



教學創新教案

運用鷹架策略進行 靈性健康覺察教育訓練

—— 濮家和 ◆ 心理諮商中心 諮商心理師 / 蔣志隆 ◆ 教研創新行政中心 管理師 ——

彰化基督教醫院靈性教育師資工作坊在心理諮商中心規畫之下，融入強調互動與反思的鷹架策略以增進靈性健康覺察訓練成效，在學習者原有知識基礎與生活經驗上，經由課程暫時性的學習架構，運用靈性關懷五面向、三階段的基礎概念，透過團體之間的討論、問題、互動、反思，藉由不同課程活動體驗，逐步引導參與教師進行靈性健康覺察，找出靈性需求並反思在臨床工作，以期增加種子教師對靈性健康覺察的熟稔度與應用。

在建構主義學習理論中，主張學習者的主動性、個別經驗，透過同儕互動的討論可建立獨立的思考和問題解決方式。「鷹架理論」強調學習應建立於學習者原有的知識基礎上，經由課程的暫時性學習架構，透過與教學者或同儕之間的討論、問答、互動與反思，以增加學習者對學習主題的熟稔度，進而能夠靈活運用所學。透過鷹架理論，教學者發展出不同的教學策略，幫助學習者深化學習，包括示範、回饋、指導、問題和認知建構。透過課堂參與報告



和討論，讓學習者將過去的經驗和課堂新知整合，建構一個更完整和個人化的歷程（北市醫學雜誌2014；11（3）：236-243）。在種子教師現有的經驗背景和靈性健康覺察教學目標的中間，加上一些協助，稱之鷹架，可以幫助種子教師更順利的達到教學所期許的方向。而搭配鷹架理論教學策略，規畫課程如下：

- **互動**：在諮商心理師的帶領之下，藉由團體遊戲，讓參與教師熟悉彼此，引起靈性學習動機：何謂靈性健康？個人靈性健康指數幾分？開啓對靈性的定義與認知。
- **問題、回饋**：以影片作為教學教材，觀看後，藉由學習單作為靈性覺察反思工具，帶領小組回顧生命的某一天，成員彼此討論，進入生命的意義與價值探討、分享成長經歷中寬恕與愛的課題。配合影片劇情引導，參與教師回顧目前的生命歷程中「最希望誰可以好好看看自己？」，「回去後又最想好好看看誰？」。「注視就是一種愛」（彰基諮商心理師濮家和），當自己感受到被愛的時候，也會感受到自己對別人真實的愛，可以幫助別人靈性得到滿足，臨床教師也是臨床照護者，帶領學員幫助自己或照護個案發掘隱藏在內心對別人的愛，就是一種靈性教育與關懷實踐。每個人也都有被誤解或做錯事的時候，藉

由生命歷程的回顧，學習接納與寬恕，提升靈性健康，協助自己「面對現況、處理情緒、付諸行動」。

- **反思、認知建構**：心理諮商團隊發揮巧思，運用牌卡，讓教師結合不同靈性面向作思考，帶領種子教師經由靈性關懷的步驟，結合自我經驗與知識，建構完整歷程，並嘗試書寫下來。運用紀錄單，種子教師可學習到在帶領學員探索靈性需求，提升靈性安適感同時，轉化為具體行動表現，在臨床工作落實同理與愛。由種子師資撰寫之紀錄單彙整以下回饋：
- ◆ 在別人的需要上給予協助，就是存在的價值。
- ◆ 全然投入，要對工作、人生更加用心，重新檢視力度與平衡，更要傾聽內心的聲音，人生是很有限的。
- ◆ 在別人的需要上，可以提供協助，讓自我覺得快樂，對工作有持續的動力支持
- ◆ 擔任助人者，增加日常生活的活力，降低職業倦怠，降低抱怨與比較。
- ◆ 工作常遇到無法達成的，但總是要努力，試著突破，讓自己更有信心，且嘗試更多方法去解決。
- ◆ 逆境對我正向意義為「等待」，常接受主管派給我「不可能完成之任務」，有時會急著要完成，反而達不到目標，就



覺得「失敗」，其實需要耐心「等待」，再繼續努力重新設立目標與行動措施，再出發！

- ◆ 逆境對我而言是思索，一種潛力的發揮或屈服妥協。
- ◆ 懂得分享愛會使生命更豐盛，感受被愛是幸福的，活在愛的氛圍中，生命更有意義。
- ◆ 靈性照護的反思：用心感受，小改變成就大改變。

● **教導、示範：**工作坊最後由諮商心理中心蕭真真主任專題摘要，帶領教師重尋靈性的視框，淺談靈性教育導師的功能與任務，從靈性健康到生活希望，重新定位生命的意義及目標提昇。

彰基靈性健康教育創新教學課程，獲得參加教師高度肯定與讚賞，整體滿意度為

93%。其中以「可以學習珍惜當下、豁達的面對人生困境。」平均分數最高（4.65/5）、其次是「可以培養正向積極的生活力量，讓學員進行正向思考與價值思辨。」（4.48/5）。經由教師培育中心教師教學成效追蹤，73.1%完訓教師能常常在臨床教學時，帶領學員進行自我覺察與省思。92.3%教師「經過靈性健康覺察與省思，能試著從挫折中發現自我的價值。」期待未來在心理諮商中心團隊努力之下，能持續開發更多靈性健康覺察教學工作坊課程，讓本院靈性健康覺察教育成為教學特色亮點。

「讓照護個案能在與疾病同行的過程中，對於自己、他人、生命都能擁有理解與被理解的經驗，進而與自己、與他人甚至與靈性層面的客體和好，最後，帶著滿滿的力量，繼續往前踏出每一步。」（彰基心理諮商中心成立願景與目標）



重尋靈性的視框－蕭真真主任



濮家和諮商心理師帶領小組討論