

# \_\_111\_\_ 學年第 \_\_1\_\_ 學期 讀書會/學習社群學習心得報告

成員姓名	王美嫻、陳珮綾、蔡宛芸、王琪心、林沛儒		
所屬系所	社工 1A	指導老師	南玉芬
社群名稱	沉默的孩子		
本次主題類型	<input type="checkbox"/> 專題導向； <input type="checkbox"/> 課程分組：_____（請填寫課程名稱）； <input type="checkbox"/> 跨院分組； <input checked="" type="checkbox"/> 自主成立課餘討論； <input type="checkbox"/> 其他：_____		

## 學習過程與反思：

### 本次討論主題：

第七章 對孩子的偏見

第八章 傾聽身體：通往痊癒的道路

**過程：**這次我們依序討論書中大家的章節，我負責第七章和第八章的部分，以下分別是閱讀後和討論的過程：

第七章 對孩子的偏見伊麗莎白·楊布魯爾（Elisabeth Young-Bruehl）定義了孩童偏見為「由於將孩童視為財產，視為可以（甚至是應該）因為成人的需要而受到控制、奴役或剷除的對象，而對孩童產生的偏見。」當我們將孩子的反抗行為視為一種症狀時，就是一種歧視孩童的表現。將孩童的不守規矩當作一種「反抗」如此負面的字眼。事實上每個反抗的背後都是種求救訊號，若能夠意識到孩童敏感且細微的感受就能消解壓力來源，減少反抗的行為。

經常被拿來管教孩童的隔離法，雖然有用但容易造成孩童的生理上或情緒上覺得被拋棄，因此在孩童哭鬧的當下指出孩子的情緒使其連結，僅僅一個溫柔的擁抱、傾聽就能讓他們感受到安慰和理解。

第八章 傾聽身體：通往痊癒的道路

父母在傾聽孩子時也需要傾聽自己的內心，冷靜和自制都有助育孩子在情感方面的健康成長，同時父母也透過自我調節來教導孩子學會情緒調控的技巧。

大衛·杜布斯（David Dobbs）提出「蘭花與蒲公英」假說，高敏感性格的人容易使人罹患精神疾病，但若周圍的環境是支持他的，那它反而會更易獲得快樂、和擁有轉換問題為才能的能力。

當孩子被貼上強迫症、ADHD、焦慮症或自閉症的標籤。通常家中的其他成員也會有與孩子相似的行為特徵與診斷結果。而父母兒時的記憶也會對親子關係造成影響，若我們將孩子與父母分開治療，我們將難以發現親子關係衍伸出的症狀背後的意義。雖然感覺統合的差異是與生俱來的，但親子關係代表的意義也會對孩子的感覺造成立即的影響。

精神病理學代表的是壓抑創意，而心理學的成長代表的則是說故事與聽故事。」只要有時間傾聽，我們就能提供安全的空間，讓孩子表達故事中不可避免的痛苦和傷心。

### 最大收穫/學習與建議：

在這次的討論中我和組員交換了對於書本的意見，每一個章節中提及的實例和專有名詞相當契合，令人更快速的連結事件和效果之前的關聯。

這次的學習因為章節較多所以我們均分給每個組員，在我負責的章節內我學習到了一些以往不會碰觸到的知識領域，這本書深入淺出的介紹，無論有無相關基礎都非常適合閱讀，即使毫無相關基礎的人我相信也能吸收到許多新知並運用在生活中。

111 學年第 1 學期 讀書會/學習社群學習心得報告



組員討論影片相關心得



組員討論影片相關心得