



香港教育工作者聯會
Hong Kong Federation of Education Workers

優秀教師選舉

追求卓越

彰顯師德

賴俊榮老師
(關愛組)

香港道教聯合會圓玄學院第三中學

贊助機構：



商務印書館(香港)有限公司
THE COMMERCIAL PRESS (HK) LTD.

<http://www.CommercialPress.com.hk>



香港教育圖書公司
HONG KONG EDUCATIONAL
PUBLISHING CO.

<http://www.hkep.com>

學習快樂

序

根據艾理克森 (Erikson) 的「人生八階」中的第五階段「自我統整 - 角色錯亂」，指出每個人人生發展階段都會面對危機，需要重新調整自我，只是自我認同這方面在青少年時期顯得特別迫切。因為在此期間，青少年面對很多明顯的心理變化，因而令他們感到困惑。這階段的「自我認同」，有危亦有機，倘自我認同成功，危機會化為機遇；反之，自我認同失敗，青少年會變得迷惘，無所適從，甚至走入歧途。

因此，青少年的輔導工作尤其重要，對學生而言，在自我認同的過程中，若老師能提供適當的協助，對他們的成長有很大的作用。老師應適時讚揚學生的優點，強調他們的進步，及用心的對待他們，將他們所遇到的危機化為機遇，定必有助他們日後的發展及成就。

以下是我處理過的一個輔導個案，希望個案中的同學真的能重新認識學習與生活的快樂之源。

個案

(一) 個案資料：

人物：黃同學

性別：男

年齡：14 歲 (中三學生)

程度：有「讀寫障礙」及情緒失控問題

(二) 家庭背景：

黃同學與父母及哥哥同住，家境小康。父母均關心黃同學的學習進度、校園生活和生活狀況是否理想。黃同學的哥哥不太懂得控制自己的情緒，與黃同學關係欠佳，兩人經常因小事而吵架，甚至打架。

(三) 行為特徵：

黃同學除有讀寫障礙 (Dyslexia，是「特殊學習障礙」的一種) 外，還有情緒失控的問題。而他的行為特徵如下：

- 本性善良，有禮貌
- 性格偏激、固執
- 極情緒化，會因一些細微的事而變得歇斯底理，哭得聲嘶力竭。
- 滿口歪理，亦常鑽牛角尖，將問題扯到無相干的事情上。
- 會自殘身體
- 將問題誇大或甚扭曲
- 常處於不開心狀態，自我形象低落

(四) 個案起源：

黃同學在本校已就讀三年，平時上課欠積極，不太留心，常欠功課。他有讀寫障礙，寫字歪歪曲曲，常有錯別字，但基本的文字敘述及數學運算問題不大。他與同學相處欠佳，不懂與人溝通，但不會做出傷害別人的行為。班主任及科任老師有跟進他的學習及行為上的問題。

學校輔導組決定把黃同學歸入輔導個案之一，是因為於中一級學期初，黃同學在操場內與其他同學有不必要的身體碰撞，他當時情緒失控，除了不停哭泣，還嘗試用頭撞向牆壁。當值老師立即要求輔導老師支援，從此輔導組決定跟進此個案。

(五) 主要問題敘述：

黃同學的問題主要包括以下各方面：

1. 個人方面：
2. 社交方面：
3. 家庭方面：
4. 學習方面：

以下我將會逐一闡述黃同學的問題，及提出我在進行輔導工作時的處理的方法及應變策略，最後總結一下輔導成果。

1. 個人方面：

問題：

黃同學的情緒管理能力非常弱，往往在未能解決的事情上先以發脾氣或激進的方式去「解決」，結果造成更大的問題。而黃同學在情緒失控時，會以很多似是而非的歪理去反駁或攻擊別人；很多時會因與家人發生爭執後而情緒低落，回校後就借題發揮。他經常表示自己不開心，自我價值低，認為自己沒有用處，更曾有尋死的念頭。

處理：

- (1) 教曉學生冷靜面對問題：向黃同學解釋發脾氣並不是解決問題的辦法，應以正確的方法及態度處理不如意的事情。例如，在動怒前先給幾秒讓自己冷靜、深呼吸數次，先控制好自己情緒或找合適的老師求助。
- (2) 引導學生表達所思所想：讓黃同學明白心平氣和跟老師解釋及說出心中想法的重要，好讓老師或其他同學明白他的感受。
- (3) 多聆聽、多溝通、多關懷：黃同學常以歪理去反駁別人，也會對社會作出很多不設實際的控訴。因其固執、偏激的性格，往往令別人無法跟他溝通，因此，我會多與黃同學傾談，用心聆聽他的想法，讓他知道他不是孤單的；並藉每次機會，向他灌輸正確的觀念及價值觀，以解除他心中的鬱結。
- (4) 尋求專業協助：由於黃同學經常誇大或扭曲事實，或說話前言不對後語，我們也擔心他在精神上出現問題，故不敢怠慢，透過社工的安排，要求母親帶他約見精神科醫生，尋求更專業的協助。
- (5) 以愛換愛：黃同學經常表示不開心，未能受到別人的關顧及肯定，覺得生存在世上沒有意義。作為老師，我們可以多些跟他分享自己的見解、人生經驗及經歷，教導他如何以正面的思想去觀察、了解、感受這個世界，建立完整的人生觀，去尋求快樂、人生美好的人與事。「快樂學習」及「學習如何快樂」，就成為我和他的共同目標。

結果：

經教育心理學家作評估後，黃同學診斷為有讀寫障礙，但醫生則判斷黃同學沒有顯著的情緒及精神問題，不需要接受藥物治療；並建議他需要接受適當的輔導，特別是處理他情緒上的問題。

起初黃同學仍不懂得控制自己的情緒，經過上數十次的輔導後，情況已有顯著的改善。我們多次的交談、互相分享後，黃同學已漸漸嘗試控制自己。他表示現在已懂得提醒自己在想發脾氣前，先給幾秒自己作冷靜；而且學會表達自己，勇於跟他人溝通，漸漸改善了跟同學的關係。

黃同學初時每星期起碼發生一至兩次情緒失控事件，現在雖偶有狀況出現，但發生的頻率已明顯下降。雖然黃同學仍會對身邊的人、事物有所不滿，但再不會像從前一樣以破口大罵的形式發洩出來，反而懂得自動尋求輔導老師的協助，耐心地跟老師傾談，詢問老師的意見，更與老師建立了良好的師生關係。

在我們共同的商議下，黃同學每天都會在上學前看一些有趣的短片，先讓自己心情輕鬆、愉快。同時，經過與輔導老師的傾談，他找出了自己的強項：數學及物理科方面及有禮待人，從而肯定自己，解開心中的鬱結。希望引領黃同學向「快樂學習」邁進一步。

2. 社交方面：

問題：

黃同學經常與同學，甚至老師發生衝突，也因為情緒時常失控而導致與其他人的關係欠佳。他曾受同學欺凌，但未能妥善處理，例如只會啞忍，但卻以自暴自棄、亂擲東西，以及自殘的方式發洩，導致與班內同學的關係惡化。更甚的是，他有時又會欺凌弱小的同學，來作出反抗，令情況更惡劣。

處理：

- (1) 耐心聆聽、細心講解：平靜學生的情緒後，耐心聆聽學生的想法，了解他與別人衝突的原因。他多是怕因自己違規而受罰，卻不願承擔後果。老師就必須公平處理事件，最重要為學生分析對錯，讓他知道知錯而能改的可貴。
- (2) 學習從別人的角度出發：讓他站在別人的角度看事情，了解別人的想法，將心中的誤解及偏見改正過來。建議他如何找合適的同學作伴及教導他社交技巧，擴闊他的生活圈子，從而改善他的社交問題。若他真的做錯了，我每一次都會要求他向別人道歉，好讓他明辨是非，承擔責任。
- (3) 教導他正確處理被欺凌的辦法：向他解釋以自暴自棄、亂擲東西、自殘來發洩是於事無補的。他應立即尋求老師的協助。當然，老師必須積極跟進他的個案，必須取得互信的關係。若有同類事件發生，好讓他懂得如何處理。
- (4) 賞罰分明：在他欺凌弱小同學方面，嚴厲的跟他清楚說明這是違規的行為，並給予適當的懲罰，以起阻嚇之效。之後，定出具體的規則以供遵守。最重要的是協助他們事後溝通，同時讓他明白「己所不欲，勿施於人」的道理。

結果：

黃同學主要的問題是不懂得站在別人觀點上看事情。我們多與他傾談，讓他認識多角度的看法，已漸見成效。他不再容易與別人起衝突，也開始有固定的朋友，社交發展穩定。

他被欺凌的情況也見改善，現在若遇到不公平的對待，會先找輔導老師商討，而不是用其不當的方法解決。他也沒有再欺凌弱小的同學了。

擁有良好的同儕關係，才可讓學生「快樂學習」，希望黃同學改善與同學的相處，有一個健康、愉快的學習環境。

3. 家庭方面：

問題：

黃同學與父母及哥哥同住，家境小康。父母均很關心他，對他的學習及生活情況都很關注。他與哥哥關係欠佳，經常會因小事而吵架、打架。他覺得父母是偏幫哥哥，故此常常感到不快。

另外，我發覺黃同學似乎在仿倣父親，無論在言語、思想及行為上都極為相似。黃同學曾因成績不理想而被父親體罰，嚴重影響他的情緒。而父母的處事手法不一，更令學生感到無所適從。

處理：

- (1) 加強兄弟的溝通：讓黃同學與哥哥了解彼此的想法，讓他們明白「本是同根生，相煎何太急」的道理。與學生一起約見家長及哥哥，協助學生說出心中的想法，望家長能正視問題，調解兄弟之間的糾紛。
- (2) 高度關注學生被父親體罰的問題：定期約見黃同學的父母，清楚表明不應以體罰教導學生，因為這除了無助教導小朋友外，還會為學生帶來負面的影響，更有可能因此要負上刑事責任。希望他的父親以正確的方法關心黃同學。

(3) 協助父母明白兒子的需要：黃同學常表示對父母的不一意見感到無所適從。我們會定期約見他的父母，希望他們明白在處理孩子問題前，能彼此達成共識的重要。要讓學生有所適從，擁有一個和諧的家庭生活環境。

結果：

雖然兩兄弟仍會因一些事而爭吵，但情況已較去年有所改善。學生反映爸爸再沒體罰他，改為循循善誘的跟他傾談，不時作輔導，父子關係變得更好。父母亦已加強溝通，在處理學生問題上處理一致。

學生家庭生活愉快，憂慮減少，負面情緒得以改善，可好好體會「快樂學習」。

4. 學習方面：

問題：

黃同學有讀寫障礙（Dyslexia）。據中文科老師表示，學生做功課多馬虎了事，例如寫作要求字數三百，他往往只能寫五十左右；字體歪歪曲曲，常有錯別字，學習能力及專注力偏低。我們明白他在讀寫方面有障礙，但仍鼓勵他盡力而為。

學生偶爾會樂於服務，但部份時間卻未能遵守課堂規則，甚至情緒失控，嚴重破壞課堂秩序。

處理：

(1) 跟學生一起訂定獎罰規則：每天均由本人巡查課堂及詢問老師意見，若學生於課堂表現不佳或不合作，將會得到相應的懲治，例如罰留堂一天；但若學生表現理想或有改善，就可得到獎賞，例如跟他他到校外午膳。

(2) 尋求專業協助：測試學生的學習能力方面，先利用何萬貫教授的《香港中學生中文讀寫能力》作初步評估，並轉介教育心理學家作正式評估。

結果：

學生漸漸能跟一般學生一樣正常上課，情緒嚴重失控的情況不見了。雖然他的能力所限，但我仍教導他的一些簡單作文技巧，改善他的文章結構。

經教育心理學家正式評估，除證實他有讀寫障礙外，也有類似亞士保加症的病徵，需要作更深入的評估。我們於現階段，已為學生作出學習上的調適，例如家課方面，盡量避免多抄寫的功課；考試方面，除安排特別課室外，亦會為他加長考試時間及放大試卷。

同時，我們已跟各科老師達成共識，上課時會給予他更多的引導、關注及體諒。我們希望幫他適應學習上的困難，也可以慢慢增強他學習的信心，讓他真的走上「快樂學習」之路。

總結

在家庭中，黃同學對其父親嚴厲的管教模式不滿，但又不敢正面表達自己的情緒；相反，在學校中，黃同學感到自在及安全，因此容易不恰當地借故宣洩自己的不滿之情，來釋放平時積壓已久的忿怒、怨懟。而老師對黃同學的評價又會激發父親的責備，形成一個惡性循環。

在輔導的過程中，我清楚知道黃同學的個性主觀，思想固執及情緒負面，同時，也不容易相信別人。起初他會基本假設每個老師都只會罰學生，不會耐心聆聽他的需要及意見。所以他對不大熟悉的老師十分抗拒，更會負面標籤曾懲罰過他的老師。但他會善待曾幫助他，耐心聆聽及接納他意見的人。久而久之，我和他的關係愈來愈密切，也成為了他信任的人。

有人說：「輔導最重要的是過程，而不是結果。」我不知道黃同學之後的成就會是怎樣，我只知道黃同學現在很努力的在適應，在尋找生存空間，在這個充斥着未知數的世界盡能力的生活着。我深信只要我們多去關懷他、陪伴他、鼓勵他，讓他感到他並不孤單，他一定能突破自己，展翅翱翔，尋找他快樂的天地。願與黃同學、所有同工共勉之。

傑出的輔導老師-----賴俊榮

賴俊榮輔導主任是位盡責，關愛學生的老師，他差不多每天都與學生共進午餐建立良好的師生關係及以此自然模式作機會介入輔導學生，好讓學生減少心理負擔，易於接受輔導。

我不知道賴主任的輔導技巧有多好，但可肯定的是他以生命影響生命，很多時當學生遇上困難時，賴主任會細心地聆聽，與學生一起分擔及指導學生如何面對，好讓受助對象對自己有更多的了解。

另一方面，我欣賞賴主任為了更有效幫助學生，他會經常主動向本人尋找專業意見及商討學生情況。

更難得的是賴主任每天都會發放電郵---『關愛語錄』給全校老師作鼓勵，推動關愛文化，使更多老師能加入以生命影響生命的行列。本人十分高興能與賴俊榮輔導主任在同一天空下一起面對具挑戰性的輔導工作。

香港道教聯合會圓玄學院第三中學

駐校社工吳永坤



29-4-2010

~~這三年我改變了很多~~

這三年我在各方面改變了很多，在個人方面以前經常發脾氣現在發脾氣減少了，因為懂得控制情緒。與人相處都有改善起初因為發脾氣，所以很少朋友，現在已經找到知心友了。在家裏之前我的爸爸經常打我，現在我和爸爸可以溝通了，爸爸也沒有打我。在我的成績上我找到我的長處，我的長處是數學和物理。希望日後可以做會計師。

我之所以有這樣的改變，是因為賴sir的輔導，常常和我談天，教我解決問題和控制情緒，叫我從正面看事情才能快樂。感謝賴sir的教導。

黃繼承