

關係之繭－ 從家族治療看見 關係中的親密與自主

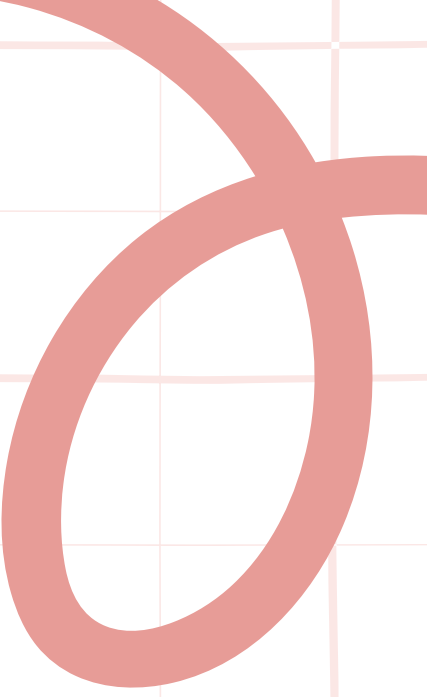
◆◆ 報告者：許侑捷、周品華、黃欣悅



組員：林芷亘、李萱、許侑捷、周品華、黃欣悅



目錄



1

讀書會起源

3

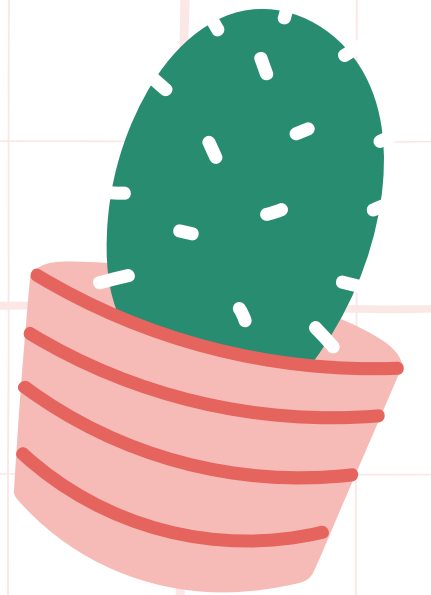
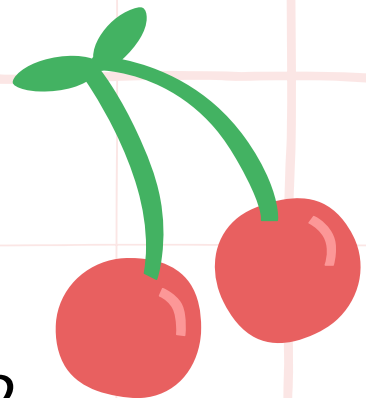
會議記錄

2

進行方式

4

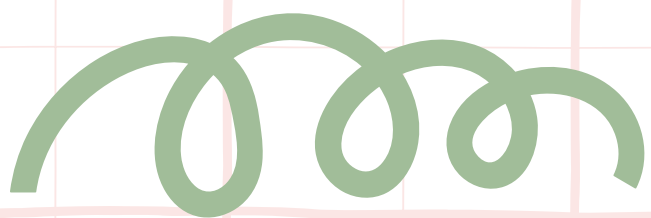
心得感想



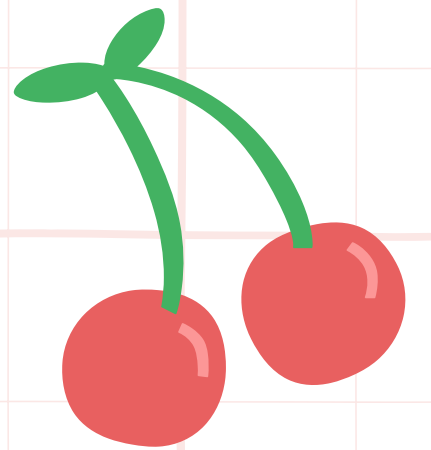
讀書會起源



- 「關係之繭」—繭象徵家庭交織緊密的關係，既是安全的保護，也可能是嚴格的限制。
- 學術交流：探討不同家族治療理論如何理解與處理家庭成員間的親密與自主議題
- 實務討論：從實際案例中更加深入理解家庭互動的動力，內化系統觀點的思維，應用於諮商工作與日常關係中。



進行方式

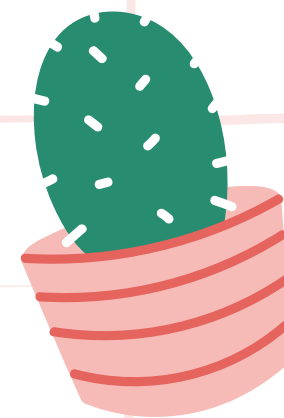


1. 時間規劃：每週舉辦一次（清明連假暫停一次），每次聚會約為兩小時，共計六次。
2. 參與形式：配合成員跨縣市參與需求，採取實體與線上並行，實體討論地點於心輔系自習室或圖書館討論室。

第一次

舉辦日期：114.03.21
主題：Bowen家族治療

- 讀書會成員透過事先閱讀文獻及導讀人當天進行導讀，對Bowen理論的八大概念有初步的理論認識後，對於如何將這些概念運用至實務中進行討論。

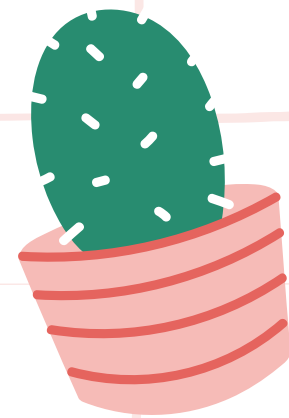


第二次

舉辦日期：114.03.28

主題：情緒經驗取向

導讀人先導讀簡摘情緒
經驗取向家族治療的主
要理論，包含完形學
派、聯合家族治療以及
IFS(內在家族系統)。
再針對IFS的不同內在
部分進行深入的討論。



第三次

舉辦日期：114.04.11

主題：薩提爾取向

- 本次聚焦於Satir聯合家
- 族治療，從家庭系統與求
- 生存姿態切入，探討一致
- 性的溝通、冰山隱喻與代
- 間傳承，理解個體如何在
- 關係中受限，也在關係中
- 尋求改變與重建。

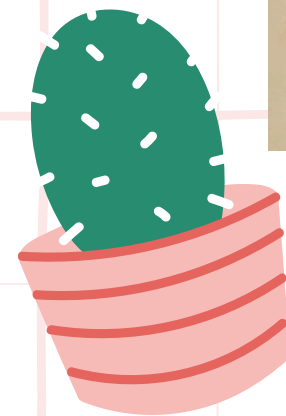


第四次

舉辦日期：114.04.18

主題：案例討論

本次讀書會回顧前三週
學習之家族治療理論，
並以這三個理論來進行
模擬個案的討論。
同時也省思如何將所學
之家族治療觀點運用至
目前諮商實習的現場。



第五次

舉辦日期：114.04.25

主題：敘事家族治療

本次聚焦於敘事治療在家族治療中的應用，核心理念「人不是問題，問題才是問題」提供了全新視角，協助家庭將責備與衝突從個人身上移除，轉而以團隊共同面對問題，降低情緒張力、促進合作。



第六次

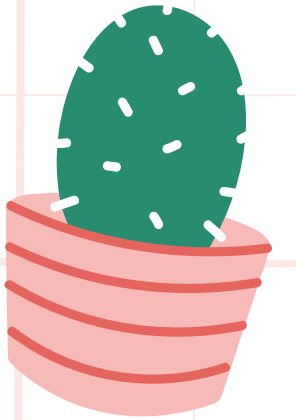
舉辦日期：114.05.02

主題：結構取向

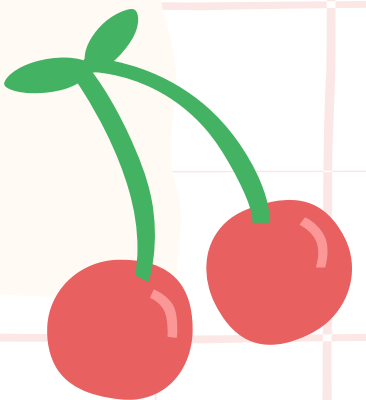
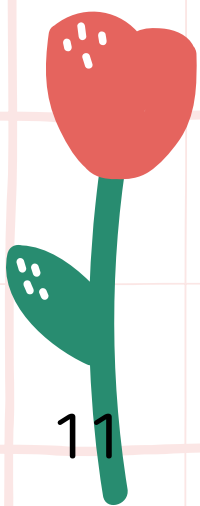
● 本次讀書會著重於
● Minuchun提出之結構
● 家族治療，學習如何評
● 估家庭結構，並協助案
● 家修正僵化錯亂的互動
● 方式，回復彈性且有原
● 則的家庭界限。



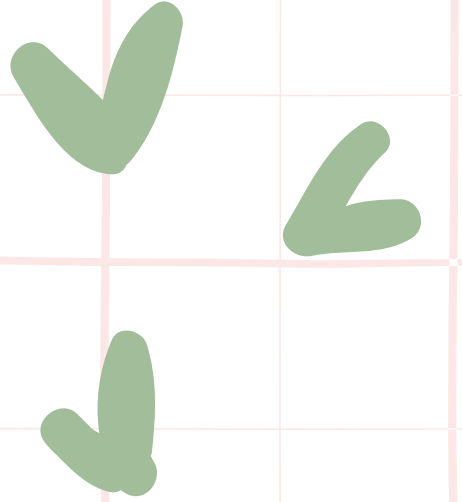
心得



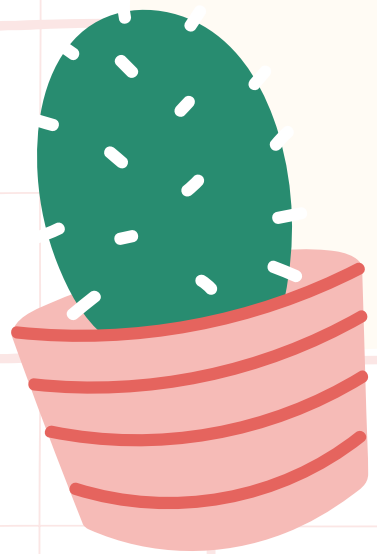
- 欣悅：感謝有同儕支持能夠讓我在實習期間仍有固定的時間能夠持續接觸專業知識，一起共同學習如何在個別諮商中亦能保持系統思維。
- 侑捷：這是非常難得的機會可以練習如何將自己所不熟悉的家族治療理論運用至個案評估及諮商實務中。
- 品華：在讀書會的過程中，練習用更系統的角度來看案例，對於家族治療各種理論也有更深入的理解。
- 李萱：除了知識的學習外，也讓我重新省思自己的助人價值觀，及回想起自己會走上諮商這條道路的初衷。
- 芷亘：本次讀書會讓我了解，原來心理師不只是拆解關係之繭，更是在陪伴個案理解這些繭的來源與意義，一起學習如何保留與鬆綁。



期末回饋



- 採實體為主（避免網路斷訊、設備環境的限制）
- 每次時間可縮短為一小時
- 增加閱讀後實例討論的比重
- 期望能延續小組學習的精神到未來



thank
You

