

## 中華民國牧愛生命協會

### 88 風災災後兒童心理危機輔導特刊 9809

#### 緣起：

莫拉克颱風重創台灣之後已經將近一個月了，這場風災像是一場惡夢，令人悲傷與沮喪的夢，置身其中的災民、倖存者、協助救災的志工與國軍，及在電視前面感同身受的全國民眾，都同在其中煎熬著，但這終究是一場要醒來的夢，回到現實生活中，我們可以做得更多！

在八八風災後，許多校園也受到重挫，最近暑假結束，學校開學了，孩子多半在此時回到校園。這些暫時棲身在外被收容的學齡期兒童，即便有些孩子得以安然的遠離災區，但環境頓時變化這麼多，實在很難馬上就能適應，更別說是那些遭逢家中重大變故的孩子。因此我們在此時刻不容緩的投入，預計在災後心靈重建的黃金時期第一時間，針對孩子們進行災後兒童心理危機輔導團體，協助孩童的身心調適，並篩檢出危機個案，以期進行評估後續的輔導與重建。

1

中華民國牧愛生命協會

再給生命一個機會

兒童青少年自殺防治 / 0800-222-911

網址 / <http://www.call.org.tw>

會址 / 高雄市鼓山區濱海二路23-2號 · 電話 / 07-521-7306 · 傳真 / 07-531-1839 · 郵政劃撥帳號 / 42190373 · 立案字號 / 台內社字第0930074005號

## 災區兒童陪伴心輔紀實

文：牧愛生命協會理事長·第一期守護生命天使 李碧玉

2

九十八年八月二十七日，協會執行長吳美麗老師經與高雄安置桃源鄉梅山村災民的天主堂神父與志工領導者表達本會強烈關懷與助人意願，並深入溝通後，開始進入現場進行晚間兒童團體心理輔導課程。

現場安置桃源鄉梅山村民共計約三百多人，該村無人於風災中死亡，因此一些早期已進駐之志工人員認為造成之心裡影響應該不大，而在牧愛進駐之前進入之資源主為生活照顧層面以及孩童之課業輔導。

當天下午五點，由協會理事長藉由團體集會時間向災民表達牧愛之關懷誠意並願意貢獻輔導專業協助孩童之心理創傷重建工作。其後，輔導老師團隊開始在現場與兒童互動並進行觀察。現場兒童若干呈現出滿場跑或重複某些小動作等之行為或表情；若干很快與年輕輔導員玩在一起，在認定某輔導員之後喜歡與之緊密牽手、擁抱，有時會排斥其他兒童分享同一輔導員；若干孩童呈現沈默不主動與人互動；若干出現攻擊行為，並跑給輔導員追。根據輔導員初步觀察統整，孩童們的心理狀態應該有受到災變影響，呈現焦躁、焦慮、缺乏安全感、害怕、沈默甚至悲傷等狀態，也再一次告訴我們心輔資源之投入刻不容緩，根據學理，重大創傷後輔導之黃金時期為災後一個月！

晚上約八點左右，孩童用玩晚餐後便請他們集合開始進行團體治療，今天為第一次，團體目標設立在建立關係與觀察評估。現場約有三十位兒童參與，年齡層以學前與低年級為主，高年級佔少部分。一開始先帶動大團體遊戲，而先前輔導員已與孩童做初步關係建立，而進入團體後孩子們也很自然的和熟悉的輔導員依偎在一起，現場相當吵雜，若干孩子滿場飛，靜不下來。但跟著大團體遊戲進行，多數孩子可以專注於遊戲動作，並透過眼神與肢體接觸與輔導員更加熟悉。團體進行過程中，出現一位孩子哭的很傷心，由老師單獨帶到外面做個別輔導，經瞭解後方知孩子的媽媽目前於醫院治療，孩子擔心媽媽不能回來，老師給予同理與情緒抒解並提供溫暖的擁抱，協助孩子處理悲傷情緒。另外有一位孩子眼神充滿憤怒，對身旁的孩子拳打腳踢，經制止後整個人蜷縮起來放聲哭泣不止身體顫動，後由老師單獨帶出陪伴，孩子仍是不斷攻擊拉扯，老師則用力夾住與抱住孩子，不斷重述『你很生氣？對不對？』，孩子的力道漸漸放輕，最後整個人攤在老師身上。

我自己身旁則坐者一位很乖巧的一年級小男生小雨（化名），小雨是跟著他的朋友一起跑來和我親近，而當他的朋友又去滿場飛時，他則仍是安靜的坐在我身邊，規矩的跟著活動遊戲的進行，還擔任小幫手幫忙把失控的朋友叫回來。看起來是狀態較穩定的孩子，但再經過深談後仍然發現小雨心中有若干狀況需要處理，除了表達出對最愛的梅山村的思念，小雨的媽媽已經離開家庭，但小雨仍強烈思念並且仍處於母親離開的悲傷中，說著：『媽媽不愛我了，媽媽討厭我』，在團體中小雨可能是弱勢者，所以也經常被年長者毆打，說著：『他們都一直打我，我不喜歡』。小雨是個不會主動求愛的孩子，或許是無助與挫折感慢慢削減了他的勇氣，在他那活潑的朋友主動要求來個無尾熊抱抱之後，小雨終於鼓起勇氣看著我說：『老師，我也要抱』。

今天是短短一兩個小時的交流，讓我看到了孩子的天真可愛，也看到了孩子用最原始未經修飾的方式表達他們的情緒，也告訴我自己表面看起平靜的孩子，心中並非真正平靜，除非你去深入探究方知有無。今天我

到的孩子，除了需承受著原住民部落原有的家庭結構與社經條件不足等問題，又加上了風災所帶來的家人分離、家園破壞、遷移適應等壓力。所以，孩子們的心裡怎麼會沒事？不但有事而且不盡快處理並持續關心，日後扭曲的心理防衛機轉與人格一旦成形，又將產生多少的憂鬱症、躁鬱症與人格違常呢？

牧愛雖是個小組織，但因為每個牧愛人都具備者滿滿的愛，我們願意儘我們所能繼續關注與協助輔導這些需要幫助的孩子們，我們相當重視在每一次團體進行之前後的討論會議，透過會議的討論可以協助輔導員們更加澄清自己的想法與作為，並接受團體督導提供更適切的建議，以能增加輔導員本身的能量進而助助人，期望這些努力可以讓孩子不再自傷，父母不再傷心！

誠心誠意邀請各位有心的朋友們一起同行，讓我們匯集更大向善向上的力量一起來守護孩子們！



### 八八風災後的感觸

文/青年作家·牧愛守護生命大使 李欣倫

這次八八風災重創台灣，造成很多人的傷亡，看著新聞畫面中人們恐懼、驚惶的眼神，內心非常沈重，幸而許多台灣與世界各地的人參與救災，踴躍捐款或將物資送到災區，讓受苦難的人們感受到溫暖。

然而，除了物資與金錢之外，心靈的受創更需要被平撫。電視新聞中，一個倖存的稚齡孩子手拿玩具挖土機，蹲在土堆中挖著，記者問他在尋找什麼，他抬頭，茫然地說，我的好朋友在土裡，我要拿挖土機救他出來，他是我唯一的朋友，現在我已經沒有朋友了。另一個家裡七口皆在風災中往生的倖存者，同樣茫然地望著鏡頭說要去繳交會錢。

電視新聞裡有許多受災戶明明遭受親友死亡、家園被沖垮、一輩子的積蓄在一夕之間全都沒了的重大慘劇，卻是同樣茫然地瞪著鏡頭，說出好像事不關己的話語。換言之，當他們在遭受生命威脅與重大創傷時，卻有與現實不相稱的行為反應，這也許暗示了我們遭受巨變時的心理受創之深久，一時無法從悲劇的現實斷裂面中接回生活軌道，但這種未被治療的傷痛極可能會延遲反應，在我們未來某個時刻突然爆發，對個人生命造成更嚴重的負面影響。

因此，災民們的心理重建與創傷治療並不是在物資與金援後才開始進行的工作，而是應該同時進行，尤其更該把握災後一個月的黃金時期，請專業人員進入災區進行創傷治療，或是透過各種方式讓受苦難的同胞們感受到我們溫暖的關懷，無論是安靜的聆聽、緊緊的擁抱還是支持的眼神，都可以讓他們感受到自己並不孤獨，我們更應該呼籲政府正視這個問題，與相關單位共同合作，及早撫平他們心靈的傷痛，讓他們看到希望的曙光與活下去的勇氣和力量。

## 孩子，你痛。

~為八八風災倖存兒童而寫，在災後心理危機團體輔導之後。

文：牧愛生命協會執行長·守護生命天使督導 吳美麗

孩子，你痛。  
卻無法言喻。  
卻無人看見。

孩子，你痛。  
家園歸不得。  
朋友不見了。

孩子，你痛。  
喧嚷的人聲。  
雜沓的腳步。

孩子，你痛。  
驚醒的夜晚。  
錯置的空間。  
倉皇的眼神。

痛！痛！痛！  
你無助，所以痛。  
你不安，所以痛。  
你緊張，所以痛。

你眼中燃燒憤怒的火  
你翻閱漫畫書的小手快速顫動著  
你的眼淚夾帶著壓抑的嘶喊  
你趨近的身影隱藏著敵意的眼神

你用盡吃奶的力氣啃咬我們的手、拉扯我們的頭髮、攻擊我們的身體…

抱著你，撫摸你，親吻你，傾聽你…  
我走進你荒蕪的祕密花園，  
最終，  
你小小的身子捲縮在我懷裡，  
你小小的臉龐舒緩了下來，  
你走過來：天使姐姐，謝謝你安慰我。





## 88 風災災後兒童心理危機輔導志工心得

### 8 月，有感～協同 88 風災受災戶兒童心理輔導報告

文：牧愛生命協會執行秘書·第三期守護生命天使·小太陽志工隊隊長 林宏南

5

其實，心中有隱隱然的悲傷與不安。

看見風災所造成的創傷，加上 H1N1 疫情的擴散，總會擔心這片土地是否承受得起這些災難。老妹在 MSN 的抬頭上寫著：『是災區還是疫區』，夫家的人也準備先從林邊撤離，以避免受到疫情的影響。

這場災難離得很近、很近，近得令人憂心。

人生無常，國土危脆，災難接踵而至，自己該如何面對？

當明天不再到來，自己是否會感到後悔？

除了不安，自己是否該為自己做些什麼努力？

才不會讓自己感到遺憾？

今天，與老師一同協助輔導災區的孩童。

面對孩子，自己其實已不像剛上泰崗部落般的焦躁不安。

面對孩子的攻擊性行為，也不再向過去般的震驚。

孩子戳我、拉我頭髮，和我玩捉迷藏，用力扳我的手指，想弄痛我，我知道孩子在測試，在觀察，我是否是個安全可以信賴的人，用她自己的方式。

隨著孩子的身影，找到了孩子的阿嬤，問到了孩子的名字，也問到了對於未來的不安，阿嬤說當自己一個人的時候，內心中會感受到黑暗。家裡的農作物都因土石流而受損，對於未來感到擔憂。阿嬤獨自照顧孫子，孩子的爸已不在人世，隔代教養加上天災的衝擊，一個災難，沖出了許多的問題與考驗。

因著與阿嬤的談話，孩子似乎對自己建立了初步的信任，不再攻擊我，也願意讓我拉著她的手，和我互動，阿嬤也說會讓孩子來參加晚上的活動。

晚間活動開始後，孩子陸陸續續的來到教堂，並由夥伴們引導進入活動空間。每個夥伴幾乎都抱著一個孩子，並由嘉慶帶領團體活動。孩子很躁動、興奮，出現攻擊行為，在背後是不安與負向的能量，孩子在測試，這不是一個安全的環境。

一個小男孩，坐在我的腿上，放心的讓我抱著，讓我拉著手一起參與活動。孩子沒有攻擊我，有感受到孩子對我的信任。我拉著孩子的手去觸碰旁邊夥伴的身體，讓孩子與其他的夥伴有互動。孩子的狀況穩定，未出現特殊的情況。而後，看見雁欣抱著我下午遇見的小女孩，孩子不停的在哭泣。我問雁欣發生了什麼事，雁欣說弟弟被阿嬤抱去洗澡後，孩子就哭了起來，雁欣想把孩子帶出去找阿嬤。我把照顧的孩子交給身旁的濬澤協助，並抱著小女孩，問她，是不是在想阿嬤，孩子點點頭。問她，要不要去找阿嬤，孩子搖搖頭，並不時的哭泣。我將孩子抱在身上，讓孩子貼著我的肩膀哭，讓她抒發情緒。孩子慢慢的穩定下來，不再哭泣。我就將孩子放下來，並抱著孩子坐下。

孩子起初狀況穩定，但後來又開始拉我的頭髮與用筆畫我，但攻擊強度與下午比起來已有很大的差異，可以感受到是一種測試，而不是防衛。孩子持續的測試我是不是安全的，另外，這或許也是孩子學習到的與人互動的方式。

在孩子的弟弟回來後，我讓孩子弟弟在旁邊坐著畫畫，並開始操作學習單，讓孩子填寫問題，孩子在回答一兩題後，便不願意再回答，我便不再勉強孩子，讓孩子畫畫，而孩子也變得比較安定。

在結束前，抱著孩子，向孩子告別。跟孩子說，明天自己還會再來，大哥哥要先回家睡覺。孩子點點頭，沒有打我。

『我們還會再來』，這句話在很多年前也說過，在雲霧環繞的高山，在水蜜桃的故鄉。而我們也做到了承諾，也看到了家庭與生命的改變。

這一次，面對著原鄉的孩子，因著理解與相信，自己不再有那么多的不安與害怕，但願每一個不安的臉龐，能因著這次的災難，得到更多的關心與照顧。但願，可以看到孩子開朗的笑容，與明亮安定的眼神。

短暫的生命交會，應不會只是一次偶然，盼望未來還有幫助孩子的機會，並期望有更多善的力量，能一同扶持著孩子，協助他們開展一個善與希望的人生。

土石流來去，生命的道路依舊持續走著，但願，因著愛，孩子的路，會變得不同。

看見無常，並相信生命有改變的可能。

## 八八風災災後兒童心理危機輔導·絕不放棄

文：牧愛生命協會生命教育專員·第一期守護生命天使 謝濬澤

兩天的輔導行程裡，從一開始只注意到孩子們天真無邪的外在，到第二天，逐漸看見他們的不安與焦躁，過程裡他們不斷渴求輔導員的愛與溫暖，透過擁抱、玩耍甚至是攻擊性的行為，表達他們內心的痛苦。

在團體中，孩子們有的四處游走，有的卻又一直拉著輔導員不放，還有的甚至戳輔導員的下體、攻擊輔導員，更有孩子想獨佔大哥哥、大姊姊，使得場面相當混亂，也使得輔導員們感到受傷與疲憊。

我們絕不能就此放棄。我們應做的是以堅定而溫暖的態度，全心陪伴他們，把握每一個與孩子們相處的當下，為他們憂黯的生命點起一盞希望的燈火。雖然時間很短、力量很小，但我希望能在能力所及之處，多為他們做些什麼...

## 八八風災災後兒童心理危機輔導·捨我其誰

文：牧愛生命協會秘書·第八期守護生命天使 廖昱瑄

### 第一天

初次被詢問是否要一同參與八八風災災後悲傷輔導時，我是一口回絕的，因為深怕自己的能力不足，沒有幫到災民們，反而形成更不堪設想的後果；直到去了埔里，上了美麗老師講授的『災後心理危機輔導』課程，對災情的嚴重性及悲傷輔導的刻不容緩有了深刻的體認，同時也因為上了基礎的訓練課程，對於悲傷輔導有了初步的認知，因此深深感受到一種捨我其誰的使命感。

今天召開行前會時，自己的心裡十分焦躁不安，因為老師與嘉慶在介紹小團體的操作方式、並開放提問時，我一直分神在接聽報名觀海健走的民眾電話，因此本來對操作小團體就感到惶恐不安的我，更感受到自己心中的焦慮，也因此當自己跟著車隊來到災民收容所時，內心是還沒有準備好的狀態；當大家各自散開，分頭找小朋友搭訕...噢不，是建立關係的時候，我強烈感受到自己的無助與徬徨，我願意釋出善意、我也打從心裡關心孩子們的狀況，但我卻不知道該如何拉近與他們的關係，回顧自己的成長經驗，自己是個怕生又警扭的孩子，因此在陌生的環境中，我可以是友善、好相處的，但我不會是積極主動、熱情溫暖的，於是我偷偷摸摸的跟著老師，偷師老師是怎麼拉近自己與孩子們的距離，同時試著和孩子們對話，也因此再次體認到自己不擅開啟話題、敏感度有待提升的狀況。老師說，適度的自我揭露是必要的，但其實一直到事後，我才覺察到當時的自己存有那樣的情緒，可見時時自我覺察是多麼重要的一件事。

用餐過後的團體時間，像是紛亂的戰場，孩子們的不安及缺乏安全感，通通寫在他們的肢體語言與行為表現上。活動進行到三分之一處時，雁欣投來求救的訊息，她表示有一個孩子一直捏她，捏得她好痛，因此請我協助處理，一開始我試著告訴孩子這樣子姊姊會痛，大概重複三次，而孩子依然沒有停下手上的動作，之後我走到他身後坐下，輕撫他的肩背，試圖給他一些溫暖，但孩子依舊相當不穩定，甚至出現張口咬雁欣的行為，直到那時我才警覺事情不妙，於是我趕緊把孩子抱到懷裡，那時他雖然被拉離雁欣身邊，但還是沒有停止咬人

的動作，他開始試圖咬我，一開始我試著閃躲他的攻擊，並再三強調「你這樣咬我會痛」、「我很痛」，然而這樣並沒有讓他停下他的動作，當下我只覺得自己應該要堅定的抱著他、不可以放開，也因此我足足被他咬了三口，前兩口真的十分疼痛，但是過程中我不間斷的使用較之前堅定的態度表達自己的感受，因此第三口被咬起來的感覺，就沒有前兩口那麼疼痛，過程中孩子甚至鬆開口，調整一下位置（看起來有點像在檢視戰利品）再繼續咬下去。情況到這裡看起來稍微穩定些了，直到孩子發現他左後方坐的是 x 傑，情緒就開始失控，他先掙脫我的懷抱，衝過去揍他一拳（這一拳對 x 傑造成實質上的傷害，他疼到掉眼淚，並衝出去擦藥），情緒非常非常激動，這個時候我緊緊抱著他，不斷在他耳邊說：「你很生氣、你很生氣對不對？」大概持續五分鐘以上，然後示意 x 傑先離開這個空間，孩子的情緒才比較舒緩，接下來在進行問卷的十分鐘左右，孩子都還算穩定，雖然小小的身子十分緊繃，對於問卷也呈現拒絕回答任何問題的情況，但我有感受到孩子其實有慢慢的穩定下來，我問他跟誰一起來、問他電動玩具是不是他的寶貝，他都有回答我，同時也同意我碰觸他的電動玩具。這段期間孩子在我懷中找到舒適的位置，沒有掙扎也沒想要掙脫，我卻明顯感受到他的不安，因為每隔幾分鐘，他就會突然掙開我的懷抱，坐起身來環顧四周，直到確定環境安全後，才又靠回我身上；初時對於他的掙扎與扭動，我是感到挫折的，直到後來發現他雖然數度掙扎著要起身，卻也不排拒再度靠回我身上，孩子身上的溫度、以及被接納的感受，著實讓我感到鬆一口氣。

即便如此，孩子的狀況依舊很不好，即使我一度以為情況應該漸漸穩定了，但接下來的事件證明了並非這麼一回事，從 x 傑上完藥後再度坐回我左後方，情況就開始失控了；當孩子突然發現 x 傑又坐回他身旁時，他出現激烈的攻擊行為，力量之大，讓我難以招架，我只能再次叫 x 傑快點離開現場，並緊緊抓著孩子，然而幾乎就在我叫 x 傑離開的同一時間，孩子轉而攻擊原本坐在他前方的另一位孩子，情況很混亂，我想我必須趕緊尋求協助，四處張望，幸好老師已經回來了，因次緊急請伙伴幫忙，請老師介入。

回程時聽老師的分享，才知道短短的一瞬間竟是如此的波濤洶湧，顯然 x 傑就是那個日常生活中常常欺負他的人，因此孩子累積了相當強大的負向能量，卻沒有一個適當的宣洩管道；另外，原來就在那個時間點，有其他孩子未經他的允許就擅自拿走他珍愛的玩具，卻沒有任何人幫他主持公道，因此他的憤怒情緒倍數成長。很明顯的，自己欠缺敏銳的覺察以及對環境的觀察，當情況超出自己的掌握，我對於週遭所發生的事件便會視而不見，直到老師點出事情的核心之前，我都沒有發現他的玩具被其他的小朋友搶走，從前後兩次的攻擊行為，我也並未意識到他的攻擊行為其實是有單一對象的，因此事情發生的當下我沒有辦法準確的判斷，僅能盡己所能做初步的同理。

敏感度與同理心都是之前諮商員訓練課程有學習過的，在學習之前我就知道這兩個部分是最欠缺與不足的地方，經過這一次的悲傷輔導，更加深我對此事的體認，我想，諮商或輔導的技術可以學習，但敏感度與同理心卻必須經過長期經驗的累積與學習、以及一些天賦才辦得到，助人工作者所必備的條件，現階段自己還需要努力的覺察與學習。

### 第二天

第二次來到這個環境，還是覺得自己格格不入，身邊的伙伴們瞬間就跟孩子們玩成一團，我卻依然無法打開自己的心，主動去親近孩子們。我環顧四周，其實有些落單的孩子，我一方面暗自佩服其他伙伴們的高度親和力，一方面也覺得跨越自己的心牆其實不是件容易的事，我隱隱覺得自己好像得了「主動親近孩子就會心悸」的病，我有些挫折、有些不安，更多的時候我覺得自己沒有盡到這一趟前來服務的責任，但要怎麼樣才能跨出第一步呢？我的內心陷入強烈的衝突。



觀察四周，顯然今天的孩子們跟昨天的孩子們不大相同，僅有幾位熟悉面孔，一直到進了運動場，情況還是一樣，小風吹結束後，開始進行用手指玩偶與孩子對話的部分，我找了一個暫時落單的小女孩身邊坐下，雖然經過了前一個遊戲的暖場，她看起來似乎還是有些不安，而我自己的內心也是波濤洶湧，不停想著該如何開啟建立關係的第一步；然而或許歸功於先前伙伴們的努力，女孩對於我這個陌生人並未防備，問到她今天心情好不好時，她說：「我覺得心情有點難過…」原來她的姊姊那天去上學，可是就沒有回來了...「她說她還要回來的！」細若蚊蚋的聲音中，隱含著深深的悲傷。

這個單純的女孩叫做小紅（化名），今年即將升上小學三年級；開始畫圖的時候，她不需要引導，很快就進入狀況，她說她很想念一個姊姊（並不是過世的姊姊，而是另一個姊姊），所以她畫了姊姊背著她的樣子，她也提到這個姊姊當初承諾會再回去看她，但是卻始終等不到她，我請她試著用寫信或畫圖的方式，表達對那位姊姊的思念，她雖然點點頭表示瞭解，卻也提到因為不知道地址，而不知道怎麼寄信給她。關係建立了之後，筱虹開始渴望抱抱，尤其在最後道別的時候，她的依依不捨明白的寫在她的臉上、肢體上、以及言語中，她說：「為什麼我喜歡的姊姊都要離開我？」短短的一句話，卻蘊含了十分強大的情感，我聽了覺得好心酸，似乎她生命中的過客來來去去，少數在她心中駐足的卻總是不能陪伴她，因此她好寂寞、好悲傷…最後，我鼓起勇氣把我的聯絡方式給了她，因為既然自己已經對她形成了影響，那麼總覺得自己對她有一份責任，雖然不能長期停留，但至少，至少讓她需要的時候找得到我，不要像前幾位姊姊一樣，一旦離開就像人間蒸發一樣。

小紅是個好女孩，當她覺得自己被接納、身邊有人值得信賴時，她反而開始關心起別人，例如她會鼓勵我上前分享自己的作品，而之前她選禮物時，我告訴她不要受其他小朋友影響，輪到我選禮物時，她反過來告訴我不要被別的孩子影響，選自己喜歡的就好，這一點讓我覺得很感動，因為她願意把對自己有助益的小小感受，回饋給素昧平生的我，孩子的單純以及無私的奉獻，讓生長在都會叢林、驚扭怕生的我，有了很深的感觸。

週日我回到員林的家，有一通未顯示號碼的未接來電留下了語音信箱的訊息，撥過去後只聽到吵雜的背景聲音，傳來的是紛雜的原住民交談聲，我想，會不會是小紅得知她們週一就要被迫撤離，在無助且不安的情況下，打電話向我求助呢？我沒有接到電話，也因此無從得知，但卻明確感受到和孩子的生命交會，的的確確在彼此心頭烙下了痕跡。

### 愛與輕柔的觸撫，舒展生命的嫩芽

文：牧愛生命協會社工督導·第六期守護生命天使 尹孝慈

第一天進入天主堂，整個環境因為人來人往、雜沓紛亂，氛圍顯得浮動不安，有些人坐在椅子上，但眼中有種茫然不定的感覺，所以想先與小朋友建立關係再說，畢竟這是這次的主要任務，面對這些小朋友其實一開始自己是很想逃避的，所以就先跟在老師身邊，但是一直跟在老師的身邊不是辦法，也深深感覺到自己的害怕與怯懦，看到夥伴已經開始接觸小朋友了，特別還是輔英的同學，好吧，只好豁出去了。就從第一個抱抱開始吧。第一個抱的是個小男生，沒想到其實沒有想像中的困難，但是這種容易反而感受到他們對於愛的渴望與匱乏，小朋友們也很希望能夠受到關注，過程中努力地記住小朋友的名字，像是小紅、小晴（化名）等等，希望在稍晚的活動中，能夠因為有人記得他們的名字，而覺得受到歡迎以及重視。

過程當中也會發現有小朋友會用粗魯的方式對待你，比方說意圖用手上的寶特瓶敲你，或是有小朋友會去挑釁



另一個小朋友，意圖打架，但大部份是可親近的，且願意認識人的。

在一輪的接觸之後，有些小朋友到門前找我們抱抱或是搵搵，還有玩腕力比賽，但可以感受到有些小朋友的玩法是帶著攻擊性的，眼神飄動、不定，其實這些狀態如果不加留意或是只看到表面的部份（孩子沒有表達出來），很容易就被忽略的；而在這樣的收容環境下，因為大人對於未來的茫然，以及自己在面對這樣的重大災變之後，心緒尚無法平復，其實這群孩子可以受到的關注是很微少的，就像老師說的，如果他們不痛，又怎麼會有攻擊的行為出現？就因為他們苦不堪言，無法表達而化作行為來表達面對這一切的一切後，心中醞釀的憤怒與痛苦。夜間的團康活動簡直是小孩地獄。很多的狀態是失序失控的，玩得很 high，但正常的狀況是即便再怎麼 high 也不會出現攻擊的行為。

我懷中的小女生，可以融入遊戲中，比較沒有特別的狀況，只是堅持要坐在我的大腿以及小腿上，不願意坐在地板上，讓我的雙腿超痠痛，但是在旁邊的比較大的一位小男孩（五年級），因為爸爸媽媽還留在部落協助家園整理，在這邊是由阿姨照顧，可以感受到他表面裝得冷漠、抽離，在遊戲當中訕笑主持人，表現得很像一副很社會化、小大人的樣子，對於在填問卷的時候，鄰近的大孩子（國中）寫自己最拿手專長的事情是「馬\*\*」，而笑個不停，詢問之後表示「馬\*\*」指的是「打炮」，有問他「打炮」指的是什麼意思，澄清是否指的是發生性行為，但是這件事情其實是很私密的事情，就像大便這件事情我們也不會當著大家面前脫褲子，後來他就沒有在訕笑這件事情了。

在活動當中，每位夥伴都在懷中擁抱著一個孩子，雖然氛圍很混亂，但可以感受到我們是一個很特別的團隊，我們的夥伴們都穩穩地還抱著孩子，而且那種感覺是很安定的，並且相信孩子是可以感受到我們的關心與愛，不然就不會舒服第一待就是一個鐘頭以上的時間。而且因著這群夥伴，這樣的一個善的心念以及愛的付出，而在這樣的環境當下會感覺安心，覺得自己並不孤單，這是一種很特別的感受。

這次的災後輔導協助對我的人生價值觀的影響，是生命的無常再一次清晰地擺在眼前，會覺得自己在這次的災情沒有受到什麼損傷，家人無恙，真的很感謝上蒼，但也會想如果重大的災難臨到自己與家人，是否自己還能從口中說出對神的感謝？「播種栽種的是耶和華，收割的也是耶和華」，也會胡思亂想，如果災難臨頭，對我而言貴重的又會是什麼？我會先帶走什麼？我覺得只要家人平安，一切在之後都還可以重獲。

昨天在檢討會填寫問卷的時候，對於輔導服務之後對自己身心理造成的影響以及變化，一時沒有特別的感覺，但是事後回想，這幾天其實心裡都悶悶的，口腔黏膜組織也出現 2 個破洞（這真的不常見），我可能還要去釐清自己到底發生的什麼事。

面對這一群孩子，會想到油麻菜籽，會希望這群小朋友不管落在什麼樣的土地與環境，即便我們的服務像是一陣柔柔的春雨，雖然只有短暫的落下，但也能滋養他們幼小的心靈，讓他們感受到愛與輕柔的觸撫，能有一點小小的力量支持他們舒展自己的生命的嫩芽。

## 心理重建的黃金時段一點一滴過去了

文：第二期守護生命天使·守護生命天使志工隊隊長 王嘉慶

### 第一天

8月27日，我們前進凱旋路及建國路接口的天主堂，針對來自桃源鄉梅山村的村民進行悲傷輔導。

梅山村並沒有被土石淹沒，目前沒有房子倒塌，也沒傳出人員傷亡，但是因為交通的嚴重中斷及安全的考量，全村的村民撤離，並且將近有一半的人被安置在天主堂這裡。

也許很多人會這樣想，他們不是受災最嚴重的村落，村落裡的孩子都很快樂，心理上應該沒有太多需要被處理的問題。然而，事實上，這樣的想法，在當天針對孩童進行悲傷輔導時，完完全全的被推翻了。當天，我們牧愛一群志工伙伴前往天主堂，在長老及志工陳先生的引領之下，我開始和孩子有了接觸，這裡的孩子很可愛，很天真，對於我們這一群陌生人十分的友善，然而卻也發現有些孩子默默的坐在椅子上，不發一語；有的孩子拿著故事書，不斷的朗讀，平淡的聲調讓人覺得不尋常；有的孩子焦躁不安，爬上爬下，眼神飄忽不定；有的孩子告訴我，他們要回家了，他的家太台東、在台北、在美國、在日本；有的孩子很渴求我們擁抱他們，只要一抱起他們，他們就緊緊的黏在你身上，不肯離去。

但最讓人印象深刻的是當天晚上，我們開始進行悲傷輔導的暖身活動。我是暖身活動的帶領人，第一次在這樣混亂的情境中帶活動，孩子無法專注，焦躁，不安，有些孩子眼神呆滯，有些縮在輔導員身上一動也不動，有的眼中還著淚，不知道他在掛念什麼事情，有些莫名的憤怒，拳打腳踢，四處攻擊人。這群孩子生命如此的不安定，真的讓人感到震驚，從他們的眼中，以及言行舉止，看到他們強烈渴望，渴望安全，渴望被愛，渴望被重視，渴望被呵護，看著牧愛的志工天使們，很用心的陪伴他們，擁抱他們，和他們一同遊戲，突然之間，深深的感受到我們給予他們的愛好重要，一群受苦的生命好不容易找到了安定的力量。

這一群遭受天災的孩子，極需要被關心被重視，心理重建的黃金時段一點一滴過去了，在所有人努力捐出物資，努力為這些村民重建安定的生活時，我們似乎忽略了一群小孩他們受傷的心靈，遭逢災變，有家回不得，這樣的傷痛是何等的深。

在救災重建的過程當中，我想我必須強烈呼籲，不要遺忘了這群災民們內心深處的痛，從專業的角度來看，強忍著眼淚，壓抑痛苦的情緒都會造常往後身心的嚴重不適。情緒需要有出口，心靈需要重建，這一大串的生命工程絕對不可以被忽視，在目前救災系統混亂的情況之下，應該重新檢視我們所做的一切是否真正符合災民的需求，是否有真正站在他們的立場在思考事情，我想，人的情感及感受是要被照顧的，期盼我們的社會也能夠重視此事，將社會的溫暖和愛，繼續不斷的匯集，把愛傳送到每一個角落。

### 第二天

第二天來到天主堂，孩子們蜂擁而上，他們用熱情的擁抱，表達出對我們的思念，一位四年級的男孩走了過來，邀請我繼續按他比腕力，他告訴我他的肌肉還不夠硬，如果我贏了他，他要帶我去找下一位六年級的高手較量。

是什麼樣的力量，把我們拉的如此近，他們漂移的眼神，內心的不安定似乎暫時被隔離了，他們想和我們一同遊戲，一同玩耍。

到了晚上七點，開始進行小團體活動，我們透過大風吹的遊戲試著讓孩子的內在情緒能夠有所抒發，活動

的進行當中，現場學齡前的孩子總是不斷的來到場中間，「下一個能換我吹嗎？」孩子們爭先恐後的希望能成為場中的主角，一群群的蘿蔔頭，眼中散發出期望的眼神，水汪汪的，好似天上的星星，是的，他們期待自己成為場中的主角，是的，他們期待自己的生命能夠被看見，被重視，被呵護，甚至被肯定，他們期待自己能夠像星星一樣發光發亮。

無情的水患，讓這群孩子有家歸不得，不安、惶恐、冷漠、敵意總是瀰漫著整個會場。我看見嚴重的霸凌事件，一個身強力壯的國中生向一位國小生要錢，我連忙勸阻，他所回應的是充滿殺氣的眼神，之後一個大笑，他告訴我錢是他的，然後帶著一群朋友揚長而去。除此之外，一位肥胖的孩子，因為心情不好，用拳頭直接毆打一位學齡前孩子的頭部，還用投擲棒球的威力，將手中的小汽車直接砸在另一位孩子的頭上，這畫面真的好可怕。

是生命的幽谷，是生命的絕境，然而在這苦痛之中，他們真的願意讓自己一輩子如行屍走肉般的活著嗎？如果有機會，我相信他們也不願意自己是這一個樣子的。充滿暴力的胖胖小孩，原本不想參與繪畫，只想鬧同學，影響大家活動的進行，我親切的問候他，邀請他一同畫畫，一開始他不太願意，但在數次的邀請之下，他開始畫圖了，他的轉變真的很難讓人想像，他安靜下來了，專注，用心，一筆一畫透露出他想要完成一幅屬於他自己畫作的決心，他的作品，是一種生物，參雜著不一樣生物的身體部位，充滿神話的色彩，我告訴他我喜歡他的創作，因為我沒有這樣的創意畫出這樣的作品，他有些困惑，似乎覺得沒有人會喜歡他的作品，但是他的表情也慢慢變輕鬆了，流露出溫和的神情，接下來，他很喜歡和我互動，有時候是眼神的接觸，有時候是簡單的對話。

還有另一位小朋友令我印象深刻，他原本也是參與霸凌活動的，但是他畫了一幅畫，一直捲著，不太希望被其他人看到，原先他沒有打算上台發表自己的畫作，要和那一群人出去喝飲料，但是我一直跟他咬耳朵，好希望能夠看見他上台發表自己的畫作，缺乏自信的他猶豫了很久，我告訴他：「你上台的話我會佩服你，因為上台不是一件容易的事情，這是需要帶種的。」他想了好久，終於願意上台了，打開圖畫，他學校的操場被土石流淹沒了，他很悲傷，因為那裡有著許多令他快樂的回憶，如今，轉眼已不見蹤影。孩子的內心深處有多矛盾，有多痛苦，他們掙扎，想要讓自己變好，但似乎又是困難重重，該放棄？不該放棄？該提起勇氣面對？還是假裝其實一旦都不在乎？

走訪這一次悲傷輔導，看見孩子更多內在的衝突及痛苦，他們好希望被期待，被重視，然而又有誰願意去對他們有所期待，無條件的接納他們呢？政府救災至今，想到的是生活上的安置，卻沒有想到如何安置他們的心，他們惶恐，他們無助，他們混亂，他們希望有一盞明燈溫暖著破碎的心，指引他們可以前進的方向，我想這是我們應該去努力的。當天看見所有志工夥伴的大愛，用心的投入，也看見許多孩子露出安定的笑容，發亮的眼神，當時疲憊的我並沒有太多深刻的感觸，只覺生命能夠這樣彼此交會，一同陪伴，真的好美好美。路還很長，還有許多難關需要克服，我們一同努力，讓這樣的愛能夠持續輸送到這群孩子的心中。

## 為災區兒童團體輔導服務

因為他們，讓我思考、學習.....

文：牧愛生命協會社工員 陳紀妙

一進去，我看了很心疼，看著他們環境的髒亂，對於生活許多規則都尚未建立，他們的心一定更混亂。

他們是無可奈何的一群人，面對家園因風災全變了樣，到了都市，許多事情沒有辦法自己決定，全由政府高層及教會，但原住民是最會自給自足的人，而且許多原住民很少前往都市，對都市的印象是很繁榮，都市人很厲害、很聰明，也因此更害怕我們，自認更不如我們，心中更多壓抑，許多事是資源提供者來決定，他們卻無法發出聲來，更無法決定未來，只能默默的接受。若像老師所說，他們的指揮中心如此紊亂，心已經亂了，卻沒有一個力量去安撫他們的心，或建立外在的規則，讓他們更有依歸。他們只是收容在一個地方，感覺是相同黑暗的地方，他們有許多資源進駐，卻沒有有效的運用與分配，他們的玩具是在大箱子裡面，挖一個洞往裡頭找的，垃圾隨手扔，飲料隨手拿，或許我不是裡面負責人，他們的辛苦、無奈與無力，我無法體會，就我昨天的觀察是這樣的感覺，試想著當上面的指令明確，資源有效的分配，他們的心，是否會比較安定。

昨天的服務，一直讓我有一個聲音跑出來，「要注意文化的不同」，我只知道他們大多是布農族，山上孩子本身就好動，與都市的孩子很不相同，但我之前服務的部落孩童，也一樣失控與瘋狂，當時不知如何處理，如何是了解他們是否有些異常的狀況，是舉家遷移的結果，亦或原本的生活型態就是這樣，哪些需做處遇，哪些要尊重他們的文化，我不是很清楚！

昨天有許多混亂，卻讓我親眼看到老師處理的方式，如此的堅定，一面同理他的感受，一面表達自己的立場與感受，最後的安定真是令人喜悅。替災民做服務，不知時間長或短，我相信會留下一些痕跡，就像每個人都有好壞記憶，若好記憶越多，人就越正向，希望可以為他們留下更多好的記憶。因為他們，讓我思考、學習一些事，待續.....



## 參與關懷活動後感思

文：第八期守護生命天使 謝煌玫

8月26日晚上接到協會電話詢問8/27日是否想要參加關懷活動，從88水災過後天天看報紙及電視媒體對災民的報導讓人的心也跟著糾結起來，從電視上看到每個災民人的眼神是驚慌與恐懼、罹難家屬的悲傷與無助。於是一口答應下來但內心蠻緊張的這對我來說是從未有過的經驗，要如何做才能夠關懷到別人？

當踏入安置災民的天主堂時只見穿著背心與掛著牌子的志工們忙碌穿梭教堂內外，災民們一排排坐在個空曠的活動室內等待著，而孩子們一小群一小群的聚在一起，有的玩溜滑梯、看漫畫、攀爬、嬉戲彼此互追逐著，天氣是高溫炎熱的讓人很不舒服，可是空氣中除了熱氣更瀰漫著一股說不上來的氣息，彼此間竊竊私語感受到成人們每個人臉上的木訥與孩子臉上的不安及浮動的心。與孩子們漸漸接觸後發現每一個孩子的背後都有一個故事，有一位國三大男孩告知在班上有一位住在小林村的同學失蹤，可感受其哀傷與想念；還有一位七歲小女孩母親住院父親去陪伴照顧不在身邊，只見其嚎啕大哭雙手一直拉扯著衣服內心是極度不安，一直勸導不要哭但無法讓孩子停止哭泣，見美麗老師將孩子抱出去陪伴與了解，當孩子再回到活動場時見到臉上已破涕為笑了，安撫與關愛的力量真的很大讓不安的心定下來，不在恐懼、不在害怕。結束後只感到胸口很悶很悶只想逃離現場，回家後徹夜難眠，只覺得自己使不上力無法給予幫助。

第二天下班後來到天主堂，內外走了一圈都沒看到協會的朋友，只好四處張望希望能看到友人，發覺有一位志工拉著在哭的小女孩子，於是牽著她的手抱著擦去眼淚，孩子也很乖巧的跟著我走，多單純的一顆心阿！只要有人能關懷到她就會產生信任與依靠。帶領團體的活動開始後有的孩子很高興參與遊戲，有孩子喜歡表現、有的孩子較趨避性需要帶領，更看到有的孩子會有攻擊行為尤其在用布偶對話時會用粗暴語言與暴力動作，當自己手中布偶假扮受傷、挨打很疼但卻不能引起同情與停止暴力，在其背後或許也有另外故事但時間太短無法深入了解。看到一位女孩眼睛大大的總是靜靜的在一旁看，有些孩子會主動與大哥哥大姐姐玩的很開心又摟又抱的，見他非常想參與會走過去默默站在一旁觀看，但沒人主動去抱她時又會退在一旁等待不敢太主動上前，當有大哥哥大姊姊抱她時臉上閃耀出笑容，於是陪伴其畫畫剛開始不太敢下筆畫，鼓勵其試著畫自己的家，慢慢了解在畫中最早出現的是房子、小狗然後自己手牽著妹妹，問家人是跟奶奶住父母在外工作開學後要上小學三年級，目前鄰居帶著她和妹妹兩人住在這裡，其著色的色彩明亮乾淨、很懂事也很想表現自己、喜歡受到讚美與肯定，感覺親人沒在身邊內心是孤獨的，請他幫忙搬桌椅會樂意幫忙一直到請他停止，乖巧到有點讓人心疼。

孩子思維是單純、可愛的，或許有些孩子受到原生家庭教養問題或者某些因素的困擾影響，其內心情緒若無法疏通，不良情緒就會表現在言語及行為上，若能集合大眾力量多給予關懷、愛與協助相信在身、心、靈各方面都會健康成長，希望有機會能再多幫助這些孩子。

## 什麼時候，可以回家？

~為八八風災倖存兒童而寫，在災後心理危機團體輔導之後。

文：牧愛生命協會社工員 李素利

我家門前有小河，後面有山坡，山坡山坡野花多……小河流有白鵝……

青翠的山，清澈透明的溪水……

手機卡住了！

花！怎麼不見了？

好多黃黃的水把大樹撞倒了

橋斷了，ㄅㄚˇ ㄅㄚˇ 說不能過了？

我跟ㄅㄚˇ ㄅㄚˇ 說；我好睏喔！

我們的屋子被黃黃的水衝走了，我要睡哪裡ㄚ？

ㄅㄚˇ ㄅㄚˇ！ㄅㄚˇ ㄅㄚˇ！我肚子好餓喔！

ㄅㄚˇ ㄅㄚˇ 說有人會來救我們，要我乖乖等待？

我等了又等！好想睡在我家的床ㄛ

我等了又等！好想吃媽媽煮的飯，因為我真的好餓？

於是；我問ㄅㄚˇ ㄅㄚˇ！什麼時候，可以回家？

我等了又等！一直等不到回我們家，

搬了又搬！雖然有很多人住在一起。

我想問ㄅㄚˇ ㄅㄚˇ！為什麼有那麼多人送食物給我們？

我想問ㄅㄚˇ ㄅㄚˇ！為什麼有那麼多人送衣服給我們，

但我最想問ㄅㄚˇ ㄅㄚˇ！什麼時候，可以回家？

## 小野狼

文：第二期守護生命天使 張錦文

15

可愛的小女孩  
妳忽然間從後面扒上了我的背  
兩隻細細的小手臂 圍住我的頸間  
我想看妳 妳卻微笑的與我玩躲貓貓  
妳 使終還是扒在我的背上  
後來  
我把妳抱到前面來  
妳害羞的不太敢看我 但也靜靜的依偎在我的懷抱裡  
妳把妳的伙伴 取名叫小野狼  
妳畫畫的時候 很認真 妳專注的神情 任誰也無法打擾  
妳畫了妳的家 家附近的河與橋 還有一顆一直撒著溫暖陽光的太陽  
小野狼 也在裡面了  
我抱著妳直嚷 哇~~好漂亮啊~~~~~  
妳用靦腆笑容 回應著我  
懂事的妳 一直很認真很安靜的跟著大家 聽著天使老師的話  
妳樂於分享妳的畫  
一邊分享 妳的眼眶慢慢紅了 並且睜住了即將奪出的淚珠  
孩子 妳很想家吧~~~  
孩子 妳很想趕快回到那熟悉的樹林、河川及橋邊玩耍吧~~~  
我只能再次把妳抱在懷裡 一起祈禱及期待家園的重建

## 努力及用心

文：第八期守護生命天使 鄭心雅

又來到天主堂,我不知道方向在那裡,莫可奈何的站在原地,想回去因為我也很無助,不知道來這裡目標何在,我能給予孩子們多少東西,靜靜的等待指令,勉強擠出笑容,四肢僵硬,想著等一下我要怎麼跟孩子們互動,在自己查覺自己很不平靜的情況下。

小青(化名),一個很需要擁抱的孩子,好像是昨天老師輔導的那個孩子,看起來很好,只是似乎沒什麼安全感,找到人就要抱抱,我不是不想要給她太多的擁抱,我在想除了這些應該還有一些方法,時間太短暫給的溫暖像是火柴棒一樣微弱,對雨晴我們都只是人生的過客,記憶中不會留下太多的痕跡,這樣也好,我不會太過於悲傷。

我看到大家的努力及用心,這是最讓人感動的。

## 八八風災輔導有感

文：小太陽志工 謝宜儒

親愛的孩子  
你在父親節那天做了一個惡夢  
夢裡有大水  
夢裡有狂風  
但是夢裡，至少你乘著家人柔軟的愛  
逃離了那個地方

親愛的孩子  
你在夢裡發現那不是夢  
那是比惡夢更殘酷的現實  
而你多希望他是一場夢  
希望家永遠依然堅固  
希望校園草地長青  
希望夢裡的人們，永遠都能天真地笑著

親愛的孩子  
你離開了山裡的居所  
來到你不熟悉的世界  
你不知道為什麼汗一直流  
你也不知道為什麼爸媽的眼睛  
都在流汗

親愛的孩子  
然後你又做了一個夢  
夢裡有光、有溫暖、有笑語  
夢裡的人們都像你的朋友們笑著  
和你玩鬧  
你抓著夢裡的人  
恣意哭泣耍賴打滾喧嚷恢復你這個年紀該有的任性

親愛的孩子  
你不知道這個好夢會持續多久  
但你希望它會一直存在



## 八八風災災後兒童心理危機輔導·一定沒問題的。

文：小太陽志工 王慶怡

八月下高雄，在牧愛幫忙順便玩樂，卻因為八八風災造成中南部地區的損害，在八月二十七日，去到天主堂幫忙。當天下午因為送公文，所以我跟宜儒並沒有跟大家一起從牧愛出發。剛到天主堂的時候，因為人太多，所以一時並沒有看到那些小朋友，後來看到牧愛的志工將小朋友扛在肩膀上跑來跑去，才漸漸注意到這些小孩。我跟宜儒先在教堂裡面，幫忙將小朋友聚集起來，有些小朋友會故意跑到教堂的椅子底下躲起來，跟志工玩躲貓貓，之後我在幫忙小朋友填寫問卷的時候，有注意到三、四個小朋友有寫說他們最愛的運動是躲貓貓；有些小朋友會一直在祭壇與門口之間跑來跑去，讓志工們追著他們跑。在教室裡玩遊戲的時候，小朋友玩的很熱烈，整間教室充滿了小孩子的笑聲與尖叫聲，讓我在走出教室的時候，耳邊還回盪著他們的聲音。

八月二十八日，在天主堂裡面的籃球場與小朋友一起互動，今天帶了之前去大創買的玩具，準備送給小朋友們。一開始跟小朋友們玩大風吹，不過因為小朋友很多，所以將遊戲名稱改成小風吹，以快走來替代跑步。之後請小朋友畫圖，請他們上台分享並解釋自己的畫給其他小朋友知道，為了鼓勵他們踴躍上台，讓先上台的小朋友擁有先選擇玩具的權力。不過在選玩具的時候，因為玩具都比較偏向男生的玩具，所以有些女生有點抱怨說不知道要怎麼選。

這兩天去天主堂幫忙，看見這些小朋友在經歷了這些磨難與歷練，仍然在我們的面前展露他們的笑容，努力的生活著，一定沒問題的。

## 你明天還會來嗎

文：第八期守護生命天使·小太陽志工隊隊長 蔡政翰

狼狗哥哥你明天還會來嗎？

小宇

一個與我親近的小男孩

一個與我畫圖的小男孩

一個與我玩耍的小男孩

一個貼心的小男孩

時間好短暫

為什麼時間不可以倒流

為什麼時間不能長一點

我真的好想再與小宇見一次面

我好想再與他比一次腕力

我好想再背他一次

我好想再次擁抱他

## 八八風災災後兒童心理危機輔導·盡力而為

文：第八期守護生命天使·小太陽志工 鍾賢文

18

「八八風災」一個在 2009 年令人震撼的名詞，撼動了許多人的心，原本以為只是一場台灣常見的風災，沒想到卻是史上最嚴重的風災，從報章雜誌、電視新聞、網路等媒體，均有不小的版面在報導此次的風災，雖然如此，但仍有很多尚未被報導的部分，可也從中可以發現台灣人真的很有愛心、很可愛，發生災難後，許多人第一時間都投入了大量的人力、物力去幫助那些災民。

在聽見這些風災報導後，一直想不出該如何幫助這些災民(自己被其它凡塵俗事困擾著，也發現已經湧入了大量的物力、資金進入災區)，在某次開會討論時，老師提到我們該利用我們協會更專業的能力去幫助那些災民，因此決議找時間與方法去幫那些災民做悲傷輔導，而在 8 月 27 日安排了第一次到天主教堂幫安置在那的梅山村災民做悲傷輔導，但由於是第一次接觸，而且自己的身理與心理狀況都不是很好，因此對那些小朋友並沒有特別主動去做較親密的接觸，害怕自己的不專業與負向能量對那些小孩子們造成另一次傷害，而採取讓小朋友們主動來接觸再給予善意的回應，其餘時間則比較屬於觀察者的角色，在觀察時發現小朋友們很直接也很願意跟我們接觸，但其中有某些小朋友其實蠻防衛與不安的，甚至有攻擊行為，不只對在一起的小朋友攻擊，也對我們這些第一次見面的大哥哥、大姐姐們攻擊，而也有表面看起來鎮定與我們一起嬉戲玩鬧，但一遇到某些情況便驚恐不安，而到了晚上活動時間更可以感覺到孩子們的躁動與不安，第一次看到嘉慶如此控制不住場面，但他真的已經盡力了，只是孩子們真的太不安了，所以才會如此躁動，讓人真的感到很悲傷，想幫助他們卻又不知該如何幫助他們才好。

8 月 28 日再度到天主教堂幫忙，但卻發現有許多第一天出現的小朋友都消失不見了，不知道他們是否離去還是因為甚麼事而出現，但可以發覺孩子們真的很希望我們的陪伴，雖然有許多小朋友仍然很躁動不安，但是攻擊的行為卻少了許多，另外我額外感覺到似乎並不只是重大災後創傷，這 2 天的陪伴可以發覺小孩很少有父母陪伴左右，不知是否因為山區民眾長期為了生計而忙碌，因此較少陪伴在孩子身邊，所以小孩們很渴望得到愛，加上在重大災害過後，所以極度想要向我們索討愛，因此當我們再度出現後，他們顯得異常地開心，而當我們要離開時，更有許多小朋友緊緊黏著我們、捨不得我們離開，而年紀稍長的小朋友卻讓我感覺到之前在嘉義接觸到的那些即將中輟的學生的影子，他們除了剛面臨了重大災害，還背負了許多之前的家庭經驗，所以似乎並非只是需要解決他們剛面臨的重大創傷，背後需要處理的東西可能還更多，讓人的心情感到無比地沉重與哀傷。

除了小朋友外，其實在場的大人也讓人感覺很悲痛，許多大人都坐在陰涼處，但彼此並不會互相交談，可以更直接地感覺到他們在災後所感覺的哀傷、憤怒、憂慮、無所適從等等，可能在幫助完小朋友後，如果行有餘力也該幫幫這些大人們。

這 2 天的輔導我感覺我並沒提供到多大的幫助，只是提供自己部分時間陪伴他們，並沒預計要給予多少幫助，但是當他們有主動來親近我時，我只希望我能盡量給予較多和善的回應，期望他們能度過這段艱苦的時間，往後可不再遭遇到類似的重大災害，而如果之後還有機會幫助他們，我也希望我能盡量給予幫助，雖然我可能還未具足夠的能力，但我會盡力而為。

## 不是此時又是何時？

文：牧愛生命協會社工員 顏雁欣

親愛的～為什麼願意讓我抱你？為什麼總是給我緊緊的擁抱？為什麼願意給我笑容？為什麼願意記住我的名字？為什麼願意告訴我妳的秘密？謝謝你。謝謝你願意讓我靠近你，謝謝你願意讓我帶點溫暖給你，謝謝你信任我，謝謝你願意讓我愛。

我很慶幸自己加入牧愛團隊，因為牧愛的積極、不放棄的愛，讓我有機會在災後的一個月黃金期為你們做點什麼。但陪伴你們兩天的同時，心情也是很矛盾的。我一直不安著，今天來了，明天我們還能再來嗎？當妳抱著我問我明天會再來嗎？很抱歉，我無法回答你，我也無法給妳承諾，我不想也不願燃起了妳的希望，又將那希望帶走，那好殘忍。我一直記著第一天結束時，老師說的一句話：『不是此時，又是何時？』一個小孩如果不是極度渴望被愛，為何總緊緊抱住我們這些大哥哥、大姊姊？你們就在我面前，無聲的語言，卻很清楚大聲的告訴我，妳想要抱抱，妳想要有人陪妳，妳不想一個人。在大人忙於災後安頓，無暇照顧你，妳卻又如此渴望愛的時候，即使短短兩天，此時不去愛妳又是何時呢？

我沒說、不哭不鬧，不代表我不想要愛～第一天與他們建立關係，在小小空間玩遊戲時，一開始抱著一個小女娃，後來另一位妹妹，看到了也想要我抱她。於是，我的左腿坐著一個小女娃，右腿坐著一個大女娃。但遊戲進行到一半，小女娃哭著離開我，她不想跟小姊姊分享我的愛，她好希望我只抱她一個人。對一個第一天認識的大姊姊，就有如此強烈的愛的需求，當小孩的父母忙於家後的重建，減少原先與孩子的互動，她們是不是也像這位小女孩一樣，一人默默哭泣著，爸爸、媽媽，可不可以再多陪我一下？

即時，我在這有吃有玩，但我想出去到外面的世界～第二天，有一位妹妹說要帶我去玩盪鞦韆，原來妹妹是想去對面馬路的鞦韆玩，但妹妹的阿姨阻止了。當妹妹知道自己玩不到鞦韆時，好難過，站在原地不動，說什麼也不離開小門。既然玩不到鞦韆，那我帶妳搭飛機好不好？還好我手臂夠粗夠有力，憑著兩隻手臂，抱起妹妹搭飛機，在空中飛呀飛，轉呀轉。妹妹笑了，我也笑了，我看到我來這的價值了。

不要輕易放棄對我的關懷～第二天團體輔導時，進行布偶對話與畫圖時，我來到一群大孩子面前，他們是所有小朋友中年紀最大的大哥、大姊。剛開始，我有點怕靠近他們，不愛說話，也不笑。最後我還是去了，如我預期，這群大孩子，對我愛理不理，但很棒的是至少沒趕我走，我們關係尚未建立，不理我是正常的。畫圖時，我們的話變多一點些了，但還是有一搭沒一搭的，最後分享圖畫時，我認識了一對姊妹和這群大朋友。原來，他們不是討厭我，也不是不愛跟我說話，而是害羞，不知該如何與我互動。如果當天，我一開就被他們的假面具嚇跑，那我就沒機會瞭解他們，也不會知道即使他們年紀較大，一樣想被關心想要愛，畢竟他們還只是孩子。離開的那天，我得到了好溫軟的擁抱，也更明確感受到一點，不要輕易放棄對孩子的愛。

## 八八風災災後第一階段兒童心理輔導牧愛志工團隊

- 李碧玉·吳美麗·林宏南·王嘉慶·謝濬澤·廖昱瑄·尹孝慈·陳紀妙·顏雁欣·洪毓澤
- 李素利·鍾賢文·蔡政翰·蔡木隆·鄭心雅·謝焯玫·王慶怡·謝宜儒·李宜澄·蔡伯炫
- 孫羽貞·陳育姍·王澄祥·謝評如·陳怡君·張簡雅馨

### 主題：【心理重建的黃金時期，一個月內刻不容緩！】

發稿日期：98年8月28日 發稿單位：中華民國牧愛生命協會 聯絡電話：07-5218931

聯絡人：謝濬澤 e-mail: [love.farming@msa.hinet.net](mailto:love.farming@msa.hinet.net)

20

#### 【用我們的愛，幫助災民走出陰霾】

此次八八風災對台灣造成了嚴重的災害，上萬人流離失所，家園一夕消失，災民們的痛苦難以平復。所幸在災難過後，看見台灣社會的愛與溫暖，許多人全心全意投入救災，為災民帶來一絲希望。但攸關心理健康的悲傷輔導與心理重建工作，卻為大多數人視為第二期的重建工程。

一直擁抱著「守護生命·救援生命·發展生命」信念的牧愛生命協會，向政府及社會大眾提出誠懇的呼籲。除了前往災區投入救災協助重建之外，我們更應該關心災區的居民與兒童，以及全體民眾在風災資訊爆炸的此時，是否因此產生心理的悲傷反應，甚至因而影響到生活與睡眠。牧愛生命協會執行長吳美麗沉重地表示，災後的心理重建與悲傷輔導刻不容緩，災後的一個月內乃是輔導的黃金時期，若不能及時處理悲傷情緒，可能會轉變成為延遲性或慢性的悲傷反應，甚至可能導致憂鬱症或是身心官能症。因此吳執行長極力呼籲，各相關心理輔導諮商的社團或單位，應立即攜手投入「心理重建」的救災工程。

為此，牧愛已積極聯絡災區政府及相關組織團體，希望能在悲傷輔導的一個月黃金時期內，進入災區協助災民進行災後心理危機的輔導與重建，期盼能陪伴他們走出災難的傷痛，也期盼社會大眾與政府單位能一起投入這場心靈的救災工作。

### 主題：【協助災後心理重建，牧愛生命協會提供免付費心理輔導專線:0800-222-911】

發稿日期：98年9月01日

八八風災即將屆滿一個月，災後的重建工作亦逐步進行當中。為了提供一般民眾、災區民眾及替代性創傷人員(如救災官兵)心理紓解的管道，牧愛生命協會提供免付費的專線電話，「0800-222-911 小太陽自殺防治專線」，由受過專業訓練的諮商員，於禮拜一至五晚間七點到晚上十點提供悲傷輔導與心理重建的服務。同時，牧愛生命協會亦提供免費 e-mail 諮商、急難救助通報、點燈祈福等網路服務，民眾只要上網搜尋 [www.call.org.tw](http://www.call.org.tw) 牧愛生命協會即可使用。

牧愛生命協會執行長吳美麗表示，牧愛團隊長期投入自殺防治工作，參與過桃芝風災的心理重建工作，特別培訓「八八風災心理輔導志工隊」，目前已經陸續安排至災民安置中心進行孩童的團體輔導，有系統陸續推展心理重建希望工程。

牧愛生命協會呼籲校園師生家長及社會大眾，如果有需求除了撥打「0800-222-911」專線外，也可主動與牧愛生命協會聯繫，本會將依據需求提供適切協助，安排團體輔導服務、專業諮商心理輔導、校園講座或遊戲、繪畫等多樣創傷治療方式的介入與引導，撫慰所有因風災而創傷的心靈。