

從學習到傳承：一個臺灣心理劇訓練團體 十年的發展與影響

張秀娟

臺北市立大學教育學系

博士候選人

摘 要

本文旨在了解一個在臺灣長達十年的心理劇訓練團體的發展和影響，邀請該團體 25 位學員參與問卷調查及個別訪談以蒐集資料，並進行質性分析。訓練團體的課程發展與內容包括：每個月定期一次的主訓練師課程、加入外國客座訓練師、每年移地訓練的安排、出國移地訓練和兩岸心理劇學員的共訓，最後因著主訓練師出國，學員從學習到傳承，轉換角色為共訓的訓練師。從問卷及訪談資料中，分析歸納出研究結果為三部分，分述如下：（一）說明進出訓練團體的緣由：走進團體起心動念與關於團體的去留；（二）介紹訓練團體課程發展與內容：定期訓練過程的結構化內涵、外國訓練師授課引發文化的覺知、移地訓練帶來深度的交流、移地國外訓練的同心同行、兩岸學員的共訓之旅；（三）此訓練團體對學員的影響：個人成長、專業成長與角色蛻變。最後，這個團體就成為學員的「家」，而這群人不僅在團體內成為彼此生命的陪伴者；在團體外也成為一起推展臺灣心理劇發展很重要的力量，並透過這個心理劇團體也見證學員們成長的軌跡。

關鍵詞：心理劇、訓練團體、心理治療、臺灣

通訊作者：張秀娟

電子郵件：sophie.c220@gmail.com

收稿：110年10月12日；接受：111年1月24日

壹、緒論

「謝謝每一位前來參與的夥伴，再次串起心理劇的故事，也想念沒來的夥伴，故事照片少了你，但心裡的位置卻永不缺席。很珍惜我們一起創造了這麼多「不容易」的回憶，我們也都貢獻了故事的一角，讓這個故事大家一起繼續編織下去。今天見證了「勇敢並非不傷痛，能帶著傷痛去面對的勇氣，就稱之不放棄，也是造就夢想的泉源」，今天有機會重看故事，發現新意義，原來我們是這樣長大的！」

十年一刻心理劇 念華 20201031

一、團體緣起

這是一個成立於 2010 年的賴念華訓練師之心理劇訓練團體，簡稱為 A 班，當時研究者擔任這個訓練團體的工作人員兼學員。緊接著在隔年 2011 年成立第二個訓練團體稱為 B 班，並在 2015 年 AB 兩班合併成為一班繼續每個月一次的持續訓練團體，直到至今第十一年仍有 46 位學員仍在這個團體，這十年多來有人進進出出團體，訓練的團體進行的方式也隨著團體的變遷而改變，唯一不變的每一年都有的兩天一夜的移地訓練，讓訓練師和受訓者可以透過心理劇成長團體的方式繼續連結和學習。經過這十年在這個團體，研究者自己也從一個心理劇初學者到成為一個訓練師，似乎我對心理劇的學習和人生的成長都源自這個團體，過程中也雖然經歷許多生涯的改變，但都不曾想離開這個團體，因為那已經成為一個專業與生命融合的「家」，在這個家裡所有的人都能被允許進進出出，但無論發生什麼事，只要想回去都會知道有人聽你說、為你加油，因此就像是一個斷不了的根，只會向上向外長，但它會一直穩穩存在。

二、心理劇核心理念與訓練要求

心理劇取向由維也納的精神科醫師莫雷諾（Jacob L. Moreno）所創，強調的是一種在行動與經驗中學習成長的精神。Moreno（1953）相信人的本質是具有自發性與創造力的，當人在生活中產生問題或困擾，往往是因為迴避不處理問題，或是過去用無效的方式因應，這樣的困境有時歸因於缺乏創造力思考的能力。透過創造力準則不斷暖身與修復，可以帶領個體突破舊有的僵化行為／關係，帶來新的文化創造。在心理劇中，有一句不斷被強調的話—「Show me, don't tell me」，這樣坐而言

不如起而行的精神，也在臺灣的學術研究、實務領域不斷傳承下來。目前，心理劇在臺灣被運用在心理治療（王文欽、賴念華，2014；林慈玗，2008；徐森杰、蔡春美、吳就君，2003）、醫療場域（蔡雨芊、朱惠英、蔡盈孜，2021；蔡雨芊、洪紫琄、許雅涵，2021）、學校場域（游金潏、游淑瑜 2014；蘇倫慧、賴志超，2018）、督導（游淑瑜、李維倫，2015）、企業（楊靜芬，2008）、探索華人議題（李御農、賴念華，2019；張祐誠，2020；張祐誠、賴念華、李御農、張秀娟，2018）等場域。其中，心理劇經常被使用在教學場域，讓學習者可以透過行動經驗的方式，實際經驗討論議題的核心價值，有別於過往只是單方向吸收知識，研究發現學習者可以在心理劇的介入中獲得更多元、深刻的思考能力（Chang, Yu, Chen & Hsieh, 2013; Walter, 2010）。

在心理劇的訓練養成中，經常需要個人先投入大量時間以累積團體經驗，從參與、自我療癒中有所學習。甚至，當心理劇學習者想要透過認證成為一名心理劇導演，證照考核需要至少有 780 小時的心理劇相關訓練／具有國內外心理師、社工師、精神專科醫師等師級證照者，需要完成之訓練時數至少為 680 小時（臺灣心理劇學會，2016）。在總時數中，其中半數時數需由固定一位訓練師所提供（稱作主訓練師）。於是，多數受訓者會選擇參加某一位訓練師所開設的長期訓練團體，在一邊交流成長、一邊學習的過程中逐漸累積心理劇時數。當一群成員長期投入在其中，參與的過程往往激盪出豐富且精彩的火花。

三、長期訓練團體的挑戰與收穫

當一群人針對某一件事情有共識，在一個共同框架的時空裡，朝著此一目標前進，稱之為團體。在團體的互動中，成員會因為經常彼此有所交流、分享與討論，形成相互依賴的關係。當時間拉長，團體成員的互動過程往往也會有一股看不見的力量存在，卻對成員的互動舉止產生強力衝擊，這便是團體動力。國內做過許多關於訓練團體、督導團體的研究，主要針對訓練的類型、對象與成效進行劃分。文獻內發現有針對特定人員進行訓練，以增加專業知能的團體（林妙容、鄭如安，2015；蔣欣欣，2015）；有學習特定取向，在團體中演練與督導，藉此探究取向養成歷程（吳秀碧，2010；周勵志、林星翔，2018；高淑貞、蔡群瑞、何美雪，2017；陳若璋，2014）；也有聚焦於團體動力，理解成員如何在連續性團體中互動（蔣欣欣，2015）。但在眾多研究文獻中，鮮有看到超過一年以上的連續性訓練團體。

此訓練團體的課程設計是以一年為單位，只開放給既有成員參加，每月進行一次，每次的上課時間是一天（七小時），課程中首先會透過暖身來讓成員們情感交流和分享近況，隨之進行主題性的教學，最後小組演練和現場督導，而每一年的訓練中，會另外有兩天一夜的移地訓練的課程，即使沒有參加當年度課程的成員也能單獨參加，讓成員們可以持續與此訓練團體保持連結。心理劇訓練團體著重於先有體驗、後有學習，最後從行動中再修正的模式，幫助受訓成員可以有結構地學習心理劇介入團體治療的模式。在長期團體中，成員將會同時經歷成員彼此動力間的交錯（柯淑惠等人，2010；蔣欣欣等人，2005；蔣欣欣，2015）、個人的自我懷疑與自信養成（吳秀碧，2010）、從觀察與領導中學習（吳秀碧，2010；蔣欣欣，2013）、技術訓練（陳若璋，2014）等等。尤其，隨著團體不斷進展、生命歷程也隨之增長而在團體中多次的分享討論，成員彼此間會形成緊密的依靠。蔣欣欣等人（2005）提出，訓練團體提供了參與成員一個彼此關照、對話的空間，成員也可以透過這樣的互動過程發現過往從未注意到的自我。同時，成員也可能從參與過程實際體會帶領者的信條、精神，並透過帶領者的身教，對於所傳遞出來的訊息有更深刻的感受（蔣欣欣，2013）。最後，透過在團體中被結構化的訓練與督導，研究顯示可以提升團體者自評團體帶領的能力（謝麗紅等人，2007；吳秀碧，2010），並提升自我效能感（Larson et al., 1992）。

四、研究的起心動念

回顧十年前，其實只是想跟一群熟悉的朋友一起跟訓練師學習心理劇，逐漸在專業上一起學習、一起成長，意外發現每個月可以分享生活成為最大的支柱，過了幾年開始思考要考導演認證，又是再經歷一起揪團練習考試，在不知不覺一群人就這樣一起走向成為準訓練，承擔起團體共訓的角色，雖然要從台下走上舞台有許多的焦慮和害怕，但單純的心想將訓練師的精神傳承下去，同時持續讓這個團體可以繼續走下去。如今，我自己也成為一個訓練師，透過這個團體多年來的澆灌和滋養，讓心理劇不再只是一種治療取向，更是一種生活的哲學，也變成我們這群人共同的「家」。同時，也因著心理劇年會論壇的激盪，讓我想到心理劇在臺灣的發展，是在我們這個世代，到底在我們的身上發生什麼？尤其我們經驗了一個十年的團體。於是，我也開始好奇到底是什麼樣的魔力，讓一群專業人員可以堅持跟著一位訓練師學習？在長達十年的關係，有如家人般的情感一起見證彼此生命的成長。同時，

這是一個專業的訓練團體，觀看臺灣心理劇相關研究中，很少針對心理劇訓練團體的探究，故想透過一個在臺灣長達十年的心理劇訓練團體，探究長期心理劇訓練團體的發展脈絡，以及對成員們的影響。

貳、研究方法

一、研究程序

依前述目的，研究者透過電子信件邀請此訓練團體中的成員，說明此研究目的和進行訪談的內容，並且組成一個研究 Line 群組以便於在填寫問卷前，幫助所有研究參與者透過對話來暖身回顧這十一年的團體，之後才採取問卷調查進行資料搜集，再依據個別需求進行個別訪談，並將所蒐集到的資料進行資料分析。

二、研究參與者

本研究之研究參與者包含研究對象、研究者和協同分析，分述如下：

- (一) 研究對象：參與本研究的研究對象總計 25 位，主要從事助人相關領域工作，其中以諮商心理師最多，而團體成員多是在就讀諮商研究所時期就和主訓練師有接觸，相關介紹如表一。
- (二) 研究者：研究者本身就是參與此團體的成員，從團體成立至今都還在團體中，而在心理劇的學習已經有累積 1,500 小時以上的訓練時數，於 2021 年取得美國心理劇、社會計量與團體心理治療考試委員會 ABEPSGP 認證之訓練師（簡稱 TEP），以及臺灣心理劇學會認證的訓練師。
- (三) 協同分析者：本研究之分析資料由研究者與協同分析者共同完成。協同分析者為諮商心理師，且具有質性研究的經驗，同時在心理劇的專業學習具有相當經驗。在進行分析之前，研究者與協同分析者共同接受質性研究的訓練，確保訪談資料蒐集與分析之品質。

三、資料分析

本研究參考高淑清（2008）介紹的主題分析法（Thematic Analysis），從文本的書面敘說資料中去尋找共同主題，在用最貼切的語言來確認這些共同主題的意義，藉由研究者與研究對象之間互為主體性的了解，以詮釋研究對象的生活經驗的意義。研究者與一位協同分析者進行分析，經多次閱讀逐字稿，產生初步譯碼、尋

找主題、定義主題好命名，經過討論根據共識撰寫為研究結果，若有異議會再與具有豐厚質性研究經驗的教授進行分析討論，確認歸類結果以來說明研究結果。資料編碼方式以“-”區隔成三部份，第一部分以英文字母作為研究參與者代稱，第二部分為問卷訪談稿之題目，最後一部分為該題目發言之段落，如：H-5-1，表示研究參與者H第5題發言之第一段。

表一 研究對象的基本資料

研究參與者代稱/職業工作	參與團體起始年份及時間	目前心理劇專業角色
A 輔導教師	2012~至今，9 年	心理劇學員
B 助人工作者	2014~至今，8 年	心理劇學員
C 諮商心理師	2011~至今，10 年	導演
D 諮商心理師	2011~至今，10 年	準訓練師
E 諮商心理師	2011~至今，10 年	心理劇學員
F 高中輔導老師	2010~至今，11 年	訓練師
G 諮商心理師	2014~至今，7 年	心理劇學員
H 諮商心理師	2011~至今，10 年	準訓練師
I 精神科社工師	2010~2016，6 年	心理劇學員
J 國小專任輔導教師	2011~2018，7 年	心理劇學員
K 諮商心理師	2010~至今，11 年	準訓練師
L 國中代理輔導老師	2011~至今，10 年	心理劇學員
M 諮商心理師	2010~2016，6 年	心理劇學員
N 諮商心理師	2011~至今，10 年	訓練師
O 諮商心理師	2010~至今，11 年	導演
P 諮商心理師	2010~至今，11 年	導演
Q 諮商心理師	2010~至今，11 年	訓練師
R 諮商心理師	2010~2016，6 年	心理劇學員
S 毒品戒癮個案關懷訪視員	2010~2016，6 年	導演
T 諮商心理師	2012~至今，9 年	心理劇學員
U 諮商心理師	2011~至今，10 年	準訓練師
V 諮商心理師	2013~至今，8 年	心理劇學員
W 諮商心理師	2011~2018，7 年	心理劇學員
X 高中教師	2011~至今，10 年	導演
Y 精神科醫師	2010~2016，10 年	心理劇學員

參、研究結果

研究結果分為三部分，第一部分是說明進出訓練團體的緣由；第二部分是介紹訓練團體課程發展與內容；第三部份是此訓練團體對學員的影響。

一、進出訓練團體的緣由

（一）走進團體起心動念

在 2010 年賴念華訓練師之心理劇訓練團體誕生，簡稱為 A 班，當時研究者擔任這個訓練團體的工作人員兼學員，有 22 位學員參與學習心理劇，過程中有六位離開，又有入者加入成為最後的 20 位。而 B 班是在隔年 2011 年九月十八日第一次團體，有 22 位學員參與學習心理劇，過程中有七位離開，又有人加入到目前有 30 人參與，兩班的學員工作背景中有心理師、研究生老師、軍人、醫生、園藝治療師。最後，到 2020 年留在這團體總計有 46 位，居住地有大臺北地區、臺中、臺南和高雄，每個月一次學員會從各地到臺北市來上課。課程的結構是以一年為一個訓練主題，在 2015 年兩班合併後簡稱為 AB 班，至此成為封閉性團體，只接受成員暫時離開團體，不再接受新的成員加入，但是這 46 個人都一直在一個群組聯繫著。

在決定參與團體的歷程中，分析發現總共有「期待延伸學習」、「受訓練師因素吸引」、「對心理劇好奇」、「期待精進學習」、「同儕支持」與「專業認證導向」六個因素。最初，許多成員是因為過去曾在學校或其他訓練課接觸過主訓練師（F-1-1, K-1-1），甚至已經跟主訓練師學習心理劇一段時間（N-1-1, Q-1-1），或者被訓練師個人魅力所吸引（C-1-1, E-1-1, P-1-1），於是希望持續與主訓練師繼續學習（D-1-1, S-1-1, Y-1-1）。也有「因為不小心在網路上搜尋到課程訊息，聽說賴念華老師人很不錯，好奇這位老師」（O-1-1），且欣賞主訓練師的才華和敬佩（U-1-2, H-1-3），而選擇加入這個團體。除了訓練師的個人魅力外，吸引成員加入團體的因素也與對於諮商專業的好奇、精進有關係。例如成員提及不曾接觸過「心理劇」，因此對心理劇感到好奇和有趣（G-1-1, U-1-1, J-1-1），或是期待能透過心理劇團體有更多專業性的交流，增進帶團體的能力（M-1-1, T-1-1, W-1-1, N-1-2, I-1-1, S-1-2, A-1-1, X-1-1, P-1-3），以「習得大師的心理劇魔法」（H-1-2）。此外，成員們也認為在團體中所習得的技巧可以運用在實務工作和生活中，是心理劇的魅力——門能使人勇於嘗試和允許犯錯的「專業」學習（B-1-1, D-1-2, K-1-2）。最後，也有人是因為生涯目標明確，期待走進長期訓練團體中，在有支持系統下朝向一位心理劇導

演和訓練師邁進（H-1-1, Q-1-3, S-1-3）。

當走入團體，對成員而言除了專業成長，也有著濃厚的情感連結。有成員提到「一群人可以一起學習和分享生命（N-1-3）」，在專業學習的過程有著人際相互的連結，是很重要的支持。並且進一步，訓練師和成員間相互形成緊密的支持關係，可以讓成員在團體內找到歸屬感。（C-1-1, R-1-1, P-1-2, L-1-1, W-1-2），更重要的是「同儕的支持也形成專業夥伴」（I-1-2），讓專業和個人的成長同時並進，增加了團體的豐富度。這是一個長達十年的團體，團體一同學習的夥伴也成為陪伴個人生命成長的支持系統，可以同時看作是「幫助自我抒壓的支持團體」（T-1-2）。回顧在團體中的點滴，這真是「一個能夠被滋養與讓自己的心理劇功力更加扎實的地方」（H-1-4）。

（二）關於團體的去留

在這十年隨著生命的變化，必定會因各種因素成為參加團體的阻力，在個人因素部分，會因為搬家或生涯轉變離開北部，考量距離太遠，就時間、金錢、精力都花費不少，因而決定離開團體（A-2-2, K-2-4）。也有部分成員是因唸書、結婚育兒等因素，在時間上難以分配和力不從心而決定離開（C-2-2, I-2-3, R-2-3, V-2-2, W-2-2, P-2-2, S-2-5）。除了上述的客觀條件因素以外，促使成員想離開歸納出下列因素：

1. 團體合併帶來的衝擊：對於原本是兩個團體，後來整合為一個團體，勢必對所有成員有些影響，尤其當時兩個團體也已經有產生次團體，當面對這樣的衝擊時，有些新成員會擔心與舊成員格格不入，而感到害怕和挫折（G-2-4, B-2-2）。而在這樣的整合過程中，也會讓有些與團體連結較薄弱的成員，經常會有局外人般的孤單和難受，因而產生想離開的念頭（E-2-2, L-2-4, K-2-5）。
2. 對訓練師的情感與同儕競爭：在團體中必會對主訓練師有些期待和不同的情感，有成員因覺得訓練師對自己不公平而想離開團體，也有對於跟主訓練師的雙重關係感到糾結，一度覺得有點想逃走離開（H-2-1, J-2-2）。最後，主訓練師因出國曾暫停訓練課，邀請成員成為訓練師角色來共訓，這成為許多成員想離開的原因（S-2-1, L-2-3, T-2-2, L-2-4, J-2-5）。
3. 表現焦慮：心理劇是一種行動取向的學派，有些成員對於上台演出行動會感到焦慮和挫折，尤其看見團體都能夠自發的演出時，會產生挫敗感和難以相信能學會因而想放棄（G-2-3, K-2-3）。

4. 團體目標不同：因為中期開始，多數成員參與團體的目標除了上述主題，多數人是為了能持續地學習走向認證，有些成員可能因為對團體的期待與團體目標不一樣時，而選擇離開（I-2-2, S-2-3）。

經過這十一年的團體依舊留下來真的是一件不容易的事，即使團體中成員有去有留，但歸納出會使成員持續留在此團體的原因說明如下：

1. 團體內的滋養：雖然這是個專業學習的訓練團體，但在團體中會有吃喝玩樂生活的交流，能夠在團體中重新得力和滋養（K-2-1, D-2-1, B-2-1, M-2, V-2-1, U-2-3）。
2. 情感支持：成員們因捨不得彼此間的情誼，可以一起成為生命的陪伴者（A-2-3, Q-2-2），見證彼此生命和相互支持，於是就持續留在團體直到現在（K-2-7, V-2-3, U-2-2, N-2-1, J-2-1, A-2-1, H-2-4, X-2-2, Y-2-1）。
3. 能真實開放：「這個團體很真誠、自發，發生所有的一切都很有意義，都能立即成為工作的素材，不用擔心在這裡會犯錯」（W-2-1），透過他人的分享和投入，幫助有些成員克服內在的焦慮和恐懼，能在真實的表達和傾聽中，更開放地呈現脆弱和真實的自己，不用擔心被評價（G-2-5, K-2-2, O-2-2）。
4. 主訓練師的因素：當然主訓練的個人魅力一直是促使成員持續學習很重要的因素，雖然在團體中仍會出現衝突期，主訓練師和成員間充滿各種投射與攻擊的對話，主訓練師都沒有閃躲且能真實回應的會心過程，更是讓成員們覺得最是珍貴的（L-2-5），也經歷到主訓練師雖然經歷生涯轉變出國，但因著主訓練師對團體的不放棄，促使成員們繼續跟隨學習著（A-2-4, T-2-3）。
5. 對於心理劇的認同：「心理劇帶來的效果比一般口語諮商來說，真的不一樣，同時兼顧了認知和情感面」（G-2-6），這些年來感受到因學習，幫助成員在專業上帶來成就感和自信心（C-2-1, Q-2-1, T-2-1）。
6. 對長期團體的珍惜：「長期團體有很多的團體動力的學習，是別的團體比較體會不到的」（F-2-2, X-2-1）。尤其在這個團體中長久的關係，是別的地方很難有的，會捨不得有這麼難得的學習機會，因而一直堅持到現在仍沒有離開團體（B-2-3, Y-2-3）。

心理劇是一個很重視關係的學派，這樣的精神與對人性的態度，一直是吸引成員感到好奇的，期待對心理劇能有更深入的認識與認同，所以選擇繼續學習（G-2-2, O-2-3）。當長期浸泡在這個長期團體中，確實會看到當對心理劇有愈來愈多的認同和獲得專業上的成就時，就會開始想朝向心理劇導演的認證，並且成為在認證旅程

中相互支持和專業交流的團體，更促使成員們留在這個團體（N-2-2, S-2-2, H-2-3）。

二、訓練團體課程發展與內容

（一）定期訓練過程的結構化內涵

心理劇強調的是行動中的成長、經驗性的學習，代表專業訓練與個人成長是交融在一起的。成員在學習技術之前，會需要經過自身的體驗，並承諾可以對於練習中產生的想法感受誠實，才有辦法進一步得到收穫。

在每個月一次的定期訓練中，從成員的回饋可以將訓練師所給予的訓練分成三大主軸：「理論知識講授」、「實務演練」與「回家功課練習」。第一部分，訓練師會透過結構性和系統化的主題式學習，讓成員可以在每一段團體課程中吸收特定的知識（C-3-1, N-3-1, U-3-1）。接著，心理劇團體蘊含著做中學的概念，成員在融會貫通後，訓練師透過邀請現場成員進行演練與即時督導，讓成員更加理解心理劇團體工作的操作精髓（M-3-1, X-3-1）。最後加上每次訓練團體結束後，成員需要分組進行課後的演練或者回家作業的討論（E-3-1, F-3-1），以上種種都成為了這個團體獨有的運作模式。

心理劇的創始人 Moreno 強調心理劇是一門行動式的治療技術，而且不僅止於治療中，更是在生活層面的實踐、試圖改善社會的一個理念。訓練師也承襲這樣的理念，在定期訓練裡分享自身結合心理劇的生活經驗和生命態度，拓展成員對心理劇的想像，不只能將心理劇運用在心理治療，更能結合到不同領域並在自我生活中成為實踐的精神（A-3-1, B-3-1）。

（二）外國訓練師授課引發文化的覺知

為了讓學員可以經驗不同訓練師的心理劇風格，在 2011 至 2015 年間，主訓練師邀請 Kate Hudgins 訓練師、Rory Remer & Pamela Remer 訓練師夫婦等，每年來臺灣進行三天的心理劇訓練工作坊。邀請國外訓練師來臺，對於成員普遍來說是既興奮卻也對於文化衝擊有所省思的過程，主要可以分類成「注入新鮮感」、「文化省思」、「開拓多元文化思維」三項重點。

團體因為外國訓練師加入了 TSM 心理劇、女性主義和多元文化等元素的新學習，幫助成員了解更多元的文化視野、體驗不同訓練師的風格，並產生新氣象、新的導劇觀點，替學習注入新鮮感（C-4-1, F-4-1）。同時，成員也從外國訓練師開放與尊重的胸懷，反求諸己，也逐漸內化到自己身為治療師的態度（D-4-1, E-4-1）。

透過這樣外國文化的傳遞，成員也可以加深思考如何面對與自身所處環境不同文化的態度，有些人提到「可以讓人思考不同文化所培養出的人格特質與互動方式的差異」（O-4-1）。當面對差異時，彼此可以互相對話，尊重學習尊重接納與自己不同的價值觀，並在心理劇的共同語言中，經歷共創的時刻，被滋養和慢慢長出自己的力量（H-4-1, P-4-1, T-4-1）。舉例來說，曾有一次讓諸多成員印象深刻的部分，是來自於外國訓練師不理解華人家庭文化的內涵，而在過年團圓飯的時候深刻感受到東西方的差異，從此經驗中成員也提醒了自己需要尊重自己與他人身上的獨特性（L-4-1, K-4-1, G-4-1, J-4-1）。

最後，在這樣東西文化交流的歷程中，成員逐漸培養出國際性的視野，看到不同的訓練師處理問題的不同方式與相關脈絡，開展在專業上不同的想法（M-4-1, Y-4-1, Q-4-2, U-4-1, V-4-1）。綜觀上述可以得知，經歷國外不同訓練師的學習體驗後，幫助成員開始去省思自己未來成為怎樣的導演（I-4-1, L-4-2）。

（三）移地訓練帶來深度的交流

這個團體的訓練架構中，包含了每年一次的移地訓練，通常會安排在暑假，地點選在臺灣的不同縣市，課程進行的方式會是兩天一夜住宿型，「移地訓練總是讓來自四面八方的大家克服困難，攜家帶眷共赴盛會，充滿高強度的心靈洗滌與生命經驗整理」（T-5-1）。每年移地訓練是成員彼此可以一起玩樂和充滿驚喜的時刻，在遊玩與訓練交互作用的經驗中激發更多創造力和生命力，也幫助成員們燃起更多熱情去過生活（A-5-1, D-5-1, E-5-1, X-5-1）。

移地訓練經分析共產生兩大主題，分別為「深度人際交流與會心」、「體會心理劇的彈性」。在第一個層面，移地訓練幫助成員與較不熟悉的同學，有更多的接觸與認識機會，關係因此拉進，且有更完整的時間來整理自身議題、突破舊有的人際模式（K-5-2, U-5-1, D-5-2, I-5-1）。就像有成員提到，移地訓練讓成員「可以學習踏出舒適圈去嘗試與人連結，並破除自我設限以及對外界的刻板印象」（W-5-2）。當提及這樣的訓練帶來的意義，有成員提到最吸引大家是一種深層的療癒和連結感，讓彼此可以放鬆、自在地聊天、開心地笑也好好地哭，體驗到不同的團體經驗，充滿著多元性的生命療癒，從中也體悟到專業工作和休閒生活間轉換的重要性（M-5-1, Y-5-1）。

兩天一夜的移地訓練中，訓練師會著重於處理成員在過程中提出來的個人生命議題，讓成員在交流與課程中不斷暖身，透過自我成長的心理劇來競選主角，藉此

處理個人議題，並讓成員共享生命中共有的感受（Q-5-1, R-5-1, V-5-1）。而在專業知識上，訓練師靈活運用心理劇於不同媒介、地點，透過就地取材的方式進行創意的教學方式，讓成員有許多的收穫，說明如下：1.在戶外且黑夜中進行心理劇的嘗試，使成員看見心理劇的演出是超越時空、地點的彈性運用（F-5-1, K-5-1, W-5-1）；2.在觀賞並體驗一齣完整的心理劇導劇過程以外，也在事後透過細緻的歷程分析更理解如何剖析、概念化主角狀態並且介入（G-5-1）；3.因為社會計量的真實體驗，有些成員發現自己在工作時，對於少數或不同立場者，意識到自己更感到好奇與渴望去了解其中差異（L-5-1, J-5-1）。

心理劇是一種團體治療，而且其中精髓在於關係動力如何流轉、社會計量如何彼此連結，於是當主訓練師運用團體中真實發生的經驗、衝突進行會心，並清楚說明團體動力的運用，成了成員很好的學習（S-5-1, U-5-2, X-5-2），因著感受到這樣特殊性，當成員成為（準）訓練師之後，在自己的訓練課程也將移地訓練視為不可或缺的活動（H-5-1）。

（四）移地國外訓練的同心同行

如上述移地訓練一般，出國移地訓練再更上一層，增加了人際互動的動力與參與的深度。在 2017 年底因颱風取消移地訓練，於是 2018 年成員突然發想一起出國進行移地訓練，而在大家努力下，這樣的計畫實行了，訓練師和學員一起帶著家人成團飛往沖繩，以「旅遊」為主題帶了兩天的團體（B-6-1），再次為這個團體創新一個新的學習經驗，將心理劇的理念一走出治療室，走進入旅行的生活中一完整的實踐出來（C-6-1, P-6-1）。成員多半對於這樣的移地訓練感到驚喜且珍貴，「共同完成並實踐沖繩移地的過程，一個人的熱情容易滅火，一群人的熱情可以完成各種挑戰，每個人在過程中的付出與投入，滿滿的歡笑、驚喜與滿足感」（L-6-1）。

出國移地訓練的精神在於，成員的互動不再僅侷限於團體的幾個小時，而是擴增到時刻都需要集體行動（從搭飛機出國到回國為止）的選擇與互動。尤其當跨越了國界，成員將在異地因著適應不同文化、語言，需要面臨到更大更多的張力。因此，種種的選擇都成為了動力持續流轉的重要素材，最後，訓練師匯聚這些素材，讓成員可以真實經驗團體中的會心。有成員提到「出國的過程，被老師取材來做社會計量及會心，太神奇了」（F-6-1），這樣的介入幫助成員理解心理劇對關係的重視，同時也處理了成員長期關係的衝突與團體中的關係動力，開啟了成員們對心理劇運作的場域有無限創意的可能性（H-6-1, J-6-1）。

移地訓練是成員們可以拋開日常生活的瑣事相聚一起的精心時刻，專注於處理自我議題，從中看見因著不同的時代、文化背景，所造成關係之間的衝突與誤解。更進一步，成員帶著這樣的體悟也提醒自己，回到各自專業工作中也需要注意個案所處的社會環境脈絡（L-6-1）。而團體中的種種人際對話和會心，讓團體更緊密、彼此成員擁有更真實的連結（E-6-1, F-6-1）。所以，成員一致認同此次出國移地訓練的價值，是在享受旅行樂趣、注入渡假正向能量的同時，也深度處理個人的生命議題，並見證一群人的熱情可以完成各種挑戰、維持在專業上的信心，繼續完成心理劇的旅程（O-6-1, Q-6-1, T-6-1）。

（五）兩岸學員的共訓之旅

在 2019 年八月，AB 班一群夥伴飛往蘇州與在中國心理劇訓練團體成員進行五天四夜的兩岸共訓，完成了主訓練師多年來的期望。團體中的 12 個學員來到中國蘇州相見歡，組成共 40 人的兩岸受訓者交流共訓團體，成員首先在團體中由主訓練師進行暖身破冰、社會計量等介入，讓成員彼此交流，之後便開始了馬拉松式的接力導劇與現場督導，讓成員兼顧自我成長（擔任演出中的主角）與專業成長（自願擔任導演）。

起初，AB 班的夥伴各自帶著許多對於想像和不安進入團體，有人提到有著「未到達前的許多負面想像與忐忑」（J-7-1），透過主訓練師在團體前期的暖身與社會計量的運用、促進兩岸成員在團體中對話，並利用社會劇的形式帶領成員演出不同文化間的差異（臺灣、中國南方地區、中國北方地區），進而看見不同文化背後的生命樣貌造就的差異。可是，成員更受到刺激與感動的，是看見縱然在不同的社會脈絡成長，我們依然有著共同受到傳統華人文化影響，進而找到了許多彼此間的相似點（J-7）。當彼此能跨越偏見或刻板印象，突破文化上的衝擊，透過會心的對話來消除各自想像，跨越阻礙之後產生令人動容的真實情誼（G-7-1, N-7-1），雙方開始可以用創意的對話找到更豐富資源，「打破我對原來狹隘兩岸差異的偏見」（T-7-2）。

從帶有偏見到真實會心、彼此珍惜的寶貴經驗，讓成員重新去反思，學習如何尊重他人和接納差異的能力（F-7-1, D-7-1, B-7-1, Q-7-1），同時見證「人跟人的情感連結是跨越政治、國界的」（C-7-1）。因此，在文化衝擊與交流之下，成員看見心理劇專業在國際上的發展方式，遠超乎人們的想像，更見證心理劇洗滌過後的人心是柔軟，且帶著對自我的相信，幫助成員突破自我懷疑，變得勇於當導演以期提升專業能力（Q-7-2, T-7-1, X-7-1）。

三、訓練團體對學員的影響

在定期訓練中，成員提到的收穫與成長有許多，筆者在訪談與分析後，嘗試將影響分成「個人成長」、「專業成長」與「角色蛻變」三部分，分述如下。

（一）個人成長

在此部分，將可分成「自我議題處理」、「情感連結」、「人際覺察與轉變」三部分。主訓練師經常擔任導演角色透過行動演劇讓成員可以成為主角（案主）來處理成員個人議題，個人在生活上的壓力和關係中困境，甚至成長中的受創經驗，使成員可以練習表達真實自己感受，並在演劇中獲得療癒和見證彼此的生命改變，當面對個人的脆弱和限制時，成為可以被理解的人得到情感上的支持（H-3-2, K-3-1）。同時，主訓練師個人也重視自我照顧，除了專業認知的傳授，也會分享自己的脆弱時自我的照顧分享，因著每次團體成員可能各自有不同狀態，允許在課程期間照顧自我身心上的需求，彼此進行食物分享或心靈交流，讓團體間充滿許多療癒，也更讓成員體會到自我照顧的重要性（D-3-1, F-3-3, G-3-1）。因著長期團體長期相處使得成員間會出現人際衝突，訓練師也經常敏覺團體動力，利用社會計量學的光譜圖、搭肩、目標導向社會計量來了解團體的關係動力，當成員間有出現衝突和相互投射時，透過會心的方式，讓兩人可以在有替身支持的狀況下練習直接對話說真話，協助成員經歷陌生到真實關係中會有衝突也會有情感的互動（F-3-2, T-3-1, N-3-3）。並且在課後小組演練互動中，因為需要取用自己真實的生活情境來作為案例練習，因而對彼此有更多的瞭解和親近，因而使得成員間有更深的連結與共鳴，成為支持成員們前進的力量（Q-3-1, P-3-1）。

（二）專業成長

訓練師秉持著行動經驗的精神，透過示範—教導—講解—演練—督導的方式協助成員理解與熟悉心理劇的理念與技巧使用。首先，當能有所體驗，成員對於技術如何被使用，將會印象更深刻，「在團體中經歷了這些生命的分享，透過心理劇去體會各種角色、故事的真實面貌和過程，那是和其他心理治療的學習方式，面對逐字稿去分析討論個案內在完全不同的經驗，讓人更能從情境中、關係中的體驗去和個案同在」（Y-3-1）。而體驗完後交換成員上場進行演練，往往能再結合各自專業，將學習的技巧融會貫通，並增加專業自信（E-3-2, H-3-1, N-3-2, I-3-2）。訓練師強調華人文化、融入系統文化的個案概念化觀點，指認出華人文化中孝道、和諧觀、家族主義、臉面觀……等等價值層面的影響力，強調加入社會文化的視框來看待人

的困境和評估處遇的重要性，也是多數成員反映到在團體中大有收穫的部分（L-3-1, U-3-1, W-3-1）。而心理劇確實是很強調文化、關係對個人的影響，對於與華人家庭的治療工作是很適用，常會受困於某些僵化文化的期待，當有這樣的眼光時，可以幫助成員在諮商治療工作中能做出更貼切個案的評估，並從中發展出較有效益的治療策略。最後，從前期模仿學習，到中後期成員也逐漸體會到如何接納真實自我，不再需要模仿和崇拜，並能走出自我獨特風格（B-3-2, K-3-2, V-3-1）。

（三）角色蛻變

心理劇強調共創的精神，從 2017 年開始主訓練師鼓勵通過心理劇認證的成員，可以成為團體內共訓的夥伴，於是團體的架構從主訓練師個人的帶領，轉換成了有意願的準訓練師每個月輪流以各自的專長作為課程主題來協同訓練，維持了一年的時間。在這過程中，這些角色轉換為共訓的準訓練師們，受到主訓練師和成員的信任和支持，為自己在訓練師的角色有更多的相信（C-8-1），也共同見證這個團體最珍貴之處，一個人從學習者角色轉換為訓練師蛻變的歷程，在沒有對錯、好壞的評價下，不斷真實地面對自我，蛻變為一個獨特的個體（K-8-1）。

角色的轉換需要許多心理調適，成員必須克服向同儕授課時的那份害羞與不安，甚至會自我懷疑無法像主訓練師做的一樣好，所以若是當主訓練師和同儕可以不斷提醒自己，才有辦法慢慢適應身為訓練師的角色（N-8-1）。這是一個很不容易也珍貴的轉換歷程，成員的支持成為了調適的重要能量，有人提到「在這裡交到一群很棒的朋友，能勇敢面對自己的不足與軟弱，因著夥伴的支持可以在這裡冒險，然後帶著大家的支持與祝福，勇敢實踐夢想，於是我可以成為現在的我」（K-8-2）。

這一個團體就像是大家庭，有著前人的分享和帶領下一步步成長，而長大之後的成員再回過頭來繼續分享與傳承，把主訓練師所傳遞的精神延續下去。於是，成員在生活中逐漸增加了不同的角色，持續成長與實踐對於心理劇的熱愛，並在轉換與蛻變的歷程中，成員們逐漸放下對主訓練師的依賴，如同雛鳥終究羽翼豐滿，找到自己的獨特性，努力帶著這份愛與實踐，將在十年團體中所獲得的傳承下去（H-8-1, L-8-1, Q-8-1, U-8-1）。

肆、討論與建議

統整上述的研究結果，可發現無論在個人自我成長或專業上都有很大的影響，而在學習層面是從個人內在、關係層面至社會文化，就如同心理劇強調社會文化系統對個人的影響，「角色」發展於人際互動脈絡的過程中，也就是當個體在某一特定時刻與另外一人互動時，常為符合所處的社會文化而需要做出的反應（Kipper, 1986）。這是在過去關於訓練團體相關研究中較少提論到的，而本研究將歸納出四點是這個十年團體對成員的影響，分述如下：

一、在行動中學習

心理劇是一種藉由戲劇形式來探索真理的科學（Fox, 2008），Moreno 關注社會科學的焦點，在於「行動」並非「行為」，真正的行動系統必須涉及自發性、創造性和暖身的過程，觀察學習者也必須要有行動，才能對行動系統之方向有所掌握（胡萊玲，2004）。當訓練師針對訓練課程有結構性的規劃下，並定期的實務演練和小組回家作業，並透過示範—教導—講解—演練—督導的方式，從行動經驗中建構出知識理論，並融入個人生活經驗，將學習的技巧融會貫通，提升團體帶領和評估能力，並發揮創造力去形塑自我獨特的專業素養。

二、會心帶來關係轉化

「會心」（encounter）是心理劇重要的哲學觀，是一種能夠與他人相遇，且能在此時此刻盡可能覺察，並在心中可以與他人角色交換，以幫助個人去除在關係中的阻礙，進而有更多真實感受的交流（Karp et al., 1998）。在十年長時間共處的團體經驗和移地訓練中，成員也受到團體動力的影響，透過會心的處理幫助成員提升自我對人際的覺察力，在信任的關係中處理個人自我議題，建立起真實且很深的情感連結。

三、多元角色的整合

「角色理論」是心理劇的人格理論，Moreno（1946）認為角色是先於自我，當個體出生後是先有角色，在關係中學習角色，讓自我得以發展。在團體中有些成員從學習者蛻變為訓練師，這樣的學習成長的歷程，擴大了角色目錄，促使個人能真實面對自我，以及在不同角色中透過成員的見證，提升自我效能和生命整合。因此，

當一個人的角色目錄愈多時，一個人就會更彈性因應生活，就會愈健康（Jefferies, 2019）。同時，當成員取得訓練師的角色之後，對團體而言也豐厚團體的資源，成為此團體文化傳承的特色。

四、多元文化的體驗

心理劇是聚焦於增進自我反思能力的運用，讓每個人過更有效能的生活（Blatner, 2000）。透過客座講師和兩岸共訓的經驗，幫助成員體驗不同風格的國外講師，注入學習的多元性和新鮮感，對文化意識有更多的覺察，學習尊重不同的文化，以開拓多元文化的思維。

綜觀上述整理成員的敘說和研究結果，本研究對於心理劇訓練團體提出下列建議：

一、心理劇訓練師的養成要素

回顧研究者自身也是一樣，這十年中從成員、導演、準訓練師到訓練師的角色轉換，無論是專業生涯或個人生命的蛻變，都在這個團體中形塑而成，發現在成為一個心理劇訓練師的旅程中，無論是個人成長和專業學習都是相輔相成，除了向上與訓練師的關係是重要，同儕關係也扮演不可或缺的因素，無論是在專業上小組行動演練，或是在扮演個案角色時生命的分享交流，彼此都成為一個很重要「社會原子」（Social atom）（Remer, 2006）相互影響。在學習關係中需要在導演和主角（治療師和個案）相互轉換，除了專業技能的提升，也成為了解彼此的支持系統。另外，在師徒制下的跟隨中，感受一個訓練師的養成，是需要透過認證的過程中，不斷去探索自己和整合自我。心理劇是一種可以讓人練習過生活的舞台，過程中不會因為犯錯而被懲罰（Kipper, 2006）。因此，在這樣的價值觀下，接受訓練師長期在帶領和督導的過程中，就會成為涵融個人情感的容器，也傳承了訓練師個人的價值和生命態度，透過個人的自發和創造力建構出個人風格的工作模式，並將所學所得繼續在訓練師的角色再傳遞出去。因此，在過程中也需要不斷面對與訓練師關係上的問題，才能疏通兩人的關係進而發展出真實的關係。

二、心理劇訓練團體的要件

研究結果得知，雖然這個是由一個心理劇訓練師所組成的訓練團體，但卻融合不同訓練師的課程，並兼具中西方不同文化的多元文化視角。並且在不同的專業議

題和不同個人風格的刺激下，可以促使成員對心理劇有更豐富的學習，同時可以見識到創造力對訓練師個人發展的影響，更深刻理解心理劇的效益。故會建議一個心理劇訓練團體可以有不同訓練師的課程設計，共創出一個多元創造性的團體文化。另外，在訓練團體中因有移地訓練的課程，使得無論是團體的凝聚力、成員間的情感、成員個人生命議題的處理等等，都有很大的幫忙。心理劇看人的眼光是一種成長模式，強調正面的特質與力量，而非其症狀、問題或弱點（Capuzzi & Gross, 2003）。當在移地訓練中有機會成為團體中的主角，透過演出來處理自身的生命困境，更深刻體悟心理劇的療效，同時，透過演劇的歷程分析來學習成為導演（治療師）的角色，因而無論是個人自我成長或專業角色學習都能兩者兼具，提升個人的自發性和創造力。因此，訓練團體不再是訓練師一個人的舞台，而是由團體中角色轉換為訓練師的夥伴，一起共同訓練來傳承心理劇的歷程。

總結上述的內容，回首這十年成員在這個過程中都有很多的成長，許多人都認為這是一個可以真實做自己、經歷人際衝突、嘗試冒險、獲得情感支持、修復身心、專業成就、實踐夢想（G-9, J-9, Q-9, T-9, X-9, L-9-2, K-9-2, O-9）的地方。這個團體就如同一個有愛的「大家庭」，將心理劇的精神和主訓練師的生命態度，用多元的方式實踐在生命的不同層面上，讓臺灣心理劇在專業發展上可以生生不息的延續下去。

參考文獻

- 王文欽、賴念華（2011）：四位女性肢體障礙者的心理劇團體暖身經驗。**輔導與諮商學報**，33（2），1-31。
- 吳秀碧（2010）：系統化訓練模式對諮商團體領導者進階訓練效果之研究。**中華輔導與諮商學報**，28，99-142。
- 李御儂、賴念華（2019）：文化心理劇：「景觀人，人觀景」用於變遷中的華人家庭關係議題。**中華輔導與諮商學報**，54，123-158。
- 周勵志、林星翔（2018）：臺灣心智化導向治療訓練團體成效評估。**中華團體心理治療**，24（1），3-14。
- 林妙容、鄭如安（2015）：國小教師參與親子遊戲治療訓練團體之經驗探究。**輔導與諮商學報**，37（2），1-21。

- 林慈玟（2008）：心理劇運用乳癌病友。**中華團體心理治療**，14（2），1-6。
- 柯淑惠、石麗如、張景然（2010）：訓練團體中雙重關係和角色轉換現象探討。**輔導季刊**，46（2），5-13。
- 徐森杰、蔡春美、吳就君（2003）：愛滋病毒感染者心理劇經驗。**中華團體心理治療**，9（2），13-23。
- 高淑貞、蔡群瑞、何美雪（2017）：從實務中探究遊戲治療督導團體可行之模式—整合督導與被督導者之觀點。**臺灣遊戲治療學報**，6，29-64。
- 高淑清（2008）。**質性研究的 18 堂課：首航初探之旅**。高雄市：麗文文化事業股份有限公司。
- 張祐誠、賴念華、李御儂、張秀娟（2018）：華人文化脈絡取向心理劇之成員參與經驗初探：以三場家庭關係因理劇為例。**臺灣心理劇學刊**，1，66-93。
- 陳若璋（2014）：性侵團體治療師之訓練與督導：團體治療師訓練之四部曲。**中華團體心理治療**，20（3），3-22。
- 游金潁、游淑瑜（2014）：非行少年在心理劇的轉化。**諮商與輔導**，337，48-52。
- 楊靜芬（2008）：心理劇工作坊對企業主管層級溝通影響之研究。淡江大學教育心理與諮商研究碩士論文，未出版，臺北。
- 臺灣心理劇學會（2016）。**臺灣心理劇學會心理劇導演認證之考核標準**。檢索自 <https://www.taptaiwan.com.tw/index.php?option=module&lang=cht&task=pageinfo&id=146&index=3>
- 蔡雨芊、朱惠英、葉盈孜（2021）：心理劇運用於區域醫院員工工作壓力改善之行動研究。**臺灣心理劇學刊**，4，1-30。
- 蔡雨芊、洪紫璇、許雅涵（2021）：精神科日間病房心理劇團體成員支生命故事敘說研究。**臺灣心理劇學刊**，4，31-70。
- 蔣欣欣（2013）：督導團體的身教與言教—回應〔穿梭於團體時空〕一文。**中華團體心理治療**，19（2），11-12。
- 蔣欣欣（2015）：自由談的督導團體運作—精神衛生護理人員的經驗。**護理雜誌**，62（3），41-48。
- 蔣欣欣、陳美碧、劉淑言（2005）：兩階段訓練團體與專業我的發展。**中華團體心理治療**，11（1），25-34。
- 謝麗紅、翁毓秀、張歆祐（2007）：團體督導對碩士層級準諮商師團體領導能力督

- 導效果之分析研究。輔導與諮商學報，29（2）。99-116。
- 蘇倫慧、賴志超（2018）：心理劇對大學生影響之歷程－以高關懷大學新生為對象。臺灣心理劇學刊，1，38-64。
- Blatner, A. (2000). *Foundations of psychodrama: History, theory, and practice*. Springer Publishing Company.
- Capuzzi, D., & Gross, D. R. (2003). *Theories of psychotherapy*. Upper Saddle River, NJ: Prentice.
- Chang, B., Yu, F. Y., Chen, Y. Y., & Hsieh, H. T. (2013). Thinking From an Opposing Position: A Framework for A Role-Reversal Pedagogy Using Technology. *Research & Practice in Technology Enhanced Learning*, 8(3), 347-362.
- Jefferies, J. (2019). Role theory and role analysis. In J. Jefferies (Eds.), *One-to-One Psychodrama Psychotherapy: Applications and Technique* (pp.19-30). Informa UK Limited
- Kipper, D. A. (1986). *Psychotherapy Through Clinical Role Playing*. N. K.: Brunner/Mazel, Inc.
- Karp, M., Holmes, P., & Tauvon, K. B. (1998). *The handbook of psychodrama*. Routledge.
- Larson, L. M., Suzuki, L. A., Gillespie, K. N., Potenza, M. T., Bechtel, M. A., & Toulouse, A. L. (1992). Development and validation of the Counseling Self-Estimate Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 39, 105-120.
- Moreno, J. L. (1946) *Psychodrama, first volume*. Beacon House.
- Moreno, J. L. (1953). *Who shall survive?* Beacon.
- Walter, O. (2010). The effects of the 'Role Reversal Approach' on teacher training models. *Support for Learning*, 25(3), 122-130.

Learning and Passing on: The Experience and Outcome of a 10-Year Psychodrama Training

Hsiu-Chuan Chang

University of Taipei
Doctoral candidate

ABSTRACT

This study aims to discuss the development and efficacy of a Psychodrama training group organized in Taiwan for a decade, with data collected through individual interviews from 25 group members, with an analysis on a qualitative approach. The development of this group includes several stages: a monthly training course mentored by main trainers; incorporations of foreign visiting lecturers; an annual off-site training; overseas off-site trainings; and co-trainings with trainees from China; together with the transformation and inheritance from trainees and co-trainers when main trainers went abroad. After the questionnaire and interview, the analyzed results are:

1. Explain the reason for joining and leaving the training group: the thoughts and purpose of joining the group and leaving the group.
2. Introduce the development and content of the training group: A structured content on a regular training process; foreign trainers raise cultural awareness in lectures; Off-site training brings in-depth experiences exchange; overseas off-site training for peers learn in cooperation and a joint training trip for trainees from cross-strait.
3. The impact of this training group on trainees: personal growth, professional growth and role transformation.

Lastly, this group becomes the "home" of the trainees, who not only becomes each other's life companions, but also becomes an important driving force in promoting the development of Taiwanese psychodrama outside the group. Through this group also witness the growth of the trainees.

Keywords: Psychodrama, training group, psychotherapy, Taiwan