



德明科大舉辦「大學生常見的情感議題」講座



圖：德明科大學生輔導中心楊慧真主任(左)贈送感恩錦旗于邱雅沂諮商心理師(右)。

德明科大學生輔導中心於3月29日舉辦導師輔導知能研習，邀請荷光心理諮商所邱雅沂諮商心理師蒞校演講，協助該校導師了解現今學生親密關係之價值觀及樣態，了解處理學生情感議題需要具備的能力及面對情傷學生可以如何陪伴。首先邱心理師以導師三人一組，討論曾經聽過／遇過的學生情感／性議題其自身的想法、感覺以及會如何處理，最後邀請導師們整理自身認為要和學生談性說愛需要具備的能力。邱心理師建議導師們先傾聽自己的感覺，問問看自己是否已經準備好，如果還沒有準備好，千萬不要勉強自己去處理，以照顧自己的感覺為第一要務，勿讓無法掌握自己的焦慮，而做出一些無效又會傷害自己及學生的行為；再者要保有開放的心胸，只要想要去了解，就是有開放的心胸，也提醒導師不需要接受和自己觀點不一樣的價值，但要以不批判不貶低的態度與學生互動。最後要懂得掌握資源，如果遇到無法處理，承認自己的限制，轉介其他資源。

邱心理師表示面對情傷的學生，可以教導學生如何面對關係，例如在情緒壓力中安頓自己，即使分手了解自己仍值得被愛；建立照顧自己衝動的能力；建立自己的智囊團。讓學生在人生壓力很大的階段中能有人陪他(她)面對，期許透過導師的介入，讓其減少情感上的創傷。

德明科大學輔中心舉辦此講座共有 131 位導師及學務人員參與，在回饋意見中表示「學習到要跟學生談性說愛，需要有好的依附關係才有影響力」、「對學生性及情感議題更了解」、「要更了解新世代的想法」等。此講座不僅提升該校導師輔導情感議題學生之能力，增加自我性別敏感度，對於建立性別友善校園更是邁向一大步。

聯絡人：學務處學生輔導中心 楊慧真主任，聯絡電話：(02) 2658-5801 轉 2230

秘書室 敬啟