

EAP 心得

輔二乙 古屏蓉

原本我在聽到員工協助方案時，沒有什麼興趣，又想到說這門課是學分課程，配之後會修不完，所以沒有打算修，但是那時聽到其他朋友說，去接觸多一點的課程可以增長許多的知識，而且從企業的角度來看心理諮商也是一種全新的角度，所以那時基於這兩個誘因，我就決定要來修這一門 EAP。

在 EAP 這門課當中，有許多老師輪流來上課，每個老師都各有自己的特色，透由老師不同角度的引導，我覺得從原本不了解 EAP 到底在做什麼到現在懂了 EAP 在幹什麼，除了學校內的老師來上課，這門課還有許多不同機構的講師來幫我們上課，其中任我很有印象的是生命線協會的黃智儀老師。

其實在我的印象中，從事專業諮商輔導的人員，我都一直有種它們的外表談吐會偏向溫和與緩慢節奏的認知，可是當我一見到黃智儀老師時，她的俏麗短髮和精幹的外表若沒有特別講說她是在生命線從事 EAP 的主任，我一定會覺得她是大企業的高階主管，一聽到老師開口講話時，我心中不禁有：這老師也太酷了吧，好犀利又麻辣的言詞喔，老師說到：只有熱情幫助別人是不夠的，還要長腦袋和長眼睛，智儀老師認為我們諮商和社工員有的共同通病就是做事情不夠果決、講話繞來繞去不夠結構，至於腦袋和眼睛則是我們要會寫企劃書和會觀察，而且部是一個人很厲害，而是一個人很厲害的運用資源，因為我們在企業的 EAP 當中，團隊中成員的性質不是只有我們諮商人員，而是有其它各式各樣的人員，像是會人力資源、會計……等等的夥伴。

我覺得在這堂講座中最特別的就是老師講的許多道理都讓我受益良多，而且不只是可以運用在 EAP 上，對我們現在大學生而言，也是很有幫助的，像是老師針對我們年輕一代對工作環境不斷抱怨和怪東怪西的現象提出：如果無法改變你的舞台，就決不要抱怨，因為你沒有努力過，所以沒有資格，我聽到這些話時其實很震驚，因為我聽到身邊一些比我年紀大的朋或看到電視新聞上真的很多我們這個時代的年輕朋友會對自己的工作有許多的抱怨，而且我有常常聽到她們說的一句話就是：我在待 X 個月我就要辭職了，我不想再待這個地方了，長久下來，我也對未來工作感到一片淒慘和憂慮的感覺，但是老師的話提醒了我們，栽培自己才是最重要的是，不僅是我們的反應和進退應對，更要栽培我們的態度，老師最後更以：求學時期，三心二意，可以知道自己要的，就算最後還是茫茫然，但是最起碼知道那些是自己不要的，真的很感謝黃智儀老師的這堂課，我覺得在這堂可我真的學到了很多，這也算次我這學期聽了那麼多堂外面講師上課，覺得收穫滿滿的一堂課吧！

除了黃智儀老師的講課，我也對我們去中興大學聽的年會印象很深刻，我原本以為我大一下已經聽過了年會，今年內容應該差不多吧(天呀，我發現我一直會有先入為主的壞習慣，導致我常常錯事了許多好東西或者事後想起來心有餘悸!)這次的年會我聽到了許多很重要的東西，年會最讓我印象深刻的部分是馬來西亞的李志祥講師用「從不穿鞋到穿鞋到穿好鞋」為引子引出了在馬來西亞做EAP的情形。因為馬來西亞的多元人口，擔任EAP的人員對多元文化的敏銳觀察更是一項不可或缺的能力，而且對本土文化也要有一定的認識，這跟台灣的情形其實很像，因為台灣也是一個多元文化的社會，所以我們也可以透由馬來西亞的經驗來預測我們在台灣將會碰到的情形，李志祥講師也同時提到EAP不能只靠心理諮商師，要靠多元能力和各式行業的人，像是營養師、律師…等等。這跟我認知中的EAP差意滿大的，原來在一個企業中，不能只靠心理諮商師撐起EAP，要有許多不同能力的人才能組成一個完整的團隊，除了李志祥講師，我對接下來張西超講師也很有印象，西超講師用特快車形容中國EAP的發展，雖然因為中央政府的關係EAP如雨後春筍般冒出，可是也很容易因為過快而摔出，他還特別提出，如果心理諮商師如果不專精，就像開刀但為學過醫學，從這兩段的演講都讓我體認到我們學EAP不只是一要對心理諮商很精熟，對多元文化的包容力也要很強，而且跟不同職業的團隊夥伴也要有很好的契合。

年會之外，我對去漢翔參觀也很有印象，當我們坐在會議室裡看著平幕上撥放漢翔做飛機的流程和公司的介紹時，我心底其實有很大的震撼，小時候愛看飛機從天上劃過，現在真的看到飛機製作的公司心裡真的是高興不已，在看影片的過程當中，看到了漢翔跟許多國外公司一起研發生產，在現在競爭這麼激烈和多元合作的時代，跟其他國家合作是遲早的事，可是語言不同，文化不同，那麼多因素的不同，漢翔是怎麼從中取得平衡呢?那EAP是不是在這一塊也有一些涉足呢?當我心中充滿這些疑惑時，有一位同學問出了跟我心中一樣的疑惑(哇喔，感謝他!)當時主任回答說，跟其他國外廠商在合作時，摩擦是一定會有，可是還不到尋求EAP的程度，透過包容和彈性的思維其實就可以把摩擦減到最低，雖然在這個問題時沒有多琢磨，但是我卻對未來EAP可能碰到的問題做了一番思考。

在聽完簡報後，我們分成兩批去參觀漢翔的展覽室，我才知道原來飛機坐公這麼精細，光漢翔裡面主任講解中的專有名詞和一些物理的概念就完全搞得我們雲頭轉向，可是真的很過癮，小時候都裡很遙遠的飛機，現在竟然就展開在我面前，之後我們又去參觀了漢翔的EAP辦公室，辦公室裡的會談室很溫馨，整個讓人很放鬆的氛圍，我想若我來尋求諮商，一定也會很放心，走出辦公室時，老師跟我們說為了不讓人有不自在的感覺，辦公室還設在郵局和餐廳附近，若真的想要去諮商，因為這附近走動的人很多，大家可能也會覺得你是去吃飯或者辦銀行手續，不用擔心異樣眼光，所以可以很放心的去，我真佩服這個巧思!

今年修的 EAP 這堂課真的是很不錯的一堂課，我學到了從不同角度去看待輔導到諮商也學會了從企業生產這種較現實的角度來談論我們所學的東西，所以真的很謝謝所有認真上課的老師們和外面為我們講課的講師們，因為您們，我才可以學到很多東西!