那可能會破產」，顯示小朋友其實很清楚父母辛苦賺錢栽培他們，雖然他們的回答顛覆了我們對他們的看法，但不可否認的，他們的確說出了社會的現實面「養不起、麻煩」正因為如此，社會的某些地方，始終存在著被遺棄卻無人領養的小孩，我想這也是我們必須積極關懷的部份。

從我們設計的題目裡，發現小朋友普遍喜歡的繪本為「希望的翅膀」及「開往遠方的列車」，喜歡「希」的小朋友們表示，故事內容能顯示出

主角的悲傷，並能從中感受到溫馨。喜歡「開」的小朋友則表示，故事人物很勇敢，雖然媽媽不會來接她了，但仍堅強的尋找，最後被好心人領養，所以不再孤單了；從小朋友的回答，不難看出，他們內心深處也與我們一樣，富有正面健全的心靈特質。

最後我們讓小朋友畫出自己印象最深的繪本圖案，結果有高達 7 成 6 的小朋友畫的是我們最後一次所說的繪本—「破襪子花拉」，顯示出心理學所說的「近因效應」，因為是最後一次的關係，所以多數小朋友畫的都是襪子，只有少數 3、4 位小朋友畫的是其他繪本的情節，雖然如此，我們還是可從前面的回答裡，知道小朋友對於我們每次的活動及故事內容都有其印象，並能真的學以致用。看到他們都能達到「做中學」，證明我們的帶領是具有其教育意義的。這次的志工活動，不只是小朋友有所收穫，我本身也是從中學習，獲益匪淺，我很感謝這次的活動，除了在知識技能方面有所成長之外，更讓我堅定當初對教育的理念以及想法。



推動災後輔導工作之災區學校



【高雄縣】高雄縣立龍興國民小學

深耕龍興 · 愛就是力量

謝惠君

龍興國小學區南北長二十五公里，位於荖濃溪畔東側河階高地，莫拉克風災前，因校舍結構有嚴重弱點已鑑定為危樓，但在風災時，風、水、土石流都未損傷，安全無虞，成為駐軍救災和物資空放的地點，同時證明地理上有重建的優勢條件。

莫拉克風災後，學區聯外道路、水電、通訊中斷，加上堰塞湖潰堤，夜半逃難驚魂，土石流走山的威脅，四十個家庭房舍田園毀損，甚至連地基都不存在，師生心靈倉惶不安，過去一年來，部分路段無柏油路可行、「變」橋因雨而封、穿隧道繞遠路，一邊重建家園，一邊收復安定心靈。
災後主要復健工作有三：正常教學安學、經濟扶助安身、心靈輔導安心。

一、安學

風災後一百天，十一月十七日超越障礙，工程總動員：教育部振興經濟款校舍新建發包、營建署組合屋學園開工、茂管處龍興驛站綠化工程

啟動。十二月二十一日入住組合屋學園，感恩天后宮無償捐地七分，神威天台山的臨時安置，紅十字會趕搭簡易學校，國軍協助搬遷，教育處給予最迫切的安置協助和避險防災設備，如發電機、水井，讓我們無後顧之憂。

二、安身

隧道一通，急送物資，騎車探望幾近全毀的草南、尾庄。

風雨中，橋頭馬村長、啟禾扶輪社、台中普門慈幼慈善會、佛教會、台中救國團、台中三陽堂、岡山獅子會、台北獅子會、李金盛慈善會、北市高小姐、高市李主任等眾愛匯聚，送來文具、雨衣、鞋襪、安全帽、書包、餐袋、運動服、保暖毯、逃生包、米、飲水機，讓孩子們安心開學。

校友劉麗滿並偕夫婿小北百貨負責人黃送來所募得的六十萬元救急，常在國際法律事務所、三重市、廣達文教基金會送來助學金，國北師實小、北市吉林國小、高市鎮昌國小親師生送暖。

物資充足，但孩子們則懂事的說：「先給需要的人，我的書包還可以用。」我們把書、文具、雨衣雨鞋轉送到鄉托，成立雨露均霑獎學金，誘導勤學上進，讓孩子們人人有把握，個個有信心。

三、安心

1. 心靈輔導

高雄縣學生心理諮商中心和認輔本校的正修科技大學量身訂作的團測、小團輔、學習諮商服務、校舍惜別魔術表演感恩餐會，都為師生帶來歡笑忘憂。

2. 藝術治療

九歌兒童劇團陪伴我們校舍搬遷的最後一個黃昏，為期十六週的週六課程、紙風車二十週的週日戲劇課程和成果表演、多多鳥工作室憶萍老師十週的環境觀察與藝術創作課程、一年來，教育處的藝術與人文深耕、紙藝課程、法鼓山所募得十九個舊太鼓都帶給孩子們無比的快樂與安定，鼓聲激勵凝聚人心，孩子在遊藝中揮灑創意、釋放壓力，一本本傷痛繪本創作和紙漿雕塑都讓我們感受到原創之美和藝術之效，跨年點起的手抄紙大燈罩「希望之樹」，始終陪我們在酷熱的組合屋學園靜心學習。

3. 閱讀帶領

教育部情緒療癒繪本、台灣文學館和溫世仁文教基金會的好書、屏東教育大學和雲水書坊的行動圖書，給孩子帶來渴望的精神糧食。張啟華文化藝術基金會粉飾組合屋為咕嚕咕嚕故事屋，每週三、四進駐成立故事廚坊和繪本創作，真摯的關懷是師生信任和安定的力量。本校幸獲九十九年教育部閱讀磐石學校殊榮。

4. 體育陪伴

運用巧固球和躲避球，將勇氣和堅毅串起，贏得肯定。

透過龍興家書、龍興兒童、龍興悅讀等校刊

和年曆，凝聚向心力。

感謝透過公視 NGO 觀點、天下雜誌和教育廣播電台教育開講專訪關懷，將災區心聲真實傳達。

感恩龍興團隊的不離不棄、群策群力，顏浩義主任、邱得芳主任的用心投入。各方聚焦在學童的輔導，基於親師的壓力需要釋放，很感謝教育處開設創傷辨識輔導研習、啟禾扶輪社和大集文教基金會的協助，辦理校內教師情緒紓壓工作坊、法治教育研習；法鼓山文教基金會開設六龜鄉教師研習十週藝術治療系列課程，同時在地駐點成立安心站，進行家訪，發行「荖濃溪望」週報，把最新資訊和希望週週送到五千戶鄉民手中。

最感謝家長會志工隊在楊鎮榮會長、王秀玉隊長的帶領下，發揮史上最強的動員力量，救災、搬遷、安置、重建，都令人讚嘆稱佩。今年的畢業典禮雖不能在母校舉行，便把租來的場地用手繪海報、手抄紙希望燈罩和鼓聲裝飾得很有龍興味，希望透過點燈和校服薪傳的過程，凝聚「龍興人」的愛校愛鄉之情，災後的革命情感濃厚，家長出席踴躍，對教師而言，這是百年難見的功德。我勸勉孩子：

雨會停，風會靜，風雨過後，是朗朗的青天，是美麗的彩虹。災難是化了妝的祝福，都會化作人生的滋養，沈潛為底蘊。領受大愛眾緣，願你心中存愛，生命永有活泉，他日成為手心向下的人。

我也在其中學習甚多，瞭解無常，敬畏自然，活在當下，盡心盡力。

建議駐點災區的輔導團隊能將輔導成果回饋給受輔學校，也盡可能深耕長久陪伴，並加強在地教師輔導技能，讓第一線的教師擁有即時輔導的能力；至於輔導團隊的人車安全，更須當局重視和保障。

輔導心語：

只要心中存愛，生命便有活泉。



【高雄縣】高雄縣立甲仙國民中學

走過莫拉克災情

陳碧媛

時空倒回去年的這個時候，學長主任來電告知，甲仙地區通訊中斷，學生傳來的簡訊是小林淹大水情況危急，村民四散防災逃命，隔天小林村滅村的消息傳來，震驚、不知所措、雙腳雙手癱軟、思緒就像從雲霄飛車一路往下衝；一時間不知自己能做什麼？該做什麼？理智的那一面提醒著自己要冷靜、不能亂了陣腳，現在的我不是課程督學，而是甲仙國中的校長，堅強才能帶著甲仙國中渡過這一場難關，冷靜後讓自己有了開始的第一步與因應對策。

第一步「尋人啟事」；由於整個山區通訊中斷，僅能透過電話與網路，搜尋學校同仁了解是否平安，並要拿到學生聯絡網資料，以方便同仁找尋學生。採用學校網路做訊息交換與公佈，以利統整同仁步伐，並確保得到正確訊息且發揮同僚間相互安撫情緒的效果。

儘管對外通訊中斷，所幸手機簡訊偶爾可以連上，利用這微弱的波長與甲仙地區聯絡，取得最前線的訊息，同時協助我們進入災區尋找學生確認其安危。沒幾天的時間，罹難學生名單一一

傳來，為保師生隱私權益，通知所有同仁一定要保密、不得擅自對外公佈，以免引來更多枝節與負面影響。

風災打落了我們的團隊，就像失去家園保護的人，「安身立命」是重整步伐的開始，透過教育處溝通協調成立臨時辦公處所，立即召開臨時校務會議，成立工作小組分配工作，成立救災連絡網絡方便同仁相互聯絡，設立統一對外發言人。當災情逐漸明朗；協助學生接受臨時緊急安置計畫，並著手探視學生與家長，降低學生恐懼與無助，以利安撫學生情緒，進而調整人力投入救災，藉由教育處協助引入社會資源，以利人員協尋、災後安置與校園整復等繁雜工作。

災後救助工作真如「貓毛」般又多又細又雜，最重要的是「廣結善緣」，善用社會資源，從風災中深切體會到台灣有愛心的人真的好多；初步擬定安置學生所需物資並尋求社會資源，以利安置學生工作進行，確認物資來源後，再逐步集中需短期就地安置學生人選，輔導急需轉介他地依親就讀的學生，同時與需安置學生家長及地區人

士溝通並保持聯繫，便於後續安心就學與復學規劃，最難得的是；一面要安撫家長情緒另一面還要耐住心性傾聽家長哭訴各種疑難處，甚至失控的漫罵與牢騷。

有了物資與援後，再著手尋求金錢援助，針對各項學生助學金、安家金、喪葬死亡補助、改善學校受損教學設備、環境整復等等各項經費。

由於教育部與縣府大力協助，整復工作順利展開，所幸學校並非易地安置學校，因此能照常開學，風災雖奪走校內二十二位來不及長大的天使，但學校建物除淹水外，並無其他傷害。

開學後立即引進「多元課程」協助師生走出傷悲與創痛，要感謝許多大專院校、社輔團體、心理輔導志工、各基金會與宗教團體等等無怨尤的付出，一路相伴師生走出傷痛。針對各項課程後如有較為特殊或需長期輔導的個案，並安排輔導專業人員定期駐校協助，藉由許多對外活動與營隊活動協助師生遠離悲傷。

學校整復一段時日後，進入「安心安全」階段，配合政府政策辦理各式環保、防災課程，尋求大專院校或專家學者到校宣導甲仙地區周邊環境安全與變化。

強化學生環保概念與保鄉愛家信念，媒合社福團體與宗教團體協助家長重建家園及各式補助，以減輕家長負擔為要，並持續辦理長期學生安置作業，學習弱勢學生輔導與「小鳥慢飛補救教學」等，以便讓家長安心、學生專心、老師用心、學校盡心、社區清心。

回首這一年的時光，對我們來說，失聯的每一小時就像度年般的長久，當時的每一刻就像活在人間煉獄般地煎熬，每一通電話聲響都象徵著冷酷無情與希望的掙扎，電話那一頭來的如是喜訊，大家像瘋了似的歡呼擁抱，相反地若是噩耗，

淚水便不禁奪眶而出，沉默中只有淚水滴落地的傷心，抖著顫抖的手拿起筆在學生的名字上畫出一道鮮紅，學生也毫無反抗更無法發出任何聲音。

這段艱苦的「過去」，感謝多元宗教活動，給予師生親撫慰的力量，感謝媒體的良性互動，讓我們能維護平靜校園生活，感謝所有機關團體或個人，也許我們都互不相識但在此時此刻，您們伸出的援手是一股溫暖的力量，陪伴我們走過天災無情地考驗。

更要謝謝甲仙所有同仁，感謝你們不棄不離，堅守到底，甲仙因為你們更加茁壯堅強，謝謝你們。



輔導心語：

活著就是一種幸福，活著就能感受彼此的溫度，活著就能再往前走。

遭受淹水之苦的羌園學區，被驚嚇得措手不及，面對全學區幾乎被惡水吞噬的慘狀，當時積極思索的重點是：規劃迎戰災損走出陽光三步曲：「人命關天安全為先、正常開學積極復健、心靈創傷輔導全面」。於是聚集六班學校同仁的能量，一步步規劃實施系列而全面的親師生心理輔導，十個月下來整個校園已能正常運作，孩子們也都能逐漸平常心面對災後重建的校園生活，煩擾許多單位善德協助，也引進諸多硬體軟體資源，才有平穩回歸常態校園生活的今天。

因此，除了感恩！還是感恩！

我們的心理輔導是這樣走過來的：

（第一階段）莫拉克風災災損發生 --- 八月三十日開學之間：

1. 行政人員及時走訪能涉水到達的學區，以熟悉的揮手問候被關禁在二樓陽台的家長與孩子，傳達近身關懷互道平安，溫暖驚魂未定充滿焦慮難過的心，透過各種管道深入了解學區校園受損實況、掌握家長孩子人身安全與暫時安置情形，務實呈報上級單位有效協助。（幸好！大人小孩都平安無傷亡）

2. 隨時走訪安置場所，與家長聊敘協助解決部分憂慮、克服生活難題，並確實掌握孩子動態，即時撫慰受創心靈，積極安排當時狀況為開學做準備。

3. 全校同仁心懷感恩，每天誠心接受數以百計的志工團體，依序有效整建校園，本著自助人助的心懷，以準時正常開學為目標，堅定意志有效達成。

4. 開學前夕，召開「因應莫拉克風災正常開學家長說明會」，關懷了解家庭重建困難情形及傾聽兒女就學匱乏與憂心狀況，最後具體、明確回應家長以安其心，校方並迅速允諾下列數項作為照護孩子，協助家長全心重建家園：

（1）該學期孩子上學所需的服飾、文具用品、註冊款項、午餐全由學校張羅籌湊，家長不需擔心（這部分有善心大德與團體及政府陸續提



【屏東縣】屏東縣立羌園國民小學

莫拉克災後校園重建 親師生心理輔導歷程敘記 ——以屏東縣羌園國小為例

蔡有福

【前言】

一場驟雨傾盆，釀造成空前的「莫拉克風災」，一夕之間重創校園與社區，幾乎淹滿一樓的污水與淤泥，蹂躪了校園的每一寸土地，損毀諸多教學器材與環境，更驚嚇了每一顆大人與赤子之心。

但那風強雨驟、惡水侵襲並沒有折損我們對教育的熱，也沒有擊垮我們堅強復健的情，因為真的湧入太多太多令人深深感動的關懷 --- 政府的即時撥款補助；成千志工與我們胼手胝足；善心大德捐贈各項學用物資、復健經費接連湧入；宗教團體與大學師生熱情規劃提供心靈復健活動與課程等，這些來至政府與社會各界源源不斷的真情關懷，堅定我們積極復健的心、也撫慰受災學校親師生的創傷心靈。

匆匆走過十個多月的家園重建之路，回頭檢

視反思，仍難免除那驚魂未定、不可思議的過程。回首莫拉克前塵往事，一路走來披荊斬棘，卻充滿人間難能可貴的真善美驚艷，此時此刻最想對各界善心善行大德表達的是「有您真好！」，謝謝！感恩！我們會更加努力珍惜、認真積極站起，向您學習回饋社會與自然大地。

雖然已事過境遷，但對身處重災區的災民來說，每憶及莫拉克風災的慘狀，常會令人即時陷入慘不忍睹、心中夢靨陰霾再現的潛在壓力中。事隔十個月，有形的硬體復健雖逐漸獲得改善，但內在的心靈創傷仍難以平復。

身為重災區學校校長，目睹校園受創與學區親師生戮力復健過程的種種體驗，個人深深覺得：有形的硬體工程救急，雖艱難辛苦但卻有即時顯現的成果。而無形的心靈受創，往往找不清楚著力點，不易片面局部短期奏效，必須全面關懷且

持續追蹤輔導，才能逐漸挖掘深層問題有效導引，協助當事人走出受災陰影，重塑健康身心靈。以下謹就本校因應莫拉克風災，災後親師生心理輔導重建歷程點滴，整理簡敘提供參酌指教：



【本文】

莫拉克風災來得太突然，對於地勢低窪年年

供協助)。

(2) 放學後經家長同意自願參加課輔的孩子，校方免費安排教師同仁輪流照護，並提供晚餐服務，藉以減輕家長憂心。

(3) 積極協助申請政府與社會團體提供的獎助學金，有效貼補學習與家用。(每次代轉發獎助學金時刻，都配合辦理親職教育活動，具體傳達夠用就好、救急不救貧、自立奮發、勇敢面對、必要時勇敢請求協助、心存感恩、回饋社會、關心環境等觀念，以引導家長正面向對災後重建、勇敢站起來重新開始)



(第二階段) 八月三十日開學後：

1. 積極規劃重建校園學習環境，提供師生安心、安全、珍惜夠用正常教學所需。

2. 聯繫安排大學心輔系所社團，開學第二天就進入校園，進行團體活動與輔導，從遊戲中有效解除孩童心理壓力，引領童稚綻放出陽光笑靨，讓孩子能重新建構友善、溫情、互信人際關係，降低遭受風災驚恐心靈，期能在短期間內，回歸正常校園學習活動，並改善家庭生活氣氛。

3. 安排邀請大學心輔系所教授團隊到校辦理教師進修，抒解減輕同仁心理壓力，安心迎接孩童正常教學(因為有一半同仁也身處災區、受損嚴重)

4. 邀請同仁密切觀察孩子學習狀況與情緒表徵，隨時發現個案問題，了解家庭困境，即時尋求適當資源介入協助輔導，減少發生不幸或影響

孩童正常學習因素。(部分行為或情緒問題顯著，需要協助的孩子，轉介大學心輔所學生到校長期追蹤與輔導)

5. 安排校外參訪學習，積極打開孩子的心窗與學習視野，化解長時間身處災區的灰色不適感覺，導引正向觀念思維，早日走出陰霾。(我們接受協助共規劃辦理台北縣優質學校城鄉交流四夜五天參訪學習、中部科技大學一夜兩日參訪、荒野提供高雄一日環教參訪、全校親師生南台灣戶外教學參訪、教育處申辦兩鐵共構活動)

6. 規劃聯繫大學心輔系所社團與宗教藝文服務團隊，利用課餘假日到學校辦理多元心輔成長活動，充實孩子多元學習成長機會，探索打開孩子深層壓抑心緒，克服閉鎖不適的心理壓力，引領孩子重享快樂學習喜悅，促進正常身心靈發展。(篩選規劃辦理藝文、戲劇、生命、康輔、知性科技、親子關係、環境議題等成長活動)

就在這些雖感忙碌卻充實的校園心輔活動中，走過親師生平安祥和的十個月災後重建生活，處處心存感恩，我們不敢叫苦，看著校園重現亮麗與茁壯，目睹孩子再展生動活潑喜悅快樂學習，親師生逐漸遠離災後悲情低落情緒窘境，我們相信，整個序列規劃的心輔活動功不可沒，但仍不敢居功，因為要做想做能做的事情還有很多，虧欠所有善心、善行、善德人士太多，更虧欠環境大地無數，但為了引領親師生持續精進成長、感恩回饋，一切的承擔也是必要的。



(第三階段) 今後思維與心理輔導作為

最近來到校園的團體、志工、賓客及親師生，辦理活動或走訪校園的過程中，偶而會有意無意自然流露出：「校園環境改善與親師生活動氣氛、童稚表情，似乎已經感受不到災區的陰影，尤其是孩童嬉戲與活動參與的喜悅情緒表現，好像有陰霾盡除的感覺」。

真令人一則以喜，一則以憂。喜的是整個校園重建過程與方向似乎沒有偏離，不論是硬體設施或軟體雕琢都逐漸有具體成果，朝向還給親師生「健康、創造、感恩」的學習園地。憂的是，從受災重創走出陰霾回歸正常生活的過程中，似乎還來不及引領親師生建構完善、穩健的惜福、感恩、回饋內在觀念與行動，這也是今後持續努力的方向與目標：

1. 持續關懷弱勢家庭與孩童，適時提供必要協助，輔導所有學生邁向正常學習成長

2. 規劃辦理親師生多元活動、心理輔導融入領域課程，引領學生建構惜福、感恩、服務、回

饋及尊重大自然的校園文化。

3. 辦理體驗環境與關懷社區活動，安定親師生心靈，認真踏實學習，迎接未來生活。

4. 颱風雨季將來臨，適時提醒大家未雨綢繆，做最壞打算最充實準備

5. 落實體制內輔導機制，提升認輔與輔導管教知能，使校園常態運作。

6. 結合校本課程，落實愛鄉護土觀念，強化敦親睦鄰與友善人際關係。

【小小結語】

莫拉克風災天上來，但因人間充滿關懷愛，嚴峻挑戰幸有志工在，茶炭心靈即時獲開展。硬體軟體重建都重要，深層壓力釋懷不用藥，心理輔導引領展歡笑，心存感恩隻字片語表。

十個多月的重建歷程，感受一切努力歸零與從無到有的三溫暖情境，濃郁芬芳的志工情懷，將永遠在羌園國小飄香，全校親師生將會戮力學習感恩，有朝一日能自立立人，傳衍志工精神，再創人間的真善美。



輔導心語：

輔導應適時適人主動介入，扶傾助立逐漸抽離，積極推促回歸常態而結案。

熟練的將沾滿惡臭的課桌椅，置物櫃，教材…等，全部搬出教室外，緊接著沖洗教室，然後處理教室外的物品與教材教具，將清洗後仍堪用的教具留下，泡水的書籍打包網綁，一次又一次的將沾滿課桌椅上的泥巴刷洗乾淨，最後使用消毒水擦拭後，並留置在教室外曬乾。室內環境清掃完畢後，緊接著整理因強勁風雨刮落而飄散四處的樹葉與爛泥巴，清掃工程十分浩大，所幸此時社區居民已將自家環境整理完畢，也主動到校協助打掃，讓校園清掃工作更加順利進行。或許工作太投入加上姿勢不正確，為了清理環境，雙手起皮，雙腿因久站而酸痛不已，個個汗流浹背，但這些良善的力量未被身體的不適嚇阻，仍同心協力，堅持協助校園清理，直到校園環境大致恢復過往的樣貌。校園的清掃工作才告一段落，慈濟志工開始進入社區勘災，逐戶發放慰問金，和災民共渡難關；為協助慈濟志工的賑災工作順利，本校主動協助規劃與發放物資的場所，供社區民眾前來領取賑災物資。



環境清掃告一段落後，學校在各界的協助下，開始逐步修繕因颱風而損壞的硬體設施，經過三週校園環境復原工作，被打亂的行政節奏慢慢恢復，準備迎接學校開學日的到來。雖然學校單位欣喜於開學日之前就讓學校事務步上軌道，但此時卻是家長憂心的開始，家長既擔心家裡財物的損失，又苦惱於孩子註冊學費無法繳交。學校了解家長面臨的窘境後，主動向教育部、教育處申



【屏東縣】屏東縣立烏龍國民小學

愛與關懷蔓延中

高素郁、蔡純敏、林淑親

九十八年八月八日莫拉克颱風挾帶著強風豪雨，無情的肆虐台灣，造成屏東地區近五十年來最嚴重的水患，各地災情頻傳，上演著一幕幕天人永隔的畫面…

鑑於過去颱風期間學校已有過淹水災情，莫拉克颱風來襲，學校雖早已做好防颱措施，但仍抵擋不住數十年來僅見的湍急水流，新園鄉烏龍國小校園與學區居民住家因河堤潰決，洪水四溢，災情慘重。漫漫大水與污泥讓許多學區居民家中變得殘破，學校教室、保健室、廚房…等位於一樓的空間無一倖免，質材較輕的課桌椅漂浮在水面上，重要教學資料雖已墊高，仍被高度超過半層樓的汙水淹沒，而積水超過百公分高的操場儼然變成一座露天泳池，造成的財產損失難以估計，

居民生活秩序與學校行政業務急待重新整頓。

莫拉克颱風淹水期間，學校並未坐困愁城，為在第一時間掌握本校學生、家長與社區居民安全，行政單位於水患當天立即商請班級導師致電班上每位同學，詢問學生與家人是否平安？所幸，多數的同學都回報家人平安無虞，雖然家中尚有淹水情形且自來水停止供水數日，造成生活上的不便，但在社會各界的協助下，日常飲水與用餐都能得到妥善的照顧，不致挨餓受凍。

颱風過後幾天積水稍退，但往來於高雄縣林園與屏東縣新園的重要橋樑 - 雙園大橋被沖毀，鄰近的東港鎮與林邊鄉都處於交通中斷的情況。學校多數同仁也是颱風受災戶，但同仁先放下家中的清掃工作，克服種種困難與交通的不便，從高

雄縣市繞遠路，從東港、林邊涉水，為的就是儘速趕到學校協助清理校園，這種公而忘私敬業的精神，讓人由衷的敬佩。除了全體教職員工的主動協助，慈濟志工、國軍弟兄亦加入協助救援的行列，而身為主管機關的屏東縣政府教育處員工，也未在這個重要的時刻缺席，一大群人乘坐大卡車，由一級主管帶領，拎著掃具加入清理校園的行列，以實際行動展現最好的身教，體現教育真諦。

有了各界的人力支援，學校、社區、政府全體總動員展開校園重整的行動，由學校行政單位統籌打掃用具的準備、人力資源的分配，以「由內而外」的原則進行打掃。因先前有過清理校園淹水災情的經驗，同仁們在各界人士的協助下，

請莫拉克颱風補助款，亦提供民間相關補助訊息，並協助受災戶提出申請。在學校行政團隊的努力下，教育部撥百萬經費專款補助受災學生，屏東縣政府全額補助九十八學年度第一學期全校學童學費、午餐；同時也協助受災學生申請民間補助款，針對經濟弱勢家庭提供助學金、生活費…等款項補助，對經濟弱勢家庭提供實質協助。除了各項費用的補助，政府和民間捐贈的物質與人力資源在短時間內紛紛湧現，技嘉電腦公司、一貫道先天道院、台北市政府、福智文教基金會、億光電子公司、誠品書局、台灣理光公司、屏東縣諮商心理師公會、屏東縣兒少協會…等單位，都在這時候伸出援助的雙手，提供物資與人力的協助，加速學校重建工作。



除了有形的環境與設備復原，無形的心理創傷也亟需投注相當的人力資源。開學當天學校利用兒童朝會時間安撫小朋友受創心靈，並鼓勵班級導師在課程中融入災後輔導議題，接著在開學第一週對三至六年級學生進行災難相關心理症狀篩檢表施測與結果分析，在教育部專款補助的充裕經費與援下，為指數偏高的學生安排與心理諮商師的一對一晤談，由屏東縣諮商心理師公會李○媛心理師協助，依據初次晤談記錄小朋友災後心理狀況進行追蹤輔導。李○媛諮商師與學生晤談後，歸納出部分個案感受到水災後斷電的可怕與斷水的不便，造成心理的壓力，進而影響生理，個案出現頭痛、沒有食慾、經常做惡夢，夢見殭

屍…等不良生理反應，李○媛諮商師根據每個個案不同的生理與心理反應，篩選出數個災後生心理反應較大，需進一步接受的學生後，安排一對一的諮商輔導課程，協助個案慢慢走出心理受創的陰霾。緊接著由詹○雯心理師與鄭○雯心理師接手輔導，與學生進行為期一個學期每週一次一對一的心理諮商輔導。

有了專業心理諮商師的進駐與協助，學校感受到心理諮商對於學生的重要，尤其是在遭遇重大災難後，學生常出現急性的心理症狀，身為教育第一線的老師往往缺乏立即處理學生急性心理症狀的能力。教育部為提升老師心理輔導知能與災後心理重建知能，專款補助本校安排教師夕會與週三進修時間舉辦兩場校內學生災後心理輔導與危機處理研習，希冀透過教師輔導知能的提升與精進，讓老師具備災後輔導能力，一改過去老師被動等待專業心理諮商協助的心態，轉而以積極主動的心態，隨時隨地幫助學生減輕恐懼與不安，做好第一線與第一時間的兒童心理輔導工作。歷經兩學期的緩衝，除學生心理輔導工作持續進行外，其他復原工作大部分都已圓滿達成。而教育部為進一步提升校長、學務主任、輔導主任災害應變能力，於五月份辦理莫拉克颱風災後心理輔導工作專業知能研習，希冀能從校務運作、學生學習權維護、學生心理輔導幾方面著手，增進學校對於爾後校園意外事故發生後的應變能力。



歲月如梭，莫拉克風災至今已快屆滿一週年，

一年的時間足夠讓校園環境恢復原貌，讓校園秩序步上軌道；但一年的時間卻不足以消弭孩子們因目睹天災產生的恐懼，更不足以撫慰孩子們受創的心靈。未來，兒童心理輔導的工作仍會繼續進行，愛與關懷會持續蔓延校園的各個角落，希冀孩子們能在愛與關懷的引領下，撥開心靈受創的陰霾，重現光芒。

水災期間，政府、民間團體、社區人士以及許多無名英雄在物資、人力、財力都對本校提供極大的援助，因為這些良善力量的加入與協助，加速本校重建工作。目前學校硬體設施與校園環境皆已復原，從校園環境中幾乎看不到水災肆虐

的痕跡，但莫拉克颱風的記憶卻深刻的烙印在每個人的心中，我們記憶了莫拉克颱風的無情，記憶了孩子們驚恐的眼神，記憶了一雙雙援助的手，也記憶了因這場天災而締結的善緣。感謝這一年來各界提供的協助以及全體教職員工同舟共濟，為烏龍國小群策群力，感恩所有為烏龍國小付出心力善心人士，如果沒有您們，烏龍國小復原之路，會是遙遙無期，因為有您們，我們才能在遭遇天災之後，依舊看到生命的美好，對生命保有熱愛的初衷。



輔導心語：

有形的災害可以物資與人力復原，而無形的傷害則需愛與關懷彌補。

士無私的奉獻及付出，計有：屏東扶輪社、紙風車藝術團、風動舞蹈劇場、椰林文教基金會、公益信託馬諦氏基金會、財團法人賑災基金會、吳麥基金會、屏東縣故事學會、般若基金會、台北市 tvbs 關懷台灣文教基金會、社團法人觀世音慈心會、台北市行天宮文教基金會、吳麥基金會、屏東縣希望家園協進會、法鼓山文教基金會、高雄市、台北市、彰化縣、台北縣忠孝獅子會、泰國曼谷瑪哈娜獅子會及北美洲台灣婦女會、台南一信文教紀念基金會。今年 4 月 19 日屏東縣首批安置莫拉克風災災民的新豐村永久屋完工，住戶「歡喜入厝」進住…。這裡看見了人性的光輝，雖然惡水無情，但『人間有愛』。



心理重建 五個階段

突如其來的新豐潰堤，打亂了學校的暑期安排，小朋友到學校不是上學而是逃難，學生們進教室不是上課而是居住。我，腦筋一片空白，只想著：救救他們！救救他們！災害第一時間人員已平安撤退，接下來我能做什麼？我不是專業輔導諮商師，但我能引進校外資源，把專業帶進來。我不懂如何撫平小朋友受驚的內心，但我能申請補助繪本，讀給他們聽，帶給他們正向安定的力量。我不曾學過輔導諮商這種助人方式，但我能參加研習，把自己裝備起來。

學期開始後陸續投入本校災後學生心理輔導工作的有國立高雄大學、高雄三信家商、吳鳳技術學院、屏東大仁科技大學，無論是自願、資料



【屏東縣】屏東縣立新豐國民小學

新豐國小莫拉克風災 災後心理重建輔導歷程與省思

陳開平

莫拉克風災活生生的見證了：惡水無情，人間有愛。

八八當晚 驚恐一夜

『民國九十八年八月八日晚上九時許，我與家人正觀賞電視節目，突然電話鈴響：「拜託！王校長，可否請你趕快打開學校大門，讓新豐村民儘快進去避難。」電話一端傳來會長急促的聲音，…我顧不得僅著家居服裝，拿起車鑰匙就往外跑，由於台 27 線已淹水，只好步行到車庫開車，走到舊寮大同路時，水已淹過膝蓋，水勢湍急得令人無法站穩。有人說：「你就是能走到車庫也同樣無法開車出來。」我趕緊又調用表弟的卡車趕去學校，車行至新豐村北極殿前，也因積水過深而拋錨了，只好步行涉水趕到學校，這平常開起車來不到一分鐘的路程，當天晚上卻花了近一小時，沿途洪水滾滾，驚心動魄，令我驚駭異常。這時全村停電，黑暗籠罩大地，泰和路上

到處積水，有幾處甚至深及腰部，分不清那兒是路面，哪裡是水溝、田地，大圳又在哪裡？只能試著用腳往前觸踏，一腳站穩，另一腳才能再跨出去。…」



新豐河堤潰堤，洪水奔騰，漫溢全村，原本寧靜安詳的小鎮瞬間水深及膝，上百戶家園被突如其來的黑潮驚嚇，大家只有一個意念，快逃！

此時學校就成了最近的避難所，頓時湧入上百村民進駐。然而大雨不斷，造成上游堰塞湖潰堤，使得飽受山洪暴漲威脅的新豐居民，再度落入倉皇逃命的恐慌中。



社區重建 人間有愛

在莫拉克風災期間有許多苦難，但也迸出許多人性光明的火花。許多團體、單位以及善心人



提供亦或縣府媒合，在在都展現出輔導助人的專業與熱誠。

回想自去年八月至今，輔導工作共可分為五個階段：

第一階段：新豐國小暫時收容階段（2009年8月8日—8月29日）

學校安置災民期間，曹縣長、本地何議員、張村長、社區陳理事長關懷備至，令人感動。學校學生張升宇兄弟、張升耀兄弟，廖家姊妹，本身就是受災戶之一，都能幫忙服務災民，打掃環境。

社區理事沈榮福發現大家愁眉深鎖的時候，他大聲吆喝說：『來來來！我變個魔術給大家看看。』說完拿起一條繩子打了四五個結後就說：『這條繩子就有如我們的生命，這些結就是你們煩惱的事，如倒塌的房屋、流失的土地、泡水的車子或是損失的金錢。這些結越多，繩子就越短，就像我們煩惱多，生命就越短。煩惱解決不了事情，把結打開，繩子就變長，就如你的生命也變長了。』災民聽了豁然開朗，眉頭不再深鎖，嘴角也上揚了。

這一階段重點工作是家園重建，家訪、電話慰問與書信關懷，實地了解小朋友及家人的感受與需要，並尋找需要進一步輔導的小朋友。

第二階段：國立高雄大學輔導階段（2009年9月1日—9月25日）

開學後，村民從學校搬到附近大津農場安置。由於第一階段家園重整順利，學生得以立刻回到正常作息，沒有任何學童缺席。在南區諮商中心積極的媒合下，國立高雄大學諮商輔導中心林秀梅、鄭煥璋教授到本校進行輔導。自願前來輔導的高雄三信家商周美玲老師，行前還兩度先到學校進行訪談，深入了解狀況。看到義務服務的老師們，風塵僕僕來到這地偏人少的小學校，認真專業的態度令人敬佩。

當大學教授碰上國小的『小毛頭』時，莊嚴的學術樣貌立刻轉換為親切的童真，玩起遊戲毫

不彀扭，使小朋友立刻融入活動情境中。



『有一天，有一個長長耳朵的兔子阿姨來跟豆豆玩，…當豆豆將黑黑的怪物和亂跑的水畫下來，…豆豆的心情慢慢像氣球一樣，輕飄飄地飛起來了。』藉由豆豆的故事繪畫，小朋友在畫畫中也表達自己的感受，把當晚目睹水患臨門的場景畫出來、也畫出了自己心中恐懼與不安。

有一位小朋友畫了許多硬幣和紙幣，原來這一次水災沖走了他的一個心愛的撲滿。有一位小朋友畫了一個房子，其中黑色的部分就佔了一半，他說這是水，很黑的水，很黑的泥沙！這個景象被他畫成超級大隻的蜈蚣以及恐龍。

有的把跑到家裡的怪物畫成比他大四倍的滿嘴利牙的蟒蛇，水的比例比房子更大！有的畫成粉紅妖精和酒怪，有些小朋友恐懼的是全家人都埋沒在大浪中…。



這一階段重點工作是導師訪談與問卷，找出

需要進一步輔導的小朋友，藉著繪畫了解小朋友心理的情形，並進行第一次團體諮商，帶小朋友體驗相互支持的感受。

第三階段：高雄市民生家商輔導階段（2009年9月26日—10月31日）

在進行第二階段輔導後，自己老家就在屏東縣高樹鄉的高雄三信家商周美玲老師，因為愛鄉之情，自願利用周末返鄉時間到學校陪伴小朋友，實在令人感動。從9月26日到10月31日五週週六下午，到校幫助學校受災小朋友進行團體諮商。

團體內容：

周老師把這些素昧平生的小朋友當作是自己的親人一樣，對每一位都呵護備至，關懷之情溢於言表。進行的活動豐富又專業，計有：團體諮商、看圖說故事（藉由故事引導學生重塑風災經驗）、海底世界繪畫、繪本導讀（精采過一生）、屋樹人繪畫（心理投射測驗）、繪本導讀（誰搬走了我的乳酪）、花朵舞團康（音樂律動治療、花朵舞舞蹈治療）、默契考驗（如影隨形）、大自然的祝福（樹葉拼貼卡片製作—帶領學生運用大自然題材做卡片）、讓愛傳出去（紙鶴教學）、活動回饋（分享感恩與祝福）。



效果評估與建議：

在回饋單中可以清楚看到小朋友經過這樣的輔導過程建立的相當的心理建設，問卷反應風災陰影心理恐懼已經減少。

這一階段主要的部分是團體諮商，進一步輔

導受災小朋友走出風災陰霾。

第四階段：複篩階段—大仁科大（2009年12月1日—2010年1月31日）

2009年11月屏東縣教育處進行初篩問卷（大水怪保衛戰問卷），結果需要個諮3位，需要團體諮9位。12月大仁科大諮商中心教師群到校進行之後的複篩。

複篩的第一部份是團體諮商，建立與諮商老師的關係，並初步了解輔導個案的狀況。團體進行融洽和諧、小朋友配合度高，每一位小朋友與諮商師建立初步信賴關係。



複篩的第二部份是個別帶開進行個諮。

進行內容：

- 1、諮商師與小朋友單獨訪談。
- 2、家人受災經驗分享。
- 3、了解個案災後心理。
- 4、評估個案是否需要繼續輔導。

預期效果：

- 1、確定需要繼續輔導個案及其因子。
- 2、確定不需要繼續輔導個案及其因子。

檢討改進及建議：

1、自12位初篩個案複篩出需要繼續輔導個案有4位。

2、不需要繼續輔導個案有8位，其原因有家庭成員支持系統堅強、個性開朗、經過先前輔導已得到合適抒解。

3、其餘4位需要繼續輔導個案，除了風災因

素之外還有家庭功能等其他因素。

第五階段：個諮階段—大仁科大（2010年4月1日—2010年6月31日）

針對4位個案進行個別諮商，兩階段，每一階段6次共12次個別諮商，深入輔導學童。4位個案有一位在第一階段已經可以結案，第二階段有2位一年級的小朋友繼續接受輔導。整個階段結束後有一次個案會議，為了解個案接受輔導情形與後續校方對於個案輔導方式。

在個案會議中討論到：

1、諮商師說明兩階段共十二次個別諮商時，個案接受輔導情形。

2、導師說明在班上觀察個案行為表現情形。

3、個案情形討論。

4、後續校方對於個案輔導方式討論。

其中不同個案有不同的情形，整理如下：

1、心理重建是多面向的。個案施○○五年級女生，接受諮商輔導時前三次配合度高，在創造能力方面優秀，後續輔導可提供個人創作空間觀察發展。在建構家庭組織活動中刻意不選男生角色，反映內心對男生的價值，這也是長期家中父權較弱的影響。之後可能因班上同學影響對諮商過程採取不合作態度，極度表現自我防衛，建議導師在班上礙於班級經營無法深入其心理，可轉換場地單獨了解。

2、個案廖○○一年級男生，莫拉克風災中，家人眼睜睜地看著家園被大水吞噬。個性害羞的他在諮商過程進行配合度高，遊戲治療過程選擇戰士、擁有強壯手臂的機器人，象徵柔弱外表的底層其實內心期待自己是堅強、能夠克服難關的那個主角。個案需要的是建立自信心，建議導師在班上多予鼓勵，支持。希望老師能告訴他應該要怎麼做。

3、個案邱○○一年級女生，在遊戲治療過程表現出自主性、掌控慾很強的一面，希望能夠獨當一面的個性會表現在面臨狀況之時，然而過度的掌控慾使得同儕有受不了的情形，與同班個案

廖○○一起時更凸顯其掌控慾。在治療過程會出現『媽媽遺棄我了』的陳述，或許因為缺乏安全感而學習較早熟。建議導師在班上遇到類似衝突時可以先進行同理，例如：喔，妳很想要讓大家都聽從你的阿。分開人與事的陳述會使個案可以較有安全感。

教師增能 同理技巧

為了精進第一線導師第一時間辨識與輔導災後學童的能力與同理心實務運用，大仁科大提供學校老師們兩場次的同理心增能研習，將本校學童輔導部分當案例，進行災後學童心理辨識與輔導以及同理心介紹與實務演練。具體收穫如下：

1、小組演練的方式猶如真實進行團體諮商的練習；並且藉由專業諮商師實務分享確實提高導師進行災後學童輔導能力。

2、講師鍾教授在莫拉克風災後實際輔導本校小朋友走出災後陰霾，是理論實務兼備的講師。

3、習題演練中融入鍾教授莫拉克風災後輔導本校小朋友實際遇到的狀況，無形中增進後續導師對於個案的狀況了解與輔導能力。

4、會後老師反應熱烈，若有機會建議再續辦諮商技巧教師研習。



把握機會 珍惜生命

看到廖○○從最先不願接受輔導的態度，到現在期待輔導時間的到來，並漸漸走出封閉自卑的自己；邱○○原本對事情無法掌握的害怕不見了，也找回了自己掌控事物的感覺。廖家姊妹，

本身就是受災戶之一，在災難時反而都能幫忙服務災民，打掃環境。林○○把跑到家裡的怪物（水患）畫成比他大四倍的滿嘴利牙的蟒蛇，到現在對水患不再害怕；邱○○心愛的撲滿被大水沖走了，藉著輔導走出心痛並能鼓勵別人，得知校長家也被水淹時竟然特別做一張樹葉拼貼鼓勵卡送給校長…。原本十來位的個案經過輔導歷程都看見他們的變化、成長，相信他們學得了『跌倒時別忘撿起幾顆石頭』的功課。

人一生的果效都發自於心！孩童的成長只有一次，小時的經驗會在之後成長時放大並複製。莫拉克風災帶給學童的會是一輩子的印象，到底

最後發展是正面的多還是負面的多，就端看有無適時引導，這不就是教育的功能與職責嗎？在他們這人生的早期經驗階段就需要陪他們走一程。往後，或許當他們想起時仍然會有哀傷，會有失去的創痛，但卻也同時想起曾經有老師們扶持過，傾聽過，鼓勵過，陪伴過，讓他們不再孤單，讓他們會想感恩。



輔導心語：

在憂愁處種下喜樂，懷疑處植下信心；在失望處撒下盼望，怨憎處播下真愛。

叔叔、台積電董事長夫人、教育部吳清基部長也來到學校關心學生，都為學生樹立了良善的楷模典範。當然還有許許多多的單位支持，學生才能從風災的陰影下迅速復原，在此也衷心感激他們。

接著想如何利用本次的天災作機會教育呢？除了讓學生的心理復原又能平時能養成感恩惜福、愛護家人、珍惜彼此，因此提出一個感恩惜福的實施方案：1. 感恩制度 --- 由輔導老師與學生達成契約，若本週服務家人、同學、師長等周圍關心自己的人，由該班任課老師簽名核可，並知會導師多用鼓勵的方式核可，增加其感恩惜福的動機，並達成感恩惜福的目的。2. 小小老師 --- 徵求小小老師，協助受災同學功課的協助，每1個月由輔導室提供小禮物讓受災同學感恩小小老師的協助，培養盡力完成功課，並建立感恩惜福的觀念。3. 多元課業 --- 與老師溝通，在課業方面，以課外閱讀或觀察紀錄代替，並多融入鄉土內容。4. 強化親子關係 --- 與家長協調能按時檢視家庭聯絡簿，並觀察學生在家生活狀況，將其優點數寫在聯絡簿，老師利用機會讚揚，鼓勵在家優秀行為，達到家長關心、學童開心、老師放心的境地。5. 心理輔導育樂營 --- 舉辦心理輔導育樂營，內容包含繪本導讀、心理輔導活動、心情留言板製作、心理復原育樂活動，重拾學生學習動機。

上述活動以心理輔導育樂營得到迴響最多，當初縣府在規劃莫拉克風災輔導計畫時，有許多的計畫可以提出，試想本校除了設備損壞較嚴重外，人員大致都很平安，因此我們選擇一個所需經費最少，又很有意義的活動，期望學生能從中學到感恩、自重、關心他人、團隊合作的胸懷，因此內容上包含小團體輔導、心情留言板製作、自我挑戰體能活動，希望透過相關活動達到感恩惜福、尊重他人，小團體輔導由本校輔導老師黃

智淵指導學生，首先觀賞去年莫拉克風災學校與周遭環境被大水肆虐的相片，並說說心中的感覺，引導學生如何面對災害，接著藉由觀賞繪本「想念巴尼」，請同學分享觀後心得，了解生命的珍貴與重要性。接著觀賞繪本「曼先生的旅行」，請同學分享觀後心得（例如想對主角曼先生說的話），引導學生說出心裡的感受，並與同學或家人分享。透過心情留言的製作分享，寫下心裡對莫拉克風災的感受，並對需要感恩的人說一些話或者對親人的一些話，引導學生重視家人、親愛朋友，最後透過自我體能挑戰，勇於突破自我，並藉由育樂性體能競賽激起學生學習動機，正式面對正式課程的學習。

回顧這段日子，疲累中洋溢著幸福，辛苦的付出只願換得學生的一臉微笑，或許那天真的微笑就是人生中最好的復原動力。天災或許無法避免，唯有時時做足充分的準備與訓練，才能將傷害減到最低，這就是教育的意義與目的，而災害發生後，如何面對於應付又是重要的課題，所以一旦災害來襲，良好的應變措施、人力、物資設備的投入，受創的傷口一定能快速復原，因此培養人人積極預防、互信互助是很重要的。



輔導心語：

輔導是教育的本質之一，不是幫助特定需要協助的孩子才是輔導，應該引導孩子由小處著手，感恩惜福愛他人。

【臺南縣】臺南縣立大山國民小學

伸出雙手，擁抱你我

陳敏男

風雨強力拍打著窗戶，在這漆黑的夜裡，好像正在迎戰一頭怪獸，學區的家長們即使昏昏欲睡，仍強打精神，隨時迎接入侵的大水。

學區歷經奈格、海棠、尼莎等颱風帶來的大量豪雨侵襲，淹水嚴重，但本校因地勢較高，未受其害，但這次的莫拉克風災，不僅讓學區成為汪洋一片，也造成本校水淹一層樓高，一樓的軟硬體破壞殆盡，大門被漂浮的車輛撞破、圍牆被大水沖毀等等殘破不堪的畫面，至今仍歷歷在目，幸運的是，孩子都安然無恙，不像小林村民般的悲慘，心有餘悸的過後，大人的臉上少了點笑容，但天真的孩子們，果然是天真無邪，沒幾天的時間，就忘了那沒水沒電等待救援的日子，雖然如

此，我們也安排了相當多的心理復原及感恩惜福的活動，期待孩子早日回復往日的神采。

回首開學之初可真忙翻了，除了應付開學忙碌的班級事務及行政工作外，對於莫拉克風災後續的補助申請、圖書及教學用具補充也接踵而來，雖然很忙又疲累，可是被外界源源不絕的關心給感動著，拚下去的能源從內心不斷的湧起，試想能為孩子們多做一些什麼事呢？首先指導學生如何擁抱一顆感恩的心，於是我們從幫助我們的單位開始著手，希望學生懷著感恩的心、並能時時關心家人，所以我邀請基督教救世軍來校參觀與學生互動，介紹他們助人宗旨，作為學生學習的楷模，也趁此機會感謝他們的善行，隨後麥當勞



【臺南縣】臺南縣立安定國民小學

關心自己、關心別人

陳貞岑

去年莫拉克風災挾帶豪雨重創了南台灣，造成嚴重災情，筆者所服務的學校也沒倖免地遭受莫拉克風災肆虐，大水退去後，整個校園泥濘不堪，到處可見隨水漂流的廢棄物品，空氣中飄着一股腐臭的味道，衛生狀況極差。好在學校教職員、阿兵哥們、慈濟志工、大學生們的義工團隊等花了一個多星期，才漸漸將校園恢復原貌。除了校園受到水災影響外，學區內村落也多飽受淹水之苦，曾文溪河堤半夜潰堤的水聲，驚嚇鄰近河堤的住家，讓其度過一個驚魂未甫的夜晚。

九月開學後，莫拉克風災的陰霾仍未消除，大家見面的話題仍不斷繞著風災。為了讓學童們可以安心上課，學校方面除了繼續修繕、採購損壞的教學設備外，也馬上在開學後調查學生家中受災狀況，協助申請各項補助及社會捐助善款。學務主任並立即要求各班導師注意觀察學生心理健康狀況，希望能適時給予輔導或轉介。

日子在繁忙中一天天過去，生活漸漸上軌道，學童們天真的笑容，也顯示了水災的影響 - 無論是心理面還是物質面的，已經遠離了他們的心中。

然而，學校修繕的工程仍不斷進行著，受災戶學生的照顧，也從未間斷過，捐助的文具、生活用品，還是讓我們持續感受到社會的愛心和關懷。

寒假初，學校舉辦一日的「莫拉克風災災後生活育樂營」，參加活動的對象限定高年級的受災戶學童，這一次活動的目的很簡單，就是希望學生們不要忘記災情帶給我們的痛苦、不便，藉由團體的力量抒發情感，學習真心感謝雪中送炭的愛心人士。活動大致分成四個部份：「認識莫拉克颱風」、「關懷體諒」、「感恩」和「祈福」。

「認識莫拉克颱風」是育樂營的第一個活動，一開始呈現在學生眼前的是一張張風災後南台灣、學校滿目瘡痍的照片，喚起學生們的記憶後，接著進行投影片教學 - 莫拉克風災的探討，透過投影片條理地分析，讓學童明白台灣因地形、人口分佈及夏季集中降雨的因素，造成區域易有水患。如果我們不懂得如何預防或學習把傷害減到最低，那麼這一次風災造成的情況將可能再次發生，老師要學生們明白水患固然可怕，但人為破壞例如全球暖化、水利工程設計不良、未做好水土保持、

國家政策及國土規劃不當等是使得水患更嚴重的因素。我們可以做些什麼呢？節選自「必然要面對的真相」影片中，解答了學生們心中的疑惑，更刺激著視覺感官，讓一幕幕地球暖化在世界各地造成的災禍，烙印在學生眼中；氣候變化下的難民、溫度改變產生的飢荒，讓學生們對於珍愛地球、節能減碳的議題上，能有更深一層的體會與想法。

第二個活動「殘障體驗闖關」，活動的目標就是以「關懷、體諒、包容」為主軸，讓學生從遊戲中體驗殘障人士生活上的種種不便，促使學生能以同理心去體諒包容這群在社會上的弱勢群體。遊戲開始首先將所有成員隨機平分三組，每個小組依序進行「比手畫腳」、「單手穿衣」、「你是我的眼」的闖關競賽。遊戲過程緊張刺激，學生們笑聲不斷，但從這些遊戲中，學生發現平時能輕輕鬆鬆表達想法、隨手套上大衣、安全的走路到目的地對身體有障礙的人來說是多麼不易的事。老師也提醒學生，並非所有的殘疾都是天生的，許多後天的意外事件也會造成這些傷害，例如災難發生時，在千鈞一髮的瞬間保住了生命，令人欣喜若狂，但也可能留下身體殘障的遺憾。「天有不測風雲，人有旦夕禍福」，福禍誰說得準呢？但每個人都希望能得到他人的了解尊重，相信所有弱勢的人們也是如此，藉著體驗活動，希望學生能以健康的眼光來關懷他人。

「媽媽的紅沙發」一書是訴說小女孩一家人在歷經大火後，在鄰居及親朋好友的協助下，重新生活並一起完成夢想的故事。活動設計是藉由書中家人間細膩的親情及在災難發生後大家以更團結、互相包容體諒的心度過生活難關的情節來和學生探討莫拉克風災時發生在自己身上的故事。曾經閱讀過這一本的學生不少，但經過莫拉克風災的洗禮，那幾日淌著汗水和家人整理家園的

情景，歷歷在目，重新溫習這個故事，每個人都有了不同的感觸與想法。他們憶起親朋好友關心的電話不斷，彼此心靈上的加油打氣，讓他們得到不少的安慰。除此之外，有幾位學生提到他們受惠於村長及阿兵哥的協助，家裡才得以用最快的速度安頓下來。整個會場瀰漫著溫馨的氣氛，在大家踴躍的發表下，相信學生們都學習到人與人之間互助，雪中送炭的那份溫情，只要懷抱著希望，大家有志一同一定可以克服難關。

活動已近尾聲，我們設計了「祈福吊飾」的藝術創作活動，透過捏塑彩色黏土的過程，讓學生回憶著莫拉克風災小林村滅村、土石流淹沒家園，許多受災者家破人亡的不幸，引導學生感恩上天對自己的眷顧，雖然每個人都曾飽受過家中淹水之苦，但一切都過去了，現在家人能平安無事一起生活才是最大的幸福，學生把對台灣及所有災民的祝福化為創作的原動力，最後把祈福語貼在吊飾上，提醒自己關心自己也要關心別人。

「相信有愛就有希望，相信有心就有力量，散播溫暖，照耀心靈，帶給人們喜樂平安……」活動就在「愛的希望」這首手語歌曲中結束了，從學生填寫的回饋單中，我們知道雖然只有短短的一天，但學生們都有滿滿的收穫，從科學的角度來認識水患到心靈情感的支持交流，大家都迫不及待地想回去和家人分享今日的活動心得。

未來會面臨什麼樣的危機？我們不知道，我們只希望學生不要忘記這一次的水患，不要忘記所有幫助過他們的人們，謹記著大家共患難的那份堅定決心，「受人點滴，泉湧以報」在大家關心自己的權益時，能時時刻刻也念著別人，想起自己曾經受助的經驗，讓心裡「愛的種子」不斷發芽茁壯，也能把愛地球、愛別人的理念努力的實踐並散播出去。

輔導心語：

在遊戲中體驗殘障人士生活的不便，期許學生能更有同理心，並多關心一下身邊的人。

【臺南縣】臺南縣立柳營國民中學

攜手走出

林宜珍

去年的莫拉克風災，讓學校數位學生的家裡成了受災戶，家裡資產受損害程度或多或少，但是那幾天所帶來的狂風暴雨，及之後幾天的停水停電，帶來的不便與心中的衝擊，非當事者是無法真正明瞭。而這也是當我們校長、主任們事後一同到受災學生家中時，才體會到說，真的有的家裡在風災當晚是淹水淹到近二樓，真的有許多學生家長的資產在一瞬間就化為烏有。

事實上，在風災後的第一個上班日，校長與總務、教導主任就冒著風雨與到處都無法通行的淹水泥濘道路，到校整理風災後的殘局，真的是大家都「撩」下去。

再來是請各班導師，一一電話聯繫學生，關切其家中是否有受到損害，並了解風災當晚的情形（因學生家有靠近山區，也有居於平地者），最後才列出幾位家中受災較嚴重之學生。校內行政同仁發起籌募慰問金樂捐活動，並由校長帶領學校行政同仁，一同到學生家中慰問，並致送慰問金。

開學後除了幫受災學生申請了財團法人賑災

基金會助學金（上學期）、林榮三文化公益基金會助學金（下學期）之外，輔導室也申請了「專業輔導人員到校輔導」以及「認輔小團體」這兩項莫拉克風災後的輔導方案，都一直延續到今年六月，為期一年。雖然孩子們表面上都沒有顯露出異樣，嘴巴也都說沒事沒事，好像一切家長都會處理，財產損失與他們無關，但相信他們心裡一定還是有受到某種程度的衝擊，所以還是請了專業的心理師到校來為受災學生進行諮商與輔導，以下擷取專業心理師對受災學生CI的一部份晤談後建議：

1. CI 對於學校生活感到沒有意義，每天到校打發時間，在無聊的狀況下，會有一些干擾上課的行為。在處理上，宜同理 CI 的處境，與其建立工作同盟關係，協助探尋學校生活中對其有意義的目標。可由生涯議題進入。

2. 宜引導 CI 思考如何主動地讓生活過得有意義，而不是陷於對學校規定可能產生之阻礙的怨懟中，裹足不前。

3. 宜引導 CI 感受到時間的飛逝，將有助於提升其行動的積極態度。

4. CI 對於學校生活感到沒有意義，每天到校虛度時間，睡覺或和同學講話。

5. 本學期初始晤談，CI 尚沒有準備要談什麼，暫以同步跟隨的方式進行，建立關係，降低排斥感，並等待介入機會。

6. CI 對軟性的勵志書籍尚有興趣，有時會藉以排解無聊狀態。可持續提供相關書籍給 CI，以收學習之效。

7. 可提供實務操作的學習資訊，以及技職升學資訊給 CI，協助其生涯規劃。

8. 當其投入實務操作的活動時，可協助其創造成功經驗，增強其學習動機。

至於認輔小團體部份，則是由團體治療的方式介入，同樣也擷取部份領導者回饋如下：

1. 初次團體可適當討論形成規範，了解彼此以回饋正向特質，且多能聚焦投入之。對於特定成員的反應排斥，須進一步澄清與處理之

2. 團體多能相互瞭解與同理背景與痛苦，但分享默契與互動界限尚需協助。成員們能發展出適當互動遊戲，適當地轉化彼此的恩怨情仇，取代直接地傷害與攻擊，顯示不錯的調適與因應能力及自我控制。

3. 團體能增加信任而自發地分享，但維持聚焦與注意仍短，且易受小狀況而干擾。團體對於自我情緒與挫折多直接行動化反應，需要較多的協助（如表達與限制界限），打破群體的固著習慣與經驗。

4. 團體成員大多對於自我負向情緒難以碰觸，而易逃避轉換行動或遊戲，可增加自我的坦露與相互支持，但較缺乏多元調適管道與方法。

5. 團體表現愈益放鬆，亦增加呈現真實的互動衝突與困擾。團體能增加自由分享與深入的自我坦露，但感到焦慮而躁動，難以持續與調適。

6. 為了維持規範與界限而花費許多心力時間，

但大量協助下勉強能夠配合。團體性好奇高但缺乏正確適當知識、態度與行為界限，引導與教導下可漸進接受之。

7. 對於突發的誘惑事件，易受團體影響而行動，各以不同方式測試爭取，難以適當地溝通討論，但堅持與協助下可勉強配合完成團體。

8. 團體氣氛進展而平和，次團體與主團體的互動與主動性皆增加，亦幾乎未再有攻擊行為，許多行為亦展現友善態度（如下課時能主動幫忙成員與心理師開門）。今亦較為專心，再次展現對性議題與自我發展的好奇與擔心。

9. 團體提及暴力與成長背景，刻意忽略危險與焦慮，而以英雄式道義、強悍勇敢作為比較焦點，需要協助多作澄清、平衡觀點與提醒，以增加正確認知與情感表達。

10. 團體結束仍熱衷性發展議題，但能更為深入地探討，且增加自我經驗的分享，建立相關法規概念。團體對於結束尚無明顯分離感受，但提及未來繼續的探問，也表現在和樂結束的互動行為上。

兩項方案實施過程，心理師都沒有以「受災」的心態直接切入，而是用旁敲側擊，慢慢地探索及觀察學生們的心態與行為改變，此舉也讓學生們能較無戒心，自然地融入諮商輔導的情境中，而獲得心理上的療癒。

除了專業人力的支援，校內也有認輔老師以及導師，會隨時關心孩子並填寫輔導紀錄表，以讓學生能隨時感受到關懷，也能立即性的觀察孩子的言行舉止而給予回饋。很開心學生在這一年來，看不到風災所遺留下的傷痛痕跡，能感覺到他們都很樂觀正向地繼續著自己的人生旅程。

輔導心語：

雖不知是否有用，相信只要持續、用心，真誠陪伴會沖淡所有的痛。



協助災後輔導工作之公私立大專校院

【屏東縣】國立中山大學

『愛與祝福』～來自西子灣的關懷

吳少萍、陳妙、陳愉雅、黃國彰

【吳少萍】

在莫拉克風災事發後的第三個月裡，接獲協助評估受災學生心理狀態的任務時，覺得無比的開心，因為終於能為他們盡一份心力了。然而，還沒進駐學校前，對受災的學生充滿許多想像，不知不覺擔憂了起來。對於那份擔憂，我覺得可能來自於擔心看見他們身心受創的嚴重程度。而再出發時，自己唯一能做的是：先安住自己的心，去除一切無謂的想像。如此安住自己的心時，將不再讓多餘的擔心擾亂自己，相對地，就能即時與純粹傾聽這群受災的孩子，並提供他們協助了。

此次風災輔導過程中，看見孩子們對災難似乎殘存著深刻的記憶。在他們描述記憶時，明顯感受到對失去安全家園的無奈，以及生活是否會再度發生遽變的擔憂。然而在輔導的過程中，除了感受到他們對現實殘酷的順服之外，從他們的畫裡，仍可隱約看見他們為自己或家園，許下未來的生命藍圖與期許，希望生活就此能一切順利。

而今，莫拉克風災的襲擊，造成部份家庭與孩童心理上或生活上種種的不便與傷痛，但藉由各界的扶助與輔助，蓄積眾人的力量，讓他們走

過生命中的低潮期，在暖暖的支持與呵護下，我相信他們累積了向前邁進的力量。並且在此次風災中，看見老天給我們的祝福總是藉由台灣某個角落、某人的經歷，更讓我們知道自己手中所擁有的一切，是那麼的富足與豐富，甚且是多麼地幸運啊。老天爺總是很用力地透過許多活菩薩的傷痛與故事，來讓我們意識到生命的珍貴。老天爺如此用心，希望我們能更覺悟，以不辜負這些安排，更要好好謝謝那些活菩薩，因他們的痛，而讓我們「學到」與「學會」如何更用心的付出。

【陳妙】

從電視媒體畫面報導風災狀況，總希望自己能提供協助，這次由教育部統籌啟動救災機制，對於協助災後心理重建，較能有完備及完整性的服務；經由思考如何組織、如何運作，可帶給付出服務的團隊更多安定感，受輔導者也能受到更有規劃的照顧，這是一種有架構以及良好運作的開始。

近二、三年來，電影主題經常圍繞著地球危機，前幾天看一部災難片《Solar Attack》，看得心慌慌，在梅嶺車禍事件後，臨床心理師公會急

著後續訓練課程，邊做邊學，這使我也想應該預先做準備，莫拉克風災重創南台灣，我們仍是還沒準備好。如今教育部從九二一的經驗學習到的行政機制運作，也是一個大進步，至少學校的學生受到更完整的關心，有志於心理復健的工作人員得以陸續投入災後工作，成為救災成員之一，總算讓自己服務的心得到一個出口，心情就此定下來，按部就班跟著南諮步調進行。

首先是 9/2 到東海國小進行小團體評估，以及一場老師知能研習講座，之後 9/27 九如國中的小團體進行篩選評估，以及參加教育部、南諮或屏東縣政府等單位所舉辦的協調會議、承接一場新興國小種子教師知能研習，一路走來，見到相同熱情、類似作法但不同觀點的融合激發；有感動、有不捨、有累、有不快、有感謝、有增長智慧。

【陳愉雅】

1. 個別諮商：

個別認輔是前往新庄國小，先由學校經過量表初篩，選出幾名學生，再進行個別評估。而我採用的方式，也是利用學生繪畫時從旁觀察、關心學生的情緒、畫畫時的聯想等，讓他們盡量在輕鬆、被接納的氣氛下，說出自己想要說的。也藉由個別的機會，了解個案經過 4 個月後，對風災的感受、看法，自己是如何面對的、有哪些成功經驗可以學習，最重要的是，讓孩子看見自己的力量—即使風災很可怕，但最終還是走過來了。

2. 團體輔導：

團體認輔的形式是我第一次為莫拉克風災盡力的方式，配合八三一快樂開學日，我們到東海國小關懷與初步評估學生的情況。由於我們接觸的是幼稚園到小一、二的學生，所以採用畫畫的方式，再配合領導者的觀察與關心，了解學生對於風災的情緒或想法。那時我們以「我的家」做為繪畫的主題，想要了解學生對於家的印象與風

災的聯想，而畫畫的內容均與風災有關，除了風、雨與家人外，他們更是生動地描繪出自己感受到的情緒，像是有眼淚的房子、看起來眼神兇狠的風，還有自己等待救援時，臉上害怕與驚恐的表情。團體繪畫的好處，就是會勾動大家相同的情緒、經驗與想法，藉由分享，舒緩心中對水災的恐懼，藉此也感受老師們、同學們的祝福。

實際投入風災的協助工作，讓我從原本只是看電視跟著一起害怕、擔心的人，變成有機會可以親自投身其中、貢獻自己的一份力，我個人覺得很感恩也很感謝。親自投入後，最大的感動與感想就是「災民並不可憐，反而天災的考驗更琢顯了他的韌性與堅強」，雖然美其名我們是去協助他們，但是我覺得更有收穫的是我自己。從小一、小二學生的分享中，他們一直說有許多人來幫助我們，像是消防隊、鄰居，等他們自己整頓好了，也跟著父母的腳步，一起去幫助別人。從這些分享中，我感受到的是力量與愛，大家彼此合作共度難關的精神就是風災所帶來最寶貴的經驗，而學生也充分感受到這一點，對於風災的害怕與恐慌也就降低了。

【黃國彰】

在介入處理災後心理輔導前，不僅要了解面對災後失落的心理輔導策略和悲傷相關理論，更應多與工作團隊一同討論悲傷團體的班級輔導活動設計方案，彼此交流和認識災區兒童創傷復健 Debriefing 的各種遊戲方案，以便即時針對不同的受災情形做出適當因應。

此外，在評估和介入的時候，更應該對篩選出來的對象，有更清楚的認識和分別，因為篩選出來的成員，可能有下面三種類別：1. 原先即有相關疾患 2. 瀕臨邊緣族群 3. 創傷後壓力症候族群 (PTSD); 我們必須了解自己協助的對象真正遭遇的問題，才能做適切的介入，以免影響判別。

輔導心語：

天災不會把你打倒，反而會像磨鑽石一樣，把人類內在最寶貴的力量展現出來！

【高雄縣】國立交通大學

心理評估

— 災難創傷介入過程的重要議題

許韶玲

在一個大型災難發生後，除了即刻的危機介入之外，如何從社區或學校篩選出因災難創傷而有身心症狀 / 適應困難者，以作為後續各項不同形式介入的判準資料，乃是危機介入歷程的重要課題。

如何從大型災難發生後的實地協助經驗，整理出助人者在此過程中對心理評估（篩選）的實際體會與觀察、並從中梳理出具反思性的看見與認識乃極具意義。是以，在莫拉克風災心理協助工作結束之後，本團隊（交大諮商中心），藉由約 6 小時的 3 場團體敘說，由 11 位實際參與的諮商心理師分享各自在此一協助過程中的經驗、觀察與反思，此 3 場團體敘說的錄音資料均被逐字謄寫成文字稿，是本研究主要的資料分析來源，由於本文聚焦於評估議題，因此分析材料乃限於與評估議題相關之敘說，資料分析方法則是採用敘說

研究的類別—內容分析法。

研究結果發現，參與之諮商心理師普遍對評估過程的困難深有同感，他們發現干擾評估有效性的來源包括：評估工具的選擇、評估實施者的適任性、被評估者的心理狀態、以及評估介入的方式等因素。如果再來一次，在評估工作上，能否有不同的作法也是大家思考與討論的方向，從系統外介入的我們體認到認識該地 / 校文化脈絡、校園生態、人事運作等系統層次的意義與重要，若能在此系統下，與行政團隊一起合作，讓導師與家長成為進行評估或觀察的重要參與者，那麼觀察來源的增加將能有效提升評估的效度。另外，除了善用當地的評估資源之外，我們也體認到被賦予評估專家權責的工作亦應由團隊為之、而非個人進行，由 2-3 人組成的團隊進行始能兼顧帶領與觀察、內容與歷程、整體與個人等狀況。而評

估過程的細膩度其實也有許多提升的空間，例如：基本背景 / 現況的掌握、以及更多詢問 / 瞭解的溝通與確認；而評估後並非只是進入到介入或處遇而已，評估後應該還要有再評估、續評估等概念，換言之，我們學習到評估並非一個階段、一個待完成的任務、或者協助歷程的一個事件，它應該是一個歷程，一個持續於介入或處遇開始之後的一個歷程。

結論

災難創傷反應的介入歷程中，評估是一個相當重要的議題，本研究發現此次莫拉克風災的介入過程，存在評估效度的問題，干擾評估有效性的來源包括：評估工具的選擇、評估實施者的適任性、被評估者的心理狀態、以及評估介入的方式等因素。從交大團隊的反思性經驗整理中發現，

認識在地環境 / 文化脈絡、以團隊取代個人進行評估工作、納入教師與父母成為評估觀察的參與者、以及學生基本資料與作品意義的蒐集與確認、並將評估視為是一個須持續進行的歷程，將能有效提升評估結果的有效性。

建議

1. 兒童的創傷壓力反應是否有別於成人，是一個須注意的問題，因此建議後續研究特別針對兒童的創傷壓力反應內涵進行探究。

2. 面對地區性的大規模災難事件，要找到專業人員執行評估工作確實存在困難，因此如何發展出一套完整的評估訓練，將半專業或教育人員納入，成為可協助評估的工作者極具價值。

【引自國立臺南大學「災難諮商與治療學術研討會」大會手冊】





【高雄縣】國立成功大學

走出八八風雨的創傷， 迎向堅毅生命的成長 —以三級預防模式進行莫拉克風災 災後學校心理重建工作 柯慧貞

撥開生命塵封的痛，洗滌受創孩子的傷：

2009年八月上旬在澳洲開會，由不斷重播的新聞看到台灣莫拉克風災的無情，心中極為沉重與難過；回國後，卸下行李，立即與教育部訓委會幹事湘婷聯絡上，了解災區學校受創情形與教育部政策措施以及自己可以協助之處。當時，國內充滿支援災區同胞的大愛氛圍，訓委會同仁與南區大專院校輔諮協調中心吳松林主任告知教育

部正進行大專院校認輔災區學校的心理重建輔導工作計畫，而尚有那瑪夏鄉2間小學（民族與民權國小）尚待認輔，期待我能帶著專業心理團隊參與，協助認輔災區這2間學校。而台灣臨床心理學會也不斷傳送人員培訓與災難心理衛生相關資訊；研究室多位研究生也熱心投入災區工作；發揮臨床心理的專業與愛心，協助災區朋友。

記得深夜靜下來，坐在書桌前想著如何參與

災後心理重建工作時，一如往昔，先問自己「參與此工作的意義是什麼？在下階段生命旅程中，參與此工作的生命意義為何？」看著電腦中一封封號召志工的電子信件，也讀著一封封學會與臨床心理師921地震災後重建經驗與危機評估介入教材的分享；想著吳松林主任溫暖、堅定、誠懇的期盼話語；也試著同理經歷災難的感受；此時一幕幕多年前塵封的懼痛，再度湧上心頭；想起幼年時候與哥哥們在嘉義公園湖潭划船，不慎溺水的情景，當時沉落水中的恐慌、懼怕及無助的感受，再度浮起；雖是事隔多年，如今依然可感受到一些心悸與驚慌之痛。接著，也聯想起高中時期的游泳課，頭入水中的恐怖經驗。記得是在多年後，當自己唸心理系後，才理解幼年溺水的影響與游泳的障礙之關聯因素。撥開這段塵封的痛處，讓自己感同身受地深刻體會到災區孩子可能的傷痛，於是決定再忙也要規劃時間來以自己的專業與生命經驗，伸手陪伴有需要的孩子一起洗滌此風災的創傷；由於創傷壓力疾患（PTSD）原非自己專研主題，也就要求自己更要從服務過程與學童的生命經驗中用心學習。為了此工作，自己大量閱讀 PTSD 相關文獻，並在輔導工作過程中仔細觀察與反思，一季的服務工作不但使得 PTSD 與自傷的高風險群減少了七成；也讓自己的專業有了學習大豐收，在2009年秋冬一季譜下碩實的生命成長樂章。

以三級預防模式進行莫拉克風災災後學校心理重建工作

八月底認輔了民權國小後，經過行政溝通後，立即展開災後心理重建的三級預防計畫。亦即，結合台南市臨床心理師公會葉春吟理事長所號召臨床心理師熱心夥伴們與成大的行為醫學所與健

康照護科學研究所臨床心理組研究生們，組成災後心理重建服務工作團隊；展開三級預防工作。針對第三級預防的災後危機處理工作，乃在九月初國小一開學時，即針對災區國小全校師生們及時展開安心與減壓團體，並進一步進行篩檢，找出 PTSD 與自傷高風險同學，展開深入晤談評估，並針對已出現 PTSD、憂鬱或自傷同學由臨床心理師提供心理治療與必要的醫療資源整合。二級預防工作，則是每月透過篩檢問卷、教師轉介及團體輔導課程中的觀察來篩檢 PTSD、憂鬱或自傷的高關懷群學生，並進行早期介入，以預防情緒與行為問題發生；並另針對一級預防工作，則由本團隊安排五次情緒教育課程，分別對各年級班級實施風災後的焦慮情緒因應與不同情緒調控能力提升的輔導課程。

一級預防工作的對象是針對全校所有同學所實施的，目的在提昇所有學生的 EQ 與 AQ，並促進健康，以預防問題之發生。我們針對各年級班級均安排五次情緒教育課程，根據各年級學生設計合適其年齡學習的活動，教導孩子學習辨識與因應災後焦慮反應、憤怒及憂鬱反應；根據情緒歷程理論，我們設計不同的情緒因應技巧訓練，包括暫時擱置分心去做例行的工作或服務性工作、轉換想法、以五覺（聽音樂、看美景、觸舒柔、嗅清香、品美味）安撫自己以及學習放鬆與激勵自我，以改善當下情緒的各種技巧。透過說故事、畫圖、卡通、玩活動等，各年級孩子均能學習與應用所學的技巧。其實，我們也發現教師、家長的角色很重要，對其實施心理重建的教育也相當重要；但是現成可用教材大為不足。例如：很多家長與老師本身也歷經風災，他們自己也有強烈的焦慮與憂傷情緒，可能因此而使得孩子學習到

大人的情緒反應，因此，如何協助家長與教師本身具有良好因應創傷的資源是重要課題。另外，在我們文化中，大人也常要求孩子不要再談、不要再想或談論風災的事、感受及反應，以免更難過或使其他學生難過，這種觀念可能使得孩子過度使用逃避因應方式，因而，增高 PTSD 發展的危險性。不過，仍要感謝一些老師們的投入與學習，有些老師們也透過研習與分享的學習而改變了觀念，逐漸能接納、鼓勵，並與孩子一起面對、分享及整合其災難經驗。因此，在面臨全球災難不斷，教師與家長的培訓教材，是未來需要有系統去努力建構的要務；針對此部份建言教育部與政府相關單位補助或委託製作方便廣為宣導的學生、教師、專業心理人員及一般民眾之網路學習教材；未來災難心理重建課程，應是學生、家長、教師與輔導教師、心理專業人員的重要知能。

二級預防工作之目的在於早期發現高危險群，早期介入，預防問題惡化。我們修訂由陳莉莉臨床心理師等人很熱心也即時翻譯與改編國外創傷篩檢問卷 (Trauma Screening Questionnaire, TSQ) 的「大水怪篩檢問卷」，並建立本土實徵信、效度資料，也以之進行高危險群之篩檢；雖然篩檢點 (5 分) 的診斷效度，仍待累積資料加以建立。而在 PTSD 高關懷群與 PTSD 個案的介入方面，由災後 2 個月 (即 2009 年 10 月初開始) 我們每月一次以修訂後篩檢問卷進行篩檢，篩檢出高危險群安排認知行為心理諮商個輔。成大團隊這次經驗則發現認知行為成因分析與介入，亦適用於中高年級學童，並有其明顯效果。例如，以個人所提供的認知行為介入來談，透過心理教育與對風災及其相關影響的歸因與解釋的討論，可適時修正學童不正確或不恰當的歸因 (因不聽媽媽話偷

去網咖打即時通，而受上帝懲罰，家才被土石流毀掉；因貪玩亂丟石頭，才有土石流等) 可以很快處理學童的自責不安；而在放鬆訓練與鼓勵稱讚後，讓個案在可承受的不安下，透過想像、敘述治療逐步來面對與敘述原已逃避的災難經驗，顯著緩解了兒童的潛在焦慮；並協助個案由災難中找到正向意義與對其正向因應方式的成長經驗加以稱讚表揚，使個案逐漸修正原先逃避因應與負面認知，並增加正向面對與因應自我、環境及未來各種挑戰的內在抗壓資源。另外，我們也以自傷評估量表，評估兒童之自傷 (殺) 意念、意圖、及行動，並對高危險群，進行自殺風險評估與不同風險之介入。在我們所篩檢與進一步晤談評估後，發現並無學生的自殺風險達到高度或嚴重度風險，多半為低度或中度風險；針對低度風險，安排其進入個輔，而針對中度風險，則聯絡家長、導師加以注意，並給予危機因應卡，教導孩子如何因應其憤怒、痛苦與無助情緒，並約定在出現自殺計畫與行動時，如何與老師聯絡。

針對三級預防中的災難危機處遇工作，我們除在九月初提供安心減壓介入外，也從篩檢發現部分學生已達 PTSD 診斷標準，先前的班級減壓安心團體的效果對於這些學生的效果並不佳；故我們以較深入的災難焦點 PTSD 個別認知行為治療，來協助他走出風雨的創傷。國內許多資訊所提供的是以團體方式進行安心減壓 (即 Debrief) 的做法；然而，搜集國外文獻資料，也發現此種做法，若是要預防 PTSD，其效果並未被實徵研究所支持。而我們這次的實務經驗也指出以團體運作 Debriefing 的效果如同文獻所提到的，確有其限制。雖然，透過心理教育使經歷災難個案可認識與分享風災經驗與風災下的壓力反應，並較可預

期與接納自己這些身心反應。然而，Debriefing 操作中，較難使經歷災難後的人充分敘說複雜的創傷事件內容與歷程，故對於要減除個案因創傷不安而不斷運用逃避方法的不當因應方式與要降低其潛抑的不安之效果較為有限。

三級預防災後心理重建，成效顯著

經過我們成大團隊的半年心理重建努力，PTSD 的高危險群由災後二個月 (即 2009 年 10 月初) 時的 36.2%，在災後五個月後 (即 2010 年 1 月中旬)，降到 11.3%；而自傷高風險群學生，也由 31% 降到 9.7%。看到所輔導的同學們重新展現笑容，也更堅毅；令人由衷感動；例如小娟 (化名) 由初次會談時 (即 2010 年的 1 月) 的低著頭

不語，到盡情哭泣，說出登上直升機時與姑丈分離的憂傷，最後，帶著歡樂與期待追求成為運動健將的夢想；小明 (化名) 揮別家中房子被土石流沖毀，與爸爸在淹水中逃難時的不安、惡夢、驚慌及自責，成為更堅強的小勇士；小珍 (化名) 勇敢說出自己一直壓抑不敢說出但却不正確的災難歸因後，不僅寬解了自認做錯事被上帝懲罰而造成災難的譴責，也打開一直自認行為導致家人生病的自責枷鎖，她露出甜美的笑容，也學會察覺自己常出現的個人化不當歸因思考，預防往後更多的自責與憂鬱。看到這些孩子心靈的成長，給了我滿懷的感動與滿足，又是豐碩的一季！！



輔導心語：

在一季心理輔導中，看到孩子們走出莫拉克風災的創傷，迎向堅毅生命的成長，能在彼此生命的交會中，陪伴、啟發或引導另一個生命去突破及超越痛苦，並找到較恆久的幸福感與自在，使我再次驚嘆生命的可塑性，也使我更加肯定心理輔導工作的價值與意義。

不期而遇的禽鳥、蛇、獸，讓人油生敬畏之情。比對眼前的景象，胸口有種被悶搥撞擊的感覺，山依舊在，海依舊在，消失的房屋與街道到哪裡去了？好險事前得知台東傷亡的情形是整個災情最輕微的，否則真是不敢多想這裡發生了什麼！

到了負責的小學與國中，帶著滿滿的好奇，慌忙中找到了五年級的教室，進門介紹自己是猴子老師，於此開始讓我見識到孩子們的熱情，課程進行期間絕不冷場，好像上課發言是再自然不過的事了，下課後，整群孩子黏上來，開始問東問西，對於怎麼會有人皮膚這麼白也非常好奇。這個班級我雖然只代課一次，後來只要進了校園，眼尖的孩子遠遠地從斜對角的三樓教室看到我，大喊一聲：「看！是猴子老師！」然後幾個孩子邊跑邊喊：「猴子老師！猴子老師！」瞬間，堆滿笑容的孩子們出現在我面前，勾著我的雙手，掛成兩串。我除了開心，也有種像是大明星的奇妙感受；孩子們就是這麼大方地釋出善意、歡迎你、和你做朋友。



這樣渾然天成的熱情不只出現在孩子們身上，有一天，遇上學校校慶舉辦運動會，運動場內是盡情奔跑、跳躍的學生們，場外是隨著音樂一起搖擺、唱和的家長們。比賽中場，居民與準

【臺東縣】國立東華大學

原鄉服務手札

侯相如

閉上眼，原鄉部落限定的兒童喧鬧聲，穿插著國語、族語以及難以忘懷的特殊語調，搭配活力十足的摔角遊戲與滿分的手舞足蹈，回想起這些點滴畫面總是有一股震動從腳底竄至頭頂。

東台灣的映像

民國九十八年八月八日，莫拉克颱風雨量豐沛，土石流肆虐，大水成災，重創南台灣。各方救難人馬紛紛投入人力、物資，儘可能加速災後復健的工程。八月底由東華大學劉志如老師帶領的認輔團隊形成，我有幸參與這個團隊，九月初起，每週一天往返花蓮—台東，協助台東地區國

中、國小學童之災後心理復健工作。



災後第一次與大夥兒從花蓮開車到台東，約

莫到太麻里時，看到眼前的景象，內心驚呼：「這裡不是許多平房嗎！？」滿目瘡痍的砂石、塵土，我不敢相信自己的眼睛，兩年前的景象仍印在腦海裡，除了震驚還是震驚！

猶記幾年前到台東遊玩時，縱谷平原裡金黃稻穗綿延，一台台笨重的割稻機器像是積木裡的玩具車，抬頭便是線條優美的海岸山脈與中央山脈以及藍的不像話的天空；山的另一邊是從海上迎接日出、觀賞月昇的好地方，即便太陽再熾熱，海面吹來的風仍能灌飽衣袖。這裡沒有高樓大廈，只有看不膩的大山大海，以及誤闖產業道路時，

備上場比賽的學生隊伍紛紛隨著流行音樂「sorry sorry」、「nobody」，節拍絲毫不差地舞動了起來，沒有城市人們的僵硬與扭捏。

樂天的性格，是否沒有悲傷？

「老師，爸爸媽媽為什麼不要我？他們都好久才回來一次。」「講這個傷感情啦！」面對這些睜著大眼睛望著你說出這些話的大朋友與小朋友，我實在很難回答。莫拉克風災是一個鮮明的失落，讓他們被社會注意到，然而生活中大大小小的失落早已與孩子們共存，他們用自己與祖先賦予的力量生活在其中，有些人找到了合適的因應方式，不論是和親友共同努力或是對自己有所期許的目標；有些則仍在探索，不知將滿滿的感受往哪裡放？



還記得有個瘦瘦的男生，五官很清秀，好像是班上新來的轉學生，乍看之下不太合群，同學們正在努力的分組疊高塔時，他就在旁邊玩氣球，時而湊過去瞄兩眼、丟個意見就離開，同學們也不太搭理他。後來，他忽然很認真地到我面前問我：「老師，我們跟許願塔許的願望真的會實現嗎？」我猜他有個重要的願望，正想著該怎麼回答時，他已經跑去和同學一起做高塔，可惜他一插手就被已經投入疊高塔很久的同學唸：「不要

來破壞啦！」他一聽到就離開了，過不久又跑回去，然後又被唸就又離開，看著他鬱鬱的神情，正打算上前鼓勵兩句，下課鐘響，他一溜煙的消失，我們還要去下個教室，就將這件事放在心上，可惜的是，下個禮拜再到班上時，這個孩子又轉學了，聽說是父母的原因…。



天然大沙箱裝著滿滿的故事

我們的團隊因緣際會地在十二月時接手了一間在莫拉克風災中屬於重災區的小學，要抵達學校的路途盡是砂石、爛泥與土堆，好像雨一下，路就又不見了似的。不知道這裡的孩子、老師與居民們如何面對接下來的生活？幾條小路轉呀轉，眼前又出現一棟地基掏空、傾倒約 45 度的房子，可以想像不論大人、小孩生活在尚未復原的環境裡，心情也不容易安定吧！

或許是風災的經歷太巨大，大人們對於小孩要去接近溪水是相當忌諱的，即便自己曾經是在山林、溪谷中成長，但為了保護孩子們的安全，就會禁止他們靠近河床。然而，想要靠近大自然的天然擋也擋不住。我和我的夥伴要向某個班級的體育課借幾個小朋友出來帶團體，雖然孩子們在 intake 時都說想來參加團體，但當我們找孩子們來參加團體時，有個學生就哭了出來，說她一

定要上體育課，其他的學生也是一屁股坐在地上，說什麼都不肯起來，因為這次的體育課，學校老師要帶他們去河床玩沙。夥伴和我當下決定，不如就跟他們一起去玩沙吧！孩子們馬上破涕為笑，開開心心地拉著我們往河床走。快要走到河床時，需要跨越整排比大人身高高約兩倍的沙堆，許多孩子們已經輕易地爬上去，另外幾個則對我們說：「老師，這個妳們爬不上去的啦！」我們也不甘示弱，拼命也要爬上去，一番折騰後，我們全都抵達了表層乾巴巴的河床，僅有靠山邊的地方有小小細細的河流，孩子們拖著我們玩起了鬼抓人、閉眼走路，另一個孩子在河邊驚呼：「老師快來看！這裡有好多蝌蚪喔！」於是我們整群人又跑

到小水流邊看蝌蚪，大家跑跑鬧鬧也累了，就圍坐下來，自然而然地開始玩沙、塑沙…他們先是塑了橋，推倒，說橋被沖斷了，然後指著河床邊的高山說：「水就是從那裡沖下來的！」說著說著，便說起了地方名稱的由來：「古代有個勇士，他發現兩隻鹿就開始追…追著追著，有一隻就跑掉了，另一隻則被勇士射中…後來為了紀念英勇的獵人勇士，就以…命名。」孩子們一個接著一個地說，哪邊記不清楚了，另一個就補充，或是一起說，整個河床就像天然的大沙箱，我們每個人和山水、天空都是物件，一個個的故事串起了部落共同的回憶，也牽起了孩子們相連的心。



輔導心語：

閉上眼睛、張開耳朵、打開雙手…真實的聽見，讓我們的心更靠近。



【臺南縣】國立臺南大學

莫拉克風災兒童與青少年 心理重建之省思與感想

陳慶福

2009年8月8日襲台的莫拉克風災，挾帶了比原先預報更大的降雨量，瞬間傾倒而下的豪大雨，造成台灣中南部及台東地區嚴重的災難和損害，包括人員傷亡、房子倒塌、土地及農作物流失、橋樑毀壞……，有許多山區的居民因為家園毀損，必須離開熟悉的家鄉，接受政府的安置，暫居於不同營區或其他的安置所，另有相當人數就讀國中、小的兒童及青少年，則被政府安置在與父母分離的某些平地的中學，或由父母安排暫住親戚家，在2009年8月底新學期開學後展開新的

學習和生活。

教育部在風災後的短暫時間內即與南區及中區大專校院輔導工作協調諮詢中心聯繫，上述的兩個諮詢中心立即著手瞭解及調查災區需要協助重建的中、小學，並與有意願認養災區中、小學的各大學院校協商，基本上各大學以一個大學認養一個小學或國中的方式，從2009年8月下旬自9月起陸續展開兒童及青少年的心理重建工作。以下個人就個人實際參與四個月被安置的某國中心理重建工作，2009年10月至2010年1月個人

擔任四次南區大專校院輔導工作協調諮詢中心所召集約數所參與南區國中、小督導會議之實務督導，2009年12月中旬台南大學主辦：「社區災難諮商學術研討會」，及2010年5月舉辦：「災難諮商與心理治療學術研討會」中，多位實際參與南部及東部實際參與災區兒童與青少年大學院校之論文發表，2010年1月下旬個人參加台東縣政府辦理之莫拉克風災心理重建會報，及2010年7月中旬，在海峽兩岸學術研討會中，某一負責莫拉克風災災區某國小兒童心理重建之某大學教授，分享其所帶領團隊之運作與其個人兒童個別諮商與治療之作法。個人綜合上述經驗與觀察，提出個人省思與感想。

本次風災後心理重建的幾個現象與特色：

一、心理衛生團隊的投入與心理衛生二、三級預防之實施

在2009年8月8日莫拉克風災後，民間許多的企業與機構立即主動捐助金錢與物資，相對地政府某些部門對災情的掌握與救災工作的進展，則顯得緩慢和效能不彰。至於諮商心理師、臨床心理師、醫護人員等心理衛生團隊在災後陸續投入災區兒童及青少年的心理重建工作，這當中有許多的心理諮商與治療人員係以團隊的方式，對被安置的兒童及青少年提供心理諮商與治療，或對災區學校的教職員、兒童及青少年的父母及親人提供諮詢，這些團隊幾乎都採用心理衛生的諮商、矯治之二、三級預防之概念，以及採取篩選、介入或轉介之模式進行兒童及青少年的心理重建，學院派的諮商與心理治療專業的理論和概念，在此次風災兒童與青少年心理重建中得以實踐和檢驗。

二、新手心理師與研究生投入心理重建工作及其影響

本次投入災區之兒童及青少年心理重建工作，主要是由南區及中區大專校院輔導工作協調諮詢中心，協商有意願認養災區中、小學之各大學諮商與心理治療團隊，高雄縣、屏東縣和台南

縣等學生諮商中心，以及醫療體系之醫師、護理人員與臨床心理師等團隊所組成。這當中包括了為數不少剛取得證照的新手心理師，以及諮商與心理治療領域的碩士班研究生。根據個人的觀察，在有接受定期督導的情況下，新手心理師的服務水準和效能是較沒問題的，相對地一些大學就讀非諮商與心理治療相關科系的碩一研究生，其專業能力就值得商榷。或許我們往後需要訂定某些標準，讓已修習過心理評估或衡鑑，或個別或團體諮商與心理治療、諮商與心理治療實習課程，及接受前進災區前的行前完整訓練者，從事心理輔導與初次晤談的工作，或在督導的情況下帶領支持性的團體。個人也認為，倘若專業訓練與督導未能落實，我們可能很難期盼這些碩士生能發揮多少效能，若這些研究生因從事嚴重心理創傷兒童及青少年的諮商與治療，而產生不當諮商行為或替代性創傷時，將會加重其督導與所屬團隊的負擔。

三、兒童及青少年的師長、父母、親友與同儕對心理重建的影響

個人發現，在目前已舉辦的數場有關莫拉克風災研討會中所發表的論文，大多採以學校為導向(school-based)之諮商與治療模式，幾乎所有的團隊在剛進入中、小學心理重建時，都採用了班級輔導之減壓(debriefing)策略，且同步進行個案的評估和篩選，接續則進行個別諮商與治療、小團體諮商，或對教職員、兒童或青少年及其家長，提供諮詢或有關心理重建或心理衛生的專題演講。許多論文的研究都顯示心理衛生團隊介入的積極及正面成效。然值得思考的是：到底有多少成效是來自實際的介入？影響兒童及青少年心理重建甚巨的師長、父母、親友與同儕，對兒童及青少年心理重建的影響，則少有人加以關注及進一步的探究。

四、重返部落或進住永久屋的兩難

自從莫拉克風災後，政府的一些評估報告皆指出，原住民原先居住的山地部落及環境不再適

合居住，但許多被安置在其他平地營區的學生家長們選擇返回山地部落，許多的兒童及青少年亦隨父母返回家鄉，另有因為土地及家園毀損的家庭，則選擇與孩子住進宗教團體興建的永久屋及新社區內。返回山上耕種與過著熟悉的生活雖然較自在，但遇到颱風或大雨留在山上則有危險。而住進永久屋及新社區的居民卻得放棄殘破的家園，離開熟悉的耕種土地與原鄉，面對艱辛的未來與前途。

本次風災後心理重建需要改進或精進者：

一、加強不同團隊間的協調及整合

當許多的人力與資源相繼或同時匯入災區，如果沒有有效的管理、規劃與執行，外在的善意和災區心理重建工作效能可能因此大打折扣。發生在 1999 年造成中部地區嚴重災害的 921 地震，當時來自災區外的資源整合與分配，以及心理衛生人員水準與重疊投入，就曾廣受許多人詬病。例如，有許多非心理或諮商科系大學生，以及諮商與心理治療專業人員重複對同一學校或中、小學的兒童及青少年進行諮商與治療工作。這次莫拉克風災，心理衛生人員的投入、協商與整合亦有相當的改善空間。例如，諮商與治療人員與半專業人員先後對同一中小學兒童及青少年進行演講、座談、諮商與心理治療，南區及中區大專校院輔導工作協調諮詢中心，與隸屬中、南部縣市教育處學生心理諮商中心，中、南部諮商師或臨床心理師公會，中、南部縣市醫療體系行政的聯繫與協商不足等。

二、介入方案與評估工具之適切性

此次風災災區許多諮商與心理治療團隊對兒童及青少年處遇成效進行評估，採用許多國內、外不同量表，這些評量工具的信、效度，以及評量工具在災區文化上的適切性的議題值得關切與檢討。例如，有些介入活動、方案或評量工具直接翻譯至國外，欠缺國內進一步的檢驗與修訂，某些國內發展的評量工具未具完善信、效度及建立特殊群體之常模，以及某些諮商與治療的型式

是否適用於原住民兒童與青少年等。

三、心理重建的時間與持續

依據個人的觀察，最早介入被安置災區之兒童及青少年的諮商與心理治療團隊約在 2009 年 8 月下旬，多數的團隊在 2009 年 9 月中旬前後開始進行兒童及青少年的心理重建工作，而大多數的團隊在 2009 年 12 月底結束諮商與心理治療工作，將往後的諮商與心理治療工作，轉介給當地縣市的學生諮商中心或心理師公會接手，只有非常少數的大學團隊持續對災區學校學生提供非定期及稀少的諮商與心理治療服務。造成如此的情況，主要是因為政府會計部門在 2009 年年底經費補助之核銷期限，提供災區兒童及青少年諮商與心理治療之大學團隊之疲累，或原先被安置學校自 2010 年中旬陸續重返山地部落，心理諮商與治療人員因時間、體力與至山區路途遙遠及安全等問題，很難持續至山區為兒童及青少年提供諮商與心理治療的服務。或許各縣市政府的教育處、衛生局或心理師公會，平時能集合有意願之醫生、護士、社工、諮商與心理治療等專業人員，共同組成一危機及緊急應變團隊，定期加以訓練，一旦縣市境內有天然或人為災難發生時，能立即啟動心理救援及重建的短期及長期工作，如此心理重建工作方可持續進行。

四、災區學校在心理重建中扮演了何角色，又發揮了何功能

到中、小學協助風災兒童及青少年心理重建的外來大學團隊，或心理衛生團隊之投入與成效是值得肯定，但兒童與青少年就讀學校之教職員、兒童及青少年的同儕、學校的氛圍，對兒童及青少年情緒及生活穩定、課業的學習之正面影響則常被忽視。由於學校也是一個社區，兒童及青少年則生活在這個社區與氛圍裡，大學團隊或心理衛生團隊每週或隔週一次在中小學，所提供的服務時間和人次往往相當有限。因此個人亟待未來大學團隊、心理衛生團隊能將中、小學整合入心理重建團隊中，建構及發展出更佳之共同合作與

參與的心理重建模式。

五、宗教與文化的議題

宗教對許多失落與悲傷當事人，或遭遇天然、人為災難之當事人，具有重要的撫慰與療癒功能，原住民原始的宗教，與目前大多數原住民信奉的基督教或其他宗教，部落長老和牧師等神職人員，對於此次風災兒童及青少年家長、以及兒童及青少年心理重建的影響為何，是值得探究的議題。就個人所知，災後有一牧師帶領了一個基督徒心理師團隊，從事安置在營區的兒童及青少年家長之心理重建工作，這是一個有意義的嘗試。但許多的心理重建團隊，幾乎都採用了西方發展出來的諮商與心理治療理論、技術或策略，心理師在使用這些理論、技術或策略時，能否考量到原住民的文化並做適當的調整，有待留意與做進一步的檢討。個人以為蒐集與瞭解原住民生活與傳統的心理重建的方法、策略（例如，透過種族英雄事蹟、故事、傳說、成功奮鬥案例激勵人心、透過舞蹈、運動或社團抒發情緒等），對兒童及青少年、家長的心理重建可能更具啟發性及療效。

六、風災心理重建的實務與研究及分享

對大人、兒童及青少年而言，其心理重建和復原的途徑很可能是複雜且多元的，對於因應或調適不良的當事人亦是。或許我們可以透過多舉辦類似莫拉克風災的學術研討會，鼓勵實際從事莫拉克風災各團隊發表研究論文，或分享莫拉克風災實務經驗，並將上述研究成果與實務經驗彙集成冊，或鼓勵專業團隊將研究成果撰寫成較嚴謹的學術論文投稿國內外期刊，提供給災區學校及對風災心理重建有興趣人士閱讀或參考。

七、小學校及偏遠地區的輔導工作

這次風災，當心理衛生人員或心理師對災區兒童及青少年提供諮商與心理治療服務時，常遇到學校將許多非因風災造成生活適應不佳的兒童及青少年轉介給心理衛生人員或心理師，而心理衛生人員或心理師在工作繁忙之際，也都樂意挪出時間提供兒童及青少年的諮商與心理治療服務。許多原先認為學生不需要輔導或持輔導無用論的教職員，轉而與心理師及心理衛生人員合作，他們看到了心理師及心理衛生人員的努力，也見到了諮商與心理治療的效能，他們企望政府能增加偏遠地區及小校的心理衛生人員或心理師聘用。建議教育部可以考慮與研商修訂目前中、小學教師任用條例，在中、小學正式聘任專職心理師，或約聘心理師，讓心理師在中、小學講授心理衛生相關之課程，或以兩三個學校合聘一位心理師方式，從事學生心理衛生工作。個人也企望教育部、隸屬各縣市教育處下的學生心理諮商中心，能積極與各縣市心理師或心理衛生相關公會合作，採用直接與間接策略，落實預防、諮商與治療矯治的三級心理衛生工作，維護兒童與青少年的身心健康。

輔導心語：

「預防重於治療」，從歷次天然災難中我們應學會尊重大自然的法則，與從天然與人為災難中學到教訓及成長。助人的專業在台灣逐漸成長與發展，對於心理衛生人員而言，唯有不斷精進，透過理論 - 實務 - 研究的結合，與各專業、半專業人力與物資的整合，方能有效助人，而從助人的過程中，助人的專業才能得到肯定。

【嘉義縣】國立臺中教育大學

擁抱愛與希望， 迎接明天的太陽！

連健翔、楊顛帆

澆灌愛與希望 連健翔

2009年8月的莫拉克風災造成台灣許多地區重大損失，除人員傷亡外，家園、社區及學校環境亦遭受到嚴重破壞。很高興自己有機會能加入服務團隊中，與師長及同儕夥伴們發揮一己之長。當我第一次進入災區時，就被當地因風災侵襲而毀損的道路、山坡、校園與房舍給震懾住了！一切都是那麼地怵目驚心，「原來這就是大自然反撲的威力啊！」是我當下的反應。災後的國小學童每天面對毀壞的家園與校園，殘破不堪的環境提醒他們風災的可怕！而至親好友的驟逝，也使他們在生理或心理層面承受著極大的創傷與壓力。

在我們服務的學生當中，除了國小學童以外，也包含學校裡的附設幼稚園學童。有些孩子在風災後會出現：重複述說與風災相關的事情，例如颱風當天風雨很大；對颱風感到焦慮與害怕；與父母親分開時會出現明顯的分離焦慮；害怕夜晚的到來，以及害怕獨自入睡或夜裡沒人陪伴及做惡夢等反應。我們設計出八次的團體方案，希望

透過此方案的設計，去協助幼稚園學童覺察在經歷風災後，對於失去親人、朋友，以及面對環境的改變，所產生的感受與壓力；並且教導幼童們一些簡易的放鬆技巧；也協助他們去發現自己本身即擁有的正向力量與內在資源，再去發掘外在的支持系統與資源，進而能夠連結外在資源。

因為幼稚園的幼童受限於認知與語言發展能力，未能夠以口語的方式清楚表達自己的想法與感受，而他們較能夠在遊戲的互動過程中，不受語言限制的將創傷事件後的反應再次重現。因此是以遊戲治療與表達性藝術治療等方式進行輔導，引導幼童們表達自己的情緒和想法，進而能夠減少其創傷反應。此外也會進行一些壓力因應技巧的練習，例如我們將腹式呼吸法，用以「吹大泡泡」的遊戲活動包裝，讓幼童們透過玩遊戲的方式，來知道自己緊張、害怕時，是可以用「大泡泡呼吸法」來幫助自己調適與因應。

某次團體諮商時，將情緒臉譜製作成兩兩一組的記憶牌，以此遊戲活動方式，來教導幼童們

辨識情緒的詞彙，讓他們能夠去覺察自己的情緒狀態。在活動進行過程中，會發現若只單純地將情緒字彙教給幼童，小朋友較難以理解，如「難過」、「悲傷」、「憤怒」等。需要進一步解釋詞彙的意思，或是舉生活中的例子讓幼童瞭解，例如「難過的意思就是，當我們因為做錯事情被爸爸媽媽罵的時候，心裡面會出現的不舒服感覺」。



以棒球九宮格的遊戲方式，來協助孩童們覺察自己的優點特質，並讓他們能肯定自己的正向

資源。活動設計九張不同的正向行為表現，例如：幫忙家人做家事、友愛同學、照顧小動物……等，讓幼童們去回應自己是否有過這些行為，引導他們陳述在做到這些行為時，當下的感覺是如何。例如有小朋友會說自己在家裡有幫忙媽媽做家事，進一步詢問時，再回應說幫忙掃地、拖地、整理自己的玩具等，有幫忙做家事會覺得很高興，因為媽媽有鼓勵自己。

八次的團體帶領中，發現幼稚園的幼童無法持續較長的專注力，因此團體時間不宜過長；而活動進行方式可以遊戲的方式來帶領團體，讓幼童們更能融入在活動中，寓教於樂。此外，幼稚園的團體人數不宜過多，人數如果過多，在引導小朋友分享時，沒有說話的小朋友較無法耐心聆聽分享，因此一個幼稚園的團體，成員人數大約在四人內較恰當。團體的進行速度也要較為緊湊，以免學童會分心而各自做自己的事情。

除了進行設計好的團體諮商，亦安排一個時段是各年級非結構化的團體活動。在非結構團體活動中，我們會提供幼稚園的學童們蠟筆、紙張、黏土等藝術媒材，讓幼童們可以去盡情的發揮自己的創意，以表達自己的想法。從幼童在非結構化團體的前期創作中可發現，內容大多為：挖土機、傾倒的房屋、被泥土埋住的人與土石流等…與風災相關的主題。顯示風災對幼童們造成很大的影響，他們對風災所造成的災情仍舊印象深刻。

在團體的中後期，幼童們漸漸開始出現扮演警消人員，或用黏土做出毀損的道路，以小玩偶物件來表現出救援行為、修理東西與整修道路。圖中以一條泥土表示泥濘的道路，中央有警察維護秩序，在右側以泥土固定的灰色立牌代表著救護站。

我們的協助過程中，發現到風災的恐怖景象仍烙印在幼童的記憶裡，幼童會述說對風災的感受，例如：「颱風很恐怖，覺得很害怕。」希望能夠協助他們學習壓力因應技巧及情緒宣洩。另外引導幼童能夠去察覺到自己已具有的正向內在特質，以口語的表達方式對自我進行肯定，以及尋求外在資源協助之意願，例如：「我會幫媽媽做家事，我會掃地和整理玩具；我要謝謝媽媽照顧我吃飯。」進而連結學童們的外在資源，提升學童們的希望感，與增進問題解決能力。

這群學童可能沒有機會將自己對風災的害怕、恐懼說給父母知道，因為父母親對於風災所持的態度可能是「不要再說了，以免嚇到孩子！」但是讓孩子們可以自由地述說有關自己的經驗，接受自己的傷痛與恐懼，對他們而言是有幫助的；因為要讓孩子們知道自己在經歷風災後，會產生創傷、恐懼、害怕等情緒反應是正常的。家長與學校教師也可能需要被幫助，去認識自己的子女或學生的心理內在到底發生了甚麼事，以及如何去安撫學童。

風災會過去，但是若沒有協助經歷風災的孩子去面對，心理的創傷則會深深地刻在他們心頭上。希望在我們大家的關注與協助下，這群孩子能夠再重拾歡笑，有更堅強的心理強度與因應方式去面對未來碰到的困難。

明天的太陽 楊韻帆

這次的暑令營有著重要的任務，要為孩子們預備七八月的颱風季，也要讓他們重建颱風的經驗。我們把這任務包裝成一本故事書，這故事的名字就叫做「勇者鬥水怪」。是的！勇者就是這群孩子們，水怪就是一年前讓他們深感驚恐不安的莫拉克颱風。

故事的開始是勇者的介紹，他們寫上自己的名字，介紹著興趣和喜歡做的事。有人寫上自己愛畫畫，還不忘在旁邊畫上一個勇者；有人拿畫的圖來讓我猜，我一猜到那是個音符，馬上得到一個大笑臉說：「你猜對了！我喜歡唱歌」；有人說自己喜歡和自家兄弟打棒球、最支持洋基隊、最後教起我認識洋基隊的明星球員。介紹著自己的興趣、喜好、好朋友，這時候的孩子笑容滿滿，每個都急著把自己寫好的東西拿給我看，甚至想現場來表現一番。呵呵，聊著興趣、喜好、好朋友這些積極正向的一面，真的是會讓人越來越充滿能量、越來越感覺到心情飛揚了起來！



故事的重頭戲是接著的章節：八月八日那一天大水怪來襲，以及勇者對抗水怪的作戰計畫。我小心地開啟大水怪的討論，因為我知道莫拉克颱風帶來的巨大影響，讓他們熟悉的生活突然有了許多不安。先不說別的，就拿山上的道路作為例子就好，這個村落的範圍很廣，不少孩子的家離學校都有不短的距離，平時上課就由爸媽或鄰居一起開車載到學校來。莫拉克颱風造成村落幾處土石流，也沖刷下許多大石頭，所以通往學校和外面的道路受傷慘重。我們開車上來的時候，每每經過這些危險的路段，同學們就會不斷驚呼

路面的崎嶇不平與坑坑洞洞，感受著坐車像是在坐雲霄飛車一樣。我們很難想像，這些孩子每天都要經過這些路來學校，心中有多麼難以平靜、會有多少的害怕、不安、焦慮在！

帶著孩子進入大水怪來襲的討論之前，我們再度複習了之前學的放鬆技巧，並詢問他們的意願和準備，讓他們能在有安全支持的環境中，接觸與重建這經驗。每個孩子都說了有關颱風的故事：當天晚上下了很多的雨、打雷、還有後來土石流轟隆隆的聲音。有的孩子晚上就開始跟著家人逃難，同樣看到有其他人也在逃難，原本的道路上都是水，不斷地往山下流；有的人甚至就這樣逃了一晚，即使已經跑到比較安全的親友家中避難，也都不敢入睡。隔天發現原本綠綠的山多了很多光禿禿、咖啡色的土（因為土石流滑落），有很多房子歪掉或是倒塌，還有停在路邊的車子有被石頭打扁，然後也聽說村落裡有人受傷，有人死掉……。

大水怪帶來很多的改變和傷痛：居住的環境改變了、原本的家歪了或倒了、有些同學轉學了、甚至有認識的人死掉了……。我好奇地問著：「那大水怪走後，有什麼是沒有改變的？」這個問題似乎有點難，一時間沒人回答我，後來才有個聲音說：「太陽沒有變！」什麼意思？孩子說：「太陽沒有變，太陽還在，我也還活著。」當下，我無法形容我的感動，即使是現在寫下這經歷，我還是無法形容我心中複雜的感動！就這樣，孩子們討論出更多的「不變」：學校的老師沒有變，大家都還在、雖然有幾個同學轉學了，不過還有

很多好朋友還在、和同學一起玩還是很開心、爸爸媽媽也沒有變……。不但如此，更有一些好的改變，像是有人來幫忙、小精靈老師也來了（就是我們團隊），和小精靈老師玩很好玩、一年過去了自己也長大長高長出一點勇敢來了。

看著他們小小的臉龐、聽著他們平靜地講這故事、感受他們內在大大的力量，我感到既心疼又高興。是呀！孩子們，有很多人會在身邊關心著你們，你們也逐漸長大了，知道了以後颱風來臨前要怎麼做好準備、怎麼讓自己感覺好一點。你們知道在難過不安的時候，可以用放鬆來幫助自己、找爸爸媽媽說說自己的害怕、做些讓自己開心和放鬆的活動、把能讓自己安心的東西帶在身旁。聽著他們介紹起派大星、抓娃娃機抓到的海綿寶寶、毛茸茸的小熊等等這些安心的法寶，我邊為他們的堅毅讚賞不已！

就像我們最後為孩子們表演的戲劇一樣，勇者必然可以戰勝大水怪。雖然在大水怪來襲的時候，勇者也會感到害怕不安、不知所措、失去對未來的希望、甚至會懷疑是不是自己的錯。這些反應都是正常的，大水怪來襲不會是誰的錯，這是大自然的災害，是個會過去的災害。孩子們，你們並不孤單，會有人陪伴在你們的身旁，讓你們再次感覺到這世界是安全的，大水怪帶來的不安只是一時的。你們也會重新發現，自己的力量不會因此消失，你們仍然是堅強的、勇敢的、快樂的……，就像太陽不會消失，擁有依然會美好的明天！因為你們，讓老師我更相信，大水怪會過去，而太陽依舊會在！

輔導心語：

水怪來襲，更要相信明天的太陽，有著愛、希望、自己的力量、許多人的陪伴與關心！

我都還沒跟他聊到任何水災的事，他就畫了一個紅色的城堡—被水圍困的城堡。

「藍色的是什麼？」「噴泉。」

小學一年級的他，目睹家被沖毀，有些心愛的玩具來不及救出來。

「城堡會倒嗎？」「不會！」

跟他倒塌在荖濃溪河床上的家比起來，這個城堡似乎可以更堅固的保護他們。但看到那高過城堡的「噴泉」，可以感受到水災在他小小心靈中留下不小的陰影。

第二次他也畫了一張城堡，這次水沒有了，似乎城堡經得起考驗，挺立了下來，看起來是那麼強壯，也帶點驕傲，「就是城堡啊」豆豆沒有多做解釋。



我上網查了一下，豆豆的爺爺奶奶都已經七十歲了，仍「迫不及待地重整自己的田地，是村裏領先耕地再造的災民。雖然混雜的土質造成番茄歉收，而夫妻倆仍保持樂觀態度，繼續與土地對話。」（高樹新豐 88 印象 1 久違了的田，莫拉克風災客庄紀實）

我突然了解，對生命的樂觀與韌性，是豆豆家人賴以維生的驕傲。

有一次，豆豆似乎有些憤怒的情緒，用力的

【屏東縣】大仁科技大學

彩虹出來了

許修齊

莫拉克颱風去年肆虐台灣，受創嚴重的屏東有座美麗小學，入口處左右兩邊各有一棵高大的孔雀豆樹，許多小孩常在樹下讚嘆大樹之美，孩子們也喜歡從泥土綠草中撿拾起相思豆，集到一定數量還可以跟校長換禮物。

「豆豆」是該校小學一年級學生，他常在週末午後，赤腳走在操場上，順便在孔雀豆樹下撿起幾顆相思豆，他想，在遠方的媽媽應該會喜歡這樣紅色的小豆豆吧！

去年父親節過後的第三天，豆豆的家就被無情大水沖走了！爺爺的田也被沖走好幾塊，剩下的只是堆滿河砂和漂流木的荒地…

走進新豐國小，迎接我們的，是撲鼻而來的滿滿樟腦花香。若不是校長親口描述災情，如今

這個校園的美景，令人難以想像四個月前這裡曾是惡水肆虐的地方。

在幫幾個受災小朋友做初步評估時，豆豆的活潑令人印象深刻。初期，他在鍾老師的教室和另一位女同學一起做遊戲治療，後來我們發現這個活潑的孩子面對較強勢同儕時，表現出附屬與配合的角色。於是，我們決定，讓他跟我進行六週活動，期待在更安全的環境下，能讓他表達出自己內心深層最直接的感受。

跟大多數男生一樣，豆豆喜歡玩超人、車、刀槍等玩具。他最喜歡的是超人，但第一週不小心就把它攔腰折斷了。從此每週我固定要做的工作就是一修超人。但是後來他自己發明了修理的方法，用黏土包起來，豆豆開朗地說：「哈哈！

你看，修好了！」

「不是一樣會壞！」

「不會啊，哪會壞！」原來自己修的玩具比較會小心使用。



比較特別的是，他還喜歡畫畫！第一次晤談

打空氣槍發射子彈、摔超人和玩具，也很反常嫌玩具太少、損壞等，但修好或增添後，又似乎沒那麼有興趣，有點「為反對而反對」的味道。

今天豆豆畫了一個機器人，有手，沒有手指，有腳，有腳趾。

「機器人好像看起來不太高興？」「嗯嗯！」有什麼原因嗎？「……」

小一的男生，要用語言表達情緒，的確是有困難的，這也是我們採用遊戲治療的原因。過程中只單純的反應他的行為，不去探究原因，除非個案主動表達。因為遊戲本身就有撫慰治療的效果。有趣的是，有時已經看到個案行為明顯的改善了，治療師還不知道原來問題出在哪裡。

所以就算個案用力的摔玩具，只要不會傷害到他自己，我們也只能反應「你很想打那個超人。」或是「你好像對這部車很生氣。」頂多提醒他「這樣後面的小朋友就不能玩囉！」然後自己暗暗的心疼損壞的玩具。



我發現每次城堡或機器人都有一個正方形？

「門啊！」

門的中間又有一個小點？

「把手啊！」

豆豆不以為然的看著我，彷彿我的問題真是

白痴！

「心門」！「有把手的心門」！就算目前還是緊閉著，未來還是有打開的機會，不管是要讓裡面的人出來，還是要讓外面的人進去。

第五次，豆豆畫了這個「天使」

好快樂的小天使。

幾週前，莫拉克災後 191 天，他們在「慈濟大愛園區」的永久住屋落成入住了。在興建的過程中，爺爺奶奶也都在園區主動做志工。

「喜歡你的新家嗎？」

「喜歡！」

小小年紀的豆豆，也許還不懂說什麼感恩的話，但是在他眼中，有太多幫助他們的人，像天使一樣。

遊戲治療歷程接近尾聲，豆豆畫了一道彩虹。

「你知道什麼時候會看到彩虹嗎？」

「下完雨啊！」

「你喜歡彩虹嗎？」

「喜歡！」

「但是會下雨呢？」

「沒關係，雨下完彩虹就出來了！」

六週過程中，與其說是輔導，我覺得我只是陪伴他而已，而真正讓豆豆走出陰霾的力量，是爺爺奶奶的榜樣，和慈善機構的幫助，加上豆豆自己的善良。曾經有看過我拿出萬用小刀修玩具的經驗，豆豆堅持要我送一支給他，原因是「我可以送給我阿嬤，她就可以工作。」童言童語中，流露出對家人的關心。

雖然最後因為怕他割傷自己，我送了他一把美工用安全剪刀，但他還是很高興的接受。

那天結束要離開前，我在新豐國小校園撿相思豆，豆豆突然從他對面大愛村的家衝過來，從

後面抱住我。

我突然想起，雀躍的天使與美麗的彩虹，因為自由自在沒有界限，所以不需要門。



輔導心語：

再大的風雨，我們都可以期待雨後的彩虹；再惡劣的環境，生命都會自己找到出口。



小時的遊戲治療活動。

3. 一個合作團隊：由嘉義縣學諮中心負責聯絡學校，由校方和心理師共同討論進行的時間和方式，彼此達成共識，為學生的福祉做努力。

遊戲治療過程中，心理師對兒童而言是一個陌生人，建立關係成為療效的要素，由學校輔導老師帶領案主和心理師見面，首先與案主做場面構成，包括自我介紹、活動時間、活動地點、遊戲的自由度、及保密等，截至目前共進行五次諮商活動。

第一次—直升機連結心情



案主是由老師帶到遊戲區，介紹給心理師認識，案主顯現出極度焦慮、擔憂，臉上有淚水，經過場面結構後，案主靜靜坐在地板上自己玩著黏土，案主描述中知道房子會因為水災而倒下去。

案主在遊戲環境中看見直升飛機，順利拿著直升飛機在天空飛，並且表示直升飛機會送東西和食物給他們吃，直升飛機是一個希望的象徵。在風災的困境中，挾著山崩，救援道路中斷，雨勢又不斷的來襲，救援不易，山上的居民又分居各地，阿里山形成一個孤立無援的地方，父母會把憂愁寫在臉上，孩子讀出父母擔心的同時，也

【嘉義縣】中臺科技大學

直升機帶來希望

—莫拉克風災學生遊戲治療記事

魏渭堂

莫拉克風災已經遠離，生活、工作、學習逐漸恢復正常的運作，然而，對某些目睹風災、承受災難的兒童，由於閃光燈效應，仍存在著無法磨滅的影像。他們表面看起來如常，但若某種相關連的情境出現時，災難的影像仍舊伴隨著孩子，包括各種恐懼、焦慮、不安及害怕的情緒，如影隨形。針對兒童的個別諮商服務，遊戲治療具有良好的療效，遊戲中的玩具會投射孩子的心理影像及情緒呈現，並且伴隨口語反應，可以統整災難的創傷。此次進行的活動中，案主看到玩具中的直升飛機時，直接產生反應，將災難中的影像重複呈現，開啟了心理療癒之門。

中臺科技大學針對莫拉克風災的輔導，鼓勵教師進入災區，協助進行學童的災後輔導。經過

嘉義縣學諮中心的聯繫，到責任區進行莫拉克風災檢測量表，篩選出有高度恐懼和生活不適應的學童，經與學校校長、輔導主任、老師共同討論後，需要進行心理諮商協助的學童，共有十六位，其中六位進行團體輔導活動，其餘十位進行個別諮商，案主即是其一，名叫珊珊（化名），為國民小學幼稚園學童。

從資料和遊戲中知道案主家中有五個人，因為目睹風災帶來的災難，產生心理恐懼焦慮；由於案主為幼稚園小朋友，正處在影像表徵期的階段，任何的災難經歷都會在案主的記憶影像當中留存。

共有兩位心理師參與輔導活動，經與學校討論到校進行輔導活動的適當時間，每次都需開三

小時的車程，從台中到嘉義阿里山上，路途遙遠，擔心路況，而輔導的意願就是最主要的動力。

考量案主為幼稚園大班的孩子，無法清楚的運用口語表達，因此以遊戲治療方式進行，讓兒童能透過遊戲接受心理諮商的服務，並且事先準備：

1. 一個遊戲治療箱：心理師準備一個遊戲治療箱，包含了五大類別的玩具，有日常生活、建構、扮演想像、攻擊、撫育等玩具，當做遊戲治療的媒介物。

2. 一個遊戲區：運用學校的圖書館，在地板上面，以桌椅圈出一個範圍，當作遊戲治療的區域，並且把五大類玩具簡單的區分，擺放在地板上，如同居家的生活，由心理師和個案進行一個

會產生恐懼的心理；當看到直升飛機出現在上空時，是一種希望。案主看到直升飛機的玩具，直接聯想到了災難中的影像。

第二次—紗布是受傷的聯想

由於有第一次的遊戲治療活動，個案表情比較篤定，進行一些簡單的遊戲，例如撿一些小東西，摸摸黏土，拿起磅秤；拿起線頭，把線拉出來又放回去，又拿起直升飛機在天空盤旋；個案從玩具中拿出紗布來，表示有人受傷，這是個案經歷目睹風災有人受傷的情境投射。從兒童心理學的角度，幼童看到的影像，是全盤吸收的。

接著他拿起一張椅子給一個娃娃坐，表情顯得比較愉快，他把娃娃放進盒子裡頭，食物也一個一個擺進來。

案主也拿起電話，表示他可以打電話給任何他想要打的人、事、物，這表示案主在遊戲當中逐漸產生我能感，有能力和空間去做他想要做的事，是一種自我力量的表現。

第三次—每個人都沒了

進行遊戲中的孩子會逐漸的做心理上的探索，把內心的焦慮一層一層剝開，內心受傷的影像一個一個透過遊戲呈現，如同九二一地震時，幼稚園的小朋友會在學習區把積木堆起來，喊著地震來了，房子倒了，人也躺下去了，接著不斷重複做相同的遊戲。

個案來到遊戲區先蓋房子，直升機仍舊在尋找他們，每一個人物都不見了，玩具中的任何生物包括一隻小魚也不見了，呈現了孩子心理上躲避災難，和心理恐懼的影像。

在案主心目中，災難之後心理會逐漸重建，

案主用積木把四方圈起來，表示房子，依序把玩具放進去，包括人物、食物、阿兵哥、神明、用具等，房子裡頭越來越豐富，因為家中的人都回到了房子，包括新生的小貝比，表示案主逐漸有安全的感覺。

房子倒了，人不見了，也有人受傷了，是一段災難創傷的影像，也是心理的歷程，透過遊戲，使人物出現了，食物也出現了，內心逐漸產生復原力。



第四次—災難一層又一層

在復原的過程中，案主盤算著要玩的主題，到遊戲室看到玩具好像覺得很好玩，案主仍舊用積木堆房子，重複的玩房子倒塌的遊戲，並且表示災難的影像不只如此，包括停電了，沒有水了，都是活生生的經歷。

透過心理師的回應，案主安全感的影像，會在遊戲過程中出現，房子重蓋了，人物出現了，阿兵哥也來了，協助他們的恐龍也來了，阿兵哥表示現實的影像，恐龍表示心裡的影像。在困境中個案的內心力量也逐漸的出現，包括用水壺倒水給別人喝，呈現出安全感恢復後，案主自發性的行為亦跟隨出現。

本次活動案主也談論到爸爸媽媽的管教，成為留在內心中的影像；諮商服務過程中和老師的討論可以了解案主在課堂表現及家庭生活的狀態，得到有價值的訊息，包括案主進步的情形。

第五次—貓追老鼠卻相逢

案主由家人陪伴到校參加諮商活動，主要玩的是眼鏡、玩具錢、盒子、玩偶、電話。用玩具電話撥給玩偶，表現愉悅的表情。

此次主要的遊戲活動，是案主一隻手拿貓，一隻手拿老鼠，貓在追老鼠，表示在日常生活中他心裡的擔心和緊張，案主也在遊戲中呈現家裡和父母的相處情形，她會擔心父母的管教，父母管教的聲音和態度就像貓，案主擔心的像老鼠，老鼠怕被貓追；經過一段遊戲後，案主把貓和老鼠擺在同一個盒子裡頭，表示案主全家是生活的共同體，對家庭中的溫暖依舊存在，也存在著親子的正向依附關係。遊戲中呈現出案主有時會害怕父母親的管教行為。

遊戲會呈現孩子生活中的各種面向，除了災難，也包括周圍環境中的一切人事物，如父母、手足、寵物、朋友、同學和老師。

目前已進行五次的遊戲治療，過程中可以發現案主看到直升飛機帶來的食物，代表一種希望，經歷的水災風災及房屋倒塌，可能是親眼目睹，也可能是電視轉播或受大人驚慌的影響。

透過玩具讓案主產生投射，能夠了解個案心裡存在的影像，例如紗布、電話，小孩子會去投射有人受傷的影像。

在遊戲環境中案主能自由的表現，會感受到安全和被信任，透過案主的工作，例如讓娃娃坐在椅子上，食物放在盒子裡，打電話給人，倒水給別人喝，讓兒童成為遊戲環境的主人，而產生一種我能感。

運用遊戲和玩具，結合口語表達他心裡的影像，案主把房子蓋起來有了食物，人也出來了，家裡五個人也都在房子裡頭了，產生了積極正向的力量。

玩具是兒童的一種心理資源，例如阿兵哥、食物、神明、恐龍、直升機還有玩偶等，支持兒童心理影像的重建。

災難的療癒過程，兒童會聯想到家裡或學校的狀態，例如父母親的態度，管教的聲音，也會影響孩子心理影像，透過心理影像的重建，讓案主的心理情緒回復到平穩狀態。

心理療癒是持續不斷的歷程，這五次接案是遊戲治療的中途站，案主不斷透過玩具重現過去災難的影像，也不斷從遊戲中產生能力，去修補災難和苦痛的影像，而直接使情緒得到助益；兒童的災難不只是風災、水災、地震，還包括父母離異、虐待、目睹暴力……等。

在這次風災中，居民等待救援的心情會直接影響到兒童，因此一架直升飛機出現在空中時，帶來的是一種溫暖、一種關懷、和一個希望。

輔導心語：

遊戲是兒童純真自然的語言，可以自癒，專家透過遊戲更可以進行療癒。

LOVE，是對同在這塊土地的人的祝福 吳秉衛

二〇〇九年八月八日的莫拉克風災，重創南台灣的美麗河山，震撼許多人的心靈。面對這樣的自然災害讓我們思考著，可以做些什麼、可以給些什麼，是實質的援助、是心靈的撫慰與支持…

二〇〇九正修拉芙節

因著這樣的想法，正修科技大學開始二〇〇九「LOVE。LOVE。正修拉芙節」的企劃，共邀集五位國內新生代的插畫家，以「感謝」與「祝福」為主題作畫，把這些美麗的圖像製作成一套十張的套卡，在教師節期間義賣，期望募集校園學子的善意與愛心，為災區的人們做點事，在正修師生的熱烈迴響下，共為我們認輔的龍興國小、寶來國中募到兩萬六千七百零九元。

「正修。龍興。寶來」手牽手 = 愛無限



莫拉克風災後，正修科技大學校長龔瑞璋第一時間便帶領輔導團隊，響應高雄縣政府的「災後校園心理輔導認輔計畫」，認輔龍興國小與寶來國中兩間災區學校，並主動聯繫位於甲仙重災區的關山社區發展協會，期望為災區的心靈復原工作獻上一份心力。對正修科技大學來說，加入災區輔導工作是一種使命感，一份對災區同伴的



【高雄縣】正修科技大學

摸著石頭過河

辛宜津、吳秉衛、黃筱喬
周品妤、董晏佑、周欣穎

這是一個祝福與感謝的緣起… 辛宜津

莫拉克風災，重創南台灣的美麗，震撼許多人心靈。一封來自災區學校輔導老師無助的求援信，串起了我們一起重新認識生命價值的學習之旅。

風災後開學之際，正修科技大學輔中心啟動企劃「LOVE。LOVE。正修拉芙節」募款，邀約五位插畫家，以「感謝」與「祝福」為主題創作，印製成美麗套卡義賣募款，承諾將每一分心意與所

得，將滋養帶給認輔災區學童與居民。

接下來的每一次，輔導服務團隊進入寶來甲仙災區，親眼見證怵目驚心的殘破山河景觀，就不難想像，面對喪失親友、重建家園、遷村安置的現實，一個個驚惶的心靈，如何調適抹滅巨大傷痛。在彼此互動中，看著他們流露出純真堅毅而知命的臉龐，反而要謝謝他們，給了我們任重道遠的時代使命感與力量。

接受幫助的孩童們，偏遠的部落多了許多的

愛與關懷湧入，他們也有好多的感謝想表達、想傳寄出去，老師引導孩子寫下來、記錄下來，是對生命對土地，愛與謙卑的共同成長烙記。

同時，這也是我們想帶給更多青年學子的行動反思，走出「宅」世界，親身學習領略「珍愛生命、體驗生活、定位生涯」的人生課題，累積未來需要的關鍵能力—生命教育。



承諾，期許一段長期且互相滋養的關係。正修學生輔導中心主任辛宜津幾次進入災區，實際與受災的夥伴互動，有一種深刻的體會－「原本以為是要去提供協助，最後才發現其實自己得到最多的滋養。」正修的師生在參與的過程中，除了學習給予關懷、給予愛，更經由見證災區的復原的生命力，得到無與倫比的鼓勵。

龍興國小感恩餐會

因為莫拉克風災，正修科技大學與龍興國小的距離更近了，有更多機會貼身觀察這所山腰上的小學校真正的需求。對資源豐沛的都市學校來說，孩童缺乏的是較難以名狀的愛與肯定，然而對龍興國小的孩子來說，很多時候只要一支霜淇淋、一朵棉花糖便能帶給他們極大的撫慰。

正修科技大學在風災過去的三個月後，在十一月九日這天特為龍興國小全校一百六十四位孩童舉辦「災後感恩餐會」，讓孩子在滿足食慾的同時，學習對曾經幫助過他們的人表達感謝，三年忠班的邦怡純同學便在感謝卡中寫著，「謝謝您的幫助，我希望日後也像您們一樣幫助別人，做一個有用的人」。



愛，關懷，將祝福送往災區 黃筱喬

轉眼間，莫拉克風災也將滿週年，電視新聞

對災區災民的報導少了，人們關於風災的討論少了，似乎一切都該恢復往常，正修科大學輔中心在本次災害中認養了兩個災區學校，分別是寶來國中與龍興國小，期待憑藉一己之力，能夠協助他們走過風災的陰霾並找回生活的步調。

莫拉克風災損毀寶來國中部分校園，師生一開始被安置在六龜天台山道場，他們必須適應離鄉背井的生活，在一個陌生的環境中學習互相支持與依靠，我們針對老師提供安心減壓的紓壓團體並透過氣球達人的表演帶給學生愉悅的歡笑聲，期許能夠暫時拋下異地的生怯進而與我們同樂。



龍興國小位於荖濃溪畔，兩層樓高的校舍，有一百六十多位社區小朋友在這裡就讀，每回到六龜，沿路經過的依舊是正在重建的道路以及整治的河川，每每穿越這些情景，仍會感到揪成一團的內心，但黃煙瀾漫後出現的是晴朗的天與無邪的笑容，就好像是世外桃源一般，讓人流連忘返。

位於高雄縣甲仙鄉的關山社區發展協會，地理位置緊鄰莫拉克風災重災區小林村旁，當正修科大的輔導列車前進關山時，原是期許帶給當地民眾正向能量，卻由熱情的招待與回應裡，發現自己獲得的感動與收穫更多。

莫拉克風災過後，有許多的社會資源進入社區與校園，無論書籍、物品或捐款，期許重建工作能夠長期而在地化的經營，讓生命的能量源源不絕。



Love-here, there and forever 周品好

發生莫拉克風災時，我人在北部看著一幕幕的新聞畫面，當時雖然身邊有許多志工的招募，但因雜務繁多與地理位置遙遠，以為自己除了捐款外，應當沒有機會投身災區，每當看見新聞，只能默默祝禱。九月份，因緣際會來到高雄工作，隨著認輔寶來國中，跟著輔導同仁們搭著車子經過黃煙漫漫、水流湍急的山路與河道，真實的踏入新聞畫面中。

這些閃著好奇眼神的孩子們笑靨迷人，吵著要我讓他們看電視才肯乖乖填寫篩檢量表，這就是我們的「第一次接觸」。經過篩檢，馬上組成一個大團體，才慢慢的聽見他們在笑容與活潑跑跳的樣子後面，有著一些「不敢想太多」的擔心；聽見孩子們說：「大人都很緊張、壓力很大，我們還不如好好打撲克牌和找同學一起玩就好」，我才知道，這些活潑無憂的樣子是孩子們的溫柔。

對孩子們而言，團體輔導不是熟悉的活動方

式，「說這些有什麼用」是他們的感覺，我與我的夥伴們開始使用更多原住民喜歡的音樂與跳舞，讓他們用這些熟悉的方式表達情緒，有孩子對著喜歡的女生跳舞耍帥，有孩子唱歌後會主動說她最近喜歡什麼歌詞；當我發現孩子不習慣在團體中表達時，就一起合畫一張畫，愛畫什麼就畫什麼，從小心的找規矩和認可，一直到他們放鬆的畫海綿寶寶和暗戀的故事，再開始說要一起畫一個「寶來社區」，在畫畫的過程中，自然就對話起來，那才是可以互動的起始。



我們努力嘗試在短短時間內，用很細微自然的態度與他們靠近，而不是一到現場就要開始做大家想像中的「諮商輔導」。回頭想想，當我困在「做諮商」的堅持中，很難與他們靠近，會變成小心翼翼的說話，就像他們不想幫大人找麻煩一樣，他們只願意說好玩的話，我們便會感到挫折；若問災輔的過程我有什麼心得感想，我會說，當諮商進入災區時，有時要放下所謂的「專業形象」，讓自己盡量走入當地的語言與文化，那才是真正工作的開始。

莫拉克風災即將屆滿一年，這一年來到底我們做了什麼？

認輔過程中，兩、三週才能抽空去一次災區

的頻率並不理想，來回車程四個小時，卻只能停留一個多小時的效能，很難彰顯應有效果，這樣的時間與限制只能給災區溫暖，卻無法真正的陪伴他們走過災後的家庭變故與生活變化，輔導人員心有餘而力不足的無力感，實非抱怨而已。

這一年來的跌跌撞撞，不論是災區還是台灣本身都付出絕大的辛苦，好不容易撐過一段難熬的時間，累積出相當多的量化數據及質性經驗，作為一個災區輔導的小小螺絲釘，希望這些努力對未來的災難處遇工作能開創出一番景象，而這些對災區的關懷與照顧也不應隨著時間而消逝，災區的關懷應是 love-ing 的現在進行式，here, there and forever。



因為愛，讓我們更靠近 董晏佑

在進入災區前，已經和同仁思考過許多進入災區後可能會遇到的問題，其中最讓人擔心的問題有二，第一個是要如何在有限的時間裡，和這些孩子建立起關係；第二個問題就是我們應該以怎樣的角來提供他們所需的協助，又或者說，這些孩子們真正需要的是什麼？因為寶來國中的孩子們，情況比較特殊，在這次風災中，並沒有人員傷亡，多半是財產上的損失，另還有寶來國中的對外道路中斷，他們必須暫時安置在天台山

的道場，有更多孩子所遭遇到的問題並非直接和風災有關，而是在環境轉換上所遇到的適應問題。

在這個部份，經由一開始簡單的情緒篩檢，挑選出一些學生，藉由團體和個別諮商的方式，協助他們做簡單的壓力釋放。

安置結束後，師生都回到他們所熟悉的寶來國中，很多孩子在適應上的問題也自然而然消失，但就在此時，卻慢慢浮現出，有些孩子原本在這個環境所遭遇到的問題，例如家庭議題、學校適應、生涯探索或性別平等，後半段的輔導都是把重心放在這些議題的討論上，但這個時候又浮現出另一個問題，那就是這些孩子的輔導，不可能長期由遠道而來的心理師，持續的提供他們協助，必須要有完整的轉介機制或是培養在地的資源，如此才能有效提供他們協助，否則這樣的舟車勞頓或間隔一段很長的時間才能晤談一次，對心理師或對需要協助的學生來說，都無法達到最理想的諮商效能，後續的轉介及各單位彼此間的聯繫溝通，是非常重要的一个環節。



框框外的驚喜 周欣穎

投入此次災區的輔導過程中，透過團體的方式和災區的同儕接觸與相處。自己在這樣的團體

帶領過程裡，設定最主要也是最重要的目標是能和災區的同儕建立良好的關係，總覺得能與他們距離更貼近，是協助他們最重要的一步。

剛開始的幾次裡面，同學們還是非常生疏的參與團體，每一次帶完團體後都會和其他同仁討論，如何更能接近、貼近他們，在某一次的團體中，我們試著用「歌曲」開場，用一個輕鬆的方式來暖身，和同學們一起唱歌，那一次感受到團體的成員都能夠很融入，從那次之後，同學在團體中的開放程度，比之前幾次更多，能夠在團體中或與我分享的內容也更真實。

每一次從高雄搭著車搖搖晃晃進入寶來，從一路上的車水馬龍、高樓大廈，漸漸由斷垣殘壁與荒涼的景色取代，路途距離的遙遠其實也默默

的透露山區資源的缺乏。這是我第一次與山區的人們接觸與相處，彼此生長的环境相隔十萬八千里，從這樣背景所培育的心境也截然不同。

災區小朋友樂觀的態度是我這次進入災區很驚喜的一份發現，從這裡也覺察到，自己是帶著一個從小身為都市人的框架去看待他們，原本是帶著認為他們在莫拉克風災過後很受影響的心態進入災區準備輔導工作，經過實際與災區小朋友接觸，才發現自己的刻板印象是如此的強悍，從這個部份，自己也更學習到「彈性」的重要，首先要了解災區的需求，而不是一昧的給我們要給的，即是對自己的先前理解要有覺察，真正接觸時做有助益的調整，才不會在輔導的同時感到格格不入。



輔導心語：

用愛與勇敢面對生命的重挫，孩子的笑靨提醒我們：擁抱希望，釋放悲傷。

該是個快樂開學日，但對歷經莫拉克風災災害的南投縣神木國小親師生而言，卻是一條坎坷、不安並亟待整建的心路！朝陽科技大學師生，自神木國小的開學日起，因看見路毀、橋斷並聽見心理傷害，以多元模式與管道，如透過認領家庭方式進行諮商、以遊戲治療理念進行兒童團體及土石流安全教育、辦理教師輔導知能講座，協助建構學校心理重建資源、災後相關資源連結與訊息提供等四大模式的重建方案，期待能在道路逐日整治的同時，也讓神木國小師生及家長的心路獲得修復。心理重建模式茲說明如下：

心理重建模式 1—認領家庭諮商

如果周遭環境仍支離破碎，而沒有良好的支持系統，個人的創傷將很難復原（Erikson,1976）。

98年8月31日我們參與神木國小開學日的家長座談會，實際瞭解該校18戶家庭，共27名學生的狀況，雖然全體師生在歷經莫拉克風災後人身尚屬安全，但房屋全倒與半毀，卻不在少數，且務農的生活經濟也因災害而毀壞。家長們在會場上的發言，不外以關心孩童上、下學安全為主。有人提出讓孩子安全上學的建議、有人反應著孩子漸失笑臉的樣態、甚至有人鼓舞其他家長要堅強勇敢的重新站起來，當然也見到因擔心土石流再來而拭淚的爸媽。基於「沒有快樂的父母，很難有快樂的小孩」之考量，當日隨即由本校社工系副教授，也是諮商心理師的陳斐虹老師以簡要問卷，邀請全體家長填寫心理篩檢量表，會後並與史健新校長、楊玉珠主任及黃萍老師討論及確認需進行高關懷家庭諮商的8個家庭。離開神木後本校專、兼任諮商心理師則以認領家庭諮商方式，在電訊不通情形下，先是直接抵校與家長建立關係及進行心理諮商，並在電信通訊修復後，



【南投縣】朝陽科技大學

修路，也修心路！

—朝陽科技大學以多元諮商模式
前進南投縣神木國小災後心理重建

蔡毅樺

路毀、橋斷，還有那看不見的心理傷害

一邊畫著圖畫的孩童說：莫拉克颱風那天，我家全都被埋在土石堆裡，而我還被土石流追著跑！我都不敢回家，當然也不能回家！

帶著擔憂神情的媽媽說：路毀、橋斷，孩子

上學的路顯得坎坷與不安，並且害怕得坐流籠上學。我們神木村是農家生活，賴以維生的蕃茄、青椒與豆子都被壓在土石堆下，生活與生計頓失依靠！

忙著安撫孩童心靈，無暇談自己的學校老師

說：災後初期學校電力處於不穩定狀態，我們必須讓孩子生活回到軌道，並教孩子以聽水流聲的方式保護自己，同時也對可以重建家園的挖土機，已在孩子畫中消失之現象感到憂心。

98年8月31日對多數台灣的孩子而言，應



改採電話諮商模式進行關懷及協助。此一協助模式，在芭瑪颱風來臨，神木村再次路毀之時，電話諮商模式，則發揮不受時空限制與及時能與學生、家長進行電話心理關懷、諮商工作之成效。

此外，本校就業輔導同仁，並收集相關臨時人力等就業資訊，以提供家長面對失業及生計問題之參考。當然，提升家長情緒因應技巧、增進親職教育知能、辦理減壓團體、給家長的一封信心理衛生單張書函、進而促進家庭間支持系統的建立與連結、協助強化社區自助資源與持續的個別心理諮商，都是目前持續進行與未來家庭認輔工作的重點方向與目標。

心理重建模式 2—兒童輔導工作

Hobfall、Watson、Bell 等人（2007）指出大型災害與創傷後的主要介入原則有：促進安全感（safety）、促進平靜穩定（calming）、提升自我與集體效能感（personal- & collective efficacy）、促進聯繫（connectedness）、灌注希望（Instilling hope）此 5 大原則，其中灌注希望則是災後介入的關鍵成分。

本校在神木國小的心理重建四大模式，均依循著上述 5 大原則進行。針對孩童心理重建，在週三前進神木國小時，均會固定進行 90 分鐘的孩童團體輔導，進行方式及目標流程如下：

一、以遊戲建立關係為開端：由本校學輔志工或社團志工帶領 15 至 20 分的團康遊戲，透過此一暖身與催化方式，除能快速與孩子們建立關係，並能讓孩子卸下防備與可能的壓抑情緒。

二、納入土石流防治安全教育提升自我效能感：土石流教育工作，由本校營建工程系研究生、也是學輔志工蕭哲翔在當兵前，擔任四次的課程設計與執行者，透過 20 分鐘土石流大富翁、繪本

故事等活動方式，協助孩童認識災後環境與進行土石流防治宣導工作。

三、依年齡分組進行心理輔導團體：每次由本校專任諮商心理師帶領約 50 分鐘災後重建心理團體，透過遊戲、藝術等媒材，協助孩子在玩樂中玩出、畫出莫拉克風災後的心情。第一次的團體輔導，以改編的「大風吹」遊戲，協助孩子在跑位的過程建立普同感。第二次時，藉由提供孩子每人一本畫冊，讓孩子能找到自己情緒的好朋友，並提供釋放與抒發壓力的空間，協助其建構多元的情緒管理與壓力調適方式。而對手偶命名為「OK 先生」與「沒問題小姐」，則期望能灌注希望，協助孩子找面對災後之生活力量。因為，即使路毀、橋斷，仍能搭流籠上學的事實，即說明「任何狀況，均有解決之道」，讓希望感能進駐孩子心裡。

情緒管理及壓力調適、親子溝通、生命教育、人與自然關係修復及孩童的個別心理諮商，都是持續幫孩子找回心中挖土機的服務重點。

心理重建模式 3—協助增進教師輔導知能

神木國小老師談出其細微觀察「挖土機已在孩子畫中消失」的現象，讓我們發現忙著安撫孩童心靈，無暇談自己的學校老師們，將會是神木國小災後心理重建最佳當地輔導人力。98 年 9 月 9 日初次教師輔導知能，即以協助神木國小 12 位教師心理支持與自我照顧為首要目標。日後，也將適時依教師自陳的需求評估表，提供高危險學生辨識、兒童心理重建輔導知能與技巧、教師自我照顧等知能研習，以能協助建構神木國小當地心理重建資源。

心理重建模式 4—個案管理模式多面的服務方案

在電訊未復原的時期，手電筒、對講機等資

源的聯繫與協助，均為奠下師生生理安全感的重要基石。而社會資源的轉介與連結、就業資訊的提供、相關補助政策等資料的提供，均以個案需求及福祉，進行個案管理模式多面的服務方案。此類資源的聯繫與資訊提供，都賴本校具社工背景的輔導老師來進行。

組成專業團隊，修心路

神木國小開學日本校即以組成專業團隊運作模式，並在每次出發的車程中，執行行前教育與會議，回程路途則協助參與服務師生進行反思與未來處遇計畫之討論。迄 98 年 12 月底，本校已 7 次進入神木國小進行災後心理重建服務，99 年

起適時以電話進行關懷，其中組成專業服務團隊，看見、聽見親師生們的需要，並持續與受輔學校保持密切聯繫，都是以讓認輔工作能更符合受輔學校需求之關鍵因素。

原由朝陽科大至神木國小單程車程需 4 小時，也隨著災後道路的修整逐日恢復為 2 個小時，然而道路的修復之外，我們亦努力讓神木國小的親師生找回道路重建象徵的「心中的挖土機」。因為災後重建，修路之外，也修心路！

朝陽科技大學前進神木國小工作紀要

直接服務序	日期	服務內容及目標
*	98.8.24-98.8.30	1. 確認狀況及了解需要 2. 行前評估與準備
一	98.8.31	1. 參與家長座談會 2. 家長及孩童之高關懷篩檢 3. 兒童支持與陪伴及注入希望之心理重建（普同感、情緒管理與調適、灌注希望） 4. 師生土石流安全教育 5. 確認學校需要之資源
二	98.9.2	1. 師生土石流安全教育 2. 兒童情緒支持與陪伴（情緒好朋友畫冊） 3. 家長個別諮商
*	98.9.4-98.9.5	協助募得 4 組對講機、禦寒衣物、30 組手電筒及 30 組文具以因應颱風季的緊急逃生聯繫等器具
三	98.9.9	1. 持續評估需求與協助資源連結 2. 教師支持團體 3. 師生土石流安全教育 4. 兒童情緒支持與陪伴並提升自我效能（如臭襪子活動）
四	98.9.23	1. 親師填寫需求評估表 2. 與校方確認服務模式改每月 1 次 3. 土石流安全教育 END 4. 心理重建（神奇背包、尺度詢問法活動）
五	98.10.28	心靈重建水災小書 - 獨特的我
六	98.11.18	1. 問題解決方法及水災小書 - 厝邊篇 2. 結案評估與討論
七	98.12.16	1. 園藝治療概念運用（透過仙人掌「屹立不搖」之語意） 2. 道別
*	持續	1. 視需要直接前進神木服務 2. 持續以電話關懷認養之家庭

輔導心語：

修路外，並以多元諮商模式修築心路！



【高雄縣】樹德科技大學

陪伴與守候～用愛守護那瑪夏

洪子琪

愛的起點

這是一段充滿愛的陪伴旅程。因為莫拉克風災的發生，讓我們與這群大地的寶貝孩子認識，雖然這樣的相遇，讓彼此內心都有一些些複雜的情緒，但在這一段關懷與陪伴的過程中，一同從

陌生、靦腆、熟悉、參與、投入、歡笑到無限感動，也看見孩子們在面對生命的艱難與強韌時，因相信有愛，希望也重未消失過，深刻感受點滴在心頭。

去年十月，中心所有同仁分組前往旗山鎮的

鼓山國小與那瑪夏鄉的民生國小，對師生進行莫拉克風災認輔學校的關懷及陪伴，今年再由郭洪主任帶領中心同仁至那瑪夏鄉民生國小持續這段未完成的旅程。

一直記得，我們第一次與小朋友見面、認識

時，就發現生命熱情的驚喜，在些許的緊張與滿懷期待中，清楚的感受到這份熱情的能量，也因為如此，發現彼此更加貼近生命，同時讓我們有著前所未有的感動，於是就帶著這份貼近的感動與認識的喜悅，展開這段有意義的陪伴與關懷。

發現愛

我們都很喜歡並珍惜與這群小朋友的相處與互動，也很感恩因為輔導工作，有機會接觸人心中遇到困境時，脆弱卻又真實的一面，跟小朋友們的相處過程中，讓人體會和看見生命的韌性與堅毅，感受生命花朵盛開的芬芳。雖然需要花時間去規劃、討論、準備等工作，但我們深信與小朋友的相處需要保持開朗、快樂的心，因此，與師生的接觸過程中，藉著關懷與陪伴，滋潤並找到讓自我心靈與生命豐厚的感動，進一步肯定愛的力量，也更加瞭解與體會人性中的脆弱、美麗與善良。



愛的接觸

從去年到今年共十六次的課程與活動中，以「生命教育」與「性別平等教育」等相關主題，經由不同課前的暖身活動、課程內容的規劃再搭配延伸活動，例如「性騷擾防治之身體紅綠燈」、「cold & hot 同心協力尋寶遊戲」、「性教育之身

體變化與 why can I see」、「分組活動：報紙大搜查～找尋完美形象的形容詞」、「性別教育課程之顛覆傳統性別價值觀・學習性別尊重」、「借智慧活動」、「小威向前衝・威廉的洋娃娃」、「傳筋傳心活動」、「繪本：記憶的項鍊」、「寫祝福的卡片給思樂冰老師」、「繪本：一個懷念與感恩的日子・讓愛飛翔」、「繪本：點・親手製作讚美的獎狀」、「水到渠成活動」、「繪本：蘋果樹・製作屬於五忠的小熊樹及六忠的愛心樹」、「愛的接力活動」、「繪本：你很特別・優點大放送」、「冬至：用滿滿的愛・親手做湯圓」、「感恩的力量：迎接2010美麗的未來・Happy Birthday」、「繪本：真正的男子漢」、「繪本：我討厭男生・我討厭女生」、「繪本：奧力佛是個娘娘腔」、「勵志歌曲・創作拼貼撕畫」、「繪本：不要親我」、「生命圖像～懷抱夢想・勇於追夢：吟風歌唱的布農少女－許金鳳」、「繪本：難過的絨毛娃娃・認識性騷擾與性侵害的定義」、「繪本：最幸福的禮物・心情分享・幸運籤」、「繪本：我永遠愛你・詞曲創作大賽」、「繪本：烏鴉郵局・拼圖祝福卡」、「製作心型巧克力」等，透過這些課程與活動的帶領，深深感受到，其實在風災後，有更多深藏在內心深處的想法與情緒，期待能去好好的傾聽、瞭解與接納，讓所有小朋友都能學習到更多照顧自己身心的方法、知道如何抒解自己的情緒、關心與珍愛周遭所有的人，學習愛要及時並發掘與發展自己的特色與優點，更加重視愛護大自然的重要，在每次課程結束後，小朋友總是會給我們很多溫暖的回饋，並直率的表達出這些課程與活動，能帶給他們很多正向的信心與激勵自我的那一份動力，讓彼此除了擁有無比的喜悅與快樂外，更能將距離快速

拉近很重要的因素。



愛的力量

「懷抱夢想・勇於追夢」：吟風歌唱的布農少女～許金鳳（那瑪夏－民生國小六忠）。在一個暖暖的午後，帶著微微羞澀的笑容，金鳳用最樸實的話語，述說自己的生命小故事。

因為家庭因素，金鳳現在和叔叔、嬸嬸一起生活，有兩個哥哥，一個當兵，一個在外地工作，平時自己除上學外，只要有時間，懂事、貼心的金鳳都會與嬸嬸一起採收梅子來貼補家用，也會在課餘時間幫忙分擔家務。

金鳳對自己雖剛從小學畢業，因為遇到與家人離別的傷痛，自然而然也會深刻體會到一定要比其他人更加勇敢、成熟和懂事。在自己小小人

生當中，金鳳會不斷提醒自己，流過淚後，還是要繼續努力過生活與並做好學生的本份，在這段自我調適的過程中，需要經歷孤單、無助、害怕，更因為如此，讓自己體悟到，要慢慢學習用積極樂觀的心，來面對自己未來的美麗人生。

金鳳的勵志小語是，「珍惜現在所擁有的一切，用微笑認真度過美麗的人生」。因為每個人的人生，難免會遇到許多的挫折和考驗，但當你可以學習換個角度去思考並勇敢選擇接受它、面對它和克服它，過程中，不管是苦或樂，一定也可以讓自己有所成長。

一路走來，金鳳很感謝叔叔、嬸嬸、學校老師的關心，值得一提的就是最棒又熱情可愛的同學們，總是陪伴左右，在這些滿滿的溫暖中，讓

自己有一個夢想，就是希望將來可以當老師，把很多的愛和關懷，給更多需要幫助的人。

永不止盡的愛

對於可以參與這一次的風災認輔學校的關懷與陪伴，除了帶著自己小小的力量，更感謝郭洪主任，今年持續帶領我們不畏路程艱難或遇到臨時天氣變化，主任總是給我們勇氣、信心、支持與經驗的分享，從中學習滿滿，收穫滿滿，這一趟需要長期陪伴的過程中，不間斷的構思與準備，要以更多不同形式及有趣的課程與活動，帶領這群充滿希望與夢想的大地孩子繼續往前行，創造更多有意義的感動與回憶。



輔導心語：

傾聽是最溫柔的陪伴，溫柔的陪伴也是最值得的付出。

協助災後輔導工作之其他各級學校



【南投縣】國立臺中第一高級中學

從服務中反思受災學校師生的心理需求

廖述茂

莫拉克風災服務緣起和歷程

我們不是因為發生災難才前往支援的「心理輔導」團體，我們也很難歸類我們做的是什麼性質的服務工作，很多事情本來就難以劃分。

2007年寒假開始，原本只是希望帶著一群自

認為是天之驕子的明星高中學生，暫時放下學業壓力，還有帶著些許自以為對弱勢孩童很能提供幫助的想像，每年寒暑假上山當志工，最後卻反而得到更多。不少志工從高一參加到高三，原本以為成長的故事就是如此地延續下去，直到「莫

拉克風災」沖毀我們服務的隆華國小。

就因為服務累積的感情，當電視不斷傳送著神木村豪雨成災的新聞，志工們早已陸續和山上的老師和小朋友取得連繫。從原本老師和小朋友口中的「沒事」，到隔天一大清早，電話中

傳來老師告知「學校被大水沖垮，半倒在河裡的消息，聽到雖然有小朋友的家倒了，但也暫時獲得安置，其他居民、老師、小朋友也都很平安。只是回想起山上老師電話裡的那句「隆華沒有了！」大家心情不免沉重。

隨著南部災情不斷傳出，各地也不斷傳遞動員志工南下救災的訊息，在營隊部落格裡，志工寫道：

「災害已經造成，
再悲傷、再怨天，或許也無法改變些什麼，
再來，就換我們來想想能夠給他們一些什麼幫助吧！」

於是志工們開始串連上山協助的發起行動。考量在校高中志工因為提前開學而無法上山，最後就由老師和剛畢業的準大學生們擔起任務。無奈當地唯一的聯外道路—新中橫公路在災後柔腸寸斷，根本無法通行，就這樣乾著急了二星期，總算在八月下旬等到了便道開通的消息！大家在短短兩天內做好行前準備後立即上路，一行人也沒忘帶著在校高中志工親手製作的加油卡片。

在短短的討論時間裡，我只跟志工聊聊山上目前的狀況，沒有強調什麼災難情緒和反應還有同理技巧云云，不是因為志工年紀小又是非心理專業，而是關係的連結早已勝過所謂「感同深受」的助人態度學習，呼應山上老師們的需求就對了。

這一年來，勞動是我們貼近隆華師生心理需求最自然的方式：

- ※ 2009/08/26--29 災後第一次上山
- ※ 2009/10/17--18 臨時校區安置服務
- ※ 2010/01/31--2/06 寒假課輔營
- ※ 2010/04/16--17 臨時圖書室整理
- ※ 2010/07/11--18 暑假課輔營

經驗「災民」不只是「災民」

在柔腸寸斷的台 21 線省道上，經過數個鐘頭的折騰，走過數段驚險的替代道路，一下車就看見老師們在大太陽底下早已揮汗許久。因為熟悉和理解，沒有多餘的問候和寒暄，十多位志工馬上直接接手搶救重要物資的任務，這也成為我們後續回到隆華一貫的服務氛圍。

「說什麼也要讓隆華趕快再重新站起來！」開著貨車前來協助搬運的家長們，或多或少農地也都被毀，但相較於被迫完全離開家園的南部受災居民的無奈，他們更想緊緊抓住維繫在地人們情感支柱的學校。為了在活動中心搭建臨時教室，隆華校長特別要求包商得優先雇用因風災而失去工作的社區住民，學校老師們也讓小朋友跟著志工一起整理課桌椅、準備開學；小朋友也是一邊玩、一邊工作，又不忘七嘴八舌，搶著跟志工說風災的經驗。

我看見，從小朋友到大人，每個人都有一個位置重新安置他自己在「災民」身份之外的樣子，而不想只是等著被救、被照顧，這算不算是另一種治療 / 自療？我們的出現可能只是讓這種治療 / 自療有了見證。

最大的學習是，面對無情的天災，「災民」們並沒有如同災難理論所描述的驚恐和無助。那並非只是代表他們的災情比南部情況較為輕微，而是經過幾代與山林相處的經驗，大人小孩自有一套因應法則和調適方法，強調災難歷程反而突顯居住都市的我們沒有經驗面對類似情境所投射的驚慌，需要他們「配合理論反應」。

心情故事分享的意義

八月和十月兩次上山，透過與志工合作一起勞動、搶救與佈置臨時教室的過程，老師們自然

就分享起水災經歷的心情故事：從當天晚上的緊急撤離，事後彼此安危的確認，在家長協助下安置，隨即又發揮動能投入搶救學校工作…，因為志工對學校及師生的熟悉，很多故事可以直通，不需詢問或轉譯。

在寒假課輔營期間，我們特別邀請學校老師留下來，在夜色中跟所有新舊志工分享災後半年的心路歷程，像是部落長老的語重心長。透過老、中、青三代老師們有學校歷史脈絡的分享，志工們聽到的不只是片斷的「災後創傷記憶」，而是每位老師在這個地方的情感生成、掙扎與付出故事。2010 年暑假，七、八位老師們再次和我們分享了一年來的點點滴滴，連回南部及在台中進修的老師們都回來了！辛苦的蘇主任還說到：「每說一次故事就像是在做一次心理治療，說了心裡就更舒坦了。」總覺得他們的辛苦和付出應該更被聽見才是。

是協助還是干擾？

近一年來，我也看見了老師們的疲憊。

災後，除了原本的教學工作得在克難環境繼續進行之外，重建工作和各種報表填寫也是一大負擔，還得安撫小朋友和家長對未來學校何去何從的不安，更不用說還得面對一大群媒體、各界人士，以及各級長官的視察和關心，還有各種心理輔導團體的「輔導需求」。長期下來，這早就是老師們難以承擔卻又難以說出口的心理壓力吧！？

我們看見老師們真的累了！但只是累了。

為了讓校園環境更加溫馨，志工帶著小朋友們佈置教室、整理圖書，美術班同學還帶領志工完成廣場的彩繪，讓小朋友多了玩樂空間，也利用課輔空檔粉刷圍牆和教室，讓臨時校區的色彩

更加豐富。也許整理圖書很無趣、搬東西很累、彩繪很辛苦，但正因為大家把雜事都做好了，更能讓老師們不必花時間在這些事情上，而能將精神直接放在小朋友身上。

正視師生們的「心理」需求

小朋友關心的是「我的學校還會不會存在？我還可不可以和老師及同學在一起？」在學校不確定、老師不穩定的現實狀況下，原本弱勢家庭的小朋友如何能透過心理輔導得到安定感？

早練就與災害相處的能力的他們，最缺的不是各種物資，而是一個安定的答案，讓師生可以平靜等待民間捐助興建的新校舍早日完成。近一年來，學校師生不斷面臨校地取得爭議，老師們甚至得親上火線。面對許許多多的不確定，老師們也會有自己未來生涯選擇和家庭照顧需要，這是決策不定的結構壓力，不是個人心理應該承受的。

在這樣一所小學校，原先煩雜的教學與行政工作就讓為數不多的老師們忙翻，就更不用說學校遭遇水災毀壞處境之後。這時，老師最需要的是長駐支援的「人力分擔」，一種存在長期互動協作關係的信任夥伴，而不一定是各種短期的專業心理輔導機制或支援。記得十月上山那次，就有老師清楚地描繪了那種和志工們前來協助的感覺：「需要什麼幫忙可以很直接說！不會因為和彼此不熟、但又是熱心地來幫忙，反而得花更多力氣『照顧』。」

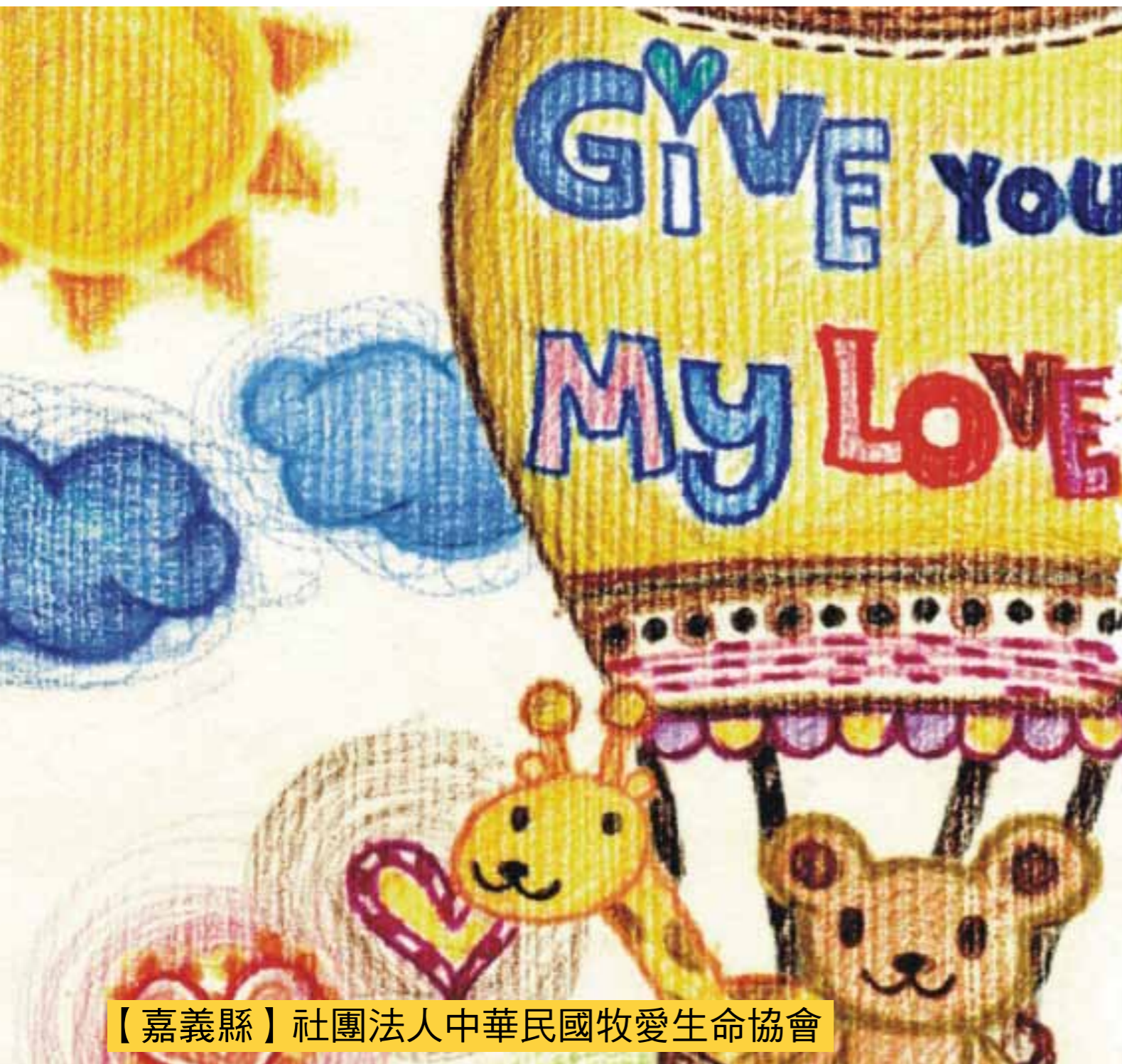
或許我們得認真面對，災區學校需要的是立即性、在地性、關係性、合作性、長期性的人力支援，而非不同專業團體領域切割式的協助。再者，不同的災難有不同的需求，期待未來災難後學校輔導政策可以更貼近差異情況下的實際需要！



輔導心語：

災難的協助是看見受災者自主表達的協助需求，盡力回應而已。

協助災後輔導工作之民間團體



【嘉義縣】社團法人中華民國牧愛生命協會

讓生命在愛與 希望裡發展

吳美麗

2009年8月8日，台灣遭逢50年來最大的莫拉克颱風重創，災情受到全球關注。影響所及，是讓遠在三百公里外的牧愛生命協會團隊，在「尊重生命、關懷生命、保護生命、發展生命」宗旨之下，深入嘉義縣莫拉克颱風災區學校進行輔導服務。

牧愛團隊依據文獻及實務經驗判斷，針對災後不同年齡層的孩童對災難可能發生的反應及心理危機，成立輔導工作團隊，辦理災區種子教師培訓，並以學生需求為主體發展各校個別化輔導計畫，運用正向心理學模式工作，辦理團體輔導、個別諮商、暑期探索營隊及篩檢出危機個案，另提供電話關懷與諮商、免費0800-222-911諮商專線及生命教育網站、e-mail諮商、守護生命-自我壓力調適小卡、轉介服務、持續追蹤輔導，必要時提供家庭會談或家庭訪視，協助學生身心調適與心理衛生重建，並給予親師生心理支持與輔導，以避免形成延遲性潛在創傷，維護心理健康。

每週固定二天，我與牧愛生命協會的團隊夥伴們，開了將近三小時的車，從高雄行駛至嘉義，在天候變幻莫測且山路蜿蜒狀況不佳的情況下，來到雲霧繚繞的阿里山國中小及中興國小，我們必須在體能極限與暈車的雙重挑戰下，投入學校災後輔導的工作。在服務過程中，透由團體輔導、發展與使用檢測量表及與學校輔導老師的討論後，篩選出需要進行個別諮商輔導協助的學生，進行至少8次的輔導。

在此輔導服務歷程中，我觀察到多數孩子生命的改變；其中，一位孩子的變化較為顯著，因此特別將此輔導服務的歷程提出來分享。

案主是中興國小六年級的學童，名叫小義（化名）。小義的父親在他四歲時就過世了，母親也在

父親過世後不久離家，從此不知去向，留下小義與弟弟讓爺爺撫養長大。但在小義小四時，爺爺因病過世，只好和弟弟一起搬來山上與叔叔一家人同住，並由叔叔照料。

最初看到小義是在第一次辦理的團體輔導活動中，那時便發現小義會一個人在團體中邊緣化，佝僂著身子，眼神不敢與人注視，臉色憂傷並抗拒參與活動。但在老師的邀請下，孩子逐漸願意投入活動，並在獲得老師及輔導員的激勵後，小義的參與度提高，並願意主動協助輔導員的工作，讓人印象極為深刻。另外，孩子也在團體動力催化後開放分享夜間躲在棉被裡哭，以及輕生想法等生活經驗，而在填寫檢測量表時，小義的評測分數很高，因此在與輔導主任討論後，將小義開案，並提供個案諮商輔導的協助。

經過幾次晤談，發現小義的家庭功能與支持極為薄弱，叔叔孀孀所提供的情感支持不足，有時小義想要主動協助家事工作，來贏得孀孀的肯定，卻經常得到負向的回應。並由於孀孀對他與堂弟的差別待遇，讓他覺得人間不公不義，自己獨活於世間的絕望感受。缺乏自信及自我概念薄弱的小義，晚上不容易入睡，常做惡夢，且睡醒後還是覺得精神不好。而當他心情不好的時候，會以搥牆壁或是躲在棉被裡大哭的方式來抒發情緒；與年紀比他大的人說話時，他也因擔心會被打而不敢直視對方。

綜合以上多方面的分析及評估，加上小義即將畢業，工作團隊針對小義擬定的諮商輔導方向，主要是以協助建立關係、提供心理支持、發展自尊、情緒管理、人際溝通及發展生涯為主。

在發展自尊以建立自信的面向上，使用認知行為取向的輔導策略，協助小義找出自己的特質

與優點，並作具體的描述，以協助其能看見自己正向的特質，進而能欣賞自己。

其次，在生涯輔導的方向上，使用生涯發展線，與小義共同思考自己的人生方向與藍圖，並發展夢想，進而具體討論達成自己的夢想的途徑與方式，也經由深入的討論，了解未來生涯發展可能的升學管道，以及自己個人特質與此夢想的關聯性。在協助小義對於未來有初步思考後，同時也和他討論升上國中後可能會面臨的問題，及如何做準備。包含住宿物品準備、課業學習準備、人際關係處理等議題，協助降低小義對於進入國中階段的焦慮不安。

小義想成為一位消防隊員，並考慮上國中後加入棒球隊來增進體能，為成為消防隊員做準備。在與小義共同探索的五個特質中，發現幾個助人特質是符合消防隊員的工作。輔導員協助案主具體了解成為消防隊員所需經歷的歷程，與自己在國中階段要如何做準備，並透過此具體的討論，引發孩子的學習動機，進而共同討論與發展國中的學習方法，以協助小義在課業學習上做準備。

情緒管理議題方面，在充分接納與尊重的情感環境中，透過發展情緒抒解策略及教導呼吸放鬆法，協助小義學習多元的情緒抒解方式，以避免他用自我傷害的方式來抒發情緒。

最後，在人際溝通議題上，藉由教導「我訊息溝通法」及反覆實際演練，協助小義學習人際溝通的方法，並鼓勵他練習在談話時注視輔導員的眼睛，以協助取得正向經驗而增強溝通能力。

經過以上輔導團隊發展的諮商策略及歷程，輔導員逐漸與小義建立良好的關係，並看見小義的改變。包含檢測量表後測總分的降低，及眼神逐漸可以與人接觸，身體不再佝僂，神色清朗變

得較有自信、不退縮。而小義也在倒數第二次諮商中，與輔導員分享他考上某國中棒球隊的喜悅，與自己獨自去參加考試的孤獨感。而對於未來國中的生活與學習，小義也有了初步的認識與準備。

在小義的邀請與堅持下，輔導團隊成員共同參與他的畢業典禮，那天早上六點多團隊就從高雄出發，帶著一套送給小義的棒球捕手面具，趕赴這一場高山上的畢業典禮。對於輔導團隊而言，既是意外的行程，也是一個很美好的生命記憶，見證著孩子生命改變的可能，並一同參與他生命中重要的時刻。



雖然在小義畢業後，此輔導服務工作將會告一段落，但協會團隊仍會持續保持對小義的關心與陪伴，以協助他進入國中生活的適應與學習。

花開需要時間，陪伴與輔導小義的過程，其實正是實踐牧愛助人信念的歷程，而在此次服務的經驗中，更印證了陪伴的力量及生命改變的可能。衷心期盼小義更有能力面對未來生涯的考驗，並能走向屬於他的希望國度。謹此，提供這個經驗作為分享，願能堅定更多助人者的服務信念，並柔軟助人者被塵世蒙蔽的服務精神。



輔導心語：

自古以來，天災、人禍、疾病威脅著所有物種的生死存亡，而人類的心靈、意志、認知所趨向的真、善、美的大方向，正是使得人類得以超越生死、順利進化、發展文明的原動力。

災後所有心理、生活、生理、環境的重建工作，亦即奠基於此。災區關懷乃是讓倖存者能夠身心安頓，進而重新出發，「力量」來自災民本身！身心為一體，在災後身心安頓而得以重建、新生的過程中，心理衛生工作者只是在其中運用心理、社會的知能陪伴災區的同胞一程，然而卻是不可或缺的元素。

誠盼，政府、社會大眾都能了解並正視心理衛生的重要性，則國家社稷民眾幸甚。

除了四個活動主題外，更規劃帶領學童走出校園，至南投奧萬大「自然教育中心」進行戶外體驗教學。

規劃設計以「主題導讀」、「討論/實作」、「觀摩體驗」等方式，使學童能不要受限於被動的參與閱讀，也能主動去思索、描述、回饋屬於自己的心得領悟，使閱讀內化成生活中的一部分。

在漫漫輔導過程中印象最深刻的不是路程遙遠又顛簸，也不是歸途滿載老師與家長愛心的土產，而是來自與孩子們互動時所得到的真誠回應。

以下的輔導分享摘錄了許多課程講師與基金會人員的心路歷程，也藉此回顧與隆華國小這些閱讀小勇士結緣的美妙點滴。

當第一次基金會人員與講師，駕車繞道並下落到河床的道路時，心裡相當害怕，行經隆華舊校區傾斜的校舍，怵目驚心的畫面，一直在大家腦海中纏繞。心裡想著：經歷這麼大的傷害，隆華的孩子們怎麼看待這樣的畫面？隆華的孩子們在哪上課？孩子們上課的情緒又會是什麼樣的狀態？還來不及揣想，眼前立現的白色組合屋群，竟是隆華的校舍。

在組合屋裡上課，期待和師生的接觸，也期待藉著對談能和他們拉近距離、誘發想像、引起互動。

老師在課堂中不斷發問，更允許孩子們隨時提問。孩子們在被信任的氛圍中，充份的發想他們的創意，像是繪本中沒有翅膀的主角帝哥怎麼飛？綁氣球、裝義肢…等等。孩子們也在故事的對談中呈現了他們的智慧，例如：如果你面對許願鳥只能許一個願望，你會許什麼？有人說：要一百個願望！還有人說：要變成許願鳥可以實現自己的願望。更有人希望變出一個媽媽，來照顧



【南投縣】財團法人明道文教基金會

閱讀勇士在隆華

財團法人明道文教基金會

莫拉克風災讓中南部災區學校孩子的求學路更漫長、更艱難了，而災區的資源湧入後，更稀釋原本同屬偏遠地區的學校補助機會。

站在教育的立場，我們思考著可以做什麼？需要整頓復原的不僅是外在環境及惶恐不安的無依心靈，更需要的，是看見偏遠地區受教弱勢的問題。

於是我們計劃於信義鄉的偏遠小學，進行名

為「閱讀勇士計畫」的閱讀教育推廣活動，用閱讀溫暖來陪伴孩子這一路，用閱讀戰勝生命的逆境，為生存找到持續的力量。

希冀用閱讀帶給孩子們魚竿，尋找開啟通往世界的鑰匙。用閱讀向大自然學謙卑，學習與萬物和諧共存。

閱讀，鍛鍊孩子們心智，成為生命的勇士！

這個閱讀輔導計畫選定受災最嚴重的信義鄉

隆華國小，自98年11月起為期一年，設計八個閱讀單元與一趟戶外教學之旅，透過系統性的參與和體驗，來啟發學童閱讀的興趣，學到更多的知識，並且增加對身處的自然環境了解與關懷。

在計畫構想部份，規劃設計四個活動主題重點（每個主題兩單元），分別為「自我認同到文化包容」、「夢想，潛能無限」、「綠色生活地圖」、「環保節能護地球」。

從小失依的帝哥，帝哥帶出了孩子們的善心良意。

當孩子們放鬆的在想像的國度裡對談，老師便進一步請他們提出對故事的種種看法或問題，並且請他們寫在便條紙上，大部分的孩子所提的問題，多半圍繞在主角帝哥的身上，例如牠有沒有家人？是女生還是男生？或是和文本有關的問題，例如牠的翅膀是金色的嗎？隆華的孩子甚至可以幫忙同伴釐清文本中的內容，不必等待老師的引導而直接互動。這樣的現象令老師與基金會同仁欣喜，因為這正是進行共同思考的開端，參與者擁有討論的最基本態度——善意及同情的了解。



在另一次的課程中，繪本導讀在討論的情緒及氛圍在圖像的誘發下，快速又熱烈的進行。該次主題繪本為「艾格蛋想要飛」，是一本構圖有趣又能精準傳達故事情節的圖畫書，它能提供閱讀的人有別於文字的抽象思考及間接的感知。故事中老師拋出一顆破碎的蛋能如何修補回來？要孩子們想出辦法來，有人提膠水、釘書機、針線甚至黏ok繃。看著他們利用自己想出的解決方法，認真的拼湊並儘可能的接合破裂的蛋殼時，那堅持的模樣，相信將來就算夢想在實現的道路上，遇到挫折或失敗，他們仍然可以有勇氣繼續往前

走。在虛擬的故事裡，思考讓他們產生面對困難的力量，這應該就是閱讀的力量吧！

除了人文主題的繪本、故事書導讀外，更安排了「閱讀環境」這種具關懷了解家園環境、認識全球環保議題等的閱讀活動。緣由當然是有鑑於莫拉克風災對台灣造成重大創傷，家園面目全非，受災區的孩子們更是弱勢中的弱勢，所以計畫中希望藉由閱讀拓展孩子們的視野。

基金會與課程講師們思慮著原鄉正是台灣土地以及水源重要保存之處，如果能激發孩子們從關心周圍的環境，再向外慢慢開展瞭解台灣甚至全世界共同面臨的危機，覺察到在其他各地的問題其實也會影響在台灣的我們，在往後的成長過程中，能以閱讀為媒介，不斷深化對環境的敏感度，發自內心關懷並化為行動，在家鄉保護自己居住的環境，也就是全球思考、在地行動（Think globally, act locally）的真諦。

這邊要特別舉出課程單元之一的「綠色生活地圖」。其主要訴求為：希望學童透過調查探訪自己的生活環境，並繪製成圖，藉此找回人與土地間的情感，活絡人與人之間的聯繫，創造在地的新願景。在「莫拉克風災」過後，山上土石流肆虐又造成重大災害，希望住在山之巔、水之源的同學能認識自己所處的環境，正是維繫台灣國土安定的命脈。同學們若能懂得守護山上森林土石，即能對山下居民提供良好的屏障。

因學生對於「綠色生活地圖」的製作相當陌生，在網路上找一些學校及社區的綠色地圖作為範本，藉此講解綠色地圖製作方法。學生須先選定繪圖地點，進行實地勘查與記錄，收集整理資料，分工合作完成「綠色生活地圖」的製作。在繪圖地點的選擇，而隆華國小因校區為組合屋，

所以學生大多以居家周圍或社區做為製作地圖的標的，也因此隆華國小所呈現的綠色地圖最多樣。

令大家相當驚豔的是，這次參與的學生僅上過一次課後，在短短一個月內即完成綠色地圖，實屬難得。尤其感謝隆華國小的老師，撥出時間協助指導製作，學生呈現的地圖作品創意滿滿，無處不見學生們獨創的巧思與細膩的觀察力。

時間飛逝，一轉眼莫拉克風災將滿一週年。隆華國小所處的信義鄉仍有多處道路、河床、邊坡等硬體施工還在緩慢的復健中，但學校師生齊心用力前進的心、邁向前方的腳步卻是迫切且無遲滯。學校風氣活潑清朗，老師參與程度很高。

每次上課集結了所有三到六年級的學生，擠滿小小的綜合教室，而且只能席地而坐，但是簡陋的環境妨礙不了求知的熱情。年齡與知識背景的相異並不對課程的進行產生阻礙的門檻。隆華的孩子們，和諧且合作的進行討論與各項活動，真的很了不起！

想起每回課程休息時間，學生們圍著老師急切地表示他們已經認真讀過上回導讀的圖書，又眼睛亮閃閃地分享他們閱讀的心得與疑惑時，我們知道大家又有了下次的力量，可以面對舟車勞頓的疲憊，再一次和他們一起享受快樂的閱讀時光！



輔導心語：

隆華孩子的笑容與求知慾讓我們知道；不論災難如何，活著只要有希望，就有無限可能在等待！



【高雄縣】高雄市立加昌國民小學志工隊

加昌志工多納傳溫情

歐哲華

莫拉克風災後，高雄縣多納部落因溫泉區全毀再加上道路中斷，地處偏遠，使原本就因長期地理位置、資源、資訊、知識、文化等落差，造成居民就業條件普遍不佳、經濟環境弱勢的情況更是雪上加霜。

高雄市加昌國小志工團得知消息後，立即積極與高雄縣多納國小連繫，希望為莫拉克風災受災學校的孩子們做點事情。除積極尋求資源外，更期望災區的學生能夠知道，社會上還有許多人在支持他們。志工團思考著，災區的孩子們最缺乏的是什麼？討論後的決議是朝如何增加受災學校學童閱讀能力、提升偏鄉學童閱讀的興趣與能力著手。再來則希望能夠拉近原住民小朋友與城

市小朋友的距離，並拓展視野及增廣見聞，進而加強偏遠地區兒童自信心，並激發孩子學習企圖心。

藉由交流活動中體會不同族群的社區文化、生活習俗、認知學習的差異性。從族群的觀點，認自己的文化只是世界上眾多文化的一部份，不同的價值觀和行為可能源自於不同的文化背景。體驗文化的差異，培養包容和尊重的態度。以及幫助孩童風災之後的心靈輔導。

既然決定了方向，便朝此目標進行。98年9月10日，進行工作會議，規劃協助多納國小之相關方案；13日便完成志工招募，開始排演戲劇「勇敢湯」。之後確認贈書書目，請加昌國小各班級

協助製作祝福小語卡片。

愛心贈書

與小朋友的第一次的接觸就是贈書活動，志工團瞭解多納國小風災受災情形，從兒童情緒療癒系列繪本中，在家園重建、搬遷及勇敢面對難關的議題方面選擇適合的書籍，最後挑選出極具勵志性的繪本《1000把大提琴的合奏》、《媽媽的紅沙發》及《讓湍河流走》等書。像《讓湍河流走》書中所述：小莎麗珍居住在湍河流域裡平靜的村莊，這裡有翱翔在天空的群鷹，在林中徜徉的鹿群，以及許許多多世居在這裡的鄰居們。她們在湍河邊釣魚、在楓樹下夜宿、傾聽遠方汽笛聲，冬天裡溫暖爐火邊的歡笑聲，湍河擁有這些人們共同生活的點點滴滴。但是為了興建垮瀆水庫，因此莎麗珍不得不和家人遠離家園、搬到遠方去。看著推土機快速的摧毀充滿回憶的房舍與青蔥翠綠的森林，莎麗珍選擇在將家鄉的美好埋藏在記憶深處。直到長大後，她又重回到此地…。這是發生在1927-1946年間的真實故事，作者珍·尤蘭以親身經歷，將這段文明與自然間的拉扯、掙扎的過程敘述出來，淡淡的略帶有詩的味道。輕描淡寫的筆觸下，卻流洩出沉重的無奈與哀傷，而故事結尾對過去的寬容所呈現的心情轉折，尤其令人動容。十分適合安慰災區小朋友。

《1000把大提琴的合奏》則是以大提琴教室為舞台，敘述來了一位新學生，技藝超群，琴聲卻充滿憤怒。原來女孩來自神戶，大地震之後，她失去了心愛的小鳥。偶然的機會，一起參加了為地震賑災舉辦的《千人大提琴演奏會》，遇到更多在地震中各有所失的人們。1000把大提琴，訴說著1000個故事，1000種聲音，卻全都變成了同一顆心，也十分符合災後心理閱讀。

輔導心語：

以協助正確面對災害為目標，增廣偏鄉學童閱讀經驗及學習視野、多元文化觀點，設計系列的學習活動，確實增進孩子們相關能力，以及撫慰受創心靈，成效顯著。

除將書籍分贈每一位小朋友外，也獻上全校學生、志工的卡片、文具及照片，上面寫滿對多納國小孩子的祝福與關懷。針對多納國小學生製作卡片，個別給予祝福的話。製作完成之卡片連同班級照片一起貼在贈書上，作為該班級對於該位災區學童的祝福。志工團團長錢憶齡表示，這些東西都是志工們的心意，卡片的每一句話，都代表對災區小學最深深的祝福。

孩子，要勇敢喔！

第二次交流是由志工團中故事媽媽「爆米花劇團」出馬，到多納國小演出「勇敢湯」的故事，並贈送每位學生「勇敢湯」的繪本，多納國小的承恩與思佳表示：拿到書後迫不及待想要看看書裡與故事中的演出有甚麼不同。故事媽媽李菁如則說，演出這部話劇的意義深遠，主要還是希望災區孩童能夠勇敢、迎向希望。

來作客！

由於多納國小屬小型學校，教師編制人數少，閱讀師資及資源設備與都會學校有所差異，於是設計目標設定為：增廣偏鄉學童閱讀經驗及學習視野、多元文化觀點及協助正確面對災害，據此設計一系列城鄉交流學習活動，並期待透過學習的方式，確實增進偏鄉小學學生相關能力，有效培養人文素養，以及提昇學習實力。更感人的是，九十八年十二月十六、十七日，透過舊城鳳邑城隍廟的捐款協助，邀請多納國小全校師生到高雄市來作客，展現港都的熱情與溫暖。十六日當天直接到加昌國小，志工們製作了生態瓶、手工皂、爆米花及歡迎活動，精心準備的精美食品讓山區的孩子們深受感動，也溫暖了因莫拉克風災受創的心。



【高雄縣】財團法人都市人基金會

運用「體驗式創傷輔導」 引導創傷者在探索中自我療 癒的行動

朱苓

一、源起

2009年8月8日莫拉克風災重創南台灣，一場風雨毀滅了千萬個溫暖的家庭，最令人悲痛的是，整個小林村埋葬了四百多條寶貴的生命，僥倖逃生的災民及學童再也見不到親人摯友，頓時充滿人心惶惶無依無助的氛圍，不安隨著死亡數字瀰漫。專家估計在災難過後的三個月至半年內，特別是家人團聚的年節時刻等，災童會出現各樣心理及情緒等「創傷後症候群」，容易陷入悲傷、自責、恐懼、焦慮、孤獨、困頓，甚至有不明原因的生理問題、情緒失控及缺乏生存動機等現象，

此時災童的心理需要進入心靈重建創傷輔導工作，解除其創傷症狀，並訂定未來目標及展開未來嶄新生命。然而「自我復原療癒」才是創傷輔導的主要目的，如何協助建構「生命的復原力」才有可能使個人再度出現自尊與自我效能。復原力是一種學習的經驗，協助個案嘗試新的經驗，有助於青少年發現自己的存在並有勇氣面對未來！本計劃將以體驗式創傷治療（Adventure Therapy）方案介入，引導受創傷個案經歷自覺、安全、調適、自我肯定、責任、分享…等療癒過程。透過情境模擬的團體遊戲、具挑戰性的體驗活動（例如高

低空的繩索及攀岩等）、團體中真誠的分享討論，使創傷者在類似模擬的情境中作連結，明白自己有能量能找到正向的資源，心（新）的出路！

二、經驗與資源

都市人基金會在台灣成立近二十年，長期以體驗教育及共生陪伴之輔導精神，引導迷失青少年走出心靈憂鬱及偏差行為，曾在台灣921震災及莫拉克風災後訓練心理社工相關專業的青年工作隊，進入災區輔導受災學童，幫助近2000名孩子在災後抒發恐懼、悲傷的情緒，進而發掘及引導出其寶貴而正面的潛能！近六年更全力投入被「性侵害」等創傷兒少之生活陪伴及心靈輔導；自94年起受臺北縣政府社會局委託及97年擴大辦理公辦民營「臺北縣慧心及培心家園」，以提供臺北縣兒童及少年緊急庇護、諮商輔導及其他必要措施，自94年7月1日起本會接受委託迄今，六年多來統計提供臺北縣兒童及少年緊急庇護4492人次。本會擬進行中長期的「心靈及生命重建」，協助災區學童走出心理創傷，以體驗式創傷輔導之工作模式進駐災區，協助災童順利走過心靈的危機，陪伴他們重新找到內在永不放棄的旺盛生命力！

三、服務對象

與災區八所國中學校輔導室合作，針對災區受創傷而情緒無法平復的學童進行創傷輔導。

與國中輔導室共同合作，培訓學校當地的種子師資進行長期輔導機制。

四、工作內容

1. 「培訓專業師資體驗式創傷輔導知能」

使其具備心理輔導知能及實務，並能配合執行心靈重建「體驗式創傷輔導營」計劃，撫平災童受創經驗，建立災童「長期的輔導」機制，訂定目標引導其嶄新的人生！

2. 「寒假四天三夜創傷輔導營隊八梯次」

五、創傷輔導方式與內容

介入處遇方式：體驗式創傷輔導（Adventure Therapy）方案

地震、洪水、火山等天然災禍在未預期情況下，瞬間奪走個人生命、家庭成員與事業財產，災民心裡往往留下強烈的創傷（trauma），在事件過後不定時出現觸景傷情、做惡夢、否認逃避等問題，情緒上可能是悲傷、恐懼、憂鬱甚至憤怒，表現為退縮、哭泣、自傷、尖叫等行為，無法自行復原且影響正常生活，則皆應求助於專業人員進行創傷輔導工作。

根據1999年聯合國21世紀教育委員會提出的四項學習模式：學習、追求、成長、合作為例，體驗式的創傷輔導比起傳統處遇是更為有效。本計劃將以體驗式及團體式的創傷輔導策略模式，給予創傷學童抒發及表達情緒壓力的機會，協助他們體認自己所經歷的低落或沮喪是正常、自然且必須的，引導受創傷學童經歷自覺、安全、調適、自我肯定、責任、分享…等療癒過程。並針對心理問題較嚴重的災童，邀請其生活情境中的重要支持者，透過情境模擬的團體遊戲、具挑戰性的體驗活動（例如高低空的繩索及攀岩等）、團體中真誠的分享討論，使創傷者在類似模擬的情境中作連結，明白自己有能量能找到正向的資源，心（新）的出路！

創傷輔導目標：

1. 針對悲傷及失落經驗作正向健康的引導
2. 重建安全感、信任及支持的力量
3. 能量轉移、釋放、情緒抒解表達
4. 賦予正向意義及價值

創傷輔導步驟及方式：

- 步驟1：處理悲傷失落經歷使其告別悲傷失落；
方式：設計模擬失落情境的「平面體驗活動」
- 步驟2：與團隊正向互動中重建個人的安全感、信任及支持；
方式：設計團隊合作、解決問題的「低空及攀岩確保活動」

步驟3：抒發表達情緒並使其有情感上的支持；
方式：活動後立即「團體輔導及個別協談」

步驟4：為未來訂定目標並使其有成功經驗
以提升內在信心及自我概念；方式：設計個人反
思突破的「高空繩索活動」

步驟5：處理離別及強化未來行動力；方式：
運用「獨處」作回顧統整並致贈「紀念品」

六、執行成效

第一階段：團隊及初期信任關係建立

- * 協助孩子的彼此認識及信任建立
- * 創造安全氣氛讓孩子談論自己的感覺
- * 開始願意談論生活中的失落經驗
- * 活動：相見歡、從解決問題、分工合作中
進行團隊建立、小隊公約、終極密碼戰 / 硫酸河 /
接水管



第二階段：失落感受及情緒處理

- * 鼓勵孩子回想整理自己面對失落的感受
- * 協助孩子認識多種形式的失落情緒及經驗
(否認 / 生氣 / 討價還價 / 憂傷 / 接受) 並接納自我
- * 鼓勵孩子回想關於失去的人事物的相關回
憶

* 活動：設計模擬創傷感受的「平面體驗活
動」(一團亂 / 回憶地圖 / 失落曲線 / 刺人吸管)

第三階段：告別失落及給予祝福

- * 幫助孩子整理對失落的人 / 事 / 物之懷念並

一輩子珍藏懷念在心裡

- * 幫助孩子以象徵性的方式，告別失落
- * 幫助孩子反思失落經驗對個人生活產生何
種改變及影響
- * 活動：設計模擬告別失落情境的「平面」
或「低空」體驗活動(氣球膠帶 / 撕色紙 / 放氣球
/ 信任後倒)



第四階段：重建安全感、信任及支持

- * 重建個人深度的安全感、信任
- * 能量轉移、釋放、情緒抒解表達
- * 賦予正向意義及價值，明白自己有能量能
找到正向的資源！

* 活動：設計團隊深度合作、解決問題的「低
空及攀岩確保活動」(突破障礙 / 信心跑步 / 搖籃
/ 低空系列)



第五階段：訂定未來目標與提升信心

- * 讓孩子在高空活動中有成功經歷並與未來
生活目標作連結
- * 活動：設計相似情境的高空活動促使孩子
面對及解決問題(確保攀岩 / 高空系列)



第六階段：回顧與強化未來行動力

- * 協助孩子整理團體的經驗與學習
- * 幫助孩子開始預想未來行動之適應計畫
- * 活動：運用「獨處」及「學習單」作回顧
統整並致贈「紀念品」(獨處寫信 / 團體回饋)

七、孩子心得摘錄：

營長說：「會哭的男生最帥，會哭的的女生
最美麗」。其實這句話很有意義，就像一把鑰匙
打開了我們的心房，可以讓我們表達自己的情緒。
這讓我更確定每個人心中的恐懼中有一絲絲的光
芒正在放大，原來在恐懼中還有希望，隨著夥伴
的加油聲，那光芒越來越耀眼，那是屬於我們專
屬的光芒，我們有成長的證據！

我試著突破自我，也分享自己的故事，我一
直講，只知道講很久，全程流了好多眼淚，不過
我知道我比以前堅強很多，如果是以前，我應該
哭到不能說下去吧！說完代表我又突破自我了！

輔導心語：

告別失落，選擇感謝，保持信心，堅持到底。

營長說：「你的感覺有時會欺騙你，不要被
自己的感覺騙了」這句話不只適用在這裡，更能
用在我們的人生裡，人都會有恐懼感，但不要被
眼前的事物所矇蔽，只有自己體會過是最真實的！

這次活動的過程中，我學習到「堅持到底，
永不放棄。只要相信和努力，一定做得到。信任
彼此。支持和鼓勵。」

八、學校回饋摘錄：

甲仙國中校長 陳碧媛—孩子們終於有機會用
心停下來看自己、懂自己、說自己，從真情中流
露出瞭解他人、體諒他人、珍惜彼此之情誼。人
與人之間珍貴的那份情感—相信，便於體驗課程
中，透過孩子身體力行，被學習並儲存記憶，這
一份寶貴經驗將烙印在孩子心中，伴隨他一生旅
程，更增進孩子與他人互動的正向情感表現。

國中輔導主任—這營隊讓我一改之前的印
象，呈現在我眼前的是緩和、深層、注重每個個
體、從「心」改變的活動設計，或許也因此浮現
了很多動人的畫面。讓孩子默默受到感動，他們
流下各種滋味的眼淚，那眼淚讓我感受到孩子想
改變的動力。讓孩子知道自己的獨特，拿下虛偽，
接受天使的禮物，改變自己。

九、結語：

都市人基金會於在南台灣連續一個月的心靈
重建輔導營中，發現災區約有六成以上的孩童其
家庭功能失落，孩子平日就很少被家長陪伴與關
懷，風災後負面影響更嚴重；孩子呈現封閉及自
卑的現象，課業成績低落，迫切需要專業輔導投
入以提昇自我概念，打開視野看見其生命的價值
及方向！

【南投縣】財團法人臺灣兒童暨家庭扶助基金會南投家扶中心

啟動生命的彩虹

廖悒彤

長久以來偏遠山區即存在著學習資源相對貧乏的困境，再加上風災所帶來的破壞，造成神木村居民身家財產的龐大損失，間接也排擠了當地學童們在教育學習上的資源；尤其是去年莫拉克風災那場無情風雨，一夕之間即讓景物全非，許多伴隨當地孩童成長的回憶全都伴隨著雨水而逝去，校園裡那熟悉不過的鐘聲不再響起、老師在操場和小朋友追逐同樂的畫面難以復見……家扶基金會基於「災民在哪裡，家扶的關懷就到哪裡」的自我期許，風災後不久即積極投入各項救災工作，除先行提供經濟及生活物資上的協助外，自去年 10 月起更在同富村成立了南投縣信義家扶彩虹工作站，以陪伴當地居民一同走過這段漫長且不易的重建之路。

南投縣信義家扶彩虹工作站的工作目標除了讓當地居民的生活得以早日恢復正軌外，亦希望讓當地的學童能獲得更為周全的關懷及學習資源。為此工作站除提供當地經濟弱勢的學童基本經濟生活的協助外，更積極利用社會工作三大方法：

個案、團體、社區來進行輔導，使災區家庭及兒童於災後能達到「安家、安心、安學」的目的，以關照與扶助貧困家庭的生活需要為使命，希望幫助弱勢兒童與少年能夠健康成長為上帝給予的呼召。針對個人、學校及社區推出相關服務及了解其需求，積極協助災區家園重建。

首站的成長團體來到有著屬於自己學校強烈特色的「隆華國小」，在連續四週課程中，主要目標為增進學員肯定自我能力，並藉由成長團體設定共同的規範及目標，於活動進行中了解團體合作的重要性及提升其人際關係能力。也透過團體進行，參與學童可適度的表達自我想法，增進其表達與溝通能力，利用團體的進行，使學童能辨別家庭成員角色及功能，也鼓勵兒童培養獨立自主的能力。最後經由團體進行使參與學童了解職業類別、發掘自我潛能及興趣等，進而正視未來生涯規劃。

成員們一開始對團體的進行較不那麼熟悉，經過團體數次課程已逐漸適應，帶領的社工老師

從中發現成員間的改變在於他們信任你、喜歡你、漸漸的不再武裝自我，參與態度也從原先被動轉為主動，社工老師對於學員的這些轉變感到非常振奮。小佳（化名）表示，起初在進行此團體前她對於自己相當沒有自信，做任何事情都會畏畏縮縮、也因此對自己的人際行為有著些微困擾，在其中一項課程中是需要肯定自己與他人的優點等人際關係的相關課程後，小佳檢討自己缺點並改變自我處事風格，漸漸的小佳發現，所有令她困擾的問題都能因為自己的改變迎刃而解，所以小佳非常開心南投縣信義家扶彩虹工作站所帶領的成長團體，讓她受益良多；另外一位小猛（化名）表示，經過幾次的團體課程，他對自我價值的提升以及團體間的互助合作與溝通都有明顯且正向改變，他也很開心有參與這個活動課程，除了認知上的改變，他也變得更認識、更了解及肯定自己在家庭方面與自我角色的認知，家庭互動模式明顯大幅改進，同時小猛也表示因為自己受益良多，會將活動中所學習吸收到的觀念與知識用他的力量發揚光大並分享給自己的好朋友們，希望大家都能感受到正面能量，替現在與未來規畫一個標準與藍圖。



團體課程可看到學員間的改變，初期學員眼神是陌生、懼怕的，活動中缺乏積極參與的熱誠，

輔導心語：

相信這些孩童已一步步啟動生命的彩虹、準備展開有力的翅膀，前往夢想飛翔。

漸漸的他們嘗試跨出改變的第一步，也卸下武裝自我的面具，當學員們開始認同、享受團體課程時，大家的討論是有主題、有共識的，也從中學習、尊重他人不同的思考模式與意見，在參與課程的學員 - 小雨（化名）他總是很有自己的理想、也常會主動領導成員完成指令、更不吝於在團體裡表達自己的意見，在最後一次的課程「生涯規劃」裡，小雨也明確表示，「雖然自己現在年紀還小、能力也有限，無法在一時之間完成理想，但會趁現在有機會學習的時候，多充實自我、一步步往上爬，希望自己未來能像王永慶一樣，有著遠大的抱負與理想，引領員工走進自己的經商理念。」

在這一系活動中，運用藝術的創作與戲劇的表演、彼此真誠的分享進而激盪出孩童不同以往的思考模式，奠定孩童對自我肯定的正面價值與初步對未來的憧憬，希冀孩童能勾勒出心裡的那一幅藍圖，並能不畏艱難、朝著自己的理想去實現自己的夢想。在此次團體結束後，階段性的成長團體即將告一段落，多數成員們皆表示不捨之外、也期待能有下一階段的課程繼續進行。有鑑於此，南投縣信義家扶彩虹工作站日後將會持續不斷針對學童們的需求、推出不同主題的成長團體，希望藉由團體的輔導，提早發覺潛在問題的癥結點。

初次進行的成長團體接觸了隆華國小，除了看到學童的天真與改變，更深深體會到助人的信念，除此之外，南投縣信義家扶彩虹工作站秉持著服務的精神，且相信只要給予關懷與陪伴，就能替學童注入一股嶄新的生命力，希冀能透過此次的活動，進一步提昇學童的視野，期待孩童能透過不同的刺激，發展出屬於自己的一片天，相信這群住在山中的精靈們有著彩虹般的夢想，未來必定將無可限量。



【南投縣】社團法人台灣省大專青年服務協會

不能沒有你， 偏遠地區弱勢課輔

蔡嘉真

莫拉克風災重創南台灣，響應救災的精神，第一次來到了南投縣的神木國小，只是並非來發放物資或清理家園，而是課輔小朋友的功課。

小巧玲瓏的神木國小、「麻雀雖小，五臟俱全」，第一眼看見就深深被美麗的風景和小朋友的活潑所吸引，全校不過二十幾位小朋友，即使如此，設備或師資卻一點也不落後！

持續五天的課程，一方面協助小朋友完成寒假作業、一方面帶領他們活動筋骨、進行團隊遊戲，志工們有些人也是第一次帶小朋友，各個使出渾身解數，從中學到一些教導小朋友的方法，雖然是學校的作業，卻一點也不枯燥乏味。

中餐也是由我們服務團隊負責烹煮，團隊中有些人甚至是第一次下廚呢！當然最主要還是以廚藝較好的人帶領囉！聽說有些小朋友甚至三餐之中只有一餐是比較正常的，更讓我們不敢怠慢，

期望以好廚藝讓小朋友們感受到我們熱情與活力，也希望他們能吃饱穿暖，繼續努力。

除了學校的作業，還有帶給小朋友童玩、繪畫等等的課程，看著小朋友拿著自己做好的竹蜻蜓、造型紙黏土磁鐵、春聯圖，就覺得好有趣，對了對了，還有毽子呢！做好童玩我們馬上「現學現賣」，利用竹蜻蜓比誰飛得高、用毽子比誰踢得遠，玩得不亦樂乎！而看著每一位小朋友展現自己創作出的造型磁鐵，那還真是讓人拍案叫絕，明明教的時候是同一個圖案，完成後的作品，不是嘴巴大了點、鼻子短了點，不然就是缺個手、多隻腳的，看著他們的創意真是讓人忍俊不禁！

躲避球課程是小朋友最喜歡的，瞧他們矯健的閃躲動作、威如老虎兇猛般的丟球力道，就知道他們平日「訓練有素」！每到這個時候，都會聽見嘶吼聲和爽朗的笑聲，不是被球砸中的哀嚎，

就是砸中人的奸笑，交織成一片青春活力的景象。

晚上的神木國小更是有番說不出的恬靜，白天的時候，它就像是沙漠裡的綠洲，周圍土石流過後的痕跡並沒有掩蓋神木國小的自然風情，更絲毫不影響它的優美，在這迷你可愛的學校中，只有寧靜、舒適、自然的感受。晚上更是如此，在夜深人靜之時，雖然盡是黑壓壓的一片，但「此時無聲勝有聲」，反而聽見了許多大自然合唱的樂章與聲音，不僅不可怕，還另有一番滋味享受著都市中體會不到的寧靜，而我們也從不認為我們只是來服務他人的而已，更是一趟學習、吸收知識的過程，志工們都非常珍惜這樣的機會，所以並不覺得辛苦和不便，能夠「真正」幫助到別人，而不是一味施予他人不需要的，卻忽略他人真正的需要，正是我們這次來服務的最大收穫！

你知道神木國小為什麼取名叫做神木國小嗎？不知道？沒關係，因為在來這裡前，我們服務團體也不知道，到了第四天，謎底揭曉——神木國小的後山有一棵百年神木，這也在我們安排的課程之一，藉由健行的時候順便淨山，建立小朋友正確的觀念，原本還擔心小朋友們會體力不支或大聲抱怨，但每一位小朋友的體力和腳程，絲毫不比我們遜色，對路徑也很熟，私底下偷偷問了幾位小朋友，才知道原來他們幾乎每天都走過這一段路，算算快走上百次了！當然是滾瓜爛熟了，哪還需要我們帶路呢？雖然如此，小朋友們還是乖乖的配合我們的淨山活動，到了百年神木，我們還集結眾人的力量，手牽著手圍繞著神木，結果你猜猜怎麼了？我們二十幾個人還無法將神木圍起來呢！大家都心存敬畏的對待神木，那莊嚴的氣勢油然而生，讓人肅然起敬，也或許是神木的保佑，讓神木國小得以在眾多土石流的包圍下還能安然無恙！淨山活動結束，我們總共檢回了四大包垃圾，每個人臉上雖然有些疲憊的神

態，但是都露出欣慰的神情，畢竟，我們為了這塊土地盡了一份心力，也為台灣的環境多維護了一分，更建立起未來主人翁的環保觀念，是值得高興且欣慰的事。

五天的服務期很快就過去了，在這幾天之中我意外的得知，原來神木國小的小朋友個個都是溜直排輪高手，全校學生都會溜直排輪，有時甚至以此來迎接貴賓呢！本來不相信，後來親眼目睹，還真是令人嘆為觀止，每個小朋友都身輕如燕，在操場上隨意「溜走」，讓我不得不佩服！

回想起在神木國小的日子，並不覺得是在服務他人，反而像是上了一堂累積人生經驗的課，活動的規劃、對待小朋友的方式、煮飯、接近大自然……等等不勝枚舉的「經驗課」讓我們收穫良多，如果我們的到來可以為小朋友帶來一些什麼、學習一些態度、建立一些觀念的話，那就真的不虛此行了！

在神木國小課輔的第一天，客家電視台前來採訪，我也很欣慰，畢竟能夠透過傳播媒體的方式，讓全國的人都能知道莫拉克風災的後續關懷活動是好的，但更期許傳播媒體能夠帶給民眾警醒的力量，激發出關懷的愛心，台灣才會更好！

而我們也將繼續盡這樣的綿薄之力，相信莫拉克風災的陰影很快就會過去，因為每一個人都有力量，去關懷且給予受災戶一些支持，如此一來，無論台灣遇見什麼困難，大家都能攜手度過，而這也是得以讓我們服務精神繼續下去的信念！



輔導心語：

「三安，給孩子一個安全的學習環境」，安全、安定、安心的成長環境是非常重要的。



【高雄縣】教練管理顧問有限公司

莫拉克風災那瑪夏鄉 學生輔導實務

朱景耀

莫拉克風災發生後的十天，教練管理顧問有限公司的李宇凡基於協助復健災區的心來到佛光山，過程中，她試著了解到在佛光山暫時居住中心一群年近十二、三歲的學童，因災區重建工程龐大的關係，暫時無法受到如平時般的關心，經由學校老師轉介紹，教練管理顧問有限公司立即從台北協調人力前往佛光山支援。

這次到佛光山的輔導師，有超過一半是高三升大一的學生，都是以前曾上過教練管理顧問有限公司工作坊的學生。

由於教練管理顧問有限公司的帶課模式都是以活動為主、講課為輔，對國小、中學童而言，這種互動模式應不會受到很大排斥，出發前，先預設一些可以跟同學互動的課程及活動，並準備一些平常帶課使用的道具來到佛光山。

一到佛光山，卸下隨行的行李及教具，跟老師進一步了解目前同學的狀況及老師的期待，讓我們可以修正原先的假設，進而帶出更貼近學生需求的活動。

與老師的言談中發現，距學校開學日，只剩

一個星期，所有的教職人員在繁重的工作下有如蠟燭「三頭燒」。學校開課的壓力，學生管理的壓力，來自家庭的壓力及個人本身的體力負荷，讓人體會到當我們在陪伴孩童的過程中，成人也需要適時的給予關懷與體諒。

第一天晚上，與同學睡在大通舖，同學好奇我們是不是明天要帶課的人，其中一個學生問到，你是信什麼教的？讓我們意識到互動過程中，學童對相同宗教的人會有一種歸屬感，也對我們是一個可以參考的資訊，因我們的活動本身並沒有任何宗教偏好，也不會希望因為宗教的不同而讓學生感到不舒服。

第一天上午的活動中，按照原訂計畫進行，帶給學生不同的遊戲，並在遊戲後運用反思的方式來討論先前遊戲所學習到的心得，所有參與的輔導師此時都觀察到學生參與程度低於預期。

到了下午，仍有許多學生沒來上課，也許因為在我們帶課前，他們是可以去打球，玩自己想玩的遊戲，令人感覺到學生對我們的到來，已起了反感，因為他們不想「上課」，這也說明早上參與程度低的主因。

首先，我們帶的活動是「夢想畫布」，邀請學生用彩色筆把自己夢想畫出來，許多人畫的都是那瑪夏鄉的風景山水，這時，同學開始整理自己的感覺，再用繪畫方式抒發出來，有些學生不擅長畫畫，但聽別人的分享，卻也得到一些參與的樂趣。



有了早上帶活動的經驗，所有導師都有共識，活動必須重新設計以符合學生的期待，才能帶出應有的效果，大家開始反思真正下來的目的地，不需要上課，只要好玩的遊戲，重要的是陪伴，讓孩子準備開學後的挑戰；採用遊戲方式來打破他們對「上課」很嚴肅的既定印象，如此，才能真正和他們同在一起，進一步取得他們的信任，也才能有真正的陪伴。

由於學校發現，第一天有學生下午沒來上課，校方第二天便要求學生一定要來上課，並且要確認他們確實到課，第二天上午，一開始帶動「團隊平衡感」課程，將學生每組分成五人，並請他們站在四片巧拼地板上，但隨著巧拼地板一片一片地被拿走，難度也越來越高，最後他們被迫要有人指體重較輕的，或幾個人要扛一個人等方式，才可以達成站在兩片巧拼的高難度目標。



活動過程中，看到所有學生的笑容，彼此吆喝「你的手給我啦！」進而發揮彼此的創意來達成目標，這就是我們希望可以帶出來的效果，日後在重建家鄉或在學校，都可以帶著這份學習與人互助合作。

隨後，將學生帶到戶外玩「導電迷宮」，用事先準備好的水槍，若在迷宮中走錯了，就會遭到水槍噴水，這個活動同樣笑聲不斷，大家都感受到，其實活動不需要在教室才可以進行，把大家拉到戶外藉以打破對上課的既定印象，讓大家可以更盡情嬉笑，釋放積壓已久的情緒。

透過早上的兩個活動，讓人更確認這個方向是正確的，學生因我們的活動與遊戲，體會到我們不是來「上課」，到了下午再邀請他們一起打球，不打球的就坐在旁邊圍圈聊天，這一天的互動模式調整，增加彼此的信任，拉近彼此的距離，對於以後的活動，學生的參與程度也相對變高。

到了晚上，突然有位學生在宿舍氣喘發作，身旁的人都沒有藥，其他在場的學生立刻通知輔導師，並在第一時間找來護士處理，就在學生被送往醫院後，學校老師跟學生聚在一起唸原住民祈禱文，祈求那位同學平安，這個經驗讓我們對學生的文化有深一層的體認。

隔天早上，我們帶「夢想拼貼」課程，由學生用剪雜誌的方式將自己的夢想拼貼出來；讓同學有機會看雜誌，讓想像力、創意用手把夢剪貼出來，也讓學生體會到目標的設定是可以用視覺化方式進行的。



今天同學的心情是很浮動的，因為佛光山傳出有可能會因為 H1N1 的蔓延而封山的消息，大部分同學都帶上口罩，只要一有人咳嗽，就會引發大家注意，相對的，同學的注意力連帶受到影響。

星期四一早，因有一位先生要帶將近二十個學生打掃環境，花了近一個小時，跟學校確認是否可以讓學生離開教室，二十位學生經確認需要離開後，對課程的安排也隨之改變，學生對這段期間的變動，感受很深刻，隨時都會有可能讓自

己離開教室，因此，在集中學生注意力方面，確實有一定的難度。

就在學生離開後，留下的學生唸一本書「現在我該怎麼辦？」，聽完書中的故事後，寫下自己失去什麼？自己害怕什麼？讓他們開始面對並釋放心裡面的感受，聽到同學的分享後，感受到即使在這麼動盪的環境中，我們已跟他們建立起互信及情感，願意跟我們談論比較深層的感受，他們多數認為這是一個安全的環境，可以讓他們說出自己的感受。



最後一天的上課，一吃完早餐，所有暫時居住中心的人都已搬到佛光山山下，學生開始問，為何我們不能走？他們心中帶著這樣的疑問，而我們卻無法給學生一個確切的答案，這種恐慌造成更大的分心，讓我們體會到必須要講清楚，為何他們要繼續在這裡上課，如此才可以安撫大家的情緒。

經過五天的活動，大家圍成一個大圓圈，每個人分享自己這幾天的心得，有些學生回憶起一些活動經過，有些學生則分享他跟家人的現況，雖然整個過程不安的情緒如影隨行，卻已建立一些信任，到最後還有些學生突然拿出感謝小卡給在場的輔導師，令我們感覺到，陪伴不因活動結束而結束，王蕙筠、李宇凡、杜俊宏、林昶志、顧珮馨在往後的幾月中，繼續回去跟同學碰面並帶活動，讓這個陪伴延續下去。



輔導心語：

抱著開放、學習的心，讓我們調整並放下預設的期待，相信孩子有能力自己走過。

舊地名為「阿里關」，此地山巒起伏，地勢險要，噍吧年事件，曾是抗日志士抵禦日軍警察之戰場，並創下輝煌戰績。因本村山多平地稀少，而取名為「關山」。先天條件不佳務農也無法維持生活，所以青壯年都離家外出工作，村內皆為老人與小孩。



災後心靈重建

風災過後，許多團體來發放物資，民生用品充足了，但心靈卻缺了個大洞。當所有關注集中在小林村時，關山村的环境及感受卻被忽視，他們內心承受的壓力遠遠超過想像。

風災後第一堂老人日托班的開課，一樣的阿公阿嬤，一樣的流程，我照慣例的一一點名，不一樣的是阿公阿嬤的答「有」聲卻失了活力，感覺出他們的心情沒辦法平復，需要有人適時的關心需要有人幫助，我只是學生我能夠為他們做什麼，在絕望之餘，我向學校學輔中心辛宜津主任



【高雄縣】甲仙鄉關山社區發展協會

莫拉克風災歷程與災後心理重建 ——正修守護，愛在關山

溫珮華

莫拉克風災歷程

「逃？要逃去哪裡？」在風災後的一次與日托班陳班長的對話，水是故鄉甜，人是故鄉親，不想離開家園只能獨自面對災難的威脅，沒有青年在家老人家只能自救的窘境，誰會瞭解…

我現在為正修科技大學企管系四年級學生，同時擔任高雄縣甲仙鄉關山社區發展協會總幹事。

在我接下總幹事職務四個月後，莫拉克風災來襲，聯外道路被連日豪大雨沖斷，水電、通訊皆中斷，在全然無法與外界聯繫之際，隱約得知小林滅村的消息，那幾天過著極度恐慌的日子是外界無法想像的，也深怕熟睡後土石流的襲擊讓我們無路可逃，無時無刻受著災害危險的威脅。約一週後才從電視新聞確定了小林村的悲劇，讓鄉內頓時

瀰漫極大恐懼與哀傷。看著新聞台滿是小林村的報導，讓我們流下眼淚，在難過之餘，我更擔心的是在小林村緊鄰的關山村，終於在電視看到關山村的報導，「小林…就這樣沒有了…」關山村理事長夫人顫抖的說著，從她慌張的神情看出她的無助與害怕，無情的莫拉克風災使得每天見面的小林村親朋好友瞬間人間蒸發，這場大自然反撲，打亂了我們原有的生活模式，截斷了我們原本熟悉的道路，失去了我們的至親好友，叫人體會世間的無常。

介紹關山

高雄縣甲仙鄉關山村，東與高雄縣六龜鄉相鄰，西為台南縣南化鄉，北為小林村，全村唯一聯外道路台 21 線亦為通往那瑪夏鄉之要道。關山

求助，辛主任二話不說答應協助並進行心靈輔導，這讓社區居民都很感謝輔導團隊即時對他們的關懷。在第一時間學校在龔瑞璋校長號召之下，立即組成專業心理輔導團隊，並持續灌注將生命危機轉化為正向的動能，分別以教師增能紓壓團體、融入繪畫音樂等催化技術，由於學校的介入，輔導團隊投入大量的資源，建立情感連結並認輔社區，讓社區居民產生了希望，知道他們不是無人理會也不孤單。

「愛、關懷與服務」災區輔導服務 2009.11.09

也是學校認輔之一的六龜鄉龍興國小，在這次風災受創嚴重，正修輔導團隊帶領青年志工，上午來到龍興國小進行校舍惜別感恩餐會，同為災區居民的我能瞭解小朋友的不安。在小丑哥哥展開一連串的魔術之旅，笑聲也為小朋友灌注新的活力，畢竟孩子天真無邪的笑聲是一切的希望源頭。



下午終於抵達關山社區，第一次的見面禮，社區老人選擇用「車鼓陣」來迎接輔導團隊，輔導團隊帶來催眠與紓壓輔導、團康遊戲、一對一心靈交流，李旺庭老師專業的心理催眠將老人壓抑的心釋放，看著愛撒嬌的阿公流露真情向老師訴說著，我有說不出的感動，在一方無私的付出與一方真心的感受，青年與老人度過一天的天倫之樂並相約下次再見，就這樣一天的行程在歡笑與感動中閉幕了。災區輔導服務幾天後，老人們總是追著我問「老師們什麼時候還要再來…」臉上滿滿是笑意與期待。或許是經歷了風災的摧殘，我們更珍惜這樣得來不易的緣分。

正修·天下一生命力教育論壇 2009.11.24

受學校邀請一同出席天下·生命力論壇，這是社區老人第一次踏進校園，略顯興奮。在正修科技大學何清釧副校長、高雄應用科技大學方俊雄校長與教育部訓委會羅清水常委致詞後，由天下教育特刊蕭富元總主筆與主持人江綺雯教授揭開今天的主題。在還沒開場前我心裡有不解「為何邀請社區老人參與呢？老人家又聽不大懂國語…」在方俊雄校長用台語來致詞後，我終於瞭解，學習不分年紀也不分語言，被重視的感覺很重要，方校長的台語致詞令我們很窩心。林世忠前理事長在主持人的邀請下，上前分享面對風災的威脅有什麼感想「受學校幫助下，帶動整個社區使我們都『活起來』了！」前理事長台灣國語的分享，贏得全場的掌聲。

生命教育給學生機會走出教室，感受身邊的心跳，更讓關山社區走出陰霾挑戰生命，一場論壇不只學生受益，也給在場的每位上了寶貴的一課，再次感謝正修科大，讓我們有再一次活起來的機會。

正修科技大學 Career Coach — 生命體驗靜思營 2010.01.25-26

災害發生後，社會更加關注珍重生命與心靈療癒，對正修科大來說持續關懷是一種目標，兩天的行程有了更豐富的內容以及更龐大的團隊支

援，而社區志工也準備了在地平埔族傳統美食饗宴，吳鳳技術學院紀潔芳教授的演說帶來力量，最令我印象深刻的是紀教授送每位在場的人一顆氣球，一顆代表重生的氣球，紀教授要我們把煩心、不順心的事注入氣球裡，讓恐懼、煩惱、傷心的事隨著氣球放到天空飄走，紀教授的演說觸動我們心底最深的感受。另外郭柏立教務長以及

林烈利學務長的到場關懷讓老人們備感窩心，「拒絕不了阿公阿嬤的邀請，好久沒有跳舞了，明天起床一定會鐵腿！」林學務長的一番話逗得社區老人呵呵大笑。在正修輔導團隊的介入後，我發現社區老人不再畏縮不再逃避，漸漸的與其他社區交流互動，會持續問老師和阿孫們什麼時候會再來社區，果然有愛，才會讓生命更添光彩。



輔導心語：

愛，是讓人堅強的理由；愛，是所有幸福的起頭；愛，是讓生命活了起來。

一雙小腿就這麼熟練地爬上我大腿。一路上忍不住犯了職業病，發現他的語彙雖然不多但學習力不錯，因此開始在火車上不斷刺激他說話、教他認物品，小伙子也玩開了，一路上認得起勁，就這樣玩起「我說他念」的遊戲：「車子、山、大樹、房子、小溪、挖土機、石頭、瀑布、橋…」，忽然另一台挖土機映入我倆眼簾，他興奮的大叫「阿姨！看！挖土機！」，他的學習力真讓我又驚又喜。

「最貴重的禮物」

通常一天內在台東的行程是忙碌的，一大早七點半從台東市出發，花一小時的時間以平均時速八十公里的速度開車到大武鄉，由於初期心理師資源非常匱乏時，曾經一天內跑了四間學校，帶了四個團體外加五個個別治療，晚上繼續進入部落裡與社區居民互動，往往回到台東已經晚上十點，身邊的親友都訝異我在工作緊湊忙碌的狀態下，還能夠堅持每週往返，我心裡知道「雖然日子過得緊湊忙碌，但心裡卻是忙得歡喜踏實」。

小宣（化名）是我在東部第一個接觸的孩子，是這間學校的最佳歡迎天使，當我還遠遠地準備靠近校園時，他就會飛奔出來大喊「老師！你來了！」，然後展開雙臂，緊緊地抱住我的大腿。一開始老師牽著他來見我時，他身體僵硬緊繃，頭總是低低地看著地板，我試著讓孩子在面前放鬆，漸漸地小宣終於願意抬頭看看我，利用繪畫他與我分享了他的風災惡夢，漸漸地告訴我越來越多他原本藏在心底的擔心，最後我邀請小宣進來我的團體，他謹慎地點點頭表示願意參加，我們相約下禮拜持續見面。

就在隔一堂課的下課時間，小宣悄悄地挨到我身邊，我蹲下來與他互動，他將手中黃星星鑰匙圈交到我手上，那是一個閃閃發光的大星星笑臉，我問他「你想要送給我？」，小宣只是微笑的點點頭，我回應「這是你很珍貴的東西，對不對？」，小宣繼續笑笑的點頭說「是哥哥送我的」，

【臺東縣】王心理治療所

山海裡的心理師 陳冠如

「397公里」的緣分

莫拉克風災初期被派駐台灣南部的災區，當時一位被直昇機救出來的小男孩常常到服務站來，他不太愛講話但喜歡吃東西，漸漸跟他混熟後，有一次我們一起摺紙飛機，他告訴我那天就是坐著天空上的「大鳥」逃出來，小小的腦袋裝滿了驚奇的回憶，將眼睛瞪得超大，用雙手使勁的告訴我那隻「大鳥」有多大，手舞足蹈地描述驚奇過程，而孩子的笑容將周圍大人的愁容映襯地更深厚。那是第一個跟我分享風災後記憶的小孩，因為這個四歲不到的小不點，我許下一個心願，

如果災區孩子有需要我的地方，我會盡全力參與。

回到台北辦公室慣常地忙碌於後勤工作，然而長駐東部的心理師不斷地傳達東部心理資源匱乏的訊息，一方面想滿足自己的心願--「為災區盡一份心力」，另一方面我知道能支援東部的人力有限，就這樣搭起了397公里的緣分，開始過著每週台北、台東通勤397公里的日子，往往在日正當中時搭上火車，一路上太平洋伴著我奔馳過蘭陽平原、花東縱谷，到達台東已經天黑。火車上是一段難得的淨空時間，好像通過一條長長的時光隧道，從繁華擁擠的都市跳到恬靜放鬆的

台東，火車上除了整理自己，為明天一整天的忙碌工作做準備，也累積了些小故事。

「看！挖土機！」

有一次在往台東的火車上，車廂內多了一群熱鬧的小乘客，一位年輕媽媽沒有買票就帶了四個小孩上車，四個孩子分別10個月、兩歲、三歲和四歲，看見這位媽媽肩上背著一個嬰兒，兩手還一邊拉一個，並不時指引另一個小孩上車方向，車上的乘客紛紛起坐讓位，我和其中一位三歲小孩商量讓他坐在我腿上，小男孩一點都不怕生，

我將鑰匙圈交回他手上回應說：「謝謝你想要跟我分享你很寶貴的東西，我可以把他回送給你嗎？就好像我會陪著你，給你祝福一樣。」小宣點點頭且笑得更開了，這時他才心滿意足地跟我說再見。後來小宣在我團體裡越笑越開，肢體動作也越來越大、越來越放鬆，我開始可以聽見他自發性的說話，跟我們分享他的生活，最值得高興的是，他讓我知道他很少很少再做惡夢了。

「彩色花、大蘋果、糖果雲」



很多孩子第一次來與我見面時都非常緊張且拘謹，小琪（化名）即是其中之一，第一次在團體中會面時，她被其他同學排擠，一個人獨自坐在團體旁的大書桌邊默默地畫畫，每當我一靠近，她就馬上全身趴在圖畫上，然後小小聲說「不要看，我畫得好醜好醜」，花了一番功夫才讓她願意和其他同學坐在一起，但仍然很害怕大家看到

她的圖畫，她總是會說「我畫得好醜」、「我很笨」或「我很不好」等等話語，在團體中我告訴大家每個人的作品都是獨一無二地，她依舊遮住自己的畫說：「我畫得好醜，我想要丟掉」，我回應他：「你擔心我們覺得你畫得不好，可是每個人的畫都是獨一無二的」，她慢慢把手移開，從手指的縫隙裡露出一朵花，那朵花在圖畫紙上充滿色的花瓣，其他小朋友紛紛圍過來說「哇！彩色花！」，小琪很訝異大家如此欣賞她的作品，之後她的花朵越來越大朵，顏色越來越繽紛，之後團體內的小朋友開始出現更多創新的圖樣，有飛天大蘋果、彩色糖果雲和神奇大蝴蝶等等。

希望起飛

寒假近了，小朋友都知道要與我暫時道別，我在團體中邀請大家將「新年新希望」寫在色紙上，然後一同摺成紙飛機將他射往天空，孩子們認真的寫在自己的願望，寫好後我們一起出發到操場的司令台準備讓「希望」一個個飛起來，當大家喊「一、二、三～希望起飛」，有一架飛機幾乎是筆直地落在司令台上，受挫的小傑（化名）滿臉淚水，抽抽噎噎地撿起紙飛機，我帶著大家在司令台圍成一個圈，邀請他們說說剛剛的過程，小朋友也熱心的幫助小傑修整他的飛機，大家又一同回到司令台前大喊「一、二、三～希望起飛」，這次大家的飛機都飛得更高更遠了，幾乎橫越跑道停在操場中央的青草地，再一次邀請小朋友分享剛剛的過程，他們一一的說出「好像要努力希望才會實現」、「一開始飛不好沒關係，繼續調整就好了」和「好像希望就會實現了一樣」，寒假過完開學後，有位小朋友見著我後，偷偷地挨到我耳邊興奮地輕聲說：「老師！願望有實現耶！」

我也想媽媽

在災區的工作中，還是有一些令人心疼的插曲，隨著母親節到來，鄉鎮辦公室忙著在部落裡

舉辦感恩聯歡晚會，部落的大人小孩一同聚集在廣場，小朋友輪流上台表演，會場最終也是最高潮的活動「小朋友魚貫進入台下，將康乃馨送給在場的母親們」，我身邊忽然多了一對姊妹，他們不是我輔導的個案，但部落學校人數少，小朋友大都認得我，妹妹天真的跟著節目表演手足舞蹈，姊姊卻收起平常的笑容只是默默地站在一旁，我蹲下問他是不是身體不舒服，他忍住快要掉下的眼淚告訴我：「我好想我媽媽」。

晚會上呈現幾家歡樂幾家愁的場面，因為有一群孩子總是在這時候特別想念他們的父母，或許都市的孩子已經習慣每天回家看到父母，然而台東的鄉間因為種種的原因，充滿了隔代甚至隔兩代教養的例子，這對姊妹就是其中之一，如果一年內能夠見到父母十次以上，對她們而言即是無比的幸福。我請這位小姊妹耳朵靠過來，暗示著我要告訴他一個秘密，我說：「老師也好好想媽媽，因為來台東工作，我很少跟她碰面，我也好好想想她」，我感覺到自己心裡酸酸的，心疼這位想念父母的小孩，也打翻了我一腦的思鄉情。我們一同離開會場到達安靜的月光下，看著月光一起想著自己的媽媽，一起對著天空許下我們對母親的祝福，那晚濃濃的思念烙在我倆的心頭。

「老師，你也會感謝我？」

隨著重建的步調，陸陸續續有個案從心理會談中結案，小涵（化名）是一名跟我談了將近一年的國中生，面對結束會談她有點緊張，但也同時不斷地讓我知道「她準備好了」，在結束會談的準備過程裡，我們曾經相互回饋，她謝謝我陪伴她、幫助她好多好多，我也同樣的謝謝她教給我好多好多，瞪大雙眼吃驚的看著我說「老師！你也會感謝我？」我回應她：「我非常非常謝謝

妳，因為每次的參與會談和回饋，都成了我的寶貴經驗，讓我在未來更能夠貼近青少年的心，知道如何能夠幫上你們的忙，這是妳送給我最棒的禮物」，她緬靦中透露著訝異——自己能夠幫得上忙。

現在的我已經辭掉台北的工作，專心於台東耕耘心理服務，腳步雖慢，但一步一步走的深刻且踏實。這群孩子豐富了我的生命，感恩他們願意相信我，讓我陪伴他們度過生命中的小暗流，也謝謝他們總是真誠地回應我，陪著他們一路從退縮到開放、從憂鬱到開朗、從緊張到自在，因為他們的改變，讓我更堅持於當一個心理師。有些人很佩服我如何能「收服」這一個個小孩們，其實我沒什麼偏方，我只是陪伴著他們，讓他們的生命中多一個機會讓自己更不一樣。

一路上感謝很多扶持過我的人們，我將繼續努力耕耘，伴著花東縱谷和太平洋，我從台北的都市下鄉來，立志成為「山海裡的心理師」。



輔導心語：

我只是陪伴著他們，讓他們的生命中多一個機會讓自己更不一樣。

附錄 六縣府災後學校心理輔導工作執行成果

莫拉克風災 災後學校心理輔導工作成果 南投縣政府

1. 學生心理輔導

- (1) 成果：截至99年6月30日止個別諮商共服務822人次，小團體輔導共辦理27團次，744人次。
- (2) 效益：莫拉克風災一發生，教育處緊急聯絡心理師並研商開學後駐校計畫，教導學校教職員適當情緒抒解技巧。經過心理師及校內教職員共同關懷、輔導，於第三次風災壓力檢測量表高危險群學生人數有顯著下降；災後駐校心理輔導成效良好，心理師服務內容也廣受好評。

2. 教師輔導增能研習

- (1) 成果：災難至今已屆滿一周年，對於這段時間以來辛苦協助災後學生心靈重建的老師們，教育處舉辦各項災後輔導知能研習共13場次，共計1,490人次參與。
- (2) 效益：藉由各活動課程安排提供教師壓力管理、情緒管理等紓壓課程，協助教師擁有健康心理，帶動各校全面投入災後心理復健工作，提升災後心理復健成效。

3. 心理諮商設備設施採購

- (1) 成果：災區學校學生心理輔導類設備設施採購，包含遊戲治療設備、沙遊治療設備及諮商輔導室之修繕。
- (2) 效益：增置各種心理治療設備設施，讓學校諮商輔導工作更加順利，並考量每位學生不同的需求，以遊戲、表演、沙堆偶具排列等方式引導學生們釋放壓力及情緒；並配合長期性之專業諮商心理師分區駐點輔導活動，由專業諮商心理師指導操作、觀察闡釋並與老師共同討論學生狀況，一方面也可增進教師輔導知能。

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災 災後學校心理輔導工作成果 南投縣政府

4. 行政督導執行小組會議

- (1) 成果：依據教育部函示成立行政督導執行小組並召開會議，98年及99年至今辦理5場次，共計54人次與會。
- (2) 效益：會中彙整98年工作進度及執行情形說明、協調資源整合，並訂立99年度輔導計畫。於會中確立學校輔導工作時程規劃，並提供意見交流與認輔經驗分享。

5. 結語：

本計畫自短期之大專心理輔導諮商人力至校緊急服務，中期之辦理各項減壓團體及家庭訪問、配合民間團體辦理服務，至長期之心理輔導諮商室整建，並配合友善校園專業諮商人力進入國民中小學服務計畫，於水里信義區設立長期諮商點，並培養各校教師輔導知能以扶植第一線輔導人力。整體而言，本計畫因大專專業諮商評估人員進駐、民間團體熱心服務，故經費雖有結餘，但成效辦理良好。

99年之後，輔導計畫之各項宣導工作、諮商輔導及團體輔導等工作均併入友善校園學生事務與輔導工作中辦理，預定辦理生命教育、憂鬱與自我傷害篩檢、輔導工作增能、專業諮商人員進入國民中小學諮商輔導計畫等數項計畫，預期長期持續增加本縣教師諮商輔導知能，並提供本縣師生更佳的服務，以降低本縣因莫拉克風災及各項災害後社區家長、學生及教師之創傷，並提供更好的服務以增加社區復原能力。

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災 災後學校心理輔導工作成果 屏東縣政府

1. 學生心理輔導

(1) 成果：截至99年6月30日止個案諮商已服務955人次，小團體輔導共辦理19團次（834人次），班級輔導154班次（2,532人次），家庭訪視780次（890人次），書信或電話關懷1,935人次，轉介服務486人次，追蹤輔導264人次，篩檢評估12校2,016人次，個案研討2梯次。

(2) 效益：

A. 調適好面對災變的心情：

接受個別協談的同學，多數能於兩星期內恢復正常睡眠習慣，他們的情緒可以經由悲傷、憤怒轉成接受事實並投入其日常生活軌道。數位選擇加入諮商團體的同學表示透過團體分享，他們認為自己並不孤單，因此他們有力量繼續往前邁進。

B. 重新因應舊有之心理困擾：

藉由個案諮商及團體輔導活動，受輔人員能具體表達正向與負向情緒，及找到開心的互動方式；導師回饋看見案主對人際關係開始有較多信任感；亦擴展學生對生活層面的思考。

2. 教師專業輔導知能研習

(1) 成果：教育處針對各中小學校校長、學務主任及輔導主任從事第一線災後學生心靈重建的教育人員，99年度舉辦了3場次災後專業心理輔導知能研習，共計615人次參與。

(2) 活動效益：

A. 增進本縣學務主任及輔導主任有關莫拉克風災後學生心理輔導工作專業知能，對於日後校園內、外發生事故後之學生心理創傷諮詢及輔導，提供有效處理方式。

B. 聘請專家學者，進行實務工作經驗之傳承與分享，針對重要議題安排分組討論，並建立本線輔導工作人員之情誼，增進輔導工作經驗交流。

C. 透過莫拉克風災受災學校校長及輔導教師引言進行分組討論，國中、小校長分別探討「災後學生心理輔導與重建」等議題。

D. 增進屏東縣國中小校長災後緊急應變及災後輔導經驗交流與意見分享之機會。

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災 災後學校心理輔導工作成果 屏東縣政府

3. 國民中小學辦理相關宣導活動及災後研討會

(1) 成果：教育處在98年度及99年度分別補助國中小經費辦理災後心理輔導相關活動，邀請專家學者、諮商輔導、心理師、社工至學校參與。計辦理74場次，共計6,500以上人次參加，增進教師輔導知能。

(2) 效益：研習主題包括輔導老師心輔工作種子教師培訓、國中小導師心輔工作專業知能研習、與心輔專家學者對談、互動，及如何在學校進行引進外界資源對學生進行篩檢工作、諮商、輔導、轉介等，規劃一系列的專業知能課程講授。

4. 「校園陪伴、心靈重建」志工服務

(1) 成果：由清華大學、文化大學、輔仁大學等大專院校及中華靜觀協會、紙風車生活藝術輔導營、佛光山總會等團體帶領學生社團、志工及工作人員，進入災區學校提供學童團體輔導遊戲、繪本演書活動，計巡迴20校，辦理50場次，共計2,182人次參與。

(2) 效益：藉由校園陪伴、心靈重建活動計畫之辦理，使災區學生忘卻災變痛苦，儘早回復正常生活及接受最真誠的心靈撫慰，讓校園生活回歸原有風貌。

5. 增置心理諮商軟硬體設備

(1) 成果：協助災後學生心理輔導工作之本縣學生諮商輔導中心，在98年至99年間購置部分硬體設施，包含遊戲治療設備及諮商輔導室重新裝修及設備修繕等。

(2) 效益：本縣學生諮商輔導中心增置各種心理治療設備設施，並考量每位學生不同的需求，以遊戲治療等方式引導學生們釋放壓力及情緒；並於結束後與老師共同討論學生狀況，一方面也可增進教師輔導知能。

6. 行政督導執行小組會議

(1) 成果：依據教育部函示成立行政督導執行小組並召開會議，98年及99年至今辦理4場次，共計80人次與會。

(2) 效益：會中彙整98年工作進度及執行情形說明、協調資源整合，並訂立本縣99年度莫拉克風災災後心理輔導計畫。於會中確立本府心理輔導工作組織職掌、分工圖表、辦理進度時程等，與會人員及認輔大專院校代表提供意見交流與認輔經驗分享，對本縣災後心輔工作助益甚大。

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災 災後學校心理輔導工作成果 高雄縣政府

1. 學生心理輔導

- (1) 成果：截至99年6月30日止個別諮商共服務1,530人次，團體輔導（含減壓團體）共辦理328團次，4,809人次，班級輔導（含團康活動）共辦理304班次，5,896人次，書信及電話關懷428人次，測驗篩選56所學校（含收災轉生學校），共2,378人次。
- (2) 效益：本縣莫拉克災後輔導，有賴於各認輔大專院校之協助以及縣內學生諮商中心人員提供服務，經過近一年的介入與輔導，再加上各學校教職員的共同協助與努力，本縣重災區學校學生目前心理狀態大都已趨於穩定，服務內容也頗受學校肯定。

2. 認輔大專院校的協助

成果：本縣莫拉克心靈重建，有賴於教育部南諮中心的整合，媒合大專院校協助認輔重災區國中小。期間提供初級至三級預防，包括團體輔導、班級輔導、教育訓練、個別諮商、團體諮商、支持性團體、團康活動、心理衛生推廣活動、夜間輔導活動、身心狀況篩檢、個案督導會議、家長親職講座…等，共服務12,407人次。本縣萬分感謝各認輔大專院校能夠提供支援，協助重災區學校心靈重建工作。

認輔學校	受輔學校	認輔學校	受輔學校
文藻外語學院	荖濃國小、寶來國小	成功大學	民權國小
台南大學	三民國中	高雄師範大學	甲仙國中
正修科技大學	寶來國中、龍興國小	樹德科技大學	民生國小
交通大學	甲仙國小、小林國小	和春技術學院 高雄應用科技大學	桃源國中、桃源國小 樟山國小、建山國小 興中國小

3. 教師輔導增能

成果：自莫拉克風災發生後約兩週，即邀請有921及川震災後心靈重建經驗的賴念華老師，為180位重災區學校老師舉辦「開學前教師心理預備研習」，讓教師們能夠安心，並且面對開學的挑戰。而這一年來，本縣也至重災區學校舉辦多場研習，包括「災後學生心理輔導種子教師培訓工作坊」、「兒童危機與創傷的評估與處遇」、「如何辨識有創傷壓力的學生」，共5場次，187人次，除了增進重災區學校老師輔導知能外，在研習過程中，講師也透過活動來協助教師們身心放鬆。

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災 災後學校心理輔導工作成果 高雄縣政府

4. 心理師專業研習與督導

成果：為增進莫拉克心靈重建之諮商效能與品質，本縣舉辦多場心理師專業研習與督導課程。相關研習包括「多元文化講座」、「跨族群文化的助人工作」、「跳出諮商室的心理工作」，共計3場，65人次參加；「表達性藝術治療用於創傷倖存者之專業系列課程」，共計3場，72人次參與。督導課程共60場次，420人次參與。

5. 召開及參與莫拉克相關會議

- (1) 成果：本縣自莫拉克風災發生後，教育處立即成立莫拉克諮詢小組，並召開會議。之後本縣陸續召開及參與數十場，甚至近百場的相關會議，包括莫拉克風災心靈重建會議、諮商督導會議、跨部門心靈重建整合會議、大專院校認輔轉銜會議…等，期間也邀請教育部長官、各認輔大專院校、受輔學校召開行政督導會議。
- (2) 效益：在近百場的會議中，本縣參與莫拉克心靈重建之相關人員、認輔學校及受輔學校皆針對輔導現況提出寶貴意見，彼此分享心靈重建經驗，使本縣獲益良多。

6. 諮商室建置並增購遊戲治療媒材

- (1) 成果：建置重災區學校諮商室，包括添購遊戲、沙遊治療設備，修繕學校諮商室硬體。
- (2) 效益：為使心理師至校進行諮商輔導工作能更為完善，增進晤談效益，同時考量每位案主之屬性，提供多元化的媒材使用，因此添購相關設備，以讓來諮商的案主能夠安心、自在。

7. 十方資源的協助與關懷

效益：於莫拉克災後心靈重建期間，本縣有賴許多民間單位之協助（如下所述），透過實際的物資給予、獎學金的發放、藝文活動的舉辦…等，皆讓本縣莫拉克受災學校的學生，能獲得心靈上的撫慰，本縣萬分感謝各民間單位的協助與付出。

KK-Band、中山大學音樂系、台北市都市人基金會、台北行善童軍團、台灣關懷社會公益服務協會、台灣藝術家、世界展望會、成功大學救護隊、佛教慈濟慈善事業基金會、宏都拉斯大使館、法鼓山社會福利慈善基金會、社團法人中華民國亞太地區創作藝術推廣協會、南方文教基金會、高雄市公益慈善團體聯合賑災委員會、高師大教科所、高雄縣文化局、高雄聖提摩大堂、高雄縣吉普車運動協會、財團法人愛心第二春文教基金會、彩虹的家、敦安社會福利基金會、張老師基金會、雲門舞集、普仁青年關懷基金會、博陵愛之光布偶劇團、聖公會黃春明、黃大漁劇團、媽祖慈善公益協會、喜憨兒基金會、廖文和布袋戲、微星科技、樺漢科技、環球唱片公司、蘭芳國際同濟會。

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災

災後學校心理輔導工作成果

嘉義縣政府

我們，在故鄉的土地上，相遇～
 期盼，一同牽起彼此的手，前進！

實施目的

- 一、災難心理工作處理原則：工作之核心擺在「以學校為主體」的價值上。
- 二、災後心理復健需深入村落學校，依據學童的心理社會歷程與文化特性，發展心理衛生工作模式，以符合所需。
- 三、統整大專院校、社福機構及學生心理諮商中心投入災區之心理重建資源，有效運用有限之心理衛生專業人力，使得心理專業體系能夠整合性、多元性及系統性地介入協助。

工作內容

- 一、重災區中小學全面性之簡易的心理社會評估
- 二、災難工作種子教師培訓課程及在地化種子教師培訓課程
- 三、寒暑假兒童探索營隊
- 四、學期中之小團體輔導
- 五、教職員工壓力抒解工作坊
- 六、針對家長或教職員工之心理衛生宣導講座
- 七、辦理執行單位與專業人員督導執行小組會議、個案研討與團體督導

負責單位

指導單位：教育部

主辦單位：嘉義縣政府

承辦單位：學生心理諮商中心、生命教育中心學校、輔導工作輔導團

協辦單位：本縣各級中小學、大專校院及相關民間團體

成效與願景

透過系統周延的社會支持與心理支持系統，協助恢復災前的生活品質與學習狀況，撫平師生災後受創的心靈，引領學校學生、教師及家長能於最短的時間內走出陰霾，重建生活新希望。

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災

災後學校心理輔導工作成果

嘉義縣政府

我們，在故鄉的土地上，相遇～
 期盼，一同牽起彼此的手，前進！

活動剪影



督導執行小組認輔單位工作報告



學生以繪畫表達自己的想法、抒發內在情緒



戲劇宣導防疫觀念



傳說中紅豆餅進入校園陪伴學童撫慰心靈



認識自己的身體，探索自我情緒



教師實際操作使用媒材進行輔導



團隊活動釋放學童情緒壓力



受災學校教師支持性團體



團體輔導中學生盡情揮灑展現自我

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災 災後學校心理輔導工作成果 臺東縣政府

1. 學生心理輔導

(1) 成果：截至99年6月30日止個別諮商共服務1,311人次，小團體輔導共辦理328團次。

(2) 效益：莫拉克風災一發生，教育處緊急聯絡心理師並研商開學後駐校計畫。於災難發生第一時間請學校協助召回教師，並辦理「風災後壓力檢測量表施測說明」，向教師說明量表使用方式以及孩童情緒辨識、安撫技巧；也教導學校教職員適當情緒抒解技巧。經過心理師及校內教職員共同關懷、輔導，於第三次風災壓力檢測量表高危險群學生人數有顯著下降；災後駐校心理輔導成效良好，心理師服務內容也廣受好評。

2. 教師輔導增能研習

(1) 成果：災難至今已屆滿一周年，對於這段時間以來辛苦協助災後學生心靈重建的老師們，教育處舉辦了災後輔導知能研習，辦理3場次，共計172人次參與。

(2) 效益：此次活動課程安排針對尊重災區特有文化，培植在地人才，共同重建溫馨健康的友善校園為主，同時提供教師壓力管理、情緒管理等紓壓課程，協助教師擁有健康心理，帶動各校全面投入災後心理復健工作，提升災後心理復健成效。

3. 國民中小學災後個案研討會

(1) 成果：教育處在98年度及99年度分別針對處於急性期之風災創傷學生與經過急性壓力期的學生持續進行輔導，商請災區學校(國中、小)提出個案輔導現況與認輔過程所遭遇的問題，並邀請專家學者、諮商輔導、心理師、社工實務工作者針對特殊個案狀況，提供明確可行之策略，辦理5場次，共計146人次參加。

(2) 效益：特地邀請到國立高雄師範大學輔導與諮商研究所廖鳳池所長蒞臨指導；廖所長曾直接參與過921地震之災後心理復健，同時也是教育部此次南區災後心靈重建工作的指定督導，並有社會處及災後各生活重建中心共同與會，為個案進行豐富的資源連結，藉由研討會的經驗分享與交流，重建溫馨健康的友善校園、帶動各校全面投入災後心理復健工作，並有效提升災後心理復健成效。

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災 災後學校心理輔導工作成果 臺東縣政府

4. 「聽故事、聊心情」繪本志工巡迴計畫

(1) 成果：由臺東大學圖書館傅濟功館長帶領東大學生志工，進入災區學校提供學童繪本講讀活動，巡迴五校，辦理25場次，共計1,688人次參與。

(2) 效益：藉由書目導讀，引導學童認識災後壓力心理症狀來源，並在閱讀過程中與書本內素材互動，達到情緒壓力舒緩效果，學習壓力因應策略，以期能在最貼近平時校園生活的環境下，陪伴孩童找到心理健康的平衡，復原災難衝擊。

5. 心理諮商設備設施採購

(1) 成果：重災區學校學生心理輔導類設備設施採購，包含遊戲治療設備、沙遊治療設備、表演藝術治療設備以及諮商輔導室之修繕。

(2) 效益：增置各種心理治療設備設施，讓心理師駐校諮商輔導工作更加順利，並考量每位學生不同的需求，以遊戲、表演、沙堆偶具排列等方式引導學生們釋放壓力及情緒；一般校內輔導鮮少使用如此較具專業性諮商設備，故由駐校心理師指導操作、觀察闡釋，並於結束後與老師共同討論學生狀況，一方面也可增進教師輔導知能。

6. 行政督導執行小組會議

(1) 成果：依據教育部函示成立行政督導執行小組並召開會議，98年及99年至今辦理2場次，共計80人次與會。

(2) 效益：會中彙整98年工作進度及執行情形說明、協調資源整合，並訂立99年度輔導計畫。並邀請到南部災區三縣市業務承辦人以及各認輔大專院校代表與會；於會中確立學校輔導工作時程規劃，並由本縣災區5校進行工作報告，各縣市以及認輔大專院校代表提供意見交流與認輔經驗分享。

7. 各界捐補助彙整、資源分配

效益：承蒙災後各界善心捐補助，逐漸充實災區學校輔導設備設施以及加速災損重建，指定善款也存入學生教育儲金戶，供孩童穩定就學，民間及政府的關懷、照顧讓災區學生逐步走出傷痛、展望未來。

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學



莫拉克風災 災後學校心理輔導工作成果 臺南縣政府

1. 學生心理輔導

- (1) 成果：截至99年6月30日止個別諮商共服務706人次，小團體輔導共辦理45團次。
- (2) 效益：莫拉克風災一發生，教育處緊急聯絡各校輔導主任召開會議並研商開學後駐校計畫。於災難發生第一時間請學校協助召回教師，並立即調查本縣莫拉克風災災後寄讀及轉學籍學生，提供學生心理輔導服務，並透過自我壓力反應篩檢表，針對受災學校學生進行高危險群篩檢，且災後駐校心理輔導成效良好，心理師服務內容也廣受好評。

2. 教師輔導增能研習

- (1) 成果：災難至今已屆滿一周年，對於這段時間以來辛苦協助災後學生心靈重建的老師們，教育處舉辦了災後輔導知能研習，辦理2場次，共計191人次參與。
- (2) 效益：此次活動課程與南區輔導中心合作，著重在災後學生心理輔導需求辨識、轉介、危機處理及心理重建，培訓莫拉克風災受災學校及非受災學校心理輔導種子教師，協助校內相關心理輔導工作，增進救災心理輔導知能。

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災 災後學校心理輔導工作成果 臺南縣政府

3. 生命教育假期營隊

- (1) 成果：由教育部專款補助，98年度於本縣26所莫拉克風災受災學校辦理，共計辦理26場次，1,044人次參與。
- (2) 效益：結合社區資源，配合團體活動課程，經由團體體驗活動探討生命議題，進而建立真愛生命的正確觀念，並藉由參觀體驗活動，激發學生於風災後對「生命」的重視與珍惜。

4. 行政督導執行小組會議

- (1) 成果：依據教育部函示成立行政督導執行小組並召開會議，98年及99年至今辦理2場次，共計123人次與會。
- (2) 效益：會中檢討98年工作進度及執行情形說明、協調資源整合，並訂立99年度輔導計畫，確認風災寄讀、轉學及學生就學及心理輔導狀況，同時為勉勵各校輔導人員於莫拉克風災期間對學生心理輔導的努力與付出，由教育處簽辦敘獎以茲鼓勵。

主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災

災後學校心理輔導工作成果

正修科技大學

召集人：龔瑞璋校長
 指導委員：林烈利學務長
 輔導團領隊：辛宜津心理師
 成員：吳秉衛、黃筱喬、周品妤、周欣穎、董晏佑、李旺庭、
 賴依青、邱欣慧、劉家伶、陳韋潔

活動剪影



主辦機關：教育部 承辦學校：正修科技大學



莫拉克風災

災後學校心理輔導工作成果

正修科技大學

召集人：龔瑞璋校長
 指導委員：林烈利學務長
 輔導團領隊：辛宜津心理師
 成員：吳秉衛、黃筱喬、周品妤、周欣穎、董晏佑、李旺庭、
 賴依青、邱欣慧、劉家伶、陳韋潔

親愛的叔叔阿姨你好：
 你幫助了我們也謝謝你們，
 每天都可以安心的上學了！
 我們一定會好好用功讀書，有您們真好！
 我希望日後也像您一樣幫助別人，
 雖然不認識您，我要謝謝您！

老瀨溪畔龍興小學
 三年忠班邦怡純敬上
 2009. 11. 9

主辦機關：教育部
 承辦學校：正修科技大學

莫拉克風災

災後學校心理輔導工作有功之機關團體表揚典禮



莫拉克風災

災後學校心理輔導工作有功之機關團體表揚典禮

