

科目：輔導原理與實務

每週心得報告/日期：2016/12/26

學生姓名：黃于真

主修：外國語文學系

經過一個學期輔導原理的課程，我對於輔導有更深的認識，以前認為只是要鼓勵他人，輔導他人走向更正向的道路，以及教育他人待人處事基本的道德觀念，但透過講義以及課本的閱讀，我從中學習到溝通的技巧，像是講話或是詢問的方式，或者是事前需要做的準備，還有輔導諮商後的後續動作，都是不可缺少的。而我也了解現在學生可能會遇到的困擾，以及可能會受到的誘惑，我想，學到這些對孩子準備未來發展的危險因子，可以讓我再成為老師時，提前去預防孩子可能產生的偏差行為，像是對於藥物酒精成癮，甚至是被幫派勢力吸收，都是需要時刻注意的，也能夠用更溫柔的同理心，以及營造舒服放鬆的環境，搭配開放的問答方式，讓孩子更放心的說出自己感受，我也更能夠理解孩子心裡的聲音，而再閱讀書中內容過後，我也了解青少年時期可能遇到的生心理發展，像是孩子可能會因為各種因素導致早熟，但男女生的早熟又會發展成不同的狀態，因為了解了造成的因素，讓我更明白如何去推測早熟孩子會遇到的困擾，進而能夠給予適當的關心，達到更有幫助的輔導。

除此之外，我發現輔導技巧不僅只是為未來諮商孩子所準備，現在日常生活當中，倘若有親友遇到生活困難，或是心情複雜時，我都能夠給予適當的安慰，或者是幫助他們說出心裡的聲音，釋放累積的壓力，也可以將陪伴好友講心事的感受，當作一種學習經驗，因為輔導人員的存在，不僅是預防他人誤入歧途，還要幫助他人走出低潮，進而迎新的未來，是會影響他人一生的重要人物，因此需要做好完善的準備，也要調適好自己的心情，方能給予他人更正面的生活態度，最後，我想輔導諮商的過程，最重要的還有必備的同理心，當我們能夠站在他人角度為他著想時，便更能夠了解他人所需要的是什麼，不論是實質的幫助，或者是心情上的支持，都能更盡力滿足他人的需求，攜手一同迎向燦爛的未來。