

「創傷是甚麼？創傷是小偷，偷走我們看見光的能力」

教育部及北一區輔導工作協調中心攜手輔仁大學辦理「創傷知情」研習課程

華人創傷知情團隊胡美齡心理師講授創傷知情概念



近年來學生心理健康議題逐漸受到重視，學生情緒困擾或心理諮詢需求提升，各大專校院之專業輔導人員（心理師及社工師）亦發現，創傷經驗與童年逆境的普遍存在，如短期生命經驗中的社會事件、壓力因應、天然災害、家庭互動關係等，皆會影響每個人情緒狀態及行為因應。

教育部考量第一線實務現場需求，爰請北一區輔導工作協調中心（臺灣師範大學）及輔仁大學攜手辦理「創傷知情」研習課程，特邀華人創傷知情團隊胡美齡心理師講授創傷知情基礎知識以及實務現場技巧，期待藉由創傷知情實作訓練協助專業輔導人員穩定自己的身心，並實施於有輔導需求的大專校院學生。

根據美國藥物濫用暨心理健康服務署（Substance Abuse and Mental Health Services Administration），「創傷知情照顧」（Trauma-Informed Care）包含4個要素（4 R's），分別是：理解創傷（Realize）、辨認創傷（Recognize）、利用創傷知識做

回應（Respond）、防止再度受創（Resist Re-traumatization）。研習中胡美齡心理師更進一步表示：「推廣創傷知情可以幫助第一線工作者理解，創傷是什麼以及創傷如何影響我們的發展，藉以學習如何自我照顧，並協助受創當事人穩定身心」。

參與本次研習的專業輔導人員反應良好，並表示可運用相關知識概念、操作技巧及媒介於諮商會談中，協助大專校院的學生瞭解過去的創傷經驗，認識當下自我的「求生存反應」，以練習日後的自我調節，藉以穩定身心狀況。另外，教育部亦應期待，持續規劃來年度的進階訓練或督導訓練，以精進諮商實務技能。（學輔科蔡維濤）



輔仁大學王英洲副校長、葉在庭主任、北一區輔資中心林曼沛召集人、教育部楊奕愷科長出席研習活動



專業輔導人員討論牌卡運用於諮商技術