

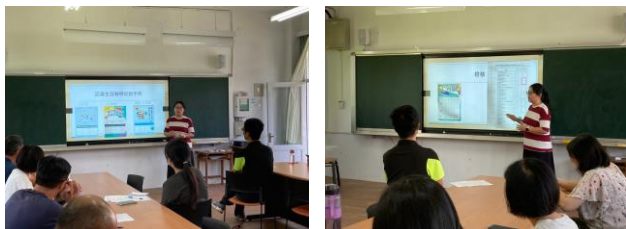
海端加油站

第二百 0 三期

發行人：吳宏龍校長發行：台東縣立海端國中輔導室
總編輯：黃美玲主任地址：台東縣海端鄉海端村山界 1 號
編輯群：鄭新和主任電話：089-931390
邱俊龍主任創刊日期：101 年 11 月 30 日
郭黛瑩老師發刊日期：112 年 10 月 10 日

活動點滴

《112. 10. 03 生涯輔導紀錄手冊說明研習》



視障心理師朱芯儀- 暗夜中的鑰匙鍛於本心 用感受走出視線之外



朱芯儀是全臺第一位考取心理師執照的重度視障人士，15 歲發現腦瘤，17 歲全盲，後天失去視力的挫折未令她停下步伐，在黑暗的世界裡，她用其他感官開啟新的視野。(圖片來源 / 日日好日授權轉載)

看不見的世界是什麼模樣？當舉目所觸的生活僅存一方永夜，該如何重新認識這個既熟悉又陌生的世界？朱芯儀是全臺第一位考取心理師執照的重度視障人士，15 歲發現腦瘤，17 歲全盲，後天失去視力的挫折未令她停下步伐，在黑暗的世界裡，她用其他感官開啟新的視野。

最好的防護罩，就是擁有保護自己的能力

花樣年華失去視力，對一般少女無疑是沉重到幾近失去生存動力的打擊，朱芯儀自述那段時間像是跌下舞臺的孔雀公主，痛於承受視障者的身份標籤，還要練習持手杖行動，簡直是周知大眾自己看不見的事實。

某天她試著獨立通勤卻不慎跌倒，周遭充滿高跟鞋與跑步的聲響卻沒人出手扶她一把。狼狽間，朱芯儀只能徒手摸索手杖跌跌撞撞的抵達學校。止不住的放聲痛哭，平息於同學告訴她，朱父其實一直在身後遠目陪伴。「為什麼不幫我？」不諒解的怒吼，撕扯著這方年少血氣正盛的思緒，直到老師引導她同理父親眼見女兒跌倒，卻只能按捺心疼，焦急立於身後的心境，這番换位立場才讓朱芯儀重新理解家人真正的苦心。「人生是你的，再愛你的人都幫不上忙，妳必須自己拿起白手杖才有辦法繼續前行。」沒有人能保護她一輩子，暗夜中的鑰匙鍛於本心，繼續向前，生命才有轉動的可能。

失去，是建新的開始！

失去視覺，一切從零開始，雖然看不見，其他感官發展會逐步支持日常生活，還是可以做很多事情，「大家太小看其他感官的能力！」芯儀笑著說。例如，視障者靠著手杖與腳底的觸覺感受導盲磚上的圖樣——直線代表行走，圓點代表停下，明眼人日常不常留意踩踏的感受具有不同意義；還有所有視障人士必經的定向訓練，在道路上找出特色、氣味、感受來建立自己的「心理地圖」。走到一半迎面的風漸大，代表周圍可能是沒有高樓大廈的路口，可以準備轉彎了、哪條路上有披薩的氣味就是目的地快到了....前行的路

長在嘴上，問就是了。

現在也有許多科技輔助，出自丹麥，旨在幫助盲人和視障人士識別物體，並應對日常情況的應用程式「Be My Eyes」，即可拍下視障者需要協助的影像，由線上志工即時回覆畫面中的內容。又如許多視障朋友隨身攜帶的「聽書機」，可以輸入文字檔或音檔，用一般人聽不懂的飛快語速來理解內容。

初盲時期，祖父也陪著苾儀學習點字，將牌卡一面貼上明眼人看懂的圖案，另一面是點字，她一張一張練習觸摸點字，熟習規則，花了一些時間才進階到一摸就懂。「你不一定真的喜歡生命裡每一個我們必須成為的角色，但每個角色都有它的意義和目的，都是自己的一部分。我們不停地撥開外在給的框架，也不斷的在適應這個環境。」朱苾儀堅定地說。

身心障礙者也許缺失了顯而易見的外在特質，但常人何嘗不是每日重啟認識世界的任務。在不同的角色中認識自己，「失去」與「獲得」，對所有人來說都是相同的模式。

相同的世界，不一樣的理解

用其他感官來認知世界，在相同空間建構不同的生活面貌，像明眼人的平行宇宙一般，朱苾儀的「看不見」反而成了特質，在心理諮商的征途上有所發揮。部分國家的的心理師，已走進不需面對面，依憑聲音與個案諮詢的進程，「心理師的工作重在引導個案覺察、營造信任的氛圍。」從心出發的真誠感受，不需視覺也能做到。

心理師的訓練過程會將個案的討論錄下來檢討，她會特別注意語句間的換氣、長度、斷點，從聽覺中判斷個案的情緒感受，「聲音，藏著一個人的靈魂！」當然執業至今並不容易，重度視障的求職身分，初期猶如過境萬礫崇山，朱苾儀只能選擇工作型態較為彈性的「行動心理師」，克服演講時的緊張、書寫文字的生疏、挑戰各類議題才逐步建立起獨樹一幟的品牌風格。處理高

風險個案的經歷，她也曾面臨替代性創傷，重新立下衡量自我價值的方式，挺步至今。

「我們都認為外國的身心障礙資源比較好，不過臺灣的優勢是有很多人願意引導視障者。」苾儀提到，碰見視障人士時，可以採取「問、拍、引、報」四個字提供協助。先詢問對方是否需要協助以及欲前往的目的，避免與對方意向有所分歧；接下來用手背輕拍對方手背，提示手的位置（用手直接觸摸可能會造成不適與誤會，應盡量避免）；當視障者了解手的位置，會向上輕抓來者的手肘，這時請站在他的兩步前用手肘引導；移動的同時，可以出聲提醒方向、是否有階梯、路線等，讓他清楚當前的狀況。

視障者雖與一般人有不同需求，但放大觀想，無論哪個位置，眾生皆有不同之處，「很多時候我們無法選擇，但可以調整思維，在理解後，才有機會不任由運命擺佈！」回望朱苾儀 17 歲時執起的白手杖，當初難以承受的視障標記，早已成為她重啟自主人生的重要權杖。「發現自己、探索自己、找到自己，是我現在最重要的事。」傲氣相比當年早已淡然，但不服輸的特質，卻也支撐著她跨越危機四伏的險途，視障心理師朱苾儀伴以敏銳的感官和經受打磨拋出光亮的心性，為同在暗夜摸索的人生旅者，映現出一條別於往昔的精彩道路。



【視障心理師朱苾儀 暗夜中的鑰匙鍛於本心 用感受走出視線之外】出處：信傳媒

(<https://www.cmmedia.com.tw/home/articles/42087>)

