

## 人人皆是校園心理衛生守護者

劉威成

### 校園問題是學生整體裡各部分失功能之警訊

校園心理衛生的工作者必須認知到：「學生問題多半已經存在一段時間，只是我們現在才看到顯現的一部分。」我將工作中接觸過的學生問題做最粗略的分類，歸納為：課業學習（缺乏學習意願、學不會、興趣茫然）、關係相處（同學、情侶、師生）、家庭議題（弱勢家庭、原生家庭創傷、原生家庭互動模式重現於校園人際）。以上三者間可能獨立存在，也可能共伴而生。例如：課業學習不佳的學生很可能來自弱勢家庭，缺乏足夠的學習後盾與資源，長時間處在學習不利的位置，若其它部分沒有補牆的能力，那麼在人際中便容易低自尊，無法在關係互動中說出自己的需要，情緒無法疏通就以動手打人的方式解決關係相處。同理，一個人際關係不佳的學生，可能會影響在校的心情而無心學習，在校每況愈下便不難理解。

這些包羅萬象的學生問題，使得從事校園心理衛生工作者莫不使出渾身解數因應，然而，真正進到輔導單位接受諮商或治療的學生是少數，因為愈是將預防推廣做在問題發生之前，就愈能減少問題的發生，使學生在進入輔導單位前就解決掉所遭遇的問題。

### 早期發現與適當介入有助於問題之減緩

對於學習不佳的學生，若即早發現其需求，提供其所需的學習補救或課後輔導，便能增加在校適應的保護因子，化解人際的僵局或避免暴力危機產生。反之，放任一個人際關係不良的學生在班上不處理，久而久之，其學習低成就，對未來茫然，漸漸影響其它同學，這

對整個學校與社會都是負債。

心理衛生三級預防工作中，第一級是針對全體學生，預防推廣減少危機、提供資訊化解疑惑、改善環境祛除危險，例如：一個學校不斷發生車禍意外事故，光靠輔導人員忙著在各班進行悲傷輔導或危機減壓並不能有效避免意外事故，也很難讓所有學生都安心就學。有必要檢討校園周圍的危險路口、商量更改進出校門的設計、交通號誌是否補強？整個學校要思考如何落實交通安全宣導。第二級是針對高危險群的學生，班級中較邊緣的、疏離的、獨行俠的學生很可能是需要多關注的對象，特別是大考前，這些學生是否能確實如願取得考試的訊息、複習重點？或是班級校外教學，這類學生能否順利進入分組活動討論，避免落單放棄學習都是需要費心之處。千萬別小看這不經意的小動作，都可能換來正向美好的經驗，增加其人際與課業的改善動機。第三級是問題成因複雜，真正需要深談輔導的學生，依其個別狀況與之深入探討，例如：上述所舉課業不佳、弱勢家庭、人際困境的學生，已經無法單憑課後輔導解決其問題，必須為其量身訂做一套改善方案，當中包括其所需要的資源連繫，需要再學習的技巧等，有賴許多單位的通力合作。

### **人人皆是校園心理衛生守護者**

上述的三級校園心理衛生工作，不管是哪一級皆無法單靠校內輔導人員就完成，因此，筆者提倡「人人皆是校園心理衛生守護者」，一般學校中，導師會轉介學生到輔導單位並不稀奇，然而，筆者工作的學校是會接到校內各層級反應學生的問題，例如：學生在大雨中淋雨且愁容滿面，經過的行政人員告知諮商中心，前往了解後發現確有

人際關係困境待協助，藉這樣的提早發現，適當介入已減少日後更大的危機產生，但是，很可能無人知曉這個過程已經阻止了一場未來悲劇。這正是校園心理衛生工作重要、關鍵、微小、不容易看見功效又必須持續耕耘的原因，這一點需要妳／你我的理解。

鄭捷於臺北捷運隨機殺人事件後，不僅在捷運上被砍殺的人受了傷，身在事件外的我們也都受到震撼，更何況是校園中較弱勢的學生、處在關係困境的學生，乃至於整個社會都受了傷。「關心妳／你身旁的人」是東海大學發起的活動，因為療癒傷痛最好的方法就是愛與關心，藉由關切身旁的人，把溫暖散播出去，每一個人都可以是校園心理衛生守護者，喚起妳／你我的彼此關懷，伸手傳愛就是校園心理衛生最重要的力量。