

敘事取向遊戲治療在兒童諮商之運用

黃錦敦（家扶基金會高雄市分事務所兼任諮商心理師）

壹、前言

在生命的里程中，兒童期比起其他的發展階段更容易受到外在環境的影響。他們需要依賴成人的照顧來存活，也因此心理上兒童會受到重要他人的極大影響。被帶到諮商室中的兒童，許多都被照顧者認為是有問題、不夠好、需矯正的。所以可想而知，兒童也會透過這些成人的眼光來看待自己，在自我認同上他們也就難免充斥在挫折、失敗與自我否定中。這些重要他人觀點與評價，往往是主流文化的縮影。因此，從更大的架構來看，真正影響兒童的是重要他人背後所抱持的主流觀點與價值。

敘事治療相當敏感主流文化對人所造成的壓迫與影響。其認為人會受到所處環境的文化影響，當自己的需求與外在的文化、價值相衝突時，就會引起心理上的困擾。成人是如此，依賴外在環境存活的兒童更是如此。因此，敘事治療提出一套觀點，來協助人們避免受到這些文化與價值的壓迫。

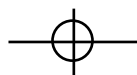
敘事治療很強調語言對人的影響，但口語表達正是兒童較不擅長、仍處於發展中的能力。因此要將敘事運用在兒童身上時，顯然需另闢途徑，不能僅依

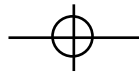
賴口語「說」的方式來對話，此時「遊戲」提供了另一種與兒童對話的可能途徑。兒童或許不擅長口語表達，但卻能透過遊戲來展現自己。因此將敘事與遊戲融合，會是與兒童工作的一種可行方式。

以下筆者將說明在諮商實務中，如何運用敘事治療的經驗，透過遊戲的元素，用來協助兒童面對生命的困境與挑戰。

貳、敘事治療的重要概念

敘事治療乃是從後現代的觀點來闡述對問題和治療看法。其認為生活事件的意義乃是來自於個人內在對該事件的詮釋與建構。而影響詮釋的重要因素則與個人所處的社會文化息息相關。當某種知識被建構成「真理」並普遍施行時，會形成所謂的主流觀點，人們往往就會被這些主流觀點所影響，藉此做為對一些生命事件的詮釋基礎，同時成為自己生活準則。當然人們也會依此準則來彼此互動、評論。因此，人們在此脈絡下將不可避免的受到主流觀點影響其所思所行。但當人們生活經驗中的重要部份與此主流觀點不相符時，就會開始經驗到矛盾與困境，屬於個人的地方性知識缺乏立足之地，在與主流觀點衝撞





之下，個人的困擾與問題也就由此而生了。而這些困擾與問題的故事，會形成所謂「問題的自我認同」來影響個人。敘事治療的重點就在於幫助個人取回生命的自主權，突破主流觀點的層層壓制，發展出不同於問題論述的自我認同(廖世德譯，民90)。

敘事治療認為主流文化的敘說無法代表個體全部的生命經驗，許多不曾被說出、看見的故事反而是彌足珍貴的。因此，敘事治療透過問題外化幫助人辨識問題以外的生命經驗，讓人瞭解自己並不等於問題，讓自己得以和問題分開。同時藉著問題外化，來中斷問題故事被理所當然的持續施行；另外他們透過獨特結果的探詢，在個人的生命經驗中抽絲剝繭的找出個人成功反抗問題的證據，透過敘說方式豐厚這些經驗，累積成個人反抗問題的紀錄本。以形成有別於問題的「替代性自我認同」。並透過觀眾、文件的運用，讓個人地方性知識得以流通、存在，使個人替代性的自我認同能建構的更為穩固(易之新譯，民89)。

所以敘事治療的主要的概念與方法，包括了：

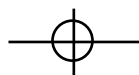
1. 聚焦在問題以外的生命經驗，因此強調的是個人的可貴資善源而非挖掘問題。
2. 重視脈絡，強調主流文化對人的影響。
3. 去專家化，強調人的主體性，自己才是自己生命的專家。因此，諮商師不再是一個權威角色，診斷來談者的問題癥結。諮商師乃是一位陪伴者，透過彼此的交流，共構出不同於問題的生命故事。

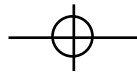
4. 透過問題外化，讓人與問題分開，鬆動充滿問題的生命故事。
5. 尋找獨特的結果，做為新故事的入口，並擴展豐厚，以建構出不同於問題的生命故事。
6. 運用文件及見證儀式，讓有別於主流觀點的地方性知識得以流通、豐厚(林佩儀，民91；周志建，民92；黃孟嬌譯，民93)。

參、透過遊戲形式的敘說

相對於成人，上述的概念要運用到兒童身上時，諮商師首先面臨的挑戰是如何與兒童展開對話，將敘事的概念帶入諮商過程，讓兒童理解並敘說。敘事治療相當強調語言，常常需要透過訪問及對話，來譜出不同於問題的生命故事。兒童敘說自身生命故事的內容與方式，在形式上、複雜度上，明顯是與成人不相同的。實務上，敘事治療要運用在兒童身上時，往往發現這些敘事的對話及語言，是不易被兒童所瞭解的。林佩儀(民91)也有類似的經驗，當其運用敘事治療在不擅言語表達的青少年身上時，成人形式的語言常讓青少年無法產生共鳴。因此如何透過不同形式的對話方式，讓兒童理解並能表達，讓諮商師與兒童得以在諮商情境中鋪陳實踐敘事的概念，是運用敘事取向的兒童諮商師必須要克服的挑戰。

DeSocio(2005)表示敘事取向的治療者，在與兒童工作時，需要敏感他們發展上的能力及興趣，方容易與他們有效工作。而遊戲治療的方法與概念，正可成為銜接敘事及兒童的橋樑。所謂遊戲治療係指受過訓練的治療師，運用選擇





過的遊戲媒材，在安全與接納的治療關係中，藉由與孩子自然的溝通，讓他們完全表達並自我揭露(高淑貞譯，民88)。梁培勇(民88)則從運用的媒材來看，若是以遊戲做為主要溝通媒介的心理治療方式，皆可稱為遊戲治療。因此透過遊戲來與兒童進行溝通、互動，是遊戲治療很重要的核心概念。而採用遊戲來做為諮商進行的形式，主要是將兒童發展因素考量進來，尊重兒童有其獨特的理解及表達方式。一般遊戲治療中所採用的媒材與形式，包括了辦家家酒、藝術創作、說故事、演戲以及許多充滿樂趣的活動。透過遊戲可以傳遞出兒童的世界觀及內在的衝突。而我們也可透過這樣的歷程看到兒童面對困境所做的努力與掙扎。所以兒童雖然無法對當前的生命事件詳細地敘說，但卻可透過他們最擅長的遊戲、藝術、故事、創作等方式來表達自己。這對於諮商師而言，兒童像是開了另外一扇對話的窗口。所以在遊戲治療中，兒童可以透過許多媒材，用想像及隱喻的方式，來展現較口語更為完整的內在經驗。

林佩儀(民91)將藝術治療與敘事治療結合，運用在兒童身上。其表示藝術創作的過程讓兒童成為自己的專家，成為自己的主人，這和敘事的概念是相契合的。而遊戲也具有這樣的特性，透過兒童對自己遊戲的選擇與詮釋，去展現自己才是自己生命的主人。王理書(民91)則透過隱喻性的故事，間接地與來談者的生命故事對話，透過想像故事的情節，給予來談者脈絡性的深層同理，與來談者的議題共鳴，並引發新的觀點與想法，藉此豐厚來談者生命故事的內涵。

同理，把遊戲中隱喻的元素運用在兒童諮商上，我們可以透過這樣的過程，讓諮商師與兒童有一個充滿想像的平台，展開敘事的對話。Shovlin(1999)表示敘事與遊戲結合能兼顧以下的優點，包括了：

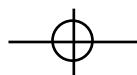
1. 遊戲與藝術是兒童感興趣且易親近的媒介，在治療中運用這些媒材，得以讓孩子將重要的生活議題投射出來。我們可藉此進一步的瞭解孩子在面對這些生活重要事件的信念、感覺和想法。
2. 敘事取向能幫助兒童與問題分開。
3. 敘事取向把焦點放在成功經驗上，對於兒童形成正向的自我概念是很有幫助的。

因此，當諮商師嘗試與兒童對話，善用遊戲的媒材與形式，能讓諮商師更貼近兒童，並與之展開交流。以下筆者說明在諮商實務中，如何運用敘事取向的遊戲治療，來進行兒童諮商的方法。

肆、敘事取向遊戲治療的實務運用

一、關注問題以外的兒童

在兒童諮商的經驗中會常發現，這些孩子幾乎都是「被」帶來的。不論是家長或是機構轉介，都是認為孩子「有問題」、「出了一些狀況」，所以不管孩子同不同意、瞭不瞭解諮商，就把孩子拎到諮商師前，要諮商師好好的幫忙把孩子的問題「修正」過來。也因此，在諮商開始前諮商師已把注意力都放在問題上，自然而然就帶著問題的眼光來看孩子。其實在實務中我們常發現這些孩子，往往是不願意談論這些問題，甚至





不認為自己是有問題的。所以會發生有時諮商師與兒童進行了幾次諮商，等待著跟孩子談問題，卻發現孩子對這些事情一點興趣也沒有。若把焦點繼續放在問題上面，可想而知彼此將會越來越挫折。

但若在諮商開始前，就注入敘事的精神，反而較能順勢而為的跟孩子建立同盟關係。敘事取向強調看一個人的正向資源與能力，其重點在如何增能個案。該取向認為每個人除了問題以外，還有很豐富的資產及生命經驗亟待發掘。因此並不把焦點放在問題或困擾上，而是去看看在問題與困擾以外的生命經驗，協助找出來重寫新的、不同的生命故事。所以，敘事治療強調的不是要去診斷或修正那些有問題的行為或觀點，而是要站在有利於孩子的位置來工作。

因此，當一個被主流文化冠上「問題孩子」兒童出現在諮商師面前時，諮商師要做的不是挖出問題，不要急著做專家、權威的角色，反而要提醒自己莫急著與主流觀點合流，想去改變孩子。先認識問題以外的兒童，充滿好奇地探訪他生命中擁有的資產與珍貴的特質，這是敘事取向諮商師重要的任務。

當這些想法落實到諮商情境中，面對孩子不願提及困擾與問題時，敘事取向的諮商師就不會把焦點放在探究這些事情上。反而從與孩子互動遊戲的現象場中，透過此時此刻來認識「問題以外」的孩子。例如一個被形容是沈默、退縮，有人際困難的孩子，當其開心的和諮商師在遊戲室中玩遊戲，不正是一種對「沈默、退縮，有人際困擾」等形容最好的反駁嗎？因此，當我們把焦點放在孩子的資產與能力時，就會發現透過諮商師與兒童之

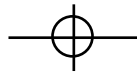
間的遊戲經驗，就可以逐漸勾勒出完全不同於問題的生命故事。

二、問題外化

充滿問題的故事，大多存在著一些「證據」，一些跟問題有關的生活事件被擴大或以「問題」的觀點詮釋，因此來談者的問題好像罪證確鑿般的不可動搖。這些問題故事存在著一些角色、情節、背景、議題，也對人造成重重的壓迫。因此，敘事取向非常強調鬆動與解構這些充滿問題的敘說(黃孟嬌譯，民93)。問題外化可以提供一個空間與機會，解構這些充滿壓迫的生命故事。所謂問題外化乃是透過將生活中所遭遇的困難，用隱喻的方式將其具像化，讓問題和個人得以分開。再進一步運用問題外化所提供的空間，讓充滿問題的故事情節獨立出來，並加以探索、鬆動。因此，透過問題外化我們得以從不同的角度來探訪問題的歷史、生涯、需求與盼望。當問題被獨立出來，諮商師自然而然和來談者會成為同一陣線的伙伴，來對抗問題。而非如許多治療的取向，問題和個人是一體的，在諮商室中諮商師反而成為少數，在面對問題的同時，也容易遭致來談者的「抗拒」。

問題外化需要想像力，而想像力是兒童比成人更擅長的能力，他們在隱喻及想像世界中獲得諸多的樂趣。因此，與兒童諮商運用問題外化時，往往能很自然的融入對話之中，並擴展出不同於主流觀點的空間，讓兒童能有機會從不同的角度來認識與瞭解這些問題。以下是筆者透過問題外化與一位兒童對話的實例。





兒 童：在學校很煩，同學都常常說我大兇。

諮商師：嗯！妳好像不喜歡他們這麼說。

兒 童：他們給我一個綽號叫做「母老虎」。

諮商師：喔！那妳覺得怎麼樣？

兒 童：還好啦！我也不知道，誰叫他們欺負我。

諮商師：所以當同學欺負妳的時候，母老虎有時候會跑出來。

兒 童：嗯～

諮商師：妳自己喜歡母老虎出現的樣子嗎？

兒 童：不喜歡，我希望自己不要那麼兇

諮商師：我們來用一個有趣的方式試看看，或許可以讓我們多瞭解妳這個部份。如果這隻母老虎有長相的話，牠會長成什麼樣子？我想請妳畫出來看看。

※(該童因相當喜愛畫圖，所以諮商師從這個部份做為認識母老虎的入口。)
(等兒童畫好後)

諮商師：那我現在要訪問一下跟母老虎有關的事情囉。請問這隻母老虎跑到妳身上有多久的時間了？

兒 童：(笑～抬頭想一下)大概是國小二年級的時候。

諮商師：那時候有發生什麼事情讓母老虎跑到妳身上嗎？

兒 童：就是我到寄養家庭，新的同學都會欺負我…

諮商師就此開始與兒童展開了一段探索母老虎生涯的敘說。諮商師問了孩

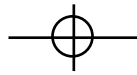
子一些問題，包括：「當什麼事情發生時，母老虎就會跑出來？」、「這隻母老虎出來是想做什麼？」、「這隻母老虎出現後對妳的影響是什麼？哪些是妳喜歡的？哪些是妳不喜歡的？」、「有沒有可能可以訓練這隻母老虎聽得懂暗號，在妳需要的時候才出來幫妳，讓妳當真正的主人？」。透過這些訪問，讓兒童站在第三者的角色來看問題的歷史、功能以及對他的影響，最後可以將此對話引到獨特的結果，透過不被問題控制的故事，加以擴展、豐厚，讓兒童有機會成為自己情緒的主人，而非受到問題控制。

三、另一種形式的問題外化

前述的問題外化，是兒童透過比喻將現實生活中的困境用象徵的方式，讓問題具像化。這樣的過程，兒童是有所意識與察覺的。亦即，兒童知道在敘說「母老虎」的比喻時，是指生活中「脾氣暴躁」的一面。但在諮商過程中，有許多兒童會透過遊戲呈現內在的困境與議題，卻未與現實有所聯結。此時諮商師若想用前述的方式，讓現實生活中的問題外化，往往會不得其門而入。畢竟，許多時候兒童用遊戲呈現內在的困境，就是因為無法去面對，才用此迂迴的方式讓自己在安全的情境下展現困擾。因此若要讓兒童從幻想、遊戲包裝好的安全世界中，拉到現實狀況中討論這些困難，會容易遭到兒童的迴避與否認。

面對此種狀況，另一種作法，就是「跟隨」著兒童遊戲的脈絡，進入兒童的內在世界，透過這些隱而不顯的遊戲形式，將敘事的精神置入其中，展開對話。如此可以發現在想像的世界與故事





裡，兒童反而可以展現令人意想不到的敏感度與能力。所以，當兒童的創作與遊戲內涵是較隱微的，我們可以順著孩子的遊戲，注入敘事的概念與其互動，來進入問題外化的歷程。以下筆者用一個實例說明實務上的作法。

十歲的波波，因遭受嚴重身體虐待而被轉介前來諮商，社工表示他在學校有嚴重的情緒困擾與攻擊行為。波波在遊戲室中用了許多時間玩了一個遊戲，遊戲內容為一隻豹被獅子欺負，因此找一些朋友反抗獅子，但卻都被獅子咬傷了。後來經過了一些時間，豹又去挑戰獅子，這次豹把獅子咬死了。接著豹又看到好幾隻動物，只要看到的動物也都被豹咬死。從角色的心理歷程來看，一開始豹被欺負時的角色類似「受害者」的角色，獅子則可比喻成「壓迫者」的角色，找朋友協助可視為尋找資源協助的行動。諮商師在波波遊戲告一段落後，徵得他的同意，讓諮商師訪問這些角色。

諮商師：我想先訪問這隻豹。請問這隻豹幾歲了？

波波：(想了一下)六歲，是一隻很兇的豹。

諮商師：這樣喔～能告訴我有關於他「兇」的故事嗎？

波波：他是豹裡面的老大，他有很厲害的爪子，也跑得最快，大家都聽他的。

諮商師：你可以告訴我這隻很兇很有力量的豹叫聲是怎麼樣？

波波：吼～(同時用手比出爪子，大笑)

諮商師：哇！很有力量的叫聲和爪子。我想請問一下，這隻有力量的

豹為什麼會被獅子欺負？

波波：(想一下)不知道，應該是獅子很壞吧。而且獅子會去偷用寶物來增加能力，所以變得很恐怖，豹就打不贏了。

諮商師：被欺負這件事情發生對豹有什麼影響？就是被欺負讓豹變得怎麼樣？

波波：變得更強。他被欺負的時候會從獅子那邊偷一點寶物，讓自己變得有力氣。

諮商師：喔！所以豹從獅子那邊偷偷學東西。這個偷來的力氣有沒有讓豹變得怎麼樣？

波波：變得超強。

諮商師：那他咬獅子也咬了好多動物…

波波：那是因為他太強了，脾氣也變得很強。

諮商師：那豹喜歡自己這個改變嗎？力量和脾氣都變強了。

波波：還蠻喜歡的，但是他有點不喜歡亂咬別的動物。

諮商師：什麼原因他會亂咬…我是說…

波波：因為他脾氣變強了。

諮商師：所以這個「脾氣變強」出現在豹的身上時…

波波：他會變成另外一隻豹，眼睛變成紅的，所以看到什麼都想咬。

透過這樣的對話，呈現出一個受害者面對被迫害事件的心境及行為的轉變。故事中豹的角色和心理歷程，某種程度和波波生命經驗是類似的。波波從遊戲中透露出身體虐待事件對他情緒控制與攻擊行為的可能影響。我們經由故事脈絡將敘事的問話導入其中，透過對「豹」和「脾氣變強」的訪問，讓波波能



藉由這些角色敘說迫害事件對他的影響。包括暴力模仿的歷程，以及如何為自己伸張正義的企圖。當故事中所呈現問題的脈絡、目的及影響越來越清楚，波波也就能透過此歷程獲得助益。在實務中，筆者不強求要兒童清楚的把故事跟現實情境銜接，但卻也能見到相同的效果。這個案例中，波波透過此方式，在現實情境裡越來越能控制自己的情緒，也對自己越來越滿意。透過這樣的過程，對話(共構)焦點雖非在敘說現實情境的困擾，但整個思考的歷程、感受、議題仍是圍繞在兒童身上，與現實情境中往往會有很高的關連。而我相信孩子會有能力把這樣的經驗放到自己的心中，去面對現實環境中許多嚴苛的考驗。就如Landreth所言：「兒童是自己的主人，且會把遊戲室的經驗帶到他所需要的地方」(高淑貞譯，民88)。

四、獨特的結果

敘事治療強調自我認同對一個人的影響。自我認同會影響一個人的生活方式。負向、有問題的自我認同，會讓人選擇從有問題的觀點來詮釋生命事件，並把這些生命事件當作問題存在的證據，而這樣的選擇也會回過頭來更強化負向自我認同的影響力。因此，有問題的故事也就如滾雪球般的增長。同理，我們若能把焦點放在較喜歡自我認同上，我們也可以一點一滴收集證據，累積出替代性自我認同的資產，人也就能逐漸的活出不同的生命。因此，陪伴來談者找出個人較喜歡的生命故事，找尋獨特的結果，包括過去與現在面對問題的掙扎與努力、小小的成功、未來的渴

望等，是敘事取向的諮商師在諮商過程中，非常重要的任務。

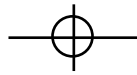
當我們面對兒童時，探訪獨特結果的方式，會與成人有很大的不同。兒童不擅用口語敘說經驗，這對於我們要探詢獨特結果找出兒童的資產，以形成有別於問題的自我認同時，常會不得其門而入。面對此種狀況，實務上可採取以下兩種方式，分別說明如下。

(一)從此時此刻的經驗出發

諮商師可以透過遊戲室中與兒童互動的過程，從當下的經驗出發，找出兒童身上所擁有的資源與能力。由於這樣的經驗是活生生且立即的，若能從這樣的歷程找出兒童較喜愛的自我認同，就能對兒童產生莫大的鼓舞。這些對於長期處在問題故事中的兒童來說，是明確且強而有力的證據，得以做為擴展不同於問題故事的開端及內涵。因此諮商師可從此處著力，透過實際互動的經驗，不必強求兒童去看他不想面對的困境，讓兒童當自己的專家，從經驗中去建構更有能力、更有資源、更正向的自我認同。往往如此做了以後，兒童反而更能運用這樣的力量去面對生活中原有的問題。如此看好似繞了一大圈，但對於兒童來說，從能力與資源出發，可以為兒童打下良好的基礎，這遠比讓兒童膽顫心驚的面對他不願意面對的問題好多了。

因此，兒童從遊戲室中重新認識自己，對自己有不同的敘說方式。此新的認同是不同於原本苦悶、自卑、困難重重、無希望的故事。他能帶著兒童，重新去經驗遊戲室外的世界，創造出饒富希望與趣味的新故事。

在實務中，筆者就常在遊戲室中透



過回顧遊戲的歷程，與孩子討論今天所完成某些遊戲中，他運用的方法及能力。例如：演一齣布偶戲，需要構思劇本(計畫)、克服害羞(勇氣)、揣摩角色(同理)、模仿不同角色的發音 等能力。而透過這些能力的展現，讓孩子有機會用一種新的、精緻且正向的眼光來看自己。而諮商師也可透過一些的好奇與訪問，來豐厚這些故事。我們可以問一個演完布偶戲的孩子：「你以前也演過布偶戲嗎？那是什麼情況？」、「這次演布偶戲所使用的勇氣，你會怎麼稱呼它？你以前也曾經用過嗎？」、「通常這個勇氣都在什麼時候可以幫忙你？」、「你要怎麼做，可以把勇氣給召喚出來？」透過這樣的對話，可以讓單薄的故事逐漸擴展豐富。筆者看到許多孩子因為這樣較精緻的欣賞自己，常常會對自己的表現露出驚訝與喜悅的神情。

(二)從想像故事的脈絡中，展開一段獨特結果的對話

兒童可以透過遊戲、隱喻的運用，藉由故事中想像的角色將內在在世界投射出來。諮商師則可善用此管道來探詢獨特結果的存在。如之前所提過的案例—波波「豹和獅子」的故事，諮商師可透過訪問豹的過程，來尋找獨特的結果。如：「豹既然不喜歡『脾氣變強』跟自己太接近，那有沒有那一次，豹曾經稍微控制住脾氣，沒讓脾氣變得太強？」、「豹為什麼會想到要用那麼多力氣控制住脾氣，好讓牠不會欺負同伴，這樣的想法和好心是從哪裡來的？」在遊戲中經過這樣的對話，在我們試圖在豹的角色內尋找出「獨特的結果」。而同時波波可以透過此歷程讓豹來為自己發聲。在我

們譜出豹不同於問題故事的同時，由於豹角色內在的經驗與歷程，與波波是貼近的，如此會讓不同的思維與觀點逐漸的開展。

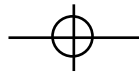
五、文件的運用

除了說以外，敘事治療也非常強調「書寫」在諮商上的運用(廖世德譯，民90)。筆者的經驗發現，在諮商中當玩/說過了後，能留在腦海中的實在有限。若能透過文件的保留，例如書寫、繪畫、黏土創作等，會較容易把一些經驗留下。特別是有別於問題時刻的經驗，這對來談者而言往往是很重要的。

筆者曾經在帶領一個受虐兒童團體，在團體結束後一個半月左右進行追蹤訪問。其中有位兒童表示他印象最深刻的，是諮商師與其他成員在團體結束後寫給他的祝福卡片。該童表示一個半月來他幾乎看過「幾百遍了」，每次看過後都會哭，因為很感動。平時睡覺都還把卡片放在床頭陪他。從這個例子可以見到文件的治療威力，在離開諮商情境後，還能持續把治療效果帶到生活中。

因此筆者與兒童諮商時，也常透過文件的運用，做為協助兒童形成替代性自我認同的方法。在敘事要形成較穩定的替代性自我認同，我們往往不能僅靠一、二個獨特的結果，因為這樣的故事顯得太單薄無力。因此，若我們把一個獨特的結果比喻成一個「點」，那如何透過不同的點以串成線，並透過不同的線來構成面。讓其有如蜘蛛網般的牢固，讓原本不被看見的新故事變得厚實，是敘事取向的諮商師努力的重要目標。但兒童在口語言表達上敘說出的故





事往往較成人簡短，結構自由與鬆散。因此，往往故事展開後就容易打住，故事顯得單薄而零碎。因此，筆者會在諮商過程中，邀請兒童把自己所經驗到的獨特結果，如能力、渴望、特質、不同於問題的故事寫或畫在卡片上，並如同「寶藏」般珍貴的收藏起來。待一段時間後，就會逐漸累積出數張有關於「問題以外」兒童的敘說，屆時再將所有的卡片回顧摘要，請兒童自己來描述擁有以上這些卡片的孩子，代表是怎樣的一個人？往往可以看到兒童用驚喜的表情，來發現很不同於問題的自己。曾經有一位原本非常自我貶抑的孩子，在經驗過回顧與統整「寶藏」的歷程後，給了諮商師一張回饋卡，上面寫著：「我從不知道可以這樣看自己」。這樣的回饋代表這個孩子經由這樣的歷程，開始長出一些新的、是自己較偏好的自我認同。

因此，不論是寫信、卡片、藝術作品、故事的劇本、畢業證書等文件運用在兒童身上會有許多優點。首先文件將此時此刻所發現的獨特結果記錄下來，就如同宣告自己所喜愛生命故事存在的事實。其次，文件可以幫助兒童能更有依據、有系統的看自己，讓自己在問題以外的故事能更為豐厚。最後，文件可將諮商的影响帶到諮商情境外，讓兒童可一再回顧。因此，文件能陪伴兒童把諮商中的收獲，遷移到生活情境中。

六、見證儀式

當個體面對生命中的巨大改變、困頓與難關時，人往往會透過儀式性的行為，來因應這些挑戰。而儀式性的行為的目的是讓人們透過儀式得以正視外在

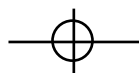
環境的改變，並引發內心世界質的轉變，以幫助個體度過生命中的難關。因此，儀式行為是人類自古以來在心理上因應改變的重要形式(元容譯，民95)。而敘事治療也善用儀式的優點，例如透過見證儀式，讓來談者可以藉由此過程，來宣告自己內在的發現與轉變。透過宣告，他們可以把不同於主流文化的地方知識傳播給觀眾，讓不同於問題的知識得以藉此流通。因此，邀請觀眾讓來談者有個平台宣告自己，此作法除了讓他們內在有質的轉變外，更可以讓這些不同於問題的故事有存在的舞台，得以拓展這些地方性知識的影響力。這是敘事取向諮商師常採用的方式(易之新譯，民89)。

筆者在與兒童諮商時，會透過慶生會、畢業典禮、看布偶表演、成果展等形式，讓兒童邀請諮商室外的重要他人參加，讓兒童得以藉由這樣的見證儀式，將屬於自己獨特的故事、創作、能力、夢想有機會被看見，並傳播出去。而當兒童發現自己不同於問題的部份開始被看到、被欣賞，這個不同於問題的故事就會變得更紮實穩固。

例如一位害羞、覺得自己很差勁的兒童，在遊戲中從沈默、探索到能獨自演出布偶戲，顯然這是個對抗害羞的成功故事。諮商師透過錄影，邀請兒童和諮商師一起當觀眾欣賞。再逐步邀請家人一同欣賞這場演出，在這樣欣賞的儀式中，兒童即能透過這樣的機會，不用口語的跟大家宣告其成功對抗「害羞」及「很差勁」的故事。

伍、結語

經由以上闡述，說明了以敘事精神



為主軸、遊戲為媒介，與兒童工作的方式。遊戲是兒童最自然的語言，遊戲中往往可以讓兒童呈現內在的經驗。透過兒童在遊戲中豐富的想像力，可以提供極佳的空間，做為開展新故事的入口，讓原本不被看到的部份呈現出來。所以，敘事取向的遊戲治療是讓兒童重寫生命故事絕佳途徑，而諮商師也能透過這樣的過程，在輕鬆、快樂的氣氛下與兒童進行一場解構及重寫的敘說之旅。因此，只要在遊戲過程中，能掌握敘事的重要精神，在實務上的運用，可以跟隨著兒童，在非常有創意、彈性的遊戲中，不須拘泥於特定的技術與形式，愉快的與孩子悠遊其中。

參考文獻

- 王理書(民91)。隱喻故事治療團體—結合敘事傾向與Eriksonian隱喻治療的嘗試(上)。《諮商與輔導》。200,33-38。
- 元容譯(民95)。《轉變，需要一場儀式》。台北：早安財經。
- 林佩儀(民91)。《藝術媒介與敘事治療之結合與應用》。《諮商與輔導》。200,11-17。
- 周志建(民92)。敘事治療在生涯諮商中的運用—以一個生涯諮商個案為例(上)。《諮商與輔導》。213,12-17。
- 易之新譯(民89)。《敘說治療—解構並重寫生命的故事》。台北：張老師。
- 梁培勇(民84)。《遊戲治療理論與實務》。台北：心理。
- 高淑貞譯(民88)。《遊戲治療—關係建立的藝術》。台北：桂冠。
- 黃孟嬌譯(民93)。《兒童敘事治療—嚴重問題的遊戲取向》。台北：張老師。
- 廖世德譯(民90)。《故事、知識、權力》。台北：心靈工坊。
- DeSocio, J.(2005). Accessing self-development through narrative approaches in child and adolescent psychology. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 8(2), 53-61.
- Shovlin, K. J.(1999). Discovering a narrative voice through play and art therapy: a case study. *Guidance and Counseling*, 14(4), 7-11.