

基本功的自我深化： 吳就君老師之 2020 年家族治療講座感想

精神醫學部社會工作師 陳世嫻

在家族治療的領域當中，吳就君老師的名字於我而言，一直是這個領域中的大師與第一把交椅，是將薩提爾家族治療從國外帶回臺灣的重要推手，也是家族治療本土化的關鍵者。而本院精神醫學部原先本於 2019 年底就開始計畫著邀請吳就君老師(以下簡稱吳老師)前來，無奈受到疫情影響一直延後推遲，卻沒料到在疫情趨緩時，吳老師有機會前來進行督導，並在去年(2020 年)12 月於精神醫學部主任邀請下，有幸進行了 2 次的講座。吳老師在兩次的講座裡，運用教學影帶進行治療現場還原並解釋過程中運用的手法、用非口語活動以深入淺出說明我、他、情境理論概念、以家庭雕塑說明家庭互動及家庭動力等，吳老師的話語言簡意賅，並句句深入家庭的樣態及互動，及人在家庭中的角色經歷及體悟，講述過程讓人心有戚戚，驚訝於自己即使臨床上與家庭接觸多年，仍然對家庭的理解不夠透徹、與家庭的工作可以再有一大段努力，也對於吳老師的深厚經驗感到佩服。而這兩次講座的收穫如下：

一、 與人接觸

在專業教育的學習過程中，我們總是努力的在追求專業知識，盡其所能的想方設法將理論套用於臨床工作上，企圖使臨床的工作能在專業的視角下，能夠努力將家庭推向好的方向。但上過吳老師的課，聽了演講，吳老師首先重視的就是人與人連結，與人接觸，以此時此刻所看到和接觸到的這個人，在當下專注，體會與這個人的互動。因此邀請 6 位伙伴，兩兩一組的靜默，面對面看著對方，思考對方認為自己狀態，自己認為對方狀態、兩人在何情境之中等問題，透過雙方的回應了解「我」、「他」、「情境」三者的各自不同的理解。而吳老師也提及，在面對一個人時，一般人多半帶有對這個人的刻板印象或者

過去情境影響而有的認知，這都會影響到我們認識一個人，如何在與人接觸時，真實的體會這個人，而不受過去偏見或其他刻板印象影響，是做為治療師及組織領導者的重要基本工。

因此在會談工作中，如何開啟與人接觸的方式，其實都回到自己對於我、他、情境的理解和回應，因此，對於自身專注於會談者所帶來的口語與非口語的資訊，和自身的內心與回應家庭成員的行為表現為何，也是增加自身於會談中的敏感度與對於治療者、個案、家屬等各個不同立場、不同訊息的敏感的覺知及整理，也是做為會談工作者培養專注的基本工，吳老師提供的訓練是很好的提醒，也做為平日自我練習和自我檢視。

二、 家庭雕塑

先由我提案例，陳述家庭狀態，接下來由吳老師邀請台下伙伴共同扮演家庭成員，依據家庭資訊，扮演角色中的成員依據案例中的家庭狀態自行選擇位置和與其他角色的距離，之後吳老師要求角色扮演中的伙伴，依據家庭情境與角色來動一動、改變一下位置，在改變位置之後再引導各個不同的角色發言，表達角色中感受及對其他家庭成員及這個家庭的想法。成員們分享之後，吳老師再敦促角色扮演的伙伴們再動一動，再次引導成員就所扮演不同的角色發言，也針對個案的核心夫妻關係及議題討論。結束後吳老師又對於這個家庭動力著墨，並畫龍點睛般的說出對家庭後續如何協助。

在吳老師一剛開始「欽點」我的提案家庭來進行案例討論，從一剛開始雀躍不已，到後來變得很焦慮，擔心自己無法在有限的時間(7分鐘)內，有效率的將案家複雜事件有條理的說明清楚(其實也充分感受到老師對於有效率的表達的要求真的很重要!)，因此在講座之前反覆地演練，著實讓我一再的確認，想要表達的資訊哪些是更為重要的，在擷取的過程中，也不能將所有資訊都呈現而顯得過於雜亂，主軸脈絡如何能夠完整呈現才能讓聽眾都能迅速理解，著實非常考驗自身對資訊的掌握和裁剪，把自己對個案家庭的資訊又重新審視和整理一次，

也感謝老師給我這個功課、讓我紮實的上了一課。而老師在家庭雕塑的過程中，發現自己即便已經會談一段時間，卻對於家庭動力的理解有些雜亂無章而焦慮不已。藉由家庭雕塑的過成，讓我更理解每個家庭成員的想法和這些不同成員的想法如何影響著整個家庭的動力，而家庭動力也帶動不同的成員調整，而家庭的動力是如此的相互影響著。經由這個過程之後，我可以對這個家庭思考的地方增加了，對家庭及個別成員介入時對其他家庭成員及家庭系統的影響，也是我在進行家庭會談時，讓我在心中時時須考量的部分。

聽完吳老師兩次精彩的的演講，真心感受對於與人接觸的功夫仍在於對自己內心的一再整理，與自己工作是一輩子持續的事情，也體認到自身仍有許多需要努力的地方，兩次講座的收穫頗豐：有興奮，也有學習。期待精神部有機會再舉辦精彩的講座!!