

出國報告(出國類別:專題研究)

戲劇治療於兒童創傷輔導之應用

～故事深處 超越傷痛～

Behind the Story Beyond the Trauma

服務機關:新北市中和國民小學

姓名職稱:教師 林淑玲

派赴國家:英國

出國期間:100年9月15日至101年 1月15日

報告日期:101 年 2 月 10 日

摘要

孩童在巨大創傷後，沒能於適當時機處理壓力，容易發生情緒困擾，甚至產生偏差行為影響其正常人際互動及學習。然而創傷對兒同來說是一件不容易說的祕密，老師及校園心理工作者常不得其門而入，這始終是校園輔導的一大課題。戲劇治療近年被證明在兒童輔導有其顯著功效，本研究將前往發展戲劇治療已久的英國，拜訪當地專家學者、應用機構與專業劇團，並在專業訓練學校作課程研習，為台灣兒童創傷輔導之工作，做更進一步的研究，並論述：將戲劇融入校園輔導，以「故事」為新的介入工具，對兒童面對創傷與迎接新生活，有積極性的輔導效果。

目次

壹、前

言.....	
.....4	

貳、目的與方

向.....	
.....6	

叁、研究過程

一、相關文獻探

討.....	
....7	

（一）台灣現場：校園創傷輔導的難處

（二）戲劇治療於創傷輔導的運用

（三）英國應用聚焦：故事轉化創傷

二、課程經過與具體成

果.....	10
--------	----

（一）學校與課程介紹

（二）多元文化的激盪與啟發

（三）活動設計主題探索：故事是兒童溝通的語言

（四）有形戲劇無形療癒：故事是創傷最好的解藥

三、觀摩實習與參訪心

得.....	18
--------	----

（一）一人一故事訓練機構實習

（二）專業培訓學者訪談

（三）戲劇創作經驗參訪

肆、心得及建議

一、研究心得與自我省思.....	25
------------------	----

（一）關於創傷這件事：用愛面對恐懼

（二）關於身為學校老師：說故事的魔術師

（三）戲劇治療生活化：想像與真實的遊戲	
（四）社會資源應用：專業劇團美感經驗	
二、供國內參考之建議事項.....	29
（一）個別課程設計：創傷議題融入領域課程	
（二）校園整體氛圍：因應時事而作教育輔導	
（三）戲劇治療注入小團輔新氣象	
（四）教師第二專長訓練系統提供	
伍、參考資料.....	36

壹、前言

兒童在歷經或目睹「創傷」（註1）事件之後，常會造成生理症狀反應或心理上的後遺症，若沒有得到適當協助，可能影響孩子以後的人生。受創兒童的主要照顧者需具有正確的創傷輔導觀念，即時提供兒童適切的輔導，減低創傷事件對兒童帶來的負面影響。筆者曾任職輔導組長工作，發現這幾年社會環境、家庭結構變化劇烈，失業率、離婚率、自殺率逐年遞增，大人的問題轉化成小孩們的創傷，所在多有，再加上近年國內外天災、意外頻繁，從前年台灣的八八水災到近來的日本三一一地震，災難的創傷轉成對生命悲觀，亦使輔導室裡受創的個案激增。創傷故事漸漸被深埋在生命角落裡，無法述說的傷痛，實在需要有效的輔導策略作為導引。

筆者曾於碩士其間進行表達性藝術治療研究，觀察到「戲劇治療」（註2）著重情緒表達性、創意性、自發性的發展，對於一些在口語表達上有障礙或心理防線難以突破的兒童團體，有優於其他療法的成效。所以試想：戲劇治療可否被視為有效的輔導策略，讓兒童難以述說的傷痛轉化成一個故事，藏在故事背後的真實情感輕緩地流洩出來，如此創傷藉著戲劇的力量復原，壓力輕了，痛也就有機會被超越。

名詞釋義：

註 1.『創傷』：經歷威脅到生命或情緒上令人難以承受的任何災難，會破壞個人一般的因應機轉，大多數臨床工作者會使用創傷後壓力障礙症精神疾病診斷與統計手冊 (DSM，2000) 診斷如下：此人曾目擊、經驗、或被迫面對一或多種事件，牽涉實際發生或未發生，但構成威脅至死亡或身體傷害等。反應包括：強烈之害怕、無助感、或恐怖感受。兒童可能以混亂或激動之行爲表達。創傷事件可以下列方式被再度體驗：反覆之痛苦回憶或夢境，類似情境引發之強烈心理痛苦或生理反應。持續逃避與此創傷有關之刺激，並有著一般反應性麻木，如避開話題、創傷地點，無法記起事件重要部分，減少重要活動與興趣，對前途悲觀，無法再愛，不期待再能有事業、婚姻、小孩、或正常壽命。持續過度警醒，如難入睡，易怒，注意力不集中，易受驚嚇等。此障礙總期間超過一個月，造成臨床上重大痛苦或社會功能損害。

註 2.『戲劇治療』1979 年英國戲劇治療師協會定義:戲劇治療是一種方法, 用來協助人們了解與舒緩社會及心理上的難題, 以解決心理疾病與障礙. 它是以戲劇之象徵性表達, 創作性架構, 包括口語及肢體交流, 使人們藉著個人和群體關係認知自我。簡單地來說，戲劇治療和其他表達性藝術治療（美術, 音樂與舞蹈等）一樣，是應用可創作的媒介來進行心理治療，在過程中戲劇治療師將有意地使用戲劇元素或運用劇場經驗的歷程來協助個案達成治療性目標（而目標則依個案屬性來定，可以是症狀的減輕，也可以是情緒及身心整合或個人能力的成長）。戲劇治療可以為不同年紀的人工作; 也可以被運用在不同領域，例如，情緒障礙，學習障礙，肢體障礙，及一些歷經重大創傷的人，當然也包含那些沒特殊困難需克服，但有意願藉由戲劇來探索自己生命議題或開發自我潛能的人。由於戲劇治療有別於其他心理治療的『非口語』特性，它被視為『另一個出口』, 尤其是那些在口語表達上有障礙或心理界線難以突破團體，如兒童，青

少年，監獄等，戲劇等於是給那些困難事一個可以保護自己的面具，面具背後很多真實便可以輕輕地緩緩地被“述說”。

貳、目的與方向

心理治療專家 Michael（2008）曾使用過一個比喻：唯有協助一個人「站在河岸上」，才能看見生命的河流。當人在創傷主宰的故事裡掙扎，必須跟身邊滾滾河流搏鬥時，不可能對創傷事件產生新的觀點。但是如果一個人能有一彎河岸立足，就可能俯瞰自己生命中的事件，重新造訪這些事件，並且療癒它。校園中的創傷輔導無法改變已經發生的事實，但求能協助兒童渡過並「站上」，本研究即希望找到此「河岸」的建構方法與條件，將比喻實現。所以研究目的欲證明：**戲劇治療適合應用於兒童創傷輔導**，並探索 **如何從故事深處超越傷痛**。

校園裡的「教導者」有沈重的授課和行政壓力，要能立即轉換成「輔導者」，面對有創傷的孩子，便需要一個明確且易於上手的輔導策略。台灣現有資料嚴重不足，故希望藉由在這個領域發展完整的國家取經，以戲劇治療相關技巧及應用，歸納出戲劇治療在兒童創傷輔導策略上的應用方式，以下是主要研究方向：

- 對於孩童創傷事件後的壓力輔導，分析戲劇治療相對於其他療法的優勢研究過程中觀察相關議題如何被設計與應用
- 研究戲劇治療如何融入輔導工作具體實例：以「故事」應用為主要課程學習範圍，探究故事如何跟創傷議題工作
- 參訪專業戲劇治療專業培訓大學與其學者意見交流

- 觀摩民間實務工作者如何將戲劇與故事跟療癒目標結合
- 對戲劇治療應用於台灣小學兒童創傷輔導工作提出建議與策略資源分享

參、研究過程

戲劇治療的活動內涵主要是由團體領導者與參與者的互動共同呈現，因此參與式觀察最能貼近研究現場，本研究參考相關文獻後，選擇英國發展有所成效的專業學術訓練機構直接做課程研習，以取得第一手資料並實際參與操作。另外也搭配質性研究，訪談相關領域應用有成的戲劇治療學者，並選擇幾個實務應用機構、戲劇創作者作參訪觀摩。研究過程中理論與實務並重，觀摩與實習兼具，目標是探索戲劇治療活動對於創傷議題的輔導效益。研究過程以下一一說明：

一、相關文獻探討

（一）台灣現場：校園創傷輔導的難處

掩埋在心中的創傷，常常因為環境的提示而被再度揭開，像是每年九二一震災或八八水災周年前夕，媒體再度報導相關消息、家裡祭拜儀式、或學校例行防災演練等，都會讓傷痛再度浮現。驟然發生的創傷，例如交通車事故、意外電擊死亡，或近來頻傳的校園霸凌事件，也都是讓校園不得安寧的成因。無論是天災還是意外，學校同常會視之為「家醜」，急著處理危機、料理善後，希望在記者衝進校園前儘快彌平風波，因此，個別的心理創傷和集體的情

緒騷動則傾向壓抑（黃龍杰，2008）。例如，Kelly（2002）研究船難倖存的六歲小孩，常在作業中畫出惡魔並在課堂中談論，老師因困惱而禁止，促使孩童開始做惡夢甚至嘗試自殺，因為他說寧可用死來停止腦中出現的惡魔。筆者也曾悲傷輔導一個八歲兒童，發現因為母親拒絕談論父親的死亡，促使小孩學習關閉微笑和淚水，暴力則成為他表達情緒的唯一方式。兒童心理學家 Violet（2000）說：孩子的感受應當被成人所期待、認可、接納、尊重。然而台灣校園多半積極為兒童創造一個船過水無痕的美好想像，擔憂心理治療會讓孩子處在危險當中，寧可把心中的野獸關在深處，訓導、教導看到問題又害怕問題，輔導工作便常在這難處間停滯了。

（二）戲劇治療於創傷輔導的運用

其實早從歷史上的巫術儀式,戲劇早就在我們的日常生活扮演特殊角色,它可以是茶餘飯後用來娛樂彼此的工具,也可是傳遞重要訊息的媒介。自 30 年代的戰後時期，戲劇被廣泛地運用在健康和特殊教育機構的情形，有非常明顯的增加情形，許多不同領域的人(例如 職能治療師、教師、精神科醫師或是從其他領域如劇院轉向治療機構的戲劇專家等) 發現戲劇可以用在治療和個人改變上，然後這些人組合形成團體，於是戲劇治療正式成型。到了 70 年代開始，“戲劇治療” 這個名詞開始被正式提出並確立其在心裡治療上的貢獻與獨特的地位。

戲劇治療使用戲劇式活動或劇場的程序，讓參與者在治療的過程中透過情緒的發洩、淨化與各種象徵性的表達，自發性地碰觸內在世界的所有經驗（Landy，1998）。過程中，參與者重新自我確定，進而緩解精神上、生理上及情緒上所存在的疾病或障礙，以全新的觀點去面對或解決外在環境的困擾，適用於一些特殊的個案或團體，尤其是無法用語言來形容的創傷（Peter，2003），更有其療癒上的優勢。國內張曉華教授（2004）指出：在 as if 的戲劇性真實中，產生美感距離，利用它能增進對學生的了解並進行輔導與諮商。英國教育戲劇家 Somers（2001）認為：戲劇式的學習是全面性的，透過 living through，團體中的參與者能感受、經歷並呈現出自己的觀點與想法，除了發展認同感之外，也會幫助所有參與者，包括帶領者自己，重新認識自己，學習用

新的眼睛看見自己。因為以上特點，近年來戲劇常被運用於創傷的治療當中，尤其兒童常在重大創傷後常有逃避現象或以混亂、激動之行爲表達。我們可以視戲劇治療提供創傷輔導一種安全體現的可能，讓孩子們得以在意識上重新經驗創傷的記憶，明白一個過去創傷的記憶不代表一切，勇敢面對給其一個重新詮釋的機會，將“危機轉化成轉機”，從恐懼中學習愛的個個面向，證明受創的人還是可以繼續掌握自己創造未來的。由此期待戲劇治療於創傷輔導中創造一個可能：每一個人心中或許都有一頭野獸，野獸並不可怕，只要經過溝通和馴服，和平共處是可以期待的。

（三）英國應用聚焦：故事轉化創傷

英國是戲劇治療歷史的發源地，而各項戲劇性技術中，「故事」的使用是目前最普及也是最多元的，譬如：使用個人生命故事的心理劇和一人一故事劇場；運用集體記憶的童話和神話故事；治療師與個案互動說故事或即興自發的創作故事等（Jones, 1996）。創傷因為難以述說或者難以面對的特性，運用故事作療癒媒介是最溫和及有效的（Jennings, 1990）。從 Kelly（2002）的實例中，在一個老師被謀殺的學校裡，使用故事作為治療媒介，讓學童在此事件所感受到的情緒、對老師的不捨以及衍生出對死亡的恐懼有所舒展；Verena（2004）認為與童話主角的認同往往帶來做決定的勇氣，藉此釋放出希望。所以，說故事是一種形象鮮明的溝通方式，一個生命的「出口」（Henry, 2002）。知名教育與說故事專家 Laura 也在她的書中多次提及用說故事來處理校園危機的經驗，例如，霸凌、重大災難、校園意外事件等，她均用故事協助安定孩子的外在的恐慌與內在的創傷（Simms, 2011）。她認為那些創傷事件對於孩子們是突如其來的黑暗，他們需要一盞明燈，故事本身不直接提供問題的答案，但是它正式點亮人內心的那盞燈；她說“By facing the fear and terror, I become free” 面對恐懼才能得真自由，人內心暖和明淨了，問題自然有其清楚的方向，答案也就不遠了。所以我們可以視故事給創傷記憶一個可以表達和轉化的空間，輔導學童宣泄情緒和昇華壓力，孩子從親身經驗的悲劇裡體會「危

機就是轉機」，個人創傷事件昇華成生命教育的珍貴教材。當孩子順利度過創傷，完成哀悼，或許心中的野獸就不在那麼令人害怕了。

小結：所以當本國校園面臨實作瓶頸，戲劇治療剛好為其開了個出口，故事讓創傷不在令人害怕而且有了被療癒的可能。得知英國校園有很多戲劇與故事應用在創傷輔導的實例，本研究即親自到國際說故事學校作課程學習、其間走訪幾個應用戲劇治療專業機構與學者、也請學者專家推薦幾個製作創傷專題的劇場觀摩，經過與成果於下二個章節具體說明。

二、課程經過與具體成果

（一）學校與課程介紹

時間：2011/09～2012/01 其間

地點：East Sussex，Forest Row

對象：愛默生學院國際說故事學校

Emerson Collage 是一個英國有名以人智學為教育哲學理念的成人教育培訓中心，提供各種創意藝術教育，治療等專業訓練。建立於 1962 年，從昔至今許多世界各地的教育工作者即心裡諮商工作者皆會聚集於此，做深度的交流和學習。學校早期曾是華德福教育師資培訓的大本營，校舍和教室本著人智學的理念都蓋得很有特色，空間設計撇除一般的既有印象，辦公室很小電腦教室也很小，反而有許多大的地板教室，擺放著樂器與各種藝術媒材，提供學生們可以創作與思考的空間（圖一～四）。充滿各國與各時代的服裝間以及蘋果樹下提供個人沈思的椅子，都可以看見學校鼓勵學生擁有做夢與創造奇蹟的用心；大廳牆上掛的不是名人的仿作而是學生的創作，各種類型的藝術作品充滿色彩和人文氣息引發更多的對話，連廁所也貼上一首首詩作，讓人久久捨不得出來。本研究特選此學校作為主要的研習對象，除了學術上的學習外也希望藉著置身其中耳濡目染其教育哲學與精神。

International School of Storytelling（國際說故事學校，簡稱 ISOS）和愛墨生學校合作各種專業故事應用課程已經有十幾年時間，學生皆為在職的專業人士，大部份來至藝術工作者、教師、心理工作者等。ISOS 提供的課程主要是故事不同的應用：包含藝術表演、學校教育與心理治療。課程目標包含概念的討論與技巧的實作，教學內容傳統與創新兼重、即興與創作並俱，長期以來吸引來至世界各國的人前來取經。學校由三位老師領軍：Ashley Ramsden、Roi Gal-Or、Sue Hullingsworth（圖五和六），分別來至於英國、以色列與瑞士，各有風格也各司其職，全都溫暖風趣易和學生打成一片。除了他們之外課程中也特聘數位專題講師，兼顧學習的個個面向，讓學習者能在學術層次與心理層次都得到照顧與滿足。所以本研究經過數月課程上扎實的學習，對戲劇如何引發療癒效果有精神上的啟發，並對於故事如何與創傷工作也有實務上的領會。



圖一、每間校舍皆是特殊的建築設計
常出現不規則的線條，顏色也以大地色
系為主



圖二、沒有制式的桌椅，教室裡有五
顏六色的藝術創作和舒適的地板空
間，學生們常例用課餘時間來此練習



圖三、資源豐富的服裝間提供學生創造



圖四、校園的許多角落裡擺放椅子提

與角色扮演的空間	供個別省思的空間
	
圖五、Sue Hullingsworth, Ashley Ramsden, Roi Gal-Or (由左而右依序)	圖六、老師R十月底過生日，同學們以猶太人傳統舉椅子儀式替其慶祝

(二) 多元文化的激盪與啟發

此課程雖然坐落於英國的城鎮中，來上課的人卻來自四面八方，班上十六個同學中算一算總共來自於十二個國家、不同的膚色語種族、多種宗教與政治背景、年紀更橫跨十九歲至六十五歲，多元文化在同一個學習環境裡相互激盪、相互切磋，而個別在專業上的豐富知識更成為彼此的老師。本研究其間有多次和同學的對話與議題討論的機會，也因為課程裡需要得以分享許多人的創傷與療癒的故事。聆聽故事的同時也瞭解眼前這個說故事人背後的生命力量，助人者需要先自助，深刻的故事也成就一個深刻的人，多元文化帶來的視野我受益良多。

同學們多數來自於故事應用專業，其中很多與兒童教育或心理工作有關，所以常常聚集起來分享所長與所聞（圖七～十二），以下舉例說明：Silvia，一個才二十幾歲的德國女孩，已經到世界各地進行和平工作並與問題青少年工作，課程中她多次述說對僵化教育體制的觀察與反彈，有心運用故事來影響與改革教育者以及家長的思維；六十五歲的丹麥同學 Birgitte 是班上年紀最大的卻是體力最好的，對每一項挑戰都如期且積極完成，她自己本身是長期跟聽障孩童和家長工作的專家，試圖運用故事為身障者的教育局限帶來新方向，也計畫著將老人帶到學校中說故事，即知即行勇無畏懼是她與生俱來的魅力也是行動的本錢；來至印度的同學 Gauri 目前住在英國伯明罕，她長期用故事和

移民婦女工作，並帶領弱勢婦女進行團體工作，與她的互動中讓我想到跟台灣的外配婦女議題可以作呼應學習；來自紐西蘭的 Rex 是一個心理治療訓練機構的領導人與講師，主要是跟監獄裡的犯罪人或心理受創的男性工作，他強調運用戲劇協助打開了很多男性心理僵化的設定，因此可以順利與其創傷工作；當然英國當地也來了很多專業人士，像 Suzzane 就是一個，她本身是一個學校老師也長期在學校說故事，但她還有一個特殊身分就是：癌症患者，親身走過患病與住院，她跟我說：埋怨、沮喪、和生氣都解決不了傷痛，反而和病友相互激勵、述說與聆聽故事的經驗，喚回她對生命的好奇與期待，這樣的領悟激勵她未來的方向就是將故事運用在癌症病童身上。後來課程即使結束了，一群人仍隔陸跨洋繼續給與彼此支持，多元學習持續啟發中。



圖七、來自不同國家背景的人一同學習與交換專業知識，全都是爲了同一個目的：運用小故事服務大社會



圖八、來自德國的 Silvia Angel，正在說一個幾乎要被放棄的孩子，如何被治療成功，最後站上世界舞台的故事



圖九、來自丹麥的 Birgitte Franch



圖十、來至印度的 Gauri Raje

 圖十一、來自紐西蘭的 Rex McCann	 圖十二、來自英國的 Suzanne Caller
--	--

（三）活動設計主題探索：故事成為與兒童溝通的語言

課程中有許多實習的機會，有時課程裡會跟當地的學校合作（Michael Hall 一個位在 Forest Row 的小學）操作一些生命教育議題，運用節慶活動搭配主題可以呼應教育目標，進而進行輔導和治療，這是未來運用在學校輔導最佳實習機會。譬如，我們於萬聖節舉辦了一個戶外說故事“與死神對話”的闖關遊戲（圖十三～十六），我們於夜晚戶外設下五個故事站，兒童們由家長陪伴分成小組輪流去聽一個又一個關於死亡的故事，每一站他們會收集到一個不同的字母，最後拼成“SIMLE”，然後拿著這個發現去終點站和一個“死神”對話。五個死亡的故事都精心挑選過，來自不同國家關於死亡與重生的故事，其中多數故事主角都經歷了冒險和苦難，最後用不同的方式面對與接納死亡。活動中我們還設計佈置一個“思念的花園”，裡面佈置成溫馨且詩意的環境，無論是小孩或家長都可以進來坐在安靜的位置上，點個蠟燭想念生命中死去的家人，或在我們事先準備好的沙畫平台裡寫下對其想說的話或一首小詩，這個部份將參與人的思緒與心境帶遠，娛樂中兼併有深度的議題探索。整個活動圍繞死亡主題但卻是笑聲不斷，機智的死神幽默的即興互動幾乎讓每個孩子事後都談論不休，這也是本活動設計希望能替萬聖節還原節慶真正意義，而不是像現在的孩童幾乎只剩下裝神弄鬼的印象。

課程中強調一個概念：說故事將平面的文字內容化成立體的語言，這可以創造溝通的各種可能性。尤其是與兒童的溝通，類似以上的悲傷輔導議題大人往往找不到適當的辭彙或態度，藉由故事仲介難以互動的關係會產生新的對話可能，左右言它的窘境可以瞬間化解，可以說：故事成為與兒童溝通的語言。據學校老師分享，一般學校裡注意力不專心的小孩聽故事時都很專心，有時無法相處在一起的孩子會因為要聽故事而安靜下來坐在一起甚至一同融入劇情（圖十七、十八）。觀察城市裡的兒童，因為長期在網路上留流已經習慣螢幕為最主要的朋友，他們不再熟悉直接的接觸與溝通，所以藉由故事為工具做活動與議題設計，希望一方面使學校輔導親切生活化，也期待大人與孩童之間能回歸原始的代代生命智慧口耳相傳，開啓感性且有想像力的溝通。



圖十三、課程中為一個小學設計活動，帳篷中小孩們依偎著聽故事



圖十四、夜晚裡的森林我們帶著觀眾圍在火堆旁說關於死亡的故事



圖十五、小朋友闖關抵達終點，來到死神的家跟其對話



圖十六、對話完後小朋友會得到二個紀念品，一個屬樂趣一個屬生命激勵



圖十七、小孩對於互動式故事劇情有獨鍾，瞬間聚精會神，會後有可以針對議題與其作後續互動



圖十八、往往說完故事後，親子之間的互動會增加，常常看到三代同堂的畫面，如圖中三代女性共享一個話題

（四）有形戲劇中無形療癒：故事是創傷最好的解藥

Jones(1996)將戲劇治療的內涵為九個核心歷程，這九個核心過程如下：

- 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（personification）與扮演（impersonation）
- 5.觀眾的交互作用與見證
- 6.身體化（embodiment）：以戲劇表現身體
- 7.遊戲
- 8.生活與戲劇之關聯
- 9.戲劇治療之轉化

課程中的活動可以應對以上的戲劇治療過程，在此擇例說明（圖片十九～二十）。首先每日必進行的戲劇遊戲帶來創意和樂趣，和傳統課堂模式最不一樣的部份是打破“疆界”，包含我們自身和空間的互動模式，以及人與人之間的互動模式，原本我們站有站相坐有坐相的規矩被打破，大家橫七豎八低連結在一起，一群人從不認識到互相依靠與連結，身體的緊密帶動心理距離的拉近。再來介紹治療性故事的應用，我們從小就喜歡聽故事比聽課還專注與自發，課堂中同學們實際述說自己關於創傷的故事，生命故事投射於戲劇化的扮演與講述中，真實創傷事件轉化成舞台上的故事，事件的主人因為美感距離產

生安全感，在團體成員的支持下替故事編織脈絡尋求結局。故事的主人不再是創傷下的受害者，轉身變成自己結局的導演，這樣的充權（Empowerment）過程彷彿象徵：現在的自己為過去的舊傷痛找到新解藥。通常述說後大家會給與回饋，個人會因此得到很多心理的支持或實質上的意見，但最終人還是要回歸到自己，所以和自己對話是非常重要的。課程帶領我們體驗各種藝術創作為整個對話軌跡的具體呈現（圖二十一～二十四），譬如來自希臘的同學E的作品分成兩面，代表接受自己的沮喪但也期許自己會有陽光來的時候；而來自以色列的同學D的作品上有兩個自我，一個是正在尋找認同的現狀一個則是和他人不一樣的過去。真實人生中很多故事還沒有結束，創傷若在療程便繼續著，但我們用故事逐一尋找解藥。



圖十九、劇場遊戲常常帶來關係的暖身：仔細看大家互相躺在彼此身上，身體下面完全沒有一張椅子



圖二十、儀式化的呈現是個很好的戲劇治療工作，可以放掉既有的刻板印象，探索出不同面向的自己



圖二十一、故事袋作品A-1，同學E於



圖二十二、故事袋作品A-2 同學E另

其中一面呈現她的負面情緒	一面呈現她的正面情緒
	
圖二十三、故事袋作品 B，同學 D 一路走來後呈現主題：預見另一個自己	圖二十四、有時候我們也會運用其他素材作跟自己對話的呈現

二、觀摩實習與參訪心得

(一) 一人一故事訓練機構

時間：2011/11~12 其間

地點：倫敦地區

觀摩單位與對象：英國 Playback 學校，真心劇團，Veronica Needa

Playback 劇場，中文譯為一人一故事劇場，是一種即興表演的民眾劇場，由台下的觀眾提供自身的感受或經驗為故事，台上的演員立即用簡單有系統的表演形式將故事呈現出來。這是個著重互動、開發潛能、及合作創造的劇場形式。人人都可成為表演者、說故事者或是觀眾。在過程中，體會到人人都有故事、都有感受；也藉由分享故事，演員如實地演出說故事者的心情，創造出一種積極聆聽的氛圍，這種共同體驗故事的過程，同理心、自覺、創造、尊重等學習，自然發展出來，是淨化人心、凝聚共識、探索文化的最佳劇場形式。從 Jonathan Fox 原創始至今有三十幾年的歷史，世界各地遍佈一人一故事劇場的團隊。

本研究安排幾次參訪英國一人一故事劇場學校的負責人 Veronica Needa，並於她帶領的真心劇團工作坊裡觀摩實習（圖二十五～三十）。Veronica 操作一人一故事劇場多年，不只在英國是此領域的導師，更於國際組織擔任過領導人角色，她帶領著她的團隊運用此劇場模式在藝術與應用上皆有不凡成就。此

劇場模式因為其特殊的演出形式，很常被應用在心理治療的目的中，譬如真心劇團裡有許多華人血緣背景的團員，就針對移民過程中創傷議題作很多次的演出與工作坊，期待藉由此演能讓移居在英國的華人有機會一吐生活中的壓力與不平等待遇。另外也結合世界網絡舉辦各種議題的活動，努力於 “Social Change” 社會改革，並極力闡揚正義讓弱勢發聲的重要性，此行我到他們的機構實習剛好也是研究課程進行到緊鑼密鼓之時，適時地有了機會說說自己的故事，對家人的想念因此有所抒發，甚至得到現場其他人的共鳴，許多更深層的故事接續說出呼應同個主題，故事的紅線串起一群原本不認識的陌生人，個人的議題成為集體治療。這種應用簡單，沒有佈景道具只需要人和簡單的樂器，卻能承接各種複雜的情緒和生命故事，實在是非常適合推薦給學校單位使用。



圖二十五、Veronica 老師親自帶領工作坊裡的練習



圖二十六、參與者輪流擔任演員，學習同理心，真誠聆聽別人的故事



圖二十七、Playback 劇場用肢體表達情緒，具體化抽象情感



圖二十八、Playback 劇場裡，大家分享生命中矛盾、困苦、煎熬的時刻

	
圖二十九、個人的生命故事將不同種族膚色的人們連繫在一起	圖三十、雖然名為一人一故事劇場，卻吸引來自世界各國、不同專業人士聚集

（二）專業培訓學者訪談

時間：2012/01/01~15

地點：倫敦地區

Janek Dubowski（圖三十一）領導 Roehampton 大學戲劇治療碩士與博士課程，其大學裡的 Whiteland 學院更是提供許多職業專業進修機會，包含各種創作藝術學分課程和短期的專題研究，世界各地的現行治療師或對此領域有應用需求的人都可以於此得到實際的訓練。Phil Jones（圖三十二）倫敦大學教育學院教授，是英國戲劇治療學術領域最早期人才培訓的先鋒。此行安排研究者與兩位教授對話，以期向完善的體制作文化學習與互動。

英國擁有完善的戲劇治療學術課程規劃及豐富經驗的師資，而且與學校建教合作也已有深厚的基礎與發展。研究其間連絡兩位學者作訪問以瞭解其戲劇治療師資培訓的管道，兩位教授分別指出大學裡面的治療師培訓課程均是碩士階級，主要是提供給已經有工作經驗的專業人士進修第二專長或職業增能用，最常來進修的人有：心理諮商師、社工、老師、戲劇工作者，這些人適合運用這門學問的人。他們談到此專業經由常年經營已在英國奠定學術地位，近年來戮力於治療師的認證制度與醫療體系的結合，保障個案的權益外也協助此專業的工作者能有個完整的工作權保障與督導系統。拜訪中得到兩位教授的很多概念上的傳授，十分鼓勵將戲劇治療運用於學校輔導中，尤其是於創傷議題的使用。也承諾如有機會願意來臺作專業分享並協助成立培訓體系。

	
圖三十一、Janek Dubowski	圖三十二、Phil Jones 與我

（三）戲劇創作經驗參訪

- 運用耳熟能詳的繪本故事躍上舞台述說勇敢與恐懼

作品：We' re going to bear hunt

時間：2011/12～2012/01 其間

地點：Exeter

“We're going to bear hunt”原是一本黑白素描插畫搭配韻文的故事書（圖三十三），畫風樸真搭配動作狀聲詞，變化趣味多。故事描述一家人在美好的一天出發去獵熊，他們勇敢不畏懼，一起克服困難，穿過森林、山洞和溪流，最後終於發現熊的蹤跡。由英國 A KW/NB 公司製作成兒童劇巡迴英國大城小鎮演出已經數百場，也定期地和學校合作邀請學生觀賞。我幾度從觀眾席觀察孩子們的反應，發現他們很積極的互動也有許多和家長討論的動機，可見一個藝術性高的戲劇作品很快可以啟發良善對話。研究其間我訪談劇團演員，他們表示導演設計這個作品時，加入單親爸爸的面向，導演想呈現一個單親父親如何帶領著尚年幼的孩子生活與玩耍出生活樂趣，演出畫面裡有他們大膽追熊但又害怕的矛盾情節（圖三十四～三十八）。介紹演出主題曲（歌詞來自於繪本），如下

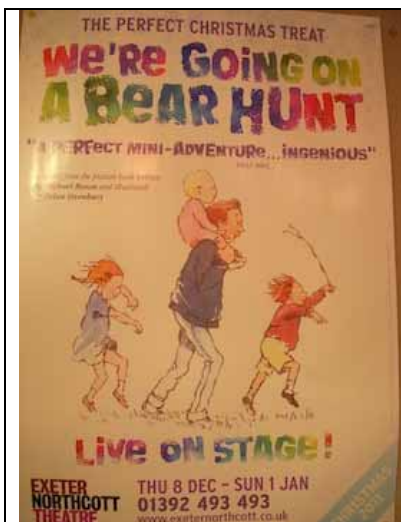
We're going on a bear hunt. 我們一起去獵熊

We're going to catch a big one. 我們要列一隻大的

What a beautiful day! 這是美好的一天

We're not scared. 我們不恐懼

我訪談演員時，針對戲劇跟創傷這議題呼應有個深刻的體悟：**熊即是一種“創傷”的象徵**，牠遙遠住在深山裡，我們看不見牠但這野獸是存在那兒的。回應本研究最早提及的，面對創傷的唯一方式就像歌裡面說的：不恐懼！演出中編排了演員跟觀眾詢問熊長甚麼樣子，這彷彿象徵了：面對恐懼與征服它之前，我們得知道它長甚麼樣子！我們要辨識並揪出它來。演出中他們得經過一次又一次的關卡，大自然種種困境象徵著我們人生種種考驗，劇中不斷重複出現台詞“ we cannot go over it, we cannot go under it, oh, no , we have to go through it” ，我們無法躲避我們必須親自去經驗過它，勇敢面對恐懼吧！



圖三十三、此劇的演出海報，可見繪本原本的各個角色



圖三十四、故事表面是獵熊的故事，裡面的議題卻是勇敢與恐懼



圖三十五、故事裡面有很多單親父親



圖三十六、嬰兒的角色在故事裡從被

和小孩們細緻的互動畫面	照顧者道學著走路，是一個隱喻用法
	
圖三十七、一家人最後累到一起睡著，象徵家人的愛才是最後歸宿	圖三十八、後台裡被捆著的熊也彷彿象徵著被處理掉的恐懼或創傷

- 即興說故事裡面深度探索死亡與悲傷的議題

作品：Talking Dog

時間：2011/12～2012/01 其間

地點：Hove

研究其間至南部的 Hove 拜訪導演 Sarah Davies(圖三十九)，她是個專精於面具和即興戲劇的戲劇老師，這一個作品是她號召學生一起即興創作的戲劇作品。她自己對死亡議題：關於人的一生中有數次近親的人死亡或親自處理其後事的創傷經驗，還有當自己老去時如何面對死亡時種種問題很有興趣。導演邀請參與的演員親自述說自己的經驗，並走上街頭對外訪談集結大眾的想法與故事寫成劇本。最後戲劇演出以一隻狗的觀點出發，述說一個家庭裡面對戰爭時人為的死亡與自然產生的凋零。我拜訪其間有機會觀察演員故事的發展並與其討論，觀點的敘述與爭辯都是一個很醒腦的過程，也會接觸我們自己對死亡議題的檢視，每個人都走過類似的心裡階段，從漠視認為此議題跟自己無關，經過死亡降臨前的拒絕承認、憤怒，到最後的恐懼、悲傷。劇本裡面巧面的將每種不同反應融入不同角色中，也可以看到不同對死亡的反應產生不同的生活態度。我觀察觀眾看演出時有笑又有淚，有機會訪問他們時（包含導演年邁的雙親），他們皆表示被故事裡面很誇張的戲劇張力給逗樂，但也被裡面角色所代

表的真實心裡照見給震撼和感動。從此可見，一個好的戲劇作品，彷彿提供大眾一面鏡子，大眾可以在裡面投射自己的情感，如此彷彿進行一場集體治療。



圖三十九、導演 Sarah Davies 與我



圖四十、演員們正在拍劇照



圖四十一、演員們進行即興故事的過程，劇本算是每個人生命的交集



圖四十二、演員們正在戶外訪問一般大眾對於死亡議題的想法

結語：

研究過程中持續對文獻的閱讀企圖建立戲劇治療應用上的先備知識，但四個月以來最辛苦也最有斬獲的還是故事課程上實際的學習以及與專業學者業師的觀摩實習，透過多元文化的激盪與啟發、活動設計的實作與創傷主題探索、以及見證專業團隊的施作，研究逐漸證明：故事是大人和兒童溝通的語

言。戲劇治療切入校園輔導的點便是：在有形戲劇的設計下我們進行無形療癒，水到渠成後發現：故事是創傷最好的解藥。藉由戲劇治療，我們在故事的深處超越傷痛，證明其對校園輔導有期正面效益。研究過程結束後對於專題整體的心得省思與建議於下一章節作呈現。

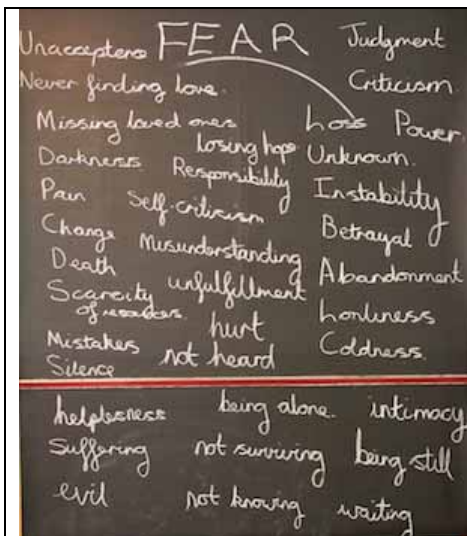
伍、心得與建議

一、研究心得與自我省思

研究過程中個別心得於課程與觀摩的部份我於前文有所提及，在這一章節比較是四個月研究後對專題整體省思後的心得。

（一）關於創傷這件事：用愛面對恐懼

課程中我們除了技巧訓練外，最主要的我們一直不忘回歸關於心的關注，我們討論什麼是愛什麼是恐懼（圖四十三、四十四），研究發現關於每個創傷故事的背後如果你具細的頗析下去會發現，其實都跟我們人類想要失去愛、想要愛這初衷有關，但因為那些受創經驗所以我們產生恐懼的經驗，致使導致於生活適應不良或者情緒困擾等症狀。害怕談到過去的傷痛有時是因為太愛失去的人事物，怕一碰觸就無法承受所以能可避而不談，然而逃避卻無法阻止創傷發膿，從許多生命故事的敘述裡發現，恐懼無法使心靈平靜反而阻礙人行動前進，唯有試圖回到心的初衷才能面對恐懼，承認失去的、檢閱存留的，繼續愛人與被愛的能力。



圖四十三、Fear 恐懼：是我們最大的敵人，課程中大家列出一堆清單，而每個恐懼的背後真正的原因跟愛有關



圖四十四、Love 愛：是面對恐懼與處理創傷最好的朋友，仔細看圖中有各國家對愛的寫法和拼法

(二) 關於身為學校老師：說故事的魔術師

每一個說故事人就像一隻天鵝一樣，水面下雙腳拚了命地划，水面上還是保持優雅，而當一個老師也是這樣的。尤其是小學階段，一個老師擔任的工作不只是知識、技能上的傳授，還包括情感上的支持，要如何擁有八爪章魚的職業能耐又可以顯現溫柔的態度於生活中呢？我們實在就是個說故事人！一個懂得說故事的老師，需要十八般武藝（圖四十三、四十四），像變魔術一樣因應時機扮演不同角色、說不同的故事。每個地方都可以說故事（圖四十五、四十六），每一個故事都代表一次傳承，故事產生的知識和情感便是孩子成長或創傷療癒的最好的養分。



圖四十三、“偶”非常受到兒童的喜愛，老師在學校可使用簡單素材當偶	圖四十四、角色扮演的過程讓老師們的定位不在僵化
	
圖四十五、美感距離下戲劇化自己的故事，大自然是個絕佳的故事場合	圖四十六、孩子聽完關於樹的故事後，用行動表達對樹的感謝

(三) 戲劇治療生活化：想像與真實的遊戲

老師不是治療師，所以運用戲劇治療於校園輔導中需要包裝，硬生生的使用可能會導致學生的防衛，必須以戲劇活動為前導於生活中漸進深入孩子的問題核心，才能達到治療效果。戲劇治療最常被使用的工具列於下，教師們如果能活用它們，先不論進入療程的使用，光在教學上就可以活潑化、創新化。如果進一步善用它們希望能達到療育兼併的效果，表面上是運用這些工具玩

“as if” 想像的遊戲或活動，實際上是真實地給與孩子表達自己的機會。藉由具體外在的工具傳達反射內心抽象的情感，就像溫水煮青蛙，再反抗再頑強的“創傷”也可以慢慢地被征服。以下這些工具中於本次研究過程中均有機會體驗（對照前文），雖然巧妙不同但都是容易學習上手的工具，許多都可以被設計於課程或團體活動中（參見後文舉例），這些想像的遊戲一開始可以創造笑聲，笑便是卸除心房的最好暖身；再來可以創造畫面，心裡故事的畫面，令人沮喪傷心的畫面需要被陪伴或宣泄，令人懷念夢想的畫面值得被珍藏和頌揚，這個過程試圖強調生命中每一個重要時刻都值得我們花時間拜訪，創傷記憶也是其中之一，不會再是不能說的祕密；最後想像的世界劃下句點，彷彿每一個故事的結尾 “過著幸福快樂的日子” 鼓勵人往前看、正向積極地再出發。

戲劇治療中常用的工具：

1、神話與傳說	2、文本	3、溝通活動	4、象徵和想像
5、拉邦舞蹈技巧	6、遊戲	7、即興	8、角色扮演
9、光譜照片	10、雕塑	11、呼吸練習	12、說故事活動
13、表演	14、投射	15、敏感度練習	16、樂器
17、視覺圖像	18、模仿	19、評估活動	20、默劇
21、自我表述	22、夢的解析	23、服裝	24、劇場遊戲
25、偽裝模擬	26、歌唱	27、律動與音樂	28、偶
29、故事創作	30、角色互換	31、分組工作	32、聲音
33、放鬆訓練	34、化妝	35、面具	

(四) 社會資源應用：專業劇團美感經驗

本研究拜訪兩個劇團的經驗得到一個心得，一個人或一個學校的力量是有限的，不如對外整合現有的社會資源，例如現有的專業劇團。因為專業劇團本身有專業的導演、編劇、演員和技術人員，肯定比學校自己可以產出藝術價值較高的作品，而藝術性越高的作品可以詮釋的議題越多可以影響的心靈也越多。我國內已經有數個完整發展的兒童劇團，政府單位可以鼓勵或委辦他們設計適合學齡兒童看得並有創傷輔導性質的演出，巡迴演出、孩童透過觀看與美感接觸，感動留駐較久思考也會比較深刻。國外就有許多劇團長期和學校合作的歷史已經行之久遠，譬如：Traveling Light Theatre，

<http://www.travellinglighttheatre.org.uk/> 已經製作許多好戲長期巡迴校園演出；

Little Angle Theatre，<http://www.littleangeltheatre.com/lat/> 擇是致力於偶劇的教師研習以及學校演出多年。國內這種風氣也正在興起當中，譬如，紙風車三一九下鄉，透過企業贊助回饋偏遠小學。另外這幾年也有一些團隊專門作應用戲劇，他們發展出來的戲劇形式更是適合融入校園輔導，譬如一人一故事劇場(對照前文)、教習劇場、論壇劇場等，都是適合整合做一系列的議題活動。以下提供一些可以跟學校單位合作劇團資訊：

——擬爾劇團 <http://www.wretch.cc/blog/playback8p>

沙丁龐克劇團 <http://www.theatresardine.com/>

九歌兒童劇團 <http://www.9s.org.tw/>

如果兒童劇團 <http://www.ifkids.com.tw/>

紙風車兒童劇團 <http://www.paperwindmill.com.tw/paper/>

無獨有偶工作室 <http://www.o-puppet.com.tw/>

台灣應用劇場中心 <http://tw.myblog.yahoo.com/catt-20060501>

小結：當老師運用戲劇治療即成為一個會說故事的魔術師，故事帶孩子來到創傷的深處，面對創傷的同時其實是面對恐懼。而唯有愛，才可以運用想像力真實地超越傷痛。

二、供國內參考之建議事項

本研究從一個教師的角度去思考戲劇治療如何為校園創傷輔導工作效力，研究行程後的省思帶來延伸的幾項建議，每項建議下也提供範例，提供本國執行政策者或現行教學者作為參考，如下：

（一）個別課程設計：創傷議題融入領域課程

創傷的議題不是只有特殊幾個個案會遇見或只是發生在小小診療室當中，有時影響之大是需要作整體課程設計的。譬如：遇到重大災難事件（包含人為和天然），可能國家社會環境心裡都會跟著受創，整個校園中都需作危機處理與創傷輔導；有時因為社會環境變遷家庭結構改變（譬如，離婚率增加單親小孩比例增高）少數幾乎等於多數大大影響團體動力，班級也是需要針對此議題而作全體輔導的。我自己本身擔任過輔導組長，也擔任過認輔老師，深深知道預防甚於治療的重要，所以強烈建議可以將創傷議題直接融入一般課程當中，讓輔導深入於教育中是個治本之道。而戲劇正是我此融入過程的最佳導遊，由它帶領著冒險的發生。

我在此提供一個教案當作課程設計參考。此教案中試著將綜合領域裡的輔導議題，如悲傷、死亡議題，加入現行的藝術與人文課程。依我的觀察如果我們能技巧性結何兩大領域課程，堂數加起來一星期共有五節，五節課可以作一次很完整的課程設計，從暖身、問題聚焦、主題深究到議題結束與心情分享。因為這兩大領域目前尚無考試壓力，合併的話不易衍生困惱，甚至可以化零為整兩大領域一起作深度探索。試想：在藝術創作的氛圍下進行輔導，兒童不會馬上有負面反應，創作的同時可能無形地或甚至會主動並熱衷討論，這時在帶入議題便是自然而然的事。一旦讓兒童於教室中習慣議題討論、懂於情緒表達，如此有各別創傷事件發生時，也比較容易說出口或主動求助師長。讓孩子對心中的野獸不再只有無謂的恐懼，而是知道如何把它的故事一一道出，以下我試著將一個學期的藝術與人文課程與綜合領域融入創傷輔導議題為設計，對象以高年級為主，如下：

課程主題：藝想世界

課程說明：藝想世界這個名字取自於藝術與人文領域的技巧“藝”和綜合領域的精神“想”，運用一周的領域結合使班級輔導與個別創傷議題得以發生

預期效益:

- 活化人際互動關係
- 個人找到創意的方式表達自己
- 藉由表達及創作歷程提升自我概念
- 個別的情緒與生活壓力從遊戲中得到紓解
- 過去創傷經驗藉由敘說與團體支持而得到舒緩
- 個別對未來展望的想像藉由分享與作品呈現得到鼓勵與支持

對象 五年級學生

時間:以一學年分上下學期兩階段實施，第一階段實施後依學員狀態調整時間及目標進行第二階段，最後的故事演出可以不同班級作交流分享

地點：教室

器材需求:音樂C D、戲劇小道具、美術素材

課程內容:

時 間	單 元 名 稱	單 元 目 標	活 動 內 容
第一 ~十 週	上學期: 藝想世界， 大大不同	• 畫我話你 • 超級星光大道 • 舞林大道 • 遇見另個自己	• 創意自畫像、你我大風吹 • 自信舞台、肢體潛能開發 • 即興舞蹈、即興音樂創作 • 看與被看探索、面具製作

第十一～二十週		• 面具裡外 • 面面俱到 • 記憶的盒子 • 彩繪圓與緣	• 內在與外在世界的探索 • 角色系統認識與對話 • 放心的盒子、收藏記憶 • 砂遊曼陀羅、解千千結
第一～十週	下學期： 藝想世界， 歡迎光臨	• 我是誰 • 我們你們之間 • 我在我們之間 • 聽自己的聲音 • 說自己的故事 • 寫自己的生命	• 運用形象劇場表達自己 • 運用肢體探索人際界線 • 運用角色扮演群我關係 • 探索心靈角落創傷的故事 • 尋找藝術表達形式 • 劇本創作
第十一～二十週		• 導自己的故事 • 演我們的故事 • 技術排練 • 著裝彩排 • 正式演出 • 演後討論	• 排練故事場景 • 角色排練 • 舞台走位彩排 • 道具服裝製作 • 公開展演 • 演出心得分享

（二）校園整體氛圍：因應時事而作教育輔導

有時候常在校園中看到慶祝聖誕節和萬聖節，可是幾乎都是討禮物和穿鬼裝，比較看不到節慶本身豐富的內涵，比照本次研究課程中節慶辦說故事活動的經驗，我發現節慶的確是一個很好作教育與輔導的時間點。以往老師們於個別的教室本來就會動腦筋，我建議可以化零為整，資源整合，由學校行政單位發起，教師作配合設計相關說故事活動，讓有意義的活動取代商業行為，使孩童能從小就開始認識每個節慶的原始內涵以培養人文素養。因應時事針對集體作議題性教育輔導可以事半功倍，回頭觀察大中華文化裡充滿有意思的節慶可以作創傷輔導設計，例如，我們有中元節、清明節，重陽節，可以作死亡與悲傷議題，也可以作慎重追遠精神推動。前面章節曾提過的，如果能將對死去家人的追念戲劇儀式化，譬如：“思念的花園”為死去的家人種植一棵樹、寫首詩、回演其故事等，抽象的情緒便可以具體的被表達，而不再是個不可以說的祕密。另外在災難議題的地區遇到某些日子也會特別敏感，除了紀念死去的人也需要慶祝活下來的重要，下面我針對災難創傷議題作一個全校性活動設計，如下，

活動主題：那一年，隱形的翅膀帶著愛飛翔

活動說明：於災難的週年紀念日舉辦，紀念死去的人也同時為活著的人祝福

活動對象：全校師生

活動內容：

第一階段 如果再回到從前

戲劇遊戲作連結，發現人與人隱形的關係和連結

用藝術作品標出那個心中想念的人並標在關係中

第二階段 那一年我們一起追的輕狂

運用戲劇遊戲作重要記憶的回顧

找尋夥伴做交互說故事，並在互動中為舊故事找尋新思維

第三階段 拜訪記憶中的春天

引導學員們以肢體呈現故事中的情緒

分組進行故事整合及創作，並利用現有的空間和環境做呈現

第四階段 這一年我們看到那隱形的翅膀

Playback:師長和學生們分享自己曾經的糗事（真實）

Playback:師長和學生們分享關於夢想的故事（想像）

慶祝活在當下：紀錄生命的相互對照與對話

（三）戲劇治療注入小團輔新氣象

上面的建議於一般課堂時間即可以實施，而一般老師也容易做到。但一定也有一些比較特殊的個案，是需要單獨出來的，那我會建議進行戲劇治療小團輔。運用戲劇治療相關活動，一開始可以進行故事閱讀或扮演，進而作即興引發興趣分享自己，然後慢慢引發探索創傷的故事，個案們因為戲劇過程產生的好奇與創意會主動的討論而非被動式地被質問，如此自發性地自我療癒也於其中產生。而且戲劇團體可以曲一個響亮的名字，譬如：戲說新語（細說心語），其實目標是為了作輔導，但是讓孩子再參加實有一個說法，除了讓他們有一個台階可以走出來，也為了吸引他們真的投入其中，接著要進去其內心訪視心中的那一頭野獸也就不那麼的困難了。而創傷議題，無論是天然的災害（如地震、水災）或是人為的（如失親、離婚）都是整個家庭在一起承受壓力，大人小孩互相影響牽制著。所以下面我將用單親的問題當作範例，以面具與生命故事維戲劇治療媒介，設計一個適合親子共同參與的小團體輔導計畫。計畫如下，

團體主題：面面俱到

團體說明：面具是戲劇治療中其中一個重要運用元素，一直以來便有效地運用於象徵某些神秘或內在的訊息，可藉此特色為個人自我探索的助力與團體療育的媒介。在此工作坊中學員將藉由面具關照各個面向的自我以及做自我價值整合，大人與小孩一同訴說生命故事。

預期效益:

- 建立更廣的人際互動關係，支持網絡
- 個人找到創意的方式表達自己
- 藉由表達及創作歷程提升自我概念
- 生活及親子教養壓力及情緒從遊戲中得到紓解
- 過去創傷經驗藉由敘說與團體支持而得到舒緩
- 單親家長與孩子對未來展望的想像得到彼此的鼓勵與支持

對象: 單親家庭 之親子組合

人數：8-16 人，四到八對

時間: 分四個整天，或八次三小時團體，共 24hr

地點：地板團體教室

器材需求: CD 音響、壓克力顏料、水彩筆、石膏紗布、臉盆、剪刀

團體內容:

時 間	單 元 名 稱	單 元 目 標	活 動 內 容
第一階段 6hr	身體情緒面面觀	• 藉由互動戲劇活動 建立對團體的信任 • 運用肢體的伸展及即興戲劇遊戲的體驗開發情緒的舒展及壓力釋放 • 藉由趣味戲劇遊戲認識同儕化解人際界線	• 名字去旅行: 握手的同时交換名字，一個個傳遞下去直到名字被傳回自己身上 • 與陌生人去旅行: 隨機且不斷地和不同人配對成小組，尋找彼此的相同與差異 • 手忙腳亂去旅行: 隨機且不斷地用身體和不同人組成雕像，創造有去的造型 • 情緒的旅行書: 運用身體表達情緒，並藉由同儕的支持及同理心釋放壓抑的情緒
第二階段 6hr	遇見另一個自己	• 生活價值觀探索 • 運用故事的創作激發創意 • 面具製作 • 利用面具討論生活中看與被看的關係	• 價值拍賣場: 藉由戲劇活動的演練去連結實際生活以求探索不同價值觀 • 無中生有的故事: 把同組學員提供不相干的訊息組織成有邏輯及意義的故事 • 無中生有的電影: 從肢體抽象雕塑出發，想像成有意義的故事情節並做即興演出，讓小組歷經腦力激盪的過程並實際體驗各種創意的實踐

第三階段 6hr	面具與角色對話	- 個人角色原型內外探索及角色性格之間的關係。 - 視覺藝術搭配戲劇活動激發靈感 - 設計擁有個人特色的面具象徵自己探訪心靈角落	- 面具製作: 分組協助面具製作 - 臉與被看: 從別人眼中的臉和自己眼中的進行自我認同探索 - 臉的內外: 運用面具所代表的角色原型討論不同刻版印象及角色性格之間的關係。 - 面具劇場: 小組運用面具並針對不同主題作即興呈現，其他組給予回饋讓各組彼此分享成果，從他人成就中學習創意
第四階段 6hr	面具背後的生命故事	- 和自己的情緒和記憶對話。 - 探索個人的角色系統並藉此經驗完成一次生命中創傷故事的重整與再創新意義	- 面具上色: 利用面具內外的顏色去探討主角記憶中創傷所帶來的情緒與困惑 - 隱喻的力量: 結合儀式性的活動和自己的對話，情緒與傷痛記憶由藝術形式表達得以紓解 - 故事回饋的力量: 過去創傷經驗藉由敘說與團體支持得舒緩

(四) 教師第二專長訓練系統提供

目前國內尚無完整的戲劇治療師認證體系，如果有志新增自己第二專長者可以依循英國大學的培訓課程，總時約至少二年，若要拿到職業執照更要外加實習的時間，而一次出國進修除了需要花費許多金錢和體力也得天時地利人和，是個為數不小的投資；然而要等到台灣自己有培訓體制又須長期時間的醞釀及計畫。當下我們可以先做到的是：**由一般老師和學校諮商師操作戲劇治療的活動**，然而工欲善其事必先利其器，要這些人能正確融合戲劇治療於學校輔導中是需要建立一些訓練系統的。所以我建議設計一些研習，讓想要操作的老師們有機會進修，然後建立種子系統分享資源並建立平台互通有無。而本研究可以試著針對研習部份提供先想法，以下我將設計總共約四十八小時的專長訓練課程，階段由淺入深，全部完成者可望已經有應用的能力。第一、二階段主要是戲劇能力提升以及興趣培養，教師們可以趁機活絡一下筋骨與口語能力，並在其中達到娛樂與舒壓效果，一般教師無論是否即將操作此應用皆會因為此研習受益；但如果有興趣實際操作者我建議完整地完成第三、四階段，進入生命故事的敘述體驗，能親自有過探索創傷經驗，面對過恐懼與補充生命愛的能

量，才能在未來輔導孩童時能具備敏感度與同理心，柔軟和堅強兼併當孩子吐露心事的那一片安全的網。研習活動設計如下：

課程主題：教師戲劇治療專長研習

課程說明：以戲劇治療為一般教師與校園心裡工作者的第二專長訓練，建立以戲劇治療融入校園兒童創傷輔導的可能

預期效益:

- 教師戲劇創意與表達訓練
- 教學及輔導壓力從遊戲中得到紓解
- 藉由表達及創作歷程提升自我概念
- 過去創傷經驗藉由敘說與團體支持而得到舒緩
- 建立更廣的人際互動關係，支持未來應用工作網絡

對象: 教師及學校社工師、諮商師、治療師

人數：12~20 人

時間: 分四個週末，或十六次三小時團體，共 48hr

場地：地板團體教室

器材需求: C D 音響、小道具、故事資源

課程內容:

時 間	單 元 名 稱	單 元 目 標	活 動 內 容
第一階段 12hr	種 子 訓 練	初階技巧訓練	• 各種故事類型認識 • 聲音表達訓練 • 情緒表達訓練 • 肢體潛能開發
第二階段 12hr		進階能力開創	• 故事角色模擬探索 • 與觀眾互動的訓練 • 與環境互動的培養 • 即興與創造力提升
第三階段 12hr	應 用 訓 練	創傷議題探索	• 認識創傷議題 • 創傷記憶回顧 • 故事的投射與對映 • 生命中的愛與恐懼
第四階段 12hr		生命故事呈現	• 愛與恐懼的對話 • 故事與生命的交織 • 生命故事上演 • 團體歷程回顧與展望

結語：

以上四點是研究者對本國未來校園裡兒童創傷輔導的一些建議，希望能從點的著手組織成一個面，提供在線上的教育者或者掌握未來大方向的行政者一個參考的方向。戲劇治療不是萬能，但卻是萬分地吸引人，因為它的加持，創傷故事有機會趁著隱形的翅膀乘風飛起，超越恐懼、抵達關於愛的藝想世界... ..。

陸、參考資料

- 黃龍杰（2008）搶救心理創傷：從危機現場到心靈重建。台北：張老師文化
- 張曉華（2004）教育戲劇理論與發展。台北：心理
- Henry T. Close 著 劉小菁譯（2002）故事與心理治療。台北：張老師文化
- James, M and Read Johnson, D.(1997) Drama therapy in the treatment of combat-related post-traumatic stress disorder. The arts in Psychotherapy.
- Janoff-Bulman, R.(1992)Shattered assumption. New York: The Free Press.
- Jennings, S.（1990）Dramatherapy with families, groups, and individuals. London: Jessica Kingsly
- Jones, P.（1996）Drama as therapy: theatre as living. London: Routledge
- Kelly,A.(2002)In the wake of the monster:when trauma strikes. In Cattnach, A. The story so far: play therapy narratives. London:Jessica Kingsley
- Landy, R. 著 洪光遠等譯（1998）戲劇治療：概念、理論與實務。台北：心理

Michael W. & Alice M.著 李淑珺譯（2008）說故事的魔力。台北：心靈工坊

Perrow, Susan (2008) Healing stories for challenging behavior.UK:Hawthorn Press

Peter F. K. and M.K. H. 主編 陳信昭 等譯（2003）心理劇與創傷。台北：心理

Salas, Jo (1996) Improvising real life. New York:Tusitala

Simms, Laura (2011) Our secret territory. USA:Sentient

Somers, J. W.（2001）教育劇場的理論與實踐。台北：財團法人跨界文教基金會

Verena Kast 著 林敏雅譯（2004）童話治療 台北：麥田

Violet Oaklander 著 沈益君譯(2000) 打開孩子的心窗 台北：心理