

2016-17 年度服務報告 - 服務選篇 7 (附志願者感想)



花樣年華·青春期全人健康成長

受惠人次：244

青少年是國家的未來和希望，學校、社會、家長，不能僅僅重視文化專業知識的教育，還要讓孩子們具備健康的體魄和良好的心理素質，全面關心、愛護和尊重他們。加強青春期的教育，可正確引導青少年處理青春期所面臨的困惑，為人生路建立穩固根基。

然而很多學校只著重成績，老師也不懂如何教育學生有關青春期的知識，不少青少年不懂面對成長中生理和心理變化所帶來的迷惑，出現月經異常、青春期妊娠、不良嗜好和行為，直接影響其自信和自尊感。由於不懂，他們更不知道在困擾出現時如何與人分享和保護自己，以及如何建立一個正面的自我形象。

花樣年華·山區青少年全人健康成長計劃，為此於 2015 年開展，曾服務金堂港青學校、官倉學校及西南石油大學學生。本年度，此服務繼續在志翔職業技術學校及西南石油大學推行。

志翔學生來自四川省各個貧困山區，大多數為貧困、孤兒、單親孩子。處於青春期的他們，由於家庭教育的缺失面臨更多困惑，學生迫切地想滿足自己的好奇心，他們把種種的疑問寄託於身邊的教育，而學校對性教育的禁和堵，讓他們可能將渴求瞭解與指導的眼光，投向了種種危險的可能性途徑。

土房子與他們同行，一齊努力。

合作夥伴

遂寧市船山區志翔社會工作服務中心

負責職員

尢瑪草

志翔職業技術學校服務概況

招募固定組員 24 名，開展以下主題的小組活動 16 節。

- | | | | |
|---------|----------|-----------|-------------|
| 1. 唯一的我 | 2. 成長萬花筒 | 3. 花開時節 | 4. 你的煩惱我來聽 |
| 5. 愛的繾綣 | 6. 彩虹橋 | 7. 書包裡的玫瑰 | 8. 屋簷下的風雨 |
| 9. 采薇 | 10. 豆蔻年華 | 11. 泥做的骨肉 | 12. 親愛的 你真棒 |

志翔職業技術學校服務成效

- 有效幫助青少年發掘自身特點、閃光點，懂得瞭解自己、接納自己、欣賞自己。
- 使學生瞭解青春期相關的生理心理知識，更好的面對生活當中的困惑。
- 面對青春期 4 大壓力、自我形象的困擾、與父母家人的關係、學業前途、交友及感情的煩惱，在小組分享和討論後，做出正確的判斷和適應。

志翔職業技術學校服務簡述

2016 年 9 月 招募組員

學員自願報名，顯示他們對活動內容感興趣，並能主動行出第一步。
此次招募組員共 24 人，分兩組進行活動。

備註

由於小組涉及到情感的交流和釋放，私密話語的分享，由此界定為封閉式小組。

2016年10月

1. 唯一的我（2節，20人次）

發掘自身特點、閃光點，讓他們在活動中懂得瞭解自己、接納自己、欣賞自己。

- 1.1 社工介紹小組整體內容，小組的性質（封閉式）及本學年的小組具體安排。
- 1.2 討論建立小組規則，介紹本次活動內容，逐步建立小組歸屬感。
- 1.3 小組熱身活動：滾雪球
- 1.4 主題活動：「回顧生命線」，瞭解自己，同時傾聽別人的故事。
- 1.5 每日花語時間：「茉莉花」，代表人物宋慶齡
- 1.6 組員總結此次活動的感受：每日一句

2. 成長萬花筒（1節，16人次）

瞭解與認知青春期心理發展的一般特點，並分析原因，使學生能夠正確對待此階段可能出現的心理問題。

- 2.1 探討女生的心理特徵，引出主題。
- 2.2 強調榜樣示範作用對對小組成員施加潛移默化的影響。
- 2.3 以歌《我是女生》展示青春期女生的俏皮多變，討論與分享每人對青春期女生的理解。
- 2.4 分享作畫，畫出青春期最好的自己，包括最好的自己所具備的外在形象；青春期的最大感受；以及遇到的困擾。

2016年11月

1. 花開時節（2節，20人次）

認識青春期生理變化情況及自我管理

引導同學分享自己的情緒或者煩惱，討論及總結出同學們處理情緒的合理的方法

2. 成長萬花筒（1節，14人次）

2.1 瞭解女生的生理變化及青春期的心理衝突。

2.2 組員說出自己的心理感受。

2.3 志願者講解如何認識我們的膚質及正確洗臉的步驟；站姿，坐姿；公主養成記。

2.4 講解緩解痛經的小竅門。

3. 你的煩惱我來聽（1節，12人次）

瞭解如何排解消極情緒，以及對不易化解的情緒，採取適當的宣洩方式。

3.1 引導同學分享自己的情緒或者煩惱，討論及總結出同學們處理情緒的合理的方法

2016年12月

1. 百變情緒（1節，12人次）

學會正確處理情緒，認識和識別不良情緒，學習快樂生活原則。

1.1 小組分享：角色扮演每種不良情緒，產生以及帶來的影響。

1.2 討論釋放不良情緒的方法。

2. 彩虹橋（1節，12人次）

學習異性交友原則，建立正向和恰當的相處方式。

2.1 角色扮演：損友和益友

2.2 小組討論交友原則

2017 年 1 月

1. 書包裡的玫瑰（1 節，12 人次）

認識愛情與友情的區別，梳理愛情中相處的不同模式，建立正向價值觀。

- 1.1 手指上的愛情；戀愛目標。
- 1.2 一起探討愛情的話題，勾勒自己心中對於愛情的想法，說出自己的疑惑，互相支持和解決疑惑，建立正確的愛情價值觀。

2. 屋簷下的風雨（1 節，14 人次）

認識家庭暴力的類別，以及對家庭成員的影響。瞭解家庭暴力的原因，學習如何在暴力環境下保護自己。

- 2.1 瞭解自己，同時傾聽別人的故事。
- 2.2 暴力的危害及面對家暴我們該如何保護自己。

2017 年 4 月

1. 采薇（1 節，14 人次）

認識性騷擾的概念，明確性騷擾的範疇，參考常見性騷擾事例，避免方法，發生後應對的方法。

- 1.1 3 個題目：你有沒有受過別人的滋擾或侮辱？是什麼人？他們作了什麼？
- 1.2 討論何謂性騷擾。
- 1.3 如何防範？

2. 豆蔻年華（1節，14人次）

使組員能夠掌握避免受到侵害的方法；增強其對言行舉止及衣著的正確認知，幫助其樹立正確的審美觀。

- 2.1 情景模擬：工作人員與志願者合演犯罪分子，通過街頭搭訕，用尋求幫助、冒充熟人等藉口，誘騙未成年少女並實施犯罪的情景。
- 2.2 分組討論輕信別人的前因後果、犯罪分子選擇獵物的方法及如何趨吉避凶。
- 2.3 學習在不同場合恰當的衣著、言行等。

3. 泥做的骨肉（1節，14人次）

通過角色體驗，讓女生認識男女生的不同之處，懂得站在男生的立場去考慮、處理事情。

以角色互換遊戲體驗男生的日常生活習慣：如打領帶、刮鬍子…嘗試以男生的角度、討論男生的悲歡喜樂及其原因。

4. 親愛的，你真棒（1節，14人次）

總結整個課程內容；回顧、分享個人成長、收穫。

2016-17 年度服務統計

活動主題 / 形式	活動次數	受惠人次
回顧生命線/你的煩惱我都懂/成長之路 情緒指南針/友誼創作表演/戀愛目標/情景劇 排練、表演/血的教訓/情景展示和討論/男生 角色體驗/成長的軌跡	16	244

附件

1. 服務照片
2. 志願者感想

附件 1：服務照片

<p>小組初期</p>	<p>繪畫自我形象</p>
	
<p>講述生命線</p>	<p>互訴最難忘的故事</p>
	
<p>情緒氣球</p>	<p>選取雕塑環節</p>
	

書包裡的玫瑰



討論如何應對家暴



煩惱牆



組員分享



附件 2：志願者感想

花樣年華

蘭天霞（成都資訊工程大學）

花樣年華小組的活動主要以分享的形式開展，讓我感觸最深的就是生命線的股份。原本和我們素不相識的幾個小妹妹，通過畫生命線分享自己經歷過的酸甜苦辣，對未來的期望以及規劃，讓我對她們的瞭解更進了一步。她們大多數人的和我一樣都是不幸的，有辛酸的童年和家庭中遭遇的種種不幸，但是他們都很懂事、樂觀，對生活充滿了信心和希望，每個人都懷揣著自己的夢想，並為之而努力去改變自己的生活。

起初有些人表現得很靦腆，不願意把自己的故事分享出來，包括我也一樣。通過幾輪遊戲和名片製作後，大家相互熟悉，好幾個小姑娘都在試著參與到活動中來，給我印象最深的就是我旁邊的大樹妹妹，母親在她上初中的時候去世了，當時成績很好的她因為家裡遭到變故的原因開始厭學，沒有了母親感覺生活失去了光亮，可是她是家中的老大，她不得不給弟弟妹妹做好堅強的榜樣，去擔當姐姐的責任…

生活就如同一場電影，情節跌宕起伏，我們每個人都在演繹著不同的角色，經歷著不同的場景。當生活給了你一棒的時候不要去怨天尤人，振作起來前面還有更精彩的場景在等著你。

始終相信一句話：上帝給你關了一扇門，會給你打開一扇窗。

面對困難 永不放棄

張薇（成都資訊工程大學）

花樣年華小組活動，讓我真切的感受到人生給予人不同的經歷與意義。

每個人都有自己痛苦的經歷，時間的流逝只是暫時的淡忘，當再次談起的時候依然不能淡定自如。

她們給我的印象是積極樂觀的並且是羞澀的，卻不知每個害羞的笑臉背後都有一個痛心的故事，讓人不禁想到一句話「幸福都是相似的，但不幸的人各有各的不幸」，其實，細細想來，幸福與不幸都是一樣的，幸福的人各有各的幸福。在她們的童年裡，也許天空總是低沉著臉，生活總給是以眼淚的方式考驗她們，很慶幸她們沒有放棄，有其他家人、老師、朋友的鼓勵走出陰霾，頑強的微笑著。

每個人都有自己的快樂與悲傷，但是在面對困難時，痛痛快快的哭過之後，積極樂觀的面對才是我們要做的事，相信逝去的人會有更好的歸宿，開心的生活是他們所願看到的。不開心的事希望它隨風吹散，生活不再屬於它。她們讓我更懂得珍惜，我也更希望用自己的力量真正的幫助到她們，讓她們擁有本應屬於她們的笑容，困難不會永遠存在，只要永不放棄。

花樣年華

陳麓眠（西南民族大學）

我從未覺得，很多人口中特殊的群體就是與常人不同的，如同在大二的專業實習課程中，我主動選擇了成都德康醫院作為我的實習點，我想接近那些休養員，我想他們相較於其他的群體更需要我們去走近他們，去傾聽他們，哪怕是陪他們說說話，相視微笑。

經過一年與精神障礙患者的接觸，我想要溫暖他們的想望變得愈加強烈，因此在目前的專業實習中德康仍然是我選擇的一個實習點。

此外，我來到了志翔，「花樣年華」項目的第一次活動，與孩子們一起參與活動，一起說說話，一起談談自己的想法，事實上這也是我第一次接觸青少年群體，或許他們更為敏感，或許在他們之中有不少人來自貧困地區而心懷自卑，或許他們甚至存在某些生理障礙，我未曾因此而有所顧忌過，我只是擔心我是否能夠讓他們信任我，我是否有能力帶給他們溫暖。

我想調整好狀態，適應與青少年交流溝通的角色，調節自己的情緒，努力與孩子們及早建立一個信任關係是重中之重。希望自己能夠真正為他們提供一些幫助，也希望自己在學習社工站社工帶領小組活動中，能夠將專業學習的理論知識與實踐融匯貫通，進一步提升自己的實務能力和專業能力，收穫更多的專業經驗。