Subject 關懷天使心得感想

心理三 / 陳宣安

行前訓練

在真正的帶領班級輔導和團體輔導前，我們接受了一連串的訓練，從助人倫理、破冰、青少年發展和輔導、同理心等，其中包括我們爲什麼要助人？爲什麼要幫助那些我們這輩子可能只見過一次面的學生？以及當我們在助人時問題該怎麼解決？如何和青少年們相處？甚至還需實際一次又一次帶領的模擬輔導。等我們寫好教案，還要試著實際當領導者上台帶領班級、團體。但對我來說，我覺得不論多完美的理論，與經驗傳承，又或是模擬當時的情況，我都覺得不夠，都無法讓我們真正的體會到當上領導者，帶領班級輔導或是團體輔導時那種深刻的感受。

實際帶領

到了實際帶領，我們所學所做就要正式“上戰場”了！首先先進行班級輔導，面對的是一群國一生，學生狀況真的和我們預期的有很大的落差，沒想到他們既活潑，又很積極的參與活動。而當我站在台上時，我才知道面對台下的混亂，實在無能爲力，站在台上對台下的學生之上課態度，也看得一清二楚，有人就是安安靜靜的，有人則是不安分。而當有學生擺明不想加入討論並轉頭離去時，真讓人感到很喪氣，但看到部分學生認真討論，並快速想出方法，讓我覺得很不可思議。不過，不管當時上課有多挫折或有不愉快的經驗，現在回想起來都是美好的回憶，也許當下會感到失落與氣憤，但是他們真的是一群很純真的孩子，所反應出來的往往都是最真實且直接的一面，我們這群大學生面對他們的直接也許會感到很唐突，但回憶當初國中的我們就是這個樣子，也是從毛頭小子慢慢的一路長大，在他們身上多少可以看到自己當初的影子。那種感覺稱不上是欣慰，一路走來我體認到同理心，同理老師帶領我們時的辛勞，同理學生的我們也是坐在台下大鬧，或是認真聽講的心情與態度。

接下來的團體輔導，事前已得知我們要帶領的是六個大男孩，是讓學校有點頭痛的學生。即使這樣，我們也不會先入爲主的認爲他們是壞孩子，當我正值國中生時，也認識學校所謂的壞孩子，但是，其實他們可能是被誤解了。我們是抱持著正面的想法參與團輔，事後證明我們是對的。在團體中，常會進行一些認識自己與他人的活動，希望帶給他們正向的鼓勵，並對他們永遠保持樂觀。這幾次團體輔導下來大家心中充滿了感動，當有人願意且真正的相信他們都是美好的、善良的，不論他們是否在團體外做所謂的壞事，而被歸類爲壞孩子。我們帶領團體的真正精髓，就是讓他們重新面對自己、燃起希望，讓他們知道並不是所有的人都否定他們，這個社會還是有人相信他們是善良的。在團體輔導中給我很大的感動，如果可以達到相同的目標，那爲何不多用鼓勵的話來表達，我們的一個小動作，在他們心中多少引起了漣漪，但對我來說只不過是再平凡不過的舉動。

心得與期許

經過這次關懷天使的經驗，我體驗到有些事情的確需要實際執行過才能明白其可貴，平常上課的理論都不比上實際的經驗，當老師上課時，常常問我們有沒有帶領團體上的問題，而問題還真不少，只是不知道如何跟老師提問，而那些問題總是沒完沒了，因爲我們面對的是“人”，很多事情沒有絕對的答案，別人能給的只是經驗談，如何達到完美，還是要自己嘗試過後才能明白。

最後，我期許自己可以成爲絕佳助人者，不論是在輔導或是日常生活中，我們往往無意間冒犯了別人而不自知，比方說我有時所表現的關心，在對方眼中耳中卻是種冒犯，也曾經詢問團體中的成員，才發現其實我的關心對他而言是不好的回憶，感激他原諒我當時的無知舉動，沒有表現出被冒犯的樣子，但我對他仍有所虧欠，因此我要更加警惕，期許自己達到幾近完美的助人者。