

從 Moreno 來的技術－ 家庭雕塑在團體督導的運用

張 麗 鳳
高雄家慈診所

摘 要

Satir 向 Moreno 學習來的家庭雕塑技術，可以運用在伴侶與家族治療、個別與團體諮商外，也是團體督導非常好用的技術，家庭雕塑的歷程對受督者與團督成員的幫助為：

- （一）有助於團督成員練習探索、瞭解個案家庭系統的動力。
- （二）可增進團督成員對家庭系統如何製造或維持個案適應困難行為的瞭解。
- （三）可增進團督成員對個案與家庭成員的同理心，以利建立諮商輔導關係。
- （四）可增進團督成員對諮商輔導關係的洞察與個人議題對諮商輔導關係與歷程影響的覺察。
- （五）可以雕塑出影響個案與受督者雙方的生態系統，進而處理這些系統與資源的矛盾衝突。

關鍵詞：心理劇、團體督導、Satir 家族治療、家庭雕塑

督導對諮商輔導者之重要性

諮商督導是一段正式的合作歷程，督導者提供受督導者固定時間以討論其與個案之工作情形，並檢核諮商介入、諮商關係、系統與資源整合及處遇之效能，協助受督導者對其工作做批判性地反省，藉此協助受督導者維護實務工作之倫理、提升諮商效能，以確保個案之福祉（王文秀等譯，2003）。特別是新手諮商輔導者更需要督導的指導與支持，並監控其諮商實務，以確保諮商品質以保障個案的福祉。

團體督導之原理與效用

與個別督導相較，團體督導具有個別督導所沒有的優點與長處，在時間上是高效率的督導方式，在督導者人力有限的情況下，團體督導一次可督導較多諮商輔導者，受督者有機會在團體中得到不同資歷、取向同儕的同理、支持與鼓勵，有機會看到各種不同的個案、學到不同的觀點、介入方法、問題解決策略、可以得到團體成員與督導的回饋與省思。受督者可檢核自己提出內容的情緒或直覺反應，與其他成員是否相同，以增進與其專業角色有關的人際行為之領悟，這樣的互動關係督導者與受督導者之間階層的距離與權力結構得以降低，同時，受督導者對督導者的依賴也相對較少（許韶玲，2004）。與個別督導相較，團體督導具有獨特性及與個別督導無法達到的功能，因此團體督導具有極高的實務應用價值。

家庭雕塑的發展背景

Satir 在 1960 年代發展家庭雕塑技術，由家庭成員重新扮演他們多世代重要互動關係與場景，藉以催化、改變固守的人際溝通模式、知覺、情感與信念（Costa, 1991）。

筆者曾參與 Zerka Moreno 的工作坊，聽她提及當年 Moreno 在教導心理劇時，Satir 就坐在舞臺下學習角色扮演技術，因此在心理劇界普遍認為 Satir 的家庭雕塑與重塑就是向 Moreno 學習來的，Satir 將學自 Moreno 的角色扮演技術，結合家族治療理論，發展出許多治療工具，如影響輪、面貌舞會、自我環、家庭雕塑、家庭重塑等，在家庭雕塑中她運用人來隱喻性地代表特定家庭互動關係的型態，並將其普及化成為 Satir 模式的特色。

家庭雕塑可以用運用在訓練課程、伴侶諮商、家族治療、團體諮商與治療、個別諮商外，也是團體督導、個別督導非常好用的技術。

家庭雕塑的原理

家庭雕塑意指在空間中擺放家庭成員，由其中一位家庭成員扮演導演，依照此成員對家庭關係的象徵觀點來決定每個人的位置，所形成的生動場景（翁澍澍、王大維，1999）。也就是由個別的團體成員將家庭成員（或以團體中其他成員、物體來代表家庭成員）放到某一位置中呈現肢體（physical）與距離的型態（spatial configurations）來反映雕塑者眼中家人的關係，或在某一特定時刻他們與其他每一家庭成員的關係，這個結果以生動戲劇化的方式呈現家庭圖像結合非口語的距離、姿勢與表情，這種距離的隱喻（spatial metaphor）象徵家庭親近、疏離、包含與排斥（inclusion and exclusion）、倚賴與獨立、易接近（accessibility）與不易接近（inaccessibility）等主題，幫助個人檢核對家庭關係所持的觀點，以擴展對自我與家庭動力的覺察，及對經驗的再詮釋。這種對家庭關係具體的描繪，比口語的描述或未詳細說明的想像較容易使個人儲存（store）、補救、產生連結與行動，並經由現在的行動強調改變新的可能性（Constantine, 1978; Costa, 1991; Lawson, 1988）。

家庭雕塑的運用範圍

Wegscheider-Cruse（1994）指出下列家庭雕塑的幾種類型：

- 一、原生家庭的雕塑：指父、母與自己的三角關係，或加入其他兄弟姊妹。
- 二、工作夥伴（work family）的雕塑：如同儕、協同工作者、受僱者、雇主、督導及其他支援工作情境的人。
- 三、支持團體（support groups）的雕塑：指能給個案（Star）愛與支持的人，如朋友、贊助者、知己或治療師。
- 四、延伸家庭（extended family）的雕塑：指大家庭或祖孫三代的家人。
- 五、自我面貌（parts of self）的雕塑（parts party）：指協助個案認清整合自我多個部分（面貌）的雕塑。
- 六、現在的家庭（current family）雕塑：指在目前生活中與個案有親近接觸的人，

如原生家庭、其他親戚、室友或個案自己的家（伴侶、小孩）、或過世伴侶、前任伴侶。可反應個案目前的生活架構、情緒狀態。

因此家庭雕塑不僅可呈現個案家庭的互動關係、跨世代的影響、也能呈現與個案、諮商輔導者有關的各個系統間的互動關係。

家庭雕塑技巧何以能成為督導技術？

Satir 說家是塑造人性的工廠，人的認知、情緒、人際應對姿態都受到父母言教身教的影響（吳就君譯，1994），Bowen 說孩子的問題百分之百都與三角關係有關（李維榕，2017），從筆者近三十多年的諮商輔導經驗，也認為所有個案的適應困難大都與家庭關係有關，而家庭雕塑運用角色扮演方法，將個案過去的經驗活躍重現於此時此刻，可以肢體擺出溝通姿態、距離遠近、權力高低，比口語的描述更能精確呈現個案家庭成員的互動模式（Satir & Baldwin, 1983）；對個案家庭互動關係的雕塑，可以探索或顯示（*revelatory*）家庭隱藏的或不清晰的動力（Constantine, 1978），透過鏡觀（*mirroring*）可增加受督者對個案人際模式與家庭動力的了解（Lawson, 1988）；有助於進行個案家庭系統的診斷與介入策略的評估（Constantine, 1978; Costa, 1991）；而受督者透過扮演個案或個案的父母，經由身體體驗同時運用了聽覺、視覺與觸覺，能刺激受督者的知覺系統，可強化受督者的非口語經驗減少理智化（Lawson, 1988），直接由身體引發內在的深層感受，更能深度同理個案與其父母（王行，1996）；也可以藉此練習從家庭系統與成長史同理個案與其父母的介入技術；在督導中可用來增進受督者個人的成長與專業發展（Costa, 1991）；也可以為受督者示範表達性、經驗性方法的訓練技術（Costa, 1991）。綜上所述，家庭雕塑具有上述眾多有助於提升受督者對個案與案家理解、評估、介入等諮商技術的功能，因此值得以家庭雕塑作為督導的技術。

完整的家庭雕塑應含括的步驟

Costa（1991）認為完整的家庭雕塑應含括的步驟如下：

- 一、設景：要求雕塑者選擇引發強烈情緒的特定事件或時間點，導引者可以詢問：房間或房子的大小形狀或事物的背景、顏色、光線明暗、氣氛、溫度、地板與

牆壁的質地、房間中任何重要的物體等問題，一方面可讓個案暖身；另一方面也可讓個案回到事件當時的情境。

二、選擇角色扮演者：由雕塑者在團體中選擇個人或身體特質類似其原生家庭成員的人，如父母、兄弟姊妹與自我等，由這些人擔任角色扮演者。

三、創造雕塑：

（一）導引者指導雕塑者告訴每一位角色扮演者在扮演特定的人物時需知道的事，如人物的特質、身體姿態（溝通姿態（**coping stance**），如討好、指責、打岔、超理智等）、臉部表情、重要的非口語動作等，藉以灌輸角色扮演者對真實家庭氣氛的知覺，並增進雕塑者對家庭成員的同理及瞭解（Lawson, 1988）。

（二）雕塑者把角色扮演者擺在特定的空間、隱喻的位置（**spatial metaphorical position**）、加上手勢（表情）、及可呈現與自我或其他家庭成員互動關係的溝通姿態、距離、親近、碰觸、臉部表情、手臂與腳的位置等，這些是雕塑者對家庭知覺的重要指標。

（三）在雕塑中加入話語，讓個案對被雕塑者說話，對每個人表達情感，被雕塑者也可回應、對話，從所扮演角色的觀點來分享感受，導引者也可請未扮演角色的觀眾給回饋，來增加個案的知覺、領悟。

（四）雕塑者應有適當的引導與支持，對其知覺應給予完全的自由、尊重與認可；時間點的掌握（**timing**）、建立共融的關係（**rapport**）、尊重、認可雕塑者的經驗等，這些是非常重要的。

（五）雕塑中可能的催化問題如下：（這些問題可以問雕塑者與其他扮演重要家庭成員者）

1. 媽媽應站在哪裡？爸爸呢？
2. 他們的情感關係多靠近、多遠？
3. 媽媽採取的姿勢是什麼？（坐、站、跪下、躺下、或其他）？爸爸呢？
4. 誰權力大，他（她）站得多高？
5. 媽媽臉部的表情是什麼？爸爸呢？
6. 他們會碰觸彼此嗎？如何碰觸？碰觸哪裡？
7. 用一句話代表爸爸對媽媽的感情與對待，他對會對媽媽說什麼？（若是指責的，那個不滿是什麼？）

8. 用一句話代表媽媽對爸爸的感情與對待，她對會爸爸說什麼？
 9. 你怎麼形容爸媽兩人的關係？
 10. 當爸媽的互動關係是這樣時，你的位置在哪裡？靠誰近？
 11. 你在這個家扮演什麼角色？
 12. 你的溝通姿態是從誰學來的？或受怎樣的影響塑造了你的溝通姿態？
 13. 用一句話代表爸爸對你的感情與對待，他會對你說什麼？
 14. 用一句話代表你對爸爸的感情與對待，你會對他說什麼？
 15. 用一句話代表媽媽對你的感情與對待，她會對你說什麼？
 16. 用一句話代表你對媽媽的感情與對待，你會對她說什麼？
 17. 身處這家庭的這個位置、在這個家扮演這樣的角色感覺如何？
 18. 你對爸爸、媽媽的期待為何？哪些是他們沒做到的？
 19. 你同意這就是這家庭的功能嗎？
 20. 若請你給這個雕塑下一個標題，那是什麼？
 21. 這個雕塑持續這樣多久了？
 22. 在這雕塑中將會發生什麼事？
- (六) 導引者要誇大這家庭雕塑並使用重複性來強化增強情感的強度。
- (七) 以安慰的音調與適當的碰觸來支持雕塑者。
- (八) 保護雕塑者避免過度負荷，催化員對雕塑者必須有極高的尊重以阻擋其他人的分析或認知的打斷此經驗性的過程。
- (九) 當雕塑者以新的觀點去面對他的家人時，團體成員幫助雕塑者產生選擇 (Lawson, 1988)。
- (十) 若時間允許讓雕塑者創造一個新的雕塑描述更健康更有功能的安排，這樣做可強調增加選擇、希望、及強化 (empowerment) 雕塑者。

家庭雕塑在團體督導中的效用

筆者多年帶領中小學專兼輔導教師、學生輔導與諮商中心、大學心理師、社工師的團體督導，經常運用家庭雕塑進行團體督導，發現家庭雕塑的歷程對受督者與團督成員的幫助為：

一、有助於團督成員練習探索、瞭解個案家庭系統的動力：可以幫助受督者與團督

成員學習探索個案父母的婚姻發展史、個案的成長史、夫妻、父母、親子與手足等次系統的動力。

二、可增進團督成員對家庭系統如何製造或維持個案適應困難行為的瞭解：讓受督者與所有團督成員輪流成為個案的替身，去體會個案在家庭系統中受到的影響，探討個案的溝通姿態是從誰學來的？或個案受怎樣的影響塑造了他的溝通姿態？父母如何處理個案的適應困難行為？如何增強或維持個案的行為失控或情緒的爆發？父母未解決的矛盾衝突如何製造個案的行為失控或情緒爆發？可以增進受督者與團體成員從家庭系統重新解讀個案行為的能力。

三、可增進團督成員對個案與家庭成員的同理心以利建立諮商輔導關係：Luborsky、McLellan、Woody、O'Brien 與 Auerbach（1985）指出溫暖確信尊重及積極的治療氣氛，有助於治療效果，個案和治療者的關係和治療效果有顯著相關（陳永慶，2001），Cormier 與 Cormier（1998）統合一些研究整理出助長的情境、移情與反移情、工作同盟等三方面的因素與正向治療結果有關，而其中助長的情境就是指同理心（正確的了解）、尊重（積極關注）和真誠（一致），特別是同理心，若諮商師具備同理心而且能讓個案察覺出來，將對治療關係的發展有很大的幫助，個案的成長和同理心（正確的了解）、尊重（積極關注）和真誠（一致）等三種助長性的關係情境有很高的相關（王文秀等譯，2000）。能與個案建立共融的關係是各諮商取向共同的療效因子。團督成員可透過角色扮演經由身體的姿態、臉部的表情、距離的遠近、權力位置的高低等，體會各個關係中各個家庭成員的處境與感受，可增進對家庭成員的同理心，進而讓受督者與團體成員輪流對家庭雕塑中的個案表達正確同理性理解的介入，並一起練習修正，也可以讓受督者與團體成員輪流對家庭雕塑中個案的父母表達正確同理性理解的介入，及從家庭系統重新解讀父母行為的介入，練習與父母連結，並一起練習修正這些介入。

四、可增進團督成員對諮商輔導關係的洞察與個人議題對諮商輔導關係與歷程影響的覺察：家庭雕塑可以呈現個案與輔導諮商者的互動關係，請受督者、其他團督成員分別進入個案、諮商輔導者的角色，從個案與受督者的諮商輔導關係中體驗個案的感受、諮商輔導者的經驗與感受，並跳出來鏡觀以增進受督者對諮商輔導關係、及個人議題對諮商輔導關係與歷程影響的覺察，及其對諮商輔導成效的影響。

五、可以雕塑出影響個案與受督者雙方的生態系統，進而處理這些系統與資源的矛盾衝突：生態系統觀是從家族治療的理論而興起，強調個體不能獨立於環境，尤其需倚賴早年的家庭環境而生存，進而受到較大的社會環境系統影響（教育百科，2018）。其主要理念包括：

- （一）個體本身即是一個系統，包含：認知、情緒、行為或生理等次系統，這些次系統也互相影響。
- （二）個體也是過去與現在的家庭系統之一份子，進而也是更大的社會系統，例如：學校、社區或職場的一份子。
- （三）個體的困擾問題可能來自個人內在的病理觀，也可能來自個體與環境的不適配所導致。

生態系統觀強調多元文化的脈絡，個體的所有行為與所處環境，均具有相互性，個體的困擾問題，要從更大的社會文化觀點來看待，如性別、種族、社經地位或是政治、宗教、經濟或文化的影響均需列入考量。助人者在探討個案問題的根源與持續介入時，必須以全貌性的觀點加以了解（教育百科，2018）。每個個案的適應困難都受到微觀系統（家庭、學校）、中介系統、外部系統、鉅系統的層層影響，個案的問題需要從社會文化重新理解，及需各個相關系統的合作、資源整合，輔導諮商才能有成效，因此當各系統間的互動有衝突矛盾時，督導中可以雕塑呈現影響個案與受督者雙方的社會文化、各個人物、資源間的互動關係，及其對諮商輔導關係與成效的影響，進而處理這些社會文化的影響、及資源系統的矛盾與衝突。

運用家庭雕塑進行團體督導的操作步驟

一、雕塑出個案的原生家庭互動關係來進行團體督導的步驟

- （一）請受督者報告個案相關資訊與輔導歷程。
- （二）請其他成員發問尚未充足探索的資訊，如：父母的基本資料；家庭歷史；個案的成長史；家庭互動關係－父母的夫妻關係是否親近能溝通、權力是否均等、父母的親職功能－有無管教界線與合作情形是否一起投入家務勞動與子女管教、管教態度是否一致，及對手足是否一視同仁、手足是否友愛和平相處；個案出現的課業、生涯、人際困境；與核心議題對情緒、認知、行為造成的影響。

- (三) 請受督者找成員扮演個案與其家人（必要時加入祖父母、外公外婆或其他主要照顧者），再選一人扮演受督者的替身，督導將個案的家庭互動關係、個案與受督者的關係雕塑出來。
- (四) 督導辨識個案家庭互動關係的動力，並雕塑出界限、互補、三角關係、同盟、糾纏等關係。
- (五) 請受督者鏡觀，詢問受督者看到什麼成長史與家庭互動關係對個案適應困難的影響（see people in context）、鏡觀個案與受督者的互動關係，詢問受督者怎麼看待兩人的諮商輔導關係等。
- (六) 請所有扮演者表達在自己所扮演的角色中的經驗、身體知覺、想法與心情。
- (七) 請所有成員輪流進入最有觸動的一個家庭成員角色中去體會，並說出感受與想法或身體知覺。
- (八) 再請受督者角色交換成為個案，詢問其在個案的處境中的經驗，並說出感受與想法或身體知覺。
- (九) 請所有成員輪流進入受督者的角色，對個案（由受督者扮演）表達一個深度同理的反應（包含連結家庭互動關係與個案的適應困難結果）
- (十) 請扮演個案的受督者給扮演受督者所做的同理反應回饋，誰的表達最能理解他？
- (十一) 受督者角色交換成為自己，再由受督者對個案表達一個深度同理的反應。
- (十二) 請扮演個案的成員給受督者回饋，是否能理解他？
- (十三) 請所有成員輪流扮演受督者，練習對個案的父母表達欣賞與同理，請扮演個案父母者給回饋。
- (十四) 請受督者練習對個案的父母表達欣賞與同理，請扮演個案父母者給回饋。
- (十五) 最後請所有成員分享這個過程的學習。
- (十六) 請受督者表達這個過程對他的幫助與學習。

二、雕塑受督者與個案及雙方系統的互動關係來進行團體督導的步驟

- (一) 請受督者邀請成員扮演替身、個案及影響個案諮商的雙方系統（受督者的主管、同儕、同事等；個案的老師、父母、同學、社工師、保護官、員警等）。
- (二) 先雕塑出個案與受督者的互動關係。
- (三) 再依據受督者的描述將影響雙方的各系統人員一一雕塑出來（他們與個案的

關係、他們與受督者的關係)

- (四) 若對個案的諮商輔導存在社會文化的影響，如性別、種族、社經地位或是政治、宗教、經濟或文化，則加以具象化（可以巨大布巾壟罩個案或案家）或擬人化（由部分成員發出代表這些影響的聲音）扮演出來。
- (五) 請受督者鏡觀，個案與受督者的互動關係為何？如何影響諮商成效？
- (六) 請受督者鏡觀，個案與其周邊系統的互動關係為何？個案受到哪些社會文化的影響，如何影響諮商關係與諮商成效？
- (七) 請受督者鏡觀，受督者與其周邊系統的互動關係為何？受督者受到哪些社會文化的影響？如何影響諮商關係與諮商成效？
- (八) 請所有成員輪流進入最有觸動的一個系統角色中去體會，並說出感受、想法或身體知覺。
- (九) 請所有成員輪流進入個案的角色，體會個案處境中的經驗，並說出感受、想法或身體知覺。
- (十) 再請受督者角色交換成為個案，詢問其在個案的處境中的經驗，並說出感受與想法或身體反應。
- (十一) 請所有成員輪流進入受督者的角色，對個案（受督者扮演）表達一個深度同理的反應（包含連結家庭互動關係與個案的適應困難結果、所承受的社會文化影響）
- (十二) 請扮演個案的受督者給扮演受督者所做的同理反應回饋，誰的表達最能理解他？
- (十三) 請所有成員輪流進入受督者的角色中去體會，並說出感受與想法或身體知覺，與受督者核對是否符合。
- (十四) 最後再由受督者對個案表達一個深度同理的反應。
- (十五) 請扮演個案的成員給受督者回饋，受督者是否能理解他？
- (十六) 請受督者對雙方系統表達想說的話（感受、期待等）、想做的事。
- (十七) 最後請所有成員分享這個過程的學習。
- (十八) 請受督者表達這個過程對他的幫助與學習。

綜上所述，將家庭雕塑運用在團體督導中，就可以做出個案原生家庭的雕塑、個案與受督者諮商關係的雕塑、及影響個案的校內外資源系統、影響受督者的機構主管、與工作夥伴等雕塑出來。讓受督者可以透過鏡觀，增進家庭系統對個案適應

困難行為影響的洞察、對諮商關係的洞察、對受督者與個案雙方背後的系統的互動關係的覺察，並可藉以探討雙方系統對諮商關係與諮商成效的影響，也可藉家庭雕塑訓練受督導與團體成員對個案與其父母做適當介入的諮商技術，因此家庭雕塑非常適合運用在團體督導中。

參考文獻

- 王行（1996）。**家族歷史與心理治療**。臺北：心理出版社。
- 王文秀、李沁芳、彭一芳、黃鈺敏、吳青蓉、謝淑敏（譯）（2000）。（Hawkins & Shohet 著）。**助人者的晤談策略：基本技巧與行為處遇**。臺北：心理。
- 王文秀、李沁芬、謝淑敏、彭一芳（譯）（2003）。**助人專業督導**。臺北：學富。
- 李維榕（2017）。**三角關係的前因後果**。李維榕博士－信報專欄〔故事從家開始〕。
- 取自：<https://www.acafamilytherapy.org/publication>
- 吳就君（譯）（1994）。（Satir 著）。**新家庭如何塑造人**。
- 翁澍澍、王大維（譯）（1999）。**家族治療理論與技術**。臺北：楊智。
- 許韶玲（2004）。**團體督導過程中的重要事件及其對受督導者的影響－以個案呈現取向為例**。行政院國家科學委員會專題研究計畫成果報告。
- 陳永慶（2001）。**國內心理治療與諮商輔導效果的整合分析研究**。高雄醫學大學碩士論文，未出版，高雄。
- 教育百科（2018）。條詞名稱：生態系統觀取向。取自：<https://pedia.cloud.edu.tw/Entry/Detail/?title=%E7%94%9F%E6%85%8B%E7%B3%BB%E7%B5%B1%E8%A7%80%E5%8F%96%E5%90%91>
- 張麗鳳（2005）。家庭雕塑（Family Sculpture）技術介紹。**諮商與輔導月刊**（239），15-21。
- Constantine, L. L. (1978). Family sculpture and relationship mapping techniques. *Journal of Marital and Family Therapy*, 4(2), 13-23.
- Costa, L. (1991). Family sculpting in the training of marriage and family counselors. *Counselor Education and Supervision*, 31(2), 121-131.
- Lawson, D. M. (1988). Using family sculpting and choreography in a student growth group. *Journal of Counseling & Development*, 66(5), 246-247.

- Luborsky, L., McLellan, A. T., Woody, G. E., O'Brien, C. P., & Auerbach, A. (1985). Therapist success and its determinants. *Archives of general psychiatry*, 42(6), 602-611.
- Satir, V., & Baldwin, M. (1983). *Satir step by step: A guide to creating change in families*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Wegscheider-Cruse, S. (1994). *Family reconstruction: The living theater model*. CA: Science & Behavior Books.

A Technique Inspired by Moreno-The Use of Family Sculpture in Group Supervision

Li-Feng Chang

Kaohsiung Mymama Psychiatric Clinic

ABSTRACT

Satir's technique of family sculpture, learned from Moreno, can be applied in couple, family, individual and group therapy. It is also an optimal technique for group supervision. The supervisee and group supervision members can benefit from the process of family sculpturing for the following reasons:

1. It helps group supervisees to practice the exploration and understanding of a client's family dynamics.
2. It helps group supervisees to understand how a family system creates or maintains a client's difficult coping behavior.
3. It increases supervisees' empathy to a client and his/her family members, and this facilitates the counseling relationship.
4. It enhances supervisees' insight into a counseling relationship and the awareness how personal issues influence the relationship and counseling process.
5. We can sculpture the ecosystems which influence both the client and the supervisee and mediate the systems' conflicts and resources.

Keywords: psychodrama, group supervision, Satir family therapy, family sculpture

