淡江時報 第 351 期

**心 理 諮 商 人 口 增 加 的 意 義**

**社論專載**

本 校 學 生 近 兩 年 來 ， 尋 求 個 別 心 理 諮 商 者 ， 依 學 輔 組 統 計 資 料 顯 示 ， 有 日 益 遞 增 的 趨 勢 。 以 83學 年 約 700人 次 為 基 準 ， 至 84學 年 約 800人 次 ， 增 為 1.16倍 ， 85學 年 為 1330人 次 ， 增 為 1.95倍 ， 本 學 期 仍 呈 持 續 增 長 的 現 象 。 學 輔 組 胡 延 薇 組 長 認 為 這 是 正 面 的 現 象 ， 這 不 僅 顯 示 同 學 們 對 自 己 身 心 問 題 的 重 視 ， 而 且 也 懂 得 利 用 學 校 的 資 源 來 解 決 問 題 ， 並 促 進 自 己 心 靈 的 成 長 。

校 園 是 社 會 的 縮 影 ， 在 舊 觀 念 模 糊 與 新 觀 念 重 建 的 過 程 中 ， 如 何 調 適 自 己 的 心 靈 ， 安 頓 精 神 的 生 活 ， 是 一 門 莫 測 高 深 的 學 問 。 由 現 代 心 理 方 面 Callin節 目 的 增 加 ， 有 關 心 靈 成 長 書 刊 暢 銷 的 現 象 來 看 ， 現 代 人 越 來 越 重 視 精 神 的 食 糧 ， 越 來 越 重 視 生 活 的 品 質 。 而 現 代 的 學 生 也 多 能 有 正 確 的 認 知 ， 把 心 理 諮 商 看 作 生 活 的 一 部 份 ， 並 以 此 作 為 促 進 身 心 健 康 的 方 法 之 一 。

時 至 今 日 ， 如 果 還 有 人 認 為 ： 只 有 心 理 有 問 題 的 學 生 才 會 去 輔 導 室 ， 那 你 可 能 已 被 歸 類 為 LKK了 。 有 些 時 侯 ， 自 己 認 為 自 己 心 理 沒 有 問 題 的 人 ， 往 往 就 是 問 題 之 所 在 。 古 人 說 ： 「 去 山 中 之 賊 易 ， 去 心 中 之 賊 難 」 ， 然 而 ， 有 多 少 人 願 意 承 認 自 己 心 中 有 「 賊 」 呢 ？ 當 年 孔 子 以 「 克 己 復 禮 」 教 訓 高 足 顏 回 ， 其 實 「 克 己 」 的 意 思 ， 就 是 要 除 去 心 中 之 「 賊 」 ， 戰 勝 自 己 心 中 的 敵 人 。

根 據 美 國 電 力 研 究 所 的 研 究 ， 國 民 所 得 平 均 超 過 一 定 的 水 平 ， 其 國 民 生 活 素 質 ， 隨 國 民 所 得 之 增 加 而 降 低 。 這 就 是 孟 子 所 說 「 富 貴 子 弟 多 懶 」 的 道 理 。 生 在 物 質 條 件 不 虞 匱 乏 的 環 境 ， 有 時 反 而 容 易 感 到 精 神 生 活 的 空 虛 ， 孔 子 所 以 要 提 出 「 富 而 好 禮 」 的 主 張 ， 實 在 是 調 適 精 神 生 活 的 良 方 。 同 學 們 能 注 重 自 我 心 理 健 康 的 層 面 ， 懂 得 追 求 自 我 實 現 的 理 想 境 界 ， 學 輔 組 為 同 學 們 提 供 寶 貴 的 資 源 ， 和 專 業 的 服 務 。

根 據 學 輔 組 的 統 計 ， 本 校 同 學 尋 求 諮 商 服 務 者 ， 以 生 涯 規 畫 最 多 ， 其 次 為 自 我 了 解 ， 以 及 感 情 、 家 庭 、 人 際 關 係 等 問 題 。 由 同 學 轉 介 而 來 的 人 數 也 顯 著 增 加 ， 這 顯 示 同 學 們 已 有 正 確 的 認 知 ， 敢 於 坦 然 面 對 現 實 ， 也 無 異 以 具 體 的 行 動 ， 肯 定 了 心 理 諮 商 的 正 面 功 能 ， 這 當 然 是 十 分 可 喜 的 現 象 。 由 於 尋 求 個 別 心 理 諮 商 的 人 數 銳 增 ， 使 得 學 輔 組 的 工 作 負 擔 格 外 沉 重 。

從 開 學 至 期 中 考 為 止 ， 對 於 個 別 諮 商 方 面 ， 學 輔 組 預 定 開 設 225個 時 段 ， 但 實 際 預 約 的 人 數 已 達 301個 時 段 ， 使 用 率 高 達 118％ ， 若 再 加 上 臨 時 處 理 問 題 ， 使 用 率 將 更 高 。 為 保 持 完 善 的 服 務 品 質 ， 輔 導 老 師 必 須 超 時 工 作 ， 才 能 圓 滿 達 成 任 務 。 學 輔 組 為 了 濟 急 ， 臨 時 請 來 3 位 校 外 輔 導 老 師 義 務 幫 忙 ， 以 彌 補 人 員 的 不 足 。 當 前 刻 不 容 緩 的 急 務 ， 就 是 如 何 消 除 學 輔 組 人 力 不 足 的 困 境 。 當 然 ， 根 本 之 計 是 加 強 輔 導 老 師 的 陣 容 ， 其 次 是 增 加 義 工 ， 前 者 涉 及 編 制 與 經 費 ， 後 者 要 靠 淡 江 人 的 大 力 支 持 。 你 如 果 有 志 共 襄 義 舉 ， 盼 能 踴 躍 加 入 學 輔 組 義 工 的 行 列 ， 不 但 可 以 充 分 發 揮 服 務 的 熱 忱 ， 而 且 可 以 體 會 助 人 的 樂 趣 ， 學 到 書 本 上 學 不 到 的 東 西 ， 又 何 樂 而 不 為 ！