

# 『我懂你的心，其實我也一樣』 淺談受保護管束人之團體心理諮商

撰寫人：觀護人 許潔怡

法務部於近年內持續推動由各地檢署與專業人員合作辦理團體諮商，希望增進受保護管束人自我認知、提升個人自我因應技巧及重新學習正確社會行為，協助受保護管束人順利復歸社會。因此本署在衡量資源的有效運用與成本效益下，定期開辦兩個團體心理治療：『家暴加害人諮商團體』與『減酒害與飲酒控制團體』。

那什麼是團體心理諮商呢？基本上就是讓一或兩個訓練有素的心理諮商人員，將心理治療技術運用於一群個案。依據團體心理治療大師 Irvin Yalom 所述，團體成員間的人際互動具有無比的價值。Yalom 認為人際關係對心理發展是相當重要的，團體能提供人際互動的機會，也可以重現個案的人際關係，若能建立具有凝聚力的團體，人們就可以在安全的環境重新學習與處理跟人際有關

的議題。Yalom 也提到參與團體的成員，若是能夠建立共同性，意識到不是只有我有問題，避免了獨自面對問題的孤寂感，就能透過社會學習，學會新的典範與因應技巧。

本署開辦『家暴加害人諮商團體』，聘請高屏地區持續耕耘家暴加害人治療領域的李雅琪與林彥彤兩名老師，帶領團體成員討論自身問題，協助個案學習新的因應生活壓力、管理情緒，並能停止暴力之行為。

另外，鑑於酒駕問題層出不窮，本署於 102 年也創新開辦『減酒害與飲酒控制團體』，聘請曾任台南退休的何曉飛主任帶領。而 105 年開始則由高醫退休的黃正仁教授與黃宇達心理師帶領，設計相關的團體課程，期使受保護管束人認知與了解減酒害的概念，進而學習到對飲酒行為的控制，降低與避免飲酒後所造成的傷害。



參考資料：

『團體心理治療』，Sophia Vinogradov & Irvin Yalom 著，鄧惠泉、湯華盛譯，五南出版，2001 年初版。