

親子遊戲治療中客體關係修復之個案研究

林美珠

國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所

摘要

本研究的目的是在於了解參與親子遊戲治療的母子，對親子關係影響之現象了解。本研究的對象為一對母子，媽媽除了參與為期一年的「親子遊戲治療訓練方案」外，還與孩子進行每週一次，每次四十分鐘，共計30次的親子遊戲單元，本研究即是針對這對母子的「親子遊戲單元」的逐字稿，輔以親子遊戲治療團體前及團體後的訪談等部分進行分析研究。本研究的結果如下：

- 一、親子遊戲治療方案學習的過程中，研究者扮演著媽媽心目中，不同於其內在客體的外在客體形象，有助於媽媽本身意象及態度的改變。
- 二、研究者本身形象及方案訓練的介入，促使媽媽本身意象及態度的改變，使媽媽有能力成為孩子的自體客體（剛剛好的媽媽）。
- 三、態度意象及形象改變的外在母親，與孩子進行遊戲單元互動時，使孩子的內在客體得以修復。
- 四、孩子內在客體的修復，有助於孩子自我知覺的改變，對自己有較正向的自我概念。
- 五、親子遊戲治療促進了親子間關係正向的變化，媽媽由不了解孩子，到可以同理及設身處地的為孩子著想，並進而可以互相溝通及表達情緒及想法；而媽媽的自我評價是覺得自己做得不錯。

關鍵詞：客體關係、個案研究、親子遊戲治療

註：本文作者目前為台灣師範大學教育心理與輔導研究所博士班學生。

本文曾於「95年遊戲治療學會年會」以口頭發表本論文。

本書面稿件與口頭發表之文章有顯著差異（依評論意見或回饋意見就議題或觀點作顯著修改，如在緒論中重新論述將親子遊戲治療與客體關係做聯結；以及增添每次的親子遊戲治療的單元主題；以及修改部分研究結果之分析）。

壹、緒 論

一、親子遊戲治療與客體關係

親子遊戲治療主要在訓練父母成爲自己孩子遊戲單元的陪伴者。在對母親進行親子遊戲治療訓練課程，以及與母親討論親子遊戲單元的歷程時，深深的爲母親及孩子在遊戲單元中的互動改變、及關係的變化所感動。看著親子間的關係由不信任到信任，由衝突到互相接納及包容，由彼此的不了解、排斥、到關係的親近；以及孩子在遊戲室中經由母親的協助，由不清楚自己、沒有自我的狀態，漸漸的被母親同理、無條件的尊重及接納。孩子經歷挫折時母親給予支持及抱持（holding），在孩子成功的時候給予肯定及鼓勵；在母親的接納及涵容（contain）之下，孩子漸漸的接納自己，尊重同理自己及他人，爲自己做決定以及爲自己的決定負責任。對親子而言，這不僅只是一段親子的時段，也是親子關係促進的機會，更是父母重新學做父母的一種親職教育。

親子遊戲治療的主要目標在於：首先，打破孩子對父母原本的看法或錯誤的觀念；其次，讓孩子透過遊戲表達對父母原本不敢表達的想法、需求及感受，進而解決親子間的壓抑、內在的衝突及焦慮；第三點，經由對父母重新的認識，讓孩子發展出自尊、自重及自信（Fidler, Guernsey, Andronico, & Guernsey, 1969）。有趣的是，在爲受訓的父母說明親子遊戲單元內容及歷程的實務經驗，發現許多用來詮釋親子遊戲單元，其動力關係的內容及歷程，與客體關係所主張的一些理論及觀點，有許多不謀而合之處。

二、Winnicott「剛剛好的母親」猶如親子遊戲治療訓練八大原則技巧的學習

兒童中心遊戲治療者扮演的似乎是一個「剛剛好」的客體（object），客體包含外在客體（一個真正的人或是東西）及內在客體（是一個心理表徵，一個和他人有關的影像、想法、幻想、感覺或記憶）（楊添圍、周仁宇譯，1996/1999）。

而這個客體就是 Winnicott (1953) 所謂「剛剛好的母親」(good enough mother)。指的是，提供了足夠但是又不會太多的抱持(holding)；她既不忽略孩子的需要，但也不會多管閒事與過度干涉孩子。這樣一個夠好的母親，只會依孩子不同的發展階段，給予孩子們所需要的，敏於覺察到孩子要什麼，不要什麼；並且只給孩子要的，而不強加孩子不要的給孩子。如果由媽媽或主要照顧者，來執行兒童中心遊戲治療中所創導的八大原則：提供溫暖友善的關係、全然的接納、建立寬容的感受、同理的回映、讓孩子自己主導做決定及負責任、不催促進度以孩子的步調進行、以及合理必要的設限；這樣的媽媽就接近「剛剛好的媽媽」了。

兒童中心遊戲治療，重視兒童的成長而不是兒童的問題。所以親子遊戲單元的目的，也在促進孩子的成長。親子遊戲治療的訓練方案，目的在訓練父母成爲一位非專業的遊戲治療者。在親子遊戲單元進行的歷程中，當孩童使用投射的機制，父母往往需要學習不同的技巧及方式，才得以應付及做治療性的回應。治療中兒童將內在舊客體，可能是過去的父母意象，在遊戲單元中投射到治療者或受過親子方案訓練的父母的身上；孩子將經歷內在舊客體—過去的父母意象的解構，與新客體—治療者或經過親子遊戲治療方案訓練的父母意象的建構。其歷程就像一個新生兒的心理重新誕生，而解構中的紛亂，以及重新建構所需的能力，就像案主要退化回到嬰兒時期，與外在客體或父母的融合、到共生、到分離一個體化的歷程，再重新經驗一次心理的成長。而使新的外在客體可以取代兒童的舊的內在客體表徵。要承擔這樣的紛亂的兒童狀態，父母需要有一些學習，才可以面對及處理兒童在這歷程中，任何的退化或抗拒，此即親子遊戲治療訓練方案所要教導父母學習的內容。目的在強化父母的內在功能，並使父母做不一樣的父母，可以抱持孩子在進行內在客體的解構、及重新建構的紛亂。

三、親子遊戲治療即如「自體—客體」關係的修復及重建

親子遊戲治療之所以可以增進孩子的自我概念，以及修復親子間的關係，

正如 Hamilton 所說的：

「小孩子先能分辨出陌生人和母親的不同，然後才有辦法分清楚自己與母親的不同；如果沒有外在客體與自體的比較，那麼自體和穩定的現實感也將不見，我們真正的自體將會崩解，因為自體除了是自體—客體二元體的一半以外，它什麼也不是」。「自體—客體」是客體關係單元，當客體關係單元中的自體及客體界限不清時則稱之為自體—客體。（楊添圍、周仁宇譯，1996/1999，pp.26）

也就是說兒童對外在客體的清楚與自體的形成是息息相關的。而自體（self）指的是一個人自己的，包括意識和潛意識的心理表徵。換句話說，即是一個人的全部含其想法、行為、情緒及身體。

親子遊戲治療中成為治療者的父母，即是一個修正後的外在客體。與孩子互動時可以改變孩子對父母親的刻板印象（對父母的壞經驗多於好經驗），讓孩子感受到不一樣的大人（對父母好的經驗多於壞的經驗）。那麼孩子可以清楚的知覺到父母與其它大人與自己關係的不同（父母會提供需求的滿足，其他陌生人不見得會），進而可以辨識出自己與父母的不同。於是，孩子得以重新修正內在自體（正向多於負向的自體），而使自體、客體以一個好壞並存，且好經驗多於壞經驗的情緒聯結著。經由新的外在客體，即學習遊戲治療技巧的父母，而重新修復及內化成為孩子的內在客體，而改變了孩子的內在自我表徵，即自體；之後可以朝向獨立個體化的過程發展，也更能成為他自己。於是親子遊戲治療就成了兒童內在客體、及自我表徵重新修復的一個回鍋歷程。所謂「回鍋歷程」，指的就是重回到初生嬰兒狀態，心理上重新出生、重新成長一次的歷程。不同的是外在客體是修正後的類似「剛剛好的父母」的父母。

四、研究動機及研究目的

一般會尋求協助的父母，多半是孩子有嚴重的行為、或情緒上的困擾。兒童中心遊戲治療的目的，即在治療者無條件尊重、關懷同理、真誠一致下，協

助孩子覺察及辨識自己的情緒，進而孩子可以控制自己的情緒，以及表達自己的情緒及想法。一旦兒童內在的情緒及想法得以表達時，孩子便無需使用外化行為（*acting out*）來表達內在的衝突及焦慮（林美珠，2005a）。兒童中心遊戲治療，是基於個人中心理論，是一種促進兒童健康成長的歷程；要促進兒童健康的成長，需要來自主要照顧者的無條件尊重、關懷同理、真誠一致；而使孩子在成長中更能自我決定、自我負責以及有更正向的自我概念。其歷程猶如兒童在遊戲室中，將心中的壞客體經由遊戲治療者這個好客體予以重新修復，而得以重新成為自己（林美珠，2005b）。倘若遊戲治療者是父母，那麼對客體關係的修復就更有意義了。親子遊戲治療的目的，原本是為了訓練父母成為孩子的治療者，協助孩子面對當前的困擾問題，促進孩子的成長（協助孩子覺察、辨識、表達內在的情緒及想法，以減少行為的外化），連帶的可以增進父母的親職教育技巧，最後經由父母對孩子的了解而增進親子的關係（林美珠、林美珠，2001；林美珠，2005b）。

有關親子遊戲治療有效協助孩子的效果研究，國內外皆相當的多（林美珠、林美珠，2001；洪淑雅，2001；葉貞屏，1992；魏渭堂，1999；Ginsberg, 2002；Lee & Landreth, 2003；Packman & Solt, 2004；Smith & Landreth, 2003；Solis, Meyers, & Varjas, 2004；Tew, Landreth, Joiner, & Solt, 2002；Winek et al., 2003；Yuen, Landreth, & Baggerly, 2002）。本研究的一對母子在親子遊戲治療結束後，媽媽與孩子的互動，以及孩子在生活、人際及學習各方面表現的穩定，使媽媽放心及滿意。因此，親子遊戲治療的效果，不是本研究的重點，本研究的主要目的在於，想了解親子遊戲治療歷程中，是什麼促成了改變？以及如何的改變？

貳、研究方法

一、研究設計

本研究主要在探索：在遊戲室中父母的形象或態度產生了什麼樣的改變？而這樣的改變，如何影響孩子內在對父母有不同的知覺（孩子內在客體表徵的修正）？以及這種內在客體的修正，如何影響孩子自體表徵，也就是自我概念的改變？而這些種種的改變，對於父母及孩子，以及親子間的關係，產生了什麼變化？

資料的蒐集及分析，原則上採用「現象學」派典之研究精神。「現象學」的方法是現象哲學為理論基礎，運用現象學的描述方式，在沒有預設立場也沒有期望的前提下，瞭解呈現在意識層面的生活經驗，對所研究對象經驗之主觀意義或現象進行系統性的理解，讓經驗儘可能的呈現其本質（高淑清，2000）。本研究希望透過現象學研究之精神，找到親子遊戲治療歷程中親子的改變，以及這些改變，如何使彼此關係發生的變化之現象做呈現。

因此，研究者以母親在參與親子遊戲治療方案前、後的訪談，及實作「親子遊戲單元」的逐字稿，做為取得資料的方法。資料的分析以現象學之精神做為架構，以分析親子遊戲單元逐字稿為主，輔以親子遊戲治療團體訓練前後，對母親的訪談的逐字稿，進行現象學的資料分析步驟。分析完成後，再讓母與子觀看文本內容做檢證。在資料分析的過程中，研究者本身會紀錄自己的觀察、省思札記，希望能時時提醒研究者，暫時將本身的主觀暫置一旁，深入了解親子在親子遊戲治療間彼此的改變歷程，以及這些歷程對彼此關係改變的意義，做現象本質的了解。

二、研究對象

本研究的對象為一對母子。母親約三十歲左右，純家庭主婦。小一的兒子

有過動行為及情緒的困擾（無法控制自己的情緒，情緒失控時會大聲咆哮及罵三字經），因肢體動作大，常造成其它小朋友的不滿或受傷。母親自覺無力管教孩子，並認為自己是個失敗的媽媽。母親參與為期一年的「親子遊戲治療訓練方案」，並與孩子進行每週一次，每次四十分鐘的遊戲單元，總計進行了 30 次的親子遊戲單元。本研究即是針對這對母子的「親子遊戲單元」的逐字稿，輔以親子遊戲治療團體前，及團體後的訪談進行分析研究。

三、研究程序

本研究分為三個階段，研究程序如圖一，並分述如下：

（一）親子遊戲治療訓練階段

1. 親子遊戲治療訓練前的訪談：於親子遊戲治療訓練方案開始前，對媽媽進行訪談。
2. 親子遊戲治療訓練：於民國 90 年 3 月至民國 91 年 1 月，進行為期十一個月的親子遊戲治療訓練，共 32 次。同時母親利用每週一次，每次 40 分鐘進行親子遊戲單元，共進行 31 次。其中一次為母親與兄弟進行手足遊戲單元，因為研究的對象以參與本研究之孩子為主，所以該次不採計，另有五次因為錄影機操作的問題沒有錄到，去除未錄影的五次（第 8、11、17、22、24 次），再加上研究者示範遊戲單元的一次，計分析的次數共為 26 次。
3. 親子遊戲治療訓練後的訪談：親子遊戲治療初階訓練結束後，進行媽媽的訪談。進階訓練結束後，並沒有進行訪談，以進階親子督導團體第十六次，最後一次團體中母親的部分為參考。

（二）研究資料的整理及分析階段

1. 逐字稿的謄寫：研究者先將 26 次的「親子遊戲單元」及「親子遊戲治療訓練」前後訪談，以及第十六次進階督導團體，謄寫為逐字稿。逐字稿

採逐字謄寫，包括非語言行爲，如語氣、聲調、停頓、沈默、臉部表情、行爲動作等，以真實重現當時的情境。另外每份逐字稿的每句話都予以編號，其中 **th** 代表遊戲治療訓練方案之訓練者，即研究者本身；**ma** 代表母親、**ch** 代表孩子。標明次數及句數，並以 **A** 代表親子遊戲單元，**B** 代表親子遊戲治療訓練前後，及 16 次督導團體的訪談。如編號「**A1-ma28**」表示親子遊戲單元第一次，母親說的第 28 句話。「**B1-ma12**」表示親子遊戲治療訓練方案前訪談，母親說的第 12 句話。「**B2**」代表初階訓練完後的訪談，「**B3**」代表進階第十六親子訓練督導團體代替進階後的訪談。逐字稿完成後再重新將錄影帶及逐字稿做一次校對的工作，以確保文本符合錄影帶當時的真實的情況。

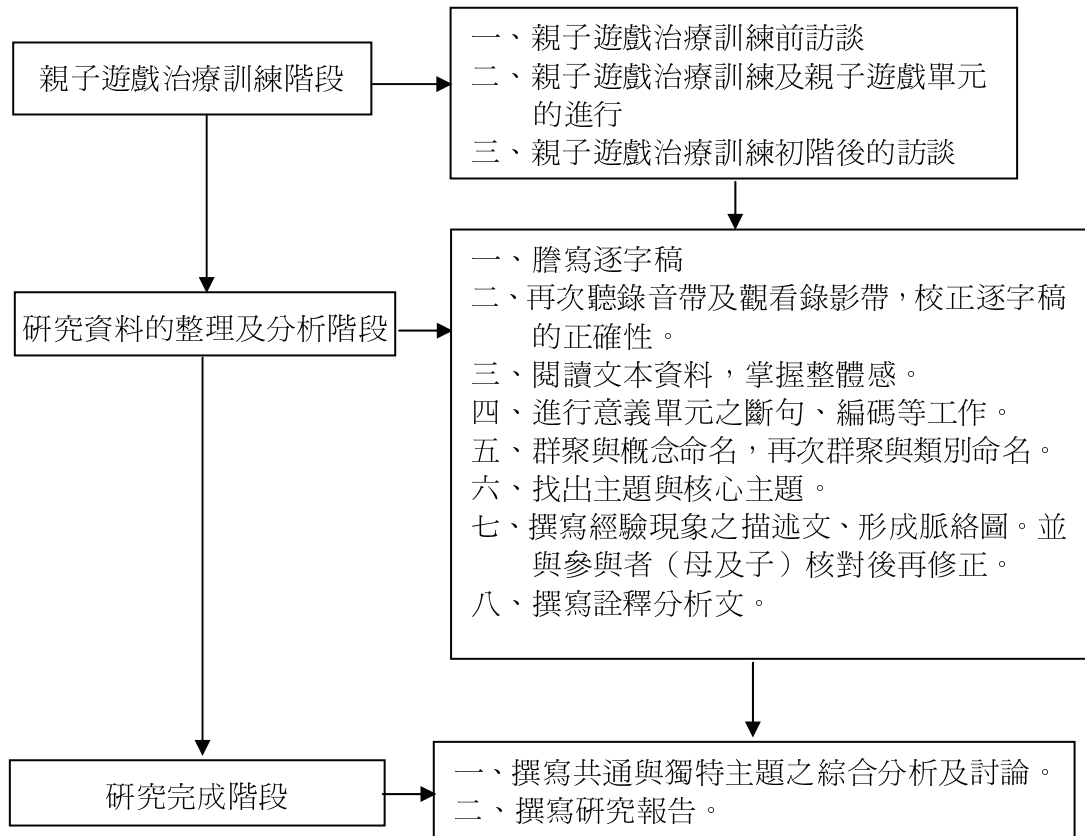
2. 資料分析：

- (1) 完成逐字稿的謄寫後，開始進行資料的分析。雖然研究者本身帶著文獻探討及個人經驗的之前的理解，在資料分析時研究者保持開放的態度，先前理論文獻將之「置入括弧」(bracketing)，並做「現象學的還原」(phenomenological reduction)，以研究參與者的觀點來瞭解他們所呈現的意義。
- (2) 研究者經由不斷反覆閱讀逐字稿及觀看錄影帶，進行一般單元意義、意義單元群聚、及概念類別、形成核心主題的資料分析工作。並根據分析的內容，以研究參與者的語言，寫成研究參與者的描述文本。
- (3) 邀請母子對描述文本做核對及修正，以確定描述文本是研究參與者真正內在真實。
- (4) 最後研究者將描述文本置回本研究整體的脈絡中，以掌握現象的本質寫出研究的結論；研究者的個人觀點，以及與理論的映照之討論分析，將在接下來的綜合分析、討論、與建議的撰寫中呈現。

(三) 研究完成階段

研究者於資料分析結束後，統整各項資料，進行研究報告之撰寫工作。

本研究的研究程序如圖一。



圖一 研究程序圖

參、研究結果與討論

一、研究結果

本部分的主要內容在說明研究結果。研究者根據資料分析的步驟，找出的主題及核心主題，依文本中媽媽與孩子的語言撰寫描述文，並根據描述文畫成

脈絡圖。但因篇幅的限制，將描述文併入研究結果分析及討論中做呈現。本部分僅呈現每次遊戲單元的主題（表一）、以及脈絡圖（圖二）。分述如下：

（一）每次遊戲單元的內容或主題

本研究每次遊戲單元的主題如表一。

表一
每次遊戲單元的內容或主題

次數（日期）	說 明	內容／主題
示範(90/3/29)	研究者全程示範	媽媽焦慮自己不會反應。 孩子全能感、媽媽是壞恐龍、自我是邪惡的。
1(90/4/12)	研究者示範 15 分， 媽媽 25 分（研究者介入）	孩子是個狂怒的復仇者。 媽媽跟隨行為、穩定而溫柔。
2(90/4/19)	媽媽前 25 分（研究者介入） 後 15 分（研究者不介入）	媽媽在遊戲單元中交叉運用遊戲治療技巧及平日的語言；孩子嬰兒式的退化語言。
3(90/5/17)	示範 10 分，媽媽 30 分 （研究者沒有介入）	孩子「我要做決定」、全能感。 媽媽回應時略欠缺信心。
4(90/5/24)	示範 10 分，媽媽 30 分 （研究者沒有介入）	媽媽反應的音調柔和但姿態上是較封閉的（雙手交叉於胸前，長時間的採用蹲姿）。
5(90/5/31)	示範 10 分，媽媽 30 分 （研究者沒有介入）	對大人憤怒的孩子。 剛開始是焦慮的，但後半段媽媽開始使用「回應性傾聽」
6(90/6/7)	媽媽開始獨自在遊戲室 進行遊戲單元	孩子自在的做自己想要做的事情（平和、放心及安靜），媽媽使用「回應性傾聽」。
7(90/6/14)	同上	喝裝水的奶瓶、被包容回到嬰兒的狀態「喝ㄋㄟ ㄋㄟ」，媽媽回應孩子的情緒及使用「回應性傾聽」，肢體上仍是緊張的。
9(90/9/28)	同上	孩子經歷生氣、開心、不放棄的被肯定及接受媽媽的設限。

續表一

次數 (日期)	說 明	內容／主題
10(90/7/3)	同上	母子互動協調(抱持的媽媽以及自主的孩子)。
12(90/7/17)	同上	耍賴耍愛的孩子；不一樣的嘗試、孩子的全能感以及母子關係的突破(不一樣的媽媽)。
13(90/7/24)	同上	面帶笑容的欣賞著孩子；同理、互相關心及彼此感動。
14(90/7/31)	同上	了解孩子遊戲的媽媽；母子間的妥協接受。
15(90/9/10)	同上	生氣的孩子駁斥媽媽；媽媽在一旁同理及回應。
16(90/9/24)	同上	開心專注的媽媽，順暢深入的了解孩子的故事。
18(90/10/8)	同上	孩子「我自己就是……」、「我有辦法」的出現媽媽同理孩子的需求。
19(90/10/15)	同上	設限、表達喜歡及對媽媽陪伴的需求，「媽媽我喜歡你陪」。
20(90/10/29)	同上	母子關係的增進。 孩子讓媽媽重新知覺到不一樣媽媽(剛剛好的媽媽)。 自己的重生。
21(90/11/5)	同上	主動邀媽媽靠近自己、反駁及糾正媽媽的回應、享受跟媽媽在一起。 孩子救媽媽、學習承認錯誤以及接納自己的錯誤(對自己說沒關係)。
23(90/11/19)	同上	孩子有自己的計劃及表達。 留住好客體及好經驗、試探並相信不一樣的媽媽。
25(90/12/3)	同上	親密的母子關係及互動(享受愛及體驗自己)。 孩子第一次注意時間、自我肯定。

續表一

次數（日期）	說 明	內容／主題
26(90/12/10)	同上	孩子被同理、被理解、接受挫折及想辦法解決問題。
27(90/12/27)	同上	不一樣的媽媽；在遊戲室內處理遊戲室外親子的衝突及關係的修復；孩子做出自己要做的事、享受媽媽的陪伴。
28(90/12/24)	同上	感受及內化客體之愛／媽媽的愛。創作及做出自己要的。
29(90/12/31)	同上	要支持及肯定。
30(91/1/7)	同上	用口語及肢體行動（擁抱及親吻）表達對媽媽及自己的喜歡。

註：因錄影機操作有時失誤沒有錄到，故總計有 26 次的遊戲單元逐字稿

（二）脈絡圖

脈絡圖乃是根據文本的一般單元意義、意義單元群聚、及概念類別、形成核心主題，所建構出的歷程編碼。由脈絡圖可以看出有三個主要的脈絡及歷程，分述如下：

1. 親子遊戲治療方案部分

可以分成直接對媽媽的影響，以及直接對孩子的影響二個部分。（文中數字為脈絡圖中箭頭的編號）

- （1）直接對媽媽影響部分：方案中親子遊戲治療督導討論（1）、研究者溫柔、耐心的包容、肯定及陪伴（1），有助於學習中的媽媽，學習成為不一樣的外在客體。而這樣學習中的媽媽，在研究者親子遊戲單元示範（4）以及媽媽在研究者的陪伴下，對孩子進行的親子遊戲單元（2），都對孩子的自體及內在客體有一些衝擊及解構。當媽媽獨自與孩子進行遊戲單元時，媽媽成為孩子的外在客體。而這個外在客體本身經歷了媽

媽意象及態度的改變歷程（3）。

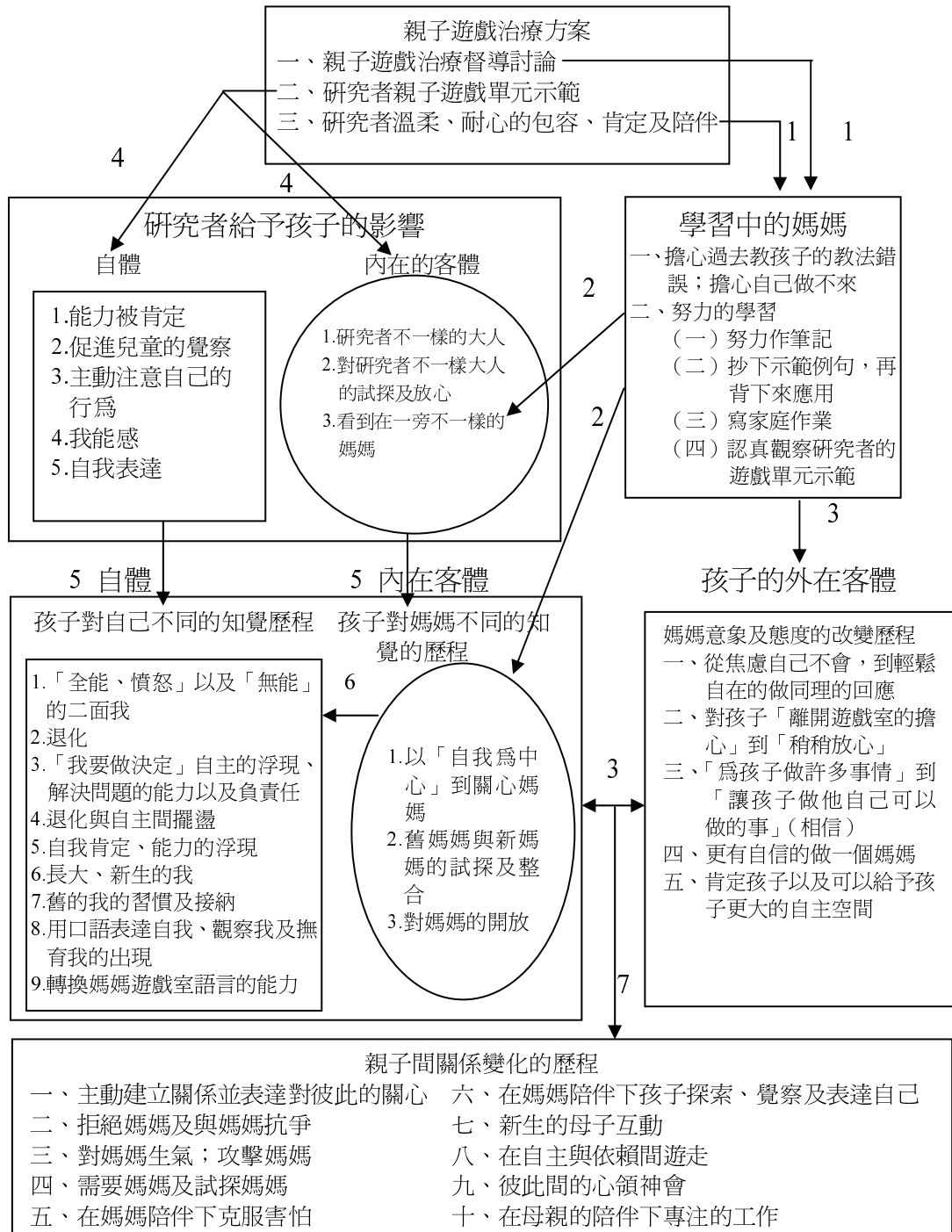
（2）直接對孩子影響的部分：方案中研究者親子遊戲單元示範（4），以及在研究者陪伴下媽媽與孩子的遊戲單元（2），對孩子產生內在自體（4）及內在客體（4）的影響及衝擊。

2. 親子遊戲單元

在研究者陪伴下媽媽與孩子的遊戲單元（2），以及媽媽獨立與孩子進行遊戲單元（3），孩子內在的自體，及內在客體持續產生了不同知覺歷程（5）。而孩子的內在客體，對媽媽不同的知覺，影響了孩子的自體，對自己不同的知覺（6）。

3. 親子關係

持續學習及改變的外在客體（媽媽意象及態度的改變歷程），與持續對自體及內在客體不同知覺的孩子，在持續進行的遊戲單元（7），產生了親子關係變化的歷程。



圖二 脈絡圖

二、研究結果之分析與討論

本部分主要在針對研究結果進行分析與討論，依據前一部分的描述文及脈絡圖等結果，以諮商實務工作者之專業背景及眼光進行詮釋分析。分析的過程大致延用脈絡圖的脈絡，分成五個部分介紹。第一部分，分析親子遊戲治療訓練方案介入的功能。當持續接受親子遊戲治療訓練方案的媽媽與孩子在遊戲室互動時，媽媽在訓練課程團體的學習及討論，促成媽媽在意象及態度的改變。第二部分，學習親子遊戲治療方案的「母親」—這個孩子的外在客體的意象的改變；第三部分，分析孩子內在客體意象的改變；第四部分，孩子內在自體意象的改變。當改變的媽媽與孩子互動時，使孩子對媽媽有了不同的知覺，也因為對媽媽這個外在客體的改觀，而修正內在客體的意象，並經由孩子內在客體意象的改變，而引發了孩子自體意象的改變。不同的媽媽意象及不同的孩子意象，交織出第五部分，親子遊戲單元中親子關係的變化。限於篇幅的緣故，特將描述文（以標楷體呈現）補充於這些向度下面做交叉檢證。

（一）親子遊戲治療訓練方案的介入功能

親子遊戲治療方案的介入，對孩子有二方面的影響。其一是，研究者的示範單元。為了提供媽媽支持，讓媽媽有自信的進入遊戲室，研究者在前七次都陪媽媽在遊戲單元中。由全程的示範，到慢慢的退到全程觀察，最後到完全退出親子遊戲單元。在親子示範單元期間，孩子與研究者的互動，感覺到不一樣的大人，這個不一樣的大人的外在客體形象，有助於動搖孩子內在客體的形象；當研究者給予孩子肯定，關懷接納與同理時，促進孩子自我覺察及內在能力的展開；連帶的也改變了同時在遊戲室內觀察的媽媽，以及媽媽在孩子心目中的形象。

1. 研究者溫柔、耐心的包容、肯定及陪伴

打從一開始，研究者扮演的是媽媽的外在客體。這個外在客體，以個人中心的精神與媽媽互動，促使媽媽內在客體的改變，讓媽媽對自己的意象有不

樣的變化。如第一次進行遊戲單元，媽媽擔心及心慌，向研究者表示「我不會，我不會講」(A-ma10)，「(看著孩子遊戲，媽媽回頭看著研究者向研究者求助)」(A-ma9、A-ma20、A-ma80 非語言部分)；基於個人中心理論的精神，研究決定耐心的依著媽媽的步調進行，給予更大的肯定及同理。於是在過程中，「(當不知如何回應的媽媽，用眼神向研究者求助，研究者回以微笑鼓勵。在媽媽擔心自己做不來時，告訴媽媽沒有關係，用媽媽自己的方式來即可)」(A-th162、A-ma32，A-th291、A1-th126、A3-th80)。並於事後除了團體督導外，給予個別督導的時間；一方面肯定媽媽的努力，一方面支持媽媽繼續下去。

2. 媽媽內在客體的瓦解與重新建構：努力學習的媽媽

此部分媽媽的內在客體已漸漸瓦解與重新建構。如在親子遊戲治療訓練方案進行的過程中，媽媽很努力的記下研究者的示範例句，並一再的確認及口語上做練習。「這做紀錄有一個好處就是比較不容易忘記，就是沒有紀錄，我就為了這個事情每天都在那裡，睡覺也在那裡一直在想，我就一直在想想，怕會忘」(B2-ma11)。「我記憶比較不好，有時候想要講你講的話哦，把那個話每一個字，每一個字都把它抄下來，這樣子我才有辦法」(B2-ma26)；「就是死背這樣子，然後就想想說下一次遇到這種情形要怎麼應付他，那我就拿出來用這樣子，我就會這樣子」(B2-ma33)。媽媽覺得雖然效果比較慢但是滿有用的，而自己也覺得自己進步滿多的，「當然很有幫助，我覺得都是有進步，進步滿多的，都沒有壞處，只是說我感覺沒有那麼快啦」(B2-ma34)。特別在最後一次的督導，媽媽覺得「這一次做得不錯耶，我自己感覺滿好的」(B3-ma129)。媽媽經由內在客體的重新建構而有較佳的自我感。

在客體修復關係中的「剛剛好的媽媽」的角色是要夠強壯的，特別是在孩子投射之前壞客體到父母身上時，父母要足以能夠抱持及涵容。這也說明了何以親子遊戲治療中父母可以發揮治療性功能，一來是接受訓練，二來是他本身就是孩子內在舊的客體。經由遊戲室中對孩子的抱持及涵容的學習，父母學會成爲新的客體，成爲孩子所重新內攝的意象，而成爲孩子內化的新客體，這也

符合個人中心理論的 bi-center 的雙向成長，而且是持續的（宋文里譯，1989/1996）。

這樣的歷程如同 Kohut 的蛻變內化（transmuting internalization）（Clair, 1996），它是一種內化的歷程，嬰兒早期得自父母的鏡映（mirroring，父母對子女正向反應，可以使孩子未來有正向的自體感）、同理及撫慰，有助於孩子發展健康的心理（即健康的自體結構）。這樣的父母即是 Kohut 所謂的自體客體（selfobject）（Clair, 1996）。在此階段中研究者是媽媽的自體客體，給予媽媽鏡映以及同理，使媽媽有能力成為孩子的自體客體，而可以對孩子給予鏡映及同理。

（二）學習成為「剛剛好的媽媽」

媽媽努力的做到訓練方案的八大原則的要求，成為一個剛剛好的媽媽：即更能同理孩子、對孩子更放心、更能相信自己及相信孩子、並給予孩子做決定（如脈絡圖，孩子的外在客體的部分），其所經歷的漸進歷程如下：

1. 對新技巧使用的焦慮

學習成為一位遊戲治療者的媽媽的親子互動，與舊有的親子互動是有差異的。如，進遊戲之前媽媽擔心：「我會緊張又擔心哦，因為我會想說我會不知道怎麼跟他玩起，然後怎麼去教導他，引導他，因為我從來沒有跟他在一起玩遊戲過」（B1-ma160）。在進行遊戲單元之前，媽媽都是主動替孩子做許多事情，「可是我那小孩子就是都是我在給他弄好好的」（B1-ma163）、「像早上都是給他們吃好，也是我餵呀」（B1-ma30）；以及在遊戲單元中媽媽會不自覺的替孩子做事情，如「（蹲下來替孩子摺太長的褲管，孩子則繼續玩）」（A1-ma5）；又如「（孩子雙手拿弓及箭，走到媽媽面前，用『嗯嗯』二聲）」（A1-ch27），「（母親即了解孩子的要求並伸手去替孩子脫背心）」（A1-ma16）。這些習慣的改變對媽媽而言是一個挑戰。

2. 嘗試的媽媽

隨著遊戲單元的進展，媽媽開始使用溫柔及跟隨的語調回應孩子遊戲的內

容，眼神專注的看著孩子的遊戲，穩定有自信以孩子為主，肢體上放鬆而投入，態度溫柔而努力表達對孩子的關懷。之後，媽媽可以反應孩子內在的情緒，可以抱持住（holding）以及同理孩子的負面情緒，與反應非語言訊息。如孩子向媽媽展示憤怒的情緒，使用槍攻擊媽媽及研究者，媽媽語調雖偏高（因媽媽在平日時，即很擔心孩子的攻擊行為而不知所措），但語氣上溫柔而和緩，姿態上仍採蹲姿，但表達出來的是接納及不批判、不指責（平日會在這種狀況下對孩子生氣及處罰）。

3. 不一樣的媽媽：不一樣的外在客體

在遊戲單元的中後單元中，媽媽可以對孩子設限「你不可以打媽媽，你可以把娃娃當成媽媽來攻擊」(A5-ma102)。並且反映孩子的情緒及動機「你很生氣……你把媽媽／老師當成一個敵人來攻擊」(A5-ma118)。此外，媽媽可以同理孩子的負面情緒，肯定及鼓勵孩子的努力，以及讀懂孩子的故事，「你好仔細哦，沒射中好討厭、好生氣哦」(A9-ma84)、「你雖然沒射中，但是你還是在想辦法再嘗試」(A9-ma70)。此外，媽媽有能力做深度同理，回應孩子的動機及意圖，持續肯定孩子的能力，「你終於達到你的目的了，你好得意哦」(A9-ma35)、「這是你心愛的槍也是你最需要的用具」(A18-ma10)、「你剛才用那種眼神看了媽媽一下，是在告訴媽媽你很厲害」(A18-ma40)、「終於被你想出辦法來了，這是你新的想法」(A18-ma117)。

此外，媽媽一步一步地在改變，讓孩子自己做自己可以做的事情。當孩子問媽媽怎麼玩時，媽媽要孩子自己想辦法；以及孩子要求媽媽幫忙吹充氣娃娃，媽媽要孩子自己試試看；孩子不願意且在半推半就中相當的生氣及憤怒，媽媽邊回應孩子的生氣及憤怒，仍邊鼓勵孩子試試看。當孩子有一些成果時，給予一些肯定。之後孩子放棄吹充氣娃娃，並對媽媽生氣及攻擊，媽媽平穩的設限，及回應孩子對於媽媽不幫忙的生氣；孩子又是在半抗拒半耍賴及生氣的狀況下，在媽媽的支持及鼓勵中順利的吹好了充氣娃娃。在下一次遊戲單元的最後兩分鐘，孩子再度拿起充氣娃娃，先是要媽媽幫忙吹，後來在媽媽的鼓勵「你可以

試試看、很好，你看有一點點氣了」(A16-ma203)、相信「你可以呀」(A16-ma202)、肯定「你看你做到了」(A16-ma204)，而將充氣娃娃吹好了。

漸漸地，媽媽可以理解孩子的違規行為背後的動機及想法，並不是為了違規而違規，比如說「你覺得那個歪歪的，你看得不舒服，你不喜歡所以你想要把它折直來(孩子因為太大力而將玩具折斷了)」(A18-ma32)，而不會只是批評或指責。又如當孩子不小心弄壞了一隻槍時，媽媽回應：「你就說你沒興趣，你不想玩了，你永遠都不再玩它了……其實你是在擔心和害怕(頭更靠近傾向 ch，柔聲的安撫並回應著)」(A20-ma32、A20-ma33)。

當孩子很吃力的，有點口吃的，說著自己的故事及遊戲時，媽媽回應：「你慢慢的講，沒有關係，媽媽會仔細的聽你講(身體一直前傾的專注的看著孩子)，會等你講」(A20-ma105)。當孩子專注的用黏土做一個人而花太多時間，說了一句「這要怎樣探索」(A28-ch43)，媽媽就可以完整的讀出孩子內在的想法，並回應出來：「你覺得做好久哦，做一個人類要做那麼久，時間都花費掉了，擔心等一下時間會來不急，等一下怎麼去探險呢，做一個人類都做得那麼久，還是做不出，做不出你想要的，你覺得還是不滿意，你就一次再一次的重新再做(同理內在狀態同理得很好，也肯定了孩子的能力)，你覺得時間都浪費在這邊，所以等一下要探險，等一下做好的時候要去探險很怕時間會不夠，所以你才會說這樣子要怎樣去探險」(A28-ma44)。

表達孩子是獨特的：一次遊戲單元媽媽的行動電話響了，孩子提醒媽媽電話響了，媽媽回應孩子：「你有聽到媽媽的電話，沒有關係，媽媽還是陪你玩，媽媽不接」(A30-ma105)。

媽媽改變了自己的態度及形象，成爲一個新的不同的新的客體，一個可以在孩子需要時隨時提供孩子要的關懷、肯定及鼓勵的「剛剛好的媽媽」，這是孩子得以健康成長時很重要的成長氛圍。親子遊戲治療的媽媽所學習八大技巧也是在態度及媽媽形象上成爲一個「剛剛好的媽媽」、「有能力愛人及有能力被愛的媽媽」。這樣新的媽媽形象在與孩子互動時，有助於孩子對媽媽形象的改觀，換句話說，就是孩子改變了對媽媽過去的知覺，而對媽媽有新的不一樣的知覺。

(三) 孩子內在客體意象的改變：孩子對母親不同的知覺

孩子在親子遊戲單元中是否感受到不同的媽媽形象、是如何的形象以及其轉變的歷程是如何，是這個部分所要呈現的。基於客體關係理論，當孩子可以感受到媽媽這個外在客體之愛時，有助於孩子內在客體的改變，使成爲一個有能力去愛的內在客體。如描述文中的幾個核心主題：「以自我中心到關心媽媽」、「新舊媽媽的試探與整合」、「對媽媽開放」（如脈絡圖，孩子內在客體部分）：

1. 「自我中心」

遊戲單元剛開始時，孩子與研究者互動，而不與媽媽互動。在很猛力的攻擊沙，或者做一些在遊戲室外面會被媽媽禁止的遊戲時，才會擔心的看媽媽一眼。遊戲中反駁媽媽的回應，且語氣中充滿了生氣及憤怒。在遊戲內容中孩子表示自己就是怪獸，並且用暴龍成爲進入家庭中的怪物，但在房子倒下時壓死了暴龍，說暴龍是老太婆，老太婆死了。暴龍既是孩子也是媽媽，即「自體—客體」二元一體。在這個例子中自體—客體二者之間由一個憤怒連結著；孩子期待暴龍的死亡，是全壞的狀態。猶如孩子的破壞妄想，類似 Klein 的分裂妄想狀態。即在生命的最早期，在絕滅的恐懼的幻想的影響之下，善與惡的需求是分開來的（陳逸群譯，1992/2001）。以及 Mahler 正常的自閉期（Clair, 1996），無法區分是自己企圖消除緊張焦慮，還是母親想消除緊張焦慮；亦是孩子將壞客體投射到媽媽身上的一個機制的表現。

2. 新、舊媽媽的試探與整合

媽媽漸漸使用回應性傾聽反應孩子行爲，孩子仍決定自己是怪獸，開心在媽媽的陪伴下，攻打家裡的怪物（即自己），且讓媽媽知道他會小心不要傷害到媽媽，「媽媽你走開，否則會被射到（柔聲關心的說著）」（A13-ch24）（不同的知覺的媽媽）。第六次的遊戲單元，孩子出現對暴龍又愛又恨，既攻擊、埋它、壓它、又愛惜的洗它。對媽媽又愛又恨的情緒表達，有如 Klein 的憂鬱階段，開始整合經驗而不是分割經驗，開始覺知客體（這裡指媽媽）是整體的，是兼有

愛與恨的性情的(陳逸群譯, 1992/2001)。第十四次的遊戲中, 孩子先是決定去救公主, 後來孩子決定沒有救到公主, 同時又有點失望「沒救到公主唔!(失望的補說明且不耐煩的說著)」(A14-ch100); 並且二度看媽媽一眼, 在要不要救公主間猶豫著(孩子在內心調整著二個內在媽媽的位置或意象, 一個是在遊戲室的媽媽, 那是和平常不一樣的新的媽媽; 而另一個是, 時間快到了時, 媽媽又會變回原來的媽媽的形象)。

之後一次的遊戲單元: 孩子做了一個很厲害的人物, 並問媽媽:「你害不害怕」(A18-ch148), 媽媽回應「你害怕我就害怕」(A18-ma 151)(很共生及融合的同理)。當孩子在遊戲單元中想對媽媽射擊, 媽媽做了設限, 孩子雖然有點被媽媽的設限嚇到, 但是因為知道媽媽的限制是一致的, 使孩子獲得更大的安心及放心, 反而可以回過頭來繼續保護媽媽, 要媽媽走開及小心點。據此發現, 孩子不再是以自己為中心, 而是在學習在剛剛好的媽媽的陪伴下, 發展出自我感而開始有了自我功能及自我控制的能力, 可以為媽媽著想, 也可以接受設限。

第十六次的遊戲單元, 孩子將鱷魚(孩子心中媽媽的象徵)打死了; 而在第二十次的遊戲單元, 當孩子弄壞了一把槍想逃避責任, 並說玩具槍不好玩。媽媽回應同理孩子的擔心及害怕之後, 孩子創造了一個新的怪獸, 並宣稱這個新的怪獸是媽媽。對孩子而言, 孩子感受到的是一個重生的、新的不一樣的媽媽; 但又不完全的確定媽媽是不是真的不一樣了, 因為在外面的媽媽與裡面的媽媽是不一樣的。代表在孩子內心有好的及壞的媽媽, 以及不好的內在的自己; 所以孩子玩了一個包圍怪獸媽媽的遊戲, 但是同時又害怕被怪獸吃掉及欺騙, 並且創造了一隻神秘的龍(如同媽媽是神秘的, 有時好有時壞), 孩子說這是重生的怪物, 並自問自答:「可是牠不是死了嗎?(疑惑的問著)牠自己重生(篤定的回答著)」(A20-ch184), 這是對不一樣的、重生的媽媽的肯定及決定。

在後半段的遊戲單元, 孩子出現第一次要拍下自己的作品。以另一個角度來看, 或許孩子想要留住內在的好客體, 這是客體關係修復的一個很重要的資源及進展。但同時孩子也多了許多反駁媽媽的遊戲內容的回應, 有可能是擔心

被媽媽控制的練習期狀態 (practicing period, Mahler 的發展階段之一，此時剛學步的孩子想脫離媽媽獨立，但又想要媽媽的關心及愛，但又怕被媽媽控制的抗拒)。也有可能在試探媽媽的不同的真實性，例如孩子在遊戲中表達出擔心代表自己的人偶，會像自己遊戲中的小動物一樣上當，媽媽回應：「你不想再一次的被傷害」(A25-ma 101)。很傳神的表達出孩子擔心再次的被媽媽，或其它人傷害的擔心及試探。如同在遊戲中，當孩子攻擊敵人後自己也死了，這是處在壞媽媽及壞小孩的狀態，所以都死了。而媽媽在面對孩子不小心的弄壞玩具，口出惡言說髒話，反駁媽媽的回應，誇大的全能感，以及第一次將遊戲室弄得滿間都是亂放著的玩具，以及再度的拖延離開的時間等，媽媽仍是一致的真誠及接納的回應著。當孩子對於客體的經驗好的多於壞的，且二者可以整合時，舊的內在客體將崩解重建。

3. 對媽媽開放

到了第十八次及二十一次遊戲單元，孩子主動的與媽媽分享故事的內容，並說：「媽媽你可以過來呀」(A18-ch54; A21-ch81)，媽媽回應孩子的需求：「你喜歡媽媽陪伴在你身旁」(A18-ma 56; A21-ma 82)，並在行動上滿足孩子的需求，靠孩子更近些。第三十次遊戲單元，孩子可以自在地在媽媽面前生氣，以及表達對自己及對媽媽的不滿情緒、接受媽媽的設限，也會希望媽媽有時不要吵自己，特別是當媽媽回應出孩子一些不好的行為或情緒時，孩子會生氣。以 Mahler 的理論 (Clair, 1996)，回復期 (rapprochement) 的孩子不喜歡自己的弱點被說出來，也不希望主動向媽媽或主要照顧者要求關心及協助，他們期待媽媽或主要照顧者是可以讀懂他們什麼時候是要幫助的，而不必說出這樣的幫助，就直接幫他們就好了。

在這部分的遊戲單元歷程中，可以看到孩子在遊戲單元由自我中心狀態，進入了嬰兒的自閉期、共生期、練習期及最後停在復合期的狀態。這樣的轉變反推顯示孩子知覺到的是一個轉變了的「剛剛好的媽媽」，以及媽媽這個外在客體已在孩子的心裡變成不一樣的內在客體了。孩子對媽媽這個外在客體的意象

改變，象徵著過去在心目中壞客體—壞媽媽的瓦解，以及剛剛好的媽媽的出現，將可以導致孩子自己的重生。

（四）孩子內在自體意象的改變：孩子對自己不同的知覺

孩子的自體是由內在客體所分化出來的，當孩子的內在客體是一個愛的客體時，則孩子將發展出可以自愛及愛人的自體。隨著遊戲單元的進展，孩子表現出不同的自我狀態，從未分化的「自我」到「自我感的出現」；再出現「自我及自主」，到可以「控制及表達自我的自我功能」，一個心理自我的誕生就在遊戲室中長出來了。而後期孩子「自我功能的浮現」，像是處在「回復期」的孩子的狀態（脈絡圖中孩子自體的部分）。其歷程如下：

1. 未分化的「自我」

遊戲單元初期的孩子，像個狂怒且全能的復仇者，孩子同時表現出全能感；幻想遊戲中的自己都是最棒的，最厲害的，使用槌球棒猛打沙箱，並將沙箱中的沙噴撒得到處都是；孩子自稱自己為野蠻人（負向的自我概念）。之後孩子說「打我家裡怪物」（A1-ch105）（是媽媽也是孩子自己的表徵），孩子想藉著打娃娃家裡的怪物，在處理及面對自己內在的衝突及焦慮；孩子想像自己是有能力打敗怪物的，但打的同時又表達出混亂。

當「剛剛好的媽媽」愈來愈能提供給孩子時，孩子用嬰兒式語言的退化行為來呈現自己，如：在生活中孩子要媽媽幫忙時，只要退化成嬰兒，媽媽就會替孩子做好所有的事情。第一次示範遊戲單元中，為了故意引起大人注意，而準備做出不被允許的動作，當大人設限後（孩子視為禁止），而發出退化的嬰兒聲音。在第二次遊戲單元，在前三分鐘孩子使用「嗯嗯嗯」（A2-ch1 到 A2-ch7）等不同的音調來表達自己想要說的話，試圖在不一樣的外在客體的面前，表現出無能的自我狀態以得到協助。

2. 「自我感」以及「自主」的出現

第七次遊戲單元，因為想要喝奶瓶的水、不小心把槍弄壞了等行為，而出

現退化行爲，但也因爲發現即使做了一些不好的事，並沒有因此被處罰，所以似乎沒有必要出現退化行爲來避免受罰。此外，孩子真的用奶瓶喝水，非常的滿足及滿意，之後就鮮少出現退化行爲。直到了第二十次的遊戲單元，行爲退化到像一歲多的孩子，喜歡把所有的東西往下丟，是練習自主的一個遊戲，同時當自己把東西弄得一團亂及弄倒後，還要說「候哦，你該死了」(A20-ch51)，但此時的退化不是嬰兒式語言退化，反而像是一歲左右(Mahler的練習期)孩子的發展。

第三次親子遊戲單元，孩子拿了一個戰車很得意的宣示「我要做決定」(A3-ch37)(這是遊戲室中，治療者或媽媽常常對孩子不知該怎麼做，以及不知怎麼玩時會對孩子說的一句話—「你可以決定」)。而孩子在第三次即內化了這一句話，是自主出現的一個表徵。孩子在過了 Mahler 的自閉及共生期後會漸漸進入及脫離了分離一個體化的階段(separation-individuation period)(Clair, 1996)，在分離一個體化期間，媽媽持續可以提供情緒支持給孩子，可以使孩子自主的自我發揮它最好的功能，這會使孩子模仿並認同及內化了媽媽，而有「我是感」。或許這時的孩子已進入了分離一個體化的孵化期、練習期；若對照前一個主題「退化」，孩子停在一歲的自主期，在順序上其發展不謀而合。一度孩子決定將沙當成海，而且當媽媽回應孩子，「現在它們(指沙箱裡的沙)是海」(A16-ma29)。孩子回應媽媽，「假裝的啦！把它假裝當成海」(A16-ch29)。此時孩子的幻想與真實是可以區分開來的，因爲第一次遊戲單元時孩子把自己當成怪獸，且相信自己的全能感，以及自己就是怪獸。而這一次案主知道只是假裝不是真的，也是一個孩子不再停留在自閉的幻想階段了。

在持續的遊戲單元中，孩子由接納的，剛剛好的媽媽眼中，看到自己也是好的，一度出現一句有意義的字語是，「我好像有自己的，有自己的(接下來發出怪獸的聲音)」(A14-ch138)，隱約中孩子似乎感受到內在的不同的東西，但要使用語言表達時仍是受到限制的，可以視爲自我的隱約浮現。後來孩子在遊戲中，創造了一個新的怪獸媽媽，而新媽媽下了一個蛋，孩子等待蛋孵出來的過

程，很興奮的期待，並且很疼惜的說「好可愛哦」(A20-ch201)，這是孩子自己的表徵，而且是一個可愛的可以被喜歡的小孩，當孩子可以由衷地喜歡一個人時，往往代表孩子的內在是喜歡自己的。

3. 控制及表達自我的自我功能

在後半段連續二次遊戲單元中，孩子吹充氣娃娃的成功經驗，在過程中經歷了失敗，嘗試的挫折及憤怒；同時也經歷到一些成功與被肯定的經驗。孩子可以感受到自己的能力，而不再是什麼都要依賴媽媽的一個無能力的小孩；反而可以促成孩子的自主性及能力感的浮現，如：「你看我打倒了人類，他們就立刻的死掉」(A14-ch83)、「這是我發明的」(A18-ch40)、「彎下身小心的保護著看著」小寶寶孵了耶，好可愛哦（欣賞自己的象徵，全新的較正向的自我概念的表象）」(A20-ch201)、「我（拍一下沙子），我應該要（退後蹲著想著），我知道要怎麼解決它，我知道要怎麼解決這隻怪物」(A23-ch85)、「我自己好棒哦（趴了下來繼續的做著）」(A25-ch38)、「我也可以裝好它（笑著篤定的說著）」(A25-ch58)、「我有一天會成為大英雄，你看，我，我做得那麼美妙（輕輕動著伸直的右腳）」(A25-ch66)、「今天哪我的工作很難（開心和緩但有自信的說著）」(A26-ch10)。

到了第 25 次遊戲單元：「揖咿！全部都對勁（大聲的說著），知道了嗎」(A25-ch50)，孩子先是覺得自己都對勁了，並要求媽媽替他及作品拍下來。孩子對自我是喜歡的、正向的及接納的，並希望可以留住這樣的好的客體及自體的象徵；後來還表達出，「我要慢慢的習慣我自己」(A25-ch64)，孩子對自己有新的覺察及新的感受，並接納及認同新的自己。在第二十一次的遊戲單元中，孩子把自己變成恐龍，或者說恐龍代表孩子內在一部分的自我，之前一次遊戲單元暴龍代表的是好媽媽，而現在是孩子自己，影射外在客體所分裂成的內在自體，而且是好的。

除此之外，孩子還展現了自我表達、自我撫育以及轉換媽媽語言的能力。覺察自己的行爲並表現出來，如「通常我跳的時候會搖來搖去的（放下手中的物件，轉身拿大暴龍）」(A2-ch49)。又如情緒的覺察及表達「（輕輕的放著，微微

的慢慢的放手，確定士兵不會再掉下來)我是不是害怕」(A6-ch53)、「(套上布偶，到戲台下面)哼！我生氣！」(A7-ch147)、「我快臉紅了耶」(A25-ch56)、「我怎麼今天怎麼這麼幸運呀(出了幸福感，放回物件)，媽媽我好幸運哦」(A25-ch125)，以及觀察我的出現，欣賞並讚嘆著戰車的厲害，「斥咿！啊呀！那麼厲害呀！(讚歎的欣賞的說著)他是在……」(A21-ch35)，也是孩子的觀察我在欣賞自己的厲害；並可以有內在的對話浮現著，如一個聲音說「其它的要快快走掉」，就有另一個聲音問「為什麼？為什麼？」(A21-ch143)。孩子有能力保護自己，也保護別人，並在自己有情緒時告訴自己「先等一下，先冷靜一下」(A23-ch233)。不但能覺察自己的生氣，並有能力安撫自己的生氣，不使自己氣過頭了。再者孩子出現轉換媽媽語言的能力，如孩子在遊戲單元模仿媽媽新學的語言「想要嘗試一下(輕聲的說著)」，學著媽媽的語調，模仿媽媽的語言學著表達自己。又如「(跪了起來拿起手上的物件跪著走向另一邊)弟弟把它分成二半(輕聲的學著媽媽說話)」(A29-ch12)。顯示著媽媽外在客體的內化以及自體的重新建構。

當學習親子遊戲治療的父母以新客體形象與孩子互動時，有助於讓孩子學會自我抱持(self-holding)，那麼遊戲治療或者親子遊戲治療中，一個很重要的「兒童自我療癒」的能力就得以展現(高淑貞，1998)。在客體關係理論也有相同的說法：

父母不只包容孩子不悅的情緒，孩子也需要關心的人觀看他們遊戲、分享他們的快樂，而且給予稱讚及喜悅，對父母及孩子都是一種更令人喜悅的包容功能……(p.277)而這也是孩子可以更深入自我療癒的能力的來源；這樣的抱持經驗會逐漸的演化，小孩子很快就需要保有父母的注意力而不只是用雙手抱著，父母看著小孩或者是對小孩子說話就已經足夠，而不一定要真正的碰觸到。(p.279)……就像在心理治療中，安靜傾聽、不被打斷的時段、調節與關心的反應等等的治療架構都提供了包容的功能(p.277)(楊添圍、周仁宇譯，1996/1999)。

在遊戲治療及親子遊戲治療中，當關係建立，成長的氛圍充滿之時，孩子

開始可以在治療者或父母的「守護」下進行深度的自我探索，也隨著關係的增長而出現不同階段及不同深度的「自我療癒」的能力（林美珠，2002），而治療的成效就開始發揮了。如同 Tolpin（1971）所說的，小孩子接受這種同理的回應，並且以健康的自體影像形式使此種回應成爲自己的一部分，而且也可以使此種回應成爲同理自己及自我安撫的能力。

（五）促進親子關係的改善：親子關係的變化

孩子在不同的外在客體（學習親子遊戲治療方案的媽媽）的抱持及涵容下，而可以使舊有的內在客體解構及崩盤；孩子經歷了初期混亂的攻擊、負向能量的宣洩及試探，經由剛剛好的媽媽的支持及抱持，使孩子得以重新建構內在的客體，進而發展新的自體；親子間的關係也在這樣的關係中變化著。其歷程如下（脈絡圖中「親子間關係變化的歷程」部分）：

1. 初期混亂的攻擊、負向能量的宣洩及試探

孩子對媽媽表達直接的憤怒、攻擊，偶而退化到嬰兒期的分裂妄想狀態，視媽媽是使自己挫折的客體，而攻擊媽媽，如反駁媽媽的回應「說錯了，又不是……你說錯了」（A3-ch148）。媽媽預告二分鐘後要離開遊戲室時，孩子沒好氣的回答「誰說的，我說的」（A3-ch156）。拿著槍對著媽媽射擊，媽媽用口語表達對孩子攻擊的害怕（語調中是充滿害怕的），孩子回應就是要射媽媽，就是要傷害媽媽，並且緊接著出現了一小段的嬰兒語言的現象。孩子對媽媽產生憤怒及攻擊的同時，自己又退化到嬰兒的狀態，好像處在 Klein 的分裂妄想的狀態，幻想媽媽都是壞的並且試圖攻擊媽媽。面對孩子的反應媽媽都使用努力學習的「回應性傾聽」，接住孩子的狀態，並回應孩子的生氣及遊戲內容。

退化行爲是要引起媽媽注意，對媽媽需要及在乎的表達，等著媽媽協助無能的自己，以要到媽媽的愛；在媽媽持續的包容下，孩子用吸奶瓶來表達期待再回到共生的（symbiosis）愉悅狀態的渴望及需求，共生是 Mahler 的發展階段，孩子出生一到六個月時，是一種在心理上嬰兒與母親的融合狀態，而孩子可以

隱約的感受到提供需求滿足的客體（媽媽）（Clair, 1996），如在示範單元的遊戲「（尖聲的呼叫）有一個好多小 baby 不能射要愛惜他，這麼多」（A-ch244），「（將手指豎起給媽媽及研究者看）敢咬我哦（A-ch246）……baby 啦，笨還咬我」（A-ch247）；想珍惜小嬰兒，但是又覺得小嬰兒有時候很麻煩，會傷害到珍惜他、照顧他的人，（將內在的舊客體投射到媽媽身上，認為媽媽都是討厭小嬰兒，以及擔心自己的嬰兒狀態會傷到媽媽），是矛盾及混亂無界限的親子關係。

2. 持續抱持的媽媽，以及正向、負向情緒表達的孩子

媽媽覺得親子遊戲治療這段時間，親子間的感情比較好，而且多少可以了解孩子在玩什麼。在中期的遊戲單元，媽媽可以同理孩子對媽媽又愛又恨的表達。如平靜的回應孩子，「你把媽媽當成了敵人來射」（A19-ma100）。孩子作勢要向媽媽發射子彈，「往媽媽這邊射哦（大聲略生氣的說著），那媽媽要禁止你玩這個遊戲，不可以往媽媽這個方向射，你要朝別的地方」（A19-ma 102），此時孩子神情上有點慌，接受了設限後柔聲而討好的跟媽媽說：「媽媽你要走開哦」（A19-ch110）。媽媽回應孩子：「你會擔心射到媽媽，所以你叫媽媽要走開」（A19-ma111）。親子間的關係是可以溝通及互動的，而孩子的狀態有點像處在 Klein 的憂鬱狀態，對媽媽攻擊，但很快又有罪惡感，而想要做些什麼來彌補。

同樣的在遊戲單元中，孩子在剛剛好的媽媽的肯定、鏡映及同理下，克服自己內心的害怕，孩子可以感受到媽媽的了解及在乎，以及自己同時對媽媽又愛又恨的情感。「（手上輕輕的摸著暴龍）咦！我好害怕哦」（A3-ch109）、「（決定用右手去碰了暴龍一下又縮回來，看了媽媽一眼，鼓起雙頰用力的吐氣出來，似乎真的害怕著暴龍，或者說是適應不同的媽媽的情緒需要舒緩一下）……嗚哇！（東看看西看看，決定靠近媽媽到媽媽這邊的門放手中的物件，並開心的哼著幾個音）會不會有新的東西啊！哼！哼！（打開側門）咦……（靠媽媽很近）」（A3-ch111），過程中雖然害怕被暴龍吃掉，但在媽媽的陪伴下打倒了暴龍。「這是什麼哇？（低頭的看著）壞掉的車被怪物咬壞了，門也開開的（持續的翻看著地上的物件），裡面是不是有老太婆死掉了，別說髒話了啦（較嚴厲指責的語調）」（A3-ch159）。或許

是部分媽媽的形象被更替了，所以是死掉了，如同暴龍死掉般，是部分壞客體的死亡及消失，在這歷程中，孩子表達出需要媽媽，又試探媽媽的狀態，以確定媽媽是不是真的是不一樣的媽媽了。

3. 不一樣的親子關係

後期的親子單元，母子間出現可以了解彼此的互動模式。例如，媽媽要離開孩子，以讓孩子有更大的空間可以遊戲時，孩子問「為什麼」(A19-ch31)，而媽媽回應「怕被射到」(A19-ma32)。這樣的回應，一來可以避免孩子對媽媽離去而使用自己的想像及扭曲認知，誤以為媽媽不喜歡自己而離開；另外，當後來孩子像在牙牙學語的與媽媽說話時，媽媽不斷地回應孩子。反映孩子的行為，如同正開始咿咿呀呀的孩子也要大人以言語回應般，可以促使孩子學會語言的表達。

親子關係的更進一步，表現在第二十五次遊戲單元，媽媽給予回應性的傾聽，協助孩子面對不見了的機器人的生氣，並有耐性的再完成新的造型人物，過程中，孩子時時回頭看媽媽一下，又再回來看著手上的黏土捏著，很篤定的相信媽媽會陪著自己（猶如練習期的孩子，期待自主但又需要時時的確認看到媽媽是在一旁的，這是發展孩子對分離及個體化的成長基礎）。主動用口語表達自己的遊戲內容「這個機器人很厲害，可以打架攻擊而且不會被人看到，而且還有一個小型的槍背在後面」(A25-ch110)。這段經驗有助於孩子內化媽媽陪伴的包容及抱持，可以強化內在的安心並可以自在的表達自我及創造的經驗，有助於孩子將媽媽的愛，即客體之愛內化進心理面，是將來可以獨自工作的一項很重要的能力。也因為媽媽使用回應性傾聽，使孩子可以對自己內在體驗、覺察，漸漸的孩子可以學習使用語言表達自己。

到了後期，孩子可以對媽媽表達內在的想法及看法，而媽媽也可以心平氣和的接受著。如第二十七次遊戲單元，媽媽在一旁陪著孩子，孩子安靜穩定的自在的趴在地上，孩子十分的沈默，後來孩子對媽媽生氣並罵媽媽笨蛋，將自己做黏土的挫折發在媽媽的身上，事實上是對自己的生氣（投射認同），但媽媽

仍輕柔的回應孩子的情緒，並且在一旁陪伴著，孩子經驗到不一樣的回饋；而有能力在之後宣告「我有一個新的想法」(A27-ch76)，聲調突然高了起來，孩子表現出知道自己要做什麼以及如何做的起勁。多一些這樣的經驗有助於孩子在未來經驗挫折時，自我療癒及自我撫慰的能力。隨後，「媽媽你的氣消了嗎？(A27-ch88)……剛才你打人的方式不對！(柔聲的說著)」(A27-ch91)，原來剛剛在進遊戲室前，媽媽在外面打了孩子，媽媽也柔性的回應：「原來剛才到現在孩子一直不說話是在乎媽媽的生氣」(A27-ma95)，更進一步的回應：「你覺得媽媽剛才打你的方式是不對的，那媽媽知道了，媽媽以後會自己控制自己一下」(A27-ma97)。

在遊戲單元接近尾聲的同時，孩子有能力表達自己的情緒及想法，而媽媽可以傾聽孩子的想法，也願意做調整；親子關係建立在互信及尊重的基礎上，一個剛剛好的媽媽漸漸的在形成中，而一個獨立自主的孩子也在形成中。

三、研究者省思及研究的限制

在現象學取向的資料收集及分析，研究者的主觀的覺察及置入括弧是很重要的部分，但仍不免會受到主觀的影響。茲將資料收集、分析及結果撰寫時，面對主觀的困擾做省思：

(一) 資料收集

由於是民國 90 年的親子遊戲單元及前後測訪談，即使在進行逐字稿前、後重覆看錄影帶，但在非語言訊息的謄寫上，仍難以重現當時的原貌。在真實呈現當時的樣貌上是有所限制的。

(二) 資料的分析過程

由於資料內容是對話形式，在分析過程中，爲了避免先前經驗及理論的介入，需要刻意加以留意及覺察。常常在資料分析時會冒出某個理論、或某個概念，都會予以清楚的暫放一旁；然若有潛意識的部分的影響，將是本文的限制。

而在抽取句子的意義、概念分類，以及發展主題時，都盡量以文本中的字詞做為代表，或者以相類似的字詞做為代表，盡量避免使用先有的理論及概念加入其中。

（三）研究結果

研究者根據資料分析的步驟所找出的主題及核心主題，依研究中媽媽與孩子的語言撰寫描述文，並根據描述文畫成脈絡圖；除了將研究結果與研究參與者核對外，並曾在年會中口頭發表本文以加入不同觀點之審查，以盡量避免主觀性的呈現，但主觀仍是一個難以避免的限制。

肆、結論與建議

根據以上的文本，本研究的結論有：

- 一、親子遊戲治療方案學習的過程中，研究者扮演著媽媽心目中不同於其內在客體的外在客體形象，而促使媽媽內在客體的轉化，進而有助於媽媽本身意象及態度的改變。
- 二、研究者本身形象及方案訓練的介入，促使媽媽本身意象及態度的改變，這樣的改變代表孩子外在客體的改變，即媽媽有能力成為孩子的自體客體(剛剛好的媽媽)，一個不一樣的外在客體。
- 三、態度意象及形象改變的外在母親，與孩子進行遊戲單元互動時，有助於改變孩子內在客體的形象，使孩子的內在客體得以修復。
- 四、孩子內在客體的修復，有助於孩子自我知覺的改變，亦即改變了孩子的自體，即孩子對自我的看法，有較正向的自我概念。
- 五、親子遊戲治療促進了親子間關係正向的變化，媽媽由不了解孩子，到可以同理及設身處地的為孩子著想，並進而可以互相溝通及表達情緒及想法；更重要的是媽媽覺得自己做得不錯。

本研究的建議有：

- 一、親子遊戲成長方案研究者的示範單元因母親個人特質、學習能力、以及媽媽本身的客體關係經驗而有所不同，視母親的需要來調整研究者進入遊戲單元及出場的時間，才合乎個人中心遊戲治療的精神。
- 二、本研究只是一個個案的研究所建立的初探性的理論，可以在未來加入更多不同的個案予以驗證此理論。
- 三、未來的研究還可以探討親子遊戲治療方案學習的過程中，研究者在扮演著媽媽心目中不同於其內在客體的外在客體形象，是如何促使媽媽內在客體的轉化，以及如何改變媽媽本身的意象及態度，而媽媽這樣的改變是否造成了其它的影響及改變。

致 謝

感謝本研究中母子的參與，並同意本文的發表。也感謝兩位匿名審查委員所提供的寶貴意見，謹致上謝忱。

針對本文之任何回應、回饋或意見，請直接聯繫：林美珠，花蓮縣吉安鄉宜昌一街 45 號，e-mail: meeijulin@gmail.com。

收件日期：96 年 01 月 12 日

複審日期：96 年 03 月 13 日

通過日期：96 年 05 月 07 日

參考文獻

- 宋文里譯 (1996)。成爲一個人。台北：桂冠圖書公司。Rogers, C. (1989). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*.
- 林美珠、林美珠 (2001)。親子遊戲治療訓練之個案研究：一位母親之改變歷程。花蓮師院學報，**12**，23-48。
- 林美珠 (2002)。兒童中心遊戲治療一二個自我療癒之例子。輔導季刊，**38** (3)，14-31。
- 林美珠 (2005a)。兒童中心遊戲治療之「情緒反映」。輔導季刊，**41** (4)，21-28。
- 林美珠 (2005b)。親子遊戲治療—客體關係的修復。輔導季刊，**237**，35-44。
- 洪淑雅 (2001)。母親參與親子遊戲訓練團體對國小被同儕拒絕兒童親子關係及社交地位改變之研究。國立高雄師範大學研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 高淑貞 (1998)。親子遊戲治療。台北：桂冠圖書公司。
- 高淑清 (2000)。現象學的方法及其在教育研究上的應用。載於中正大學教育研究所 (主編)，質的研究方法 (頁 95-132)。高雄：麗文。
- 陳逸群譯 (2001)。克萊恩：兒童精神分析之母。台北：生命潛能。Segal, J. (1992). *Melaine Klein*.
- 葉貞屏 (1992)。簡介案主中心遊戲治療之原則與其對治療者之要求。國教月刊，**39** (12)，26-30。
- 楊添圍、周仁宇譯 (1999)。人我之間：客體關係理論與實務。台北：心理出版社。Hamilton, N. G. (1996). *Self and others: Object relations theory in practice*.
- 魏涓堂 (1999)。親子遊戲治療團體方案設計與效果分析研究。國立彰化師範大學博士論文，未出版，彰化。
- Clair, M. ST. (1996). *Object relations and self psychology: An introduction* (2nd ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole Publishing Company.
- Fidler, J. W., Guernsey, B. G., Jr. Andronico, M. P., & Guernsey, L. (1969). Filial therapy as a

- logical extension of current trends in psychotherapy. In B. G. Guernay, Jr. (Ed), *Psychotherapeutic agents: New roles for nonprofessionals, parents, and teachers* (pp. 47-55). New York: Holt, Rinehart, and Winston.
- Ginsberg, G. B. (2002). The power of filial relationship enhancement therapy as an intervention in child abuse and neglect. *International Journal of Play Therapy, 11*(1), 65-78.
- Lee, M., & Landreth, G. (2003). Filial therapy with immigrant Korean parents in the united states. *International Journal of Play Therapy, 12*(2), 67-85.
- Packman, J., & Solt, M. D. (2004). Filial therapy modifications for preadolescents. *International Journal of Play Therapy, 13*(1), 57-77.
- Smith, N., & Landreth, G. (2003). Intensive filial therapy with child witnesses of domestic violence: A comparison with individual and sibling group play therapy. *International Journal of Play Therapy, 12*(1), 67-88.
- Solis, C. M., Meyers, J., & Varjas, K. M. (2004). A qualitative case study of the process and impact of filial therapy with an African parent. *International Journal of Play Therapy, 13*(2), 99-118.
- Tew, K., Landreth, G. L., Joiner, K. D., & Solt, M. D. (2002). Filial therapy with parents of chronically ill children. *International Journal of Play Therapy, 11*(1), 79-100.
- Tolpin, M. (1971). On the beginnings of a cohesive self: An application of the concept of transmuting internalization to the study of the transitional object and signal anxiety. *Psychoanalytic Study of the Child, 26*, 316-352.
- Winek, J., Lambert-Shute, J., Johnson, L., Shaw, L., Krepps, J., & Wiley, K. (2003). Discovering the moments of movement in filial therapy: A single case qualitative study. *International Journal of Play Therapy, 12*(1), 89-104.
- Winnicott, D. W. (1953). Transitional object and transitional phenomena: A study of the first not-me possession. *International Journal of Psycho-Analysis, 34*, 89-97.

Yuen, T., Landreth, G., & Baggerly, J. (2002). Filial with immigrant Chinese families. *International Journal of Play Therapy, 11*(2), 63-90.

A Case Study of Transcendental Object-Relationship in Filial Therapy

Meei-Ju Lin

National Taiwan Normal University

Abstract

The aim of this study was to understand the influence in parental relations through filial therapy. The targeted subjects included one mother and her son. The mother did not just take part in “filial therapy training program”, but participated in the parental play sessions with the child for the total of 30, 40-minute sessions (one meeting held each week). The research is based upon the transcripts from filial therapy sessions and the analysis of two interviews with the mother, including pre and post-treatment. The results are the following:

1. In the process of filial therapy program learning, while the researcher plays an external object, the different internal object mirrors within the mother; this helps to reflect mother's self- image and mother's changes in attitude.
2. The researcher's self-image and intervention during program training enhances the changes in the mother's self-image and attitudes, in which the mother becomes the child's self-object (the “good enough” mother).
3. The attitude and image changes of the external mother enable the reconstruction of internal objects within the child in the filial therapy play sessions.
4. The reconstructed object within the child helps in gaining more positive aspects of self.
5. Filial therapy enhances the relationship between the mother and the child. The mother can be more understanding and empathetic with the child, while a greater exchange of thoughts and feelings is observed between them.

Finally, the mother has an overall positive feeling towards her role after the filial therapy program.

Keywords: case study, filial therapy, object-relationship.