

家族藝術治療的理念與實務技術

侯禎塘

台中教育大學特殊教育系

摘要

身心障礙孩童為家庭系統帶來不小的衝擊與影響，因此在幫助身心障礙孩童的過程中，也需提供家庭情緒與心理的支持。家族藝術治療透過藝術媒材、心像、創造性表達過程等方式，提供整體家庭的協助。本文旨在探討家族藝術治療結合家族治療與藝術治療的理念模式與實務技術，提供家庭介入服務之參考。

關鍵詞：藝術治療、家族藝術治療

The Rationale and Practice of Family Art Therapy

Abstract

Children with disabilities are a great attack and influence to family system. While helping the children with disabilities to develop well, the families are also needed to support. Family art therapy is a form of therapy which utilizes art media, images, and creative art expression to help whole family. This paper aims to investigate the theory and practice of family art therapy that is useful for working with children and family.

Key words: art therapy, family art therapy

壹、前言

身心障礙孩童的誕生為家庭帶來情緒、經濟及人力資源的負擔及壓力，也影響親子與家人間的互動關係，因此如何在幫助身心障礙孩童的成長過程中，也提供身心障礙孩童的家人情緒與資源的支持，一直是特殊教育相關服務關心的議題。尤其是當家庭失去功能或成員互動關係出現困難時，提供親職教育或家庭介入服務方案，則十分重要。家族治療的理念與實務，即在探究個人與家庭關係，著眼在整體家庭系統上思維，藉以發

覺與調適家庭系統的困難。而家族藝術治療的特性，在於透過藝術活動的媒介與創作過程，引導家庭成員探索、洞察並進而改變家庭互動規則、家庭界限和家庭的權力關係。藝術表達媒介的應用可以降低家庭成員的自我防衛，增進象徵性的意念與情感表達，促進內在衝突的自覺和需求滿足，將有助於幫助家庭改善互動關係與心理適應。本文探討結合家族治療與藝術治療兩種理論模式的家族藝術治療，提供家庭介入服務的另一項思維與參考。



貳、家族治療的理念

家庭是人類社會的基礎架構，個人和其家庭持續不斷地互動且相互影響，個人由家庭作為發展的起點，不斷往外拓展個人的生活圈。家族治療依據系統理論，主張對人類行為的探究應考量個人與家庭關係，將一般系統理念運用於探究家庭、婚姻、兩性、人際等家庭關係，著重點放在整體家庭系統上思維，系統思維的成份包括系統、歷程及整合，非單只是探討個人引發的事件或個別的議題，家庭中的困擾事件是整個系統出了問題，個體的困難或症狀，也正反映出整體系統有些問題，需要加以調適（孫頌賢、修慧蘭，2002；利翠珊，1999；許禎元、侯禎塘、韓楷檉，2008）。

家庭系統思維也強調家庭的變動性，家庭是一個隨時間改變的有機體，處在一個持續變化的過程，「變」是家庭系統的常態，不只家庭系統內部的改變，家庭所屬的社會脈絡也在變化。綜合而言，家庭系統運作有下列特質：

1. 家庭系統是個組織化的整體，視家庭為了解人類行為的重要社會系統，個人是家庭系統裡的一部分，系統的各部分元素之間相互依存。
2. 系統運作為循環模式，以一個回饋迴路的循環機制，在更改、修正及控制系統的運作。
3. 家庭系統有衡定性，是一個彼此互動的有機體，在互動的過程中不斷地尋求一個衡定狀態。
4. 家庭系統是由複雜的次系統所組成，依據代別、性別、興趣或職責等因素組成各個次系統，如手足次系統、性別次系統或親子次系統等，每個家庭成員可能同時分屬於幾個次系統，家庭系統就是靠這些

次系統來執行其功能。其中配偶次系統的強度和持久性是家庭穩定的關鍵。

5. 次系統間以界限相隔，「界限」界定出次系統及參與規則，保護每一個次系統彼此間的區分，功能良好的家庭其界限清楚及富有滲透性和彈性。
6. 家庭在開放系統中才能發生演化與改變，系統組織的演化、改變與重構，是在挑戰現存的運作模式，當家庭是一個開放的系統時，能展現界限的彈性，啟動系統內外的交流與互動，促成適當改變和適應（王大維，1995；利翠珊，1999；陳惠雯，2000；許禎元，2008；Goldenberg & Goldenberg, 1999; Nelson & Rosenthal, 1986）。

當家庭系統失功能時，系統常保持僵化的界限，會抗拒系統的改變與成長，協助家庭的重點放在探討不良互動行為的運作模式與家庭脈絡，期以修正、擴展與創造脈絡，打破家庭系統反覆僵化的行為模式，使家庭的界限與互動規則能夠調整、發展或因應外來事件而能啟動成長的動力，達成新的改變與更高層次的恆定。

家族治療的另一重要理論為結構學派家族治療，其認為家庭是由結構、界限及階層組成，關切父母次系統及親子次系統間的界限及互動型態，著眼於目前家庭中的溝通，以家庭結構、次系統、界限、權力、同盟（alignment）、聯盟（coalitions）等做為理解家庭關係和互動模式的觀點，家庭是由這些溝通模式運作而成的。家庭結構以一套微妙的互動行為，傳遞某些家庭的規則及功能，藉由這些規則或功能，支配成員彼此間的關係及家庭功能運作，並提供成員間互動行為的參考架構。功能良好家庭的父母能駕馭其子女及次系統之間

的分化，雙親共同形成和維持管理聯盟，執行照顧、保護、協助和教導孩子社會化的功能，家庭也能以足夠的彈性運作，在面對環境變動時能很快地重新建立平衡，使家庭功能在適應改變後重新運作。一個功能良好的家庭，其界限也是清楚且富彈性，各次系統的成員獨立自主執行其功能，且次系統間又能彼此互動交流，成員間能允許適當地涉入，提供彼此照顧及支持。但對失功能的家庭而言，常因為互動規則僵化、次系統間界限不清，家庭結構面臨挑戰時無法有效的調整因應，而引發家庭問題及家庭成員困擾或病症發生（許禎元、侯禎塘、韓楷檉，2008；許禎元，2008；陳惠雯，2000；劉瓊瑛譯，1996；Goldenberg&Goldenberg,1999）。

參、家族藝術治療的理念

家族藝術治療結合家族治療和藝術治療的理念模式。家族治療大都透過語言技巧，藉由口語表達進行家庭與個案工作，然而對有學習障礙、心智障礙、聽語障礙、年幼兒童、經歷創傷經驗或不善於語言表達的家庭成員，有其溝通上的限制。藝術治療則透過藝術媒介和視覺意象表達，在藝術創作表達過程中，連結了意識及潛意識經驗，不需要藉由語言，就能讓個案進行表達與工作。此一非口語藝術表達方式具有心像思考、減少防衛、作品持久性、時空整合性、啟發創造與生理能量、激發他人積極參與活動等特質（侯禎塘，2003；Wadeson, 1980），可以提供當事人一個興奮、刺激、快樂、安全和直覺表達的方式，讓藝術治療容易與其他治療模式相結合。因此家族藝術治療隨著藝術治療與家族治療理論的發展而自然產生。Kwiatkowska (1978)為使用藝術治

療來幫助家庭的先趨者，他結合藝術治療和家族治療的理念與技術，開始實施家族藝術治療實務，家庭成員透過藝術的表達，繪出他所知覺的家庭狀況，治療師透過家庭成員共同參與作畫和治療活動的過程，協助個案了解其家庭動力關係，覺察與處理問題（侯禎塘，2003；賴念華，1994，民83）。當家族治療和藝術治療結合成為家族藝術治療時，它們可以共享個體與人格發展理論、家庭系統理論和非語言創造性藝術表達模式下發揮效用。

家族藝術治療中的藝術技巧，可處理非語言的溝通和投射行為，診斷與評量家庭的症狀，探討家庭結構與家庭動力，也可促進溝通、表達感覺和釋放情緒，以介入困住的家庭系統（Nelson & Trepper, 2001）。藝術治療的非語言溝通，以視覺圖像解決問題及啟發主動積極參與的優勢，在家族藝術治療中可同樣受益。綜合觀之，以藝術治療的理論技術運用來和家庭工作，具有以下特質與功用（許禎元、侯禎塘、韓楷檉，2008；許禎元，2008；Carson, 1997; Manicom & Boronska, 2003）：

- 一、透過藝術媒材表達的形式，使得每個人都有機會述說自己心中的故事，藉由作品呈現其家庭樣貌、情感和觀感。
- 二、投注於藝術創作的過程，每個人對家庭和成員的觀感，可在作品中呈現出來，藉由繪畫或剪貼等素材，把家庭帶進治療室，讓家人共同探究家庭議題、家庭互動及問題的緣由。
- 三、藝術表達與創作作品可以增進家庭成員的溝通，家庭的互動規則及行為模式會在創作及分享作品的過程顯露與處理。



四、圖象是一種可以被探究與了解的潛意識產品，讓家庭成員轉換一種富有創意的彈性角色，進行藝術表達與創作活動。治療中成員可以是創作者，也可以是作品的欣賞者或觀察者，讓彼此共同檢視家庭的過程，重新賦予家庭新的意義和領悟。

五、藝術治療的過程提供家庭一種新的溝通機會，讓家庭中慣用的行為模式在治療過程中呈現出來探討，而治療情境也讓家庭有機會發揮它的潛能，藉以解決問題、拓展家人視野及支持行動的改變。

六、成員是自己作品的專家，治療師對每個家庭成員創作保持好奇和探索的態度，在自由表達、分享和回饋的過程中，讓成員感覺自己才是解決自己家庭問題專家，而樂於參與改變。

肆、家族藝術治療的實務技術運用

家族藝術治療提供家庭成員一個表達、分享與探究的環境，讓家庭成員呈現其家庭歷史，並進而發現解決問題的新途徑。Malchiodi (2003) 認為家族治療中運用藝術的媒介，在於幫助家人打開寬廣的視野，改變失功能的行為。藉由藝術媒介將能觀察家庭的互動行為模式，蒐集到更豐富的資料，藉以瞭解家人的互動關係及家庭系統。家族藝術治療也提供人格調適所需的時間、材料和安全環境，促使治療性的藝術活動能達至較佳人格和行為類型的改變。家族藝術治療師扮演支持者的任務，透過傾聽、觀察、同理、反映和發問等技術，幫助家庭成員反映與瞭解其創造性藝術表達的意念、典型主題和個人象徵，並從瞭解與接納中，促成領悟與未來的

進一步改變 (Sumari,2005)。

家族藝術治療結合不同的家族治療理論，其實務技術的運用也是十分多元，包括各種家庭系統理論和藝術治療技術的結合。下列一些技術是家族藝術治療師運用於家族藝術治療評估與處理的實務技術 (Arrington, 2001; Rubin, 2005; Sumari,2005)：

- 1.自由畫：讓參與的家人放鬆心情，隨心所欲的自由作畫。
- 2.個別塗鴉：讓參與的家人個別自由塗鴉，並從塗鴉中找出一個象徵性意涵，具有投射作用，也可瞭解家庭個別成員的統合能力。
- 3.滴畫與濕紙畫技術：在濕紙上滴下墨汁、水彩、廣告顏料或其他水溶性顏料，再加以揉擦與摺疊，可激發成員自我表達與釋放情緒。
- 4.曲線畫遊戲：讓家庭成員畫些曲線，再輪流添加繪畫上去，也可請家庭成員選一張喜歡的曲線畫，嘗試說一個故事。
- 5.家庭聯合塗鴉：家庭成員共同在一張紙上合作塗鴉，觀察家人一起工作的情形，覺察家庭成員彼此的親密性、忍耐力或所需求的界限。
- 6.家庭畫像：鼓勵家庭成員畫出家人的現狀，並引發對家人的新印象、感想與領悟。
- 7.家庭自畫像：鼓勵家庭成員畫出自己的畫像，然後放置下來給家人觀看，並選出其中的自畫像，請其分享自畫像。亦可畫出鄰座的家人畫像，並與家人相互分享。
- 8.家庭抽象畫像：鼓勵家庭成員畫一張抽象的家庭畫像，瞭解家庭成員的抽象思考能力訊息，也可引出對家庭的綜合性情感。
- 9.自畫像與交換畫：家庭成員先畫出自畫像，再交給其他家庭成員，幫忙加繪自畫像。

- 10.家庭雕像：想想家庭的一段時光，用三個形容詞加以描述，再建構一個造型來代表這三個形容詞，並思考如何加以轉化與提昇。
- 11.家庭合作畫/家庭壁畫：鼓勵家庭成員用一大張紙自由創造一幅家庭畫或一幅家庭壁畫，可讓家庭以其覺得適合的方式完成。
- 12.家庭動力畫：讓家庭成員畫「家人共同做某一件事」，藉以探討家庭的整體情感與個別成員在家中的情緒與行為狀態。
- 13.家庭郊遊的風景畫：畫家人在戶外郊遊的情形，覺察家庭成員的互動與心理狀態。
- 14.鳥巢畫：請家庭成員畫一張鳥巢畫，用以探討家人間的安全或不安全感與高低依附關係，藉以重建或修護其依附關係。
- 15.三個希望技術：請家庭成員畫出三個希望，並且彼此相互分享。
- 16.生命線：請家庭成員畫出一條線，象徵從出生到現在的生活狀態，並在線上繪出或標示出重要的生活事件。

伍、結語

家族藝術治療是結合藝術治療與家族治療的理論模式為基礎所發展而來，應用的理論取向包含心理動力、存在、人本、結構、策略、焦點解決及敘事等不同模式（Landgarten, 1987; Manicom & Boronska, 2003; Riley & Malchiodi, 2003）。運用家族藝術治療時，也可能遭遇到一些限制，例如有些家庭成員可能自覺缺乏創意而不願意參與藝術表達活動，或固著於過去美術教育所習得的規則，而不習慣於自發性藝術表達（Sumari, 2005），如有這些限制需要加以引導和克服。但

就整體而言，藝術表達活動的過程，即是一種非語言的訊息傳達和溝通歷程，運用藝術表達活動為家族成員工作時，可發揮藝術表達的創意特質，此一變通性的非語言溝通方式，能啟發個人與家庭成員的新穎與視野，有益於促使家人成員產生自發性創意的可能性，發展彈性、開放心胸、領悟和行為改變。在治療關係建立方面，藝術表達活動過程，較容易建立真誠關係，提供真誠的訊息傳達、促進人際溝通和分享內心世界。藝術治療活動過程及藝術表達作品，也提供機會給家庭成員進行自我反思與自覺，獲得成就感與賦權感，讓自我變得更積極，能降低無助感、憂慮與抑鬱感。此外，家族藝術治療中的繪畫或複合媒材作品，其內容或主題也提供家庭成員討論家庭角色、責任與各種家庭議題的機會，發揮出來的益處頗多。精神科醫師、心理治療師、家族治療師、諮商師、社工師、學校輔導教師或特教教師等實務工作者，可依其工作環境或不同理論訓練背景，使用合適的家族藝術治療技術與活動。本文初探家族藝術治療理念與實務，提供特殊教育與相關服務專業工作者於家庭介入服務之參考。

參考文獻

中文部分：

- 王大維（1995）。從Minuchin的結構家族治療理論談家庭系統中的權力關係。*諮商與輔導*，115，5-10。
- 利翠珊（1999）。家庭心理學的系統觀點與研究。*應用心理研究季刊*，2，21-40。
- 侯禎塘（2003）。藝術治療團體的理念及應用。載於屏東師範學院特教中心印行：*特殊教育文集*（五），80-132頁。



- 許禎元、侯禎塘、韓楷檉 (2008)。家族藝術治療對智能障礙手足親子關係之影響。載於國立台中教育大學印行：**2008特殊教育與藝術治療國際學術研討會論文集**，35-46頁。
- 孫頌賢、修慧蘭(2002)。家族治療理論的家庭系統觀。輔導季刊，**38(3)**，41-47。
- 許禎元 (2008)。家族藝術治療對智能障礙學生其青少年手足親子關係之影響。台中教育大學諮商與心理教育研究所碩士論文，未出版，台中。
- 陳惠雯 (2000)。婚姻衝突、家庭界限與青少年子女適應之相關研究。台灣師範大學教育與心理輔導研究所碩士論文，未出版，台北。
- 賴念華 (1994)。成長團體中藝術媒材的介入：一個成員體驗的歷程分析。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北。
- Goldenberg, I., & Goldenberg, H. (1999)。家族治療理論與技術 (翁樹澍、王大維譯)。台北：揚智。(原著出版年1996)。
- Minuchin, S. (1996)。結構派家族治療入門 (劉瓊瑛譯)。台北：心理。(原著出版年1974)。
- 英文部分：
- Arrington, D. (2001). *Home is Where the Art Is: An Art therapy Approach to Family therapy*. Springfield, IL: Thomas.
- Carson, T. D. (1997). Using art in narrative therapy : enhancing therapeutic possibilities. *The American Journal of Family Therapy*, 25(3), 271-280.
- Landgarten, H. B. (1987). *Family Art Psychotherapy : A Clinical Guide and Casebook*. New York: Brunner/Mazel.
- Kwiatkowska, H.Y. (1978). *Family therapy and evaluation through art*. Springfield, IL : Charles C Thomas.
- Malchiodi, C. A. (Eds.)(2003). *Hand book of art therapy*. New York : Guilford Press.
- Manicom, H., & Boronska, T.(2003). Co-creating change within a child protection system : integrationg art therapy with family therapy practice. *Journal of Family Therapy*, 25, 217-232.
- Nelson, T. S. & Rosenthal, D. M. (1986). The evolution of circular questions : training famiy therapists. *Journal of Marital and Family Therapy*, 12(2), 113-127.
- Riley, S. , & Malchiodi, C. A. (2003). Family Art Therapy. In Malchiodi, C. A. (Ed.), *Hand book of art therapy*(pp. 362-374). New York : Guilford Press.
- Rubin, J. A.(2005). *Child art therapy*. Hoboken, N. J. : Wiley.
- Sumari,M.(2005). Integrating art therapy with family therapy. *Masalah Pendidika*, 41-48.
- Wadson, H. (1980). *Art Psychotherapy*. New York: John Wiley & Sons.