

自創視覺圖卡應用於 青少年親密信任之初探

A Preliminary Study of Using Self-Design Visual Chart Cards on Teenagers' Intimate Trust in Love Psychology Course

李亭萱¹、張銘湄²

Ting-Hsuan Lee¹, Min-Mei Chang²

摘要

牌卡應用的普及度雖然高，但不乏有人挑戰牌卡的療效，認為助人專業與俗民信仰混為一談造成社會大眾的誤解，越來越多實務工作者針對服務對象的特殊性，設計或改編牌卡，以符合實務現場的需求。本文設計了「守護卡」，針對專科學校選修愛情心理學共5個班，蒐集自編問卷與自由書寫文本作為質性資料分析，旨在探究守護卡應用於青少年親密信任之效果，研究結果發現：1. 青少年親密信任奠基於長時間正向互動，建立相處默契。2. 以循序漸進的方式增強親密信任，以共同完成任務累積感情。3. 部分時刻以幽默與嬉鬧方式活絡氣氛，在關係中營造情趣。4. 渴望信任與安全的關係，內心多元矛盾糾結複雜。5. 敏感於非語言訊息之細節，有能力回應彼此需求而強化信任。6. 共同經歷重要事件，成為雙方情感增溫的基石。7. 難以言喻的直覺與既定的關係可能成為青少年親密信任的因素。另外，守護卡上的手部圖像引發青少年將親密信任投射現實生活之現狀與期待，以及手部圖像延伸並擴大至各種關係，具備回顧與整理之功能。最後，依據研究結果提出未來研究與實務建議。

關鍵詞：藝術、自創視覺圖卡、自由書寫、青少年、親密信任

¹國立彰化師範大學輔導與諮商學系博士候選人

²新生醫護管理專科學校通識教育發展中心講師

通訊作者：李亭萱，（500）彰化縣彰化市進德路一號，國立彰化師範大學輔導與諮商學系（所），E-mail：lee_ting_hsuan@yahoo.com.tw



壹、緒論

一、反思備受挑戰的牌卡之價值

牌卡有別於音樂、戲劇、繪畫、寫作等形式，不似過去藝術創作，需要當事人經驗創作歷程，而是以「挑選」或「描述」取代創作，這提供了一種安全的經驗，獲得療癒內在的效果。牌卡應用的普及度雖然高，但不乏有人挑戰牌卡的療效，認為牌卡容易與俗民信仰混為一談；也有教育工作者提醒實習心理師，在諮商遇到困境時，不能單單倚靠牌卡，必須專注於基本功的練習；更有社區及醫療院所的實務工作者分享，付費個案可能認為牌卡無法切中要點而有強烈抗拒。

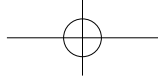
牌卡在諮商情境中是否還具備價值呢？國內第一篇以牌卡為主體結合心理學的研究，發現塔羅牌運作的原理就是「同時性」，牌卡本身提供的圖像數字顏色、人們關切的問題，以及外在世界發生的事件背後存在著意義的關聯，平移了「羅夏克墨漬測驗」與「主題統覺測驗」的概念（江宛凌、陳慶福，2008）。回顧TAT相關研究發現，個體在編造故事時會浮現內心的衝突與慾望，依循著許多因素，包括人格（Morgan & Murray, 1935; Murstein, 1965）、性別（Pollak & Gilligan, 1982; Soukupova & Goldmann, 2015）、年齡（Verdon, 2011）、種族（Lefkowitz & Fraser, 張榮斌 1980）、疾病（林美珠、王迺燕，2008；張榮斌、林玉華，2012）、自我解釋（Bettelheim, 1947）等，更多時候必須針對「研究對象的特殊性」設計或改編牌卡以更符合實務現場的需求，譬如「咻卡」是改編於黃士鈞創作團隊，目的是改善國小學童的

憤怒及違規行為（邵曼惠等人，2019），以及「聽我說卡」從罕病病友的失落歷程為根基而設計，目的是協助病友自我對話、接納失落、覺察內在真實感受等（陳詒枚等人，2017）。

二、嘗試設計符合實務現場的守護卡

本文的兩位作者為專科學校教師，為了讓牌卡符合實務現場意義與價值，因此設計了「守護卡」，奠基於「關係」是學生們最在意的事情，作者們以此做為發想，簡述研發過程包含：1. 訪問與蒐集校園內各專業領域老師學生們關注的議題，以及諮商中心學生主訴問題統計數據；2. 蒐集市面上已經出版牌卡的型態，聚焦於工具發展與應用模式，反思其優劣勢；以及3. 決定發展牌卡的方向。最後由第二作者提出設計理念，基於「手部」是最常見且最常使用的一個身體部位，能延伸的議題有許多，包含青少年信任感、人際溝通等，原始無著色的素描圖「簡易、空白、模糊、趨近於零的狀態」能夠多元創造與應用於各種方案。以下提供守護卡之圖像與規格（見圖1）。

本文以「親密信任」作為實驗性研究，配合第一作者愛情心理學課程而設計，針對青少年如何產生關係中的「親密信任」進行研究。根據研究指出，親密信任源自於母嬰依附關係，影響個體的各個關係層面，包含友伴關係、親密關係、職場關係，有些學者認為信任不僅是與特質有關係，也與溝通當中的語言與非語言訊息是有關的，並發現好的互動是雙方能快速覺察對方的非語言訊息，包含面部表情、相當細微地反射動作等（Sabatelli et al., 1983），有些學者認為信任是一種特質，包含包容、可靠



、陪伴、忠貞、付出（林怡君，趙梅如，2007）；有些學者認為信任是一種模式，從相互依賴可以促進承諾、承諾又促進親密、親密的行動會增強雙方信任，信任又促進了相互依賴的循環（Wieselquist et al., 1999）；有些學者認為自我揭露是表達信任的一種行動（谷玲玲，2013；Ellison & Firestone, 1974; McCarthy et al., 2017）；有些學者認為共依附與人際信任是人際關係的核心議題，華人文化對於「認同照顧者角色」和「透過關係獲得意義」有特殊的意涵（林淑芳等人，2004）。本研究認為從關係中的互動了解青少年基於何種原因給出自己的信任，是一個值得探究的面向，並擇以班級為單位將自創視覺圖卡「守護卡」應用於探究青少年親密信任之樣貌。以下為兩個研究問題：1. 以自創視覺圖卡應用於青少年親密信任之樣貌？2. 以自創視覺圖卡應用的助力與阻力為何？

貳、研究方法

一、研究取向與對象

本研究採方便取樣，以第一作者授課班級為研究對象，科目名稱為愛情心

理學，學生全為專五學生，平均年齡約20歲，主要來自護理科、幼保科與美容科，一共5個班，每班人數42-55人不等，約261人，所有學生皆為自願選修，於全學期18周課程中第11周實施。

二、研究者

本研究第一作者擁有諮商心理師執照，善用表達性藝術治療媒材，並有實際執行藝術教育課程方案經驗，有足夠的能力與敏銳度協助青少年澄清、聚焦、詮釋、延伸探討親密信任之議題；第二作者為自創視覺圖卡「守護卡」研發者，專長為造形藝術、藝術課程、兒童青少年美術課程、教具媒體設計，與青少年實務工作經驗長達20年，長期與心理諮商中心合作，兼具輔導知能與實務經驗。兩位研究者不論在發展牌卡、應用主題、執行過程以及資料分析結果、學生回饋等5個層面皆密集合作討論，每執行完一個班級當日即討論學生反應，提升質性研究之信效度。

三、課程方案

（見表1）

圖1
守護卡示意圖



備註：圓形牌卡：直徑9.5cm，高2.5cm，共60張牌卡。雪銅紙上防水膜、黑白單色印刷。

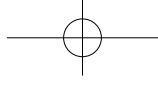


表1

課程方案

單元主題	團體目標	執行過程
單元一、 活動暖身： 矇眼測試體驗	探索「雙方」親密信任呈現樣貌為何？ （協助學生體驗雙人合作時之身體感覺，尤其是手部的觸感；以及如何溝通與合作。）	內容與流程：教師請學生們兩兩一組，在班級人數。1. 一個人當帶領者：抽一張牌卡，牌卡上有一教室編號，任務為：帶領者必須與矇眼者到那間教室拍照後任務完成。2. 另一個人為矇眼者：跟著帶領者，走到教室編號拍完照即完成任務。 討論與反思： （1）帶領者的感覺？被帶領者的感覺？ （2）身體的感覺是甚麼？手感受到甚麼？ （3）過程中雙方怎麼合作完成任務？ （4）是否有特殊事件或印象深刻的事？
單元二、 主題式活動： 藝術治療體驗	探索「個人」親密信任呈現樣貌為何？ （透過分享與討論，協助學生以自創視覺圖卡為媒介，將身體記憶具體化與意義化。）	內容與流程：1. 教師將守護卡攤開來在台前，讓學生們尋找一張跟矇眼測試體驗有連結的牌卡；2. 發下一張白紙自由書寫，將活動具體化與意義化。3. 最後花一分鐘的時間閱讀自己的文章，為自己的作品命名。 討論與反思： （1）甚麼原因我選擇了這雙手？ （2）如何看待關係中的親密信任？ （3）守護卡給自己的感覺是甚麼？ （4）自由書寫的助力與阻力是甚麼？

四、研究工具

本研究蒐集233份自編問卷和110份自由書寫文本。問卷內容包含：1. 親密信任任務中，你認為自己值得信任嗎？2. 在過程中，你是如何溝通的？3. 選擇牌卡時你的想法與感受為何？4. 自創視覺圖卡結合自由書寫的助力與阻礙為何？5. 最後，請你試著定義甚麼是「信任」等。

五、資料分析方法

研究者試圖以「內容分析法」為資料整理與分析，主要的流程為參考林金

定等人（2005）質性研究資料分析具體步驟：1. 問卷資料與書寫文本之準備；2. 仔細閱讀資料內容，包含自編問卷答案內容，以及書寫文本；3. 形成不同類別，先將自編問卷內容建構初步類目，再以書寫文本作為補充，綜合兩種資料歸類為核心類目；4. 檢視重複編碼之分類與內容；以及5. 重複修正與再精細分類，研究者重複分類與歸類多次，最後呈現7項核心類目。

六、研究倫理

由於研究者與班級學生有教學與研究層次上的雙重關係，可能影響研究之



信效度，也有研究倫理之疑慮，以下研究者依據知後同意、保護個人隱私，以及不危害研究對象身心等三點進行說明。首先，研究者於課程進行前告知研究計畫、目的與內容，說明其用途與課程分數並無相關，達到「知後同意」之倫理；接著說明，研究進行與資料分析時會保護受試者個人，例如，當文本具有可辨識個人資料之內容，在不影響原句辭意的狀況下，調整、修正，或是直接刪除，達到「確保個人隱私」之倫理；最後，研究者亦有責任及義務確保每一受試者在研究進行過程中，不會受到生理或心理上的傷害，包括造成身體受傷、長期心理上的不愉快或恐懼。研究者說明自身學經歷與專業訓練，以及課程進行的過程會提高關注受試者身心狀態，並主動告知在過程中感到不舒適可隨時反映，達到「不危害研究對象身心」之倫理。

參、研究結果

一、以自創視覺圖卡介入藝術教育方案探討青少年親密信任之樣貌

(一) 青少年親密信任奠基於長時間正向互動，建立相處默契

青少年親密信任奠基於長時間的相處，由於五專5年相較於大學生相處4年，時間較長，學生們上課固定的座位，會經歷數次實習，緊密互動的狀況下，彼此相對了解，因此在完成任務的過程中也能反映平時相處默契。

「平時的我們，除了上課坐在自己的位置之外，我們甚麼都會一起，就連上廁所洗澡都會，或許太形影不離，……，所以也沒擔心我對他們幹嘛，因為我自己也怕他們因為我受傷，在過程中我很小心

，自己可能很怕是矇眼的，所以會仔細地告訴他們很多。」(1493-P-B)

「相信，非常相信，因為她是我從國中就很好的朋友，一直到現在，我們經過了很多事情，我對他的信任是百分之百的。」(2015-P-B)

(二) 以循序漸進的方式增強親密信任，以共同完成任務累積感情

由於單元一的活動是讓學生自由選擇另外一位夥伴，因此有些學生選擇自己熟悉的人，但有些學生是與陌生人配對，但都能看見在任務當中，信任感是以循序漸進的方式增強，學生們除了描述初始階段的情緒與行動，也能清楚地表達過程中心情變化。

「剛開始，我還是會很害怕，但一陣子之後都沒有障礙了，就會產生信任感，害怕雖然還是在的，畢竟看不到，但是他會告訴我，要我相信他，不會讓我撞到東西。」(1315-N-B)

「從以前到現在我們的關係都很好，唯一一點是有時候放開手，會很沒有安全感吧。我相信他可以幫我看好路，或許可能會有小粗心，讓我不小心撞到，但是我相信他能讓我平安抵達。」(1438-N-B)

「我保持著一半一半（相信）的心態，因為他一開始主動找我一起，但其實我跟他根本就不認識，只是第一次見面也是第一次講話，可是她給我的感覺算是蠻好的，於是我也答應，途中畢竟她算是陌生人，……所以，我一開始一定會害怕，第一圈走的非常慢，不過也因為她帶領的不錯，也不會害我跌倒或空腳，我就她蠻信任的，於是到達終點時要折返的途中，慢慢地步伐也就開始變大了，肌肉也沒有這麼的緊張，……讓我感覺一下子就到達目的地了。」(1521-N-B)



（三）部分時刻以幽默與嬉鬧方式活絡氣氛，在關係中營造情趣

青少年的社交人際關係常常會感到緊張與困惑，因此溝通方式會有不同的發展與變化，在面臨正經或是衝突的時候，常常伴隨著「尷尬」，青少年無法忍受其氛圍時，就會以嬉鬧式的方式化解團體的氛圍，並且在青少年次文化當中這是常見的、雙方皆可接受的互動。

「其實過程當中，我喜歡讓氣氛變得活潑起來，我不喜歡沉悶無趣的狀態，所以，我可能會故意逗我矇眼的朋友，可能會帶他去撞牆之類的，但其實一開始他就把我抓得很緊，會自己找路走，我一點都不擔心。」（3021-B-B）

「相信，她會跟我說現在在哪裡，旁邊有甚麼，尤其是上下樓梯時，引導我摸到手把，或是路口的門框，這些舉動讓我覺得自己的方向感很好，但有時候她會想開個玩笑，直接鬆開我的手，我就不敢動站在原地抱怨，但其實也很好玩，……。」（1513-N-B）

（四）渴望信任與安全的關係，內心多元矛盾糾結複雜

在單元一暖身活動中，能看出青少年對於信任與安全關係感覺到矛盾，常有明明知道他是一個值得信任的人，但過程中還是有許多糾結與矛盾。

「我相信他，因為他提前跟我說前面有甚麼，他還知道我會害怕，就會一直牽著我的手，他沒有讓我不信任的地方，而是我自己心裡在害怕，可是又知道他是可以信任的。」（2046-P-B）

「……，我比較想選的其實是兩隻手握在一起的樣子，……我覺得這張牌是處於曖昧階段的時候，不然就是剛在一起的時候，……，其實我想說的是，我也嚮往擁有這種愛情，看著朋友都戀愛了，我也想要談一場戀愛，其實朋友

問為什麼不談戀愛，我都會說順其自然。」（1111-N-W）

（五）敏感於非語言訊息之細節，有能力回應彼此需求而強化信任

青少年在人際互動上相當敏感，有時候一個眼神、表情和細微的動作，就能夠猜測或讀懂對方的需要，且願意給予協助。單元一的活動中不論是身處於哪一個角色，帶領者與矇眼者都有能力敏感於非語言訊息且回應對方的需求而強化關係的信任。

「在矇眼的過程中，雙手都是被帶領者拉著牽著，所以很放心地踏出腳步，在走路的過程中，會提醒要進電梯了或是有樓梯有階梯了，很細心，畢竟看不到路，需要說得仔細一點，不然會出大事呢。」（2092-P-B）

「相信，因為他會跟我說這裡是哪裡，讓我摸著牆壁走，踩在校園中我們都有印象的地方。」（2066-P-B）

學生們互動的內容會細緻的將環境描述的更為仔細，以提供雙方安全感，除了用語言的方式溝通，非語言的溝通，譬如牽著對方的手是學生們善用的方式。

（六）共同經歷重要事件，成為雙方情感增溫的基石

在方案執行的過程中，經歷了一場地震，根據中央氣象局觀測資料顯示，這起規模6.1強震。部分的學生在執行任務的過程當中，因為外在的不安全因子，讓帶領者與矇眼者的互動增加，提升了信任感的強度。

「很好啊，一開始就點害怕，但走著走著，到電梯前面就還好了，之後上了電梯，到六樓的時候就突然地震，她就把我抓出電梯，突然更安心了一點，之後就很順利，到哪裡有甚麼障礙都會說，基本上就是很順利。」（1715-N-B）



「我們雖然中途有一點小出錯，但因為被一個地震嚇到魂都不知道飛哪裡去了，但整體來說，我應該是可以信任的人吧，我也做了像是在他沒有方向感時，讓他可以觸摸牆壁或是物體來減少焦慮。」（1653-N-B）

「我覺得他看起來很沒有安全感，反應很大，想到地震他大吼大叫的樣子，好像快哭了，但是我呈現大笑，可能真的是太熟了吧。」（1698-N-B）

（七）難以言喻的直覺與既定的關係可能成為青少年親密信任的因素

部分學生難以說明為什麼產生信任或抗拒信任。

「相信，就是相信。」（2024-B-B）

「不相信，因為在班上不熟，所以不太相信他。」（1350-N-B）

「相信，因為是學姊，感覺就很可靠。」（2092-P-B）

因為文句上沒有特別表達關鍵的細節，研究者猜測青少年是以難以言喻的直覺和既定的關係談論信任。這樣的回答偏少數，但研究者認為頗具意義，可以繼續探索，礙於蒐集資料的方式無法深化內涵，但建議未來研究可以針對此回應了解青少年。

二、以自創視覺圖卡應用的助力與阻力

（一）使用自創視覺圖卡，可快速催化青少年自我覺察

在選擇牌卡時會喚醒價值與意義，學生們在單元一的安排之後，開始單元二在選擇牌卡的時候，會快速「連結」青少年對單元一的想法與感受。

「選牌卡的時候，我想著剛剛在帶領同學時，我伸出手的模樣，感受到她信任我。」（2087-P-B）

「想到剛剛活動時，他是如何帶領我前進，他是怎樣扶著我走過去又走回來的。」（1247-N-B）

「想著我剛剛矇眼走路是甚麼感覺。」（1639-N-B）

「我心裡想著那張牌卡意味著我們平時沒有太多的肢體接觸，但有濃厚的信任感。」（1245-N-B）

（二）自創視覺圖卡協助青少年將親密信任具象化與意義化

選擇牌卡之後青少年可以清楚描述手部的動作，投射個人情感，也可以在手部之外的身體部位做延伸，提供青少年將親密信任具象化且意義化。由於守護卡上僅有手部動作，單純的以素描為主，有些學生會細緻的描述手部動作，有些學生會直接表達手部動作連結到的「關係」，再由這樣的歷程表達情感。

「選擇牌卡的時候，我一看到一張像是小孩牽著老人的手時，就覺得蠻喜歡的，因為常在網路上看到阿公這樣牽著年輕人的手過街，有時候現實中也會看到，覺得很感動。」（1248-N-B）

「我覺得這張牌我一看到它就想拿起來，覺得這根本就是在敘說我的心情，我喜歡被這樣牽著，像小朋友一樣，特別的有安全感，看到也會覺得很幸福很快樂的感覺。」（3018-B-B）

「我選擇的這張牌是兩隻手鉤在一起像極了談戀愛的人會做的兩小無猜動作，覺得很可愛，我很喜歡這種甜蜜的感覺，就像是我跟我男朋友一樣，有著兩小無猜可愛且甜蜜的愛戀，也許也是因為我愛極了這種感覺，才會選擇這張勾勾小指頭做約定的卡吧。」（1113-B-W）

（三）手部圖像引發青少年將親密信任投射現實生活之現狀與期待

青少年可藉由手部的聯想投射於現



實生活中，時間軸不限。

「想著前幾天與男朋友的吵架，感受到了和好時的美好與吵架時的無助。」

」（2149-P-B）

「我其實面對這張牌沒有任何想法，就直覺的想擇了它，後來我覺得這張牌，有著互相幫忙、拉一把手的感覺。」

」（3012-B-B）

「我想的是愛情，我覺得兩隻手在一起的感覺，有種甜甜的戀愛感。」

」（2133-P-B）

「想著如果我有另一半，是否可以跟這張牌卡一樣。」

」（2118-P-B）
「心理想著也許我和我以後的另一半，能像圖片中一樣，我需要他的時候，他可以帶領我。」

」（2111-P-B）

（四）手部圖像延伸並擴大至各種關係，具備回顧與整理之功能

以手部圖像作為延伸，青少年投射出不同的關係，包含親情、友誼與愛情，而這些關心當中的親密信任，能夠協助青少年回顧與整理其投射出的關係樣貌，而原本研究者在設計方案時，僅提供一個素材讓青少年自由投射，且引導語皆關注友伴與戀愛關係，但意外發現青少年的各個投射不侷限於當初設定的關係。

「我選擇的這張牌是有意義的，很像是媽媽牽著我的手一樣，很溫暖很窩心，就像太陽一樣，照亮全世界，也像大氣球一樣想走到哪裡就遊走到哪……。」

」（2021-P-W）
「我選擇這張牌，第一眼看到就很喜歡，……很符合我要的，那種只有勾一隻手很像小時候，爸爸媽媽跟我牽手，勾著小手帶我過馬路、逛街、到處去玩，但手勾手卻沒有牽手那麼穩固，比牽手更容易放開……。」

」（2023-P-W）

（五）圖卡與書寫交織喚起青少年使用自己的語言表達且說得更清楚

青少年比較少用自己的語言表達情感，或是找不到適合的詞句形容自己的心情，然而，適用守護卡和自由書寫兩種表達性藝術治療媒材，可以協助青少年整理自己的想法，找到自己的語言且表達得更清楚，兩種媒材的結合讓青少年自身驚嘆認知上的轉換。

「我是憑直覺挑一張牌的，一開始心裡完全沒有想著什麼，但是當老師請我們寫下來，竟然會有完全不一樣的想，完全聯想到人與人之間，明明只是一隻手……。」

」（1287-N-B）

學生們描述自己在看到牌卡的當下，沒有特別的想法與感受，是直接選擇自己喜歡的牌，或是直覺要選擇的一張牌，但自由書寫過後，對牌會有不同的想法與感受，亦可以連結自己的生命經驗，成為新的知覺。

（六）圖卡與書寫交織可協助反映青少年當下關注之重要議題，無關親密信任

研究者原本設計的課程目標在於探索友伴關係與伴侶關係的親密信任樣貌為何？然而，學生們專五階段正忙著準備護理師的國家考試、美容科走秀，以及幼保科畢業展，課程之外的時間壓力較大，容易將情緒帶至藝術體驗之中。

「不知道要寫甚麼，現在只想關心國考。」

」（1734-N-B）

「壓力都在走秀的部分，寫到一半會被音樂帶走。」

」（3044-B-B）

（七）自創視覺圖卡與自由書寫效用相輔相成，然而書寫有其助益與限制

表達性藝術治療中，自由書寫是一種方式，其功能已經被證實有情緒宣洩、釐清思緒、自我價值重建、自我賦權



（呂旭亞，詹美涓，2009；余欣蓮、李易芬，2009）等。自由書寫有情緒宣洩的功能。

「我覺得自由書寫對我來說是一種情緒宣洩，因為已經不知道多久沒有和自己好好說話了，透過自由書寫讓我知道自己內心的想法是甚麼。」（1249-N-B）

也有釐清思緒的功能。

「我覺得寫完很舒服，我寫了很多，甚至覺得時間不太夠我寫，寫完我真的有一種舒服感，很舒適的感覺，甚至有點喜歡上這種方法。我有好多想要說的話，不知道該先寫哪個主題才好，腦中有很多想法想寫，於是我就先寫今天遇到的事情，然後再繼續接著寫。」（1062-N-B）

「我可以把心裏面的話都寫出來，而且不給任何人知道，其實自己就算表面開開心心的，每天都帶著笑容，但內心其實是很累的，我希望可以過了這關變得更堅強。」（3012-B-B）

然而，由於科技發達，學生們常常處於使用電腦打字，以科技產品交流的狀態寫，用筆寫下自己的想法可能是不習慣的方式。

「我覺得最大的阻礙應該是：我不會寫國字吧，可能長期使用手機的關係，雖然寫的時候想到我最愛的奶奶，有點心酸，但想到大家的付出就覺得很感動。」（2059-P-B）

「寫到後來手真的很酸。」（1265-P-B）

肆、結論

一、方案執行與守護卡研發，奠基於教師與班級的互動關係

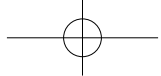
本研究於愛情心理學課程執行方案

，雖然只有短短2小時，但奠基於平時與學生們互信關係，使得執行方案過程順利。第一作者平時與班級的互動良好，在執行方案之前一周向學生們說明守護卡研發歷程，讓學生們預知即將來臨的藝術治療活動，且充分回答學生疑惑才在隔周進行方案；另外，執行方案時發現，由於第二作者亦是多數學生們的美術老師，平時的互動良好，遇到困境時常常諮詢的對象，有深厚的情感，學生們對於老師創作的守護卡自然而然產生好感，有助於學生投入藝術教育方案，也樂於提供自己的資料與想法。

二、班級團體動力 vs. 次團體動力

研究者在不同的5個班執行方案，依照不同的科系專業塑造學生在藝術活動裡不同的特質，舉例來說，護理科和幼保科對於人的關懷比較細膩，在單元一的活動中，兩兩一組的互動，帶領者相當關注矇眼者，擅長結合語言與非語言訊息達到幫忙，譬如會先用聲音告知矇眼者空間裡的障礙物，會握抓對方的手，或使其扶著牆壁前進等，而矇眼者的表達也是清楚的，會適時地告訴帶領者自己的需求；而美容科在此活動中關注「美」的表現，譬如戴眼罩的時候瀏海有沒有被壓到，預防臉上的妝糊掉，要事先在眼罩前墊上衛生紙等，而在完成任務的過程中，比較少訊息，多數以默契互動，輕輕點到即可。

在單元二的活動當中，也有異曲同工之妙，護理科與幼保科對於挑選守護卡的細節上，關注直覺與感受，容易聯想到「關係」，這也反映在自由書寫的紙本上，而美容科在挑選守護卡時會關注呈現在視覺畫面上的美感，認為擺放的手部的細節，譬如紋路、指尖等。有



以上可見，每一個班級專業訓練背景不同，可能有不同的動力，護理科與幼保科是以對人的關懷採「合作取向」，美容科是以突顯自我特色為主採「個人取向」，皆能反映在藝術教育方案的歷程中。

郭淑惠（2014）提出須依班級團體的特性來設計課程，課程目標應因應學生的特別需要做適度的調整，而「分組教學」是必要的，課程進行中，教師需感受班級動力，在安全與支持的環境下，營造一個能讓情感與能量宣洩的藝術空間。在實施過程中也會因團體遭遇的特殊事件而調整課程，使其更符合團體的需要。本研究認為教師在設計課程時，其實皆有「臨場感」，了解每個班級動力有助於藝術教育課程的執行，而此次使用守護卡亦是平日累積的觀察，研究者發現相較於「創作歷程」，挑選圖卡對於青少年是相當富有樂趣的，圖卡可以快速連結學生個人、學生與朋友之間、班級之間，以及教師與學生之間各個次系統，達到好的連結成效，催化個人反思，以及在挑選守護卡和自由書寫的歷程中獲得療癒。

三、研究限制

本研究初始階段是以發展屬於自身校內風格的牌卡，試圖以「手部的素描」圖示協助學生們投射與討論關於自身的「關係」，也想要知道自創視圖卡的效果。然而，兩位研究者想要在2個小時的活動方案裡完成「過多」目標，讓研究結果較為發散與失焦，頗為可惜。研究者們的發想：一方面想要了解「自創視圖卡的效果」，即學生從圖卡投射出來的親密關係為何？關係樣貌又是如何？另一方面又想要了解「自創視圖

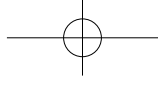
卡與活動或藝術治療媒材的效果」，即矇眼活動、自由書寫等方案設計是否能與自創是覺圖卡是否可行，是否有好的交互作用；最後，研究者們還想要達成執行方案的現場，可以讓班級同學們有好的親密信任關係等連結。

兩位研究者認為以「班級」為單位，可以快速地了解學生們使用的狀況，但在設計與執行的過程中並未釐清「牌卡的效果」還是「牌卡結合活動或藝術媒材的效果」，以至於在資料蒐集的部分，也未能聚焦於研究問題1. 以自創視圖卡應用於青少年親密信任之樣貌？以及2. 以自創視圖卡應用的助力與阻力為何？造成研究結果佔最多篇幅的矇眼活動的經驗，而非牌卡的效果。

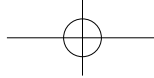
目前在第一線助人工作者使用圖卡的人很多，但針對研發的圖卡並沒有積極地以實證的角度探究，停留於「直覺」可以有「好」的應用。本文雖然有意識地將應用的歷程與結果以文字記錄下來成為佐證，但是以初探性質的方式且戰且走，有諸多的不足之處，在研究方法與工具上的選擇，是以便利性為主，能快速獲得與分析資料，聚焦於即時的應用，不利理論的發展或普遍的推論期待能有效地設計、研發、系統性地編排。研究者們雖然深知研究過程的不足，但仍認為描述自創視圖卡應用於實務現場能夠營造好的班級互動，增進一定程度的自我探索，而就研究架構、課程、方案、團體可以有精進的空間，未來可調整修正更具計畫與結構性地探究於各類議題的應用。

參考文獻

白雅方（2014）。中學輔導人員牌卡應用現況及其與創造力之相關〔未出版碩士論文〕。國立彰化師範大學



- 輔導與諮商學系。
- 江宛凌、陳慶福（2008）。以塔羅牌為諮商媒介所引發低自尊當事人之重要事件與晤談感受初探研究。*中華輔導與諮商學報*，**24**，107-145。
- 呂旭亞、詹美涓（2009）。以書寫開創人生的新局——一個台灣婚姻受暴婦女表達性書寫治療團體的行動研究。*台灣藝術治療學刊*，**1**（1），55-69。https://doi.org/10.29761/JTAT.200906.0004
- 余欣蓮、陳易芬（2009）。*台灣藝術治療學刊*，**1**（1），99-113。https://doi.org/10.29761/JTAT.200908.0007
- 谷玲玲（2013）。網路親密關係中的自我揭露。*資訊社會研究*，**24**，1-26。https://doi.org/10.29843/JCCIS.201301_(24).0001
- 林美珠、王迺燕（2008）。女性憂鬱症門診病人之主題統覺測驗分析。*臺灣精神醫學*，**22**（1），47-56。https://10.29478/TJP.200803.0006
- 林淑芳、吳麗娟、林世華（2004）。中學生共依附特質與信任感之相關研究。*教育心理學報*，**35**（3），295-317。
- 林怡君、趙梅如（2007）。親密信任之內涵建構及量表編製。*中華輔導學報*，**21**，1-32
- 林金定、嚴嘉楓、陳美花（2005）。質性研究方法：訪談模式與實施步驟分析。*身心障礙研究季刊*，**3**（2），122-136。
- 郭淑惠（2013）。藝術教育：跨越藝術與教育的人本教學趨勢。*國教新知*，**61**（3），5-15。
- 陳詒枚、吳珍松、濮家和、蕭真真、劉青山（2017）。自創媒材《聽我說卡》及《我的翅膀在哪裡繪本》應用於醫療場域團體課程之探究——以神經罕見疾病病友會為例。*輔導季刊*，**53**（2），22-34。
- 陳詒枚（2017）。以計畫行為理論探討中學輔導教師使用牌卡模式——以結構方程模式分析〔未出版碩士論文〕。國立彰化師範大學輔導與諮商學系。
- Beck, S. J. (1930). Personality diagnosis by means of the Rorschach test. *American Journal of Orthopsychiatry*, *1*(1), 81-88. https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1930.tb04803.x
- Bettelheim, B. (1947). Self-interpretation of fantasy: The Thematic Apperception Test as an educational and therapeutic device. *American Journal of Orthopsychiatry*, *17*(1), 80-100. https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1947.tb04978.x
- Ellison, C. W., & Firestone, I. J. (1974). Development of interpersonal trust as a function of self-esteem, target status, and target style. *Journal of Personality and Social Psychology*, *29*(5), 655-663. https://doi.org/10.1037/h0036629
- Lefkowitz, J., & Fraser, A. W. (1980). Assessment of achievement and power motivation of Blacks and Whites, using a Black and White TAT, with Black and White administrators. *Journal of Applied Psychology*, *65*(6), 685-696.
- McCarthy, M. H., Wood, J. V., & Holmes, J. G. (2017). Dispositional pathways to trust: Self-esteem and agreeableness interact to predict trust and negative emotional disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, *113*(1), 95-116. https://doi.org/10.1037/pspi0000093
- Morgan, C. D., & Murray, H. A. (1935). A method for investigating fantasies: the thematic apperception test. *Archives of*



- Neurology & Psychiatry*, 34, 289-306. <https://doi.org/10.1001/archneurpsyc.1935.02250200049005>
- Pollak, S., & Gilligan, C. (1982). Images of violence in Thematic Apperception Test stories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 159-167. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.159>
- Sabatelli, R. M., Buck, R., & Dreyer, A. (1983). Locus of control, interpersonal trust, and nonverbal communication accuracy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(2), 399-409. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.2.399>
- Soukupova, T., & Goldmann, P. (2015). Personal problem solving of partners in divorce proceedings. *Rorschachiana*, 36(1), 82-103. <https://doi.org/10.1027/1192-5604/a000053>
- Verdon, B. (2011). The case of thematic tests adapted to older adults: On the importance of differentiating latent and manifest contents in projective tests. *Rorschachiana*, 32(1), 46-71. <https://doi.org/10.1027/1192-5604/a000015>
- Weisskopf-Joelson, E., & Money, L., Jr. (1953). Facial similarity between subject and central figure in the TAT as an influence on projection. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 48(3), 341-344. <https://doi.org/10.1037/h0057994>
- Wieselquist, J., Rusbult, C. E., Foster, C. A., & Agnew, C. R. (1999). Commitment, pro-relationship behavior, and trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(5), 942-966. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.5.942>