

Super Junior

黃欣妘心理師
2022/01/20



簡介~黃欣妘心理師

- 專長：遊戲治療、早期療育評估與治療、認知治療、過動症治療、亞斯柏格症、注意力治療、兒童發展、兒童情緒與行為發展議題、親職教育、心理衡鑑評估、**ADHD**兒童人際互動團體治療、兒童情緒管理團體治療、兒童與青少年諮商、藝術治療、失落治療、存在治療

- 黃欣妘心理師部落格

<http://hsinwin0613.pixnet.net/blog>



關於我

- 學歷：中原大學心理學系畢、清華大學教育心理與諮商碩士畢
- 執照：95年諮商心理師高考及格
- 諮心字000740
- 現任：仁和復健科特約心理師（個別及團體治療）、遊戲治療及兒童人權協會外聘及心理治療督導、桃園縣暨新竹縣家庭暴力中心特約心理師、社團法人中華民國兒童人權協會特約心理師、興智國際特約心理師



- 經歷：桃園暨新竹縣兒青安置機構特約心理師、上海交通大學附屬兒童醫院講師、安立身心診所、振生醫院兒童復健科專任心理師；台北希望兒童復健診所心理師、壙新醫院復健中心專任心理師、仁愛醫院專任心理師、新生醫專通識課程心理學講師、正修技術學院約聘督導、朝陽技術學院專任心理師、張秀菊基金會特約心理師、台中縣屯區社區大學講師、聖約翰科技大學專任心理師、交通大學實習諮商心理師
- 團體/工作坊：兒童ADHD人際情緒團體、發展遲緩兒童人際團體、發展議題團體、親職效能團體



- 專長：遊戲治療、親子遊戲治療、兒童青少年心理評估及治療、兒童青少年家暴性侵犯評估及心理治療、早期療育的評估及治療、認知訓練、兒童人際互動團體治療、兒童情緒團體治療、家長之親職效能團體、失落治療、兒童青少年發展



:



:

●工作坊/演講

- 1、國小、國中兒童情緒障礙講師
- 2、兒童遊戲治療訓練（幼兒園、國小、國中教師、社工人員、教保人員）/澎湖、上海交通大學附屬兒童醫院/各醫院學校/專業人員
- 3、親職教育訓練講師（ADHD親職教育、強制親子治療父母、家暴/性侵受害者父母、兒青精神疾病父母）
- 4、收出兒童父母親職訓練（收出養各社福機構）
- 5、青少年議題（發展、自殺、未成年少女懷孕、憂鬱）各大院校
- 6、早期療育心理認知發展（各醫院）



著作

- 1、黃欣紋等人（2016年7月5日）。情緒教育，怎麼教？：家校攜手，共讀共玩的50+提案。天下雜誌。
- 2、黃欣紋（2015年8月21日）。父母的「愛」小心變成孩子的「礙」。自由時報，第12版。
- 3、黃欣紋（2015年7月14日）。設限與同理 小暴龍變身兔子。自由時報，第12版。
- 4、黃欣紋（2015年7月）。（採訪）淺談遊戲治療 兒童心事誰人知。媽媽寶寶雜誌，341期，153-155。
- 5、黃欣紋（2015年7月6日）。家長幫過頭 孩子發展亂了套。自由時報，第12版。
- 6、黃欣紋（2015年7月1日）。誰說長髮才是公主 談兒童自我概念。自由時報，第12版。
- 7、黃欣紋（2015年6月15日）。減少分離焦慮。親子天下 寶寶季刊。夏季號，116-119。
- 8、黃欣紋（2014年12月5日）。健康戀愛 遠離傷害。新竹縣生命線 社區心理衛生中心。
取自<http://www.mhc.org.tw/showNews.asp?id=278>。
- 9、黃欣紋（2014年6月4日）。過動症 藥物與心理並重。人間福報，第10版。
- 10、黃欣紋（2013年9月8日）。童言童語 夢的解析與投射。自由時報，第4版。
- 11、黃欣紋（2013年9月29日）。入學「分離焦慮」症 親子都受苦。自由時報，第4版。
- 12、黃欣紋（2012年3月4日）。孩子青春期 親子關係大考驗。自由時報，第4版。
- 13、黃欣紋（2011年5月15日）。同理心相處化解親子緊張關係。自由時報，第4版。



著作

- 14、黃欣妏（2011年6月27日）青春的暗流。桃園市社區心理衛生中心。取自 <http://www.mental.tychb.gov.tw/form/Details.aspx?Parser=3,6,30,,,,137,,,,1>
- 15、黃欣妏（2011）。探討心理治療人員面對個案自殺死亡之因應與復原方式。輔導季刊：47(4)，50- 60。
- 16、黃欣妏（2011年2月26日）。我玩·故我在。自由時報，第4版。
- 17、黃欣妏、曹俊德（2009）。新生心理健康困擾之調查研究--以中部某科技大學為例。朝陽人文社會學刊。147-172。
- 18、黃欣妏、曹俊德（2008月12月）。大學身心困擾的議題分析-以朝陽科技大學為例。李德材（主持人）。身體思維與通識教育。通識教育課程與教學研討會。朝陽科技大學。
- 19、黃欣妏（2006年11月）。資深諮商師處理個案自殺行為之經驗探討。中國輔導學會與台北市立教育大學教育心理與輔導學系主辦「中國輔導學會2006年年會暨學術研討會：諮商倫理與專業議題」宣讀之論文(台北)。
- 20、許韶玲、黃欣妏（2004）。團體督導過程中的重要事件及其對受督導者的影響—以個案呈現取向為例（國科會專題研究計畫成果報告號：NSC92-2413-H-009-004）。台北：中華民國行政院國家科學委員會。
- 21、許韶玲、黃欣妏(2004年11月)。為什麼受督導者隱而不說？諮商員隱而未說的原因及其願意揭露的情況。中國輔導學會與國立台灣師範大學教育心理與輔導學系主辦「中國輔導學會2004年年會暨學術研討會：諮商倫理與專業議題」宣讀之論文(台北)。



電影欣賞

全民超人



看到什麼？

- 1、想幫忙卻被誤會
- 2、情緒控制不佳
- 3、衝動控制欠佳
- 4、破壞秩序與物品不自知
- 5、缺乏社交技巧
- 6、缺乏穩定人際關係



看到什麼？

- 6、缺乏穩定人際關係
- 7、不被他人接納
- 8、常期被誤會
- 9、孤單
- 10、酗酒
- 11、習得無助
- 12、邊緣化自己



青春期的全民超人為何難搞



- 一、常年不被他人接納
- 二、無止禁的被告狀與處罰
- 三、過去沒有被好好治療過，只談策略與步驟，忽略身為一個「人」內在複雜歷程



心理師跟老師們可以做？

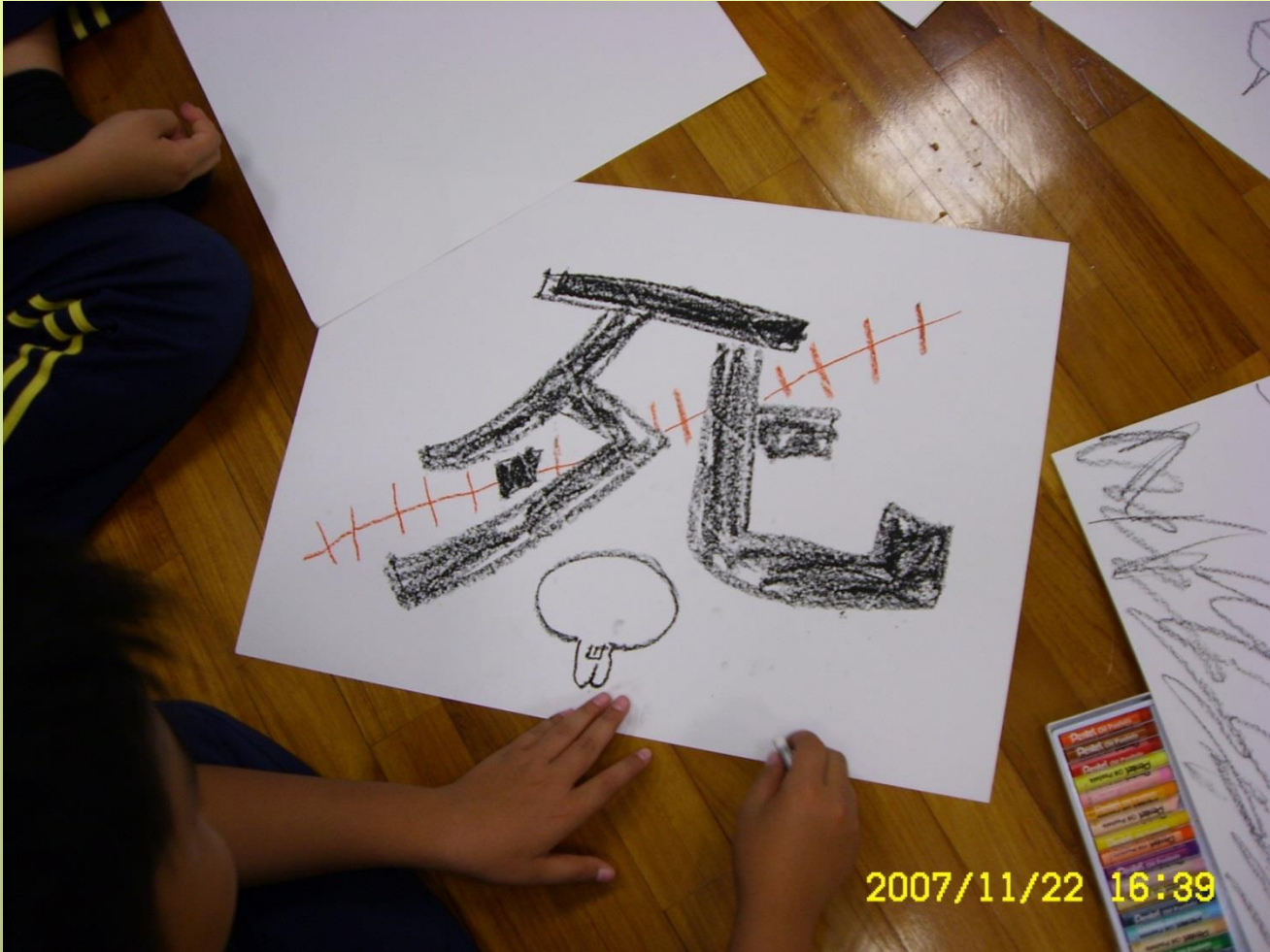


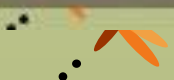
一、品牌顧問=心理師

首先且必要的策略是建立信任關係：
最重要也是最難這部分

二、如何建立關係：只有同理心回應兒童：
只有有兒童願意信任妳的時候，才開啟治療
的大門









2011/11/1



2011/11/21 18:27



2011/11/14 16:12

我的治療方式



- 參考老師及主要照顧者的資料
- 參考衡鑑報告
- 進入遊戲治療：從治療中觀察了解個案行為，了解一個孩子或成人需三個月（**12次**）以上能了解較完整兒童心理與行為狀態
- 進入行為改變技術



我的治療效果

一、從服藥到不用服藥（需要與父母配合）

如何停藥：雙盲測驗

二、越早進入治療，有機會不會服藥

三、越早發現進入遊戲治療，癒後越佳（減少青春期的不適當行為）



ADHD迷思vs事實



一、是他們個人的問題

事實：家庭與環境系統：管教態度與價值觀、文化差異性，變成假性ADHD、AS及發展遲緩，分離焦慮



ADHD迷思vs事實



二是他們的行為及道德缺陷

事實：**ADHD**為腦功能失調（前額葉皮區活動過度低落）

三、**ADHD**到了**12、13**歲以後自然會好

事實：未經治療會一直到成年，可能無法找到工作、常抱怨他人、經常遲到、負面思考、婚姻問題、人際問題。

四、**ADHD**藥物治療是最佳方式

事實：適當開立處方籤外，需從教育、心理治療、



治療成功與失敗的預測因子

一、父母、老師的教養價值觀：



一致**vs**不一致

(父母、老師原生家庭的價值觀如何複製下一代)

二、父母、老師願意配合治療改變動機：

孩子要什麼？**vs**父母要什麼？**Vs**老師要什麼？

三、父母、老師的毅力

改變需要時間，不是幾招或幾句話



治療成功與失敗的預測因子



四、父母社經地位及心理疾患

經濟強勢、經濟弱勢、特殊工作、嚴重
憂鬱、酒癮（人格）精神病、藥癮、3C
成癮、學歷高低（??）

五、兒青年齡：

學齡前（>65%）學齡兒童（
50%-64%）青少年（25%-35%）



怎麼幫忙



一、心理諮商治療：

- 1、感情（兩性、同性、性別認同）、人際、存在感、自我認同及混淆、家庭議題
- 2、自卑、沒自信、習得無助、自認無能、沒有學習動機
- 3、社會適應及存在議題，不是追求功課及社會認同成就感



二、學校系統

- 1、建立關係：至少願意去了解孩子（如何回應孩子、很重要*3、）
- 2、建立信任正向的信任關係，例如請孩子幫忙、在學校時不定時會詢問最近生活狀況。
- 3、清楚定立明確班規，並說明違返後的處罰：例如：「尊重對方、不能大吼大叫，不能打人、罵人或嘲笑他人。」
- 4、不說教及不做人格自尊攻擊（東方文化）：怎麼學不會！你看誰誰誰寫的很好，你應該也可以！



二、學校系統：心理層面

- 5、當孩子照著規範去做時，一定立即給予肯定、讚美或增強。而不是挖苦式讚美（終於等到你寫功課，什麼你不早點做？）
- 6、當孩子違反規定時，應就是論事，不帶情緒，給予明確的處置
- 7、定期跟心理師保持聯絡，讓心理師得知兒童的狀況（我會請家長轉述給我）
- 8、不會在其他同學面前傷及自尊，或縱容其他同學嘲笑他（單挑他的毛病也會讓同儕一起取笑他）



二、學校系統：心理層面

- 9、保持中立的立場同時具有同理心：成為好的一個傾聽者：先聽發生什麼事
- 10、增加個案的成就信念（找事情請他幫忙），目的增加來學校動機
- 11、清楚而緩慢地給予指導，並在必要時再三說明，確定孩子理解無誤。（我的作法是重複詢問是否了解）



學校策略~提高專心度



- 1、提問以後先停頓一下，觀察同學反應，不要立刻指定某同學作答。
- 2、預告學生你將要問問題（例如：等一下我要找一個同學問問題，但我還不知是誰）
- 3、如果孩子發呆，可以點他的名，問他一個很簡單的問題（不固定比率），增加成就感



學校策略~教學方式



- 1、透過shaping：一開始先調整作業量，將作業任務分段進行。等有能寫完全部，再請他完成全部作業。
- 2、視需要作彈性調整，例如減少作業量、延長任務完成時間等。
- 3、制約行為：在聯絡簿裡寫下讚美的話（當天他有符合規範的行為，一點點的事也可以），讓他有動機把聯絡簿帶回家。一段時間後，再寫兒童不適當行為，請具體描述行為（今天在學校午休時，拿紙團丟同學，干擾班上秩序），而非抽象（兒童行為不乖、不聽話、打同學這些負面字眼）



三、家庭系統

- 1、家長需要一起改變：如何回應孩子
- 2、限制：不認為需要改變，都是小孩的錯
- 3、教養價值觀（缺乏主動性探索與學習、應該學校老師教）、人生價值觀（怎麼看到與失敗）
- 4、父母從原生家庭價值觀的內化而不知或不願改變：我以前都.....

