

全校輔導傑出導師專訪---

職能治療學系 汪翠滢助理教授

撰文：新聞中心實習記者 劉子瑄

訪談：心輔組 鄭淑惠、林淑娟、新聞中心實習記者劉子瑄

「我相信學生可以自己決定和負責，老師只要從旁輔導，給予支持信任，陪伴他／她走過一段難關，透過鼓勵（encourage）和增能（empower），他們會學到處理方式，往往之後遇到任何問題就能自信與克服。這樣走出校門時，每個人才能為自己準備所長，走出自己的大道。」

職能治療學系汪翠滢老師擔任導師已有二十三年的經歷，細心傾聽每一位學生的煩惱，並適時給予資源和協助，從旁悉心輔導，不急著給出答案，而更希望學生培養獨立思考的能力，找出屬於自己的答案，在自己所摸索出來的場域當中，盡情揮灑獨屬於每位學生的自主與能動。

從鼓勵出發！透過鼓勵與理解，引導學生多方嘗試

「最近，我發現我從單純的支持與鼓勵，試著去增能，也就是empower學生。讓學生思考從困難、障礙中可以用什麼樣的方式去理解問題、克服困難、跳脫框架，並且在這段時間內依靠他自己付出的努力收穫改變，而不再依賴導師的輔導，這樣學生在未來會對自己更有自信，也可以靠這些經驗去克服其他困難。」翠滢老師分享，帶著這樣的信念，一路鼓勵學生，因為她始終相信，一個人得到鼓勵時，會被理解，會更願意去嘗試。

根據不同年紀有不同的輔導重點，幫助學生們定向與生涯的發展，並在輔導時給予策略、提供資源，讓學生學會解決問題的方法，是翠滢老師特別為導生規劃的「增能與發展」內容，透過多方鼓勵學生，如出國交流見習，參與學會活動與學術活動，讓學生增加實務接觸，並適時給予資源和輔導，是汪翠滢老師幫助學生的核心理念。

透過主動傳達校園注意事項，並且與其他老師互通相關訊息，全方位的輔導學生，視情況主動問候關心學生近況，是翠滢老師一直以來輔導學生的具體做法；在互動的過中，老師也能夠更加了解導生，讓她在能夠更準確地為學生提供合適的資源，

並且擬定輔導學生的發展策略，讓學生們可以更加多方地吸取觀點，而不是單一接收師長們的想法，增加學生自身解決問題的想法和能力。

所有選擇終在自己！找到選擇中的幸福與成就感！

「我們比起學生，有一個很大的優勢——老師們通常經歷得更多，所以在看待事情時，可以幫學生把時間軸拉得更長，幫他們用不同的角度看待事情。」翠滢老師分享，有時候學生會困在某一個抉擇當中，認為做出選擇後，自己的一生就會發生無可挽回的改變，因而躊躇不前，不敢做出判斷，或是感到焦慮、膠著於當前的選擇。「其實沒有那麼嚴重，每個決定一定都會有得有失，可是並不代表選擇了之後人生就此定調了。」翠滢老師感性地說，人最終回首，其實會發現無論一開始做了什麼決定，最終每個選擇每一步一定都會成就自己，因為通往幸福的道路和方法有很多路徑。

「看到學生自己走出來時，他們所感受到的幸福感是很巨大的；對老師而言，比做研究時看到結果，會更有成就感。」翠滢老師笑言，因為自身的專業背景，所以在這方面觀察比較細微，也適時提供自己的理解經驗和想法給學生，擴大思考或作為選項的可能性。並期待在迷霧散去之後，能夠與學生一同走過陽光普照與燦爛芬芳。

從醫療專業，看見生命的價值與可能性！

翠滢老師提到，自己所輔導的學生當中，許多時常出現的問題，大概是課業問題或是實習困難，通常這時候需要給予較多的陪伴和後續的追蹤，「我曾在導師會議中，聽到一位老師說有一位導生，因為學習和作業，受到焦慮症狀影響，而提出希望可以請其他同仁協助關注；那時候在課堂上遇到她，我會特意問候她一下，了解她的近況都還好嗎？或是看到相關資源和想法，也再回饋她的導師。」

後來該名學生，因為問題起伏不定，而有些過激行為，也擔心她傷害自己；不過，在翠滢老師的細心觀察中，發現那位學生，除情緒問題之外，更是一位聰明認真的學生，「我眼裡的她，曾經主動寫企劃帶同學完成送愛的關懷行動，也發現，她的能力與認真，只是有個脆弱矛盾的性格，因此常常有想法，卻受挫於自己的問題或是他人的目光，而導致身心狀況加劇。其實並不是問題份子」翠滢老師說。

後續透過時常與該名同學聊天，並與她聊起最近接受到的輔導、學校的規約、接觸到的人……等等。這些狀況包括她認為的周邊的不友善，歧視、不合理的要求，這時汪翠滢老師會以客觀持平的角度，慢慢引導她思考，能做的是什麼，自己要選擇什麼，盡量不糾結於她的內心衝突，更常用文字回應引導她思考與檢視自己想要的到底是什麼。

翠滢老師時常與她寫信聊天，並以文字展現對她的關切，同時試著與她分享自己的想法，「我那時候和她說，作為醫療專業者，生命是最重要的價值，我覺得我把你的生命看得比你自已對待自己的生命還重要，這件事本身是不對的；無論發生什麼事，絕對不能放棄，傷害生命的事更是不可能發生。」翠滢老師認為，這名學生經過長期以來的輔導與自我辯證，本身也有進步與成長，不只參加社團，上課的參與度也變高，面臨去實習的壓力，老師仍不斷鼓勵他，作為堅實的後盾，隨時有問題都可以討論，一起面對。鼓勵他努力照顧好自己、為自己負責、開創未來，「我看好她可以！」翠滢老師堅定的說。

任何輔導都會產生回饋！把思緒轉換文字，激發深度思考！

翠滢老師輔導對象不一定是自己的導生，例如修課的學生認為翠滢老師可以提供幫助，就會主動來尋求協助。「雖然需要花費時間，但在這段輔導過程中，都是會有回饋的。」翠滢老師柔軟地說，學生會在這段時間有所收穫，或是輔導遇到障礙時，可能會是老師自身要尋求改變，而無論如何，這些都是回饋的一種。「很多時候，學生來找我只是需要一個宣洩的管道，我就比較像是單純的聆聽者；也有其他問題比較嚴重的學生，那時候如果只是單純的聊天，就比較不能解決問題。」汪翠滢老師分享，有時學生一直反覆地回來談論問題本身，不僅花費很多無效的時間，並且問題難被解決，或是這位學生一直困在裡面。「這時我就會覺得，如果我們把思緒寫成文字，文字是可以留下紀錄的，所以學生在整理好自己的思緒之外，還能應用在其他情景——例如當他遇到其他問題時，可以看看我過去的回覆，那這樣當問題無法被解決時，我們為他們做的，就不只是告訴他方法就好，更是他要發現自己的糾結點。」翠滢老師總結。

翠滢老師非常強調輔導過程中的尊重同理以及信任支持，更積極地扮演學生與外界聯繫的橋樑，給予學生實際需要的幫助，更培養他們在日後遇到相似問題時，"獨立思考和處理的能力"也是翠滢老師帶給學生最珍貴的禮物。

相信學生自身量能，成為學生的啦啦隊！

不只是課業和實習，學生的困擾也順應時代轉變，越來越多元。老師提到「有位學生一直覺得自己的問題是來自家庭，但我們也沒辦法真的深入他們的家庭問題；而是只能針對學生個人去給予幫助，那除了導師，我覺得學校、醫療體系也有很多資源給他們幫助。」

翠滢老師說看過有些學生不是那麼無憂無慮，需要負擔經濟、家庭上的問題，這些學生反而是需要撐起家庭的人，這時問題反而就不像是課業和實習面向比較單一；當這種狀況發生時，學生個人的需求和委屈特別需要他人的理解，「我都覺得，當我

們有幸知道這些問題，雖然沒辦法真的替他解決問題，但至少可以擔任啦啦隊的角色，在他跌倒時趕快幫他包紮，讓他可以繼續跑下去。」

不急著給出問題的答案，而是為學生找資源，並陪伴學生長跑一哩，這樣的輔導理念，其實都源自於一個單純的想法，「學生其實都有自己的能動性，可以替自己找到幫助。」翠滢老師認為，導師的角色更趨向輔助型發展，把自主權還給學生，讓每一位學生，開展自己的生命樂章，並閃耀美好耀眼的光芒。

在採訪過程中，翠滢老師溫柔堅定地敘述自己的理念與想法，隨和的個性帶來親近感與信任感。對正處於焦慮、迷惘的學生而言，老師泰然自若的態度就像一顆定心丸。透過翠滢教授的分享，發現導師的角色隨著網路資訊發展一直轉變，從單一注重學業，擴展至更多面向的關懷與陪伴；時代進步之下，學生的需求與困境雖與過去有所不同，也更具有尋找校內外資源的能力，導師豐富的人生經驗與安定力，給了處在交叉口的學生而言依然是不可或缺的重要角色。