

113學年屏東縣初任輔導人員培訓 系統合作課程

家庭問題的評估和處遇

張聖杰 教師/諮商心理師

2024.08.12



A large orange shape on the left side of the slide, consisting of a rectangle with a quarter-circle cutout on its right side.

開始前，先
想想這段話

「這就是家庭的問題，我們學校能處理的很有限。」



課程主題

1

家庭問題的評估



2

家庭問題的處遇



3

交流對話時間





1

—— 家庭問題的評估 ——

家庭要放在系統思考



「以學生為本」的輔導人力資源生態圖
【引自國民小學學校輔導參考手冊】

家庭要放在系統思考

- 跳脫因果思考，看見關係的流動
- 系統思維：家人的行動都是環環相扣、相互影響



案例分析

- 案母是家裡頭的大聲公，看不慣兩名子女的行為、不斷責罵他們，對此，外向且情緒化的長女不時跟案母爭執，而身為老么的弟弟總是一副事不關己的樣子，但是心裡對於家裡頭的爭執感到厭煩。
- 值得注意的是，家裡唯一的經濟支柱 - 案父經常在外應酬、不在家，但是只要案父表達意見，案母便會附和，兩名子女隨即選擇配合案父的要求。
- 如果今天子女向父母表達自己的想法(例如吃想吃的餐廳)，你覺得家裡會發生什麼事？



家庭會自行恢復平衡

- 「21天」的決心：
一個人要改變，有多難？
- 船過水無痕：
家人的作為或無作為，都在
為家庭恢復平衡



評估指標：童年逆境

- ACEs測驗 VS. 脆弱家庭通報指標
- 台灣高三生每__位就有一位具有童年逆境經驗
- ACEs分數四分以上的高三生有自殺念頭的比例高達__成！
- 童年逆境帶來的創傷，慢性而長期的存在，我們大腦的原始保護機制，反而因此過度反應而失控。

延伸閱讀



2

家庭問題的處遇

用一生追求



情人

親子

安全感

家庭





《別讓悲劇循環》

打大雄的胖虎，也被他媽媽打長大的

關係暴力循環圖



不處理，暴力只會持續或擴大！

親師的界限議題

- 適中的界限：

一方面可以促使個體具有獨立性與統合感，另一方面對群體（例如學校、班級）有隸屬感

- 達成「自主」與「親密」的需求

- 讓老師及家長感受到「我擁有選擇權」，又能感受到「我們互相合作」

- 並將親師互動經驗延伸到親子間的設限討論

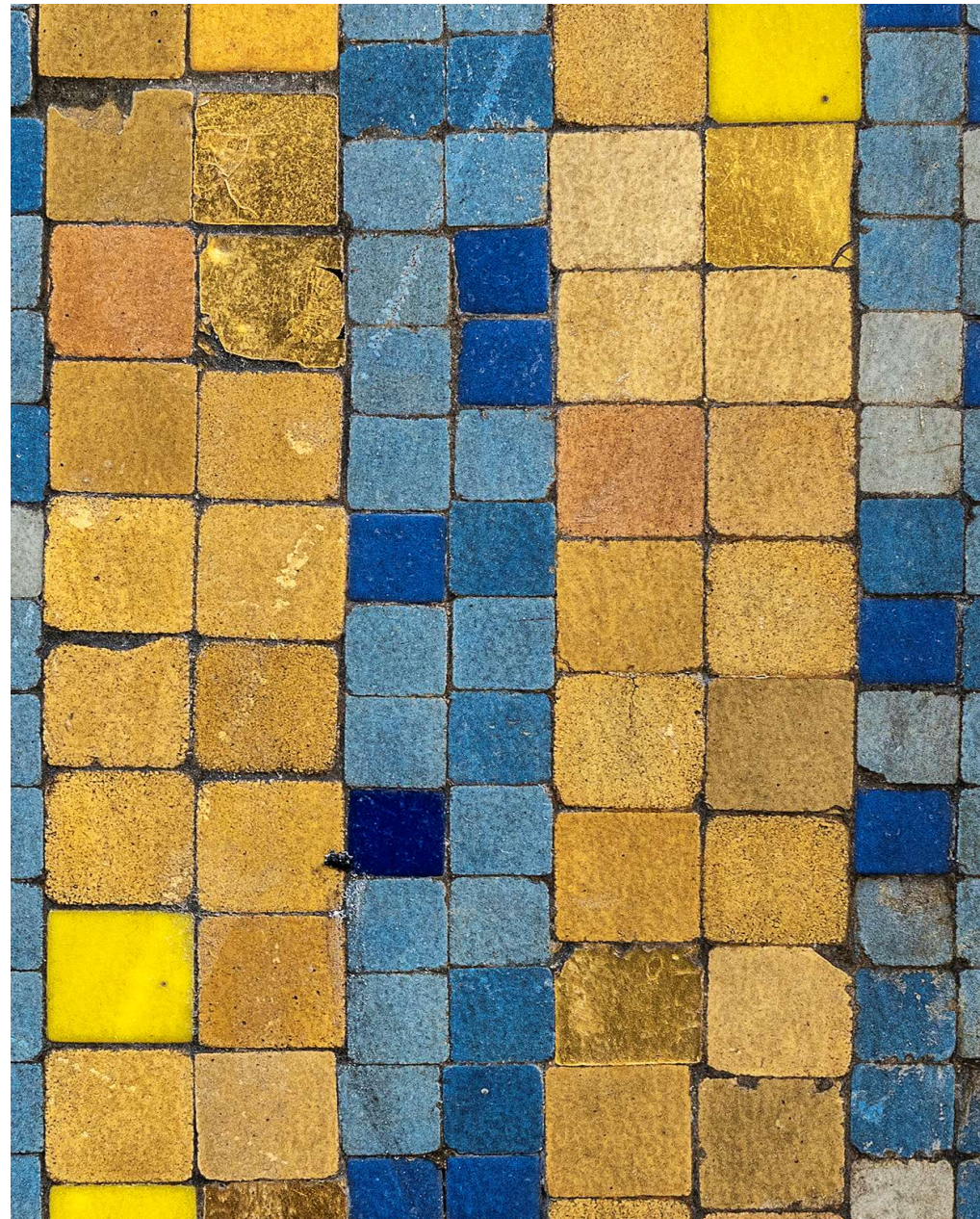
確立界限的處遇： 以手機使用為例

- 你的孩子幾歲拿到手機？
- 你跟孩子有沒有「討論」使用手機的規定？
- 上網吃到飽？



共創愉快的3C世代親師生關係

- 接受我們生在3C世代的事實
- 安排能回應學生發展需求的線下活動
- 引導學生設定明確的螢幕使用時間及規範



戒除網路的癮

- 孩子是否網路成癮？
→ 不重要！
- 更重要的是，採取行動！
- 回到「真的」關係的懷抱



課程總結

- 看懂互動後，才能知道如何處理
- 家庭的改變不容易，但是唯有願意參與，改變才可能發生



交流對話時間



113學年屏東縣初任輔導人員培訓
系統合作課程

家庭系統評估 與會談技巧

張聖杰 教師/諮商心理師

2024.08.12



「真實」是主觀的

- 意義的解釋與意義是不斷建構 / 變動的。
- 「語言」不是反映現實，而是構成 / 創造現實。
- 脈絡是重要的，真實是相對的



課程主題

1

家庭系統評估



2

會談技巧



3

交流對話時間





1

家庭系統評估

哭哭的新生

- 分離焦慮：建立在「害怕」、缺乏安全感
- 常見但沒幫助的說法：
 - 「不准哭」
 - 「要勇敢」
 - 「你昨天不是跟我講好了？」



評估契機：中輟 / 中離追輔

- 哪些人會要求小孩要去學校上學？
- 孩子為何不想去學校？
- 當孩子不去學校，接下來誰做了什麼？誰又不做什麼？



評估技巧：辨識三角關係

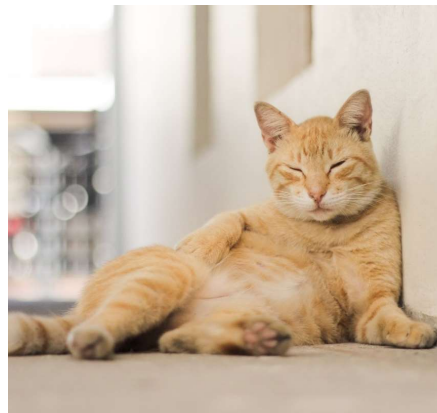
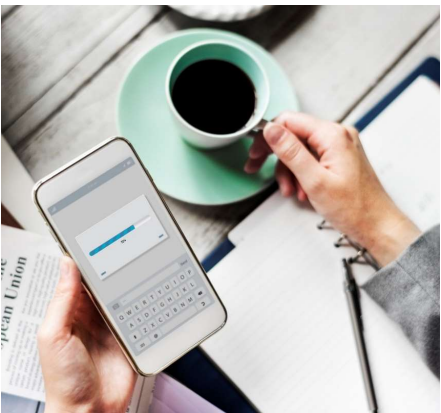
- 只要有群體（家庭、公司、社會），三角關係就存在。
- 追逃關係帶來「過高的焦慮」，夫妻一方或雙方便將精力轉向孩子身上。
- 無論是扮演轉移父母焦點或調解父母衝突的角色，都不利於孩子發展獨立的自我。



當我們情緒失控

- 情緒宣洩時的剎那快感
- 生氣，讓對方有機會理解我
- 情緒因應原則：
先調節，次連結，再說理





如何調節焦慮

- 無意識的調節：
抓毛毯、放空、翻白眼
- 有意識的調節：
吃東西、玩耍、運動、
滑手機



A teal-colored circle containing the white number '2'. The background of the slide is a light beige textured paper with abstract watercolor washes in orange, red, teal, and purple along the edges.

2

—— 會談技巧 ——

跳脫「對錯」，促進 成員互動、調節關係

- 公說公有理，婆說婆有理，子 / 女說得也有道理。
- 不急著問題解決：每一方都有道理及考量，為關係內系統成員找到共識及生活節奏。
- 「當你越是要要求(家長要帶)孩子上學，他就越是不想配合要求，而你們的關係就卡住、不停爭執。」



講話抓重點

- 留意重複的字句
- 掌握情緒感受
- 聽出期待、計畫



一小時結束的親師會談

- 會前會：凝聚校方人員的共識
 - 情緒因應原則：同理家長，建立合作關係，聚焦親師共識
 - 視情況提供親職管教策略
 - 教師自我調節也很重要！
-



改變的關鍵：關係的品質

- 面對逆境的適應能力會遺傳，也可以透過後天改變！
- 成人的照護，緩衝孩子的壓力
- 愛的給予，不在於數量，而是質量
- 陪伴與理解，讓孩子經驗到「安全的關係」



什麼是愛？

愛就是當你失去了某些牙齒
之後，可是你還是不會害怕
微笑；
因為你知道，即使部分的你
已經遺失了，朋友/家人仍
然會愛你。

--- Emma K

負荷 吳晟

下班之後，便是黃昏了／偶爾也望一望
絢麗的晚霞／卻不再逗留／因為你們仰向
阿爸的小臉／透露更多的期待

加班之後，便是深夜了／偶爾也望一望燦爛的星空
卻不再沉迷／因為你們熟睡的小臉／
比星空更迷人

阿爸每日每日的上下班／有如自你們手中
使勁拋出的陀螺／繞著你們轉呀轉／將阿爸
激越的豪情／逐一轉為綿長而細密的柔情

就像阿公和阿媽／為阿爸織就了一生／綿長而
細密的呵護／孩子呀！阿爸也沒有任何怨言／
只因這是生命中／最沉重／也是最甜蜜的負荷

講座總結

- 先看懂關係互動，再思考如何處理
- 先同理彼此的處境，家庭成員才可能成為神隊友
- 試了再說！



交流對話時間



聯絡方式：cokiet0813@gmail.com

結束前，
再想想這段話

「這就是家庭的問題，我們學校能處理的很有限。」





感謝聆聽