

# 初學遊戲治療者對於一位 資深遊戲治療者的好奇

藍菊梅（長榮大學健康心理學系助理教授）

張懿心（高雄師範大學輔導與諮商研究所博士候選人）

## 壹、緣起

本文的起點是以一個遊戲治療新手的視框，去理解資深遊戲治療者的學習歷程及其國內外執業經驗，於是我們找了一位資深又有國內外遊戲治療經驗的人(A)訪問，開啟了訪談的序曲。

## 貳、訪談內容

作者基於對文化差異的興趣，想瞭解受訪者在國內外諮商模式的不同及其調適的過程，最後並給予遊戲治療新手一些經驗與建議。

### 一、諮商背景

A是個從事諮商工作約十年的人，前六年是在美國，擁有早期兒童教育及家庭與兒童發展的碩士學位，並修過諮商學程，在美國社區諮商中心擔任以學校為基礎的諮商心理師，工作對象是國小學生及其家長。後四年在台灣，目前就讀某諮商與輔導研究所博士班，他曾於家暴中心、性侵害防治中心、某兒童諮商中心及一些基金會擔任兼任諮商心理師接案。

A從在美國修碩士學位開始進入家庭的工作領域，然後開始修遊戲治療及

諮商的相關課程。因為進入家庭工作領域，及實務經驗上的需要，於1996年開始擔任家庭服務中心的義工及見習生，在「日間照顧方案(day treatment)」擔任助理，協助家庭狀況較不好者之孩子，孩子白天被送來機構，A擔任團體的協同帶領者。1997年開始正式接案，先是在親職教育中心，後來在社區諮商中心，分為到中心接案(office base)及到學校接案(school base)。受訪者主要做的是學校提報案件，經由學校心理師衡鑑之後提出需要協助的孩子，回報給社工，然後他就把這些案轉至社區的諮商機構，由心理師巡迴到學校接案，A大概負責三到四所學校，做個別諮商也帶小團體工作。

### 二、美國工作模式經驗

A在美國工作時，個別諮商部分以兒童中心為主，因為A諮商的學校沒有遊戲室，所以由A攜帶玩具到學校去，學校提供空間諮商。A工作方式一開始都用兒童中心，然後再根據小朋友的狀況加一點策略技巧，因為小朋友主要是行為、情緒問題，所以可能會同時運用認知行為取向。帶團體時因為對象是情緒障礙或溝通互動問題，故大部分使用

認知行為諮商。諮商時間大多是短期的，一個學期大約十六至十八週。若是暑假需要諮商的話，就是和家長溝通，請家長帶兒童到社區諮商中心來繼續諮商，若個案改善就一學期結束個案即結束諮商。

### 三、回到台灣後工作模式之不同及困難調適

A在台灣因為不是在機構裡工作，而是在家暴中心和性侵害防治中心接案，這樣的體系以社工為主軸，孩子需要諮商時再外聘心理師，故A覺國內外最大的差別在於，國內個案的形式多樣而廣泛，不像A在國外後期做的，就只是學校的學童，在台灣個案比較廣泛比較像是在社區工作，國外工作時會被要求一般做到學期結束，可是只要心理師覺得孩子需要繼續諮商，學校是沒有很嚴格要求時間限制，可是在國內都會規定，最多就是十次或十五次，故有結案的壓力。

其實A覺得最大的差別在於一般人對諮商的看法，因為在國外時就是學校的老師、校長及家長，他們是必須要配合心理師的，如果有必要請他們來談或是需要與他們開會，心理師直接校長溝通，校長會就孩子的問題主持會議。在台灣好像變成心理師必須要去配合其他人員，甚至要求導師或家長要來時，他們可能沒有辦法來。在台灣心理師較被要求要有短期的成效，所以A常常會覺得很為難，要在短期次數內達到社工、老師及家長他們要看到的成效，或是要讓問題行為不見是不容易的事。在國外的時候他們也會有成效的要求，但是他

們比較會全然的相信心理師的評估跟判斷，而不會一直去質疑心理師做的部分，甚至雖然只有一點點小小的改變，他們也會相信心理師的專業判斷，跟家長溝通的時候，家長也不會去懷疑心理師告訴他們的部分，家長比較會學習用心理師的視框去看孩子是否有轉變。但是對台灣家長來說，家長會覺得這個小小的轉變沒有什麼，這時候就會覺得自己沒有辦法去達到他們要的成效，這是A覺得很為難的部分。

面對國內外不同的諮商環境，A覺得只能把看到的轉變告訴家長，協助家長看到孩子的不一樣，在台灣A會覺得無力感較深，就覺得好像沒有辦法做到自己想要做的事情。調適的方式就是盡量的做自己能夠做的事。比如說他們都會說：「老師這什麼時候會好？」那就要去回答問題，討論他什麼時候會好？怎麼好？什麼叫做好？A會告訴老師說：「你問這個，可是它不是一種疾病，而是一些行為的問題，或問他說那你覺得什麼是好？請家長讓我知道他要的是什麼？我會帶著家長去找他們要的答案到底是什麼？讓家長知道小朋友學習及吸收的狀況，邀請家長跟我們一起工作一起努力。」並請家長告訴A孩子其他時間的狀況，就是把家長納進諮商工作中。可是A會覺得當中的困難是若家長排斥，就很難看到A所看到孩子不一樣的部分，這部分是需要花更多時間去處理的。有些機構會在簽約時強制家長要來，這樣是可以幫助解決家長出席的問題。

在國外從事心理諮商工作有很多的分層，採責任制，所以除非你接行政

職，否則就是很單純，你就是諮商，接個案、帶團體，做好自己應該做的部分。在國外的機構工作，一進入機構就會簡介工作模式，第一星期完全沒有接案，有心理師帶著你瞭解整個機構的運行，接案轉介或者是跟精神科醫師、心理師怎樣做溝通協調，故較知道其組織文化。在台灣有一些聯繫的部分需要心理師全權負責，在調適的部分需要很多時間摸索，瞭解國內有的資源，工作的架構或形式，瞭解機構或組織文化的工作模式，可能因為是兼任心理師，所以摸索的時間很多，才能瞭解到要怎樣配合機構或流程。

#### 四、考慮文化議題於諮商工作中

在國外必須要去瞭解他們的文化族群，因為他們有很多的種族，A會覺得比較幸運的是，A對於主流文化及非裔美人，這兩個族群有較多的接觸經驗，但諮商過程個案也必須去瞭解心理師的文化，還好他們基於對諮商專業的認同感故不會排斥，他們覺得你是專家，所以不會去質疑，但會有家長質疑你說的話可能他會覺得聽不懂；但他並不是質疑你處理的方式，他不會這麼認為，可是他們會質疑孩子能不能聽得懂外國心理師在說什麼？所以A會請家長看孩子與心理師的互動，他就會知道沒什麼差別，就不會去質疑，所以諮商歷程並不會有太大的困難。

在台灣A會覺得在諮商過程中需要有許多修正，因為短期及要求時效性，所以不可能像在國外一樣，跟著孩子的速度，或是不需要強迫使用一些立即性

改變的策略。回到台灣之後沒辦法這樣工作，因為大家都會希望心理師短期治療而有成效，就變成需要強調結構性的諮商歷程。語言上比較沒問題，只有剛開始要在腦袋裡把英文翻成中文，因為兒童中心遊戲治療有很多回應的方式，在轉成中文的時候，孩子都會說「老師你說話很奇怪」，因為很不自然卡在那裡，這個部分會需要調整。

#### 五、對於遊戲治療的新手的建議

真的要確定是不是自己真的想要跟孩子在一起，那當你跟孩子在一起的時候，你會知道你不會把他當成一個問題，就只是看到「他」而已。這是對新手來說比較難的部分。A在回台灣之後和新手心理師工作經驗中，會覺得新手較難跳脫認知行為的架構，但跟孩子在一起很多時候無法很有架構，因為孩子玩起來沒有什麼架構，要貼近孩子時要跳脫心理師是一個老師、大人的角色。有時要求自己使用某些技巧，過程本身就是一種阻礙，A覺得和孩子在一起不要太要求這些較好。只要在和孩子憶起的當下，可以進入跟孩子在一起就好。這也是回到台灣之後角色運用最困難的部分，因為大家會有一個框框，你就會開始去思考之前我所堅持的到底是對的或是不對的。當開始去懷疑自己做法的那段時間是很痛苦的，因為會覺得自己原本的經驗好像是錯的，而混淆了當初進入這個領域的想法。在這個過程裡面可能會經歷到不想接案，可是又不能不接，但是還是要努力的投入，尋找合適的督導協助，找出自己覺得對的部分。

## 後記

談到後來我們都很興奮，A 分享他如何在找回自己的過程中，重拾對於諮商工作的熱誠，同時也讓自己的日常生活的衝突減少了，瞭解與接納原來的自己，產生能量修復自我；對於訪談的內容，對於要確認自己怎樣才是對的部分特別有感覺，那應該是一種需要平衡及方向的感覺吧！最後的頓悟是接納了原來的自己，將自己定位之後，身為一個心理師不用心理師的角色，而用「一個

真實的人」與兒童互動，才能真正發揮心理師的效能，這樣的敘述似乎是非常弔詭的，但是對於敏覺的兒童來說，心理師想玩什麼把戲應該很容易被拆穿吧，除非他是呈現一個真實的人。

最後要感謝甘桂安老師上遊戲治療課程的啟發（這份遊戲治療的作業也是），每每讓學生們觸動在生活中如何自在做自己的堅持，那種頓悟與欣喜若狂不足以形容的心情，可以讓學生有能量與高興的生活好多日子，在此與大家分享這些諮商學習的感動。