

## 期初導師知能研習～國北教大心諮系孫頌賢老師分享「如何與大學生談感情議題」

學生事務處學輔中心於10月8日中午假誠樸廳舉辦導師研習，邀請到國北教大心諮系孫頌賢心理師，和導師們分享「是鴛鴦還是冤家？與大學生談感情議題」，期望透過這次講座讓導師與學生在談論親密關係議題時能夠更加順利。



【圖：孫頌賢心理師（右圖）建議導師們在幫助學生時須注意兩項原則】孫老師一開始即點出因導師與學生之間年齡差距大，可能帶來溝通上的問題。由於新新人類親密關係較過去相對複雜許多，且同志或跨性別的比例逐漸上升，導師們可能無法理解學生在這方面的感受，因此孫老師建議導師們在幫助學生時須注意兩項原則：

1. 幫助學生了解感情上的惡性循環是怎麼發生的。並協助他們看清楚自己在親密關係上的相處模式，找出問題的發生點。
2. 幫助學生找到在親密關係當中，他們想說的真心話是什麼。而非講氣話或講逃避的話，並且協助學生學習如何做好適當的情緒調節。



簡言之，在親密關係中，當事人應避免在情緒激動時與對方惡言相向，並且要用「良發良接」的溝通技巧解決感情上的惡性循環。

孫老師認為，大學生對導師是陌生的，導師應主動關心學生，證明自己可以被學生信賴，而非被動等待學生來找自己。贏得學生信任的關鍵，其實是導師的「非語言訊息」在面對學生時保持一種「願意聽」的態度，同理接納學生的困擾及疑惑，學

生就能感受到導師的關心，也更願意向導師說自己的情況。【圖：孫老師認為，導師應主動關心學生】

若能在學期一開始就與大一新生建立良好的關係，未來學生有問題時也比較會主動尋求導師的協助。有興趣瞭解當天演講全貌的師長，可透過本校「播客網」資源，欣賞孫老師精彩生動的演講。（文/學生事務處）

●102-1 期初導師知能研習：與大學生輕鬆談感情議題（上）

[http://podcast.tmu.edu.tw/podcast/show\\_episode/1970](http://podcast.tmu.edu.tw/podcast/show_episode/1970)

●102-1 期初導師知能研習：與大學生輕鬆談感情議題（下）

[http://podcast.tmu.edu.tw/podcast/show\\_episode/1971](http://podcast.tmu.edu.tw/podcast/show_episode/1971)