

## 第六章 親子平行小組內容

### (II) 個案研究

#### 個案背景

每位親子小組成員在進入小組前，均被邀請填寫問卷及作訪談。問卷數據及訪談內容不但包括學生和家長的家庭背景，還有其在認知、行為及情緒上的特質。所以，當工作人員參照這些資料，便可對小組組員有一定的認識。除了學生面談外，家長面談的內容，亦提供了家長在管教子女上的價值觀、管教方式、親子關係及溝通模式等相關資料。這些數據及訪談內容，都有助工作人員於帶領小組活動的過程中，與小組組員建立互信的關係，並有效地作出針對性的治療。

以下是阿俊(化名)在問卷調查的部份數據，及其父親梁先生在接受訪談時提供的資料：

#### a) 問卷調查

行為方面：

| 量表 | 攻擊行為(總分：46)  |              |
|----|--------------|--------------|
|    | 操控型攻擊(總分：24) | 反應型攻擊(總分：22) |
| 分數 | 14           | 11           |

根據反應型和操控型攻擊問卷(RPQ)，阿俊的整體「攻擊行為」分數為24分，甚高於臨床指標的18分。另外，阿俊於「操控型攻擊」分數為14分，而「反應型攻擊」分數為10分；以本計畫的篩選準則，界定一名學生屬於「操控型攻擊者」的分數為5分或以上；而「反映型攻擊者」的分數為8分或以上。由於阿俊的「操控型攻擊」分數高於他的「反應型攻擊」分數，這反映阿俊有嚴重的操控型攻擊行為傾向。

認知及情緒方面：

| 量表 | 同理心(總分：120) |
|----|-------------|
| 分數 | 40          |

研究亦應用了「認知-情感-身體」同理心量表(Cognitive-Affective-Somatic Empathy Scale)來評估阿俊的同理心。根據本計畫於2010年-2011年度研究顯示，全港學生於「認知-情感-身體」同理心量表的中位數為58分，而阿俊的分數僅得40分。這反映出阿俊屬於情緒起伏不大的人，亦缺乏同理心，難以代入別人的感受當中。

## 第六章 親子平行小組內容

### b) 學生訪談

訪談中，阿俊會被問及一些在學校有可能發生的情境，當中包括欺凌或違規行為的情節。工作人員邀請阿俊代入情境中，想像如果他遇上這些情況的時候，會有怎麼的想法、行為及情緒。以下是學生訪談的情境題目：

「你一直也很想有一部最新款的手提電話，但你卻沒有足夠的金錢購買。有一天，你在學校飯堂發現身旁的同學留下他的手提電話走了，而那部手提電話正是你一直想擁有的那型號。當時，飯堂沒有太多的人留意你的舉動。」

訪談期間，阿俊認為：若沒有人注意到自己的舉動，他便會拿走那部手提電話。他表示這麼容易就可以獲得這部最新款的手機，他是絕對不會錯過這個難得的機會。另外，阿俊在訪談期間亦否定了自己應要承擔的責任。他認為整件事的歸因於對方的不小心，遺失了財物，所以他不問自取是「理所當然」的事情。另外，他即使知道對方會因此感受傷害，但他仍然選擇這樣做的。同時，他也考慮到若被老師揭發此事，他會如何應付。

### c) 家長訪談

在家長的訪談中，梁先生(阿俊的父親)表示自己學歷不高，覺得自己不懂得教導兒子。梁先生亦表示自己與妻子均工作忙碌，很少與兒子相處，對兒子疏於管教，而兒子對他們的態度亦很冷漠。梁先生表示很喜歡以物質獎賞兒子的正面行為，亦視此為管教兒子最有效的手段。另一方面，老師向梁先生反映阿俊在校內有很多結黨和煽動同學杯葛他人的行為，故此梁先生希望參加小組後，可使兩人相處變得融洽，同時減少阿俊的反叛性。

父母教養方式:

| 量表 | 威信型(總分：75) | 專制型(總分：60) | 放縱型(總分：25) |
|----|------------|------------|------------|
| 分數 | 15         | 17         | 23         |

研究應用了父母教養方式與類別問卷(Parenting Styles and Dimensions Questionnaire)來探討梁先生的教養方式。問卷研究顯示：梁先生的「放縱型」管教方式分數為23分，數據反映出他傾向以鬆散、放任的方式來管教子女。

### d) 小結

在問卷調查中，阿俊的「操控型攻擊」分數遠高於「反應型攻擊」指數。在訪問過程中，工作人員觀察到阿俊所談及的，都是圍繞著個人的利益和好處(Instrumental Goal)。根據認知行為治療法的分析，阿俊在思考過程中，出現了不同程度的「非理性思想」。另一方面，工作人員觀察到阿俊低估了攻擊或違規行為會帶來嚴重的後果。他對別人欠缺同理心，沒有體諒對方的處境和感受。參照以上的特點，工作人員將運用針對性的輔導策略，包括協助阿俊拆解他的非理性思想，讓阿俊能夠建立「合情合理合法」的新思維，從而減少他的攻擊和違規行為。同時，工作人員亦需要引導父親梁先生檢視其管教模式及管教上的偏差，讓他反省現行的管教模式並非有效的方法。

## 第六章 親子平行小組內容

### 2. 小組初期

小組初期，工作人員透過各類型的親子活動，評估家長與子女的互動模式；透過家長的分享，探索家長的管教互動模式，進而了解家長管教子女時的價值觀及期望，以協助家長與子女建立正向關係。活動亦有助家長察覺自己在處理子女問題時的想法、情緒與身體反應的變化。此外，工作人員會透過觀察組員於小組內的表現，評估其價值觀及其行為背後的目的，再引導他們反思其負面行為所帶來的負面後果。

#### a) 小組過程及個案闡述

在親子活動的環節中，組員會被邀請分享於日常生活中，最經常跟對方說的五句說話。在活動期間，阿俊主動要求先作出分享，原因是希望獲得糖果作為獎賞。梁先生則表現得較為被動，不太願意分享。及後，經過兒子的一番催促，梁先生才作出分享。梁先生最常對兒子說的話都是圍繞著要有出色的成就；要求兒子要聰明世故，懂得賺取很多金錢；並認為有前途就是等同能賺取高薪酬。另外，梁先生表示：如果兒子不能考取好成績，自己亦會沒有面子。阿俊在分享與父親相處時，表現得很消極，言談之間流露出不滿的情緒。阿俊表示：父親很多時都會因為成績的問題而責罰自己，甚至會用傷害自尊心的說話來侮辱他。

在家長活動中，梁先生分享自己在處理子女問題時的情況。梁先生表示：兒子無心向學，沉迷電腦遊戲和踢足球，因而感到十分無奈和氣憤。梁先生認為兒子不應浪費時間在一些沒有前途的興趣上，而應專心讀書，他日才能賺取高薪厚職和名成利就。為了吸引兒子專心讀書，梁先生表示自己經常以物質和金錢利誘他，並視之為行之有效的手段。

另一方面，在子女活動中，阿俊顯露了冷酷及缺乏情感的特徵，並且沒有一點同理心。在活動「我的著數表」中，阿俊表示自己最想得到無限的點數卡，而他亦分享自己一次偷取同學點數卡的經歷，他不認為偷竊是錯誤的行為，對於自己用偷竊的方法取得同學的點數卡而感到自豪。阿俊認為那些做了錯事而遭受懲罰的人是不幸的，只因一時不小心失手，才會被捕，為此他感到可惜。阿俊傾向低估負面行為的結果，認為偷竊的後果並不嚴重，而且深信憑自己的聰明才智一定能逃過懲罰。此外，阿俊十分重視物質利益，只著眼於眼前利益，忽視負面行為所帶來的長遠代價。

#### b) 工作人員分析－親子互動關係

從觀察所得，梁先生與阿俊的親子關係傾向於物質化。梁先生多以物質去獎勵兒子的正面行為，兒子亦善於討價還價，要求梁先生以物質來嘉許自己的正面行為。阿俊經常漠視梁先生的說話，而梁先生對於兒子的漠視，則顯得頗為氣憤。

在活動初期，梁先生表達出自己對於兒子的期望，他極其重視兒子將來是否能名成利就。梁先生衡量個人成就的標準是基於薪酬的多寡。梁先生認為兒子只應花時間在讀書上，而不應浪費時間於一些無謂的課外活動上，因參與這些活動對兒子將來能名成利就是毫無幫助的。除此以外，梁先生要求兒子在校內一定要獲得優秀的成績和要懂得討好師長，這才是聰明世故的表現。梁先生認為兒子若未能做到自己的要求，便是一個毫無用處的人，是社會的失敗者。梁先生的分享顯露了他極其重視兒子的個人成就，並視之為衡量人價值的工具，他不介意兒子是否以正當的方法去取得成功，只在乎其目的能否達成。

## 第六章 親子平行小組內容

在活動中，工作人員引導梁先生反思自己的想法及讓他察覺其管教方法是否有所偏差。例如：他經常以威迫利誘的方式去管教兒子，他向兒子表示只要他能獲取好成績，便會獲得名貴的物質作獎賞。但若果兒子未能達到其要求時，便會立刻扣除他的零用錢以作懲罰。某程度上，梁先生這種管教模式影響了兒子懂得以偽善的行為來換取獎賞，並且善於討價還價。另一方面，梁先生把衡量個人成就的標準與能否賺取高薪掛勾，影響了兒子待人處事的價值觀，令他傾向以個人成就的高低來衡量一個人的價值，同時，為求達到目的會不擇手段。

除此以外，在學生活動中，工作人員觀察到阿俊善於分析及評估形勢，從而作出決定（例如：在分享一次偷竊同學點數卡的經驗中，阿俊善於先評估行動的風險及後才下決定，他選擇了在同學不察覺和混亂的情況中「下手」，並成功地偷取同學的物品。）而且，阿俊認為能力弱的人是不值得受人尊重的，甚至沒有生存的價值，因此他很多時都會以欺壓的手段來戲弄同學。當阿俊看見同學遭自己所安排的同學欺負時，他會覺得自己很聰明，因為能成功地把同學玩弄於股掌之中，又不被老師發現，他形容這種欺負同學的經驗令他感到很有趣和刺激。在活動中，工作人員透過家課「我的影響」，來增強阿俊的自省能力，令他反思他的負面行為可引致嚴重的長遠後果。此外，工作人員亦會透過角色扮演演習的練習，讓阿俊透過代入真實欺凌事件中被欺凌的角色，讓他感受當中的苦痛，增強他的同理心。工作人員亦從角色扮演的練習中，讓每位組員從不同的角色去評審案中主角的欺凌行為，引領他們去思考欺凌行為的嚴重後果。工作人員隨即引導他們做任何事情前，必須先考慮相關的後果和他人的感受。

### 3. 小組中初期

經過小組初期對家長與子女互動模式的評估，工作人員已大致掌握各對親子的價值觀。在小組的中初期，工作人員會探索家長於管教時經常落入的思想陷阱，讓家長明白落入思想陷阱後的行為及情緒反應。另外，透過組員於小組時分享的經歷，工作人員評估組員的自動化想法和思想陷阱，藉此增加他們對於「思想」、「情緒」與「行為」的認識。

#### a) 小組過程及個案闡述

在小組中初期的親子活動環節中，家長及子女需各自填寫心目中理想父母及子女的條件，然後作出分享。梁先生認為作為一個理想子女的條件是不要在學校裡惹事生非，不要惹麻煩給父母和將來能名成利就。梁先生認為若果兒子未能做到自己的要求，便會令自己與妻子面目無光，亦會是社會上的失敗者。而阿俊則認為作為一個理想父母的條件是能無限量地供應金錢和物質，他認為金錢是萬能的，金錢可用作換取尊嚴、結交朋友的條件和完成任何事情。

在家長活動中，梁先生提及一次阿俊曾在校內和同學發生衝突的事件。梁先生認為阿俊的行為很愚蠢，認為他不應被老師發現而導致自己的形象受損，影響美好的前途。在言談之間，梁先生只著重於兒子的成績、前途，對於兒子的攻擊行為並沒有覺得不妥。另外，梁先生十分堅持「若果兒子將來未能名成利就，便是一個毫無用處的人」的信念，他認為處身於這個弱肉強食的世界裡，人一定要足夠的實力才有資格生存，欠缺實力的人是沒有價值的。

另外，阿俊於子女活動中分享他過去在學校與同學相處的經歷。阿俊表示自己過往當遇見一些默不作聲的同學時，便會著其他同學上前挑釁他們，原因是覺得那些同學態度十分囂張和輕視他，於是便要教訓他們，一展自己的實力。阿俊不覺得自己的行為有何不妥，更認為自己的行為有理，是捍衛自己的實力、尊嚴的表現，並為自己的行為感到相當的自豪。

## 第六章 親子平行小組內容

### b) 工作人員分析

在家長活動中，工作人員發現梁先生只著重兒子的成就，為的是將來能賺取高的薪酬和為自己增光。梁先生對兒子的個人品德毫不重視，只是希望兒子聰明世故，不要為父母惹來麻煩。梁先生認為「若果兒子將來未能名成利就，便是一個毫無用處的人」的想法無疑是落入了「妄下判斷」這思想陷阱。工作人員會先運用「十大思想陷阱」的練習去協助梁先生辨識他的思想陷阱和引導他察覺自己所跌入的思想陷阱。工作人員運用小組技巧引導梁先生反思其想法，協助他察覺自身經常跌入的思想陷阱，並探索其思想陷阱如何影響自己與子女之間的相處。接著，工作人員會運用「克服思想陷阱」的練習去協助拆解梁先生的思想陷阱，例如：利用練習裡的「自我反問」方法，令梁先生思考其想法的其他可能性。

另外，阿俊於子女活動中的分享亦反映出他「非黑即白」的想法，他認為那些默不作聲的同學是態度囂張，與自己過不去的表現，於是他便會靜候時機，利用其他同學對他們作出攻擊行為，以展示自己的實力和價值，令所有同學都膜拜他。阿俊的自動化想法是：「我必須向別人展示實力，我才有價值，否則我便沒有生存的價值了」。工作人員引導阿俊反思自己的自動化想法是落入了哪一個思想陷阱，更重要的是利用小組技巧令他反思自己的行為，並嘗試多用同理心，站在別人的角度去感受。

### 4. 小組中後期

在小組中後期，組員透過活動檢視及重塑其自動化思想(Automatic Thoughts)。家長拆解思想陷阱後，進而處理啟動自動化思想的中介信念(Intermediate Beliefs)。中介信念包括自我的價值觀(Attitudes)、假設(Assumptions)及規條(Rules)。於小組中的後期，工作人員會引導家長檢視及認清個人規條如何影響到子女的攻擊行為。另外，工作人員亦透過拆解子女的思想陷阱，同時引導他們以合情合理合法的方向去處理問題，用多角度的角度去了解事物，從而改善他們的家庭及校園生活。

#### a) 小組過程及個案闡述

在小組中後期，小組會有較多家長及子女獨立分享的環節，目的是希望重塑其自動化思想，透過不同的練習去協助他們拆解思想陷阱，繼而處理其中介信念的偏差。在一次分享環節中，梁先生分享到，如果兒子在考試或公開比賽中未能獲得最優異的成績時，自己便會感到極其羞恥，而且覺得兒子很失敗，丟人現眼。每當兒子未能做到梁先生的要求時，他便會立刻有以上的想法，因此梁先生為求兒子能獲得成功，會不惜一切代價。梁先生自少向兒子灌輸「名成利就和有權力的人，才是有價值的人」的觀念，而且教導他：要獲得成功，就必須不惜任何代價，即使用不正當的方法(走捷徑)去達到目的，亦並無不妥。在梁先生眼中，只有最優秀的人，才有價值，這中介信念直接令梁先生的管教規條出現很多偏差。工作人員在小組中運用「規條建立大事記」的練習邀請梁先生找出其管教規條中的思想陷阱和負面想法，並以引導的方式協助他拆解。從「規條建立大事記」的練習中，工作人員了解到梁先生的中介信念：「名成利就和有權力的人，才是有價值的人」是來自他的父母教導，他坦承這信念對他的一生是最具影響力的，亦影響了他對兒子的管教規條，使他訂下了「要獲得成功就必需要不惜任何代價，即使用不正當的方法(走捷徑)去達到目的亦並無不妥」的管教規條。工作人員隨即利用「認識管教規條」這練習讓梁先生反思自己訂立的管教規條如何影響了他和兒子的相處和對兒子成長所帶來的負面影響，例如：兒子只會著重於追求成功感而漠視親情，只視父母為提供物質需要的供給者，彼此間毫無溫情可言。長遠來說，梁先生這管教規條亦會影響兒子習慣以不擇手段的態度去獲取所想，無視法紀，並且誤以為自己的所作所為是正確的。

## 第六章 親子平行小組內容

在子女組方面，工作人員一方面協助組員建立「合情、合理、合法」的新想法，引導他們從多角度去了解事物，另一方面協助他們反思負面行為所帶來的嚴重後果，並利用不同的練習去增強他們的同理心。在小組中後期，阿俊認識到人的價值和自尊並非單單來自金錢和權力後，工作人員觀察到他的心態上已有所轉變，例如：他開始減少以金錢來看待事情，現在懂得以不同的角度來看待事情的內在價值。另外，透過多次同理心的練習，阿俊開始懂得關心別人的感受和站在他人的角度去思考，而非只從自己的利益角度出發。阿俊承認他誤以為過去霸道的行為是能夠得到別人的尊重，但現在以「合情、合理、合法」這新角度去思考事情後，卻發現自己過往的想法是大錯特錯的。例如：阿俊誤以為能透過欺負別人來贏得尊重和換取成功感，但透過真實的個案研討後，工作人員引導阿俊覺悟到其負面行為所引致的嚴重後果，非不但不能為他帶來成功和尊重，更會令他身陷囹圄，後悔不已。

### b) 工作人員分析

梁先生的管教規條是「要獲得成功就必須不惜任何代價，即使用不正當的方法(走捷徑)去達到目的亦並無不妥」，他的中介信念是「名成利就和有權力的人，才是有價值的人」。在活動中，工作人員派發「規條秤一秤」的工作紙給組員，就各家長訂立的管教規條進行討論。工作人員帶領所有家長一起討論其管教規條，並從各家長的分享中，找出一些思想陷阱和負面想法，協助他們進行拆解。就梁先生的管教規條而言，工作人員引導他反思這規條有何好處和壞處，梁先生表示好處是能確保兒子能獲取成功，達到所想；而壞處是會影響兒子的價值觀，令他凡事從利益的角度出發，導致兒子做人處事時不懂顧及別人的感受，為求達到目的不擇手段。工作人員透過組員之間的分享互動，引領梁先生反思他管教規條中的偏差，並引導他思考所潛在的危機，例如：於他日長大成後，因為求目的而犯下嚴重罪行而受法律所制裁，屆時將後悔一生。除此以外，工作人員引領梁先生反思其個人規條如何影響兒子的攻擊行為，例如因為他自小受著「名成利就和有權力的人，才是有價值的人」的觀念所影響，扭曲了兒子的價值觀，使他看待人的價值等同於金錢和權力，因此往往當兒子遇上一些弱者時，便會認為這些人沒有價值，即使對他們作出欺凌的行為亦並無不妥，久而久之，兒子便會變成一個只求目的、榮耀而欺侮弱者、毫無同理心的人。經過工作人員引領梁先生反思他一直所持有的信念、管教規條和其管教對兒子的負面影響後，他已清楚地察覺到問題所在，並表示願意立刻重新檢視其個人的信念和管教規條，以免日後兒子犯下罪行，以致後悔一生。

另外，經過小組的前期輔導，阿俊亦逐漸明白到單以自己的角度去思考事情是不足夠的，而且，若事無大小均用利益去衡量的話，便會失去人生很多比金錢還可貴的東西(例如：親情、友誼等)。與此同時，阿俊的同理心明顯地增加了，開始懂得多站在別人的角度去看事情，這亦有助於減少他的攻擊行為。

## 5. 小組後期

在小組中期及中後期，家長已學會了解到自己在管教上、情緒管理或理解事物角度上需要改善的地方。在小組後期，工作人員進一步協助家長運用「合情、合理、合法」新的思維模式，來取替以往的「思想陷阱」，強化家長和子女彼此間的正面溝通模式和技巧，並進一步培養子女反省自己的習慣，多從別人的角色和感受出發。

### a) 小組過程及個案闡述

在小組後期，家長及子女會被邀請運用「我訊息」去溝通。梁先生抽出了一張模擬情景卡，內容講述兒子於考試前一晚仍觀看電視節目及玩遊戲機。活動過程中，梁先生嘗試運用「我訊息」的技巧去表達自己的感受及期望，而阿俊則被邀請分享其感受。另外，在子女活動方面，工作人員與組員重溫所學，並展望他們能繼續以「合情、合理、合法」的思考方式去待人處事。

## 第六章 親子平行小組內容

### b) 工作人員分析

在學習運用「我訊息」去溝通時，梁先生開始懂得以真誠開放的態度與兒子清楚地表達自己的期望，而非利用金錢或物質去利誘他溫習。工作人員引領梁先生多反思其管教規條是如何受其中介信念所影響，而其信念如何負面地影響了兒子的價值觀，最終令他明白到自己在管教上要改善的地方。當小組完結時，鞏固所學(Consolidated Learning)及強化(Reinforcement)實踐是重要的一環。在小組後期，工作人員利用「我訊息」的練習和角色扮演，以鞏固梁先生運用新的「合情合理合法」思維模式，取替以往的「思想陷阱」，強化他和兒子彼此間均用正面溝通的模式和技巧相處。例如：梁先生已懂得運用「我訊息」去表達自己對兒子的期望和感受，希望他能用「合情、合理、合法」的方法去追求目標。另外，經過多次同理心的練習，阿俊亦懂得做任何事情前先從「合情、合理、合法」的角度去思考，以及多考慮別人的感受，最後懂得使用「合情、合理、合法」的方法正面肯定自己，證明自己的能力和價值。

### (III) 參加者心聲

- 於小組中學懂瞭如何控制自己的情緒，而且改善了自己與子女的關係
- 小組令親子關係有進步，能釋放因管教子女而產生的壓力
- 於小組中更清楚自己的想法、感受及期望
- 在小組裡學會的放鬆自己方法，希望日後可以融匯貫通地運用，不用時刻都處於過度緊張的狀態
- 家長可把學到的教導子女，令他們學習冷靜情緒，對他們人際關係有很大幫助
- 在小組分享中可吸收別人經驗，從而改變自己的想法
- 操控型攻擊者著重利益和好處，因此工作人員須不時評估物質獎勵的成效，如組員已十分合作及投入小組，便可減少物質獎勵
- 工作人員須多留意及讚賞組員的正面表現，即時給予回饋，有助組員積極參與小組；工作人員亦可透過其他方法，例如增加活動的變化，令組員投入活動
- 工作人員需以真誠的態度去觸動操控型攻擊者，使他們能開放自己去表達意見及感受

### (IV) 工作人員分享

- 有些家長於分享經歷環節需時過久，工作人員需在適當的時候控制時間，以免影響小組進度
- 工作人員避免使用教導性方式帶領小組，宜透過提醒及引導性問題讓組員作出反思
- 在討論環節中，工作人員可盡量邀請每位組員發言，但不可強迫組員作分享。可於組後個別傾談多作鼓勵，並了解組員情況
- 工作人員宜對組員的積極參與及組員之間的互相合作表示讚賞，令組員更加投入參與小組活動