

一輩子受用 值得珍藏的禮物

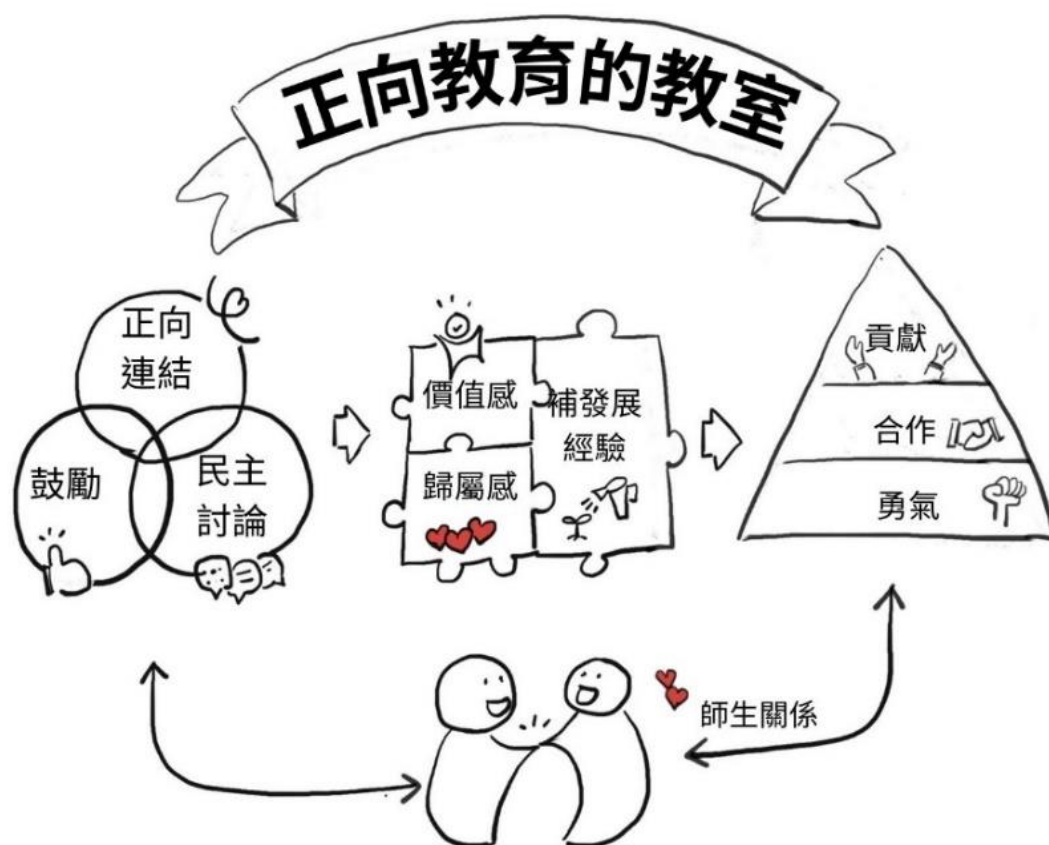
很難相信自己竟然順利完成了兩年的學習，回顧學習的點點滴滴，每一個篇章都有我對於學習的熱情和承諾，看著那一頁頁的畫面，感覺彷彿參加了一個潛能開發班。

真的很感謝 MOXA 心源教育基金會和曾端真老師對於教育的投入，帶著順聰老師、柏嘉老師、瓊玉老師、珮瑜老師和柏瑜老師等講師用心的引領我們在校園耕耘，想到每一個老師認真的身影，有許多的感動和感謝。

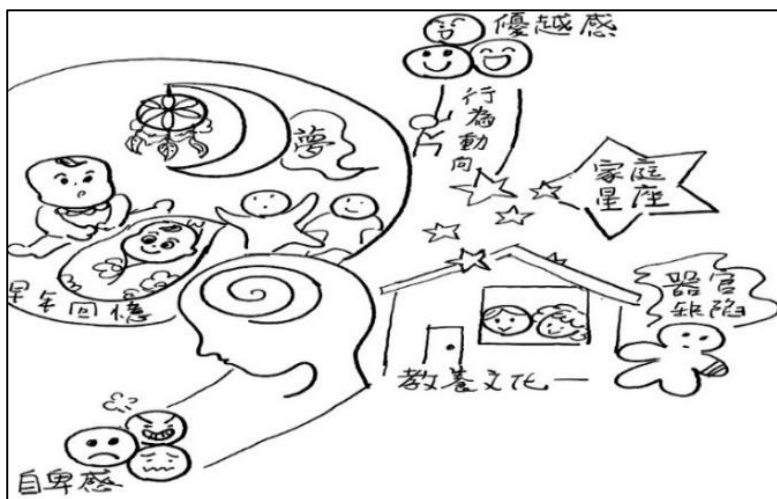
在這個園地裡，每位講師運用各自專長和經驗，帶我們領會阿德勒理論如何落實在校園裡，曾老師教我們溫暖的靠近孩子、柏嘉老師教我們善待氣餒的父母、珮瑜老師教我們當個耐心的老師、柏瑜老師教我們帶孩子前往未來、瓊玉老師教我們陪孩子迎接挑戰、順聰老師教我們品味阿德勒理論的層次之美。

慢慢的，這些學理也成了自己在校園輔導工作的依循：

1. 孩子的未來是成為具備社群情懷的人：阿德勒的理論指出教育孩子的目標在於培養社群情懷，正向教育的課程繪製出教育孩子的藍圖，陪伴我們運用正向連結、鼓勵和民主討論的方式，提升孩子的歸屬感和價值感，補足缺失的發展經驗，一步一腳印的搭橋培養孩子勇氣、合作和貢獻的能力。



- 2.正確的教導來自於正確的理解：阿德勒全人觀的視野幫我更懂困難的孩子，所有的行為都受到生命風格的引領，所謂的問題行為都只是自卑感趨使的補償行為。孩子因何而氣餒，奮力追求或躲避的又是什麼，唯有解開這個謎，才知如何脫困。
- 3.關心人先於行為：孩子接受教導的前提是能放下保護自我的武器，身心柔軟了，才有能力看到不同的可能性。老師要能克服自身的限制，當個溫暖好親近的大人，穿越行為的屏障，先關心孩子這個人。



教育孩子需要愛也需要知識，很幸運在這園地裡學習一個老師努力為得是什麼，並且懂得老師的價值之所在——老師，可以讓每一個孩子都看到自己的價值，創造舞台讓孩子發揮潛能；老師，可以幫孩子犯錯時依然看到自己的好，帶著勇氣改變；老師，是「遲來的母親」。

班級經營是師生社群情懷的展現，在校園輔導的各個系統合作，社群情懷也是重要的元素和目標。這兩年，我除了將學習應用在輔導工作，也把知識帶回校和同事們一起共學，在這一路的實踐裡，困頓時，有講師們的殷殷提點，困惑時，有曾老師的細細說明，阿德勒學理知識對人的幫助，在實務經驗裡一再得到印證：

一個從小偷到四年級的案主，透過典型的一天敘說積累已久的情緒後，不再用偷竊來滿足對愛的匱乏感，漸漸看到父母不只疼愛妹妹，也在用他們的方式愛她，我了解到「關心人先於行為」可以滋生改變的勇氣。

剛上完柏嘉老師的家長諮詢，就接到因案主再偷竊而感到氣憤無助的母親來電，老師那句「孩子的錯不代表父母不夠好」支持我告訴媽媽孩子出現的行為無損於她的認真，表達我看到她對孩子的用心付出，懇求她不要責罵孩子，也幫她理解到孩子對於自己維持那麼久卻再次犯錯，心裡也會覺得好挫折，如果我們在這時候罵她，她也會對自己失去了信心，將來要教就更困難了。事後得知媽媽掛上電話後餘怒未平，但卻是對孩子說：「去洗碗啦！」我相信家長對孩子能有所理解，總能漸漸找到教導的方法。

曾老師溫暖人心的鼓勵，最是讓人觸動，我也常學起來送給孩子。有一次案主的導師驚訝的問我做了什麼，讓調皮搗蛋的孩子回教室後變得那麼溫柔，他知道老師感冒，站在老師

旁邊提醒同學不要來吵老師。其實那天聽到他主動打電話提醒離婚住在遠地的爸爸開車要小心，我回應他的是「你是這麼貼心的一個孩子，有人知道嗎？」案主看到自己的貼心，願意做個柔軟的人。

處處是班經

對一個專輔而言，整個校園都是專輔的班級，有些案主的困難需要導師調整班級經營、有些導師諮詢也會牽涉到班級經營、有些導師討論自身壓力時，班級經營仍需納入考量。學習的這段期間剛好有機會組社群，透過社群學習，我和伙伴們一起凝聚合作共識，預防孩子的教導變困難，營造師生共好的班級。

社群源自於想找伙伴共學共好的想法，我在輔導端看到努力認真的導師困在孩子層出不窮的行為裡，也擦拭過孩子因為不被理解所流的淚。在自己的工作中，面對轉介到二三級的輔導個案，每一個都不是容易的，但如果有幸合作的導師能一起理解孩子的困難，找尋解決之道，總是能很快的迎來曙光。在一個偶然的機會下，想說與其等待一個有共識的老師，不如在平常跟老師們一起學習，建立共識，於是設法寫社群計畫，建立社群平台，而我也開始梳理所學，分享給伙伴們，伙伴們的鼓勵讓我樂於分享，越分享就越懂阿德勒理論在校園的實用之處。

從評價到理解

很感謝曾老師到校園擔任社群講座，我們在一個又一個的校園故事裡知道評價對一個孩子學習的阻力，也感受到理解帶來的助力，曾老師教我們如何從關心人出發，溫暖引領困難的學生回到教室，簡短卻深刻的一席話讓社群伙伴有一個明確的願景，在近一年的社群聚會裡，「看見孩子的好，就不用擔心他的壞」、「關心人先於行為」、「對的事要帶著對的感覺做」等金句仍常出現在討論中，聽懂了就了解回到班級中實踐的方向，而孩子和家長的改變和回饋就是對伙伴們是最好的鼓勵。在社群裡，我看到伙伴們因著對學生的付出所帶來的改變：

1.改變的勇氣

資源班有許多孩子的教育著重在行為的訓練，獎懲是常見的應用機制，而這和阿德勒的合作精神卻是有所矛盾。然而，對於師生關係而言，重要的不是要不要用獎懲，而是老師帶著什麼樣的心態和方式來實施。看到資源班霽婕和婉瑜老師認真的討論如何鼓勵困難教導的孩子，對待孩子展現的熱忱和付出，要不要有獎懲制度就不是我們需要擔心的。

資源班的婉瑜老師對孩子的理解和改變的勇氣，令我十分佩服，她很擅於發揮創意引導孩子，過往我們有許多合作，曾有位學障的孩子很怕挫折，被提醒時常會生氣鬧情緒，我們討論孩子可能是怕犯錯，覺得自己不是好孩子。婉瑜老師便會在他有情緒時對他說：「你擔心老師覺得你不是好孩子是嗎？老師沒有覺得你不好，你還是好棒的孩子」，平時上課也會在桌旁放孩子最喜歡的左手香。有一天，在老師報讀考卷後，孩子在白板上寫：「老師謝謝，你辛苦了。」

老師的話像左手香一樣，淡淡的香有著療癒的力量，孩子多了些柔軟看到自己的好，也

能表達出柔軟的感謝。這個孩子一開始其實連玩遊戲都怕輸，躲在盔甲裡窺視世界，慢慢得感受到老師的善意，學著表達對人的感謝，接著能勇敢面對痛處，向老師說出「我不會」，漸漸得開展觸角享受學習的樂趣，進而跨足接受挑戰當「說書人」。

我覺得婉瑜老師就像溫柔的太陽一樣，讓緊抓著盔甲的孩子能鬆手，不需那麼強力的保護自我。

有一次與她討論鼓勵為何對部分孩子無法發揮作用時，發現獎懲機制的限制，她便改變做法，將扣點機制取消，改為讓小組成員各自選取適合能力的任務，固定時制給予正向行為貼鼓勵卡，孩子們做符合自己能力的事，在練習中感受到成就，孩子的困難行為跟著減少。我們都很受鼓勵的把這間教室命名為「沒有犯錯的教室」，在這裡，犯錯只是還沒學習好，所以不會有處罰，老師只是提供鼓勵，幫助孩子看到自己有做的部分，以及可以更好的自己。

她回饋說在討論裡最受用的是對孩子的理解，看到孩子抽課出來個別教導都已經那麼困難了，可以想像他們回到班上跟隨其他課程，是多麼的不容易，光想到他們在一整節聽不懂的狀況下待在教室，就覺得這是多麼令人佩服的事呀！他們常是因為聽不懂、難以投入學習而出現分心的行為，不是不守規矩的壞孩子，他們需要更多的鼓勵看見自己的好。

2.從嚴厲到說愛

三年級的碧凰老師也是我在社群裡很讚賞的伙伴，她會積極的將社群所學實踐在教室。我常讚賞她對孩子的愛，她說自己曾是嚴厲的老師，我沒看過她口中的嚴厲，然而，因著個案的合作，社群的共學，看到是她對孩子很會說愛。她會慷慨的分享班級中各種愛的故事給社群伙伴，在聖誕節時，她努力的寫給班上每位孩子卡片，絞盡腦汁的避掉包裝期待的鼓勵；也曾費心評估一個孩子的聲符困難，一次又一次的鼓勵她重學聲符，孩子在考卷上自己寫聲符輔助，每一題都耐心的比對，看到她考卷上描得粗黑的四聲符，我們都好感動她是這麼的努力想要學好。碧凰老師像遲來的母親，陪著她長出學習的毅力，也讓放棄的媽媽看到希望；此外，對於人際困難、與同學常有衝突的孩子，老師從他願意抽出衛生紙給同學開始鼓勵，慢慢帶他發展與人合作的能力。我從碧凰老師身上也學到，如果我們願意留心，孩子永遠有值得鼓勵的亮點。

在社群平台裡，她很大方的分享她的體會：

老師是一個特別的行業，雖然行外的人總是說我們朝九晚五，每天過著非常規律的生活。但是身為老師的我們，卻深知每天都要面對不同的孩子，每時每刻都有不同的挑戰。學生是我們壓力的來源，煩躁的開端，但孩子們也能給我們能量，讓身為老師的自己知道哪裡「可愛」，也要看見孩子們的「可愛」之處。

小E寫字總是非常隨意，如同他的名字一樣，非常飄逸，常常提醒他，軟硬兼施，但也不見好轉。偶爾會覺得很氣餒，為什麼孩子都不了解老師的苦心？但常常被提醒的他，卻在卸下作業長職務之後，趁著到教室後面丟垃圾之際，看著我堆積如山的作業，過來順手幫我整理，打開書本整齊的堆疊在我的桌側，並把我批改完的聯絡簿順手發還給同學，就這樣來

來回回，他幫我把辦公桌清空了一些。這是他對我的愛，雖然他還是很難把字寫好，但他仍然用他自己方式來愛我。讓我知道我可以被他所愛，在乎，並付諸行動！

在生活中找到一些孩子們的「可」「愛」，才能讓自己有源源不絕的愛來反饋他們！所以我常稱呼孩子們為「親愛的」，也提醒自己無論此時此刻，他讓身為老師的我們產生了多少困擾，他還是會愛你，因為你愛著他！

共勉之，未來還有二十年的路，讓我們一起被愛與可愛！

參加這個課程也擴展了我對於校園輔導的認識，專輔不是只在遊戲室裡陪孩子，而是積極與系統連結的合作者。這些時日以來，有導師主動諮詢班經、有家長會詢問教養、學校也在議題滿檔的週三進修裡擠入班經和輔導研習，我感受到校園對於如何理解孩子的重視。

從硬用到應用

記得上課的第一天，台上有著琳琅滿目的班經活動，我在台下看了很久的熱鬧，腦子裡也有著喧囂吵雜的疑惑，甚至想輟學，不是講師講得不好，而是以為班級經營是我這個專輔的過去式，我看不懂班經和自己的關連，感覺好像跑錯場了。幸好曾老師的關心讓我安頓許多，在往後的督導課，越聽越覺得津津有味，我在別人的班級有時重溫班級的美好，有時也反省曾犯的錯誤，同時，也懂了阿德勒理論中正向連結、鼓勵和民主討論在輔導和班經的落實方式。

校園實踐的一開始並不確定如何將課程中的知識帶到輔導工作中，我嚐試帶方案進教室、也陪導師自行運用、最後走回自己熟悉的輔導場域，也在社群找到自己可以發揮的位置。學習鼓勵的路上，不斷收到別人的鼓勵，我也在鼓勵聲中看到自己的成長～案主、家長和社工回饋讓我發現只要認真運用所學，就能找到希望；校長和主任的肯定，以及老師們的回饋也讓我懂得輔導工作不是切割式的分工，而是在各自的角色盡己之能，在合作的機會裡貢獻己力，在遊戲室和班級帶著一致的方向，鼓勵孩子朝著社群情懷前進，發展勇氣、合作和貢獻的能力。

前行的力量是合作

在這個園地裡，講師們對於阿德勒理論的解說和應用，讓我在眾多理論中找到定錨，過往喜愛學習各家各派，但運用在校園這個龐雜的系統中總是感受到理論的有限性，校園輔導的每一案除了孩子，還有周遭許多不同系統的大人，因為孩子是系統中最弱小的一份子，我以為專輔的工作在於改變系統，為案主找到喘息的空間，當時的輔導藍圖是一個人撐開家庭和學校系統。學了阿德勒之後，工作藍圖修改為和案主以及系統中的所有人牽手合作，專輔需要和系統合作，看到案主的優勢、補足缺失的發展經驗、讓案主順利回到班上、幫案主與家長找回關係裡的溫度。遇見阿德勒讓我有一個清晰的地圖，眼前的談話者都是需要建立連結的合作者，每一刻的思考都是如何促進合作。

在正向教育裡不斷提醒我們的是跟孩子建立正向連結，提升歸屬感和價值感，在遊戲室裡的老師和在教室的老師，對孩子的目標是一致的，因此如果一個孩子轉介輔導，老師跟專

輔都能建立合作共識，孩子是可以很快就穩下來的，如果又能取得家長的合作，一起調整對待孩子的方式，那麼孩子一定會越來越好的。曾有家長反應不只有和轉介的孩子關係變好了，和另一個孩子的親子關係也跟著改善；也有孩子在結案前說爸媽有了大改造。兩年的學習下來，對於自己的工作角色有種踏實篤定的感覺。

課程有許多教我們如何傾聽理解的方式，在故事裡聽懂別人，在故事裡理解自己，原來「故事即人生」是可以非常日常的應用。特別是每次聽完曾老師的講解，就如同上了一門人生智慧學，總覺對人對己好像懂了些什麼而變得輕鬆，心裡變得柔和，關係中的自己也變得好相處。

幸福是創造不同的可能性

北上參加課程也常是我和先生的出遊日。有一天在天氣酷熱、人潮擁擠的淡水廣場上，兩人拿著點心想找一個舒服的地方坐下吃東西，晃了老半天都未能找到共同滿意的地方坐下，在尋覓的過程中，好不容易才聽懂原來我們對於「舒服」各有主觀，先生覺得坐在廣場上，不用擔心疾病傳染和樹上的鳥屎才是舒服；而我覺得坐在樹下，不用曬到太陽才叫舒服。聽懂了就知道如何找方法，後來，先生選擇坐在艷陽下的水泥廣場，而我坐在遙遠的樹下蔭涼處，各自坐在舒服的地方共享美食，這畫面現在想起仍覺得有趣，但更明白的是，原來，兩個心裡不舒服的人不管靠得多近都不會舒服。先生安心吃完食物後，也才能安心地坐在旁邊陪我，炙熱的陽光下，兩人心平氣和的用餐，是一種幸福。學了阿德勒以後，我發現人生幸福的祕訣是懂得每個人都有其主觀性，沒有所謂的對錯，「萬事取決於觀點」教會了我，不同意見不等於對自己的否定。先生可以有自己的選擇，而我不會因為他的喜好跟我不同而感到受傷，接納一個人的主觀性讓關係更美好，正如同共創這故事的先生看完這段書寫後，把標題的「接納」一詞改為「創造」，我覺得也挺好的。

幸福是在關係裡感受溫暖

理解讓人變柔軟，柔軟可以滋養關係。這段時日以來，舒服的跟在媽媽一旁話家常，是另一種幸福。

前一陣子因為爸爸的離開，生活多了許多變動。面對新生活，媽媽還沒準備好，面對生理上的退化，媽媽也很不熟悉，許多變動讓堅強的媽媽多了許多抱怨，面對事事不順心的媽媽，我也覺得很陌生。她的唉聲嘆氣總能挑起我怕她不滿意的神經，每一聲都彷彿在斥責自己是個很糟糕的女兒，我得要穿過這些刺耳的聲音才能靠近她，但有好多時候是落荒而逃的，回家的路上都是在消化那些滾燙的情緒，自我覺察的練習帶我緩緩梳理情緒，慢慢的看懂心裡的痛點，漸漸的可以勇敢靠近，可以鼓起勇氣聽清楚媽媽那一聲聲怨裡面的氣，可以舒服的陪伴她。

少了抱怨，就多了分享，有一次看到媽媽在日照課程的個人檔案裡用各式圖片和照片拼貼出她的生命經驗，一旁寫著她口述的文字，「背著孩子奮力工作」是媽媽最深刻的畫面。我和姐姐雖然鬧著她說要留做傳家寶，但內心是很觸動的，感動之餘也才驚覺，一直在學聽故

事的我，從來都沒好好聽媽媽說故事，平常的陳年舊事總是不以為意的聽過，看到有人陪媽媽整理生命故事，除了感謝，也提醒自己要多些耐心聆聽。某天在閒聊時，媽媽特別有感的談起過往的生活，我陪在一旁聆聽，我聽懂媽媽人生的寫照是「打拼」，也謝謝媽媽的「打拼」成就了現在的我，那一次談話有股暖流在我們母女之間，舒服的關係裡有溫暖。

記得第一次上完課程後，仍不太了解帶回的滿滿行囊究竟是什麼，兩年來，我發現行囊裡持續累積存放的竟是一個個禮物，一輩子受用、值得珍藏的禮物。