

插角心園地--學生輔導經驗談:5月號



2017.4.25 學輔處

佐著梅之問梅醬的酸甜，冰涼透心甜的水番茄在金敏分校，讓老師們甜甜笑了，笑的原因不只因為暖心食物讓人不自覺軟化了教學的剛強，更重要的是心理師帶來的故事-撐傘受苦的母子故事，讓老師們心有戚戚焉。

一、嚴格對待他人的孩子伴隨著自卑情結

- (一) 自卑情結:個案媽媽來自於一個傳統的家庭，母子間的互動看不到彼此，母親捧孩子在手上，卻無法情感交流，這樣的孩子遇到壓力是大哭，遇到其他人是嚴厲，為什麼呢?因為「傘」是保護，也是一個阻隔。
- (二) 諮商過程:試著讓嫵嫵說出心情，過程中晤談的人冷靜不帶過度情緒，也趁機導引案主把心聲說出來，案主的哭泣代表「想討好媽媽的認同」、「想影響無能為力的現況」。
- (三) 如何協助這樣的孩子:
 1. 理解孩子的生活風格與「虛構目標」:例如，要求他人，才能讓自己平衡。
 2. 理解並補足孩子缺乏的發展經驗:例如，成長歷程缺乏人際互動，是否有不帶輸贏的互動遊戲，讓人漢人之間的交流不要劍拔弩張。
 3. 為孩子架一座橋，調整其「私人邏輯」:例如，練習從競爭性遊戲中走出來，包含畫畫接龍，這是讓「比賽」、「比好」的動機去除，引導孩子去享受與別人內在交流的經驗。
 4. 透過鼓勵，協助孩子面對挫折，累積自我價值感。
- (四) 孩子表現樣態:「打小報告」、「小組合作時的小霸王」、「媽媽過度嚴厲與冷漠」
- (五) 親子解套策略:母女一起去吃下午茶、從台北搬家到台中、鬆綁孩子考試標準。

二、個案討論-偷竊的孩子:先思考動機可能為下列何者

- (一) 物質層面需求
- (二) 人際層面需求
- (三) 尋求刺激
- (四) 尋求成就感
- (五) 抒發壓力
- (六) 家庭隱形壓力
- (七) 老二情結
- (八) 身體需求:無法自我控制

三、個案討論-資優生的情緒議題

(一) 家長:要能和孩子「享受陪伴」,而不只是訓練。

(二) 高道德標準、高自我期許的爸媽,難以面對孩子的不完美,造成懂事的孩子隱忍情緒而無法紓壓的孩子

三、延伸資源:「諮商拼圖實務」

(<https://www.facebook.com/%E8%AB%AE%E5%95%86%E5%AF%A6%E5%8B%99%E6%8B%BC%E5%9C%96-555246344628229/?fref=ts>)

《「界線」

真的好重要!!

今天在夢工作團體討論到這個主題

每個人的心裡都有一座堡壘

我允許某些人在堡壘外跟我對話

允許某些人可以接近城牆

允許某些人可以進入我的堡壘

允許某些人可以在我身邊

這個「允許」好重要也好有力量~

允許的背後就是拒絕

傳遞著我需要被尊重被好好對待~..

