

## 國小喪親兒童在表達性治療的變化情形之個案研究

謝政廷 許智傑 林妙容\*

### 摘要

本研究旨在了解一位國小喪親學童在表達性治療中的變化情形。由於兒童語言表達能力的發展尚未充足，因此藉由表達性媒材的介入，期望能協助喪親兒童表達出悲傷的情緒與失落的經驗，進而達到復原的治療效果。在本研究使用的表達性媒材主要有藝術創作、遊戲、繪本討論、布偶、故事接龍、沙盤等六項媒材。本研究採用質性研究中的個案研究方法，以一名小五的喪親兒童為研究參與者，探討表達性治療對研究參與者的復原之幫助。在研究參與者接受完八次表達性治療歷程之後，研究訪談員分別與個案、個案的祖母、個案的導師與個案的同班同學進行訪談，之後由研究者與協同研究者將訪談所得資料進行分析。研究發現，研究參與者在表達性治療中的療癒效果主要可以從個人、家庭與學校三個層面來探討：(一) 個人層面：悲傷情緒的宣洩、重新經歷且修通喪親前關係的未竟事務並修通之、提供與爸爸情感連結的管道與需求、再次經驗喪親的悲傷經驗並與逝者告別，共四項。(二) 家庭層面：改善和母親關係、珍惜與家人的相處，共兩項。(三) 學校層面：願意主動關心同學、上課變得專心許多，共兩項。研究者根據研究結果提供若干建議，以供喪親兒童之相關助人工作者與研究者參考。

**關鍵詞：**喪親兒童、表達性治療

---

謝政廷	國立彰化師範大學輔導與諮商學系博士生
許智傑	國立台灣師範大學教育心理與輔導學系博士生
林妙容*	國立暨南國際大學輔導與諮商所助理教授 (mjlin@ncnu.edu.tw)

## 壹、緒論

### 一、喪親兒童的心理現象與輔導的重要性

死亡是人們必定會經歷的課題之一，它會帶給人們情感上的失落與悲傷，當個體面臨死亡議題的時候，總是需要很長的一段時間來復原。對於缺乏因應能力與支持系統的兒童而言，面對死亡的經驗勢必是一大挑戰。也由於兒童在悲傷情緒的表達與處理可能有困難，無法像成人一樣將自己的悲傷經驗與情感做具體清楚的表達，再加上兒童悲傷反應的強度與方式會因為時間的轉變而有所差異。因此，成人常會以為兒童太小不懂悲傷、對死亡經驗沒有什麼感覺，使得兒童之悲傷失落受到忽略，而影響其往後的生活適應。Worden (1996) 指出，有44%的兒童在喪親四個月內，日常生活的例行事務如家事安排、用餐情況、睡眠時間等都會改變；喪親一年後，前述的改變仍會持續，但漸漸能調適。亦有研究指出 (Goldman, 2004; Kelley & Emery, 2003; Schlozman, 2003)，兒童遭遇喪親經驗可能會表現出生理、行為、內在情感、社會、學業五方面的問題：生理層面問題如飲食異常、無精打采、失眠；行為方面的問題如攻擊、反抗、過動等行為；內在情感的問題如焦慮、害怕、難過、憤怒等；認知層面的問題如失去現實感、感覺逝者仍活著、沉溺於思念逝者等；社會層面的問題如社會退縮、退化等；學業層面的問題如學習困難、上課專注力變差等。Dilworth與Hildreth更指出早年的喪親經驗若沒有獲得處理解決，而形成未解決的長期哀傷，到成年期的時候，可能會有持續性的焦慮、自責、內疚、尋死的念頭等問題產生（引自吳秀碧，2000）。Shen和Sink (2002) 亦指出，創傷對兒童的心理會產生許多負面影響，且程度不一，從輕微到嚴重的情況都有；持續的時間短則數個月，長則到數年都可能對兒童產生更多負向的影響。

由此可見，喪親對兒童從生理到心理，從認知到情緒與行為，都可能造成許多影響。因此，針對兒童的喪親經驗進行介入是刻不容緩的議題。

### 二、表達性治療對喪親兒童的合適性

在台灣的社會文化中，當成人需要與兒童談論喪親的經驗時，成人常會以沉默、逃避的方式來回應兒童面對喪親的經驗，這樣的處理方式對孩子的日後發展勢必會產生一些負向的影響。事實上，兒童不僅有動機、更有表達對喪親感覺的需求，而在表達歷程中是需要一位善於了解、樂於聆聽、接納他們經驗的人協助（賴念華，2000）。因此，諮商人員在協助兒童處理喪親的經驗中，便扮演一個極重要的角色。表達性治療不僅能夠提供多元的媒材協助個案表達內在的想法，同時也能讓個案在較安全接納的環境下表達自己的經驗，因此適合使用來與兒童工作。

## 二、名詞釋義

### (一) 喪親兒童

喪親兒童是指經歷親人死亡經驗的兒童，而親人則包含父母親、親戚與主要照顧者。本研究所指的喪親兒童，是一位經歷父親死亡且適應不良之國小五年級學童。個案的父親逝去約一年左右的時間，主要出現的適應不良情形為：無精打采、對案母感到憤怒、沈溺於思念逝者、出現社會退縮與退化的行為等。

### (二) 表達性治療

表達性治療 (Expressive therapy) 是指治療師運用美術、繪畫、遊戲等媒材融入治療的歷程當中，用以協助個案自我表達與成長，最終達到治療的效果 (Estrella & Granquist, 2008; Malchiodi, 2005)。本研究中研究者使用藝術創作、遊戲、繪本討論、布偶、故事接龍、沙盤等，六項表達性媒材融入於治療歷程，來協助個案進行八次的治療歷程。

## 三、研究目的

本研究欲透過表達性治療協助一位喪親兒童從悲傷與失落中復原，研究者藉由表達性治療，提供一個安全與高度接納的環境，以讓個案重新面對悲傷與失落，從中產生新的意義。因此本研究的研究目的主要有二：

- (一) 探討喪親兒童在表達性治療中的變化情形。
- (二) 根據研究結果，提出未來對喪親兒童諮商輔導工作的相關建議。

## 四、研究問題

基於上述目的，本研究探討的問題可以分為下列三項：

- (一) 喪親兒童在接受表達性治療後，產生的「個人層面」影響為何？
- (二) 喪親兒童在接受表達性治療後，產生的「家庭層面」影響為何？
- (三) 喪親兒童在接受表達性治療後，產生的「學校層面」影響為何？

## 貳、文獻探討

### 一、表達性治療的定義與其特性

#### (一) 表達性治療的定義與取向

表達性治療是指治療師在治療歷程中，融合美術 (art)、繪畫 (drawing)、音樂 (music)、舞蹈／律動 (dance/movement)、戲劇 (drama)、詩文／創造 (poetry/creative)、寫作 (writing)、閱讀治療 (bibliotherapy)、遊戲 (play)、沙

盤 (sand-tray) 等媒材，提供個案非語言的表達與溝通管道，以促進自我表達、自我覺察、情緒成長及人際關係提昇 (Estrella & Granquist, 2008; Malchiodi, 2005)。由於表達性治療可以藉由媒材的使用，催化出個案內在的創造力，激發出個案內在的情緒、感覺與創造力，因此又稱為創作性藝術治療 (creative arts therapy) 或表達性藝術治療 (expressive arts therapy) (Beverly, 1997)，又因翻譯的差異，有時也稱為表現性治療。因此，表現性治療、表達性治療、表達性藝術治療、創作性藝術治療可互相交替使用。本文因著此治療方法強調自發性的表達，故統一使用「表達性治療」一詞。

在表達性治療的發展中，有三個不同的取向 (Estrella & Granquist, 2008; Knill, Barba, & Fuchs, 1995; Malchiodi, 2005)，一者為Kramer「藝術即治療」取向 (art as therapy)，另一者為Naumburg「藝術心理治療」取向 (art psychotherapy)，其三為「綜合治療模式」取向 (multimodal)。藝術即治療取向認為，治療師使用表達性媒材幫助個案時，創作的歷程可以抒緩情緒上的衝突，並有助於個案自我成長，因此藝術即治療取向認為，創造的歷程本身即具有療效；藝術心理治療取向根源於精神分析學派，因此主張表達性媒材的使用是為了催化個案口語表達與情感表達，使媒材成為非語言的溝通媒介，治療師幫助個案透過媒材表達出潛意識的聯想和詮釋，藉以宣洩負向的情緒，進而達到洞察與修通的功效 (陸雅青, 2005)；綜合治療模式取向，則是融合兩種以上的表達性媒材來促進個案的自我覺察，鼓勵情緒的成長，與提升和他人的關係，由於綜合治療模式是基於前述的藝術即治療與藝術心理治療兩種取向而形成，故又可稱為整合性藝術取向 (Malchiodi, 2005)。

本研究所進行的表達性治療，即以「綜合治療模式」取向為基本原則，來協助本研究的個案進行喪親的悲傷復原。

## (二) 表達性治療的特色

表達性治療會因為不同的媒材介入以及治療師不同的理論取向而有不同的效果，大致而言，其療效主要包含降低個案的防衛、協助治療關係的建立、協助對於用口語表達有困難的個案進行自我表達、提供安全而接納的宣洩管道、提供個案完成未盡事務的管道、作品可作為蒐集資料與評估的參考等效果 (梁翠梅, 2007; 郭修廷, 2003; 陳慶福, 2004; Boyd, 2003; Carlson, 1997; France & Edward, 1997; Gladding & Newsome, 2003)。因此，治療師可視治療目標與個案的實際需求要與狀況，選擇各式各樣適用的表達性媒材，以協助個案獲得最大的幫助。

在表達性治療中，非常強調「三角溝通的模式」(triangular communication pattern)。所謂的三角溝通模式是指治療師－表達性媒材－個案，三者會透過表達性媒材的創作形成一個三角關係 (如圖1)，在這樣的互動關係下，可以提供個案一個正向、高度接納的治療環境，催化個案透過媒材隱喻的方式將心中的想法、感覺與情緒投射出來，使治療師與個案間呈現一個正向互動的治療歷程 (賴念華, 1997, 2003)。

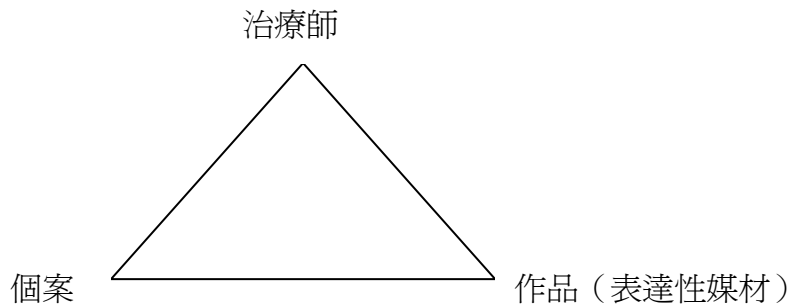


圖 1 表達性治療中治療師、個案與作品之關係

註：「藝術媒材與青少年的情緒輔導」，作者為賴念華，1997，刊於《學生輔導》，49 期，72 頁

本研究以此三角溝通模式為架構，治療師先協助個案使用適當的表達性媒材進行創作，當個案完成作品之後，治療師便可藉由作品所傳達的訊息與個案進行溝通，了解個案內在的想法與經驗，達到治療的效果。

## 二、表達性治療對喪親兒童實務介入的重要性

### (一) 喪親兒童哀傷治療的目的與表達性治療的契合

由於表達性治療強調透過三角溝通模式之架構協助個案表達，因此表達性治療與喪親兒童哀傷治療的目的有許多層面相契合。一般而言，治療師在協助喪親兒童進行哀傷治療主要有四個目的（林道修，2005；蔡麗芳，1999），在此結合喪親兒童哀傷治療的目的與表達性治療的特色做一統整說明：

1. 提供一個安全、高度接納的管道：治療師在與兒童進行哀傷治療時，需要運用適合兒童發展狀態的治療方式，以提供一個安全、高度接納的管道讓兒童表達其悲傷經驗，使兒童體驗喪親的悲傷與哀悼歷程，將其對喪親的悲傷反應與經驗合理化。由於兒童在悲傷情緒的表達與處理尚可能有所困難，故表達性媒材正好提供一個管道，讓兒童將心中所想的事物透過其創作，再次體驗悲傷經驗，進而宣洩悲傷或失落的經驗與情緒，以了解到死亡是正常的一件事。
2. 協助兒童表達與澄清對死亡的想法：治療師應協助兒童有機會跟成人討論死亡的相關議題，使兒童能有機會表達出自己對死亡的想法，進而澄清對死亡的迷思，接受逝者真的離去、永遠無法再相聚的事實。表達性治療能夠透過合適的媒材介入，提供兒童一個安全、高度接納管道與成人溝通，讓兒童有機會將自己的想法透過媒材，以隱喻的方式加以表現出來，使自己對死亡的概念有機會澄清，進而破除兒童對死亡的迷思，接受親人已死亡的事實。
3. 協助兒童找出與已逝親人的情感連結管道：治療師應協助兒童發展出與已逝親人新的情感連結管道，找到和逝者保持關係的新方式。透過這樣的新方式，兒童能夠以較正向的態度接受親人死亡的經驗，接受死亡不是代表一切都結束的概念。表達性治療正好可以提供一個安全的管道，讓個案透過創作的歷程使得個案與逝者產生情感連結，並且透過所創造出的作品將思念逝者的想法與經驗

具象化。如此一來，不僅能夠協助兒童以較正向的態度接受喪親的經驗，也能夠使內心較負向的經驗透過媒材的創作而加以外化，進而產生復原的效果。

4. 評估兒童的喪親與問題症狀的關連性：治療師應評估兒童喪親反應以及兒童所顯現的問題症狀間的關連，同時協助兒童重新適應沒有逝者的新生活，及學習適應喪親後自己的角色。表達性治療的創作歷程與作品不僅可以當作蒐集個案內在訊息的管道，也可以當作評估個案目前狀態的途徑。

總之，由上述的說明顯示：表達性治療、兒童哀傷治療兩者目的可以相結合。此外，表達性治療是一種情緒體驗、經驗取向的治療方式（賴念華，2003），而兒童常常受限於無法以語言表達，所以剛好是適合喪親兒童的治療方式。

## （二）表達性治療協助喪親兒童療癒的重要性

研究者綜合學者的建議發現，對喪親兒童的治療可以採用多元的方式，例如：遊戲、繪畫、活動、寫作、閱讀、繪本討論、說故事、布偶、做紀念冊、儀式等方式（吳秀碧，2000；林道修，2005；蔡麗芳，1999；賴念華，2000；賴柔君，2007）。表達性治療正好可以涵蓋以上所有的治療方式，因此是一種相當適合用來協助喪親兒童從悲傷經驗中療癒的治療方式，此為本研究何以選擇表達性治療來協助本研究的喪親兒童處理喪親經驗之主因之一。

由於本研究主要以藝術創作、遊戲、繪本討論、布偶、故事接龍、沙盤等表達性治療的方式協助個案處理其喪親經驗。故在此針對本研究所使用到的表達性媒材對喪親兒童實務介入的重要性做一介紹：

1. 藝術創作：藝術創作是藉由美術材料如繪畫、拼貼、捏黏土等的使用，讓兒童以非口語方式將內在感受，透過創作的方式具體、安心表達出來的一種治療歷程。藝術創作是抒發與轉化喪親兒童悲傷、失落經驗最有效的治療方式，因為它可使喪親兒童透過具體作品，安心表達與分享悲傷經驗（賴念華，2000）。
2. 遊戲：「遊戲是兒童的語言，玩具是兒童的文字」，這句話正可以看出遊戲對兒童而言是具有相當程度的熟悉性（Landreth, 2002）。遊戲對兒童來說有如家常便飯，因此治療師可以透過遊戲的方式讓兒童在遊戲中體驗悲傷的經驗，表達內心的悲傷與哀悼（吳秀碧，2000）。透過遊戲的方式，讓喪親兒童自發性地表達內在深層的情感、想法、經驗及行為，有助於治療的進行。
3. 繪本討論：繪本最大的特色之一在於能夠以圖文並茂的方式，以生動有趣的方式呈現繪本所欲呈現的主題，能夠較貼近兒童的發展狀態。繪本主要是以兒童的角度發展故事，因此透過治療師的引導能夠使兒童接受進而思考繪本所欲傳達的意涵（游麗蓉，2006）。在治療的歷程中，喪親兒童能在閱讀繪本的歷程中產生投射的心理，也會透過繪本中的有關喪親或死亡的故事以隱喻的方式使兒童的喪親經驗重現，再透過治療師的引導，兒童能夠有表達與澄清對死亡的恐懼與迷思，因此繪本特別適合使用在喪親兒童的治療中。
4. 布偶：治療師可以透過布偶的方式與喪親兒童進行角色扮演或扮家家酒，透過布偶的象徵引導個案投射出喪親的經驗，並且透過角色扮演的的方式將自己無法

用口語表達出來的內在思緒、感覺，藉由布偶的一舉一動表達出來（蔡麗芳，1999）。因此布偶不但可以讓喪親兒童道出心中的深層感受，更可提供兒童將悲傷的情緒加以宣洩。

- 5.故事接龍：透過說故事的方式可以使喪親兒童建立與逝者記憶的連結，並且透過說故事也可以使兒童將對逝者的思念述說出來、使兒童了解談論死亡是可以被接受的、悲傷與失落的經驗也是可以被接受的（葉寶玲，2002）。因此，透過故事接龍的方式，可以引導個案將心中的想法說出來，賦予兒童將喪親經驗述說的權力，進而接受喪親的事實。
- 6.沙盤：沙盤是透過沙子、沙盤和眾多的物件使個案能夠以一個玩沙子的形式探索較深層的心靈層面。透過建構一連串的沙遊圖像，個案能夠用沙遊圖像來呈現與整合內在的心理狀態（Malchiodi, 2005）。因此對喪親兒童而言，物件可以提供一個象徵，透過排沙盤使其整合內在心理動力，從中獲得自我療癒的功效。此外，治療師也能夠從物件的象徵中了解兒童的內在動力狀態，有助於治療的進行。

由於上述的特性，因此本研究以藝術創作、遊戲、繪本討論、布偶、故事接龍以及沙盤等六種表達性治療媒材協助一位喪親個案進行復原的治療工作，希望透過這些媒材的特性使個案獲得最大的幫助。

### （三）本研究採取的表達性治療核心概念

上述說明了本研究使用的表達性治療形式。除了治療的形式之外，諮商員在治療過程中使用的核心概念會影響到治療的歷程與療效。因此，本研究在使用表達性治療進行諮商工作時，主要是依循賴念華（2003）的概念，結合研究者自身的實務工作經驗，依照這些步驟來對本研究的個案進行諮商工作。此概念的重點如下所述：

- 1.提供一個高度安全與接納的環境：讓個案能夠有一個正向的治療環境，可以安心在治療歷程中將自身的悲傷與失落經驗透過表達性媒材的引導而催化出來。
- 2.再次經驗：透過表達性治療的創作歷程，使個案再次體驗悲傷的經驗，透過所創造出的具體化作品，將悲傷經驗具象化，使個案能夠將內在深層的創傷經驗再現，有助於治療的進行。
- 3.外化與意義化：透過創作作品的歷程與創作出來的作品，個案有機會將悲傷經驗外化，再透過作品的外化來重新詮釋悲傷經驗的意義，進而產生洞察與復原。

總之，研究者藉由表達性媒材營造一個高度安全與接納的環境，再透過藝術創作、遊戲、繪本討論、布偶、故事接龍、沙盤等表達性治療的方式協助兒童再次經驗喪親經驗，進而透過創作歷程將喪親的悲傷經驗外化與意義化，達成治療的效果。

## 參、研究方法與程序

### 一、研究取向

本研究採用質性研究中的個案研究法 (case study method)。個案研究法是一種具有個別性、深度且描繪性的研究方法，透過此研究方法期望對個案深入的瞭解，來探究其與大多數同類型的其他個案之相同或相異點 (潘淑滿，2003)；林佩璇 (2000) 也指出個案研究是在探討一個個案在特定情境脈絡下的活動性質，去瞭解其獨特性與複雜性，整個研究的焦點在於歷程而非結果。本研究旨在探討喪親兒童在表達性治療中的復原歷程，研究焦點著重於喪親兒童在接受表達性治療中所展現出獨特性的生命經驗與複雜性的情緒反應，進而瞭解喪親兒童的復原歷程。因此，本研究採用質性研究中的個案研究法進行研究。

## 二、研究者

### (一) 研究者與諮商師

本研究中的諮商師由研究者本人擔任，研究者曾修過遊戲治療、表達性治療、藝術治療各2學分的課程，並曾經受過表達性治療60小時的工作坊訓練，亦曾經參與18小時的表達性治療個案研討會；同時研究者使用表達性治療協助個案之諮商工作，已有2年左右的工作經驗。

### (二) 協同研究員

本研究的協同研究員為諮商碩士，曾經受過表達性治療48小時的工作坊訓練，並參與過18小時的表達性治療個案研討會，因此對表達性治療有一定程度的認識。在研究歷程中與研究者共同進行質性資料分析。藉由協同研究者的參與，可以在資料分析歷程中，研究者與協同研究者共同討論研究資料。由於協同研究員對研究資料能夠保持較客觀的立場，因此提供多元面向的觀點，讓本研究的結果更為中立客觀。

### (三) 事後訪談員

本研究的事後訪談員亦為諮商碩士，曾經受過諮商專業的訓練，修習過諮商技術、諮商研究法等課程。事後訪談員主要的工作是從事事後訪談工作，包括訪談個案、個案的導師、個案的家長與個案的同班同學。訪談大綱是由研究者、協同研究者、事後訪談員三人共同討論草擬而成，訪談歷程以半結構方式進行，並將所有訪談歷程以錄音方式保留，事後由研究者、協同研究者與訪談員將訪談資料轉謄成逐字稿。

## 三、研究對象

本研究的研究對象為一位國小五年級的女孩，父親過世約七個月左右。由於導師與祖母認為個案因為父親過世，出現一些行為問題，因此由學校的輔導室



轉介給研究者進行諮商。本研究的個案資料主要如下所述：

### （一）個案基本資料

- 1.身心發展史：個案11歲，目前為某國小五年級的學生。個案的媽媽在個案三年級的時候與個案的父親離婚，並與另一個男子結婚。個案在父母親離婚之後與父親同住，後來個案的父親在個案四年級的時候，於某天上班途中車禍身亡。
- 2.家庭生活：個案在父親車禍身亡後，與祖母、姊姊、叔叔、嬸嬸、表哥同住，目前主要照顧者為祖母。和姊姊關係普通，父親過世之後喜歡跟表哥一起玩。
- 3.學校生活：個案父親過世後，在學校的學習狀況開始出現上課不專心、學習低落的情形，本來和同學相處情形不錯，但父親過世後開始不願和同學互動，目前在學校只有一個較好的朋友。

### （二）主要問題

- 1.個案常跟級任老師提及想念爸爸，但級任老師想再深入與個案談想念爸爸這件事，個案卻又一直避而不談，總是回答不知道。
- 2.個案常跟級任老師說覺得自己不幸，因為沒有爸爸媽媽的照顧，並且會討厭媽媽，覺得媽媽遺棄她，不要她。
- 3.個案的級任老師與祖母都認為個案常常隱藏自己的情緒，明明看起來悶悶不樂，但是當導師或祖母想和她談不開心的原因，個案總是避而不談。
- 4.個案的導師表示個案從父親過世之後，上課開始不專心，對某些科目學習顯得倦怠，導致學習低落與自信心不足。此外，個案開始變得退縮，不願意和其他同學互動。
- 5.個案的祖母表示個案在放學後或是假日的時候，常因為家裡沒有人在家而獨自在外面騎車遊蕩，曾經發生過偷竊行為。
- 6.根據個案的課輔機構人員表示，個案在課輔機構下課的時候，會出現一些退化行為，例如跟大哥哥撒嬌、要老師抱抱等行為。

### （三）生活史與問題發展史

個案從父母親離異後，不到一年的時間父親又車禍身亡，之後便開始出現許多偏差行為。級任老師跟個案的祖母均認為是由於父親身亡對個案造成很大的影響，因為個案父親在世時跟個案有很強烈的依附關係，而個案某天出門上學爸爸還跟個案說要好好照顧自己，個案放學回家後，就有鄰居告訴個案爸爸在早上上班的時候已經車禍死亡，因此個案無法接受短時間內爸爸就過世的事實。

### （四）分析與診斷

- 1.失落與悲傷經驗：個案因為爸爸過世導致有悲傷與失落的情緒而悶悶不樂，但又不想去提及爸爸死亡的悲傷經驗，因此選擇以逃避的方式不說，將這些悲傷經驗壓抑在心裡。

2. 依附關係的需求：個案因為爸爸過世，母親又不在身邊照顧她，所以覺得自己不幸福，開始對媽媽產生恨意，在得不到爸媽的照顧卻又渴望被照顧的情形下，便開始出現一些退化行為，藉此吸引他人注意與照顧。
3. 社會退縮行為：個案因為爸爸過世，開始出現內在情感低落、悲傷的情緒，因而導致出現社會退縮，不願意與其他同學互動的情形。
4. 悲傷經驗帶來的負向影響：個案因為悲傷情緒未處理，常常沉溺於思念爸爸的情緒，進而影響學習狀況，造成上課不專心、學習低成就、自信心不足等問題。

#### 四、本研究表達性治療歷程大綱

本研究的表達性治療是以藝術創作、遊戲、繪本討論、布偶、故事接龍、沙盤等方式來協助個案處理其喪親經驗，透過這些表達性媒材的特性來協助個案處理喪親經驗。共計進行八次的治療，每次治療時間約五十分鐘。

##### （一）本研究諮商的核心概念

諮商的核心概念是指諮商師在治療歷程中，諮商師個案概念化之後擬定諮商策略的依據。由於本研究所採用的是表達性治療，因此主要的核心概念是以賴念華(2003)所提出的概念為參考架構，綜合研究者的實務經驗與理論架構而形成。本研究的諮商核心概念為：1. 建立安全、接納與信任的諮商環境；2. 再次經驗喪親的經驗；3. 外化與意義化。

Szegedy-Maszak曾指出藝術提供情緒宣洩的出口，同時也是述說故事內容的出口，這種兼具認知與情緒的表達，加上透過藝術創作歷程，又可以讓兒童重拾自我控制的感覺可謂一舉數得（引自賴念華，2003）。Heath (2002) 亦認為藝術治療提供一種真實、具體而立即的治療和反應能力協助經歷創傷的個案。

因此，本研究選擇以表達性治療的方式，除了使用藝術治療的方式，亦擷取遊戲治療、戲劇治療、閱讀治療、沙遊治療的特性融合入本研究的諮商歷程中，希望透過這些表達性治療的方式提供個案最大的幫助。

##### （二）本研究的諮商流程重點

Worden (1996) 曾指出針對喪親的兒童進行悲傷治療需要完成四項的哀悼任務，首先是讓兒童接受失落的事實，第二是讓兒童經歷失落的痛苦或情緒，第三則為讓兒童適應一個逝者已不存在的新環境，最後是讓兒童在個人生命中重新安置死去的親人，並用個人的方式去紀念逝者，使兩人的情感得以連結。Graham (2004) 指出可以協助兒童利用個人的能力與資源來度過困境，這些資源和能力包含了兒童本身的人格特質、家庭與社會支持、兒童自身的社會互動與人際技巧等。此外，Steele (2003) 也指出針對兒童創傷介入工作主要包括對創傷記憶和經歷的再次體驗、發展創傷敘事或說故事，與認知再框架。

因此，本研究中的諮商流程綜合上述Worden (1996) 喪親兒童悲傷治療的四個步驟、Graham (2004) 協助兒童發揮個人的能力與資源度過喪親經驗、與 Steele (2003) 協助兒童對創傷的記憶與經歷再次體驗等概念，將諮商重點著重於：協助兒童發現自己正向的資源與能力，並在諮商歷程中，諮商員從兒童個人的特質、家庭與學校三個向度著手，協助其發現自己的正向資源與能力，進而運用這些能力與資源，能夠較順利地從喪親悲傷經驗中復原。此外，在整個諮商歷程中，諮商師先讓個案接受再次經歷悲傷經驗，以及與逝者的未竟事務，之後處理這些

表 1 本研究使用的表達性媒材

歷程	使用媒材	治療方式	諮商師的設計理念
第 1 次	彩色筆、圖畫紙	藝術創作	由於第一次的諮商重點在於場面結構與建立諮商關係，因此諮商師以兒童較為熟悉的藝術創作的活動方式與個案建立諮商關係。
第 2 次	娃娃屋、傢俱模型、家庭人物模型	遊戲	第二次的諮商重點在於蒐集個案的家庭背景資訊，因此諮商師透過家庭相關的媒材輔以遊戲的方式，觀察兒童的遊戲行為並透過口語的對話方式蒐集兒童的家庭背景資訊。
第 3 次	蠟筆、圖畫紙	藝術創作	第三次的諮商重點在於瞭解個案內在的想法。因此，個案透過藝術創作，邀請其將內在的想法透過繪畫創作的方式表達出來。
第 4 次	布袋玩偶、舞台	角色扮演	第四次的諮商重點在於瞭解個案的學校背景資訊。因此，諮商師設計運用布袋玩偶的角色扮演方式，邀請個案將學校生活加以表達。
第 5 次	黏土	故事接龍	第五次的諮商重點為協助個案為再次體驗喪親的經驗進行暖身。因此，諮商師以黏土創作與故事接龍的方式，邀請個案呈現案父未逝之前的生活場景。
第 6 次	繪本	繪本討論	此次諮商的重點為協助個案再次體驗喪親的經驗。因此諮商師以主題為喪親的繪本，協助個案再次體驗喪親的經驗，並且引導個案思考如何處理喪親經驗的方法。
第 7 次	物件、沙盤	沙盤	第七次諮商的重點為協助個案將喪親的經驗外化。因此，諮商師以沙盤的方式協助個案創作出過去、現在與未來的家的樣貌。並協助個案處理喪親的悲傷經驗。
第 8 次	蠟筆、圖畫紙	藝術創作	第八次的諮商重點為結束諮商關係。因此，諮商師以藝術創作的方式協助個案統整諮商的歷程。並製作紀念品，以為諮商歷程中的

表 2 本研究「表達性治療」諮商流程大綱

時間	諮商流程
96/12/04 12:30-13:20	1.場面結構：諮商師說明諮商的時間、次數、目的與進行的方式。 2.色彩樂：諮商師與個案透過色彩、畫圖彼此介紹自己的特色，彼此相互認識與熟悉。 3.魔術秀：諮商師表演一個魔術，來與個案建立關係。
96/12/11 12:30-13:20	4.旋轉泡泡球：諮商師與個案共同玩一個經過設計的活動，協助諮商同盟關係的建立。 5.扮家家酒：透過遊戲媒材「娃娃屋」，諮商師邀請個案扮家家酒，將自己平常的家庭狀況透過娃娃屋來呈現。並與個案探討家庭狀況有遇到什麼樣的改變。
96/12/18 12:30-13:20	6.心中的畫：諮商師邀請個案將目前內心的狀態透過畫圖的方式表達出來。 7.心中的話：諮商師與個案討論「心中的畫」所欲傳達的意義，並為畫取一個名字。個案取名為「戰國時代」。
96/12/25 12:30-13:20	8.布偶演劇：諮商師邀請個案透過布袋玩偶，將在學校中發生的事透過玩偶在布偶台上表演出來。 9.我的朋友：諮商師與個案探討好朋友在生活中的意義與重要性。
97/ 01/ 03 12:30-13:20	10.捏捏樂：諮商師邀請個案用黏土先後捏出個案本身、祖母、姊姊、媽媽、爸爸等五個角色。 11.故事接龍：運用捏出來的黏土角色開始故事接龍，故事開頭是「有一天祖母準備好了早餐，要個案下樓吃早餐...」。
97/0 1/08 12:30-13:20	12.讀繪本：諮商師引導個案讀「想念外公」的繪本，並與個案討論印象深刻的部分及其感想。 13.我的爸爸：諮商師邀請個案討論對爸爸的印象，以及可以運用何種方式和爸爸做連結、告訴爸爸個案想他。
97/01/15 12:30-13:20	14.沙盤：諮商師邀請個案排沙盤，排出以前的家、爸媽離婚後的家、爸爸死亡前的家、現在的家等圖像。 15.爸爸不在了：諮商師與個案討論上述的圖像有什麼轉變，以及這樣的轉變個案的感覺是什麼？
97/01/22 12:30-13:20	16.我們的畫：諮商師和個案一同創造一幅畫，當作是諮商結束的象徵。 17.結束：諮商師和個案彼此分享和祝福。

悲傷經驗與未竟事務，最後讓個案從諮商中，學得因應悲傷的方式，並讓個案創造出與逝者情感連結的紀念方式，如觀看逝者相片、閉眼思念逝者等。本研究使用到的表達性媒材如表 1 所示；本研究表達性治療的諮商流程如表 2 所示。由表

2 可以得知，整個諮商歷程是透過藝術創作、遊戲、繪本討論、布偶、故事接龍、沙盤遊戲等表達性治療的方式，提供兒童一個安全與高度接納的管道，進而協助兒童表達出喪親的經驗與對死亡的看法。接著，再透過表達性媒材的輔助，協助兒童再次經驗與外化喪親的經驗，最後建立與逝者情感連結的新管道。此外，在整個諮商歷程之中，諮商師亦透過表達性治療的創作歷程與作品，觀察與評估兒童的喪親與問題症狀的關連性，並適時做治療策略的調整。

## 五、研究工具

本研究的研究工具為：個案紀錄、諮商歷程逐字稿、個案訪談稿、個案導師訪談稿、個案祖母訪談稿、個案同學訪談稿。

### （一）個案紀錄

研究者會於每次諮商結束後撰寫該次個案紀錄，紀錄的向度包含諮商時間、諮商流程、諮商歷程中個案的事件與反應、諮商師的觀察發現與分析、諮商師的反思等項。

### （二）諮商歷程逐字稿

研究者將八次諮商歷程中，諮商師與個案之對話轉謄為逐字稿。

### （三）個案訪談稿

在治療結束一個月以後，亦即97年2月25日上午10:00至11:00，由事後訪談員對個案進行追蹤訪談。訪談大綱主要包括：過去治療歷程中印象深刻之處、治療對個人的幫助、與家人的關係、與同儕的相處情形等。以追蹤表達性治療對個案後續的影響情形。

### （四）個案導師訪談稿

在治療結束一個月以後，亦即97年2月24日下午14:00至15:00，由事後訪談員對個案導師進行訪談。訪談大綱主要包括：個案最近的改變情形、在學校的表現情形、治療對個案產生的影響、表達性治療的功能與效果等。

### （五）個案祖母訪談稿

在治療結束一個月以後，亦即97年2月25日下午14:00至15:00，由事後訪談員對個案祖母進行訪談。訪談大綱主要包括：個案最近的改變情形、在家裡的表現情形、與親人的互動情形、治療結束後個案是否發生什麼令祖母印象深刻的事件、治療對個案產生的影響、表達性治療的功能與效果等。

### （六）個案同學訪談稿

在治療結束一個月以後，亦即97年2月24日中午12:20至13:20，由事後訪談員對個案一位較好的同班同學進行訪談。訪談大綱主要包括：個案最近和他的互動、個案最近跟同學的相處情形、個案是否有發生什麼事讓他印象深刻、個案在治療後有什麼改變等。

## 六、資料處理

爲了達到本研究的研究目的，研究者以質性研究分析法進行資料分析，進行的方式如下：

### (一) 資訊閱讀與編碼方式說明

研究者與協同研究者閱讀諮商流程大綱、個案紀錄、諮商歷程逐字稿，以了解諮商進行的方式與流程。

逐字稿的編號主要有兩碼，第一碼由英文碼或數字碼組成：若第一碼若爲數字碼，表示第幾次諮商；若第一碼爲英文碼，C 則代表個案，T 則代表個案的級任老師，G 則代表個案的祖母，P 則表示個案的同學。第二碼則由數字碼，表示受訪談者的第幾句對話。例如「2-C88」，表示第二次諮商歷程中，個案所說的第八十八句話；「7-C109」表示第七次諮商歷程中，個案所說的第一百零九句話。再如「G-訪 007」表示研究訪談員訪談個案祖母時，個案祖母所說的第七句話，「T-訪 168」則表示研究訪談員訪談個案的級任老師時，級任老師所說的第一百六十八句話，訪談對話的編號依此原則類推。而在逐字稿轉謄完畢之後，研究者重新校對過逐字稿內容，以提高資料轉謄的正確性與可靠性。

### (二) 編碼焦點

研究者與協同研究者將個案紀錄、諮商歷程逐字稿中，認爲是與本研究主題有關的重要片段以螢光筆畫記標示。所謂與研究主題有關的重要片段是指個案在治療歷程中出現喪親經驗、個案在治療歷程中的變化情形、個案在接受治療後出現的變化情形、表達性治療對個案的幫助等相關面向。當研究者與協同研究者意見有所分歧時，則互相討論以達成共識。若研究者與協同研究者最後無法討論出共識的部份，即邀請一位博士層級的教授進行討論，以提升編碼的可信度。

### (三) 協同編碼與評分者間一致性

本研究的逐字稿共計 12 份（8 份爲諮商歷程之逐字稿、其餘 4 份依序爲個案、個案導師、個案祖母與個案同儕的訪談稿）。研究者以隨機抽樣方式選出兩份逐字稿作爲評分者間一致性信度檢驗的依據，以確定本研究的客觀性。因此，研究者與協同研究者彼此達成共識之後，各自將逐字稿進行編碼分析，再進行評分者間一致性信度檢驗。檢驗之後，第一次的評分者間一致性係數達 .87 後，兩人再共同討論差異之處，以獲得共識。之後，二人再進行第二份逐字稿編碼分析，

並進行評分者間一致性檢驗，第二次的評分者信度達 .90。評分者間一致性信度之計算公式如下： $A/(A+B)$ （A 代表兩位編碼者相同的編碼數，B 代表兩位編碼者不同的編碼數）。

#### （四）進行編碼

研究者與協同研究者共同將諮商歷程逐字稿、個案導師、祖母、同學的訪談紀錄進行編碼，以整理出表達性治療帶出的效果，並將之編成代碼畫記。進一步對表達性治療的成效分類。

#### （五）分析與彙整編碼成果

研究者與協同研究者一同將這些編碼分類資料做討論彙整，進一步歸類、分析與解釋。依據研究目的，彙整所有分析資料，並決定所欲呈現的文本形式。

### 肆、結果與討論

本研究一共以表達性治療協助個案進行了 8 次的治療歷程，每次治療時間約 50 分鐘。在諮商師與個案建立安全、信任與接納的諮商關係後，經由表達性媒材的介入，個案開始重新經驗喪親的經驗，並將喪親經驗加以修通，進而能夠以一個新的意義來看待喪親經驗。研究者將個案在諮商歷程中重要的事件、修通的歷程與產生的新意義以個人、家庭、學校三個生活層面整理如下：

#### 一、個人層面

##### （一）悲傷情緒的宣洩

在第三次諮商中，諮商師邀請個案畫出任何想畫的圖，個案畫的圖如圖 2，個案並為此圖取名為「戰國時代」。諮商員於個案完成圖畫後與個案討論畫的意





圖 2 戰國時代

義，個案說：「爸爸死了以後我很難過，我一直在城堡上打仗（3-C64）」；之後，諮商師再問個案現在心情好點了嗎？個案回答：「好多了，我和老師一起打勝仗。我們打贏了（3-C67）」。

由此可見，個案從喪親之後，一直處於悲傷與失落的狀態，而在經過諮商後，透過表達性治療的繪畫歷程，個案得以將心中的悲傷經驗透過創造歷程加以宣洩，並且得以透過創作品與諮商師討論其內在深層的悲傷經驗。

## （二）重新經歷且修通喪親前父子關係的未竟事件並修通之

在第五次諮商歷程中，諮商師邀請個案先以黏土依序捏出個案本身、祖母、姊姊、媽媽、爸爸等五個角色，如圖 3（圖 3 由左至右依序為個案的姊姊、個案的祖母與個案，個案的爸爸媽媽已於諮商後將其揉成一團黏土，故無拍攝），並以故事接龍的方式引導個案討論父親過世前的未竟事件。個案在故事接龍歷程中提及：「我上學前爸爸告訴我要好好照顧自己，可是爸爸不買芭比給我，我不理他（5-C62）」；於後，諮商師與個案討論對於這件事的意義。個案說：「我回到家之後，爸爸就死了（5-C68）」；之後諮商師邀請個案針對這件事情有什麼想告訴爸爸的，個案說：「爸爸對不起，我會乖乖照顧自己（低頭哭泣…）（5-C75）」。

由此可知，透過捏黏土與故事接龍的方式，提供個案重新經歷喪親前父女關係的未竟事件，個案很在意自己因為已逝父親不買芭比給她，在爸爸死亡前的當天早上不跟他說話，這件事情為個案的未竟事件，而表達性治療將這件未竟事件引導出來，並讓個案有機會修通此未竟事件。

## （三）提供與爸爸情感連結的管道、需求

在第六次的諮商時，諮商師與個案一起讀繪本《想念外公》，之後探討到個案想念父親，並與個案討論以後想爸爸可以用何種方式告訴爸爸。個案說：「我可以閉上眼睛想爸爸。」（6-C87）個案也說：「我可以看著相片想爸爸（6-C90）」。





圖 3 姊姊、阿嬤與我

事後訪談員訪談個案於諮商歷程中印象最深刻的事，個案回答：「可以看爸爸的照片，跟他（爸爸）說我想他（C-訪16）」。

由此可知，透過表達性治療，可以滿足個案和已逝父親連結的管道，並且提供個案找到與已逝父親情感的管道。個案可以透過這個歷程學習適應悲傷，在日常生活中與已逝父親產生情感連結，進而重新看待悲傷經驗。

#### （四）再次經驗喪親的悲傷經驗並與逝者告別

個案的父親是在個案上學後於上班的途中車禍死亡，而家人或鄰居都告訴個案爸爸去天堂了，個案一直沒有機會正視悲傷經驗以及和父親告別。因此在第七次的諮商中，諮商師以沙盤的方式邀請個案跟父親告別，如圖4（圖4左上角為象徵媽媽的馬，左下角沙子埋起來的動物象徵爸爸，中間青綠色的鱷魚為個案自己的象徵，右上角的恐龍為阿嬤的象徵）。個案將所排之沙盤命名為「我目前的家庭」。個案說：「爸爸我好想你，你現在在哪裡（7-C43）」；於後諮商師邀請個案對象徵父親的牛，說出想告訴父親的話。個案說：「爸爸我好想跟你說再見，你聽得到嗎（7-C48）」、「爸爸再見，我會乖乖聽阿嬤的話（7-C50）」。

而在第七次諮商結束前，諮商師告訴個案說爸爸要回到自己的世界了，邀請個案讓爸爸回到死亡的世界，並且跟爸爸道別。個案：「動作（用沙子將象徵爸爸的牛埋起來）（7-C68）」、「爸爸再見，我會好好照顧自己的（7-C69）」。

由此可見，表達性治療提供個案一個安全的環境讓個案再次經驗悲傷經驗，並從中發現新的意義；也提供一個個案和已逝的父親告別的儀式之管道，個案能夠有機會將心中所想透過儀式行為告訴已逝的父親。

#### （五）小結

從研究結果中發現以表達性治療能夠協助喪親兒童在創作作品的歷程中再次體驗悲傷的經驗，並且透過作品的完成，將悲傷的情緒加以表達，同時與作品對話能夠將悲傷經驗做有意義的轉化，像與逝者的聯結或告別。賴念華（2003）、Beverly（1997）、Steele（2003）皆認為表達性治療具有「外化」的功能，透過表達



#### 圖 4 我目前的家庭

性媒材的作品創作，個案可以將自己的悲傷經驗外化，形成一個具體的物品，個案可以與作品對話，個案甚至可以適時將作品砸爛、摔毀，因此可以達到外化的功能。而上述學者也認為透過道別、哀悼的儀式可以讓悲傷個案將自己的悲傷經驗做一處理，由於儀式本身即具有象徵性與轉化的特質，因此當諮商師引導個案使用象徵物來哀悼逝者時，這個歷程就已經轉化象徵物所代表的象徵，達到外化的功效（賴念華，2003；Beverly, 1997; Steele, 2003）。本研究結果也與上述文獻論述相互印證，表達性治療能夠協助喪親兒童將悲傷經驗外化、宣洩並加以轉化。

## 二、家庭層面

### （一）改善和母親的關係

個案因為父親和母親離婚，在爸爸死亡後因為沒人照顧，將怨氣都出向媽媽，因此不願意跟媽媽有任何互動，但在治療結束一週後，個案主動打電話給媽媽，跟媽媽說想要媽媽回來看看她。事後訪談員訪談個案祖母時，祖母以台語表示：「以前伊怨恨伊阿母，但是差不多一個月前伊主動打電話給伊阿母，要伊阿母回來看看她，讓我嚇了一跳（G-訪16）」。事後訪談員訪問個案的老師時，老師也表示：「她問我她可以打電話給媽媽嗎，她覺得好久沒有看到媽媽，不知道她現在過得怎麼樣，這是和她以往討厭媽媽的態度是有很大的轉變（T-訪21）」。

由此可見，在諮商結束後個案與母親的關係有很大的改善，自從父親過世後，個案將怨恨的矛頭都指向媽媽，但經過諮商之後，個案有別於以往對媽媽冷淡與怨恨的態度，開始願意主動和媽媽聯繫，不再以怨恨的心態去看待媽媽。

### （二）珍惜與家人的相處

個案在諮商結束後，變得更珍惜與家人相處的機會，不再因為小事和姊姊吵架，也變得較懂事，會主動幫忙祖母做一些像是倒垃圾、收碗筷等家事。事後訪談員訪談個案的祖母時，祖母以台語表示：「伊以前很愛跟伊阿姊吵架，現在變得比較包容伊阿姊，吵架次數少了好多（G-訪24）」、「伊現在也變得好乖，都會幫我做家事（G-訪28）」。

由此可見，在諮商結束後，個案與姊姊、祖母的關係有正向的進展，個案變得願意去包容姊姊，體諒祖母的辛苦，有助於整個家庭正向氣氛的凝聚。

### （三）其他發現

本研究也發現喪親兒童在家庭與學校方面的正向改變，皆與人際關係有關連，像是在家中與母親的關係改善、珍惜與家人相處的時間；在學校則是會願意主動關心同學。上述人際上的正向改變，研究者認為有可能是喪親兒童在接受表達性治療的歷程中，宣洩掉許多悲傷的情緒之後，情緒狀況較為穩定。同時再藉由沙盤與布偶演劇的方式，讓喪親兒童重新對於身旁家人朋友有新的覺察與認知

上的改變，因而產生人際上的改變。最後，喪親兒童在學校專注能力的提升，研究者認為有可能是喪親兒童接受表達性治療宣洩負向情緒之後，情緒狀態穩定，因而有助於在課堂上專注的學習。

### 三、學校層面

#### (一) 願意主動關心同學

個案在父親過世後人際行為變得退縮，不願意與人互動。在第四次諮商時，諮商師邀請個案以布偶演劇的方式邀請個案將平日在學校的人際互動情形演出來，協助個案覺察自己和朋友的相處方式，並與個案探討好朋友對個案的意義。個案於治療結束之後，開始願意主動關心同學，與同儕互動。事後訪談員訪談個案的級任導師與個案的好朋友時，級任導師表示：「她開始願意主動關心同學，還幫同學掃地，簡直判若兩人 (T-訪 36)」；個案的好朋友表示：「最近下課她都會主動跟我們玩 123 木頭人 (P-訪 15)」。

由此可知，表達性治療協助個案以新的意義來詮釋同儕互動對個案的意義，因此個案有別於喪親經驗之後的社會行為退縮，開始主動願意和同學有互動，進而改善了人際關係。

#### (二) 上課變得專心許多

個案因為喪親經驗沒有得到處理而導致影響學習，出現上課不專心與學習成就低落的情形。諮商結束後，個案上課變得比以往專心，成績也進步了不少。事後訪談員訪談個案的級任老師，級任老師表示：「她現在上課變得專心很多，不像以前人坐在教室心不知道飛到哪裡去了 (T-訪43)」、「她成績進步很多，第三次月考進步了10名 (T-訪46)」。

由此可見，表達性治療協助個案處理悲傷經驗後，個案上課變得較專心，連帶的影響到成績也進步，有助於個案的學習狀況。

### 四、表達性治療具整體性幫助

綜上所述，表達性治療對個案有整體的幫助，不僅幫助個案的個人層面，也有助於個案的家庭生活與學校生活，表達性治療提供本研究中的個案悲傷情緒宣洩的管道、提供機會協助個案完成喪親前的未盡事務、提供與逝者情感連結的管道、能夠以儀式的方式跟逝者告別，此外表達性治療也協助個案改善和母親的關係、珍惜與家人的相處，同時也協助個案改善與同儕的互動關係，並使個案上課變得專心許多。

### 伍、結論與建議

#### 一、喪親對兒童產生許多不容忽視的負面影響

兒童經歷喪親經驗其實會出現許多負面影響，然而由於兒童的口語表達能力尚未發展完成，並且容易隱藏悲傷情感，導致成人以為孩子太小對死亡經驗是缺乏感覺；更甚者，成人常以「逝者去天堂」、「逝者去旅行」等說法告訴兒童，讓兒童以為已逝親人會再回來，日後兒童發現事實不然，這樣不但使兒童除了須面對喪親的痛苦外，也使心中存有許多無法獲得解答的疑惑。因此便認為在與兒童談論死亡時，應該以清楚、誠實的方式，以兒童能理解的方式開誠佈公的與兒童談論，使兒童能夠了解喪親經驗 (Rofes, 1985/1997)。

由本研究中的個案可以看出，許多負向的行為方式皆源於父親死亡後，兒童從父親死亡之後一直都沒有機會跟成人溝通自己對親人死亡的恐懼、害怕、思念等情緒與想法，導致兒童產生許多負向行為，而透過表達性治療的介入之後，對兒童的個人、家庭、學校層面皆產生許多正向的影響，可見喪親對兒童會產生許多不容忽視的負面影響，並且針對喪親兒童進行諮商輔導是一件重要的事。

## 二、表達性治療協助喪親兒童的功能

### (一) 研究結果的發現

研究結果發現，表達性治療對喪親兒童在個人、家庭與學校三方面，具有正向影響：

- 1.個人層面：包含悲傷情緒宣洩、重新經歷與修通喪親前父女關係的未竟事件、提供與父親情感聯結的管道和需求、再次經驗喪親的悲傷經驗並與逝者告別。
- 2.家庭層面：包含改善和母親的關係、珍惜與家人的相處。
- 3.學校層面：包含願意主動關心同學、上課變得專心許多。

### (二) 表達性治療對個案的整體影響

本研究中的諮商師藉由個案的創作品，讓個案與作品對話，並且讓個案透過作品進行道別與哀悼的儀式，協助個案處理哀傷經驗。在創作歷程中即再次體驗喪親經驗，喪親兒童對喪親經驗從原本的不能說，到透過作品與諮商師討論，即是一個循序漸進的調適歷程，在這個歷程中，個案能對喪親經驗產生新的意義。

此外，表達性治療提供多元的媒材，讓個案覺得活潑生動願意投入諮商歷程中，也有助於諮商的進行。本研究中所使用到的表達性治療，主要有藝術創作、遊戲、繪本討論、布偶、故事接龍、沙遊等。先就「藝術創作」而言，本研究中的藝術創作主要以繪畫為主，在本研究中發現：透過繪畫的歷程能夠協助個案將內在想法透過圖畫具體的表達出來，提供諮商師與個案溝通的媒介。而國外學者也發現，在治療的歷程中進行繪畫，能夠協助兒童傳達他們內在世界的想法，同時也能夠提供兒童宣洩心中負向情緒的管道 (Gregorian, Azarian, DeMaria, & McDonald, 1996; Shen, 2002)。同時Steele指出，繪畫讓兒童獲得控制感，進而達到賦能 (empowerment) 的效果，並且提供兒童將創傷經驗加以外化的管道，兒

童在此歷程能夠將創傷經驗以具體的象徵形式表達出來（引自 Malchiodi, 2002/2008）。這些協助兒童表達、賦能、宣洩與外化的觀點，皆與本研究研究結果相呼應。

再就本研究中所使用的「遊戲」而言，Schaefer (2006) 曾歸納出遊戲治療的 14 個治療性因子。在本研究中主要出現了「克服抗拒」、「溝通」、「宣洩」、「淨化作用」、「隱喻性的教導」、「幻想與想像」等 6 項因子。本研究在治療歷程中使用遊戲，提供個案在一個熟悉與高度接納的環境下進行治療，達到「克服抗拒」的效果。同時諮商師與個案能夠在遊戲歷程中彼此互動，透過遊戲中的語言與非語言進行溝通，在此歷程中，個案能夠將平常的負向情緒加以宣洩，同時也能夠將喪親的創傷經驗加以淨化，呈現了「溝通」、「宣洩」與「淨化作用」的治療性因子。本次亦運用「繪本」的技巧，繪本提供本研究中的個案「隱喻性的教導」，透過繪本講解，個案能夠以「幻想與想像」方式找出思念逝者的管道。

最後就本研究中所使用的「布偶」與「故事接龍」而言，個案能夠透過演劇與說故事的方式，以較安全的方式將現實生活的情節加以呈現，進而獲得治療的效果。而Shelby和Tredinnick曾指出布偶劇對於兒童表達他們的心理困擾、傳達他們內心的掙扎、以及重新建構他們的正向能力與能量非常具有療效（引自沈玉培，2006），這與本研究的發現能夠相互結合。

### 三、本研究的限制與未來研究建議

本研究因為資源有限，所以研究者本身同時擔任諮商者的角色，因此建議未來的研究關於諮商者角色的部分，可由諮商專業人員擔任，而非由研究者兼任，以使角色區分更加明確，同時增加研究的客觀性。此外，由於本研究場地為一間放置玩具的地板教室，但在表達性媒材的種類和數量上並不完整，會造成媒材的選擇上有所侷限，建議日後研究針對研究場地的選擇部分需要多注意。最後，由於研究參與者只針對一位小學五年級的喪親個案進行研究，建議未來的研究方向，可將研究參與者再擴及到青少年族群，也可以使用團體諮商的方式，透過表達性治療來研究喪親青少年的復原歷程。

（本文曾發表於「2008 台灣遊戲治療學會年會暨遊戲治療開拓與精進學術研討會」，研究者已參照審稿委員意見及與會人員相關建議進行修改完畢）

### 參考文獻

- 吳秀碧（2000年10月）。**團體諮商在兒童哀傷的應用**。台灣地區兒童生死教育研討會，彰化。
- 沈玉培（2006）。**遊戲治療與創傷後壓力症候群**。**諮商與輔導**，248，21-24。

- 林佩璇（2000）。個案研究及其在教育研究上的應用。載於中正大學教育學研究所（主編），**質的研究方法**（239-262 頁）。高雄：麗文。
- 林道修（2005）。**喪親兒童接受讀書治療之悲傷反應及因應行為改變歷程研究**。國立台南大學教育學系輔導教學碩士論文，未出版，台南。
- 梁翠梅（2007 年 8 月）。**表達性藝術治療在兒童與青少年偏差行為上的應用**。教師及家庭、社會教育人員專業知能培育計畫工作坊，彰化。
- 郭修廷（2003）。一個藝術媒材介入兒童人際歷程諮商案例。**輔導季刊**，**39**（2），50-56。
- 陳慶福（2004）。**遊戲治療入門**。台北：雙葉。
- 陸雅青（2005）。**藝術治療**（第三版）。台北：心理。
- 游麗蓉（2006）。閱讀治療在死亡教育中的應用。**諮商與輔導**，245，11-17。
- 葉寶玲（2002）。如何運用說故事與儀式於喪親家庭之悲傷輔導。**諮商與輔導**，199，23-26。
- 潘淑滿（2003）。**質性研究理論與應用**。台北：心理。
- 蔡麗芳（1999）。如何進行喪親兒童悲傷輔導。**諮商與輔導**，167，44-45。
- 賴念華（1997）。藝術媒材與青少年的情緒輔導。**學生輔導**，49，70-77。
- 賴念華（2000）。藝術治療：轉化喪親兒童之悲傷與失落。**學生輔導**，66，50-57。
- 賴念華（2003）。表達性藝術治療團體對災區婦女創傷之效果研究。**諮商輔導學報**，**9**，81-102。
- 賴柔君（2007）。生死教育：從幫助國小兒童面對死亡事件與悲傷輔導出發。**諮商與輔導**，262，16-20。
- Beverly, S. A. (1997). Expressive art therapy techniques: Healing the soul through creativity. *Journal of Humanistic Education & Development*, 36(2), 74-79.
- Boyd, W. N. (2003). Play and expressive therapies to help bereaved children: Individual, family, and group treatment. *Smith College Studies in Social Work*, 73(3), 405-422.
- Carlson, D. T. (1997). Using art in narrative therapy: Enhancing therapeutic possibilities. *The American Journal of Family Therapy*, 25(3), 271-283.
- Estrella, E. & Granquist, J. (2008). *Intermodal expressive therapy*. Retrieved Feb. 7th, 2008, from <http://www.lesleuy.edu/faculty/estrella/intermodaldef.html>.
- France, M. H., & Edward, A. G. (1997). Using art: A Gestalt counseling strategy for working with disruptive clients. *Guidance and Counseling*, 12(4), 24-26.
- Galdding, S. T., & Newsome, D. W. (2003). Art in counseling. In C. A. Malchiodi (Ed.), *Handbook of art therapy*. (pp. 243-253). New York: Guilford Press.
- Goldman, L. (2004). Counseling with children in contemporary society. *Journal of Mental Health Counseling*, 26, 168-187.
- Graham, A. P. (2004). Life is like the seasons: Responding to change, loss, and grief through a peer based education program. *Children Education*, 80(6), 317-321.

- Gregorian, V. S., Azarian, A., DeMaria, M. B., & McDonald, L. D. (1996). Colors of disaster: The psychology of the "Black Sun." *The Arts Psychotherapy*, 23(1), 1-14.
- Heath, S. (2002, September.). 心理創傷之後：經由藝術治療而復原的歷程。張玉成、范瓊方（主持人），國際藝術治療教育研討會，台北。
- Kelley, J. B., & Emery, R. E. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52(4), 352.
- Knill, P., Barba, H., & Fuchs, M. (1995). *Minstrels of the soul*. Totonto, Canada: Palmerston Press.
- Landreth, G. L. (2002). *Play therapy: The art of the relationship*. New York: Brunner-Routledge.
- Malchiodi, C. (2008). 藝術治療：心理專業者實務手冊（陸雅青、周怡君、林純如、張梅地、呂煦宗譯）。台北：學富文化。（原著出版於 2002）
- Malchiodi, C. A. (2005). *Expressive therapies*. New York: The Guilford Press.
- Rofes, E. E. (1997). 與孩子談死亡：一本由孩子寫給孩子的生死書（洪瑜堅譯）。台北：遠流。（原著出版於 1985）
- Schaefer, C. E. (2006). What is play and why is it therapeutic. In H. G. Kaduson & C. E. Schaefer (Eds.), *Short-term play therapy for children*. (pp.1-15). New York: Guilford Press.
- Schlozman, S. C. (2003). The pain of losing a parent. *Education Leadership*, 60(8), 91-93.
- Shen, Y. J. (2002). Short-term group therapy with Chinese earthquake victims: Effects on anxiety, depression, and adjustment. *International Journal Play Therapy*, 11, 43-63.
- Shen, Y. J., & Sink, C. A. (2002). Helping elementary-age children cope with disaster. *Professional School Counseling*, 5, 322-330.
- Steele, W. (2003). Using drawing in short-term trauma resolution. In C. A. Malchiodi (Ed.), *Handbook of art therapy*. (pp. 139-151). New York: The Guilford Press.
- Worden, J. W. (1996). *Children and grief: When a parent dies*. New York: Guilford Press.

# **Expressive Therapy and Bereavement in a Fifth-Grade Girl: A Case Study**

Cheng-Ting Hsieh      Chih-Chieh Hsu      Miao-Jung Lin\*

## **Abstract**

Due to developmental limitation of language expression in children, expressive therapy is a popular way to help children to express themselves. Using case study method, this study explored how a bereaved fifth-grade girl recuperated through expressive therapy. Through six expressive therapy materials, the subject expressed her grief and experience of loss, and recovered through the healing process. The materials were art, games, picture-books, puppets, story chain, and sand play. Qualitative data were collected through depth-interview with the subject, her grandmother, her teacher, and her classmate. The data were analyzed and results showed that: (1) On the individual level, expressive therapy was cathartic for the subject's grief, helped her re-experience and work through the unfinished business of past relationships, provided a channel for her need to connect with her deceased father, and helped her re-experience the sorrowful experience and say good-bye to her deceased father. (2) On the family level, expressive therapy helped the subject improve her relationship with her mother and other family members. (3) On the social level, expressive therapy helped the subject become more initiative in her relationship with her classmates, and more attentive in class. Based on the results, suggestions were offered.

*Keywords: bereaved child, expressive therapy*

---

Cheng-Ting Hsieh	National Changhua University of Education
Chih-Chieh Hsu	National Taiwan Normal University
Miao-Jung Lin*	National Chi Nan University (mjlin@ncnu.edu.tw)