

安心班輔

1081014 修訂

一、進行方式：由校內輔導老師按照標準程序結構性方式進行

二、對象：

(一)事件者班級同學、摯友(可與安心團體搭配進行，與事件者關係較緊密者進行安心團體，其餘同學則進行安心班輔)。

(二)目睹事件的班級學生。

三、進行場地：原班教室。

四、進行時間：約 50 分鐘。

五、參與人數：以班級為單位。

六、所需用具：安心班輔活動單。

七、進行流程及指導語：

(○)開宗明義：

各位同學大家好，我是學校輔導老師，關於這次○○○同學發生的意外，相信一定帶給大家或多或少的影響。所以我們特別利用今天提供一個把心聲和感受說出來的機會，協助大家一起來共度難關。

(一)關係檢核：

請大家拿到一份活動單，等一下我們的活動會依照活動單一項一項進行。首先請大家看到第一個「同心圓」的部分，我們要來進行你和○○同學關係的檢核：請你想像同心圓的中心是出意外的同學，請你依照和他/她交情深厚的程度，畫一個星星在同心圓上，假如你跟他/她越熟，星星就會越接近圓心。

(二)介紹哀慟反應、驚嚇反應。

(三)介紹安心四寶

(四)我的感觸

(五)結語：

最後提醒大家，剛剛我們提到很多身心的不舒服，不是病態也不是憂鬱症，這是在非常狀況下的正常反應，大概會在這兩三週裡逐漸淡化。

不過您如果有特別的不舒服，請讓我們知道，我們可以來幫助您，轉介至學生輔導中心，請精神科醫師做心理衛生諮詢，以及心理師來協助您，再次謝謝各位，祝大家平安。