

中國文化學院

俞筱鈞

心理衛生中心簡介

一、前言

依照人類身心發展的程序來說，大學生的年齡正值青年後期到成人初期的過渡期，無論身心方面，均在生長發育尚未臻於成熟的地步，故而對許多問題往往易產生適應的困難，而導致心理上的不安與困擾，這時青年們最需要獲得的是瞭解、支持與輔導。再就大學教育的意義除了著重知識的傳授外，更主要的目標是培養健全的人格，使學生能由自我了解、自我接受而達於自我發展的境界。基於此，心理衛生工作在大學裡的推展，實具有很深的意義，且佔相當重要的地位。

二、成立經過

本院張創辦人，對於學生身心健康之維護，素極重視，為加強推行心理衛生輔導工作，增進同學身心健康，以求學業發展，乃於民國五十九年七月正式於本院訓導處下附設「心理衛生中心」。創辦之初，由在本院任教心理學的黨士豪神父負責籌劃推展中心工作，黨主任在主持中心工作一年後，因赴美進修，自民國六十一年春，中心主任另由俞筱鈞女士接任，俞女士為菲律賓亞典羅研究學院心理輔導碩士及國立菲律賓大學教育心理博士，接任以來，復經策劃，以及同仁的盡心努力，使本校之心理衛生工作奠定了良好基礎。因鑒於輔導工作對大專學生愈趨重要，本院故於民國六十四年六月起，將心理衛生中心提升為一級單位，在行政上直隸屬本學院。

三、人員編制

心理衛生中心設主任一人，主持中心業務之策劃與推展，另設助教二人，襄理有關業務及研究工作。並視業務之擴展加聘工讀生以協助日常事務。

四、地點與設備

心理衛生中心現設置於大典館三樓，地點適中，環境優美而清靜。目前有二個房間，一間為辦公室，一間為測驗及會談室，且有資料櫃及書櫃共八個，作為存放資料及參考書籍之用。

五、工作概況

心理衛生中心工作之性質範圍，是以學生心理輔導為主。茲將中心工作之方式與內容介紹如下：

(一)個別輔導

與學生進行個別諮商會談，幫助解決各種心理疑難問題。凡同學自覺有學業、家庭、交友、情緒、健康以及人生等困擾問題時，即可自動前來接受輔導。同學到中心時，先由助

教協助填寫有關個人資料，並按問題性質予以測驗，再安排個別會談時間。至於諮商後的一切資料，中心必遵守職業道德，嚴加保管且絕對保守秘密。

對於心理困擾較嚴重或有因性疾需治療者，中心亦轉介有關專家或醫生診斷，並作適當之處理。

自中心成立迄今，個別輔導之個案有二百七十餘件，其中大多數是自動前來尋求輔導者，僅有少數是經由同學介紹或師長轉介的。

據中心歷年輔導的個案中，發現同學的困擾問題，大致可歸納如下：

- (1) 家庭問題：不良之家庭關係所引起之身心困擾（如憂鬱、焦慮）與父母家人思想及感情無法溝通圓滿，以及由於父母管教不恰當所導致之人格發展偏差。
- (2) 健康問題：如患先天性神經系統衰弱、頭痛症、失眠等因性疾病所引起之精神困擾。
- (3) 感情問題：與異性間之交往所引起之不安全、感情受挫、情緒不穩定、壓抑等。
- (4) 人際關係問題：與別人交往發生困難、不易與人言談、與家人關係不和諧等。
- (5) 學校學業問題：所學與理想不配合、課程內容不感興趣及學習困難等。
- (6) 人生問題：對人生之意義以及哲學、宗教價值所引起之苦惱等。
- (7) 其它尚有關於經濟、職業、前途徬徨等問題之求救。

(二)心理測驗

中心備有多項測驗資料，對同學提供免費之服務。心理測驗之目的，一面可藉以幫助學生了解本身之智力、興趣、性向、人格等方向之情況，並可依據其「個別差異」提供適切之輔導。一面可用在個別問題不易察察之情況下，早期發現問題之存在，給予適時輔導。測驗之方式分為「個別測驗」及「團體測驗」。個別測驗即同學本人自動到中心，視其個別之需要，由助教選擇適合之測驗為之施測，測驗結果經批閱計分後，均作個別解釋。團體測驗則多應班級、團體之請求前往施測，以及對新生入學後所舉辦的心理健康抽樣調查。中心所採用各項心理測驗時乃循以下四個原則：(1)信度及預測度高者。(2)已翻譯成中文（除非非為非語文者）或泛文化研究中已曾使用於我國受試者。(3)有我國受試者之常模。(4)能購買或索取者。

目前中心已具備之心理測驗計有：瑞文氏非文字智力測驗、歐思思智力測驗、加州心理成熟測驗、羅桑二氏非語文智力測驗、修定白氏職業興趣量表、羅氏職業性向測驗、加州性職業興趣量表、羅氏職業性向測驗、羅氏職業性向測驗、加州性職業興趣量表、柯氏性格量表、基氏人格測驗、曾氏心理健康量表及雜感填句等十幾種。

(三)舉辦專題講座

根據歷年來的統計，自動到中心接受個別測驗的約有一千一百一十二人，參加團體測驗的人數有四千一百三十九人。由於「預防勝於治療」，所以中心對同學的輔導更着重於

積極性的促進同學對如何維護心理健康有正確的觀念與基本認識。故每學期均舉辦心理衛生講座，並藉專家的指導及共同討論，提高同學對問題的興趣與適應的能力。

(四)團體輔導

如中心曾舉辦過的「人際關係技巧」研習會，即利用團體動力及自由的氣氛，使同學從中體驗與人建交、溝通思想之藝術，藉而運用到日常生活中人際關係之改善。

其他：如舉辦「職前輔導座談會」幫助同學了解職業發展趨勢，並作就業準備。此外中心亦隨時蒐集及提供有益身心之書刊雜誌，使同學從閱讀中培養自我指導的能力。

六、目前工作重點

自六十四學年度起已展開兩項新工作：(一)大一新生的心理健康調查。(二)大專學生心理健康問題研究。此等工作主要在探討大專學生心理困擾之環境及人格因素，進而促進預防及積極心理工作。研究對象將更包括校際之大專學生及不同健康量表之比較。

七、展望

心理衛生輔導工作，在本校雖屬一創新之工作，無前例可循，然數年來，經多方努力，漸具規模，成效日彰。惟鑒於數年工作推展所遭遇之難題，除感於人力與經費之不足，對於如何溝通工作觀念，增進共同瞭解，尤感重要。故今後盼能加強(一)與校內各有關單位取得密切合作及聯繫，使全校同仁均能認識輔導工作性質，共同協助工作之推展。(二)與校外有關輔導機構取得聯繫與合作，使能獲社會資源，以增進輔導之功效。

八、結語

依據中心數年來工作之接觸與體驗，深覺此項工作對於大專學生所具之意義與價值，尤其在大學心理保健工作日獲重視的今天，更深感責任之重大。所以當同學們在交友上，人格上等遇有無法解決不能適應時，應及時處理並予以重視，否則一旦疏忽，不但易造成心理困擾，並將嚴重地影響學業。故今後除了上述各項服務，並應加強從事研究、發展與預防工作，期使積極心理衛生工作能發揮更高之效果，使同學身心能獲得適當、平衡之發展，進而必能圓滿完成大學教育，將來成為國家、社會優秀之人才。

中國音樂史論集

戴粹倫等著

本論集係當代音樂界學人，戴粹倫、李九仙、梁在平、張錦鴻、張大容、黃友隸、何志浩、莊本立、高子銘等多位先生執筆，內分周代音樂、秦漢音樂、唐代音樂、明代音樂、清代音樂、中國的雅樂、中國的樂舞、中國音律的研究，現代國樂等九編。

該書不但對中國音樂的淵源和特質均予以詳盡的介紹，並附上珍貴的插圖。定價：七十三元