

研習叢書(203)

95 學年度教師專業成長～

家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊成果彙編

壓傷的蘆葦不折斷

洪素珍等編著

臺北市教師研習中心 編印

中華民國 98 年 10 月

壓傷的蘆葦不折斷

家，原本應該是家庭成員的避風港，是每一位兒童得以身心健全發展與成長的最大後盾與保障。然而，暴力案件在家庭中上演的事件古今中外盡皆有之。以女性為主的受害者迫於內乏支持、外無奧援的現實，絕大多數只能隱忍不語，以致家庭暴力案件成為中外各國最被忽略的犯罪黑數。

在暴力陰影下成長的兒童，可能成為暴力行為的直接受害者；即便未直接受害，兒童或者出於對事件成因的錯誤解讀，將家中發生的暴力事件歸咎於自身；或者出於對以男性為主的施暴者的認同，而模仿其對受害者的口頭或身體虐待；或者在家庭暴力氛圍的影響下，出現其他偏差認知或行為。總之，兒童的身心發展和認知構成均因家暴事件而深受影響，成為直接或間接受害者，且是家暴事件中得到最少適切關注與協助的族群。

更甚者，其在兒童時期及成人後的行為模式均可能因之而有異於常態的發展——其在學校以暴力行為解決同儕衝突或爭端的比例比一般兒童高；男童一旦內化父親的暴力行為，成人後對配偶或子女施暴的比例高於常人；女童如若內化母親的受害者行為模式及負向情緒處理模式，成人後過度容忍情侶或配偶的施暴行為之比例亦高於常人。暴力行為代間傳遞的惡性循環於焉形成，讓社會付出極大的成本。爰此，家暴受虐兒童的輔導遂成為學校輔導工作重要而棘手的一環。

聖經以賽亞書 42 章 3 節說：「壓傷的蘆葦，祂不折斷；將殘的燈火，祂不吹滅。」在校園內，輔導人員即是守護壓傷的蘆葦使之不被折斷的靈魂人物，除需針對家暴受虐兒童進行適切的輔導，在家長、導師、行政體系、社工單位、社會福利與服務機構甚或醫療院所等層面各有立場，或者其不同訴求相互扞格時，還需秉持維護兒童最高福祉的原則，發揮輔導專業，善盡溝通協調之職責，以期整合各方資源，齊心協力為家暴受虐兒童提供適切的整合型服務。其挑戰性之高，實非一般學生問題行為之輔導工作可以比擬。

為強化輔導人員協助家暴受虐兒童的專業能力，本中心在 92 至 93 年度曾舉辦「家庭暴力受虐兒童輔導知能研習」，在國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系王麗斐教授及林佩儀、康琇喬及林瑞吉等三位協同帶領者的領導下，帶領一群有志輔導工作的教育同仁，進行為期約一年的理論介紹、個案討論與實務演練。研習重點有以下五項：(1) 家暴受虐兒童輔導相關理論，(2) 家暴受虐兒童的問題類型與特徵，(3) 通報與轉介處理，(4) 學校輔導策略，以及 (5) 社會資源。研習結束後，本中心繼而將研習成果集結成冊，刊行《黎明前的守候——92 年度教師專業成長家庭暴力受虐兒童輔導知能研習成果彙編》，以饗本市教育同仁。

然而，家暴受虐兒童的輔導工作複雜萬端，此一研習雖已提供充分的輔導知能，然其對於家暴受虐兒童輔導技術的著墨仍有所不足，輔導人員仍需要一套具高度實用性的輔導技術，以提升其助人效能。本中心遂於 95 至 96 年度另行辦理「家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊」，借重淡江大學教育心理與諮商研究所洪素珍教授的戲劇治療專長，由洪教授率領施雅芝、陳郁夫等兩位協同帶領者，透過戲劇的媒介，帶領 15 位輔導人員，在「理論—體驗—實作與督導」三階段式工作坊架構下，進行為期一年的實務取向深度學習。

此三階段式工作坊架構的設計，有別於以講授、分享、討論為主而缺乏實務操作與督導的一般輔導工作坊，它除了讓參與工作坊的 15 位成員在學習歷程中有充分的討論、互動，並實際參與戲劇治療團體，學習歷程結束後，成員們還獨自或兩人一組在校內規劃辦理家暴受虐兒童戲劇治療小團體，透過此實作歷程，將理論與認知轉化為實務，並透過定期實務督導的模式，由洪教授及協同帶領者就成員所遭遇的難題指點迷津，增益其所不能，補苴其所不足，以期達到理論實務合一的境地。

本中心欣見 15 位成員積極投入學習及實作歷程，並詳細記錄歷次團體體驗之過程，特將之彙集成冊予以付梓，與本市教育同仁分享，冀望能為家暴受虐兒童輔導工作增添新的一頁，是為之序。

臺北市教師研習中心主任 吳金成 謹識

中華民國 98 年 10 月



目次

壓傷的蘆葦不折斷	吳金盛	i
笑看人生劇	洪素珍	1
家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊實施計畫		3
帶領者、協同帶領者與團體成員		7

理論篇

壹、戲劇治療團體	洪素珍	
戲劇治療團體理論基礎		11
戲劇治療團體工作方法		15
戲劇治療團體的專業倫理		31
貳、家庭暴力目睹兒童處遇模式	洪素珍	
背景		35
文獻探討		35

成長篇

參、第二階段成長團體紀錄	施雅芝暨全體成員	
第一次團體紀錄		67
第二次團體紀錄		68
第三次團體紀錄		74
第四次團體紀錄		79
第五次團體紀錄		82
第六次團體紀錄		85
第七次團體紀錄		89
第八次團體紀錄		92
第九次團體紀錄		97
第十次團體紀錄		103



第十一次團體紀錄		110
第十二次團體紀錄		114
第十三次團體紀錄		118
第十四次團體紀錄		120
肆、一步一腳印	全體成員	125

實作篇

伍、家暴與目睹兒童團體方案設計		
「情緒管理小團體」團體方案	陳振源、王心怡	151
「國小中高年級兒童輔導小團體」團體方案	陳琬如、王雅玲	158
「向日葵自我成長小團體」團體方案	黃愷宜	165
「快樂小太陽」團體方案	劉袖琪	175
「同心園小團體」團體方案	高懿琴	186
「說故事、玩遊戲小團體」團體方案	辜雅琳、陳郁夫	201
「找自己~自我探索小團體」團體方案	張臻萍、林佳樺	208
「微笑忍者小團體」團體方案	施 施	215
「不一樣的自己」團體方案	林佳玲	222
陸、一般兒童團體方案設計		
「國小低年級兒童輔導小團體」團體方案	王蘭蓓	229
「情緒管理——心情指數」團體方案	黎昆萍	240
柒、兒童團體及工作坊成員作品集		251
捌、戲劇治療團體 Q&A	陳郁夫	259

笑看人生劇

洪素珍

在習得戲劇治療的助人技術前，曾有案主問我：「『心理開刀』（指心理諮商過程）可不可以先打麻醉劑，減輕開刀的疼痛？」那時候的我只能安慰他：「我們可以共同決定開刀的速度。」

後來，我到英國學習戲劇治療專業。有一次，我的導師告訴我：「做為一位治療師，在有能力和案主一起哭之前，我們應該先問自己：『我有沒有能力陪案主一起笑？』」這席話讓我對心理諮商有一番跨越性的新思考，並且最終有了新的體悟。在需要不斷自我揭露、面對痛苦的諮商「開刀」過程中，也許真的有麻藥可用！因為，在降低處理心理創傷所產生的苦楚時，戲劇治療所具備的良效，實不亞於真正的麻醉劑。

傳統的心理諮商關係裡，諮商師與案主有時就像江湖人士在過招一般。諮商師千方百計要案主揭露創傷的病灶所在，以利對症下藥；這時，老練的諮商師扮演的是武林高手的角色，隨手幾招就有「開膛破肚」、「一刀見血」之效，讓案主長痛不如短痛。不過，諮商師若是學藝不精，或者有所閃失，不免多「殺」了幾刀，不但讓案主疼得哇哇大叫，諮商師本身也會滿懷愧疚。只不過，劍氣既出，諮商師還是得繼續見招拆招，殺到創痛卸甲，方可鳴金收兵。

然而，加入了藝術治療元素的心理諮商關係，卻在形式上有了些許差異——諮商師不必然「殺氣騰騰」地找尋要害，反而可以讓案主透過藝術媒材，用「遊玩」的方式呈現問題癥結，甚至自我省悟出問題解決之道。在此歷程中，笑聲可以和哭聲一樣多。對案主而言，這種「寓痛於樂」的方式，顯然比「開膛破肚」要輕快明朗。

當我醒悟出戲劇治療和其他表達性藝術治療有快樂諮商效果的魔力後，更樂於以這樣的工作方式與其他助人專業者分享，與大家一起「笑看人生劇」，而臺北市教師研習中心的「家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊」方案，就築起了一個很好的訓練與分享平臺，並有讓人驚喜的成果產出。

這個方案是以敏感的家庭暴力議題為主軸。此項議題不易以其他輔導技術直接碰觸，卻非常適於以戲劇治療的工作方式來切入。透過戲劇象徵儀式和投射性表達，團體帶領者有機會較有效能地揭露出問題所在，由此也才能對需要他人伸出援手的孩子們提供進一步的協助。

長達一整年的訓練期間裡，這個方案分為四個單元進行。首先是「戲劇治療與家庭暴力相關理論」，談的是基礎理論；其次是「戲劇治療的經驗性團體」，讓成員透過親身投入團體的歷程，體驗表達性藝術治療核心療效的元素，也深入體會身為團體成員的心情與轉折；第三是「實務演練」，透過團體方案的設計，實際回饋到團體成員

在校輔導的學生身上；最後則是「定期團體督導」，透過同儕間的合作與支持，整合先前的理論和個人帶領團體的經驗角度，讓這個工作方法更為活化與深化。

在忙碌的教學工作中，要定期參與長達一年的訓練計畫，團體成員若非具有積極的動機與過人的毅力，實在難以為繼。因此，完成整個訓練課程的每一位學員都十分令人欽佩，甚至理所當然地該為自己感到小小的驕傲。

這本書記錄著這個工作坊的成果精華；它是眾人智慧結晶的紀錄，也是一項傳承。大家一起走過團體所留下的深刻足跡，不僅是記憶的紀念，也可以成為專業工作的參考資料。

除了直接參與團體的成員值得接受掌聲外，工作坊的重要推手任凱也應該被歡呼叫好。由於他的組織與連繫，這個長期計畫才那麼順利地完成。甚至計畫結束後，他還堅持到底，軟硬兼施地把這本書催生出來。而封面設計也恰如其分地展現出符合主體的美的品味，做了最適當的呈現，讓這個方案有個漂亮完美的句點。

在計畫之初，我從沒想像過這個方案的成果可以如此豐碩。而今大家看到的，就是所有成員的努力，相信這對於從事助人工作的各級學校輔導老師，以及等待幫助的學生，都是一個美麗的祝福。

臺北市教師研習中心 95 學年度教師專業成長—— 家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊實施計畫

一、研習目的：

- (一)認識家庭暴力受虐兒童的相關議題；
- (二)體驗以繪本和戲劇作為治療工具的內涵；
- (三)增進處理學生心理與行為問題的能力；
- (四)創造優質的助人工作。

讓我們認識家庭暴力受虐兒童的議題，進入受虐兒童的內心世界；從傾聽、接納與陪伴開始，透過繪本和戲劇治療，協助受虐兒童和目睹婚暴兒童尋找生命的力量。

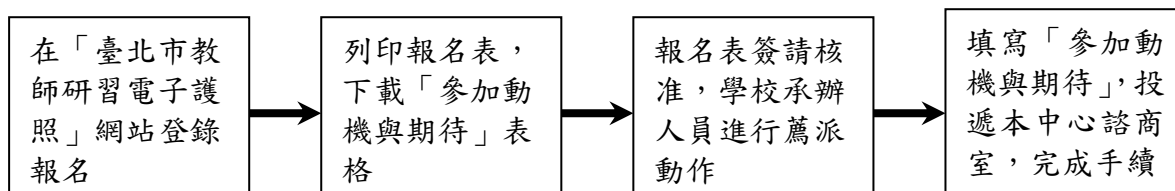
二、研習對象：

計錄取 10 至 15 名，參加者需具備以下資格——

- (一)本市公私立國中小輔導人員，擔任輔導老師 2 年以上，實際輔導學生個案（由輔導室認證）；
- (二)心輔等相關系所畢業，或者熟悉基本諮商理論與技術，修畢輔導學分 10 學分以上（請提出修畢輔導學分證明影本）；
- (三)曾在校內帶領小型團體輔導（請檢附原始實施計畫影本）；
- (四)曾參加過成長團體，對小團體學習具備正向信念和經驗（請提出時間最近之證書、研習條等證明文件影本）；
- (五)研習第二階段結束後，能在學校實際進行受虐兒童繪本和戲劇治療小型團體輔導工作者。

三、報名日期：95 年 6 月 9 日起至 6 月 22 日止。

四、報名流程：



- (一)「參加動機與期待」表格請在研習班資料網頁「實施計畫」欄點選下載。
- (二)「參加動機與期待」及相關證明文件請透過教育局聯絡箱投遞本中心諮商室任凱編審收（聯絡箱編號 146），或郵寄至本中心（11291 臺北市北投區陽明山建國街 2 號，以截止日郵戳為憑）。請勿傳真「參加動機與期待」，以保護報名者個人資料。
- (三)為顧及公平性原則，各校最多薦派 1 位教師報名。

五、遴選：

報名人數超額時，依下列條件進行遴選——

- (一)第一順位：符合前述第一至四項資格；
- (二)第二順位：符合前述第一至三項資格；
- (三)第三順位：符合前述第一至二項資格。

符合第一至四項資格者請提供相關證明文件影本，或請輔導室認證。領導者將併同「參加動機與期待」做書面資料審核。

六、課程規劃：

由洪素珍老師（淡江大學教育心理與諮商研究所助理教授）統籌規劃課程及帶領團體，並提供實習督導。

七、領導者資歷：

(一)領導者：洪素珍老師——

- 1.學歷及專業證照：英國杜倫大學教育學院心理諮商博士（專攻創傷治療）、英國曼徹斯特大學戲劇治療（Drama Therapy）治療師執照、中華民國諮商心理師執照。
- 2.專長領域：心理創傷治療、性侵害議題、家庭暴力議題、戲劇治療。
- 3.經歷：淡江大學教育心理與諮商研究所助理教授。

(二)協同領導者：

1.施雅芝老師：

- (1)學歷：淡江大學心理與諮商研究所碩士生。
- (2)經歷：屏東縣家庭暴力防治中心與社會福利中心（接案、訪視、諮詢、志工培訓等）；臺灣大學心理系學習科技研究室專任研究助理；臺北市家庭暴力防治中心（夜間假日出勤指派社工員及兒保案件調查社工員）。

2.陳郁夫老師：

- (1)學歷：臺灣大學心理研究所碩士生。
- (2)經歷：屏東縣家庭暴力防治中心與社會福利中心（接案、訪視、諮詢、志工培訓等）；臺灣大學心理系學習科技研究室專任研究助理；臺北市家庭暴力防治中心（夜間假日出勤指派社工員及兒保案件調查社工員）。

八、研習歷程與日期：

名稱	日期	時間	採計時數	內容	研習地點
第一階段 理論	95年8月9~11日 (需全程參與)	3天	18時	1.家庭暴力議題；2.目睹婚暴議題； 3.故事與繪本治療；4.戲劇治療。 講座：洪素珍老師	本中心

第二階段	體驗	95年9~12月	周五上午進行，共14次，每次3時	42時	透過繪本和戲劇治療歷程帶領成員實際體驗，以學習相關理論與實務；成員需配合閱讀相關資料及撰寫心得，完成指定作業；團體體驗所需使用材料由成員自行準備* 帶領者：洪素珍老師 協同帶領者：施雅芝老師、陳郁夫老師	由成員自行於市區擇適當地點進行
第三階段	實習與督導	96年3~6月	實習：6~8小型團體輔導，每次2節課	12~16時	成員在個人服務學校實習，實際帶領小型團體輔導（人數3~5人），每一次均需進行過程紀錄，並填寫自我省思單	服務學校
			督導：與實習交錯進行7次，每次3時	21時	共同就實習經驗做立即之檢討，並提供督導 督導：洪素珍老師 協同督導：施雅芝老師、陳郁夫老師	同體驗部分
研習成果編撰		96年7~8月			利用暑假編撰研習成果	
成果發表會		96年10月19日	1天	6時，單獨核發	成果發表與分享	本中心
*自備材料：由領導者視團體需要指定；校內小型團輔所使用之繪本由學員自行準備。						

九、錄取公告：

錄取及備取名單於遴選完畢後，除透過臺北市教師研習電子護照寄發研習資訊外，並於最新公告欄公布錄取及備取名單。

十、核章方式：

請假時數未超過研習時數（理論、體驗、實習與督導、成果發表等四階段，合計93~97時）五分之一，並完成指定作業者，頒發家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊初階證書；唯未能參加成果發表會者，僅按實際參與狀況核給研習時數。請假時數超過研習時數1/5或未完成指定作業者，依「臺北市教師研習中心研習員成績考查要點」之規定，不發給研習證書或研習時數。

十一、研習經費：由本中心年度研習經費項下支應。

十二、本實施計畫奉 主任核定後實施，修正時亦同。

《附件一》

95 學年度家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊——參加動機與期待

個人資料	姓名		聯絡方式	公務		個人經歷	現職	_____共____年
	性別	<input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/> 男		行動			曾任	_____共____年
	電郵						_____共____年	
							_____共____年	
學歷	個案輔導	<input type="checkbox"/> 本人在校內從事個案輔導工作____年以上					輔導室： 認證欄：	
	心輔背景	校名：		系名：				
	輔導學分	<input type="checkbox"/> 修畢輔導學分共____學分，檢附證明影本共____份						
	小型團輔	<input type="checkbox"/> 本人曾在校內帶領小型團體輔導活動(附原始實施計畫影本____份)						
	成長團體	<input type="checkbox"/> 本人曾參與成長團體(附證書或研習條影本____份)						
參加動機	_____							

對團體的期待	_____							

備註：1.請先至臺北市教師研習電子護照網站登錄，完成報名、薦派手續，再填寄本表。

2.名額有限，辦理成本高，歡迎有把握全程參與及新學年度沒有職務異動者報名參加。

帶領者、協同帶領者與團體成員

帶領者 / 洪素珍教授

現職

淡江大學教育心理與諮商研究所助理教授

學經歷及專業背景

英國杜倫大學教育學院心理諮商博士（專攻創傷治療）

英國曼徹斯特大學戲劇治療（Drama Therapy）治療師執照

中華民國諮商心理師執照

專長

心理創傷治療、性侵害議題、家庭暴力議題、戲劇治療

協同帶領者

施雅芝

淡江大學教育心理與諮商研究所研究生

曾任輔仁大學學生輔導中心兼職實習生、財團法人呂旭立紀念文教基金會全職實習生、林口長庚醫院兒童癌症病房護理人員、長庚大學基礎醫學研究所藥理科專任研究助理

陳郁夫

臺灣大學心理研究所研究生

曾任屏東縣家庭暴力防治中心與社會福利中心社工員、臺北市家庭暴力防治中心夜間假日出勤指派社工員及兒保案件調查社工員、臺灣大學心理系學習科技研究室專任研究助理

團體成員

王心怡

新湖國小/教師

王秋玉

福安國中/駐校社工師

王雅玲

萬福國小/輔導主任

王蘭蓓

新生國小/特教組長

林佳玲

靜修女中/專任輔導教師

林佳樺

建成國中/輔導組長

施 施

大直高中/輔導組長

高懿琴

雨農國小/輔導組長

張臻萍

新興國中/資料組長

陳振源

三興國小/輔導主任

陳琬如

溪口國小/輔導組長

辜雅琳

明德國小/輔導組長

黃愷宜

天母國小/專任輔導教師

劉袖琪

修德國小/特教組長

黎昆萍

民族國中/輔導組長

備註：帶領者、協同帶領者及團體成員之服務學校及職稱均以團體形成時之資料為準。

理論篇



壹、戲劇治療團體

洪素珍

第一章 戲劇治療團體理論基礎

一、簡介客體關係

客體關係指的是，個體的內在世界所呈現出來的自體和客體之間的關係。這樣的關係，是嬰幼兒在生命早期和主要照顧者互動而形成的，所以，主要照顧者通常也就是這個兒童的客體。個人不只是和一個實際的客體在互動，也和一個內在的客體在互動。這個內在的他者是一種心理的再現，他可以是實際人物的扭曲版本；意思是說，這個內在他者的心理再現，不一定是某個實際人物的真實情況。這些從過去關係所遺留下來的內在客體關係，會形成個人的知覺、感受的方式，也會影響到他和其他人的關係（Clair, 1986）。

Klein 使用分裂（Splitting）的概念，來說明客體可以被嬰兒分裂成「好」的客體和「壞」的客體。所謂壞的客體，就是令嬰兒挫折或討厭，或者他覺得是憤怒的照顧者；而好的客體，就是讓他感覺到疼愛的、溫暖的主要照顧者。但是，一個好的主要照顧者或者一個讓幼兒覺得挫折的照顧者，都是同一個人，於是，兒童就可以用這種心理分裂的能力，在心裡面把好的照顧者和壞的照顧者區分開來，以減少兒童對主要照顧者衝突的感覺。Klein 認為，這種母親和兒童的關係成為兒童人際關係的原型。他認為，嬰兒會因著自己的投射而將客體分裂為好的客體和壞的客體，再經由內射之後，也會在心裡分裂成為好的內在客體和壞的內在客體。當兒童的分裂越來越成熟，兒童就能夠正確地辨識母親是一個完全的客體；也就是說，外在的這個客體擁有好的部分，同時也擁有壞的部分。換句話說，兒童更有能力去整合自己對母親的分裂概念，並且把它整合成一個完整的概念，而一個好的內在客體也會漸漸比較堅定地建立起來，安全感也可以增加，同時兒童也更有能力接受自己內在好的客體和壞的客體，知道它們同時存在於自己的心靈世界裡面，也就是說，兒童也擁有好的部分和壞的自體。

戲劇治療中的兒童或者個體，透過劇場中不斷的投射和內射過程而得以探索，也發現存在於個體內的好的客體以及令人挫敗的客體。他們在劇場中有機會探索人類本能存在的黑暗層面、攻擊層面或者是死亡本能的層面，也可以去發展讓人感覺溫暖而安全的層面。治療的目的之一，就是希望兒童可以更有能力去整合這兩個部分。嬰兒出生後，很自然地把世界分割為「讓人感覺到滿足」和「讓人感覺到不滿足的」這兩種感覺——充足是好的，空泛是不好的；溫暖是好的，冷漠是壞的；被擁抱是好的，被過度的刺激或完全不被碰觸是壞的。所以，遠在兒童能夠把世界上的事物分為好跟壞之前，很原始的感官就已經幫助兒童有能力去了解這個世界。這種心智活動是嬰兒的原始現象，而內在世界的安全感或次序也有賴於分裂能力來完成。如果發展順利的話，它會是統整日後心靈狀態的先決條件，也是判斷力的基石。當一個人在專注時，在暫

時終止情緒壓力以便做決定時，在做道德選擇時，或在進行自心判斷時，也會使用分裂的能力（Segal, 1973）。終其一生，人都有將世界分裂為「好」與「壞」、「對」與「錯」、「黑」與「白」或「天堂」與「地獄」的傾向。這種傾向不僅深深影響我們對人的態度，也影響我們對社會、機構、政治、信仰和其他組織的態度（林玉華、樊雪梅譯，年代）。

二、整合與分化

整合與分化的傾向是一種基本的心理過程，而人類終其一生都要依靠它們。整合與分化是互補性的自我功能，整合的意思是將兩個元素有意義地結合在一起；分化則是將兩個心智元素分開來，而這些心智元素包括了知覺、記憶、表徵、情緒、意念等（楊天為、周人宇譯，年代）。例如，嬰兒會區分聲音、顏色、觸覺、氣味，同時他們也學習整合一些影像、感覺、聲音和氣味，可以分辨得出這些元素屬於某一個東西。後來，嬰兒可以把哺乳他的乳房和母親的臉孔連結在一起，而形成了對主要照顧者的視覺、觸覺、嗅覺和味覺。他們也可以對自己形成整體的影像，而這個自我的影像和母親是可以區分開來的。

Mahler（1952）所提出的分離-個別化的過程，也是由整合和分化這兩個互補的概念所形成的。分離是從兒童和母親早期關係特色中的共生融合裡，所浮現出來的過程，它是從知覺區別的過程開始，而且以認知結合的行動（的客體衡定）為終點（林秀惠、林民雄譯）。Mahler 認為，嬰兒在生命開始的第一個月主要是關心自己緊張狀態的減緩。從第二個月開始，嬰兒和主要照顧者之間的連結才會形成，但是是和母親處在一個共生的階段；也就是說，嬰兒還沒有經驗到自己是一個自足的存在體。嬰兒從第五或第六個月開始，就會進入分離-個體化階段，這個階段會持續到嬰兒生命的第三年或第四年。在這個階段裡，嬰兒的自體和客體會逐漸分化開來；意思也就是說，嬰兒越來越覺察到，母親是另外一個個體。在這個階段裡，嬰兒雖然可以開始探索母親以外的環境，但是，他還是很需要母親情緒上的支持。

在這個分離-個體化過程中，如果主要照顧者或是母親能夠良好地提供兒童情緒支持，也能夠以有益心理健康的方式允許兒童從事獨立的活動，那麼，這個階段的危機就可以解除。個體化的最後一個階段就是，兒童漸漸有能力將母親的外在形象內化成穩定的內在表徵。也就是說，兒童將母親的形象內攝成為恆定的客體，所以，兒童不用有母親外在客體的實際存在，卻仍然有內在的安全感。如果個體化過程沒有辦法完成的話，兒童就需要繼續依賴外在實際的母親客體來獲得安全感，沒有辦法發展出來自體的自足感。

戲劇治療透過治療師或是戲劇治療的過程，希望可以協助兒童完成分離-個體化過程，也就是透過戲劇治療的投射過程，讓兒童有機會再度被好的客體滋養。兒童可以內化好的恆定客體，而這個「好」的客體可能是戲劇裡面的角色，也可能是戲劇治療師。戲劇治療透過神話故事、童話故事，或者是兒童自己創造的故事跟預演，還有透過演出的過程，讓兒童投射個人需求到故事的內容裡；經由演出的過程，兒童可以經歷到較健康的客體關係，修通他在客體關係中未整合完成的議題，修補過去較不健康

的客體關係或有所缺失的早期客體關係。

三、投射性認同

投射的意思是個體把自己難以接受的感覺歸到別人身上。例如，我們自己對憤怒難以接受，所以就說別人在憤怒；或者是當事情有所缺失時，我們責怪別人，但是實際上它卻是自己的疏忽，這樣的觀念就是投射。被投射的對象可以是自己認識的人，也可以是完全不認識的一群人。譬如說，走在路上會覺得對面走來的那個人看起來很令人討厭或很不友善，這也很有可能是個體自己本身的投射。而投射性認同的觀念則認為，自體不被接受的部分會被自體投射到一個明確的外在客體身上，意思也就是說，人會把自體無法接受的壞的部分投射給外在客體，再藉由自體來控制外在的客體，以掌握或控制自體原本無法接受的部分。例如，一個無法接受自己的憤怒的男人會一直覺得他的太太很喜歡生氣，所以就一直試著叫他太太不要生氣；也就是說，他把自己的憤怒投射到太太身上，而太太也認同了先生所投射出來的憤怒自我，所以，太太有可能覺得自己是喜歡生氣的。此時，先生為了控制他無法忍受的憤怒自我，所以企圖控制太太，要她別生氣，來處理自己所無法面對的個人憤怒自我。

投射性認同有其正向的感覺，稱做正向投射性認同（Hamilton, 1986）。有演出焦慮的演員認為觀眾對他們是有信心的，所以他可以對自己有信心，這意思也就是說，他把對自己的信心先投射到觀眾身上，然後再去進行認同，透過這種正向的投射性認同，可以對自己產生信心，也可以控制觀眾的反應。在戲劇治療中，投射性認同會呈現在三個部分：第一是演員和角色之間的投射性認同，第二是演員和演員之間的投射性認同。在演員和角色之間的投射性認同裡面，兒童將個人無法接受的部分投射到角色中，藉由對角色的探索或扮演來進行投射性認同。例如，一個非常膽小的小孩把他的膽小和害怕投射到角色中。如果他扮演一個膽小的角色，藉由對這個角色的掌控，就可以處理自己內在的恐懼感，同時藉由探索這個角色的過程，可以漸漸接納或了解他自己的膽小。當兒童可以了解自己的膽小，就不需要再去將這個部分投射到外在客體上。投射性認同也可以發生在演員和演員之間，例如一個自卑而不知如何自我鼓勵的成員，可能會投射他的信心到他所信任的角色（另一演員）身上，因著互動演出，自卑的成員也就可以經驗到另一個角色對他的信心。透過角色的不同詮釋和預演，演員間的互動可以被雙方控制，也可以探索各種不同的可能性。最後，投射性認同也可以發生在演員和治療者之間，也就是團體成員和治療者之間。

四、過渡性客體

Winnicott (1971) 提出「Good Enough Mother」的概念，亦即當「環境母親」「足夠好」，能支持、接納嬰兒的自發性，並賦予意義時，兒童就可以發展出「真我」。若母親不夠好，則出現「屈服順從」的反應，使幼兒人格中的一部分被孤立出來，而形成「假我」。幼兒在過渡性空間中創造了「過渡性客體」，以協助幼兒發展「真我」及處理焦慮。Winnicott 論述的主要重點如下：

幼兒要經過過渡性現象（Transitional Phenomena）才能成長；母親在過渡性空間

(Transitional Space) 裡與幼兒互動，因此，幼兒可以幻想自己「創造」了此客體，而感覺到自己是有效能、有創造能力的。

(一)幼兒假設他可以掌控客體(過渡性客體)且環境同意此假設，透過特殊客體，發展出全能感之幻想，並轉化至外在的現實世界，以一種魔術的方式來接受不可能掌控的外在世界，而經驗到非完全的無助。

(二)此客體充滿愛的感覺，卻也同時具有被毀壞的感覺，幼兒與此過渡性客體的關係是矛盾的，幼兒對此過渡性客體是愛恨並存的。

(三)此客體從不改變，除非幼兒自己改變它。

(四)它是有生命的，對大人而言可能只是外在現實世界的一個物件，但對於幼兒則是「From Within」。

(五)過渡性客體是幼兒發現第一個「Not-Me」的位置，能協助幼兒經歷分離卻又可以保持住好母親的形象，過渡性客體因而成爲象徵的母親。

(六)藉由想像的遊戲或戲劇，可以給物件一個真實而深刻的意義。

(七)藉由想像力，幼兒可以在想像的遊戲中處理「壞客體」，透過過渡性客體來處理生氣，而不必在現實中進行處理。

(八)藉由想像的遊戲或戲劇，兒童一再重演自己受挫的經驗，但這種重演和現實中發生的事件是不一樣的，兒童由受害者轉換成爲掌控者。

(九)藉由遊戲的象徵過程，兒童認同了遊戲中的掌控者，而能對抗現實中遭受挫折的受害者角色。

五、過渡性空間

Winnicott (1971) 對於遊戲與過渡性空間有以下重點論述：

(一)Winnicott 認爲，潛在的過渡性空間是一個文化經驗所存在的空間，而這個過渡性空間存在於個體和環境之間。

(二)過渡性空間的使用，是被個體的生活經驗所決定的。

(三)嬰兒在過渡性空間裡有非常複雜的議題，很多的經驗存在於「我」和「不是我」的意象裡面。

(四)許多小嬰兒有自己喜歡和不喜歡的經驗，這些經驗都存在於這個過渡性空間裡。爲了能夠了解幼兒的遊戲和文化深度理解，存在於嬰兒和母體形象之間的過渡性空間是重要的。

Winnicott 表示，當我們目睹一個小嬰兒和他的過渡性客體在一起，而這個過渡性客體是第一個「不是我」的位置的時候，這是幼兒第一次發現「我」和「不是我」的分野。我們也可以目睹，兒童使用象徵及其在遊戲或戲劇裡的經驗，嬰兒在過渡性空間所產生的過渡性現象，還有他們所選取的過渡性客體的這些經驗的「好」跟「壞」，取決於主要照料者的態度。也就是說，我們是在見證幼兒的這些過渡性現象是否是接納的。Winnicott 認爲，過渡性空間並不存在於幼兒的內在精神或內在空間裡，也不存在於外在的真實世界裡，而是一個遊戲的空間。爲了對這個世界有所了解，嬰兒必須能投射他們的經驗，進入象徵遊戲或戲劇中，特別是人類的活動裡；也就是說，嬰兒

必須將人類的活動投射到象徵層面裡，過渡性現象也就是兒童試著將人類行為投射到象徵性活動之上的過程。尤其在幼兒的前三年，兒童會使用很多藝術性或戲劇性元素，用這些象徵將人類活動表達出來。這些創造對於兒童是真實的，它是藝術性的真實，也是戲劇性的真實。這些投射和創造的過程協助兒童去探索想像生活，也幫助兒童了解每一天的生活經驗。所以對於兒童而言，這樣的戲劇和藝術遊戲不只是幫助兒童去學習這個外在世界，去發展其所需要的生活技巧，也幫助兒童去探索不被肉眼看到的其他生活層面，也就是去探索人類沒有辦法用語言表達出來的一些生活現象。神話或童話故事同樣都是藝術性和戲劇性的呈現意象，因而可以允許兒童去經驗和發展他們的想像性自我。

所有的治療都可以被描述成一種歷程，而所有的生活也都可以被看作是一個從生到死的歷程。在戲劇治療裡，我們也使用劇場結構幫助個案，使之經驗到個人的成長，而且再一次去為他們目前的歷程感到驕傲。

第二章 戲劇治療團體工作方法

在鄉下地方有一個小男孩，他有一個非常疼愛他的舅舅。舅舅每一天晚上在他睡覺的時候都會告訴小男孩一個故事，村莊裡面其他的小孩都知道小男孩的舅舅會跟他說故事，所以第二天，其他小朋友都會一再拜託小男孩告訴他們，到底舅舅跟他說了什麼故事。但是，不管其他小朋友怎麼要求他，這個小男孩都不願意告訴其他小朋友他所聽到的故事。他告訴小朋友說：「這是舅舅特別為我說的故事，所以很抱歉，我沒有辦法告訴你們。」

每一次小朋友求他告訴他們故事的時候，他都拒絕了。日子一久，小朋友也就不再要求這個小男孩跟他們說故事了，因為這個小男孩從沒有答應過他們。這個小男孩一天一天長大之後，終於大到可以結婚了，家裡面的人也就歡歡喜喜地幫他預備訂婚和結婚的事。當大家都在忙著處理婚事的時候，舅舅剛好經過這個小男孩的房間，突然聽到房間裡面傳出很吵很吵的聲音。舅舅很好奇為什麼房裡這麼吵，就打開房門，想看看誰在裡面。結果舅舅發現，原來他的門後面有一個很大很大的故事袋，裡面充滿著舅舅從前講述的童話故事、神話故事裡面所有的角色，譬如說有巫婆、大蟒蛇，還有各式各樣很可怕的壞人，通通都被故事袋綁在裡面了。因為裡面的角色太多，所以變得好擁擠，大家擠來擠去，非常氣這個已經長大的小男孩，為什麼要把它們關在故事袋裡面，不把故事說出去，讓它們可以有機會跑出這個故事袋。幾十年來，大家在這個故事袋裡擠得很痛苦，因此，他們決定想一個方法來報復這個即將完婚的男孩。

大蟒蛇說：「我可以躲在新床底下，只要他們兩人一坐到床上，我就用我龐大的身體把他們捲起來，他們就必死無疑。」然後巫婆說：「那太好了！我有兩把具有神奇力量的寶劍，希望他們一進來還沒坐到床上，我就用這兩把寶劍把他們給砍了，讓他嘗嘗苦頭。」於是，他們就安排好這樣的報復計畫。



婚禮這一天終於到了，舅舅非常擔心害怕。他心裡想著：「我最疼愛的小侄子，今天就會被蟒蛇跟巫婆給殺死，我到底要怎麼來救他呢？」他東想西想，都想不出好辦法，可是他知道一定不能讓他們進到新房。所以，當婚宴開始的時候，這個舅舅就希望用酒把這對新人給灌醉，這樣他就可以把這對新人帶到別的地方去睡覺。因此，他突然變得瘋瘋癲癲的，一直故意給這一對新人灌酒，想要把他們灌醉。大家都覺得舅舅今天怎麼這麼奇怪，但是，大家都很快樂在慶祝婚禮，所以也就沒有多管他。

舅舅眼見他把新人灌醉的計謀沒辦法成功，開始想另外一個方法。他偷偷拿著傳家寶武器等在新房的門口，打算新人來的時候，不准他們進新房。婚宴終於結束，這對新人正要進入新房，舅舅竟然擋在門口，不讓他們進去，大家都認為舅舅簡直是喝太多酒，頭昏了，所以要把舅舅架開，讓新人進去。但是，舅舅掙脫了，大家也跟著舅舅進入新房。當新人進到新房的時候，故事袋裡的巫婆就拿著兩把寶劍想要砍這對新人。舅舅因為事前知道，所以拿出傳家寶武器把巫婆給殺了。新人非常驚訝，嚇了一跳，所以就順勢坐到床上。當他們一坐到床上的時候，那條大蟒蛇突然從床底下竄出來，要捆住這對新人。此時，舅舅立刻用寶劍把大蟒蛇給殺了。

當一切都落幕的時候，這一對新人真的是嚇呆了，因為，他們根本不知道發生了什麼事。只有舅舅知道發生什麼事，所以，舅舅殺了大蟒蛇之後，就把事情的原委告訴這對新人和在場的其他親友說：「因為這個小男孩從小都沒把故事傳給別人，所以，所有的故事角色都被他綁在故事袋裡面，他們在裡面太擁擠太痛苦了，才會這麼做。」這個男孩聽舅舅這樣說之後，他知道他錯了。從第二天開始，他就到村莊去，只要有小朋友在的地方，他就開始講他以前聽到的故事，一個一個把它說出去。然後，這個男孩就成了世界上有名的說故事專家。

第一節 戲劇治療的主要歷程

戲劇治療的主要歷程可以分為三大部分，第一是暖身，第二是主要的活動，第三是去角色與結束階段。

一、暖身

暖身階段可以幫助個人或團體準備好進入戲劇治療工作，開始去思考治療過程中想要呈現的個人主要議題，或者是想要修通的情況。暖身階段會有幾個部分。

(一)包括身體、心智還有空間的暖身：譬如說身體的專注、身體的表達、身體的協調，同時也意識到身體和空間之間的關係。

例如，身體雕塑是透過團體帶領者口語上的引導，讓成員在肢體活動中，增加肢體運用的彈性，暖化成員的肢體活動能力，也讓成員逐漸習慣在其他人面前展現肢體動作。口語上的引導可先由手指、四肢開始，逐漸擴展到整個身體，讓成員逐漸習慣將自己的身體變成一塊黏土，按照自己的意願隨意雕塑，並藉此擴展成員對自我身體

的覺察性，以建立清晰的身體概念與界限。

在活動當中，亦可讓成員凍結在某個姿勢裡，以訪問的方式，讓成員體會其在不同姿勢中的不同感受，以此增加成員對自我內在的情緒覺察。

(二)使用媒材的暖身：可以使用真實的媒材或是想像的物件，可以投射感覺到要使用的媒材上面。

例如，想像某個物件是其他東西（比如說一個竹籃子），大家自由聯想它是什麼。成員可能作自由聯想，說出它是榴槤、鳳梨、筆筒……等。

(三)需要和其他人一起工作的暖身：在團體治療裡面，和別人一起工作是很重要的，所以，要幫助團體成員漸漸提升其與他人一起從事身體活動、想像活動的能力，增加其與他人一起處理情緒的能力。

例如：

*** 兩人一組做鏡子：**

1. 成員兩兩一組，兩人面對面，由一人先當鏡子，另一人扮演照鏡子的主人。
2. A 先扮演主人，對著扮鏡子的 B 作動作，B 要模仿 A 的動作。
3. 接著兩人交換，由 B 作動作，A 扮演鏡子學 B 的動作。

*** 介紹自己的想像地方：**

兩人一組，一位扮演主人的角色，向客人介紹團體室的空間，並運用想像力將事實存在的物件介紹為自己想像的物件。比如說，主人介紹這裡是一間超大型浴室，指著櫃子說這是浴簾，而娃娃堆是浴缸的泡泡，很舒服，並邀請客人泡泡看。這個活動主要是讓成員發揮想像力及創造力，讓成員了解戲劇中的象徵力量。

(四)議題的暖身：從暖身階段慢慢聚焦到個人或者是團體的議題。

例如：分組相互給題目，即席演出，比手畫腳猜題，發展出一些議題在團體中討論。

團體實例-我的一天

在劇場中進行「我的一天」活動，猶如同時進行多人的獨腳戲。每位成員在自己的角色裡，扮演角色在這一天當中所進行的活動。就成員們感到陌生的角色來說，「我的一天」活動可以刺激成員對於角色的想像力與創造力，藉此擴大成員的角色目錄、角色彈性，增加成員對於角色辨識的能力，協助成員更容易進入後續的角色扮演與戲劇活動。

實際操作的方式可以分為幾種。第一種方式是表達成員個人在某一段時間之內的生活縮影，以便自我介紹，並熟悉扮演的過程；第二種方式是以對角的方式，讓成員隨機抽取扮演的角色，並在結束之後找到與自己相對的角色，讓成員有更多的機會扮演不同的角色，以擴大成員的角色目錄，增加成員對於角色辨識的能力，並讓成員在活動中不但專注於自己的角色，同時也觀察他人正在進行的扮演，培養成員與他人合作的能力。

第三種方式可以採遊戲的方式進行，讓成員自行在心中選定欲扮演的角色，並在活動進行後，讓其他成員猜測其所扮演的角色為何。團體帶領者亦可用情境設定的方式協助成員進入角色，例如將情境設定為公園，成員可以選擇公園當中任何一種有生



物或無生物來扮演，或者將場景設定為動物園、餐廳等。有時，團體帶領者也會視前後活動的脈絡，將此活動視做之前活動的延續，或者為之後的戲劇活動充作暖身。

活動亦可分組進行，由各組共同決定欲扮演的角色，並以各自的方式扮演，讓其他組猜測其所扮演的角色為何。由於其他組的成員可以看到同一個角色中的不同面貌，我們可以藉此增加成員的角色彈性以及角色辨識能力。

在此活動當中，成員可以因為角色的揣摩和想像，學到如何在不同角色之間自由進出。而扮演的活動可以為成員帶來肢體運用技巧的學習與發展，讓成員能夠更自在地使用自己的肢體，也為角色扮演及角色的自我展露增加趣味性，讓成員在團體過程中能更自由地呈現個人議題，滿足自我需求。

二、主要活動

第二部分是主要的活動，它可能是一個團體，或是處理一個議題，也可能分成兩三個小組處理小組裡面的議題。其所採取的作法可能是劇場演出、故事表達、神話故事運用、面具、裝扮、身體雕塑，或者用物件來呈現團體或個人的議題。前幾節已詳述並舉例，在此不在重述其可能作法。在主要活動的過程中，可以藉由不斷的預演，來探索各種不同的可能性及心理狀態，或是針對一個角色的不同詮釋方式，探索個人的情緒或議題，以帶來新的詮釋、理解和洞察，而能夠在情緒上可以有所轉化。

這些過程都是透過戲劇和劇場的形式來進行的，並且利用投射和象徵性意義，來幫助個體或是團體呈現出語言所無法呈現的一些面向，或者個體在語言層次中所沒有覺察到的面向。在戲劇治療的整個過程，也就是 Winnicott 所說的過渡性空間裡，個體用過渡性客體（譬如裝扮或是面具）或物件，來幫助自己進行投射以及內射的過程。透過這個過程，個體可以重新整合自我的不同面向，因而得以從分裂走向整合。

三、去角色與結束階段

主要活動結束時，成員必須從劇場中的真實「走下」舞臺，回到日常生活中的真實，所以會為個人及其所使用過的道具去角色。在去角色的過程中，一般作法是讓成員說：「我是××××，我不再扮演××××角色，我是我自己。」有時，成員會想「保留」自己的角色，治療師需要澄清，什麼原因使得成員想保留角色，他想保留角色的哪一項內涵。通常，成員並非想要擁有某個角色，而是要擁有其內涵，例如勇氣、堅毅、仁慈等。即使是一個「壞」的角色，也會擁有好的特質，因而可以允許成員保留角色的特質，但要去除其角色。

結束階段也是成員的分享階段，分享的內容包括劇場內容和自己的連結、在劇場中的經驗、從現實世界觀看劇場中的自己等。分享的作法協助成員將劇場中覺察到的自己，以口語表達出來。

團體實例-分享

分享可以與許多活動相結合，亦可成為一獨立的活動，在適當的時機使用於團體過程中，可以建立成員彼此間的連結，讓成員曾經有過的相似經驗得以建立關連性，例如最開心的一天、令人難過的經驗等。特別對於一些私密的個人經驗來說，可以藉

由分享活動讓成員明瞭自己並非獨自一人，例如被欺負的經驗、與家人的關係等主題均是。其次，在分享過程中，成員亦可能體會到不同的成員在相似情境下會產生不同的經驗之歷程，團體成員的經驗層次可以藉此擴大，有助於成員打破自己固著的行為因應模式，甚至產生彼此之間的仿效與學習，或者至少能產生認知或情緒上的衝擊，鬆動原本固著的認知或情緒，例如生氣的經驗、如何面對衝突等。

另外，當分享與團體活動的主題相結合時，可以讓成員用自己的經驗與活動相呼應，幫助團體成員更能融入團體議題，讓議題與個人本身產生連結性，並且在過程中有機會經驗到其與其他成員的相似性與差異性，有利於團體動力與團體凝聚力的形成。例如，在「小種子的故事」活動當中，團體帶領者可帶領成員分享生命中曾經出現過的重要他人，以及在此過程中所得到的滋養與力量。

第二節 戲劇治療的空間

劇場藝術的空間是一個過渡性空間，成員會從每一天的現實生活裡進到一個戲劇化的真實。在許多文化裡，戲劇劇場的空間代表著一個神奇或是神聖的空間，可以透過戲劇化儀式或表演帶來改變的可能性。戲劇治療的空間也像劇場一樣，是爲了治療的目的而被使用，它的規模從一個小房間到一個小型劇場皆可。以一般團體規模而言，大概可以和七個人工作，一個人通常以一坪來計算。戲劇治療所使用的房間需要感覺是溫暖的，而且可以在地板上自由活動，可以躺或坐。地板的顏色可以是黑色，或者是比較單純的顏色。劇場中也需要燈光，可以有一些燈光選擇的話會很理想，因爲如此一來，團體成員就可以在陰影下或是在不同的燈光下來進行戲劇治療過程。戲劇治療的工具包括一些基礎的藝術媒材、音樂或樂器，還需要麥克風或是一些溫暖的抱枕，此外，一些可供裝扮的布料或戲服，或是其他可供裝扮的物件例如面具、手套、各式各樣的帽子等常用道具，都是需要的（Jennings, 1998）。

爲提高成員對空間的熟悉度，降低成員的焦慮感及不安全感，通常也可先帶領一些空間認識活動：

例一：空間探索

在較多新成員加入或使用新場地的情況下，帶領者會帶領成員作空間的探索，以口語引導成員在劇場中找到自己喜歡與不喜歡的地方，並以訪問的方式，讓成員說出喜歡或不喜歡的原因，以此減輕成員在陌生環境下的壓力與焦慮，讓成員熟悉場地，並在物理空間上與團體連結。對有受虐或是目睹經歷的孩子而言，這個活動尤其可以幫助他們減輕對於陌生環境的負面想像，加上帶領者以口語引導他們找到自己喜歡的地方，可以協助孩子們平衡其在物理空間上及心理上與人的距離，並可做爲後續活動的開場，儲備孩子進入劇場的動力與能力。

相似的活動還有「我從哪裡來」與「我去過哪裡」。其一貫的精神是讓成員有更多的機會熟悉場地，並在物理空間上與團體連結，另外，還可以透由「我從哪裡來」與「我去過哪裡」的活動，讓個別成員之間有更多的彼此連結。

例二：我從哪裡來

「我從哪裡來」的進行方式是將團體活動室簡單區分爲東西南北向，而中心點當



作是目前團體活動地點的所在地。團體成員可以選擇某一個點，當作自己的居住地，輪流介紹自己如何從居住地到達活動場地。過程中成員可以介紹自己搭幾路公車，或是搭哪一線的捷運，也許是經過怎樣的轉乘；成員一邊介紹，一邊移動身體。每個人輪流介紹，一直到每個人都接近代表活動地點的中心點，成員也就順勢圍成了一個圓。可以讓每一位成員說一句對團體祝福的話，或是分享一件路途中發生的事，之後再接續後面的活動。

例三：我去過哪裡

進行「我去過哪裡」活動時，先將活動場地畫分出臺灣東西南北部的方位，並且概略指出幾個重要的地標，再讓成員選擇一個他去過且印象深刻的地方。等團體成員都選定地方之後，再請成員輪流介紹他所選定的地方，並分享印象深刻的事。所有成員輪完之後，可以讓成員作第二次的選擇，接著作第二次的介紹與分享。

例四：建造自己的地方

第一次作這個活動時，通常會以一個故事作為起點，由帶領者講述一個「冒險小孩」的故事。孩子們聆聽故事之後，帶領者透過口語的引導，讓孩子進入故事的角色，並為自己（故事主角）營造出安全且可以遮風避雨的地方。孩子在營造自己的地方時，可以運用物件、玩偶、道具及裝扮，並在不干擾他人、獨立作業的情況下完成。先完成的人可以在自己的地方內休息。全體成員都完成之後，帶領者邀請某幾位或全部成員介紹自己的地方，也開放其他成員提問。在介紹完畢之後，帶領者會讓孩子們在自己的地方休息，並藉由冥想活動的帶領，讓孩子們的注意力回到自己身上，覺察自己的身體與空間的關係，以及內在的情緒與感受。在冥想活動當中，帶領者讓孩子在自己心中創造一個安全的地方，強化孩子對於「自我」的概念，建立人我之間的界限。

或者帶領者也可以在故事結束後，在進入個別創作活動前稍作停留，帶領孩子討論「故事主角可能遇到的危險」、「可以見到的美景」或「為何主角沒有聽從父母的話」等主題，藉此暖化角色，激發孩子的想像力，提升孩子述說與聆聽的能力，並凝聚孩子對團體的向心力。接著進行個別創作活動，這個活動可以增加孩子們在「進出團體以及進出自我內在」之間的彈性，並因此學習到人我之間的界限以及自我界限的拿捏。

對於長期性團體來說，有時候孩子們所需要的不只是一次的「自己的地方」創作機會，新成員加入團體或者使用場地有所變動時尤其如此。針對受虐兒童或目睹家暴兒童而言，為因應他們在生理及心理界限上的破壞，有時也需要經由多次活動來修補他們的自我概念及人我界限。

第三節 繪本、故事與神話

不論是童話故事或神話故事，裡頭都充滿著人類共通的經驗和原型（Archetypes），所以，故事也就成為提供過渡性空間的工具。也就是說，故事是現在與過去之間的橋樑；藉由故事，我們可以探索個體過去和現在之間的連結。人在分享故事的時候，也就彼此分享了關係，所以，故事是需要被分享的。我們跟自己或向他人訴說故事之前，會在心裡不斷重複組織和重整。在述說的過程中，聽故事者的接納態度，使得故事的真實性也就存在於說者與聽者之間。

每一個人都有許多內在對話，這些對話存在於自我的不同層面，我們因而可以想像我們是誰，可以覺知到自己的故事是一個不斷在心中上演的歷史。當個體可以把自已的故事整合在一起，而且這個故事可以被自己了解時，個體就有一種統整感。否則，個體就會覺得很混亂，而失去「我是誰」的自我認同。因此，故事的敘說以及個體自我故事的敘說，是協助個體更深一層自我了解的過程。而故事也具有象徵意味，所以需要透過歷程來經驗。當個體與聽故事者之間有所交流，故事的象徵意義也就在這樣的過程裡展開其不同層次的意義。尤其當我們用自己的身體來演出故事時，故事隨著演出往前推展，而個體也就可以對個人生命故事展開不同層次、深度的詮釋和理解。

留存下來的故事是人類共同的智慧結晶，因為它們不只是人類的想像，也是許多人類共通的經驗，例如對未知的恐懼、對生與死的掙扎、分辨好壞的困難和困惑、對於邪惡和正義的思考，這些都是人類所共有的經驗。許多童話故事的快樂結局打開了一扇希望的窗，展現正向、充滿希望的可能性，因此，聽故事者也可以體會到新希望降臨的可能性。

童話故事的第一個特質是，它並不是現實中的真實，而是一個想像的世界。它存在於過往的時間、特定的地方裡，在一幢古老的房子、一個森林裡，在很久很久以前，或是在動物也都還會說話的那個時代裡，這些都是想像的世界。

童話故事的第二個特點是，它不會去述說歷史性形象，也不會採用大家所熟知的特定名字。主角不一定有姓有名，而是被指稱為一個小女孩或小男孩；即使有姓有名，這個名字也不一定有什麼特殊的意義，而是小明、小華之類很普通的名字。也因此，童話故事可以適用在每一個小男孩或小女孩身上，是適合每一個人的。

因著這兩個特色，童話故事適用在每一個人身上，因為它可以在象徵層次上被聽者了解。

童話故事也可以幫助個體去解決情緒上的困擾，聽故事者可以藉由外化或者認同，投射自己的情緒到童話故事裡，也可以經由認同童話故事的角色和故事的內容，而解決情緒問題，或是認同故事中的處理過程。

通常，童話故事裡的角色會被劃分成「完全好」和「完全壞」的原型，諸如完全好的天使或是完全壞的巫婆，完全好的爸爸或是完全可怕的大恐龍，完全好的媽媽或是很可怕的後母。而故事中完全好的媽媽，經常是在故事還沒有開始或剛開始的時候，就已經就死掉的原型。藉由外化，聽故事者可以把他的問題感覺、想法或生氣的情緒，投射到這些童話故事角色身上。藉由這個過程，聽故事者可以得到彌補性的滿足。亦即，因為問題迎刃而解的快樂結局，童話故事提供了替代性滿足，讓聽故事者生氣的情緒得以抒發。快樂的結局往往包括了壞人在故事中消失或者得到懲罰的橋段。例如童話《灰姑娘》的繼母最後要穿上灰姑娘的紅鞋，一直跳到死為止。在《糖果屋》故事裡，巫婆在烤熟的屋子裡被活活燒死。對於聽故事者而言，這些對完全壞的角色的懲罰，可以抒發他們的憤怒，讓他們在象徵意義層次上得到替代性滿足。這是相當安全的方式，因為沒有任何人真的會被傷害到，但是對聽故事者而言，又可以得到心情上的紓解。童話故事的象徵性特質，讓它們成為過渡性現象的特別工具。童話故事就像溫暖的泰迪熊，可以連結到「全好」和「全壞」的掙扎；也就是說，兒童會把他的



泰迪熊看待成完全的好，或者會因為牠是完全的壞而處罰牠，這個過程是兒童自己可以控制的。最後，完全的好可以勝過完全的壞。

童話故事在象徵性層次裡運作，其所強調的是完全好的想像。它提供的是好的客體形象，但是並非真正去預言未來的現實情況；也就是說，聽故事者會使用投射和分裂，但是並非用防衛機轉來否認現實。投射和分裂在童話故事裡的運用會很有創意，為的是要協助人們接受現實生活中的挫敗，讓聽故事者有在象徵層次抒發憤怒情緒的管道，不需要把憤怒真實地發洩在其所存在的真實世界裡。

童話故事尊重聽故事者，尊重全人類在好與壞之間掙扎的實情。在這個掙扎裡，童話故事提供了正向的層面，也提供了希望感。所以，對童話故事而言很重要的就是，這個「壞」的形象最後總是被消除或移除。

童話故事不僅可以協助兒童，也可以協助大人。不少個案有許多負向的被照料經驗，對於主要照料者也有很負向的心像。因此，案主缺乏正向的世界觀以及對世界的正向期待，可能不斷重演受害者角色。所以在象徵意義層次上，案主心中的壞爸爸、壞媽媽或巫婆的形象需要被消滅，案主藉由想像力的可能性來轉換它，藉由象徵意義的層次經驗到一個「夠好」的媽媽、爸爸或照料者的形象，並且在內心建立起此一形象。

在治療室裡，治療師透過戲劇治療，讓案主經驗到他在好形象和壞形象之間的掙扎。在治療室中，案主的負向形象需要被呈現出來，否則，新的世界觀很難順勢建立起來。在象徵意義的層面中，能夠象徵性地殺死這個負向形象或負向人物是很重要的，因為它給案主自由的感覺和新的可能性。在治療室中，治療師透過遊戲或戲劇的角色扮演過程，針對童話故事中的理想形象，讓兒童經驗到新的可能性和新希望，而非去預言真實世界的未來。所以，兒童透過演出童話故事來表達他們的憤怒，或者消滅負向形象；這並不是真實世界裡他們會去做的行為，而是希望透過演劇的過程，讓兒童或個案移除一些負面元素，幫助他們看到真實中各種不同的可能性。這些不同的可能性很可能同時包含了正向及負向的矛盾，所以在真實中，不只是負向元素而已，正向的元素也應當存在於困難的情境中。這種概念是兒童或個案處在現實生活裡，所看不到的盼望和可能性。

綜合以上所言，可以看到故事裡過渡性現象的幾個特色：

- 1.過渡性現象是在象徵性層次上來工作。
- 2.過渡性現象是用於投射和分裂，它並未否認現實，而是以一種創意的方式，來處理個案在現實生活中所無法處理的負向情緒。
- 3.過渡性現象提供了理想的意象，可以刺激兒童或個案經歷發展性過渡。過渡性現象是運用想像力的遊戲或戲劇，但是這個遊戲或戲劇卻提供了真實的經驗，因此有真實的情感在其中流露。劇場可以是虛構的，但是劇場中個案的情緒、眼淚、肢體行動都是劇場中的真實。

故事在劇場中的呈現方式有許多種，可以使用已經存在的童話或神話故事，由團體成員投射故事加以整合，或者是透過卡片的投射進行故事串聯，形成團體共同的故事。透過故事的語言，團體成員可以對故事的象徵意義有不同層次的理解；透過戲劇

預演的方式，團體成員對於故事中的角色可以有不同的詮釋。藉著這些不同的詮釋或不同層次的理解，團體成員可以對故事的象徵意義有更深的了解和洞察，對於自己的議題或困難也就提供了修通的管道。

以下提供在善牧「小羊的家」曾使用過的幾則故事，它們有的是由兒童即興創作，有的改編自其他故事。

類型(一)成員即興創作故事，可採故事接龍方式進行

從前有一座小島，小島上有一間學校，學校的地下室裡有一位巫師。他整天都在熬煮一鍋藥湯，他在藥湯中加入了許多材料，有青蛙、毒蛇……等。這位巫師的心裡有個秘密計畫正要開始……。

這間學校裡掛著一幅畫，畫中有著上帝與撒旦，撒旦跟上帝打了起來。學校裡一切如常，教室中的老師跟學生正開心地上著課，大家打成一片，教室裡充滿歡樂的聲音。

這時，街上發生了一件事，一位很富有的商人遇到了強盜。強盜搶了商人的東西，在拉扯中還砍了商人一刀。商人大聲呼救後，警察來了，他了解事實經過並去追捕強盜。這時，強盜跑到學校，在地下室遇見了巫師，巫師就收他為徒弟，教他如何製作藥湯。這時，警察也追來了，進入地下室，他一不小心跌到那鍋湯裡。這個時候，湯鍋爆炸了。巫師佯裝成平凡人，要繼續完成他的計畫，而全世界都相反了：上帝變成撒旦，撒旦變成上帝；警察的靈魂出來做壞事，而強盜變成好人，跟撒旦一起去抓警察的靈魂；學校裡，老師跟學生不再和樂融融，學生不想上課，而老師對學生的態度很惡劣，學生們就一起翹課。

這個時候，這群學生在公園遇見變成撒旦的上帝，他就教這群學生如何報復老師，並且提供他們武器。學生們到了學校，果然跟老師發生衝突。他們不但用武器殺害老師，還到隔壁村莊去殺害其他人。最後，學生們來到了公園，他們跟變成撒旦的上帝碰面，將上帝也殺害掉。後來，學生們坐在公園裡，開始懊悔自己不該將老師殺掉。沒想到，老師竟然出現了。老師不但原諒他們，還鼓勵他們回到學校求學。所以，教室裡又恢復和樂融融的氣氛，上帝回到天上，撒旦回到地獄去，而巫師則繼續在地下室熬煮藥湯。

類型(二)既定故事，由成員改編演出

在一座森林裡，狐狸跟兔子很努力地耕作。由於今年收成很多，所以他們請住在山上的熊熊一起來幫忙。在搬運這些穀物的途中，狐狸一直在想，他要怎麼分配這些作物。後來，狐狸將收成物分為穀穗、穀殼以及稻米這三堆。狐狸跟大家說：「熊熊，你體積最大，需要多一點作物讓你吃，你應該拿最大的一堆。再來是兔子，你體型小，需要多一些食物幫助長大，所以你拿第二大的那堆。而我體型適中，只需要一些就夠了，所以我拿最小的那一堆。」

大家都很滿意這樣的安排，就各自拿著收成物到大美女穀店去。在處理作物時，熊熊跟兔子那兩份的聲音都沙沙的，跟狐狸的不一樣。他們就問狐狸：「為什麼聲音會不一樣？」狐狸說：「因為我先加了沙子下去，這樣可以

增加份量。」所以熊熊跟兔子也跟著加進一些沙子，隨後，他們各自帶著穀物回去。兔子回去後，決定將穀物做成蛋糕，並請朋友來吃。他邀請了神仙米米，米米才咬了一口，就把蛋糕吐掉，說：「你的蛋糕怪怪的。」於是他們就去找熊熊，想了解一下他那邊的狀況。熊熊說：「我將收成的穀物做成大餅，拿去市場賣掉了。」在熊熊家，他們討論整個收成經過。他們最後想到，狐狸曾經叫他們加了沙子，於是他們一起去狐狸家，找狐狸理論。到了狐狸家，狐狸一見事跡敗露，想要逃跑，但馬上被神仙米米抓住。熊熊跟兔子問狐狸說：「為什麼要騙大家？」狐狸說：「這是狐狸家族內流傳下來的作法。我的家族有一套《狐狸百科全書》，教所有的狐狸怎麼跟朋友相處，第一條就是：『要欺騙你的朋友，一旦行跡曝光，就趕快逃走。』」

大家聽完後，神仙米米問他：「那你想交朋友嗎？」狐狸說：「想呀。」米米跟狐狸說：「可是，你這樣做的話，不會有人想跟你做朋友的。」米米也跟兔子和熊熊確認：「你們願意跟狐狸做朋友嗎？」兔子跟熊熊異口同聲說：「不願意跟會欺騙的人做朋友，但是，如果狐狸能誠心誠意地道歉，就可以原諒他。」於是，神仙米米送他一個寶物，讓他有勇氣，並將《狐狸百科全書》換成《好人百科全書》。狐狸在獲得寶物後，就誠心誠意跟熊熊以及兔子道歉，並邀請大家到他家做客。他還把收成的穀物做成各種美食，邀請大家一起享用。

類型(三)改編自戲劇故事

很多年前，在一個很偏遠的島嶼上，住著小王子和小公主。只是，皇后生了一種怪病，當她看見小孩的時候，小孩子都會變成青蛙。再加上，皇后非常害怕青蛙，會叫侍衛毆打青蛙，把青蛙統統趕走。國王知道這回事以後，就請侍衛去將孩子們找來，想好好安撫他們。不過，國王生了另一種怪病，每次他要跟孩子們說話時，從他嘴巴說出來的卻是相反的話語。小王子跟小公主不斷被皇后驅趕，被侍衛毆打，又被國王責罵。因此，小王子跟小公主決定要靠自己的力量，去找一個適合他們居住的地方。

這時，這個島嶼的地底下有一股力量正蓄勢待發，慢慢地爆發出來，將島上的老百姓都震到海裡。但是，海裡的大白鯊又將老百姓救起來。

小王子跟小公主就這樣踏上困難的冒險旅程。他們不斷尋找，希望找到一個剛好適合的照顧者，這樣他們就可以幸福快樂地成長。所以他們用了一些方式，想測試這個地方、這位照顧者是否適合他們。

某天，小王子和小公主主要測試現在的照顧者，他們很大力地摔玩具。這時，照顧他們的人跟他們說：「這些是大家一起玩的玩具，請愛惜它們。」另一位照顧者問他們：「是什麼原因讓你們想摔玩具？」小王子跟小公主一起回答說：「因為爽呀！」這時照顧者跟他們說：「我帶你們到另外一個地方，在那裡你們可以盡情地摔玩具，可以安全地玩，不會受傷，請你們到那裡試試看。」這時，他們也看到照顧者默默地收拾玩具，等收拾乾淨後陪著他們去另外一個地方玩。那裡準備了柔軟的枕頭、玩偶，他們的確可以盡情地玩。

這時，小王子和小公主想到另一個測試照顧者的方法，他們開始大吼大叫。照顧者跟他們說，可以帶他們到山上去，他們在那裡可以痛快地吼叫。於是，大家就一起到山上吼叫。

晚上他們回到房間休息時，有一隻美麗的小鳥輕輕地停在他們的肩上，小小聲地在他們耳邊說話。小鳥跟他們說：「這些照顧者很用心地在呵護你們，你們亂丟、亂摔玩具，他們都沒生氣，還會跟你們說哪裡適合這樣玩。」於是，小公主和小王子討論起來。他們覺得這裡真是一個好地方，於是決定回島上去接其他的孩子們。島嶼上的小孩都唉聲嘆氣的，抱怨皇后把他們變成青蛙，還亂打人，不相信他們真的是小孩子。後來，小王子跟小公主努力擴大照顧區的規模，並搭建橋樑，接島上的孩子們一起過去居住。

第四節 身體形象

嬰兒的身體、感覺和律動等最初的經驗，都是從嬰兒和母親或主要照顧著的互動而來。這些經驗讓嬰兒的身體自我覺察，然後慢慢成為嬰兒的身體意象。一個嬰兒被擁抱、被支持、被包裹起來，這些界線的品質會成為未來發展自我概念的重要因素；對嬰兒過度刺激或是身體刺激不足，都會影響到嬰兒自我概念的發展。

Krueger 認為，嬰兒的第一個過渡性客體，是母親如何回應嬰兒的這些身體經驗。他相信，第一個過渡性客體是食物，而且是藉由母親傳送給嬰兒的。

Margaret Mahler 觀察嬰兒後也發現，嬰兒初期的生命和母親是未分化的，他的感覺是和母親融合在一起的，兩者之間似乎沒有界線，直到嬰兒大約六個月大才開始分離個體化的過程。而在此分離個體化的過程中，嬰兒慢慢覺察到其和母親之間的界線，開始區分「我」和「不是我」之間的差別，覺察到內在和外在的差別。個體化過程並不是無中生有的，嬰兒必須以他的嘴和身體學習去抓、拿、推。因著這些身體技巧的純熟，嬰兒可以慢慢掌控環境，也因而發展出身體自我的感覺。

Winnicott (1986) 提出來最重要的概念，即是過渡性空間及過渡性現象，也就是說，對嬰兒而言，一個友善的支持環境是很重要的。如果嬰兒被好好照料，被溫暖地擁抱，得到適當的餵養，這些經驗可以幫助嬰兒發展出比較健康的心理身體的自我。過渡性空間裡如果有「夠好」的母親，嬰兒將會經驗到自己是有效能的，而且他的「真我」可以被發展出來。所謂真我，就是有創意，有自主性的自我。

孩子需要在母親的面前玩。為了讓孩子可以玩得自在，玩得有創造力，又能玩得有自發性，主要照顧者需要創造一個遊戲空間或過渡性空間，以便讓孩子能夠在她面前自發性地遊戲。這樣的過渡性空間是良好而有創造性的；而這麼一個夠好的母親能夠看孩子玩，她的眼睛和臉部的功能讓孩子覺得溫暖和友善，反映出來一種愛的形象。戲劇治療可以開創過渡性空間，那是一個「夠好」的環境。母親的作為使得案主可以修通他們的困難，用他們的想像力和創造力，在安全的環境、安全的治療關係中，幫助個案把真我發展出來。

在戲劇治療的空間裡面，治療師也開創出一個夠好的過渡性空間。治療師代表著一個夠好的母親形象，所以能夠了解案主的需要是什麼，然後提供個案所需要的工具。

治療師的見證也是重要的，這個道理和主要照顧者看著嬰兒玩的理由是一樣的。

Giovacchini (1986) 表示，治療師需要足夠的耐心，來等待案主一些較具干擾性的行為，相信案主能夠認知到其和治療師之間的關係，是一個置身在足夠好的環境底下的關係，而在這樣一個溫暖的環境裡，他的干擾性幻想能夠被涵容。Giovacchini 也認為，個案之所以能夠改變，是因為個案可以在一個溫暖的環境裡創造新的現實。這個過渡性空間幫助案主進入他個人的內在空間，所以，他能夠重新掌控原本無法預測或是深深威嚇到他的外在環境。

Clegg (1984) 認為，兒童使用想像力，以便幫助自己從帶來創傷的環境中復原過來，這就連結到他們使用的過渡性客體。這些過渡性客體可能是遊戲、夢或是故事，藉由遊戲、夢或故事、戲劇的想像力之具體呈現，可以詮釋成一個過渡性現象，來幫助兒童復原內在的失控感。透過劇場，兒童可以經驗、表達何謂生命，何謂生活的奧秘。

戲劇、神話常常包含著許多人類議題的原型，因此，戲劇或神話可以當做探索人類個別性和相似性的工具。也就是說，劇場可以提供一種有距離感的過程，讓劇場裡的人們去經驗到自己生命中和戲劇或神話主軸相類似的議題。人可以透過劇場過程看到不同的層面，所以，劇場也就成為涵容這些議題的工具。而且，劇場可以讓個體對自身議題抱持一種距離感，但又同時更深入自己生命中的議題，做更深入的探索。由於劇場裡的戲碼不是現實中的生命故事，所以，個體不會因為自我防衛機制的緣故，以致不敢去探索議題更深層次的意義。

所謂的身體自我包含以下四個重點 (Jennings & Minde, 1993)：

1.雖然有一些身體律動和表達是普世共通的，但是，有更多身體律動和表達方式摻合了文化因素在裡面。因此，身體形象和身體自我的體察需要考慮到文化背景因素。

2.身體本身包含許多人類的訊息，同時，人類也透過身體的表達傳遞出很多訊息。這個信念對於整個社會而言是很重要的。

3.人類的經驗和感官知覺經驗是透過人類的身體被經驗到的，而這個身體是最初級的學習工具。

4.幼兒的身體如何被照料，以及他們如何經驗到照顧者傳遞給他們的訊息，在在都使得嬰兒開始知覺或感覺到自己的身體。嬰兒從外在環境及主要照顧者接收到關於其身體的訊息，這是幼兒形成身體自我，形成其和外在世界的關係之基礎。當個體參與藝術作品的創作過程時，個體是自己藝術作品的一部分，但也同時存在於這個藝術作品之外；這是一個可以進入也可以走出的過程，是可以合為一體也可以區分開來的過程。

在許多人的生活經驗裡，有很多經驗是沒辦法用口語來表達的。但是，透過藝術創作，個體可以開始用藝術表達的形式，來表達其所無法用語言來表達的內在狀態，這個歷程因而是轉化的過程。許多個案對自己的身體感到很焦慮，不敢看也不敢碰自己的身體，這算是低自尊的狀態。透過戲劇或劇場等藝術表達過程，案主可以開始使用其身體自我，並意識到個人身體自我的存在，也可以經驗到身體自我是有效能的，有創造性的，同時也是有能力的。

為提升案主對身體狀態的覺察力，治療師可以採用肢體雕塑活動，以達到肢體暖化的效果。

例一：雕塑和身體覺察

團體帶領者透由口語上的引導，讓成員在肢體活動中增加肢體運用的彈性，暖化成員的肢體活動能力，也讓成員逐漸習慣在他人面前展現肢體動作。口語上的引導可先由手指、四肢開始，逐漸擴展到整個身體，讓成員逐漸習慣將自己的身體變成一塊黏土，按照個人意願隨意雕塑。藉由這項活動，成員對自我身體的覺察性得以擴展，可以建立清晰的身體概念與界限。

在活動中，亦可讓成員凍結在某個姿勢裡，以訪問的方式，讓成員體會不同姿勢所帶來的不同感受，以此增加成員對自我內在的情緒覺察。

例二：角色式的移動

團體帶領者透過口語引導，讓團體成員進入某個角色，並以該角色的身分在空間裡移動。角色可以是某種動物，例如小鳥、魚、大象、小狗、貓咪、蜜蜂等；或者是植物，例如花、樹、海藻等；也可以是社會性角色，例如警察、小偷、老師、消防員、老闆、小販等；甚至還可以是無生命體，例如石頭、山、河流、桌子、椅子、路燈等。讓成員嘗試多樣性角色的作法，可以刺激成員的想像力與創造力，擴展成員的角色目錄，增加成員同理及覺察的能力。

如若暖化是為方便成員易於進入後續的扮演活動，團體帶領者也可以用口語引導成員進入特定角色，以身體姿勢、動作及聲音等帶入角色性的移動。

例三：情緒黏土

情緒黏土活動可以讓全體成員一起進行，或者是分組進行。全體成員一起進行時，由團體帶領者出題，每一位成員以身體姿勢呈現出某種特定的情緒（或者讓每位成員分別呈現某種情緒，或者由全體成員共同呈現出某種情緒）。

分組進行時可以採用某個特定主題，例如「最近的心情」、「我最快樂的一天」、「當我生氣時」等。進行的方式是，小組成員輪流當創作者，把其他成員當成黏土，以口語指導或是自身的示範，依照他的期望，運用其他成員的身體姿勢和遠近高下的位置，將其他成員擺設成一幅代表心情的作品。

另一種分組進行的方式不指定特定的創作者，而是依照設定的主題，讓每一位成員以自己希望的姿勢及位置加入整個小組的作品中，並於完成後向其他小組展示。團體帶領者亦可在活動進行中開放其他小組發問，或是在活動結束後帶領大團體討論。

例四：肢體雕塑

把自己當成一塊黏土，讓肢體做出最大及最小的動作，並有如貓、狗、鳥……等角色的扮演，以具體動物的雕塑，讓成員透過模仿而能夠更自在地伸展肢體。

以下是團體帶領者引導成員將自己的身體當成黏土/角色的指導語範例：

- 現在慢慢想像自己是一隻鳥（成員跑成一片），請大家發出小鳥的聲音。
- 現在變成一條魚，在水中游，可以游得很快，也可以游得很慢，可是不要碰到別人。魚會不會發出聲音？想像自己可以發出聲音。
- 現在慢慢變成一隻猴子，牠會發出什麼聲音？



- 慢慢的變成各式各樣的花朵，會移動的花，不碰到別人。
- 變成嬰兒。
- 慢慢地變成醫生。
- 變成救護車去救人。
- 一直有人建議瘋子，好，試試看變成瘋狂的樣子，秀出你最瘋狂的樣子。

第五節 儀式

戲劇化儀式是最古老的戲劇形式之一，它讓社會有機會去形成並確認這個社群的信念和觀念，在儀式裡面探索什麼是「好」、什麼是「不好」的議題。儀式中所經驗到的象徵意象和預演過程，會影響這個社群裡的個體，或者影響到整個團體很多面向上的不同層次。劇場或戲劇治療的形式可以重新創造各種生活議題，在劇場中提供成員挑戰，讓他們針對這些生命議題做更深刻的探索。劇場中重新創造的劇本，以及經由演出而得以探索的經驗本身，要比原本的生活事件更加深刻。劇場藝術和戲劇治療都需要專注在思想、感覺、想法和意象上，語言雖是媒介之一，但更多時候成員是透過身體，藉由劇場裡的戲劇、遊戲、儀式和神話，利用象徵與原形，來連結人類內在與外在世界的經驗，並且呈現生活議題。這些結構可以安全地涵容我們的經驗，團體成員因而能藉由演出來探索可能的改變。象徵、原形和多重的戲劇化隱喻過程，能夠讓我們呈現出生命中的各種議題。這個過程可以幫助我們面對那些原本很難加以處理的議題，去察覺我們內在的黑暗和他人的陰影；這樣的過程可以呈現出多元的心理狀態。

以下提供幾種儀式的型態及運用方法，以供參考：

例一：欣賞自己、欣賞別人

團體結束前固定做分享，大家圍成一圈，說說今天欣賞自己和別人的哪些作為，分享自己做得很好的地方和可以再進步的地方，回饋別人做得很好的地方，評估自己今天可以得到幾張獎勵貼紙，並說明原因。

例二：製作百寶箱和願望卡

團體結束當天寫下讚美自己的一句話，放進自己做的百寶箱裡。

例三：頒發結業證書

例四：冥想

冥想活動的帶領宗旨，通常在於能夠更深入團體成員的內在世界。依目的性之不同，冥想可以有幾種不同的作法，例如，在成員完成自己的地方（參見本文第二章第二節例四）之後，團體帶領者可以藉由口語的指導，讓團體成員回到自己的地方，以安靜不與他人接觸的方式，藉由冥想活動，引導團體成員將外在物理空間的獨立性及安全性內化到其內心，在心裡建立起安全獨立的空間，藉此協助成員保有心靈世界的完整性及安全性，或者建立及修補成員曾被破壞的心靈界限。另外，在「玫瑰花的故事」戲劇活動告一段落之後，團體帶領者透過冥想，帶領團體成員化身為故事中的玫瑰，重新體驗成長的力量，並將玫瑰接受滋養的過程轉化為成員身心靈的資源與能力，讓成員在過程中可以體會到自身的能力感，欣賞自我的獨特與美麗，同時也對他人的不同之處有所尊重與欣賞。

在團體活動的過程中，有些團體成員很難安靜下來，注意力也不容易專注在自己身上。藉由冥想活動的帶領，就可以協助他們練習將注意力轉回到自己身上，而能夠真誠面對自我，在情緒上更有覺察力，或是在冥想活動中達到個人經驗上的整合。

透由冥想，團體帶領者亦可協助成員進入角色扮演活動。團體帶領者可透過冥想活動的口語引導，協助成員將個人經驗融入到角色特質中，或是在口語引導下，透過創造性想像，讓成員逐漸建構出角色的特質，並在經驗與感受層次上融入角色之中。例如，透過團體帶領者的口語引導，成員開始想像其所扮演的角色會做的動作、會說的話、與人互動的方式等。面對某種情境時，這個角色的感覺為何，臉上會有什麼表情，身體是僵硬的還是放鬆的……。

例五：與內在小孩對話

有一個小孩走到一座伸手不見五指的森林中，而且，森林中還不斷傳出恐怖、嚇人的聲音。這個小孩一直走一直走，突然，他看到了光。走過去之後，他看到了綠意盎然的森林，森林裡有許多小動物，有松鼠、小鹿……等等。這個小孩一直往前走，看到有人在玩耍。他走過去，想跟他們一起玩。但是，森林裡沒有人教他如何跟大家玩，大家也對他指指點點。這個小孩很生氣地走開了，難過地坐在路邊的石頭上。這時，一隻老狐狸出現了。他看了看這個小孩，問他發生了什麼事。小孩把剛剛發生的事都跟他說。老狐狸跟他說：「要跟別人做朋友，就要學會如何喜歡自己。」但是，這個小孩聽不懂，他問狐狸說：「我要如何喜歡自己呢？」老狐狸跟他說：「你到山上，那裡有一個湖。你走到湖那裡，就知道該如何喜歡自己了。」

透過戲劇故事的演出，團體成員輪流扮演主角，在團體帶領者的引導下，去尋找能夠得知該如何喜歡自己的那個湖泊。劇中的湖泊象徵著自我內在小孩。劇中，成員們到湖邊跟自己的內在對話。起先，成員扮演著自己，很難說出欣賞自己的地方。此時，成員更換角色，轉而扮演湖裡的內在小孩，就可以說出自己的優點、自己表現好的地方。進入湖裡扮演內在小孩的作法是一種儀式，透過象徵性的動作及裝扮，成員轉換成自己的內在小孩，藉此察覺自己內在的心理狀態。

例六：打招呼

這個活動通常在團體一開始時進行，成員可以在活動場地中任意移動，但是以身體不與他人接觸為原則。活動進行時，可以搭配背景音樂。在團體帶領者的口語指導下，團體成員與其他成員打招呼，成員可以先從一隻手指頭開始，陸續向三、五個人用一隻手指頭打招呼，接著在團體帶領者的口語指導下陸續改用手掌、一隻手、肩膀、腳指頭、一隻腳、臀部等身體部位，來向其他團體成員打招呼。活動過程中，成員的腳步不需停留，要一邊移動一邊完成打招呼的動作。

這是一個降低團體成員陌生感的理想活動，特別是在團體一開始形成時，藉由成員之間輕度的接觸，增加成員之間的熟識感，有助於團體意識的形成。活動過程中，團體帶領者可以觀察每位成員對於身體運用的自由度，以及其與他人連結的意願。這些觀察可以作為後續團體活動設計的參考。

活動過程中，一些成員也許無法與人自在地打招呼，呆立一旁，或是動作僵硬。



團體帶領者要尊重每一位成員的不同需求與個別差異，不必強求全體成員都得按照團體帶領者的指令行事。帶領者可以透過協同帶領者的鼓勵、支持與示範，讓每一位成員都不至於覺得自己被排除在團體之外；即使他只是在一旁觀看，仍然可以透過觀察而有所學習，並感受到自己是被團體所接納的，個人的獨特性是被團體所涵容的。之後，這位成員開放自己的程度就可能提高，參與團體活動的程度就可能加深。

例七：團體給予與獲得

團體形成初期或進行中期，可以帶領「給予與獲得」活動。團體帶領者可以先帶領團體成員討論各自希望在團體中得到的收穫（亦即成員對於團體的期待），以及其在團體過程中願意貢獻的能力。再來，團體帶領者可以用儀式化過程，讓團體成員各自選擇兩塊布代表「給予」和「獲得」。大家先一起將代表「給予」的布放在由團體成員圍成的圓圈中央，或者放在事先設計的臺子上。在擺放的過程中，團體帶領者可以播放背景音樂，讓團體成員依序擺下象徵性的布片，並在過程中再次以口語描述自己願意貢獻的能力。之後，成員再依序介紹自己手中那塊象徵「獲得」的布，以口語描述他從團體中想要獲得的是什麼。最後，成員再將象徵「獲得」的布片也放入由團體成員圍成的圓圈中央，或者放在事先設計好的臺子上，與象徵「給予」的布放在一起。接著，團體帶領者祝福每一位成員都能在團體過程中達成自己想要的目標，並付出自己願意貢獻的能力。

第六節 面具

面具常被看成虛假的自我或邪惡的自我。拿下面具也就意味著，這一個人可以開始去做真正的自己或誠實的自己。在戲劇治療裡，這樣的想法是非常重要的，因而必須讓案主了解面具的使用及隱含於其中的意義（Jennings & Minde, 1995）。在戲劇治療裡，面具可用來發展或探索各種角色的特質，可以從一個角色轉化到另一個角色，而這樣的特色也是 Winnicott 過渡性空間概念的應用。面具可以是全幅或半幅的，也可以是遮住全身的。面具也可以由許多成員一起創作，而成為集體共有的面具。集體創作面具的過程一方面容許成員享受到成就感，另一方面允許個別成員不立刻深入到某一個面具裡面（Andersen-Warren & Grainger, 2000）。

筆者在團體中帶領過製作面具的單元，請成員製作自己最想戴上的面具，如果有意願的話，還可以另外製作一個。接著，團體成員利用自己製作的面具討論編劇，並且戴面具上場表演。其中一組成員演出有關生死的劇碼，死亡的時候戴上一個面具，復活的時候則摘除原有的面具，換上另一個面具。

死而復活象徵的是一個新生命的開始，成員復活後成為好的角色，這可能意味著成員厭惡現在的自己，想要重新開始，也可能意味著成員不想活下去，或者他嘗試奮力突破現實。無論出發點為何，這個作法都表示成員對現行生活的無力感。

成員有可能不願意戴上自己製作的面具來演出，有所謂的演出焦慮。

不斷換戴各式面具的行為則可能意味著：(1)想嚇別人；(2)想保護自己；(3)很討厭自己；(4)想壯大自己；(5)一方面隱藏自己，一方面想要別人注意自己。

團體帶領者可以請成員直接把臉當做黏土，對著鏡子觀察個人臉部的表情變化，

作出喜怒哀樂的表情。帶領者可以引導成員用右手掌在臉前晃一下，遮掩過後，臉部就換另一個表情。這個活動也就是所謂的換面具。

第三章 戲劇治療團體的專業倫理

倫理議題在治療工作中被公認是很重要的一環，因此在介紹戲劇治療團體家庭暴力目睹兒童處遇模式之後，我們概略談談有關團體的倫理議題和內涵，目的在於提醒團體工作者，在進行團體工作之前，能仔細思考施行的過程，小心揀選適合採用的技術，以成員的最佳利益為考量，保障專業工作本身以及涉入其中的所有人員，並維護服務的品質。

治療性團體泛指在團體情境裡，提供當事人完成心理治療的專業，它是由受過團體治療專業訓練的團體工作者，運用團體治療的理論與過程，協助或催化團體成員達到個人性、人際性、工作性、治療性的團體共同目標之專業實務工作（美國團體工作者協會，Association for Specialists in Group Work，簡稱 ASGW；張德聰，民 92）。由此推知，戲劇治療團體是由受過戲劇治療專業訓練的工作者，運用團體和戲劇治療的理論與技術，所進行的團體治療工作。

在專業倫理的內涵中，核心概念分為團體工作者的責任與成員的權益兩大部分。以下先就此兩大部分做說明，再簡述重要的倫理議題，最後以實施戲劇治療團體之實例做說明：

一、團體工作者的責任：（根據「中國輔導學會諮商專業倫理守則」）

（一）專業責任：團體工作者應當熟稔其專業倫理守則，接受適當的專業教育與訓練，具備最低限度的專業知能，應當不斷充實知識、不斷進修，提升自己的服務品質。另外須知覺自己的能力限制，不去接受處理超越自己能力範圍的個案，對於專業的領域最好具備所需的訓練、經驗和資格，還要隨時警覺自己的身心狀況，欠佳時就不宜繼續從事治療工作，以免對當事人造成傷害。

（二）倫理及社會責任：團體工作者要持續培養自己的倫理意識，重視個人的專業操守，首要的倫理責任在於維護當事人的基本權益和福祉，並與其他助人者及專業人員建立良好合作關係，表現高度合作精神，尊重不同的理念和立場，避免不實的公開陳述，包括自我的專業、資格和服務，切記自己的專業角色和身分。這個概念將於第二部分詳細討論之。

二、成員的權益：

（一）自主權：成員的自由決定權應當受到尊重，成員有接受或拒絕團體的權利，且有選擇參加或拒絕團體所安排的技術演練或活動、退出或結束團體的權利，但團體工作者須先告知團體的性質、目的、過程、技術的運用、限制和損益，協助成員做決定，而在未成年人的團體中，應以未成年當事人的最佳利益做考量，並尊重其合法監護人或第三責任者的意見，即便對於無能力決定者亦無不同。

本成果彙編介紹的戲劇團體係以兒童或青少年為對象，屬於未成年人，因此除了尊重成員本身的意見，也須重視監護人的決定，在告知的義務部分，我們除了告知成員，也會與監護人簽定參與團體的同意書，一方面確保成員的決定權，一方面也降低成員的流失率。

(二)公平待遇權：成員有要求公平待遇的權利，團體工作者應尊重成員的文化背景與個別差異，不得因年齡、性別、種族、國籍、出生地、宗教信仰、政治立場、性別取向、生理障礙、語言、社經地位等因素而予以歧視。

本成果彙編介紹的戲劇治療團體係以兒童或青少年為對象，容易出現的是性別不同、班級年級不同、國籍不同、成員就讀學校文化不同，以及尋求協助的問題不同等議題，團體工作者須小心協調和教導兩性議題，針對成員的不同需求給予協助。另外，成員有住在家中、中途之家和育幼院的不同，這也是團體工作者須留意的地方。

(三)受益權：這是指團體工作者之團體要為成員的最佳利益做考量，以促進成員健全人格之成長與發展。

(四)免受傷害權：這是指團體工作者應謹言慎行，避免對成員造成傷害。除了在第一部分討論的團體工作者應該知覺自己的能力限制，還需覺察個人的內在需要，不可利用成員滿足個人的需要，也應該知覺自己的價值觀、信念態度和行為，尊重成員的價值觀，不應強行為成員做出決定，或者強迫成員接受自己的價值觀。更重要的是，團體工作者需留意親密及雙重關係（指的是避免與成員發展社交關係、性關係、商業關係……等）的議題，避免因此等議題而影響到專業的客觀判斷，或對成員造成傷害。在團體方面，團體工作者應審慎甄選成員，以符合團體的性質、目的及成員的需要，並維護其他成員的利益。團體工作者在運用技術和活動時，應考量自己的能力和活動的危險性，做好適當的安全措施，保護成員以免受到身心傷害。

本成果彙編所介紹的團體屬於兒童或青少年的團體，十分重視成員的篩選，除了留意成員的需求之外，還特別留意男女成員的人數比例，注重兩性互動的學習，並在團體初期做第二度篩選，對於發展上難以融入團體的成員以及有特別需求的成員，另做個別安排。

(五)要求忠誠權：成員有要求團體工作者信守承諾的權利，團體工作者也應對成員忠誠，信守承諾。保密的例外條款則將於重要的倫理議題中作說明。

以上我們說明了團體工作者在團體中的責任，以及成員們應享有的權益。接下來我們抽出幾個重要的倫理議題來談論之：

一、知後同意 (Informed Consent)

這個術語指的是團體治療的方式、地點、次數、收費方式、使用之技術、保密限制等議題，必須先告知成員，使之完全了解並取得其同意後，方可進行治療活動，以維護成員基本的權益——自主權。

針對知後同意這一點，本工作坊的作法如后：在成員的利益自主權部分會與監護人簽定同意書，說明時間、地點、次數、保密等議題；另外對於來參加的兒童與青少年，會在團體工作前與其安排一次會談——因為受限於服務對象的認知發展，他們對於

治療大多不甚了解，甚至會認為來參加團體者即是影射其心理有問題，本工作坊為避免產生標籤化的問題，會說明團體的宗旨是用戲劇表演方式，在他身上激發出我們所觀察到的潛能，團體工作者可更進一步說明對方目前所遭遇到的困難，團體可能會帶來何種幫助，藉由討論參加與否的好處，協助成員做出決定。

二、雙重關係 (Dual Relationships)

治療過程中不可與成員發生親密關係、性行為及其他雙重關係，如社交關係、友誼關係、師生關係、利害關係等。雙重關係之所以違反專業倫理，可歸納出 14 點主要理由（王智弘，民 85）：1.有違知後同意的原則；2.使治療關係的專業性質受到扭曲，界線變得模糊；3.破壞了基本信任；4.違背了治療者的角色；5.治療者會失去客觀性；6.妨礙專業判斷；7.造成個人需求和專業需求的曖昧不明；8.妨礙治療過程；9.可能構成利益的衝突；10.權力被誤用；11.諮商目標落空；12.有剝削當事人的危險；13.造成當事人的心理傷害；14.有損專業名譽。從這些可能發生的不當情況看來，雙重關係的發生，對治療工作和當事人的福祉均有不利的影響。

Herlihy 和 Corey（1992）在檢視雙重關係的著作後提出，雖然大部分職業的道德規範都小心避免捲入雙重關係，但是並非所有的雙重關係都是可以避免的；他們指出，當有可能產生負面結果時，專業工作者有責任做好安全措施，來低傷害的可能性，以維持治療的專業關係，保障當事人的權益。

三、保密 (Confidentiality)

治療中的紀錄、錄音、錄影、來往信件、測驗結果等皆屬機密，應妥善保管；保守治療機密是倫理責任，所以，在未徵得成員同意的狀況下，不得對外洩露任何治療內容或其他資料，以維持治療之信任關係。

本工作坊的作法，是在同意書上說明團體內容將會進行專業討論，並且強調保密原則，指出若要公開相關內容，會預作修改。除此之外，我們會徵求成員和監護人的同意，再將資料作為研究之用；對於錄音、錄影之部分，也會採取雙重告知的作法，事先告知成員。

四、溝通特權 (Privileged Communication)

當事人有上天賦予及受法律保障的隱私權，所以，治療也受法令的明令保障：「治療者應保守治療機密，未獲當事人同意前不得洩漏治療內容與機密」，否則將負法律責任。但是，除當事人同意公開的情形之外，保密原則還有以下無需保守當事人秘密的例外狀況：1.當事件涉及緊急狀況而具有危險性，可能危及當事人或第三者時，團體工作者有預警責任；2.當事人有觸法的可能或罹患具致命危險的傳染病；3.團體工作者評估當事人有自殺危機時；4.當事人涉及刑案。也就是說，當團體成員有人發生上述狀況時，團體工作者就得打破保密的原則，不過，團體工作者必須透露當事人資料時，也應先行考量其最佳利益，再提供相關資料。



五、不當處理 (Malpractice)

團體工作者的主要責任是促進當事人的福祉及人格完整，故應避免可能導致成員身心傷害的任何不道德行爲，例如雙重關係、實施不當技術或未能適時轉介等，此處是與成員權益中所舉出的免受傷害權互爲呼應。

六、預警責任 (Duty to Warn)

若判斷團體成員的行爲確實可能危及成員本身、他人或團體之生命、財產安全，團體工作者應審慎研究，並立即採取適當措施，向相關之個人或機關提出預警，以免造成傷害。

七、價值影響 (Value Influence)

團體工作者應尊重團體成員的價值觀，不應爲其作任何決定，或強制其接受團體工作者的價值觀如宗教信仰、兩性議題、個人信念等，以維護成員的自主權，此點也已在成員利益的免受傷害權中提及。

結語

倫理的考慮與判斷並非是「全有、全無」或「黑白分明」的，所謂是否合適其實是程度上的考量。就個別的問題情境而言，不同的當事人、機構、單位各有其特定的倫理考慮，但是，如何熟悉倫理原則、專業規範及相關的法律規定，以利衡量當事人與其他相關人士的權益，並避免自身涉及倫理爭議與法律訴訟，這應當是團體工作者要力求警覺及努力以赴的重要課題。

戲劇治療團體所涉及的倫理議題每每與兒童和青少年有關，所以筆者除了談到基本的倫理議題之外，更強調團體工作者需要警覺到倫理議題在未成年人治療服務中的重要性。團體工作者倘若要將戲劇治療的工作方法運用到不同的族群身上，也應該針對其所服務的族群之不同特性，做技術上的調整，以求符合專業效能與倫理的要求。

貳、家庭暴力目睹兒童處遇模式

洪素珍

第一章 背景

近 10 年來，兒童受虐問題在臺灣社會各界越來越受到重視，政府、學界以及實務界也因此投入比以往更多的資源和心力；同時，婦女受虐問題也在民國 85 年家庭暴力防治法公布實施後，受到比過去更多的注目與關懷。

在統計資料的呈現上，內政部家庭暴力防治中心民國 88 年的婦女服務案件通報件數只有 12,836 件，但到了民國 90 年，則不可思議地遽增到 29,368 件，緊急安置件數亦由 51 件暴增為 1,307 件。這在在顯示，社會關懷的法制化，對於家暴事件的處理有著正面的效力存在。然而，家庭暴力領域中仍有個尚未被打開的黑盒子，那就是有關目睹婚姻暴力兒童的問題。這些孩子可能已經因為父母家庭暴力的影響，而受到心理創傷；他們的痛苦卻因為未曾受到正視而增長著，整個社會也被這些潛藏著能量而尚未處理的不定時炸彈所威脅著。沒有人知道，爆炸會在何時發生，又將造成多大的傷害及後果。

從西方文獻（Edleson, 1999; Veenema, 2001; Lemmey, 2001; McCloskey, 1999; Margolin, 2000; Saywitz, 1999）的研究結果中分析，多數資料均指出，目睹暴力對兒童所造成的短期、長期創傷，涵蓋了行為、情緒、認知、自我概念及人際關係等層面的影響。在臺灣，根據有限的實務經驗，其中包括筆者多年臨床經驗觀察亦發現，兒童目睹婚姻暴力過程所受到的傷害情況和國外報告極為類似；他們亟待援手，卻因管道缺乏而顯得無助。然而相關研究的付諸闕如，實令臨床工作者、社工人員以及研究者頗為憂心。

雖然目睹婚暴的兒童尚未得到國內正式系統協助，但少數社福機構，例如婦女救援基金會、天主教善牧基金會、勵馨基金會等，則在服務受暴婦女的同時，也開始為目睹暴力兒童提供諮商服務。不過，相較於實際需要幫助的案件數字，這些機構的努力無疑是杯水車薪。以民國 90 年為例，當年所通報的家暴案件有 29,368 件，若以每一案件中有一位目睹暴力的兒童來計算，一年之中就有 29,368 名兒童暴露在暴力環境之中。但因為這些都不是兒童保護案，加上他們也不是婚暴案的主角，所以不會被兒保小組所關注。於是，這些事實上已經心理受創甚深的孩子儘管實際存在著，同時也亟需得到專業體系的服務，但這些目睹暴力的受害者卻始終無法從正式處遇系統中得到協助。他們的哭聲沒有人聞聲救苦，因而墮入心裡的黑暗深淵，可能終其一生置身永夜的夢魘中。

第二章 文獻探討

文獻探討將分為九個部分：1.目睹婚姻暴力兒童之定義；2.從理論觀點看婚姻暴力對兒童的影響；3.目睹婚姻暴力對兒童的影響；4.父權與母權的角色對目睹婚姻暴力兒童的影響；5.三級預防與目睹婚姻暴力兒童；6.兒童對父母暴力的概念化過程與處理策

略；7.協助目睹婚暴兒童之基本原則；8.目睹婚姻暴力兒童之處遇計畫類型；9.目睹婚暴兒童的復原相關因素。

以下分別就文獻探討的三個部分分別敘述：

第一節 兒童與婚姻暴力

一、目睹婚姻暴力兒童之定義

在臺灣，從民國 86 年家庭暴力防治法實施以來，除了暴力直接受害者得到更多的關注之外，可能間接受害的目睹婚姻暴力兒童之議題，也漸漸受到臨床工作者的關心。然而，無論西方或臺灣的學術界或臨床界對此研究都還處於起步階段；在臺灣，甚至對目睹婚姻暴力兒童的定義，都還未有明確之界定。基於研究的需要，研究者參考 Jaffe, Wolfe 及 Wilson (1990) 之定義，把目睹婚姻暴力兒童界定為：「經常目睹雙親（此指現在或曾經具有婚姻關係的父母）之一方對另一方施予虐待之兒童，包括直接看到威脅、毆打，或沒有直接看到但聽到毆打或威脅行為，或者僅看到暴力的最後結果，例如第二天看到受害的母親身上的傷痕。」從臨床經驗中發現，有時雙親未必有合法的婚姻關係，但確有婚姻之實，係以同居關係共同生活。故本研究將「雙親」定義擴展為「不一定有正式之婚姻關係，但有實質之婚姻生活的同居雙方」，而「兒童」則根據我國福利法之規定，指未滿 12 歲之人。

二、從理論觀點看婚姻暴力對兒童的影響

(一)社會學習理論 (Social Learning)

社會學習理論認為，經由示範、模仿與觀察學習，可直接影響兒童行為模式的建立。在婚姻暴力家庭裡，如果兒童看到暴力行為可以成功地滿足暴力者的需求，則暴力可以解決問題的想法就得到增強；因此，就暴露於婚姻暴力的兒童來看，很大比率的外顯行為（如攻擊、犯罪）與內隱行為（如退縮、焦慮）與此相關，外顯的問題行為在男孩身上尤其顯著 (Jaffe, 1986)。經由社會學習機制，兒童由父母身上所接收到的訊息可能是：「暴力是可以被接受的，是可以用來表達憤怒、壓力反應與控制他人的」（Kalmuss, 1984，轉引自陳怡如，p.10，民 92）。

另外，目睹婚暴兒童在日後亦可能成為施虐者，形成一種代間傳遞的暴力循環。兒童以施虐者為楷模，無論兒童本身是否喜歡暴力行為，這些行為都可能逐漸內化成為自我的一部分，而在日後遇到壓力或相同情境時，暴力模式的經驗再度浮現，引導個體直接採用做為問題解決方式。

最後，子女觀察學習的過程再搭配上性別認同的歷程，可能發展出同性別學習的現象，例如男童長大後內化父親的暴力行為，女童則內化母親受害者的行為以及負向情緒的處理方式等（楊美婷，民 92；沈慶鴻，民 90c；陳若璋，民 85）。

(二)創傷理論 (Trauma Theory)

個人在面對威脅生命事件的經驗及心靈創傷後，會出現創傷後壓力徵候群 (Post-Traumatic Stress Disorder, 簡稱 PTSD)。這是一種暴露在極端壓力下而產生的心

理困擾，其結果包括創傷事件不自覺地重現（強迫性回憶或做惡夢）、高度心理警覺的後遺症（難以入睡、容易衝動、誇大的驚嚇反應）、逃避的行為模式（解離或隔離情緒、情緒壓抑）等，這全都是由極端的恐懼及無助所引發的（陳怡如，p.11，民 92）。

另外，建構論者自我發展理論（Constructivist Self Development Theory，簡稱 CSDT），則將「創傷」定義為個體在事件或狀況中整合生活經驗的能力受到壓制，或從中感受到生命、身體之完整性受到威脅，而引發病徵的反應。依照 CSDT 理論的看法，此處的病徵是個體在面對極具威脅感的創傷事件後，為了盡力求生存而引發的適應策略，這樣的策略是在當下所能運用的存活方式。同樣的創傷事件，在不同個體身上所引發的強度及影響層面各自不同，端視個體的經驗和認知解釋角度而定（洪素珍、楊大和、黃燕珠譯，民 91；楊美婷，民 92）。

以 CSDT 理論的觀點觀之，創傷事件對個體所產生的影響包括五個層面：1.個體用來瞭解自己與世界的參考架構；2.個體用來面對自己與他人的自體能力（Ego Ability）；3.自我資源——個體以成熟的方式來滿足心理需要的能力；4.心理需要與相關認知基模——安全、控制、信任、自尊與親密等五種基本心理需要，以及針對此五種需求而滋生的信仰和期望；5.記憶系統——感覺經驗的記憶（洪素珍、楊大和、黃燕珠譯，民 91）。創傷經驗會對個體的這五大層面均有所影響，因此，若目睹暴力被兒童視為創傷經驗，則其對兒童的影響將是全面性的。

家庭內的暴力常是長期而又不定時的，會對目睹婚暴兒童的安全感、信任等心理需求造成直接的威脅，除導致其產生無助感、挫折感和其他生理反應外，他們還可能使用否認、抑制、解離、自我麻痺、認同攻擊者和攻擊自己等因應機轉，來協助自己度過此壓力（Arroyo & Eth, 1995；沈慶鴻，民 86；陳怡如，p.11，民 92）。即使兒童脫離了暴力環境，這些發展出來的因應機制仍會繼續沿用到新生活之中。

（三）依附理論（Attachment Theory）

根據 Bowlby 的觀點（1980, 1984），依附理論架構強調人類如何與重要他人（最初是母親）形成連結關係的重要性。假若個人心理需求能獲致滿足的話，此種依附可以是強而有力又健康的；假若心理需求未獲滿足，則個體會充滿矛盾或焦慮。類似此種個案所產生的連結，有時被稱做焦慮性依附（Anxious Attachment, James, 1994）。假若兒童在施虐的照顧者撫養下成長，他們會形成所謂的創傷性連結（Trauma Bonds, James, 1994）。在婚姻暴力的脈絡下，假若個體有不安全及矛盾的依附問題時，他們也許特別會感覺到被拋棄、缺乏親密關係、受到傷害的傾向。根據此種觀點，虐待行為能夠用來維繫一種「安全的」情感距離（Carden, 1994，彭淑華譯，民 89）。

同時，個人早期與重要他人的關係，隨著其認知的逐步發展，將形成他對世界、對重要他人與自己的內在運作模式，包括了個人對他人是否能回應自己所需要的支持與保護，以及自己是否能獲得他人有助益的回應之判斷；易言之，此模式將成為個體日後與他人互動的基礎。而早年被剝奪的經驗會引起兒時的憤怒、攻擊、焦慮與緊張反應，此種反應將阻礙其與他人建立信任關係的能力（Zeanah & Zeanah, 1989；吳秋月，民 87；陳怡如論文，p.12，民 92）。

Delozier（1982）發現，許多經驗過婚姻暴力的男性，在可能遭到父母拋棄與傷害



的威脅下，父母無效的照顧者角色與個人在親密關係中的焦慮型依附、憤怒情緒是相關的。兒童長期暴露於婚姻暴力的情境中，由於負向的親子互動，以致其無法從承擔極度壓力的母親身上獲得適當的照顧及安全感，疲於給予母親情緒支持，或者被衝突中的父母施壓，要求孩子與他站在同一陣線，兒童將會有許多負向情緒被喚起，並常會感到不安（引自沈慶鴻，民 86）。而此不安全的依附關係，將會導致其問題行為的發生（陳怡如，民 92）。

(四)家庭系統

Virginia Satir (1988) 認為，家庭有四種可改變的特質，使得家庭能夠遠離困擾：1. 家庭規則；2. 家庭溝通型態；3. 個別成員的自尊受到尊重的程度；4. 經由朋友網絡、工作、教堂及鄰里等管道與較大社區所建立的連結。根據 Satir 的分析，失去功能的家庭往往有嚴謹的規則，溝通型態不清楚也不誠實，家庭成員的自尊不受尊重，家庭與社區的連結力也偏薄弱。薄弱的社會連結力經常被視為家庭虐待的特徵之一，嚴謹而獨裁的家庭權力系統則是另一項特徵（彭淑華譯，民 89）。

系統理論強調的是個人與環境脈絡的整體性。夫妻系統、親子系統、手足系統等家庭系統內的次系統，常常是環環相扣且相互影響的，並且以正向回饋與負向回饋來維持動態均衡，所以，單一家庭成員的功能反映出整個家庭系統互動、互賴的過程。對暴力家庭來說，家庭暴力即是透過次系統的負向回饋而持續發展。Kerr 與 Bowen (1988) 對兒童如何捲入父母之間的問題有詳盡的說明；他們認為，父母子三角關係在家庭裡很常見，當夫妻陷入衝突或發生婚姻暴力時，夫妻兩人處在高壓力的情緒系統裡，常會招募第三者（也就是孩子）進入這個系統，以便減緩緊張與焦慮，恢復功能的穩定。孩子捲入父母衝突關係的方式可細分為三種情形：1. 跨世代聯盟：將目睹兒童當成慰藉者，或是夫妻彼此競爭、爭奪兒童的同盟關係；2. 兒童成為代罪羔羊，認為兒童的問題是家庭問題的來源；3. 親職化：由於父母一方長期處於壓力與沮喪之下，兒童轉而扮演失功能父母應有的角色（陳怡如，民 92）。

Bowen 也以自我分化來說明婚姻暴力父母對兒童的影響。Bowen 認為，分化有三種意涵，包括：1. 個體與家人黏著的程度；2. 個體自我的情感功能和理智功能之融合程度；以及 3. 個體自我的成熟度。分化程度較低，個體與家人的黏著程度高、情感與理智功能融合程度低、自我成熟度低；相形之下，這個家庭較不健全。而在一個充滿暴力的家庭裡，兒童的分化程度通常較低。當分化程度越低時，不僅自我的成熟度更低，更加容易產生衝突與焦慮，而且家庭的連結性也就越強，對其他家人的影響也就越大，家庭成員之間因而就更容易形成緊張與不穩定的關係（張錦麗，民 91）。

倘若家庭成員在發展自我分化時遭遇到家庭中一定程度的威脅，尤其當這個威脅是來自於父母時，則此成員的自我分化將會受到阻礙，甚至喪失自我分化的功能。所以，當子女對父母越是忠心時，就越容易將父母所宣示的家庭規則奉為圭臬（王行，民 91；吳秋月、吳麗娟，民 88）。不過，自我分化有困難的成員也可能發展出情緒割斷的模式——當父母的婚姻暴力長期存在時，子女不知該如何去化解，就可能發展出情緒割斷的狀態，以擺脫父母婚姻暴力之牽制；當子女想要對父母表達關心，但是面對父母婚姻暴力的狀態而感到無力時，他也可能傾向採用情緒割斷的方式，來切斷其對家庭的依戀。

這樣的情緒割斷不僅會在子女身上發展，也可能成爲父母面對無法解決的家庭困境之因應方法。所以，當家庭成員之間存有情緒割斷的狀態時，即便家人朝夕相處，其間的情感卻是完全隔離的（王行，民 90；趙家玉、鄭玉英譯，民 86；楊美婷，民 92）。

（五）心理社會發展理論

就 Erikson（1968）自我發展的階段觀點而論，兒童（從 0 歲到 12 歲）處於前四個階段。由於個人身心發展特徵以及社會文化的要求互不相同之故，兒童在每個階段裡都有其獨特的發展任務，面臨此階段特有的發展危機（Crises）。每個階段的發展危機在本質上都是社會性的，對於未來下一個階段的發展會產生實際的影響。如果上一個階段的發展危機得到積極的適應與解決，個體的行爲表現能夠適應社會環境的要求，則危機化爲生機，反而促進個體的成長，而能順利發展到下一個階段；反之，危機未能解除，個體將會遭遇到適應困難，並進而阻礙兒童往後各個階段的發展。對於目睹婚姻暴力兒童來說，照顧者（父母）不一致的態度，會讓兒童學習到世界是一個充滿危險的地方，而他人則是不可信任的。此時，兒童經驗到不安全感，缺乏正向的父母親角色模範，在母親遭受身體虐待時還經驗到無助感，並且內化這種恐懼，這將導致兒童退縮、內疚、自卑，或者讓他懷疑自身的能力（蘇建文等著，民 80）。

（六）生態理論（環境與情境之衡鑑）

家庭暴力研究領域中存在著一股緊張情勢，一方面嘗試瞭解並研究特定的受虐現象，例如兒童性虐待或配偶虐待，另一方面又出現新的趨勢，認爲需要較爲整合的取向來提升吾人對家庭暴力議題的理解。當某些研究者持續將焦點鎖定在較狹窄的部分時，愈來愈多研究者開始採用更整合的方式，來瞭解家庭虐待中的各種互動關係。這些人開始嘗試從不同視角來瞭解家庭暴力的取向，因而被部分研究者稱做生態模式（Ecological Models）。這個取向強調，人類行爲是在社會環境或生態中所產生的，這些社會環境或生態包括家庭、鄰里、學校、社區及社會等（彭淑華譯，民 89）。因之，個人、家庭、社區及社會之間的互動關係，對於家庭虐待均扮演了很重要的角色。

Belsky（1980）的生態模型是以 Bronfenbrenner（1977, 1979）及 Tinbergen（1951）的早期作品爲藍本，將之組合成一個包括鉅視層面（Macrosystem Level）、外在層面（Exosystem Level）、微視層面（Microsystem Level）及個人層面（Ontogenic Level）在內的多元層面系統（彭淑華譯，民 89）。

1. 鉅視層面：

指的是社會文化與社會價值層面。就社會文化層面而言，由於傳統性別角色與文化規範之故，男性被視爲家庭的主控者與支配者，而女性則必須是順從、依賴與被動的。男性的陽剛與控制者形象，使他們被允許可以用暴力來解決問題，這包含了其與配偶之間發生的家庭問題。此外，由於社會與家庭結構的不平等，男性與女性的權力相差懸殊，妻子被視爲是隸屬於丈夫的，這使得丈夫對妻子的暴力相向成爲合理的管教與控制方式。而文化傳統對「家庭隱私」相當尊重，「家和萬事興」的觀念又普遍流傳，以致社會通常「選擇性地忽視」婚姻暴力存在的事實（王麗容，民 84；黃富源，民 84；張錦麗，p.138，民 91）。

2. 外在層面：



外在層面指的是個人在家庭以外的生活場域，如工作場所、社區互動系統及外在支持系統等（魏英珠，1995）。許多文獻指出，社會人際關係的孤立與婚姻暴力的產生、持續有所相關（Rynerson & Fishel, 1993；洪文惠，民 84；王麗容，民 84）；Nielsen, Endo, & Ellington（1992）的研究更進而證實，孤立會導致暴力的發生，而婚姻暴力亦會使孤立的情況更加嚴重。當家庭被孤立時，社會的控制力與資源介入家庭的能力將減弱，所以，家庭一旦發生了暴力事件，外界的支持系統也無法進入。而且，施虐者爲了避免外界對暴力的獲悉與介入，並鞏固自己對家庭的權力控制，會禁止受虐者與外界聯繫，如此一來，將使受虐者及兒童更加弱勢。因此，家庭是否有足夠的支持系統，是否與外界有足夠的聯繫，都會影響到婚姻暴力的發生，以及事後兒童所能得到的援助（周月清，民 86；張錦麗，p.138，民 91）。

3. 微視層面：

在微視層面，家庭成員間的溝通方式、互動模式、權力結構等，都被認爲與婚姻暴力的發生有關（魏英珠，民 84）。這些源於家庭的因素可分成三個部分（黃富源，民 89）：

(1) 家庭教養不當：許多研究顯示，暴力家庭會養育出暴力小孩，個體在兒童時期所經歷的父母親暴力行爲或兒童虐待，與其長大後婚姻暴力的發生與容忍有關（Rynerson & Fishel, 1993; Wilson, Cameron, Jaffe, & Wolfe, 1989; Andrew, 1994）。

(2) 家庭結構的缺陷：例如破碎的家庭，使父母親一方的角色無法發揮應有的功能。

(3) 病理家庭：失序、有所衝突或壓力無法適當解除的家庭。

4. 個人層面：

個體因素即個人的發展經驗，以及個體在環境中所交互出來的反應；個體在家庭與社會環境中接觸到許多想法與行爲模式，並從中擷取與學習，再形成個人特質的一部分（轉引自張錦麗，p.138-139，民 91）。

藉由生態理論，我們可以瞭解目睹家庭暴力對兒童所造成的影響。在鉅視層面上，兒童可能內化了其在家庭中所目睹的解決問題手段，學到性別角色的區分及權力控制的規則；在外在層面上，兒童可能經驗到求助的困難與無奈，以及家庭的孤立感（「我的家和別人不一樣」）乃至個人的孤立感（「我和別人不一樣」）；在微視層面上，父母的管教方式可能受到婚暴的影響而失當，一直無法解決家中暴力問題的壓力，也可能扭曲了兒童在情緒、認知、行爲及人際關係層面上的發展。而上述鉅視層面、外在層面及微視層面的交互作用，均會形塑生活於家庭中的目睹兒童。易言之，從預防及處遇的觀點而言，這四大層面均是可以介入的方向（張錦麗，民 91）。

從社會學習理論、創傷理論、依附理論及心理社會發展理論來看，均可發現，目睹婚姻暴力可能對兒童期及成人後的個體造成社會與心理功能的傷害，使個體的世界觀、自我內在能力、自我形象、行爲模式、親密關係受到扭曲。然而，目睹婚姻暴力不是兒童自己的問題，故不應只著重於此傷害對兒童的影響，而應更積極地介入暴力的源頭，以及兒童所處的小環境（例如家庭與學校）及大環境（例如社區的正式及非正式支持網絡）。因此，生態理論及三級預防概念將是本研究所著重的焦點。

三、目睹婚姻暴力對兒童的影響

(一)發展中兒童的影響

嬰幼兒一旦置身於父母親的婚姻暴力中，便可能開始面臨發展過程上的難題。嬰幼兒和母親有著基本的依附關係需求，在婚姻暴力的影響下，其在日常生活中的飲食、睡眠都可能受到干擾。處於暴力恐懼之下的母親，亦可能無法有效處理照顧幼兒所帶來的巨大壓力，而敏感的幼兒也將意識到母親的焦慮、距離感，以及母親無法滿足其基本生活需求的事實（Wolfe & Korsch, 1994）。Jaffe et al. (1990) 亦發現，接受安置的受暴母親的幼兒們通常呈現出較差的健康狀況，例如體重及飲食問題、睡眠困擾、無預警的大叫等照料困難之狀況，在在都可以證明，婚姻暴力對於嬰幼兒的發展影響非常巨大。

除了一般發展外，目睹婚暴兒童開始進入學校（含幼兒教育）後，影響也將持續下去，他們在情緒、行為、人際關係及認知態度上均容易發生困難。以下研究者將詳述之。

1.情緒與行為上之狀況：

從研究中發現，較幼小的目睹婚姻暴力兒童，常出現無預警的大叫、攻擊行為、隱藏自己、發抖、口吃、退化行為或身心症（Hughes, 1988; Fantuzzo, et al., 1991; Lemmey, 2001）。當母親遭受情緒或身體上之暴力時，兒童所需之安全感與穩定性會受到極大的威脅。他們不斷生活在恐懼中，等待下一次目睹暴力的來臨；他們雖然覺得家是不安全的，卻無力尋找另外的出路。

當兒童再年長一些，他們將面臨到底要不要針對家中暴力狀況向老師之類的外人求助的矛盾。他們可能希望，外人知道事實後可以拯救他們的家庭；但他們也同時學習到，家中的暴力事件是個秘密，是令人羞愧的（Wolfe, 1990; Edleson, 1999），因此將陷入矛盾情緒之中。他們的羞愧感可能影響到其自尊與自信。此外，兒童亦可能有罪惡感，覺得家中會發生暴力事件是自己的錯，是自己不夠好所造成的（例如「如果我乖一點，爸爸就不會打媽媽了」）；或是自己沒有能力，所以無法保護受暴的一方，這些罪惡感與無力感將波及兒童的自我形象與自信。更有甚者，某些兒童還可能因為長期目睹暴力而產生創傷後壓力徵候群（Kaplan et al., 1993; Graham-Bermann & Levendosky, 1998; Fisher, 1999）。

當採用兒童行為指標（Child Behavior Checklist, Achenbach & Edelbrock, 1983）作為測量工具時，研究者發現，目睹暴力兒童呈現較多的攻擊性行為及反社會行為，並有較多的退縮與害怕行為（Fantuzzo et al., 1991; Hughes, 1988; Hughes et al., 1989）。一些研究者（Hughes, 1988; Maker et al., 1998; Sternberg et al., 1993）也發現，目睹暴力兒童呈現出較嚴重的焦慮、憂鬱、創傷症狀、情緒困擾及較低的社會能力。然而，亦有少數的研究（Mathias et al., 1995; Spaccarelli et al., 1994）指出，目睹暴力兒童和其他兒童在行為問題上並沒有差異。之所以會有這種結論上的落差，可能是因為後者所使用的兒童行為指標評量工具過度簡化，無法呈現出目睹暴力兒童所特有之傷害（Edleson, 1999）。因此，發展一份可以測量目睹暴力對兒童的影響之評量工具是必要的。

2.人際關係之影響：

一些研究指出，目睹婚姻暴力也對兒童的人際關係、社會技巧與社會適應造成影響（Wolfe & Korsch, 1994; Lemmey, 2001; Song et al., 1998; Fisher, 1999）。兒童可能因為其情緒狀態（例如缺乏安全感、恐懼、憂慮），無法和其他人建立穩定的關係，導致其在



人際關係上的疏離。他們也可能因自卑以及守護家中秘密的需求，而不願與他人建立親密關係。

而在兒童與施暴者的關係上，他們可能在受害雙親的一方與配偶分離後，不願再與施暴者維持任何關係，或在施暴者訪視時感到恐懼及逃避（Lemmey, 2001）。不過，在兒童與受害雙親一方的關係上，則可能產生不尊敬、易對其發怒或不聽其管教等情形（Lemmey, 2001）。

3. 認知態度上的影響：

一些研究著重於探討認知發展與目睹暴力的關係。Mathias, et al. (1995) 發現，目睹暴力兒童在學業成績上和一般兒童並無差異，但在認知發展上的差異卻是顯著的（Rossmas, 1998）。Jaffe et al. (1995) 的研究則發現，在目睹暴力兒童的發展過程中，其解決衝突的態度和使用暴力之間是相關的。Spaccarellet al. (1995) 的研究亦有類似的發現，此研究是以 213 位暴力型犯罪青少年為樣本，發現和未目睹暴力者相較之下，曾在家中目睹暴力之青少年，更容易相信「攻擊性行為的使用可以增進個人的自我形象及名聲」（p.173）。此研究亦可從樣本的這種信念中去預測其暴力行為。

Carlson (1991) 的研究則發現，在家中目睹暴力的男孩與女孩，因著其性別的差異而造成不同的影響，男孩比女孩更可能使用暴力作為解決衝突的手段。國內學者亦有類似的發現（趙子玲，民 87；曾慶玲，民 87）。

(二) 目睹婚姻暴力對青少年/女及成人期之影響

青少年時期的重要發展任務包括：學習發展家庭外的親密關係，學習扮演性別角色，練習溝通方式。就某些青少年而言，他們可能開始在親密關係中呈現出暴力傾向；而就青少年而言，她們可能開始在親密關係中接受異性以恐嚇或暴力掌控她們的作法（Gardner, 1996; Burman & Allen-Mearse, 1994; Wolf, 1994）。

就青少年而言，他們較容易出現違規行為或逃家，在課業上落後或需要特殊教育的協助。但就青少年而言，她們反而會想承擔更多的責任，例如照顧弟妹及父母，協助維繫家中的和諧與安全；她們常為了保護弟妹及支持受暴的家人，認為自己不能逃離家庭。這些責任感對於青少年而言是非常沈重的，將來亦可能將這種角色扮演帶入自己的成人關係中（Wolf, 1994）。

由於長期目睹暴力，暴力已變成家中日常生活的一部分；就青春孩子來說，他們更加學會如何保密，且會合理化暴力的存在，因此他們比一般青少年更容易用暴力、發怒來解決問題或指責他人，並呈現出咬指甲、拉頭髮及身心症等高度焦慮的行為表現（Margolin & Gordis, 2000; Wolf, 1994）。而比較令人心痛的是，青少年/女在目睹暴力的過程中，如果是向施暴者（通常為父親）認同，則傾向在父親施暴的過程中，直接或間接地參與施暴者對受害者（通常為母親）的暴力相向（Strauset al., 1980; Jeffe et al., 1990）。

許多研究均指出，目睹暴力不止對兒童造成及時性的創傷，兒童長大後其影響力仍持續下去。長期影響可分為三類：第一類是情緒性的傷害，例如憂鬱、創傷性症狀及低自尊，這些傷害會發生在男性及女性身上（Silvern et al., 1995; Turner & Bennett, 1996）。第二類是對成人以後的親密關係之影響。Widom (1989) 發現，暴力家庭的兒童受害者很容易在他們成人後的親密關係中使用暴力，或成為過度忍受暴力的角色。第三類是童

年期的創傷和暴力、犯罪行爲之間的關連。雖然研究尚未就目睹暴力與成人後犯罪行爲的關連性找到直接證據，但是，有暴力傾向的青少年和其他青少年相較之下，的確有更多目睹家庭暴力及身體受虐的經驗。因此，目睹成人在家中施暴及身體受虐，的確和青少年的使用暴力有顯著的相關性（Rivera & Windom, 1990; Spaccarelli et al., 1995）。

（三）目睹婚暴兒童之創傷在性別上之差異

兒童對於長期目睹婚姻暴力所帶來的創傷之反應，從國小起開始呈現出因性別不同而有所差異的現象（Wolfe, 1994）。男童傾向做出較多的違規行爲，對人及物體展現攻擊行爲，脾氣不穩定而難以管理，還有較多的干擾行爲，這些外向性問題行爲通常均可很明顯地被注意到（Rosenbaum & O'Leary, 1981; 曾慶玲, 1998; Wolfe et al. 1985; Wolfe, 1994）。男童傾向於內化問題，例如呈現較多的哭泣、憂鬱、人際疏離及身心症狀，這些均是壓力及情緒上的傷害。整體而言，男童的社會適應力是較差的（江睿霞, 1993; Wolf, 1994）。

至於女童則呈現出退縮、被動、依賴行爲及身心症狀，到了青少年階段則不易信任男性，並對婚姻抱持負面看法（Lemmey, 2001; Wolfe, 1994; Hughes, 1986）。她們開始約會時，則比其他女性更易成爲身體暴力的受害者，因爲暴力行爲往往被她們曲解爲愛的表現（Lemmey, 2001）。雖然女孩呈現較佳的社會適應狀況（Jaffe, 1986; 江睿霞, 1993; Wolfe, 1994），但這樣的結論可能是因爲研究資料不足所致。目睹婚暴兒童的創傷有其性別差異，可能需要蒐集、分析更多的臨床研究資料，才能有進一步的結論。除了性別差異外，我們還得留意，就如同其他重大心理創傷研究需要考慮到個別性一樣，並不是所有目睹婚姻暴力兒童所呈現的症狀都如出一轍，也不是每一位目睹婚暴兒童都一定會有文獻所發現的這些創傷。這是個新興的研究領域，更多其他影響可能尚未被發現，需要更多實證研究來協助專業人員理解現象背後的意義。

四、父權與母權的角色對目睹婚姻暴力兒童的影響

（一）父權的角色

Williams (et al., 2002) 建議，在研究施暴男性在其子女生活中所扮演的角色時，必須檢驗父權、婦女安全與終結男性暴力之間的重要關係。我們必須注意安全第一，同時必須對幾個主要的問題作探討。

1. 預測哪些男性會持續對女性及其子女做出暴力行爲：通常如果一名男子虐待伴侶的話，他也很可能虐待自己的孩子；虐待伴侶的男性中，有 50% 會虐待自己的孩子。

McMahon 和 Pence 在 1993 年提到，當法庭必須在受虐婦女的安全和父親接近孩子的權利中做選擇時，父親多半會贏得接近孩子的權利。因此，我們必須確定，當法庭作出這樣的判決時，是否有足夠的證據顯示父親的行爲已有所改變。

2. 考量社經地位和種族的不同：一般來說，社會地位較高的人有較多的資源可以應用在法庭或其他系統中，去呈現婚姻的爭執；這種類型的男性通常會對要求安全及穩定的受虐婦女進行騷擾。就家境貧窮的人而言，他們沒有這樣的資源，只能依靠一般的系統。

3. 解決探視的問題：一般而言，當家庭已經沒有虐待的問題存在時，就必須考慮到



探視的問題了。這個問題是重要的，因為讓父親和孩子之間有規律的互動是必須而且有意義的。在父親行使探視孩子的權利之前，必須檢驗至少三種情況：第一是父親曾經有過暴力行爲，而母親相信她有被虐待危害的可能；第二是父親曾經有過暴力行爲，但母親相信自己遭受暴力危害的可能性極小；第三是父親不曾有過暴力行爲，而母親也認爲自己安全無慮。

4.和已經改掉虐待行爲的男性相處：當他們改掉了過去的虐待行爲模式時，可以確定的是，這對於他們和未來的伴侶或者和孩子的關係都有重要的影響。

5.了解受虐婦女的選擇：所有的受虐婦女都希望自己及孩子是安全無慮的，而連續的酷刑造成許多婦女想盡辦法逃離其施暴者。多數的受虐婦女並不願意和這些使他們痛苦的人建立新的關係，但有時候法庭賦予施暴父親共同監護的權利，讓受虐婦女進退維谷。

6.對已成年的孩子進行訪談：對已成年的孩子而言，母親受到暴力虐待的經歷對他們的成長有深刻且長期的影響，甚至影響到他們與雙親、自己的伴侶及小孩的關係（Williams et al., 2002）。

7.家庭暴力的辯護者和父親的支持者必須建立起結盟關係：這個結盟除了告知社會福利政策外，更重要的是提供更多這個家庭所需的綜合性服務。這個任務是令人怯步而困難的，也會引發更多的討論。針對這個部份有以下三點建議（Williams et al., 2002）：

(1)當我們鼓勵男性成爲主動的家長時，我們必須了解，男性對女性犯下暴力行爲的比例是較高也較頻繁的，反之亦然。

(2)我們保持對暴力的警覺，但並不是在暗示所有的男性都有施暴的傾向；大多數父親不會對家中任何一個人做出暴力行爲，而有些父親則是過去曾經有過暴力行爲，但以後不會再犯。所以，這樣的警覺性並不是對所有男性和父親的指控。

(3)父權主義研究者指出，父親不該被母親及其期待所孤立。母親通常會對父親接近孩子的要求做出斡旋，父母親之間的問題通常會對父親和孩子的關係造成影響，而父母親之間的關係則被視爲兩人能否合宜地共同監護子女的要素（Williams et al., 2002）。

8.無虐待的關係將會增加伴侶及親子間和睦關係的可能性：對父母雙方的支持者而言，焦點可放在如何建構父母親的良好關係，如何給予孩童最大的利益。相信大家都會同意，就子女養育來看，不對伴侶做出虐待行爲是好的特質。如此一來，他們即可設法使過去有暴力行爲的男性，從此不再對孩子及伴侶的生活帶來威脅和危害（Williams et al., 2002）。

(二)因婚暴而瓦解的母權（Bancroft & Silverman, 2002）

通常，施虐者因著施虐行爲本身所帶來的影響或其他行爲（Additional Behavior），而明確地直接造成母親親權的瓦解。

1.施虐行爲造成母親親權的自然瓦解：

施虐行爲本身造成母親教養權的瓦解。施虐者的行爲在態度及行爲模式上對兒童所造成的影響，遠超過社會的價值觀（Social Surrounding），而此種模式特別教導兒童對母親產生負面及不尊重的觀感；例如，施虐者的暴力及恐嚇行爲向兒童傳遞不需尊重母親的訊息。在施虐行爲發生時，兒童可能察覺到母親的恐懼和無力感，發現母親嘗試保護

自己卻總是徒勞無功的，甚至可能會注意到母親愈是反抗，其所受到的傷害就愈大的事實。在暴力事件結束後，兒童明顯地察覺到母親的震驚、沮喪和退縮，並且認知到母親是被踐踏、壓迫的。在以上種種因素的影響下，兒童對母親的觀感會因著虐待行為而改變（Pickeving et al., 1993）。

暴力事件大多伴隨著言語暴力，而後者通常對母親在兒童心中的印象影響甚鉅。在施暴事件中，對受害者下流的用詞、謾罵和責怪，使得目睹受害者受虐的兒童會輕視和否定母親（Hughes & Marshall, 1995）；施虐者甚至威脅受虐者，如果她不聽從其命令，將會有更進一步的傷害。這種伴隨著言語暴力的施虐模式可能傳達給兒童的訊息是：因為母親的愚蠢、自私及未能服從施虐者的指示，才造成暴力事件的發生。在絕大多數暴力事件中，施暴者不會受到處罰；在少數報警的事件裡，施暴者也未必受到應有的懲罰。這個結果更使得兒童認為，施虐者是握有權力的，他是站在正義這一方的。學校或社會服務機構有時出於好意，過度保護兒童，而造成其忠誠度的衝突。此外，父母間的暴力行為可能導致兒童混淆加害者的責任，轉而責怪自己或母親。然而，大部分的家庭暴力事件並未被警方或學校舉發，於是，兒童獨自經歷家庭暴力所造成的影響。兒童可能發現，父母在家庭暴力事件後會避談此事，以致兒童更深深認定家中曾經發生的事件是可恥的，是不能說的秘密。兒童雖然可能對父親的暴力行為感到可恥，但大部分時候，他們會因為母親的退縮，或者因為他們相信母親的行為是造成暴力事件的原因，而感到羞恥。暴力事件發生時，母親可能用不同的方式阻止丈夫施暴但未果，兒童目睹後可能認為母親是沒有能力的。

在暴力事件發生後數日內，兒童與父母的互動方式，會對兒童對暴力事件的看法造成更深遠的影響。在這段時間內，受虐的母親很可能有震驚、憤怒和恐懼等複雜的情緒，面對著惡夢、影像閃現、憂鬱或其他遭受創傷後的症狀，並在其中掙扎。因此，兒童可能感受到母親變得冷漠、退縮、焦慮、沒耐性和易怒。這種情境或者其他與母親互動的困難之處，都會加深兒童腦海中「母親是造成暴力事件的禍首」的初始印象，並且認可施虐者的觀點，認同母親是瘋狂或不適任的。相反的，施虐者可能會努力取得兒童的信任，並且積極地關心兒童；施虐者可能與兒童開玩笑，陪他們玩耍，買東西給他們，帶他們出去玩。

許多施虐者可以與兒童一同遊戲，但母親在受虐和言語暴力的影響下可能無法做到相同的事情（Waller, 1977）；因此，兒童把施虐者視為有趣的父親之情形並不少見。他們還會責怪母親造成父母間的衝突，甚至責怪是母親暴力事件肇始的禍首（Jaffe, Wolfe & Wilson, 1990）。

我們應從不同的角度來探討母親親權的瓦解，包括：(1)暴力事件本身；(2)言語暴力和施暴者在暴力事件前後的抱怨；(3)事件發生後的動力狀態及其所產生的影響。這些因素都會造成兒童逐漸學習（擷取）施虐者對其母親的觀點，甚至沿用施虐者的字眼來形容她。這些對受虐母親的形容字眼特別會影響到青少年；我們發現，即使兒童扮演的是站在母親這邊的角色，這也可能是因為兒童認為母親是沒有能力或不成熟的，所以想要保護她。

2.施虐者故意瓦解母親的親權：



大部分的案主認為，在施虐行為造成親權瓦解的過程中，施虐者通常採用一些特意的策略（別有用心的企圖），來贏得兒童的信任，並控制他們的認知。相較於非施暴家庭，施暴家庭中的長期性破壞來得較為普遍。有些施虐者以控制子女教養權作為其掌控權的一部分，並可能因為配偶干涉、質問其管教及處罰方式而發作。再者，筆者發現，受虐者的小孩自然而然會同情母親，而案主也發現其與子女的親密關係可成為有用的社會資源與支持力量，長期下來就可能幫助她們脫離施虐者。因此，施虐者可能進一步轉移兒童對母親的依賴，並且對配偶做出負面的評論，再以此做為藉口，企圖使母親對子女成長的影響減至最低程度。

Bancroft & Silverman (2002) 發現，即將或已經進入青春期的少年，因為正在學習與異性相處之道，所以特別容易受到施虐者的影響。少年如若對母親做出不當行為，可能會得到父親的獎勵，因此，即使施虐者並無此意圖，但少年可能被訓練去做出虐待女性的行為。在此影響之下，他們可能模仿施虐者去虐待母親 (Johnston & Canbell, 1993)，事實上，目睹暴力的男孩攻擊母親的案例，要比其他孩童高出二倍 (Carlson, 1990)。Bancroft & Silverman (2002) 在青少年案例中發現，他們在經驗到此種超越母親權力的過程中得到快感，但同時也有罪惡感。有時，他們為了要減輕此種認知上的不協調，會進一步貶低母親的形象，或為個人對母親的暴力行為找其他藉口，甚至可能開始採用與施暴者的思維和施虐模式如出一轍的方式，來對待其母親。施虐者向兒童描繪母親的方式包括：母親有酒癮、毒癮或外遇；母親並不愛他們，他們是意外受孕生下的，母親其實並不要他們；母親很懶惰，把困難的工作都推給施虐者。

施虐者在兒童面前嘲笑、辱罵、咒罵、羞辱或取笑配偶，在衝突發生時對子女特別地好，這些行為成為兒童的範例。於是，受虐婦女發現，兒童有許多粗魯和不合作的行為；兒童可能聽到施虐者直接指責她是不好或無能的母親，這更增加母親教育子女的難度。施虐行為本身對親權自然會造成影響，另外通常還伴隨著施虐者的蓄意破壞，以致母親在家庭中的角色變得一無是處。家人一同外出時，施虐者可以適當控制兒童的行為，但母親卻無法做到 (Bancroft & Silverman, 2002)。再者，母親可能害怕自己會採用和施虐者相同的管教模式，甚至對兒童施虐，以致母親反而不敢表現出適當的管教親權。因為子女問題而發生的暴力事件，更使得母親的親權及其在子女教育議題上發表意見的能力受到破壞。當母親嘗試保護子女，避免子女被施虐者虐待時，她可能讓自己再次陷入受虐的危機中；當母親想要約束兒童的行為時，施虐者可能以威嚇的方式來制止她 (Bancroft & Silverman, 2002)。

3. 夫妻分離後施虐者對母親親權的破壞：

分居或離婚開啓了父親破壞母親親權的新階段。在夫妻分手後，施虐者通常有報復的心態，干涉母親管教子女就是其中的重要手段。再者，在某些案例中，施虐者希望向妻子和外人證明自己是心理健康的，並且凸顯許多和妻子、孩子相處上的困難（雖然大部分是施虐者個人造成的），藉以證明她是無能、不穩定或需要他的幫助的。有些施虐者透過訴訟極力爭取子女撫養權，以增強其身為人父的地位，並且削弱母親的權利。在分離後破壞模式中 (Post Separation Undermining Tactics)，最常見者是營造寬鬆或完全不加約束的家庭環境，在孩子由施虐者照顧期間，父親可能任由孩子吃垃圾食物，允許

他們晚睡晚起、看電影或打電動，忽略孩子應做的家庭作業（Bancroft & Silverman, 2002）。

父親與兒童相處時，可能做出使母親擔心的行爲，例如開車接送兒童時沒給他繫安全帶，帶兒童去靶場學習使用槍枝，或讓兒童觀看有恐怖、暴力或色情情節的電影。兒童一旦習慣此種生活模式，在返回母親家之後，會更加反抗母親所建立的生活常規；他們可能認爲，與母親同住時，他們的生活再次充滿了家庭作業、睡覺規範、家事和健康的飲食。如此一來，母親親權逐漸被侵犯，而兒童也會反覆/定期（Periodically）表示：「我不需要聽妳的，因爲爸爸說他會爭取我的撫養權，然後我會和他住在一起。」

當父親因離婚而在家中缺席時，過去施虐者對母親親權所造成的破壞變得更加明顯。Bancroft & Silverman（2002）發現，因爲如今沒有父親在家中管教子女，兒童可能覺得突然從施虐者的控制中被釋放出來，但許多受虐者在離婚後比之前施虐者在家時卻更容易受到兒童攻擊。因此，父親離婚而離開家庭雖然對兒童有正面的影響，但也會在管教子女不當行爲這件事情上對受虐母親造成困難。許多案件中，施虐者便以配偶無法教養孩童做爲理由，在法庭上爭取子女的撫養權。此種情形在兒童探視施虐者返家後更爲明顯，因爲他們再度與施虐者相處時必須壓抑衝動和感受，所以輪到母親照顧他們時，子女通常就變得難以控制（Walker & Edwall, 1987）。

或許是施虐者破壞母親親權所造成的影響，受虐婦女虐待子女的比例比非受虐婦女高出二倍；這即使不是受虐婦女虐待子女的主因，也會是原因的一部分。雖然和施虐者相較下，受虐婦女虐待子女的比例低很多（施虐者比一般人高出七倍），但 Bancroft & Silverman（2002）認爲，此項結果顯示受虐婦女需要得到協助，以重建其母親親權，並學習用非暴力模式來管教小孩。

綜合以上文獻資料所述，我們可清楚看到，目睹暴力對兒童及其成長過程所可能造成的傷害非常之大。爲減少其傷害，減輕社會未來處理長期影響之成本，在現階段臺灣的兒童保護工作中，分析現階段目睹婚姻暴力兒童處遇模式，整合專業網絡資源，以符合目睹婚暴兒童的需求，顯然是必要且迫切的。

第二節 三級預防與目睹婚姻暴力兒童

三級預防的概念主要強調的是預防勝於治療。個體之所以變得不健康或者陷入功能有所缺損的狀態，通常不是一朝一夕所造成的，心理功能方面的困擾尤其如此。既然這可能是漸漸形成的過程，等到功能已經破壞到某一程度再想要予以復原，相形之下就很困難，且將花費更高的社會成本及時間，再加上社會對心理疾患的誤解與污名化，在在均使得心理復原的困難度有增無減（Duffy & Wong, 2000）。反之，如果整個社會/社區在問題尚未形成之前，即採取預防措施，即可協助個體及社區不被問題所困擾。我們如若知道社區中哪些族群可能是遭受傷害的高危險群，藉著預防計畫的介入，就可以協助高危險群受到傷害的可能性及其嚴重程度降低。

一、初級預防（Primary Prevention）

初級預防的運作時間點是在問題尚未形成之前，其目的在於增進個體及社區的功



能，以抵抗有可能發生的創傷，此處所謂的功能包括身心健康及社會功能兩者。初級預防工作旨在協助個體及整體社區，故其方案設計應是以大族群為對象，在不適應或困擾狀況肇始之前來著力。Bloom（1996）認為，初級預防有六個方向：1.增加個體力量；2.減少個體的限制；3.增強社會支持系統；4.降低社會對個人造成的壓力；5.增加生理環境的資源；6.減少生理環境的壓力。

以婚姻暴力議題而言，不論是否曾有目睹之經驗，預防工作可以協助個人在認知及情緒上對暴力議題有所覺醒，在行動上對社會整體暴力文化有所解構；畢竟，家庭暴力只是社會暴力的一環，故目睹婚暴並非個人的私人議題，而係公共議題。因著這些認知，協助婚暴及目睹婚暴的課題才會被社會視為社會責任之一，從而為這些高風險家庭建立支援網，不去污名化這些家庭及兒童，而是從巨觀的角度來思考，如何減少社會壓力對家庭所造成的危害，並打造健康的物理及自然環境。

二、次級預防（Secondary Prevention）

次級預防的概念就是「早期發現早期治療」，也就是說，在困擾或問題形成的初期即開始介入協助的系統，因為是問題的初期，故個體及社區的功能尚未被破壞太深，其復原的可能性及所需花費的成本、時間均較少，因而其預防目標是在恢復其原有之功能。以目睹婚暴兒童為例，若學校老師或輔導老師定期進行相關的輔導活動課程，在課程當中，可以透過初級預防方案發現哪些小朋友需要特別的協助。雖然學童尚未形成嚴重的行為問題或情緒困擾，但及早給予協助，就可能使兒童的功能再度恢復，不致受到創傷經驗的干擾。

三、三級預防（Tertiary Prevention）

本階段中，問題往往已經對個體或社區造成極大的傷害，其處遇目標即是治療，以減緩傷害，防範其繼續擴大，因而，此類治療所需花費的時間、人力及經費常是龐大而長期的。例如，一些目睹婚暴兒童可能出現精神疾患徵狀，需要精神醫療單位長期協助。

第三節 目睹婚姻暴力兒童之處遇

一、兒童對父母暴力的概念化過程與處理策略

（一）兒童對父母暴力的概念化過程

早期對受虐婦女子女所做的研究，多半集中在暴力對孩子的負面影響。這是由於研究者相信，孩子會受到雙親間暴力行為的單向影響，而且孩子無法主動影響雙親間的暴力情形。這些波及孩子的負面結果影響力很大，以致雙親對孩子的養育關係以及雙親間關係對兒童的影響，都變成不受重視的議題。

最近，理論上的發展是使用更具交互作用的方式來進行研究（Eisikovits & Winstok, 2002）。以下幾個理論的假設受到部分學者所重視，並且以此做為發展理論的概念基礎：

1.孩子在父母親之間的暴力行為中並非被動接受影響的角色，而是同時影響這個事件、也受這個事件影響的。

2.雙親的預期設定了界線，也提供孩子對雙親間暴力行為內容的建構。

3.雙親的預期及行為所帶來的影響，會受到其他來自家庭之外因素的影響，包括支援的可取得性、有影響力的他人、朋友、孩子參與的其他團體等。

4.孩子所覺知到的真實是透過協調談判的過程來建構的，這包括感受、解釋造成家暴的原因、為一般事件賦予意義或是為暴力事件賦予特殊意義等。

基於這些假設，多向度概念方式的採用，讓我們得以研究孩子在有暴力困擾家庭裡的經驗。

Eisikouits 及 Winstok (2002) 以三個向度來解釋兒童概念化父母暴力的過程。第一個向度是研究孩子如何建構他自己的真實。孩子對雙親間暴力真實性的建構通常可以分為三個階段：

1.回憶（發生了什麼事情）：

通常在暴力行為發生後，家庭成員會就整個事件相互協調，然後去決定發生了什麼事情；這樣的協調主要目的在於對整個暴力行為取得一致性的意見。在這個過程中，雙親可能會提出對這個事件誇大、戲劇性或是彼此殊異的看法。兒童在真正經歷事件始末以及置身協調過程時，可以學到這些蒐集來的記憶是如何被建構出來的，同時學著去協調個人看待親身經歷和記憶事件之差異的角度。對兒童來說，他在這個過程裡是被動的觀察者角色。而在其他時機，兒童被迫參與或是成為事件的目擊者，進而對父母雙方的不同意見做確認；此時，兒童的意見可能會使雙親中的任一方感到失望，以致自己失去對方的愛。兒童在這個過程中，必須考量自己要承認、否認或是支持哪一方。其實際感知和建構的意義不斷相互影響，直到兩者之間達到了平衡的理解。

2.原因（為什麼會發生）：

第二個階段則是解釋為什麼會發生這個事件。造成暴力事件的原因近至加害者的心理和情緒狀況，遠至神秘不可解的信仰，這中間混合了認知和情感上的態度。在這個過程中，家庭成員對於暴力事件的發生原因不是感到滿意，就是需要在事實和解釋間做些調整。兒童可透過這個過程，學習對歸因做些調整。

3.意義（這代表了什麼）：

第三個階段則是孩子陳述這個事件在道德上所代表的涵義。這個部分讓孩子對整個事件的了解超越了原來的界線，使其了解整個事件及其他受到家庭文化影響的因素。

第二個向度是，雙親預期的界線和內容如何在孩子身上產生作用，而這些建構又如何因為雙親的預期而受到影響。父母親雙方的態度有可能是互補的，也有可能是相似的。在取得兩者之間的平衡時，如若一方選擇堅決地拒絕，則另一方也需要作出極端的反應，才能達成平衡。設若其中一方能夠做較為緩和的決定，則另一方就不需要去做出極端的反應了。

孩子對真實的建構和雙親期待兩者之間的關係，可以建構為四個平行的連續向度：

1.察覺（Awareness）：是指孩子願意去認定生活中發生的一般事件，或是特指父母間的暴力事件；其範圍的兩個端點分別是「完全否認雙親間的暴力情形」和「將暴力事件誇大化」，其中則有難以辨別의各種不同程度。

2.能力（Competence）：是指孩子對環境的控制和適應能力，包括身體、學業表現、



協調溝通及其他人際技能。能力範圍的概念化可低可高（前者如「我完全沒有希望」，後者如「我可以做任何我想做的事情」），同時也包含了一些對自己能力的錯誤感覺（例如「我是全世界的主宰者」）。

3.自我感知 (Self-Perception): 這一點包含了孩子的自我評價和他人對孩子的評價，範圍的兩個端點分別是「感覺到他人對自己的依賴」和「察覺到自己的缺點而必須依賴他人」，介於兩者之間的則為矛盾、孤獨的情緒。

4.世界觀 (Worldview): 世界觀反映出孩子對於世界是否可以預期的整體感覺，可預期性的連續範圍可由高分布到低。

根據這四個受到雙親期待所影響的平行連續向度概念，我們可將兒童區分為三種不同類別：無所不能者 (the Master)，無能者 (the Vanquished) 以及混亂者 (the Uprooted)。

「無所不能者」是指孩子是父母親衝突的一部分，亦即父母為了孩子而發生衝突。孩子的真實建構會出現趨於極端的現象，此現象的成因在於孩子是衝突的中心，以及父母親雙方都希望爭取孩子站在自己這一邊。這一點將使孩子發展出不切實際的能力及自我感知的情形，認為自己有控制個人及父母生活的能力，產生以自我為中心（「他人需要我」）的自我感知。我們可以預期這類孩子通常會有明顯的憤怒情緒。

「混亂者」則是指孩子並非父母親衝突的一部分，也就是說，父母親之間的衝突與孩子無關。在這樣的情況下，孩子並不確定他了解什麼、不了解什麼，他對事情的察覺是模糊不清的。衝突發生過後，孩子透過溝通協調的過程，了解家中有事情發生了，但孩子並沒有能力去找出真正發生的事情。這類孩子會出現類似憤怒、害怕及孤獨的混合情緒。

「無能者」是指孩子雖然也是父母親衝突的一部分，但不同於無所不能者的是，他們被父母親雙方拒絕，以致於孩子在身體及心理上對暴力行為的承擔難以忍受；因此，孩子的察覺能力會降低，也會產生依賴和尋求支持的自我感知，這樣的經驗還會造成不可預期、混亂的世界觀。這類孩子將會有憤怒、害怕、絕望等隱藏在內的情緒。

第三個向度是，家庭之外的因素如何調節孩子自己所建構的真實及雙親的預期。就雙親間的期待和孩子對經歷雙親間暴力衝突所做成的建構而言，重要的人士或組織扮演著居間協調的角色。這些來自家庭外的影響因素有可能強化雙親的期待，也有可能與雙親的期待有所衝突。

要了解整個概念架構同時使之有其功能，我們必須先了解，雙親和其他人的期待是以何種方式呈現給孩子。其原則是要了解孩子如何感受、理解這些期待，接著是了解孩子對真實所做的建構；需要強調的是，這些要素在文化和發展等層面上是結合為一的。以此架構來理解兒童對父母婚暴的詮釋，將是非常個別化的作法，故其所造成的影響亦是多樣性的。以預防性角度而言，家庭之外或之內的重要他人（非婚暴的雙方）是兒童的可能助力，而婚暴的雙方若能協助兒童針對婚暴發展較健全的詮釋，亦可減少孩子所受到的創傷。

(二)兒童對父母暴力的理解與處理策略

McGee (1997, 2000)、Silvern 及 Kaersvang (1989) 均指出，兒童目睹母親被暴力相向將使兒童受到創傷，國內文獻亦有相同的結論（沈慶鴻，2001；陳怡如，2003）。

而兒童又如何回應家中的暴力情況呢？以下分兩部分陳述：

1. 兒童可以意識到家中的氣氛：

從 McGee (2003) 的研究發現，即使很幼小的兒童也可以感受到家中的暴力氛圍；兒童可以感覺到家中的緊張氣氛，甚至使用壓力之類的字眼來形容家人互動的感覺。而從母親的訪談中亦發現，嬰幼兒也可感受到這股壓力，以致於他/她們在母親的照料下無法安穩下來。因此，不論是兒童或母親，整天都必須小心翼翼，不能做錯事，否則就會給施暴者發怒的藉口。而尿床、咬指甲等兒童目睹母親被施暴所產生的行為問題，亦可能因為離開暴力氛圍的環境而立刻有所改善。

2. 兒童處理目睹父母婚暴的策略：

兒童會使用生理性及心理性策略 (McGee, 2003; Groves, 2002) 來處理她的經驗。在生理性策略方面，他們會試圖以自己的身體去阻止施暴者對母親施暴，例如大聲吼叫，試圖推開暴力者，用自己的身體保護母親 (Hester & Radford, 1996)。有些兒童則希望暴力者看到自己在場，藉此減緩母親被打的嚴重性及可能性，所以，兒童可能故意半夜上廁所，讓暴力者知道自己醒來了。有的兒童則試圖向暴力者說明，「做錯事」的責任不在母親。也有的兒童開始向外求助，例如打電話給其他家人及警察。

較年長的兒童則可能在情緒上盡可能保持冷靜，來保護母親及較幼小的弟妹；他們可能在父母爭吵時，放音樂或開電視來蓋過爭吵的聲音，並試著安撫弟妹，讓他們安心。

兒童也會使用心理策略來調適自己，常用的方式是壓抑對暴力的感覺，來幫助自己感覺到安全 (Groves, 2002; McGee, 2003)。兒童一方面拒絕接受現實中所發生的暴力，但另一方面卻又要針對如何防範暴力發生提高警覺，例如不要做錯事等，因此，其情緒狀態往往是矛盾的。

兒童可以表達他們對家庭暴力的想法與感受，這也是重要的調適方式之一 (Graham-Bermann & Edleson, 2001)。有些兒童會和朋友、手足甚至寵物、玩偶談論他們所看到的事情，這些對象提供了安慰的功能。個別心理諮商或團體治療也提供了安全的空間，讓兒童表達想法及得到安慰。

兒童為了維持安全感所發展出的適應行為或世界觀，有些在表面上看起來是「有問題」的行為或不健康的想法，例如不想回家、逃家。然而，這些看似有問題的行為在維護兒童安全感上，確實有其重要的功能與角色 (McGee, 2003, p.106)。因此，協助者應該和兒童一起探索，這些行為和觀點對他/她們的意義為何。兒童因為害怕而發展出的生存模式，不只是來自過往目睹暴力的經驗，也反應著一個事實：雖然現在可以和施暴者分離，但不表示暴力本身或恐懼暴力的心理狀態已經消失 (McGee, 2003, p.106)。

二、協助目睹婚暴兒童之基本原則

Groves (2002) 從臨床實務中整理出如下三大原則：

第一個原則最為重要，也就是讓兒童感受到協助者對他/她的尊重，重視並在乎他/她的經驗，而且可以提供滋養性的照料，這些態度對於協助兒童從創傷中復原的助益很大。當協助者感到他們被兒童的經驗所震驚或淹沒時，他們自己就可能感到無助，他們所提供的協助可能也就沒有效果。

第二個對兒童有幫助的是，讓兒童清楚地知道他/她可以去談他/她所經歷到的事件，描述他/她所看到的暴力情況。讓兒童有機會陳述他們的想法與感受，是承認並接納兒童經驗的基本步驟，但不幸的是，成人基於不同的因素，往往並不希望兒童說出他們所目睹的暴力事件。成人對年紀小的兒童尤其如此，甚至期待他們年紀小因而就可以忘記，擔心若是讓他們述說其所目睹的暴力，將加深他們的記憶。成人之所以不想聆聽兒童的經驗，有時也可能是因為這些經驗對聽者而言太痛苦了，因此希望兒童不要說。

第三個原則是，協助者要盡可能提供目睹婚暴兒童安全的環境。協助者或許無法提供兒童沒有暴力的家庭，但可以和兒童討論當他/她感到害怕時，可以向誰說，可以向誰求助，如何幫助其中一位照料者營造讓兒童可以預測的日常生活，以增加兒童的掌控感。在諮商室中讓兒童感受到安全感與掌控感，也是對兒童的幫助。

三、目睹婚姻暴力兒童之處遇計畫類型

美加地區對目睹兒童的處遇始於 1980 年代，但早期接受服務的兒童非常有限，原因包括：1.婚暴是家庭所隱藏的秘密，要掌握與接觸目睹兒童有其困難；2.缺乏對目睹兒童專業上的辨識與支持；3.在防治婚暴的婦女運動中，兒童被視為次級受害者（Peled, 1997）。近 10 年來，實務經驗發現婚姻暴力對兒童所造成的傷害，體會到協助婚暴目睹兒童的必要性，以及避免暴力代間傳遞的需求，使得目睹兒童的相關服務普遍受到重視（陳怡如，民 92）。

處遇計畫為社會工作中極為重要的一環，在接案、蒐集資料和分析診斷後，與案主訂定處遇計畫，正式開始協助案主處理問題的實施過程，最後再評量處遇計畫、結案與追蹤。不少學者與實務工作者（Ward & Finkelhor, 2000; Grahm-Berman, 2000; Whittaker et al., 1990）均建議，協助危機中的家庭較常使用的理論基礎為：1.危機處理理論、2.家庭系統理論（家族治療理論）、3.社會學習理論、4.生態學理論及 5.創傷治療理論。當案主為受虐兒童或目睹暴力兒童時，Grahm-Berman（2000）認為，不論處遇模式以何種理論做為基礎，均無法下定論哪一種理論才最好，因為絕大多數研究都沒有對照組作為比較的基礎。

Graham-Bermann（2000）檢視了三種計畫類型的評估。其中兩種計畫可分類為一般預防措施。也就是說，這種預防計畫在兒童可能遭受家庭暴力之前即著手干預，如此才能保護兒童免於遭受不良事件或結果之傷害。就此領域而言，設計來預防婦女（母親）受虐的計畫可被考慮為主要的干預計畫。減少親密伴侶對母親施加的暴力，可保護兒童免於目擊暴力行為或負面事件的後遺症（例如創傷後壓力徵候群）。然而，家庭暴力領域內使用的一般預防計畫，極少評估其對兒童的優點；除非有干預行為，這些兒童即面臨了目擊暴力的危險。

大部分計畫的設計，都是用來幫助已經目擊到暴力事件的兒童。就定義上來說，這些計畫若非選擇性干預，就是指示性干預，端視兒童面臨的危險程度而定。第二類為選擇性預防干預計畫。這些干預計畫的設計，旨在降低兒童目擊他人對母親加暴行為的負面影響；也就是說，許多此類計畫的目的是在兒童對於暴力有所反應的初期，降低其產生負面結果的危險。

第三類干預計畫被視為目標性預防計畫。因為面臨暴力的創傷，有些兒童被認為最有產生負面後遺症的危險，因此，這些干預措施是專門為他們設計的。他們出現的後遺症可能包含心理症狀（如沮喪、焦慮）、人格精神缺陷（Characterological Deficit，如衝動、過動）、人際關係問題（如社會性退縮、關係暴力），必須尋求焦點式治療。

（一）一般預防計畫（兩大預防計畫）：

1. 全校性之預防教育：

全校性的兒童防止暴力教育計畫是一般性預防計畫的範例。美國現今校園中有不少此類型的計畫。「家庭與我：無暴力環境」（My Family and Me: Violence Free）由史達夫洛－彼得生和加瑪許（Stavrou-Peterson & Gamache, 1988）發展出來的，成為「明尼蘇達校園課程計畫」（the Minnesota School Curriculum Project）的一環。面臨家庭暴力的兒童以及未曾遭受過此種家庭虐待的兒童，都從特別設計的資訊和活動中獲益，未來可以減少家庭暴力的發生率。計畫的主要目標即是在校園環境中，教導所有兒童對抗包括家庭暴力在內的各種類型暴力之負面影響。

此一大型計畫測試了 238 位幼稚園到國小三年級兒童，以及 176 位國小四到六年級兒童。每個班級每週參加兩場各 50 分鐘的課程，為期六週。課程是在課堂上進行的，而活動則是設計來：(1)建立解決問題的技巧，進行自我肯定訓練；(2)加強自我價值感；(3)發展個人的安全技巧；及(4)改善校方對遭受家庭暴力影響學生的反應。預防計畫前後也進行過測驗，測試兒童對於暴力的態度及其在認知上的變化。6 週結束後，學生皆展現出極大的認知改變以及正面態度的改變（Stavrou-Peterson & Gamache, 1988），教師也給予該計畫正面的評價。

另一項一般性預防干預計畫為蘇德曼、捷夫和海斯丁（Sudermann, Jaffe & Hastings, 1993）提出的「校園基礎暴力防範計畫」（A School-Based Anti-Violence Program），簡稱 ASAP。這項計畫是專為國小至高中學生設計的課程，其目標同樣也相當廣泛，包括：(1)創造一個全校性的非暴力氣氛；(2)提升對於眾多暴力類型的警覺性；及(3)將討論結合到課程中。更詳細地說，該干預計畫的目標在於預防和減少約會暴力，改善家庭暴力對兒童的影響，全面減少校園裡和社會上的人際關係暴力。

2. 確認危險之兒童預防計畫：

有些預防計畫是以置身危險中的族群為目標，幫助他們面對暴力事件的相關負面結果。在虐待婦女的家庭中，因為長期遭受暴力行為而帶來的相關創傷和壓力，受虐婦女的子女最經常也最適合以特別設計的干預措施加以治療處遇（Graham-Bermann & Levendosky, 1998; Rossman, 1998）。

目擊母親受虐的兒童的確需要干預服務（Graham-Bermann, 1998a; Jaffe, Wolfe, & Wilson, 1990）。所有目睹母親受虐的兒童都可能會產生適應問題，而大約半數兒童（在大部分研究中約占 50-60%）會在臨床範圍內產生症狀（Davis & Carson, 1987; Jouriles, McDonald, Norwood, & Ezell, 付梓中）；這些症狀包括沮喪和焦慮等高度內化的問題（Graham-Bermann, 1996; Hughes & Luke, 1998），以及攻擊性行為和行為失調等外化問題（Davies & Cummings, 1998; Jaffe et al., 1990）。其他症狀較少的兒童雖然經歷過家庭暴力，但未在臨床上呈現出問題（Hughes, Graham-Bermann, & Gruber, 付梓中）。



某項研究探討受虐婦女之子女在未受庇護的情況下，母親是否尋求兒童干預協助以及兒童出現創傷壓力症狀之間的關連。研究者在臨床治療取樣中發現，就創傷後壓力失調的比例來看，未接受治療兒童出現失調現象的比例，為接受治療兒童的三倍(DoVoe & Graham-Bermann, 1997)。

(二)受暴者子女的選擇性干預計畫

1.受庇護兒童干預計畫：

最早的受虐婦女子女治療團體之一，是由休斯所成立的(Hughes, 1982)。該計畫以住在受虐婦女庇護所的兒童及其母親為服務對象，目標在於培養父母的教養技巧，提高兒童自尊，降低其焦慮感，改善其行為模式，並改變其對於家庭暴力的態度。個人及團體服務形式皆有提供。

該計畫的教育層面植基於認知理論原則，協助兒童發展新的方式來思考家庭議題，了解暴力是不可接受的行為，也協助他們發展新的方式來解決人際關係問題。認知行為治療的重點在於增加新的資訊，改變現有的認知劇本，重新塑造兒童的理解力(Kendall, 1985)。

2.手足配對(Sib Pairs)之聯合干預計畫：

另一項有趣的計畫是由法萊-安琪(Frey-Angel, 1989)設計的，特別關注3到7歲遭受家庭暴力的兒童及其較大的手足。在該計畫中，手足被配對，並視為小組來做安排。這些小組的設計目的在於學習新的應付技巧，了解面對暴力的其他選擇，學習非暴力的情緒表達，並且防範代間傳染暴力行為。

3.兒童目睹受虐妻子計畫：

威爾森、卡麥隆、捷夫和吳爾夫(Wilson, Cameron, Jaffe & Wolfe, 1986)進行「兒童目擊受虐妻子」(the Child Witnesses of Wife Abuse)計畫的初步評估。該項心理教育計畫強調有關家庭暴力的知識，並結合了一些練習，特別設計來幫助兒童建立社交技巧。該計畫的目的包括提高兒童的自尊，教導積極的衝突解決策略，改變兒童對於暴力責任的看法，並改變其對家庭暴力的態度。這項為期10週的干預計畫，是特別為處於危險中的8至13歲兒童設計的，而且其母親皆住在收容受虐婦女的庇護所內。

4.兒童目睹家庭暴力之團體治療：

裴雷德和戴維斯(Peled & Davis, 1995)所進行的10週計畫焦點在於：(1)營造安全而積極的環境，幫助兒童吐露家中暴力行為的秘密；(2)學習自我保護；(3)增加自信；(4)改變對於暴力的態度。該計畫也提供另一種封閉式家庭暴力課程計畫，讓兒童、手足、雙親和組長等一起討論小組所涵蓋的議題，並在必要時，針對進一步的治療提供建議。此外，它也為父母設置了義工教養團體，目的在於提供教育和支援。

5.故事書社：

土堤及華格(Tutty & Wager, 1994)對一項共10堂課、每週進行1次的計畫加以評估。該計畫的設計以受虐婦女5至7歲的孩子為對象，教導他們一些解決問題、化解衝突和維護安全的技巧。研究人員假設，兒童會從父母身上學習到攻擊或退縮的反應，基於此點，兒童被認為處於危險狀況中，可能會變成暴力加害者或受害者。該計畫在加拿大某城市的YMCA進行，計畫所涵蓋的目標從一般性到特定性都有，包括：(1)打斷代

間傳遞暴力行為的循環；(2)教導解決問題的其他方式；(3)發展安全技巧；(4)挑戰性別角色。該計畫透過閱讀和戲劇來重複故事主旨，因而在造成改變所需之因素的設計上，採用了社會學習理論的觀點。

6.兒童目睹計畫：

瑞格、蘇坦納及米勒（Ragg, Sultana & Miller, 1998）以 143 位目睹過家庭暴力的學齡兒童，對某項計畫進行評估。該計畫的目標在於提供社會支援及社交技巧訓練，以期降低兒童的攻擊性，並提升其適應行為。各週團體的特定焦點由小組成員決定，涵蓋建立團體融洽關係、挑戰臆測、憤怒控制、承擔責任、解決問題等多項議題。

7.家庭追蹤研究：

蘇立文及大衛森（Sullivan & Davidson, 1998）針對一項專為受虐婦女及其子女設計的提倡干預計畫，測試其執行成效。該項為期 16 週的實驗組計畫內容包括：對母親和兒童的宣導，每週提供專業協助，兒童與某位大學生之間建立良師輔導關係，以及僅為兒童設計、為期 10 週的支持及教育小組。

樣本包括 85 位 7 至 11 歲的兒童及其母親。該測試進行了干預前和干預後評量，並有長達 8 個月的後續追蹤評估。受過訓練的學生平均每週花 9 小時和每個家庭在一起，和家庭維持頻繁的接觸。每個家庭得到挹注的領域包括：兒童相關議題、物品和服務提供、法律議題、就業、教育、社會支持、兒童照護、住屋和交通。

研究者在三個時間點比較實驗組和對照組，從 74 位兒童樣本所取得的資料皆未發現在統計上有任何重大的差異。然而，在降低沮喪程度和提升母親的自信方面，實驗組計畫相當成功。為期八個月的後續追蹤，也證實虐待兒童的情況減少，母親的社會支持度提高，其對計畫的滿意度也有所提升（Sullivan & Davidson, 1998）。為母親設計的宣導計畫是最有成效的，而為兒童提供的支持、良師輔導和教育計畫，似乎並未大幅改變其問題行為。

8.兒童社團——受虐婦女之子女預防干預計畫：

此項計畫係由葛拉漢－柏曼（Graham-Bermann, 1992）所發展，設計宗旨在於降低家庭暴力的影響，並降低兒童一再遭遇暴力的風險。該干預計畫的目標在於改變兒童對家庭暴力的認知，調整他們對家庭及家庭暴力的態度和信念，增進其情緒調適，以及增進他們在小團體中的社交行為。這項為期 10 週的計畫係以理論假設為基礎，認為兒童會因為目睹暴力而學到有害身心的行為模式，因為其目睹經驗而受到創傷，而兒童對個人及他人之社會反應和期待的內化基模，也會受到家庭暴力的影響。

一項父母教養計畫的設計，使母親能夠討論暴力對兒童各方面發展的影響，建立其教養能力，提供安全的場所讓母親來討論教養上的恐懼和憂慮，並在支持團體的環境中幫助母親建立自信（Graham-Bermann & Levendosky, 1994）。

接受治療的兒童接受為期 10 週的社會認知干預服務，母親也同時參加專為受虐婦女成立的支持團體。

研究者分別就認知、社會及情緒/行為領域，針對從底線開始的改變進行評估（Graham-Bermann, 1998b）。就認知領域而言，干預計畫是設計來幫助兒童討論他們對家庭的好惡，並教導兒童「大多數」家庭是什麼樣子。在幫助兒童發展其他家庭解決問



題之道的不同樣貌，以及預想他們自己的家庭未來可能的樣貌等層面，這些資訊都相當重要。兒童對這些問題的回應顯示出，和未接受干預計畫服務的兒童相較下，參加治療團體者對於家庭暴力的數項認知領域已有所改變。

社會技巧方面的改變幅度，是透過行為、態度、認知和人際關係技巧等指標來進行評量。個體童年時期和同儕的社會互動問題，可預見為其成年後與他人的社會關係難題。該干預計畫以組長的臨床技巧為基礎，試圖提升並促進兒童在小組間的社會互動。因此，兒童在小組內社會行為的研究，可能是相當重要的領域，可以測量社會技巧發展的進步情況。

三組兒童的內化行為症狀也被發現有所改善。同樣地，10 週後，所有組別行為症狀的總分都有所改變。然而，在兒童加母親組的兒童身上，攻擊性行為和行為失調問題（外化症狀）則有最大的降幅。就母親也同樣接受干預服務的兒童而言，他們會在此領域有所改變其實並不令人意外，因為，教養支持計畫的焦點正是改善母親的教養技巧，包括設定限制、實施有效的紀律策略等。

在所有三個領域裡，兒童加母親組的改變幅度較大，無治療組的改變幅度最小。因此，即使有些問題會隨著時間自然消逝，但在 10 週評估期間，關於降低兒童行為問題這一點，干預計畫可謂相當成功。所以，將母親涵括在內的干預計畫被視為是最佳作法。

（三）目標性預防干預計畫：

朱利爾及其研究小組（Jouriles et al., 1998）評估了一項計畫，該計畫是設計來中斷受虐婦女的暴力循環，這些婦女的子女被視為具有攻擊行為問題。該計畫以社會學習理論為基礎，提供婦女不同的教養模式，並強化兒童其他非暴力的衝突解決策略。在此，攻擊性行為被認為是透過攻擊者的示範和身分確認過程學習而來的。朱利爾及其研究小組研究了家暴兒童強化和維持攻擊性行為的方式（Jouriles, Murphy, & O’Leary, 1989; Jouriles & Norwood, 1995）。這種代間傳遞的假設所根據的前提在於，暴力是從原生家庭學習而來的，除非加以治療，否則會在下一代繼續重演（Straus, Gelles, & Steinmetz, 1989）。治療的目的在於中斷這種代間傳遞暴力的行為。

該干預服務以 4 至 9 歲兒童及其母親為對象。和本文提及的其他計畫不同的是，這是唯一為具有攻擊性行為問題兒童的母親所特別設計的計畫。因此，該干預計畫的焦點在於母親，每週的課程在家中進行，由受過訓練的治療師為母親提供教育課程。另一位良師對兒童提供支持，並充做媽媽的模範。

在該項評估研究的設計中，研究者隨機指派各個家庭參加干預計畫或加入對照組。研究顯示出，就 18 個家庭（其中 10 個家庭處於治療狀況）而言，在干預服務之後 8 個月，和無治療組相較之下，干預計畫組兒童的外化行為問題降低，父母教養技巧也有所提升。

（四）社區整合型服務計畫：

婚暴目睹兒童的服務發軔自早期庇護所中的個案工作，並逐漸發展出目睹兒童團體，提供服務的機構也擴及社區家庭服務中心或心理衛生中心，並且形成整合型的服務方案。計畫不只是針對目睹兒童的處遇來工作，更以家庭需求為重，由社區來整合資源，以提升家庭功能，並預防暴力行為對社區文化造成改變。

整合型服務的特色在於，醫療、司法和社會服務機構之間的合作。它們有共同的目標，針對兒童虐待、家庭暴力、老人虐待等不同層面，提升服務品質和設計內涵，其方式是藉由：

- 1.提高服務提供者的認知，了解受害者和加害者不同的需求和複雜的歷史過往；
- 2.找機會來整合服務計畫，以期減少重疊和沒有效率的環節；
- 3.提高受害者的安全度。當受害者在不同機構、不同場合被要求描述創傷事件或關係時，可能會感到沮喪和受到傷害，因此必須將傷害的程度降低。

有些人將服務整合視為一種進化的階層式程序（Swan & Morgan, 1993）。第一層屬於非正式合作；第二層牽涉到跨機構協調和現有資源的正式運用；第三層合作則涉及參與機構如何分享共同目標、共同承諾和資源，如何訂定決策和評估責任。整合型服務不同層級的行動通常不太平均，而且會受到政治和行政因素干擾，影響到參與機構的整合努力和資源基礎。

整合型服務試圖在單一服務環境中，針對問題家庭所面臨的多項問題作出回應，以期改善服務品質及成效。這些問題包括家庭暴力、物質濫用、不當的居住環境、青少年犯罪、休退學、生理和精神健康失調、失業等。這些努力必須針對受害者本身或整個家庭來進行處理。

整合型計畫的設計，通常並無意大幅改變受害者在某社區所獲得的服務，而是要改善個案取得現有服務的機會，並提升機構的認知，了解個案需求和不同服務體系下的個案歷史，也了解社區資源與期望。在某些情況中，特別是在預防暴力這個目標上，這些計畫也試圖透過擴大公共教育，影響關於暴力的個人行為和社區態度。

社區變遷干預計畫試圖在資源不豐的社區創造社會網絡，使當地居民在選擇或左右自己可用的服務類型時，能夠行使較多的權利或自主性（Connell & Kubisch, 1996）。政治和社會制度的改革，正是這些干預計畫的主要焦點。

社區型干預計畫包括死亡率審查小組、兒童宣導中心與心理衛生中心、家庭暴力的協調型社區回應、家庭支持資源中心、物質濫用和家庭暴力治療計畫、傷害控制的社區干預計畫、庇護所等分述。

1.死亡率審查小組：

死亡率審查小組試圖提供系統性、跨學科的管道，數個機構之間可以藉由該管道來整合有關兒童死亡的資訊，以期確認政策和實務之間的落差，進行危機評估，彌補訓練實務的不足，並留意溝通系統之間的差距。

2.兒童宣導中心與心理衛生中心：

兒童宣導中心的重要目標之一，就是降低家庭暴力（特別是性侵害）為兒童和家庭所帶來的過多焦慮和不便的感覺。這些中心試圖藉由協調社會服務、健康照護和執法單位，在調查、起訴和治療階段，改善虐待案件的處理方式。兒童宣導中心的設施，通常足可容納轄區的執法單位、兒童保護服務、檢察官、兒童宣導人員和精神健康專家等單位的代表。此模式嘗試透過中心附近的跨機構員工來提升跨機構效率和有效性，指派某位兒童宣導人員透過各機構系統來監督該個案，並定期進行正式和非正式溝通，其運作類似臺灣的家庭暴力防治中心。



再以英國的 London Family Court Clinic (簡稱 LFCC) 為例, LFCC 是以司法體系中有特殊需求的兒童與家庭為服務對象的兒童心理衛生中心, 期待協助司法體系能更敏於覺察兒童與家庭的需求並提供服務, 其所扮演的角色包括: (1)提供法院臨床評估報告; (2)做為司法體系與協助機構間的橋樑; (3)對兒童問題及早辨識並展開預防性方案, 以提升兒童的適應能力; (4)提供社區教育訓練方案; (5)確保兒童受害者或目睹兒童不會在司法程序中再次受創; (6)與社區機構合作進行研究, 促使社福、警政、司法單位更能回應兒童與家庭的需求 (Peled et al., 1995)。其對目睹兒童的服務合併在兒童證人方案中, 其內容為: 教育兒童如何參與法院訴訟; 提供情緒支持, 協助兒童減壓; 推動兒童權益宣導等。其所提供的諮商服務, 則協助目睹兒童處理兒保以及父母分居調適等議題 (陳怡如, 民 92)。

3. 家庭暴力的協調型社區回應:

目前已發展出各種方式, 為遭受家庭暴力的婦女營造安全的環境, 包括社區夥伴、社區干預計畫、人力或協調委員會、訓練和技術協助計畫、社區組織等。這些干預計畫被指定為「協調型社區回應」, 也是數種服務整合為一的範例。

社區夥伴方案有賴基層機構來發展各種推動計畫, 並經過社區行動策略計畫予以確認。社區干預計畫則代表範圍較廣的努力, 並提供直接服務給施暴者和受害者。

人力或協調委員會的設計, 旨在就重要政治領袖、公共安全和急診人員、執法人員、健康照護專家、社會服務提供者及受害者宣導人員之間的協調機制, 進行協調或做改善, 以期終結對婦女的暴力行為。

以明尼蘇達州社區婚暴計畫 (Domestic Abuse Project) 為例; 此計畫始於 1979 年, 以多元的服務方式進行婚姻暴力防治工作, 其目標在於: 對受虐婦女與目睹兒童提供立即與持續的保護、支持、治療及權利宣導; 讓施虐男性為其暴力行為負責, 並提供其教育機會; 協調相關機構進行介入與追蹤。其具體處遇則有: 為受虐婦女與目睹兒童提供心理與教育團體; 對施虐者進行教育團體、個別與家庭諮商, 協助其連結個人資源, 以及協助其建立自助團體。其中, 兒童團體對目睹兒童的幫助頗大, 其目標為: 協助兒童打破婚暴的秘密; 提升兒童自我保護的能力; 提高其自尊; 提供兒童正向的經驗 (Peled & Davies, 1995)。

4. 家庭支持資源中心:

家庭支持資源中心不同於傳統只注重父母教養方式的社會服務干預計畫, 理由有二: (1)家庭支持資源中心有較為積極的作為; (2)它並未納入某項治療計畫之內, 其所提供的服務不只是被通報有虐待或疏忽兒童情事的家庭可以使用, 而是社區內所有的家庭皆可使用的。

家庭支持資源中心試圖建立並強化社會支援系統, 以便在兒童及家庭發展的形成時期, 將社會養護與社會控制連結起來 (Garbarino, 1987; Weiss & Halpern, 1991)。該策略乃設計來提升社區資源, 透過該設計, 針對父母終生在未必健全的家庭和社會裡所學到的經驗, 來改變他們的教養風格 (Garbarino & Kostelny, 1994)。

5. 物質濫用和家庭暴力治療計畫:

有些社區已經採取步驟, 將物質濫用治療的要素和家庭暴力預防計畫整合起來, 反

之亦然。這些努力的形式各有不同，包括：(1)整合型方法——物質濫用和家庭暴力問題的聯合訓練；(2)附加型方法——在相關議題上增加個別課程或講者。

6. 傷害控制暨暴力預防的社區干預計畫：

強調傷害控制和暴力預防的社區干預計畫，乃以兩項假設為基礎：(1)在降低危險因素方面，針對一或多種傷害形式所訂定的多項干預計畫，會比單一干預措施更有效率；(2)以社區為目標的傷害或暴力預防宣傳活動，會比針對個人的活動更加成功。此項社區方案通常牽涉到在某一特定社區進行公共教育宣導，強調預防各種形式之傷害或暴力的需求或方法。

青少年暴力預防是社區干預計畫的領域之一，特別設計來整合公共健康方案和當地的犯罪控制。

7. 受虐婦女庇護所：

此模式最早開始推動，目前普遍在美加地區的婦幼庇護所中進行(Lehmann, 1998)。各庇護所進行的方案不同，但其處遇內涵不外乎：目睹兒童與受虐母親同為機構的主要案主，分別開案管理；對目睹兒童的觀察評估與危機處理；兒保通報；兒童遊戲治療；兒童團體；親職教育(Layzer et al., 1986)。其處遇目標多半為：危機處理；協助兒童適應庇護所生活；處理目睹父母婚暴議題；為離開庇護所後的生活預做準備(陳怡如，民92)。

庇護所提供者通常會努力連結個別受害者及其支持者，這些支持者具有政治和經濟資源，能夠打破制度和心理的障礙，否則，這些障礙會將強暴受害者和受虐婦女的經驗孤立起來。因此，受虐婦女庇護所不僅變成社區服務改革的觸媒，也是直接的服務提供者。這個角色促成了改革，將受虐婦女的專業服務資源擴及各種制度與環境，包括醫院、緊急庇護所及婦女健康計畫。

8. 物質濫用預防之社區夥伴計畫：

參與機構包括健康、社會服務、法律及教育機構，還有自願及社區組織、私人企業、民選官員、宗教社團和基層團體。

上述處遇皆運用多元管道，試圖提供社區資源服務方案與處遇方法。Carlson(1998)指出目睹兒童的處遇應包括：個別評估與諮商、轉介相關服務、目睹兒童權利宣導、團體工作、具創意的結構式活動、後續照顧或追蹤服務、預防性服務、親職教育與父母支持性團體、對方案本身的評估。上述處遇方案不只符合 Carlson 所提出的標準，還試圖跨出處理家暴問題的藩籬，擴展到社區內各式暴力問題的預防，試圖改變社區的暴力文化。這是更根本的問題解決之道，因為暴力一旦減少，也就降低了兒童目睹暴力的可能性。由國外經驗可知，儘管處遇模式有所不同，而對目睹兒童的服務或者自成獨立方案，或者合併在其他兒童服務方案中，然而，機構都看到目睹兒童接受服務的主體性，而依其需求發展出多元的處遇工作，這是值得我們臺灣參考的。

四、目睹婚暴兒童的復原相關因素

(一) 兒童的支持網絡

為了減少這些孩童時代負面經驗所造成的負面影響，許多研究針對孩子的個人特質



進行研究；最近，研究者則將焦點轉向環境和社會的影響。來自於環境的主要保護因子之一就是孩子和他人的關係，也就是指孩子的社會支持系統（Cicchetti & Rizley, 1981; Werner & Smith, 1992）。過去對社會支持的研究，大多著重於雙親的人際網絡或是社會支持系統如何影響孩童，近期則轉而研究孩童個人的社會網絡及他們如何從中獲得支持。這些社會關係會減少孩童置身家庭暴力環境下的立即性影響，並且對孩童的長期健全發展有所助益（Beeman, 2002）。

就人類發展的生態學理論觀之，社會環境在人類的健全發展和適應上扮演重要的角色（Brofenbrenner, 1979）。過去 25 年的研究中，社會網絡和社會支持系統的概念，被認為是人類在環境中能否維繫健康的重要關鍵。對成人而言，社會支持系統和較佳的身心健康、壓力調適、疾病復原、有效能的親職等層面有關（e.g., Barrera, 1986; Cohen & Wills, 1985; Gottlieb, 1981）。近來，研究者也開始將社會支持系統視為兒童發展中的保護因子，來進行研究。

研究者對社會支持如何協助兒童持有兩種不同的功能觀點：第一，社會支持對特殊情境的協助，這是指社會支持如何適應特定的壓力情境；第二，社會支持對人類發展歷程的助益，這是指社會支持對於人格和社會的發展有其貢獻。以情境觀點而言，兒童面對家庭暴力情況的研究，可以協助我們了解社會支持在特定家庭暴力中所扮演的角色；以發展觀點而言，社會支持讓我們了解家庭暴力在兒童長期影響上所扮演的角色。在兒童處理壓力事件時，社會支持能提供其情感、策略及物質上的協助。這兩種社會支持的功能在置身家庭暴力下的孩童身上顯示，孩童需要得到協助，以便從暴露於暴力陰影影響下的狀況中復原；他們也需要社會支持，提供他們面對危機情境時的情感支持、策略與建議（Beeman, 2002）。

兒童支持關係的多項研究顯示，父母對兒童來說是很重要的社會支持來源；與雙親中至少一方維持良好關係，可視為避免孩子受到父母離婚、父母情緒失調之影響的保護因子。除此之外，對兒童而言，兄弟姊妹及朋友同樣可以提供其在面對壓力事件時的支持。整體而言，減輕兒童暴露在壓力情境下的影響之兩種潛在方式，其一是家庭的支持，其二是來自於家庭之外的同儕或其他成人的支持（Cowen & Work, 1988; Sandler et al., 1989）。部分研究顯示，對孩子而言，母親是支持的來源，有時也是壓力感的來源；對他們來說，最好的支持來自於住家或學校附近，肯關心、傾聽並能讓他安心討論家中暴力事件的成人。從孩童的觀點來說，最有價值的支持是在他們面對家庭暴力時，有能力制止暴力並確保他們安全的成人。同時，他們也需要在暴力事件發生後，甚至是使用暴力的父親已經不住在一起之後的支持（Beeman, 2002）。

Beeman（2002）認為，有許多觀念與方法是需要注意的：

1. 社會支持是多向度的概念，包括獲得潛在支持、獲得協助的幅度或是關係的品質。
2. 社會關係是雙向的；孩子在社會關係裡並非單純地扮演接受的一方，而是有所互動的。有時，離婚的婦女會尋求孩子的支持。
3. 社會網絡並非是固定的，而是易變的；兒童的社會網絡會隨著發展階段或是居住環境而有所不同。在研究處於家庭暴力環境下的兒童時，社會支持和社會網絡不僅僅需要重視其對暴力行為的反應，同時也需要關注暴力行為如何影響關係的結構。

4. 社會關係有可能是正向的、負向的，或正負向兼而有之。

5. 社會支持和個體福祉的關係是相互的；社會支持可以增進個體福祉及健康的運作，而健康的運作則可以提供更高層次的社會互動和社會支持。

6. 社會網絡定義並傳播了社會規範，例如在兒童虐待的研究上，建議社會網絡提供子女養育的正向模範。

7. 文化、性別、發展的差異存在於社會支持中；在研究兒童的社會支持系統時，文化、性別、年齡的差異均須考慮在內。

8. 不同的研究方法和測量是重要的，有許多標準化工具能夠運用在兒童社會支持的測量上。不過，不同的方法對於複雜的關係都存在著不同的限制，因此，若要得到品質較好的資料及研究分析，運用不同的研究方法和測量工具是重要的（Beeman, 2002）。

Beeman（2002）在回顧了正式及非正式的網絡系統文獻後，針對目睹婚暴兒童的協助工作提出了幾點建言（p229）：

第一，目睹婚暴兒童的處遇目標，不只是在協助目睹婚暴兒童，其他可以協助目睹婚暴兒童的成人及兒童也應納入方案之中。學校系統的老師、導師、輔導老師、護士及醫療人員均可提供協助。因此，這些人員需要接受訓練，以不帶歧視及道德判斷的態度，來瞭解暴露在家庭暴力情境下的兒童及其反應。例如，即使兒童有部分偏差行為，學校的校長及老師可以同理兒童，將偏差行為視為需要關懷的表徵，不將之視為是學校的「麻煩」，或標籤化這群兒童就是因為家庭暴力及單親才如此「不受教」。有些兒童甚至會受到全班家長及學生的排斥，因為家長們害怕自己的孩子會「被帶壞」。這些態度均是對單親及目睹婚暴兒童的歧視，將造成兒童更大的傷害。目睹婚暴兒童因為不安全感，而造成一些人際關係或處理衝突的困難，需要老師的關懷來增加安全感；畢竟，兒童除了家庭之外，最重要的生活場域就是學校了。

第二，社區對於婚姻暴力的存在及目睹婚暴兒童需要協助的事實有所覺醒，才能使鄰居及兒童同儕準備好對這群兒童給予支持性的回應。而社區若能提供正向的成人角色介入模式，將可提供重要的預防角色。

第三，在社會支持的概念中，除了增強其他可能提供協助的成人對於婚姻暴力及目睹兒童的理解與同理，增加其對支持兒童的心理準備之外，也要訓練兒童本身增加、使用及獲得支持的技能。

第四，正式與非正式支持系統之間的協調，對於全面性介入策略是重要的。非正式支持系統通常扮演著兒童離開正式支持系統後的連結。例如，日間照顧、學校、安親班、才藝班及社區活動中心，均是父母及兒童支持網絡可以順勢建立起來的場域。

第五，兒童支持處遇計畫之介入，必須先加強對其母親的支持；也就是說，為了保護目睹婚暴兒童，就必須協助母親，讓她有能力回應兒童身心上的需求。

總之，社會支持網絡對於協助兒童對抗長期目睹婚姻暴力有極大的潛力。目睹婚姻暴力兒童需要社會支持的力量（感情支持、建議、友誼及實質的幫助），來回應家庭中的暴力事件，更需要憑藉社會支持的力量，來協助他們從目睹暴力的長期影響中逐漸復原（Thomson, 1995）。兒童的社會關係，將會預防及改善他們暴露在父母婚姻暴力之下所帶來的負面影響。



(二)兒童的復原力

所謂復原力，是指個體有能力接納自己在遇到「挑戰」(痛苦)時所呈現的脆弱。準此觀之，人格特質與環境因素與之皆密切相關，人格因素包括了自尊與自我效能、信任感、自我適任、自主性、同理心、樂觀、彈性、內控性等。(Tedeschi & Calhoun, 1995)。復原力強的兒童有以下幾項特色：

- 1.問題解決取向。
- 2.痛苦的經驗可以被控制在一定範圍內。
- 3.有能力取得他人正向的協助與注意力。
- 4.有能力相信生命是有意義的。

許多因素會影響到兒童的復原力，包括兒童的智力發展和興趣(如運動、學術及藝術上的發展)、是否有可以親近及信任的大人、減少自責的能力、與同儕的關係等(Wolak & Finkelhor, 1998; Roy, 1988)。

兒童在任何創傷事件中的復原力，與兒童生活中是否有可靠的父母或者像父母一般的人物息息相關。在目睹家庭暴力的狀況下，兒童與母親的關係便顯得格外重要。

專業人員需要找出任何可能減緩兒童復原力的外在因素。例如，施虐者如果隔離其兒童，將讓他們難以建立良好的友誼(peer relationship)；暗中破壞兒童與母親關係的施虐者，也可能破壞兒童與「非暴力」成人建立正向關係的機會。

施虐者的語言暴力批評，可能損及兒童運動能力或其他能力的發展，減少兒童得到成就感和建立社會關係的機會，進而影響其復原力。因此，專業人員若想增強兒童復原力，就應該注意如何降低施虐者對兒童的干擾(Bancroft & Silverman, 2002)。

參考文獻

- 王文科(民90)。質的研究的問題與趨勢。載於中正大學教育學研究所(主編)。質的研究方法(頁1-23)。高雄市：麗文。
- 王行(民91)。家族歷史與心理治療：家庭重塑實務篇(3版)。臺北市：心理。
- 王麗容(民84)。婦女與婦女社會政策。臺北：巨流。
- 王麗斐等(民94)。黎明前的守候——92年度教師專業成長「家庭暴力受虐兒童輔導知能研習」成果彙編。臺北：臺北市教師研習中心。
- 中國測驗學會主編(1993)。心理測驗的發展與應用。臺北：心理。
- 吳芝儀，廖梅花譯(民82)。紮根理論研究方法。濤石文化。
- 吳秋月，吳麗娟(民88)。子女知覺父母婚姻暴力經驗、社會支持和共依附之關係。教育心理學報，31(1)，頁63-88。
- 宋麗玉(民87)。個案管理之內涵與工作模式——兼論個案管理模式在臺灣社會工作領域之應用。社會政策與社會工作學刊第2卷第1期，頁127-156。
- 沈慶鴻(民86)。婚姻暴力代間傳遞之分析研究。彰化師範大學輔導學系博士論文。
- 沈慶鴻(民90)。由代間傳遞的觀點探索婚姻暴力對目睹兒童的影響。中華心理衛生學刊第2期，頁65-86。
- 沈慶鴻(民90)。婚姻暴力代間傳遞之探索性研究。實踐學報第32期，頁99-134。

- 沈慶鴻(民 90)。被遺忘的受害者——談婚姻暴力目睹兒童的影響和介入策略。社區發展季刊第 94 期，頁 241-251。
- 周月清(民 83)。臺灣受虐婦女社會支持探討之研究。婦女與兩性學刊第 5 期，頁 69-108。
- 胡幼慧(民 85)。焦點團體法。於胡幼慧主編，質性研究：理論、方法及本土女性研究實例，頁 223-237。臺北：巨流。
- 洪素珍(民 91)。兒童戲劇團體之經驗談。小小羊兒的吶喊——目睹家庭暴力兒童實務工作經驗談，頁 113-130。臺北：天主教善牧基金會。
- 洪素珍，楊大和，黃燕珠譯(民 91)。創傷與治療師。臺北：五南。
- 黃富源(民 84)。婦女人身安全政策篇。收錄於婦女政策白皮書。臺北：中國國民黨中央婦女工作會，頁 267。
- 黃富源(民 89)。警察與女性被害人——警察系統回應的受害者學觀察。臺北：新迪文化。
- 陳若璋(民 85)。性別意識在暴力處置的改變。測驗與輔導，135，2785-2786。
- 陳泰國、張至文(民 90)。臺東縣政府家庭暴力暨性侵害防治中心推動家庭暴力防治工作分享。社區發展季刊 94 期，頁 224-229。
- 陳怡如(民 90)。婚姻暴力目睹兒童處遇現況之探討。社區發展季刊 94 期，頁 252-267。
- 陳怡如(民 92)。婚姻暴力目睹兒童處遇工作之初探——一個體制外的觀察與反省。臺北：輔仁大學社會工作系。
- 郭靜晃(民 86)。家庭研究方法。臺北：揚智。
- 郭生玉(民 74)。心理與教育測驗。臺北：精華。
- 婦女救援基金會(民 79)。建構婚姻暴力合併兒少保護家庭處遇模式研討會方案執行成果與經驗整理。內政部家庭暴力防治委員會委託。
- 曾慶玲(民 87)。父母親婚姻暴力對兒童問題行為影響之研究。臺北：師範大學家政系碩士論文。
- 彭淑華，張英，韋淑娟，游美貴，蘇慧雯譯(1999)。家庭暴力。臺北：洪葉。
- 張錦麗(民 91)。兒時目睹婚暴之受暴婦女的社工處遇：一個實務個案的分析。內政部：走出暴力創傷——兒童保護及家暴目睹兒童個案處遇研討會。
- 楊美婷(民 92)。目睹父母婚姻暴力之成年子女生命歷程探究。國立高雄師範大學。
- 趙小玲(民 87)。國小學童所知覺的家庭暴力與行為問題的關連之研究。臺東：臺東師範學院國民教育研究所碩士論文。
- 趙家玉，鄭玉英譯(民 82)。家庭會傷人——自我重生的新契機。臺北市：張老師。
- 萬育維(民 87)。社會工作專業與兒童福利。社區發展季刊第 81 期，頁 49-64。
- 劉淑慧譯(民 85)。諮商研究法。臺北：五南。
- 魏英珠(民 84)。受虐婦女介入方案發展暨評估研究。臺北：東吳大學社會工作研究所碩士論文。
- 蘇建文，程小危，柯華葳，林美珍，吳敏而，幸曼玲，陳李綢，林惠雅，陳淑美(民 80)。發展心理學。臺北：心理。



- 戲劇治療中的兒童或者個體……在劇場中有機會探索人類本能存在的黑暗層面、攻擊層面或者是死亡本能的層面，也可以去發展讓人感覺溫暖而安全的層面。治療的目的之一，就是希望兒童可以更有能力去整合這兩個部分。
- 在這個分離-個體化過程中，如果主要照顧者或是母親能夠良好地提供兒童情緒支持，也能夠以有益心理健康的方式允許兒童從事獨立的活動，那麼，這個階段的危機就可以解除。
- 個體化的最後一個階段就是，兒童漸漸有能力將母親的外在形象內化成穩定的內在表徵。也就是說，兒童將母親的形象內攝成為恆定的客體，所以，兒童不用有母親外在客體的實際存在，卻仍然有內在的安全感。
- 戲劇治療透過治療師或是戲劇治療的過程，希望可以協助兒童完成分離-個體化過程，也就是透過戲劇治療的投射過程，讓兒童有機會再度被好的客體滋養。兒童可以內化好的恆定客體，而這個「好」的客體可能是戲劇裡面的角色，也可能是戲劇治療師。
- 戲劇治療透過神話故事、童話故事，或者是兒童自己創造的故事跟預演，還有透過演出的過程，讓兒童投射個人需求到故事的內容裡；經由演出的過程，兒童可以經歷到較健康的客體關係，修通他在客體關係中未整合完成的議題，修補過去較不健康的客體關係或有所缺失的早期客體關係。
- 投射性認同的概念則認為，自體不被接受的部分會被自體投射到一個明確的外在客體身上，意思也就是說，人會把自體無法接受的壞的部分投射給外在客體，再藉由自體來控制外在的客體，以掌握或控制自體原本無法接受的部分。
- 當「環境母親」「足夠好」，能支持、接納嬰兒的自發性，並賦予意義時，兒童就可以發展出「真我」。若母親不夠好，則出現「屈服順從」的反應，使幼兒人格中的一部分被孤立出來，而形成「假我」。(Winnicott, 1971)

成長篇



參、第二階段成長團體紀錄

第一次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 15 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)研習日期：95 年 9 月 22 日。

二、團體內容：討論團體期待與規則

活動一：團體期待之一（大團體討論）

一、對於團體的訓練，成員期待增進以下處理學生問題的知能：

- (一)處理學生討好的行爲、不信任及無助感，因為感到一切都無法改變。
- (二)處理憤怒的表達。除此之外，還有如何協助其度過憤怒的感受，如何縮短其憤怒的歷程。
- (三)處理焦慮、孤獨、反抗及選擇性沈默。
- (四)處理攻擊，因為學童遭遇家暴後可能成爲加害者，會組織班級上的團體，來排擠或欺負同學。
- (五)母親受暴後，其情緒狀態跟孩子情緒之間的連結；例如：姊姊是緊密的，但妹妹是疏離的。或有時候學生成爲照顧者的角色，此即家庭動力、系統、功能與界線的議題。家長有很多問題——家庭系統的問題。
- (六)疑似家暴狀況，學童出現退縮或恍神現象時，該怎樣處理？

二、成員對於團體訓練及自我成長的期待：自我覺察、看自己的家庭系統。

活動二：團體期待之二（大團體討論）

成員討論團體規則，其一涉及團體內部互動，其二涉及工作單位中的經驗分享：

- 一、團體中談及個人的工作狀況或組織動力時要遵守保密原則，避免不經意地洩密。
- 二、在保密原則下，案例討論在技術層面上可以分享給學校同事。

第二次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 15 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)研習日期：95 年 9 月 29 日。

二、團體內容：

活動一：暖身活動

一、進行方式：

- (一)每位成員輪流帶領身體活動（運動）。
- (二)邀請每位成員張開雙手，將雙手慢慢環抱身體，並對自己說 1-2 句話。
- (三)遊戲主人 vs. 客人：
 - 1. 每人 5 分鐘。
 - 2. 最後 1 分鐘提醒大家時間。

二、內容分享：

(一)遊戲規則：

- 1. 主人帶客人介紹家的環境（或是屬於自己的地方）。
- 2. 可以天馬行空任意想像與形容，如抱枕→瓦斯爐。
- 3. 看見的東西不再僅是原來的東西。
- 4. 遊戲完後，謝謝彼此（主人與客人）。

(二)歷程分享：

- M：過去不知道當主人會感覺這麼快樂，雖然不同於現實的環境，訴說心裡的感覺，感覺上很滿足；當客人感覺很有趣。
- J：當主人時，是具像現實生活的呈現，想像對我而言不容易；當我是客人時，對方也是如此。過程中，讓我深刻地感受到自閉症兒童的困難。
- E：天馬行空的想像，水晶燈讓空間感覺很明亮，當主人時很開心；當客人時，我感受到對方平日困擾的事。
- F：希望為自己找一位打掃的人，但不想外人進入，所以我都還是自己來，想像冰箱一樣，可自動發訊到各店家補貨、自動洗碗機等。
- P：很好玩、很滿足，很像回到小時候，感覺變好好！
- N：我喜歡小閣樓與封閉的空間狀態，過程中，我可以自己選擇什麼時間出門與人接觸，何時自己獨處，喜歡簡單寬闊的空間，有書櫃、竹林等。
- C：當主人時，感覺滿足而快樂。過程中，對於我需要的空間，我會多加著墨，進而讓我覺察到內在有深沉的東西，但是我還不太清楚那是什麼。
- L：在我的陳述中，感受到內心的探索與需求、人的互動與心靈深處的東西.....，

感覺到對方需要溫柔地被對待。

活動二：安全空間的設計（約 25 分鐘）

一、進行方式：

- (一)選擇一個小物件代表自己（主角）。
- (二)在這個空間裡，替小物件設計一個空間，一個可以讓物件感覺到舒服自在的地方。
- (三)最後 1 分鐘的提醒。
- (四)成員分組，彼此分享。
- (五)冥想（約 2~3 分鐘）。
- (六)書寫（約 10 分鐘）：
 - 1.準備紙筆。
 - 2.立即速寫，不要思考太多。
 - 3.文章開頭的寫法是：「我發現.....。」
- (七)結束：
 - 1.替作品去角色。
 - 2.告訴分享的夥伴：「作品已烙印在我的內在世界。」

註：冥想目的在於，物件終究會被收走，無法長期保存，此方式可以協助我們連結到「真實世界與安全世界」的祛除，並避免物件被收走時所帶來的傷心、失落感覺。

二、內容分享：

- (一)活動歷程：
 - 1.成員開始尋找小物件布置自己的空間。
 - 2.有些成員陳述家中的情形或事件。
 - 3.分享期望中的空間與生活。
 - 4.陳述現實的生活狀態等。
 - 5.團體成員作品的空間配置。
- (二)安全空間設計分享指導語：（依成員人數進行分組）：
 - 首先分別自由述說，分享空間設計。
 - 主角如何看待自己，例如自己的性格等。
 - 周遭他人如何形容與看待主角：
 - 如果物件會說話，它們會說些什麼？
 - 如果物件彼此會對話，對話內容為何？
 - 什麼代表力量？力量是什麼？
 - 其他成員可自由發問。
 - 行走過程中，注意周遭，小心別踩到作品。
- (三)冥想活動指導語：
 - 試著完全跟自己在一起。



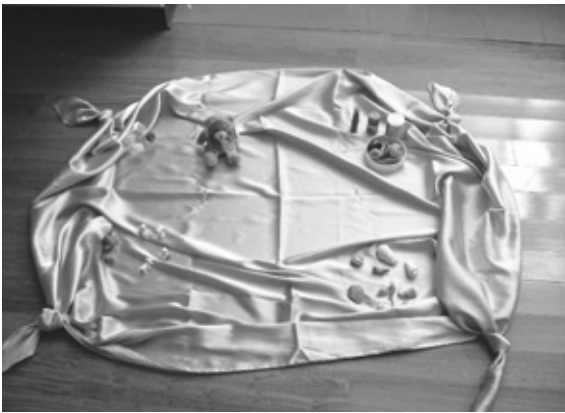
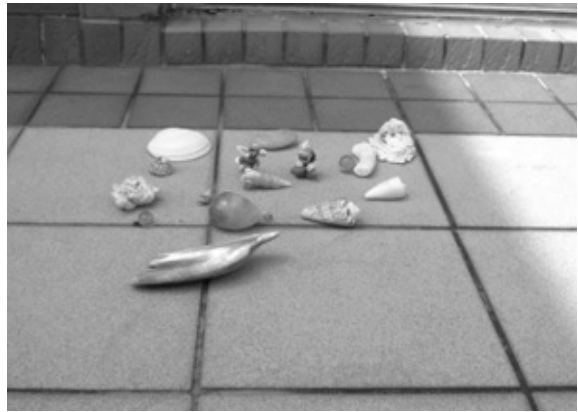
- 慢慢打開自己心靈的眼睛。
- 將注意力放在自己的呼吸上。
- 用自己的速度，做幾個深呼吸。
- 吸進更多新鮮的空氣，呼出身體的疲累。
- 將注意力放在心靈上，打開心裡的眼睛，打開心靈的照相機。
- 感覺其顏色，嗅聞其味道，並將其放進自己心靈的世界。
- 可以再度修改此空間，運用自己心靈的力量，斟酌可以增加些什麼，或減少些什麼。
- 用心靈的眼睛看見所有的畫面，包含顏色、味道等。
- 看見並感受那股力量的存在，例如安穩、舒服、自在、信任等。
- 當我數到 1 時，再輕輕把眼睛張開，拿起我們的筆跟紙。
- 5→4→3→2→1，慢慢張開你們的眼睛。

(四) 歷程活動分享：

- N：發現自我內在的東西，它不見得可以馬上在當下與夥伴分享，但是在書寫時，卻感覺到很安全，不經思考，完全跟自己在一起。
- O：我挑東西時，很直覺性地挑選。透過「說」的歷程，內心更清楚，並且發現更多的自己。
- A：訓練自己的覺察力。在他人述說的過程中，自己也獲得安慰與撫慰。
- B：將剛剛的場景放進自己的真實世界裡，感覺更真實、更舒服。冥想的過程使得它更完整、真實，進而讓我產生力量。
- E：具體化，將感覺具體說出，整理自己的感覺，做一番沉澱的工夫，更具體化自己的意象。
- J：選擇物件時很快速、很直覺，擺設的時候也不遲疑。剛剛書寫的過程引發出情緒，自己的需求也更具像化。雖然引發出的是負向情緒，但是卻更強化正向的力量。
- D：更了解自己。剛剛的感覺像在拼圖，透過與他人互動，可以重新整理，慢慢地看清楚。從分享與回饋中，跳脫出來看自己。「有什麼是可以改變的？」這個問話，會使人產生改變的力量。
- L：探索內心真正的自我。「力量到底在哪裡？」這一句話非常好，可以引導個案內在的反省與覺察，進而產生力量。
- B：對話很有趣，有些東西會出來，這包含兩個部分——第一是自己原本想說的，第二是物件能發揮它的力量，這是自己（個案）沒注意到的部分，但是物件自己會說話。

(五) 安全空間的設計實作：

參、第二階段成長團體紀錄





活動三：結束團體

一、結束團體指導語：「每一個成員，用一到兩句話，說說今天。」

N：我看見自己的投射。

P：重新認識自己。

M：有被安慰的感覺。

L：看到活動的力量。

K：帶著紫色的浪漫，走向現實的世界。

J：兩次參加團體的情緒不同，這一次心情比較安定，專注力有提升。

G：有超脫現實的感覺，覺察並發現自己的狀態。

I：每個人都有自己的一片天。

H：今天可以好好休息、照顧自己。

F：感覺不滿足，或許是因為自己之前已經有過自我對話。期待老師可以做片段的示範。

E：我一大早來時看著太陽，吹著風，心情就很好，今天的太陽與風影響了我的心情，現在的我感覺非常好。

D：今天跟自己相處是蠻足夠的，感覺很好，有滿足感。

C：發現力量與感動，將其轉換為實際的行動，如擁抱或感謝。

B：風，讓我感覺心是自由的，非常快樂。

A：第一個活動沒有感覺，第二個活動讓我發現自己的能量，對他人充分信賴也是一種力量。對話非常重要。

O：更覺察我自己——力量的覺察。

二、團體成員彼此靠近，手牽手，視野輪一圈看看彼此，並看看左右兩邊的夥伴，團體結束。

三、教學篇：物件與活動核心的目的

(一)速寫：類似冥想的概念，協助個案「向內」做整理，較安全；有時物件也能協助個案說話。對話過程則為「向外」的整理。

(二)安全空間的營造與設計：

- 1.可於團體或個別工作的初期使用，較不具危險性。
 - 2.投射與象徵的運用：透過對話、問問題的過程，使象徵與投射更清楚，例如鱷魚看似兇猛，但觸摸後，卻發現是軟的。
 - 3.物件本身帶有一些訊息，可將個案內在的東西帶出來。
 - 4.一個人的內在世界很難以言語說出，當其被外化與具體化時，即可被個案自己操弄，引發內在力量的產生（扭轉的力量），此過程具有象徵的意義。
 - 5.外在擺設的動作能引發內在；在擺設的過程中，個案會一步步往內找，完全跟自己在一起。
 - 6.初期使用時，此方式可協助治療師了解個案蘊藏的重要議題，投射個案的恐懼、需要與渴望等。此方式亦可用來尋找內在資源與力量，來協助個案。
- (三)冥想：彌補有形物質的不足；有形的物質都是有限（制）的，而內在世界是無限的，想像力是沒有限制的。
- (四)主人 vs. 客人遊戲活動：它是根據「物質是有限的」的概念發展而來，活動目的在於打開想像力與象徵的可能性，但是目的並非單一面向，它具有彈性，像容器一般，可以承載眾多意義，雖然和前面的「安全空間設計」活動都屬於自我投射型活動，但它對每個個案的意義與感受卻不相同。此活動為想像力與象徵的訓練，可作為物質世界與心靈世界的橋樑。
- (五)Q & A：
- Q：這樣的活動是否適用於 10-15 歲的孩子呢？
- A：我的經驗是最小用至 6 歲，但時間上大約僅 40 分鐘。
- Q：活動中，我擔心孩子會不會開始拿物件起來玩，而未帶來覺察的效果？
- A：依過去經驗，孩子會玩，但是仍是會擺設物件，也可以述說。不然也可以使用較大型的工具（如用巧拼蓋成一間房子，孩子可以進去），不一定只能使用小物件。
- Q：小孩在活動中都只做體驗，而不進行分享嗎？
- A：仍然可以分享，成員彼此間一樣可以自由發問，但是在訂定與說明團體規則時，必須強調「不批評」的原則。例如，其所使用的引導語是：「這樣的作品裡，你最喜歡的是什麼？」藉此獲得其他成員的（正向）回饋。
- Q：會不會都挑不到孩子想要的東西？
- A：會，其原因可能如下：1.物件預備不足，如缺乏自然類象徵；2.孩子可能有一些狀況，不敢挑；3.孩子的特質是永遠覺得不滿足。
- Q：有帶過孩子們參與這項活動嗎？過程中，孩子們會不會因為爭奪同一個物件而發生爭吵？
- A：有，治療師可以處理當下爭吵的議題（here & now），協助雙方進一步作澄清，讓孩子知道這個空間裡是可以並容許爭吵的，但是走出團體後就不行。另外，治療師並非以帶完整個活動為團體目標。



第三次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 14 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)研習日期：95 年 10 月 13 日。

二、團體內容：經歷與探討——權力和暴力議題（單元一）

活動一：暖身活動——黏土

一、進行方式：

- (一)成員扮演黏土雕塑。
- (二)扮演材質為風、大象、蛇、狗。

二、內容分享：

(一)暖身活動指導語：

- 把自己想成一塊黏土，請大家自由轉換。
- 我可能會說：「變成一陣風」，大家可以自由地變成風。
- 還會有兩個詞，一個是凍結、另一個是解凍：
 - 凍結就是定格，將你的動作停止。
 - 解凍就是解除定格，回到比較舒服的姿勢。
- 不論我說的是什麼，不論是有生命或是無生命的，都讓自己處在動的狀態。

(二)身體移動指導語：

- 現在請大家自由的移動，有上、有下，自由地在這個空間裡移動。
- 讓你的動作加快.....。
- 慢慢地換一個移動的姿勢.....。
- 慢慢地把身體擴張到最大來移動.....。
- 再慢慢地把身體變最小，還是在移動.....。
- 慢慢地讓你的身體恢復成自然的移動。

(三)風的指導語：

- 讓這塊黏土成為風，可能是微風、狂風、暴風.....。
- 如果風有聲音，可以讓他有聲音。
- 凍結，如果拍到你，你這個風想說怎樣的一句話。

(四)歷程紀錄：讓我飛翔、在空間飄來飄去、這裡好舒服、我想慢慢飛、老早想飛、颳大風、自由更多自由、涼風、來跟我玩、柔軟舒服、涼涼微風、好舒服。

活動二：權威者舞臺——探討權力議題

一、進行方式：

- (一)場景詮釋。
- (二)集體黏土雕塑。
- (三)分享。

二、內容分享：

(一)場景詮釋指導語：「大家看這個場景的想法是……？」

(二)歷程紀錄：裁判、主管、考生、口試、法官。

(三)集體黏土雕塑指導語：

- 現在玩一個遊戲，一次加上一個人，讓這個場景更有權力。
- 第一個人加上去時，要讓這個場景散發權力的感覺；第二個人要比之前那個人的場景更有權力；每加上一個人，就要比上一個場景更有權力的感覺，像黏土一樣層層加上去。
- 上去的人定格，可以用一些道具。
- 點到你的時候，說出你這個角色最想說的一句話。
- 點到你時，就重複一直說那句話。
- 成員聲音隨互動改變。
- 解凍。

(四)活動歷程紀錄：

A：唉！真糟糕！

B：靠！

C：你是什麼東西！

D：怎麼會這樣？

E：事情怎麼喬的？

F：這事我來處理。

G：竟敢擋在我前面！

H：這是什麼東西？

I：亂七八糟！

J：搞什麼東西？

K：看我拍到什麼東西（做攝影狀）。

L：你在做什麼東西？

M：這樣的東西你也敢拿出來！

N：在這裡看真爽！

O：真無聊！

(五)歷程分享：

A：不同的聲調、措辭和肢體動作會有不一樣的感受。

B：生氣和責備會讓人有權力的感受。

C：氣氛會影響權力的展現。聲音很重要，先聲奪人。

D：如果沒有人隨之起舞，權力就無法展現，和他對話的人也會跟著降低。

E：官話好長。



- N：冷眼旁觀看權力一直加上去，第一個加上去的人就感覺很渺小，在外圍反而是最有權力。
- M：外圍是會讓人感到折服的，不一定要靠聲音或動作。
- O：漠視的行為也是一種權力。
- G：輕蔑的態度也是一種權力。
- K：看到應對權力的模式，它可以是不說話、不討好的反應模式，不去硬碰硬。
- L：權力是累加上去的。
- I：內在的憤怒。
- H：一開始感到很害怕。
- F：發覺自己（第一塊黏土）反而不是最有權力的。
- K：感覺自己內心發出不好的聲音時，其實同時存在著兩個聲音，有好的也有不好的。權威者的存在是帶有責任的。
- B：把責任喊出來，會感到罪都在別人身上。（例如說：「你到底在幹什麼？」）
- C：我以為權威者是非理性的角色，因而會去思考權威者的樣子是怎樣的。
- E：權威者（角色 F）是有示範作用而存在的，權力之間的衝突好像是在比氣勢，跟事情本身無關。
- E：感覺背後有一股力量，會想說：一切就由我來處理。
- D：越叫越爽，憤怒的感覺就會出來。
- H：德高望重也是一種權威。
- B：情況變成相互互動，對人不對事的呈現。
- A：有些時候希望自己能有權威的一面。
- F：像角色 F 站在桌子前兩手抱胸，這樣的位置就很有力量。
- C：角色 F 同時也是一個壓迫者。
- G：情境的聯想。
- N：有照片的人是有權力的。
- G：真無聊的一種態度。
- C：對於權威的氣勢……等，是對應老師指導語的解釋。
- M：解釋場景的權力就是一種權威，就像是媒體一樣。
- N：我看到的是，有一位理性的人在看待這些東西。
- G：一些原始的東西或訊息（真無聊、哼），會帶來不同的情緒感受。

活動三：權力劇場

一、進行方式：

(一)進行集體黏土雕塑活動，指導語如下：

- 圍成一個圈圈。
- 先介紹兩個名詞：
 - 加害者代表有資源、有權力、有能力。
 - 受害者代表相對缺乏資源、權力、能力。

- 跟前一個活動一樣，這也像是黏土活動。用身體去展現加害者和受害者。扮演加害者時面朝內，扮演受害者時面朝外。
- 加害者和受害者會交替出現，呈現的動作要一直換，不要一樣，因為加害者和受害者有千百萬種。如果有聲音，也可以加上去。
- 練習4次。
- 現在把中間當作舞臺，來做集體雕塑。先保留聲音，跟之前一樣，一個加害者先進來，下一個進來的是受害者，並回應前一個加害者；下一個進來的又是加害者，去回應整個狀態。
- 雕塑。
- 點到你的時候，就說出你這個角色最想說的一句話。
- 點到你的時候，就重複一直說那一句話。
- 嘗試各種組合：(C、I)(L、K)(E、H)
- 解凍。

(二)分享。

二、內容分享：

(一)活動歷程紀錄：

- B：你為什麼打我？
H：我不存在。
A：你竟敢這樣跟我說話！
J：你看看我。
E：不關我的事。
F：對不起，都是我的錯。
I：停！停！停！大家都不要吵了！
G：怎麼都教不會！
D：你們不要再吵了（哭）。
C：你們兩個在搞什麼？
L：啊.....！
K：誰是加害者？誰又是受害者？

(二)歷程分享：

- H：踢椅子是一種發洩的經驗，家暴可能就是在這種模式下發生。
J：扮演一個受害者（你們不要再吵了），有同理到之前個案經驗的感受，喊到最後有想哭的感覺。
K：有不理解、不懂、委屈的感覺。
L：握有權威但不想攻擊，只想解決事情，有不捨的感覺，這對於漠不關心的加害者是很不常見的。
M：有很想大叫的感覺。
N：我處在一個旁觀者的角色，有很想拯救他們的感覺。
O：我問道：「誰是加害者？誰又是受害者？」這其實是自己心中一直存在的疑



惑。感覺場景很混亂，就想拿布蓋起來，蓋到後來，那種蓋起來的感覺，會讓我想圍一條線。這是我這幾年來受到系統觀的影響，會想從上方看這整個結構。

- O：有無力感、同理的感覺，有點像角色 L 的大喊。
- O：習慣了受害者的動作、角色，最終因為我承認了，所以所有事情都可以在我身上終結。
- B：想說：「這不是我的錯」，漠視比憤怒更難展現，因為憤怒有情緒在，漠視就比較和外界切斷，有點被剝離的感覺。
- C：雖然說：「看看我」，其實內心有一股憤怒，如果都這樣了還不成，那我就再也不要別人的愛，要和外界隔絕了。
- G：本來想說：「我不存在，你就不會看到我了」，我想變成地板或對方的一隻腳，這樣你都不會看到我。
- E：角色 L 讓我很難過，先前與個案互動或會談時，如果不順他的意，他就會尖叫，整個走廊都可以聽到，某一刻會有想責備的衝動。我把個案與角色 L 連結在一起時覺察到，受害者會餵養加害者，我發現我差一點成為加害者。家暴事件發生時，加害者往往會認為：「是你讓我成為加害者的！」
- F：我在角色中看到兩人在爭執，我過去指責他們，其中一個加害者也轉向我，我反成了受害者，然後又有一塊布蓋下來，被攪進去成為受害者，很混亂，感到無助也無力。
- H：我沒辦法找出誰是加害者、誰是受害者，角色 L 最後大喊一聲「啊……」，應該是大家內心的感受。有時候，我們還是可以有選擇權的。
- O：一部分的我想蓋住，加害者也不想看到，受害者也不想看到。整個局勢是渾沌不明、混亂而困惑的。
- G：我發現，自己會不自覺地去扮演受害者的角色。

活動四：結束團體——去角色

- 去角色指導語：我是 XXX，我想留下的是……，我想帶走的是……。

三、教學篇 Q & A

Q：為何要做這個活動呢？

A：我們每個人看到的權威並不一樣，而看待及行使權威的樣式也不計其數。在劇場做出的舉動有可能是我們平時想做而不能做的，用劇場的無所不能去看到不同的可能，這是開始的暖身。這個活動大約適合於國小五年級到青少年使用，可以連結到生活、學校或家庭。有可能說出的話是因著其他的因素（次文化、新聞等）而來，但如果一次又一次的演出中，閃過的畫面特別深刻的話，就可以有很多的討論。我示範是有意義的，因為我們可以很容易展現和善的一面，但是被我們壓抑的東西其實很有能量，很可能是不容易展現的。我這次示範的用意在於帶給成員經驗：我可以超越我所認定的限制，可以展現得更多。劇場是假的，所以有些動作是 OK 的。

第四次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 15 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)研習日期：95 年 10 月 20 日。

二、團體內容：經歷與探討——權力和暴力議題（單元二）

活動一：暖身活動

- 一、說自己的名字，並以動作代表自己。
- 二、暖身活動指導語：每位成員先告知大家自己的姓名，並做一個代表自己的動作，依序輪流。

活動二：雕塑這星期的心情

- 一、活動指導語：
 - 四人一組，每位成員皆輪流當主人，其餘成員當黏土。
 - 雕塑時，最多三塊黏土，最少一塊黏土。
 - 主人先做動作給黏土看，黏土跟著做，然後就凍結。
 - 一塊銜接著一塊雕塑。
 - 每塊黏土皆雕塑完畢後，印入（照相進入）主人心像後即解凍。
 - 完成雕塑的組別，席地而坐，彼此分享。
- 二、內容分享（舉例）：
 - (一)這星期的生活與心情是……。
 - (二)剛才各種雕塑的目的是……，想要表達的情緒和狀態是……。

活動三：黏土雕塑——角色雕塑

- 一、活動指導語：
 - 兩人一組。
 - 兩人小組各自找一個空間，盡量不要靠牆。
 - 我會說兩個角色，例如師生、父子、母子、夫妻等，兩人共同雕塑此關係形態。首要前提是，這個形態是你們所不喜歡的形態。
 - 哪一位成員先想到欲雕塑的主題時，就有先進行雕塑的主導權。切記，雕塑時兩人不可以說話交談。
 - 兩人雕塑完成不喜歡之關係形態後，隨即凍結。
 - 請用「眼睛餘光」觀看其他組成員的雕塑形態。
 - 各組現在有 5 秒鐘改變關係形態的時間，各組都有三種選擇：



- 維持原狀（不改變）。
- 小組內進行改變。
- 若不喜歡組內的關係形態，可以跑至其他組別扮演任何一個角色。

二、大團體分享：

- E：我剛剛想往回看，原本不太想配合，但是仍舊是配合了。我平日就是不習慣拒絕他人。
- O：三種關係中，我都沒考慮去其他組。平日的我在改變關係時都很慢，這一種關係會不斷循環；我都先解決眼前的問題，再研究下一個。尤其是師生關係，我的處理方式速度最慢。
- N：「改變」不一定會照自己的想法來發展，努力過後也不見得會有改變，需要經過討論才會知道對方想什麼。人的互動中，沒有固著的形式，除非有更多的線索來了解他人。
- M：我日常生活皆憑直覺行事，今天的「停留」，讓我看見雙方互動的微妙改變。
- J：扮演時，內在有心痛的感覺，權威者對他人幾乎沒有太多的傾聽，有時我還感到孤單。扮演時，一方的動作將帶出另一方的動作，我在配合過程中，也感受到開心與快樂。雕塑過程中如果自己有感覺，我也可以直接告訴對方。
- H：我們習慣用語言溝通，剛才的過程都沒有語言，所以很難表達自己的想法。扮演歷程中，各自詮釋彼此動作的意義是什麼；所有過程的詮釋大多是站在自己的角度來觀看。
- G：感覺到人與人互動的動態歷程，也許可以改變任何一種互動形態。至於不用語言的部分，我想對於社交技巧差的孩子可加以運用。
- I：我發現自己在處理夫妻關係時，速度較快。我都會優先考慮處理好自己的夫妻關係。我比較會去觀察老闆與丈夫.....。我想人與人的互動不只一種模式而已。

活動四：壓迫者劇場——受害者角色的替代

一、活動指導語：

- 各組人數至少 3 人，實際規模依團體成員人數而定。
- 角色必須包含受害者、加害者與協助者至少各一名，由組員自行決定自己想扮演的角色。
- 第一階段：先編寫連續劇第一幕的部分（劇情可以用口語表達）。
- 每一組先輪流表演第一幕，其他成員當觀眾。
- 輪完每一組的第一幕表演後，視情況而定（不一定要照組別順序），各組分別上臺再次表演第一幕，其他當觀眾者可以隨時喊卡，上臺替代劇中「受害者」的角色，如果沒有任何觀眾喊卡，這一組將持續表演第一幕。
- 若有觀眾喊卡，此觀眾即上臺扮演「受害者」的角色。除非新受害者的表現非常不一樣，不然加害者與協助者無需改變動作與原先相同即可。
- 約 2-3 位觀眾上臺扮演（替換）受害者後，再由原先扮演受害者的成員再次上臺演出，而且不一定要用原來的方式來扮演。

- 去角色（例如：「我是 XXX，我不再是 XXX 的角色」）。

二、團體歷程分享：

I：.....有時感覺理虧，打不下手。

L：.....感覺另一個人不了解狀況，還來幫忙，會讓人更生氣.....。

J：覺得如果支開一個人就可以產生改變。.....如果小孩子逃家，覺得我想救也救不了。.....我剛剛那樣說，是想為孩子求情。

K：L 一直碎碎念會讓我更生氣；J 說他是在說情，我倒是沒有感覺到。

活動五：團體結束

- 團體結束指導語：「以一句話結束今天團體。」

I：我是 I，我不想扮演加害者，我想帶走覺察的能力。

D：帶走笑聲與覺察。

C：帶走內省與覺察，不要再當壞爸爸。

A：事情可以改變或掌握。

B：覺察的敏銳度。

M：不同角色的體會。

G：天馬行空的創造力。

F：各位的創造力。

L：覺察被害人其實也是加害人。

J：對協助者的覺察與自我的覺醒。

K：發現加害人在剛剛的混亂中消耗氣勢.....。

第五次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 14 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)研習日期：95 年 10 月 27 日。

二、團體內容：團體回顧與討論

活動一：10/13 團體回顧與討論

一、雕塑活動之原則：

- (一)團體更新：由於是在團體初期，且接連放假兩週，因此讓大家談談目前近況，一方面培養大家的默契。
- (二)黏土雕塑：
 - 1.約略可分為自然界/動物界、陰/陽。
 - 2.青少年可考慮：
 - (1)我希望他投射成什麼模樣，例如天使、魔鬼、上帝、閻羅王（一方面呼應陰/陽）。
 - (2)他們自己想投射成什麼模樣，可以問：「你們想當什麼？」，例如過去曾經經驗過的事情。他們想投射的都與性議題有關，因此之後就改變主題，對他們而言就只是遊戲，對治療者而言可知道要處理的議題是什麼，這可以在自然的情況下呈現出來，可以用來抓取議題。
 - 3.不一定要角色說一句話，但是這樣做可以幫助成員進入角色（例如說話、互動），幫助成員對自己有更多的體會。
 - 4.指導語從「走路」變為「移動」是有意涵的，代表其他可能的改變或彈性，可以上、下、左、右移動。如果有其他的可能性，就會有希望，改變一向以來的無助感。表達性藝術治療用此方式去展現，用身體去體會改變，去體會身體與空間的感覺，覺察其是敏感的或是關閉的，用身體去打開其僵硬度，讓他可以注意到空間與環境，可以專注在自己的移動上。
 - 5.運用大象的方式互動時，對於青少年或兒童要注意到身體和肢體的界線，可以改為「打招呼」而不要「相處」，改指導語為：「要知道對方願不願意……？」此時，治療師可以示範。如果孩子出現不愉快的狀況，如果是在劇場內，讓他們感覺打架、攻擊或被攻擊的感覺，去分享當狗、攻擊、欺負的經驗，再連結到他們的生活經驗，這樣就達到其目的。
- (三)權威者舞臺：高年級較易進入角色，曾經有孩子說拿著遙控器在看電視時，遙控器就代表掌握感、控制感。我們可以連結到日常生活經驗；雖然我們在這裡做得比較少，但未來在帶團體時可以放比較多的比重。

二、Q & A：

Q：如果孩子不想移動呢？如何處理、解讀他？

A：我會說：「你不想移動，想在那裡」，「有些狗.....有些狗不想移動，狗是自己的主人。」這種說法表現出我不會去推他，這是不同於傳統治療的處理（「他不想進入」），而是認為他是用他的方式來進入。唯有我接受，孩子才會接受，才有後面的可能。不想聽老師的話也是一種參與，看看其他孩子會說什麼；如果是善意的，或許他可以瞭解。有時會有一個休息區給退縮的孩子待著，可以說：「跟在那裡的狗打招呼。」看似害怕、不想、無聊、不好玩的孩子，可能是不會玩，或在家被當成大人很久了。在劇場中，只要不傷害他人下，沒有什麼是不可能的。

Q：如果大家都不動？

A：一開始可以讓他們就動，不要排排坐或做口語介紹，改成立刻動（玩玩抓鬼、紅綠燈）；坐越久，越動不起來。討論規則時，也可以讓他們來演，以此當做暖身。

Q：如果在舞臺中引發出孩子在家的感受，該如何處理？

A：在分享的時候做連結，「大家說說看，當受害者的心情是什麼？」連結到日常生活經驗中大家的心情，讓孩子把心情口語化。如果心情可以說出來，我們才可以同理、處理。可以討論「當我害怕的時候，可以.....」，也可以畫畫，增加自我安全保護或自我安慰的能力。

Q：三個人演戲的動力夠嗎？

A：會不夠，使用物件擺放或玩偶會比較 OK。

Q：如果團體有兄妹呢？

A：來了就帶吧，不會讓成員背景很快就出來，可以一開始就使用綽號，去除兄妹之間「要照顧對方」的議題，告訴他們老師會照顧大家，如果有抱怨，在團體之中就要請他找老師，告訴他：「在家裡你已經夠辛苦的了，在這裡你可以找老師。」過去的經驗是，當團體夠長的時候，孩子早已忘記照顧這件事。孩子可以分出團體外/內。

Q：如何看待「我和問題是分開的」這個觀點？

A：就如同我們在做物件擺放的活動，拿一個物體代表問題，讓他去放，會有距離，而且一定比他原有的還小（具體化）。這都是象徵。

活動二：10/20 團體回顧與討論

一、團體回顧討論：

(一)壓迫者劇場方式之一：1、2、3 幕一起演，之後讓觀眾問問題，透過問的過程，疑惑可以討論、解決，也可以幫助觀眾瞭解感受，幫助演員去體會感受，使雙方的感受更深刻。

(二)壓迫者劇場方式之二：

1.讓小組去演衝突、壓迫的角色，可以有 1、2 幕，不要有解決的角色去演，讓



團體、觀眾可以有一個經驗的機會，這是一個「做中學」的概念，你可以不用口語建議，上去演就知道是否行得通。

2. 辛苦的是加害者與協助者。
3. 最後讓受害者回來演，一方面他有自己的想法，另一方面他也看到別人的應對方法，可以去演他自己的不同可能。
4. 讓加害者更像一個加害者，讓受害者更加典型，這都會有所助益。

二、Q & A：

Q：為何不替換加害者？

A：當我們是加害者，為何不讓加害者改變就好了？通常我們都在等待，empower受害者，而不是去等待加害者改變。不要去期待加害者改變（這是一個哲學觀），孩子處在加害者角色時也會有感覺，例如，我想留下加害者的力量。除非受害者改變了，加害者才去改變；除非加害者意識到，他才會改變。

Q：如果我們的工作對象是加害者呢？

A：1. 當我們工作對象是加害者，他們可能也是受害者。

2. 人在感覺到自己時，才會有所改變，才有產生防禦機轉。團體施加在他身上，讓改變的重心再回到自己身上，加害者可以回到受害者的經歷。我們要改變、觸碰到他的痛，處理加害人的心靈。

3. 只改變受害者，因為受害者反應維持不變，加害者就不會改變。所以，當受害者改變時，加害者才會改變。人會改變，是因為受到威脅。

4. 演到最後，飾演加害者的角色就停下來了，這或許是因為受害者變成加害者了。受/加害者是一體兩面的。

Q：當孩子同時是加/受害者的身分時，有沒有可能改變？

A：人不是單一系統。如果能改變一項，就像打水漂一樣，人的一個改變相信會影響到其他行為。

第六次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 12 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)研習日期：95 年 11 月 3 日。

二、團體內容：經歷與探討——自我內在聲音壓迫的議題

活動一：暖身（略）

活動二：團體討論

一、Q & A：

- Q：帶團體的活動需要先整合嗎？會不會有重疊的部分？
- A：安全、界限、情緒等內容，每一個人來帶，都會有不同的感覺。也許在小組討論中，可以將活動加以變形與調整。
- Q：需要更多活動內涵的解釋嗎？
- E：當場檢討與解釋比較好，因為隔了幾週後，之前的活動都很模糊了。我想，當週的記憶會比較深刻，比較好。
- Q：設計團體時，是否得考慮團體歷程的銜接性與連續性？
- A：如果可能的話，這麼做當然好。但是可能會很麻煩，所以沒有關係。你們的期待或方向是什麼？可以想一想，說出來大家可以討論。往後的大原則是針對可以運用於個別工作活動上的帶領。還有沒有其他建議？回想一下前幾次的團體，像是界限、情緒（包含生氣、失落等）、策略、孩子的自我保護等，什麼是重要的，因此必須再加強？何者對於輔導工作能更有幫助？
- Q：目睹兒與家暴的孩子可能會展現不同的形態，如退縮或攻擊，如果將他們聚集在一起，要注意哪些事項？會不會有學習到其他不好行為的可能？
- A：活動核心在於保護孩子：
- 1.我在訂定團體規則時，就會跟孩子們討論。
 - 2.「此時此刻」技巧的運用：也許引導孩子們用畫的方式帶出當下情緒與覺察自我狀態等，並加以討論。
 - 3.在團體中，暴力是可以被允許展現出來的。領導者可以藉由處理團體事件，讓孩子感受到其與老師平日慣用處理方式的不同之處。
 - 4.或者我會對孩子們說：「我很高興，也很謝謝你們有衝突，因為你們今天的衝突，讓我們（團體成員）可以有更多的學習。」此方式也會讓孩子覺得，吵架原來也有那麼大的空間。
- Q：原來的（結構性）計畫隨著團體的改變並進行（非結構性）調整，我想這才是



更大的挑戰！引導孩子體察目睹暴力、遭受暴力的感覺是什麼時，可能有以下兩種顧慮：

- 1.我覺得很困難，因為我們是老師，都會希望暴力快停止。我想，我們自己角色的轉換也是很困難的。
- 2.我們讓孩子重新經歷情緒與感受時，不免害怕孩子會再度受傷害，擔心我們沒有盡到保護的責任，自責我們沒有處理好.....。

A：如果真的僅有你一個人帶團體，那團體 6 個人就好，不要太多，這是最安全的方式。而且，團體裡頭不要有特殊兒童（注意力缺損過動症等）。一般來說，這個團體規模應該可以讓帶領者照顧到每一個孩子。

Q：我所知道的家暴兒童在學校裡也會有暴力行爲。如果整個團體都是這類型的孩子，要怎麼處理？

A：團體成員不一定要全部都是有暴力的孩子（例如可以半數一般的孩子，半數具暴力行爲的孩子）。根據我的經驗，比率 1 比 3（1 位老師搭配 3 名孩童）的團體精緻度最高。

Q：被邀請來的孩子，需要說明參加團體的目的嗎？

D 的回應：減少標籤，給予正向的回應，例如學習如何交朋友、於各班張貼海報廣告（填寫簡單的個人資料，星座、血型等，再進行抽籤）、你可以幫助他人所以被推薦等。但是要提防，帶領歷程一不小心會變成同樂會。這一次已經跟這些孩子有一些連結了，我會跟他們說「我們是有共同困難的夥伴，我們一起來努力」。但是我想，守密的議題需要更小心。

A：可以做正向的邀請（例如宣傳上寫「戲劇小團體」）。邀請時，孩子都知道自己的狀況（例如單親）。

Q：我原本想的跟 D 一樣，想直接跟他們講清楚。可是這樣講出來，我內心會有顧慮，擔心這樣做並不好。當然，團體會改變名稱。

A：我覺得沒有什麼不好！

L 的回應：先由老師推薦或學生自由報名，再一一面試，一個一個談，談完後，有意願的孩子再進行抽籤（前提是以有意願參加的孩子為主）。過程中會告訴孩子：這是一個什麼性質的團體，團體中可以有什麼樣的成長，挫折、生氣的情緒都是正常的，我們可以在團體裡學習如何表達自我情緒等話語。團體的宣傳主題以陽光正向的方式為主，如情緒管理、人際互動或自我成長等。因為在學校裡進行活動，所以不想讓太多同學知道這些孩子來參加。

G 的回應：我想方法大同小異，也是抽籤決定，而「超人特空隊」之類的主題好像也與內容沒什麼關係。但家暴相關議題團體的秘密性高，也許會私底下邀請，會說一些共同的背景，但不會直接提到家暴。

二、六格畫的討論：

洪：六格畫很實用，即以六格漫畫創造故事，可以幫助每一個人多說一點經驗、體制的壓力、複雜的牽扯等。

K：當 Leader 時，得先處理自己的內在，例如自己面對權威、衝突時的詮釋歷程。

如此一來，我們才能了解自己的反移情。先掌握處理個人內在（在團體中，打架是被允許的→不符合文化脈絡）的作法，這是很重要的。

洪：其他人的感受到什麼？其他夥伴也有相似的經驗，我們可以說完再進行雕塑，想到什麼都可以說。在夾層裡，你的感受是.....？

A：在思索可以用什麼策略讓老師們去執行.....？

K：權力關係中，時常形成三角關係。我自己是什麼角色？我自己是否也在做這樣的事？我覺得，個人過去的經驗沒有被處理，所以現在會感覺很生氣。.....每當發生衝突時，倫理常被搬出來（不應該.....，應該.....）。有時候，權威不一定是錯的；有時候覺得我是在幫忙，但對方不一定會獲得幫助。內在自我的恐懼是什麼？會冒犯誰？會不會踰矩？做的感覺是什麼？不做的感覺又是什麼？

D：踰矩的話，最嚴重的情況下會如何？

K：我會擔心他人的評價。有時會想：「我不必攬下來做吧！到時候，如果該負責任的話，也不是我啊！」一直前進、後退的感覺很不舒服。

活動三：「壓迫者 vs. 被壓迫者」之劇場雕塑

一、活動說明：

- (一)空出場地的一半當舞臺，另一半當觀眾席。
- (二)劇場會根據成員的狀態來進行。
- (三)剛開始時，劇場的主角先在一旁觀看，不加入劇場雕塑。
- (四)肢體拉扯的力量可根據自己與主角互動的感覺，斟酌自己的力量（以安全為前提）來斟酌。
- (五)拉扯可視情境而定，可以提醒各角色脫去襪子避免滑倒。

二、進行步驟：

- (一)徵求被迫受害者（輔角）1名來替代主角。
- (二)引導成員述說自我內在壓迫的聲音是什麼（邀請所有團體成員針對某一個情境自由述說）？
- (三)每提出一種內在聲音，即徵求一位成員代表此種內在聲音的角色（領導者說：「有誰可以了解或感受這一種聲音的，就可以上來」，這次雕塑一共形成6種聲音）。
- (四)各個聲音角色（用聲音與表情）自發性地說出自己是何種聲音。
- (五)聲音角色的肢體（肢體動作與表情）可以先自發性地放置在輔角的任何身體位置上。
- (六)引導主角自行進行雕塑，當黏土的主人。各個聲音角色的肢體位置如何擺放？輔角的肢體狀態為何？
- (七)領導者引導主角分別說出每一個聲音角色的聲音為何？
- (八)第一幕，先讓各聲音角色對著輔角，分別輪流說一次自己的聲音。
- (九)領導者詢問當下輔角與旁觀的主角感受與情緒。
- (十)替換主角與輔角的位置，讓主角進入劇場中進行體驗。
- (十一)第二幕，各聲音角色沒有聲音，僅進行肢體的碰觸或拉扯（約10秒鐘），一



段時間後即凍結，此時領導者再一次詢問主角、輔角的情緒狀態，並替換輔角與主角的位置。

(十二)第三幕，聲音和肢體動作搭配起來（程序同上）。

(十三)替換輔角下場，直接由主角上場進行體驗。

(十四)第一幕~第三幕進行慢動作，各角色都要達到自己想要的目標。

(十五)每一幕分別進行 10 秒鐘，領導者倒數 10→9→8→7→6→5→4→3→2→1→0，10 秒後即凍結，詢問主角：「內在感受到什麼？發生了什麼事？」或「內在的情緒或感受是什麼？」

(十六)最後，鼓勵主角變成自己想要的狀態，再進行一次第三幕，主角仍有 10 秒鐘的機會進行自我狀態的轉變，其他聲音角色大致的動作不變，若主角有特別不一樣的轉變時，再進行動作的更動。

(十七)劇場雕塑結束，去角色。

三、活動照片集錦



四、帶領者的提示：

(一)內在壓迫聲音包括：害怕他人的評價（你很不專業）；不要去挑戰權威，不然會死得很慘（前車之鑑，挑戰權威者沒有好下場）；有衝突是不好的；你沒有能力處理衝突；得和其他人（朋友與其他工作夥伴）都維持良好關係；謹守倫理（你以為你是誰？你只是組長而已，你不要再管別人的事）；要公平處理，不要偏袒。

(二)聲音角色的態度與表情包括：不屑；冷眼；表裡不一致的表情。

(三)輔角的體驗與反應包括：想反抗；想改變。

(四)主角的體驗與反應包括：想哭；想改變；你這麼高，我不會屈服；身體的力氣在抵抗肢體的拉扯；力氣都用完了；過程中不覺得我很弱；愈抵抗，外在壓力愈大；剛躺下時，壓力雖然仍在，但是感覺很舒服；想撥開它們，我不在乎了，當播不開時，我就逃走或休息（非戰即跑）；自我內在力量的長大；過程中，知道自己在演戲；有一股要上去的感覺；有妥協的感覺；最後我是有計畫的掙脫。

(五)聲音角色的體驗與反應包括：有勝利的感覺，之後會放鬆；沒有施力點；想去照顧主角；主角已經那麼低，我為什麼仍然站那麼高；權威感覺上是 No fight→No fight；感覺主角已經死了；主角不再那麼強硬；最後主角在耍計謀，我們完全沒施力點。

第七次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 14 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)研習日期：95 年 11 月 10 日。

二、團體內容：六格畫

活動一：暖身——丟沙包（略）

活動二：六格畫

一、進行方式：

(一)六格畫指導語：

- 第一格畫主角，可以是生物（例如貓），或是無生物（例如石頭）；可以是具體的，或是非具體、抽象的（例如風）。
- 想到什麼就畫什麼，隨便哪一格，只要知道那是第一格。
- 我們慢慢進到第二格，主題是：如果主角有一項任務要完成，那會是什麼？
- 所以，第二格畫主角要完成的任務。
- 再來畫第三格，畫的是這個主角要完成這項任務，他會遇到一個困難或阻礙。那會是什麼？
- 這個主角在完成任務時會遇到困難，但是，他會遇到幫助他的人。請把協助者畫在第四格。
- 故事繼續往後發展，這個主角他會遇到困難，也會遇到幫助。後來，他怎麼處理這個難題或困難？這是第五格。
- 第六格請畫出結局。
- 蠟筆收一收，帶著筆記本，待會三人一組。
- 我先做示範，三人一組，除了你的畫，請帶著你的紙筆。
- 先請主人把故事說一遍。說故事時，不要用第一人稱。
- 大家會有好奇，因著你的好奇，問主人一些問題，一些天馬行空、無關批評的問題。幾個可以參考的問法如下：
 - 主角的特色、特質、優點、性別、年齡、嗜好、脆弱處是……。
 - 第三格的特性、特質是……。
 - 每一格中常說的話是……。
 - 格與格之間的對話是……。
 - 格與格之間對彼此的想法和對話是……，例如，主角對於最後一格的想法、感受是……。



- 主人最後再說一次故事，可以把大家問的細節加進來，可以做你要的改變。
- 三人小組中，在第二次說故事時，有一人可以快速寫下故事，當作禮物送給主人。如果是在單人輔導的架構中，你可以幫對方寫下來。
- 三人小組開始進行，第一位約使用 15 分鐘，然後第二次說故事，小組自行決定休息時間。

(二)分組分享（略）

(三)分組雕塑指導語：

- 三人分組做雕塑，一組五人做快速雕塑。
- 在組裡，一人當作主人。在你整個故事中，最想表現、記得最清晰的那個感覺是.....，自己最想留下的感覺是.....。
- 其他人不一定需要聽過你的故事，人就只是一塊黏土。

二、團體討論：

F：老師要我們做這些（例如我的地方、角色、對話），原來以為故事說一下下，結果成員問問題之後，在解釋中更清楚更明白，有種融會貫通的感覺。

I：在問問題與回答之間，如果問到不想回答的問題，或者勾到一些感覺，如果失控的話，該怎麼處理？

I：透過別人所問的問題，會從生活經驗中做連結。

O：畫第一格時，腦中想到的是之前的東西，是原本以為已經處理好的。同樣的東西沒有處理，就會突然跑出來。

E：對話很有力量，帶出一些情感。過去說故事都是 A 怎樣 B 怎樣，但是對話會帶出一些真實感受的情緒。

A：對於畫畫很害怕，還要畫 6 格就很焦慮，所以就以抽象為主角一格一格畫下去。協助者如何跟被協助者說，被協助者如何感到力量，如何與協助者對話，這個部分真的很困難。

C：用身體雕塑感到很快樂，會感受到這是可行的、可達到的。

M：對畫畫很焦慮，所以就畫得很鮮豔。故事說第 1 次與第 2 次會不太一樣。發現畫畫之類的很多事都是很不容易的。

G：生活的課題、here and now、困境，說的時候有意無意會去閃躲，卻會再次重新整理自己，使得困境、目標在這次的活動中更加鮮明。說故事有一種外化的感覺，說出來很困難，但卻很有力量。

K：這幾天就在想編一個故事，今天想到小的時候，從小樹變成大樹，小山變成大山，平時感覺沒那麼深刻，但是在畫的時候每一筆都有投射。

洪：因為時間的關係，大家有時間再去感受自己的故事；兩次述說故事的作法下，大家的感受可以更深。這個活動首先是用來做評估的，可以瞭解他的狀態，家暴的孩子可能需要協助的部分畫不出來，困難可能很大、很深，畫得很用力，自己卻很小，看畫可以看到一些東西。後來我把他變成治療過程，會問他：「你腦中在想什麼？你和主角相像的地方是.....？」問問題時聚焦在故事上，可以使焦慮感降低，他可以選擇要說或不說。用第一人稱來說故事，防衛機轉很快

就會出來；用第三人稱來說故事，防衛機轉很慢才會出來，可以拉開空間。會說「具體、抽象、生命、非生命」，是爲了減少畫畫的焦慮，也可以用顏色、形狀、物件、黏土、剪貼、雜誌剪圖等，不一定要用畫的，可以多方使用媒材。如果情緒出現的話，可以先同理他的情緒，先處理他的情緒，此時的情境一定有觸碰到他。會建議先完成六格畫，一方面是給予目標的導向，一方面是給予力量。會勾到不正是輔導的目的所在。

I：情緒浮現在分組的時候發生的。

洪：因爲現在是老師的團體，大家有能力處理，所以沒有停下來。

I：畫畫會卡住，可以給東西照著畫嗎？

洪：不需要；如果會卡著，你可以先用一些媒材。如果他說他想畫但是畫不出來、找不到，至少可以用文字，例如寫「風」。

B：如果畫不出主角呢？

洪：很少畫不出主角，可以說畫你所喜歡、愛的偶像。六格畫通常不會一次（40分鐘）完成，可能會分很多次。你怎麼看這個故事，你怎麼看這個主角，人和故事、人和主角的連結在哪裡……。它讓我們以一個欣賞的角度去看故事和困難，這是一種外化的過程。

K：第六格一定是 happy ending 嗎？

洪：這比較認知取向，相信是有困難、有協助者，最後也會有結果的。有時家暴個案不一定會有 happy ending，可以在討論後再畫下一幅。這也是戲劇治療的觀點，如果不是 happy ending 的話，至少是停留在有盼望感的一格上。

活動三：活動結束的整理與回饋

A：很高興知道轉化的力量。

B：感受到對話的力量。

C：感到很舒服、很滿意，很高興可以聽到這樣的故事。

D：感受到內在的動力。

E：一種揮灑畫畫、說故事的感覺。

F：(觸及到一些過去的事)一部分可以說這是一個故事，而對話加深了畫畫的印象。人生不會停在這一刻。

G：今天有很多的整理跟沈澱。

N：感受到自己的深處，卻又可以用說這只是我在說故事。很高興在畫中看到自己。

H：看到很多不同詮釋的閃電，有點看山不是山的感覺，這要留給個案去詮釋。童話故事包含了故事原型。

I：畫畫、故事就是一種治療。

J：雖然畫畫很困難，但是問問題的過程讓自己更瞭解。

K：很高興說自己的故事，聽自己的故事，也聽別人的故事，在心裡留下感動的淚。

L：享受分享的時光。

M：感受到詮釋更有力量。



第八次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 14 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)研習日期：95 年 11 月 17 日。

二、團體內容

活動一：討論——團體成員們的近況（略）

活動二：暖身—丟沙包（略）

活動三：故事演劇

一、進行方式：

- (一)說完整的故事（故事及分段方式詳見篇末附件）。
- (二)分段說故事，一小段、一小段地說。
- (三)領導者一小段、一小段地說故事，述說每一小段故事後（依故事內容長短來分段進行），邀請每一位成員進行想像與自我黏土雕塑。
- (四)邀請每一位黏土來介紹自己，分享感受。
- (五)將團體成員分組，進行故事的排練與編劇。
- (六)分組進行故事戲劇的演出。
- (七)演劇後，進行各小組分享（演劇或觀劇過程中的感受、對自我與他人角色的感受等）。
- (八)活動過程指導語：
 - 我會先說一遍整篇的故事，大家先聽故事。
 - 再來，我會將故事內容，分一小段、一小段地述說，大家一樣聽故事就好（領導者適時地帶出引導語，引導成員進入故事情境中，例如美麗的池塘邊會有什麼呀？如果池塘旁邊變得很濕，大家覺得池塘會變成怎麼樣呢？）。
 - 邀請團體成員起立，並隨意在劇場中自由隨意走動。
 - 領導者分段說故事，每說完一段故事時，邀請成員想像自己是一塊黏土，並進行黏土雕塑（可隨意雕塑，靠自己的想像力，在這故事裡的每句話中，你想到什麼，就扮演什麼。可以變成池塘、水等，或是任何故事裡，你想扮演的角色，甚至是故事裡沒有的角色，如石頭等）。
 - 活動可依故事長短分段，然後（依段落而定）進行數次團體成員個人自我的想像與黏土雕塑。
 - 每一小段故事中，成員都先雕塑後凍結。

- 領導者邀請每一個雕塑說說話，說自己是扮演什麼角色？角色裡的感覺如何？看到其他角色時，自己有何種感覺？想說什麼話嗎？或是想對哪一個角色說說話？（視場域內的互動與氛圍彈性調整）
- 每一小段雕塑後，都必須拍掉身上的角色（去角色）。
- 將所有團體成員分組，4~5 個人一組，進行故事戲劇的編劇、預演以及演出。
- 戲劇內容可自故事內容中選取 1~2 段加以演出，但最終都必須包含結局。
- 進行成員分組。
- 領導者準備抱枕、布等物品，提供給成員作為演劇的道具。過程中，可能需要協調道具使用的順序，此議題需要立即處理。
- 各組依序上臺進行演劇（未表演的組別當觀眾）。
 - 各組成員上臺一鞠躬。
 - 首先，介紹各組成員在劇中的角色。
 - 開始演劇，第一幕至最後一幕。
 - 演劇結束，成員下臺一鞠躬。
- 建議作法：
 - 作冥想，如：喜歡像小池塘的感覺；我的想像是.....；我的感覺是.....；你不了解的是.....；你感覺困惑的是.....。
 - 做完冥想後，可以將那些疑惑、不了解或是煩惱的事情，都畫在抽屜裡（此次活動由於時間的限制，直接進入下階段，接續抽屜繪畫活動）。
- 進行小組分享。

二、活動歷程中的對話與分享：

(一)討論內容：

- 1.個人黏土雕塑。
- 2.團體演劇（分組→排演→演出）。

(二)分享內容——扮演的過程、演戲、看戲與在角色裡的感覺是什麼.....等：

1.第一組：

- (1)編劇內容如果太血腥暴力，也不用擔心嗎？需要制止嗎？需要說什麼嗎？
- (2)這只是戲劇，只是假暴力，讓我想到演劇前的暖身及事前的提醒，例如只能打在地上，而不能打到身上等，這是非常重要的。還有另外一點，這也不是真打。
- (3)沒有演出暴力不一定就沒有暴力，演出反而是宣洩。
- (4)感覺演劇後的分享是非常重要的，我們有機會說一下比較好。
- (5)這似乎是加害者本身情緒的宣洩。
- (6)演劇中，每個角色說話時，要一個一個說，不要聲音彼此重疊。

2.第二組：

- (1)我剛剛抬頭看著大池塘時，感覺像是鬼魂，不太敢看，它好像在告訴我什麼事情。我比起以前堅強多了，但我感覺到，我自己都知道，但感覺是有距離的。我今天有漸入佳境，尤其是當旁邊有花、小青蛙等角色時。



(2)我發現其實告訴他人的話，是在告訴我自己，我感覺旁邊是有資源的。

3.第三組：

(1)我們這一組也許是個性（溫和）的關係，池塘可以多一點的掙脫、鼓勵與留戀等。

(2)我們的戲劇內容像是童話故事一般。

(3)剛剛我表演水仙子時，我像是給的人，我一直很喜歡給的感覺。

活動四：抽屜繪畫

一、進行方式：

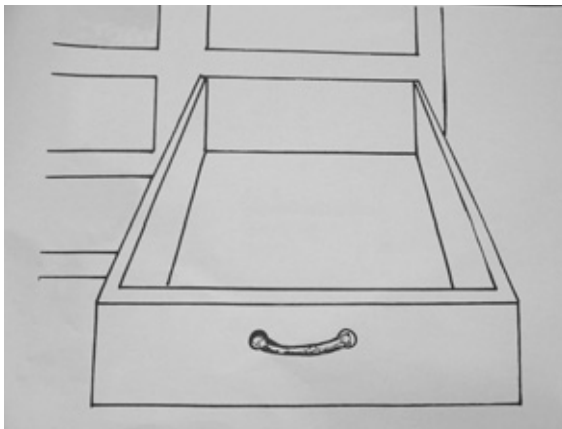
(一)方法一：不作演劇，直接畫抽屜。

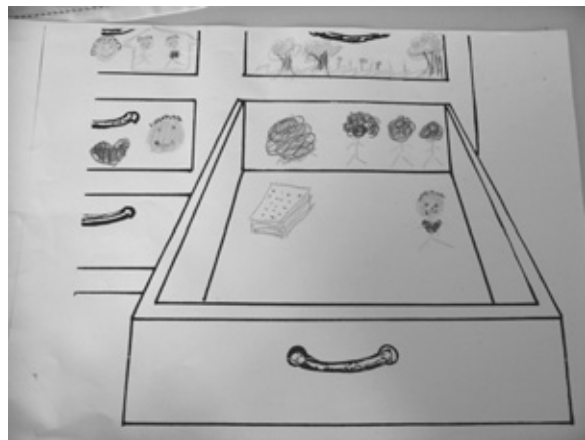
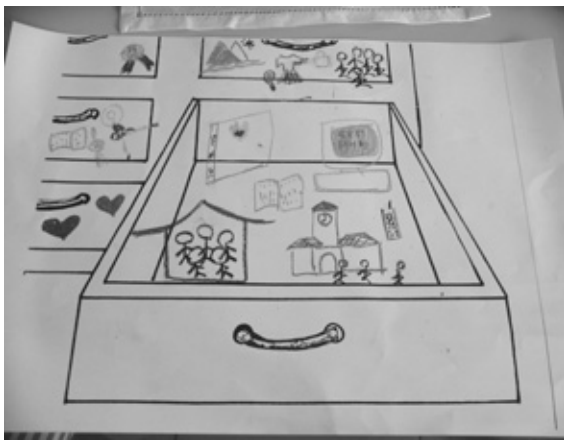
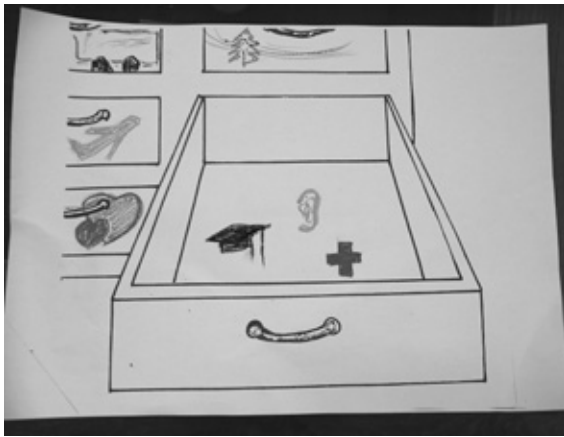
(二)方法二：進行一小段冥想或討論後，再進行畫抽屜活動。

二、活動指導語：

- 這裡有一個打開的抽屜，你可以把所有的煩惱、不了解與困惑的事，放進這個抽屜裡。（此次每人僅有一張抽屜圖片，所以將開著的抽屜，畫煩惱事；關著的抽屜畫快樂的回憶。亦可分成兩張或多張進行繪畫，快樂一張、煩惱一張……。）
- 其他的抽屜，可以放（畫）進你自己快樂的記憶。
- 畫完之後，兩個人一組，進行分享。

三、抽屜繪畫集錦





三、附件

從前有一個小池塘，小池塘雖然小小的，但是那是一個很美麗的池塘，水面上荷花隨著風飄著，魚在水裡面游來游去，還有幾隻水鴨在旁邊玩耍拍水，有時還會聽到牠們呀呀叫。小池塘的四周開了很多美麗的花，花旁邊有幾棵長滿綠葉的樹。

可是啊，小池塘自己一點都不快樂。它想說：如果這麼一點點池水，我身邊就可以有這麼美好的環境，有這麼多動物陪我。那麼，我再多一點水，就應該會變得更美麗、更漂亮了。所以，小池塘開始收集很多、很多的水，下毛毛雨的時候，小池塘就努力的喝；下嘩啦嘩啦大雨的時後，小池塘就喝更多了。但是，即使喝了很多、很多的水，小池塘還是覺得不太夠耶！它覺得它還要再喝更多，它覺得怎麼好像都喝得不夠多。他心中想著：我要變得快樂，就要把所有的都收集起來。但是，不論小池塘喝了多少水，它總是覺得不夠、不夠，還是不夠。

日子一天一天過去了，看起來小池塘收集了很多、很多的水，也把這些水緊緊的抱著，不讓它們跑掉。小池塘變得跟以前不太一樣了，但是，這個改變看起來不是一個很好的變化，它並沒有讓小池塘變得更美麗、更漂亮。結果，小池塘變得大大的，大到把旁邊的泥土都弄得濕濕的，跟泥巴一樣，而且髒髒、



臭臭的。原本在水裡游泳的魚都不來了，荷花也謝了，水鴨跑去其他地方玩耍了，花跟樹都沾滿了泥巴。結果，小池塘不再是小池塘，反而成了一個沼澤。

小池塘覺得很奇怪，但是它一點都不知道到底發生了什麼事情，怎麼都跟以前不一樣了呢？它心裡在想：我原本以為，水是會幫助我的，它會讓我變得更美麗、更漂亮。而且啊！只要我能收集到所有的水，我的感覺就會變好。

可是現在，我覺得好像不太對，感覺怪怪的。那麼，我該怎麼辦呢？小池塘想了想，發現自己好像做錯了。小池塘決定要改變自己的想法，它不要喝下所有的水，而且要把之前喝的水都放出來，不再緊緊的抱住那些水。慢慢地，小池塘的水就回到跟以前一樣，周圍的泥巴漸漸乾了，水不臭了，變回原來的藍色，所以水鴨就跑回來玩，魚也游回來，水上的荷花、四周的花、樹都冒出綠綠的新芽。

小池塘發現，歐.....，原來，有時候多不一定是好的耶！少不一定是不好耶！有時候，自己想要的可能不一定是自己真正需要的。小池塘漸漸想通了，學會用不同的想法來看這個世界。

第九次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 14 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)研習日期：95 年 11 月 24 日

二、團體內容：活動回顧與繪畫

活動一：前次活動的討論

洪：上次比較結構性的活動，不知道有沒有幫助。

H：很好、很快。

洪：馬上可以應用嗎？

C：比較可以連結現實，話題可以延伸。

洪：爲了下學期運用上比較方便，我們選了幾篇活動來翻譯。

J：是不是一定要用在單人上？在分組中連結到經驗怎麼辦？

洪：我不一定會用這麼結構的方式。我會在大團體中做討論，其中可能會有經驗的連結，例如會問：「大家有沒有相同經驗？」很重要的是那個連結，如果有 Co-leader 可以分小組做分享、討論，重點在於經驗的連結。

洪：如果時間夠，可能會多做幾次畫圖的活動，但是不會做太細節的部分。

J：這樣結構的方式，可以運用在團體或個人身上，另一方面可以進行資料收集。

B：結構的方式在帶領上有限制嗎？可能是何種限制？分享之後，對於過去經驗的連結，要帶領到什麼方向去？

洪：那是時間的限制。非結構需要較多的時間，加重暖身的分量。結構式作法是在有限時間內（約 40 分鐘），可以有一個結束的感覺。如果用在目睹個案上，不一定適合兩兩分享。

1.經驗的連結：可以提供單獨感，減少孤單的感覺。

2.孩子如何面對：面對處理難過、害怕、憤怒等情緒，討論要如何面對，其他有同樣感覺的人又是怎樣面對，給予其他有效的經驗（至少他的生存能力會比較好）。結構式作法在分享經驗時，意涵著用不同眼光來看的轉折，亦即觀點的轉化。觀點的轉化不是用說的就有用，例如「什麼原因爸媽會吵架？」的問題可能會得到 20 個答案，而這一個給予其他觀點的可能。結構式作法不單單只是呈現問題與狀態而已。

洪：誰曾經用過，可以談談使用上的困難、感覺、想法及修改方式，不論是哪時做過的活動都可以。

F：曾經使用過六格畫，雖然團體時間很短，但是他們的故事都很貼近他們的生活，較健康的孩子都很正常；相形之下，受創者的畫作裡就會沒有幫助者，沒有結局（主

角是一部跑車)。碰到這種狀況要如何處理？

洪：可能有幾種做法：

- 1.問他：「那麼，這一部跑車希望什麼？」用「這一部跑車」而非「你」，去跳開自己及自己的無力感，專注在故事裡。
- 2.如果是在團體內，問：「如果你是這一部跑車，你想要什麼？如果你想買這一部跑車，你要怎麼辦？」在很多其他可能性中，去幫助孩子找到、聽到其他可能性。這個作法有助於孩子去轉化或面對問題。
- 3.入角去演，像上一次小池塘的活動一樣，去問角色：「你要什麼？」
- 4.在團體中，幫助孩子完成他的結局，再去演。

H：家庭探索青少年團體探討的是家庭中的快樂和不快樂，他們最後把心中的問題說出來了。

洪：這過程中你的感覺如何？

H：原本成員不想說的，但是後來都表露出來，雖然不是很完全，但是已反射出自己。

洪：這是自我對話的過程。

F：用過四個活動

- 1.攻擊遊戲：好動的玩得很激烈，有些人會說好、怕輸。
- 2.黏土：有的玩得很瘋，有人雙手抱胸在看，有人會跟著別人做。
- 3.丟沙包：有 3 人堅持喊 2，後來就限制 5 次，結果有人開始動搖。
- 4.物件：可以看出個人狀態——(1)拿很多但是沒有界線，被其他人認為是一堆物件拿走。(2)一直問可不可以和別人組成一組，別人答說不要，就生氣推走自己的物件，自己玩。(3)拿撲克牌做高牆，一直說我的牆不夠。成員在 40 分鐘內可以完成分享，但沒有冥想。

洪：自己世界可以多幾次，可幫助他的世界做轉換，例如一直做牆，做多幾次後會有改變，這是表達性藝術治療中的轉化，是一種自我對話。而創傷孩子如果一直卡在那裡，這時就需要介入。可以試著看看別人的世界，問他：「你的和別人哪裡不一樣？」

F：我要組成一組，我還是要建牆。

洪：展現內容是可以重複再做的，轉化是有點類似上兩次成員演出的時候，說「我還要再試」的那種感覺。大人可以用口語說出來，但是兒童需要 Leader 去敏感覺察。

洪：跟一般情況一樣，試著去同理他：「別人拒絕時，你很難過、失望。」

F：他很生氣，但是還是很想在一起，結果坐在別人旁邊搭一個。

洪：關於黏土，可能暖身要比較久，太快開放自由，會有焦慮，尤其是東方人，一開始指令可以明確點，例如「動動頭、手就好」。

洪：關於攻擊遊戲，可以畫剛剛攻擊的心情，可以連結相關經驗。

E：是不是活動間要有時間間隔？

洪：不一定。就看自己的創意，如果需要，可以用孩子的語言去說。

E：可以隨時更改方案嗎？因為以前編寫方案時都要一次寫完整？

洪：那是作業，通常是做一次，想下一次。

A：之前用過六格畫，成員是兩個單親學生，在學校與老師、同學有衝突。第 1 位很順

利，第 2 位對於如何解決問題有困難，但是有畫結局，表示畫畫有困難，到下一次團體時抗拒畫畫和做黏土，說故事時會不想說，不過可以接受用問問題的方式來處理，分享想法時拒絕回應。是不是孩子對於創作都會焦慮？要如何處理看待？

洪：可以問他：「來這裡你想做什麼？」如果他有想做的，就做那項活動。有時可以用寫的，寫下心情，像是速寫：「我的心情是……」，不一定要分享，可以只是寫。

A：是否我們不一定要針對他做何種處理，而是讓他整理情緒？

洪：沒錯，除非有緊急的狀況，我們才會介入。同時要考慮背景——他是否是被強迫的？要他說，是否就是對家庭的背叛？他是否擔心你會怎麼看他？

A：我第一次會和他們討論想法和感受，讓成員討論：1.爲了什麼原因會在這裡；2.誰也在這裡，你要不要猜猜看是什麼原因。可能因爲一個願意投入，另一個很排斥作美勞，之後就改成剪貼。結果，他剪了一堆食物，結束時想帶走剪下的東西，說：「我要叫我爸爸帶我去吃。」

洪：作品、東西是不能帶走的。什麼原因不能帶走：1.帶走表示不夠，所以他才要帶走；2.帶走的動作越過了真實與象徵的界線。戲劇治療一直是在心靈空間處理；孩子不斷的使用食物，可能是因爲心靈空虛，認爲可以用食物填補。

A：如何回應？

洪：可以說：「我知道你喜歡這些，想要這些東西，這些東西是放在這裡的，它會一直在這裡，這些東西的家在這裡。作品不能帶走的原因，是因爲帶不走你（重要他人、替代客體）。」孩子很自然的會想帶走作品，但我們不知道之後會怎樣；作品有可能會被笑、被罵、被損毀。

洪：要放在諮商的情境下來看待穩定性，有固定的時間、地點、成員和陳設。情境一改變，就不知道個案的改變是來自什麼因素。給予穩定性，就有治療意義；如果不穩定，就無異於他的家庭一樣。這一點是要大家回去教育其他人的。

活動二：關於故事作法的討論

洪：來討論故事的作法。上一次活動包含：1.沙包；2.池塘故事等。「走動、凍結、想說的一句話」的作法是爲了幫助入角及投射；故事是一個框架，一方面可以投射，一方面是感覺的抒發。有所覺察的人就會開始問：「我怎麼了、我的轉變是……？」這裡可以做的事情是，1.問：「我是誰……？我想說的一句話是……？」；2.角色之間可以相互互動、問問題。它是寓言，也是一個活動，重要的並不是畫一張圖，而是讓過程再度重現。如果直接分組，豐富性和變化性都會降低。各位經歷過後，會知道自己想要的是什麼。故事包含四個部分：1.目標、任務、特色；2.困難 A；3.困難 B；4.克服困難、結果。一些兒童不想看到衝突和困難，如果兒童故事中所表現的難題太簡單、太容易、太快樂，Leader 可以在故事情境裡提供一些困難的議題。此時，Leader 也要先行克服自己也期待表面和平的渴望。

B：爲什麼？

洪：大家怎麼說？

F：看到孩子的結局很暴力。



洪：會想去改變孩子的結局？

J：身為 Leader 的擔心，如果結局太血腥，是不是要去處理？

F：怕直接給予兒童？

J：沒有呈現不代表他們沒去想，可以分享當時的心情。

洪：我不擔心，因為他們活在一個更暴力的地方。我們可以分享當時的心情、演員的心情；如果讓他們來演，那下一幕是什麼？如果可以連結到日常生活，什麼時候會感到被壓住？什麼時候會感到自己的感覺不見了？

J：劇場有無限的可能，只要維持在不傷人的前提下。

洪：對！

J：如果有傷人的情況呢？

洪：看是有意還是無意的——如果是有意團體事件，就要回到團體來討論；無意的事件就還好，孩子比較不容易控制力道，所以可以練習讓他們控制自己的力道，例如變大變小的活動。練習可以多幾次，可以加強或加長，例如打架（可以用身體任何一個部位來打，但是不會打到我），讓他對身體的控制感更好，例如走動、關注在自己身上。角色分享的方向包括：1.他的想法與感覺；2.對角色的看法；3.生活上的連結；4.怎麼看待這個角色；5.整體的感覺和心情的變化。另外，池塘和抽屜繪畫活動不見得要連在一起。

B：攻擊可以複習一下嗎？

洪：1.攻擊膝蓋，手放後面，全身可用；2.打群架。等等我們一起來玩。

活動三：活動暖身——打群架

一、兩排面對面。

二、選出隊長。

三、兩對隊長在中間，不論隊長做什麼，後面的隊員要跟著做。

四、有五種動作：

(一)左切-右跳。

(二)右切-左跳。

(三)上切-下蹲。

(四)下切-上跳。

(五)中間刺-後彎曲，要直直切，不能斜斜切。

五、雙方輪流出手，一個攻擊一個躲。如果沒有躲開，隊長死了就換人。

活動四：奔逃者繪圖活動

一、進行方式：

(一)放上旋律刺激的背景音樂，進行 15 分鐘的繪圖。

(二)活動指導語：

- 大家看，這個人在跑，他很害怕地要跑開他不喜歡的事。後面是發生了什麼事？

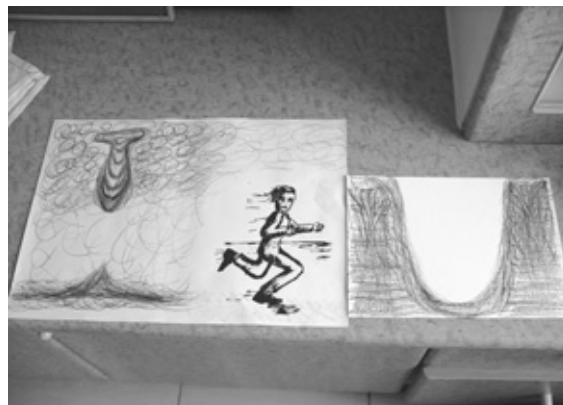
- 到底發生什麼事，以致於他要用賽跑的速度跑開？大家來畫畫看。
- 已經畫好的人可以想一下，這個人想逃到哪裡去。請畫在另一張紙上，如果一張紙不夠，可以用兩張。

二、分組討論題綱：

- (一)這個人發生了什麼事.....？
- (二)這個人的感覺、心情是.....？
- (三)這個人要跑到哪裡去？
- (四)這個人要怎麼到那裡去？
- (五)怎樣幫幫這個人？

三、奔逃者畫作集錦





四、活動照片集錦



活動五：團體結束後感覺分享（略）

第十次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 15 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)本次活動帶領者：王蘭蓓、王雅玲、高懿琴。
- (四)研習日期：95 年 12 月 1 日。

二、團體內容：第一組團體成員之活動帶領——即興創作與生命彩繪

活動一：暖身——即興創作之肢體律動

一、進行方式：

- (一)音樂類型：奧福音樂。
- (二)音樂特性：可即興自由創作，音樂節拍強弱清楚，樂器多樣化。
- (三)活動指導語：
 - 首先，團體成員先圍成一個圓圈。
 - 隨著音樂，跟著 Leader 一起做動作數次（繞圈小跑步、抬腳、拍手等）。
 - 將成員分成 7 組（2-3 人一組），各組做即興的肢體律動（各組成員動作可相同、可不同）。
 - 除了 Leader 這一組（Leader 與另外一名成員）的動作做 2 個 4 拍之外，其餘各組的動作都做 1 個 4 拍即可。
 - 各組依序輪流（第 1 組至第 7 組）進行即興肢體律動。
 - 每次動作都先由 Leader 組開始，再由 Leader 邀請各組展現其即興的肢體律動（循環數次）。

二、活動分享：

- N：不知道大家在這個過程中，有什麼樣的感覺？
- F：很 High。
- L：動作和音樂都很快。
- J：過程中，對音樂和動作有所期待。
- G：讓成員專心。
- L：如果可以 Run 多幾次（至少 2 次），成員似乎才比較能進入狀況。

活動二：生命彩繪與創作

一、進行方式：

- (一)活動材料：4 開圖畫紙數張（成員每人 1 張）、粉蠟筆、彩色筆數盒。
- (二)活動指導語：
 - 首先在圖畫紙的右下角做標記（自己的姓名、代號或圖案）。



- 邀請成員仔細端詳這個標記，並記住它。
- 今天的主題是「生命」。
- 現在每個人有 30 秒的時間來畫畫，30 秒一到，就停止作畫。
- 30 秒過後，將這張圖向左邊傳遞，由下一位成員進行相同主題的創作，依此類推；成員人數決定循環的次數（以 13 位成員 13 為例，循環 13 次之後，作品將回到原創作者手上），當此畫作回到原創作者手上時活動停止。
- 確認每一位成員是否都拿回自己的創作品。
- Leader 引導團體成員進行分享。

二、活動分享：

D（帶領者）：看到此張畫作的感受是什麼？喜歡或是不喜歡？大家可以自由分享與感受，畫畫的當下以及看到畫作時的感受為何。但是很重要的一點是，不要去質問這是誰畫的！

N：每一次要加畫幾筆時，都會感覺到「還要再加嗎？」覺得已經都太滿了。過程中，我會希望保有它們的主題，我只畫邊邊，不想改變全貌。

I：剛開始的時候，覺得有時間壓力。原本想懶惰，用同一個意象（晴時多雲偶陣雨）來畫每一張圖。之後，就變成隨著這張圖的調性加入一些東西，幾乎是丟開了「生命」主題似地，投入快樂的創作中。團體創作讓我感覺很開心。……原本想，生命像河流，會有阻礙（寬、窄），等畫作回到我手上時，卻是這麼陽光。……這是我喜歡的生活，謝謝大家。

E：我原本想，生命像是很多的同心圓（因為有很多人的參與）。我不知道竟然會變成箭靶，剛開始會有點驚訝，並覺得不舒服。但這也讓我想到，我是一個不喜歡面對衝突、負向與困難的人，……我想我也要慢慢地接受。由不好到好的這個過程，我不一定喜歡，但是可以接受。我想，箭也代表著生命有許多人和許多事情的參與。

L：過程中感覺很舒服。在不知道如何融入之前，就已經把自己丟進去了，也不管是否協調。「源」字希望能融入圖畫中，而非破壞，所以漸漸就模糊掉了，就越畫越輕。

G：看到「源」字畫在我的生命上，感覺很不爽，因為對我不是那麼有意義的人，卻站在我的生命中。但我也發現自己和 E 有相同的感覺，我不喜歡負向……。

F：我也是耶！

K：我是這樣看 G 的圖畫——心雖然是破碎的，但是心是圈起來的，感覺仍然圓滿。我看到的是「你」而非「源」，剛開始看到時，感覺很開心。……我怎麼都把生命看作是很陽光、快樂的。看到老鼠時，才感覺到也有悲傷。剛開始作畫時，感覺很焦慮；我也丟掉了「生命」主題，融入到各幅畫的情境中。

O：我感覺很快樂；在我看來，「源」字就是一隻鳥。剛開始我只畫四座山，謝謝每一位成員幫我畫完整個大自然，我感覺很舒服。我加畫時，有想到「生命」的主題；加畫時，就像是參與並豐富他人的生命。我看到 I 的畫作上有一塊大空地，所以我就畫了個房子。我替他人的畫添加不一樣的東西，例如大自然中加

入人工的東西，完整的心加入破碎的心等。

H：我不只是專注在自己身上，而是很期待參與到每一張畫中，像是用不同的形式參與到他人的生命裡。我們似乎都急於解釋，要讓其他人了解我們（畫此圖畫的意思）。加畫時，我起先會配合他人的主題。我看到笑得很開心的太陽，卻缺少大風大浪，感覺上有些遺憾。我對他人會有期待卻不自覺，而且容易將事情過度美化。

A：我畫的是卵子→輪迴。每個人都這麼好，都沒有破壞它。每個人所投射出來的都不一樣。我也不喜歡「源」字，但是透過他人的分享，就比較沒有不舒服的感覺。E的圓，我以為那是人生目標，黑色的箭表示更努力的意思。

C：我喜歡這幅圖，剛開始只畫了蠟燭，大家還讓它發光……。看見風，感覺生命也不是那麼完美，但就算蠟燭被風吹熄，也會被手握著，有了重心。河流象徵生命是流動而生生不息的。畫其他人的畫時，剛開始很急，慢慢地就看到圖畫好像成形，也就慢慢開始跟它（畫）對話，生命多采多姿、包羅萬象、花花綠綠的意象之下，有什麼故事呢？是黑色，是灰色。真實的生命裡，是有風的。

L：對於那些對「源」字感覺到不舒服的人，我感到很抱歉。

O：美好的世界→大自然。在學校裡，學生共同的畫作都是畫大自然。當然生命也是有一些現實（人工的東西象徵）。可是，美好的世界似乎仍是大自然。當然，也有學生畫錢。

F：我非常滿意。我畫七彩，表示有很多的變化和故事，每個人的際遇不同。更珍惜我們的生命與生命的源頭，我將活得更好，也更珍惜，也開始懂得養生活動……。剛開始不知道如何起頭，但現在感覺很陽光，希望活得越老越好。

B：感覺很童話，海海人生，雨過天晴。我喜歡灰山，感覺灰山底下有急流，看到有一點挫折→逆境，就像是一個真實的世界。我感覺我與I的圖，是同一張，感覺很神奇。感覺給了自己與對方力量。作畫的過程中，無法阻止他人在你的圖中作畫，但是真的希望自己可以再畫最後一筆，才不會覺得無奈。

M：我覺得太歡樂，剛開始很歡樂，最後也有惡搞……。我也發現，生命中有很多你我不能拒絕或改變的，但是你我也得接受，一切端看我們如何詮釋。

洪：你們仍然可以維持自己原來的詮釋。

D（帶領者）：最後，不計時間，可以修正或者添加自己想要加上去的東西，也可以減（運用剪刀）。修正完後，兩兩一組，分享你修正的部分是什麼？為什麼想要做修正？修正後的感覺是什麼？

三、生命彩繪作品集錦：





四、活動照片集錦：



活動三：活動結束

- D（帶領者）：看著我們的夥伴，用一句話「我覺得我很棒……」做活動的結束。
- D（帶領者）：我覺得我很棒，在困難中，仍然有正向的力量。
- E：我覺得我很棒，讓我的生命在遇到挫折時，有不一樣的方法。
- P：我覺得我很棒，看到化腐朽為神奇的力量。
- B：我覺得我很棒，參與他人的生命。
- I：我覺得我很棒，鼓勵有黑色……的存在。
- C：我覺得我很棒，大家也很棒。
- M：我覺得我很棒，對生命有不同的看法。
- 洪：我覺得我很棒，可以參加，感覺很棒。
- N：我覺得我很棒，我可以去面對，去承擔它。
- L：我覺得我很棒，我會重新詮釋，更新念頭。
- G：我覺得我很棒，可以改變我不喜歡的生命。
- F：我覺得我很棒，更加珍惜我的生命。
- K：我覺得我很棒，我接受所有的生命，並非改變它。
- A：我覺得我很棒，感覺非常棒。
- J：我覺得我很棒，參與了事前的討論與今天的團體與檢討。
- H：我覺得我很棒，接納美好與不好的一切。
- O：我覺得我很棒，替他人的生命添加一點色彩。
- D（帶領者）：最後，我們彼此手拉手，互相對彼此說聲謝謝。

活動四：活動歷程討論與建議

一、暖身活動——即興創作之肢體律動：

洪：對於今天所有的活動，覺得不錯或是困惑的地方？需要修正的地方？建議？

N：暖身活動中的肢體律動，可以立即性的反應，再帶第2次。

洪：活動的說明可以更詳細一點。中間可以加，第1次由領導者帶領，第2次讓成員自己做。即興是沒有任何框架的，但也因為沒有框架，反而更可怕。即興的



創作歷程中，可以先由成員自己做個人即興表現，再讓各小組成員合作即興表現。

K：感覺有點快，不知是否需要跟 Leader 做相同的動作，可以增加分組前的暖身活動。

洪：可以將活動分成四部分：1.跟著領導者做；2.每一個人自我即興；3.兩人小組即興合作；4.整體即興的展現。

J：是否下次可以再帶領一次今天的暖身？

G：可以換他人帶，我想感覺會不同。

N：奧福音樂可以自由創作，拍子很清楚，樂器也不同。我之前在學校使用，都會玩好幾次，可以選擇不同的樂器、表情與動作。每一種奧福音樂都有其目的，如辨識音樂的強弱、拍子等，像是仁仁音樂中心就有在推廣。

二、生命彩繪與創作：

A：這個活動我曾經帶過兩次，但是感覺上有一點點危險。我想在指導語上，可多一點正向的語言（例如「把每一張圖畫，都當作自己的畫作來畫」）；可以多留一點時間在最後的討論上；修改的時間可拉長（撕碎、剪或丟掉等）。

L：讓我更認識自己。過去的我幾乎是不會承認自己錯誤的人，這一次的經驗與我連結得很深。小孩如果連結這麼深，可以做嗎？或許可以在指導語上加以著墨。

洪：那是他們的作品，他們可以剪.....。

H：我會擔心，如果有過多的限制，其發揮空間會不會反而受到限制。就不知道什麼是可以做的？

洪：並非活動內容不可以使用，而是視團體的階段而定。活動主題是可以改變的，再依活動目的斟酌指導語。而且不要將這張圖畫的內容跟成員本身做過多的連結，可以有些距離，例如「你聽到的生命是.....」、「你看到的生命是.....」。藉此活動，也可以測試一下團體中的同理心是否足夠。

D：當初討論時，我們都是從過去經驗過的活動加以討論，我們環繞三個主要概念來設計此次活動：1.與自己的經驗做連結；2.怎麼樣面對是有效的；3.從多元角度去看待。我們帶領的對象是大人，因而有考量到團體的開放性與所欲達到的目標。

C：過程中，我已經接受了這樣一個狀態，可是突然間又要剪掉？

洪：這種方式只是提供另外一個可能性，我也可以不接受。就像最後一筆的目的是一樣的，你想說或不想說都是可以的。正如「源」這個字，我們也可以把它解讀成這個人太自戀等意涵。

D：最後的那個部分非常重要。原本的想法是東西出來越多越好，但是我覺得，這個活動還是要走完完整的歷程才安全，不然，也許會有更多的傷害在裡面。就像是家暴的小孩一樣，可能會提升其無奈感。

洪：或是有其他方式，例如我畫在我自己的圖畫紙上，其他人則畫在卡片或其他紙上（形狀不固定），這樣的方式會讓成員較具有控制與安全感，圖畫主人也可以自我控制。

- G：我有想到那一個方式，可以用小卡的方式自由添加，不限張數，但又會擔心，會不會有小朋友的圖畫都沒有人加卡片？
- 洪：嗯，會，所以暗樁就非常重要了。如果學校有實習老師，可以邀請他當暗樁，看到誰沒有人加上卡，就趕快畫，然後貼上去。很重要的是，「輪」的方式是有意義的，它可以協助我們慢慢地進入自我的場域中。30 秒的時間是一種直覺性的創作，不需要漂亮。如果是 30 分鐘，大家就會盡量讓圖畫看起來完整與漂亮。如果時間真的太少，可以用冥想的方式，快速地修復缺憾的部分。
- A：如果小孩覺得圖畫是無法更改時，氣氛會是挫折的。我的作法是在下一次團體時，針對上一次的作品再畫一張作為補償，並試圖加入力量。

活動五：上週奔逃者繪畫活動討論

- 一、此活動的目的、操作以及可運用的方式，我已經請 M 幫我們翻譯。翻完之後，會發給大家。各圖檔之後也會放在家族版上。
- 二、很重要的是，活動過程中一定要有可以逃去的地方，其所使用的紙張跟原本的圖一樣大。也可以引導成員述說：「你如何讓這個人逃離？要逃離時，你的第一個步驟是什麼？你會用什麼方法進行第一個步驟？」
- 三、當孩子想的方法是不可行的時候，成員可以腦力激盪，想想其他方式。
- 四、可以分成三張進行創作：
第一張 → 第二張 → 第三張
(經歷的過程) (安全的地方)
- 五、可以順著成員所說的地方畫出來，例如死的地方，指導語可以轉為：「可以活在這樣一個地方，好像可以不用死。」「假如你是他的朋友，你會如何幫助他呢？」
- 六、引導其他成員述說自己對此幅圖的感覺，或是讓成員自己體驗此種感覺後，再進行討論，例如：「死後，你可以獲得什麼嗎？死掉後，真得可以獲得你想要的生活嗎？你想要的是什麼呢？」



第十一次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 14 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)本次活動帶領者：施施、張臻萍、王心怡。
- (四)研習日期：95 年 12 月 8 日。

二、團體內容：第二組團體成員之活動帶領—— 生氣情緒的黏土雕塑與團體雕塑

活動一：黏土

一、活動內容：

- (一)風：生氣的風。
- (二)動物：生氣的動物。
- (三)生氣的樣子。

二、活動指導語：

- 隨著音樂自由地走動，體驗音樂。
- 想像自己是一陣風，在這裡飄動，可以是風或大風或小風。
- 這一陣風變成一陣生氣的風，自由地展現風的力道。
- 凍結，當我拍到你時候，說一句這個風想說的一句話。(我是颱風，開始颶風。我是龍捲風，轉得快要吐了。我是颶風，轉得好累。我是焚風，很煩躁。吹動世界的狂風。發瘋，把房間裡的東西通通吹走。颶風，為什麼說愛我卻傷我最深。叛逆的風。想睡的風，因為不能睡而生氣。狂奔的風，充滿力量。已經瘋狂的風，好累。撞到牆壁的風，好痛。狂風加暴雨快成災了。)
- 去角色，持續移動。
- 想像自己是一個動物，可以是動物或小動物，這隻動物可以跟其他動物互動。
- 這隻動物開始生氣，變成生氣的動物，很生氣的感覺，可以自己生氣，也可以跟其他動物互動。
- 凍結（高空的老鷹：自由自在地飛翔，慢慢飛，從高空往下看。大象：和人接觸就不想變成大象，生氣時就不想和人互動。小白兔：生氣時紅眼睛，很生氣一直轉，不管周圍，心中喊著：「不要撞到我，不然就會把你彈開。」麋鹿：生氣時狂奔，要去撞小白兔，為什麼小白兔力量很大。小白兔：原本很小，生氣時便大和大象一樣大。原來生氣，不想跟大象玩，那個動物一直跑來，我也沒很生氣。獨角獸：沒人瞭解我，走自己的路，不想理人。大象：很生氣，看不到旁邊，有大象要和我玩，很生氣撞牆，有另一隻一直靠近我，有發出怒吼趕人，想踩東西、撞牆。小蜥蜴：被嚇走，不喜歡牆壁上的味道，想弄走，本來靠近一隻大象，後

來很害怕就跑了，還是很生氣牆壁上的味道弄不走。孔雀：發現有一隻可怕的大象，跑走，沈重的步伐。錦鯉魚：不是吳郭魚，有一群魚很大很醜，很生氣牠們來這裡休息。貓：找同伴，有一隻很大的大象，抓不到老鼠，很生氣地看著這些動物。天鵝：很生氣，衝來衝去，本來想找人發洩，但是時間不夠。

- 最後一次，請大家再移動，去角色，自由地移動。
- 請回想一件讓你生氣的事，並自由走動。
- 做出生氣的樣子，發出生氣的聲音，可以吶喊加肢體動作。
- 凍結：
 - 我感覺生氣，很難溝通，甩耳光。(想說的話是)大家都是好朋友，(發出聲音嗎?)沒有辦法。
 - 我感覺生氣，捶東西、插腰、變大、抱怨。(發出聲音嗎?)哇，想咬人。
 - 我生氣時，一直在心中默念「愚笨」送給那個人。
 - 我生氣時會跺腳、拍桌子。
 - 妳都不瞭解我，好生氣。
 - 很大聲，想找一個人講，如果不理我，就想破門而入，如果沒人就想碎碎念。
 - 和對方說說原因。
 - 想讓自己冷靜，把自己隔離起來，吞口水。
 - 跺腳，希望氣可以傳到地上，也會擔心生氣的後果。但也要先生氣，再去找對方，再來擔心後果。
 - 不能讓人知道自己生氣，回到自己，能不生氣最好，獨舞，一切生氣都要回到自己身上，(發出聲音嗎?)(清喉嚨的聲音.....)。
 - 痛恨施暴者和依附的打手，(想說的話是)你們真是變態。我一直在移動，移動在悲哀的感覺下，一直無法表現憤怒。
 - 摔東西、丟東西，想罵對方垃圾，可能只罵兩句，但心中罵很多次。
 - 沒有得到相對的對待，在這裡想事情。(想說的話是)走開!不要靠近我，我不想理你們，走開!
- 在你的位子中起立，把眼睛閉一下，再回到剛剛的生氣裡，有姿勢，有聲音，把生氣放到外面，讓你的肢體變成那個生氣，可以變成一個聲音，人變成那個聲音，讓你知道裡面的聲音可以變成外面。
- 如果你是和人在說話，讓你說得更清楚，聲音太小聲了。好，凍結。
- 現在找一個角落，4人一組，解凍，做雕塑。

活動二：團體雕塑

一、進行方式：

(一)每次1人當主角，其他人當黏土，將枕頭視為你的氣，以人、枕頭、布雕塑你對待生氣的方式。

(二)活動指導語：

- 演給他看，慢動作做一次。



- 你有什麼感覺？
- 想說的聲音是……？
- 把生氣的樣子演出來。
- 你想對生氣說的話是……？
- 角色之間要說的一句話是……？
- 有說話，這是你最想說的一句話嗎？請配合加上動作。

二、活動引導：

(一)第一組：

- 生氣時想做的事是……？（如：想指責對方）。
- 用雕塑把動作、聲音完成。交換角色。
- （詢問演主角的人）你的感覺是……？
- （詢問被指責的角色）你的感覺是……？
- （詢問觀眾）你的感覺是……？
- 你有沒有覺得你的感覺和別人不一樣？你先把感覺放著，你的感覺和別人不一樣（描述哪裡不一樣），是很特別的。先去角色。

(二)第二組：

- 你（主角）看這一幅畫面。以旁觀者來說，你的感覺是……？如果這一幕要改變，你覺得要怎樣改？
- 演→修改→演。
- 詢問演員的感覺，溝通動作和聲音，但是重點別放在事件的細節。把語言收起來，剩下動作就好。
- 主角進入角色中的自己。自發演出一次。
- 凍結。
- （詢問主角）你看見對方跑開的感覺是……？
- 主角進入對方的角色，原本演主角的人入角。
- 演一次。凍結。
- （詢問主角，現在扮演對方，演出中跟對方一樣跑開。）為什麼你要跑開？（答：「眼神。」）
- 你原來的方式造成這樣的結果。誰有其他的建議、方法或想法？就剛剛那一幕有什麼建議？
- 演一次。
- 剛剛肢體是怎樣改變的？
- 比較主角在不同的角色裡不一樣的感覺之上。

(三)第三組：

- （第一幕問主角）你的感覺是……？（主角答：「不舒服！」）
- （最後一幕問主角）你的感覺是……？（主角答：「希望的。」）；他們肢體上的關係是……？你想中間要添加什麼過程，才會變成那樣？
- （慢動作演出）你的感覺一直轉不出來……。

- 感覺什麼地方不一樣了？你的氣呢？你如果是可以轉變的，他會怎麼改變？
（換角演出；演出中，笑出來）
- 詢問雙方的感覺。

活動三：活動省思

一、黏土活動之省思：

- (一) 領導者在帶領時，要能夠關照到每個人，Co-Leader 可以看大家，因為等待時間太長了，所以要給一個「我看見你了」的感覺。
- (二) 活動的時間拉得太長，以致於成員有疲累的感覺。因此，可以只保留風和自己，或者只針對自己來做。
- (三) 在展現生氣的活動中，老師建議可以讓身體變成那個生氣，不同於我是一個生氣的動物，變成那個生氣是讓自己成為黏土，這才是自己內在的生氣，不論是肢體或聲音都可以，能量才足夠。
- (四) 活動過程中要發出聲音是比較困難的，需要有事先練習的機會，或者先帶領學生一起討論生氣時會有哪些聲音。大家一起練習後，發聲會比較容易。

二、雕塑活動之省思：

- (一) 活動的指導語讓成員覺得困惑，是把枕頭當作生氣的對象，當作情緒，或是當做自己？這個部分領導者可以決定目的後，再作說明。
- (二) 對於這個活動，老師建議不需要進入情境細節，而是讓情緒展現出來，然後表現出情緒，處理情緒。
- (三) 老師的第二個建議是：情緒要被展現，不論正負皆可，沒有所謂對錯，只有方式之不同。例如，火山爆發之後，是一直爆發嗎？火山爆發完之後呢？它會怎樣？爆發之後，受傷的小動物怎麼辦呢？領導者要去想之後的發展，或者火山除了爆發外有沒有其他因應方式。
- (四) 處理情緒時，最後要容許成員討論自己期待的是什麼，因為人一定有期待，才會生氣。所以，從劇場概念來看，從第一幕到最後一幕之間，可以思考有哪些方式可進行。
- (五) 有成員覺得軟墊太舒服，不太適合表示生氣。建議使用報紙或空氣槌。



第十二次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 13 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)本次活動帶領者：陳琬如、林佳玲、辜雅琳。
- (四)研習日期：95 年 12 月 15 日。

二、團體內容：第三組團體成員之活動帶領—— 情緒的冥想、描畫與分享

活動一：冥想

一、樂曲：《讓春溢滿》(大大樹音樂)、《愛在呼吸裡》(風潮音樂)。

二、活動指導語：

- 請閉上你的眼睛，調整自己的身體到最舒服的姿勢。
- 這個音樂邀請你，從忙碌的外在世界回來，回來和自己在一起。
- 如果你還沒閉上眼睛，現在邀請你閉上眼睛，放.....鬆.....，在你當下的狀態裡放鬆下來，允許自己什麼都不做，就只是放鬆下來，接受此時此刻的狀態，無論是你的肌肉關節，或者是你的心，放鬆下來，允許自己什麼都不做，就只是放鬆下來（看學員狀況，如果還不夠放鬆，就接著做臉部和肩膀的放鬆動作，否則就跳到呼吸部分）。
- 現在請你將注意力轉移到臉部的地方，感覺到自己正在放鬆，放鬆你的額頭、眉毛，慢慢地放鬆，放鬆你的眼睛、鼻子、嘴巴，感覺到自己的臉部慢慢地放鬆。
- 現在將注意力轉移到你的肩膀，感覺一下它是不是很緊繃，慢慢地將你的肩膀放鬆，讓肩膀的肌肉放鬆，深深地吸進來，緩緩地吐出去，慢慢地吸進來，緩緩地吐出去。
- 現在請將注意力轉移到你的呼吸上，深深地吸一口氣，再慢慢地吐氣，想像自己吸進大量的能量，大量的陽光，大量的暖流，再將它安放在心裏，那是一股暖暖的呵護，也慢慢地吐氣，慢慢地讓自己得到那深深的放鬆，允許自己什麼也不做，呼吸就好，慢慢地吸進來，緩緩地吐出去，對！就是這樣，呼吸就好。對！就是這樣，呼吸就好。
- 想像你躺在一片柔軟的草地上，想像你的身體舒服地躺在草地上隨意伸展，溫暖的陽光灑在柔軟的草地上，微風輕輕地吹來。
- 現在，請你好好與自己在一起，貼近你的心。
- 回想最近，發生了哪件讓你覺得不舒服的事情呢？
- 這件事什麼時候發生的？
- 現在回到當時發生的地方。

- 你在哪裡？附近有什麼？
- 你看到誰？有誰跟你在一起？
- 發生了什麼事？你們有沒有說話？說了些什麼？
- 慢慢地呼吸，想一想，這件事讓你有什麼情緒？和你的情緒好好的相處，仔細聽聽它，仔細看看它.....，這些情緒是什麼？讓你這麼不舒服！這些不舒服的感覺是什麼？像什麼？
- 好，當你感覺到它，感覺到它帶給你的感受，就可以慢慢地張開眼睛了。

活動二：畫我情緒

一、活動準備項目：

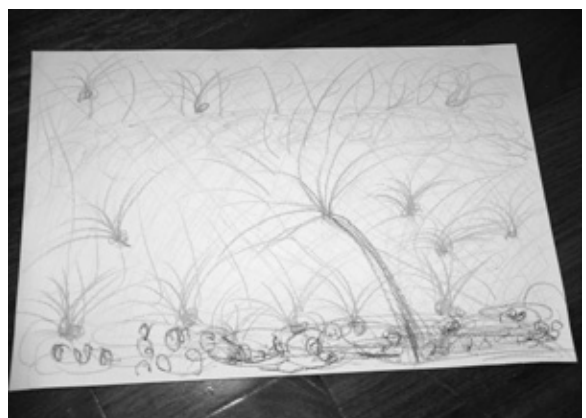
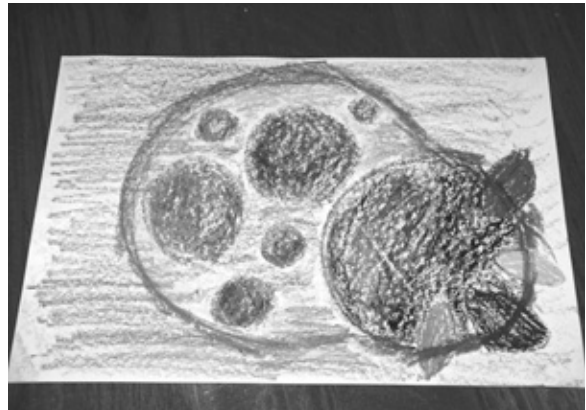
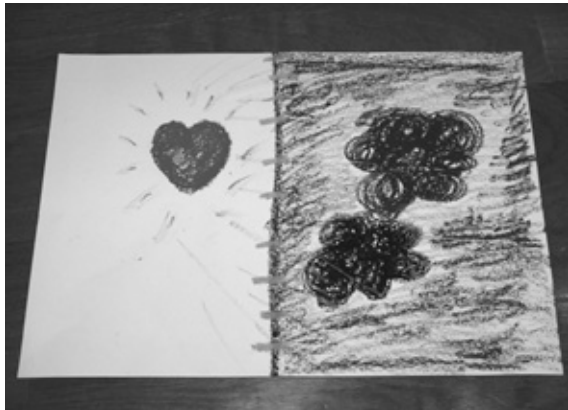
(一)媒材：畫紙、蠟筆。

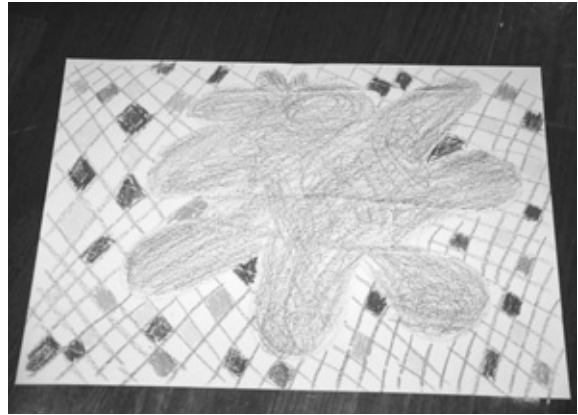
(二)樂曲：《愛在呼吸裡》（風潮音樂）。

二、活動指導語：

- 剛剛你感覺到哪些情緒？它們長得什麼樣子？有沒有顏色？有沒有形狀？它們可能是具體的，也可能是抽象的，請你想想看。
- 現在，你的面前有紙和筆，請將這些情緒畫下來。

三、畫我情緒作品集錦：





四、活動照片集錦：



活動三：二人小組分享

一、活動準備項目：活動單。

二、活動指導語：

- 如果你已經畫完了，請你找一個人，兩兩一組，分享你的畫。
- 先分享的伙伴可以自由敘說這張圖畫中有哪些情緒？帶給你什麼樣的感覺？為什麼你畫出這樣的形狀、顏色？是什麼的事情.....？
- 聆聽的伙伴，請你仔細地聆聽，聽完後，你可以開始問問題，針對不明瞭的地方提出你的疑問（例如：「這些情緒彼此之間有什麼對話嗎？」）；你可以盡情地提問，但請不要給建議。每個人大約有 5 分鐘的時間。

- 分享完後，請你再仔細看看這幅畫，想想看，還有什麼情緒在裡面？
- 你可以自由增加或刪減，把你的畫完成。
- 請你保留這樣的感覺，想一想，除了這些感覺以外，其實在我心裡，我想要說哪些話？對別人或對自己有什麼期待？希望自己或別人有怎樣的表現？我想說的是什麼？我想要的是什麼？
- 請你把它寫下來，寫在活動單上。請注意，只要寫上半部的問題，最下面的部分請空下來，先不要填寫。

活動四：四人小組分享

一、活動準備項目：活動單。

二、活動指導語：

- 請四個人一組，圍成小圓圈。
- 請照下列方式進行分享：
 - 拿起你剛剛完成的圖。
 - 念出書寫文字內容（包含情緒、期待、感受以及你做了什麼等）。
 - 給予分享者回饋（例如你曾經有過的相同經驗或情緒感受）。
 - 請不要給建議！（如果有人開始建議，請提醒成員把焦點拉回到分享心情上，尊重對方的想法和處理原則，不要給予建議。）
- 每個人分享 5 分鐘。
- 如果團體成員全都分享過了，請你拿起剛才的筆和紙，帶著剛才的感想，再次和自己在一起。
- 讓我們來想一想，假設現在的你已經得到你所想要的，相信你在這個過程中一定做了許多的努力，請你回想幾件事：
 - 在這個過程中，是什麼使你跨出了第一步？
 - 你如何跨出這第一步？你做了些什麼？
 - 你做了哪些準備，讓你能夠跨出這一步？是心理的？生理的？還是外在的協助、外界的資源？
- 請把這個邁向你想要的「第一步」畫下來，或是寫下來。
- 假如你已經完成了，請你再仔細看看這第一步（畫出來的圖或是寫下的文句）。
- 在紙的右下角方格處，簽上自己的名字，代表對自己跨出這一步的肯定與承諾。
- 回到剛剛的四人小組中，拿起剛剛那張活動單，向著小組成員大聲念：「我 XXX 宣誓，我要……。」



第十三次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 12 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)本次活動帶領者：林佳樺、王秋玉、黃愷宜。
- (四)研習日期：95 年 12 月 22 日。

二、團體內容：第一組團體成員之活動帶領—— 角色扮演、情緒抒發、自我覺察與他人關係

活動一：暖身活動——冥想

一、活動目的：觀照自我情緒與身心狀態。

二、活動指導語：

- 請大家閉上眼睛，安定下來，找到最舒服的姿勢。
- 現在用輕鬆、緩慢、均勻的方式呼吸，用最舒服的方式呼吸，呼吸的方式越緩慢，整個人就越輕鬆。隨著呼吸放慢，越來越輕鬆。
- 想像一個安全的角落，一個自在、放鬆的角落。它可以位於世上的某一個地方，海灘、山、公園、樹林……，不論在哪個地方，它都是安全的。
- 看看這個屬於你的安全角落的四周，感受它，有什麼聲音？有什麼味道？你的感覺是什麼？這裡有什麼是你想改變的？不論做了什麼，你知道這裡是你的地盤，在這裡你可以放鬆自己，在這裡你可以放鬆自己，多停留一會，不做任何事情，只是舒服地躺著。
- 在這裡，你發現一個角落可以通到瀑布，這是光的瀑布，讓它洗滌你，這是一個全新的體會，環顧這裡，當你想回來的時候，你知道你可以回來，你知道這是你的地方。
- 3→2→1，我們起來。請各位把屬於自己的心靈角落畫下來。
- 現在，找 3 位伙伴一起討論心靈角落，我們有 5 分鐘的時間讓大家自由討論。

活動二：教學活動

一、活動準備項目：故事《一個小種子的命運》（請參見附件）。

二、活動步驟：

- (一)說完整的故事。
- (二)分段說故事，一小段、一小段說。
- (三)領導者一小段、一小段地說故事，述說每一小段故事後，邀請每一位成員進行故事角色的想像扮演，邀請團體成員起立，成員可隨意在劇場中隨意走動。（自我的黏土雕塑→凍結：邀請成員想像自己是一塊黏土，並進行黏土雕塑，可隨

意雕塑，靠自己的想像力，在這故事裡的每句話中，你想到什麼就扮演什麼，或是扮演任何故事裡你想扮演的角色，甚至是故事裡沒有的角色也可以。）

(四)邀請每一塊黏土介紹自己，分享自己扮演這個角色的感受。領導者邀請每一個雕塑說說話，說明自己扮演什麼角色？角色的感覺如何？看到其他角色時，自己的感覺如何？想說什麼話？或是想對哪一個角色說說話？每一小段雕塑後，都要拍掉身上的角色（去角色）。

活動三：活動省思

請針對下列問題做省思：

- 一、回到現實生活中，來看看自我角色扮演的類型與演劇中出來的角色？
- 二、日常生活中，他人的聲音對自我的影響是.....？



第十四次團體紀錄

一、團體簡介

- (一)團體成員：共 15 位成員、1 位帶領者及 1 位團體紀錄員。
- (二)團體領導者：洪素珍老師。
- (三)本次活動帶領者：陳振源、黎昆萍、劉袖琪。
- (四)研習日期：95 年 12 月 29 日。

二、團體內容：第五組團體成員之活動帶領—— 掌握時間，做時間的主人

活動一：暖身活動——大俠與青蛙

一、活動指導語：

- 請 2 位夥伴當鬼，2 位當大俠。
- 大俠負責救人（將青蛙變成人），大俠可自由變身為青蛙或人。
- 其他成員都是人，可變成青蛙，卻不能救人。
- 鬼不抓青蛙，只抓人。
- 當人變為青蛙後，必須由大俠解救，才可以再變回人。
- 若人未變成青蛙，卻被鬼抓到，就會變成石頭人，再也無法移動或變身。
- 當全部成員都變成青蛙或石頭人時，活動即結束。
- 請成員回到團體中，拍掉剛剛的角色，圍一個圓圈坐下，以利下一個活動的進行。

二、暖身活動背景說明：

- (一)暖身活動的目的在於讓成員彼此建立熟稔的關係，讓團體處於互動密切的狀態下。
- (二)即使是帶領成人團體，也要讓團體成員覺得暖身活動是有趣的，更何況我們在學校帶領的是一群年紀更輕的孩子們。因此，讓成員對於活動內容充滿參與的興趣頗為重要。
- (三)暖身活動在團體活動一開始即扮演暖化、催化的角色，讓每位成員都能融入活動中，彼此感覺不陌生，並因而對團體產生歸屬感。
- (四)此次的暖身活動很適合兒童及青少年參與。雖然遊戲規則聽起來較為複雜，不過和耳熟能詳的「紅綠燈」遊戲規則有異曲同工之妙。三年級到六年級的小朋友在進行這個遊戲時，都能立即理解遊戲規則與進行方式，並且歡樂地融入遊戲過程中。

活動二：時鐘遊戲與繪畫

一、時鐘遊戲第一階段：

- (一)活動指導語：

- 每一個人都活在時間當中，每一個時間點都有不同的事件、不同的情節發生。請繞著時間走，當我說「請選擇」時，可以停在你喜歡的時間點上，可以很多人選擇同一個時間。
- 我們繞著圈圈走，放鬆地走，看著數字，想想數字帶給你什麼感覺？帶出了什麼事情？你最喜歡哪個數字？請選擇。

(二)成員分享：

Q：為什麼選擇這樣的時間呢？

E：8點是我寫東西、吃早餐的時間。

洪：跟先生吃早餐的時間。

B：8~9點的時間，是真正屬於我自己的時間。

H：8點是我跟孩子溝通的時間。

C：我喜歡晚上9點，事情都做完了，屬於自己且放鬆的時間。

K：9~10點是女兒起床的時間。晚上的這個時間，也是我跟我女兒說故事的時間。

L：晚上10:30可以跟先生聊心事。

F：11點是睡覺時間，可以完全放鬆跟先生聊天。

J：12-1點已經忙完一天，可以準備睡覺了。

I：2-3點是我們辦公室的下午茶時間，是屬於自己的時間，也可以與他人互動。

P：5-6點是下班時間，小孩下課，當司機開車接送小孩與先生的時間。

D：清晨6點鐘，一杯咖啡一本書，可以跟自己對話的時間。溫度也剛好。

M：6-7點剛下班，躺在沙發上，看電視。

N：7點時上學的上學、上班的上班，可以悠哉地吃早餐、洗衣服。假日我會在森林公園。也是晚上吃晚餐的時間。

二、時鐘遊戲第二階段：

(一)活動指導語：

- 想想你所不喜歡的時間，那個時間發生了一件你無法掌握的事情，它曾經存在著。
- 輕鬆自在的走，請選擇。

(二)成員分享：

Q：為什麼選擇這樣的時間作為自己不喜歡的時刻呢？

B：7點趕著上班，擔心遲到。

K：7點上班的時間快來不及了。

珍：7點是起床的時間，很痛苦。

P：7點是家裡打仗的時間，找鞋子.....找報紙.....。

M：6-7點不喜歡離開被窩。

I：我必須要5:50離開去接女兒。萬一有狀況，就會耽擱.....。

L：5-6點不想起床。

J：下午3點想要睡覺，但是不能睡，案子最多的時間。



C：中午吃完飯後，1:30-2 點接個案、下午有課、滿堂。

H：跟 C 一樣。

F：邊吃邊聽學生說話，想到上午的事與下午的課，覺得焦慮。12:30 晤談個案，談完後上課，一直上課到 4:30 才可以下課。

O（代替 D 發言）：早上 10 點是 D 爸爸離開的時間。

N：9 點是行政會報的時間。

三、繪圖：

(一)活動步驟：

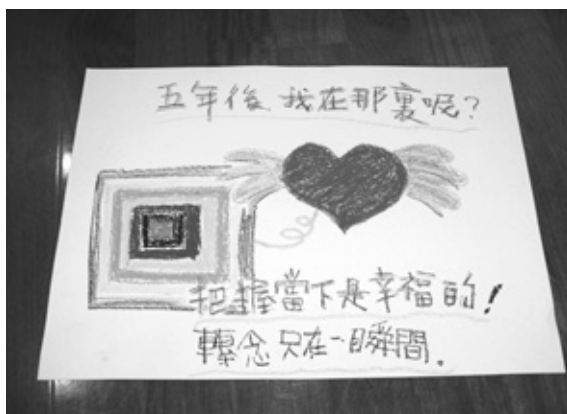
1. 成員各自繪圖。

2. 時間剩下 3 分鐘時，團體分成 3 組，進行分享，4-5 位夥伴一起分享。分享後，再各自進行雕塑。

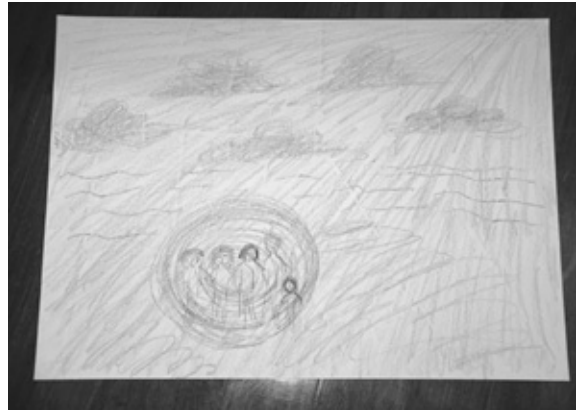
(二)活動指導語：

- 時間都過去了，你可以加以轉化，你是時間的主人，你可以主宰。
- 請閉上眼睛，眼前是你不喜歡的事，但你有能力加以改變，把那個已經改變的畫面清楚地描繪出來。
- 你所不喜歡的時間、地點、環境、顏色、自然景物、人物、環境變化、耳中的話語……這都是你不喜歡的，但都被你改變了。
- 現在沒有什麼是你做不到的。你好開心、好喜悅。
- 也許有些話你忘了說，但在那個時間，你說出來了。
- 你所喜歡的，都在你身邊；所不喜歡的，統統離開了……。
- 一幕幕像放電影一樣，停格在你所喜歡的畫面上，人物、場景、地點、話語……，現在都非常清楚地在你腦海裡呈現。
- 請你盡可能清楚而具體地思索它，描繪它，並體會那種舒服愉快的感覺……（停頓）。
- 現在，我會從 5 數到 1，請你張開眼睛，把那些畫面盡量畫在圖畫紙上。你最想看到、你最想聽到的……，統統把它畫出來。
- 5→4→3→2→1，請張開眼睛。

(三)畫作集錦：



參、第二階段成長團體紀錄





四、活動規畫構思：

- (一)此次團體是第二階段最後一次團體，因此目標的設定是讓每位成員都能從活動中覺察到自己的「存在」，尤其是在每一天忙碌的過程中，重新省思生活中的盲點。雖然每天重複過著 24 小時，有些時刻卻是感到最輕鬆愉悅的，有些時刻則是倍感壓力的。藉由本活動的激發，讓成員感受到每個人對時刻的體會有相近之處，也從成員身上學到更多掌控時間、品味生活的方式。最珍貴的是，我們從彼此的身上讀到「時間的故事」。原來，每個時刻都有某些刻骨銘心的故事，陪伴我們一起成長。
- (二)冥想活動讓我們有機會修補過去所發生的缺憾，以體會過去美好時刻的感覺，並捕抓重新擁有昔日光陰的滿足，藉由心靈的自我滋養，讓自己有所洗滌，再度出發，再度帶著勇氣去面對生活中比較難面對的時光，並以珍惜感恩的心去享受生命。

肆、一步一腳印

感恩，這一切的安排

張臻萍

參加動機與期待

我一直對助人工作很有興趣，大學選擇心理系，平日也喜歡運用自己所學的專業協助學生、同事及朋友。後來發現，自己在面對各式各樣的個案時會有盲點，所以曾自費找心理治療師督導（完形治療取向），希望能夠在專業上有所成長。

尤其對青少年這個充滿心理與生理變化的族群，我認為他們有些情緒是大人難以捉摸的，其成長也是充滿孤單與憂鬱的。94到95年度，教育局特別重視憂鬱情緒輔導與生命教育的推廣。我也發現，校園中因為父母管教失當而充滿憂鬱情緒及心理受創的孩子日漸增多，需要我們伸出溫暖的手，陪伴他們走過這一段歲月。否則，到他們長大時，可能有婚姻、自傷、精神疾病等更多生命課題會一再地在他們身上出現。屆時，社會需要付出更多的代價，才能重建一個人的健全人格。

所以，希望在此工作坊之所學能夠幫助更多遭受家暴、受虐或生命曾受到重大創傷的學生，讓他們能有個情緒出口，長出正向的生命力量。

希望學到繪本與戲劇治療的技巧；希望在此所學能運用到學校的實務上，幫助家暴受虐學童；希望在學習團體或個諮上遇到盲點時，能藉由老師的督導有更多的成長。

研習心得

當我看到「家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊」的研習資訊時，立刻報了名，很希望藉此能幫助更多躲藏在家庭暴力陰影下的國中生。

第一階段裡，我對相關知識及理論有了初步的了解。在探索「加害者與受害者」的議題上，有了全新的想法：「加害者有可能是受害者」，在他們成長的過程中，可能有過許多創傷，甚至也是暴力的受害者。96年暑假，一則新聞報導，有位青少年被親生父親打得紅腫淤青，父親用夾他脖子當馬騎。我心裏相當沉重，不禁要問：「他怎能下得了手？親生兒子耶！」我腦中立即浮現的念頭是：「這個父親成長過程中似乎也有被虐待





的經驗吧！」「當自己沒有被愛過，生命中就很難去愛人」。這個新聞加深我對加害者的認識。

課程進行討論時，學員們常常針對家暴事件提出處遇經驗。隨著成員一一提出輔導瓶頸，我也逐漸覺得有股深沉的無力感。老師適時提醒我們：「現實生活的沉重像黑洞向內捲去。身為助人者的我們，不能被捲進去。因為只要被捲進去，就什麼事都不能做了。」要把個案與自己的生命做區隔，學習疼惜自己，這是相當重要的事。助人工作者能量充沛的話，才能更有效幫助個案。

第二階段老師帶領我們實作與體驗。這個過程中我學習到許多帶領團體的技巧與課程設計實務。尤其老師給了我們一個重要的概念：對於家暴的個案，只要多一

些機會讓他們有掌控性，哪怕只是挑出自己喜歡的物件，都有治療的效果。課程設計若能讓個案有掌控性，就可增加他對世界的控制性及安全感，在面對家暴事件時，不再重複「無能為力」的低落情緒。這真是個很奇妙的體驗。

第三階段裡學員練習帶團體並接受督導。在其間，我更感受到團體設計方案要重視當下的發生——這些發生都有其意義，因為團體的行為是現實生活的縮影。團體就是讓成員出現新模式的一大契機。

很開心自己參與了為期一年的課程訓練，更感謝洪老師、兩位助理及一起參與的成員，陪伴我度過心理轉折的那段時光。因為有你們，我才能如此豐盛地成長。感恩，這一切的安排。

活動以成員需求為優先

辜雅琳

參加動機與期待

職務上常接觸到家暴兒童或受到疏忽的孩子，很想幫助他們，協助他們學習情緒控管，宣洩壓抑的情感，撫平受創的傷口，然後才能多裝點愛到孩子的內心。看到他們調皮衝動、常常闖禍，以致更加讓人難以接受時，希望能習得一些方法或教材來教導他們。有時感到有些疑惑自己到底該如何切入，這似乎需要更多的專業知能。

期待學習切入問題的方法，嫻熟更多技巧，掌握更多可以運用的方式。

研習心得

成功帶完這個小團體之前，曾經有過團體胎死腹中的經驗。還記得研習受訓一結束，就很希望能把所體驗到的完整傳達給小朋友，所以把團體時點訂在寒假，以爭取充分的活動時間；此外，我還想嘗試帶領低年級，因為孩子們越早接觸自己越好，所以鎖定一、二年級的部分個案。可是事出意料，因為團體成員都是家庭失能的孩子，寒假期間家長配合意願不高，僅有五、六個學生參加。在人數少、年紀小、同質性高、家長無法接送或督促孩子準時上課等種種因素交互影響下，不得不暫停課程進行，深深覺得遺憾。

有了前車之鑑後，第二次成團前擴大了成員的參與條件，凡是有意願的一到三年級學生都可參加，並且將活動時間訂在學期中。果然學生參與率大幅提升，團體進行也異常順暢。可見成團前的學員篩選與諸多因素的考量，都攸關團體運作的順遂，不只是課程的設計需要著力而已。



爲了能有充分的團體活動時間，我把活動訂在每週五下午學生上半天課的時間，但需要克服學生吃午餐的問題。讓學生回家吃，出席率可能會大大減低，特別是家暴與家庭失能的孩子，因為孩子年紀小，自主性不夠高，需要家長督促或接送。時間若訂在孩子上學時的午休時間，則顯得匆促，但可解決上述問題。

由前兩次的成團經驗得知，當面臨到團體成員的狀況時，勇敢果決的捨棄部分課程，以配合成員當下的需求，真是一種智慧。「Here and Now」是所有各種形式團體共有的精神。團體活動成功與否，不在於精準無誤地「上」完原本規劃的課程。團體成員的需求比帶團者的期望更重要，因為「觸發出什麼」比「傳授些什麼」好，「歷程」也比「結果」更重要。

同時觀照認知與情緒

高懿琴

參加動機與期待

國民小學一直缺乏輔導教師或諮商師的編制，所有的家暴個案輔導工作都由輔導組長負責。本校的家暴受害學童及目睹家暴兒童多為社會局轉告通知之個案，相信未被發覺的個案會更多，未來工作上將出現更多挑戰。



因緣際會，我的進修之路都和心輔科系無關。然而，接觸輔導工作多年，累積了豐富的經驗，也深刻了解輔導工作的困難與挑戰，期待積極參與學習，期使助人工作更具效益。

期待認識家庭暴力受虐兒童的相關議題，體驗以繪本和戲劇作為治療工具的內涵，增進處理學生心理與行為問題的能力，創造優質的助人工作。

研習心得

「爸爸這樣打你，以後你應該不會這樣對待你的孩子吧？」十幾年前，我曾經在輔導室走廊上，這樣天真地問著我的個案——小黑。這位飽受家庭暴力的孩子噙著淚水，天真地對著我搖搖頭。我放心地和他說再見，也祝福他畢業順利。多年後，他帶著女友和鮮花來看我，我以為他要跟我訴說幸福，誰知仍是斑斑血淚的成長歷程。女友和他一樣，有著一雙惶恐又缺乏自信的大眼睛。他們的關係親密嗎？幸福嗎？他知道如何去愛嗎？我知道答案令人遺憾。

這一年，在戲劇治療工作坊裡，除了驗證我當年的想法有多天真之外，也讓我理解事情的複雜與艱難程度。可貴的是，我可以更深入理解，家暴或目睹家暴兒童內在所受的創傷，如何影響到他們的自我對待，如何波及他們經營親密關係的能力。我很高興有這麼多的策略與資源可以幫助他們，不論戲劇或繪本，藉由活動帶領者的引導，我們可以幫助孩子，外化暴力的影響，幫助他們看見難題，看見處境，看見需求，看見資源。

感謝洪素珍老師在這一年裡，規劃了精彩而深入的課程。由初期的家暴議題文獻探討中，我們從社會學習理論、創傷理論、依附理論、家庭系統、生態理論、發展理論等各個層面，了解暴力對兒童的影響，這段學習歷程既深入又宏觀。第二階段的工作坊聚焦在小團體活動設計，讓我們親身體驗活動中的真實感受，也清楚知道每個活動的目

標，在活動中深入自己的內在，覺知自己的狀態。有次在活動中，我因哀悼父親過世，悲傷得無法自己；我知道那是壓抑悲傷之後情緒的崩流。淚水流動時，內在的能量也在解凍之中。

後期的工作，我與六個孩子一起度過三天快樂的戲劇營。這些孩子是我所關心的受暴兒與目睹兒，他們大多退縮而缺乏自信。受暴兒知道真實的痛，反而有著較多的勇氣；

目睹兒，不知道真實的痛，他們有著較多的畏懼與害怕。長期不安全的孩子極為敏感，因為他的細胞長期處在不休息的狀態。我由衷心疼他們，並盡力運用工作坊裡所學到的方案活動，與他們一起尋找資源，期待生命的堅韌與多元，帶出屬於每個人的一片天空。

猶如洪老師所言：「唯有認知與情緒一起被觀照到，才有整合的可能。」這是一趟非常不一樣的學習之旅，我的認知與情緒同時成長。感謝一起研習的所有夥伴，這段期間心靈的交流最是可貴；更要感謝教師研習中心任凱先生，克服萬難提供我們學習的機會；感謝雅芝，記錄詳實，為我們留下非常棒的參考資料。家暴不只是代間的循環，也是社會的惡性循環。期待在這個議題上，自己能盡棉薄之力，協助孩子們找到力量。



具備機動調整方案的能力

王心怡



參加動機與期待

從小就相當喜歡看故事書，直到現在，這個習慣一直沒變。目前的兒童繪本真是蓬勃發展，我任教的學校又是閱讀種子學校，繪本的藏量相當多，使得我可以浸淫在繪本世界中，天南地北，從古到今，連貫東西。

在考上心諮所以後，接觸過不同類型的心理治療方式。

當我回頭看到繪本時，一直有一個用繪本來當工具以進行心理輔導的念頭。特別是在兒童階段，很多兒童其實不懂如何表達自己的想法，即使我們給他溫暖的環境以及無條件的接納，有時也很難聽到兒童心裡的聲音。每當這個時候，我就很想用繪本來當媒介，



不管是單純閱讀或是直接進入故事情境來扮演皆可。對兒童而言，繪本是一個沒有壓力且相當具有吸引力的東西，如果有足夠的時間及正確的方法，我想應該會得到不錯的成效。可惜我從未接觸過這樣的訓練，即便曾經閱讀過一本關於童話治療的書籍，也不敢貿然輕易嘗試。一直想找機會學習如何用繪本來進行心理輔導，看到研習資訊，衡量時間上也

可以配合，很是興奮，立刻報名！

期待學會利用繪本和戲劇治療進行優質心理輔導的方法，瞭解繪本和戲劇治療的發展及限制，學習利用繪本閱讀及戲劇表演的方式帶出心裡的投射，提升自己對繪本的閱讀感動。

研習心得

一直都對家暴兒童有相當大的不捨。雖然請了一年的育嬰假，在看到為期一年的「家庭暴力議題與繪本、戲劇治療」研習訊息時，我還是決定參加，希望自己在深入學習後，能夠對身邊的學生狀況更敏感，可以及早發現，適時提供支援！

透過在陽明山上的三天理論介紹，我們有了一些基本概念：運用繪畫、戲劇表演的方式，較容易引導學生表達不易表達的情緒。一般說來，學生在面對家庭所帶來的傷害時，通常心裡會出現否認或自責的想法。他們不會直接去責怪照顧他們的家人，反而會覺得自己不好。在一邊受傷害，一邊又合理化加害者的情況下，個案常會有情緒障礙的情況發生。因此，使用一些投射的輔導方法，比較容易幫助學生克服心理陰影。

接下來下山繼續修練。老師讓我們三人一組，根據在山上的學習，設計出一系列活動，然後讓我們其他成員進入團體中，實際去感受團體中的互動，並經驗身為帶領者的感受。過程中，我們除了將自己的內心放空，完全融入團體互動所產生的力量外，在每個活動結束後，老師更仔仔細細與大家討論，使得我們不僅 know how，更能 know why。在大家逐漸積蓄能量、躍躍欲試及信心滿滿的氣氛中，自己的勇氣也跟著被提振起來！

最後，我們分組，實際帶領情緒有困擾的學生。在設計活動方案時，發現自己在不知不覺間已經多了很多想法。在考慮方案進行、時間分配以及團體成員照顧時，都比之前來得周全許多。我的團體是跟子鏡協同進行的，跟一位資深的輔導前輩一起帶領團

體，更是像吃了定心丸似的蝦米都嘍驚！我們的團體方案先經過完整設計，然後在每一次團體帶領後，又接受老師的督導，並與子鏡討論，不斷進行修改，以便設計出最適合下次活動的課程。我深深感受到，每一次團體與帶團經驗都是獨特的。身為一個帶領者，需要具備機動改變的能力，才能夠將團體帶到最適合的方向去。在帶領的過程中，看到學生在短短的四天內有了明顯的變化，從原本的抗拒到後來的完全融入，並且放開心胸分享經驗，著實令人感動，也得到相當大的成就感。這一年的學習，我想除了對情緒障礙的學生多了一些瞭解之外，最大的收穫應該就是自己對帶領團體的信心吧！

提高個案我能感

王蘭蓓

參加動機與期待

多年從事兒童輔導工作，隨著社會環境的改變，深深感受到學校輔導工作面臨著極大的挑戰；其中，經歷家暴的孩子有愈來愈多的趨勢。實際接觸到這些孩子，發現他們幼小的心靈因為成人的過失而承受極大的創傷。沈重的情緒傷害阻礙了他們與他人發展健全的人際關係，否定自己，讓他們在學校中出現學習困難，生活適應不佳。

身為輔導老師，雖然有基本的助人技巧，也有長期的實務經驗，但在輔導過程中，仍覺得需要學習更多有效的方法，才足以協助這些處在複雜情境中的孩子。

繪本和戲劇是個適合孩子且易被孩子接受的媒材，我渴望透過研習充實實務知能；



希望透過理論的學習，對家暴和婚暴議題有更深入的瞭解；希望透過體驗活動，從團體歷程中，熟悉戲劇和繪本如何有效運用在特定對象的輔導與諮商中；期待自己全程參與學習歷程，並實際運用於工作中，服務需要幫助的人。

研習心得

有幸參加臺北市教師研習中心辦理的「家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊」，在洪素珍老師的指導下，走過理論篇、體驗篇和實作與督導篇三階段課程，歷經一年的學習，對表達性治療的內涵有了一番新體認。



在第二階段的體驗活動中，我以成員身分參與戲劇治療團體。在十幾次的團體中，經驗了戲劇治療的幾個核心歷程：戲劇化投射、治療性表演、戲劇治療中的同理與距離、擬人化與扮演觀眾的交互作用與見證、身體化（以戲劇表現身體）、遊戲、生活與戲劇的關聯、戲劇治療的轉化。每次團體一開始的暖身活動中，從小肢體到大肢體的身體活動，從

簡單有趣的遊戲到即興的角色扮演，從故事的聆聽到安靜的冥想，都能幫助我將心智專注於團體中，喚醒沈睡中的想像力與創造力。另外，我們也常透過暖身活動找到團體工作的議題，成為接下來主要活動中聚焦的目標。在多次的團體活動中，令我印象最深刻的是那齣名為「權力劇場」的活動。在洪老師的導演之下，成員在劇場中以肢體、動作、聲音、空間、對話、道具，探索存在於個人內心世界或現實生活有關權力的議題。隨著戲劇化的演出，劇場中的戲劇張力不斷增加，身在其中的我，出入於演員與觀眾之間，在投入演出與見證整個探索過程的當下，對於自己經驗到的衝突，似乎立即產生了新的理解，隨之而來的是開始思考與尋找新的回應方式。

結束了第二階段的體驗，帶著戰戰兢兢的心情展開第三階段的實作。身為特教工作者，第一個想法是希望將所學運用到特殊生身上，因此把「實驗」對象鎖定在原本就在進行的小團體個案上。小團體成員包括三位高功能自閉症兒童〈亞斯伯格症〉，還有幾位經由導師轉介過來的孩子；他們都來自低年級，多半在情緒表達上有困難，也伴隨一些行為問題。所以，我希望找到適合他們的溝通媒介，提升他們表達情緒的能力。

在長達 10 次的團體活動中，我發現透過戲劇化的投射，個案很容易將內在衝突轉變為外在可見的影像。對輔導者來說，不論是辨識其所遭遇的困境，或是幫助我們瞭解事情真相，投射的內容都有助資料的評估；對個案來說，將自我的不同層面及經驗投射在劇場裡，有助於個案內在與外在世界的對話，個案與內在世界的關係也隨之改變。

在整個團體歷程中，我嘗試使用不同的戲劇表達形式來設計主要活動，例如：運用創造出來的角色人物或是根據劇本的角色人物來探索個案自己的經驗；運用小物件、玩具或玩偶演出並處理有問題的感覺、關係及經驗；透過帶面具探索自我概念、運用故事引發或演出主題、以隱喻方式透過外化的觀點探索問題；孩子們則最喜歡創造自己的「安全空間」與「小世界」的活動。即使是好動易分心的小孩，在創作的過程中，也很專注與投入。當具象化的個人安全空間以及猶如心靈的秘密花園完成時，他們沈浸在創作的滿足中。在分享與討論作品的過程裡，即便平常很難跟上談話主題的個案，也能在一來一往的對話中，經驗人際互動帶來的愉悅。作為團體的帶領者，提供一個安全的心理環

境是非常重要的。因為只有在良好的治療關係中，所有來自內在的自發性創造力才會出現，而在缺少自發性的狀況下，任何痛苦與衝突的修復是很難發生的。

表達性治療認為，個案的主觀經驗存乎於內心，不同特質的個案會透過不同的窗口來表達經驗。有些窗口採取文字形式（詩詞治療、寫作治療）、視覺圖像形式（藝術治療）、遊戲形式（遊戲治療）、象徵與隱喻形式（沙盤治療），戲劇治療則是透過「劇場」的形式將這個主觀經驗以行動模擬出來。對於兒童輔導工作者來說，善用這些媒介，不但容易與孩子建立良好的關係，並且可以獲得對兒童心靈世界的瞭解，進而幫助他們發展出一種能夠平衡、協調內在驅力和外在世界之間的機轉，那就是一個具有我能感〈Mastery〉的健康自我。

歡喜看見突破的可能性

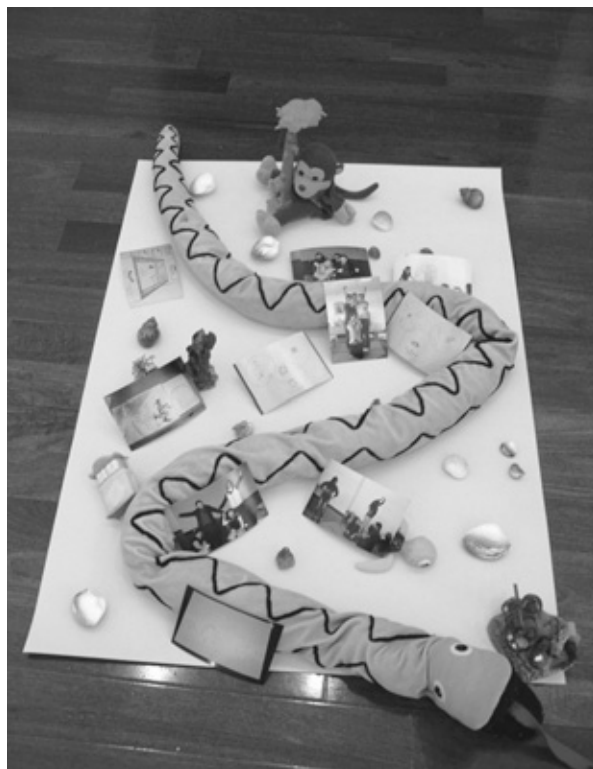
陳琬如

參加動機與期待

我們常聽到「家，是最好的避風港」、「天下無不是的父母」之類的話，但實際上真的是如此嗎？在服務的小學中，我曾看到孩子遭受不當的對待，而當他們被帶到輔導室時，臉上滿是驚恐的表情，除了身體上的傷痕外，心裡還要承受莫大的壓力，深怕說錯什麼，就會「害」父母遭受處罰。對一個應該無憂無慮的孩子來說，這樣的身心壓力是多麼殘忍！父母對孩子肢體、智能、情緒上的發展造成永久性的傷害，而烙印在孩子心靈上的傷痕，更是難以抹滅的痕跡。

除了通報外，總覺得還有些事是我們能為孩子做的。如何打破他們的心理防衛，如何協助他們擺脫陰霾，是我參加此次研習的動機。

希望透過團體中的相互對話，以及理論、實務的交流，激發更多創新的想法與可行方法，在回到職場時，讓我有更多的力量與法寶來協助這些孩子；希望透過專業的交流，澄清自己的迷思與困惑，對於這些議題有更清楚的認識，對於自己的限制與成長的空間，有更深一層的思維與理解。



研習心得

家庭原本是每個人安全的避風港，但現今社會中，關於家庭暴力和亂倫的事件層出不窮，真正的數字比統計出來的還要多上許多。隨著各式各樣家暴事件的發生，家逐漸成為暗藏危險的暴風圈，在不同的角落，以不同的方式上演，需要大家一起來關心，並伸出援手。

從事第一線教育工作的我，深深感受到父母對孩子的影響深遠。因為父母充分的愛與關懷，會使孩子健全、快樂地成長。反之，一個充滿風暴的家庭，將使孩子滿懷不安與慌亂。

欣聞教師研習中心舉辦「家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊」，對於行政工作繁忙的我而言，這是一個極大的享受，也是極重的負擔。只是心中盤旋不去的是：想要真正成長，就得挑戰自我極限，亦即讓自己暫時失去安全感。所以，在對家暴兒童有所幫助的自我期許及學校的大力支持下，懷著忐忑不安的心情報了名，從此踏入一個新的世界。

我喜歡與夥伴們分享的經驗。透過多元體驗活動與專業對話，很快凝聚團體向心力。我從每位伙伴身上，看到了豐富的經驗及與他人分享的喜悅。在開啓成長大門的同時，不僅提供了深化自我與擴展生命體驗的機會，更重要的是，學到了更多元的方法，協助心靈受傷的孩子，走出內心的傷痛。

只要我們有心，都能成為別人生命中的貴人或守護天使，在他們需要協助時伸出援手，適時拉他們一把。在團體中，我學會了積極引進外界資源的方法，並透過健全的輔導預防機制與社會各界組織團體的合作，激盪出燦爛耀眼的火花，照耀每顆需要被協助、被扶持的心靈，是我學習的目標與希望。

現代教育鼓勵教師嘗試走出傳統的教室王國，將學習的觸角伸向社會。在這趟探索與冒險之旅中，成就了多元的輔導經驗及嶄新的生命體認。謝謝你們，我親愛的好伙伴，因為你們，使我有機會重新看見自己的內心世界，發掘了舊思維，發現了新局限以及突破的可能。再次謝謝你們。



內在力量升起

黃愷宜

參加動機與期待

擔任校內輔導工作職務已近五年，一直把握、珍惜參與研習的機會，因為唯有不斷學習，才能在輔導知能專業上更加提升。所以，知道有此工作坊時，很希望能報名參加。在輔導的過程中，曾經遇到很多瓶頸，往往都要透過督導的指引或專業研習，讓自己在輔導工作上有更專業的發揮。

期待能學到更多繪本和戲劇治療的專業技能，以便對個人的小團輔帶領技巧或個案輔導工作有所助益。

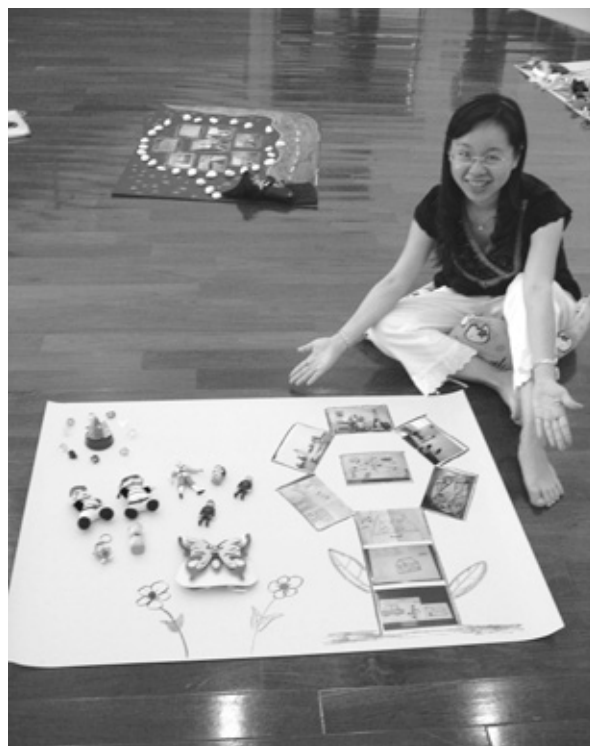
研習心得

將近一年，不算短的時間，自己在「家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊」中，有很多的成長及收穫，非常感謝洪老師、兩位助教及所有夥伴們。對於實際站在輔導工作崗位上的我，每次團體聚會都很珍惜。因為洪老師的帶領和夥伴們的分享回饋，讓我有更多的動力來處理實務問題。

面對個案輔導及小團體輔導活動，我常會遇到瓶頸。因為個案年紀小，很難透過單純的談話引導他去面對及解決問題。在這之前，我也曾參與過遊戲治療或藝術治療工作坊，發現表達性藝術確實能幫助個案自我轉化。同樣地，在這次的工作坊中，我也有這種感覺。對我而言，這是一種很不一樣的體驗。因為原本以為個性較內向、不太敢展現自己的我，在本次課程活動中，也能輕鬆自在地表達想法及感覺。

在此次工作坊中，我印象最深刻的活動是「安全空間的營造與設計」。透過自己設計的安全空間及在帶領者的引導下，我發現自己能將難以言喻的內在世界表達出來，當然也看到隱藏在深處的渴望與需要。我將自己的心情在當下做個整理，也與夥伴們分享，居然有種既感動又滿足的感覺。因為我更了解自己，又可以不受限制地想像與安排，透過物件的擺置，彌補自己在有形物質上的不足。

我也很喜歡「六格圖畫故事」活動。帶領者讓我們用第三人稱去塑造一個主角，編造出一個故事。述說故事有外化作用，因為要直接把想法說出來是很困難的，但是透過說故事，可以不隱藏地完全表達自己；再加上帶領者的引導以及伙伴們的協助整理故事內容，我看到自己投射出很多的想法。這種感覺很好，因為內在的力量升起，給了我



大的信心與鼓勵。

我把所學的及經驗到的，慢慢帶入平常的輔導工作裡。我與學生都看到了他們的內在世界，除了讓我對他們有了更多的瞭解之外，也明顯感受到他們慢慢帶出自己的力量。我相信，透過這樣的方式，我們都能察覺自己，發現自己，看到自己，更學會照顧自己。



盡情飛翔吧！小天使們

林佳玲



參加動機與期待

在輔導工作上，家庭暴力的個案愈來愈多，這是目前愈顯重要的社會問題，然而過去在學校或學分班的學習歷程卻鮮少討論此方面的議題及輔導要領。很希望透過這次有系統且較為深入的課程，提升自己對家暴學生及受暴家長的處遇能力，同時嘗試透過繪本和戲劇讓孩子更容易表達及自我了解。個人非常期待此次研習，希望工作坊結束之後，能對目前學校已發生的家暴學生提供更有助益的輔導，對未來可能發生的問題也能知所預防。

期待有較多的個案實務討論及演練；希望將焦點放在老師個人的體驗上，待了解後，再推廣到其他需要的老師或學生身

上；有關戲劇治療部分，希望能多介紹心理劇；使用教材盼能考量以適合學生使用為前題，避免老師覺得有幫助，返校執行時卻大打折扣。

研習心得

時間過得真快，因為參加研習，再次上了教師研習中心。暑假中在陽明山上先上了

三天家暴理論課程。其中，我最喜歡聽老師說故事，因為可以從故事中體會許多寓意。後來回到山下，經過第二階段的成長團體實地體驗，加上自己親自帶團——有些活動是當時參與過的，在讓學生經歷活動前，我想唯有自己也能親身體驗過，了解活動參與中的真實感受，那麼身為團體帶領者才能擁有更多的自信與自在感——心情也就較為篤定。第一次參加結構如此周密完整、歷時近一年的課程，身心的確感到疲累，但收穫也特別多。

我很喜歡第一階段的團體訓練。在每一次團體裏，先別說學到的可應用於日後生活，光是個人的成長與探索，就非常值回票價了。老師豐富的經驗與活動帶領，常常讓我在課程結束前有了一種滿滿的感覺。雖然工作很忙，我每次卻都能帶著愉快心情參與。我很喜歡活動末尾，成員分享「希望留下什麼，帶走什麼」，此種自己與伙伴一起歸納心得的技巧，大大幫助了我往後所帶的團體。

第二階段由小組自行設計活動。我發現親自帶領活動時，方案構思是一回事，實際執行又是另一回事：理念與實務之間如何縮小距離，與同組伙伴三人之間又該如何取得最佳合作模式，都是學習的重點。透過老師



的提醒和小組成員彼此的分享支持，我自己在實地帶團之前，有了很好的熱身和省思。

最後進入第三階段。在成團前，光是團體對象的選擇與活動時間的敲定，就很令人頭痛。特別要感謝坐在我前面的同事瓊儀，她是團體的協同帶領者，有很多苦惱事，我都找她討論，一起解決，這真是一件最最快樂的事。由於家暴學生大多透過導師轉介成為輔導個案，所以決定將我與瓊儀兩人的個案，同時納為團體成員，並由兩人共同帶領。雖然她並未參與訓練，但靠著多年的實務經驗與專業背景，以及多年的同事情誼，讓我們有了絕佳的默契，使此次的團體活動特別順暢。難得的是，在團體中常有一種相互照應的感覺，讓我深覺感恩！

在四次治療家暴個案的小型團體活動中，我更進一步看到個案們的成長。看見他們從原本無力面對問題，自許為可憐的受害者，到漸漸能面對問題，內心滿是喜悅。雖然事情不一定能得到完全的解決，可是他們願意且勇於向父母提出想法（雖然多半還是失敗），也願意從另一個角度看待始終讓自己害怕的父親，更願意跨越對人的不信任，在團體中勇敢吐露心聲，表達對媽媽的感覺……，哈！我真是愛死他們了。縱使別人對這些孩子們有些誤解，但在我心目中，他們一個個都是可愛的小天使。如果在團體中，他們看到了自己的好，看到了自己也擁有天使般的羽翼，那麼就飛吧！小天使們，請自由飛翔吧！老師祝福你們！也愛你們！

發現彩虹

施 施

參加動機與期待

在暴力家庭下成長的孩子是不安而恐懼的，更有著百般的無奈。身為輔導老師的我到底能提供多少協助，能否幫助他們走出陰影，活出自己，這是我最近常在想的問題。曾經處理過家暴個案，目前手上也有數個正處於家庭暴力恐懼下的孩子，看到這個研習就毫不猶豫報名，因為我有需求。

期待在這次的團體中能針對家庭暴力的主題提供實務上的學習，讓我獲得更深入的知識，在協助遭受家庭暴力的孩子時能更使得上力，且透過督導的機會，更能落實所學，對手上的個案有實質的幫助。



研習心得

「投射」真的是一件有趣的事。在老師的帶領下，我經歷了表達性藝術治療的力量：可以畫，可以演，可以寫，可以動，可以冥想。一切是如此的自由和天馬行空，如同雲一般，可以變化出千百種的樣貌與心情，自己在其中獲得了抒發，也省思了生命。

當我有這樣的經歷後，雖然在帶領學生的技巧上還有進步的空間，卻開展了更多協助學生的方法，讓諮商可以不再只是談話，而能夠運用媒材來表達自己和認識自己。尤其是面對表達能力不佳或用防火牆把自己圍起來的學生，我可以不再只是等待或慢慢引導，而是讓他用畫或演的方式來述說自己的人生故事。

另外，此次的工作坊也讓我對家庭暴力受虐兒和目睹兒的概念化過程和處理策略，有

了更深入的認識，明白受虐兒對安全感有強烈的需求，以及如何幫助孩子去建構和整理自己的內在世界。依稀記得在所帶領的小團體中，受暴學生在擺放安全空間的課程裡所投射出來的強烈感受和訊息，還有成爲風與動物的自在和趣味。其實生命是可以充滿期盼的，心開了，世界也就變了。我在表達性藝術治療中發現了彩虹。

態度左右成效

黎昆萍

參加動機與期待

在教育系統內，學校輔導人員是家庭暴力受虐兒童個案輔導的靈魂人物，不但要輔導兒童，在家長、導師、行政體系等層面各有不同需求時，還必須承擔溝通協調的重任，其角色之多樣化，常令輔導人員心力交瘁。而家暴議題之複雜度，往往讓缺乏對此議題的認識與了解的輔導老師，得不到需要的關心、鼓勵



與支持，得獨自面對單兵作戰的辛苦。有了治療工作坊，就可以奠定自己的專業能力，尤其最近的創意社會劇、心理劇就像向日葵一般，代替家暴兒童發聲，用圖畫說明家暴兒童的心情，讓我們更加認識另一個世界的繪本人生。

期待藉由治療工作坊，讓我發展出適切的專業知能，來協助私底下被家庭議題所困擾的孩子們。工作坊裡有實務經驗的分享，將會讓我獲益良多。因爲學習，我才能對困在家庭議題裡的學童多一分了解，多一些陪伴，讓他們更有效能地走出困境，進而快樂地學習與成長。

研習心得

面對繁忙且永無止盡的輔導工作，每週抽出一個早上來參加研習是奢侈的，特別是研習持續了一整年。

期初，大夥雖然陌生，卻有著求知若渴和追尋自我的企圖心，自然地走入「家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊」的旅程！對自己，我有著喜樂、失望與挫折的複雜心情。所幸，在 Leader 洪教授素珍和二位助教雅芝、郁夫的引導下，逐漸感受到工作坊的雛形，自己也慢慢覺得暢快起來！

培訓過程充滿著溫馨、創意、活潑與驚奇，夥伴們智慧和心靈的不斷交流和激盪，

讓彼此對被害人及加害人有更多的釐清和整合。透過 15 次團體活動的回饋、團體成員的活動帶動，與實際帶領小團體輔導活動，我感覺真的協助了許多正處於徬徨時期的孩子。這一切，隨著時光悄然流逝，我漸漸感受了「戲劇治療」的功效！

這個工作坊只是開始，一旦接觸到它，就會逐漸找到屬於我自己的智慧。那種感觸很難用筆墨加以形容，因為腦袋就像燈泡一樣突然亮了一下，有一種「啊，原來如此！我懂了戲劇治療！」的感覺，從而在每個人身上看到源源不絕的生命力，並相信人有無限的潛能，生命有無限的發展性。相信有天若再回歸輔導工作，也能勝任愉快的一覺得自己有用，被肯定，更敏於覺察問題，對投入新事物更具信心與動力。

另一方面，個案有許多問題是我們無法「解決」的，例如，慘遭性侵及家庭暴力，或遭逢意外之事……等。我們能做的，只是協助個案面對難以改變的事實，並找到力量繼續活下去。也許在治療過程中，我們所能提供的就是陪伴、穩定的支持與無條件的接納和傾聽。因為創傷心靈的復原是需要時間的，沒有捷徑。其實，當個案無法言說時，常常是尚未準備好面對，如果我們過早刺破這個繭，只會毀了它，畢竟使用過多不當的語言介入，或者進行不適切的作品分析詮釋，反會削弱戲劇中超越語言的力量，阻礙治療的進程與效果，更恐傷人於無形。

透過這次工作坊所累積的經驗，我越來越相信「每個人都是自己問題的解決專家」。畢竟，「戲劇」能慢慢碰觸到核心問題，有時凝視自己的作品，剎時頓悟了：原來自己也在逃避。這一切，關鍵都在「態度」。態度傳遞治療的藝術，若帶領者能深切感受到戲劇治療的創造力與美好，去體悟「教育的戲劇」與治療的藝術，借用它提供的情緒出口，讓心理平衡回來，相信案主會得到新感受，跳脫習以為常的報復舉措（中學生常叛逆，喜報復）。



我發現人的多樣與豐富性，透過圖畫及創意戲劇展現出來，讓我更尊重、珍惜每個人的差異，態度上因此更包容與欣賞，這是此次培訓活動最大的收穫。謝謝研習中心的安排與指導老師及助教的用心，讓我再度成長。

改變就從一點點開始

劉袖琪

參加動機與期待

孩子無法選擇父母，但是，身為師長者卻可以選擇保護孩子，讓他們免於受到傷害。除了父母之外，學校老師是孩子們最常接觸也最信任的對象。個人就讀竹師研究所時，跟隨王文秀教授學習遊戲治療，因此也在校內自設一間遊戲室，希望能學以致用，對於校內需要幫助的孩子進行長期的個案輔導工作。在輔導室常有機會接觸到遭受家暴、忽視、精神虐待或喪親、單親等有創傷經驗的孩子，惜因證據不夠具體明確，或者專業諮商輔導的資源不足，以致轉介不易，而長期輔導工作更是在經費有限的局勢下大受限制。若能參加此工作坊，在諮商心理師的督導下，相信對於日後的個案輔導、團體輔導工作會有莫大的助益。



期待藉由團體成員的專業對話，激發個人在輔導領域的成長空間；希望和團體成員組成相互輔佐的輔導網絡，共同推展校園輔導工作；期望接受家庭暴力與受虐兒童的創傷輔導專業訓練，對校內兒童提供長期輔導。

研習心得

從前擔任輔導老師，聽到老師們訴說班上孩子的行為問題時，總是會跟著老師一同陷入苦惱之中。問題孩子多半來自功能不彰的家庭。當所謂的問題孩子接受個別輔導時，往往會發覺，孩子很多是無辜的。在我們眼中，每個被述說為可惡的孩子，總有可憐之處。過去在輔導學生的過程中難掩失落，總是希望能多為他們做些事，或在過程中多引發他們，希望這樣的關懷和輔導能讓他們覺得好過些，更容易適應生活。

然而，因為家庭失功能，而使得孩子失去了保護他們健康成長的羽翼，孩子們的心靈也相對千瘡百孔，不容易相信別人，不容易感到快樂。有時真的會質疑，這樣的輔導課程究竟會讓孩子滋養多少？有時甚至會對輔導成效感到失落，因為我們實在無法在幾次的課程結束後，就看到孩子的改變。

自從參加「家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊」之後，我像學到了另一項武功

秘笈，不僅學到更豐富多元的輔導技巧，更重要的是學會了「面對自己」。原來輔導的真諦不在於向別人證明輔導的有效性，而是在於那段真誠對待孩子的過程。參與團體的孩子並不一定能說出，輔導課程對他們有哪些幫助。但是我能夠感受到，當孩子們走過肢體的開發、劇場中戲劇的衝擊、對話的互動以及身體的覺察，即使他們說不出來，但我確實相信，改變就從那一點點開始：從共同建立團體規範，一起暖身，一起嬉鬧，一起在一個劇情裡共同創作開始。

孩子們的改變，是這樣一點一滴累積起的吧！就像是參與這個工作坊所帶給我的感動一樣：洪老師認真而專業地帶領，鴨子和郁夫熱誠地服務，夥伴們彼此的交流與打氣。能遇到這麼棒的夥伴引領向前，真是從事輔導工作中最大的收穫。



心中有棵小樹苗

王雅玲



參加動機與期待

近年來，兒童遭受近親不合理對待的社會案件時有所聞。如果學校能針對這些家庭暴力受虐兒童辦理小型團輔，適時給予協助，相信對孩子一定有所助益。本次研習是透過繪本和戲劇治療歷程，讓參與者去體驗及學習相關的理論與實務，感覺課程內容相當充實。另外，我曾擔任低年級導師多年，非常喜愛藉由繪本來

導入教學的模式。由於我將於 95 學年度回到輔導室擔任行政工作，因而希望藉此次研習機會，增進個人輔導知能。

研習心得

小樹苗因為有老園丁的瞭解與賞識，以及同伴的鼓勵與支持，終於有了長成大樹的信心與勇氣。寫這篇心得時，我心中也有一棵小樹苗，就在太陽、和風、雨水的照顧與滋養下，一點一滴慢慢地長高。

95年八月參加了由洪素珍老師帶領的「家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊」。為期一年的時間，開啓了我的視野。研習夥伴有來自國高中的輔導老師、組長、社工，來自小學的輔導主任、組長，以及洪老師的兩名學生（其中一名是家暴中心的社工）。這樣子的組合，對於自己一整年的輔導工作有實質上的幫助。

受限於個人非輔導科系出身，加上學校事務繁忙，無法每次都參與課程研習，以致於很難完全領會老師的指導。但即便如此，在工作坊中，透過老師的帶領，學員們的親身參與，我與自己的內在狀態連結了，也覺察到自己、認識自己，進而釐清個人生活困境，並激起了改變的能量。比如說，有些個輔或團輔經驗豐富的學員會將自己帶團體所遭遇到的問難拋出，藉由學員們的腦力激盪，讓從未帶過團體輔導的我慢慢有勇氣嘗試帶團。在此非常感謝曾經一起帶團體的夥伴——阿高、蘭蓓及琬如，有妳們真好！

往事如昨，歷歷在目，回想這一年在輔導室工作的點點滴滴，如同電影場景般一幕幕從眼前掠過。諸多層出不窮的狀況，幸虧有工作坊的老師及夥伴們熱心分享，我才能妥適處理。參加工作坊對我而言，不只是增進個人帶領團輔的知能，更重要的是能與一群志同道合的工作夥伴相互分享與鼓勵，並在愉快的氛圍中再度充滿能量，信心滿滿地走下去。因此，希望教師研習中心能繼續舉辦這個工作坊，讓更多老師與學生受惠。

有開始就有結束，雖然96年10月19日的成果發表會為此研習畫下一個完美的句點，但相信這是在輔導領域學習上的中點，而非終點。



成長道路，默默祝福

陳振源

參加動機與期待

目前的社會與家庭結構丕變，人心卻未跟著調整。在物欲橫流的時代裡，科技的發達衝擊了傳統信念與價值。民眾嚴重受制於物欲的桎梏，許多人失去對生命價值的認知與體會，惶惶終日，不知究竟為何而活，甚且急躁憂愁，爲了得到他人的肯定與外在的權勢名位而奔波，以致暴力與亂象紛起。究其根源，乃是內心的貧乏與慌亂所致。

不平的成人出現恐懼或畏縮心態，外顯行爲則是精神異常或頻頻出現暴力言行，以致身邊的幼小孩子成爲最先承受傷受害者。無辜的孩童在受害後，如未能善加輔導，又會成爲另類的加害者，此惡性循環的結果，讓亂象再度侵擾人心，幾近無以寧日的地步。

學校面臨越來越多學童受到家暴傷害的問題。防患未然很重要，及時處理也很重要。解決家庭暴力問題需要透過專業程序，除了理論的嫻熟外，更需與親臨現場的實務經驗相結合，方能及時撫平受害者的傷痛，從而有力量去回顧與改變被暴力威脅與控制的心靈。家庭暴力受虐兒童的輔導工作是新興社會的重要課題，也是輔導人員刻不容緩亟待具備的能力。做爲輔導主任，我需要具有此方面的素養。

期待成員相互支持鼓勵，提供各類家暴案例，分享成功或失敗的處理經驗，增進彼此對突發事件的應變能力；期待帶領者能有效引導成員接觸各類家暴受害者身心撫平的研究報告，提升成員輔導此類學生的知能。

研習心得

成長團體無非是帶領成員面對自己。可是，自己在哪裡？

顧名思義，「家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊」是要面對家庭暴力問題。暴



力經久累積，是無力感的迷障，要解決並非一朝一夕可以奏效。名爲治療，對象是病患，要對症下藥，得先找病根。但，病人何在？我們能否診斷得出？或許在對方臉上，早已看見自己的過去！

考諸暴力成因，多半有跡可尋。過激的情緒反應，恰是暴力問題的主因。若對於喜歡的人，不自覺現出討好行爲，讓許多應當表達出

來的不悅感覺掃進地毯下，如此一來延長了憤怒歷程，終究會一發不可收拾。因為一旦喜好改變，藉機發洩情緒或遷怒他人的舉動就會不自覺發生。因此，需有勇氣面對問題，並將情緒善巧處理。

在暴力現場，不管是加害者或受害者，多半會被某些東西卡住。難的是，根本看不到卡住人的東西，自己又不知道被卡在哪裡。因為看不見，所以產生許多防衛機轉，如焦慮、孤獨、反抗、選擇性沈默、自閉、情緒障礙等，甚且變形為攻擊、組織型排擠、欺負或犯罪。

暴力由無力感投射而出，覺得一切都無法改變。習得的無助感蔓延，產生無力改變現狀的困境。試想，若一切都是別人所造成，自己又處於被動狀態下，如何能覺得有力？易言之，把問題視點聚焦在外在環境，忽略內在心境的轉變，無力感就會被自己的觀念所強化。

工作坊凝聚大家的心力，藉著帶領者洪老師的敏感度，以及不斷追求成長的學員的相互激勵，這個工作坊不斷邁向專業的道路。從第一階段的理論探究，逐漸推進到第二階段的小團體活動，最後達到能親自帶領成長團體的終極目標，實在是一個既充滿興奮，又讓人懷著惶恐，也免不了多了許多負擔的旅程。

其實，自我覺察夠深，就能看見外在環境的變化；協助受暴者重塑過去不快的經驗夠久，對自己生活也就會多一份信心。畢竟，人是活在希望中，樂在築夢裡。就在更同理受暴者的退縮、恍神等創傷反應之後，期待能把自己與對方帶入更寬闊的理想世界，並激發勇氣營造心情感受，進而有能力改變現狀。這是一個理想的國度，需要不斷練習。

如同每次團體結束時，洪老師會帶領團體成員，靠近彼此，手牽手，視點轉一圈，看看自己，看看別人，感受周遭環境。因為成長的道路，總是相伴相攜，且默默祝福。

堅守崗位，感謝支持

林佳樺

參加動機與期待

近幾年來，學生因遭受家庭暴力而轉介到輔導室的個案與日俱增。通報家暴個案後，社工人員隨即介入處理緊急事件，一等個案穩定後即結案。但是，學生的狀況常會





合併其他行為問題，需要較長期的輔導介入。在輔導過程中發現，個案對遭受家暴的影響已習以為常；有的學生對於說出自己的想法及感受有困難；更有些家暴或目睹婚暴學生很難被察覺到。有感於個人敏感度之不足，覺察到自己在輔導家暴學生過程中的困難，因此想參加此工作坊，增進個人對家暴學生或目睹婚暴學生的敏感度，學習透過繪本、戲劇等其他媒材增進輔導效能。

期待透過參與團體，增進有關家暴、目睹婚暴議題之理論，學習繪本與戲劇治療之理論與技巧，覺察並改善輔導過程之困境，增進諮商輔導知能，提升輔導工作品質。

研習心得

回顧這一年，彷彿才剛開始，就要結束。起初報名參加時，一方面帶著疑惑，一方面想要專業成長，一方面卻又擔心自己在為期一年的課程中，能否在繁忙的行政事務中繼續堅持下去？所幸，透過洪老師的帶領，以及成員們的分享、激盪，逐漸讓自己感覺到，每週的參與課程已成為我生活的習慣。除了學習理論的知識外，更多的是實際參與團體、帶領團體的體會與學習。從繪本中的角色扮演、發展故事到學習多樣化的團體活動，都讓我感覺新鮮有趣，也在經驗團體歷程中學習細膩地關注團體成員的回應，以及看到活動設計的意義與處理家暴議題的連結。

團體歷程中體會最深的是自己實際帶領小團體的過程。不論是剛開始找成員、準備方案或者是團體帶領的過程，都是一層層的關卡。很高興有合作伙伴臻萍一同學習面對，兩人合作的過程激盪出更多的學習火花與欣賞眼光；更感謝洪老師一路的帶領與督導，讓我有面對實際團體工作的勇氣與工具。

在輔導崗位上或自己的生活中，難免會遇到挫折。參與團體的過程讓我有機會適時地抒發與沈澱情緒，而不是匆忙地再度投入繁忙的事務中。喜歡大家彼此的支持、鼓勵與經驗分享。看到每個人對輔導工作的熱情與執著，感動



著我去珍視自己最初的堅持與熱情，感覺自己不是一個人獨自面對挫折，而是有人可以陪伴與支持。十分欣喜認識了這些輔導工作上的好伙伴！感謝大家！也感謝自己能努力全程參與！

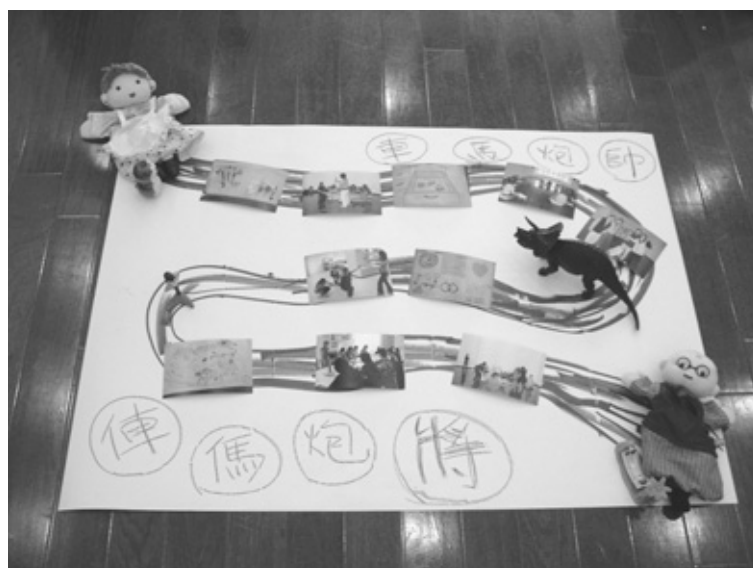
「結束」是另一個「開始」

王秋玉

參加動機與期待

從事青少年輔導工作已七年，服務對象以高關懷學生為主，遭受家庭暴力的孩子更是我主要的協助對象。如何更深入了解孩子在遭受家庭暴力時的需求，如何評估問題癥結，這一直是我所渴望學習的內容。

期待在自我的努力與老師的專業帶領之下，提升輔導專業能力，發揮更佳的輔導效能；期待學習多元的青少年輔導團體帶領方法，尤其是遭逢或目睹家庭暴力個案輔導團體的帶領技巧，以協助有此需求的學生；期待在學習過程中有機會接受團體帶領者的個別督導。



研習心得

依稀記得，當時獲知入選參加培訓時的心情是雀躍興奮的。離開學校多年，能上此系列課程是難能可貴的，更何況主題還是與工作息息相關的「家暴議題」，機不可失啊！怎能不好好把握與珍惜呢！相信不單是我，從其他成員萬不得已不會請假的高出席率來看，大家同樣看重與珍惜此次的學習機會。

帶領團體的洪素珍老師，其專業素養與溫和、不給人壓迫感的人格特質，令人欣賞與折服。初期進入課程與團體，我即以放空學習與真誠談自己的態度投入團體。深刻的體會是，團體真的是認識與覺察自我絕佳的機會。在團體中，我數度經歷內在心情的變化，不僅在團體中分享，私底下也尋找與自己頻道相近的成員進一步討論，彼此更成為生活中互相支持的好友，這又是多麼寶貴的機緣啊！

帶著初步練功後的「本事」回到了工作崗位，笨拙地設計與操作一個團體。在跌跌撞撞的摸索中，幸而有老師與團體成員的討論回饋，雖然不完美，但順利地完成艱鉅的挑戰，總算鬆了一口氣。但緊接著的研習成果呈現，卻又讓我很緊張。因為未能事先蒐

集完整的團體素材，既沒錄音也沒錄影，就這樣要完成一篇又一篇的報告，套句臺灣俗語「阿婆生子」，要真的很拚哩！

驗收成績的時刻即將到來，成員們再一次齊聚一堂，回顧與討論研習成果的呈現架構。起初雖不免感到疲累與負擔，但當一切方案底定，看著大家能如此有自信地報告自己即將呈現的內容，我知道我們已經收穫滿行囊了。

「結束」是另一個「開始」。不管是在帶團結束之時，或是研習課程結束之際，還是成果發表結束之後，都將是我們施展所學的開始.....。



實作篇



伍、家暴與目睹兒童團體方案設計

「情緒管理小團體」團體方案

王心怡、陳振源

一、設計理念

這個小團體由六位遭受或目睹家庭暴力，約四、五年級的學生所組成。他們的問題情形是：

- 小安是一個平時會壓抑情緒，但累積一段時間後會發出怪聲的四年級小孩，發洩時會於上課時間趴在桌面上，對老師的言語置之不理；父親失業、喝酒，心情不佳時會打他出氣，卻告訴他不可將受暴情形告知他人。
- 小民是個有行為問題（干擾上課，翻找垃圾，愛發出怪聲，價值感低落卻自尊心高漲）的學生，他的受暴經驗是每次犯錯就被父親打；其父工作不定，有流氓氣息，以打罵為管教方式，並貶低自己太太對孩子的管教價值。
- 大漢是個會將情緒轉移為虐待小動物的人，人際關係欠佳，愛告狀、作弄同學，甚且對老師惡作劇；家有一個罹患自閉症的妹妹，母親可能因愧疚而過度照顧，致造成他心態失衡，故意惹惱老師，讓人又好氣又好笑。
- 小梅父母離異，過去因雙親經常大打出手，家庭氣氛惡劣，致有自殘行為；小梅對家暴的反應是打回去，並認為父親是個壞人。
- 小文不習慣上學，最喜歡每天在家看電視，打電動；其父早出晚歸，母親全職照料，卻拿他毫無辦法，他脾氣一拗，誰的帳都不買。
- 小葉個性懦弱，有 ADHD 現象，不易專心做功課，對數學特別懼怕，學習表現不佳，不敢與人衝突。
- 小君是他校學生，特別安排來照顧小民。

由於家庭未能發揮完整的功能，學生在學校出現情緒不穩定和學習障礙的現象，甚至有懼學的情形，同時亦波及學生的同儕互動。在惡性循環的狀況下，學生越來越不適應，造成學校、家庭以及自己相當大的問題。因此，本團體設計讓學生學習對自己的情緒做覺察，瞭解自己的情緒狀況，學習使用適合的情緒表達方式來讓周遭的人知道自己的情绪狀況。

基於此，我們的團體設計考量如下：

1. 這個團體要能夠提供足夠安全的環境，讓成員可以感受到安全和確定感，以降低其情緒的焦慮程度，而能放心地自我探索。
2. 團體的活動性要多一點，並且不過於複雜，以提升團體成員的學習動機。
3. 團體要讓成員有充分抒發情緒的機會。
4. 讓學生能在這個團體中，開始覺察情緒以及自己的情緒狀態和因應方式。

所以在這個小團體的設計中，我們在開始階段安排活動性較高、較有趣的活動，並



請成員討論其對參加團體的想法，以增進對彼此的認識，並協助降低其緊張情緒，以提供成員安全的自我探索環境；在團體中期，我們運用肢體活動、畫畫、閱讀繪本和雕塑活動，來協助成員抒發和表達情緒，並有機會內省自己的狀態；最後，我們以描述此時此刻的情緒作為結束，使成員能帶著力量離開這個團體。

二、團體方案

第 1 次團體：在心裡的天空相遇(一)

任務分工	帶領者：王心怡 協同帶領者：陳振源 紀錄：王心怡
團體成員	大漢、小君、小民、小安、小梅、小文、小葉（缺席）
團體方案 思考方向	團體開始時，讓大家隨著七步舞曲的音樂舞動來活絡氣氛，隨之討論成員對團體的認知和團體規範，分享團體成員對團體的期待以及在團體過程中會擔心的事，來協助成員對團體產生信任及安全感；最後藉由安全空間的活動，讓成員運用媒材來表達自己。
團體目標	1.藉由活動讓成員們能互相認識，並增進團體凝聚力。 2.於團體中形成團體規範，並澄清團體目的。 3.透過活動進行自我探索及覺察。
活動材料	彩色筆、圖畫紙、膠帶、CD 音響、音樂
活動內容 摘要	<p>一、暖身：播放七步舞音樂，讓成員跟著節奏舞動。</p> <p>二、發展活動——認識團體</p> <p>(一)帶領者歡迎成員來到這個團體，並對成員自我介紹。</p> <p>(二)帶領者向成員說明團體目標、團體內容、時間、次數、地點，並且說明團體規範和保密原則。</p> <p>(三)請大家簡單介紹自己，並分享自己參加團體的期待和動機。</p> <p>三、發展活動——情緒角落</p> <p>(一)帶領者及成員分享自己在喜怒哀樂各種情緒方面的聯想，幫助成員以具體的方式表達情緒。</p> <p>(二)每位成員發給四張圖畫紙及蠟筆，請成員畫出不同的情緒，並且說出這些情緒大部分出現的時間。</p> <p>(三)將情緒類型相同的畫作分別放在教室的同一個角落。</p> <p>四、發展活動——情緒雕塑</p> <p>(一)學習分辨喜怒哀樂等情緒，並將之以雕塑及言語表達的方式具體呈現出來。</p> <p>(二)播放音樂，讓成員放鬆心情，再請成員選擇一個目前想要表達的情緒，到那個角落站好，並且擺出自己認為最能符合該情緒的姿態（停格）。</p> <p>(三)請成員使用下列語句作為開頭，表達心中的感受：</p> <p>1.我認為.....。</p>

	<p>2.我想要.....。</p> <p>(四)重複四次，讓每個成員在四個不同的情緒角落都有所體驗。</p> <p>五、結束活動——整理心情，用一句話分享現在感覺。</p>
活動剪影	

第2次團體：在心裡的天空相遇(二)

任務分工	帶領者：王心怡 協同帶領者：陳振源 紀錄：陳振源
團體成員	大漢、小君、小民、小安、小梅、小文、小葉（缺席）
團體方案思考方向	<p>情緒是一種思維，因為思路堵塞，在面臨情境時難以跳脫，因此造成惡性循環。其中，受到家暴（含疑似家暴）的孩子後遺症最大，其所造成的困境也最嚴重。激烈的情緒反應，如脾氣暴躁、執拗或是自我封閉等表現，將使孩子的思維錯亂。是故，引導孩子看見、面對與處理情緒，理出頭緒與思緒，才能解除被情緒綁架的危機。營造輕鬆與自由的氣氛，透過戲劇或雕塑的方式模擬情境，深化思維內涵，將是協助孩子跳脫情緒困擾的良方。</p>
團體目標	<p>1.分辨喜怒哀樂等情緒，並將之圖像化。</p> <p>2.接受喜怒哀樂等情緒，並以戲劇或雕塑及言語表達。</p>
活動材料	圖畫紙、音樂 CD、CD 音響、白板、故事、繪本、麥克風（真實或道具皆可）、情緒臉譜、生氣指數（作業單）
活動內容摘要	<p>一、活動一開始，帶領者放音樂讓成員自由走動，之後請成員坐下來看情緒臉譜，然後發下圖畫紙讓成員畫出心情，並將情緒臉譜分類貼於活動室角落，之後帶領者請成員自由移動，引導成員到合適的心情角落，並一一詢問當下的心情、發生的事情、想說的話、想對什麼人說.....。</p> <p>二、活動進行幾個回合後，帶領者請成員再度圍成圓圈坐好，引導大家讀繪本《菲菲生氣了——非常、非常的生氣》，協助成員正面看待情緒，並尋求有效的舒緩方式。接著請成員參考情緒臉譜，畫出生氣指數，並回想過去的不快經驗，然後與成員分享，或交換角色對話。</p> <p>三、短暫休息後，帶領者講述《小樹苗》給大家聽，並要成員自由表現所擔任角色的動作。帶領者每講一段，成員就自由扮演角色，並說出心情。</p>

	四、活動結束，帶領者請成員畫下印象最深刻的部分，並與大家分享畫作內容。
活動剪影	
作品集錦	

第 3 次團體：在心裡的天空相遇(三)

任務分工	帶領者：陳振源 協同帶領者：王心怡 紀錄：陳振源
團體成員	大漢、小君、小民、小安、小葉、小梅、小文
團體方案 思考方向	置身在暴力氛圍中的兒童，不易養成體諒、尊重與欣賞他人的品行；他們多半相互排斥，並習慣以暴力解決衝突。營造自由接納的氣氛，改變敵對狀態，扭轉暴力相向的惡性循環，才能回復生命發展的常軌。所以，為了讓此類兒童重新詮釋與建構曾有過的暴力事件，有必要引導學童融入經過設計的暴力攻擊遊戲，並輔以有意識地改變劇情的戲劇演練，藉此扭轉生命發展的方向。
團體目標	1.將暴力攻擊加以遊戲化，減弱兒童在真實事件中的情緒反應。 2.不斷重新安排劇情，接受可以重新詮釋生活事件的觀念，並以想像及勇氣將劇情加以改變。
活動材料	音樂 CD、CD 音響、故事、布料、紙張等
活動內容 摘 要	一、暖場與暖身運動——20 分鐘 音樂響起，帶領者對成員說：「聽著音樂，我們繞著圓圈跑，依序輪流帶大家做動作，順時針跑 12 拍後往回跑 12 拍。」帶領者先做第一個八拍；第二段音樂來臨，帶領者做第一個八拍，旁邊成員帶大家做第二個八拍；第三段音樂響起，帶領者做第一個八拍，旁邊成員做第二個八拍……，如此循環七次，音樂越來越長，七人循序帶領大家做動作，之後結束暖身

運動。

二、準備活動：攻擊遊戲——30 分鐘

活動一開始，帶領者向成員說明規則：「這是一個模擬攻擊的遊戲，兩兩成隊，輪流攻擊對方，攻擊者做出攻擊動作，但不可直接或間接碰觸到對方身體，被攻擊者需做出被擊中的反應。」規則說完後，帶領者先選出一組作示範，藉此修正或讚許符合標準的行為，然後讓成員自由練習，帶領者則巡視行間，肯定或提醒成員行為。

三、發展活動——戲劇演練 100 分鐘（含休息 10 分鐘）

攻擊遊戲屬激烈活動，活動告段落後，帶領者請大家坐定，說了一則家暴故事：「獅爸爸一旦上班被老闆罵，返家後就會把氣發在獅媽媽與小賴身上。有次，獅爸爸上班時上即時通，被老闆責備。老闆告誡獅爸爸不得再犯，獅爸爸不聽，終於被開除了。沒了工作的獅爸爸，喝酒解悶，返家後摔玻璃杯與椅子，並毆打獅媽媽與小賴，並在大喊：『這個家我不要了』後離家出走，獅媽媽和小賴兩人抱頭痛哭。獅媽媽說：『都是我不好，沒有把家料理好，惹爸爸生氣。』小賴說：『爸爸不分青紅皂白打人，是他不對。』獅媽媽說：『我們怎麼辦？爸爸好暴力，我好害怕。』小賴說：『打人是不對的，媽媽你不用怕，下次爸爸打人，我會.....。』面對爸爸的暴力，小賴究竟會用什麼方法保護媽媽？我們有什麼辦法可以改變劇中情節嗎？

故事說完後，帶領者協助成員分成兩組，分別演出獅爸爸被開除與回家打媽媽與小賴的劇情，一起討論後，再上演互動版——觀眾隨時可暫停劇情發展，並取代小賴或媽媽的角色——最後再請大家圍坐，討論戲中角色的行為與心情，並提出面對家暴的解決方案。

成員紛紛提出解決方案時，帶領者可伺機再擇定一組人馬上臺演出完美版。另外，為緩和衝突與暴力氣氛，帶領者在戲劇演出後可讓成員兩兩成對，幫對方按摩，並以對方感到舒服為角色交換標準。

四、結束活動：珍惜與祝福——30 分鐘

教師請大家起立，往自己身上拍拍，象徵拍去戲裡的角色，回復原來的自己，邊拍時邊說：「我拍去剛剛所扮演的角色，我的名字是○○○。」帶領者隨後請大家輪流說說心得（心情），然後再依帶領者「想帶走的是.....，想留下的是.....」的示範說出個人感受。最後。帶領者請成員用眼神與大家說謝謝，並相互行禮道再見。





第 4 次團體：在心裡的天空相遇(四)

任務分工	帶領者：王心怡 協同帶領者：陳振源 紀錄：王心怡
團體成員	大漢、小君、小民、小安、小梅、小文、小葉
團體方案 思考方向	本次團體方案的主要思考方向是給學生重新選擇的觀念，藉由製作六格畫，發現自己原來一貫的思考邏輯，然後在團體成員的互動下，開啓不同的新思維，瞭解人在面對一件事情時其實可以有不同的想法及應對方式，讓成員有機會再思考自己原來的習慣模式，思索新的應對模式所可能造成的不同結果。第二個發展活動是情緒時刻表，該活動是讓團體成員檢視自己平常在一天之中的情緒變化，藉由瞭解來發展適合的情緒管理。
團體目標	1.建立重新選擇個人情緒思考模式的觀念。 2.對自己一天的情緒變化有所覺察。
活動材料	圖畫紙、音樂 CD、CD 音響
活動內容 摘要	<p>一、暖身</p> <p>(一)分辨自己情緒。</p> <p>(二)跟著輕音樂自由移動。</p> <p>(三)選擇一個適合自己現在心情的角落站好，用一句話分享現在的感覺。</p> <p>二、發展活動——六格畫</p> <p>(一)畫六格畫：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.第一格畫主角，可以是有生命的，像貓，也可以是沒有生命的，像石頭；可以是具體的，也可以是非具體而抽象的，像風。 2.第二格要畫的內容是，如果主角有一項任務要完成，那會是什麼？ 3.第三格畫的是主角在完成這項任務時會遇到一個困難或阻礙，那會是什麼？ 4.雖然主角在完成任務的過程中會遭遇困難，但是會有人伸出援手。請將協助者畫在第四格。 5.故事繼續往後發展，這個主角遇到了困難，也碰到了幫手，後來他是怎麼處理這個難題和困難的。這是第五格的內容。

	<p>6.第六格是結局。</p> <p>(二)對於每個人所畫出來的圖，大家會感到好奇，鼓勵大家問一些天馬行空、無關批評的問題。幾個可以參考的問法如下：</p> <ol style="list-style-type: none">1.主角有何特色、特質、優點、性別、年齡、嗜好、弱點？2.第三格中困難或阻礙的特性、特質為何？3.每一格中常說的話是什麼？4.格與格之間有何對話？5.格與格之間對彼此的想法和對話為何？例如，主角對於最後一格的想法、感受為何？6.主人最後再說一次故事，可以把大家所問的問題加進來，可以做自己想要的改變。 <p>(三)三人一組，一人約有 10 分鐘時間，輪流第二次說故事。</p> <p>三、發展活動——情緒時刻表</p> <ol style="list-style-type: none">(一)清楚自己一天的情緒變化，選擇適合的面對方法。(二)將一天分成 24 小時，請每位成員先站在最喜歡的時刻上，並說明理由，敘述這個感覺可以持續多久。(三)然後請成員站在最不喜歡的時刻上，說明理由，敘述自己可以做些什麼事來讓這個時刻好過一些。 <p>四、整理心情：分享四天來參加團體的感覺，說說看將來在面對個人情緒時，可以有些什麼不同的應對方式。</p> <p>五、珍重再見</p>
--	--



「國小中高年級兒童輔導小團體」團體方案

王雅玲、陳琬如

一、設計理念

此次團體成員的組成爲萬福與溪口國小三到六年級學生，共四男一女，學生皆爲家暴兒或目睹兒。成員們的在校行爲表現上，可觀察到的有外顯的口語及肢體攻擊行爲，或是退縮的內向行爲如總是沉默不語。方案設計除了讓成員彼此認識外，更重要的是讓成員們熟悉口語表達及運用肢體的技巧，藉此練習表達自己的情緒與內在聲音。

其中四名男生在校行爲均出現負向的肢體行爲表現。因此活動設計的目的在於讓成員經驗各種衝突情境，覺察到傳遞內在訊息的方式很多（口語和非口語的表達均有），讓成員面臨問題時，能以更妥切的方式處理並解決。

活動設計希望能夠逐漸改善兒童的問題行爲（情緒困擾、人際關係不佳），進而增加兒童對自己的認識與了解，建立自信心，學習如何與別人相處，嫻熟適切表達個人情緒的方法，彼此相互支持，渡過內心的風暴。

二、團體方案

第 1 次團體：相見歡、小小探訪家、規範樹、黏土雕塑

任務分工	帶領者：王雅玲 協同帶領者：陳琬如 紀錄：陳琬如、王雅玲
團體成員	萬福與溪口國小三到六年級學生，共四男一女，學生爲家暴兒或目睹兒
團體方案思考方向	第一次團體設計的目的在於打破成員間的陌生感，讓成員彼此認識，同時使之熟悉口語表達及運用肢體的技巧，藉以練習表達個人情緒與內在聲音的方法。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.自我介紹與彼此認識。 2.透過遊戲的方式，打破成員間的陌生感。 3.讓成員彼此有更進一步的認識。 4.讓成員在團體中有更開放的心胸，增進彼此的瞭解。 5.運用肢體表達自己的情緒與內在聲音。 6.練習口語表達的技巧。
活動材料	規範樹（海報紙）、相見歡學習單、A4 紙若干、剪刀、蠟筆、雙面膠
活動內容摘要	<p>一、相見歡</p> <p>（一）活動介紹。</p> <p>（二）帶領者自我介紹：「我是……，在這個團體中，你可以叫我……。」</p> <p>（三）運用身體各部位來打招呼，例如臉、手和腳。</p> <p>（四）發下名牌，由成員發揮創意自行彩繪，再把它佩戴起來。</p> <p>二、小小探訪家</p> <p>（一）帶領者事先擬好問題單。</p>

- (二)放音樂，音樂停的時候與碰到的人猜拳，贏的人先問問題。
- (三)互問完後填寫下採訪的內容，繼續與其他人互動，直到所有格子都填滿。
- (四)牆上貼著每個人的空白海報，請同學剪下來後，貼在海報上，完成每個人的個人檔案。
- (五)遊戲結束後，互相介紹新朋友。

三、規範樹

- (一)帶領者先說明活動規則
- (二)帶領者首先示範，提出對團體期待的一句話，例如：「希望團體成員都能準時出席團體活動。」(期待內容包括：希望能準時結束團體；希望大家尊重別人的發言；共同保密，不把團體中發生的事告訴他人。)
- (三)讓成員說出自己對團體的期待，帶領者也簡要說明參與團體的方法與態度，請成員將想到的規範寫在紙片上，再貼在規範樹上。
- (四)最後帶領者統整歸納大家提出的規範，形成團體公約；全體成員逐條念團體公約，唸完後鼓掌，代表自己願意遵守公約。

四、黏土雕塑

- (一)暖身活動：
 - 1.請團員先把自己想成一塊黏土，請大家自由轉換。
 - 2.帶領者可能會說：「變成一陣風」，大家可以自由地變成風。
 - 3.說明兩個詞，一個是凍結，另一個是解凍。凍結就是定格，將你的動作停止；解凍就是解除定格，回到比較舒服的姿勢。
 - 4.不論帶領者說的是什麼，不論是有生物或是無生物，都請成員處在動的狀態下。
- (二)成員扮演黏土雕塑，扮演材質分別為風、大象、蛇、狗：
 - 1.練習身體移動指導語：
 - 現在請大家自由地移動，有上、有下，自由地在這個空間裡移動。
 - 讓你的動作加快.....。
 - 慢慢的換一個移動的姿勢.....。
 - 慢慢的把身體擴張到最大來移動.....。
 - 再慢慢的把身體變最小，還是繼續移動.....。
 - 慢慢讓你的身體恢復成自然的移動。
 - 2.風的指導語：
 - 讓這塊黏土成為風，可能是微風、狂風、暴風.....。
 - 如果風有聲音，可以讓他有聲音。
 - 凍結，如果拍到你，你這個風想說怎樣的一句話？
 - 3.大象的指導語：



	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 讓這塊黏土成為大象，你有沒有聲音？ ▪ 找一隻大象相處，用大象的語言相處，不用人的語言。 ▪ 凍結，你這隻大象想說怎樣的一句話？ <p>4.蛇的指導語：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 讓這塊黏土成為蛇，可以有聲音。 ▪ 這條蛇的性格是什麼？有沒有毒？喜歡跟伙伴在一起嗎？ ▪ 找一隻蛇相處，用蛇的方式相處。 ▪ 凍結，你這條蛇想說的一句話是……？ <p>5.狗的指導語：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 讓這塊黏土成為狗，可能是大狗、小狗、導盲犬、看家狗……。 ▪ 有些狗習慣獨行，有些狗喜歡群居，你是怎樣的狗？ ▪ 找一隻狗相處，用狗的方式相處。 ▪ 凍結，你這隻狗想說的一句話是……？ <p>(三)分享：圍成圓圈，分享大家經驗到什麼。</p> <p>五、結束團體——去角色：「我是○○○，我想留下的是……，我想帶走的是……。」</p>
活動剪影	

第 2 次團體：攻擊、小池塘、冥想活動

任務分工	帶領者：陳琬如 協同帶領者：王雅玲 紀錄：王雅玲、陳琬如
團體成員	萬福與溪口國小三到六年級學生，共四男一女，學生皆為家暴兒或目睹兒
團體方案思考方向	藉由各種衝突與解決方式的體驗，讓成員面臨問題時，能夠以更好的方式來處理。透過活動讓成員學會用口語和非口語的表達方式，來傳遞內在訊息，以便體驗溝通的重要性。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.經驗各種衝突與解決的方式。 2.讓自己面臨問題時，有更好的處理方式。 3.體驗溝通的重要性。 4.藉由口語和非口語的表達，傳遞內在訊息。 5.經驗角色的衝突與解決之道。
活動材料	布、抱枕
活動內容	一、暖身活動——攻擊

<p>摘要</p>	<p>(一)每個人輪流介紹一個動作，並說出它的名字，其他人跟著做。</p> <p>(二)攻擊遊戲：全身都可以攻擊，做為武器，一人一招輪流攻擊，要真的用力打出去，但不可以真的打到對方，對方要好像真的被打到（要做出被打到的反應）。</p> <p>二、故事演劇——《小池塘》：</p> <p>(一)說完整的故事內容。</p> <p>(二)團體領導者一小段一小段地說故事，述說每一小段故事後（依故事內容長短，分段進行），邀請每一位成員進行想像與自我黏土雕塑。每一小段雕塑後，成員皆須拍掉身上的角色。</p> <p>(三)邀請每一位黏土介紹自己與分享感受。</p> <p>(四)將團體成員分組，進行故事的排練與編劇。</p> <p>(五)分組進行故事戲劇的演出。</p> <p>(六)演劇後，進行各小組分享（演劇或看劇過程中的感受、對自我與他人角色的感受等）。</p> <p>三、冥想活動指導語：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 請閉上眼睛，調整身體到最舒服的姿勢（停二秒放音樂）。 ▪ 這個音樂邀請你，從忙碌的外在世界回來，回來和自己在一起。 ▪ 如果你還沒閉上眼睛，現在邀請你可以閉上眼睛，放……鬆……，在你現在的狀態下放鬆下來，允許自己什麼都不做，就只是放鬆下來，接受此時此刻的狀態，無論是你的肌肉關節，或者是心，放鬆下來，允許自己什麼都不做，就只是放鬆下來。 ▪ 現在請你將注意力轉移到臉部，感覺到自己正在放鬆，放鬆你的額頭、眉毛，慢慢地放鬆，放鬆你的眼睛、鼻子、嘴巴，感覺到自己的臉部慢慢地放鬆。 ▪ 現在將注意力轉移到你的肩膀，感覺一下它是不是很緊繃，慢慢地，將你的肩膀放鬆，讓肩膀的肌肉放鬆，深深地吸進來，緩緩地吐出去，慢慢地吸進來，緩緩地吐出去。 ▪ 現在請將注意力轉移到你的呼吸上，深深地吸一口氣，再慢慢地吐氣，想像自己吸進大量大量的能量，大量大量的陽光，一股大大的暖流，再將它安放在心裡，那是一股暖暖的呵護，慢慢地吐氣，慢慢地，讓自己可以得到那深深的放鬆，允許自己什麼也不做，呼吸就好，慢慢地吸進來，緩緩地吐出去，對！就是這樣，呼吸就好，對！就是這樣，呼吸就好。 ▪ 想像你躺在一片柔軟的草地上，想像你的身體舒服地躺在草地上隨意伸展，溫暖的陽光灑在柔軟的草地上，微風輕輕地吹來。 ▪ 好，當你感覺到它時，感受一下它所帶給你的感受，看見並感受那股力量的所在，例如安穩、舒服、自在、信任等。 ▪ 當我數到 1 時，再輕輕把眼睛張開。5→4→3→2→1，慢慢張開你
-----------	--



	的眼睛。 四、結束團體：每個人用一到兩句話，為今天做一個結語。
活動剪影	 

第 3 次團體：暖身活動、六格畫、安全空間的設計

任務分工	帶領者：陳琬如 協同帶領者：王雅玲 紀錄：王雅玲、陳琬如
團體成員	萬福與溪口國小三到六年級學生，共四男一女，學生皆為家暴兒或目睹兒
團體方案思考方向	透過繪畫、安全空間等活動設計，協助成員在自然且安全、放心的狀態下，盡情表達自己的情緒，分享自己的看法，並透過成員間的詢問，協助成員更進一步探索自我的內心世界。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培養成員合作的態度。 2. 體驗得與失的心情。 3. 省思自己在面對問題時的心境與態度。 4. 表達、分享彼此的快樂與哀傷。 5. 藉由放鬆技巧的體驗，抒解負向情緒。
活動材料	沙包、4 開圖畫紙每人 1 張、粉蠟筆每人 1 盒、各類玩具、抱枕
活動內容摘要	<p>一、暖身活動——丟沙包遊戲</p> <p>(一)報數 1.....2.....3.....，不用按照成員站的順序報數，如果兩人同時喊就重新來過（1.....2.....3.....順利進行到最後）。</p> <p>(二)照剛剛的順序再報數一次。</p> <p>(三)傳一個沙包，1 傳給 2，2 傳給 3。2 號先喊 2，1 號再傳沙包給他，依此類推。</p> <p>(四)練習培養默契後再持續增加沙包，來增加挑戰性。</p> <p>(五)分享：我在這個過程中學到什麼？可以如何合作，使得活動更能快速完成？活動中我有什麼樣的想法？日常生活中是否也有相同的經驗呢？</p> <p>二、六格畫</p> <p>(一)畫六格畫：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 第一格：第一格畫主角，可以是有生物，像貓，也可以是無生物，像石頭；可以是具體的，也可以是非具體而抽象的，像風。想到什麼就畫什麼，隨便哪一格，只要知道那是第一格。

- 2.第二格：然後進到第二格，第二格畫的是：「如果主角有一項任務要完成，那會是什麼？」所以第二格畫主角要完成的任務。
- 3.第三格：第三格畫的是主角在完成這項任務時，會遇到一個困難或阻礙，那會是什麼？
- 4.第四格：主角完成這項任務時會遇到困難，也會遇到幫助他的人。請把協助者畫在第四格。
- 5.第五格：故事繼續往後發展，主角遇到了困難，也遇到了幫助，後來他怎麼處理這個難題。
- 6.第六格：結局。

(二)分組分享：

- 1.三人一組，畫的主人把故事說一遍。說故事時不要用第一人稱。
- 2.大家會好奇，問一些問題，可以天馬行空地問一些無關批評的問題。幾個可以參考的問法如下：
 - (1)主角有何特色、特質、優點、性別、年齡、嗜好、脆弱處？
 - (2)第三格的特性、特質為何？
 - (3)每一格中常說的話為何？
 - (4)格與格之間有何對話？
 - (5)格與格之間對彼此有何想法和對話？例如，主角對於最後一格有何想法和感受？
 - (6)主人最後再說一次故事，可以把大家問的問題加進來，可以做自己想要做的改變。
 - (7)三人小組中，在第二次說故事時，有一人可以快速寫下故事，當作禮物送給主人。如果是在一對一輔導中，輔導者可以幫他寫下來。
 - (8)三人一組，每人時間約 15 分鐘，然後第二次說故事，小組自行決定休息時間。

(三)分組雕塑：


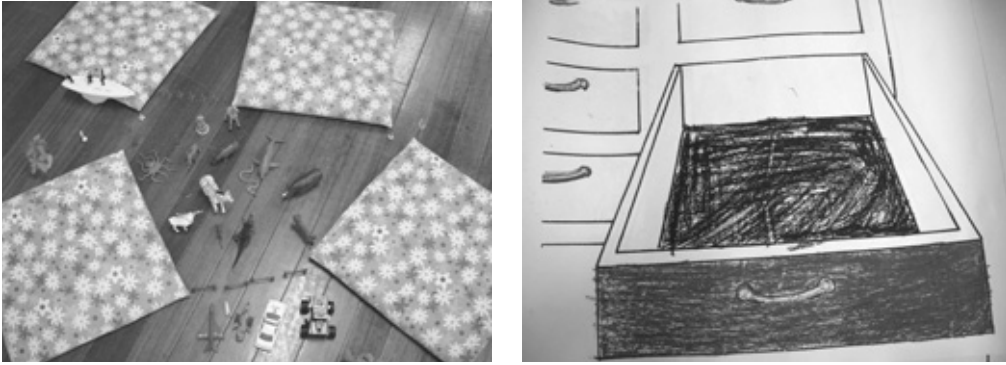
- 1.三人分組做雕塑，一組五人做快速雕塑。
- 2.在組裡一人當主人，在整個故事中，呈現出最想表現、最記得的那個感覺或者自己最想留下的感覺。
- 3.快速雕塑時，其他人不一定需要聽過主人的故事，他們就只是一塊黏土。

(四)團體分享。

三、安全空間的設計

- (一)選擇一個小物件代表自己（主角），替小物件設計一個空間（可大可小），那是個可讓物件感到舒服、自在的地方。
- (二)提醒成員於行走過程中，注意周遭他人的作品，小心別踩到。
- (三)成員分組彼此分享：



	<ol style="list-style-type: none"> 1.分別自由述說（例如主角如何看待自己——例如性格等。周遭他人如何形容與看待主角.....），並分享空間設計。 2.如果物件會說話，它們會說些什麼？ 3.如果物件彼此會對話，對話內容為何？ 4.什麼代表力量？或力量是什麼？ 5.其他成員可自由提問。 6.替作品去角色。 <p>四、活動結束</p> <p>(一)每個人用一至兩句話，為今天做一個結語（「我是○○○，我想留下的是.....，我想帶走的是.....」）。</p> <p>(二)在活動即將結束時，全體成員手牽手圍成圓圈，相互祝福或是說出自己的心得感想。</p>
<p>活動剪影</p>	
<p>作品集錦</p>	

「向日葵自我成長小團體」團體方案

黃愷宜

一、設計理念

這個小團體是由三位男生和五位女生所組成的，他們的家庭背景多為單親或是有家庭管教不當的問題。

簡述成員背景如下：

- 小君是一個不敢表達自己想法的人，所以在班上常會被同學欺負，也是容易被大家忽略的對象，學業成就普通，但是父母卻要求很高，長期達不到父母的標準，因此也常顯得自信心不足。
- 阿亞是一個品學兼優的好學生，但是由於父親外遇不負責任，母親情緒不穩定且有憂鬱傾向，常要求他做很多家事並擔起照顧弟妹的責任，在懂事成熟的外表下，隱藏著很多的悲傷及憤怒，甚至有輕生的念頭，覺得自己承受很多家庭的壓力。
- 小黑在班上常會做一些引起班上師生注意的舉動，即使經過老師制止規勸，也都無效，他喜歡幫同學亂取綽號，跟同學玩時也經常會有肢體衝突，常被告狀，小黑的父母親對他採取高壓管教策略，只要不乖就處罰，但是卻不見孩子行為有所改善。
- 其其由於喜歡與人計較，個性又小心眼，所以在班上的人緣不好，每次班上分組總是落單。
- 小魚出自單親家庭，與父親同住，父親因為職業的緣故常常不在家，只好托給安親班老師照顧，在班上若做錯事情通常都不承認，會對導師說謊，常搞小團體，人際關係並不好。
- 星星的原生父母親不負責任，分別離家後，將孩子丟給姑姑照顧，雖然衣食不缺，但是因為沒有到得充足的關愛，以致非常自卑，常常畏畏縮縮，會很黏導師，希望得到老師的注意及關心。
- 雨兒出自單親家庭，總覺得父親不重視自己的感受，親子常起口角衝突，對導師的班級管理也常不服，會頂撞師長。
- 大寶在班上常我行我素，雖然不至於造成班級秩序大亂，但是需要導師費心指導行為，同學不喜歡他總是不配合大家行事。

這些孩子的家庭背景大多缺乏充足的關愛，因此行為表現上總是會顯現出對別人的不友善或是缺乏安全感及自信的情形，甚至會不知道該如何表達及處理自己的情緒困擾。基於此，我的團體設計考量點如下：

1. 這個團體要能夠提供足夠安全及溫暖的環境，讓成員可以感受到這裡是可以被接納及信任的。
2. 團體活動提供比較多自我探索及相互分享的機會。



3.在團體中能讓學生充分抒發及表達情緒。

二、團體方案

第 1 次團體：認識你和我

任務分工	帶領者：黃愷宜 協同帶領者：古碧蓮 紀錄：黃愷宜
團體成員	小君、阿亞、小黑、其其、小魚、星星、雨兒、大寶
團體方案 思考方向	希望用比較輕鬆的方式讓成員彼此相互認識，記住對方的特色，也讓大家藉由肢體的開放，能自由地在團體中展現及表達自己。藉由帶領者的引導及說明活動性質，大家共同討論團體約定，形成共識。
團體目標	1.增進成員彼此間的認識與了解。 2.了解團體性質與遵守團體公約。
活動材料	A4 粉彩紙、彩色筆
活動內容 摘要	<p>一、暖身</p> <p>(一)帶領者跟大家自我介紹，歡迎大家的報名及參與，並說明團體的目標及未來活動進行的方式。</p> <p>(二)在課程進行之前，先進行一個暖身小活動，讓彼此之間可以更加熟識。</p> <p>(三)我的身體會說話：</p> <p>1.大家圍成一圈，由帶領者先示範，嘴巴說：「大家好，我是可愛的○○」（說一個形容自己的形容詞），然後身體做一個自己喜歡的動作（邊說邊做）。</p> <p>2.所有成員，要跟著這位自我介紹的夥伴，一起做這個夥伴所想到的動作，並說「○○你好」。</p> <p>3.每位成員都要輪過至少一次。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)分享自己對於參加團體的期待（面試的時候，已經讓成員先寫在紙上，現場再請大家跟夥伴們說說）。</p> <p>(二)每個人思考團體應有的規定，然後寫下來，最後大家一起來訂定團體規範，領導者最後再複述團體規範，並說明團體榮譽制度。</p> <p>三、結束活動</p> <p>(一)語句接龍（每個人在離開團體前說一句話）：「我覺得自己今天在這個團體很棒，因為……。」</p> <p>(二)提醒下次上課時間。</p>

活動剪影	 <p>大家一起訂定團體規範，並分享自己參加團體的期待</p>
------	---

第 2 次團體：星星知我心

任務分工	帶領者：黃愷宜 協同帶領者：古碧蓮 紀錄：黃愷宜
團體成員	小君、阿亞、小黑、其其、小魚、星星、雨兒、大寶
團體方案思考方向	期待第二次的活動能讓成員對彼此的熟悉度迅速加深，因此在暖身活動中設計了默契考驗，來增加團體的凝聚力和向心力。情緒角落大風吹活動的設計，是要讓成員能在團體中得到成員的關心，並建構一個能讓成員抒發個人情緒的安全、溫暖空間。
團體目標	1. 領導者協助成員了解自我情緒。 2. 成員要學習專注、傾聽、尊重、真誠……等態度與行為。
活動材料	小球、圖畫紙
活動內容摘要	<p>一、暖身</p> <p>(一) 成員向其他人丟小球，並稱呼成員的名字，例如：「我是小黑，小君你好。」「我是小君，小華你好。」</p> <p>(二) 成員圍成一圈，開始報數 1.....2.....3.....。</p> <p>(三) 不用按照成員站的順序，如果兩人同時喊到同一數字，就重新來過一遍（1.....2.....3.....順利到最後）；照剛剛的順序再報數一次。</p> <p>(四) 大家來傳小球，1 傳給 2，2 傳給 3（2 號的人先喊 2，1 號的人再傳小球）。</p> <p>(五) 練習。</p> <p>(六) 帶領者持續增加小球，並讓成員挑戰一下，看看每次完成的時間是否能逐漸縮短。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 請大家畫下這星期最常有的兩種情緒。</p> <p>(二) 情緒角落大風吹（活動空間有四個角落）：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 帶領者先將成員的情緒圖畫大致分成喜怒哀樂四種情緒反應，然後讓成員看看這四種情緒角落分別在哪裡。 2. 成員可以在活動空間內隨意走動，最後決定自己想要停留的角



	<p>落，並擺出自己認為最能符合情緒的姿態，由帶領者先示範（帶領者：「大風吹！」成員：「吹什麼？」帶領者：「吹這星期很生氣的人。」），並邀請願意分享自己心情的人。</p> <p>3.重複玩至少四回合，讓大家都分享自己的心情。</p> <p>三、結束活動——進行語句接龍，讓每個人在離開團體前說一句話：「我今天想帶走的是……。」</p>
<p>作品集錦</p>	<div data-bbox="636 533 1118 893" data-label="Image"> </div> <p>請大家畫下這星期最常有的兩種情緒</p>

第3次團體：秘密基地～我的安全空間

<p>任務分工</p>	<p>帶領者：黃愷宜 協同帶領者：古碧蓮 紀錄：黃愷宜</p>
<p>團體成員</p>	<p>小君、阿亞、小黑、其其、小魚、星星、雨兒、大寶</p>
<p>團體方案 思考方向</p>	<p>藉由安全空間的活動設計，讓成員運用媒材來表達自己的想法。</p>
<p>團體目標</p>	<p>透過活動進行自我探索及覺察。</p>
<p>活動材料</p>	<p>玩具物件</p>
<p>活動內容 摘要</p>	<p>一、暖身：延續情緒角落大風吹的活動，請成員自由分享自己這星期常有的情緒。</p> <p>二、發展活動——設計我的安全空間</p> <p>(一)選擇一個小物件代表自己。</p> <p>(二)在這個空間裡，替小物件設計一個空間（可大可小），那是個可以讓物件感到舒服、自在的地方。</p> <p>(三)最後一分鐘時給成員們提示。</p> <p>(四)帶領者把所有作品拍攝下來，然後等待下一次活動讓大家做分享。</p> <p>(五)替作品去角色，帶領者先示範：「作品已烙印在我的內在世界（用手當照相機照下來並存在心裡）。」</p> <p>三、結束活動</p> <p>(一)請成員以一句話分享今天的感想。</p> <p>(二)提醒成員下次準時到，並注意今天討論的團體規範。</p>

第4次團體：身體雕塑～我是魔法師

任務分工	帶領者：黃愷宜 協同帶領者：古碧蓮 紀錄：黃愷宜
團體成員	小君、阿亞、小黑、其其、小魚、星星、雨兒、大寶
團體方案思考方向	暖身活動的進行為未來的活動埋下伏筆，因為接下來的活動中，大家用肢體來表達的機會比較多，藉由此此暖身活動的進行，讓成員慢慢開展肢體，學習用身體來表達自己的想法及感覺。主要活動延續上次的「設計我的安全空間」，讓成員跟大家分享自己的作品。
團體目標	1.用身體來表達自己的想法及感覺。 2.進行自我探索及覺察。 3.成員要學習專注、傾聽、尊重、真誠等態度與行為。
活動材料	單槍、筆記型電腦、照片
活動內容摘要	<p>一、暖身</p> <p>(一)暖身活動指導語：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 把自己想像成一塊黏土，待會兒會請大家自由轉換。 ▪ 我可能會說：「變成一陣風」，大家可以自由地變成風。 ▪ 還會有兩個詞，一個是凍結，另一個是解凍：凍結就是定格，將你的動作停止；解凍就是解除定格，回到比較舒服的姿勢。 <p>(二)身體移動指導語：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 現在請大家自由地移動，有上、有下，自由地在這個空間裡移動。 ▪ 讓你的動作加快.....。 ▪ 慢慢的換一個移動的姿勢.....。 ▪ 慢慢的把身體擴張到最大來移動.....。 ▪ 再慢慢的把身體變最小，還是在移動的.....。 ▪ 慢慢讓你的身體恢復成自然地移動。 <p>(三)風指導語：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 讓這塊黏土成為風，可能是微風、狂風、暴風.....。 ▪ 如果風有聲音，可以讓他有聲音。 ▪ 凍結，如果拍到你，你這個風想說怎樣的一句話。 <p>(四)大象指導語：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 讓這塊黏土成為大象。 ▪ 找一隻大象相處，用大象的語言相處，不用人的語言。 ▪ 凍結，你這隻大象想說怎樣的一句話。 <p>二、發展活動——延續上次的「設計我的安全空間」活動</p> <p>(一)請成員述說、分享自己的空間設計（自己做此布置的想法）：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.用多一點形容詞來形容這位主角，或者介紹主角喜歡什麼。 2.主角如何看待自己？例如個性.....等。 3.周遭他人如何形容及看待主角？



	<p>4.如果物件會說話，它會想說些什麼？</p> <p>5.如果物件彼此會對話，對話內容為何？</p> <p>(二)邀請其他成員自由發問。</p> <p>三、結束活動——請成員以一句話分享今天的感想。</p>
作品集錦	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>設計我的安全空間(一)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>設計我的安全空間(二)</p> </div> </div>

第 5 次團體：角色扮演

任務分工	帶領者：黃愷宜 協同帶領者：古碧蓮 紀錄：黃愷宜
團體成員	小君、阿亞、小黑、其其、小魚、星星、雨兒、大寶
團體方案思考方向	暖身活動設計是希望大家藉由肢體的表達，來抒發自己的情緒，也讓成員學習彼此做分享與回饋。透過發展活動的角色扮演，可以讓成員看到自己平日生活中所呈現出來的想法，以及有可能發生在生活中的困擾狀況，彼此來討論一下。
團體目標	<p>1.提供自我探索及相互分享的機會。</p> <p>2.讓成員學習抒發及表達情緒。</p>
活動內容摘要	<p>一、暖身——雕塑這星期的心情</p> <p>(一)四人一組（視情況調整人數），每位成員皆輪流當主人，其餘成員當黏土。</p> <p>(二)雕塑時，最多三塊黏土，最少一塊黏土。</p> <p>(三)主人先做動作給黏土看，黏土跟著做後即凍結。</p> <p>(四)一塊銜接著一塊雕塑。</p> <p>(五)各塊黏土皆雕塑完畢後，印入（照相進入）主人心像後即解凍。</p> <p>(六)完成雕塑的組別，席地而坐，彼此分享。</p> <p>(七)分享內容：</p> <p>1.這星期的生活與心情。</p> <p>2.剛才各種雕塑的目的與想要表達的情緒和狀態。</p> <p>二、發展活動——活動規則與方式</p> <p>(一)兩人一組，各自找一個空間，盡量不要靠牆。</p> <p>(二)帶領者會說兩個角色，如老師與學生、父母親與孩子、兩位朋友等，兩人共同雕塑此關係形態（這是成員不喜歡的形態）。</p>

	<p>(三)哪一位成員先想到欲雕塑的主題時，就享有先進行雕塑的主導權。切記，進行雕塑的時候，兩人不可以說話交談。(帶領者先進行示範。)</p> <p>(四)兩人雕塑出不喜歡之關係形態後，即凍結。</p> <p>(五)領導者使用口語引導成員用「眼睛餘光」觀看其他組成員的雕塑形態。</p> <p>(六)引導各組成員思考的問句如下(讓其他成員感受與分享兩人間各自扮演哪一種角色?):</p> <p>Q1: 這個雕塑是誰要的?是你自己想要的嗎?</p> <p>Q2: 各自的形態與角色是什麼?</p> <p>Q3: 你們發生了什麼事嗎?</p> <p>Q4: 感覺到角色內的感覺是什麼?</p> <p>Q5: 這樣的關係,是自己原本想像的嗎?過多?或過少?</p> <p>(七)拍掉老師或學生、父母親或孩子等角色。</p> <p>(八)持續進行幾回合的角色雕塑後，進行大團體分享。</p> <p>三、結束活動：請成員以一句話分享今天的感想。</p>
--	---

第 6、7 次團體：故事演劇

任務分工	帶領者：黃愷宜 協同帶領者：古碧蓮 紀錄：黃愷宜
團體成員	小君、阿亞、小黑、其其、小魚、星星、雨兒、大寶
團體方案 思考方向	故事演劇可以讓成員發揮想像力，在故事情境的引導下，也有一種自我療癒的功能。
團體目標	透過活動進行自我探索及覺察。
活動材料	寶劍
活動內容 摘要	<p>一、暖身活動</p> <p>(一)分成兩隊，各排成一縱排並面對面。</p> <p>(二)有 5 種動作，左切-右跳、右切-左跳、上切-下蹲、下切-上跳、中間刺-後彎曲。要直直地切不能斜切。雙方輪流出手，兩人猜拳，贏的一方先攻擊，另一方要躲開。</p> <p>(三)如果沒躲掉，該隊就換另一人再上場。最後看哪一隊最快把敵方的人員攻擊完畢。</p> <p>二、發展活動——《一個小種子的命運》</p> <p>(一)帶領者先說完整的故事內容，大家先聽故事即可。</p> <p>(二)帶領者再分段說故事，一小段一小段說。每述說每一小段故事後，邀請團體成員起立，隨意在劇場中自由隨意走動，並邀請每位成員皆進行想像與自我的黏土雕塑。(可依據自己的想像力隨意雕塑，在這則故事裡的每句話中，你想到什麼就扮演什麼。甚至是故事裡沒有的角色也可，如石頭等)。</p>



	<p>(三)帶領者邀請每一位黏土介紹自己與分享感受。(說說自己是扮演什麼角色？角色裡的感覺如何？看到其他角色時，自己有何感覺？想說什麼話嗎？或者想對哪個角色說話？)每一小段雕塑後，皆須拍掉身上的角色(去角色)。</p> <p>(四)將團體成員分兩組，進行故事的排練與編劇。</p> <p>(五)輪流上臺進行故事戲劇的演出。</p> <p>(六)演劇後進行各小組分享(演劇或看劇過程中的感受)。</p> <p>三、結束活動：請成員以一句話分享今天的感想。</p>
--	--

第 8、9 次團體：畫畫故事

任務分工	帶領者：黃愷宜 協同帶領者：古碧蓮 紀錄：黃愷宜
團體成員	小君、阿亞、小黑、其其、小魚、星星、雨兒、大寶
團體方案 思考方向	發展活動的設計可以讓成員從故事創作中，整理自己的思緒以及抒發心情；不採用第一人稱的方式去塑造主角及故事，能讓成員更開放自我。
團體目標	提供自我探索及相互分享的機會。
活動材料	圖畫紙、蠟筆
活動內容 摘要	<p>一、發展活動</p> <p>(一)帶領者請大家先拿一張圖畫紙。</p> <p>(二)選一個自己喜歡的空間角落。</p> <p>(三)以自己喜歡的方式，把紙分成 6 個格子：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.第一格：畫主角，可以有生物，像樹，也可以是無生物，像石頭；可以是具體的，也可以是不具體而抽象的，像風。想到什麼就畫什麼，隨便哪一格，只要註明那是第一格即可。 2.第二格：如果主角有一項任務要完成，那會是什麼？ 3.第三格：這個主角完成任務時，會遇到一個困難或阻礙，那會是什麼？ 4.第四格：主角完成任務時遇到了困難，也遇到了幫助他的人。這位協助者會是誰？ 5.第五格：這個主角遇到困難，也得到幫助，後來他怎麼處理這個難題或困難？ 6.第六格：故事的結局是什麼？ <p>(四)帶領者先做示範，讓成員了解如何分享自己的故事。分享的內容包括：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.主角的特色、特質、優點、性別、年齡、嗜好。 2.主角想要完成的任務及遇到的困難。 3.每一格中人物常說的話。 4.格與格之間對彼此的想法和對話。 <p>(五)每個人輪流分享，分享的人先把故事說一遍。說故事時不用第一</p>

	<p>人稱。</p> <p>(六)大家可以問一些問題，但不指導或批評。</p> <p>二、結束活動：請成員以一句話分享今天的感想。</p>
作品集錦	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>畫畫故事(一)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>畫畫故事(二)</p> </div> </div>

第 10、11 次團體：角色扮演

任務分工	帶領者：黃愷宜 協同帶領者：古碧蓮 紀錄：黃愷宜
團體成員	小君、阿亞、小黑、其其、小魚、星星、雨兒、大寶
團體方案思考方向	當團體接近後期時，成員彼此之間越來越能信任及開放，因此，主要活動——權力劇場的安排，可以讓成員透過演劇的型式，把內心堆積已久的情緒及想法充分抒發出來。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.提供抒發及表達情緒的機會。 2.透過角色扮演，讓成員學習解決生活中所遇到的人際互動問題。
活動材料	椅子、抱枕
活動內容摘要	<p>一、暖身：黏土雕塑（與第四次團體的暖身活動相同）</p> <p>二、發展活動</p> <p>（一）集體黏土雕塑——權力劇場之一：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.現在玩一個權力劇場的遊戲，一次加上一個人，讓這個場景感覺更有權力。 2.帶領者示範該如何讓場景更有權力。 3.第一個人加上去之後，要讓這個場景更有權力；第二個人加上去之後，要比之前那個人更讓這個場景有權力；每加上一個人，要比上一個人的場景更有權力的感覺，像黏土一樣加上去。 4.上去的人定格，可以配合使用一些道具。 <p>（二）集體黏土雕塑——權力劇場之二：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.自由分組，各組人數至少三人。 2.角色須含受害者、加害者與協助者，至少各一名，由成員自行決定自己想要扮演的角色。（加害者代表有資源、有權力、有能力，受害者則相反。） 3.成員共同討論如何將三個角色串聯出一齣戲劇，分成三幕演出

	<p>——開場、事情始末、結局。</p> <p>4.拍去角色（如：「我是○○○，我不再是○○○的角色。」）。</p> <p>5.回到大團體來分享討論：請成員分享扮演過程中的對話、自己的感受，以及演劇內容與個人哪些生活經驗相互結合。</p> <p>三、結束活動：請成員以一句話分享今天的感想。</p>
--	---

第 12 次團體：許願與祝福

任務分工	帶領者：黃愷宜 協同帶領者：古碧蓮 紀錄：黃愷宜
團體成員	小君、阿亞、小黑、其其、小魚、星星、雨兒、大寶
團體方案 思考方向	最後一次的活動，希望經由挑選活動照片，引導成員回想參與活動的過程，也透過成員彼此間的分享，互相給予祝福，留下美好的回憶。
團體目標	成員彼此間分享自己的成長及具體的成果。
活動材料	半開書面紙、蠟筆、膠水、相片
活動內容 摘要	<p>一、暖身：讓成員挑選活動照片。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)帶領者帶著成員回想曾經參與過哪些活動。</p> <p>(二)請成員把自己參與團體的成長、對於團體結束的想法或心情、對於未來的期待，都呈現在海報紙上。</p> <p>(三)每個人可以利用照片及蠟筆來創作。</p> <p>(四)回到大團體來分享。</p> <p>三、結束活動：帶領者進行頒獎活動，給予每位參與的成員一些回饋。</p>

「快樂小太陽」團體方案

劉袖琪

一、設計理念

快樂小太陽團體成員之篩選以四年級、五年級學童所填寫之問卷中，表示曾目睹家庭衝突或父母多以打罵方式管教，同時該生在學校中曾出現自我概念欠佳或是人際適應困難的行為。團體分成四年級小團體及五年級小團體，各有八位團體成員，其中四年級團體成員為五男三女，五年團體成員為四男四女；團體帶領時間分別為每週三、五晨光時間（7:40~8:40），每週一次，各進行八次團體輔導活動。

小團體成員中，女性成員的主要特質有較多的負向訊息，感覺不快樂，自我概念較為低落，不喜歡自己的表現，甚至有些焦慮的退化行為。而男性成員則出現較多情緒控制力不佳、反抗、退縮、嬉鬧的行為。因此，我的團體方案設計考量如下：

- 1.降低團體成員對於團體的疑慮，建立良好的團體互動關係。
- 2.團體內容因應年齡、理解程度、時間、次數及成員組成，設計簡單適宜之團體活動。
- 3.根據團體成員特質，活動內容著重於建立自我概念，學習合宜的社交行為，凝聚團體規範與共識，培養問題解決能力，與他人互助合作，以及懂得藉由遊戲、活動、藝術來強化自我概念。

團體初期（第一次至第三次）的方案設計目標在於建構團體規範，讓團體成員能清楚了解整個團體的運作架構，包含團體組成成員的介紹、團體進行的時間、團體的活動內容，甚至是團體的組成目的以及對成員疑慮的解惑，團體成員亦在此時建構出他們對於團體的期望，並共同訂定屬於這個團體的規範。團體帶領者所建立的，必然是讓人信任、強調保密的安全氛圍，因此必須建立具體而清楚的團體規範。團體初期的設計重點著重於每一位成員是否被團體暖化，團體帶領者需設計建構自我概念的活動，增強每一位團體成員對於這個團體的認同感。

團體中期（第四次至第七次）的方案設計目標，在於增進團體成員的合作與適應能力，藉由戲劇中的衝突了解事物的多面向，並懂得如何看待問題與解決問題。期待團體成員從活動中能覺察自己的想法，將之內化成自我的認知。戲劇體驗活動的導演由團體成員擔任，重新演繹故事情節，決定故事結局，藉此建立團體成員的自信與掌控力。

團體結束期（第八次）的方案設計目標在於針對團體結束前的情緒處理，整理成員當下的心情狀態，讓成員能夠藉由活動的象徵意涵，彼此給予祝福，並且為自己建立更多的自信。

二、團體方案

第 1 次團體：相約小太陽

任務分工	帶領者：劉袖琪	協同帶領者：吳宗瀚	紀錄：洪青妃、沈怡秀
------	---------	-----------	------------




團體成員	<p>四年級：小可、阿豪、小牛、小逸、小迪、小芳、小儀、小豪</p> <p>五年級：不公開、阿宏、容容、小綾、阿馨、圓圓、包青天、荷包蛋</p>
團體方案思考方向	<p>團體一開始，先讓大家說出自己在團體中願意被稱呼的小名，來降低個人資料的自我揭露程度，然後用丟沙包活動來活絡氣氛，隨之討論團體規範及在團體過程中會擔心的事，來協助成員降低團體剛形成時的焦慮感，最後藉由安全空間的活動，讓成員運用媒材來表達自己。</p>
團體目標	<p>1.場面構成：介紹團體以及其進行方式。</p> <p>2.建立安全信任的情境。</p> <p>3.形成團體規範。</p>
活動材料	<p>CD 音響、CD 音樂、沙包數個、12 色粉蠟筆 12 盒、圖畫紙 12 張、彩色書面紙 12 張、剪刀、膠帶</p>
活動內容摘要	<p>一、場面構成：介紹團體成員、時間與團體目的。</p> <p>二、暖身活動：請每位成員介紹自己的名字，全體成員圍成圓圈，呼叫對方的名字後傳沙包，以此活動認識團體成員。</p> <p>三、介紹自己：運用蠟筆當作溜冰鞋，隨著音樂的律動，自由地在書面紙上畫出凌亂線條，根據凌亂的線條勾勒出一個具有個人特色的姓名三角牌，為自己取一個在團體中希望被稱呼的名字，並且與其他成員分享自己的圖畫與名字。</p> <p>四、團體公約：</p> <p>(一)寫出或畫出在團體中對自己及他人的期待，及個人希望在團體中建立怎樣的共同規範。</p> <p>(二)繞圈分享：對自己所期待的是什麼？所訂立的團體公約是什麼？</p> <p>五、結束活動：圍成圓圈，帶領者提醒團體守密的重要性，彼此互相約定準時聚會。</p>
活動剪影	

<p>作品集錦</p>	
-------------	--

第 2 次團體：變身魔法師

<p>任務分工</p>	<p>帶領者：劉袖琪 協同帶領者：吳宗瀚 紀錄：洪青妃、沈怡秀</p>
<p>團體成員</p>	<p>四年級：小可、阿豪、小牛、小逸、小迪、小芳、小儀、小豪 五年級：不公開、阿宏、容容、小綾、小嘉、孟孟、包青天、荷包蛋</p>
<p>團體方案 思考方向</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.第二次的團體目標設定在暖化團體成員彼此間的互動能量，暖身活動先用姓名接龍的方式來讓彼此熟悉。 2.其次藉由「變身魔法師」遊戲，讓成員在追跑之間鬆動拘束的感覺，並藉由身體的碰觸拉近彼此的距離。 3.主要活動為「自由自在的魔法師」，除了承接暖身活動魔法變身的主題外，還讓每位成員在帶領者所引導的角色（如風、大象、蛇、狗）中，隨心所欲地變成自己想要的樣子，在過程中，每位成員要為自己扮演的狀態說一句話，如實地呈現每個人此時此刻的狀態。 4.最後再由成員分別擔任導演，雕塑其他成員，形成自己獨一無二的故事場景。此活動的主要目的，是觸發成員將此時此刻的狀態具體化型塑出來，並加深其自我概念，培養覺察能力。
<p>團體目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.暖化團體：增加團體間熟悉度與安全感。 2.建構自我概念。 3.增強自我覺察。
<p>活動材料</p>	<p>CD 音響、CD 音樂、披風 2 件、塑膠玩具槌 2 支、麥克風</p>
<p>活動內容 摘 要</p>	<p>一、暖身活動</p> <p>(一)認識團體成員：姓名接龍。</p> <p>(二)小朋友自由扮演魔法師（二位）、鬼（二位）、凡人（四位），兩位魔法師可以自由變身並可救人，被鬼摸到則被石化，凡人為了躲避可以變成青蛙，但無法變身回來，必須等待魔法師拯救。三分鐘內，如果無法將全部的人石化，則判定人類獲勝，反之鬼族獲勝。</p> <p>二、自由自在的魔法師</p> <p>(一)每位小朋友都是會自由變身的魔法師，他可以隨心所欲變成自己想要的樣子（可配合音效；風→大象→蛇。）</p>

	<p>(二)卸角（將剛才扮演的角色拍掉）。</p> <p>三、我是魔法師</p> <p>(一)小朋友輪流當導演，去雕塑其他團體成員。</p> <p>(二)分享與討論，問題如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.我最想當什麼動物？ 2.那個動物現在正在做什麼？ 3.牠的身邊有什麼動物？植物？ 4.牠們在做什麼？ <p>四、結束活動：圍成圓圈，帶領者提醒團體守密的重要性，彼此互相約定準時聚會。</p>
活動剪影	



第 3 次團體：安全空間

任務分工	帶領者：劉袖琪 協同帶領者：吳宗瀚 紀錄：洪青妃、沈怡秀
團體成員	<p>四年級：小可、阿豪、小牛、小逸、小迪、小芳、小儀、小豪</p> <p>五年級：不公開、阿宏、容容、小綾、小嘉、孟孟、包青天、荷包蛋</p>
團體方案思考方向	<ol style="list-style-type: none"> 1.第三次的團體目標定位於建構團體成員個人的自我概念，暖身活動的目的在於讓成員以身體動作來表達自己，也再度讓成員熟識彼此的名字。 2.藉由第一個主要活動「魔法屋」讓成員先有開放活潑的想像力，並且採用兩兩互相介紹的方式，來表達自己的異想世界，做為下一個活動的準備工作。 3.「我最喜歡的世界」可以讓團體成員在完全放鬆的狀態下，以安全的方式來自我表達，其中成員所擺放的物件、主題、擺放過程中的行爲、彼此成員在過程中的互動和連結，都具有相當重要的意義，而最後的自我詮釋與分享，更可以呈現出成員獨一無二的想法與特性。在團體成員彼此分享的過程中，每一位成員都有機會成為他人眼中的重要焦點，獲得他人重視的目光，這也許是平日較常成為指責對象的孩子們所缺乏的經驗。 4.「冥想」提供成員重新修正的機會，補足現實條件的不足，啟發其更大的能量空間，並且藉由「冥想」將所創作的世界深深烙印在腦海中，為接下來的「卸角」告別活動進行儀式化的結束，避免分離焦慮。

<p>團體目標</p>	<p>1.暖化團體：增加團體間熟悉度與安全感。 2.建構自我概念。 3.增強自我覺察。</p>
<p>活動材料</p>	<p>CD 音響、CD 音樂、各種遊戲物件、麥克風</p>
<p>活動內容摘要</p>	<p>一、暖身活動：讓團體成員圍成圓圈，每位成員想出一個動作，並且邊做動作邊說出自己的名字，其他的成員也跟著做相同的動作，並向對方問好。 二、魔法屋 (一)每位成員自由創造出他所想要的房間，為每樣東西都加上魔法，並且擔任小主人，為另外一位擔任客人的成員做解說。 (二)互相分享自己所創造的世界。 三、我最喜歡的世界 (一)自由擺放自己的世界。 (二)輪流介紹自己所喜歡的世界。 四、冥想：將自己最喜歡的世界烙印在腦海中重新回想，感受一下如果要調整自己所創造出的世界的話，會做哪些改變。 五、卸角：告訴自己已將最喜歡的世界烙印在腦海中，與之告別，並將所有擺放的物件回歸原位。 六、結束活動：圍成圓圈，帶領者提醒團體守密的重要性，彼此互相約定準時聚會。</p>
<p>作品集錦</p>	

第 4 次團體：天堂的氣球



任務分工	帶領者：劉袖琪 協同帶領者：吳宗瀚 紀錄：洪青妃、沈怡秀
團體成員	四年級：小可、阿豪、小牛、小逸、小迪、小芳、小儀、小豪 五年級：不公開、阿宏、容容、小綾、小嘉、孟孟、包青天、荷包蛋
團體方案思考方向	第四次的團體暖身活動先讓團體成員建立合作關係，培養彼此的默契。「我是變身大師」帶領成員進入角色扮演的活動中，再由團體帶領者敘說樹與熊的故事，並且讓團體成員依據故事情節扮演角色，希望藉由故事中療癒的意涵，讓團體成員同時發展其內在自我療癒。
團體目標	1.暖化團體：凝聚團體成員彼此的合作感。 2.展現自我狀態，建立自我覺察。 3.從故事角色扮演中發展個人的正向認知。
活動材料	CD 音響、CD 音樂、麥克風、樹與熊的故事
活動內容摘要	<p>一、暖身活動：讓團體成員圍成圓圈，每位成員先介紹自己的名字，活動開始時先指定下一位拍球者，以氣球不落地的時間長短作為團體挑戰的目標。</p> <p>二、我是變身大師：每位小朋友都是會變身的魔法師，聽從帶領者的指導語，分別變身為樹、風、雨、大熊、閃電等。每一次變身後，帶領者都會詢問每位小朋友他所扮演的角色以及心裡想說的一句話，讓成員可以在扮演中彼此「對話」。</p> <p>三、樹與熊的故事</p> <p>(一)帶領者先敘說樹與熊的故事。</p> <p>(二)請團體成員根據故事情節演出故事中的角色，每位成員可以做自我詮釋；帶領者引導成員說出最想說的一句話。</p> <p>(三)重新詮釋故事：請成員擔任導演，重組樹與熊的故事，布置故事場景，並讓故事中的主角彼此對話。</p> <p>四、繞圈分享：分享今天印象最深的一句話、一件事，或是現在最想說的一句話。</p> <p>五、結束活動：圍成圓圈，帶領者提醒團體守密的重要性，彼此互相約定準時聚會。</p>
活動剪影	 

第 5 次團體：誰最強

任務分工	帶領者：劉袖琪 協同帶領者：吳宗瀚 紀錄：洪青妃、沈怡秀
團體成員	四年級：小可、阿豪、小牛、小逸、小迪、小芳、小儀、小豪 五年級：不公開、阿宏、容容、小綾、小嘉、孟孟、包青天、荷包蛋
團體方案思考方向	1.第五次的團體目標設定在暖化團體成員的肢體，讓成員以肢體表達自己的情緒，探觸自己內在的情緒，第一個暖身活動讓成員開發肢體動作，其次由於此次團體的主題有較高的攻擊性，爲了避免成員間可能出現碰觸的攻擊行爲，因此第二個暖身活動運用「默契起舞」的活動來讓成員學習點到爲止，兩人的肢體必須保持靠近但不互相碰觸的距離。 2.「情緒疊羅漢」讓成員體驗衝突的過程，並且討論暴力行爲對彼此的影響，以及生活中跟自己切身相關的暴力經驗。 3.運用「曼陀羅」繪畫方式，讓成員整理個人經歷衝突事件後的內在情緒。
團體目標	1.暖化團體：增加團體間信任感。 2.增進肢體開發。 3.增強對於情緒事件的自我覺察。
活動材料	CD 音響、CD 音樂、桌子、墊子、遊戲中任何可用之道具、麥克風、8 開圖畫紙、蠟筆
活動內容摘要	一、暖身活動 (一)身體縮放——讓身體在地板上延伸到最大，收縮到最小，在空中延伸到最長，扮演海中的海草，做肢體放鬆。 (二)默契起舞——兩兩一組，分別以以手指、腳、臉等部位在空中移動，而另一位成員則要扮演跟隨的角色。第二階段則演出「假打架」。 二、情緒疊羅漢 (一)一位成員先坐在位置上，第二位成員上前指責，第三位接棒上臺，展現出越來越多的權威，依此類推，讓每位小朋友都上臺演出。 (二)劇中的成員每人用一句話說明自己心中的想法，帶領者穿梭其間，讓彼此的對話產生衝突的效應。 三、畫出自己的情緒曼陀羅 (一)在畫紙中先畫下一個圓，在圓中畫出自己現在的情緒或感受。 (二)團體繞圈分享。 四、結束活動：圍成圓圈，帶領者提醒團體守密的重要性，彼此互相約定準時聚會。





第 6 次團體：不一樣的結局

任務分工	帶領者：劉袖琪 協同帶領者：吳宗瀚 紀錄：洪青妃、沈怡秀
團體成員	四年級：小可、阿豪、小牛、小逸、小迪、小芳、小儀、小豪 五年級：不公開、阿宏、容容、小綾、小嘉、孟孟、包青天、荷包蛋
團體方案 思考方向	1.第六次的團體目標延續第五次團體的議題，以「攻守遊戲」作為暖身活動，讓成員體會攻擊和保護自己是一體的兩面，若能好好保護自己，不主動攻擊別人，別人也就沒有機會來傷害你。 2.主要活動「1-2-3-Camera」讓團體成員彼此培養默契，從自由扮演中呈現自己選擇扮演的角色——加害人或受害人。成員可從角色對話中覺察自我的內在感受，了解事物的多面向，建立更正確的認知。
團體目標	1.暖化團體：增加團體成員之間的默契。 2.培養問題解決的能力。 3.了解事物的多面向。
活動材料	CD 音響、CD 音樂、麥克風
活動內容 摘要	一、暖身活動——攻守遊戲 （一）兩人一組，面對面，膝蓋微彎，用手保護自己的膝蓋。 （二）想辦法去碰觸對方的膝蓋，碰到一次算得一分。 （三）計算成功次數，並且討論得分的秘訣。 二、「1-2-3-Camera」。 （一）兩人一組，當帶領者數 1-2-3 後，一位成員扮演加害人，另一位成員扮演受害人，帶領者在過程中讓彼此對話。

	<p>(二)四人一組，當帶領者數 1-2-3 後，四位成員自行決定要扮演加害人或受害人，帶領者在過程中讓彼此對話。</p> <p>(三)分成小組討論，將四個角色串連成一齣戲，分成三幕演出——開場、事情始末以及結局。討論後演出戲劇。</p> <p>(四)邀請臺下觀眾替代主角，演出不同的結局。</p> <p>三、繞圈討論：請成員分享扮演過程中的對話以及自己的感受，說明扮演過程與哪些個人經驗有所雷同。</p> <p>四、結束活動：圍成圓圈，帶領者提醒團體守密的重要性，彼此互相約定保密，預告團體再過兩次即將結束。</p>
--	---

第 7 次團體：使命必達

任務分工	帶領者：劉袖琪 協同帶領者：吳宗瀚 紀錄：洪青妃、沈怡秀
團體成員	四年級：小可、阿豪、小牛、小逸、小迪、小芳、小儀、小豪 五年級：不公開、阿宏、容容、小綾、小嘉、孟孟、包青天、荷包蛋
團體方案思考方向	第七次團體已進入結束階段，暖身活動藉由走動速度的變化讓成員放鬆身體，以不同的情緒動作讓成員運用想像力來表達自己。第七次團體的主題為「使命必達」，希望藉由活動讓成員達成內在的「任務」，而更具力量。
團體目標	1.暖化團體：開發肢體。 2.覺察自我內在的想法。 3.培養問題解決能力。
活動材料	CD 音響、CD 音樂、蠟筆 8 盒、四開圖畫紙 8 張
活動內容摘要	<p>一、暖身活動</p> <p>(一)以最自然的速度充滿這個空間，並且不去撞到任何人，逐次加快速度，在速度最快時凍結；之後再以最慢的速度去充滿空間。</p> <p>(二)以最大的動作、最慢的速度去充滿空間，想像自己正在扮演什麼？</p> <p>(三)以最小的動作、最快的速度去充滿空間，想像自己正在扮演什麼？</p> <p>(四)以最緊張的動作、最害怕的樣子去充滿空間，想像自己正在扮演什麼？</p> <p>二、使命必達</p> <p>(一)將圖畫紙分成六格。第一格畫主角；第二格畫主角最重要的任務；第三格畫出阻止主角達成任務的巨大困難；第四格則是出現救星；第五格畫出困難是如何被解決的。第六格畫出故事的結局。</p> <p>(二)給畫作訂一個故事名稱。</p> <p>(三)繞圈分享：成員分享自己所畫的故事。</p> <p>(四)黏土捏塑：成員擔任導演，邀請其他成員當黏土，設計一個 ending 的畫面。</p> <p>三、結束活動：圍成圓圈，帶領者提醒團體守密的重要性，彼此互相約定準時聚會。</p>





第 8 次團體：我的選擇與祝福

任務分工	帶領者：劉袖琪 協同帶領者：吳宗瀚 紀錄：洪青妃、沈怡秀
團體成員	四年級：小可、阿豪、小牛、小逸、小迪、小芳、小儀、小豪 五年級：不公開、阿宏、容容、小綾、小嘉、孟孟、包青天、荷包蛋
團體方案 思考方向	<p>1. 第八次團體的目標設定在處理團體的結束，讓成員能夠帶著自己的決定與其他成員的祝福離開團體。暖身活動先關注成員個人的心情指數。之後進行「我的決定」活動，成員必須從自親手挑選的喜歡圖片中，篩選出一張最值得保留的圖片，再將圖片貼在畫紙上重新創作，其中的意涵在於尋找自己真正在乎而所能擁有的，讓成員有帶著希望離開團體的感受。</p> <p>2. 最後成員繞圈分享，輪流說明自己希望留在團體裡面不願意帶走的是什麼？願意帶走的是什麼？再以彼此珍重的話語道別。</p>
團體目標	<p>1. 暖化團體：辨識自我的感受。</p> <p>2. 處理分離的情緒。</p> <p>3. 勾勒自己的希望。</p>
活動材料	CD 音響、CD 音樂、雜誌 20 本、4 開圖畫紙 8 張、蠟筆 8 盒、膠水 8 瓶、剪刀 8 把
活動內容 摘要	<p>一、暖身活動：請成員依照自己的心情，依指數 1 到 10 分的等距分別站在空間中。</p> <p>二、我的決定 (一) 每人一本雜誌，把中喜歡的圖片撕下來，張數不限，撕完後的雜</p>

	<p>誌放在團體正中間，可再拿別本雜誌找圖。</p> <p>(二)數算自己所撕下的圖片，只能從圖片中留下五張，接著只能留下三張、二張，最後只能留下一張，其餘的圖片揉成一團丟在團體中間。</p> <p>(三)將最後這張圖貼在圖畫紙上，畫成完整的一幅畫。</p> <p>三、繞圈分享：分享自己在選擇的過程中有何感受，所要留下及所要帶走的分別是什麼？</p> <p>四、結束活動：圍成一圈，帶領者提醒團體守密的重要性，互道珍重再見。</p>
<p>作品集錦</p>	



「同心園小團體」團體方案

高懿琴

一、設計理念

這個團體由六位遭受家暴或目睹家暴的孩子所組成：

- 阿瑪和宣宣都有一位管教嚴苛的父親，他們學習尚稱努力，但是個性畏縮，自我價值低落。
- 大艾三年前因母親病逝，出現適應困難的問題，家庭承受著親人離逝的憤怒與悲痛，大艾個頭高大經常發怒。
- 阿翰因父親對母親施暴，暫居舅舅家，對父親憎恨，上課經常發呆。
- 小眉毛父母離異，母親出國深造，目前由外婆與舅舅照顧，常因行為問題被舅舅責打，她偷竊，渴望有更多朋友。
- 大眼學業表現優異，但人際關係不佳；母親受困於自身情緒問題，將怒氣發洩在她身上。
- 團體中男女成員各有三位，宣宣和大眼是四年級同班同學，其餘四位都念五年級，阿瑪和小眉毛是很麻吉的同班好友。

暴露於婚姻暴力下的兒童，很大比率的外顯行為（如攻擊、犯罪）與內隱行為（如退縮焦慮）與此相關（洪素珍，民 98）。同心園小團體中六個孩子所承受的創傷經驗，影響著他們在群體中的表現，大艾和小眉毛有較多的外顯行為，其餘四位也有令人擔憂的解離或隔離情緒。基於此，團體設計的考量重點如下：

1. 團體中減少競爭，營造安全、支持、互助的情境。
2. 提供學生抒發情緒的機會。
3. 幫助學生覺察情緒，學習因應方式。

在團體初始階段，營造安全接納而相互支持的情境；團體中期運用故事討論，探索創傷議題與憤怒情緒，運用繪畫、布置、冥想和雕塑等方式，協助成員抒發情緒，表達感覺，內省自己的狀態；最後以回顧生命中的美好經驗和互相給予正向回饋作為結束，使成員能帶著力量離開團體。

團體分成兩個階段，前三次活動於寒假中進行，每次三小時，讓成員有機會深入探索相關議題；最後的五次活動，於開學時每週四午休時間進行，每次四十分鐘，再次凝聚成員的力量，相互表達關懷和支持。


二、團體方案

第 1 次團體：小樹之歌

任務分工	帶領者：高懿琴 協同帶領者：李秀玲 紀錄：高懿琴
團體成員	阿瑪、宣宣、大艾、阿翰、小眉毛、大眼

<p>團體方案 思考方向</p>	<p>1.部分成員相互熟識，多數成員尚屬陌生，第一次團體形成之初，應強化支持而安全的團體氣氛。 2.對於擁有創傷經驗的成員而言，小種子歷經滄桑的成長歷程，較易得到成員的投射與同理。</p>
<p>團體目標</p>	<p>1.增加成員彼此的了解與認同。 2.協助成員了解團體規範。 3.外化生命中負面的部分。 4.表達接納彼此對於生命創傷的看法。</p>
<p>活動材料</p>	<p>布偶 2 只、小單子 6 張、彩色筆 1 盒、蠟筆 6 盒、圖畫紙 10 張、CD 音樂</p>
<p>活動內容 摘要</p>	<p>一、暖身活動 (一)團體圍成圓圈，將布偶分別交給二位成員，持偶者與鄰座猜拳，輸者繼續持偶與另一鄰座位猜拳，當兩個布偶落在同一個人手上時遊戲即結束。 (二)帶領者說明自我介紹內容，包含星座、血型、喜歡的顏色、喜歡的水果以及希望別人怎麼稱呼你。 (三)請成員輪流介紹，第二位要說出第一位的介紹內容，第三位要說出第一位和第二位的介紹內容，依此類推至最後一位完成為止。 (四)成員寫下名牌，戴在身上。 二、團體形成 (一)帶領者說明團體性質。 (二)帶唱團歌——《隱形的翅膀》(附件一)。 (三)發下「這樣的人比較受歡迎」小單子，輪流朗讀(附件二)。 (四)帶領者期勉大家在團體中都成為受歡迎的人。 三、小樹之歌 (一)帶領者講述小樹的故事(附件三)。 (二)引導成員閉上眼睛進入冥想。 (三)活動指導語： ■ 你是一棵什麼樣的樹呢？ ■ 已經長大了？還是非常的纖細呢？ ■ 你有沒有開出花來？ ■ 什麼顏色的花？盛開還是含苞待放？ ■ 很多花朵還是只有幾朵？ ■ 你有沒有葉子呢？你的枝幹長得像什麼？ ■ 你的樹根有沒有紮得很深？或是你根本沒有根？ ■ 如果有根，它是不是長得又長又直？還是彎彎曲曲的？ ■ 你的樹幹上有沒有刺？ ■ 你的身邊有什麼？有沒有其他的樹、小動物或人類？</p>



	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 誰在照顧你？你快樂嗎？痛苦嗎？ ▪ 現在天氣怎樣？有沒有鐵網將你圍著？ ▪ 好！現在請張開眼睛。 <p>(四)請成員畫出小樹最後會長成什麼樣子（可使用多張畫紙）。</p> <p>(五)分享與討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.小樹讓你欣賞的地方在哪裡？ 2.你有沒有心疼它的地方？ 3.自己有沒有和小樹一樣的部分？那個部分是什麼？ <p>四、結束活動：團體手握手圍成圓圈，想一想今天在團體中自己很棒的地方，以「我很棒！……」造句，用眼神互道珍重再見。</p>
<p>作品集錦</p>	
<p>附件一</p>	<p style="text-align: center;">隱形的翅膀</p> <p style="text-align: center;">作詞：王雅君 作曲：王雅君 編曲：陳俊廷</p> <p>每一次 都在 徘徊孤單中堅強 每一次 就算很受傷也不閃淚光 我知道 我一直有雙隱形的翅膀 帶我飛 飛過絕望 不去想 他們 擁有美麗的太陽 我看見 每天的夕陽也會有變化 我知道 我一直有雙隱形的翅膀 帶我飛 給我希望</p>

	<p>我終於看到 所有夢想都開花 追逐的年輕歌聲多嘹亮 我終於翱翔 用心凝望不害怕 哪裡會有風就飛多遠吧 隱形的翅膀 讓夢恆久比天長 留一個願望讓自己 想像</p>
<p>附 件 二</p>	<p>這樣的人比較受歡迎：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 為別人著想，不遲到、不早退。 ▪ 遵守遊戲規則。 ▪ 凡事盡力而為。 ▪ 以友善的聲音與人交談。 ▪ 傾聽別人的意見。 ▪ 懂得欣賞他人的正面行為。 ▪ 能等待、依序輪流。 ▪ 遇到事情不如意時，能保持風度與人溝通。 ▪ 做好個人應盡的責任，為團體利益努力。 ▪ 做錯事時能誠懇認錯並改進。
<p>附 件 三</p>	<p style="text-align: center;">小樹苗的故事</p> <p>一個接近退休年齡的老園丁，在一次撒種時，不小心把一顆樹種子撒出苗圃，掉落在不遠處的一塊小土地上，兩旁各有一塊磚頭住著。</p> <p>「喂！誰家的野孩子，為什麼跑到這裡來？」右邊的磚頭哥哥有點生氣地說。</p> <p>原本就很狹窄的空間，憑空多了一個小傢伙，顯得更擁擠。難怪磚頭哥哥一臉不高興。</p> <p>「我是一棵樹。我也不知道為什麼會被丟到這裡？」小種子有點膽怯地回答著。</p> <p>「你怎麼會是樹？小小一顆，怎麼看都不像？」左邊的磚頭姊姊很懷疑地問。</p> <p>「現在不像，但以後就是了」，小種子輕輕的說，「我媽媽是這樣告訴我的。」</p> <p>一天，小種子發芽了。</p> <p>「喂！你在幹什麼？」磚頭哥哥發怒地看著小種子。</p> <p>「我要長大呀！」小種子天真無邪地說，「我發了芽，要長大，要長得好高好高，成為一棵大樹。」</p> <p>「耶！你不能長高。你一長高我們就會被你擠扁，」磚頭姊姊說。</p> <p>「可是我不長高，身體很硬，會很痛，」小種子回答。</p> <p>「喔！原來小種子有病。」磚頭哥哥對磚頭姊姊說。雖然他們還是一</p>



樣有點不歡迎小種子，但也開始多了一些同情心。自覺委屈的小種子也盡可能靜悄悄地長，不太敢去打擾兩旁的磚頭哥哥、姊姊。

小種子變成了小樹苗。越長越高的小樹苗，有一天身體竟然超出磚頭一大截。磚頭哥哥對磚頭姊姊說：「這個小傢伙真過分，占了我們的位置不打緊，現在竟然忘恩負義地要把我們擠開，實在不像話。」磚頭姊姊說：「小種子也是不得已的。」她要磚頭哥哥小聲地說，不要讓小樹苗聽到，免得他難過。

小樹苗默默地成長。他堅信他是一顆大樹，要往上長，更要往下扎根。他努力伸，努力抓，要穩穩地長大。雖然有時磚頭哥哥、姊姊也會說他兩句，比如說「不要太逞強」或是「別那麼拼命」之類的話，他也只是靜靜地聽，然後笑一笑，沒有回答。他的心願是長成大樹，其他的事他都不去管。

一天，花園來了一位小男孩。小男孩邊走邊拍著球，突然球從小男孩的手中脫落，飛到空中後落了地，就掉在兩個磚頭之間的小樹苗身上。只聽到小樹苗「啊！」一聲慘叫，身體瞬間折成兩半。折斷後的身體剛好與磚頭一樣高。小樹苗撫著傷口，聲音顫抖地問：「為什麼會這樣？」已經跟小樹苗相處有了感情的磚頭哥哥、姊姊也很難過，輕聲地安慰著小樹苗：「別傷心，這種事情常有。要去習慣。」磚頭姊姊還說：「花園常有小孩來玩球，沒接好的球從天空掉落，就會砸斷脆弱的樹苗。不過，只要你的身高不超過我們，我們就會盡全力來保護你，不讓你受到傷害。」磚頭哥哥、姊姊異口同聲地說，讓小樹苗一臉疑惑，不解地問：「不長高，那我還是一棵樹嗎？」

「你當然是一棵樹，只不過是小小的一棵而已，」磚頭姊姊說，「隔壁有很多盆子，裡面的樹都是小小的。」

可是小樹苗不甘願，他覺得他就是要長成大大的一棵樹。

傷口復原後，小樹苗鼓起勇氣，像過去一樣努力地往上長。長著長著，眼看又要跟之前一樣高了。他想，他得趁球還沒打來之前長得高高壯壯的，以免被折斷。

一天下午，突然「卡～卡～卡～」的聲音傳來。小樹苗還沒有弄清楚是怎麼回事，身體突然傳來一陣劇烈的疼痛，之後他就暈倒了，醒來後發現，身體又斷成兩截，斷的位置剛好跟以前的地方一模一樣。忍著痛的小樹苗問：「到底是怎麼回事？為什麼又是我？」

「小樹苗你別難過，這種事常有。」磚頭姊姊安慰著他說：「每隔一段時間，就會有人來割草，只要身高比我們高的通通會被割掉。」

「我看你就不要再長了，免得又會受到驚嚇，」磚頭哥哥跟他說。

小樹苗流著淚，很傷心，沒有再說什麼。

過了一段時間，傷口復原了。小樹苗又冒出了芽，準備再往上長。可是很奇怪的是，內心總有一股不安的感覺出現，說不上來那是什麼，就是

怕怕的。有時會有聲音告訴他，再長高可沒有好下場；有時半夜會被惡夢驚醒，夢見自己被砍成兩段。他拿心中的疑問問了磚頭哥哥。

「再長是沒有用的，」磚頭哥哥還是這樣跟他說，「小樹苗，這個地方都是一些小草，小草是無法長成大樹的。」

慢慢的，小樹苗也真的相信，也許自己不過就是一株比其他小草還長一點的小草而已，根本不是什麼大樹，不然怎麼會在四周都是草的地方長大呢？

一天，退休的老園丁回到這座花園，走在磚頭路上時，突然發現了小樹苗。

「嗯！你怎麼在這裡？你是一棵大樹，應該種到更大更寬廣的土地上去才對。」說完之後，老園丁拿著鐵鏟，一寸一寸的往下挖，要把小樹苗連根挖起。

「不要！不要！」小樹苗大叫，「我不是什麼大樹，我只是一株小草。不要把我帶走，我會死掉。」

小樹苗邊叫邊用力的抓著泥土，旁邊的磚頭哥哥、姊姊也緊緊拉住小樹苗的根，不讓他被抓走。

老園丁慢慢地鏟，終於把小樹苗旁邊的泥土全部鬆開，然後連根把小樹苗拔起來，帶回花園去，種在一塊寬敞的土地上。

這兒的陽光特別耀眼，雨水特別豐沛，空氣特別清新，還有蝴蝶、蜻蜓在頭上留連、盤旋。小樹苗好喜歡這個地方。可是，他不敢長高。

日子一天一天過去，花開又花落，與小樹苗一同來的同伴已經長高許多，小樹苗卻依然是小小的，一點都沒變，還是那個樣子。

「小樹苗，你多吃點，才會長得快，」蝴蝶飛過來跟他說。

「小樹苗，別害怕，儘管長大，大家都喜歡你，」蜜蜂對他講。

「小樹苗，我給你澆水，我給你施肥，你盡力地長，」小狗也跑來說。

「小樹苗，我唱歌給你聽，長大後我在你身上蓋房子，」小鳥在他的頭上面帶笑容地講。

「趕快長大吧！小樹苗。這裡是你的家，我會好好保護你的，」老園丁邊鋤草邊對小樹苗說。

長大是什麼？長大還不是一株大一點的草而已。風吹來搖搖擺擺，跟現在有什麼差別。小樹苗心想，他幹嘛要長大。

他很喜歡這裡，也很喜歡現在這個樣子。要是長大，會不會被挖走？會不會被球K？會不會被割斷？他對長大充滿著疑問，更充滿著恐怖與危險的感覺。他覺得現在這樣小小的，很可愛的模樣最幸福，永遠不會受傷，永遠會受到人家的保護。他大聲地對眾人說，他不想長大。何況，他從來沒長大過，怎麼知道自己長大後就是一棵大樹呢？

小樹苗不要長大，他對於長大沒有好感，對於長大的同伴也沒什麼好感。他開始惡作劇，動不動就發脾氣，還常常罵人、打人。比如說，他隨



時會敲旁邊人家的門，即使他們都已經入睡。大家以為發生了什麼緊急事故，小樹苗卻只是傻笑，然後說：「沒什麼事，只是想動一下身體。」又比如說，他會偷吃隔壁家的東西，即使自己已經吃到撐了，也還是一直吃；再比如說，他常會責怪朋友不守信用，卻不知道都是他先欺騙了別人。

就這樣，大家開始討厭小樹苗了。他們說小樹苗有暴力傾向，會欺騙耍詐，還會搶奪偷竊，更會打架滋事；每個人都離他遠遠的。

眼看著同伴一個個長得又高又壯，小樹苗依然瘦瘦小小的，旁人不急，老園丁慌了。

「小樹苗，你到底怎麼了？」老園丁對著小樹苗問，「難道你生病了嗎？」

「是啊！我生病了，」小樹苗在心裡吶喊，「以前磚頭哥哥不就是這麼說我嗎？現在老園丁也這麼說。我從小就有病。」

「你好像真的病了，不然為什麼都不長大呢？你可以長成一棵大樹的。」老園丁說完後，搖搖頭離開了。

「小樹苗，你沒有病，你只是害怕長大，」小蝴蝶飛過來跟小樹苗說，「以前磚頭哥哥說你不長大會痛，老園丁也說你不長大是生病，因此你一定要長大。」

「真的嗎？我真的可以長大嗎？」小樹苗問著小蝴蝶，「長大不會有危險嗎？」

「當然可以！」小蝴蝶鼓勵著小樹苗，「你可以先試著長一兩片葉子看看。」

小樹苗看著周圍比他高的同伴，個個迎風招展，面帶笑容，一副非常愉快的模樣。於是他決定試試看，讓自己長一長。他左顧右盼，悄悄地冒出一點芽，又慢慢地吐出一片葉，之後又吐出第二片、第三片……，再伸展軀幹，越伸越長。他突然覺得好舒服，整個身軀飄飄然，肢體靈活靈現，好愉快。

「你好棒，小樹苗，」蜜蜂飛過來對他說，「你的葉子越來越大了。」

「你好了不起，小樹苗，」蜻蜓在他頭上繞了幾圈，「我可以找朋友來你家開 Party 嗎？」

「枝幹再長粗一點，小樹苗，」小狗跑到他身邊大聲地說，「這棵小樹苗以後歸我管，誰也不許搶。」

「我們可以來造鎮，小樹苗。」鳥媽媽帶著一群小鳥停在小樹苗頭上，討論著誰要蓋在東邊，誰要蓋在西邊。

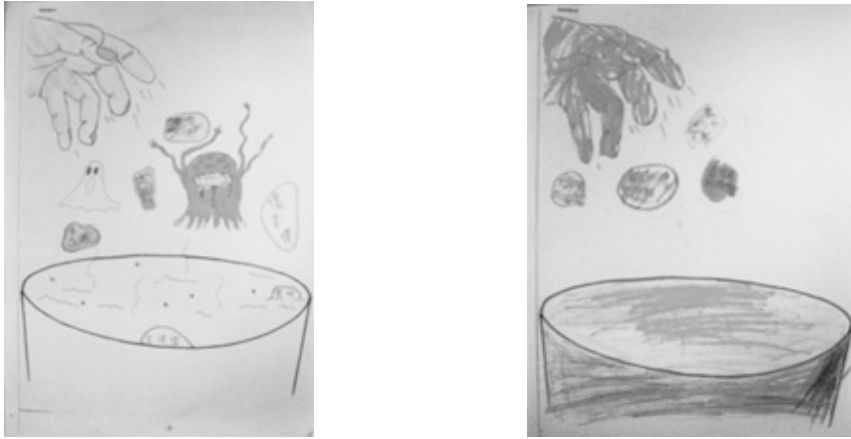
最重要的是，小樹苗旁邊的同伴個個歡欣鼓舞，替小樹苗用力鼓掌拍手，還齊聲說：「歡迎小樹苗回來。」

小樹苗抬起頭，很高興地對大家說：「無論如何，我一定會長成大樹。」

第 2 次團體：權威者舞臺

任務分工	帶領者：高懿琴 協同帶領者：李秀玲 紀錄：高懿琴
團體成員	阿瑪、宣宣、大艾、阿翰、小眉毛、大眼
團體方案 思考方向	來自大人的憤怒，是團體成員經常面對的情緒，在第二天的活動裡，成員的陌生感較為降低，帶領者以身體雕塑的方式探討權力議題，引導成員進入憤怒的經驗，表達自己的感覺。
團體目標	1.發展團體默契。 2.探討權力議題。 3.鼓勵同理他人的感覺。
活動材料	布偶 5 只、長桌 1 張、椅子 1 把、杯子 1 只
活動內容 摘要	<p>一、暖身活動——報數接偶</p> <p>(一)帶領者自 1 開始，成員自由接著報數，不可重複；若有重複則需立即重來。</p> <p>(二)依照號數傳接布偶。</p> <p>(三)分享經驗。</p> <p>二、雕塑</p> <p>(一)成員扮演黏土雕塑。</p> <p>(二)扮演材質為風、大象、蛇、狗，指導語如下：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 把自己想成一塊黏土，待會兒會請大家自由轉換。 ▪ 我可能會說變成一陣風，大家可以自由地變成風。 ▪ 還會有兩個詞，一個是凍結，另一個是解凍；凍結就是定格，將你的動作停止，解凍就是解除定格，回到比較舒服的姿勢。 ▪ 不論我說的是什麼，不論是有生物或是無生物，都讓你自己處在動的狀態。 <p>(三)扮演活動。</p> <p>(四)述說感覺。</p> <p>三、權威者舞臺</p> <p>(一)場景銓釋：請大家看看這個場景並提出想法。</p> <p>(二)集體黏土雕塑指導語：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 現在玩一個權威者舞臺的遊戲，一次加上一個人，讓這個場景更有權力（帶領者示範如何讓場景更有權力）。 ▪ 第一個人加上去之後，要讓這個場景更有權力；第二個人要比之前那個人讓這個場景更有權力；每加上一個人，都要比上一個人的場景更有權力的感覺，像黏土一樣加上去。 ▪ 可以使用一些道具。表演完成後定格。 ▪ 點到你，你就說出這個角色最想說的一句話。 ▪ 點到你的時候，就重複一直說那一句話。 ▪ 做各種組合。



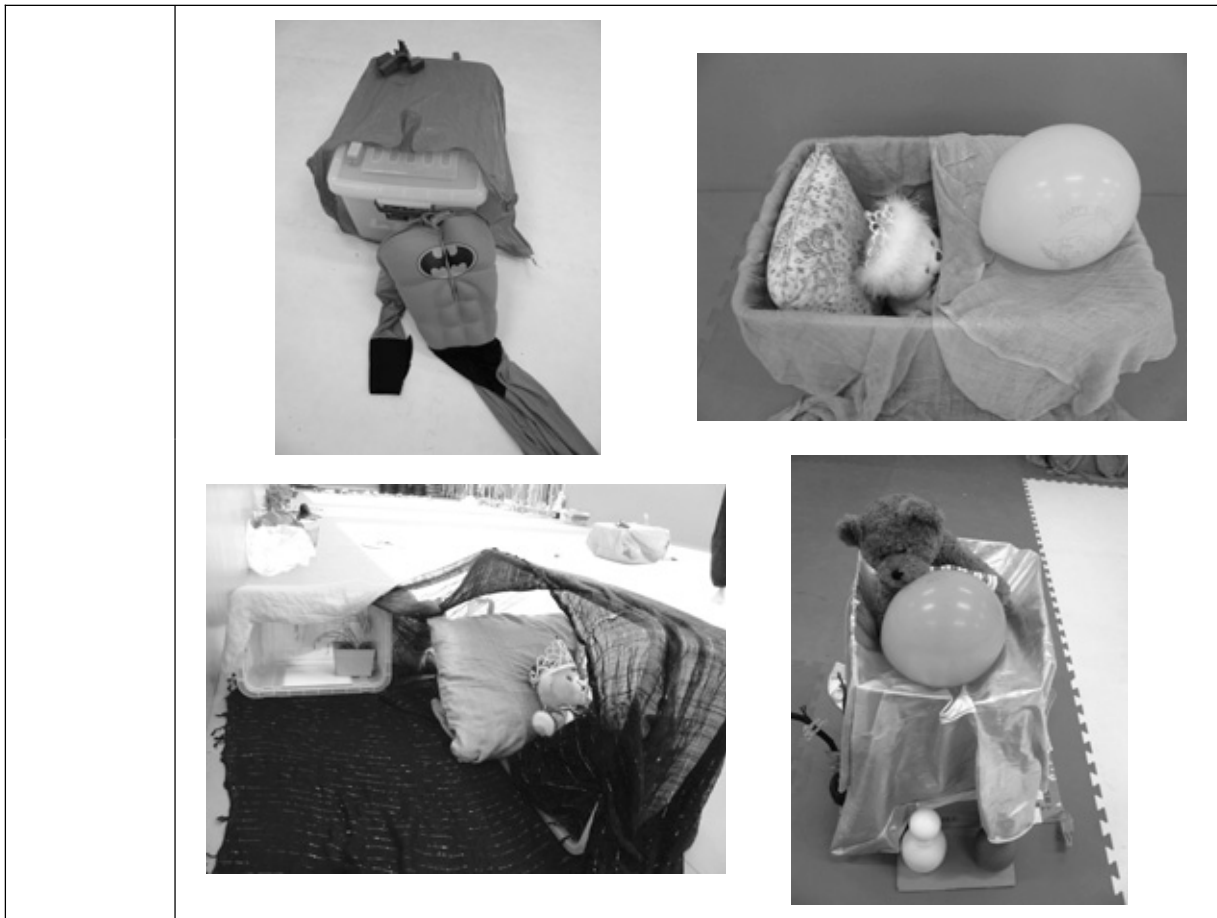
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 解凍。 ▪ 拍拍身體，去除剛才的角色。 <p>(三)分享。</p> <p>四、權力劇場——集體黏土雕塑指導語：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 先介紹兩個名詞——加害者、受害者：加害者代表是有資源、有權力、有能力，受害者代表相對缺乏資源、權力與能力。 ▪ 跟前一個活動一樣，也是做一個黏土。用身體去展現加害者或受害者。加害者面朝內，受害者面朝外。 ▪ 加害者和受害者會交替出現，呈現的動作要一直換，不要重複。加害者和受害者有千百萬種模樣，如果有聲音的話也可以加上去。 ▪ 練習。 ▪ 現在把中間當作舞臺，來做集體雕塑，先保留聲音，跟之前一樣，一個加害者先進來，下一個進來的是受害者，他要回應前一個加害者，再下一個進來的又是加害者，他要回應整個狀態。 ▪ 雕塑。 ▪ 點到你，就說出你這個角色最想說的一句話。 ▪ 重複點到你的時候，就重複一直說那一句話。 ▪ 做各種組合。 ▪ 現在拍拍身體，去除剛才的角色。 <p>五、結束活動</p> <p>(一)垃圾桶：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.討論意涵。 2.發下材料，想像自己的感覺。 3.畫下丟棄的東西。 <p>(二)分享：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.三人一組，分享繪圖內容。 2.團體圍成圓圈，以「我想帶走的是……我想留下的是……」的句型，說出感覺與期許，並以眼神感謝所有夥伴。
<p>作品集錦</p>	



第3次團體：我的秘密基地

任務分工	帶領者：高懿琴 協同帶領者：李秀玲 紀錄：高懿琴
團體成員	阿瑪、宣宣、大艾、阿翰、小眉毛、大眼
團體方案思考方向	在上一次的憤怒情緒探索中，成員探討加害者與被害者的議題，內在情緒需妥善引導，「我的秘密基地」將孩子引向一個安全的空間，團體的支持需更為緊密，暖身活動的設計需將團體動力激發出來。
團體目標	1.分享願望，表達需求。 2.探索內心世界，表達接納與支持。
活動材料	氣球 2 枚、活動單 6 份、彩色鉛筆 6 支、A4 資料夾板 6 只、各種玩具、玩偶、紙箱、大布、面具、盆栽
活動內容摘要	<p>一、暖身活動——同心協力</p> <p>(一)團體拉手圍成圓圈，氣球往上拋，成員不可鬆手，一起控制氣球，不可掉到地上。</p> <p>(二)晉級挑戰，控制兩個氣球，計算完成秒數。</p> <p>(三)分享經驗。</p> <p>二、主人 vs. 客人</p> <p>(一)主人帶客人介紹家的環境（或是屬於自己的地方）。</p> <p>(二)可以天馬行空任意想像與形容，如抱枕→瓦斯爐。</p> <p>(三)眼睛看見的東西不再是原來的東西。</p> <p>(四)遊戲結束後，主人與客人彼此道謝。</p> <p>(五)角色互換。</p> <p>(六)團體討論，說說大家的感覺。</p> <p>三、我的秘密基地</p> <p>(一)用一個小物件代表自己（主角）。</p> <p>(二)替小物件設計一個空間，空間可大可小，這是讓物件感覺到舒服、自在的地方。</p> <p>(三)一分鐘的提醒。</p>

	<p>(四)分成兩小組彼此分享。提醒成員於行走過程中，注意周邊他人的作品。</p> <p>(五)冥想（約二至三分鐘），指導語如下（配合音樂）：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 試著完全跟自己在一起。 ▪ 慢慢開啓自己的心靈。 ▪ 將注意力放在自己的呼吸上。 ▪ 用自己的速度做幾個深呼吸。 ▪ 吸進更多新鮮的空氣，呼出身體的疲累。 ▪ 將注意力放在心靈。 ▪ 感覺它的顏色、聞它的味道等，並將其放進自己的心靈世界。 ▪ 可以再度修改這個空間，運用自己心靈的力量，想想可以增加或減少些什麼。 ▪ 用心靈的眼睛看見整個畫面，包含顏色、味道等。 ▪ 感受那股力量的所在，它是安穩、舒服、自在、信任的。 ▪ 數到 1 時，再輕輕把眼睛張開，5→4→3→2→1，慢慢張開你們的眼睛。 ▪ 拿起我們的筆跟紙。 ▪ 試著想想，自己從活動中經驗到什麼？ ▪ 從「我發現……」開始書寫。 ▪ 結束。 ▪ 替作品去角色。 ▪ 告訴分享的夥伴，作品已烙印在我的內在世界。 <p>四、結束活動</p> <p>(一)團體圍成圓圈，以「我很棒！……」造句，用眼神互道珍重再見。</p> <p>(二)祝福與叮嚀。</p> <p>(三)預告下學期活動。</p>
<p>作品集錦</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>



第 4 次團體：小樹的回憶

任務分工	帶領者：高懿琴 協同帶領者：李秀玲 紀錄：高懿琴
團體成員	阿瑪、宣宣、大艾、阿翰、小眉毛、大眼
團體方案 思考方向	距離上次活動結束，中間經過了長長的春節年假，這是開學後第一次的午休活動，活動時間較為短暫，以喚醒舊經驗為此次活動的目標，原本希望將寒假所畫的小樹苗加以討論，因為發生成員與老師衝突的事件，轉而將重點放在事件的討論。
團體目標	1.團體圍成圓圈，回顧寒假 3 天的課程。 2.回顧團體目標與期望。 3.說說個人近況。
活動材料	第一次的繪圖創作
活動內容 摘要	一、暖身活動 (一)團體圍成圓圈，回顧寒假三天的課程。 (二)回顧團體目標與期望。 (三)說說個人近況。 二、小樹苗的故事 (一)發下第一次課程所畫的圖畫。 (二)介紹自己的小樹苗。




	<p>(三)說明故事的結局。</p> <p>(四)分享與討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.小樹讓你欣賞的地方在哪裡？ 2.你有沒有心疼它的地方？ 3.自己有沒有和小樹一樣的部分？那個部分是什麼？ <p>三、衝突事件的處理</p> <p>(一)澄清成員大艾兩天前與音樂老師發生的衝突事件。</p> <p>(二)討論大家對問題的看法。</p> <p>四、結束活動：團體握手圍成圓圈，想一想今天自己在團體中很棒的地方，以「我很棒！……」造句，用眼神互道珍重再見。</p>
--	---

第 5 次團體：這週的心情

任務分工	帶領者：高懿琴 協同帶領者：李秀玲 紀錄：高懿琴
團體成員	阿瑪、宣宣、大艾、阿翰、小眉毛、大眼
團體方案 思考方向	團體氣氛比過去更為開放，成員之間更為緊密，持續關懷彼此的種種情緒。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.覺察自己的狀態。 2.學習表達情緒。 3.尋找可能改善的資源。
活動材料	CD 音樂
活動內容 摘要	<p>一、暖身活動</p> <p>(一)齊唱團歌《隱形的翅膀》。</p> <p>(二)說自己的名字，和大家打招呼，加上兩聲自創的聲音，其他成員以相同聲音回應。</p> <p>二、雕塑這週的心情</p> <p>(一)輪流當主人。</p> <p>(二)其他人充作黏土，依照主人的示範作動作。</p> <p>(三)雕塑至滿意時隨即凍結，拍下照片。</p> <p>三、結束活動：分享焦慮。</p>

第 6 次團體：奔逃者

任務分工	帶領者：高懿琴 協同帶領者：李秀玲 紀錄：高懿琴
團體成員	阿瑪、宣宣、大艾、阿翰、小眉毛、大眼
團體方案 思考方向	開學第三週，課業開始繁忙，團體以「奔逃者」為主題，引導成員再次審視內在狀態。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.表達焦慮。 2.抒發內在壓力。
活動材料	圖畫紙 6 張、蠟筆 6 盒、奔逃者畫像 6 張


<p>活動內容摘要</p>	<p>一、暖身活動 (一)第一句說自己的名字，和大家打招呼。 (二)第二句說出這週心中的焦慮和憤怒。</p> <p>二、奔逃的人 (一)發下「奔逃者」紙張。 (二)成員說出主角心中的感覺：慌張、害怕……等。 (三)把他想逃離的東西畫出來。</p> <p>三、結束活動：拉起雙手圍成圓圈，以「我希望……」接句。</p>
<p>作品集錦</p>	

第 7 次團體：安全的庇護

<p>任務分工</p>	<p>帶領者：高懿琴 協同帶領者：李秀玲 紀錄：高懿琴</p>
<p>團體成員</p>	<p>阿瑪、宣宣、大艾、阿翰、小眉毛、大眼</p>
<p>團體方案思考方向</p>	<p>原本應該接續上週奔逃者主題，引導成員尋找安全的庇護所，但因突發事件，更改為心情的雕塑。</p>
<p>團體目標</p>	<p>處理成員衝突事件。</p>
<p>活動材料</p>	<p>CD 音樂</p>
<p>活動內容摘要</p>	<p>一、暖身活動——節奏點名：以規律的節奏一邊拍手打節拍，一邊說出我是誰。</p> <p>二、突發事件處理 (一)邀請成員閉上眼睛。</p>

	<p>(二)進入較深的呼吸。</p> <p>(三)引導成員學習放鬆，與自己相處。</p> <p>(四)澄清小眉毛的情緒。</p> <p>(五)邀請小眉毛敘述事件。</p> <p>(六)邀請小眉毛雕塑課堂情境。</p> <p>(七)討論小眉毛的心情。</p> <p>(八)討論自己類似的經驗。</p> <p>(九)討論可能的作法。</p> <p>三、結束活動</p> <p>(一)預告下週將呈現奔逃者的力量所在。</p> <p>(二)以眼神互相祝福。</p>
--	--

第 8 次團體：團體結束

任務分工	帶領者：高懿琴 協同帶領者：李秀玲 紀錄：高懿琴
團體成員	阿瑪、宣宣、大艾、阿翰、小眉毛、大眼
團體方案 思考方向	這是最後一次活動，應妥善處理分離情緒，引導成員壯大內在資源，彼此祝福與分享，同時需接續上週未完成之「安全庇護」圖像。
團體目標	1.了解如何尋覓安全的資源。 2.分享祝福，學習說再見。
活動材料	CD 音樂、圖畫紙 6 張、蠟筆 6 盒
活動內容 摘要	<p>一、暖身活動——團歌合唱。</p> <p>二、回顧上週所畫的奔逃者。</p> <p>三、奔逃者的庇護：畫出奔逃者可能在這裡找到安全的空間。</p> <p>四、討論</p> <p>(一)這個人要跑到哪裡去？</p> <p>(二)這個人要怎麼到那裡去？</p> <p>(三)怎樣幫幫這個人？</p> <p>五、結束活動——祝福</p> <p>(一)團體握手圍成圓圈，以「我很棒……」接句。</p> <p>(二)說出祝福，用眼神互道珍重再見。</p>
作品集錦	

「說故事、玩遊戲小團體」團體方案

辜雅琳、陳郁夫

一、設計理念

這個小團體由國小一至三年級學生所組成，由於個人很好奇較低年級和較高年級學童進行團體輔導會有哪些差異，自己也沒有類似的經驗，因此很想試試看。再加上，個人覺得學童在需要協助的時候越早處理越好，於是就針對一到三年級學生進行篩選。老實說這是第二次進行這樣的團體，之前僅篩選一到三年級有家暴與情緒控管問題的孩子，成員人數非常少，團體動力不佳，而且學生參與狀況不穩定，所以這次把人際互動不佳等情節較輕微的學生也納入團體，再加上一些行為表現良好的學生，形成異質性團體。在篩選的過程中，我和學生進行一對一面談，徵詢他們參與的意願，並稍微說明活動性質，期望團體能順利進行。

團體成員的問題情形如下：

- 炎地家中施行打罵教育，管教過當，父母打得很兇，母親本身情緒不穩定，加上炎地本身有過動傾向，情緒起伏非常大，行為也很衝動。
- 百寶箱是炎地的姐姐，承擔老大責任，個性非常溫順成熟。
- 小太陽是隔代教養，從未看過生父，生母幾乎不曾照顧過他，是個情緒起伏大、自我強烈、沒有安全感、高智商低成就的孩子。
- 鳳凰與月亮石都是單親家庭的小孩，家長忙得沒有時間照顧他們，個性善良單純，作業亂七八糟，學業成績不佳。
- 多啦 A 夢與阿鴻家庭健全，但人際關係欠佳。
- 小玉與星星家庭健全，較安靜內向。

這個年齡層的孩子專注力持續時間較短，可能也無法滔滔不絕地發表深層內在的想法，可能只會講一些感覺和簡單的想法，必須以簡單的方式讓成員能聽得懂帶領者想傳達的事項，減少繁雜的陳述，並能觸發他們有所感受。再者，因為成員本身的特質和年齡層之故，穩定性不高，活動時間較長，因此，我們的團體設計考量點如下：

1. 以故事為主軸，挑選與主題相關的故事來帶出我們的主要活動。故事要能吸引成員的專注力，故事情節要能幫助孩子記住一些重點，或成為討論的議題。
2. 團體的活動盡量動靜交替，如果都只有靜態的討論，成員容易失去興趣，而且以這個年齡層的成員而言，大量的言語探討是有點困難的，最好透過主題帶領成員討論，例如分享作品或以故事來引導。
3. 考量到不是每位成員都能畫畫，所以盡量多元化呈現，用戲劇、遊戲做穿插，不以畫畫為唯一的活動類型。
4. 結構中要納入非結構——每次聚會前都會事先設計團體內容，但臨時突發的狀況可能很多，一遇到突發狀況，就改以團體事件為內容去進行。
5. 一次一個小主題，內容和範圍都不要太大、太多。




幾次進行活動下來發現，年紀小的成員不需要花太多時間就可以暖身，因為長時間的暖身活動通常要安排一次休息時間，之後再進行主要活動時，就會有點冷場，而失去先前暖身的效果，而且會花太多時間在暖身上，還會消耗掉成員的專注力，以致其對主要活動失去興趣，或者一心想著下課時的遊戲，比較不容易靜下心來。暖身活動還是必要的，時間不需太長，能達到效果即可，在休息前接著進行主要活動的故事介紹與延伸活動，此時成員的專注力最好。講故事的過程中盡量放慢速度，可以稍作停頓或問問題，以增加帶領者與團體成員的互動機會，讓成員有參與感。

二、團體方案

第 1 次團體：認識你真好

任務分工	帶領者：辜雅琳 協同帶領者：陳郁夫 紀錄：辜雅琳、陳郁夫
團體成員	星星、炎地、小太陽、多啦 A 夢、阿鴻、鳳凰、月亮石、百寶箱、小玉
團體方案 思考方向	用故事來引導，在故事中呈現小熊爲了介紹自己做了哪些事情，之後根據故事情節製作個人的自我介紹海報（不需要拉拉雜雜地說明，就可以很容易知道要做些什麼），並爲自己取一個代號。這個設計讓成員能夠更自在地（看著海報）介紹自己，認識其他團體成員。最後討論團體規範。
團體目標	1.藉由活動讓成員們互相認識，增進團體凝聚力。 2.形成團體規範，澄清團體目的。
活動材料	半開海報紙 1 人 1 張、全開海報紙 1 張、彩色筆或粉蠟筆、各式廣告 DM、雜誌、剪刀、膠水
活動內容 摘要	<p>一、暖身：以團康活動活絡團體氣氛，減輕焦慮感。</p> <p>二、發展活動之一 (一)講故事。 (二)回顧故事的內容。</p> <p>三、發展活動之二 (一)發下半開海報紙、剪刀、膠水、彩色筆或粉蠟筆，從各式廣告 DM、雜誌上找到自己喜歡或需要的圖案及物件，找不到的可以用寫或畫的。 (二)利用故事的情節，剪貼繪製個人的自我介紹海報，並在海報中呈現自己的代號。 (三)輪流介紹自己的代號以及自己喜愛的事物。介紹完畢後，大家一起複誦代號一次：「○○，真高興認識你」。</p> <p>四、發展活動之三 (一)簡單詢問成員對團體是否有何期待與想法（結果，大多數成員都沒有明確的想法）。 (二)引導成員討論阻礙團體順利進行的因素，以便形成團體規範，並將規範寫在海報上。</p>

	<p>(三)用角色扮演的方式，帶領成員以戲劇、情境來模擬一下，哪些情況會違反團體規範，如何做才能遵守規範。</p> <p>五、結束活動：全體成員牽手圍成圓圈，請大家回想今天的過程，提醒下次的活動時間。</p>
<p>作品集錦</p>	
<p>附件一</p>	<p>團康活動建議：帶動唱</p> <ol style="list-style-type: none"> 先用口令加動作練習（動作與口令可以自編，以下僅供參考） <ul style="list-style-type: none"> 請你跟我這樣做，請你跟我這樣說（以上拍手） 大腿兩下手兩下（拍腿拍手），小橋流水（手做波浪狀） 大腿兩下手兩下，步步高升（手節節升高） 大腿兩下手兩下，百花盛開（手做開花狀，往左往右開花） 大腿兩下手兩下，細雨紛飛（手從頭開始往下輕點指頭） 大腿兩下手兩下，蛇形刁手（手合掌，掌心朝下，手腕彎曲，擺出蛇的動作） 大腿兩下手兩下，小橋流水（手做波浪狀） 大腿兩下手兩下，滿心歡喜（手掌打開，在胸前上下晃動） 大腿兩下手兩下，引吭高歌（抬頭伸長脖子） 配合歌曲「我的家」邊唱邊做動作（此時不需要念口令） <ul style="list-style-type: none"> 我家門前（大腿兩下手兩下）有小河（小橋流水） 後面有山（大腿兩下手兩下）坡（步步高升）



	<p>山坡上面（大腿兩下手兩下）野花多（百花盛開） 野花紅似（大腿兩下手兩下）火（細雨紛飛） 小河裡（大腿兩下手兩下）有白鵝（蛇形刁手） 鵝兒戲綠（大腿兩下手兩下）波（小橋流水） 戲弄綠波（大腿兩下手兩下）鵝兒快樂（滿心歡喜） 昂首唱清（大腿兩下手兩下）歌（引吭高歌）</p> <p>剛開始慢速度，讓大家熟悉動作，之後慢慢加快，重點在快速度之下能唱歌且動作迅速無誤，很能炒熱氣氛。</p>
--	---

第 2 次團體：神奇變身水

任務分工	帶領者：辜雅琳 協同帶領者：陳郁夫 紀錄：辜雅琳、陳郁夫
團體成員	星星、炎地、小太陽、多啦 A 夢、阿鴻、鳳凰、月亮石、百寶箱、小玉
團體方案思考方向	暖身後進行黏土活動，以《神奇變身水》故事來引導成員。這是一個關於自我認同與自我肯定的故事，述說一隻小老鼠不喜歡自己老鼠的身分，從巫師那裡得到神奇的變身水，但不知道喝下變身水會變成什麼東西，從而引發了一連串的思考。之所以選擇這個故事，是期望能利用故事引發成員自身的經驗與感受，從而瞭解成員對自己的想法為何，如果能夠引發成員討論「小老鼠並未選擇喝下變身水」的結局則更好。小老鼠喝了變身水，就可以變身成各種動物，這一點和黏土雕塑技巧變化成各種事物有相似之處，在之後的延伸活動裡或許可加以運用。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.介紹初步的黏土技巧並熟悉之。 2.了解孩子的自我概念。
活動材料	CD 音樂、充氣軟式小皮球 1 顆
活動內容摘要	<p>一、暖身</p> <p>(一)成員圍成圓圈坐下，輪流說出自己的代號。</p> <p>(二)進行傳球遊戲，再次做自我介紹，拉近大家的距離。</p> <p>二、發展活動之一</p> <p>(一)以黏土技巧進行，做初步練習。</p> <p>(二)指導語：</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 請想像自己是一塊黏土，一塊神奇的黏土，你可以變成任何東西，也可以移動。 ▪ 老師（帶領者在團體中的稱謂）的口令就是秘密魔法，當老師說完之後，你就會變身成老師所說的東西。 ▪ 當老師說移動的時候，你就可以自由移動。 ▪ 現在你可以動，盡量伸展你的身體，用各種方式，變得好好大大。 ▪ 凍結。停住不要動，凍結就是停住不動。我們看一看，每一塊黏土都變得好好大大。解凍，放鬆，回到原本的樣子。

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 現在你要用各種方式縮小，變得好好小小，小到快要看不見了。 ▪ 凍結。每一塊黏土都變得好好小小。解凍，放鬆，回到原本的樣子。 ▪ 現在你可以開始移動，很自由地在這裡面走路，慢慢、慢慢地走。 ▪ (一小段時間後) 現在開始加快，走得快一點。 ▪ (一小段時間後) 現在請你放慢速度，慢慢地移動，你可以用各種方式移動，自由地移動。 ▪ (一小段時間後) 請你變成一隻小狗，你是一隻小狗。 ▪ (一小段時間後) 凍結。(帶領者開始輪流訪問) 請問你是怎樣的一隻小狗？(聽成員回答，依據回答再提問) ▪ 解凍，請你拍掉身上的角色。(依序詢問各個成員，直到全部都問完為止)。 ▪ 請大家起來，再繼續移動。(一小段時間後) 現在你是一隻大象..... (後面步驟同前)。 ▪ 重複後兩個步驟，主體替換成蛇與風。 <p>三、發展活動之二</p> <p>(一)講個故事——《神奇變身水》。</p> <p>(二)回顧故事的內容。</p> <p>(三)故事議題探討，可探討的議題如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 為什麼小老鼠想要變成別人？你跟他一樣曾經想要變成別人，或者想要變成什麼東西嗎？ 2. 如果真的有神奇的變身水，你想喝嗎？為什麼？ 3. 最後小老鼠並沒有喝下變身水，為什麼？ 4. 如果你是小老鼠，你會喝下變身水嗎？為什麼？ 5. 喝下神奇變身水之後，你會希望發生什麼事情？如果事情沒有像你所想的那樣來發展，你會不會後悔？ 6. 利用黏土技巧進行雕塑：現在你是一塊黏土，變成你想變的東西。你會擁有什麼樣的優點？你很有力量(蒐集成員心中願望)。 <p>(四)針對成員的個人期望做探討：如果要變成你想要成為的人，或者擁有你想要有的優點，有沒有不用喝變身水也可以做到的方法？</p> <p>四、結束活動：牽手圍成圓圈，請成員們回想今天的過程，說說自己想留下和想帶走的是什麼。</p>
--	--

第 3 次團體：破壞王

任務分工	帶領者：辜雅琳 協同帶領者：陳郁夫 紀錄：辜雅琳、陳郁夫
團體成員	星星、炎地、小太陽、多啦 A 夢、阿鴻、月亮石、百寶箱、小玉



團體方案 思考方向	由於上次炎地的事件，加上大多數成員有人際互動的問題，於是選了《破壞王》這個故事，希望透過故事引起他們的共鳴，討論人際互動的議題。
團體目標	1.介紹初步的黏土技巧並熟悉之。 2.了解孩子的自我概念。
活動材料	音樂、充氣軟式小皮球 1 顆
活動內容 摘要	<p>一、暖身：攻擊遊戲</p> <p>(一)將成員分成兩隊，派代表輪流和對方比武，贏的留下，輸的換人上場。</p> <p>(二)兩隊輪流出招，全部的人都要跟他們的代表做同樣的動作。</p> <p>(三)總共有五個動作，上下砍，左右中刺。上砍時下蹲才算躲過，其餘的方式都算陣亡。同理，左刺時要往右跳來閃躲，往中間刺時則要往後跳。</p> <p>二、發展活動之一</p> <p>(一)講個《破壞王》故事。</p> <p>(二)回顧故事的內容。</p> <p>三、發展活動之二——將故事演一遍</p> <p>(一)分配角色。</p> <p>(二)分段說故事，演出故事內容（邊說邊演）。</p> <p>(三)每段利用凍結和解凍技巧，輪流讓成員說出當下角色的感受。</p> <p>(四)故事議題探討（為節省時間，分成兩組討論）。</p> <p>1.破壞別人東西的感覺為何？</p> <p>2.東西被別人破壞的感覺為何？</p> <p>五、結束活動：牽手圍成圓圈，請成員們回想今天的過程，說說自己想留下和想帶走的是什麼。</p>

第 4、5 次團體：布偶劇之一、之二

任務分工	帶領者：辜雅琳 協同帶領者：陳郁夫 紀錄：辜雅琳、陳郁夫
團體成員	星星、炎地、小太陽、多啦 A 夢、阿鴻、月亮石、百寶箱、小玉
團體方案 思考方向	從上次帶《破壞王》活動的經驗中發現，成員們很喜歡自己編故事，於是想要嘗試利用布偶、玩具等媒介，讓成員自由編故事，並希望透過半遊戲的方式讓小組合作，以利成員之間有更多的互動。
團體目標	1.合作編演故事。 2.在遊戲中增進團體互動。
活動材料	各式布偶、小玩具、碎布、道具等
活動內容 摘要	<p>一、暖身——講個小故事：準備一個有趣的小故事，在說故事的過程中讓成員能夠隨著故事情境演一演，動一動。</p> <p>二、發展活動之一</p> <p>(一)將成員分成兩組，兩位帶領者各帶領一組。</p>

	<p>(二)選取喜歡的布偶和道具，編演劇情。</p> <p>(三)按劇情排演一次。</p> <p>三、發展活動之二</p> <p>(一)將故事演一遍。</p> <p>(二)與其他人分享故事的情節和扮演的心得。</p> <p>四、結束活動：牽手圍成圓圈，請成員們回想今天的過程，說說自己想留下和想帶走的是什麼。</p>
--	--



「我自己～自我探索小團體」團體方案

林佳樺、張臻萍

一、設計理念

這個小團體是由兩所學校的學生所組成：七位對自我探索與家庭關係有興趣的學生為主，均由輔導老師推薦及邀請參加，並經由家長同意，其中九年級學生有六位，八年級學生只有一位；以性別區分男生有三位，女生有四位。除了八年級的那位學生是邀請參加這個團體之外，其他六位學生各自在校內已相識或成為好友。團體時間選擇在寒假初期的連續三個上午，期望藉由密集聚會的方式給予成員較長的時間深入探索自我。

分析成員的狀況可以發現，有三位成員在家庭關係上曾有家暴經驗；在人際關係上，有六位成員呈現較退縮、疏離或被排擠的狀況。晤談時，成員對於自我、人際及家庭關係都表達出探索的需求，而且自我開放度不錯，亦能表達情緒感受及自我覺察。因此，團體設計的考量如下：

- 1.因成員由兩校學生組成，又因同校成員已彼此熟識，因此，團體初期首先要促進兩校成員間的熟稔，提供足夠安全的環境，讓成員可以感受到安全感和確定感，以減低其焦慮的情緒，而能放心地自我探索。團體後期要回歸由各校帶領者自行帶領後續團體，所以傾向在團體小組討論時由同校成員進行分享。
- 2.大部分團體成員之前均參加過小團體，也有和輔導老師個別諮詢的經驗；成員的表達能力及自我覺察能力不錯。雖有兩位成員沒有團體經驗，但在團體運作過程中仍可相互帶動。
- 3.團體中多方運用肢體活動、畫畫、冥想和雕塑活動，來協助成員抒發和表達情緒，並有機會內省自己的狀態。每次團體結束時，均以「自己表現不錯的地方」的分享方式，讓成員給自己正向回饋，作為結束。這個設計使成員能帶著力量離開團體，回到現實生活。

二、團體方案

第 1 次團體：認識你真好

任務分工	帶領者：林佳樺 協同帶領者：張臻萍 紀錄：林佳樺
團體成員	小久、小草、小莉、大隻、小麥、小 P、小寶
團體方案思考方向	團體一開始，讓成員介紹自己在團體中願意被稱呼的名字，減少個人資料的自我揭露。接著，成員輪流帶動肢體伸展，並玩丟沙包的活動，來活絡氣氛。隨後，成員分享個人對團體的期待，討論團體規範，說說自己在團體過程中會擔心的事，來協助成員降低對團體初期的焦慮感。最後藉由「我的安全空間」活動讓成員運用媒材來表達自己，引導其自我探索。
團體目標	1.促進成員間的初步認識。 2.使成員瞭解團體目標與進行方式，澄清參與團體的動機及對團體的期


	<p>待，建立團體規範。</p> <p>3.引導成員自我探索，增進學生自我瞭解。</p>
活動材料	沙包、海報紙 1 張、彩色筆、各類小物件、布、抱枕、CD 音樂
活動內容摘要	<p>一、暖身</p> <p>(一)帶領者先簡單說明團體目標、進行方式，並自我介紹。</p> <p>(二)每位成員先介紹自己的名字或想在團體中被稱呼的小名、綽號。每位成員在介紹小名或綽號時，要帶領團體成員做一個肢體伸展運動。全體成員輪流兩回合，以加深大家對彼此名字的印象。</p> <p>(三)進行丟姓名沙包活動，如 A：「我是 A，B 妳好！」B：「謝謝 A。」 「我是 B，C 妳好！」依序傳遞沙包，並持續增加沙包數量，以增加活動的挑戰性。</p> <p>二、發展活動之一</p> <p>(一)說明團體目標與進行方式，請成員將參加團體的期待寫下來，與其他成員分享，並貼在海報上。</p> <p>(二)引導成員思考在團體中：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.分享事情或想法時所會擔心的事情。 2.想一想會阻礙團體順利進行的因素有哪些。 3.如果不想繼續參加團體，可能會有哪些原因。 <p>(三)全體成員分成兩組，分別由一位帶領者帶領，以角色扮演的方式輪流演出一、兩件大家會擔心發生的狀況。</p> <p>(四)針對小組的演出，進行團體討論。</p> <p>(五)將討論出的團體規範寫下來，張貼在海報上。</p> <p>三、發展活動之二</p> <p>(一)選擇一個小物件代表自己（主角），在團體空間裡替主角設計、布置一個讓他感到舒服、自在的地方。</p> <p>(二)邀請成員介紹自己的安全空間，也請其他成員對介紹者的說明給予回饋，並針對這個空間設計提出想法或疑問。</p> <p>(三)每位成員都分享完畢後，請成員練習以三分鐘時間記住自己的安全空間，並進行冥想。最後請成員替作品去角色（說出：「作品已烙印在我的內在世界」），減少物件收掉後傷心、失落的感覺。</p> <p>四、結束活動：請成員手拉手圍成圓圈，回想今天的過程。每人以一句話分享今天的感想，例如：「今天在團體裡，我覺得自己很棒的是……。」</p>



活動剪影	
作品集錦	

第 2 次團體：找自己

任務分工	帶領者：林佳樺 協同帶領者：張臻萍 紀錄：林佳樺
團體成員	小久、小草、小莉、大隻、小麥、小P、小寶（睡過頭遲到）
團體方案 思考方向	成員輪流帶動肢體伸展運動；接著進行想像遊戲，開展成員的想像力、投射與象徵性；之後設計拼貼自我活動，除了引導成員自我探索外，還藉由分享過程，增進成員間的連結，活絡團體氣氛。最後，透過六格畫帶出成員的投射，引導其尋找正向的自我及解決問題的途徑。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.增加成員彼此的瞭解與連結。 2.引導成員自我探索，增進正向的自我。 3.探索自我的問題解決方式。
活動材料	各類雜誌數本、剪刀、膠水、4 開圖畫紙、彩色筆、CD 音樂
活動內容 摘要	<p>一、暖身</p> <p>(一)每位成員輪流帶領身體伸展活動。</p> <p>(二)進行想像遊戲，兩人一組，每組成員輪流當主人與客人。主人向客人介紹家的環境（或是屬於自己的地方），可以天馬行空任意想像與形容，如抱枕→瓦斯爐，眼睛所看見的東西不再僅是原來的東西。主人介紹完畢後，兩人相互道謝並交換身分，繼續第二位主人的介紹。結束後，彼此簡單地分享一下。</p> <p>二、發展活動之一——拼貼自我</p> <p>(一)請成員自由從雜誌上剪下代表自己的圖案或文字。</p> <p>(二)三人一組，分別由帶領者帶領分享。</p>

	<p>(三)最後，全體成員回到大團體自由分享。</p> <p>三、發展活動之二</p> <p>(一)畫六格畫：</p> <ol style="list-style-type: none">1.請成員將紙分成六格（上下分、左右分都可以）。2.第一格畫主角，可以是有生物，或是無生物；可以是具體的，或是抽象的。3.第二格畫主角所要完成的任務。4.第三格畫的是這個主角要完成這項任務時，所會遇到的困難或阻礙。5.第四格畫主角遇到幫助他的協助者。6.第五格畫主角如何處理這個難題或困難。7.第六格畫結局。 <p>(二)小組分享：</p> <ol style="list-style-type: none">1.三人一組，由帶領者分別帶領分享。請成員把故事說一遍，說故事時不要用第一人稱「我」。2.接著請同組成員天馬行空地問問題，例如主角的特色、特質、優點、性別、年齡、嗜好、脆弱處；每一格中常說的話；主角對於最後一格的想法、感受.....等。3.請分享的成員最後再說一次故事，可以把大家所提的問題加進來，並改變故事情節。4.帶領者可快速寫下故事，當作禮物送給這位成員。 <p>(三)大團體分享。</p> <p>四、結束活動：請成員手拉手圍成圓圈，回想今天的過程，每人以一句話分享今天的感想，例如：「今天在團體裡，我覺得自己很棒的是.....。」</p>
活動剪影	



作品集錦	
------	--

第3次團體：團體動力探討、生命故事演劇

任務分工	帶領者：張臻萍 協同帶領者：林佳樺 紀錄：張臻萍
團體成員	小久、小草、小莉、大隻、小麥、小P、(小寶未到)
團體方案 思考方向	團體一開始，先讓大家分享自己在團體裡對朋友的想法，探討昨日團體進行中的攻擊事件。在探索中，引導成員探索自己的生命故事。帶領者運用角色扮演及分享支持的方式，讓成員能紓解情緒。最後藉一篇故事的分享，讓成員體會到生命會長出力量，生命中也有支持者可以陪伴。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.因第二天團體中出現搞笑及攻擊他人的行為，所以想利用團體時間加以探討。 2.藉由探索生命故事紓解情緒。 3.藉由《樹與熊醫生》的故事分享，讓成員獲得新生的力量。
活動材料	CD 音樂、《樹與熊醫生》故事單、抱枕
活動內容 摘要	<p>一、認識朋友模式的討論</p> <ol style="list-style-type: none"> (一)帶領者主動問成員從第一天的沉靜不熟到第二天的歡樂融洽，這是如何發生的。 (二)帶領者分享自己觀察到的六格畫成員互動現象，再度詢問該組成員分享時的內在想法與感覺。 (三)討論「吐槽算不算人身攻擊？」 (四)成員分享想法，此時成員小草開始談在班上被排斥的歷程。 <p>二、小草同儕人際互動的情緒處理</p> <ol style="list-style-type: none"> (一)小草提到班上同學排斥她的惡行，感到相當難過，掉下眼淚。她在一、二年級相當霸道，欺侮別人，當大姐頭，到了三年級卻深受其苦，同儕開始排斥她。這個痛苦是如此之深，以致每天都不想來上學（帶領者引導她繼續說）。 (二)小草提到有別班朋友支持她，其中一位就是小久。小久分享她之前與小草從互動不好到相互疼惜的歷程。 (三)帶領者引導在場的成員給小草一些口頭回饋或支持。現場成員分享自己在團體中被排斥的經驗及克服的方法。 (四)帶領者讓成員一起支持小草，讓小草得到情緒紓解。

三、小久面對家人情緒的處理

- (一)小久分享她也有類似小草被排斥的經驗，但她的父親出面處理了這件事。她如果面對一些不舒服的情境，習慣將情緒往自己肚子吞，都忍耐不說。小草問：「妳不舒服的話，為何要忍著不說？」小久說：「我怕把氣氛搞冷。」
- (二)帶領者用三張空椅去呈現這個場景：第一張椅子請成員鼓勵小久對朋友說出不舒服的感受；第二張椅子請成員說：「我要忍耐，我不想破壞氣氛」；第三張椅子請成員說：「你沒媽！」帶領者引導三個角色輪流呈現這三句重點。小久體驗後開始哭泣。協同帶領者提醒小久：她一直在照顧別人，卻把自己放在最後面；協同帶領者提醒她，來這裡就是要學習疼惜自我，妳需要做的是學習愛自己。
- (三)小久說明家中遇到的狀況：媽媽離家，爸爸目前失業，自己身長女需要堅強忍耐，不能哭，哭的話就代表自己很軟弱。
- (四)帶領者分享：哭是一種很貼近自己情緒的表現；哭並沒有關係，很難過時哭是很自然的。
- (五)帶領者放一個抱枕在遠方，請協同帶領者扮演媽媽，小久摀著耳朵哭泣，不想聽到媽媽說話。
- (六)帶領者同理小久對媽媽有很多複雜的情緒，例如想念、生氣、難過.....。
- (七)帶領者引導小久看著每個成員的眼睛（此時大家哭成一團），引導成員說出自己的想法與感覺，或給小久一些支持的話語。
- (八)帶領者同理小久對於媽媽有很多複雜的情緒，但提醒小久只要當女兒就好，當個 14 歲的女兒，很多事讓大人去處理。
- (九)帶領者請小久回家寫一封信給媽媽，寫下任何想說的話，但是不用寄出去，只要拿給輔導老師看，練習將自己對媽媽的複雜情緒紓解出來即可。

四、小莉對失去親人的情緒紓解

- (一)此時發現小莉有一些情緒，大家先短暫休息，再回來一起探討小莉的情緒（將日光燈關小並開小燈）。
- (二)小莉上臺北後爸爸往生，她覺得自己有內疚感。講到此處，小莉開始哭泣。
- (三)帶領者放個坐墊在前面，問道如果有一個人可以聽到小莉說話，她最想和誰說她的心事。
- (四)小莉提到乾姐，帶領者請小草扮演乾姐，並引導小莉向乾姐說話。帶領者引導扮演乾姐的小草對小莉說：「不要難過，我會陪著妳；妳沒有做錯事，這不是妳的錯.....。」
- (五)小莉掩面哭泣，提到想念爸爸。到臺北來之後，在學校不快樂，



回到家也很不快樂。她不想告訴媽媽心裡的話，媽媽似乎比較疼弟弟妹妹。帶領者同理小莉的孤單情緒。帶領者將墊子放在背後，請其他成員都退到後面，再請一位成員扮演媽媽，並和小莉對話。

(六)小莉一直哭泣，帶領者請所有成員將手搭在小莉的肩上，讓其感到支持的力量。過了一會兒，帶領者請小莉轉過頭，並請小莉看著大家的眼睛，讓成員告訴小莉他們的感受及鼓勵的話。小莉感謝大家的關心。

(七)帶領者對小莉說：「即使家裡仍有一些不開心的事，但要記得，有一些力量在支持妳。生命中有這三天的例外，有一些朋友了解妳的故事，也願意伸出手給予力量。」活動在此告一段落。

五、《樹與熊醫生》故事

(一)兩位帶領者說明念此故事的目的，輪流念故事。

(二)請成員分享聽完的心得：

- 1.小久說：「刮下傷口會很痛，但是可以重生。」
- 2.小草說：「有朋友的感覺真好。」
- 3.小麥說：「很羨慕它有熊朋友。」
- 4.小P說：「我很類似熊，可以帶給朋友關心。」
- 5.大隻說：「我很想要有熊朋友，生活中也有好朋友（指著小P和小麥）。」

六、珍重再見

(一)大家手拉手說出這三天的感想。

- 1.帶領者：「很感謝兩校夥伴的善意互動，大家真誠分享了自己的生命，感謝大家。」
- 2.小草：「謝謝大家聽了我的故事，這三天大概是寒假過得最愉快的三天。」
- 3.小久：「能夠在這裡把很多話說出來，很感謝大家的支持。」
- 4.小莉：「謝謝大家給我的力量，這三天過得很快樂。」
- 5.小麥：「感謝大家，我很快樂。」
- 6.小P：「很高興這三天過得很愉快，感謝大家。有心事的話，可以找我。」
- 7.大隻分別對每個人說出想說的話，給予祝福或鼓勵、建議。
- 8.協同帶領者說：「覺得大家很棒，看到大家這三天的投入，感到很開心。」

(二)帶領者提醒大家，開學後還有三小時各自學校成員的活動。

(三)最後請成員用眼神與大家說再見。

(四)活動結束後，兩位帶領者與大家討論工作坊成果彙編刊登活動照片的事，大家同意放照片。

「微笑忍者小團體」團體方案

施 施

一、設計理念

這個小團體由四位遭受或目睹家庭暴力的八年級男生所組成，他們的問題情形是：

- 大頭是一個平時壓抑情緒，但累積一段時間就會暴怒的孩子，發洩時會將門打破，他的受暴經驗是被父親未娶進門但一起同居的阿姨打及亂剪頭髮。
- 小皮是個有行為問題（干擾上課，將垃圾從三樓丟下）、說謊和自我價值感低的學生，他的受暴經驗是每次犯錯就被父親毆打。
- 阿山是個會將情緒隔離，人際關係不佳並會虐待小動物的特教生，父親有酗酒的問題，父母經常大打出手，砸毀家中物品，也會打小孩，姐姐曾被打到送醫。
- 阿古是個被班級同學欺負，表達能力不佳的特教生，父親會因為對他失望而打他。

這四位男生讓這個團體具有三項同質性：性別相同，共同受暴，都有情緒困擾。分析這些特性首先發現，全部是男生的團體會有活動性強的需求，且在語言表達上可能比較簡單；其次，在受暴經驗的部分，成員會有缺乏安全感和憂慮的情形，而且在人際關係的表現上會是疏離的，甚至具有攻擊性；最後，在情緒困擾的部分，成員會有不知道該如何處理或表達情緒的困擾。

基於此，我的團體設計考量如下：

1. 這個團體要能夠提供足夠安全的環境，讓成員可以感受到安全感和確定感，以降低其情緒的焦慮程度，可以放心地自我探索。
2. 團體的活動性要多一點，以滿足成員喜歡動的需求。
3. 在團體中，要讓成員有充分抒發情緒的機會。
4. 讓學生能在這個團體中開始覺察情緒，掌握自己的情緒狀態和因應方式。

所以在這個小團體的設計中，開始階段需安排不會引起太高焦慮感的活動，並討論各自參加團體所會擔心的事，來協助降低其緊張情緒，以提供成員一個安全的自我探索環境；團體中期運用肢體活動、畫畫、冥想和雕塑活動，來協助成員抒發和表達情緒，並有機會內省自己的狀態；最後以回顧生命中的美好經驗和互相給予正向回饋作結束，讓成員帶著力量離開這個團體。另外，在每次的暖身活動中，皆設計動態活動，以滿足成員喜歡動的需求。

二、團體方案

第 1 次團體：團體第一響

任務分工	帶領者：施 施 紀錄：施 施
團體成員	大頭、小皮、阿山、古樵

團體方案 思考方向	團體開始讓大家說出自己在團體中願意被稱呼的小名來減少個人資料的自我揭露，然後運用丟沙包活動來活絡氣氛，隨之討論團體規範及在團體過程中會擔心的事來協助成員降低剛開始團體時的焦慮感，最後藉由安全空間的活動讓成員運用媒材來表達自己。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.藉由活動讓成員們互相認識，增進團體凝聚力。 2.形成團體規範，澄清團體目的。 3.透過活動進行自我探索及覺察。
活動材料	沙包、海報紙 1 張、彩色筆、各類小物件、布、抱枕
活動內容 摘要	<p>一、暖身</p> <p>(一)帶領者說明團體目標及進行方式。請每位成員介紹自己的名字，以及在這團體中願意被稱呼的小名或綽號。</p> <p>(二)進行名字滾雪球活動，在每個人的名字前加上一個形容詞作為滾雪球。</p> <p>二、發展活動——丟沙包</p> <p>(一)用自由報數的方式來決定順序。</p> <p>(二)進行丟沙包活動。</p> <p>三、發展活動——團體規範討論</p> <p>(一)引導成員討論阻礙團體順利進行的因素，形成團體規範，並將其寫在海報上。</p> <p>(二)帶領者說明在團體進行過程中，將會有很多分享個人想法和經驗的機會，邀請成員們說說進行分享時所會擔心的事。</p> <p>(三)用角色扮演的的方式，帶領成員們演出或討論可能的解決或處理方法。</p> <p>四、主要活動——安全的空間</p> <p>(一)選擇一個小物件作為主角，運用媒材替主角布置安全舒適的空間。</p> <p>(二)邀請成員介紹自己的安全空間，並請其他成員給予回饋，並針對這個空間設計提出想法或疑問。</p> <p>(三)過程中，帶領者者引導成員分享：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.自己作此布置的想法。 2.如果主角會說話，在這個空間中，他會說些什麼？ 3.這個主角喜歡什麼？ 4.如果有其他的物件或配角，他們想對主角說些什麼？ <p>(四)帶領者請成員替作品去角色（說出：「作品已烙印在我的內在世界上」）。</p> <p>五、結束活動：圍成圓圈，請成員們回想今天的過程，分享想帶走什麼、想留下什麼。</p>



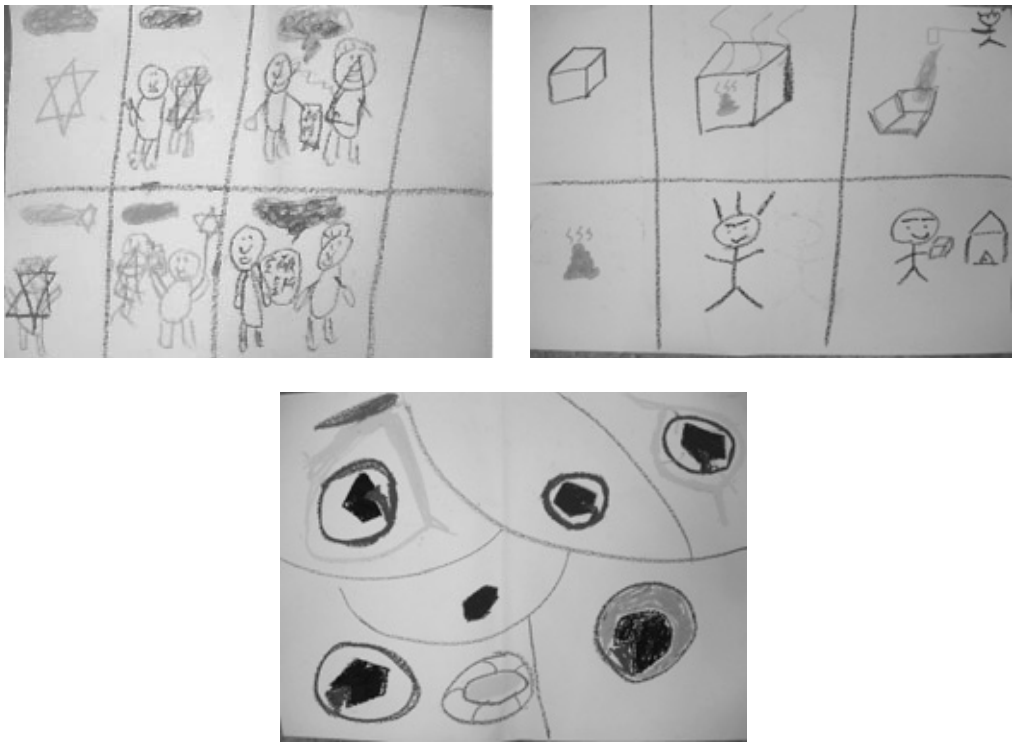
第 2 次團體：心情秀出來

任務分工	帶領者：施 施 紀錄：施 施
團體成員	小皮、阿山、古椎
團體方案 思考方向	運用肢體或表情來展現四種常見的情緒，隨後再雕塑最近的心情來呈現出自己的情緒狀態，並運用冥想及畫畫來開啓改變的可能性。
團體目標	1.增加成員彼此的連結性。 2.藉由故事來進入自己的生命經驗，並探索在過程中所能得到的滋養。
活動材料	CD 音樂、情緒牌子、膠帶
活動內容 摘 要	<p>一、暖身</p> <p>(一)在地上用膠帶貼三條線，各間隔二公尺。</p> <p>(二)學生分成兩組，面對面站在中間線的兩邊，雙方猜拳，贏的同學要趕快向前拍輸的同學，碰到了即可得分；輸的同學則儘快退後至線的後面即表示安全。</p> <p>二、發展活動——情緒牌子</p> <p>(一)於四個角落分別放置「生氣」、「快樂」、「難過」、「驚訝」的情緒牌子。</p> <p>(二)說明每個人都是一塊黏土，可以自由變化。當帶領者喊「凍結」時，請每塊黏土都定格；喊「解凍」時，即可回復到比較舒適的姿勢。</p> <p>(三)放音樂，讓成員在四個角落作選擇。當帶領者喊凍結時，成員跑到不同的角落，並讓自己變成該情緒，大家可以用各種肢體、表</p>

	<p>情和動作來展現。</p> <p>三、主要活動——心情雕塑</p> <p>(一)說明活動主旨是雕塑每個人最近的心情，進行方式是成員輪流當主角，其餘成員都是黏土，先由主角做動作給黏土看，黏土跟著做，隨即凍結。雕塑完成時，主人將作品照相（即印入心像）後即解凍。</p> <p>(二)分享每個人最近的心情，以及在雕塑中所表達的情緒和狀態。</p> <p>四、主要活動：冥想後，拿紙和蠟筆畫下改變後的樣子，隨後分享所畫內容。</p> <p>五、結束活動：圍成圓圈，回想今天的過程，分享想帶走什麼和想留下什麼，然後互道再見。</p>
--	---

第3次團體：故事屋

任務分工	帶領者：施 施 紀錄：施 施
團體成員	大頭、小皮、阿山、古樵
團體方案 思考方向	運用六格畫作為表達工具，可以從說故事中得到抒發和覺察情緒。
團體目標	1.藉由說故事來投射個人所面對的議題。 2.從分享故事來整理自己的想法，並深入體驗角色。
活動材料	畫紙、蠟筆
活動內容 摘 要	<p>一、暖身：分成兩人一組，每個人做出彎腰的姿態，雙手放在膝蓋上，規則是碰到對方的膝蓋就算勝利，每次進行一分鐘。</p> <p>二、主要活動——六格畫</p> <p>(一)每個人拿一張紙及蠟筆，將紙分成六格（可以用各種方式分格），帶領者逐次說明每一格所要畫的內容，帶領成員畫出一個故事，步驟如下。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.第一格：畫主角，可以有生物或是無生物，可以是具體的或是抽象的。 2.第二格：畫主角要完成的一項任務。 3.第三格：畫主角在完成這項任務時，所會遇到的困難和阻礙。 4.第四格：畫下主角在遇到困難時所遇到的協助者。 5.第五格：故事往下發展，主角遇到了困難，也遇到了幫助者，他會怎麼處理這個難題。 6.第六格：結局。 <p>(二)帶領者說明：大家在聽故事時會感到好奇，可以自由發問，但不可以批評。帶領者邀請每個人輪流分享自己所畫的故事，其他成員則自由提問。</p> <p>(三)分享完畢後，請分享者再說一次故事，這次要把大家所問的問題</p>

	<p>加入故事陳述中，然後依自己的想法改變故事情節。</p> <p>三、主要活動：將所寫的故事輪流做雕塑。雕塑完成後，主角將作品印入心相，隨即解凍。</p> <p>四、結束活動：圍成圓圈，請成員們回想今天的過程，分享想帶走什麼和想留下什麼，然後互道再見。</p>
<p>作品集錦</p>	

第4次團體：生氣再現

<p>任務分工</p>	<p>帶領者：施 施 紀錄：施 施</p>
<p>團體成員</p>	<p>大頭、小皮、阿山、古椎</p>
<p>團體方案 思考方向</p>	<p>運用肢體來表達生氣的力量和樣態，最後再雕塑和討論讓自己生氣的事，讓成員對生氣的概念有更深入的體驗和處理。</p>
<p>團體目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.能體會和表達生氣的力量。 2.能覺察自己生氣的表現和結果。
<p>活動內容 摘 要</p>	<p>一、暖身：分成兩人一組，規則是在一分鐘內想方法去拍對方的背，拍到者則勝利。</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一)指導語</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 今天我們要來體驗生氣，待會兒大家都變成一塊黏土，能變成任何東西。當我喊凍結時，大家要立刻停住，說解凍時，可以再恢復活動。 ▪ 請在空間中自由的移動，可快可慢，可高可低，可在中間，也可靠旁邊。(播放《歌劇魅影》當作背景音樂)


	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 現在每個人變成一隻動物，這隻動物可以自由移動，也可以發出聲音，或者與其他的動物互動。 ▪ 凍結。請每隻動物說說自己是誰？正在做什麼？之後即解凍。 ▪ 大家成爲一股生氣的力量，在空間中自由移動，然後凍結。 ▪ 請分享自己現在是什麼？在做什麼？ ▪ 請展現自己生氣時的樣態。 <p>(二)回到團體後分享自己生氣時的表現和過程，說明最後會如何處理自己的情緒，並彼此給回饋。</p>
--	---

第 5 次團體：劇場時間

任務分工	帶領者：施 施 紀錄：施 施
團體成員	大頭、小皮、古樵
團體方案 思考方向	藉由演出《樹與熊醫生》的故事，讓成員有表達受傷感覺的機會，並帶出改變的希望。
團體目標	1.能深入體會不同角色的感受，並設法表達出來。 2.能從故事中投射自己的經驗並表達感受。
活動內容 摘 要	<p>一、暖身</p> <p>二、發展活動——《樹與熊醫生》</p> <p>三、主要活動——劇場時間</p> <p>(一)帶領者分段說故事後，邀請每一位成員進行想像與自我的黏土雕塑。</p> <p>(二)帶領者喊「凍結」後，邀請成員介紹自己及分享感受。</p> <p>(三)邀請成員選取故事的片段，進行故事戲劇的演出。</p> <p>四、結束活動：演劇後，分享演出的感覺，以及對自己和其他人所扮演的角色的感受。</p>

第 6 次團體：祝福滿滿

任務分工	帶領者：施 施 紀錄：施 施
團體成員	大頭、小皮、阿山、古樵
團體方案 思考方向	運用冥想回想生命中最美好的經驗，讓成員產生正向的力量，並且在最後互相給予正向回饋。
團體目標	1.找到自己生命的力量。 2.互相回饋，並從回饋中看到自己的表現，進而肯定自我。 3.展望未來。
活動材料	紙、名片卡、空白信封或牛皮紙袋、蠟筆、輕柔 CD 音樂
活動內容 摘 要	<p>一、暖身及發展活動</p> <p>(一)冥想：讓自己維持在輕鬆又清醒的狀態，回想你生命中甜美的回憶，那是在什麼地方？是和什麼人在一起或是自己一個人獨處？</p>

	<p>在這個甜美的回憶中，你在做什麼？回想那美好的情境和對話。</p> <p>(二)請每個人畫下自己的美好經驗。</p> <p>(三)邀請每個人分享。</p> <p>二、主要活動——回饋與祝福</p> <p>(一)請成員們在空白信封的封面寫下或畫出自己的名字，並加以裝飾。</p> <p>(二)邀請成員們在卡片上寫下對彼此的發現(個性、表現等)，運用「我覺得你很棒，因為……」、「我覺得在……部分，你可以……會更好」的句型，來互相給予回饋。</p> <p>(三)互相念出卡片內容，並送出卡片做為祝福。</p> <p>三、結束活動：帶領者引導大家回顧活動，整理對自己的認識及對未來行為的期許。</p>
<p>作品集錦</p>	 <p>The image displays three separate drawings created by children. The top-left drawing shows a stick figure holding a handgun. The top-right drawing features several stick figures in various poses. The bottom-center drawing depicts a stick figure standing on a platform or stage, with another stick figure below it, and a sun in the background.</p>



「不一樣的自己」團體方案

林佳玲

一、設計理念

參與團體的六位成員，有的成員親身經歷過家暴的恐懼，有的成員曾遭受精神及言語長期的壓迫。成員們共同呈現出的現象為低自尊，擔心自己做不好，容易呈現無力感，在班級裡人際關係不佳，有些老師亦會對成員的表現感到不滿意，似乎較不容易看到其表現較佳的一面，如果老師較為嚴格，這個表現較佳的部分就更難呈現。

由於六位成員均屬個案，平時和他們接觸的時間較多，面對他們最大的兩種感受是：一、這些孩子對事情較易放棄，或者站在「受害者」的角色中感到無能為力；二、他們有很多良善與較自信的表現，可是這些私下的表現與師長的描述是有所不同的。基於孩子所表現出來的情形，當初設計團體時的理念很簡單，就是希望透過團體的進行，讓成員能找到所謂的「真相」。就成員而言，讓他們能多看到自己表現較好的一面，而這本來也是屬於他們的一部分；另外也能較清楚地看到什麼是「加害者」，什麼又是「受害者」，讓他們不再緊綁著「受害者」的角色，常常覺得無力感，而陷入抱怨。在團體中，帶領者最常問他們的一句話是：「我可以為自己做些什麼呢？」成員都瞭解，帶領者希望自己能透過面對問題與找尋資源，知道自己是可以的。就是這樣的感覺，知道自己是可以的……。

綜合整理後，團體設計的理念如下：

- 1.讓成員在這個團體中，可以感受到一個不一樣的自己；除了看到自己的苦與無力之外，也能看到自己的好與良善的一面，有別於平時在班級與在家裡較退縮與低自尊的表現。
- 2.讓團體成員在彼此的回饋與互動裡，感受到被支持，進而能投入團體，產生信任感，並體驗不同於以往的人際關係。
- 3.真實地認識「加害者」與「受害者」，了解兩者一體兩面的關聯性，進而能跳出「受害者」的角色；透過團體為成員增能，讓成員能進一步思考自己可以做些什麼來面對問題，影響其思維。

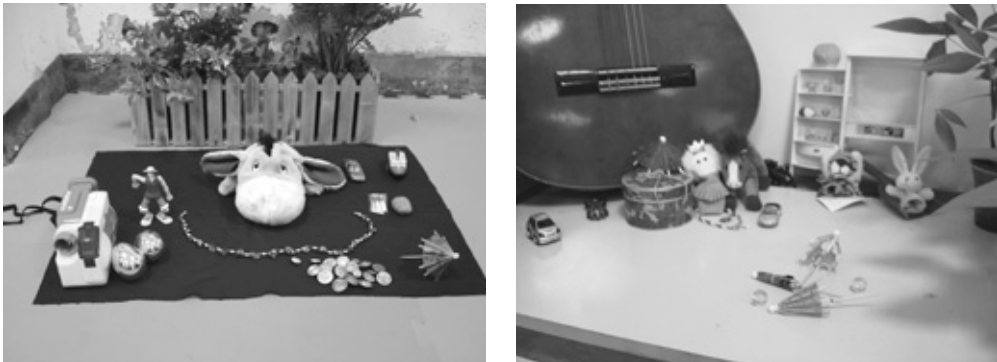
二、團體方案

第 1 次團體：相見歡

任務分工	帶領者：林佳玲 協同帶領者：黃瓊儀 紀錄：林佳玲、黃瓊儀
團體成員	一休、小意、娃娃、小如、小真、小愛
團體方案思考方向	團體一開始，要讓成員能漸漸安心地在團體中活動。由外而內，先與成員建立關係，再進入個人內在安全所在。透過物件表達自己，認識自己，也介紹較內在的自己給大家認識。最後透過規範，表達期待與約束，加深安


	全感。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.探索自己並彼此認識。 2.成員了解團體的立意。 3.形成團體規範並了解彼此的期待。
活動材料	大小不同的沙包數個、擺設的物件（最好有不同類別）及布、不同顏色的色塊、CD 音樂及 CD 音響、蘋果樹道具、書寫規範用的空白蘋果、相機
活動內容摘要	<p>一、暖身——沙包遊戲</p> <p>(一)先請成員圍個圓圈，並開始玩報數遊戲。每次報數的數字只能有一個人來報，如有重複報數者，則再重頭報數一次，直到全員（含帶領者）均報數完畢。</p> <p>(二)開始傳遞大小不同的沙包或玩偶，依著報數數字由小到大傳給下一位成員，傳到最後一位時再傳回給第一位，如此依序邊報邊傳，由帶領者視情形給予不同的沙包來傳。</p> <p>二、帶領者與成員自我介紹</p> <p>(一)在沙包遊戲結束後，請成員自行坐下來，並說出自己的小名，並做簡單的介紹。</p> <p>(二)然後再從剛剛玩的沙包裡選出一個，請成員叫名，沙包丟給誰，誰就要叫出對方的名字來。成員都已記熟彼此的名字時，活動即可停止。</p> <p>(三)帶領者與協同帶領者說出團體立意與期待。</p> <p>(四)在認識成員與了解團體立意後，請成員選擇一塊可代表自己心情的色塊，然後站在色塊上，表達自己的心情，成員的心情有興奮、有好奇、有緊張；帶領者說明，成員不管有什麼心情，在這個團體裡都是 OK 的，也期待在接下來的團體中常常可以聽到成員的心情分享，讓彼此了解當下的感受。</p> <p>三、主題活動——我的小天地</p> <p>(一)請成員選擇一個小物件代表自己（主角）。</p> <p>(二)請成員替自己選的物件設計一個空間，這是讓物件感到很舒服、很自在的地方。</p> <p>(三)然後成員分組分享自己的設計，並問問題。</p> <p>(四)冥想（配合音樂）。</p> <p>(五)替作品去角色。</p> <p>四、規範樹</p> <p>(一)帶領者先說明規範的意義，並舉實例。</p> <p>(二)協同帶領者將準備好的規範樹道具及空白規範蘋果拿出來，配合帶領者的舉例，將預先寫好的規範蘋果拿出來解說。</p> <p>(三)請成員想想自己的期待必須透過那些規範來完成。</p>



	<p>(四)成員發表個人看法，討論後形成共識。</p> <p>(五)協同帶領者將形成共識的規範寫在空白規範蘋果上，並貼在樹上。</p> <p>(六)往後每次進行團體時，這棵蘋果樹都要放在團體中，提醒成員。</p> <p>五、結束</p> <p>(一)帶領者請成員一一分享要留下與帶走的團體感受。</p> <p>(二)協同帶領者先做示範。</p> <p>(三)大家圍成圓圈，帶領者一一道出成員的小名，手牽手互相注視彼此。</p> <p>(四)提醒下次團體時間及規範。</p>
<p>作品集錦</p>	

第 2 次團體：六格圖

<p>任務分工</p>	<p>帶領者：林佳玲 協同帶領者：黃瓊儀 紀錄：林佳玲、黃瓊儀</p>
<p>團體成員</p>	<p>一休、小意、娃娃、小真</p>
<p>團體方案 思考方向</p>	<p>希望成員可以繼續在自己的圖畫世界探索自己，表達自己，深化安全感；期待成員可以了解不同的思維，正視自己的問題，尋求資源，探尋解決之道。</p>
<p>團體目標</p>	<p>1.延伸上次活動，再次回顧物件擺設的照片，讓團體回溫。</p> <p>2.透過六格圖讓成員更了解自己與他人。</p> <p>3.透過六格圖正視問題並尋求資源，探尋解決之道。</p>
<p>活動材料</p>	<p>圖畫紙、塗色用具、CD 音樂、CD 音響</p>
<p>活動內容 摘要</p>	<p>一、暖身與回顧</p> <p>(一)帶領者一一呈現上次每位成員所設計的物件空間照片，讓大家回顧自己和別人的作品，增加彼此熟悉感。</p> <p>(二)每人說明自己的小天地，成員亦可問問題。</p> <p>(三)請大家想想，經過上次團體和最近未見面的日子，物件有沒有需要改變的地方，還可以作如何的調整，讓那個支持自己的內在力量更加突顯。</p> <p>(四)請成員將這份力量的感覺放在心中。</p> <p>二、主題活動——六格圖</p> <p>(一)前言：請成員設想一個故事，將故事分為六個主題，透過圖畫的</p>

	<p>型式畫下來，要不要分格都可以。</p> <p>(二)畫六格圖。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.第一格：主角。 2.第二格：任務。 3.第三格：困難或阻礙。 4.第四格：可協助的資源。 5.第五格：解決困難的方式。 6.第六格：結局。 <p>(三)分組分享並問問題。</p> <p>(四)成員再次完成故事。</p> <p>(五)分組雕塑。</p> <p>(六)團體分享。</p> <p>三、午餐的約會：由於下午還有活動，成員提議中午大家訂 pizza 吃，藉此聯絡感情。</p>
<p>作品集錦</p>	


第 3 次團體：壓迫與被壓迫

<p>任務分工</p>	<p>帶領者：林佳玲 協同帶領者：黃瓊儀 紀錄：林佳玲、黃瓊儀</p>
<p>團體成員</p>	<p>一休、小意、娃娃、小真</p>
<p>團體方案思考方向</p>	<p>讓成員認識加害者與受害者的真義，並親自體驗；尤其要讓成員感受一下身為加害者的感覺，能夠在腦海中重新定義何謂加害者；另外要讓成員觀摩一下，其他受害者所發展出來的策略和自己有何不同，由差異性中引導成員去看到，其實她還是有選擇的，而不是只能扮演一個無能為力的受害者而已。</p>
<p>團體目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.使成員可以覺察加害者與被害者的角色。 2.使成員可以體會加害者壓迫對方時的心情感受。 3.讓成員了解自己想要的狀態，知道自己是有所選擇的。
<p>活動材料</p>	<p>海報紙、雙面膠、CD 音樂、CD 音響、50 公分高的檯子</p>
<p>活動內容摘要</p>	<p>一、暖身活動：歸類遊戲</p> <p>(一)說明在課程進行之前，要先玩個分類配對小遊戲。每位成員背後會貼上需要歸類的東西，同類的物品要歸類在一起。活動全程不</p>

	<p>可說話，成員詢問他人或做答覆時都得以比手畫腳的方式進行。</p> <p>(二)請輸的一隊用屁股寫數字。</p> <p>二、身體自由伸展與移動</p> <p>(一)黏土雕塑指導語及注意事項。</p> <p>(二)成員扮演黏土雕塑，扮演的內容為風、雨、種子.....。</p> <p>三、權力劇場</p> <p>(一)圍成一個圓圈。</p> <p>(二)介紹兩個名詞——加害者與受害者。</p> <p>(三)用身體展現加害者和受害者，扮演加害者時面朝內，扮演受害者時面朝外。</p> <p>(四)兩者交替出現。</p> <p>四、加害者與受害者之劇場體驗</p> <p>(一)先從婆媳關係等大家較耳熟能詳的兩人關係開始。由於成員對於扮演權威者的角色感到陌生，帶領者先扮演婆婆的角色。</p> <p>(二)接著扮演師生關係，這是成員較為熟悉的兩人關係。</p> <p>(三)請不同的成員（受害者）發展不同的策略，看看在高臺上的加害者如何應對，在旁觀摩的成員也去思考其中不同反應的原因。</p> <p>(四)劇場結束，去角色。</p> <p>(五)分享討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.個別分享。 2.團體分享。 3.帶領者與協同帶領者給予回饋。 <p>五、結束</p> <p>(一)活動參與過程中最深刻的感想。</p> <p>(二)手牽手互相注視彼此。</p> <p>(三)提醒下次團體時間。</p>
--	---

第 4 次團體：逃開與跨越

任務分工	帶領者：林佳玲 協同帶領者：黃瓊儀 紀錄：林佳玲、黃瓊儀
團體成員	一休、小意、娃娃、小如、小真、小愛
團體方案 思考方向	這是最後一次的團體，繼上次活動讓成員對加害者及受害者有了較清楚的認識後，這次團體希望成員對「害怕」情緒有較深入的了解，期待成員不只是停留在害怕的情緒中自怨自艾而已，也能進一步思考：我可以為自己做些什麼？我可以跳出的第一步又是什麼？
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.使成員可以對自己想要逃避的情緒有所覺察。 2.讓成員了解情緒背後的需求為何。 3.能正視需求並予以回應。
活動材料	奔逃者畫像學習單、空白圖畫紙每人 2 張、塗色用具、CD 音樂、CD 音

	響
活動內容摘要	<p>一、暖身活動</p> <p>(一)請成員在心中設定一個問題。</p> <p>(二)請每人抽一張禪卡。</p> <p>(三)觀看完禪卡內容後，請說出直覺的感覺。</p> <p>(四)引導成員往正向思考，例如：「看過這張禪卡後，覺得可以為自己做些什麼？」</p> <p>(五)帶領者也分享自己的想法：「帶領這個團體時，正好父親重病過世，忙著料理喪事，有心情很低落的時候，但也又常常想可以為自己做些什麼呢？人都會有低潮軟弱的時候，帶領者也是一樣，和成員共勉之。」</p> <p>二、主題活動：逃開與跨越</p> <p>(一)發下奔逃者學習單，請大家看看這位在逃跑的主角，他很害怕，要跑開他所不喜歡的事情。後面是發生了什麼事呢？以致於他要用賽跑的速度跑開，大家畫畫看！</p> <p>(二)發下第二張紙，請成員想想這個人要跑去那裡，把它畫下來。</p> <p>(三)兩兩一組分享剛剛想要逃開的是什麼？這個人的感覺和心情又是如何？</p> <p>(四)發下第三張紙，想想這個人要怎麼到那裡去？怎樣幫幫這個人？請成員將跳出的第一步畫下來。</p> <p>(五)再次作分享。</p> <p>(六)在第三張圖中找到力量的所在，透過冥想內化，為自己增能。</p> <p>三、團體回饋</p> <p>(一)帶領者與協同帶領者先分享自己的感想：「帶領這個團體讓我們更加成長，謝謝大家給予我們的。妳們真的很勇敢，也很棒！」</p> <p>(二)成員分享在團體中的心得及感覺。</p> <p>(三)由於成員中有兩位學姐即將畢業，所以藉此討論下次團體相聚的時間。但最後一次的聚會屬聯誼性質，並非正式團體。</p> <p>(四)留下彼此聯絡方式。</p>
作品集錦	



- 劇場藝術的空間是一個過渡性空間，成員會從每一天的現實生活裡進到一個戲劇化的真實。在許多文化裡，戲劇劇場的空間代表著一個神奇或是神聖的空間，可以透過戲劇化儀式或表演帶來改變的可能性。
- 不論是童話故事或神話故事，裡頭都充滿著人類共通的經驗和原型（Archetypes），所以，故事也就成為提供過渡性空間的工具。也就是說，故事是現在與過去之間的橋樑；藉由故事，我們可以探索個體過去和現在之間的連結。
- 人在分享故事的時候，也就彼此分享了關係，所以，故事是需要被分享的。我們跟自己或向他人訴說故事之前，會在心裡不斷重複組織和重整。在述說的過程中，聽故事者的接納態度，使得故事的真實性也就存在於說者與聽者之間。
- 每一個人都有許多內在對話，這些對話存在於自我的不同層面，我們因而可以想像我們是誰，可以覺知到自己的故事是一個不斷在心中上演的歷史。當個體可以把自己的故事整合在一起，而且這個故事可以被自己了解時，個體就有一種統整感。否則，個體就會覺得很混亂，而失去「我是誰」的自我認同。
- 當個體與聽故事者之間有所交流，故事的象徵意義也就在這樣的過程裡展開其不同層次的意義。尤其當我們用自己的身體來演出故事時，故事隨著演出往前推展，而個體也就可以對個人生命故事展開不同層次、深度的詮釋和理解。
- 許多童話故事的快樂結局打開了一扇希望的窗，展現正向、充滿希望的可能性，因此，聽故事者也可以體會到新希望降臨的可能性。……童話故事也可以幫助個體去解決情緒上的困擾，聽故事者可以藉由外化或者認同，投射自己的情緒到童話故事裡，也可以經由認同童話故事的角色和故事的內容，而解決情緒問題，或是認同故事中的處理過程。
- 藉由外化，聽故事者可以把他的問題感覺、想法或生氣的情緒，投射到這些童話故事角色身上。藉由這個過程，聽故事者可以得到彌補性的滿足。亦即，因為問題迎刃而解的快樂結局，童話故事提供了替代性滿足，讓聽故事者生氣的情緒得以抒發。

陸、一般兒童團體方案設計

「國小低年級兒童輔導小團體」團體方案

王蘭蓓

一、設計理念

- (一)遊戲是兒童最自然的語言，也是建立關係時的有效的溝通媒介。遊戲治療提供給兒童一個表達感受、宣洩壓抑情緒的機會。在遊戲治療中提供各種媒材，並給予兒童廣大的空間去選擇他們自己偏好的溝通方式，能夠協助兒童從創作過程中盡情地探索、體驗和扮演，將自己的議題以象徵的方式表達出來，或成爲自己故事的一部分，進而重整內在世界與外在世界之間的衝突與困惑。
- (二)Jones (1996) 認爲戲劇治療的療效因子包含了九個核心歷程：1.戲劇化的投射；2.治療性的表演過程；3.戲劇治療中的同理與距離；4.擬人化與扮演；5.觀眾的交互作用與見證；6.身體化：以戲劇表現身體；7.遊戲；8.生活與戲劇的關聯；9.戲劇治療之轉化。
- (三)本方案的設計考量低年級兒童的身心發展階段的特質，嘗試將戲劇治療的元素融入遊戲治療中，團體的時間爲每週一次，每次90分鐘(週四下午12:30至14:00)共十次。爲增進方案的結構化，每次活動均以遊戲角的自由遊戲作爲起始活動，並以玩一玩、畫一畫、演一演、說一說組織活動方案，於每次活動前，將上述活動順序揭示於活動室內之白板上，增加對成員視覺提示之效果。

二、團體方案

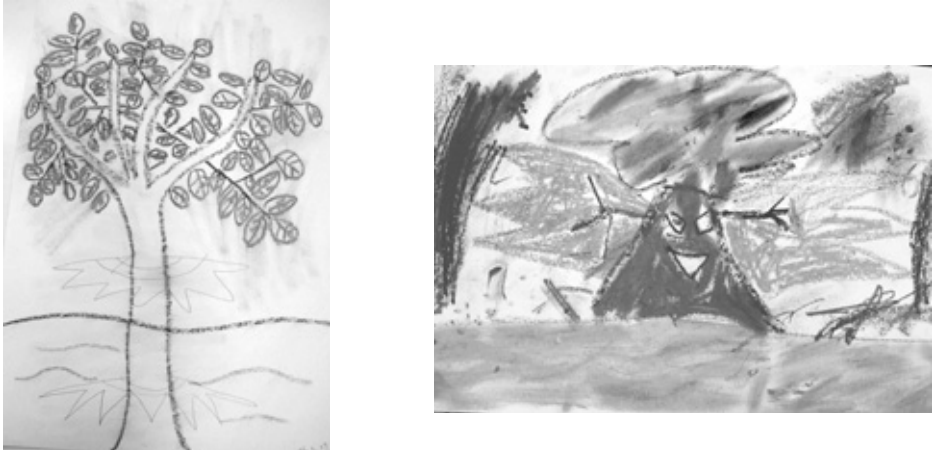
第1次團體：相見歡

任務分工	帶領者：王蘭蓓 紀錄：王蘭蓓
團體成員	恐龍、拳擊王、亮亮、綠蛇
團體方案 思考方向	團體初期的工作重點在於建立安全感和信任感，第一次團體從協助成員彼此認識開始，進入到帶領成員澄清期望、訂出大家共同認知的團體目標，並建立團體規範，使成員的行爲有所依循，讓團體的進行增加結構化與可預測性，降低威脅感。
團體目標	建立安全、信任的關係、澄清團體目標、建立團體規範。
活動材料	神燈精靈許願圖、彩色筆、蠟筆、鉛筆
活動內容 摘要	一、遊戲角：爲降低成員初到團體的焦慮，團體開始的十分鐘，讓成員可以在玩具陳列區內自由的玩玩具，團體帶領者也可藉此觀察成員，作爲評估成員現況的資料。 二、暖身活動(玩一玩)

	<p>(一)第一次先請成員繞圈介紹自己(希望別人怎麼稱呼你?)。</p> <p>(二)第二次先說自己的名字在介紹旁邊的成員(我是○○,他是○○)。</p> <p>(三)成員輪流帶領團體玩一種遊戲(找領袖、紅綠燈、踩腳、鬼抓人)。</p> <p>三、主要活動</p> <p>(一)畫一畫——神燈精靈賦予的願望：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.討論關於「為自己許願」跟「幫別人許願」的不同。 2.發下才料前，請成員想像有一個神燈精靈要給他們三個願望。 3.成員在神燈精靈煙霧上畫下他們三個願望。 <p>(二)說一說——分享：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.藉由發問來了解彼此的願望，了解願望如何改變他們。 2.討論彼此願望的相似處，這些相似處是甚麼。 3.說一說對團體裡的期待(希望在團體裡得到什麼?什麼是讓自己在團體裡感到開心的事?)。 <p>四、結束儀式</p> <p>(一)圍圈圈給彼此回饋(最欣賞自己在團體裡的哪個表現?)。</p> <p>(二)提醒保密，約定下次聚會時間。</p>
--	---

第 2 次團體：我是一棵樹

任務分工	帶領者：王蘭蓓 紀錄：王蘭蓓
團體成員	恐龍、拳擊王、亮亮、綠蛇
團體方案思考方向	<ol style="list-style-type: none"> 1.就戲劇治療而言，投射極具表達性，它可協助個案將個人的問題投射到戲劇素材上，為個案提供了一種媒介，使得他們得以藉此表達並且探索自身的困難所在。 2.由於繪畫不具威脅性，故在發展兒童溝通技巧以增進個人自我價值的過程中，是一種極為重要的工具，特殊主題的繪畫不僅是發展上的里程碑，也反映了個人內在衝突與因應的態度，樹的繪畫與一個人的生命角色及自環境獲得回饋的能力有關。 3.身體是溝通和表達的重要工具，當個案進入戲劇行為或空間時，個案體驗自己身體的方式即會改變，只要改變外貌和身體語言即可改變個案的「身分感」。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.建立安全、信任的關係、增進團體凝聚力。 2.透過戲劇性的投射與戲劇化的身，增進成員的自我覺察。
活動材料	8 開圖畫紙、彩色筆、蠟筆、鉛筆
活動內容摘要	<p>一、遊戲角：團體開始的十分鐘，讓成員可以在玩具陳列區內自由的玩玩具，團體帶領者也可藉此觀察成員，作為評估成員現況的資料。</p> <p>二、暖身活動(玩一玩)</p> <p>(一)打招呼：繞圈說自己的名字(在團體裡的名字)同時做一個動作，並說(大家好，我是○○)，其他成員模仿該動作，並說○○</p>

	<p>你好。</p> <p>(二)傳球報數遊戲。</p> <p>三、主要活動</p> <p>(一)聽一聽：帶領者說受傷的樹和熊醫生的故事。</p> <p>(二)畫一畫：要成員想像自己是一棵樹，然後畫下「我是一棵怎樣的樹」。</p> <p>(三)說一說：帶領者藉由發問，在團體中分享自己的作品如：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.這棵樹有名字嗎？ 2.他住在哪裡？他是怎樣的一棵樹？ <p>(四)演一演：請成員分別以肢體或團輔室內的任何可使用的道具，演出代表自己的那棵樹。</p> <p>四、結束儀式</p> <p>(一)圍好圈圈，帶領者示範「在團體結束前最想說的一句話」，然後繞圈，由每個成員輪流說。</p> <p>(二)提醒保密，提示下次聚會要準時。</p>
作品集錦	


第3次團體：好戲開鑼

任務分工	帶領者：王蘭蓓 紀錄：王蘭蓓
團體成員	恐龍、拳擊王、亮亮、綠蛇、佳佳
團體方案思考方向	<ol style="list-style-type: none"> 1.就戲劇治療而言，投射極具表達性，它可協助個案將個人的問題投射到戲劇素材上，為個案提供了一種媒介，使得他們得以藉此表達並且探索自身的困難所在。 2.由於繪畫不具威脅性，故在發展兒童溝通技巧以增進個人自我價值的過程中，是一種極為重要的工具，特殊主題的繪畫不僅是發展上的里程碑，也反映了個人內在衝突與因應的態度，樹的繪畫與一個人的生命角色及自環境獲得回饋的能力有關。 3.身體是溝通和表達的重要工具，當個案進入戲劇行為或空間時，個案體驗自己身體的方式即會改變，只要改變外貌和身體語言即可改變個案的

	「身分感」。
團體目標	1.建立安全、信任的關係、增進團體凝聚力。 2.透過戲劇化的投射與戲劇化的身體，增進成員的自我覺察。
活動材料	8 開圖畫紙、彩色筆、蠟筆、鉛筆
活動內容摘要	<p>一、遊戲角（玩一玩）：團體開始的十分鐘，讓成員可以在玩具陳列區內自由的玩玩具，團體帶領者也可藉此觀察成員，作為評估成員現況的資料。</p> <p>二、暖身活動</p> <p>（一）打招呼：繞圈說自己的名字（希望在團體中別人怎麼稱呼你）同時做一個動作，並說：「大家好，我是○○。」，其他成員模仿該動作，並說：「○○你好。」</p> <p>（二）心情新聞：說一件最近讓你開心的事，並以 1-10 的評量分數為這件開心的事標定快樂指數。</p> <p>三、主要活動</p> <p>（一）聽一聽——《誰要買我妹妹》繪本共讀。</p> <p>（二）說一說：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.討論故事情節。 2.分享自己和手足互動的經驗。 <p>（三）演一演——演出《誰要買我妹妹》改編版：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.討論劇情、分派角色。 2.以布偶演出改編版《吉吉的故事》 3.去角色。 4.分享：演出過程中的感受與想法。 <p>四、結束儀式</p> <p>（一）圍好圈圈，帶領者引導成員思考：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.「今天你在團體裡學到了什麼？」 2.「在我們結束前，你想對誰說話？說什麼？」 <p>（二）給彼此祝福。</p>

第 4 次團體：安全的地方

任務分工	帶領者：王蘭蓓 紀錄：王蘭蓓
團體成員	恐龍、拳擊王、亮亮、綠蛇、佳佳
團體方案思考方向	<ol style="list-style-type: none"> 1.大部分的兒童都不太願意討論自己的負面情緒與內心掙扎，以故事為媒介。 2.可提供一個安全探索的心靈角落，所有的不安借助這樣的形式，得以重構。透過藝術表達出有問題的材料與情緒，可以改變當事人與問題或感覺的關係，當真實的害怕被轉化成虛構的害怕時，個案將更能面對、談論、此情緒，進而去探索自己解決衝突的方式。

團體目標	<p>1.澄清自我對害怕的感覺與因應的方式，增進情緒覺察，以及對情緒的控制感。</p> <p>2.藉由同理去了解他人的需求。</p>
活動材料	「逃跑」的圖畫紙一張、彩色筆、蠟筆
活動內容摘要	<p>一、遊戲角：成員來到活動事後，自由的在遊戲角內，選擇自己想要玩的玩具或遊戲，帶領者觀察成員遊戲的情形，並適時給予回應。</p> <p>二、暖身</p> <p>(一)繪本共讀：心理出版社情緒系列《我好害怕》。</p> <p>(二)討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.故事中的小女孩怕什麼？ 2.小慧的媽媽建議五種面對害怕的方式是什麼？ 3.你也有過像那樣的經驗嗎？或是其他令感到你害怕的事？ 4.害怕的時候你怎麼辦？ <p>三、主要活動</p> <p>(一)畫一畫：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.發給每人印有「逃跑」的圖一張。 2.討論真實或想像的恐懼是什麼樣子？ 3.請成員思考圖中的人在逃什麼？ 4.將他想遠離的東西畫出來？ 5.(發給成員令一張紙)如果他要逃到一個安全的地方，那是怎樣的地方？請成員畫下來。 <p>(二)說一說：分享每個人畫的內容。</p> <p>四、結束</p> <p>(一)帶領者請成員回想今天的過程，分享想帶走什麼和想留下什麼。</p> <p>(二)圍圓圈為彼此祝福。</p>
作品集錦	

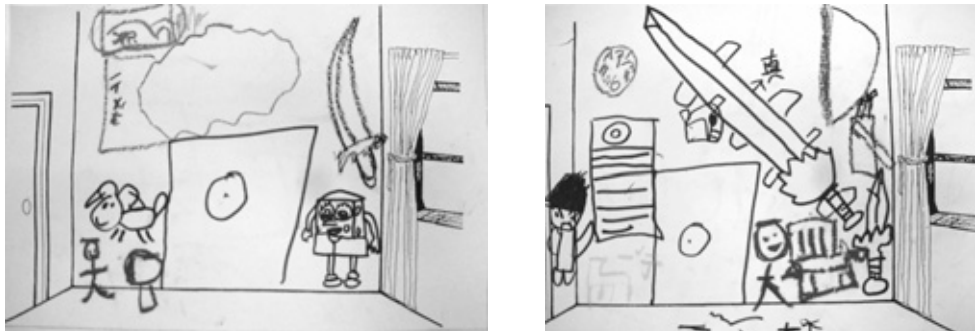
第5次團體：你來說，我來演

任務分工	帶領者：王蘭蓓 紀錄：王蘭蓓
團體成員	恐龍、拳擊王、亮亮、雷電、佳佳、周周、怪物、狂暴
團體方案思考方向	演出的歷程是戲劇治療的核心，治療性的演出包含需要的認定、預演、表演及去角色的歷程。需要的認定是個案或團體有表達個人內在世界的需

	要；預演可以是一個內化歷程的預演或個體尋找合適的自我表達方式的過程；表演則是以行動及戲劇化之形式來演出個人內在世界之投射；去角色是讓個體由投入演員的情緒狀態中走出來。
團體目標	1.協助成員在戲劇演出的過程中經驗他們的創造力。 2.透過不同的角色扮演增進成員對個人議題的理解。
活動材料	遊戲角各種玩偶
活動內容摘要	<p>一、遊戲角：成員來到活動事後，自由的在遊戲角內，選擇自己想要玩的玩具或遊戲，帶領者觀察成員遊戲的情形，並適時給予回應。</p> <p>二、暖身</p> <p>(一)在遊戲角選一個自己喜歡的布偶（人偶、動物偶）。</p> <p>(二)以布偶代替自己來和大家打招呼，說幾句話（現在的心情、想和大家分享的事情）。</p> <p>三、主要活動——小池塘的故事</p> <p>(一)第一次領導者先說一遍整篇的故事，請成員聆聽故事。</p> <p>(二)第二次領導者將故事內容，分一小段一小段地述說，成員繼續聆聽故事。</p> <p>(三)領導者適時地出現引導語，引導成員進入故事情境中，如想像美麗的池塘邊會有些什麼？</p> <p>(四)邀請團體成員起立，並隨意活動室中自由隨意走動。</p> <p>(五)領導者，分段說故事，每說完一段故事時，邀請成員想像自己是一個黏土並鼓勵成員發揮想像力進行黏土雕塑，（在這故事裡的每句話中，你想到什麼，就扮演什麼。可以變成池塘、水等），或是故事裡你想扮演的任何角色，甚至是故事裡沒有的角色，如石頭等）。</p> <p>(六)每當成員在每一小段故事的雕塑（角色扮演）時，帶領者適時提示「凍結」。</p> <p>(七)帶領者邀請每一個雕塑說說話，說自己是扮演什麼角色？角色裡的感覺如何？看到其他角色時，自己的感覺？想說什麼話嗎？或是想對哪一個角色說說話？</p> <p>(八)每一小段雕塑後，請成員拍掉身上的角色（去角色）。</p> <p>(九)請成員進行小池塘故事的編劇、預演以及演出。</p> <p>四、結束</p> <p>(一)圍圈去角色。</p> <p>(二)分享自己想對團體說的一句話。</p>


第 6 次團體：明明白白我的心

任務分工	帶領者：王蘭蓓 紀錄：王蘭蓓
團體成員	恐龍、拳擊王、亮亮、綠蛇、佳佳、周周、怪物、狂暴

團體方案思考方向	以繪畫為非語言之溝通媒介，透過聚焦於共同議題，增進成員人際互動之學習。
團體目標	成員能學習回應他人的需求與關心。
活動材料	空房間圖畫紙一張、蠟筆、彩色筆
活動內容摘要	<p>一、遊戲角：成員來到活動事後，自由的在遊戲角內，選擇自己想要玩的玩具或遊戲，帶領者觀察成員遊戲的情形，並適時給予回應。</p> <p>二、暖身——報數傳球</p> <p>三、主要活動</p> <p>(一)請成員描述各種人類的需求，然後發給每位成員一張空房間圖畫紙。</p> <p>(二)請成員在圖畫紙上描繪一個讓自己感到舒服、放鬆或快樂的東西。</p> <p>(三)請成員將手中的圖畫紙繞圈依序傳給旁邊的成員，請其增加一個會讓前一個成員感到快樂的東西。</p> <p>(四)重複進行直到所有成員完成圖畫為止。</p> <p>(五)完成後，請成員討論他們所增加的物品。</p> <p>(六)鼓勵成員針對這些物品發問，請成員說明哪些物品對它最重要。</p> <p>四、結束</p> <p>(一)帶領者請成員回想今天的過程，分享想帶走什麼和想留下什麼。</p> <p>(二)圍圓圈為彼此祝福。</p>
作品集錦	


第7次團體：夢

任務分工	帶領者：王蘭蓓 紀錄：王蘭蓓
團體成員	恐龍、拳擊王、亮亮、綠蛇、佳佳、周周、怪物、狂暴
團體方案思考方向	隱喻的治療效果在於能將一般情況中，被壓抑和被潛意識抑制的感覺，加以釋放和表達。戲劇性隱喻是和經驗產生關係、描述經驗的另一種模式，能夠引發釋放和改變。
團體目標	<ol style="list-style-type: none"> 1.探索每個成員最關注的事物。 2.透過分享幻想來提升對自己與他人之覺察。
活動材料	「夢」畫紙一張、蠟筆、彩色筆
活動內容	一、遊戲角：成員來到團輔室後，自由的在遊戲角內，選擇自己想要玩的

摘要	<p>玩具或遊戲，帶領者觀察成員遊戲的情形，並適時給予回應。</p> <p>二、暖身</p> <p>(一)請成員在團輔室內找到一個舒適的地方，安靜地躺下並閉上眼睛。</p> <p>(二)帶領者播放催眠曲，引導成員全身放鬆，進入冥想，想像他們此刻進入的夢境。</p> <p>三、主要活動</p> <p>(一)請成員描述想像他們此刻腦中浮現的夢境，真實或想像皆可。</p> <p>(二)發給每位成員一張「夢」的圖畫紙，請成員在圖畫紙上畫下此一夢境。</p> <p>(三)邀請成員說明其夢境，並陳述這對他的重要性，及他在其中所感受的情緒為何。</p> <p>(四)鼓勵成員去找出共同關注的議題。</p> <p>四、結束</p> <p>(一)帶領者請成員回想今天的過程，分享想帶走什麼和想留下什麼。</p> <p>(二)圍圓圈為彼此祝福。</p>
作品集錦	


第 8 次團體：即興劇場

任務分工	帶領者：王蘭蓓 紀錄：王蘭蓓
團體成員	周周、拳擊王、亮亮、綠蛇、佳佳
團體方案思考方向	<p>玩偶遊戲再防衛或壓抑上扮演重要的角色，他可以用一種假裝「它不是我的事情」的象徵方式，將個案內心世界的真正問題表現出來。本單元之設計乃是使用戲劇的形式，透過偽裝、戴面具探索自我、意象、關係等議題。</p>
團體目標	<p>1.成員能演出並處理有問題的感覺、關係或經驗。</p> <p>2.在扮演的過程中情緒獲得宣洩與淨化。</p>
活動材料	各種面具、動物偶、人偶
活動內容摘要	<p>一、遊戲角：成員來到團輔室後，自由的在遊戲角內，選擇自己想要玩的玩具或遊戲，帶領者觀察成員遊戲的情形，並適時給予回應。</p> <p>二、暖身</p> <p>(一)請成員在遊戲角中陳列的許多面具、動物偶、人偶中，各選擇一個。</p>

	<p>(二)請成員幫她們選擇的面具、動物偶、人偶分別命名。</p> <p>(三)輪流到小戲台上以面具、動物偶、人偶和大家打招呼(說幾句話)。</p> <p>(四)演出分三回合進行，第一輪先是面具、其次是動物偶、然後是人偶每位成員有三次機會以不同的角色出來亮相。</p> <p>三、主要活動：</p> <p>(一)請成員在之前選擇的材料(面具、動物偶、人偶)中，只留下其中的一種。</p> <p>(二)請成員討論利用每個人手中留下的材料作角色扮演並合作演一齣戲。</p> <p>(三)帶領者引導成員劇本可以是現成的故事或加以改編，原始劇本中的角色可以在改編後增加或減少，也鼓勵成員自編故事。</p> <p>(四)引導成員分派角色、預演及演出。</p> <p>(五)帶領者和每個在故事中演出的布偶互動。</p> <p>四、結束</p> <p>(一)去角色。</p> <p>(二)帶領者請成員回想今天的過程，討論他們的角色，並分享哪一個是他們最喜歡的？哪一個是最像他們的？</p> <p>(三)圍圓圈互道再見。</p>
作品集錦	

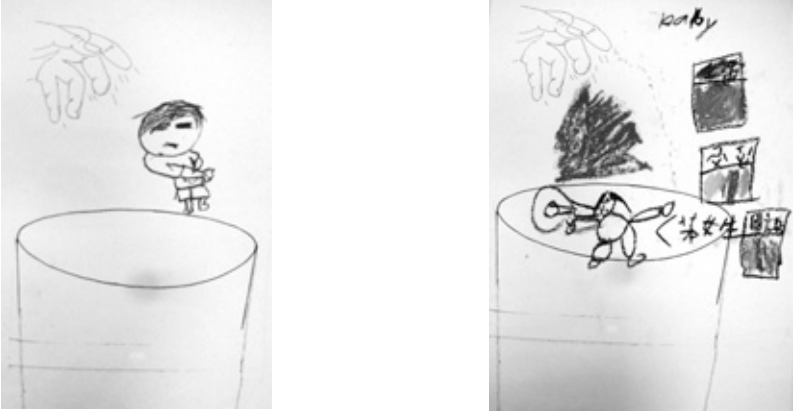
第9次團體：小世界

任務分工	帶領者：王蘭蓓 紀錄：王蘭蓓
團體成員	恐龍、拳擊王、亮亮、綠蛇、佳佳、周周
團體方案思考方向	運用 Lowenfeld 的世界技巧 (World Technique)，營造一個縮影般的劇場空間，而物件是表達的媒介，和真實世界不同的是，個案可以輕易的移動這些材料，經驗到我能感 (Mastery feeling)。
團體目標	成員在投入劇場時空的時，能專注於對創作的思考、反省及發展不同層面的理解。
活動材料	各類小物件、玩偶、玩具
活動內容摘要	一、暖身：成員來到團輔室後，自由的在遊戲角內，選擇自己想要玩的玩具或遊戲，帶領者觀察成員遊戲的情形，並適時給予回應。

	<p>二、主要活動</p> <p>(一)展示所有小物件，讓成員觀看。</p> <p>(二)請成員在遊戲角選定一個小物件或玩偶或玩具當做主角。</p> <p>(三)請成員用團輔室內的小物件即可利用的媒材為選定的主角建造一個屬於他的小世界。</p> <p>(四)完成後帶領者帶領成員逐一拜訪每位成員創造的小世界，並請成員介紹他們的小世界，其他成員可以發問：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.主角是誰？他有名字嗎？ 2.他最喜歡的部分是哪裡？為什麼？ 3.如果要改變，你想改變哪裡？ 4.如果他要說話，想跟誰說？說什麼？ <p>三、結束</p> <p>(一)帶領者請成員回想今天的過程，分享想帶走什麼和想留下什麼。</p> <p>(二)預告下次團體是最後一次聚會。</p>
<p>作品集錦</p>	

第 10 次團體：珍重再見

<p>任務分工</p>	<p>帶領者：王蘭蓓 紀錄：王蘭蓓</p>
<p>團體成員</p>	<p>恐龍、拳擊王、亮亮、綠蛇、佳佳、周周</p>
<p>團體方案 思考方向</p>	<p>本單元式團體結束，除了評估成效也面臨團體成員的分離。因此活動的內容著重在回顧與展望上，透過成員的作品協助成員整理學習成果，並以繪畫將生命中負面的部分予以外化，同時以象徵的方式增強改變的動機，鼓勵嘗試新的行為。</p>
<p>團體目標</p>	<p>成員在回顧、分享的過程中，能具體化自己的學習成果。</p>
<p>活動材料</p>	<p>圖畫紙、彩色筆、蠟筆</p>
<p>活動內容 摘要</p>	<p>一、遊戲角：成員來到團輔室後，自由的在遊戲角內，選擇自己想要玩的玩具或遊戲，帶領者觀察成員遊戲的情形，並適時給予回應。</p> <p>二、暖身</p> <p>(一)用自己喜歡的名字，向大家打招呼。</p> <p>(二)展示成員的作品，請成員回顧並整理前九次團體的活動。</p> <p>三、主要活動</p>

	<p>(一)展示畫有一個垃圾桶的圖畫，問成員這個垃圾桶的意涵。</p> <p>(二)引導成員關注一個可以從自己生命中丟進去的東西。</p> <p>(三)請成員想像那些東西（人、物體、地方、感覺）。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.發下材料請成員在圖畫紙上畫下想從手裡將那些東西丟到垃圾桶。 2.請成員討論畫的東西，可以發問、回饋。 3.請成員分享，如果那些自己不喜歡的東西被丟掉了以後，你的生活會有什麼不一樣？ 4.帶領者請成員思考，如果可以變得更好，想要變成什麼樣子？在所有的玩偶中選一個自己喜歡的形象，並輪流分享。 <p>四、結束</p> <p>(一)請成員抱著自己選的玩偶(象徵自己想要變成的樣子)圍成圓圈，閉上眼睛，想像自己的改變(想要變成的樣子或想要擁有的生活)。</p> <p>(二)請每個成員說一句祝福的話(「我是○○，我祝福……。」)，互道珍重再見。</p>
<p>作品集錦</p>	



「情緒管理——心情指數」團體方案

黎昆萍

一、設計理念

針對國中生八年級情緒管理不佳學生，透過團體協助其學習分辨喜怒哀樂情緒、對個人及別人情緒的察覺、正確表達並尊重別人，增進人際互動及管理情緒的技巧。

二、團體方案

第 1 次團體：情緒管理——心情指數之一

任務分工	帶領者：黎昆萍 協同帶領者：葛康馨 紀錄：葛康馨
團體成員	小胡、小王、小吳、小廖、小張、小曾、小林、小游、小于、小葛
團體目標	1.成員互相認識。 2.澄清團體認識。 3.訂定團體規範。
活動材料	全開書面紙一張、剪刀、4 開書面紙 5 張、釘書機
活動內容摘要	<p>一、請同學簡單介紹自己並分享自己來團體的期待與動機</p> <p>(一)團體時間的約定——儘量不要遲到，自動來團輔室集合，不要老師廣播及找人。</p> <p>(二)遵守團輔室使用規則——脫鞋方能進入，不得留下垃圾，不能帶食物進來。</p> <p>(三)老師介紹、同學自我介紹。</p> <p>二、製作自己畫的名牌</p> <p>(一)格式不拘，發揮創意，利用蠟筆、粉蠟筆及色紙製作。</p> <p>(二)寫上班級及名字，下次上課時老師會申請名牌名殼，一人送一個，此後上課都要別在身上。</p> <p>(三)既是一個團體，以後彼此間要互稱名字。</p> <p>(四)團體的保密約定。</p> <p>三、用「手」拼一個團體的圖</p> <p>(一)在全開書面紙上，每個人用蠟筆描繪出兩隻手，然後簽上名字。</p> <p>(二)代表是一個團隊～心手相連。</p> <p>四、團體結束，提醒保密。</p>

活動剪影	
作品集錦	

第 2 次團體：情緒管理——心情指數之二


任務分工	帶領者：黎昆萍 協同帶領者：葛康馨 紀錄：葛康馨
團體成員	小胡、小王、小吳、小廖、小張、小曾、小林、小游、小于、小葛
活動材料	B4 畫圖學習單 10 張、各式畫筆、二個大型骰子、CD 音響及音樂 CD
活動內容摘要	<p>一、破冰遊戲——骰子遊戲</p> <p>(一)用二個大型骰子為道具。</p> <p>(二)喊同學的名字並丟出骰子，反應不及未能接到的同學就出局坐下。</p> <p>(三)玩二次選出優勝者。</p> <p>(四)希望藉此增加同學間的熟悉程度。</p> <p>二、畫出「你怕什麼？」</p> <p>(一)發下一人一張 B4 畫圖學習單，上有一個人在逃跑的圖案，請同學想像那個人是自己，正在被什麼東西追？對什麼東西感到害怕？畫在旁邊空白處。</p> <p>(二)在音樂聲中自由創作，格式不拘，利用蠟筆、粉蠟筆製作。</p> <p>(三)完成後在圖畫背面寫上班級及名字，並與自己作品合照一張，交由老師留存。</p> <p>(四)下次上課時要進行心情分享，說明你為什麼如此畫。</p> <p>三、團體秩序維護：選出班長負責通知上課，並安排值日生進行場地善後、清潔與整理。</p>

第 3 次團體：情緒管理——心情指數之三

任務分工	帶領者：黎昆萍 協同帶領者：葛康馨 紀錄：葛康馨
團體成員	小胡、小王、小吳、小廖、小張、小曾、小林、小游、小于、小葛
團體目標	1.學習分辨喜、怒、哀、樂等情緒。 2.以「害怕」為主題，並將之以圖畫的方式具體呈現。
活動材料	CD 音響及音樂 CD
活動內容摘要	<p>一、團體約定</p> <p>(一)今日中午因八年級壘球賽比賽，八年一班及三班共六位同學無法參加，其餘同學因人少以為取消，故未能準時至團輔室集合。</p> <p>(二)老師個別找到同學，解釋往後小團輔只要三人便可進行，達成共識，約定除學校有活動外，不可無故缺席。</p> <p>二、「你怕什麼？」圖畫分享</p> <p>(一)播放音樂，讓成員放鬆心情。</p> <p>(二)發下上週畫的 B4 畫圖學習單，請同學分享所畫的東西是什麼，為什麼對此東西感到害怕？為什麼如此畫？</p> <p>(三)有同學畫蛇、有同學畫蟲子、蟑螂、蜘蛛、鬼及囉嗦的人。老師進一步問「囉嗦的人」是指誰？畫者反應是爸爸，開始埋怨爸爸不會同理心了解自己困難，愛講大道理很煩人，有心事多找媽媽講，且對爸爸在家中抽煙十分反感。</p> <p>(四)另一位成員亦回應自己爸爸很兇愛罵人，甚至愛和別人小孩比較，通常和妹妹感情較好，妹妹就愛告狀。</p> <p>(五)老師利用小故事說明親子間的感情，即使並不親近，甚至很久不說話，但有急難時仍然是最擔心關心的人。並進一步解說家庭威嚴和暴力的不同，希望同學在家中能有可以抒發心情的對象，若受到不當對待可以電話 113 求救，並向輔導室通報。</p> <p>(六)強調在小團體中，彼此有保密的共識，鼓勵大家暢所欲言，不必害怕。</p> <p>三、心情分享：用一句話分享現在的感覺。</p>

第 4 次團體：情緒管理——心情指數之四

任務分工	帶領者：黎昆萍 協同帶領者：葛康馨 紀錄：葛康馨
團體成員	小胡、小王、小吳、小廖、小張、小曾、小林、小游、小于、小葛
活動材料	CD 音響及音樂 CD
活動內容摘要	<p>一、「你怕什麼？」圖畫分享——請上次來不及分享完畢的同學，說明所畫的內容：</p> <p>小葛：「我怕的有：蚊子、便便、打雷、蟑螂、蛇、鬼。」</p> <p>小游：「我怕一隻名叫『XXX (小林)』的鬼。」</p> <p>小于：「蜘蛛，但我爸有養蜘蛛，當成寵物。還怕被思好欺負。」</p> <p>小林：「我畫的是三隻鬼。」</p>

	<p>二、樹與熊醫生</p> <p>(一)老師講「樹與熊醫生」的故事。</p> <p>(二)成員分享感想：</p> <p>小林：「樹好可憐，怎麼每次都劈到它。」</p> <p>小葛：「小樹要堅強，不能因挫折就不長大了。」</p> <p>小于：「能有熊這個朋友很好。」</p> <p>小游：「有熊的愛才能讓它恢復成長的吧。」</p> <p>三、老師總結：</p> <p>(一)情緒是好的，可以變成我們的朋友，但有時病也是從情緒開始的，每個人都有情緒，也都會有受傷的時候，有時太多的情緒就會影響到我們了。</p> <p>(二)要學習熊幫樹治療的時候，一層層剝掉樹皮雖然會痛，但這樣才能恢復生機，繼續長大。</p>
活動剪影	

第 5 次團體：情緒管理——心情指數之五

任務分工	帶領者：黎昆萍 協同帶領者：葛康馨 紀錄：葛康馨
團體成員	小張、小曾、小林、小游、小于、小葛
活動材料	一人一張「How do you feel today?」學習單、CD 音響及音樂 CD
活動內容摘要	<p>一、How do you feel today?</p> <p>(一)發下「How do you feel today?」單子，請同學依據今天早上到目前為止的心情變化，選圖表中的臉來代表，並說明為什麼。</p> <p>(二)老師舉例：比如吃飯時間我要去廣播提醒你們中午要來，就「著急」，因為跑來跑去的，所以剛開始午休時，覺得有點「疲勞」了，但看到你們都來參加又很投入，老師就又有「樂觀」的感覺了。</p> <p>(三)給大家一點時間安靜想一想，再來分享。</p> <p>二、心情分享</p> <p>小張：「早上第一節課是「苦惱」，因為國文課我身體不舒服，接下來的課是『失望』、『冷淡』，因為都好無聊。」</p> <p>小曾：「我第一節課被我們導師罵，莫名其妙，所以是『生氣』，後來就好了，就一直都是『開心』了。」</p>

小游：「我的故事很長喔，一大早呢是『不快』，因為昨天看小說到三點，早上要早起上學覺得很煩。後來到學校是『憤怒』，因為我本來很開心在看畢業紀念冊，被叫去打掃。不過到了朝會時就『開心』了。第一節國文課寫作文，我『專心』，很認真的寫喔。第二節健教課，很『消極』到下課就開心。第三節數學是『淒慘』，因為我數學很爛。第四節社會『冷淡』，不有趣，不過下課看別人耍白痴就『開心』了。」

小葛：「一早是『生氣』，因為我要叫我哥起床，他一直叫不起來，很討厭。後來等公車的時候公車很快就來了，所以『高興』，到了學校打掃時間很『憤怒』，因為看到有人垃圾沒夾，我是衛生股長所以不高興。第一節課國文『輕鬆』，然後健教課『不愉快』，數學課很『消極』，因為都不會寫，社會課覺得『快樂』，因為比較自由。」

小子：「我今天一早就『煩惱』，因為我的錢包泡水，為什麼會泡水呢，因為我家冰箱漏水，好笑吧，我的照片和錢都濕了，所以我是臭臉上學的。打掃時間還好，滿『輕鬆』的。到朝會時間覺得很『煩』，因為被校長沒收我的耳環，愛找我麻煩。然後第一節課「認真」，第二節『無聊』，第三節數學『開心』，因為都聽得懂，下課跑去鬧游惠棋，所以就更開心，第四節羽球課很『尷尬』，因為我和老師打球，結果球打到老師。後來午餐很難吃，現在則是想睡覺。」

小林：「今天一早是『半信半疑』，因為我媽說時間是六點十分，其實已經二十分了，來學校遲到，坐在教室『沈思』，考慮要不要下樓到外掃區打掃。後來看到小子，臉很臭不理我，覺得很『冷淡』。朝會時還算『歡喜』。第一節課是『淒慘』，第二節『憂愁』，因為健教課老師每次都大便臉，上課很難高興起來，第三節是『熱』，因為教室完全都沒有風，第四節『樂觀』，因為給小游揶揄很好笑。」

三、老師總結：

(一)這個活動讓大家可以去注意自己的情緒，每個人每天都有很多情緒，但很多時候我們不注意、或不知道。大家都聽過人生不如意事十之八九，所以要學習調整自己，知道如何發洩，太 high 也不行，都要修正改進。

(二)我們要知道情緒是有力量的，很多同學在上課都說很「無聊」，當你用這種心情，就學不到東西，要讓自己心情是「積極」的、正面的，才能學到東西。

四、最後請用一句話形容現在心情：

小曾：「開心。」

	<p>小張：「深思。」</p> <p>小游：「無奈。」</p> <p>小葛：「快樂。」</p> <p>小于：「睡覺。」</p> <p>小林：「天真。」</p>
--	---

第 6 次團體：情緒管理——心情指數之六

任務分工	帶領者：黎昆萍 協同帶領者：葛康馨 紀錄：葛康馨
團體成員	小張、小林、小游、小于、小葛
活動材料	每人有一張抽屜圖畫紙、粉蠟筆 1 盒、油蠟筆 1 盒、CD 音響及音樂 CD
活動內容摘要	<p>一、情緒抽屜</p> <p>(一)先聽音樂，一小段冥想放鬆心情後，再進行情緒抽屜的活動。</p> <p>(二)這有一個打開的抽屜，你可以把所有的煩惱、不了解與困惑的事放或畫進這個抽屜。</p> <p>(三)其他的抽屜可以放進或畫你自己快樂的記憶。</p> <p>(四)成員開始自由畫圖。</p> <p>二、情緒抽屜圖畫分享</p> <p>小張：「不好的：煩的事、相簿，因為我小時候很醜，不喜歡照片。好的：聽音樂、驚喜。」</p> <p>小葛：「不好的：籃球、功課不好。好的：相機、ZZ、彩虹、TALK 代表溝通、FRIEND，表示愛和朋友在一起。」</p> <p>小游：「不好的：考不好、爭執、不聰明、沒自由、蟑螂、心情不好。好的：和平、100 分、聽音樂、電腦、得獎、電視、兔子、錢、笑臉、聊天、買東西。」</p> <p>小于：「不好的：BABY 吵鬧、同學吵架、錢少、功課、腳受傷、搶電腦、導師。好的：籃球、睡覺、有錢、玩電腦。」</p> <p>小林：「不好的：功課、壓力、沒錢、IQ 不聰明、臉上的痘痘，因為希望自己又白又美。好的：紅包、零用錢、逛街。」</p> <p>三、團體結束</p> <p>(一)老師總結：「這個分享讓我們彼此了解對方喜歡什麼和不喜歡什麼東西，也反省、提醒了自己，什麼東西影響我們自己的情緒，讓我們心情好或者不好。」</p> <p>(二)請成員用一句話形容現在心情：</p> <p>小張：「很平靜。」</p> <p>小游：「了解自己的情緒。」</p> <p>小張：「認識朋友。」</p> <p>小于：「好玩、開心。」</p> <p>小林：「不想上下午的課了。」</p>



第 7 次團體：情緒管理——心情指數之七

任務分工	帶領者：黎昆萍 協同帶領者：葛康馨 紀錄：葛康馨
團體成員	小張、小林、小游、小于、小葛
活動材料	B4 畫圖學習單 10 張、各式畫筆、CD 音響及音樂 CD
活動內容摘要	<p>一、「生命」圖</p> <p>(一)今天畫的圖主題叫「生命」，但要用輪流的方式進行。</p> <p>(二)每個人先拿一張圖畫紙，先開始畫你覺得跟「生命」主題有關的內容。</p> <p>(三)每人五分鐘，時間到了老師喊「換」，請你把圖傳給右邊同學，最後輪一圈圖會回到你手上，我們最後再來分享其中的內容。</p> <p>(四)成員開始自由畫圖。</p> <p>二、「生命」圖畫分享——每個人看看手上的圖畫，你的感受如何？喜不喜歡？分享一下：</p> <p>小游：「覺得這個圖很有美感，七彩繽紛，有草原的感覺，天氣很好，太陽很大還有月亮，有喜感，很喜歡，除了我們導師的臉哈哈，誰叫曦曦要畫她啦。」</p> <p>小于：「這是一隻猴子超人，有耳洞、沒頭髮，致力打倒邪惡勢力，在城市裡伸張正義，但是很累，所以有眼袋。」</p> <p>小林：「我的圖是猴子煞到太陽，眼睛凝視著他，很幸福快樂，旁邊的人嫉妒，雖然有點亂，但很有生命力。」</p> <p>小張：「我畫的的是快樂的世界，有鋼琴聲，有很多的笑臉，充滿愛和和平。」</p> <p>康馨：「這張圖裡有河流、有樹林、有很多的水中和陸上動物，還有各種花草樹木，很活潑，很卡通，也都是生命。」</p> <p>小葛：「這原本是要畫一個充滿愛的世界，可是還是有壞人出現，還有很多不好的東西，例如鬼臉。」</p>

第 8 次團體：情緒管理——心情指數之八

任務分工	帶領者：黎昆萍 協同帶領者：葛康馨 紀錄：葛康馨
團體成員	小胡、小王、小吳、小廖、小張、小曾、小林、小游、小于、小葛
活動材料	電視、DVD 放映機、錄影帶
活動內容摘要	<p>一、家庭暴力影片播放</p> <p>(一)本學期最後一次小團體的時間希望挑戰大家用戲劇方式表演對於家庭暴力的反思，透過編排的過程更多思考關於家庭暴力的問題。</p> <p>(二)希望由各位同學自行編劇，但怕大家沒有概念、無從下手，所以今天先觀摩現成的教學錄影帶，希望可以給大家一些靈感。</p> <p>(三)錄影帶共分三個段落，有不同劇情，大家最後可以討論哪個角度比較合適。可以新編來演，如果想不出來，按照錄影帶內容改編</p>

	<p>或重現也可以。</p> <p>二、學生討論劇情產生初步構想、任務分工、分配角色</p> <p>三、約定編劇繳交劇本時間、相約排練時間</p>
--	---

第 9 次團體：情緒管理——心情指數之九

任務分工	帶領者：黎昆萍 協同帶領者：葛康馨 紀錄：葛康馨
團體成員	小張、小曾、小林、小游、小于、小葛
活動材料	A4 紙卡寫上 1 至 12 的數字
活動內容摘要	<p>一、情緒時刻表</p> <p>(一)先將 1-12 張時刻紙放在地上，圍成一個圓。</p> <p>(二)請每位成員先站在一天當中最喜歡的時刻數字上，並說明為什麼，及這個感覺可以持續多久？</p> <p>(三)然後站在最不喜歡的時刻表上，說明為什麼？</p> <p>二、「最喜歡的時刻」心情分享</p> <p>小曾：「喜歡下午一點，因為中午休息時間可以打牌，很輕鬆。」</p> <p>帶領者：「我喜歡三點，因為是下午茶時間，也很輕鬆。」</p> <p>小張：「喜歡四點，因是放學回家時間，可以回家看電視。」</p> <p>康馨：「喜歡五點，因為是下班時間，表示可以休息回家了。」</p> <p>小葛：「喜歡九點，因為可以看電視。」</p> <p>小游：「喜歡十點，因為爸爸逼我們九點睡，我覺得太早了，什麼事都做不完，所以希望可以十點才睡。」</p> <p>小于：「喜歡十一點，因為可以看電視，棒棒堂男孩！」</p> <p>小林：「喜歡十二點，因為是睡覺時間。」</p> <p>三、「最不喜歡的時刻」心情分享</p> <p>小曾：「我不喜歡十一點，因為是睡覺時間，會看見弟弟，我和她一個房間，我弟會踢我。」</p> <p>帶領者：「不喜歡二點，因為半夜習慣性會突然醒來，常常一看時鐘都是二點，所以希望能夠睡好，一覺到天亮，不要看到這個時間。」</p> <p>小張：「不喜歡十點，因為爸爸會逼我睡覺，希望可以晚點睡。」</p> <p>康馨：「不喜歡一點，因為通常是為了有事熬夜才那時候睡覺。」</p> <p>小葛：「不喜歡六點，因為早上要起床上學，不能繼續睡了...，希望可以晚點起床。」</p> <p>小游：「不喜歡七點，因為要出門上學了。」</p> <p>小于：「不喜歡五點，因為放學回家，我討厭回家，家裡沒人陪我玩，很無聊，學校比較好玩。」</p> <p>小林：「不喜歡八點，因為開始上課了。」</p> <p>四、總結：透過這個活動讓大家整理自己一天的情緒變化，要大家說出「為</p>

	什麼」，是希望每個人都能明白自己情緒的原因，也提醒自己可以選擇是如何面對，例如我們可以做一些什麼事情來讓這個時刻會更好一些。
--	--

第 10 次團體：情緒管理——心情指數之十

任務分工	帶領者：黎昆萍 協同帶領者：葛康馨 紀錄：葛康馨
團體成員	小張、小曾、小林、小游、小葛
活動材料	每人有一張空白圖畫紙、粉蠟筆 1 盒、油蠟筆 1 盒、CD 音響及音樂 CD
活動內容摘要	<p>一、六格畫</p> <p>(一)第一格：畫主角，隨便什麼都可以，可以是人、動物、花草樹木...。</p> <p>(二)第二格：畫主角要完成的任務，給他一個要完成的事情。</p> <p>(三)第三格：畫的是這個主角要完成這個任務，他會到到一個困難、一個阻礙，那個是什麼。</p> <p>(四)第四格：主角要完成這個任務會遇到困難，但是他會遇到幫助他的人，第四格請畫協助者。</p> <p>(五)第五格：這個主角他和幫助他的人會怎麼處理這個難題。</p> <p>(六)第六格：結局。</p> <p>(七)成員開始自由畫圖。</p> <p>二、六格畫分享——請大家分享自己所畫的故事內容，先介紹主角的特色、特質、優點、性別、年齡、嗜好、脆弱等，再開始講你的故事：</p> <p>小林：「我的主角是一個 14 歲小女生，特質是天真無邪、嗜好是花錢，煩惱是有一天得到很多錢，規定她一天之內要花完，所以這是她的任務，後來她找到很多人陪她去花錢，這些協助她的人就到處跑來跑去買東西，但結果還是剩很多錢。」</p> <p>小葛：「主角是米奇，特質和優點是幫助別人，脆弱和最害怕的事是失去米妮。米奇+高飛+唐老鴨是三劍客也是好朋友，後來遇到壞人，找人幫忙，三個人想出了好辦法，打敗壞人解決了問題。」</p> <p>小游：「主角是我，優點是性感美麗大方又可愛，嗜好是太聰明，今年 14 歲，困難是太有錢，有一天有人把我的錢偷走了，我就打電話叫超人揍他，超人幫助我把錢拿回來，最後因為錢太多就變得有點邪惡，所以眼睛是畫這樣，但雖然小邪惡，仍然性感美麗大方又可愛。」</p> <p>小張：「我的主角是竹竿人，個性很愛笑，也是 14 歲，喜歡和朋友玩，但困難是沒寫功課又考 0 分，被父母罵，心情不好求助天使，天使來幫忙，教他也幫助他考試，後來考 100 分大家都高興。」</p> <p>小曾：「我的主角是小花，年紀是五天，沒嗜好，願望是長大，困難是天氣太熱，太陽太大，她都快要被曬乾了，後來雨神幫助下很多雨，所以就順利長大了！」</p>



第 11 次團體：情緒管理——心情指數之十一

任務分工	帶領者：黎昆萍 協同帶領者：葛康馨 紀錄：葛康馨
團體成員	小張、小曾、小林、小游、小于、小葛
活動材料	CD 音響及音樂 CD、學生演戲道具
活動內容摘要	<p>一、戲劇預備</p> <p>二、家庭暴力戲劇表演</p> <p>三、小團體結束心情分享：</p> <p>帶領者：「今天我們最後一次的小團體，應該讓大家說說有感情的話。就我而言，很感謝各位有始有終，所有的事都是一步一腳印，去做就會有收穫，謝謝大家用心參與這個團體。」</p> <p>小林：「覺得這個活動很好玩、有趣，也學到很多。」</p> <p>小葛：「學到很多，可學習管理、撫平自己的情緒。」</p> <p>小游：「雖然在這裡都被欺負(指同班同學)，但開心就好。」</p> <p>小于：「一開始很混沒有認真參與，但很感謝有機會來學習，也很喜歡中午都有這個空間與時間，讓我們自由發揮、畫圖、演戲，甚至滾來滾去。」</p> <p>小曾：「雖然這個團體的活動時間不多，自己也還有缺課，但高興學到了很多東西。」</p> <p>小張：「覺得很好玩，雖然有幾節課沒來有些可惜，但很高興能參與。」</p> <p>康馨：「第一次參與這樣的團體，也認識了各位活潑又有創意的同學，覺得很棒。」</p>



- 童話故事的象徵性特質，讓它們成為過渡性現象的特別工具。童話故事就像溫暖的泰迪熊，可以連結到「全好」和「全壞」的掙扎；也就是說，兒童會把他的泰迪熊看待成完全的好，或者會因為牠是完全的壞而處罰牠，這個過程是兒童自己可以控制的。最後，完全的好可以勝過完全的壞。
- 投射和分裂在童話故事裡的運用會很有創意，為的是要協助人們接受現實生活中的挫敗，讓聽故事者有在象徵層次抒發憤怒情緒的管道，不需要把憤怒真實地發洩在其所存在的真實世界裡。
- 童話故事尊重聽故事者，尊重全人類在好與壞之間掙扎的實情。在這個掙扎裡，童話故事提供了正向的層面，也提供了希望感。所以，對童話故事而言很重要的就是，這個「壞」的形象最後總是被消除或移除。
- 在治療室裡，治療師透過戲劇治療，讓案主經驗到他在好形象和壞形象之間的掙扎。在治療室中，案主的負向形象需要被呈現出來，否則，新的世界觀很難順勢建立起來。在象徵意義的層面中，能夠象徵性地殺死這個負向形象或負向人物是很重要的，因為它給案主自由的感覺和新的可能性。
- 在治療室中，治療師透過遊戲或戲劇的角色扮演過程，針對童話故事中的理想形象，讓兒童經驗到新的可能性和新希望，而非去預言真實世界的未來。所以，兒童透過演出童話故事來表達他們的憤怒，或者消滅負向形象；這並不是真實世界裡他們會去做的行為，而是希望透過演劇的過程，讓兒童或個案移除一些負面元素，幫助他們看到真實中各種不同的可能性。
- 透過故事的語言，團體成員可以對故事的象徵意義有不同層次的理解；透過戲劇預演的方式，團體成員對於故事中的角色可以有不同的詮釋。藉著這些不同的詮釋或不同層次的理解，團體成員可以對故事的象徵意義有更深的了解和洞察，對於自己的議題或困難也就提供了修通的管道。

柒、兒童團體及工作坊成員作品集



*兒童團體成員作品之一：六格畫、奔逃者、畫我情緒、生命彩繪



*兒童團體成員作品之二：安全空間的設計



*工作坊成員作品之一：安全空間的設計



*工作坊成員作品之二：抽屜繪畫



*工作坊成員作品之三：奔逃者



*工作坊成員作品之四：生命彩繪



*工作坊成員作品之五：畫我情緒



＊工作坊成員作品之六：時間的主人



捌、戲劇治療團體 Q & A

陳郁夫

一、基礎概念

(一)適用年齡

Q：想像性質的活動適用於多大的孩子？

A：過去經驗最小可適用至 6 歲，但時間上約不宜超過 40 分鐘。

(二)帶領者

Q：在戲劇治療中，帶領者是否需先體驗該活動？

A：需要，因為兒童有可能在活動中會經驗到辛苦、生氣、難過...等的感覺，帶領者可藉由先前體驗以提前感受這些感覺。

Q：在過程中，有時因為帶領者（如：為成員學校老師）與成員有過去互動經驗，因而出現對成員有不一樣的感覺時（如：嫌惡、難以同理、過度同理），該如何處理？

A：找督導討論最快，亦可自我分析覺察。另當帶領者過度同理時，可將此的情況，告知其學校的輔導老師，並嘗試突破自己的過去經驗（意指對孩子的了解），而非僅看到孩子受傷的結果。

Q：2 個人一起帶團體時，帶領者與協同帶領者有時判斷點不同，該如何處理？

A：帶領者與協同帶領者需長期合作才能達到有效果與默契的階段，建議團體前期，協同帶領者僅作搭配，當協同帶領者覺得太快時，協同帶領者可以技巧性地問說：「那我們要不要問一問團體成員呢？」。

(三)使用物件

Q：兒童是否只在玩物件，而無覺察的效果？帶領者準備的材料（如：彩色筆、蠟筆、剪貼媒材）需要符合每一位成員的需要或要求嗎？兒童會不會都挑不到想要的東西？或是因為同一個物件而發生爭吵？

A：1.在過去經驗中，兒童會玩物件，但仍會嘗試擺設物件。有時不一定只使用小物件，亦可使用較大型的工具（如：以巧拼組成房子，讓兒童可以進去）。
2.帶領者不需要符合每一位成員的需要，只要所使用的工具，符合一般使用原則即可，但切記不要過度簡陋。
3.若兒童挑不到物件，可能原因有：(1)物件預備不足，如缺乏自然類象徵；(2)兒童可能有一些狀況而不敢挑；(3)兒童的特質是永遠覺得不滿足。
4.當兒童因同一物件發生爭吵時，帶領者可處理當下爭吵的議題（here and now），進一步澄清，讓兒童知道這空間裡是可以並容許爭吵的，但走出團體就不行，記得帶領者並非以帶完整個活動作為團體目標，要思考團體要讓兒童經驗到什麼。

(四)肢體展現



Q：在角色扮演、肢體雕塑或身體展現的活動中，如果兒童不想移動呢？該如何處理、解讀他？萬一大家都不動或不演怎麼辦？

A：1.若兒童不想移動，帶領者可以說「你不想移動，想在那裡」，「有些狗(演劇中的角色).....有些狗不想移動，狗是自己的主人」，表現出我們不會去硬性推他進入角色。這是不同於傳統治療的處理（傳統將此看待為「他不想進入」），而是認為他可用他的方式進入活動，唯有帶領者接受這個可能，兒童才會接受，才会有後面的可能。有時可以有一個休息區給退縮的兒童待著，並可以在活動中說：「跟在那裡（休息區）的朋友打招呼」，讓他仍與團體有所互動。看似害怕、不想、無聊、不好玩的成員，有可能是不会玩，或是在家被當成大人很久了，角色無法一時適應。在劇場中，只要不傷害他人下，沒有什麼是不可以的。

2.萬一大家都不動或不演，可能暖身時間要比較久，且一開始指令可以明確且簡單，如：動動頭、手就好。團體一開始就讓他們就動著，不要排排坐著做口語介紹，讓成員立刻動（玩玩抓鬼、紅綠燈），要瞭解坐越久越動不起來。討論規則時，也可以讓他們用演的方式來當作肢體動作的暖身。

(五)轉化

Q：如何看待我和問題是分開的？

A：就如同我們在做物件擺放的活動，拿一個物體代表問題，讓他去放，有距離且一定比他原有的還小（具體化），這都是象徵。

- 表達性藝術治療的歷程：具體化→外化→操弄→改變
- 具體化（把心情雕塑、畫我心情）→外化（在外面看，問題≠我，我≠問題，問題不全等於我）→操弄（如果外化就可以拿捏、改變）
- 藝術治療的外化：心情在個體裡面，嘗試放出來，形成具像的東西，才可以操弄，相對於談話性的治療，操弄是放在腦內，用語言來做外化。

Q：若成員一直重複相同的動作或方式，例如：在設計自己空間時，不停在做城牆；每次演戲都要扮演死人。

A：活動可多做幾次，以幫助他進行轉換。以「設計自己空間」為例，雖然一直做牆，但隨著做多次後模式會進而改變，這是表達性藝術治療中的轉化，是一種自我對話的過程。創傷的兒童如果一直卡在那裡，有時是需要介入，可以試著讓他看看別人的世界，問他：你的和別人哪裡不一樣。轉化過程，大人或許可以無困難地用口語說出來，但是兒童是需要帶領者敏感覺察的。

(六)作品

Q：成員完成的作品是否可以帶走？該如何回應？

A：作品最好不要帶走，「帶走」會逾越了真實與象徵的線，戲劇治療一直是放在心靈空間做處理。兒童因為無法帶走重要他人、替代客體，很自然地就會想帶走作品，但我們不知道作品之後會怎樣，作品有可能會被笑、被罵、被損毀、被丟棄，這會是一種危險。遇到此類狀況，帶領者可以說：「我知道你喜歡這些、想要這些東西，這些東西是放在這裡的，他會一直在這裡，

這些東西的家在這裡」。

二、團體設計

(一)成員篩選

Q：在戲劇治療團體中，帶領者一次可帶領幾個兒童？若成員只有三個人，演戲的動力夠嗎？

A：帶領者與兒童比大概 1：3，這樣團體的精緻度最好，最多不要超過 1：8。有協同帶領者 1：6~7 還可以，但須視階段而定。若成員只有 3 人，某些活動之動力會不夠，但仍可使用物件擺放或玩偶做調整。另人數過少容易因成員流失或請假而使活動無法進行。有時可於第一次團體時或訂定團體規範時，向成員說明每一位成員的配合與參與對團體進行都非常重要。再者如果團體人數太少，因為更受關注，所以成員的壓力也會增大。

Q：有關成員設定方面，設定成團的團體成員上，需有哪些思考點？

A：團體議題、性別比例、人數比例、成員間互動方式的沙盤推演（意指成員最突出的行為問題，彼此交互作用下可能產生的情況），帶領者可評估對此團體狀態的接受度。

Q：有關成員特性方面，是否可將一般兒童、目睹兒童、受暴兒童放入同一個團體？擔心活動會使其他兒童學習到不當行為，如：發生衝突、暴力事件？

A：1.成員不一定要全都是有受暴兒童，亦可一半一般兒童，一半受暴兒童。若只有你一個人帶團體，那團體最多 6 個人就好，而且不要有特殊的小孩（如：過動），除非帶領者有相關經驗，一般來說就應該都可以照顧到每一個成員。

2.心活動會使其他兒童學習到不當行為，建議在進行此類團體時，記得核心概念為保護兒童：

- 在訂定團體規則時，就可以跟成員們討論。
- Here & Now 技巧的運用，例：利用引導成員用畫的方式，帶出當下情緒與覺察自我狀態等，並加以討論。
- 在團體中，暴力是可以被允許展現出來的，帶領者可以藉由處理團體事件，讓成員感受到與平日慣用的處理方式不同。
- 面對衝突發生，可以對成員們說：「我很高興也很謝謝你們有衝突，因為你們今天的衝突，讓我們（團體成員）可以有更多的學習。」，此方式也會讓成員經驗到，吵架原來也有那麼大的空間。

Q：需說明參加團體的目的嗎？如何避免成員被標籤化（如：家暴團體被家暴的孩子）？且該注意哪些事項？

A：活動邀請時需採正向邀請（如：宣傳上寫「戲劇小團體」）。活動時，成員都需知道自己參與的源由（如：單親、家暴），但需留意成員的反應狀態。

Q：若活動團體中有現實中的手足，該如何因應？

A：若成員為手足時，要試著不會讓成員背景角色很快出來。一開始可用綽號，



來去除手足之間「要照顧對方」的議題，告訴他們帶領者會照顧大家，如：「如果有抱怨，在團體之中就要找帶領者」、「在家裡你已經夠辛苦，在這裡你可以找帶領者」。依過去經驗，當團體活動時間夠長，兒童多早已忘記要照顧對方這件事。兒童是可以區分出團體外與團體內。

(二)團體內容設計

Q：團體的設計是否有比較安全的設計方式，以利團體方案的實施？

A：團體初期，使團體成員感覺大家都是一樣的，這樣的方式比較安全。運用「情緒」等共同、共通的議題，增加共通性。團體末期，再進行團體成員經驗或特質等不一樣的部分。

Q：關於團體設計方面，結構與非結構在帶領上差異是什麼？經驗分享中，對於過去經驗的連結要帶領（針對結構性設計而言）到什麼方向或程度？

A：主要是時間限制，非結構需要較多的時間於暖身活動。結構性設計可在有限時間內（約 40 分鐘），會有一個結束的感覺。成員分享過去經驗的連結，可減少成員面對經驗時孤單的感覺，但在目睹個案上不一定適合兩兩的分享方式。結構性設計上，經驗分享的方向可以放在：兒童如何面對處理難過、害怕、憤怒等情緒，討論該如何面對，當其他成員有同樣感覺的又是怎樣面對的，給予成員其他有效的經驗，讓成員的生存能力提升。意即，呈現用不同眼光來看這個經驗的一個轉折，即觀點的轉化。觀點的轉化不是用說的就有用，例如：什麼原因爸媽會吵架？可能會從成員們得到 20 個答案，而這一個給予其他觀點的體驗，不單單只是呈現問題與狀態而已。

Q：關於團體設計方面，活動間是否需要時間間隔（如：休息、分時間執行）？可將很多不同類型活動都演一次，以增加體驗程度嗎？可以隨時更改方案嗎？團體時間、空間若因學校環境而改變該如何？

A：1. 間不一定需要時間間隔，端看自己的創意而定，若需要間隔可用兒童的語言去陳述，讓兒童瞭解。若將很多不同類型活動都演出一次，需留意這樣會給活動者很大壓力，時時留意各成員狀態。

2. 設計可進行更改，通常是做一次想下一次，或設計後每一次都要依著前次作調整。再者，關於團體時間、空間的部分，要放在諮商的情境下看待「穩定性」，固定時間、地點、成員、陳設，隨著情境改變，會不知道個案改變是因著什麼而改變。「給予穩定性」就是一個治療意義，如果團體情境不穩定，就如同他的家庭一樣帶給而兒童是混亂的。

三、團體初期

Q：關於規則訂立方面，訂定團體規範是否與「案主中心」概念相抵觸？

A：需視個人對「規則」的定義為何而定，規則並非僅呈現一條一條的形式，如：與成員討論：「像.....的人，比較受人歡迎.....」，便是隱微的規則，而案主中心也有規則，即從案主出發的規則。另規則是提供成員一個安全空間的方式，如：與成員討論「什麼是你擔心的？」、「我們要在這裡一起玩，有什麼方法可

以讓我們玩得更開心。」遊戲規則是可改變的，可隨時機而做處理。

Q：有關錄影與錄音方面，如何能同時遵守倫理又避免成員產生防衛？

A：若沒有徵求過成員的同意，錄影與錄音並不適當。先與成員討論錄影與錄音的議題。若當成員一味地同意，可試著引導成員述說錄影與錄音可能的影響，藉以讓成員瞭解和思考。

Q：若有團體成員經常遲到，帶領者該如何處理？

A：可以詢問導師，平日此成員的狀態與習慣。如果是打掃工作的話，可否改於其他時間進行，以減少特權的爭議（即：參加團體可以不用掃地的特權）。

Q：若團體成員完全不理會獎勵制度，不願意參與團體活動，應如何處理？

A：讓團體成員自己做決定，什麼時間想加入團體活動，雖然被強迫來參加此團體，但是成員可以自己選擇在此空間中的哪一個位置停留與觀看，意即尊重孩子參與的速度。有時其他成員會主動邀請彼此，給彼此支持，試著運用團體的力量，給予此成員正向的回饋。

Q：若成員形成小團體互動時，該如何處理？

A：當成員形成小團體時，可進行團體事件的討論，並運用團體活動打散原有之小團體，協助成員與他人進行更多的連結。

Q：當分兩個小團體進行活動，兩個帶領者的步調不一致時，應如何處理？

A：以兩個小團體相互不干擾為原則下進行。

四、團體中期

(一)經驗分享概念

Q：團體中角色分享可以有哪些層面？

A：角色分享：1.他的想法、感覺。2.對角色的看法。3.生活上的連結。4.怎麼看待這個角色。5.整體的感覺、心情的變化。

Q：若兒童因焦慮而拒絕進行創作（如：繪圖、設計故事）或分享，該如何處理？若兒童在繪圖時卡住了，可以給東西照畫嗎？

A：可以問他「來這裡你想做什麼」，如果他有想做的就做那個活動。有時可以用寫的，像：速寫——我的心情是.....，不一定要做分享，可以只是寫就可以。繪圖卡住不需要給東西照畫，如果會卡著，可以先使用一些媒材（圖片剪貼），如果他說他想畫但是畫不出來、甚至找不到，至少可用文字，如：畫不出或剪不出風，可以直接寫上「風」。

Q：分享時，動作慢的成員，團體是否要等待？若因等待致使分享時間不夠又該如何處理？

A：分享太短，可將物品或演出照相後，於下次團體以相片作為回憶再分享。分享時間不夠，以每一位成員都可以分享為原則，帶領者評估需要較長時間分享的成員，可以排為最後分享，或是僅分享較淺的內容。

Q：若團體信任度不足無法分享，或因成員自信心不足，或因不太會提問，該如何處理？如有個別成員沒有分享，該如何處理？



A：可先引導一些過去經驗，提升成員彼此間的支持與同理，進一步提升團體信任度，如：當你不能去參加社團活動時，你的感覺如何……等。再者，可透過角色的扮演，以角色的方式進行自我敘說。指導語：「從不同角度看作品感覺為何？」、「遠、近看作品？」，運用指導語維繫成員對作品的好奇和新鮮感。另團體中不說話本身具有很多的意義，可能是不說話或不敢說，說話本身亦是一種參與，可引導成員分享自己過去不說的經驗，將經驗普同化。

(二) 議題處理概念

Q：兒童在設計劇本或故事時，有些會沒有幫助者、沒有結局，碰到這樣要如何處理？

A：可能有幾種做法：例如：主角是一部跑車——

1. 那這一部跑車希望什麼，用「這一部跑車」而非「他」，去跳開自己、自己的無力感，專注在故事裡。
2. 如果是在團體內，Q：「如果你是這一部跑車，你想要什麼？如果你想買這一部跑車，你要怎麼辦？」在很多其他可能中，去幫助兒童找到、聽到其他可能性，有助於去轉化或面對問題。
3. 入角去演，在角色中去問角色，你要什麼。
4. 在團體中，幫助兒童完成他的結局，再去演，幫助兒童完成他的結局。

Q：若兒童的故事結局很暴力、血腥是否要處理？

A：我不擔心結局，可以分享當時的心情、演員的心情。永遠可以有下一幕，也可以連結到日常生活，兒童真實的經驗及處理方式。

Q：議題是否都需處理？如何判斷是否成為議題，如：吐槽？

A：不知道任何的脈絡，很難知道是否要進行處理。當團體成員的情緒已進入，就如若沒有處理吐槽，團體會帶不下去的情況下，可選擇此議題進行。處理方式可透過討論，如討論(1)當我喜歡一個人時候，我要如何表示？(2)我不喜歡如何被對待？從團體的立即性與歷程的成熟度進行處理。亦可將問題一般化、議題化（如：我們喜歡被他人如何地對待）。

Q：議題當下處理與課後提醒有何差異？在團體中當下表達、溝通是否較為妥當？

A：若你認為團體進行較為重要，你可以選擇管理秩序；假如症狀出現，可以當作議題加以處理。在團體中解決與處理當下的問題，可讓成員理解彼此間的困難；若私下處理，則擔心會有聯盟的關係。

(三) 攻擊議題

Q：在戲劇活動中，除了讓兒童體驗外，能否於後續設計經驗分享？是否易流於兒童相互批評或吐槽？若成員在演出或活動進行中吐槽，該怎麼處理？

A：可安排經驗分享與自由發問，但需在訂定與說明團體規則時，強調「不批評」的原則。如：引導語「這樣的作品裡，你最喜歡的是什麼？」，以藉此獲得其他成員之正向回饋。而當成員吐槽時，帶領者可在團體中提出：小

明（該成員）這樣說你，你會怎麼樣。團體初期會比較辛苦，或許老師可以跳出來說：你這樣子，你會讓我很難過.....。

Q：若劇場演出時，成員出現攻擊傷人行爲，該如何處理？停止活動是否會讓團體浮躁影響進度？如何決定處理議題，或是放棄團體方案計畫呢？

A：團體進行的目的並非是爲了要帶完整個遊戲，而是 **here & now** 的學習。帶領者示範「進步在哪裡？」，澄清成員行爲與動作的意義，使其形成語言，行爲和語言具有程度強弱之不同，並瞭解是否爲生理上的情況（如：過動）。若成員有傷人，看是有意還是無意。有意的，團體事件要回到團體來討論；無意的還好，兒童是比較不易控制力道，所以可以練習讓他們控制自己的力道，如：增加肢體性的活動、隔空打架，讓成員對自己身體控制感更好。

Q：若團體中出現攻擊語言，如：射死誰，成員也出相互現言語誤解而衝突，該如何處理？

A：成員對各項語言或行爲的過度解讀（如：他人對某成員拍肩，成員卻回他人一巴掌），是有時是屬於創傷的反應，可試著交叉核對「我的意思是.....」與「你的解讀是.....」，讓成員能重新解讀他人的行爲等。不斷處理與孩子之間的狀態，此即是最好的治療歷程。引導成員思考：「爲什麼我們玩得成，有哪些困難的發生，讓我們無法繼續？」、「什麼時間我們無法安靜下來？」孩子們核心的議題在於「沒有被接納」，盡量協助成員用語言說出彼此內在的善意。提升接納度。當成員有進步，立即給予口頭正向的回饋。或讓成員自己說自己的進步是什麼，亦可運用彼此的回饋，提升正向的回饋性。

Q：若團體成員「不原諒」另一成員的攻擊，反之認爲攻擊與報復是一種方式，是否有其他的方式可以處理？

A：試著將成員的經驗普同化至其他成員，可由其他成員分享與討論感受或想法，將此議題視爲團體成員共同的議題進行討論。可以引導此成員述說當下感受，如：「你聽到朋友這樣說時，你的感覺是.....？」或是引導討論、腦力激盪，讓成員去經驗其他的可能。可進一步作連結，如什麼時候，什麼行爲會讓我們不舒服？皆將其普同化，避免成員不斷遭受指責。亦可討論對彼此與自己的期待，提供正向回饋的機會。

(四)家暴議題

Q：若在舞台中引發出兒童過去經驗的情緒與感受（如：在家受暴、害怕），或引發兒童說不想回家，或在團體中變成另一個人，該如何處理？

A：可在大團體中做討論，可以問：「大家有沒有相同經驗？」，詢問成員是否有經驗連結。團體過程中，重要的是過去經驗之連結，若有協同帶領者可分小組做分享、討論，重點在於與過去經驗的連結。再者，可讓成員陳述當受害者的心情，及在日常生活經驗中之心情，協助讓兒童把心情口語化。惟有當可以說出來的時候，才可以進行同理與處理，亦可進行畫畫來增加自我安全保護、自我安慰的能力。然若成員於角色演出中出現情緒時，如果他那時候還可以，便可先拍拍他，但因他仍在角色之中，可能不一定是



對於過去經驗的強連結，之後可在經驗分享中處理。

Q：有時在劇場中，兒童對家暴的看法會和法律定義不一樣，該如何處理？

A：兒童看法不一定和大人一樣，不會刻意去標籤。我們處理的是兒童真實的感受而非法律的定義。

Q：在戲劇演出中，有時會想替換角色（受害者改演加害者），讓受害者角色去體會因角色（加害者）的改變而轉變，來改變兒童「習得無助」的感覺？

A：不要去期待加害者改變，除非受害者改變了，加害者才去改變，加害者除非他意識到，他才會改變（這是一個哲學觀）。另外，兒童在加害者角色上亦會有感受，例如：演出加害者的兒童表示想留下加害者的力量。

(五)性議題

Q：成員將害怕感覺擴大時，例如：「性」，該如何處理？

A：可處理成員恐懼、擔心什麼？協助成員分享對「性」的害怕與恐懼。成長歷程中，若充滿不當「性」的行為的環境，成員容易感受到不安與恐懼。

Q：若團體成員有挑逗與性方面的暗示，引發其他成員不舒服之感覺，且其經成員回饋均未改善，且經常刻意用傻笑帶過，帶領者該如何處理？

A：性議題若沒有處理時，往後肢體的活動在團體中會很難運作，不適當的肢體碰觸會讓女生更害怕。

1.可試著正增強此成員，讓其他的成員說，說出彼此期待的行為，亦可以引導，「當別人給予我們建議時，我們好像有很多的方式，想試圖表達我們聽不到.....」。

2.引導另一名男性成員，說自己的感覺與想法，述說「自己在團體中的定位是.....？」。

3.另外找3位正常的孩子，與此成員形成團體(可以有男有女或是單一性別，視團體目標而訂，是性別的議題？或僅是不守規則？)，以協助此成員(邀請此成員參與團體時，可以將目的說得很明確)。

4.當成員用笑阻擋帶領者的語言，帶領者保持沉默亦是一種處理方式。

5.最後，可思考是否減少肢體活動的設計，或此類成員是否適合放置於此團體內。此年紀的成員會對「性」有好奇，可以引導成員「性」使他們想到些什麼？可寫下或畫下來。

Q：男性成員於團體中會粘著異性帶領者，該如何處理？

A：此成員將帶領者當作女性的媽媽？女性的角色（異性間的吸引）？妳帶領者是如何解讀與觀看這樣一個狀態？當成員粘著帶領者時，可觀察是否當其為母親的角色。若粘著其他女性成員，可思考的點是，此成員是否有「性」的議題包含在內。當此成員粘著妳時，要思考妳做出反應的原因是？最重要的是，帶領者自己要感到舒服，如：當成員靠近時，帶領者可拍拍成員，這也是一個健康的性，並修正成員對性的看法。

五、團體結束

Q：團體結束該如何處理？需注意些什麼？

A：帶領者需先同理「成員對於分離是有感覺的.....」，也許成員的情緒（焦慮、不自在感等）是相同的，但呈現的方式與行為不同，如：有些成員會抱怨音樂難聽、玩不停、動不停，或玩弄其他成員，這都代表成員對分離是有感覺的，故需試著去思考其背後心理動力（如：我來挑別你，團體分離我也不覺得可惜）。若帶領者當下可反映出成員的心理狀態，至少成員也許可以帶著被理解的心情離開。另團體結束前，可進行儀式性的行為，藉此讓成員看見彼此說再見的方式不同。

六、家庭暴力部分

Q：若發現團體成員身上有傷，需進行家暴通報時，帶領者是否該告知孩子？倘若成員因此認為帶領者洩密，又該如何處理？

A：1.通報一定要告知孩子，因為社工與孩子第一次見面時，便會收集資料及著手介入家庭，故須先與孩子討論「是否通報？」、「通報後可能會發生的事情.....」、「對於此事件發生的感受與想法為何？」等。倘若孩子不願被通報，可邀請社會局社工與班級導師等共同討論（或許孩子僅願意告訴導師，卻不願意讓導師告知學校社工，故須與孩子一同討論）。

2.有關洩密的部分，帶領者不要用「通報」的字眼，宜以共同關心這個問題與困擾為出發點，討論成員的擔心（如：擔心父母親的反應.....）。

Q：面對疑似家暴案件時，輔導室常需面對導師之無力感及家長之反彈，試問該如何處理？

A：輔導室的角色並非在改變家長，而且有時家長的指責不一定是針對老師，家長的憤怒是表面，其背後可能是擔心與害怕，或是一種無力感的投射，亦或是展現無力感的痛苦，故要試著先傾聽、同理、教導、再同理，以協助他們回到本身的感覺與現實感，並讓他回到他所期待的現實面。

Q：處理家暴案件時，我們有可能改變兒童（受害者）嗎？如果改變家庭是否可加快改善之速度？萬一受害者已認同加害者，甚至成為另一個加害者，那是否還有可能改變？而我們又該如何切入？

A：首先，需看「改變」的定義為何，並瞭解自己所相信之改變機轉為何。能改變家庭是最好的，因為雙方改變才有可能改善。再者，倘若兒童同時為受/加害者，由於人不是單一系統，人的每個改變都會影響其他行為，而且受/加害者有時是一體兩面的，如：兒童同時是加/受害者，母親同時是加/受害者，兒童在學校也形成加害同學、老師。在這種情況下，最好同時進行改變，因為僅有單方進行改變，恐使治療師與單方形成同盟而加害另一方。另處理此類個案時，建議導師與輔導老師分工，其中導師處理兒童在教室的加害行為，而輔導老師處理兒童受害的部分。



國家圖書館出版品預行編目資料

壓傷的蘆葦不折斷 / 洪素珍等編著. -- 初版.
-- 臺北市：北市教研中心, 民 98.10
268 面；21*29.7 公分. -- (研習叢書；203)
95 學年度教師專業成長-家庭暴力議題與繪本
、戲劇治療工作坊成果彙編
ISBN 978-986-02-0078-2 (平裝)

1. 家庭暴力 2. 戲劇治療 3. 團體輔導

544.18

98018286

研習叢書 (203)

95 學年度教師專業成長—家庭暴力議題與繪本、戲劇治療工作坊成果彙編

壓傷的蘆葦不折斷

發行者：臺北市教師研習中心

發行人：吳金盛

審查委員：洪素珍、臺北市教師研習中心出版品審查小組——

劉怡伶、蔡長艷、蔡欣宛、任光祖、簡麗玲、熊允中、

徐作蓉、俞宜昉、潘貞吟、王妙慧、黃惠美、李柏圍、游文文

著者：洪素珍、施雅芝、陳郁夫、王心怡、王秋玉、王雅玲、王蘭蓓、林佳玲、林佳樺、

施施、高懿琴、張臻萍、陳振源、陳琬如、辜雅琳、黃愷宜、劉袖琪、黎昆萍

文字編輯：施雅芝、陳郁夫、陳琪玲

封面設計：陳琪玲

版(刷)次：初版

出版機關：臺北市教師研習中心

地址：11291 臺北市北投區陽明山建國街 2 號

網址：<http://www.tiec.tp.edu.tw>

Email：tiec@tiec.tp.edu.tw

聯絡電話：(02)2861-6942

承印者：昆毅彩色製版股份有限公司

地址：臺北縣三重市中正北路 430 號 8 樓之 6

電話：(02)2971-8809

出版日期：中華民國 98 年 10 月

定價：\$ 250 元 (本出版品屬推廣性質，不做展售流通)

政府出版品展售處：國家書店松江門市/10485 臺北市松江路 209 號 1 樓/

(02)2518-0207/<http://www.govbooks.com.tw>

五南文化廣場臺中總店/40043 臺中市區綠川東街 32 號 3 樓/

(04)2226-0330/<http://www.wunanbooks.com.tw>

臺北市政府出版品紀念品展售中心/11008 臺北市市府路 1 號 1 樓/

1999(外縣市 02-2720-8889)轉 3391

GPN：1009802632

ISBN：978-986-02-0078-2

☞ 本書全部圖文均有著作權，未經本中心同意不得使用或取材 ☞

壓傷的蘆葦不折斷

溫馨·創意·專業·國際



ISBN 978-986-02-0078-2



9 789860 200782

GPN : 1009802632

1999
臺北市民當家熱線



2010臺北國際花博
TAIPEI INT'L EXPO