

大專生親職化團體方案設計初探： 客體關係理論的應用

尹泰翎¹、羅家玲²、蕭名珊^{3*}

○ 研究背景

在華人儒家思想的薰陶下，親職化現象會出現被鼓勵、助長的情形，親職化個體雖易產生負責任、懂得照顧他人、容易被他人信賴等特質(石芳萌、吳麗娟、林世華, 2010)，但其負面影響也包含：壓抑自身的想法及需求，使其不擅處理人際關係的衝突(MARTINT, 1996; 引自吳嘉瑜、張盛堂)，考慮到親職化個體在社會期許與自我照顧中的為難，本文期許應用客體關係理論中「好客體」的概念，培養親職化個體正向的人際互動，將其早期形成的負向認同經驗轉化為正向認同，並協助該族群表達、重視自我需求，協助親職化個體培養因應策略，並增進此現象負面影響的調適。

○ 研究設計

本文藉由文獻回顧法，檢視過去有關客體關係治療的研究，以及探究親職化個體所面臨的情況和挑戰，設計一項針對親職化傾向之大專生的客體關係治療團體方案。該方案以提供鏡映和涵容的環境為基礎，透過領導者和團體成為「良好客體」，並運用「真我、假我」、「投射性認同」等概念，鼓勵成員表達真實自我，並探索他們的情感和自我需求，以達到人際經驗疏通的效果。

○ 研究發現

以六名親職化大專生為成員，規劃八個單元之團體，每次時間約90分鐘，總計120小時。方案根據初始、工作、結束期各階段之特性設計活動。初始期，成員藉由合作性的投射遊戲，相互親近並滿足其過渡性客體需求，在團體中得到支持、陪伴；工作期，成員透過繪製家庭圖像，觸及原先在童年被潛抑的心理力爭，及其所產生的防衛性回應，透過團體回饋學習，成員能仿效和內化滿足理想客體的需求，再藉由自我整合滿足轉化性客體的需求；結束期，讓成員看見其負向的投射性認同在團體中的改變，且經此機會助長自信，並透過成員及領導者的回饋，修正原先壞客體經驗，將負向投射性認同轉為正向。

○ 結論

本文以客體關係治療理論，針對大專生親職化個體進行團體方案設計。本團體雖未能實際進行，但期許日後能透過網絡平台、海報、等方式，向大專生宣傳此團體的參與價值，並對團體歷程中的逐字稿進行編碼和分析，確認成員在團體展現出的投射性認同、正負向人際主題，再以匿名問卷、焦點團體討論、個別面談等方式，收集成員對該團體的評價，以評估成員在自我認同和需求表達層面的改變程度。透過此方案的初探，本研究期望能鼓舞專業助人者們根據自身所服膺的理論學派，設計獨特的方案，一同在親職化議題上探索與學習。

關鍵字：親職化個體、客體關係治療理論、投射性認同

1 彰化師範大學輔導與諮商學系婚姻與家族治療碩士班學生

2 彰化師範大學輔導與諮商學系教授

3 彰化師範大學輔導與諮商學系碩士班學生

* 通訊作者信箱：421love920@gmail.com