

114 學年度臺中市后里區育英國小輔導諮商個案會議

一、 會議時間：114 年 10 月 21 日(三)上午 10：10~

二、 會議地點：會議室

三、 出席人員：社工、諮商師、訓育組長

四、 會議摘要與目的

本會議記錄旨在同步心理諮商師與該生初次晤談後的專業觀察與初步評估。晤談發現，該生目前面臨的困境為多重因素交織而成，涉及個人生活習慣、家庭系統、社交情緒及潛在心理風險。本記錄的目的在於協助所有相關師長能全面且深入地理解學生的多重挑戰，凝聚共識並形成一致的輔導策略，從而為其提供更即時、有效的支持網絡。

(一)個案核心議題評估

該生目前所面臨的挑戰是多面向的，其困境源於個人衛生習慣、家庭功能、社交情緒狀態及潛在心理風險等多重因素的交織影響。這些議題彼此關聯，共同形塑了學生當前的行為表現與心理狀態。

1. 個人衛生習慣與挑戰

晤談中發現，該生在衣物清洗等自主生活技能上，呈現出認知不足的情況，導致其在同儕互動中可能面臨額外挑戰。具體觀察與介入建議如下：

- 衣物清洗：晤談中發現，該生在衣物清洗等自主生活技能上，呈現出認知不足的情況，例如無論衣物多寡皆使用過量洗衣精，導致衣物未能徹底洗淨，殘留的汗水與髒污混合後產生異味。諮商師已提供具體的用量建議，引導其建立正確的洗衣觀念。
- 身體清潔：為改善體味困擾，諮商師建議該生除了使用沐浴乳外，可額外搭配香皂，針對腋下等重點部位進行加強清潔。此建議旨在提升其身體潔淨度，進而增進自信。
- 頭髮護理：該生頭髮有明顯的油膩狀況。諮商師以自身經驗為例，分享自己每日洗頭的習慣，並建議她可以嘗試「洗兩次頭」（第一次洗去表面髒污，第二次深層清潔頭皮）的方法，以維持頭皮與髮絲的清爽。
- 衣著問題：觀察到該生穿著的衣物尺寸過於窄小、緊繃，不僅影響儀容，更可能因摩擦與不透氣導致皮膚搔癢不適。學生臉上的傷口可能與

此相關（因搔癢而抓傷）。她也因此不願取下口罩，顯示其對外表的在意與不安全感。

2. 家庭背景與親子互動

該生的家庭系統功能不彰，是影響其自我照顧能力與安全感的核心因素。母親角色的功能性缺席，不僅造成情感上的失落，更直接導致該生在青春期缺乏可模仿的女性榜樣，使其在個人衛生與身體照護等議題上無所適從。

學生在一個功能缺位的家庭環境中成長。父親雖關心其學業且不會對她施暴，但在生活細節的照顧上有所疏忽，例如未能穩定提供沐浴乳等日常用品。據該生陳述，有時是「看護」會購買用品，但她會認知到「那是看護的」，顯示其缺乏穩定且專屬於自己的物質供給，進而影響歸屬感。母親雖已返家，但多數時間沉溺於手機與電玩，未能履行照顧職責。該生曾目睹父親對母親的暴力行為，這嚴重衝擊了她的安全感。

晤談中觀察到其親子關係的矛盾之處：

- 父親的角色：是主要的管教者與關心者，但其關懷多集中在學業表現，對女兒生活細節的需求敏感度較低。
- 母親的角色：儘管母親在實質照顧上是缺席的，但該生內心深處仍對母親抱有強烈的渴望與期待。
- 認輔的介入：訓育組長嘗試協助該生釐清家庭現況，引導她理解「父母之間的愛或許已經消逝，但這不代表父親對妳的愛不存在」，幫助她區分夫妻關係與親子關係，以穩定其對父親的情感連結。

3. 社交情緒狀態與同儕關係

在社交與情緒層面，該生呈現出一種渴望與退縮並存的矛盾狀態。她對改善人際關係的渴望，與其對自身衛生問題的自覺形成強烈內在衝突，這可能是其在社交上「渴望又退縮」矛盾心態的核心根源。

- 防衛與敏感：當被提及個人衛生等議題時，她會表現出明顯的防衛心與不好意思（台語：拍謝）的態度，顯示其對自身問題有自覺，但同時也感到敏感與脆弱。此防衛姿態，可視為其在長期自我價值感低落後，為保護脆弱自尊所採取的應對機制。
- 潛在領導意願：她曾表露過想擔任班級幹部的想法，這反映出她內心渴望被認可、發揮影響力。然而，由於缺乏自信或過去的生活習慣未能獲得他人信任，使她最終選擇退縮。

- 對外界的反應：當感覺被指責或批評時，她會啟動防衛機制，產生「你沒有做得比我好，憑什麼管我」的內在語言。這種反應模式阻礙了她接受他人善意的建議。

4. 高風險行為警訊

當上述個人、家庭與社交困境所累積的壓力超出其負荷時，便可能以高風險言論的形式尋求出口或求助。此為本案需最高度關注的核心警訊。

該生曾向導師透露「想知道怎麼死比較不痛」的言論。校方接獲此訊息後，已立即啟動校安通報程序。目前，對此言論的評估有兩種可能性：

1. 真實的自殺意念：源於其長期以來在家庭、人際關係中所承受的壓力與挫折。
2. 受網路文化影響的求助訊號：該生頻繁接觸網路社群（如 Tiktok），並會使用如「淚失禁體質」等中國網路用語表達情緒。其高風險言論，可能是在模仿網路上的用語或行為，以此方式表達痛苦並爭取外界的關注。

無論動機為何，此言論皆為嚴重警訊，顯示學生的心理痛苦已達臨界點，需要我們持續且密切地觀察與介入。

上述個人衛生、家庭功能、社交情緒及高風險警訊等四個層面相互影響，共同構成了該生當前的困境。缺乏家庭的穩定支持，導致她自我照顧能力不足；而衛生問題又進一步影響其人際關係與自信心，加劇了她的社交退縮與內心痛苦，最終可能以高風險言論的形式表現出來。

(二) 諮商師初步介入策略與觀察

在初次晤談中，主要目標是建立信任關係並降低其防衛心。基於此目標，採取的介入策略及觀察到的學生反應如下：

1. 建立關係與降低防衛：晤談初期，刻意避免直接針對敏感問題進行討論。而是採用生活化的分享方式（如：「我的頭髮很蓬鬆，是因為我每天都洗兩次頭喔！」），將討論焦點從「她的問題」轉移到「一個普遍的生活經驗分享」，成功繞開了她的防衛心理。
2. 提供具體可行的建議：所有建議都聚焦在微小、具體且可立即執行的生活瑣事上（如洗衣精的正確用量、香皂的輔助使用）。這讓學生感覺到「問題是可以被解決的」，從而提升其改變的動機與自我效能感。

謝長李

3. 傾聽與建立信任：該生的反應模式十分清晰：從初期的沉默、防衛，到晤談後期「暖機」完成後，變得非常健談且願意傾訴。晤談最後幾分鐘，她滔滔不絕地分享自己的想法，顯示其內心有強烈的表達與被理解的需求。

根據晤談觀察，該生本質單純、性格直爽，但需要較長的「暖機時間」來建立信任感。一旦信任關係建立，她便非常願意溝通。基於上述觀察，初步證實以建立信任為先、從生活技能切入的輔導策略，對該生是有效的。後續行動應以此為基礎，擴展至更深層的情緒與家庭議題處理。

(三)後續輔導建議與行動方案

為提供該生全面且系統性的支持，需要校內各單位（諮商師、導師、學校行政）與家庭之間建立協同合作的輔導網絡。以下為具體的分工行動方案：

負責單位	建議行動	目的與考量
心理諮商師	1. 持續進行每週一次的定期諮商。 2. 考慮在適當時機提供洗面乳等衛生用品作為媒介。	1. 建立穩定、信任的諮商關係，深入處理其情緒與家庭議題。 2. 不僅是建立關係的觸媒，更是進行具體生活技能教學的媒介，引導她從「學會照顧自己」中建立自我效能感。
導師與任課老師	1. 持續並強化安排學生擔任小幫手或交付簡單任務。 2. 密切觀察學生的情緒波動與言論，特別是與自我傷害相關的內容。	1. 透過完成任務給予其「小成就感」，提升自信心與在班級中的歸屬感。 2. 即時掌握高風險警訊，確保學生安全，並與輔導系統保持暢通聯繫。
學校輔導室/行政	1. 與家長（主要為父親）進行溝通，委婉提醒需為孩子準備充足的個人衛生用品。 2. 持續追蹤與觀察通報後的狀況。	1. 從根本上改善學生的生活條件，支持其建立良好的衛生習慣。 2. 履行校方責任，確保高風險個案得到應有的關注與資源。

總結：跨單位的協同合作是成功輔導本案的關鍵。所有介入措施的核心目標，應共同聚焦於幫助學生重建自信、學習自我照顧、改善人際關係，並最優先確保其身心安全。透過穩定且一致的支持，陪伴她度過目前的難關。

承辦人員：

處室主任：

校長：

教師兼
訓育組長 陳怡伶

教師兼
學務主任 李君偉

臺中市后里區校長張聖凱
育英國民小學

114 學年度臺中市后里區育英國小輔導諮商個案會議照片



承辦人員：

教師兼
訓育組長 陳怡伶

處室主任：

教師兼
學務主任 李君偉

校長：

臺中市后里區
育英國民小學 校長 張聖藝

