

## 臺北市 98 年度公私立高中職「友善校園」 學生輔導工作傳承研討會記錄（第一場）

時間：民國 98 年 4 月 9 日（星期四）9:00-16:00

地點：南港高工行政大樓第二會議室

主題：邊緣性人格疾患學生的辨識與輔導

督導委員：張艾如院長（心靈之美心理治療所院長）

參加人員：39 人（如簽到表）

記錄：陳瑛吟老師

內容：

### 壹、主持人致詞

謝謝大家能夠抽空前來參加「邊緣性人格疾患學生的辨識與輔導」研討會，現在學生的特殊狀況越來越多，因此，不是只有特教老師要了解，包括所有輔導老師、任課老師都應該對身心障礙的學生有所了解，才能夠幫助他們，因此我們請到張院長蒞校來為此主題做深入講解與探討。

### 貳、演講內容

很開心能夠跟大家來分享這個主題，假設我們都是比較幸福的一群，我們要謝謝其他用人生來教我們什麼是多重人格，國際上已經討論多重人格可能是邊緣性人格的前身，先從情緒本質的部份來談，大家會發現在學校時有很多搞不懂的學生，通常就有這種前兆。我們今天要來談邊緣性人格形成的成因是什麼？要怎麼來幫助他們。

我們的文化中有很多「應該」，例如：君君臣臣父父子子，因為環境中充滿許多的「應該」，所以，大家的想法不是這樣，就是那樣，此為「二擇一法則」，在談這個之前，希望大家都能跳脫「二擇一」的迷思，跳脫世俗眼光。因為生活中從電視裡充滿了許多二擇一而不自知，身為輔導工作者，必須跳脫「二擇一」的框框。生活中多讚美，否則，會對已經信心不足的人造成傷害。

青少年可說是「惡魔面具的天使」，對師長的互動是早期權威的反射，師長不解學生行為，往往口氣中的「為什麼」，被當成指責的語氣。與孩子會談的時候，其會談的方式很重要，要練習點到為止的藝術，善用眼神非語言觀察及關心，孩子通常會在安全時機才會找師長談，獲取了孩子的信任，孩子自然就會把脆弱的一面告訴你，核心問題就會出現，事出必有因，我們現在看到他的行為表面，往往是十幾年被傷害所看到的結果。師長需經得起考驗，每個人無法選擇童年，此非他所願。

### 一、受傷行為背後原因

自殘的負面能量從何而來？內化的自我意象、自我價值，負面的能量已經快要到頂點了，於是發現在身上割一刀或者其他自殘行為可以快速的發洩負面能

量，此常是生活中的溝通不良所引起的。認知行為學中，認識自己的情緒是非常困難的，對舊有的思維貼標籤，很容易帶動負面的情緒。

在這個社會文化中，師長給他的加油不及社會環境給的漏油，許多案例訴說在成長的過程中，等不到一個關心。所以師長莫落入「二擇一」的迷思而不再給關心，因為學生得到關心的眼神就不再關注在事情上，關心可以讓學生復活。在中國的文化中，道歉是不好意思的一種表現，懂得尊重自己的情緒，人有喜怒哀樂、七情六慾，情緒只有正負之分別，情緒的欲望如同圖中海浪只要能撐過就好了。

## 二、精神疾病五軸診斷

第一軸：臨床疾患、病名診斷，例如：精神分裂症、憂鬱症、躁鬱症。

第二軸：長期困擾、人格疾患、智能不足，例如：豆腐腦。

第三軸：生理因素，例如：躁鬱症(甲狀腺異常)。

第四軸：心理社會及環境問題診斷。

第五軸：整體功能的評估。

## 三、精神科中的三類:

A 型 奇怪型或異常型疾患：妄想型人格違常、類精神分裂型人格違常、分裂型人格違常。

B 型 戲劇型或情感型疾患：反社會人格違常、邊緣型人格違常、戲劇化人格違常、自戀型人格違常。

C 型 焦慮型或恐懼型疾患：畏懼型人格違常、依賴型人格違常、強迫型人格違常。

## 四、邊緣人格之特質

女多於男，美國臨床女男比約為 3 比 1，有些邊緣人格患者外表亮麗，IQ 高，事業有成，初期，家人往往被患者干擾到崩潰，做什麼都不行，久了家人會麻痺不再理會患者，因為患者若有憂鬱想死的行為時，往往會拉周圍的人陪葬，有些患者渾然天成地將周邊的人搞得雞犬不寧，扮演可憐角色，然後找人使自己落入「受害者」，而「挑撥離間」的過程，不會在抬面上承認，所以與患者鬥法、謀對謀一定輸，因為抓不到證據。情緒變化如同「變臉」般快速。

有些患者會有自我傷害的衝動行為，威脅性言語，產生投射性認同，例如：會對上位(權力者)充滿了排擠、不安、恐懼。反之，對下位者非常的照顧。

## 五、邊緣人格疾患之成因

(一) 認同障礙：自體感受持續不穩定如同葡萄理論，人有不同面向，通常平順的孩子，其葡萄成長是緊密一串，而邊緣人格疾患的人有多重我存在，每個正常部分，因受風吹雨打，每個葡萄長得稀稀落落，他們往往同時有二個或二個以上的我存在，而形成多面向的獨立的我。

(二) 成因：童年的創傷(身體、心理、性侵害、關懷忽略)，他們往往有不為人知的苦，所以，很容易受父母無意的言語歸因自己是低自尊的。

腦神經系統是電位系統，就拿接力賽來譬喻，棒子是血清素、多巴安。近來發現腦神經細的消長、重塑力強，大腦如同電腦儲存空間，海馬迴如同相機形成記憶事件，只要重覆發生或衝擊夠大的事件，形成腦中烙印。近幾年來發現，腦是可以練習的，腦神經的生命力、可朔性強、可逆。

## 六、總結

- (一) 因此，認知治療中當患者將過去記憶「過度類化」容易鑽牛角尖，使大腦持續放電，人就會深受情緒影響。因此多元角度觀點，善用 EQ 杏仁核可使情緒穩定。
- (二) 我們的生活是要調節能量而非發洩能量。
- (三) 在西方醫學中，大量在學控制，治標不治本。百憂解→負作用:自殺意念提升。因此生活有 7-WELL，在中國文化中，三十耳順，四十知天命.... 代表著情緒越來越穩定的一個表現。

## 臺北市 98 年度公私立高職「友善校園」學生輔導工作傳承研討會 意見回饋統計表

非常感謝您參與本次研習活動，希望活動的安排與課程的設計能讓您有豐富的收穫。為瞭解本次研習（活動）之成效，並期下一次活動更臻完美，請您依本次參加活動的感受，提供寶貴意見，以供日後舉辦類似活動改善之參考，謝謝您的協助與配合！

臺北市立南港高工敬上

主題：邊緣性人格疾患學生的辨識與輔導

督導委員：張艾如院長（心靈之美心理治療所院長）

時間：民國 98 年 4 月 9 日（星期四）9:00-16:00

項目	教學內容	學員同意度				
		1 非常 不同意	2 不同意	3 普通	4 同意	5 非常 同意
講座	課程內容豐富	0	0	0	7 20.6%	27 79.4%
	講座表達生動活潑	0	0	0	1 2.9%	33 97.1%
	啟發思考引導學習	0	0	1 2.9%	4 11.8%	29 85.3%
	個人學習收穫良多	0	0	0	7 20.6%	27 79.4%
課程	課程內容契合講題	0	0	0	10 29.4%	24 70.6%
	課程內容契合當前學生輔導問題	0	0	2 5.9%	7 20.6%	25 73.5%
	課程內容有助增進工作相關知能技巧	0	0	0	9 26.5%	25 73.5%
	課程內容有助於提升實務、行政或教學研發工作之品質	0	0	0	11 32.3%	23 67.7%
	課程內容有助於提升實務、行政或教學研發工作之創新	0	0	0	11 32.4%	23 67.6%
行政 安排	場地安排（含教室設施、輔助器材、住宿分配等相關設備）完善	0	0	0	10 29.4%	24 70.6%
	手冊內容及提供資料豐富且完整	0	0	1 2.9%	14 41.2%	19 55.9%
	研習流程與整體時間掌控流暢	0	0	3 8.8%	9 26.5%	22 64.7%
	整體服務非常滿意（含交通接送、停車、服務人員態度、報名方式、餐點及飲水供應之滿意度等）	0	0	1 2.9%	9 26.5%	24 70.6%

其他  
建議

1.本研習（活動）對個人未來工作之幫助：

- ◆有相當實質之助益，讓我從更正確的角度去看待和認識學生。
- ◆更具體清楚了解邊緣性人格。
- ◆可以更了解如何與學生溝通。
- ◆更了解輔導學生的情緒問題癥結。
- ◆個案處遇知能及自我照顧。
- ◆更了解學生輔導。
- ◆很大。
- ◆了解情緒的形成、本質及調節情緒。
- ◆多了解創傷背後原因。
- ◆更能多思考，而非依本能提供輔導服務。
- ◆更能了解此人格疾患的人，內心狀況及特質，也有初步辨識的認知。
- ◆更加理解問題行為。
- ◆更了解變態心理學相關疾患。

2.本次課程中希望增減之內容：

- ◆可增加更多有趣的圖文。
- ◆增加說明學生之個案輔導分析。
- ◆案例分享。
- ◆可如何實際運用在輔導學生上。
- ◆如何協助或處理人格疾患的更具體技巧。
- ◆希望有一些互動發問之共同時間。

3.希望推薦的講師：

- ◆張艾如院長。
- ◆洪蘭。

4.希望未來研習之主題或課程：

- ◆希望能有如同今日一樣深入的一系列主題。

5.給主辦單位的回饋與建議：

- ◆感謝工作人員們，你們辛苦了，辦得很好，希望之後的場次也和今天一樣好。
- ◆多邀張院長演講協助教師輔導知能。
- ◆非常推薦（用心）。
- ◆感謝辛苦的安排。
- ◆可多舉辦類似場次，整合醫療資源。

6.給承辦單位的回饋與建議：

- ◆謝謝熱誠招待。
- ◆非常推薦（用心）。
- ◆希望能準備「少數」茶杯，因「少數人」仍會忘記帶杯子，如此一天沒進水，實感不便。
- ◆謝謝貴單位辦理這麼優秀、棒的研習。
- ◆講師很讚，謝謝！
- ◆服務周到，辛苦了！
- ◆謝謝辛苦了。
- ◆中午休息時間建議延長至一個半小時。

※5分代表非常同意；4分代表同意；3分代表普通；2分代表不同意；1分代表非常不同意。

# 「如何能懂妳／你的心—邊緣性人格疾患學生的辨識與輔導」

## 活動照片集錦



陳天寶校長歡迎各校老師與會。



張艾如院長說明邊緣性人格的特徵。



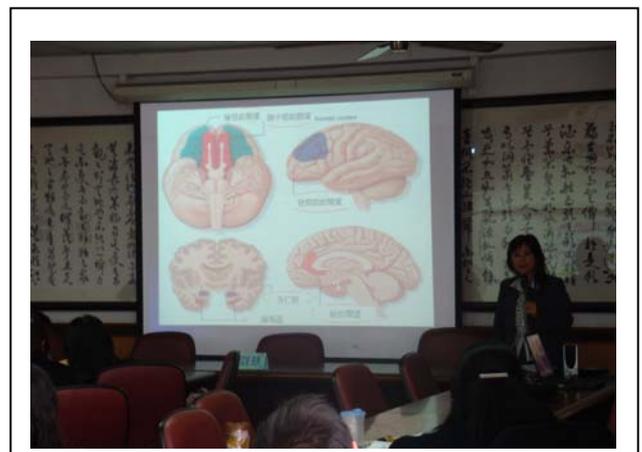
與會老師專注聆聽張艾如院長精闢講演。



張艾如院長提供詳盡的資料。



陳惠苓主任對研習場地及活動流程的說明。



張艾如院長藉圖片說明大腦結構與功能。