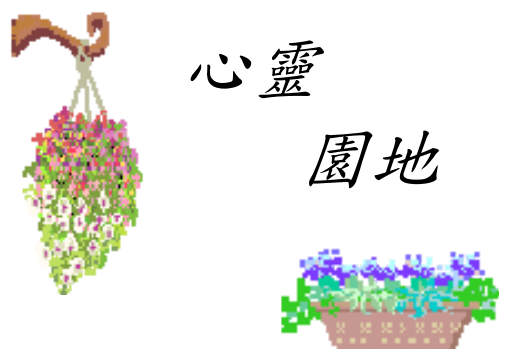


無盡的愛・無限的希望



《6 月號》

發行單位：輔英科技大學學務處諮商輔導中心

出版日期：99/06/01

創刊日期：91/10/01

發行人：郭詩憲學務長

總編輯：楊瀚焜主任

編輯：吳少萍

校稿：楊添智

地址：行政大樓3樓

電話：分機／2270；專線／7820807

E-mail：friend@mail.fy.edu.tw

No.64 June-2010

友善關懷-小愛大愛 齊步走

愛無止境 情更深

每年六月，正處一年之半，它串連著每個個體生命中的過去與未來，正如同安寧照顧基金會所拍攝的【人生四季之歌】，片中以老爺爺和小女孩的對話將人生譬喻成四季，影片中提到：「人生像時序的四季，春夏秋冬都可以各展其美，孩提時像春天的希望，青壯年像夏天的熱情奔放，中年時像秋天的豐收，老年像冬季裡的暖陽」。四季時序的變換，就好比所有生命生生不息的延續下去，經歷了春夏秋冬的四季變換，各自展現出人生的孩童、青壯年、中年、老年以及生老病死。在台灣進入已開發國家行列的時候，我們的社會隨著老年人口的增加，高齡化的人口在生理與心理上產生雙重的變化，使得老年人亦成為社會中不容忽視的族群。就本校而言，校內所屬的各學院除了開辦有關孩童、青壯年、中年等年齡層的相關關懷課程外，護理學院亦開設了老人照顧及長期照顧學位學程針對老年人在「友善關懷」的推動，並且在校內相關行政單位角落中提供了很多到國內外服務學習等等的場域與機會，這再再顯示我們校園中對各年齡層散發之「友善關懷」氛圍是不落後與無國界。身為校園每一分子的我們，「友善關懷」的那份愛心將刻不容緩地須擴大與延續，因此諮商輔導中心於本月的心靈園地中將為同學介紹相關「友善關懷」等生活教材與活動，讓我們一同學習將心中的愛串起，分散至各角落，讓我們關心我們身邊人的同時，能成為別人困境中溫暖心房的暖陽。接下來，就讓我們來一探究竟囉!(以上文字部分引自:安寧照顧基金會出版人生四季之歌影片目錄)

相知相惜 伴一生

陪伴「失智症照顧者」走向未來

護理學院 長照學位學程講師 楊麗燕

阿茲海默症（英語：Alzheimer's disease，簡稱AD）又稱老人痴呆症（失智症），阿茲海默症主要分為家族性阿茲海默症與阿茲海默老年痴呆症兩種，其中以阿茲海默老年痴呆症較常見。全世界有2400萬病患，是一種持續性神經功能障礙，也是失智症中最普遍的成因。疾病成因未明，目前沒有較有效治療的方法。

早期最顯著的徵狀為健忘，通常表現為逐漸增加的短期記憶缺失，而長期記憶則相對不受病情的影響。隨著病情的加重，病人的語言能力、空間辨別能力、認知能力會逐步衰退。受阿茲海默症影響的神經功能通常與大腦的關係緊密，這反映了疾病的病理學過程。當然我們要先認識阿茲海默症。

阿茲海默症是一種文明病，因為人類有人鮮少運動，飲食方面又營養，享受的都是精緻食物，不喜歡吃的是絕對不碰，加上氣候變異與飲水污染問題，再加上醫學發達，人類的壽命不斷向上調升，這些都難免造成失智人口的遽增。

雷根總統的女兒曾表示，母親為了照顧父親阿茲海默症而變得足不出戶，擔心其身體和情緒反應，可見「照顧者」需耗費心力承受諸多壓力，對於照顧阿茲海默症的照顧者，可能會覺得這是我們如何陪伴老人癡呆症者走完人生最後一程的故事，其實不只如此，身為醫護人員者主要傳達的是一對摯愛夫妻，當面對疾病與衰老之年，如何相伴至終的故事外。而且感受到「真愛是無法用言語表達」的認知，如同一部「長路將盡」的影片中，導演用了一個非常有趣的對比，即當艾瑞絲在其晚年再也不能以精確的言語與理智與外界溝通時，貝禮和她仍可以一起觀看電視的兒童節目「天線寶寶」。兩人在「無言」之中，生根於彼此心靈中的「情感」，仍可超越語言的限制，維繫著彼此溝通，並深深的相互依偎。

總之，我們能協助照顧者先了解被照顧者的需求及照顧阿茲海默症者的心聲之後，協助個案能結合醫療團隊力量，提供日後照顧方向，更期能走入社區團體，舉辦病友老歌歌唱大賽或生命回顧分享團體活動，增進病患於回顧過去中得到滿足與自我肯定，以重新面對現實生活，找出更美好的未來。

<

<諮商輔導中心 99 年 6 月活動一覽表>

週數	日	一	二	三	四	五	六	主要活動
十五			6/1	6/2	6/3	6/4	6/5	*6 月心靈園地發行-友善關懷(6/1) *6 月心靈電影院-友善關懷(6/3) *助人成長團體(志工期末教育訓練)(6/5)
十六	6/6	6/7	6/8	6/9	6/10	6/11	6/12	*教訓輔三合一研習活動/6 月個案研討會(6/9) 重拾生命滋味饗宴一串「心」生命齊步走~關愛生命講座
十七	6/13	6/14	6/15	6/16	6/17	6/18	6/19	*第 4 次輔導工作會議(6/15)
十八	6/20	6/21	6/22	6/23	6/24	6/25	6/26	*專科部護理科一至三年級統一期末考試週
十九	6/27	6/28	6/29	6/30				*99 年度暑假大專青年志願服務-耕心志工隊培訓(6/26~6/27)

若有任何問題，請洽學務處諮商輔導中心，分機：2270 或 mail 至 friend@mail.fy.edu.tw

「六月心靈電影院」

邀您共度一趟心靈之旅

獻給可愛的孩子，以及可敬的童年…



《心中的小星星》是人口將近十二億、電影年產量超過一千部的寶萊塢，2008 年最重要的一部電影。這部電影不僅奪下「印度奧斯卡」FILMFARE 電影獎最佳影片、最佳導演、最佳劇本等三項大獎，更代表印度角逐奧斯卡最佳外語片。本片劇情描述一個總是趕不上功課、飽受責罵的小三孩子，在爸媽的失望下，被送往寄宿學校就讀，卻幸運地在一位老師細心教導下，終於找回自信和自我的故事…。此影片不但成功呈現出小孩子快樂多姿、充滿童趣的異想世界，劇情更是誠懇細膩，讓人在歡笑之餘也同時感動不已，並且不時出現精彩音樂和可愛動畫，在在都贏得了觀眾的心。《心中的小星星》之前在金馬國際影展放映時，不但座無虛席，觀眾更是看時笑淚交織，看後口碑沸騰，是您最不能錯過的精彩電影。

★導覽老師：楊麗燕 老師

☆請勿攜帶食物及飲料入場，謝謝！

★參加對象：全校師生自由參加

☆住宿生請攜帶宿舍管制卡，影片欣賞完後蓋章！

★時間：99 年 6 月 3 日 18:00~20:30

☆本活動有「**有獎徵答**」，歡迎全校師生踴躍參與

★地點：D210 藝術教室



~好書共讀~

心靈書坊 - 老得好優雅

作者：瓊·齊諦斯特 出版社：天下文化

出版日期：2010 年 4 月 30 日

這是第一本深入老年各種面向，能讓老年煥發全新光彩的書。活到老年，是福分，是長壽，是智慧，是風範。老年，有許多尚待我們去開發的神祕與新鮮，去了解的豐富與奧妙。當我們有幸活到老，就讓我們一起學到老，透過這本書，一起來學習——人在最後一個成長階段，要如何轉型，活出生命的優雅巔峰。要在晚年把生活過得興奮有意思，有個絆腳石——我們太相信自己正在失去一樣東西，以至於沒有察覺正在得到的東西。

孔子說七十歲，才是他能從心所欲不逾矩的年紀。老年，有著累積一生豐富的記憶、經驗與智慧，不僅能對過去的歲月有嶄新完整的看待，還有人生七十才開始的全新挑戰。了解老年，能讓我們活得更加精湛、豐樂與優雅，能點化我們自己，還能照亮我們身邊的人。

這本書是寫給瀕臨老年的人，是寫給關心父母的人，是寫給那些想要反思老化歷程在自己上逐漸顯露的人，同時，也是寫給不覺得自己老的人。

瓊·齊諦斯特生動深刻的書寫，從許多角度來看隨著年齡而浮現的核心議題，是關於老年的經典之作，帶領我們重新領會人生這個最特殊的階段，明白這段歲月是達成終極成就的歲月，是使全新的生命再次成形的歲月。這段歲月賜予我們的，不僅是活著而已，而是活得比以往任何時候都更加圓滿優雅。

愛的報報

~~別讓自己的權益睡著囉~~

知道在學校裡有「誰」可以保障你在校的學習、生活與受教權益呢？告訴你一個不可以不知道的消息！本校為保障學生學習、生活與受教權利，增進校園和諧，學校訂有「學生申訴評議辦法」。在你需要時『學生申訴評議委員會』，將為你的權益把關！你可以透過這些管道找到我們..

1. 服務窗口：行政大樓 3 樓 學務處諮商輔導中心
2. 申訴電話：7811151 轉 2270
3. 申訴信箱：friend@mail.fy.edu.tw

※申訴流程及相關表單

填寫申訴書（學生申訴評議辦法及表單下載路徑：本校首頁→行政組織→學生事務處→諮商輔導中心→學生申訴）→交至學生申訴案件收件窗口『諮商輔導中心』→諮商輔導中心轉交「學生申訴評議委員會」處理。

◎心靈好夥伴—學務處諮商輔導中心◎

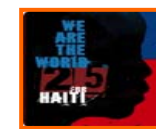


心靈樂坊

為愛啟程~希望音符

四海一家 WE Are The World 25 周年群星為海地重唱

這首當初為非洲飢餓孩童募款的名曲，今年正式邁入第 25 週年，當初由 Michael Jackson 和 Lionel Richie 所譜寫，Quincy Jones 製作，而 Michael Jackson 現在已經不在了，由 Lionel Richie、Quincy Jones 帶領眾星重新翻唱這首歌，灌錄單曲「We Are the World: 25 for Haiti」為海地災民們募款，與會的眾歌手陣容也不輸當年。同學們，咱們一同欣賞其中詞曲的意境，心中的那份愛將無限擴大，將帶給您無限信心與希望喔。（影音欣賞參考<http://tapeihand.blogspot.com/2010/02/we-are-world-25.html>）



There comes a time when we hear a certain call	當我們聽到了懇切的呼喊
When the world must come together as one	全世界應該團結一致
There are people dying (Stevie Wonder)	有些地方的人們正逐漸死亡
Oh, and it's time to lend a hand to life	是該伸出援手的時候了
The greatest gift of all	對生命而言，這是最好的禮物
We can't go on pretending day by day	我們不能日復一日的偽裝下去了
That someone, somewhere will soon make a change	在某些地方總有人要改變自己
And the truth - you know love is all we need	事實上，我們需要的就是愛
We are the world, we are the children	四海皆一家，我們都是神的子民
We are the ones who make a brighter day	創造美好的未來要靠我們
So let's start giving	所以，讓我們開始奉獻自己
There's a choice we're making	我們正在做的抉擇
We're saving our own lives	是在拯救自己的生命
It's true we'll make a better day	我們真的可以創造更美好的明天
Just you and me	就靠你和我
Well, send'em your heart	將你的心傳遞給他們
So they know that someone cares	讓他們明瞭有人關心他們
And their lives will be stronger and free	他們的生活才能更堅強、更自由
As God has shown us	如同上帝開釋我們的
By turning stone to bread	藉著把石頭變成麵包這件事
And so we all must lend a helping hand	我們都應該伸出援手才對
When you're down and out	當你意志消沉、不被接納
There seems no hope at all	一切似乎全無希望
But if you just believe	但只要你相信
There's no way we can fall	我們不可能倒下
Well, well, well, let's realize	讓我好好想清楚
That one change can only come	只能做一個改變
When we stand together as one	當我們像一家人站在一起

