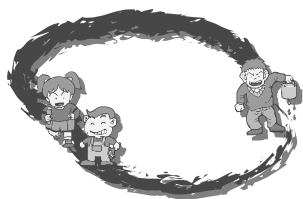


# 兒童團體工作實務概述



馬宗潔、江建仁

兒童團體是社福機構最常使用的工作方法之一，一般也是最容易交給實習生執行的項目。然而，國內已有針對不同對象，以及不同理論基礎在兒童團體輔導中的運用與研究，但對於實務上的操作考量，可以參考的文獻相當少。以下的描述，看起來像兒童團體指南，其實是二位筆者也是從錯誤中摸索，以及慘痛教訓中學到的，在此整理個人的經驗，盼能夠讓新手減少摸索。

## 壹、進行兒童團體的理由

孩子參與兒童團體的原因，一般都是大人認為身邊的孩子需要幫助，可能是因為孩子天生的特質或限制，而產生生活與適應上的困難；或在生活中，發生了不可抗力的事件，影響其身心發展。不論原因為何，兒童團體是社會福利機構與諮商機構，甚至是各縣市國小輔導處室（田秀蘭，2002），經常使用的工具。

團體可以增加孩子自然流露的情感，以及對活動之參與，而團體帶領者的工作是提供允許的氣氛以增進團體動力，讓孩子在自由不受壓力下參與不同的遊戲與玩耍。藉由

遊戲與活動過程，團體中可以處理孩子兩個層次的議題：個人的心理狀態，及團體內成員在人際間的議題。

在團體中，孩子可以學習及發洩情緒，觀察其他孩子的情緒及行為表達，即學習對情緒或衝突的因應行為，與解決問題的技術（蔡亞彤，2011）。一個小心謹慎的孩子，對於某些活動膽怯，可從觀察其他成員投入，獲得勇氣去探索。因此，孩子將從團體中獲得自我成長及自我探索之機會，這個過程是經由其他成員對某一成員的情緒及行為表達反應來催化；透過其他成員的回饋，來評估他人及再估評自己，以獲得自省及醒悟的機會。

另外，團體提供了經驗社會現實的機會（Barrat & Kerman, 2001），設限與現實檢驗（reality testing）不只發生成員與團體帶領者間，也發生在成員彼此間。因為團體是社會縮影，帶領者有機會了解孩子日常生活中的實際情形。團體可以減少孩子重複幻想式遊戲（fantasy play）的需要及傾向，儘管某些孩子有此需要，但團體中可將他們從沉浸在重複或幻想中拉出到此時此刻。

團體提供了發展人際技巧、主宰新的行

為、提供與接受幫忙，以及試探不同於往日的情緒表達與行為的機會，孩子可將團體經驗應用於日常生活中。退縮的孩子觀察其他孩子與團體帶領者建立信任關係，他會跟進，同儕的力量，可以減少對遊戲治及團體帶領者之不確定感，也有助於發展治療關係。

## 貳、兒童團體的考量

兒童團體和成人團體的性質相當不同，在團體成員的選擇考量不同，需要注意性別、年齡、人數、以及孩子的特質等因素。辦理兒童團體，並非報名就收，需要篩選適合的孩子，才能使得工作順利進行。

### 一、年紀

對多數的孩子而言，非常在意玩伴年紀的差距，參加團體的孩子第一個想知道玩伴的基本資料，是對方幾年級或幾歲。在混齡團體中，年紀小的孩子因為無法參與特定體能活動，會感到挫折，年紀大者有時會嫌棄年幼的不上道。基本上，成員的年紀差距以一歲為主，兩歲是上限。年紀越小的孩子，差距要越小，3歲和5歲就在認知上與身體體型上差距很大，不適合在同一個團體。因為發展階段的差距，不同年紀在認知、身體能力、心理與情緒的掌控也有差別，混齡團體，常因成員間玩的內容天南地北，因而阻礙團體的進行。

學齡兒童可以簡單以低中高年級來作劃分，低年級仍在適應團體生活，特別是小一，較自我中心，需要在團體中不斷進行人際協調與建立規範；中年級已經有許多大小團體

經驗，也都懂得運用小團體動力，在團體中結盟；而高年級在身心發展上與中年級有明顯區隔，也具備青少年的特質，團體動力出現較複雜的人際關係，其中包括男女之間萌芽的曖昧情愫、在意自我在團體中出現的樣貌，並經常以小團體結盟做為自我保護的方式在團體中運作。

### 二、性別

至於性別，高年級的孩子體能與興趣因性別有很大的差異，男生傾向玩活動量很大的體能遊戲，女生喜歡講話聊天做勞作，尤其是自由時間，男女不容易玩在一起，男生往往因為體能活動需要較大的空間，而擠壓到女生的空間，女生變成擠在角落無法伸展。建議高年級團體以單一性別為主。而低年級的性別於體能與性別差異較小，混合性別團體的阻礙較小。若有人數或是經費考量，必須混合性別，建議性別比例以五比五為主，四比六有點勉強。筆者曾經在招募一個高年級團體時，報名時來了八個男生，兩個女生，因考量這兩位女生可能無法融入，決定只收男生。

### 三、人數

「注意力」是在團體人數上考量的重要標準，學齡前互動以平行遊戲為主，喜歡爭取成人的注意力，多數時間選擇與帶領者、而非成員互動，若團體人數多，帶領者很難照顧到這麼多人。相反的，中高年級因為同儕的重要性提高，與成人互動減少。另外，團體人數也應以「注意力」為考量基準，團體成員可以覺得自己在團體其中，即使不說

話也覺得安全；相對成員的人數，也不可以多到每個成員無法獲得足夠的注意力。有時為了擔心成員的流失，並增加團體的效益，往往超收團體人數，效果往往適得其反，原本可以得到協助的孩子，也因人數過多而覺得不安全，甚至因為遭忽略而越來越退縮，原則上團體的人數取捨，決定了兒童團體的品質。整體而言，成員年紀越小的團體，人數越少，四歲是剛剛開始離家的年紀，需要成人的大量的關心與注意，兩人團體即可。原則上成員年紀每增加一歲，團體人數可增加一人，也就是四歲團體二人，五歲團體三人，以此類推。

#### 四、團體成員特質的平衡

理想上，兒童團體的成員要經過篩選，以平衡團體動力。如果團體中有兩個內向的孩子，要搭配兩個外向。若皆是特質外向的孩子，帶領者可能疲於奔命；若皆退縮內向，團體活動不易開展。不同特質可以催化相互學習，以及活動的進行。筆者曾在美國的幼稚園實習，篩選方式是先和督導討論誰最能從團體中受益，去教室觀察了解孩子的特質後，再篩選可以平衡第一個孩子特質的其他孩子。

團體成員特質的異同往往取決於團體目標的取向，以人際關係或自我成長為目標的支持或教育團體，團體需要異質性高，可以帶給團體成員豐富的資源，增加彼此討論與接納的素材；相對來說，團體目標若是以治療性質為主，針對特殊境遇的孩子，例如經歷了特定創傷，像是性侵害、目睹家暴、離婚單親、受虐、出養、癌症病童等團體，團

體成員的同質性高，可增加對彼此的認同，成員在團體中進行不同歷程的分享，更是團體中彼此支持與協助的重要來源。

有些團體以人際成長團體為目標，執行團體的機構或學校，常是把最有人際議題的孩子全放在同一個團體。如此，團體對外或對內，或者在團體成員間，都很容易形成負向的標籤，像是大哥管訓營隊，也像是霸凌者團體，團體中不僅彼此較勁意味明顯，許多成員到後期也因自我負向標籤而不願意參加，筆者曾向學校與機構建議，邀請具有示範作用，能正向情緒表達，或溝通協調能力佳的孩子參與團體，在團體中自然有許多示範與討論的機會，但因為許多家長擔心孩子“學壞”，而不願孩子參與。

#### 五、不適合在團體的孩子

哪些孩子不容易在團體中受益？根據 de Neuhaus (1985)不適合在團體中的孩子有：手足嫉妒嚴重者、攻擊性強者、外化性行為者、自我概念差者，筆者認為某些身心障礙的孩子也不適合，例如聽障或視障無法理解團體進行，或自閉無法與人互動等，在團體中會感到挫折，反不易與其他孩子建立關係。

基本上，需要過多個別注意力者，建議先進行個別輔導。帶領者會把過多注意力放在問題比較外顯者，而忽略了其他較安靜的成員，有時也會加強後者的負向自我，很多時候這些問題外顯的孩子也容易成為團體中其他孩子的箭靶。

另外，手足並非一定不適合參加同一個團體，而是要評估彼此的關係，以及對於團體目標與設定。一般來說，手足間的關係會

帶入到團體中，手足在一起會使得孩子的表達受到限制，因為必須擔心另一個手足在現場的感受，以及最敏感的保密議題是否能被遵守；相對而言，彼此也曾經見過手足彼此互相在團體中扶持，反而更能引導不擅長、或不願意表達的另一方，帶領者必須在團體準備時盡量考量週全。

## 六、篩選兒童方式

篩選孩子的方式有：團體前與孩子有一次個別晤談、從父母老師蒐集資料、行為評估、或觀察孩子。

有些帶領者團體前已經認識個別孩子；有些則否，只能從父母、社工或老師的口中了解孩子。向父母蒐集資料，重點在父母如何描述孩子、而非內容，因為父母所提供的是觀點，是父母眼中的孩子，是孩子如何被家長對待的藍圖，並非孩子如何看待自己的版本。如家長描述孩子是熱心助人，帶領者卻發現其實孩子是幫同伴收拾爛攤子討好同學者。一般國內家長傾向提出對孩子的擔心來描述孩子，例如擔心他沒有朋友，擔心他不夠圓滑。這些擔心多是家長的期待，想像孩子在如此期待下，如何被要求，是蒐集資料的著力點。我們的文化通常認為人不可以太驕傲，所以很難聽到父母對孩子的稱讚，建議請家長談談覺得值得驕傲的事，以了解是真的無值得驕傲處，還是不好意思說出口。

有時家長的描述過於籠統，此時請家長舉例說明。若想不出例子，建議描述典型的一天：早上是否會自己起床？還是要叫起床？會賴床嗎？如何吃早飯？怎麼去學校？回家後會馬上寫功課？還是先拖到最後一分

鐘才寫？會不會自動刷牙洗臉？上床睡覺的習慣為何？除了基本資料，孩子被照顧的方式也是蒐集的重點，孩子一出生由誰來照顧？照顧到幾歲？是否有換手？照顧的方式？居住的安排？生病時是由誰來照顧？

以上這些家長描述是二手資訊，欠缺臨場感。有些帶領者雖會有機會和孩子個別相處，但孩子在與成人一對一相處時的表現，常不同其於同儕間的關係。學校教室是最適合觀察孩子的地方，孩子在教室的行為通常與團體中是一致的，需事先告知老師將會去觀察，以表是對老師與教室的尊重。幼稚園的孩子會來要求你幫忙繫鞋帶，帶他上廁所，建議觀察時不要和孩子互動，告訴他去找他的老師。如此舉動雖看起來冷酷，有些孩子帶著期待主動與觀察者互動，一旦沒有挑選他進團體，會很受傷。建議一開始保持距離，以免讓孩子受傷。

## 參、團體的外在條件

團體的外在條件提供了一個團體進行的基本架構，固定穩定的架構將提供團體成員內在的穩定，有助於團體的進行，以下分別以團體的空間、使用器材，以及時間長短，分別進行探討：

### 一、空間

1. 地板：木板地板的封閉式空間其實是較理想的場地，通常團體室有摺疊座椅或椅墊，摺疊座椅會舒適可以久坐，但有孩子喜歡玩摺疊椅，前後不斷搖晃易使得其他成員分心；儘管椅墊則提供了更

多的彈性，在許多外向性高的孩子手中，椅墊也容易成為枕頭戰或丟擲的玩具。學校中，教室與圖書室最常作為團體的空間，然而，教室象徵著教學，會讓孩子與一般課堂有連結，且教室與圖書室通常有許多的擺設或圖書，這些都是讓人分心的主因。擺設的原則上盡量簡單，讓人覺得溫馨舒適，並且減少外界干擾，就會是一個很適合的團體空間。

2. 大小：團體大小並無一定，和團體人數與活動內容有關。以 4x5 公尺為基礎，空間太小讓孩子覺得施展不開感到挫折，或者容易因空間擁擠而攻擊對方。空間太大則可能讓成員四處分散不便聚集，造成活動進行困難，退縮的孩子會不互動，並需大聲說話才會被聽到。若是需要進行活動量大的活動，如躲避球，建議使用戶外，一般室內空間容易干擾到鄰居，鄰居不斷的申訴，阻礙團體的流暢性。

## 二、使用材料及原則

團體使用的器材須對應到團體歷程及目標，要考量如何引起孩子的興趣、促進各種不同創造性與情緒之表達、催化表達性與探索性遊戲、允許非語言之探索及表達、以及允許非結構的遊戲。準備材料的數量時，有時可以從鼓勵分享的角度來思考，如八個成員的團體，準備六把剪刀。

1. 團體初期：著重團體信任感與安全感的建立，可以運用較多的團體創作，像是共同製作團體規則海報，畫上團體會進

行的時間、或者留空間讓孩子可以在每次團體結束前，畫下自己的情緒臉譜，團體的創作應盡量立即貼在團體遊戲室，不僅可以加強彼此的連結，也提醒孩子團體的界線與規範。在團體的玩具或材料上則是以促進彼此互動，建立對團體的信任為主，動態性的活動也可以協助成員破冰，加速彼此關係上的建立。一般團體空間使用的人眾多，基於保密，以及對其他使用空間者之尊重，建議團體結束後，將牆上的海報或作品拿下，下次團體前再貼上。

2. 團體中期：若能進入團體的工作期，活動玩具與器材的選擇，則是會跟著帶領者的活動，讓孩子可以藉由玩具(或器材)在團體中自由地表達與探索，因此相對來說活動媒材必須能夠提供孩子表達時的自由度，也由於這個時期孩子的成品都有其意義，不必急著要孩子詮釋，必須給予尊重，尊重孩子表達的意願，可以準備漂亮的底圖或框架，甚至準備護貝機來保護平面作品，讓孩子覺得受到重視與尊重，若作品做展示前也必須徵得其同意。
3. 團體後期：團體進入尾聲，重要的是建立好的結束經驗，並對團體探索的議題做收尾，因此這時期在玩具（或器材）上，可以使用能鼓勵孩子表達自我的媒材，在回顧的同時可以再次表達自己的感受，並對於共同參與團體的成員給予祝福與回饋。

## 三、團體長短及時間

1. **時間（長短）**：一般來說，時間長短與年紀成正比，年幼者因注意力能集中的時間較短，學齡前及低年級的兒童，團體時間約為 20~40 分鐘；中年級以上大致為 40~60 分鐘，若有兩個以上的活動，要有中間休息的時間，以筆者自己的工作經驗，每一次團體時間最長不要超過兩個小時，最短不要少過 50 分鐘，才能完整地將團體的「暖身活動」、「主要活動進行」，以及最後的「討論與回饋」這三個階段，完整地在團體中進行。
2. **次數**：由於考量團體的目標與進行的期程，團體進行次數不宜過少，也不宜過長，一般來說 10 次以上是較合理的安排，國內學者則認為團體超過 16 小時以上成效較佳，次數則不低於 12 次的長期輔導有顯著效果（張高賓、戴嘉南，2005）。

## 肆、團體帶領者

### 一、特質

不同的團體帶領者往往在團體中也會隨著其特質，發展出不同的團體風格，因此帶領者應該了解自己的特質，發揮自己特質上的優勢，有些團體帶領者不受限於形式，能給孩子較大的發揮空間；有些帶領者結構性強，偏向教育性質，較能發揮團體的界線與架構的走向。帶領者的自覺，以及後續的督導也扮演重要的角色。每一個孩子在團體中，都應該得到相當的注意力，忽略或過度注意某些孩子，可能都反映出團體帶領者自

身的幼年經驗，以及對於孩子某些特質的喜惡。

帶領者很重要的特質是能視孩子是特別、並且需要被尊重，孩子也能對此有所回應。帶領者也應真心地喜歡孩子，但不沉溺於也要被孩子喜歡的需求。另外，也能跨越年齡與心理的鴻溝真誠地同理孩子。最重要的是使用口語與非口語的方式與孩子溝通，並且對於挫折與抗拒有高度挫折忍受力（de Neuhaus, 1985）。

「兒童發展」是所有兒童工作者都需具備的基本知識。在特質上，因為兒童的自主性高、相對社會化程度較低，因此團體帶領者要可以忍受混亂、吵雜、以及某種程度的失去控制感，不會因此而感到煩躁不安。團體工作的設限比個別工作難多了，帶領者需要有能力設限（設限議題將在後面的部分中討論）。

### 二、協同帶領者

建議兒童團體一定要有協同帶領者，孩子有時需要出去上廁所，有時需要個別關心，協同帶領者可以分擔工作。至於團體帶領者與協同帶領者的分工，要看彼此的默契、關係，以及對於主題的熟悉程度。關係可能是師生，督導與被督導者，又或者夥伴，雙方之間的關係可能有位階，也可能是平等，是何種關係都無所謂，重要的是孩子們會注意主帶領者與協同之間的關係。

兒童團體中有兩個領導者基本上模擬了家庭的環境，並為團體提供了兩個觀察者、兩個不同的觀點，以及兩個不同的專業。兩位帶領者也有助於團體的功能提升，例如在

團體進行到需要設限時，有孩子需要被一位帶領者暫時帶離團體，另一位帶領者可以繼續帶領團體進行下去；然而，兩位帶領者則須要較多的時間和努力來討論團體成員、團體與其中的關係（de Neuhaus, 1985）。

就以筆者的團體經驗為例，因為帶領者年紀通常比協同帶領者大上至少一輪，協同帶領者常常比較不會在團體中表達意見或想法，只是跟隨的位置，若協同帶領者也是女性，相對團體比較穩定。若協同帶領者為男性，往往團體比較混亂。一個年紀較大，較有權力的女性主要帶領者，搭配一位比較沒有意見的男性年輕協同者，對於某些男孩子，尤其是需要處理自己性別議題（此處的性別議題並非指性傾向，而是希望自己強壯有能力有所表現）的男生而言，往往不知道怎麼面對不典型的男女組合，挑戰團體帶領者權威的次數頻繁，例如有小男生會問：「在這裡，誰是老大？」或「你是女生還是男生？」問題中展現出他們對於性別議題的態度。若能跳脫孩子對自己的質疑，找到工作得切入點，挑戰也是一個與孩子工作的契機。

由此可知，雙方的關係對於孩子是一種示範，彼此之間有什麼意見不合，也有默契在團體中處理。默契很難事先建立，而是在工作中磨合出來，團體中總是會發生事先不能預期的事，此時就是建立默契的機會。有時孩子們起衝突，兩位帶領者不知道對方現在打算如何處理，可能都在等對方介入，反而錯過了工作時機。建議此時在孩子面前說出來，例如帶領者可以對協同者說：「某某老師，是否可以請你去帶 XX 坐在角落」，協同者也可以表示意見，表達同意與否。大人在

做，孩子在看，對於孩子，雙方的溝通，是學習的機會。有時，帶領與協同可以故意對話給孩子聽，例如說：「某某老師，你有沒有覺得 XX 今天不一樣了？」此時就是考驗雙方默契的時候，若一方做球，另一方漏接，即錯過了工作的機會。若錯過時機也沒關係，記得事後檢討，檢討的方向不在於本次團體錯誤的責任歸屬，而是在下次要如何做，可以更好，默契由此產生。

有時團體中不只一個協同，還有兩三個實習生，實習生往往不知道何時該如何，有時會有適得其反的行動，建議在第一團體開始以前，先行說明，此時帶領者要事前交代實習生注意事項。

## 伍、事前準備

是否要在團體前了解個人資料？團體和個別相較，其特色為人數多，流動性強，當下須立即反應，容易忽略細節，建議要事先多了解成員特質，較能掌控團體動力。有經驗的工作者，事先閱讀資料，會對每一個孩子與團體的樣貌有一個藍圖，卻不被藍圖所限制，依照團體的進行隨時修正其藍圖。然而，許多機構讓實習生帶團體，但也對於實習生多有顧忌，原因之一是個人資料保密議題；另一個原因學生易被資料影響，傾向看到孩子的問題非全面性。許多學校輔導室抱怨即使只寫一點點資料，還是會影響到實習生對孩子的判斷。例如小華的特質是沉默，實習生可能會在團體中不斷地注意小華是否開口說話，如果不說話，會問：「你怎麼不說話？」若好不容易開口，馬上興奮的說：「你

說話了。」而忽略了開口說話對於小華的意義。

## 陸、團體進行方式

團體沒有固定的進行方式，重要的是進行方式是否可以達到團體目標。一般進行方式有結構、非結構、或兩者混搭。所謂非結構是沒有事先安排的活動項目，隨著團體的進行，讓孩子們自發來決定團體如何進行；簡單的說，就是且戰且走。反之，結構團體就是團體帶領者事先有預設的目標以及活動。然而，兩者混搭的團體是最常見的。

決定要以何種方式進行團體，要考慮團體中成員的年紀、團體性質、時間長短以及團體帶領者本身的特質。學齡前團體較適合用非結構，因為孩子的注意力時間短，活動推展不易。有特殊目的的團體，結構活動是有必要的。例如，目睹兒童團體須討論到暴力的成因、安全計畫等議題；單親團體要討論到忠誠，以及探視議題。若團體的目標是以人際關係或自我成長為主，有較多調整的空間可以進行非結構。然而，即使非結構團體，也存在著部份結構因素，也就是固定的時間、地點、規則等。

### 一、結構團體

結構團體事先要設計活動，設計活動需要思考團體目標，符合目標的活動，活動所需的時間與器材，以方便事先準備。活動設計參考的書很多，在此不多討論。結構團體的困難之一在於，活動可以事先設計，孩子的狀況卻不能事先預測。有時預計三十分鐘

的活動，孩子意興闌珊，五分鐘就做完了；有時活動超過自己預期的時間，孩子不斷地打斷活動進行，常會在時間壓力下進行活動。然而，活動只是一個促發的媒介，是否完成並不重要，是否達到團體的目標比較重要。

結構團體的困難之二在於，團體中是否所有人都要團體行動？若孩子不願意參與活動，是否要強迫？以上是一個很難回答的問題，有些帶領允許不參與，有些則每一位孩子都全程參與。建議思考的方向：尊重孩子的自由意願；與團體順利進行，何者重要？強迫執行團體活動，是否與團體目標相違背？是否引發對權威的挑戰？個別孩子的需要是否在團體中被犧牲了？在團體中，一定要大家做一樣的事嗎？若允許個別活動，來參加團體的目的為何？

### 二、非結構團體：孩子教我的事

筆者傾向採非結構團體，與個人工作經驗有關。第一個團體是1990年在小學輔導室帶領的一個高年級單親團體，成員為十個男生。當時雖有事先準備活動，然而，每一次到團體室，還尚未把道具拿出來，這十個男生已經扭成一團，團體中的工作幾乎只剩管秩序，當時覺得自己是風紀股長，不論用何種方法，也無法讓這十個男生分開，此拾筆者企圖同理：「你們很喜歡打架啊！」但得到的答案：「哪有，我們在玩。」挫折之下與廖清碧老師討論，他說既然喜歡打架，就玩打架好了。於是，筆者和孩子們討論要如何打架、規則是什麼、哪裡可以打哪裡不可以打、打架的範圍、一方不願意繼續打該如何？剛



開始是打枕頭戰，所有人都參與其中，但規則建立後不在亂打後，許多打不下去的孩子有喘息的機會。後來演變成打擂臺，有人搶著做裁判，出乎意料地發現，只有一個孩子真正愛打，因為他挑戰所有人，所有男孩都一股腦地扭成一團，無法分辨誰打誰。這樣有規則的打了幾次之後，反而團體可以安靜下來，居然可以進行了好幾次深入的家庭議題討論。如此的經驗，讓筆者相信非結構團體可以給孩子的力量，對於不能進行預期活動的焦慮也放鬆了。進行非結構是對孩子的信任，不擔心孩子會無聊，不太快協助孩子決定進行方式，只要相信孩子可以，即使是沒有設備的團體室，孩子都會想出活動來。非結構的團體不一定是大家共同完一個遊戲，有時孩子三三兩兩成小團體，此時帶領者的工作是催化孩子間的互動，例如甲邀請一起玩他的遊戲，若張望到乙落單，就請甲邀請乙一起玩，玩的過程中盡量減少孩子與帶領者的對話，而是催化二人對話，例如，甲告訴帶領者學校的事，可以問乙是否有相同經驗。

### 三、混合結構

筆者則經常採行結構與非結構團體混合的架構，先以預先的團體活動為主，在後面搭配非結構的團體時間，這樣的方式可以發揮不同架構的優勢，一方面先依團體目標進行活動，另一方面則提供成員在非結構活動中，讓成員可以從自然的互動中，觸發不同的議題，經常可收到意外的效果，但前提是團體的時間必須較為充分，以經驗而言，至少 70 分鐘。

### 四、食物的意義與使用

食物經常在兒童團體中被使用，甚至被理所當然的帶入團體當中，但是食物在團體中的目的與意義，以及使用的時機卻鮮少被討論，下面就食物的意義與使用時機分別做探討，就食物的意義上：

1. 滿足孩子生理上立即性的需求：許多的孩子進入遊戲室時常餓著肚子，不管是家裡沒有提供餐點，或是他們錯過了用餐的時間，肚子的餓多伴隨著身體不舒服的感覺，通常使得孩子無法進入團體的情境中，因此小點心和餅乾可以解決孩子立即性的生理需求。
2. 食物在個別遊戲治療中的“象徵性”的意義：對於被疏忽而或者精神虐待的孩子而言，“食物”不僅可以帶來立即性的生理滿足，更是常象徵著心理上的自我照顧，就像是許多大人在情緒沮喪時選擇大吃一頓，也是藉由生理需求的滿足，來慰藉內在心裡的空虛，筆者曾見過遭精神虐待的孩子五分鐘內吃完兩個便當，無時無刻都想著要吃東西，但怎麼吃卻都餓不飽殘弱的身體。
3. 彼此的關係建立：在臺灣的文化中食物也象徵著照顧與關懷，見面時一句“吃飽了沒？”也充分傳達了我們對於吃的重視，客人來訪時，主人也會趕緊地拿出家中的食物來招待客人，因此“食物”在兒童遊戲輔導/治療的脈絡中，也不能跳脫其背後文化所隱含的內涵，筆者也見過許多治療師在治療前或後，提供小小的點心或餅乾，作為彼此關係建立的一種方式，甚至是兩個人間

一種特別關係的儀式。

4. 使人放鬆：在團體中一起享用小點心，可以帶給成員較放鬆的感受，筆者也曾允許成員在團體結束前一邊吃點心，一邊作團體的分享，成員皆能在較輕鬆緩和的心情下，進行團體的討論。

但是食物在使用策略上也應注意

1. 時機點：在兒童團體中常見帶領者在暖身與主題活動結束之後、團體結束之前，提供點心給團體成員，其目的在於團體的時間多較長，特別是在高體能性的活動下，多會想要補充一點水分和點心。可運用這團體享用點心的同時，來進行團體的回饋與討論，點心不僅可以安撫孩子的心理，也使他們能夠放鬆來進行討論，這也是兒童團體很重要的一環。
2. 是否作為團體的增強物：對於部分對吃較為匱乏的孩子而言，甚至是遭精神虐待或疏忽的孩子，吃也是團體中很重要的增強物，筆者曾經在兒童團體與個別孩子在團體前有協議，先給其在團體分享回饋的點心，鼓勵他在團體中的自我提醒，若能符合彼此協議則在團體討論時多給予一份的點心，目的在鼓勵孩子能自我約束，當次團體收到不錯的成效，相對而言，大都市的孩子，或家庭優渥的成員，對於這些增強物則沒有什麼強烈反應。
3. 留意孩子對於特定食物是否過敏：每個孩子的體質不同，對於某些特定的食物也許都有不同程度的過敏問題，因此在提供點心或餅乾前，可以事先了解孩子

的身體狀況，或直接詢問孩子是否會對特定的食物產生過敏反應，以避免所可能造成的身體傷害。

4. 固定的量與同性質的小點心：每次準備的點心以固定的量與同性質為主，並要在團體中方便食用為原則，例如單包裝的小餅乾，像是仙貝，反之無法平均分配一大包的零食，反而容易造成團體搶食物的混亂。
5. 不取代正餐為原則：團體中食物的使用，不應取代孩子的正餐，這一方面是基於健康的考量，另一方面也應回到團體的活動主題，食物僅是活動中的協助工具，因此在提供食物上，都應不以吃飽為原則。

## 柒、團體規則

### 一、規則內容

基本上規則越少越好，以不傷害自己與他人，以及破壞物品為原則。傷害他人包括身體傷害和語言傷害，罵人是傷害他人，但說髒話是否是傷害他人見仁見智。有些帶領者不允許孩子說髒話，筆者接受不針對個人，表達性的髒話，團體工作需要處理的事很多，有時在混亂的團體中，孩子發生衝突，相互肢體攻擊，此時表達性的髒話是枝微末節，不需要特別處理，否則會疲於奔命。需要判斷此時什麼是最重要的，抓重點處理，若焦點於孩子的每一句話，每一個動作，反而容易在處理糾紛中失焦。

有些結構性活動強的團體，希望每一位孩子都參與活動，不想參與活動的孩子有時

要承擔後果，如此團體可能需要訂定關於打斷他人說話的規則。建議帶領者要思考團體中什麼是最重要？想要在團體中傳達給孩子什麼訊息？是活動的進行？有團體凝聚力？還是孩子可以有自由選擇的權利？

## 二、不遵守規則

若成員不能遵守規則，帶領者相對採取一些措施，其目的不是在懲罰，而是減少其對團體進行的干擾，並讓不願投入團體活動的成員可以有其他選擇，例如就待在休息區中。另一種作法是不事先訂定規則，等事情發生依當時情境再來處理，此種作法的目的是不受制式的規則限制，也可以讓孩子們自己想辦法解決問題。帶領者對於成員不遵守規則感到困擾是正常的，筆者仍非常不建議用處罰的方式，而且是超過孩子能力的處罰方式，團體成員討論到處罰時，此時帶領者要介入制止。筆者曾見過新手帶領者規定孩子在活動中若打斷他人說話就要罰蛙跳一百下，但實際上在活動中，打斷說話是很常有的事，很容易就讓處罰替代了原先的團體活動。對於孩子而言，蛙跳一百下也實在太多，在執行的細節上也有許多的困難，最後每一個孩子都草草了事，被處罰過的孩子很容易因為不滿，會特別注意其他的人是否也有打斷說話之情節，最後團體會在你告我狀，我告你狀，此起彼落的蛙跳下進行，混亂一團。

有時筆者事先也不訂定規則，因為一般規則，如不可以傷人自傷，以及破壞物品，不需特別訂立，一般學齡兒童都知道是不可做的事情，至於學齡前，太早說明規則孩子也不會記得。對於新手帶領者，建議還是事

先訂定規則，如此心中有一個什麼可以不可以的底線，一旦團體經驗熟稔時，可以更自由彈性的運用時，就可以跳脫白紙黑字的規則。

## 三、建立規則的時機

一般建立規則的時機是第一次團體，由團體帶領者和成員討論、共同訂定規則，以及若不遵守規則時，可能的後果。和成員一起事先討論規則，好處是可以讓孩子參與規則設定，也可以讓孩子討論為什麼要有規則，以及不遵守的後果，討論後寫下來，放在看得到的地方。另一作法，則是不事先訂定規則，等事情發生後再依當時狀況處理，如此比較不受限於制式的規則，能夠有彈性的處理。

## 四、設限（Limits Setting）

有規則就有設限，和兒童工作最難的就是設限，還是新手時常常對於設限感到猶豫，既然要接納孩子，提供允許的氣氛，為什麼要設限？接納的是情緒，設限之標的是行為，孩子可以生氣，但不可以打人。「設限」可能在翻譯上會讓人誤解，其真實的意思並不是限制孩子，而是讓孩子在一個安全的範圍內表達，在這個安全的範圍中，沒有人會受傷。設限本身就是治療，學會設限，才真正踏入兒童工作的門檻。

團體的速度比個別來得快，因為團體的活動量高、互動性強，所以更需要積極掌控某些行為，以免有人受到傷害。有些時候，孩子是不知道規則；有時大家起鬨。然而，也有很多時候，某些孩子對團體感到不安

全，對自己的能力感到不確定，希望透過挑戰限制，知道自己在這可以走多遠，知道團體帶領者是否有本事，在我挑釁下能不被激怒，搞定我讓我服氣，搞定那一個自己也搞不定的我。當還是新手時，希望自己和藹可親，要執行設限時會覺得自己變成一個面目可憎的大人，而無法出手。隨著年齡的增長，筆者了解到，身為成人的我們，有責任讓孩子安定，以及保護每一個孩子的安全：生理上與心理上的安全。因為我們是成人，我們知道事情可能的後果，在保護孩子的安全與限制孩子的表達與發展之間，兩者並不衝突。

於是，團體帶領者必須是一個設限的專家，有能力認真、清楚明白、以及完全的設限。認真是態度，讓孩子知道你不是隨便說說，年輕的時候，覺得若是孩子不接受設限，似乎也沒有其他辦法，既不能扣分，又不能趕孩子出去，一點籌碼也沒有，如此的不確定的態度雖沒在語言中表達出來，但孩子可以感受到，不喜歡權威的孩子，便覺得有機可乘。因此，清楚明白的陳述，讓孩子明確地知道規則是必要的，設限並不需要籌碼，執行設限是因為有需要這樣做，沒有討價還價的空間，堅定的態度，是不需籌碼。至於完全的設限意指：「不能打人」，取代不完全的：「不能打到對方覺得痛」。

幾乎在所有的兒童團體中都會發現，孩子間的衝突，以及對於規則的挑戰是常有的事，往往一不留意，團體就會莫名其妙亂成一團，成員間打來打去，也不知道誰先開始。且一旦混亂發生，很快就越演越烈，很難回到安定的過去。筆者在初帶兒童團體時，常常會對於某些狀況忍耐，反而會為混亂加

溫，最後會忍無可忍，發了一頓不該發的大脾氣，對於團體與孩子並沒有幫助。「小不忍則亂大謀」在此並不適用，因為孩子發現他們挑戰規則時，應該出手的成人似乎不是很確定要如何處理，孩子可能會加碼，看看這個大人是否是深藏不露，值得尊敬？還是無能，讓我可以放大自己？建議不要忍耐，在有一點小徵狀時即介入，讓帶領者在不受情緒干擾下工作，也可以防止日後的混亂。有人問如果混亂是孩子的一定會有的狀況，為什麼不讓混亂發生，再來處理。並無不可，帶領者須評估自己對團體掌握的能力，此時的我是否有能力可以隨著團體動力流動，讓混亂發生再見機行事？還是會對混亂感到挫折，挫折中折損了帶領者在團體中的功能？

在過去的經驗中，經常發現第二次或第三次團體，孩子開始明白這個地方和其他方有點不一樣，成人對於孩子有較多的寬容，有些孩子可能覺得是解放，有些孩子想試探底線。此時帶領者需要打開嗅覺，敏感地聞到蠢蠢欲動的心是否在燃燒？曾經在一個團體的第二次時，有孩子興奮地說：「我們來玩打枕頭戰好不好？」每一個孩子都躍躍欲試，跳上跳下，團體室的溫度頓時升高兩度，打枕頭有何不可？當然可以。筆者的作法是非常大聲地說：「等一下，枕頭戰的規則是什麼？」在這麼激動的氣氛下，要先降溫，若在此時沒有事先討論規則，很容易會發生過於興奮，而有人受傷。

有時候小男生一開始是打著玩的，但打著打著就認真了。有一種作法是在認真打架以前介入，最簡單的作法是認真嚴肅地問：「你們在幹什麼？」有時孩子會因此分開，

有時孩子會說：「我們在玩。」也可以說：「我分不出來你們在玩，還是在打架？」此時，孩子會各談到打架和玩的不同，讓孩子分辨並表達這兩者中間的差別，也讓孩子討論若認真打起來，要如何處理？

即使做了萬全的準備，永遠有不可預期的事。有一次在筆者的團體中，一位霸道的男生打了另一個瘦弱的男生。霸道的男生看不慣他，帶領者和協同者一人抱住一個拉開（從後面抱是比較好的方式，尤其是女性帶領者），我抱著要去打人的男生，他生氣地要我放開，我說：「你答應我不打人我就放開。」在乎自己的權力的男生，怎麼可能答應這種條件？但無法一直抱著他，這樣耗了幾分鐘以後我說：「我知道你為什麼不能答應我了，因為你是個說話算話的人，可是你目前還不能答應我不會打人。」他突然說：「可以了，我不打了。」執行讓孩子受挫設限的同時，如何也要看到孩子的優點，這是另一個設限的關鍵。

有時候，限制不只來自於團體帶領者，而是成員。筆者在 1986 年在美國念碩班時，老師放了一個五零年代的黑白片，是一個木工團體，成員是十幾位十三、四歲的男生。帶領者看起來什麼事也沒有做，只簡單回答孩子的問題，當時筆者很難理解帶領者的企圖，但在其中一幕讓人印象深刻的畫面中，兩個男生相互爭奪一把鋸子，但帶領者也沒積極介入，畫面讓人心驚肉跳，結果是第三個男生拿了另一把鋸子，就簡單的解決的這看似危險的衝突。這位帶領者對於孩子能力的信任，讓人動容，他如此有耐心的允許孩子，相信團體中，孩子會為自己解決問題，

但相對這也考驗帶領者的專業判斷與經驗。

## 捌、與父母的關係

### 一、尊重父母

若孩子造成父母的困擾，一般父母會感到挫折，向外求救有時不是第一優先的順序，往往是試過各種方法皆無效下的無奈選擇。許多父母帶著挫折來，抱著矛盾心態來見所謂的專家，專家也許可以幫助我，給我一些意見；但是，家長與孩子朝夕相處，這專家有可能比我知道我的孩子嗎？孩子雖然不是父母的所有物，因為是父母，對於孩子有「所有權威」。在這樣矛盾的心情下的，盡量不要再削弱父母的位置。建議告訴父母：「對於你的孩子，我不可能知道的比你多，你提供我孩子的訊息，是幫助我了解你的孩子，讓我工作更快更順利進行。我因為是旁觀者，所以可以能夠置身事外，比較清楚地分析事情。」孩子終究要和父母一起生活，我們的工作是幫助親子關係順利，非幫助孩子對抗父母。

### 二、保密

大部分的兒童工作者都知道，自己的案主是孩子。尷尬的是，付錢的家長，工作對象卻是孩子。身為監護權人的家長，是否有權力知道孩子在團體中發生的事？說的每一句話？告訴父母，會不會影響我們與孩子的信任關係？若父母在孩子面前問：「剛剛都在玩什麼？」我基本上不會回答，會轉身問孩子：「我們剛剛在玩什麼？」讓孩子自己回答，此時是觀察親子關係的機會，也是催化

親子關係的機會。若父母和我單獨約時間談孩子，會先告知孩子會和父母見面，是否有什麼可以說，什麼不能說，為什麼？這是基於一個信任關係，也是理解孩子如何看待讓父母知道他的事。和父母見完面，我也會告知孩子我說了什麼。許多成人往往無視於孩子在現場，大聲地討論孩子，有時父母會想要在公共場所討論孩子，當時甚至還有團體中其他孩子在現場，我會告訴父母此時不方便。孩子雖然是父母的被監護人，但孩子也是一個要被尊重的人，不鉅細靡遺的告知父母孩子在團體中的每一個細節，一部分理由是建立信任關係，另一部分理由是尊重孩子。

## 玖、倫理

針對父母的同意權，有些學校輔導室認為團體是課程的一部分，不需經過父母的同意，曾經有實驗小學輔導室說，我們是實驗小學，不必告知父母。對於此一說法，牽涉到團體定位，可能要思考團體的定位是教育性的一般活動，還是成長或治療性團體。一般兒童團體的進行，不論在社福利或是諮商機構，建議在父母或監護人必須同意之下進行，他們有權利了解團體之目標及內容，保

留決定參與或退出權利。若父母離婚或者分居，須確定誰有監護權。

其實在實務工作中，由於每個兒童團體的性質有很大的差別，孩子的特質也可能因為因團體的目的也有很大的差異，每個地區與文化背景不同，團體活動的設計也會隨著許多其他因素而改變，相對而言這些因素也都增加團體帶領的挑戰性。然而這也是兩位筆者當初下筆的目的，儘管也都意識到在此篇文章中的分享多著重在自身本身的帶領經驗，相對內容也顯得相當主觀，但還是希望能有拋磚引玉的效果，一方面期望藉此鼓勵更多帶領者整理自己的經驗，做學術與實務的討論與分享；另一方面，在現今兒童團體已經是非常普遍的工作模式之下，藉由筆者在這裡所整體提供的經驗，供往後兒童團體的帶領者做為參考，盼能減少新手摸索的歷程，綜上所述，若真能達到以上的目的，就能鼓勵更多的帶領者有信心投入此領域，並使得更多的孩子能因此受益。（馬宗潔為東吳大學社會工作系副教授；江建仁為世新大學社會心理系講師）

**關鍵詞：**兒童團體，團體帶領者，團體結構，設限，食物

## 參考文獻

- 田秀蘭（2002）：國小輔導教師團體輔導能力內涵初探，輔導季刊，038(002)，0017-0023
- 張高賓、戴嘉南（2005）：國內「兒童團體諮商與心理治療」整合分析研究。中華輔導學報，15，77-120。
- 蔡亞彤（2011）：當衝突不可避免時：從人際心理治療看兒童團體諮商中的衝突現象。輔導季刊，47，2，30-38

- Barratt. G., & Kerman. M.,(2001): Holding in mind Theory and practice of seeing children in groups.  
*Psychodynamic Counseling*, 7, 3, 315-328(14)
- de Neuhaus, M. S. (1985) Stage I: Preparation. In B. B. Siepker, & C. S.Kandaras, (eds). (p54-85).  
Group with children and Adolescents: a treatment manual. New York: Human Sciences press.