

第三章 治療性輔導小組 - 操控型攻擊者

(V) 小組中初期

這部分簡述小組中初期協助辨識 (Detect) 組員非理性想法的情況。工作人員透過不同的活動，讓組員學習A-B-C概念，希望組員運用有關概念，辨識自己行為和情緒背後的非理性想法，同時讓他們認識非理性想法所帶來的負面影響。工作人員教授組員A-B-C概念時，主要運用Ellis的十二種非理性想法。而上文提到Beck的認知概念，工作人員則應用在個案的評估上。

小組活動：第五節

活動	「情境題 – 如果我是小明…」
時間	35分鐘
理念	當組員認識A-B-C概念後，工作人員運用不同的情境題，讓組員看到，當同一件事發生在不同人身上時，會因應各人有著不同的想法，因而作出不同的行為反應及情緒反應
目的	<ol style="list-style-type: none">1. 強化組員對A-B-C概念的認識2. 評估組員的非理性想法3. 讓組員了解自己的想法
程序	<ol style="list-style-type: none">1. 兩位工作人員先扮演事件(A)，然後引發組員作出思考：「如果你是事件中的主角小明，你會作出甚麼行為反應呢？」2. 派發堂課紙，讓組員先寫出他們的行為反應及情緒反應；工作人員按照他們相同的行為反應，把組員分成小組（將有攻擊行為的組員分成同一小組），然後在小組討論中，各人說出自己行為反應背後的想法，最後，將行為反應寫在白紙上3. 小組組員進行角色扮演，做出他們的行為反應；另一組的組員經觀察後，試猜測他們的行為反應4. 揭曉白紙上的答案，答中的得分，組員分享行為背後的想法5. 兩位工作人員先扮演事件(A)，然後引發組員作出思考：「如果你是事件中的主角小明，你會作出甚麼行為反應呢？」6. 這次工作人員按他們相同的情緒反應分組，然後重覆第2至第4步驟 <p>總結：同一件事發生在不同人的身上，會因著各人有不同的想法而作出不同的行為反應及情緒反應</p>
物資	情境 1 及 2、白紙、顏色水筆

第三章 治療性輔導小組 - 操控型攻擊者

小組過程及個案闡述

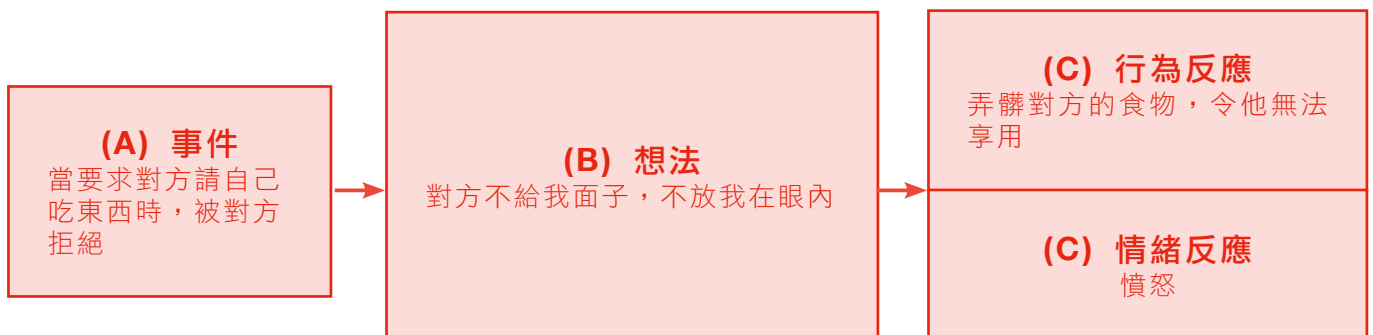
操控型攻擊者是聰明的一群，他們相對較易掌握及了解A-B-C概念。工作員利用這些情境題，讓組員了解A-B-C概念外，還須評估他們的非理性想法。所以，工作員以組員相同的行為反應及情緒反應分組，讓他們在分組時，容易表達自己的想法。

當阿慧代入以下情境時：

「小明在小息完結前，才到小食部買東西吃。但走到小食部，才發現自己沒帶錢。當時見到一個同學買了自己想吃的食物，小息即將完結，小明會...」

阿慧分享，如果她是小明，她說：「我當然會先了解對方是誰，如果對方沒有任何勢力撐腰，我便可以『做嘢』。」工作員請阿慧澄清「做嘢」的意思時，她說：「我會『禮貌』地問他到底認不認識我？如果他認識我，我相信他會自動自覺地將他的食物給我。如果他答不認識，他的下場便會很慘了！我會在他的食物中『加料』，這樣他以後都會知道我是誰。哈哈！」

工作員從阿慧的回應中，發現「當要求對方請自己吃東西時，被對方拒絕」的事件(A)能協助工作員及阿慧了解操控型攻擊行為的非理性想法，因此，工作員以此作為一個新的事件，追問阿慧的情緒反應及背後的想法。以下是阿慧在這件事中的想法及感受：



工作員分析

工作員必須對A-B-C概念十分掌握，因為當組員分享他們的經驗時，很容易將事件、想法及行為反應混為一談，工作員必須協助組員分辨三者之不同。由於日後的小組活動是為了組員拆解非理性的想法，故組員必須掌握此概念，才能有效地進行拆解。

當組員出現負面情緒時(如憤怒、失望等)，便是一個好機會讓他們辨識 (Detect) 自己的想法。阿慧表示憤怒，是由於她認為對方不放在眼內。工作員協助組員辨識 (Detect) 自己的想法時，提出一個情境假設：如果有人不將自己放在眼內，那代表些甚麼？

阿慧相信，一個沒有價值的人，才會被人忽視及不尊重。工作員以一個具同理心的反應回應她：「帶著這個想法的時候，真的會令人感到恐懼，因為自己無時無刻都不能出錯，否則便是一個愚蠢、沒有價值的人了。」阿慧以點頭作回應，情緒相比活動初段，明顯低落了很多。工作員從阿慧的反應，相信她亦認同工作員對她想法的評估。



第三章 治療性輔導小組 - 操控型攻擊者

阿慧在小組分享中，察覺到自己希望透過攻擊行為令別人「敬畏」自己。因為她相信如果別人「敬畏」自己，自己便能從中找到自己的價值。因此，在另一個活動中，當她挑選 Ellis (1977) 的「十二種非理性想法」貼紙時，她選擇了「當事情不如自己所願時，就是最慘和最可怕的情況」、「每個人都應該有足夠的能力、智慧和成就，才算有價值」及「對於身邊的事物，人是要有完美的控制」的想法。這三個想法正好反映了阿慧十分重視「能力」，因為她相信沒有能力的人是愚蠢及不能把事做好的，所以，她一定不會受其他人尊重及認同。沒有別人的尊重及認同，便等同於她是沒有價值的人。

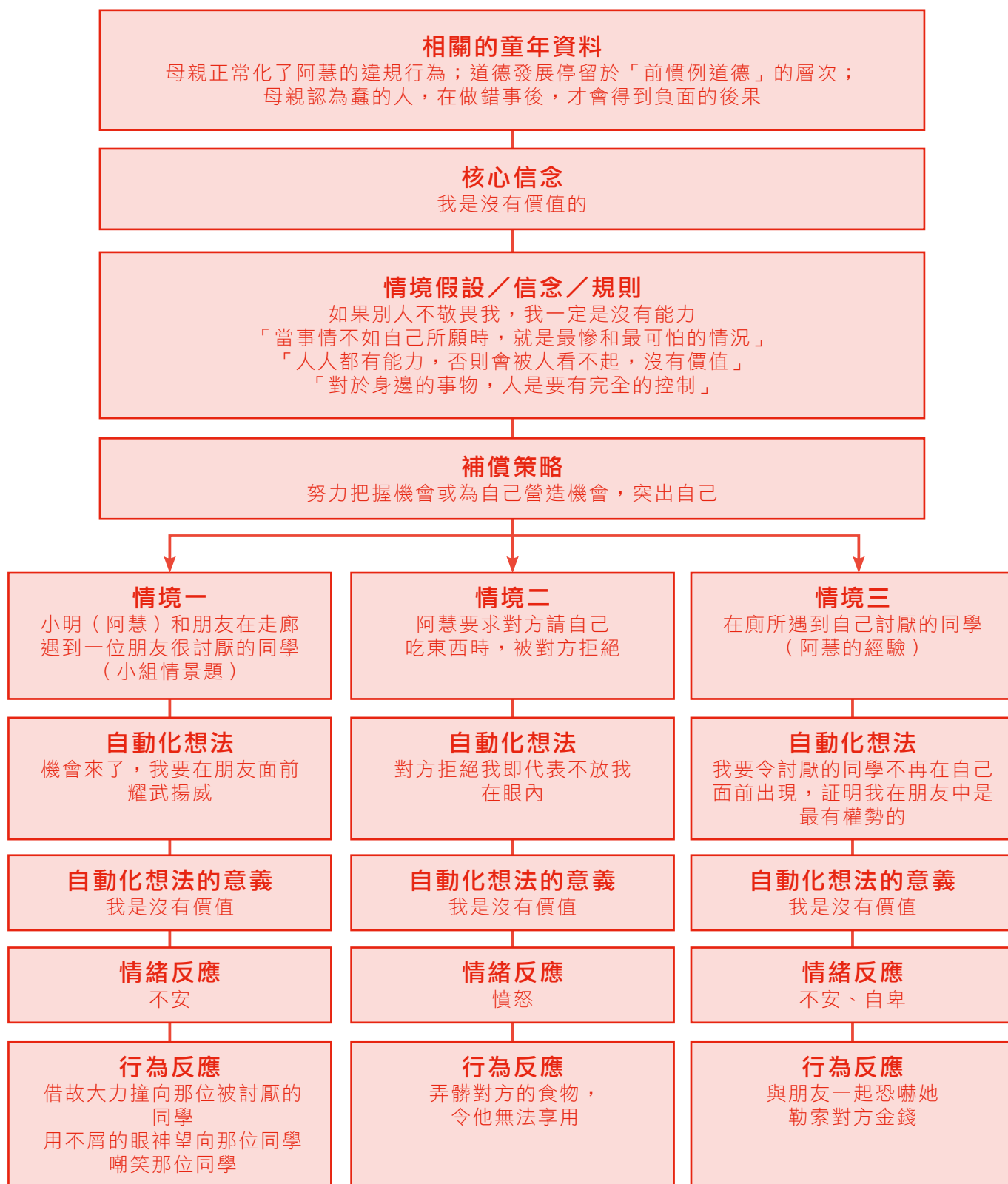
Beck (1995) 的認知概念表提供一個清晰及具體的理念架構，協助工作員評估組員的核心信念、中介信念(規條)及自動化想法。工作員可以根據小組初期搜集得來的資料，運用認知概念表，評估阿慧的核心信念及中介信念：

第三章 治療性輔導小組 - 操控型攻擊者

姓名：阿慧

年齡：中二、14歲

個案背景：聰明；熟悉黑社會、毒品的問題；朋輩中的領袖



認知概念化圖表－阿慧 (Beck, 1995)

第三章 治療性輔導小組 - 操控型攻擊者

小組活動：第六節

(詳情請參閱教學光碟，操控型攻擊者 - 4. 小組中初期 及 7. 馮麗姝博士解說)

活動	播放「鐵窗邊緣 - 玩過界」*
時間	30分鐘
目的	透過真人真事的分享，讓組員明白「玩樂」也可帶來嚴重的負面後果
程序	<ol style="list-style-type: none">1. 介紹影片：影片內容是真人真事，希望組員留意片中主角的行為及後果2. 播放影片3. 討論重點：<ul style="list-style-type: none">• 組員分享影片中深刻的片段• 片中主角的「大件事指數」• 片中主角了解行為會帶來負面的後果後，對他們行為的影響 <p>總結：片中的主角可能沒有想過，行為帶來的負面後果原來是十分嚴重的；工作員希望組員透過小組討論，反思自己的行為帶來的負面後果</p>
物資	「鐵窗邊緣 - 玩過界」、電腦

* 「鐵窗邊緣 - 玩過界」第十集，香港電台

第三章

治療性輔導小組 - 操控型攻擊者

小組過程及個案闡述

播放影片期間，大部分組員都十分專注。影片播放完畢，組員對影片中的主角需要負上嚴重的後果存有懷疑。於是，工作人員澄清片段的真實性，藉此營造一個有客觀事實支持的小組討論。

播放影片後，工作人員與組員討論深刻的片段。他們較容易理解攻擊及欺凌行為為個人帶來的負面後果，例如：失去自由、失去朋友等。此外，在小組初期，活動著重刺激組員對情緒的認識，令組員到了小組中期，開始了解及表達感受。例如阿慧表示片段中主角的父母對主角的行為表示擔心、失望、難過，是她最深刻的片段。

小組分享尾段，在工作員的引導下，組員將A-B-C概念套用在片中的主角中。在過程中，組員能正確地分析片中主角的事件(A)、想法(B)、行為(C)和情緒(C)。當組員反思主角欺凌行為背後的想法(B)時，阿慧認為主角希望證明自己是有能力，才會欺負別人。同時阿慧亦察覺到自己與片中主角的想法十分相似，因為她相信如果別人「敬畏」自己，這就是有能力及有價值。從她的分享中，可見阿慧開始能運用A-B-C概念，辨識自己的想法。

工作員分析

操控型攻擊者對後果傾向作正面的評價。在這節活動中，工作人員希望透過真人真事的分享，衝擊組員這方面的認知，增加組員了解欺凌行為後果的客觀性。如果忽略攻擊行為背後客觀現實的角度，定必帶來負面後果。此外，工作人員透過客觀事實 - 做了犯法的事，便須要負上法律責任，營造壓力 (Create Stress)，讓組員感到改變想法的迫切性，從而作出改變。

透過播放影片，雖然能提供客觀證據，讓組員了解現實中欺凌行為帶來的惡果，但對於組員來說，情境相對而言是抽離的，因為他們只是討論別人的事件。小組發展到中期開始日趨成熟，工作人員須要把小組主題由「抽離」轉到「切身」。意思是指，活動只是協助工作員引起討論，而重點是工作員必須從討論別人的事件轉移到探索自己和解自己的過程。因此，組員將自己的想法投射在片中主角身上，工作人員須加以利用，透過組員和主角相同的經驗，直接讓組員了解自己欺凌行為背後的想法 - 利用欺凌行為證明自己的能力，從中引證自己是有價值的想法。

同時，工作人員亦將片中主角父母的感受，轉移到阿慧父母的感受對阿慧的意義，藉此讓阿慧了解父母的感受對於自己的重要性，讓她了解欺凌行為背後須要負上讓父母傷心的後果，從而改變他們對欺凌行為的想法。工作人員相信，父母的角色及感受，能成為阿慧減少欺凌行為的增強物 (Reinforcement)。