

運用藝術媒材於暴力行為青少年個案之個別輔導

國立華南高級商業職業學校
林梅萍

壹、範例架構

一、名稱：運用藝術媒材於暴力行為青少年個案之個別輔導。

二、目標：

1. 幫助個案更融入學校生活。
2. 幫助個案情緒覺察與管理。
3. 幫助個案自我探索與自我成長。
4. 幫助個案生涯探索與抉擇。

三、對象：青少年個案。

四、問題類型：情緒管理與學校適應問題。

五、情境說明：個案由於覺得高年級學長看他的眼神帶著囂張、挑釁的意味，雙方一言不和，爆發衝突，約在校外談判，雙方都帶了人馬與傢伙，個案把學長打得頭破血流，校規處分，記過處理後，轉介來輔導室接受輔導。

六、採行策略

輔導者本身是高職的輔導老師，工作上的確發現青少年的口語發展不及成人來得成熟（林杏足，2003；張鳳慈，2005），要把他們捉過來侃侃而談是困難的，有些時候，他們心中是有些想法或感受的，但是要用口語清楚明瞭地說出來是困難的，懶得講就說不知道，Rubenstein（2001）也提到很多焦慮不安和沮喪的青少年不能辨識、命名、或者用言辭表達他們的感受或者需要。

Kerr-Price & Fowler（2003）認為藝術媒材使用於心理諮商中，讓當事人使用非語言的溝通來呈現他們的議題，特別適用於口語表達能力受限的當事人。非語言的、視覺、觸覺的藝術媒材打開了更多元的溝通表達、促進彼此了解、增加覺察的管道；誠如Gardner於1983年提出人有內省智力（intrapersonal intelligence）、人際智力（interpersonal intelligence）、視覺/空間智力（visual/spatial intelligence）、文字/語言智力（verbal/linguistic intelligence）、邏輯的數學智力（logical mathematical intelligence）、音樂/有節奏的智力（musical/rhythmic intelligence）、身體/動覺的智力（body/kinesthetic intelligence）等七種不同智力與學習風格（Longo，2004），光只是口語表達不足以呈現人的整體性，而藝術媒材的使用更可以滿足青少年充分表達自己與被理解的需求。

此外，因為青少正處於強烈想脫離大人的控制，成為獨立自主個體的時期，被轉介來的青少年個案，面對一位被視作權威的諮商師，以沉默表示反抗是可能會發生的（林杏足，2003），而藝術媒材的使用，會帶來一種新鮮有趣的感覺，或許能讓青少年覺得比較不像是上對下地審問或教誨，而比較願意從創作活動中，帶進更多的自我探索；Linesch(1988)亦認為：藝術治療能減少商開始時的焦慮，幫助建立

關係，使抗拒或者轉介來的青少年更能投入治療；藝術創作提供足夠的心理安全距離，即使是抗拒的青少年也能幫助他們探索一些具威脅性的感受或想法（France & Edward, 1997；Riley, 1999）。

而且，藝術創作有其獨特療效因子，使青少年能從中獲益。藝術創作中自發性顯露的意義，常多於他們所能說出來的，青少年有機會逐漸結合這些感覺為自我的一部分（Kahn, 1999）；而且藝術創作特別能激發想像力、創造力的部分，可以提供新的觀點與刺激，將創造力引入問題解決中；此外，任何藝術創作都是獨一無二的，正符合青少年渴望發展出個人人格特質的需求（Riley, 1999）；此外，藝術創作具有不易因記憶失真、持久保存的特性，一方面方便諮商師以作品接受專業督導，另一方面青少年也能在未來諮商中繼續反思藝術創作的意義（Kahn, 1999）。

青少年大部分還處於求學的人生階段，而有不少文獻與臨床證據顯示在現今的校園中，藝術與表達性治療較能貼近學生的治療性需求，使他們在學校中有更好的表現與學習（Essex, Frostig & Hertz, 1996）；而張鳳慈（2004）與鄭文華（2006）分別運用藝術治療團體於高中生及國中生，亦發現他們頗能從中有所領悟與收穫。

因此輔導者欲運用藝術媒材於對青少年的個別諮商中，藉此嘗試以探究是否能更有效地幫助他們。

七、進行流程(含步驟、流程及所需時間，可列表)

在徵詢過個案的意願後，擬定輔導目標，跟個案約定每週一次，每次一小時的輔導時間，進行總計十次的藝術媒材介入。

下列為各次活動進行名稱、目標、所使用的藝術媒材與進行方式：

次別	活動名稱	活動目標	使用藝術媒材	進行方式
1	畫打架前、中後不同情境下的自己	1.幫助個案以繪畫回顧事件發生歷程下的想法與感受。	影印紙、彩色筆	請個案自由挑選藝術媒材，創作打架事件前、中、後，不同情境下的自己，進行分享與討論。
2	自由創作情緒曼陀羅—對學長的憤怒	1.幫助個案以創作宣洩情緒，並學習到良好的情緒宣洩方式。	八開圖畫紙、筆	提供個案一張繪好大圓的八開圖畫紙，請個案在自己最有情緒的時候，在圓內畫圖，在圓外用幾個字詞形容，進行分享與討論。
	彩繪面具—自己眼中與別人眼中的自己	1.幫助個案自我探索內在與外在的不一致而獲得覺察。	紙面具、彩色筆	提供個案紙面具，請其在面具上彩繪自己眼中與別人眼中的自己，進行分享討論。
3	自由創作情緒曼陀羅—快樂	1.增加個案對情緒的覺察與了解。	八開圖畫紙、筆	提供個案一張繪好大圓的八開圖畫紙，請個案在自己最有情緒的時候，在圓內畫圖，在圓外用幾個字詞形容，進行分享與討論。

4	塔羅牌自由聯想	1.投射個案內在的渴望與掙扎，引出個案的潛能與資源。	塔羅牌	以算命的形式，讓個案翻出代表過去的牌一張，代表現在的牌兩張，代表未來的牌一張，讓個案自己去聯想與敘說，並加以引導。
	自由創作情緒曼陀羅—喜、怒、哀、樂	1.增加個案對情緒的覺察與了解。	八開圖畫紙、筆	提供個案一張繪好大圓的八開圖畫紙，請個案在自己最有情緒的時候，在圓內畫圖，在圓外用幾個字詞形容，進行分享與討論。
5	自由創作情緒曼陀羅—生活近況	1.了解個案最近的生活與情緒狀況，幫助他自我整理與反省。	八開圖畫紙、筆	提供個案一張繪好大圓的八開圖畫紙，請個案在自己最有情緒的時候，在圓內畫圖，在圓外用幾個字詞形容，進行分享與討論。
6	畫出玩與讀書間的拉扯	1.釐清個案的生活目標，他在課業跟玩之間的掙扎。	四開圖畫紙、蠟筆	請個案在四開圖畫紙上，以喜歡的藝術媒材呈現自己在玩與讀書間的拉扯，進行分享與討論。
7	自由創作情緒曼陀羅—生活點點滴滴	1.了解個案最近的生活與情緒狀況，幫助他自我整理與反省。	八開圖畫紙、筆	提供個案一張繪好大圓的八開圖畫紙，請個案在自己最有情緒的時候，在圓內畫圖，在圓外用幾個字詞形容，進行分享與討論。
8	自由創作情緒曼陀羅—生活近況	同上	同上	同上
9	生涯畫作	1.幫助個案自我反省阻礙其追求生涯目標的是什麼。 2.幫助個案更確立自己所追求的目標及助力。	四開圖畫紙、鉛筆	邀請個案畫一幅畫，追求的目標，離它還有多遠，路上的阻礙、誘惑是什麼？有幫助的是什麼？進行分享與討論。
10	自由創作情緒曼陀羅—生活近況	1.了解個案最近的生活與情緒狀況，幫助他自我整理與反省。	八開圖畫紙、筆	提供個案一張繪好大圓的八開圖畫紙，請個案在自己最有情緒的時候，在圓內畫圖，在圓外用幾個字詞形容，進行分享與討論。

說明：

1. 情緒曼陀羅

曼陀羅在梵語裡是指圓的意思，曼陀羅繪畫是在圓裡作畫，在藝術治療的領域裡，曼陀羅繪畫不只能反映創作者當下的自我，還能透露潛意識的內涵；輔導者基於容易取得的便利性，使用八開白色圖畫紙，在其上預先畫好直徑25公分的圓，提供給個案於每次諮商後進行曼陀羅繪畫創作。

個案每次接受諮商後，請其在一週內感覺自己最有情緒的時候，完成一幅曼陀羅繪畫，可作為檢視個案情緒及自我狀態，及其在諮商歷程中的變化之工具。

2. 藝術媒材的使用為個案自由選擇使用。

八、所需資源(含人力設備與教材)

人力設備：輔導員一名。

設備與教材：

在物理空間方面：選擇隔音設備良好的房間，自然的光、新鮮的空氣、植物、透過畫與傢俱傳達美學的感受。

在藝術媒材方面：包括各種顏色鉛筆、蠟筆、水彩、簽字筆、彩色筆、較好控制的粗的粉蠟筆，大小不同的圖畫紙、色紙、包裝紙、圖卡、黏土，包含不同主題的雜誌數本，各種工具包括剪刀、膠水、尺，清潔工具包括小水桶、抹布、紙巾、噴霧器等。使用開放式櫃子收納，歡迎進入此室的人使用這些媒材。

九、效益評估

- 1.輔導關係的建立：透過藝術媒材的使用，及輔導者的接納、關懷，使個案卸下防衛，願意與輔導者談心。
- 2.學校生活的適應:個案努力遵守校規，並主動參與勞動服務，爭取獲得操行加分的機會。
- 3.個案情緒的出口與自我成長：透過藝術媒材，個案宣洩內在的情緒，並表達自己關切的議題，而能進一步討論與處理。

貳、延伸學習

建議舉辦藝術治療方面的研習，幫助輔導員增加專業技能，讓對青少年工作的方式更多元，除了在口語之外，開拓另一種與其接近與介入的管道。

參、回饋與建議(對採行正向管理措施後的學生/家長回饋或建議)

摘錄自第三次輔導的對話：

輔導者：那今天我們的第三次談話，那我想要了解一下你覺得這樣的談話有沒有幫助你更接近你的目標，就是融入學校的生活。

學生：有吧，就更了解自己了。

輔導者：更了解自己。

學生：如果，假如說地第一堂課，自己看是什麼樣的人，可能說不出來，就一

步、一步來。

從以上對話裡，可見在學生的主觀感知裡，是認知到本措施是對其自我探索與了解有幫助的。

摘錄自第四次輔導的對話：

學生：ㄗ~這有翅膀就像小天使吧，然後魔法棒。

輔導者：喔~嗯嗯。

學生：點燃未來的希望！

輔導者：嗯~你身上是有魔法的，可以點燃未來的希望。

學生：就~靠自己吧！

輔導者：嗯！靠自己。

學生：我們就像一支畫筆啊。

輔導者：嗯嗯。

學生：你要怎麼在紙上畫出你的...

輔導者：未來是一張畫紙。

學生：看妳要怎麼去揮毫啦。

輔導者：對！揮灑。

學生：就靠自己，靠自己去爭取啊。

從以上對話看到，學生透過塔羅牌自由聯想的活動，引發其內在的資源與希望感。

肆、心路手札

創作完的成就感，讓個案覺得自己是有能力去創作的；第一次諮商時，請個案畫出打架的歷程，個案說自己是畫得不好的，當個案發現自己可以畫出這樣一個面具來，會不會某種程度上，是覺得自己還滿厲害的，就像他自己說他會小提琴那樣；個案批判自己的作品，或許是一種低自尊的反應；或許藉由這樣一次、兩次沒才使用過程中，他某部分找到對自己的肯定，慢慢的進步，從不覺得自己會畫，或懷疑自己的作品，到對自己作品的接納，老師也予以接納的態度，不管畫出是好或壞，都一律接納，他會發現這個老師跟以往的老師是不一樣的，不會去批評他的，某部份也會增強他的一些信心。

遇到生活世界跟我們很不同的個案時，能用更多的傾聽，以個案的角度為考量，再去聽他說更多。

如果馬上跳出來說，你這樣做是不對的、犯法的，而站在個案的立場去理解他的世界、想法，個案反而能自己說出什麼是他想要的、不要的；如果直接跟個案說這是不好的，他很有可能就站在對立的一方；站在個案的角度，能幫助他更釐清好與不好。

伍、參考資料

林杏足（2003）。青少年諮商的破冰之行--建立關係的方法與策略。輔導季刊，39

(2) , 1-9。

- 呂素貞 (2005) 。超越語言的力量:藝術治療在安寧病房的故事。台北:張老師。
- 鄭文華 (2005) 。藉由藝術治療融入小團體輔導活動提升繼親家庭子女之親子關係與人格特質之個案研究。台南女子技術學院生活應用科學研究所碩士論文。
- 張鳳慈 (2004) 。藝術治療取向團體對高中生親子關係之影響。國立彰化師範大學輔導與諮商學系碩士論文。
- Essex, Michele; And Others (1996) . In the Service of Children: Art and Expressive Therapies in Public Schools. Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association, 13 (3) ,181-190.
- Fincher, S. F. (1998) 。曼陀羅的創造天地:繪畫治療與自我探索。游璇娟譯。生命潛能。
- France, M. Honore & Edward Allen, G. (1997) .Using art: A Gestalt counselling strategy for working with disruptive clients. Guidance & Counseling, 12 (4) ,24-26.
- Kahn, Beverly B. (1999) .Art therapy with adolescents: Making it work for school counselors. Professional School Counseling, 2 (4) ,291-299.
- Kerr-Price, Noelle & Fowler, Kim (2003) .Treating Kids With Easting Disorders. Behavioral Health Management, 23 (6) ,28-32.
- Longo, Robert E. (2004) .Using Experiential Exercises in Treating Adolescents with Sexual Behavior Problems. Sexual Addiction & Compulsivity, 11 (4) ,249-263.
- Riley, Shirley (1999) . Contemporary Art Therapy With Adolescents. London: Philadelphia Jessica Kingsley .
- Rogers, N. (1993) .The creative connection: Expressive arts as healing. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Rubenstein, Alice K. (2003) Adolescent psychotherapy: An introduction. Journal of Clinical Psychology, 59 (11) ,1169-1175.

內容評析:

一、學生問題行為:有暴力行為偏差之個案。

二、教師所採用之正向管教策略與技巧:替代性表達的策略,利用藝術媒材,將個人憤怒情緒表達並自我闡述,也加入面具彩繪,繪出他人眼中自己眼中看到的自己,再從瞭解各類情緒意涵及生活狀況,共進行十次。運用媒材可讓學生在被動的輔導關係中轉為主動,以達輔導關係之建立。

三、輔導結果:

1. 每一次個案的作品完成,不但從中釐清自己,更提供低成就的個案自我肯定的機會。個案可以漸漸說出自己的觀感,透過創作表現本身,個案也看到自己的另一種展現,這種表達技巧,可以讓個案多細心探詢自身內在的經驗,老師則站在傾聽與瞭解的角度,幫助個案再次釐清與看到自己的優點與缺點。
2. 唯因為個案有暴力問題,本範例並未直接處理,而是偏重建立自我成長與情

緒表達的方向。

四、範例整體架構尚稱完整，雖僅部分針對打架行為，但提供情緒認識宣洩情緒，符合正向管教之概念，實際運用之可行性及效益不錯。針對若拒絕談話或不易表達情感之個案可嘗試此法有其特色。

五、其他建議：

1. 如何延續十次的輔導，將每次輔導所談的內容整合應用到個案的生活層面，是可以加強的部分。
2. 個案具體的行為與現在生活經驗，老師也需要隨時瞭解，也比較能貼近個案現下繪出圖畫的內在意義，學生也覺得主角還是個案本身，而不是圖畫。

