

國立臺南大學

諮詢與輔導學系

碩士論文

探索夫妻溝通團體對一對戒治者
夫妻關係之影響

The Effect of Couple Communication Group upon The
Relationship between Couples in Drug Recovery

指導教授：李岳庭 博士

研究生：林品均

中華民國九十九年六月

國立臺南大學

博碩士論文紙本及數位電子檔著作權授權書

(提供授權人裝訂於紙本論文書名頁之次頁用)

本授權書所授權之學位論文，為本人於國立臺南大學 諮商與輔導學系碩士班，
98 學年度第 2 學期取得博、碩士學位之論文。

論文題目：探索夫妻溝通團體對一對戒治者夫妻關係之影響

指導教授：李岳庭 博士

本人茲將本著作，以非專屬、無償授權國立臺南大學，基於推動讀者間「資源共享、互惠合作」之理念，回饋社會與學術研究之目的，國立臺南大學圖書館得以紙本與數位格式收錄、重製與利用；於著作權法合理使用範圍內，讀者得進行閱覽或列印。

本論文為本人向經濟部智慧局申請專利(未申請者本條款請不予理會)的附件之一，申請文號為： ，請將論文延至 年 月 日再公開。

授權人：林品均

親筆簽名：林品均

中華民國 99 年 7 月 8 日

國立臺南大學

博碩士論文數位電子檔著作權校外授權書

(提供授權人裝訂於紙本論文書名頁之次頁用)

本授權書所授權之學位論文，為本人於國立臺南大學諮商與輔導學系碩士班，98 學年度第2 學期取得博、碩士學位之論文。

論文題目：探索夫妻溝通團體對一對戒治者夫妻關係之影響

指導教授：李岳庭 博士

本人茲將本著作，以非專屬、無償授權校外使用；基於推動讀者間「資源共享、互惠合作」之理念，回饋社會與學術研究之目的，得不限地域、時間與次數，以紙本、光碟或數位化等各種方法收錄、重製與利用；於著作權法合理使用範圍內，讀者得進行線上檢索、閱覽、下載或列印。

論文全文上載網路公開之範圍及時間：

校外網際網路

即日起公開

延後__年後公開，至多不可超過 5 年(註)。

授 權 人：林品均

親筆簽名：林品均

中華民國 99 年 7 月 8 日

註：

依據教育部 97 年 7 月 23 日台高通字第 0970140061 號函規定：

提交博、碩士論文時，以公開利用為原則，若校外延後公開則需訂定合理期限(以不超過 5 年)。

國家圖書館博碩士論文電子檔案上網授權書

ID:GT00M09629004

本授權書所授權之論文為授權人在國立臺南大學 教育 學院
諮商與輔導學系碩士班，98學年度第2學期取得碩士學位之論文。

論文題目：探索夫妻溝通團體對一對戒治者夫妻關係之影響

指導教授：李岳庭 博士

茲同意將授權人擁有著作權之上列論文全文（含摘要），非專屬、無償授權國家圖書館，不限地域、時間與次數，以微縮、光碟或其他各種數位化方式將上列論文重製，並得將數位化之上列論文及論文電子檔以上載網路方式，提供讀者基於個人非營利性質之線上檢索、閱覽、下載或列印。

- 上列論文為授權人向經濟部智慧財產局申請專利之附件或相關文件之一
(申請專案號：)，請於 年 月 日後再將上列論文公開或上載網路。
 因上列論文尚未正式對外發表，請於 年 月 日後在將上列論文公開或上載網路。

※ 讀者基於非營利性質之線上檢索、閱覽、下載或列印上列論文，應依著作權法相關規定辦理。

授權人：林品均

親筆簽名：林品均 民國 99 年 7 月 8 日

國立臺南大學碩(博)士學位論文考試審定書

諮商與輔導學系碩士班研究生 林品均

探索夫妻溝通團體對一對戒治者
所提之論文 夫妻關係之影響 (題目)

經本委員會審查，符合碩士學位論文標準。

學位考試委員會
召集人 陳萬慶 (簽章)

委員 陳萬慶

李千鈞
李宜蘭

指導教授 李宜蘭 (簽章)

系主任 丁振聲 (簽章)

中華民國 99 年 7 月 8 日

探索夫妻溝通團體對一對戒治者夫妻關係之影響

中文摘要

藥物濫用議題一直以來是世界各國共同面臨的問題，針對藥物戒治者戒治單位採多元整合，協助戒治者提高戒治成功率。然而，目前仍以戒治當事人為戒治重點，忽略家庭伴侶在戒治上的責任與功能。本研究之研究目的，使藥物濫用戒治者參加夫妻溝通團體，從團體中從學習溝通技巧，改變夫妻雙方原有的溝通模式，建立良性溝通互動，使分隔兩地之夫妻重新建立關係，同時有能力面對未來的困難。

本研究進行九次夫妻溝通團體，團體方案以溝通技巧指導練習，採用折衷模式設計，並於團體結束後，邀請全程參加夫妻雙方進行深度訪談，了解夫妻雙方在團體中獲得經驗感受為何。本研究獲致下面結論：

一、團體前不良溝通模式

團體前夫妻雙方呈現負向溝通，常採用被動消極與敵意攻擊的方式處理雙方溝通。

二、團體後找到正面力量

團體活動帶給研究參與者太太自我感受增強，於團體中拓展自我視野，產生正向學習。

三、夫妻共同團體經驗

夫妻雙方於團體中深入探討過去議題，使用良好的溝通方式，提升雙方溝通質與量的進展，促使雙方積極成長，建立明確溝通。

四、對於未來雙方預想

溝通團體有助於夫妻關係，對於未來彼此有共同信念，回歸「家庭」重新出發。

最後，本研究根據上述結論與發現，提出後續研究建議，並針對諮商工作者實務上的參考。

關鍵字：藥物戒治者、夫妻溝通團體

The Effect of Couple Communication Group upon The Relationship between Couples in Drug Recovery

Abstract

Drug abuse has been a problem among every country around the world all the time. By integrating diversity, each treatment organization helps recovering drug addicts increase the successful probability of recovery. However, the treatment programs always put the emphasis on recovering drug addicts but neglect their family partners' responsibilities and functions in the recovery. The purpose of research is making recovering drug addicts participate in the couple communication group to reach the following expectations: learning communication skills, changing the original types of communication between couples, building a healthy communicating interaction, and redeveloping relationship between the couples who are apart from each other to face the future difficulties.

This research was working on a nine-time couple communication group. It was designed to teach and practice the communication skills in an eclectic way. After finishing the group, couples who entirely participate were invited to have a deep discussion so as to understand what both of them experience and feel through the group. In conclusion, the results were gained below:

1. Unhealthy types of communication before group:

Before participating in the group, couples showed a negative communication by using a passive and aggressive way.

2. Finding positive strength after group:

Group activities brought those wives the empowerment of self feeling. They developed different viewpoints and positive learning in the group.

3. Common group experiences between couples:

Couples deeply discussed their unfinished business in the group. In order to build an explicit communication, they used healthy ways to improve the quality and quantity of communication and active development with each other.

4. Future expectations between couples:

The communication group helped them improve marriage relationship, have common future beliefs, and restart as a family.

According to the results, this research indicates several suggestions for future study and related works.

Keywords : drug recovery, couple communication group

致謝

看見我的看見，經驗我的經驗

即便到這一刻仍對我有諸多的不真實，回首碩班的生活點滴，隨著論文的完成倒數計時著，心中感謝曾經出現在我身邊每位貴人，讓我度過這個特別的碩班生活。

首先，感謝我的指導教授—李岳庭老師，在老師充滿尊重與包容中，允許我天馬行空的想法，協助我將存在腦中的想法一步步在論文中實現，幫助我的研究能在戒治所順利展開，每次開車載著研究團隊往返，團體結束後討論與修正，老師不只是指導我在論文上的進步，更多是讓我在諮詢專業道路上有更深的思考。謝謝我的口委—饒夢霞老師與葉千綺老師，感謝兩位老師在百忙中給予指導，夢霞老師細心的提醒與叮嚀，讓我的論文能更加完善，也提醒我小細節也不可大意；千綺老師協助釐清研究的相關思考，加深我對於研究的深度與廣度，增加我的論文的亮點。

感謝我在碩班這段日子每位老師的指導，丁振豐老師、劉明秋老師、蔡麗芳老師、鄭麗芬老師、張進上老師，由於老師們的指導讓我在專業領域上有更多的成長，也將帶著這樣的成長繼續在諮詢領域中努力學習。

感謝我的團體成員，與最終的研究訪談的參與者，由於你們的參與團體，用生命經驗與我分享，使我的研究論文更臻完整，才有我今天論文的完成。

謝謝我的實習機構—華夏技術學院學輔中心，我的督導—陳信佩老師，從我決定要將論文寫完那一刻起，給了我好多好多的支持。在我沒日沒夜的將論文完成又同時要實習的日子，卻因為能和大家在一起，在這個溫暖及充滿養分的土壤中，我才有能量完成，承宗老大、瑋珊老師、永沁老師、可欣老師、育嘉老師、珮華老師、筱慧老師、麗燕主任、國良老師。

感謝我每個階段的朋友與同學，給予我生命不同的力量，碩班同學的砥礪，學長姐、學弟妹們的諸多協助，姐妹淘們的傾聽陪伴，生命中不管是短暫相遇或是已經多年交情的朋友們，能這麼幸福的有大家的幫忙，讓我在碩班生活中更多精彩多姿。

感謝我的家人爸爸林清祥先生、媽媽黃寶蘭女士，姊姊林美均小姐，有你們的包容與支持，讓我專心在學業上努力，同時給我好多好多的愛，在我最困難的時刻扮演心靈的補給站，讓我有走下去的堅定力量。

感謝我自己用正向的力量走夢想的路。

目 錄

中文摘要.....	I
英文摘要.....	II
致謝.....	IV
目 錄.....	V
表 目 錄	VI
第一章 緒論	1
第一節 研究動機	1
第二節 研究問題	4
第三節 名詞釋義	5
第二章 文獻探討	7
第一節 藥物戒治相關議題.....	7
第二節 夫妻溝通相關議題.....	23
第三節 藥物戒治者夫妻溝通團體.....	30
第三章 研究方法	35
第一節 研究設計	35
第二節 研究工具	38
第三節 實施程序	43
第四節 資料處理	48
第四章 結果與分析	53
第一節 缺乏溝通相處隔閡	53
第二節 嶄新視野韌性展現	58
第三節 溝通有技巧學習無疆界	62
第四節 生命願景溝通續航力	74
第五節 綜合討論	81
第五章 結論與建議	87
第一節 研究結論與發現.....	87

第二節 研究反思與建議	89
參考文獻.....	92
附錄一 夫妻溝通團體團體方案綱要	99
附錄二 研究團體邀請函	118
附錄三 參與研究同意書	119
附錄四 研究參與者基本資料	123
附錄五 訪談大綱	124
附錄六 訪談進行程序	125
附錄七 訪談札記	126
附錄八 逐字稿檢核表	127
附錄九 團體實施資料	128

表 目 錄

表 3-1 研究參與者基本資料	37
表 3-2 協同分析過程與討論	47
表 3-3 逐字稿的謄寫與說明（以 B 為範例）	48
表 3-4 逐字稿節錄	49
表 4-1 夫妻溝通團體對研究參與者影響之主題	80

第一章 緒論

藥物濫用對於國家、社會、家庭與個人的影響甚劇。法務部網站(法務部戒毒資訊網, 2009)資訊中也表示十年來毒品氾濫情形的三多：吸毒人口越來越多、毒品種類越來越多、及毒品滋生的犯罪越來越多。當今，藥物濫用嚴重侵害社會各階層，微觀來看，藥物濫用加深人與人的疏離，造成家庭破碎。巨觀而言，藥物濫用產生的犯罪，影響經濟體系結構的變化。藥物濫用議題亦直接或間接影響社會治安與國人健康安全，衍生而來的愛滋病防治工作，也考驗著不同領域專業人員的智慧。

藥物濫用到藥物戒治是連續且高度相關的議題。以男性戒治者的角度來看，戒治者與其伴侶透過溝通團體，有機會學習伴侶間正向互動，指導伴侶如何採用適切正面方式處理伴侶間的議題，改善伴侶次系統中不良互動，增加對未來希望感，都是本研究主要想探討的方向。

本章將分為三節來說明研究動機、研究問題與名詞釋義。分述如下：

第一節 研究動機

壹、藥物濫用所延伸的社會問題

藥物濫用一直以來是世界各國共同面臨的社會問題，毒品經由化學物品工業原料或藥品之實驗、分離、提煉、合成不斷的推陳出新，隨著社會脈動國際交流頻繁，無論國家開發程度，藥物濫用之議題已無國界之區分。它所造成負面之影響，包括全球跨國性黑金洗錢活動、槍械走私、社會暴力犯罪、青少年中輟及失學、勞動人口工作生產能力喪失、家庭生活破碎、以及國際間經濟發戰衝擊等。藥物濫用危害日益猖獗所帶來的嚴重議題，成為全球國際社會影響國家治安及財政安定的主要亂源(Aguilar, 2008；Kurke, 1985；江振亨、陳乃榕, 2004；劉勤章, 2002)。

當前學術界與實務界針對藥物濫用從不同層面投入眾多心力探討研究，但是新興毒品推陳出新，藥物濫用者的再犯與累犯之比率亦不斷升高。絕大多數之治安條件：竊盜、強盜、擄人勒贖及妨害風化等犯罪，均與毒品產生關聯

(Monteiro, 2001；林健陽、黃啟賓，2002)。毒癮者共用針頭，在國內防治愛滋上產生漏洞，愛滋病透過毒癮者間傳播(Jürgens, Ball & Verster, 2009；Monteiro, 2001；蔡學貞，2005；薛雅尹，2003)。因此，毒品濫用影響層面從社會治安、公共衛生，至國家安全之嚴肅議題，正是當前防治工作面臨更嚴峻之挑戰。目前法務部對於藥物濫用上癮者的戒治已邁向多元整合發展，採用積極的態度面對，各地戒治單位利用多項社會資源、宗教團體，配合醫療藥物等資源，從生理戒毒到心癮戒治，改善過去傳統監獄型式下矯正效果不佳情況之缺點，修正不良的戒治模式與環境，企圖提高戒治者對抗藥癮能力與戒治成功率，降低藥物濫用的再犯復發率(Aguilar, 2008；Monteiro, 2001；Smit, Toet, Van Oers & Wiessing, 2003；江振亨、陳乃榕，2004；張伯宏，2007；黃靖婷，2007)。

貳、藥物戒治需多元的整合

由降低藥物濫用的復發率，當前戒治與復發目標已不只是單純滿足生理戒斷，更需要去處理存在戒治背後深層的心理議題，將戒治視為長期治療的過程。包含生理、心理、行為、態度、家庭、人際等多重因素，都是恢復過程中的一環(江振亨、陳乃榕，2004；汪志皇，2005；法務部、教育部、外交部、行政院衛生署，2007)，在毒品戒治工作可能需要面對的複雜性與困難度，學者亦指出若能與司法體系相配合施行戒治計劃，可預期能在毒品犯罪矯治中產生顯著效益(汪志皇，2005；林健陽、黃啟賓，2002)。

當前不同領域均針對藥物濫用主題提出專業看法，認同戒治所採用整合的方式協助藥物濫用者戒治，其中包括諮商輔導類、生涯輔導類、勞動工作與技藝訓練、衛生教育、體能訓練與活動類、公民教育及宗教教誨類的課程。以受戒治者為中心，嘗試改變當事人認知、觀念和態度，降低當事人的再犯率及提供出所後適應狀況之協助(林健陽、黃啟賓，2002)。綜觀各類戒治服務，目前仍多以戒治者為主要對象，忽略出所後當事人將回歸其原生家庭或婚姻家庭，因此戒治歷程中，若能加上家屬與戒治者共同面對負擔戒治之責任，將更有效使戒治者順利出所後，步上正常的生活軌道。

參、伴侶家庭在戒治上的重要角色

家庭是人類最重要的初級團體，人們自家庭獲得撫育、保護、親情以及歸屬感。家庭同時也是個人學習價值與道德規範的地方，影響個人人格的形成與

社會化過程，家庭功能的健全性與否，成為個人守法或違法的指標因素，不友善的家庭環境、不良的家庭互動關係、不當的管教方式，都是藥物成癮因素之一(陳明志、蔡俊章，2004)。

家族治療學派認為家庭互動模式會在無形中潛移默化的影響家庭中每一個人，並將這樣的不良模式一代代傳承下去 (Goldenberg & Goldenberg, 1996 / 1999)。當家中出現藥物戒治者，使家庭秩序大亂，家庭成員為逃避藥物濫用問題對於家庭的傷害及所需承擔的責任，便共同發展出一套忽略問題的策略，以維持系統的平衡，即所謂的「共依附」。

戒治者有心想戒毒，卻糾結在關係中，阻礙了戒治的動機與成效，慣於將問題歸因於家人或伴侶身上，以避免面對自身用藥問題，而伴侶忽略自身價值，雙方在關係中演出共依附的雙人舞劇碼，以共同逃避藥物對於關係的傷害及所需面對的真正問題(陳妙平，2004)。戒治者與伴侶間忽略了本身關係的力量，未瞭解伴侶間彼此需求與其期待，忽視戒治議題對雙方關係的操控力與影響力。

肆、未改變的系統形成高復發率

實務工作者發現，多數受戒治者在離開戒治所之後，回到未改變的原生家庭或婚姻家庭系統時，原已減緩的症狀容易再度復發(Pinsof & Winne, 1996；林健陽、柯雨瑞，2003；蔡佩真，2004)。對戒治者而言，「家」終究是最後的依歸與康復的所在，也唯有重新健全戒治者的家庭功能、伴侶關係，戒治者在康復之路上才可能持續(郭文正，2004a)。對此家庭夫妻治療對維持當事人之進步是有其成效，針對藥物戒治者，蔡學貞 (2003) 提到，除了戒治者個人戒治的意願外，配合家庭環境或是配偶的相扶持，其效果才能維持長久。陳妙平 (2002) 也認為在協助戒治的漫長過程中，家人往往不自覺地散發出雙重訊息，一邊傳達支持的聲音，同時卻又釋放出懷疑的氣息，不良溝通模式下使當事人更容易自暴自棄而走向用藥的回頭路。視家庭為一個整體，研究亦提出家庭中只要有一個藥癮者，整個家庭系統都會受影響，沒有人可以置身事外(郭文正，2004b)。

以家庭發展歷程來看，婚姻是一個持續的過程，婚姻生活中在不同的階段中有不同需要面對的適應和需求，在這樣的適應和需求的調整過程中，將面臨

許多可預期和不可預期的問題困境和挑戰，若是仍採用從前固有的溝通方式，過於僵化的結果，可能導致雙方無法面對婚姻生活的問題困境和挑戰，造成的影响除了雙方的問題仍存在，更可能傷害家庭，或是產生其他的問題。在某些方面或許不是他們不願意做改變，而是未有適切的學習契機，導致不良溝通循環一直存在於伴侶雙方中。

多篇研究共同都提到伴侶或家人間關係的改善，能有效提高戒治的成功率，由伴侶雙方共同改善不良溝通現況，減少不良溝通的惡性循環，使雙方產生良性溝通，減緩藥物戒治對家庭的影響，進而減少藥物濫用的復發，形成戒治上不可小覷的力量(Pinsof & Winne, 1996；Yandoli, Eisler, Robbins, Mulleady & Dare, 2002；江振亨, 2005；李信良, 2005；林柏君, 2004；許秀琴, 1991；陳妙平, 2004；蔡學貞, 2005；謝淑敏, 1989)。

本研究之研究目的，希望了解藥物濫用戒治者透過參加夫妻溝通團體，從學習溝通技巧中，對戒治者伴侶雙方的影響與意義，戒治者伴侶之間溝通關係在團體後的改變為何，此夫妻溝通團體是否能協助伴侶雙方修補原先關係，重新建立新的溝通模式。

研究者欲採用團體諮詢的方式，協助戒治者與其伴侶建立正向良性溝通模式，強化雙方溝通互動意義，期待可以經由溝通團體，讓伴侶雙方在未來溝通情境中，應用團體所指導溝通技巧，彼此態度能正向積極的溝通，穩固並增進雙方情感，強化伴侶功能，應用團體溝通技巧面對生活互動挑戰，最重要的是能在未來面對毒品的吸引上，藉由伴侶雙方一起抗拒毒品的誘惑，降低再犯率、累犯率，有效脫離毒品毒害，重返家庭重回社會。

第二節 研究問題

根據研究目的，本研究之研究問題包括有：

- 一、 未進入戒治所前，夫妻雙方溝通狀況。
- 二、 經過夫妻溝通團體後，對其夫妻溝通品質的影響。
- 三、 經過夫妻溝通團體，夫妻關係有何改變。
- 四、 經過夫妻溝通團體後夫妻雙方對於未來的看法。

第三節 名詞釋義

茲將本研究所提到的重要名詞界定說明如下：

一、藥物戒治者

藥物戒治，依循台灣法律所定的藥物濫用「毒品」與「管制藥品」的定義，亦即根據「毒品危害防制條例」，是指具成癮性、濫用性及社會危害性之麻醉藥品與其製品及影響精神物質與其製品。再者，依據「管制藥品管理條例」，「管制藥品」是指成癮性麻醉藥品、影響精神藥品、其他認為有加強管理必要之藥品，非以醫療為目的，不當或過度使用藥物，使身心受到損害，並影響行為表現，製造社會失序現象或形成犯罪行為，危害社會安全與安定，被法院處與徒刑，並裁定令入戒治處所施以強制戒治者。

本研究所指稱之藥物戒治者為非以醫療為目的性，曾過量或經常使用具有生理成癮性藥物，經法院處裁定令入戒治處所施以戒治者。

二、夫妻溝通團體

夫妻溝通是指伴侶雙方透過語言或非語言的行為表現，向配偶傳遞思想、情感與意見的行為反應，這些行為反應都是有意義的，能夠增進伴侶相互的瞭解(Galvin, 1985；邱秀貞, 1987)。本研究中所稱夫妻溝通團體，是以小團體的方式進行，強調以實際演練、角色扮演、伴侶個別演練為主軸。透過系統的教導、示範、催化、引導伴侶間對話、個別演練、經驗分享及完成家庭作業等作法，以提升伴侶表達、傾聽、溝通的效能及衝突的解決，促進伴侶的和諧與親密，降低家庭中僵化固著的互動模式。

第二章 文獻探討

本章分成三節進行探討，第一節針對藥物戒治的相關議題介紹說明，第二節對於夫妻溝通相關議題介紹討論，第三節針對本研究藥物戒治者夫妻溝通團體做討論。

第一節 藥物戒治相關議題

本節主要探討與藥物戒治的相關議題，說明藥物濫用當前定義，及藥物濫用成因，並提出目前國內戒治模式，本節最後並說明戒治者家庭夫妻間相關文獻討論。

壹、藥物濫用定義

有關藥物濫用的名稱與其定義經過多次的變更，依據美國精神醫學會(American Psychiatric Association)出版「心理異常的診斷與統計手冊」(Diagnostic and Statistical Mental Disorders，簡稱 DSM)，從早期將藥物濫用定義為「藥物成癮」(Drug addiction)(DSM-I)，後又改稱為「藥物依賴」(Drug dependence)(DSM-II)，迄至 1980 年，復修正為「物質使用違常」(Substance use disorder)(DSM-III)。第四版(DSM-IV)診斷手冊則稱為「物質關聯疾患」(Substance-related disorders)，將物質關聯疾患又區分為：物質使用疾患(Substance Use Disorder) 及物質誘發之疾患(Substance-Induced Disorder)。

物質使用疾患又可分為「物質依賴」(Substance dependence)與「物質濫用」(Substance abuse)二大類。其定義與診斷標準分類如下(American Psychiatric Association, 2002)：

一、物質依賴之診斷與衡量標準

一種適應不良的物質使用模式，導致臨床上重大損害或痛苦，在同一年期間內出現下列各項中三項（或三項以上）

(一) 耐受性，定義為下列二項中任一項：

- 顯著增加物質使用量以達到中毒或所欲效果。

2. 繼續原有物質使用量則效果大幅降低。

(二) 戒斷，表現出下列二項中任一項：

1. 有此物質特徵性的戒斷症候群。

2. 必須使用此物質(或作用密切相關物質)以緩和或避免戒斷症狀。

(三) 此物質之攝取，常比此人所意願為更大量或更長時期。

(四) 對戒除或控制此物質使用有持續意願，或多次不成功的努力。

(五) 花費了許多時間於取得此物質的必要活動(如拜訪許多醫師或長途奔波)、使用此物質(如抽煙一枝接一枝)、或由物質作用恢復過來。

(六) 因物質使用而放棄或減少重要的社會、職業、休閒活動。

(七) 縱然已知道自己已有持續或重複發生的身體或心理問題，極可能是物質使用所造成或加重，此人仍繼續使用此物質(如明瞭已有古柯鹼誘發之憂鬱仍繼續使用古柯鹼，或明知飲酒已使原先胃潰瘍惡化仍繼續飲酒)。

二、物質濫用之診斷與衡量標準

一種適應不良的物質使用模式，導致臨床上重大損害或痛苦，在同一年期間內出現下列各項中一項(或一項以上)：

(一) 一再地使用物質，造成無法實踐其工作、學業、或家庭的主要角色責任(如：與物質使用關聯而一再曠工或工作表現不良；與物質使用關聯而曠課、休學、或被退學；疏於照顧子女或荒廢家事)。

(二) 在物質使用對身體有害的狀況下(如因物質使用而功能損害下仍開車或操作機器)，仍繼續使用此物質。

(三) 一再捲入與物質使用關聯的法律糾紛(如因物質使用關聯的不當行為而被逮捕)。

(四) 縱然由於物質使用的效應已持續或重複造成或加重此人的社會或人際問題，仍繼續使用此物質(如：與配偶爭執有關物質中毒的影響、與人鬥毆)。

(五) 症狀從未符合同一物質的物質依賴診斷準則。

依據國際疾病分類 (International Classification of Diseases) 第十修訂版 (ICD-10) 對精神及行為疾病所做的分類，藥物濫用是屬於「成癮症候群」的一種。「成癮症候群」可能特徵包括下述的六項 (World Health

Organization , 1996)：

- (一) 強烈的慾望或強迫感想要使用此藥物。
- (二) 無論是再開始使用、停止使用或使用量方面都非常難以克制。
- (三) 停止使用或減少使用時，生理上產生明顯的戒斷症狀；或一再使用同類藥物，以減緩或避免戒斷症狀。
- (四) 耐受性產生：指因一再服用某種藥物，致使人體對該藥物的效用產生了抗拒性，以至對此藥物的適應與忍受度逐漸上升，使用者須增加藥物劑量，方能達到原先較低劑量時所出現的效果。
- (五) 因使用藥物而對其他娛樂逐漸失去興趣；花更多的時間於取得或使用藥物上。
- (六) 即使明顯對身體造成危害，仍繼續使用此藥物。

藥物濫用為非以醫療為目的，不當或過度使用藥物，使身心受到損害，並影響行為表現，製造社會失序現象或形成犯罪行為，危害社會安全與安定（王瑛慧，2004）。美國全國大麻與藥物濫用委員會(National Committee on Marijuana and Drug Abuse)定義藥物濫用為：非基於醫療上的需要，或未囑醫師處方而使用藥物；或雖基於醫療上的需要，卻過量使用；世界衛生組織(World Health Organization)則將藥物濫用的界定為：因間斷或持續使用某種藥物所產生的心理、生理依賴與併發症狀（李志恒，2003）。本研究所指稱之藥物濫用為非以醫療為目的的過量或經常使用具有生理成癮性藥物，造成個人身心、人際互動、及家庭功能之損害。

貳、藥物濫用成因討論

藥物濫用之成因複雜且多樣，成因探討著眼的方向亦有所差異，且是多元交錯影響導致藥物濫用成癮，本研究整理自 Thombs 三種思考觀，並由一般心理角度加以探討，最後從家族治療觀點看藥物濫用之成因關係。

一、三種思考觀看藥物上癮成因

對於藥物濫用的上癮成因見解的歧異，影響藥物濫用上癮問題的內涵與對其不同的思考方式，Thombs (1994／1996) 對成癮者提出三種不同的思考觀點：

(一) 藥物上癮是一種罪行

假定藥物濫用者行為源自於個人自主選擇，個人是自由行為者，不以「失去控制」看待藥物濫用者。上癮行為是自由選擇或錯誤的道德觀所致，將上癮視為單純的行為不檢點，使用「懲罰」矯正不當的惡習與預防再犯，為解決問題的有效方式，懲罰成癮的當事人成為合宜的行動。但此觀點將面臨爭議，藥物濫用成癮現象並非單一原因造成，其中包含如：藥理、生物、心理、社會等多重原因，同時歷史經驗也顯示，使用懲罰並不能對藥物濫用的行為產生遏阻效果，同時也會衍生其他問題，如：犯罪網絡的強化、地下市場的猖獗、助長對法令的漠視、及造成監獄人滿為患，最終後果仍由國家所承擔。

(二) 藥物上癮是一種疾病

視藥物濫用成癮肇始於根本的疾病過程，人的上癮行為是疾病的受害者，源自於本身不能控制所致，藥物成癮者失去對物質使用的控制力，造成強迫性的使用，而非當事人自主選擇的結果。假設由於不明原因的體質機制，使得上癮者一旦服用少量的藥物，會引發當事人強烈的渴望，最終成為強迫性的過度使用，個人無法控制成癮行為產生的機制，採用疾病觀點認為對成癮者應施予醫療與關心。

(三) 藥物上癮是一種不良適應行為

主張上癮行為基本上是由學習而來的，不是罪行也非失去控制造成，而是明顯受限於環境、家庭、社會以及認知等相關條件之下，而導致的問題行為，上癮者是破壞性學習情境的受害方，不評價藥物濫用者行為，認為這樣的濫用行為是一種「適應不良」，避免成癮者被標籤化道德上的是非判斷，經由學習法則為基礎，傳授當事人技巧訓練避免其行為的再犯。

二、一般心理角度看藥物濫用之成因

一般而言，在解釋藥物濫用成因是複雜而多樣的，無法僅用單一觀點就能涵蓋所有藥物濫用成因，目前闡述藥物濫用時亦多採用多元的觀點說明，茲以個人因素與環境因素二大項做說明(陳明志、蔡俊章，2004；楊士隆、林健陽，2001)：

(一) 個人因素：濫用毒品、藥物與個人特性之關係，可分以下幾種：

1. 性格：指人之穩定性心理特徵，例如衝動性高、自制力弱、追求刺激（自尊心低），此等性格均易導致濫用藥物之行為。
2. 心情：青少年因為學業及家庭等內外因素產生焦慮、不安、恐懼、悲觀、厭世等情緒，此等不良情緒使其無法忍受，如有人告以某種藥物可立即解除痛苦，則其可能嘗試。
3. 某種特殊意識：例如家人關係不佳，形成反抗意識，以濫用藥物作為反抗之手段，伴侶不喜歡之事，偏要去做；伴侶說吸食毒品對身體不好，另一半則認為：我是你另一半，「我」濫用藥物把「你」另一半的身體搞壞，「我」就有報復之快感。
4. 病態心理：如反社會性格等。某種人，其整體個性係反社會性者，濫用藥物及反社會之行為，故其濫用藥物，並不覺得有何不妥。

(二) 環境因素：造成藥物濫用之環境因素有四種：

1. 教育措施：目前之教育制度，認為只要成績好就是好孩子，成績不好就是壞孩子，此標籤殊為徹底而無情，亦無自尊可言，長期生活在沮喪的心情中，老師放棄、父母不諒解、社會瞧不起，而發展出一套次文化，再加上物以類聚、同儕壓力，形成特殊行為，甚至一同吸毒，愈加沉淪。
2. 社會變遷：台灣由傳統農業社會轉為工商業社會之過程中，其中甚為重要之一項轉變，即為從集體主義社會轉為個人主義社會。在社會急遽變遷之下，有幾點改變為濫用藥物之誘因：
 - (1) 家庭結構之改變，使個人無力解決問題又無法由家中獲得支持時，採用不正確的方式使毒品有機可趁。
 - (2) 社會的高度競爭，往昔農業社會以家庭為單位；然而在現今的工商業社會中，無論工作、休閒、評價皆以個人為單位，自己必須為自己努力，為在社會上力求表現，須與人爭高低，因此易產生緊張、焦慮、壓力，而濫用毒品即成為暫時解除心靈桎梏之急救方法。
3. 工商社會之消費型態：工商社會，許多事物皆被商品化，包括人亦幾乎成為商品；社會以金錢作為評價，販毒牟取暴利，亦成為一種行銷

市場，透過各式各樣之人際關係及銷售管道，隨時隨地引誘大眾。

4. 同齡朋友：同儕能引誘吸食毒品，考其原因通常為：自我保護之心理。人一旦有不良行為，往往希望他人亦有，才不致凸顯自己與他人的不同，若眾人皆行惡行，自己即可隱而不彰，如此可減輕自己心理及自我評價之壓力。此種不健全之心理，意即我有不幸，他人也不得好過，這種含有報復之成分，其病態程度已遠超過自我保護。

(三) 個人因素與環境因素之結合影響：例如因好奇心而濫用毒品藥物之人，係因已有用藥榜樣（環境因素），再加上追求刺激之逸樂性格（個人因素），從而產生好奇心，發生濫用毒品藥物（幻覺劑、興奮劑、麻醉劑、鎮靜劑）之行為。嘗試之後，若再有同儕影響，毒品藥物易得、衝動性格、自制力低及個人體質等相關因素結合，則濫用毒品藥物之行為將持續不斷，以致成癮。

三、以家族治療觀看藥物濫用之成因

除了上述觀點外，許多學者亦同意在個人藥物濫用歷程中家庭扮演了重要角色，家庭是人類最重要的初級團體，家庭功能的健全性是守法或違法的關鍵因素，不良的家庭環境、不良的家庭互動關係、不當的管教方式，都是藥物濫用上癮形成的因素之一(Coletti, 1994；Yandoli, Eisler, Robbins, Mulleady & Dare, 2002；郭文正, 2004b)。家庭系統理論將上癮行為當成是一種使家庭單位免於崩解的角色行為，藥物依賴者的角色被視為只是許多家庭成員所承擔的適應角色之一，其目的在維持一種不健康的平衡，因此，其他家庭成員便會在潛意識中努力讓上癮者維持其所扮演角色(Thombs, 1994／1996)。茲就家族治療的六個項度觀點，看藥物濫用成因：

(一) 界限

家庭的界限若十分模糊或糾葛不清，便不會容許當事人拋離家庭的羈絆，也不會鼓勵特殊或獨特才能的發展，因而使當事人採用以濫用酒精或藥物的方式來反叛「窒悶」的家庭氣氛。反之，部分對藥物產生依賴者在家庭中，界限或許會顯得非常嚴格或疏離，家庭中的個別成員（特別是酒癮患者或是其他的上癮患者）可能會被孤立，尤其中國人有家醜不能外揚的觀念，為了保密使整個家庭被孤立於社區之外(Schaefer, 2008；蔡佩真，

2004)。

(二) 次系統

次系統是指在一整體的系統中，具有執行特殊的功能或過程的部分，例如伴侶即為家庭整體的次系統。最主要包含五方面：生活價值、關係組合、權力運作、生活規則及家庭氣氛。家庭擁有多個分化的次系統，每一個人就是一個次系統，也可以是由兩個人組成一個次系統。系統間彼此共存，每個家庭成員同時屬於數個次系統，且彼此間具有互補性的關係，伴侶、親職及手足等次系統代表了全盤的動力關係，同時互相影響，而且次系統內的關係也有利於界定家庭的結構。

其中，以次系統的觀點，Minuchin (1985) 認為伴侶次系統必須建立清楚而有彈性的界限，防止其他次系統的入侵；如果伴侶次系統與外界的界限僵化，家庭將因伴侶孤立於系統外而感受到壓力；相反的，如果伴侶次系統與外界的界限鬆散，其他次系統可能會侵犯介入，而影響其功能。由於伴侶次系統是家庭的基礎，也具有最關鍵的影響力。當此次系統運作良好時，家庭的主要系統便得以發揮功能；當伴侶次系統的功能不良時，便會對家庭造成負面的影響。

伴侶次系統的一個重要職責在於清楚界限以保護自己，提供空間以滿足自身的心理需求，且不受長輩或孩子或其他人的干擾。這些界限的適當與否為維繫家庭結構存在的最重要因素(曾維英，2004)。相關研究指出，藥物戒治者在伴侶次系統中，染有毒癮或酒癮的配偶，若在進入戒治單位失去與家人伴侶相處機會，常會產生放棄或讓渡當父母的權責，此種角色義務的轉移，讓非戒治的配偶產生極大的壓力，並因此形成恨意(陳妙平，2004)。同時，本研究著重於團體對於藥物戒治者與妻子間的夫妻次系統的影響。

(三) 三角關係

三角關係的型態是保護婚姻與家庭的手段之一，透過伴侶對婚姻難題注意力的轉移，有助於維持家庭的結構。在藥物戒治的家庭中，當戒治者是父親時，與配偶之間隨著時間的演變，可能形成婚姻關係情緒距離的疏遠，伴侶雙方不想追求親密，情感淡漠的結果，可能使一方對孩子的情感

投入更深，導致孩子與吸毒的父親疏遠，與未吸毒的母親過度依賴（Thombs, 1994／1996）。另一方面，若是以父親的吸毒問題為家庭帶來凝聚的焦點，使得配偶不再陷於他們自己原先問題打轉，吸毒問題為夫妻提供專注的焦點，而非原先關係上的其他問題(陳妙平，2004)。

（四）內在穩定性

在一個酗酒或其他上癮患者家庭中，其間所產生的內在穩定性代表著一種病態的均衡作用。家庭系統有尋求穩定及均衡的傾向，就系統的角度而言，使用毒品的行為具有調適效果，此類行為可以保持家庭「處於平衡之中」，雖然不是一種「健康的」平衡，但卻具有穩定性。在維持家庭的平衡上，藥物戒治者扮演關鍵的角色，一旦終止了酒精或藥物的使用，家庭便會驟然失衡。而為了重拾平衡狀態，其他家庭成員可能反而阻撓戒治成員的康復進程。

（五）共同依賴、共依存

共依存是指一種與他人在關係相處上的不健康型態，而此種型態的產生則與酒癮患者或其他戒治者有密切的關聯。例如：當配偶已經徹夜外出飲酒或吸毒，共同依賴者會打電話給配偶的雇主，並為他編織生病的藉口。配偶成為共同依賴者有以下主要特徵：

1. 低劣的自尊。
2. 需要被需要。
3. 對改變與控制他人具有強烈的驅策。
4. 甘願受苦。
5. 無法了解自己對物質濫用者行為強化的過程。
6. 難以客觀地審視自己在關係上的問題。
7. 懼怕改變。

（六）角色

戒治者常來自功能失調的家庭，其行為對整個家庭而言也是一項危機，因此，家庭成員會利用一些角色來轉移家人對戒治者的注意力，或是減輕家庭的整體壓力，為因應危機，家庭成員所扮演的角色包括化學藥物

的依賴者 (the chemically dependent person)、主要的輔助者 (the chief enabler)、家庭英雄 (the family hero)、代罪羔羊 (the scapegoat)、迷失的孩子 (the lost child)、及吉祥物 (the mascot) 等 (Thombs, 1994／1996)。

家族治療觀點說明伴侶間藥物濫用議題，可以了解藥物濫用非單一因素可促成，單一因素非絕對因素，在戒治上也不能單就單一方法，需考慮戒治者多樣內外在因素。

參、目前國內戒治模式探討

目前國內戒毒模式以三方向為主，其中包含醫療戒治模式、宗教戒治模式與司法戒治模式，茲就國內各戒治模式介紹如下：

一、醫療戒治模式

醫療戒治模式中包括有生理解毒、心理戒治及追蹤輔導三方面。(黃靖婷, 2007)

(一) 生理解毒

生理解毒主要是在減緩戒治者因停止吸食毒品造成的生理戒斷症狀，一般是在醫護人員之照護下，進行生理解毒，為期三至十天，給予藥物治療、活動治療，及進一步之實驗室檢查或放鬆訓練睡眠衛生指導等協助。目前在我國公立醫院全面開辦了藥癮戒治門診，提供吸毒者可自願到醫院求治。

(二) 心理戒治

又稱心理治療或職能訓練，主要是進行心理復健，一般為期約十五天至三十天，使用諸如動機式晤談等心理輔導方式，此時多以加強患者持續維持戒毒狀態之態度與毅力，增加患者及家屬對藥物濫用身心危害知識之瞭解、強化患者自我調適及因應技能為主，基本上透過統合個別心理治療、團體心理治療、及家族治療等心理復健措施之提供，使戒治者進行重返社會之準備。

(三) 追蹤輔導

意即社會復健，乃指出院後以門診方式進行追蹤或建議轉介之中途之家，以持續戒毒者之戒癮狀態，近年來陸續有許多戒癮機構，注意到後續追蹤之重要性，逐漸加強有關後續追蹤輔導設計及追蹤輔導。

我國醫療機構已發展較有名之藥癮治療方式，計有以下四項(林健陽、黃啟賓，2002；張伯宏，2007；陳明志、蔡俊章，2004；薛雅尹，2003)：

(一) 台北市立療養院「象山學員」

以心理治療、家庭會談、尿液篩檢為方法；透過長期復健追蹤治療，提高自我照顧能力，減少再度使用為目的，進行為期一年之追蹤治療及評估戒癮效果。

(二) 衛生署草屯療養院「門診新生團體」

透過門診、住院及轉介社會復健機構（如晨曦會戒毒村）等方式，分別進行急性解毒期治療、持續之心理輔導、及社會復健。

(三) 高雄市立凱旋醫院

其煙毒勒戒模式以勒戒病房為主，分為解毒階段及戒毒階段，配合心理治療、家族治療、演劇治療、產業治療、及作業治療，出院後並以特別門診追蹤治療。其曾在門診進行「預防復發取向的認知行為團體」，經研究結果顯示，藥癮治療工作不僅是解毒而已，長期追蹤及復健，對患者之預後是必須且重要的；設計藥癮患者戒治方案時，應針對不同之藥癮患者，設計不同之治療活動。

(四) 國軍北投醫院「草山學苑」

除建立軍中特有之藥癮治療模式，及追蹤制度、提供短期住院治療與後續床位安排外，並針對不同上癮類別個案進行門診團體心理治療，與「草山學苑」之追蹤復健治療，協助吸毒戒治個案重獲新生。

二、宗教戒治模式

目前民間之宗教戒毒輔導機構較具成效者，主要以基督教之福音戒毒為

主，其他宗教之戒毒方式，尚屬少見。基督教之福音戒毒係經福音課程，由過來人之帶領，提供身、心、靈全面教育，增強戒癮動機（薛雅尹，2003）。我國目前基督教戒毒團體主要有「更生團契」、「沐恩之家」、「希伯崙另類家」、「花蓮主愛之家」及「晨曦會」。其中更生團契主要以全國監所受刑人為主要戒治對象，宣揚其基督福音，引其悔改。另外四種則較類似戒毒村理念，毒品受戒治人需長期進住，學習團體生活，在宗教之潛移默化下達到戒治之目的（周子敬，2006；張伯宏，2007；黃靖婷，2007）。

三、司法戒治模式

司法戒治專指法務部所屬矯正機構，其戒治對象皆係觸犯毒品危害防制條例第十條之吸毒者，因在矯正機構內實施，其戒毒模式自成一格，名為司法戒治模式，亦為我國戒毒政策之主要規劃。吸毒者一旦觸法，即須依循司法戒治程式接受勒戒、戒治，及追蹤輔導，茲將其三階段戒毒程式說明如下（汪志皇，2005；薛雅尹，2003）：

（一）觀察、勒戒

觀察、勒戒是戒毒的第一關，著重於生理解毒，其作業概況說明如下：

1. 觀察、勒戒業務主要有：(1) 對新收之吸毒犯進行勒戒，亦即生理解毒工作；(2) 接著對吸毒犯進行觀察，並判定其有無施用毒品傾向。
2. 觀察、勒戒期間依毒品危害防制條例規定最長為一個月，但一般實際觀察、勒戒天數是十至十四天。若經精神科醫師根據法務部訂定之有無繼續施用毒品傾向評估標準，判定為無繼續施用毒品傾向時，即得由勒戒所報請檢察官審核同意，即予釋放。但是若判定結果，有繼續施用毒品傾向，即由檢察官向該管地方法院聲請強制戒治之裁定，則其觀察、勒戒天數便會超過十四天，迄強制戒治裁定下來，繼續移送強制戒治。
3. 觀察、勒戒執行方式，一般採取靜態的觀察。進勒戒所者，不論當時毒癮輕重程度，全部關在一起，不進行任何課程。偶有公共衛生教育或法治教育演講，但為數不多。另有運動安排，以助其生理解毒。

觀察期間若出現戒斷症狀，情況嚴重，將報由支援之醫療小組人員看

診處理。醫療小組一般含醫師、社工員，及心理輔導員等，每星期二次固定時間進入勒戒所駐診。

(二) 強制戒治

強制戒治亦即心理治療，其戒治方式述明如下：

1. 強制戒治期間一般至少須滿三個月，最長可延至一年。期間長短差異，係由檢察官依具體事證就有無繼續戒治之必要而為認定，不同檢察官依其裁量權而有不同之判定。
2. 戒治處遇方式採課程教育訓練。法務部為規劃配合毒品危害防制條例之施行，於民國八十四年在台灣台南監獄附設「戒治分監」，試辦未來戒治處所採用之處遇方式，作為辦理戒治業務之基礎。試圖尋找、建立一種屬於監獄內適用的戒治處遇模式。

該分監除提供毒品犯戒治過程中需用的硬體設備外（如教室、佛堂、球場、農場、習藝工場、輔導室、個別談話室、視聽教室、團康中心等），並針對吸毒戒治者規劃出假釋前三至六個月之戒毒課程，包括「調適期」、「恢復期」、「輔導期」、「訓練期」，與「建設期」等階段性戒治處遇計畫，其課程設計重點為心理復健及生活輔導，包含有體能訓練、技能訓練、宗教教誨、經驗分享、自我肯定訓練、家庭治療、休閒輔導、勞動作業、補習教育、自治會議、團體輔導，及個別輔導等十二項課程內容。

據民國八十四年九月臺灣台南監獄所提之「明德戒治分監吸毒犯戒治成效評估報告」顯示，在戒治課程及處遇措施，戒毒者、家屬，及管教人員均一致表示相當高比例的肯定，戒毒者亦顯示高度配合追蹤連繫之意願，辦理成效良好。因此，其試辦經驗，即作為現行戒治所之戒治模式與制度建立的重要參考。

同時規定戒治處遇課程之實施分「調適期」、「心理輔導期」、及「社會適應期」三階段辦理。調適期之處遇重點，在培養受戒治人體力及毅力，增進其戒毒信心。心理輔導期則在激發受戒治人戒毒動機與更生意志，協助其戒除對毒品的心理依賴。至於社會適應期著重重建受戒治人之人際關係，與解決問題能力，協助其復歸社會。

(三) 追蹤輔導

依毒品危害防制條例第二十二條規定：強制戒治執行已滿三個月，戒治處所認無繼續戒治之必要者，得檢具事證，報由檢察官聲請法院裁定停止戒治。前項停止期間，應付保護管束，期滿未經撤銷者，視為強制戒治期滿。其違反保護管束應遵守事項情節重大者，得由檢察官聲請法院撤銷停止戒治。

停止強制戒治付保護管束人，為防制其再犯，於保護管束期間須加強定期及不定期採驗尿液。定期驗尿，依法務部統一規定分三階段實施，第一階段：前二個月每二週採一次。第二階段：中間三個月內每個月採一次。第三階段：所餘月份每二個月採一次。若不定期驗尿，則於其有事實可疑為施用毒品時，應以書面通知其於二十四小時內到場採驗尿液。

追蹤輔導的主要任務，係在防制吸毒犯再施用毒品，預防其再犯。一旦採驗報告呈陽性反應，檢察官即得聲請法院撤銷停止戒治，令入戒治所再施以未完之戒治。

法務部為加強對戒治者出所後之追蹤輔導，將此重任委由各地檢署之觀護人為之，積極督導所屬之觀護人加強對吸毒犯受保護管束人之訪視、約談及心理輔導工作；並對有再犯傾向或之虞者，實施定期或不定期之尿液抽驗，必要時並轉介至中途之家，或相關之宗教戒毒機構，協助其戒毒，強化對吸毒犯社區處遇之輔導，以達戒治最終目的。

從文獻中可知，台灣目前戒治走向多元化統整性，醫療模式、宗教模式，與目前國內主要的司法模式，採多樣面向、多階段性協助藥物戒治者，提供不同戒治階段之戒治者符合個別身心狀況協助，最終都為達到戒治目標脫離毒品。且綜觀目前戒治策略，仍多以戒治當事人為主軸，未多墨於戒治者與家人伴侶互動的環境議題，缺少家人與戒治者間的關係影響，忽略家人支持力量。本研究試圖探索在戒治中，透過夫妻溝通團體讓勒戒者與其妻子，重建伴侶間互動關係，強化社會復健之成效。

肆、 戒治者家庭與夫妻關係

家庭是人類重要的初層團體，家庭關係影響個人發展。當家中出現藥物成

癮者，家庭將發展問題解決策略面對家人戒治歷程。以下從家庭系統論為根基，探討在戒治者普遍出現的家庭特徵，以及對於夫妻關係之影響為何。

一、家庭系統理論的內涵

家庭系統理論的主要假定，在一定範疇界限之內，有關整體和部分之間的關係和互動機制，其基本假定如下(施教裕，2002)：

- (一) 系統是由相互關聯的部份組成一個整體，並由清楚的邊界來限制及劃定出系統的認同感，並且聚焦為一系統，明顯與其他外部的系統區隔。
- (二) 每個系統都是其他系統的次系統。
- (三) 系統的整體和各部份之間相互消長和調適。龐大的系統會趨於「異化」和「層級化」，同時維持系統的範疇與聚合。亦即：系統可以龐大、分化、複雜，卻不失主體性和整體性。
- (四) 系統開放程度與能源流通之多寡，決定系統的存亡。系統越開放越有能量進入。開放系統與環境之間能量的輸入和輸出形成循環的回饋系統。
- (五) 系統的整體和各部份之間是動態的，不斷變遷，系統在動態中維持穩定、平衡、獨特性、延續性、範疇的完整性。消除負向影響，吸收正向支持，使系統延續，系統是會自律的。
- (六) 系統的整體和各部份共存共榮、休戚相關。整體的任何一部分的改變會帶動其他部分的變化，各次系統之間有互惠、互動性，如果能夠互相協助扶持，次系統彼此獲得資源支持，則系統可以維持穩定平衡。
- (七) 系統的整體大於部分的總和，是因為有系統間的交互作用。
- (八) 系統各部份之間的互動可能是殊途同歸，不同的方式卻可以導致相同結果，也可能相同的狀況卻帶來不同的結果。

透過家庭系統觀有助於了解藥物戒治者，其個人與環境間交互關聯的重要性，一個被觀察到的行為只是個人生活情境的一部份，人的生活應該被視為一個整體，這些被觀察到的小部分間透過複雜的程序彼此關聯互為因果

(蔡佩真，2004)。

家庭系統中，家庭關係是人們心理健康與個人是否病態的主要影響因素，複雜的系統與次系統運作，家庭中沒有人可以脫離系統的層疊。以戒治者來說，藥物戒治議題脫離不了家庭系統，戒治議題帶入夫妻互動情境，因戒治被迫與配偶分離，家庭成員同要受戒治者之影響改變原有家庭結構，也將家庭價值觀議題被迫浮上檯面，家庭互動產生改變。

二、戒治者的家庭特徵

Kaufman 和 Kaufman (1992) 累積多年的臨床工作經驗，將藥物戒治者的家庭特徵作出下列的綜合性描述：

- (一) 戒治者是失功能的家庭系統之症狀承受者 (symptom carrier)。
- (二) 戒治者維持家庭系統的均衡，家庭與伴侶間關係因戒治者獲得平衡。
- (三) 戒治者滿足父母或伴侶控制，與照顧子女的需求，然而此種方式卻是不當的。
- (四) 戒治者提供家庭成員一個爭吵的戰場，使其關係中原先的隱晦或明顯的不和得以被忽視，家人伴侶得以專注在戒治議題上。
- (五) 父母有藥物濫用的情形，並傳給子女，或導致不當的管教。
- (六) 戒治者通常和家庭成員形成聯盟，與其他不同次系統的成員之間變得更冷淡。
- (七) 許多戒治者早年經歷父母離婚、死亡或被父母拋棄，不少則是經歷手足或祖父母的去世。
- (八) 親代之間界限模糊，通常父母之間彼此競爭。戒治者帶來危機，是唯一可使全家共同解決問題的機會，亦是使一個死氣沈沈的家庭能有感覺的機會。
- (九) 戒治者在其再生家庭中，重複原生家庭的互動模式。

根據過去的研究支持，藥物戒治者多來自不穩定的家庭，對其人格造成

困擾或病態，導致無法控制壓力情境，易使自身陷於藥物濫用復發與戒治的歷程中，在面對決定是否再次用藥，對於藥癮的誘惑及內外在環境薄弱的支持，失落的情感、焦慮、困惑和沮喪，使藥物戒治者常再次的屈服於藥物的使用，形成一種應付壓力的方法(Carvalho & Pinsky, 1995；林健陽、柯雨瑞 2003)。

以系統的觀點看家庭中發生藥物濫用時，家族系統理論認為，家中的每一位成員對於家庭功能建立與維持都扮演不可或缺的角色，家庭中有需面對的問題，卻無法做出彈性的調整時，就可能產生衝突與功能失調的現象，若是此現象持續而未改善，家庭成員為紓解家庭中不平衡所帶來的衝突與壓力，可能做出不良行為，以達到系統再平衡的狀態(郭文正，2004b；劉麗珠，1988；蔡佩真，2004)。此意味，以藥物戒治者家庭來說，當配偶一方對於原有家庭問題無法解決，而採用藥物逃避問題，是為家庭創造新的問題，原有問題變成不是關注焦點，藉此達到家庭的平衡。同時，由毒品的使用引起系統的不平衡，妻子對戒治者丈夫不同的行為反應，產生家庭系統中不同的因應模式，影響戒治者戒治成功與否，藥物戒治者不是單一個人亦須將配偶、家庭納入考量。

三、對夫妻關係之影響

對於藥物使用是一個漸進的過程，一旦個人越來越依賴藥物，其和家人的關係亦隨之發生變化，配偶的行為可能由一開始勸告、鼓勵戒除等軟性方式，進而變成責罵、打、不理、操縱等方式，甚至是威脅要求離婚，或乾脆一起嗑藥(程玲玲，1996)。戒治者家庭特徵來看伴侶關係，戒治者提供夫妻間爭執的戰場，伴侶間不穩定關係，同時過於僵化的互動模式，互動回饋系統缺乏彈性，夫妻雙方採用固著無效的溝通關係，並在戒治議題中重複不良循環，形成戒治者高比率的復發率。

Ofrrord 和 Guthrie (1976) 指出，在未使用藥物的配偶發展出一些因應型態：(1) 保護藥物戒治者；(2) 從婚姻關係中退縮，如迴避戒治者、不表達自己的感受；(3) 保護家中財物，斷絕戒治者的經濟來源，不讓戒治者從中有利可圖；及 (4) 共同嗑藥（引自陳玲玲，1997）。無論配偶採用哪一種因應型態，事實上都變相支持使用者繼續使用毒品，藥物戒治者不必為濫用藥物承擔責任或後果，如此更合理化其行為。

許秀琴（1991）的研究發現，藥物濫用者不易進入正式的婚姻關係，縱使有婚姻也是危機重重，尤其用藥行為更使再生家庭瀕臨破裂邊緣，在自己的婚姻中，藥物濫用者在配偶與原生家庭雙方皆維持依賴關係，無法和原生家庭分離。

綜上可知，針對藥物戒治者與其配偶急需合適方式，協助雙方從藥物濫用戒治的循環中脫離。夫妻間面對藥物戒治的處理方式常未能符合原先期待，配偶因應型態常導致變相的支持藥物使用，反而使家庭與戒治者間重複回到藥癮的惡性循環中，如何從中截斷固定互動歷程，建立全新良性且有效的因應模式，加強伴侶間心理與情感支持的能力，解決衝突的溝通方式，培養良好情感表達方式，協助戒治者伴侶雙方發展合適的溝通技巧，才能有效協助藥物戒治者，從藥物戒治循環中跳脫，發展可能的契機。

第二節 夫妻溝通相關議題

婚姻是一個持續的過程，婚姻問題起因於溝通不良，在婚姻生活中，夫妻溝通是一個聯結的焦點，溝通是造成婚姻滿足的重要因素。另外，藥物戒治者伴侶間溝通受限於時間空間限制，溝通質量的不足，更需要透過溝通改善並增進戒治者夫妻間關係的合諧與美滿，以下介紹夫妻溝通相關議題：

壹、夫妻溝通的意義

溝通是人際關係的基礎(陳皎眉，1994)，溝通是一種傳達與交流訊息的行動或動作，人與人之間透過文字語言與非口語式的肢體動作，傳遞訊息和解讀訊息，尋求共同的了解，並促成情感的交流和問題的解決(徐光國，2003)。Backlund 和 Ivy (1995) 指出，「溝通」是持續不斷且動態的過程，雙方透過訊息的傳遞和接受，達到創造意義與分享意義的目的。人們有需要被了解與了解別人的需求，「有效的溝通」是能將意義無誤地傳達給他人，人際間能夠相互表達情懷與有意義的訊息。

良好的人際溝通能建立好的關係，不良的溝通會導致人際間不和諧，溝通是訊息交換的歷程，溝通品質的好壞影響婚姻中伴侶雙方的關係(Pearce & Halford, 2008)。王沂釗（1999）指出，影響婚姻品質的眾多因素中，包括：

性行為、家庭財務狀況、配偶的共同休閒時間等等，其中溝通對婚姻品質的影響力遠遠凌駕於這些因素之上，良好的溝通是促進高品質婚姻的重要因素。另外，蔡祈和（2004）提到，溝通技巧是一件重要但是卻複雜且不容易的事，原生家庭塑造家庭成員溝通模式，溝通技巧不是與生俱來的，而是需要學習、演練、反思、內化，培養成新的溝通模式。

夫妻為了維持良好的婚姻關係，雙方必須有能力做清楚、有效與健全溝通。如果雙方在溝通上有阻礙，則兩人相處如陌路，毫無婚姻樂趣或幸福可言，甚至衝突頻生或婚姻破裂（曾端真，1996）。另外，謝銀沙（1992）也指出夫妻伴侶間透過溝通來傳送思想、情感與意見等訊息，彼此的溝通使雙方有互為親密伴侶的感覺，將夫妻溝通定義為「夫妻之間相互瞭解的管道」。陳志賢（1998）也認為溝通是「傳遞與獲取訊息的過程」，並將夫妻溝通定義為「夫妻間創造和分享意義的過程」，強調夫妻兩人在生活情境中「有意義」的互動，包括交談所發生之口語或非口語的行為。林煜捷（2005）將「夫妻溝通」定義為「夫妻在日常生活中，向配偶傳遞思想、情感與意見的行為反應」，其中包括口語與非口語的表現，這些行為反應都是有意義的，能夠增進夫妻間的相互瞭解。所以，夫妻溝通不但是伴侶間思想、情感、意見的交流，更是伴侶相互了解的途徑。

綜合以上學者之看法，當夫妻之間的溝通互動出現障礙，雙方的內在需求無法抒發，常來自於溝通互動的不順暢，雙方認知上的差異，對溝通的期望不同，所使用的因應方式崎嶇。通常會發生溝通不良，不是夫妻間缺乏溝通技巧與洞察力，就是傾向於太快放棄，將配偶一方視為無法理解，或是頑固難以駕馭，因而無法有效溝通。本研究中所討論夫妻溝通是指夫妻雙方透過語言或非語言的行為表現，向配偶傳遞思想、情感與意見的行為反應，夫妻透過團體活動了解行為反應在溝通上都是有意義的，能夠增進夫妻相互的瞭解。

貳、溝通模式

關於溝通的研究相當的多，但學者對於溝通的分類意見並不一致，茲援引國內外學者的分類說明，了解伴侶在溝通或互動型態中可能出現的劃分和歸類模式：

溝通分析學派將溝通分為互補溝通、交錯溝通，以及曖昧溝通，而其中的

互補溝通型態為比較好的一種 (Stewart & Joines, 1987／1999)。

- 一、互補溝通：指發出訊息的人，能夠接收到預期反應的溝通。此為一種適當而可預期的溝通方式，它常常是依循正常的人際規則來運行。
- 二、交錯溝通：是指發出訊息（刺激）的人，沒有接收到預期的反應時，就會產生此種溝通。
- 三、曖昧溝通：表面上以社會可以接受的方式來表達意思，但實際上常隱含著另外的含意。

魏美芬表示，當夫妻溝通的情形愈好，婚姻滿足的程度愈高。將夫妻溝通分為口語溝通、非口語溝通、隱藏式溝通三種：(引自邱秀貞，1987)

- 一、口語溝通：藉由語言來表達彼此的意見或想法。
- 二、非口語溝通：透過表情、姿勢、眼光、手勢、語氣等身體語言來與他人溝通。
- 三、隱藏式溝通：在溝通過程中，一方隱示著某種訊息未表達出來，或讓對方覺得話中仍隱示著另一層的意思。

Gottman (1993)提出夫妻溝通可分為以下角色：

- 一、孤傲敵對者 (hostile detach)：雙方都不專注傾聽，也不關切配偶的想法，以致常無法形成正向的爭論主題，而且出現較多言語上羞辱的行為和厭惡的情緒。
- 二、互動敵對者 (hostile)：和前者稍有不同的是，雙方都會注意配偶的抱怨，但是仍然採取相同的負向情緒因應，以致無法針對衝突的問題做有效的解決。
- 三、逃避者 (avoider)：雙方在面對衝突時候，不敢表達和配偶不同觀點的意見，以逃避令其害怕、不愉快、激烈爭執的情境；然而退縮的傾聽的行為無助於了解配偶的心裡感受，使得衝突的問題依然存在。
- 四、投入者 (engager)：在處理衝突的過程難免會令人有不愉快的感受，但是伴侶能夠公開地質問配偶或是表達個人不同的意見，同時可以說服配偶接受自己的觀點。

Satir (1998) 提出五種人際溝通模式：

- 一、討好型：在言語上常常同意「這都是我的錯」，在行為上會常以別人的需要為需要，過度重視別人的要求，常做出讓步的舉動。
- 二、指責型：在言語上常是「都是你的錯」、「你到底是怎麼搞的」，在行為上常會攻擊、批判或吹毛求疵，做事較為獨裁而專制。
- 三、超理智型：在言語上是極端的客觀，只關心事情合不合乎規定、正不正確，缺乏感受性的言詞，行為上則較頑固、不肯變通且一絲不苟。
- 四、打岔型：說話常漫無主題或重點，行為上則常有插嘴、打擾別人談話或轉移注意力的表現。
- 五、一致型：言行一致，言語能表露內在感受，對自我有高度價值感，行為上則是能顧及自我、他人與情境，做出合宜的反應，屬於正向健康的溝通方式。

Olson 和 Olson (2000／2003) 認為關係互動中有「被動型溝通」、「攻擊型溝通」和「明確型溝通」的三種基本溝通型態：

- 一、「被動型溝通」是不願意坦誠分享個人的想法、感受或要求，可能是由於本身的低自尊，而且通常是為了避免傷害他人的情感或避免被他人批評，被動的溝通一般來說會使配偶感到生氣、困惑或不被信任。
- 二、「攻擊型溝通」是指責備和控訴，例如在溝通時常使用「你總是」或「你從不」這類的話語，此類溝通一般出現在關係受到威脅，或是有負面感受或想法時。
- 三、「明確型溝通」是以健康的、沒有防衛且不固執的方式去表達自己，也就是在溝通時明白地、直接地提出心理的想法或感受，同時又擁有正面而尊嚴的態度。

透過團體指導成員學習與練習溝通技巧，脫離不良溝通型態，建立合宜的溝通態度，協助戒治者伴侶雙方放下評價焦慮，降低溝通攻擊字眼，建立明確的溝通型態，適時明白的與伴侶分享內在想法，提升夫妻溝通效能。

參、影響夫妻溝通的原因

一般來說，伴侶夫妻之間多少會有摩擦衝突，造成溝通障礙的因素多樣，

不需要對於衝突大驚小怪，但是如何面對溝通障礙才是最重要的。將溝通障礙處理好，能維持婚姻與家庭的穩定；若是處理不好，則可能導致家庭破裂。

一、夫妻溝通障礙因素

在未溝通之前，他人感受的經驗，個人無法明瞭所感受為何，對別人只能猜測和想像，只有透過溝通，將彼此的想像臆測拿出來對照，才能真正了解對方。所有的婚姻都需要溝通，語言的或非語言的，正面溝通或負面溝通。溝通包含在不同層面，即使伴侶間不說話也形成溝通。曾端真（1996）提及家庭伴侶中不良溝通情形有：

（一）溝通陷於是非對錯之爭

溝通目的原是在於交換訊息以解決問題、增進瞭解或促進關係，但是家庭成員間溝通時，將注意力放在爭執誰是誰非、誰對誰錯，使得意見的溝通變成意氣之爭。家庭中溝通時若無法就事論事，便容易彼此傷害，導致家人之間的相互拒絕。

（二）錯誤的傳達方式

溝通者若只專注於自己想說什麼與自己的感受，容易忽略了自己所傳送出去的有形與無形之訊息。事實上，「如何說」比「說什麼」重要，因為「如何說」顯現出溝通者對人的尊重與否，也意味著雙方的關係。

（三）雙重訊息

溝通時的口語和非口語訊息，二者若不一致時，即出現雙重訊息的現象。雙重訊息的伴侶溝通，常讓接收訊息者無法判斷對方的意思。如果家庭或伴侶中出現太多雙重訊息的溝通，家庭成員的關係必然因溝通不良而受到傷害。

（四）虛偽的溝通

指溝通時只有表面語意的交換，不涉及內在的真正想法與感受。這種溝通雖能維持家庭氣氛和諧的假象，不會有表面的衝突，但實際上，內隱的衝突更阻礙了家人的關係。

(五) 雙重束縛式的溝通

雙重束縛是雙重訊息的一種，其訊息的特性是「兩難式」的，選擇任一個訊息都是輸的。雙重束縛的溝通是指發出的訊息同時含有兩個互相矛盾的指令，使得接收者無所適從。不論如何選擇，都是錯的。

(六) 間接溝通

家人或伴侶間為了怕直接衝突，透過第三者做中間橋樑。衝突雖然可免於表面化，但內在衝突仍然懸而未決，卻可能因而加深原本的鴻溝。另一種間接溝通，就是不願直接表達意思，而以曖昧暗示影射保留的方式來發送訊息，並且認為對方應該懂他的訊息。相反的，有些自作聰明者，在無直接訊息下，自行推測他人的意思。這種訊息未明的溝通，常造成誤會，增加成員間的困擾。

另外，藍采風(1986)認為伴侶關係是親密且隱私的，造成溝通阻礙情形，不知如何進行溝通錯誤的溝通模式，雙方距離疏遠的原因包含有：

(一) 文化差異：配偶間來自不同的文化背景（種族、國籍、宗教、社會經濟地位等），不同文化造成差異的價值觀、生活習慣、抱負與生活方式，導致溝通上的距離、誤解與不慣

(二) 性別角色期待：多數研究均提出男性與女性在溝通上確實有差異存在（陳明君，1991；陳志賢，1998），成長與社會化過程中人們對性別角色產生有不同的期待，差異的性別角色延續到溝通也產生不同。

(三) 間接式的溝通：語言中含有其他非語言的訊息，間接式的溝通常導致溝通上的誤解。

(四) 詞句解釋的差異：文化差異加上教育程度的懸殊，在談話中雙方對字句的解釋的不同產生不同的認知。

(五) 錯誤設想與過度類化：以偏概全造成溝通上的誤會，產生以偏概全之溝通大致為以下情況：

1. 認定別人與你有相同之感觸與態度。
2. 認定過去或現在所發生之事永不能改變。

3. 認定自己不必向對方查證即可完全洞察對方之感觸與想法。
4. 認定別人知道你內心之感觸與想法。
5. 預先經驗與心理狀況做出有選擇性的認知。
6. 同時傳遞幾種矛盾的訊息，使對方感到迷亂。
7. 自問自答或不顧對方是否接到了解你的訊息。
8. 採取防衛行為。

以上情況都會使伴侶之間的溝通無法進行，造成彼此的磨擦與誤解，形成不良的溝通現象。

二、有效的夫妻溝通因素

有效的溝通能增進伴侶間的關係，降低摩猜與誤解，良好的溝通態度與要素包含(曾端真，1996；練淑婷，2002)：

(一) 較多的正向溝通：婚姻關係是高度親密分享的人際關係，需要靠雙方真心誠意互相許諾維繫。

(二) 良好的傾聽能力：傾聽是溝通中重要一環，說與聽之間兩者必須互相配合。

(三) 對他人內心之感觸有所認識與察知，能洞察並了解配偶的感觸，而且體諒對方的心情，具有同理心，善於表達感受，了解配偶。

(四) 能互相信任與關懷對方，婚姻關係是一種相對、相互角色之關係。

(五) 分享共同之興趣：快樂或幸福婚姻者由於配偶間能分享一些共同之興趣，可自在的談論個人隱私，或討論個人的問題及一般事務等。

(六) 查證訊息之本意：錯誤的解釋溝通發生在無法正確了解對方所說之真正涵義。

綜合以上之觀點，溝通並非單純的將自己的意思說出，溝通將個人獨特內在感受、生活經驗、生活問題和生活調適方法，與對方溝通，而讓對方了解，彼此學習新的解決問題方法，彼此獲得成長，夫妻溝通拓展新的學習，溝通雙方的意見和達到協調，夫妻間才可能降低衝突，改善不良溝通障礙。在夫妻溝通團體中，教導當事人學習正向積極且合宜的行為模式，引導當事人選擇正確

的行為，只說和做對婚姻與家庭中有益的事，而不是採用破壞性的行為，滿足內在需求，提升雙方婚姻滿意度，如此改善夫妻間不良的部分才更有實質的效果。

第三節 藥物戒治者夫妻溝通團體

本研究以團體為進行方式，協助藥物戒治者與其妻子在溝通團體，經過實際演練練習，將語言或非語言的行為表現，向配偶傳遞思想、情感與意見的行為反應。本節主要說明溝通團體意義，不同訓練方案內涵，及本研究溝通團體設計主軸。

壹、溝通團體意義

團體的學習是一種經驗的學習，經驗學習的重點是透過親身參與，由經驗體驗中自我學習，這是最自然、最生活化的學習，也是最直接、最有意義、最有效果的學習。隨著團體過程的進展，其他成員的表露、回饋與挑戰，使個體有機會接觸許多不同於自己的系統，協助個體能覺察自己原來的狀況，進而重新定義，促成了自我成長（黃惠惠，1993）。

夫妻溝通訓練採用團體的方式來實施的優點，除了節省時間和人力，符合經濟原則外，並提供團體成員資訊多樣和多元觀點，透過在團體中與成員的互動，增進對自己和他人的瞭解，團體能產生共同感受或經驗，成員的分享發現彼此共同點時，產生了共鳴與認同感覺，這種感受本身就具有治療性，對團體預期的效果助益，團體提供成員回饋的功能，團體提供如身歷其境的學習機會，團體中某成員可能面臨的困難或問題，常常也是其他人的問題，討論某成員的問題，對其他成員也是具有意義的，團體是真實生活的實驗室(吳秀碧，2002)。

貳、夫妻溝通教育訓練方案

夫妻教育訓練目前已提出不同方案，提出伴侶雙方若是長期採用不良的溝通方式，結果可能產生雙方婚姻生活的問題困境和挑戰，更可能傷害家庭，或是產生其他更嚴重的伴侶或家庭問題，避免問題嚴重性加劇，可透過教育訓練

方案協助伴侶雙方。目前國外針對婚姻溝通的方案如下：

一、關係提升方案

關係提升方案是最早的發展與應用的方案，內容主要強調：(1) 同理心技巧：幫助成員認識別人瞭解別人，開放自己；(2) 表達技巧：瞭解自己想法、感覺，並且表達出來，降低冒犯別人的盲點；(3) 討論、協商技巧：商量帶有情緒方面的議題；(4) 問題、衝突處理技巧：有效問題、衝突解決的方法；(5) 自己改變技巧：引發個人想改變的動機、態度、感覺、行為；(6) 他人改變技巧：幫助他人改變的技巧；(7) 實際化技巧：將所學得的技巧應用到實際狀況；(8) 輔助技巧：對別人有潛移默化的影響；及 (9) 維持技巧：能將以上所學習的新技巧繼續維持使用(Accordino & Guerney, 1993)。

二、預防與關係提升方案

預防與關係提升方案，主要是協助伴夫妻通成長，學習表達和傾聽，問題解決策略，教導伴侶雙方如何解決衝突的團體方案，其內容有：(1) 意圖影響模式；(2) 有效的說與聽；(3) 溝通類型；(4) 紿回饋；(5) 檢視期待；(6) 隱藏的議題；(7) 關係維繫；(8) 問題解決；(9) 正向提升親密與承諾；(10) 性關係溝通；及 (11) 實踐技巧(Einhorn, 2008)。

三、充實方案

Karahan(2007)以調查為主的方案，針對人格特質調查伴侶關係與原生家庭的適應性。方案內容主要為(Galvin, 1985)：(1) 探討伴侶目前相處關係中的長處和需成長之處；(2) 加強溝通的技巧包括「明確表達」與「積極傾聽」的技巧；(3) 以「解決衝突的十步曲」來化解爭端；(4) 以「伴侶和家人關係圖」來探討伴侶關係與原生家庭對伴侶的影響；(5) 擬定一個可行的預算與財務管理計畫；及 (6) 擬定個人、伴侶共同與家庭的目標。

四、親密關係技巧實際運用婚姻強化方案

此方案探討已婚者親密度的強化和維持，指導夫妻雙方學期如何維持親密的互動獲得快樂，同時建立平等真實的互動，透過本強化方案活動夫妻雙方表達憤怒等負向情緒與憂慮的狀態降低。本方案之內容包含：親密度的操作性測量、婚姻適應和性別差異，協助夫妻雙方親密關係技巧運用(Gordon,

1993)。

以上方案皆提到如何做有效的溝通，使溝通成為處理關係以及家庭問題的有效工具之一。本研究也將以溝通做為夫妻團體的設計主軸，協助夫妻雙方學習正向溝通模式。

參、夫妻溝通團體設計主軸

夫妻溝通方案，屬於成人教育的一環 (Wilson, 1998)，成人學習的特性有：(1) 是學習他們實際所需的技巧或資訊；(2) 是從做中學、從經驗學；(3) 是能夠解決實際問題；(4) 需要非正式的、互動頻繁的環境；(5) 必須透過多樣化的訓練技巧；(6) 能夠對教學方法有所影響；及 (7) 以同儕團體 (peer groups) 的學習最佳。

Corey(1995)也肯定藥物戒治者實施團體治療具有高度價值，他認為：(1) 團體提供安全的環境，以填補其內在的孤獨感受；(2) 透過參與團體，可與其他人分享，並學習社會技巧的能力；(3) 團體提供成員再社會化，及問題解決所需的面質及支持；(4) 鼓勵成員放棄自我防衛；(5) 經由相互通饋學習如何看待自己及別人，且學習如何影響他人；(6) 可協助成員因應困難課題，而能有效的面對壓力；及 (7) 可探索物質濫用之外的其他問題，包括家庭及人際問題。

此外，從上述文獻中可以發現，伴侶間的衝突點常來自於不當的溝通方式，而不當的溝通方式導致婚姻關係的不良，婚姻滿意度的下降。以藥物戒治者為例，長期在不良的關係中，可能採用吸食毒品的方式作為逃避方法之一，導致法律上的制裁入監服刑，與家人伴侶分隔兩地，若能透過夫妻溝通團體解決關係困境，扭轉婚姻關係品質，提供正向學習，降低因入監服刑對家人的衝擊，強化伴侶功能，提供對於未來預防因子。配合戒治所現實情況，夫妻溝通團體捨去教條式制式化教授，使成員在輕鬆彈性中學習，伴侶雙方在團體中修正其原本在生活中溝通障礙，增加伴侶親密度。

婚姻雖然有別於一般人際關係情境，但所需的基本溝通態度是一樣的，溝通不良的夫妻，必須學習有效傳達想法、感受、需求和期待的方法 (曾端真，1996)。協助戒治者與其伴侶建立正向良性溝通模式，並將團體中學習的溝通

方式有效應用在未來生活中，改善先前不良行為模式，穩固並增進伴侶雙方情感，本團體著重在有效溝通技巧的學習與應用上，並針對藥物戒治者伴侶雙方加入討論面對藥癮誘惑策略，透過團體達到教育性、矯正性與預防性的效益。團體設計主軸，夫妻溝通團體，採用團體諮詢的方式進行，指導團體成員基本溝通技巧，具體溝通技巧包含：專注和傾聽、我訊息表達、及語意簡述與澄清，達到溝通問題解決，提升夫妻之間溝通效果與品質，細項說明如下：

一、專注和傾聽

專注是指身體上傾向說話的人，傾聽是指抓住並了解說者口語和非口語的訊息。傾聽需要訓練，不只是聽到聲音、聽到說了什麼，還要聽到說話背後的動機；不只聽到訊息，還要聽到弦外知音，不只瞭解了，還要回應讓對方知道。人與人之間的溝通，特別當彼此產生衝突或面臨複雜的議題時，使用傾聽就顯得特別有用。真正的傾聽乃是放下自己，以及自己關心的人、事、物表示出「我很在乎你」的態度，容許並鼓勵配偶表達其所關心的，讓配偶引導說話，而另一半扮演一個瞭解者（蔡祈和，2004）。

團體活動設計專注與傾聽活動，在傾聽練習中，協助成員向另一半散發出來的氣氛是對配偶的支援、接納和興趣，讓伴侶知道在語言與非語言中都與他同在，運用此技能能增進夫妻間彼此一致的經驗。

二、我訊息

我訊息的焦點是表達對他人某種行為的感受。使用「我訊息」的溝通內容重在自我心理感受的表達，以「我」開頭的句子形式表達自己的感受，而沒有價值的判斷。透過「我訊息」可以讓夫妻雙方把困擾的行為描述出來，說出對這件行為可能導致的結果有什麼感受，然後把後果或是對配偶所造成的效果說出來（陳皎眉，1994）。

透過團體活動內容，戒治者夫妻雙方可以重新建構過去經驗感受，對於與另一半分隔兩地，夫妻雙方有能力坦承說出自己內在的聲音，為自己說話，看到目前生活的限制與期待間的差距。培養夫妻親密關係必須彼此打開內心的自我，懂得溝通內心的想法、感受和願望，培養相互的信任，如此愛與關懷才能滋長，鞏固婚姻的基礎。

三、語意簡述與澄清

語意簡述是將說者所表達的內容用簡短的方式說出，讓說者知道聽者了解所說的內容。專心聽說者話中的含義。同時語意簡述中避免加入自己的意思，以簡單的話回應，同時注意說者的非語言訊息：聲音、臉部表情、手勢等。

澄清則為遇到說者表達不清楚的地方可以請說再加以說明，請說者再說更清楚。澄清可以使聽者得到更清楚的訊息，也可以知道說者所說的內容與意義。對於聽不清楚的地方或沒弄明白的部份，使用澄清請說者再說一次。澄清時由聽者說出自己的理解，與說者一起核對，當對方講到一個小段落時，就幫配偶綜合理出她所表達的大意，小結，回饋給對方，以確定自己所聽到的訊息是否正確、完整（黃惠惠，1996）。

團體活動進行隨時調整，調整戒治者夫妻雙方的需求，與戒治所現實情況，本夫妻溝通團體捨去教條式制式化教授，而是透過團體自然情境中讓夫妻雙方達到溝通之學習，著重在夫妻溝通技巧的實例演練，同時降低因夫妻雙方分隔兩地導致的關係困境，提供正向學習，強化夫妻連結，過程是逐漸而不是突發的，達到夫妻關係進展的目標。

第三章 研究方法

本研究之目的在了解戒治者夫妻溝通團體對於夫妻雙方的關係影響，繼之以質性研究半結構式訪談，蒐集研究參與者實際經驗與感受，呈現夫妻溝通團體真實經驗的原貌，並透過深度訪談讓參與研究者夫妻雙方分享溝通團體背後所形成的影響改變。

本章節即針對研究設計、研究工具的使用、實施程序及資料處理議題等加以論述之。

第一節 研究設計

壹、研究方法

本研究所採取的是質性研究的方式，不同於量化研究著重蒐集數據，將目的設定於驗證假設或確立變項間因果關係，改變量化的思維系統，試圖建立通則，對研究提出解釋、預測、控制變項間的關係。而採以質性研究嘗試跳脫特定的理論及假設，著重在當夫妻溝通團體進行後，伴侶關係系統是否產生改變，尤其在透過團體活動內容的指導學習與觸發後，伴侶雙方溝通模式會產生怎樣的鬆動與改變，由於主觀經驗與獨特性對個人與伴侶有不同的體悟，無法運用量化調查的方法衡量，所以研究者將以開放且整體的眼光進入研究場域（胡幼慧，1996）。

本研究採取質性研究，企圖了解夫妻溝通團體對伴侶關係的影響，尤其在蒐集每對伴侶間不同的生活經驗及獨特的情境脈絡，可以透過質性方式，在團體活動後半結構式訪談蒐集資料。本研究將先以第一對訪談伴侶為本研究之前導性研究，並修正之後訪談內容與方式，注意情境脈絡，而非特定變項。再經由特定對象的資料分析、歸納與組織，不以推論因果關係為目的，只冀探討夫妻溝通團體對藥物戒治者夫妻雙方關係之影響。

貳、研究對象

一、篩選方式

本研究對象選取，以臺南監獄明德戒治分監之受刑人為主要招募研究參與者，徵求伴侶雙方皆可有意願參與者，受限於研究場域的限制，未能有額外的時間進入戒治所，商請戒治所教誨師協助招募團體成員，依據研究目標訂定，邀請有意願之伴侶參加本溝通團體，本研究篩選研究參與者伴侶時考量的項目及研究參與者伴侶的特徵依以下幾點：

- (一) 戒治歷程階段：已結束生理戒治無生理戒斷症狀，屬戒治歷程中後期成員為招募對象。
- (二) 年齡性別：招募已成年之男性藥物戒治者與其伴侶。
- (三) 使用藥物種類：研究參與者（戒治者）使用藥物以國家管制一級毒品與二級毒品者為主，其中包含使用單一毒品與混合使用多種毒品之戒治者。
- (四) 其他條件：伴侶雙方具清楚國、台語表達能力，且自願參加團體，以能全程參加夫妻溝通團體為主，且在團體結束後願意在無報酬的情況下接受訪談。

二、篩選過程

本研究採用立意取樣之方式招募研究參與者，質性研究的樣本數目不在於大量而是在於資料呈現的深度。胡幼慧（1996）針對質性研究研界對象選取重點表示「樣本一般都很少，甚至只有一個個案，但需要有深度的立意抽樣」。因此，本研究根據研究目的篩選研究參與者，採立意取樣期待研究參與者能提供豐富資訊。

由於，研究對象是經法院處裁定令入戒治處所施以戒治者，受限研究場域上的限制，遂透過明德戒治分監之教誨師，協助公告本次團體訊息，並邀請合適伴侶進入戒治所參加溝通團體，相關協助與配合事項如附錄二。

本次團體戒治者須長期於戒治所中，不用擔心男性戒治研究參與者缺席團體活動，故在團體開始後確定為五位男性戒治者可以參加本次溝通團體。

但，另一方面，原本男性戒治者多為家中主要經濟來源，進入戒治所的場域，其伴侶轉為家中經濟支柱，伴侶間多肩負家中經濟重任，雖已將團體活動時間定為隔週週六，希望可降低對團體成員家中經濟影響，提高伴侶參加之意願，達到團體效果，增加團體後訪談對象，但實際團體進行後，有多位伴侶仍有經濟上的壓力未能每次參加，以致在團體中的學習有限，未能符合本研究目地，故最終以一對共同參加六次團體之伴侶 A、a 為前導性訪談研究，而全程參加之伴侶 B、b 為本次研究對象，以下為研究參與者基本資料：

表 3-1 研究參與者基本資料

編號	性別	年齡	教育程度	婚齡	訪談時間／地點	備註
A	男	50	大專		138 分鐘／戒治所大禮堂	前導研究
a	女	44	國中		60 分鐘／戶外涼亭	前導研究
B	男	28	國小		85 分鐘／仁德監獄教室	正式研究
b	女	27	國中		62 分鐘／教誨師辦公室 112 分鐘／教誨師辦公室	正式研究

本次研究訪談共計兩對夫妻，四位研究參與者，受限於出席率與資料呈現之豐富完整性，將 A、a 此對伴侶作為本次研究前導性訪談對象，研究結果則呈現 B、b 夫妻在溝通團體中的結果。

三、倫理考量

由於本研究將呈現研究對象的背景資料，並將團體諮詢過程加以分析，為了避免研究過程可能對研究對象與其家庭造成影響，本研究針對須考慮的倫理議題做以下之處理：

(一) 自願性：

研究對象經過篩選後，研究者先向其說明諮詢團體的性質及研究需要，詢問伴侶雙方的意願後，簽署參與研究同意書，邀請成為本研究團體

的成員。

(二) 保密性：

晤談時已事先告知伴侶雙方因研究需要，團體諮詢部分將做錄影，同意書上亦有說明，但向其保證錄影資料將不會外洩。個人訪談內容則經過研究對象同意才予以錄音，研究結束後清除所有錄影、錄音內容，以尊重研究對象之隱私權。為保護研究對象，研究者也將研究資料中的成員背景等可辨識內容作匿名處理，在研究過程與研究結果的呈現上亦以化名表示不同成員。

(三) 真誠性：

研究者將以誠懇、真誠的態度，誠懇的邀請，徵求夫妻雙方同意，使夫婦雙方能在研究團體中以自然參與，並，於團體結束後的訪談中以尊重、分享、陪伴的態度，研究者會將擬妥的研究同意書，與研究參與者討論雙方的權益及所遵守的倫理規範，彼此簽名交付對方收執，以確保彼此的權利義務。研究者將不會欺騙研究對象，也不會應用隱藏的工具來記錄談話或觀看行為。

第二節 研究工具

本節將依夫妻溝通團體、研究者、訪談工具、記錄工具等方向說明之。

壹、夫妻溝通團體

由研究者根據藥物戒治與夫妻溝通、溝通技巧互動等相關主題，設計共18小時的團體課程。以下茲就團體設計核心、團體方案內容、團體協同者及團體觀察者說明之：

一、團體設計核心

以團體中活動的背景，透過互動與分享，伴侶雙方透過語言或非語言的行為表現，向配偶傳遞思想、情感與意見的行為反應，伴侶雙方用更多元的角度看丈夫在戒治所的影響，同時戒治者丈夫亦能在過程中，獲得與妻子溝

通的機會，透過系統的教導、示範、催化、引導伴侶間對話、個別演練、經驗分享、完成家庭作業等作法，以提升伴侶表達、傾聽、溝通的效能及衝突的解決，促進伴侶的和諧與親密，在動態的交流中，改變家庭中原有僵化的互動關係，並在團體結束之後能持續在之後的家庭生活中應用。

將溝通技巧彈性融入團體活動進行，團體活動包含以下幾點：

- (一) 評量問題：透過活動觸發，使團體成員發現目前溝通模式，與反思過去不良溝通的問題根源。
- (二) 指導正確方法：指導戒治者夫妻在認知上的了解，透過指導溝通技巧，了解何為正確溝通方式，並改善不佳的溝通模式。
- (三) 示範：利用團體活動示範正確的溝通方式，並在團體中邀請成員夫妻雙方角色示範，讓團體成員可以學習到合適正確方法。
- (四) 練習：團體所學溝通技巧，採立即性練習，夫妻雙方在團體時間內練習，研究者並當下指導，提供增強與回饋。
- (五) 家庭作業：在團體情境中練習比較容易，邀請成員在團體外的時間實踐所學之溝通技巧，並在下一次團體做分享與討論。

二、團體方案內容

本團體方案由淺入深，分成三個階段，第一階段個人家庭和伴侶之間的認識介紹，基本個人探索，第二階段讓伴侶雙方相互學習溝通技巧，與伴侶和成員間相互分享個人感受，第三階段雙方建立新的溝通方式，重新建立起雙方的互信互相扶持的機制，目標讓雙方都有成長學習機會，對於雙方所建立的家庭有更好的相處模式。

- (一) 團體名稱：夫妻溝通成長團體。
- (二) 團體領導者：研究者本身為團體領導者。
- (三) 團體協同者：婚姻與家族治療專長之助理教授。
- (四) 團體性質：封閉性、半結構性團體。
- (五) 成員對象：藥物戒治之當事人及其伴侶。
- (六) 人數：3~5 對伴侶參加。

- (七) 篩選方式：採立意取樣。
- (八) 團體時間：自 99 年 8 月 22 日起，隔週週六，上午九點到十一點。
- (九) 團體次數：9 次，每次約 120 分鐘。
- (十) 團體地點：臺南監獄，明德戒治分監大禮堂。

團體方案綱要：就團體日期、團體次數、單元名稱、單元目標介紹之，詳見附錄一。

三、團體協同者

邀請台南大學諮商與輔導所助理教授為本團體協同領導人，在夫妻溝通領域有多年研究，同時有豐富帶領團體經驗。團體協同領導者亦為研究者論文指導教授，對於本研究目的有清楚了解，協助研究者在團體進行的流暢度，與團體活動的進行更符合本研究主題目的，團體活動與夫妻間關係互動的催化，研究者與團體協同者並於每次團體結束後進行當次團體討論，修正下次團體進行方式，使團體活動符合研究目標達到其效果。

四、團體觀察者

本研究之觀察員為國立臺南大學諮商與輔導研究所的學生，對參加團體有多年豐富的經驗，協助研究者觀察成員之間的互動情形，攝影器材的運作確定，以及團體成員家屬安置，讓本團體進行更加流暢順利。

貳、研究者

研究者目前為臺南大學諮商與輔導所碩士班的學生，就讀碩士班期間曾修習「諮商與心理治療理論研究」、「諮商研究法」、「諮商與心理治療技術」、「諮商實務」、「變態心理學研究」、「團體諮商實務」與「家庭與婚姻諮商研究」等相關課程，就讀研究所期間不定期參加工作坊或研習，對於家庭與伴侶的問題有廣泛的閱讀相關書籍文獻。研究者並不斷反省研究方法適切性、個人對於研究問題的理解程度、個人主觀經驗對於研究過程及研究參與者的影響，並在其中不斷增加對伴侶與家庭議題的覺察能力，避免自己的主觀價值混淆研究的進行，影響研究的最終的呈現。

質性研究中，研究者即為主要之研究工具，研究歷程的真確性與結果之可

信性，則取決於研究者之技巧、能力、訓練以及態度的嚴謹與否(高淑清，2001)。對此研究者將秉持以下方向：

自我覺察的反省與反省能力，研究者採用半結構訪談及如實的文本紀錄研究參與者所表達的世界，避免受到先前主觀理解影響，時時反省自己，了解個人可能產生的偏見，不斷反思與自我覺察，避免帶有預設立場進入訪談中。

積極同理的傾聽者，研究者透過專注傾聽，適時表達同理的感受，適當的眼神接觸與回饋，讓研究參與者接受到研究者認真的態度，將有助於研究參與者在訪談中的回應。

敏覺的觀察者，訪談過程中如實記錄下研究參與者在訪探過程中語言與非語言內容，都可能蘊藏著豐富又寶貴的線索，研究者在訪談過程中發揮高度敏覺的觀察力，隨時掌握研究參與者表情、肢體與隱藏話語間透露出的內在訊息，並在訪談中作澄清與了解。

研究者在態度方面，採取中立與保持開放的態度，團體進行中保持彈性催化團員間的分享與成長，進行訪談研究時避免影響本研究的信度與效度，研究者在本研究中擔任訪談者、資料謄寫者、資料分析者與編碼員，有助於對資料的熟悉度以及增進資料的正確性與一致性。同時，研究者具備深度訪談能力，能敏銳察覺研究參與者溝通互動內涵，收集到最大值的資料，達到資料的豐富性。

參、 訪談工具

本研究所運用相關研究工具包含研究邀請函、參與研究同意書、研究參與者基本資料、訪談大綱、訪談札記、逐字稿檢核表等。

一、研究邀請函

研究者會製作研究邀請函（附錄二），由教誨師於戒治所進行團體成員招募，以成員伴侶雙方都有意願者作為招募對象，研究邀請函內容包含：本研究目的、進行的方式、團體的時間地點與次數、未來訪談的時間地點與次數、錄音錄影相關保密原則，讓研究參與者伴侶雙方皆能對本研究有初步的了解。

二、參與研究同意書

團體結束進入訪談時，研究者必須恪守研究倫理，尊重並保障研究參與者的利益，因此，在訪談進行之前，研究者必須向研究參與者知後同意、確實明白本研究的目的與性質，並說明研究參與者的權利與義務。在充分告知研究參與者相關權利，經研究參與者同意參與本訪談研究，參與研究同意書（附錄三）主要內容包含研究目的、研究程序、研究的潛在風險與保密原則、參與本研究的權益與貢獻，使研究參與者伴侶雙方皆能清楚明瞭其權利與義務。同時研究參與者也可以了解研究的進行方式和資料處理的方式。在訪談過程中，尊重研究參與者有參與研究或隨時退出研究的自主權。

三、研究參與者基本資料

研究參與者基本資料（附錄四）的內容包含伴侶雙方基本資料，性別、年齡、教育程度、結婚年數、家庭型態、子女人數等。

四、訪談大綱

本研究之目的，了解戒治者若透過夫妻溝通團體的實施，對於伴侶雙方的關係影響與狀況，故此將在團體結束一個月內對伴侶雙方進行訪談。本研究採半結構式訪談，本訪談大綱的訪談焦點在瞭解成員伴侶的溝通模式，伴侶關係的親密度是否有覺知與改變，以及團體課程對成員溝通方式的影響，溝通技巧的學習成效。

研究參與者透過開放性的問題，自由表達其自身的團體經驗，所使用的訪談大綱是為了讓訪談的過程有個基本的脈絡，讓對話過程更加流暢與豐富，以提醒研究者進行訪談之要點，避免資料過於龐大且雜亂。依據研究目的擬定訪談大綱（附錄五）、訪談進行程序（附錄六）。

五、訪談札記

研究者將在當次團體或訪談結束後紀錄研究者的感受、對研究參與者的觀察（包含語言、非語言的肢體語言）、研究參與者的狀態、訪談內容、研究者的反思、心得及待答問題等如實紀錄，作為日後資料分析時的參考（附錄七）。

六、逐字稿檢核表

使用逐字稿檢核表目的是，減少文本謄打因研究者個人產生偏誤，在文本謄打完成後，將邀請研究參與者利用檢核表確認文本呈現的真實性，以強化本研究的信效度（附錄八）。

肆、記錄工具

由於團體屬於密集性的課程，為了不遺漏團體成員對話與互動的任何片段，在徵得團體成員的同意下，全程錄音與錄影，作為記錄的輔助器材，以完整紀錄團體進行過程，以利團體歷程的了解，協助研究者在團體結束後省思當次團體進行情況，調整與修正下次團體進行方式，符合本夫妻溝通團體研究之目的。

此外，團體結束後的夫妻訪談，經過研究參與者同意也將採用全程錄音，並於訪談後，立即做錄音帶文字轉譯之工作，忠實的記錄訪談中每一字、詞、停頓、聲調、臉部表情等口語與非口語之訊息，展現原音重現之逐字稿，以利文本分析討論，避免遺漏重要訊息。

第三節 實施程序

本研究的實施程序包含準備階段、夫妻溝通團體進行階段、進行前導性訪談、進入正式訪談、文本的建立、研究參與者確認文本內容、與協同分析者檢核文本、資料分析與資料處理，內容分述如下：

壹、準備階段（97年8月—98年7月）

本研究在與指導教授持續討論下，歷經修改與調整，確定研究方向及範圍，持續閱讀相關文獻，從文獻中釐清研究目標，同時針對將研究問題與研究內容具體化，進而蒐集相關著作及論文研究等文獻，整理文獻作為本研究的理論基礎，建立研究架構。

設計規劃「夫妻溝通團體」，確立團體目標、內容、實施對象、進行方式及設計作業等，針對戒治所夫妻關係互動特殊性與限制，調整夫妻溝通團體，

讓團體更貼近本研究對象之需求。

編製訪談相關表件，包含研究邀請函、研究參與者基本資料、參與研究同意書、訪談札記、逐字稿檢核表等。編製訪談大綱。研究者編制半結構式的訪談大綱，並在擬定訪談大綱後並與指導教授討論修正之。

持續蒐集相關文獻並積極完成研究計畫，於 98 年 7 月通過研究計畫口試，透過口試委員的協助與澄清，修改研究計畫，並針對研究目的有更清楚的思考。依照口試委員的觀點，戒治者未必有穩定的婚姻關係，遂放寬選取對象標準，將團體招募對象從具有婚姻關係「妻子」擴大到若為同居關係的「伴侶」也可以，期待可以增加招募伴侶的人數。

選取研究對象，委由戒治所教誨師協助，針對研究目的訂定研究對象標準，於戒治所招募合適成員與其伴侶進入研究團體，以自願性與能配合研究需求者優先，並透過教誨師協調戒治所相關配合事宜，建立團體實施資料（附錄九）。

貳、夫妻溝通團體進行階段（98 年 8 月—98 年 12 月）

進行夫妻溝通團體，考量勒戒所及勒戒者其伴侶時間配合，團體安排隔週一次，一次 120 分鐘，共進行九次團體諮詢。於每次團體前，與指導教授討論團體設計，對前次團體內容修正調整。團體進行時，隨時與團體協同者搭配活動內容，視團體成員反應隨時彈性調整。此外，研究者本身亦於團體活動結束後，立即記錄當次成員的反應、團體領導者與協同者的回應方式與特殊狀況之處理，及研究者個人覺察與省思。

於團體活動前的當週週四，先行連絡團體參加伴侶，確定當週能參與團體的伴侶人數，提供進入戒治所之人數名單，並委請戒治所戒護科人員，維護團體領導者與成員各項安全，以利團體進行。

邀請同為諮詢輔所學弟參與本次研究擔任團體觀察員，在團體進行時，協助安排團體事宜，觀察團體活動與團體成員行為反應，攝影記錄拍攝協助、以及照料研究參與者小孩的托育事宜。最後在團體結束後，回饋研究者團體活動進行內涵。

在團體進入結束階段（團體第七次），確定進入訪談的研究參與者，利用當次活動結束前和團體成員討論訪談的時間，確定每位成員進行訪談日期與時間。

參、 前導性訪談（98 年 12 月）

團體結束後有兩對夫妻進行訪談階段，依照出席狀況確定前導訪談和正式訪談對象。選擇第一對共同出席六次團體夫妻作為前導性訪談，修正訪談進行模式。前導性訪談協助研究者訪談地點的選取考量，並針對訪談進行時的情境調整，和訪談過程中訪談技術缺點的修正，協助研究者增加訪談主題的聚焦與深入，增加對研究目的的掌握。

在團體結束後，於 98 年 12 月與研究參與者 a 進行前導性訪談。說明本研究訪談目的，說明訪談內容的保密性，在研究參與者知後同意後進行訪談，並待訪談後，進行內容修改、刪減、調整文句詞彙。另外，本次訪談地點是在戶外開放涼亭進行，戶外訪談產生不相干的人車干擾，影響研究參與者在訪談中安全感和開放程度，修正式訪談地點的選擇。

與研究參與者 a 的訪談後，隔週即進行研究參與者 A 前導訪談，本次訪談地點於戒治所大禮堂中進行，研究者嘗試從大禮堂中安排較為隱蔽的角落進行訪談，且戒護科人員可清楚觀察訪談狀況，維護研究者與研究參與者雙方安全，但無法聽到訪談內容為主，同時研究參與者在訪談中的開放程度有限，修正研究者所提供之訪談情境，以輕鬆自在可自然分享為主。

肆、 正式訪談（98 年 12 月—99 年 5 月）

98 年 12 月進行正式訪談，利用研究參與者到戒治所參加活動邀請訪談，訪談地點於戒治所教誨師辦公室進行，教誨師辦公室空間屬安靜獨立空間，不容易受外界干擾，亦符合戒護科安全戒護範圍。研究者建立輕鬆自然的訪談環境，不硬性依序詢問訪談大綱，而是彈性的讓研究參與者表達，根據述說內容適時切入研究訪談大綱內容提問，讓訪談是輕鬆的分享，同時獲得更深更廣的訪談結果。與研究參與者 b 第一次訪談結束，仍有部分議題不甚了解，故於下週另約時間進行第二次訪談，第二次訪談主要是將第一次訪談後仍有疑義的部份向研究參與者澄清。

在團體結束，尚未與研究參與者 B 訪談前，由於研究參與者 B 違反戒治所內規定，協助他人藏匿戒治所違禁物品，遭移監台南仁德監獄處分，受限於研究參與者不在戒治所中，且剛移監的當事人對新環境需要適應時間，並且研究者對於當時移監狀況不清楚，也不了解導致研究參與者 B 移監背後真正的原因為何，在與指導教授討論後，考量並不適合立即與 B 進行訪談，遂暫緩訪談的進行，直至 99 年 5 月再次聯繫戒治所教誨師，由教悔師協助進入仁德監獄訪談，由於團體已經結束數個月，並且仁德監獄不同於戒治所氣氛較嚴肅，戒護科人員同在訪談環境中，研究參與者 B 說話時有所顧忌，無法自由開放的表達，使訪談資料的豐富性產生限制。

伍、文本的建立（98 年 12 月—99 年 5 月）

將錄音檔轉錄為逐字稿，逐字稿之首頁記載研究參與者的基本資料，姓名、年齡、性別、訪談次數等。因涉及研究參與者之隱私，研究者將研究參與者之姓名以編號方式處理。逐字稿內容分成三欄，第一欄為訪談內容，第二欄則是研究者找出談話內容具有意義的內容，用於標記註明及編碼之用。第三欄為研究者之反思、訪談後的心得感想，研究者於訪談後撰寫訪談札記，記錄研究參與者非口語部分之內容以及研究者覺察，確保資料之豐富與完整。

在編碼的部份，研究對象的代號，第一對前導性研究夫妻研究參與者為 A、a 表示，A 為前導訪談男性戒治者丈夫，a 為前導研究妻子。正式研究夫妻編碼 B、b，B 為正式研究男性戒治者丈夫，b 為正式研究妻子。將訪談的每一句對話編碼，如 1R—10：1 為第一次訪談，R 代表研究者，第 10 句對話；2R—48：2 代表第二次訪談，第 48 句對話。1B—10：1 為第一次訪談，B 研究參與者，第 10 句對話。2b—48：2 代表第二次訪談，b 研究參與者，第 48 句對話。把談話中的笑聲、特殊語氣、弦外之音或語調、嘆氣、或特殊手勢等之處以括號（）來做說明，（）也做為訪談的補充說明。

陸、研究參與者確認文本內容（99 年 4 月—99 年 5 月）

在完成文本後，研究者邀請研究參與者確認文本內容之正確性。將文本與逐字稿檢核表（附錄八）寄給研究參與者進行資料的確認與修正。經過研究參與者的檢核後，針對文本內容逐字稿真實呈現研究參與者經驗為「完全符合」。

柒、與協同分析者檢核文本內容（99年4月—99年5月）

確認逐字稿後，研究者根據研究參與者的逐字稿內容，將文本內容進行意義單元命名。此階段邀請協同分析者一同閱讀文本，協同分析者同為諮詢所碩班同學，該協同分析者修習過「諮商研究法」、「質性研究」，本身論文也是採質性研究取向。

研究者與協同分析者共同檢核與討論意義單元之命名的一致性，不一致之處則進行討論與相互釐清命名之背後思維，並在編碼後期研究者與協同分析者達到高度共識。

表 3-2 協同分析過程與討論

次數	日期	討論內容
1	98.04.04	1.閱讀受訪者 b 之逐字稿，討論研究參與者所形成之整體印象。
2	98.04.24	1.檢核研究者對研究參與者 b 第一次逐字稿意義單元之命名。 2.討論命名不一致之處。 3.命名一致性係數達.7。
3	99.05.08.	1.檢核研究者對研究參與者 b 第一次逐字稿意義單元之命名。 2.討論命名不一致之處。 3.命名一致性係數達.9。

捌、資料分析與資料處理階段（99年5月—99年6月）

整理文本的資料，依據資料分析團體活動介入的效果，與夫妻雙方溝通狀況的改變。最後，撰寫研究報告，研究者根據研究資料的分析，提出研究結果、討論及建議，以供未來研究的參考。

第四節 資料處理

質性研究，資料分析的重要關鍵，是要去了解訪談情境中所產生具有意義的內容及意義的複雜性。要瞭解意義是不容易的，研究者必須持續不懈和文本奮戰，投入於詮釋的歷程。在本節中，針對「資料整理及分析」、「研究品質的檢核」說明之。

壹、資料整理與分析

一、資料整理

研究者訪談過程全程錄音，並於訪談後立即做錄音帶文字轉譯之工作。研究者為真實轉換口語訪談內容為文字，忠實的記錄訪談中口語與非口語之訊息，在訪談中，研究者或研究參與者談話中的笑聲、特殊語氣、弦外之音或語調、嘆氣、或特殊手勢等之處以括號（）來做說明，（）也做為訪談的補充說明，以利後續的資料分析，展現原音重現之逐字稿。

表 3-3 逐字稿的謄寫與說明（以 b 為範例）

研究參與者	b
日期	99 年 12 月 19 日
地點	教誨師辦公室
編碼	第一碼：訪談次數與研究參與者代號 第二碼：逐字稿段落順序 例如： 2b-119 為研究參與者 b 的第二次訪談的第 115 個段落。 2b-119-01 為研究參與者 b 的第二次訪談中的第 119 個段落出現的第一個意義。
符號	～尾音拉長 ↗語調上揚 ↘語調下降 ... (3 秒) 停頓時間（以秒計數）（）表示研究參與者說話的神情、動作、語調

表 3-4 逐字稿節錄

-
- 2R 114 不知道是不是有用到團體學的溝通技巧？
- 2b 114 好像有一次有（練習溝通技巧）。
- 2R 115 應該有一次有，那次你怎麼知道他有聽進去呢？
- 2b 115 應該有，因為我印象有和他說一次，我說不然你再說一次和我聽，他說我知道啦，不用你再說啦，我都會有時候就是想到就會寫信給他，要他腦袋不要生鏽，這樣才不會說，現在小小的環境中，可是到社會……他們社會可以說是很現實的，可以讓他多練習。
- 2R 116 不知道是那個部份是那裡幫助你們最多？
- 2b 116 我覺得上課最多的就是讓我自己主動和他說，這是我對我自己的幫助，因為我才能和他說，他之前都是他分析給我聽，只是……，我會和他唸說事情的好壞，現在課程上過了之後，我就會和他（B）說這件事情我的心情我會和他說，看他自己去感受他自己去知道感受得到，體會得到。
- 2R 117 他應該也有看到你的不同，從先前你沒有和他說，到現在你願意和他說你的想法。
- 2b 117 他（B）都認為我笨笨的，看我在一邊笨笨的，他給我的感覺就是看我在一旁笨笨的，但現在他（B）很認真的在看我在說，讓我感覺他看我的表情好像不是我笨笨的。
- 2R 118 到今天呢？
- 2b 118 現在就比較不會用那種（覺得 b 什麼都不會）表情看我了，他（B）看我在一邊說，也不是說得很完整的時候，這可以慢慢練習。
- 2R 119 你有開始和他練習說……說出你的想法。
- 2b 119 他現在寫信他都會將他的感受寫出來，之前他寫信就是問家中狀況如何，現在他就會在信中寫出他的心情狀況，類似說他最近的心情比較不好就會寫信和我說，有時候他比較不會表達，但是他現在都會透過信和我說他的感受。他只有讀到國小他都會要別人幫他寫信，我就和他說要他自己寫信讓我真正看到他的心意，他也會擔心我看不懂他寫的信，他來上課那天當天的心情感覺都會寫出來和我說，所以我每次回去都會接到他的信，都會覺得比較放心，也是比較有溝通。
-

二、資料分析

質性研究中研究者本身即是研究工具，不僅是資料收集的工具，也是資料分析的中心，研究者將訪談的錄音帶，以逐字稿的方式呈現文本，資料分析首將訪談逐字稿加以編碼，初始編碼方式以開放式編碼為主，以大寫英文字母 A、B 代表參與團體的藥物戒治者丈夫，對應小寫英文字母 a、b 分別代表參與團體的妻子，其中 A、a 為一對夫妻，B、b 為一對夫妻。將訪談的每一句對話進行編碼，如 1R-10：1 為第一次訪談，R 代表研究者，第 10 句對話；2R-48：2 代表第二次訪談，第 48 句對話。1B-10：1 為第一次訪談，B，第 10 句對話。2b-48：2 代表第二次訪談，b 研究參與者，第 48 句對話。把談話中的笑聲、特殊語氣、弦外之音或語調、嘆氣、或特殊手勢等之處以括號（）來做說明，（）也做為訪談的補充說明。

本研究者採用質性研究之主題分析法為分析策略，所謂主題分析是指將所收集到的相關資料，藉由系統分析來找尋與研究問題相關的主題，以捕捉文本背後的深層意義，從一堆繁瑣且雜亂無章的資料中，發展出共同主題，並依高淑清（2001）所提之「主題分析法」，試圖「從一大堆瑣碎碎、雜亂無章且看似南轅北轍的素材中抽絲剝繭，歸納與研究問題有關的意義本質，以主題的方式呈現，用來幫助解釋文本所蘊含的深層意義」。

研究者進入背景脈絡，試圖從訪談中了解在參加團體後，戒治者伴侶雙方回到一般生活婚姻溝通對他們雙方生活的影響，資料分析時，將所有蒐集的資料按系統編碼後再進行分析，從資料的反覆檢視的過程中，發展核心主題、主題、次主題的編碼分類和歸類、統整，並與協同分析者多角驗證探索其重要意義，進行比較分析戒治者伴侶成員間團體後的訪談內容，探討完成後再做質性的結論。具體之分析步驟參考高淑清（2001）所提出，分別為(1)抄膳並整體閱讀逐字稿內容；(2)標記、編碼淺而表面層次重點；(3)加註逐字稿研究省思；(4)敏感回憶覺察個別意義單元之深藏意義層次；(5)再次閱讀文本；(6)為初步歸類的段落單元命名，比較相關的命名，歸納成次主題並分別建檔；(7)歸納共同的次主題，形成主題；(8)再次閱讀每一主題個別檔案，於必要時解構次主題，重新歸納命名；並「經由檢證再次重新安排段落引句，使能夠更合乎邏輯地接近主題使之環環相扣」；(9)「省思主題項之間是否有矛盾之處，是否回答問題？」，並「以夾論夾敘的方式，詮

釋所分析的主題，並佐以訪談內容」。

貳、研究品質的檢核

為建立資料分析結果的信度，避免在資料分析過程受個人主觀因素的影響，將資料分析結果，研究者將遵循質性研究提升信效度的方法與策略，以下說明之：

一、可信賴性

在進行質性分析前將訪談對話以逐字稿謄錄出來，並透過反覆聆聽校對持續的探索，以求資料的呈現能更貼近研究參與者的表達，描述文本出來後，交由研究參與者予以檢核確認、再次修正，進行文本分析；收集資料時透過多重工具，採用錄影錄音紀錄訪談過程，避免遺漏研究參與者語言或非語言中重要訊息；資料編碼分析時，不時與指導教授及協同編碼者討論，就選取主題歸納上一一修正符合研究目的與研究結果。

二、可轉換性

研究者在研究參與者訪談全部結束後，研究者將訪談內容加以轉為逐字稿，確認文本的符合程度。將研究參與者團體經驗分析，邀請研究參與者針對文本檢核與回饋，以內容文本轉謄符合自己程度進行評比，給予符合程度進行評比並說明評分的理由。本研究的可轉換性，乃經由研究參與者檢核及補充後，確認並同意研究者將其資料所轉化後的呈現，大致符合其真實情況。

三、可靠性

本研究使用研究參與者文本檢核回饋及三角檢定方式。使用逐字稿檢核表，邀請研究參與者針對逐字稿文本呈現提供檢核回饋；另外邀請協同研究者針對資料文本內容、及資料編碼分析做多元校正，共同討論修正主題呈現之合適性，提升本研究的可靠性。

第四章 結果與分析

研究者採用團體諮商的方式，協助戒治者與其伴侶建立正向良性溝通模式，強化雙方溝通互動意義，期待可以經由溝通團體，讓夫妻雙方在溝通情境中，應用團體所指導溝通技巧，強化正向積極的溝通，穩固並增進雙方情感，強化伴侶功能，應用團體溝通技巧面對生活，並共同面對未來挑戰，重返家庭。

透過團體的活動的進行，夫妻雙方原有的溝通模式重新被建構，在團體的過程中探討過去溝通的模式促使夫妻雙方思考，從一開始對於團體的不安焦慮，經過開放式的活動、分享、討論，自我在團體中學習成長，重啟雙方溝通的橋樑，對未來互動的方式也開啟另一扇不同的窗。

依據上述研究目的，本章將以「缺乏溝通相處隔閡」、「展新視野團體學習」、「溝通有技巧學習無疆界」、及「生命願景溝通續航力」等四個核心主題來說明夫妻溝通團體對戒治者夫妻雙方的影響。最後呈現本章綜合討論

第一節 缺乏溝通相處隔閡

依據本研究參與者表示，認為「缺乏溝通相處隔閱」；主因分為兩個部份，分別是消極被動與敵意攻擊溝通的方式。在被動溝通中，不願意坦誠分享個人的想法、感受或要求，常是為了避免傷害他人的情感或避免被他人批評，被動的溝通一般來說會使配偶感到生氣、困惑或不被信任。而攻擊溝通則呈現，溝通上的責備和控訴，在關係受到威脅，或是有負面感受或想法時特別明顯。以下將依序說明各主題之內容。

壹、 消極被動溝通

本研究發現，研究參與者認為，在 B 未進入戒治所之前，雙方雖然生活在一起，但心是有距離的，無法了解對方心中想什麼，表達時表現卻各說各的話，未能產生共同生活經驗。其中分為「最近最遠」、「各說各話」來討論「消極被動溝通」內容。

一、最近最遠

當語言互動中無法交集，雙方內在需要會感受到需求未被滿足，雙方的互動停留在生活問候。研究參與者表示，過去說話內容多侷限在生活狀態的關心，夫妻間相處是比較疏遠的，同時彼此情感交流上是有距離的，說話上少有主動交心，雖然是最親近的兩人心的距離卻是最遙遠的。表示在團體開始前，即使另一半進入戒治所，B 和 b 互動大多仍著重於問候的句子。

(進戒治所前和家人關係) 就沒有這麼親 (1b-060-01)。

(進戒治所後，團體活動前的會客經驗) 他那時候也不會直接和我說，比如家中有什麼事，他雖然也是會問我，我也只是和他說我這幾天的生活而已 (1b-058-02)。

來會客的時候，就會問我說家裡有沒有什麼事呀，啊，我……因為普通都沒什麼事，因為我們只是在做生意，他 (B) 是難免都會問，會擔心 (1b-048)。

那時候我也比較少……(說出內心話)，也是不會和他 (B) 溝通和他說 (1b-022-002)。

其實想到過去，……，很少坐在那裡會這樣笑，機會是比較少，就是不是這樣 (1B-013)。

比較不知道她 (b) 在想什麼 (1B-021)。

原本她 (b) 有一些話都放在心底不會跟別人說 (2B-061)。

以前在外面，就是我出去……就回來，就是睡覺不然就是看電視這樣，不會說很多話 (2B-068)。

也不是說在忙就很少 (說話) 阿 (2B-070)。

此外，缺少溝通的情況下，研究參與者也提出在進入戒治所前對於丈夫所從事的工作都不甚清楚，不知道對方在工作狀況，丈夫也未提及工作狀況，以至於失去對方正從事不法的警覺心。

對對對，也沒有聽他提過他賺錢的方式 (1b-023)。

他那時候就有自己想說要做什麼，那時候因為他經濟家中也是有，所以他才會有壓力，會越走越偏 (2b-088)。

算是我們自己的想法，你去跟別人……，不然我們會想辦法去賺錢回來就是了，不會說去跟別人開口或什麼（2B-025）。

那（賺錢）方式，我覺得女人，把家顧好就好，剩下我們在外面怎麼樣，不要給她煩惱困擾就好，重點是這樣（2B-027）。

我們就是不想讓她煩惱，所以我們不說阿（2B-067）。

事情有辦法自己處理，就我們默默去做就好，不會說分析出來給她聽（2B-072）。

最後，研究參與者表示在尚未學習溝通技巧前，說話時不會主動的看對方眼睛，自顧自的說出，未使用眼神表現出對對方的重視，夫妻雙方少有眼神交流的機會。

沒有耶（看著對方眼睛說話），比較少耶（1b-091）。

在外面時比較沒有注意看他，所以那時候也是比較少看對方在說話啦（1b-088）。

二、各說各話

研究發現，雙方在溝通時呈現各說各話的狀況，即使面對比較深入的分享，互動也多是各說各話，只是將自己想說的話說出，與對方一吐心中想法，著重在說出來就好，但是另一方對於表達的內容了解多少，如何反應或感受就顯得不太重視，因此，夫妻在溝通呈現平行式的溝通，內在有什麼想法就未嘗試去了解，未產生溝通交集。

和沒有上課之前，他都直接說給我聽我，我有什麼話都直接和他說（1b-058-01）。

他之前都是他分析給我聽，只是……，我會和他唸說事情的好壞（2b-116-02）。

有的時候他會和我說，比如交朋友我會和他說，可是就不知道他有聽進去是一半還是在多些（2b-112-01）。

之前我說，像之前我知道之後叫他不要做了，啊……他是那時候他還不會聽，我只是直接和他說（1b-049-02）。

我都會唸他，之前我都會唸他，他就是說不聽壓，他就不理我（2b

—011)。

我就是和他說，要他聽我唸；我知道那個人他們借錢都是在做什麼的，所以，那如果說是正當或是其他什麼，真的有需要借，幾乎都是不正當的。所以我才會不想讓他去交那些朋友來借錢（2b—012）。

我都會以他的方向讓他去，只是如果他越走越……想法還是怎樣就會給他建議，讓他知道我感覺這樣不好，還是不好，因為我說話比較直，如果和他說我會很直接和他說（2b—086）。

之前我比較，嗯，跟我……我和他吵架他是不會理我唷（1b—036—02）。

貳、敵意攻擊溝通

即使無法溝通的雙方，仍需有想要交換感受心情的需求，雙方內心對彼此都有期待，卻無法透過溝通互相了解時，大部份會以爭執甚至演變成衝突，雙方溝通產生敵意，或是逃離現場冷戰來應對。

本研究中發現，敵意攻擊溝通會有幾個的階段循環，夫妻雙方溝通產生意見不合時，演變成說不成就用吵的，爭執完後雙方的關係變得緊繃，夫妻的張力高，不想累積更多的敵意攻擊，雙方逃離現場變成冷戰逃避，當下次溝通又產生摩擦時，夫妻雙方就會再次掉入敵意攻擊溝通的循環中。

一、攻擊爭吵

根據研究參與者的陳述，面對生活中互動的摩擦，容易使雙方產生爭執，尤其當面對雙方不同價值觀碰撞，價值觀上的差異，雙方未找到合適的抒發方式，也未有技巧或合適的解決方案處理對方的不滿，爭吵很容易變成雙方使用的溝通技巧。

多少都會啦（指過去容易吵架）（1b—038—01）。

相處都會大小聲（1B—014）。

對呀（有一些生氣），之後我就會對呀你賺這麼多人家借就你就借，都不會去……，我直接就和他說之後他就會轉頭出去，出去

回來就說：「阿，人家就沒錢。」，他會回來和我說，他會說他只給他幾百塊給他吃飯也好，他都會這樣和我吵（1b-050-01）。

我就會和他吵，他在外面他都是人家和他借錢他都好，他都不會拒絕（2b-006）

我懷我兒子的時候，心情起伏比較大，他有時候會說我火氣怎麼這麼大（2b-048-03）。

算是想法不一樣阿，不會去包容阿（2B-071）。

二、敵意緊繩

研究參與者提到，由於面對不一致或衝突時所引發的爭吵，雙方關係陷入緊繩，也造成婚姻關係的危機，對於婚姻感到失望、挫折，甚至消極的忽略方式，也讓伴侶雙方不願意分享，逃避面對現實生活中的問題。

因為我比較急性子，所以我……就是我比較不會說，不然我在那邊唸唸他不會理我，他就不會理我（1b-036-03）。

不過之前有的時候好像比較緊繩，之前多少都會有問題，所以有的時候都會有問題，所以相處比較緊張（2b-127-03）。

以前不會想，都是為朋友在付出（2B-014-01）。

恩，我們在外面工作是我們負責處理的，不用說經過誰，自己作主就可以了，沒有去感受到她的感受是什麼，沒有去體會（2B-055-01）

因為我們事情很多，怎麼可能去分析說她（b）的感受是什麼（2B-057-01）。

她（b）心情不好，我們也不知道她心情不好阿，我們不會去了解是什麼（2B-095）。

三、冷戰逃避

經過研究參與者的分享，經過攻擊爭吵再演變成敵意緊繩後，問題仍需要處理解決，但雙方都沒有能力與方式下，遂在敵意緊繩後轉成冷戰的被動溝通模式，無法或是不知道如何面對衝突，伴侶採取逃開衝突現場，逃避溝通問題的嚴重性，試圖緩解內在不安的情緒。

之前，之前我們還沒有結婚的時候，那時候情緒，可能是因為有小朋友都會有情緒，只是說他就不會和我吵，他就是先出去一下（1b-039）。

要不然之前那次他不理我我也不理他，然後他就出去了（2b-037）。

這樣子（轉身就走）比較不會跟她（b）吵架阿（2B-011）。

第二節 嶄新視野展現韌性

本節以 b 太太的角度呈現，當面對生活中轉變，丈夫的牢獄之災，夫妻雙方原先的生活方式都被迫調整，生活轉變與心情的轉折，促使夫妻雙方用不同的方式互動，分隔兩地的夫妻雙方，在被剝奪自由後，把握每次見面的機會，也從參加團體活動，對雙方互動溝通有全新的詮釋。

本節「嶄新視野展現韌性」以二個部份說明，首先，團體前研究參與者 b 分享自己當丈夫進入戒治所後，雙方分隔兩地自己的轉變，以「距離萌發勇敢」說明。再者，團體開始後，研究參與者透過團體看到自己的學習改變，以「啟發自我改變」來說明。

壹、距離萌發勇敢

研究參與者 b 表示，面對 B 入牢服刑，家庭結構面臨調整改變，b 即使心中有許多不安的聲音與害怕，但想到仍有家與二個年幼的孩子，需要自己一肩扛起，反而激發了 b 的韌性與堅持，b 所表現的特質也在之後團體進行時，觸發團體效果的呈現，以下分為四個部份「勇敢向前行」、「獨立不依賴」、「認真看承諾」、及「付出與付出」加以說明：

一、勇敢向前行

研究參與者感受到，在先生入牢服刑後，是對於自我的考驗，b 表示在丈夫必須要離開家人時，對自己要求勇敢面對現況的轉變，雖然內在有很多不安的聲音，但仍努力面對一切，不逃避生活所帶來的劇變。

一路下來很辛苦呀，也是要勇敢呀（1b-011）。

比較不容易，對呀（研究參與者開始有情緒），也是要忍耐壓（1b-012）。

面對，因為現在問題出來就是要解決就是要面對（1b-016-01）。

二、獨立不依賴

研究參與者提到，因為丈夫的離家入監，家中的經濟主要支柱產生變化，轉為 b 有責任照顧家庭，b 表示不想要依賴他人，向人要求協助支援，自己有維持生活的能力，對於生活回歸單純，簡單平淡可以過得去就可以了。

只是有時候……只是有時候比較少人會說，也是會問一問然後我就是我都會簡單帶過，比較不會想這麼多（1b-016-02）。

對，有時候我媽會幫我，因為我媽有在作生意，我和我媽一起在作生意，雖然不是很多但是現在生活過得去（1b-030）。

三、認真看承諾

研究參與者同時提到，在分隔兩地的夫妻關係中，自己表現出對於雙方關係承諾認真的價值觀，在夫妻關係上認為，有承諾就要去維持做到，認真看待彼此的承諾，不會輕易的放棄，信守對於彼此的諾言與約定。

他也只會感受說我會不會隨便來，我也是會慢慢和他說我不會隨便來，也不會和其他人隨便交往（1b-107-02）。

我就說交到了，慢慢去互相了解（2b-042-01）。

四、支持與付出

在訪談中，研究參與者多次提到，目前把握每一次可以與 B 見面會客的機會，積極的陪伴 B 在牢獄的日子，並傳達對於 B 的支持信念，相信夫妻雙方對藥物濫用的吸引有堅定信心抵抗，建立無形的支持力量，幫助夫妻雙方一同面對環境的艱難。b 的態度有效加深夫妻雙方在團體中互動的經驗深度，強化團體中自我開放呈現。

也是可以，阿如果，因為我固定不管是星期三我會客也都會來，因為我和我媽都在作生意沒有什麼工作時間的限制（1b-033-02）。

對，那個，啊……可是他都會有改變，他像上一次他在關，這次出來他就自己知道不能再碰那個東西（1b-046-01）。

貳、啟發自我改變

研究發現，團體活動開始後，b 在團體中從原先的不安焦慮，和團體成員互動有所顧忌，對自己的表現有些擔心，隨團體時間拉長，團體進行深度加深，與團體建立足夠的信任感，逐漸能和團體成員間侃侃而談，彼此分享自在互動，並從團體成員回饋中建立自信自我肯定，看到過去未曾了解自己的那一面，以下分成五個部份，從團體初期「初到團體陌生不安」、「團體學習有所顧慮」，到團體中後期的「熟悉信任互動顯見」、「團體歷程建立自信」、及「脫去盲目全新自我」加以說明。

一、初到團體陌生不安

研究參與者分享，在團體剛開始，覺得自己表現出比較多的不安，也尚在適應團體是什麼意思，不知道如何在團體中分享訴說，團體初期，常常靜靜的在一旁看其他團體成員在說些什麼。

因為我覺得我比較容易不好意思，所以說話時我比較不會看（1b-090）。

有不好意思說，也不知道怎麼說（2b-101）。

二、團體學習有所顧慮

研究參與者感受到，初期在團體中對於自己的學習效果有擔心，會覺得做得不好說得不好，顧慮使 b 在面對要口頭分享經驗狀況時，產生分享的壓力，無法自在與團體成員分享討論，會透過 B 的協助說明才能表達。

因為我比較……我比較笨，所以他就會慢慢分析給我聽（1b-069）。

有時候我們想到的還是話說不出來時會看他，他就會在那邊想，他怎麼說他直接說出來（1b-072-02）。

因為我不會簡單說出來，我比較無法說的比較清楚（1b-111）。

三、熟悉信任互動顯見

研究發現，在團體活動次數增加後，b 與團體成員間也建立起熟悉感與信任感，先前的擔心不好意思不再影響 b 的團體參與度，能對於團體的成員發表自己的想法，參與團體討論與分享。

有發現（自己比較能侃侃而談），因為就像你說的，我們一起這樣討論溝通，就是慢慢就會比較說有相處，久了比較有一些感情，會比較慢慢會熟悉（1b-086）。

就是，之前討論那幾次我都還是會不好意思，怕說錯了說出來是錯誤的，後來才比較可以（2b-102）。

四、團體歷程建立自信

研究結果呈現，b 透過團體活動中，建立起對自我的自信心，逐漸能在團體中可以自在發表想法，加深自我認同，並看到在團體中自己的轉變，雖然 b 認為自己還有很進步的空間，但仍肯定自己的進展。

上課中有些體會或想法都會很自然和大家一起分享，可以很自然了（1b-072-01）。

這樣也很好，因為這樣才可以學更多，看到更多的人，學到更多（2b-021-02）。

對呀（b在團體中的轉變），也有信心（2b-053-01）。

現在他（B）很認真的在看我在說，讓我感覺他看我的表情好像不是我笨笨的（2b-117-02）。

現在就比較不會用那種（覺得b什麼都不會）表情看我了，他（B）看我在一邊說，也不是說得很完整的時候，這可以慢慢練習（2b-118）。

我覺得還是有慢慢在進步，但是還是多少會有所不足（1b-071）。

五、脫去盲目全新自我

研究訪談結果發現，研究參與者看到未曾了解的盲目我，過去對於自己的認識有限，從全新的視野中看到自己另一面，b 在團體成員回饋中看到未

關注的部份，開啟對於自我的認識，並肯定自我在團體與夫妻關係中的努力與付出。

沒有想到這麼多，因為我覺得說自己過得平平的就……（2b—123）。

好像是什麼我比較獨立比較勇敢（2b—124）。

我認真想到也真的是，我自己帶兩個小孩，之前不會去想到，就覺得帶長大就好了，就不會想那麼多，不會想到自己是這樣子的（2b—125）。

那時候每一個人發回來我的像什麼個性，那時候我真的會想說我真的有這麼好嗎？我自己沒有去想到的……，他們提醒我的時候才真的覺得自己有這麼好（2b—126—01）。

第三節 溝通有技巧學習無疆界

根據研究參與者的分享，團體課程讓分隔兩地的夫妻雙方，有額外且完整的時間見面，當雙方專注在團體活動，團體溝通技巧的指導與練習，讓夫妻雙方面對溝通有全新的視野看到彼此，豐富原本對話內容，學著使用合宜的溝通方式，將心情傳達給對方，研究參與者並提及，在團體中明顯看到關係的增進，為情感重新加溫。

本節團體效果由淺入深，看到團體對夫妻關係的加強越來越深入。從「充分訴說溝通啟航」、「增加溝通技巧練習」、「心情感受搭起橋樑」、及「明確溝通關係加溫」，四個方向呈現「溝通有技巧學習無疆界」。

壹、充分訴說溝通啟航

研究發現，團體使夫妻雙方有機會共同學習，溝通主題的學習經驗是過去未曾有的，從全新的觀點看到雙方的學習成果，在互動中增加談話內容的豐富性，讓夫妻雙方的溝通更有話說，暢通的溝通。以下以「開啟新經驗」、「溝通的量加」、及「溝通的質變」三部份做深入的說明。

一、開啟新經驗

研究參與者分享，溝通團體夫妻雙方共同學習的經驗是過去未曾經歷過的，團體每次主題皆有不同，越來越深入觸發團體成員新的學習經驗，研究參與者看到自我在團體中的改變，與對方在團體中的進展、進步，重新思考過去互動經驗，感情獲得加溫。

知道我收穫到的都是給我一種經驗，也是有學習到很多東西我也是學到一個新的東西做為一個經驗（1b-112-03）。

因為有你們開這個課，我們才可以學習更多，對呀，真的（1b-083）。

因為你們我們可以學到更多，雖然一次一次都不同，但是學到的都不同（1b-084）。

改變也是有阿，感情比較好阿（1B-001）。

上這個課比較體會到失去的東西（2B-016）。

（從前）沒有去感受到她的感受是什麼，沒有去體會，現在她講出來，我看到會去想說怎樣，是為了什麼吵架，為什麼是這樣（2B-055-02）。

我覺得上這個課，雙方面都有進步、都有去學習這樣子（2B-063）。

二、溝通的量加

研究發現，在團體開始進行後，研究參與者夫妻雙方更有話可以和彼此說，從前溝通經驗較為互動貧乏，話題也單一，現在雙方的互動頻繁，更有話可以說，談話量也比較豐富，開啟真實的互動。

有呀（有幫助），在會客的時候（1b-068-01）。

有什麼事和他說，他覺得不好他就會跟我說，他就會簡單跟我說，他覺得不好的他就會跟我說（1b-068-02）。

那時候有做我們你今天的心情如何，你今天的天氣像心情那個，我都會問他：今天心情呢？他就會說很快樂（1b-074）。

他來上課那天當天的心情感覺都會寫出來和我說，所以我每次回去都會接到他的信，都會覺得比較放心，也是比較有溝通（2b—119—03）。

以前比較沒話說。現在有什麼話就說（2B—151）。

三、溝通的質變

研究參與者分享，團體協助夫妻雙方如何和對方溝通，在夫妻間溝通產生新的契機，溝通產生質轉變，溝通品質獲得提升，過去阻礙雙方溝通的狀況有所改善，重啟溝通中原本窒礙難行的部份，說出過去不曾正視的不愉快部份。

幫助我們，就是我們在講話的時候，在溝通的時候，他……怎麼和他溝通（1b—049—01）。

讓我們溝通比較好，真的有學到怎麼和對方溝通（1b—113）。

很用心在教我們說，怎麼互相了解對方怎麼溝通（2b—004—01）。

我覺得上課最多的就是讓我自己主動和他說，這是我對我自己的幫助，因為我才能和他說（2b—116—01）。

後來（團體開始後），我們相處久了，那感情，什麼事情都會讓她知道，這樣子，算後來會說這樣子（2B—028）。

是心裡話跟她說，不會像以前放著就不說，她不知道我在想什麼，我也不知道他在想什麼，現在比較不會了（2B—029）。

在那裡上課，不像在家，我們問什麼她比較會講，不愉快或是什麼事，她會說給我們聽，以前什麼不會說（2B—062）。

貳、增加溝通技巧練習

本研究發現，研究參與者分享，在團體之外的會客時間，夫妻雙方會討論團體中的溝通技巧，相互提醒互相練習，延續團體活動在雙方互動中，達到持續性的練習。學習合宜的溝通方式，說話時眼神專注傳達對於關係的重視，增進雙方溝通技巧的使用。

一、持續性的練習

研究中發現，團體活動進行的周間，非團體進行會客的日子，研究參與者夫妻雙方在會客時間討論團體活動內容，並互相督促練習，將團體中進行的活動擴展到一般生活討論，增加會客時彼此關心話題，練習不間斷。

他（B）都會和我說：「你今天上課有沒有注意聽」。他星期三也是會和我說（1b-053-01）。

他（B）都會和我說，我上這個課有沒有學起來，他都會這樣和我說，他自己比較知道上這個課自己有去感覺到吸收到（1b-053-03）。

後來從開始上課之後，（會客時）他會……，比如說他會知道我哪裡不會給我聽簡單和我說，他有時候也會就他上課的感覺和我分享（1b-058-03）。

他（B）就會教我怎麼和別人講，就是不好的他會先講給我讓我知道怎麼說（1b-068-03）。

算是會互相問阿，去了解一下（當週團體內容）（2B-079）。

二、增進溝通技巧

研究參與者分享，團體中，團體讓夫妻雙方學到適合的溝通方式，補足過去溝通時的技巧不足，建立良性溝通模式，改善先前不良溝通模式，本團體著重在有效溝通技巧的學習與應用上。

研究結果發現，在溝通團體活動進行後，夫妻雙方對溝通技巧使用，獲得比較明確的了解，能清楚在溝通上應用團體所學技巧，綜合性的練習與應用所學溝通技巧。

對，可是好像有些上的東西（溝通技巧）都已經慢慢學起來了（1b-036-01）。

對，好，應該會比較可以的方式回應他，比較可以接受的方式回應他（2b-072）。

可以給自己之後相處的一些方式（2b-105-02）。

好像有一次有（練習溝通技巧）(2b-114)。

都有吸收到上課的內容，是否有什麼印象比較深刻的活動，我覺得最重要的就是，你在和我說時我們簡單說話比較能說到重點，然後眼睛注視對方，然後就是採訪對方，知道對方知道什麼（1b-112-02）。

針對單一的溝通技巧，研究參與者分享關於眼神專注與語意簡述上的使用心得。

（一）眼神專注

研究發現，夫妻雙方在溝通時增加眼神注視的技巧，保持良好的眼神接觸，透過身體語言讓雙方可以感受到對彼此的重視，提供溫暖與支持的肢體語言，開啟積極傾聽，研究參與者開始注意到溝通中的眼神專注。

就是看，用眼睛看（1b-087）。

之後……，現在，多少都會看他眼睛說話（1b-089）。

（現在）看我先生時可以比較自然看他（1b-090-02）。

現在是會阿（看著對方說話）(2B-047)。

（二）語意簡述

在溝通技巧的使用上，語意簡述可以幫助夫妻雙方在說話時可以將談話內容，以簡短的句子回應給對方，使用精簡的句子讓聽者與說者雙方彼此了解。研究參與者表示，團體中學會正確的把握對方話中的涵義，並將說者的內容做個簡單的摘述，找出話語中的重點，也可以向對方確認說者與聽者的內容是否一致。

他會很簡單將內容說給我們聽，像有的同學都會一直說一直說，他就會簡單說比如，我和他一直說一直說，他就會說你的重點就是……，會和我說我所說的重點，會說我知道（1b-055-02）。

他會把重點抓出來說我的重點是不是這樣的，和你確定，確定他也有聽進去（1b-056）。

應該有，因為我印象有和他說一次，我說不然你再說一次和我聽，

他說我知道啦，不用你再說啦，我都會有時候就是想到就會寫信給他，要他腦袋不要生鏽，這樣才不會說，現在小小的環境中，可是到社會……他們社會可以說是很現實的，可以讓他多練習(2b-115)。

就是我說的，有那個心在上那個課，還有團體在那邊，知道說我們上這個課是要做什麼，會去把重點說出來，就是想我說的這樣(2B-161)。

後來今天的練習，可以可以，他會簡單跟我說(1b-093-01)。

參、心情感受搭起橋樑

本研究發現，研究參與者在團體中所學溝通，提供溝通質量的改善，夫妻使用合適溝通技巧，對彼此的情感搭起連結的橋樑。研究參與者表示，在團體活動中面對過去經驗，說出原本深藏於內心的感受，共同整理過去經驗，說出感受內心話，也將對方內在的心情聽入心坎中，使溝通產生良性互動，建立親密的溝通，使雙方的心情感受搭起橋樑。

一、共同整理過去經驗

在本研究中，透過團體設計，研究參與者夫妻分享過去經驗，重啟面對過去經驗，讓雙方看到過去經驗給彼此的深刻感受，加強雙方對於過去經驗的內在連結。

那時候我們結婚和孩子一起生活是開心的，不開心就是那時候他被抓的時候，兩人都有寫到(2b-132)。

我們比較不會和別人說很多，我們一起出去玩的時候是比較少，去旅遊或什麼比較少，但是我們每天生活在一起，和小孩生活在一起，其實是有很多很簡單但是很滿足的不用去很遠的地方，他也是會帶我們出去，那時候我們已經在做生意了，好像很遠又不放心(2b-133)。

一部分也是有一樣(像b所說想要靠自己)，一部分也是想說我們年紀那麼大了，要去幫家裡分擔一些(2B-026)。

過去也不是說不要跟我們說，會怕(彼此)擔心(2B-099)。

二、說出內心話

透過研究參與者表示發現，過去互動中，對於心中的內心話可能會放在心中，不一定會拿出來和對方分享，在團體活動中強迫夫妻雙方對於彼此心情感受用語言說出，不再隱藏內在真實感受。夫妻雙方也表示在團體之後，更有方法能說出內在心中感受，除了表達內在感受增加信任度，透過將心中的疑慮與擔心說出，也讓夫妻雙方面對彼此內在不安，增加各自的自我強度。

說我的感覺給他聽，所以真的有辦法把心裡比深的感受和他說(1b – 050 – 03)。

他 (B) 有說出他內在的感受 (1b – 097)。

比較能自己去和他 (B) 說，比較能和他溝通還是感受，從和他說話的過程就能知道他的想法或心情 (2b – 103)。

就像我之前不會表達給他聽，現在就會慢慢表達我的感受感覺給他聽 (2b – 137)。

是有上那個課，表達出來說 (內在感受) (1B – 002 – 01)。

平常會客，也是都有阿 (說出內心話) (2B – 030)。

受限於戒治所自由的限制，夫妻雙方無法隨時向對方表達內在心情，研究參與者表示，除了見面將內心話說出，也會透過書信的書寫，將心中的話寫在信中傳達心情。

他現在寫信他都會將他的感受寫出來，之前他寫信就是問家中狀況如何，現在他就會在信中寫出他的心情狀況，類似說他最近的心情比較不好就會寫信和我說 (2b – 119 – 01)。

有時候他比較不會表達，但是他現在都會透過信和我說他的感受 (2b – 119 – 02)。

有用呀真的有用，因為他學得我覺得他有學到蠻多的，因為他不會把自己的心情表達出來，可是他會用書信表達 (2b – 136)。

三、聽入心坎裡

研究表示，除了說出內在感受，另一個溝通的要點是能傾聽對方在說什

麼，傾聽是需要心力投入才能真的聽到對方所要表達的內容，透過傾聽能接收到對方欲傳達的感受，傾聽能安撫說者的情緒，正確的傾聽能讓傳達雙方情緒感受，強化溝通效果。

我覺得有，他（B）會很簡單將內容說給我們聽（1b-055-01）。

也是會也是有（讀到內在感受）（1b-057）。

心情怎樣，我會去了解說，他（B）現在的心情再慢慢和他說（2b-035）。

團體之後，（B）幾乎都會聽得下去我說什麼啦（2b-087）。

我和他（B）說：「你也要和我說你有沒有聽到」，我也會和他強調，他就會知道（2b-112-02）。

他（B）說：「好啦～我知道了。」，我就能知道他真的聽進去了（2b-113）。

我會聽他（B）的生活，就是最近的說話，還是在表達自己心情的時候，所以比較能慢慢和他說（2b-129）。

所以我們了解比較能知道對方在想什麼（2b-142-02）。

算我們進去（團體），就覺得她好像有吸收到這樣子，很在意的感覺就是了（2b-007）。

四、親密的溝通

研究發現，研究參與者夫妻透過團體的學習，雙方情感更親密，能敏感覺察配偶需求，向彼此表達親密的語言，親密語言讓夫妻間滿足心理需求，加深雙方親密情感支持，傳達滿足配偶情感需求的能力。

我說我知道你（B）心中在想什麼，我知道你感覺，我感覺的到你想要和我說的部份（2b-073-02）。

會和他（B）說因為旁邊還有其他人，所以比較困難說出來（表達親密語言），需要等到兩人的時候才有辦法說（2b-074）。

現在課程上過了之後，我就會和他（B）說這件事情我的心情我會和他說，看他自己去感受他自己去知道感受得到，體會得到（2b-116-03）。

現在會耶（說出親密語言），對呀因為我覺得我們我個人的想法說，我們女生我們沒有和他說我們的感受他哪知道我們的感受(2b – 109 – 01)。

肆、明確溝通關係加溫

研究參與者表示，在團體學習之後，研究參與者感受到關係的安全感，對於伴侶的重要性更加提升，將共同感受一同分享，對彼此存有感謝，雙方相互支持，將情緒共同分享，尤其在負向感受的狀態，分擔情緒的重擔，回顧整個團體，夫妻雙方都看到對方的努力學習，在團體後雙方都有不同的成長。

以下分成「建立關係的安全感」、「重心認識伴侶」、「分享共同感受」、「連結內在感謝」、「分擔情緒壓力」、「彼此學習成長」六個方向說明「明確溝通關係加溫」。

一、建立關係的安全感

研究參與者表示，在團體後感受安全感，安全感讓彼此關係有正向的支持，B也希望透過團體讓太太知道自己是關心她的，雙方都可以帶著安全感的感受，即使無法共同生活，仍對於關係感到安全可面對生活。

（團體之後）比較窩心吧，比較有安全感，有很感動的，對呀，他自己應該是他在裡面的時候，他會客的時候（2b – 066）。

如果不能和B說出心中的話，關係會變得很不好很不安，現在就是會慢慢溝通就會了解就會試著和他說，就會和他說我的感受也會聽他的感受，已經學會了反而能很自然的分享感受（2b – 104 – 01）。

互相都會說阿，把心裡話說出來這樣，比較輕鬆阿（2B – 065）。

反應讓她知道（我）是關心她的（1B – 002 – 02）。

二、重心認識伴侶

透過團體活動設計，研究參與者在團體活動中重新審視過去未曾討論的部份，看到過去不了解另一半的部份，重新看到夫妻雙方，更多真實的接觸，從「心」了解雙方。

可能對我更加的了解 (b) (1B-009)。

像是會去了解、講話也會比較包容這樣，不會說她 (b) 跟我們說什麼我們就很生氣，不會這樣，我們會去分析她把心裡話說出來給我們聽、了解，不是要給我們煩惱的，是要給我們了解的 (2B-044)。

(過去對於) 她 (b) 的感受是什麼不可能了解，現在我們比較會了阿 (2B-057-02)。

幫助也很多，對我來說夫妻體會很多，覺得互相了解、去多接觸，不然我們不會想說她要什麼、想什麼這樣子，現在我們上這個課我們就比較用心去了解她要什麼、需要什麼 (2B-141)。

她改變很多……，改變就是會替我們想，自己會照顧好這樣子 (2B-150)。

三、分享共同感受

在研究訪談中，研究參與者皆提及，團體內容成效在對於雙方感受的了解，提供很大的協助，團體互動中幫助夫妻雙方在感受分享中，可以有更多詞彙向對方描述內在感受，透過團體練習與當下指導，使雙方心情感受在同一個頻率上，有更深的感動。

同心的感覺，兩人同心的感覺 (2b-120)。

她 (b) 有比較了解 (B的感受) (1B-010)。

了解說他的心在想什麼，他有什麼感受是好的有什麼感受是不好的 (1b-098-02)。

真的心中有些感受的，也是都體會得到都會感受得到 (1b-112-01)。

對呀，有的時候就像今天練習也是可以去將感覺和他說 (2b-040)。

需要兩個人互相去感受，感受他 (B) 的感覺 (2b-061-04)。

如果來沒有跟你說你也會煩惱阿，見面沒事，也會說是不是有事情沒跟我說，她說的時候會怕我們擔心，就不會跟我們講這樣子

(2B-045)。

現在就是會慢慢溝通，就會了解就會試著和他說，就會和他說我的感受也會聽他的感受，已經學會了反而能很自然的分享感受(2b-104-02)。

除了團體中見面，和週三的會客時間，研究參與者之間也會透過信件，在信件的書寫傳達，其他沒有見面日子間的感受，讓更多沒有見面的日子仍可以傾訴內在的感受。

他也是會藉著寫信，寫信回去跟我說他的感受，他都會這樣，所以更多可以看到他在信中看到他自己的感受寫出來 (1b-098-03)。

現在就真的，就是寫信他會想說：「我今天心情不是很好因為今天下雨」，他就會寫這樣說 (1b-099-02)。

我跟她說我有收到(信)，她在那邊笑。我就知道她想的什麼 (2B-158)。

四、連結內在感謝

團體進行後，團體成員間的分享回饋，研究參與者雙方重新看到彼此對關係的付出，夫妻間的對話中也會加入對對方的感謝，具體的指出即使在戒治所雙方分開，仍努力維持關係的用心與感謝。

他(B)也是會說：你們每個禮拜帶小孩來都會讓我覺得很放心。我也覺得說，我在做他有去體會到 (1b-093-02)。

他(B)說現在雖然不能表現出來(感謝的行為)，可是他感受得到 (1b-094)。

因為她(b)為我的付出阿，像上去看我們，去鼓勵我們 (1B-019)。

她也是都知道(B的感謝)，……，這樣，其實她也是知道有 放在心上這樣 (2B-052)。

看她這樣很累阿，每次都到 (2B-076)。

她這一段路很累阿(陪B走到現在) (2B-087)。

我們知道我們失去（自由）那種感覺後，她有辦法把小孩照顧得很好（2B-153）。

對呀，他（B）寫信也是會寫（心中的感謝）（2b-067）。

五、分擔情緒壓力

團體活動讓雙方除了說出內在的感謝，也讓雙方有能力抒發原本在身上過多的壓力，互相將身上壓力向伴侶分擔，不再由自己單方面承擔，研究參與者表示，能互相支持互相鼓勵讓自己更有能力，知道可以如何做的方法，分擔情緒確實有助於關係互動。

我是會和他說，那個，我知道你心情很不好，你就慢慢情緒要慢慢自己的調適，要慢慢的（2b-034）。

就是他其實也是會在信說，雖然外面的是他不能替我分擔，可是有什麼問題我和他說，他就會教我，和我說怎麼做比較好（1b-104）。

對對對，他（B）有分擔心理沉重的感覺（1b-105）。

也是會阿，讓她（b）知道我們在煩什麼，讓她比較不會煩惱（2B-049）。

人就是有事沒說出來會很悶，說出來會很高興（2B-105）。

在這裡我也會想說要寫信給她鼓勵，給她算是，她這樣子做我們也要寫信去鼓勵她，……，我是這樣子（2B-164）。

六、彼此學習成長

研究發現，團體活動對於研究參與者夫妻雙方而言，是學習成長的契機，對於團體是用認真的態度在學習，也表示在團體中看到雙方的成長，看彼此的角度有不同的方向，不再是過去的伴侶經驗。

我要怎麼和他（B）說我的心情，我要怎麼……，不然這個上課又不是來玩耍的（2b-048-02）。

他（B）都認為我笨笨的，看我在一邊笨笨的，他給我的感覺就是看我在一旁笨笨的，但現在他很認真的在看我在說（2b-117

—01)。

在跟她…問她就會說，上完這個課之後，用另外方式來問話，她比較會講，把她不舒服的地方說我們聽 (2B—060)。

對阿，如果沒有去學習的怎麼會把那些話說出來，不可能 (2B—162)。

他 (B) 變得比較體貼吧，團體讓他變的 (2b—135)。

算是團體教的就是要讓我們過得更好 (2B—096)。

我有什麼改變，比較會替她 (b) 設想 (1B—015)。

第四節 生命願景溝通續航力

根據本研究之研究參與者表示，對於未來溝通的願景，溝通將延續到未來的每個時刻，以下分成「延續所學溝通不停」、「溝通技巧生活應用」、「積極面對未來衝突」、及「回歸家庭」四個方向說明本節「生命願景溝通續航力」。

研究發現，透過團體活動內容，夫妻雙方對於未來規劃有預想，雙方也了解到婚姻關係的維持，端看雙方如何看待婚姻。團體進行後，雙方了解到彼此伴侶的關係，願意在關係中努力得到滿足，對於未來互動更紮實的踏實感，過去擔心另一半想太多，選擇不將內心的擔心心情感受向配偶分享，認為這樣可以避免不必要的誤會，經過夫妻溝通團體後，夫妻雙方更能坦然的說出心中真實感受不隱瞞，將溝通技巧在生活中應用，對於衝突有更積極的看法，回到關係上不再是高壓緊迫釘人，或是放手都不管，學著鬆緊調配，最後，研究參與者都提到「家庭」是最終回歸的地方。

壹、 延續所學溝通不停

溝通的歷程不會因為團體結束而停止，是會持續性的影響夫妻關係，研究發現可分為「未來溝通的踏實感」、及「不再擔心學會放心」進行說明。

一、 未來溝通的踏實感

透過團體活動的進行，溝通方式建立，對於未來溝通更有踏實感。研究參與者表示，即使團體活動已經結束，但未來仍會應用溝通能力，表達真實

情況，對於未來離開戒治所更踏實。

我覺得，這樣我知道我以後怎麼和他（B）溝通（1b-050-02）。

這個（溝通）就是你說不是考試的東西，就像生活中以後還是會用到，現在會用得到以後（B出戒治所）還是會用到（1b-092）。

現在的說的和感受會比較一樣，我覺得說的，在說的時候，我有去感受到還是行爲我們去體會到（1b-096）。

因為，這樣之後讓我更了解說他的心在想什麼（1b-098-01）。

我也希望在生活上，我或多或少用這樣溝通，有問題就是這樣溝通，這個讓我們以後都問題來了就知道怎麼去面對，要不然我都是這樣比較多，所以我們了解比較能知道對方在想什麼（2b-142-01）。

對，有時候我們想不到做不到的，我們的表達方式，我都想對別人好就好，這樣，之後才知道之後出去（離開戒治所）要怎麼做，怎麼相處這樣子（2B-054）。

二、不再擔心學會放心

研究參與者 b 提到，過去不會將擔心說出，怕說出了只會引發更多的擔心，在團體練習後，能將內在的擔心用合適的方式說出，讓丈夫知道自己心中的不安，同時，B 也表示若是不能說出內在的擔心，雙方都放在心中會影響關係，要說出擔心才能讓彼此放心。

擔心就是他，因為現在看不到他就是他在現在交的都是朋友比較多，是不會太擔心啦，會擔心在這邊認識的朋友，出去之後這些認識的朋友會對家人不好，之前我有和他說，然後他就知道我擔心了，他就會寫信和我說……他就會寫信和我說，我知道你不喜歡我交朋友，所以我交朋友都會去看也不會不想，他就和我說他不會亂交朋友。我會和他（B）說，如果那個人讓我感覺怪怪的不是很好的話，我就會和他說要小心注意，我會說，這個我們在說話的時候或在看這個人的時候用觀察去了解這個人，我覺得說這個人不是很好的話，我就會和他提醒，在監獄中會認識各種朋友大家背景都比較複雜，也是都會以前我很擔心，現在他都會將

我的擔心和我說，所以我知道他知道我的擔心（2b-106-01）。

他一開始是寫信和我說，讓我知道我在擔心，然後有時候偶爾我都會想說提醒他，我都是和他說你在交朋友自己要注意，他都知道在這裡好或不好都看不出來，這裡現在只是一個小的地方，所以不相處也不行，所以每天都要見面的，所以雖然只是表面的，可是我們也不要，他都會和我說他知道（2b-107）。

我都會和他說你那個朋友好像不是很好，懇親的時候他都會和我說他和誰同房，之前他在外面的朋友也有在這裡的，覺的不行我也會和他說，交朋友自己要看一下，所以他也知道這個不太好（2b-108）。

（聽到b心裡話）比較放心（2B-066）。

雙方面都會放心，放在心裡面不好（2B-098）。

貳、溝通技巧生活應用

研究參與者 b 在分享團體中的經驗感受，提到溝通技巧不只對夫妻雙方的關係有改善，更多在生活中也有應用的機會，認為不只是自己獲得幫助，也希望自己有能力幫助他人。

這個東西不一定是在夫妻之溝通，也是在外面有用到，所以在生活中相處上也是有學習到（1b-116）。

因為我覺得這個不只用在我們身上，別人身上也是可以和他說，給他一些力量（2b-042-02）。

這不只是對我們自己，對別人我們和他說也是有幫助（2b-045）。

以下分成「工作領域」、「家人互動」、及「人際溝通」三個方向說明之。

一、工作領域

研究參與者 b 表示，在工作領域上應用溝通技巧，能讓員工的工作效率提升，確定工作內容與方向所傳達的一致性。

都會呀（使用溝通技巧），我有請員工，如果我要和他（員工）教什麼，或是我要交代什麼內容和他知道，我會說一次和他說，然

後問他他聽到了什麼（1b-115）。

我會慢慢和他（員工）說，我不會一次和他說，擔心他無法理解（2b-061-06）。

二、家人互動

溝通技巧在家人間是有效果的，研究參與者 b 分享，在家人間經濟上過去不知道如何說出自己能力上的限制，在團體後重新思考經濟上自己的能力限制，比較有能力向家人說出困難。

我哥哥自己惹出來的事情，是我媽媽幫他（b的哥哥）承擔的，最後我發現我的能力沒有到那裡，我就和我媽媽說不要再干涉哥哥的事情了，那時候受牽連我媽媽的是我都幫他處理好了（2b-096-03）。

我知道多少會影響啦，因為我們不可能長輩沒和我開口，只要開口我們也是會給，只是會適量了（2b-097）。

就會直接和我公公說，我身上也只剩幾千元，只能先給一部份，也比較願意和他（指公公）說（2b-100-02）。

三、人際溝通

團體活動的學習效果，使研究參與者 b 從溝通技巧的學習者，轉換成為溝通技巧的指導者，表示提供在團體學習的經驗，在與朋友間相處時分享團體的學習效果，對於朋友在溝通上的限制，互相討論指導，將溝通技巧學習成效蔓延到朋友圈中。

可能他（指朋友）是在對他女朋友，可能他們有一些距離，因為他是我先生的朋友，我是和他慢慢久了就會和他了解呀，了解他的個性，就會和他講說，你的個性要稍微改一下，才不會你的女朋友不時要發脾氣，因為他們吵架都是為了小小的事情，我就和他說你就互相體諒慢慢的說，慢慢用，這我也有和他說呀，我現在在上課就是互相在溝通（2b-044）。

他（指朋友）也和我說，你去上課再教我，他知道我都會來這邊上課星期六，……，我們就會去那邊聊，他們都知道我們星期六

要去那邊上課（2b-047）。

他（指朋友）有的時候他心情不好還是……他就會唸給我聽，我就聽他說，我就和他說：「你這個…你感覺，你說說看你心情有沒有比較好？」（2b-053-02）。

我也是和他（指朋友）說：「你要慢慢去調整（溝通技巧）」，也是對他有幫助，有幫助都是好的（2b-055-02）。

參、積極面對未來衝突

對於未來真實的溝通情境，研究參與者提到仍會有所爭執，但經過團體後的溝通技巧學習，對於衝突有不同的看法。以下分成「認識爭吵的積極面」、「覺察關係的鬆緊度」來呈現。

一、認識爭吵的積極面

過去面對衝突時，研究參與者夫妻雙方不知之如何處理衝突的產生，讓雙方關係在衝突後有裂痕。團體進行後，研究參與者提到，未來更有信心知道如何更積極的面對衝突產生，可以更有技巧的處理雙方衝突，讓衝突成為關係正向的轉機，知道如何解決衝突的發生。

他有時候會和我說，這樣比較知道我以後要怎麼和他說，比較不會我直接就和他說，直接唸他（1b-053-02）。

我都和他們（朋友）說，我都上說，我要怎麼和我老公吵架（2b-048-01）。

就說小朋友也沒有什麼事，你也不要再生氣，就是讓他心情比較平靜，讓他不要再生氣了，不然他這樣生氣，因為他可能也比較少在接觸小孩子無理取鬧的時候，所以一時間他也會受不了（2b-078）。

溝通最重要學到溝通最重要，吵架的時候，也是要透過溝通（2b-105-01）。

我也在想說，出去之後我們也不會跟她（b）吵架了，因為她這樣為我們付出，我們會去包容的心去對待她，她那麼辛苦了，怎麼會出去做更讓她生氣的事，我們會去體會包容（2B-085）。

出去比較不會去亂發脾氣（2B-086）。

所以現在我看到就會慢慢去體會，慢慢去改進，不會像以前一樣（衝突解決）（2B-013）。

二、覺察關係的鬆緊度

團體活動，讓研究參與者夫妻用具體的毛線，拉出雙方關係的鬆緊程度，表示對於過於緊繃關係的拉扯，只會使關係惡性結果，分享到對於未來關係保持雙方關係的彈性互動。

相處比較鬆了，這樣我也比較放心了，沒有牽這麼緊我也比較放心了，如果那個繩子牽太緊可能繩子會斷掉（2b-127-01）。

就是保持鬆緊就是不要太鬆也不要太緊，就是太鬆就是怕他自己會去想太多，保持平平的就好了（2b-128）。

肆、回歸家庭

研究發現，對於未來出所計畫，研究參與者夫妻雙方都提到，家是最終回歸的地方，對於家庭自己有肩負的責任，家庭與小孩是雙方共同努力的方向，以家庭作為重新的出發，認為家庭是「起點亦是終點」。

現在出去要改阿，……，現在知道有小孩，就會對小孩好一點，對老婆好一點，這樣子（2B-014-02）。

因為有家庭，可能是我們的觀念，就是彼此去維持這個感情（1b-108）。

共同的目標希望他們（家人）好，爲了他們這樣子（2b-039）。

是什麼時候發現信任很重要我是不知道，不過我可以自己知道來將家庭照顧好（1b-110）。

出去要（爲家人）好好做阿，算她（b）這樣爲我們付出，都沒有在說，我們看到這一面（2B-009）。

綜合以上，研究者將夫妻溝通團體對研究參與者影響整理，呈現主題與次主題間的關係，如下表 4-1

表 4-1 夫妻溝通團體對研究參與者影響之主題

核心主題	主題	次主題
缺乏溝通相處隔閡	消極被動溝通	最近最遠 各說各話
	敵意攻擊溝通	攻擊爭吵 敵意緊繃 冷戰逃避
嶄新視野展現韌性	距離萌發勇敢	勇敢向前行 獨立不依賴 認真看承諾 支持與付出
	啟發自我改變	初到團體陌生不安 團體學習有所顧慮 熟悉信任互動顯見 從團體中建立自信 脫去盲目全心自我
溝通有技巧學習無疆界	充分訴說溝通啟航	開啟新經驗 溝通的量加 溝通的質變
	增加溝通技巧練習	持續性練習 增進溝通技巧
	心情感受搭起橋樑	共同整理過去經驗 說出內心話 聽入心坎裡 親密的溝通
明確溝通關係加溫		建立關係的安全感 重心認識伴侶 分享共同感受 連結內在感謝 分擔情緒壓力 彼此的學習成長

生命願景溝通續航力	延續所學溝通不停	未來溝通的踏實感
		不再擔心學會放心
溝通技巧生活應用		工作領域
		家人互動
		人際溝通
積極面對未來衝突		認識爭吵的積極面
		覺察關係的鬆緊度
回歸家庭		起點亦是終點

第五節 綜合討論

本研究目的，夫妻溝通團體對戒治者夫妻雙方之影響為何。本節由相關理論看夫妻關係在團體後的改變，以下討論說明：

壹、團體前—不良的溝通模式

文獻指出，夫妻擁有良好的婚姻關係，雙方必須有能力做清楚、有效與健全溝通。如果雙方在溝通上有阻礙，則兩人相處如陌路，毫無婚姻樂趣或幸福可言，甚至衝突頻生或婚姻破裂（曾端真，1996）。同時，戒治者夫妻間塑造爭執的戰場，形成配偶間不穩定關係，同時過於僵化的互動模式，互動回饋系統缺乏彈性，夫妻雙方採用固著無效的溝通關係，並在戒治議題中重複不良循環，形成戒治者高比率的復發率。從本研究中發現，夫妻過去相處互動經驗中，雙方的溝通大都呈現消極被動和敵意攻擊。Olson 和 Olson (2000／2003) 認為關係互動中有「被動型溝通」、「攻擊型溝通」和「明確型溝通」的三種基本溝通型態，文獻中可發現本研究有其與相呼應之處，尤其是團體前夫妻所呈現的不良溝通模式「消極被動溝通」、「敵意攻擊溝通」。

溝通的誤解，源自錯誤的傳達方式，溝通者只專注於自己想說什麼與自己的感受（曾端真，1996）。過去「溝通」議題是夫妻雙方未曾思考過的，較少正式且經過深層討論的，認為溝通就是說話，但是彼此說話方式未必符合內在的需求，溝通變得未能達到原本預期目的，話說了卻未獲得期待的結果，彼此在溝通上仍存在迷思，覺得放在心中對方應該會知道，並未與對方做確認，當

另一半未符合原先內在期待，很容易產生更多的誤會，彼此情感交流上的距離，說話沒有交心，如此的溝通方式，造成夫妻面對衝突的議題時，無法有效的面對衝突，使得彼此在溝通上無法交集及共同解決困難，溝通變得不被期待不被重視。

然而，經歷溝通無效後，逐漸轉變成敵意攻擊的溝通模式，夫妻伴侶的敵意攻擊溝通就在攻擊爭吵、敵意緊繃、冷戰逃避中不良循環。夫妻雙方仍有內在情感上的需求，需要被了解，卻未能有適合的方式來符合對方期待，加上不同的價值觀衝擊，現實生活中的困境，使得爭執成為雙方溝通互動的方式，造成婚姻關係的緊繃，此種緊張關係間接也會影響婚姻關係。然而，在本研究中也發現，夫妻為使關係平衡，自然演變以逃避冷戰的方式來降溫。

貳、團體後—找到正向力量

在本研究中發現，對於研究參與者 b 太太自我的改變的增強，看到 b 一路參加團體的轉變，自我強度的增加，在研究團體中，看到身為妻子與母親的研究參與者所擁有的彈性與韌性。此乃在過去研究中尚未被提到的觀點，可說是新的發現，值得未來進一步作為探索夫妻關係溝通議題的參考。

以太太的角度，面對丈夫需要入監服刑，內在有許多不安與轉折，家中驟失主要支柱，原本的生活方式被迫需要調整，研究參與者要替代丈夫，撐起家中大小所有事，即使心中有不安與害怕，面對兩個年幼的小孩，將不安害怕轉變成勇敢面對，用積極的態度，努力面對生活轉變。經營小麵攤，以維持家計，b 表示這樣平淡的賺錢，不用依賴他人，平平安安照顧好家人，遇到可以會客的時間到戒治所看 B，加上團體開始之後有更多時間夫妻雙方可以見面，這些都轉變成生活的重心，提供穩定持續的支持力，讓 B 在戒治所兩人分隔兩地期間仍有互動的機會。

研究者觀察到在團體初期，研究參與者太太不是很適應團體的進行方式，表達自己內在感受有顧忌，不知道可以怎麼說或是該說什麼，常會看到輪到 b 在團體分享時，會先轉頭看自己丈夫，希望透過 B 解圍分享時的焦慮。沉默和退縮是最初活動階段的部份特徵，隨著團體活動的開展，團體提供的信任感和安全感充分，團體成員逐漸開始覺得在團體中提出問題、進行參與要容易多了 (Corey, 1995)。

隨著團體時間的拉長，建立對於團體的信任熟悉感，b 開始能夠與團體成員分享。團體活動內容幫助 b 建立自信，過去常認為自己愚昧不足的部份，改寫對自我的看法，看到過去未有機會正視的自己，看到自己在夫妻關係中所做的努力，給予自己付出積極的肯定，產生我能感，從文獻當中，可發現本研究的結果有其相呼應之處，Corey (1995) 認為持有成功認同的人，視自己是個能夠付出愛及接受愛的人，感覺到自己有力量、有價值，能夠在不傷害他人的情況下滿足自己的需求。透過溝通團體研究參與者，獲得新機會，評價自己的思考，採取建設性的觀念取代自我設限的觀念。

參、夫妻共同的團體經驗

文獻指出，伴侶間面對藥物戒治的處理方式常未能符合原先期待，伴侶因應型態變相的支持藥物使用（陳玲玲，1997）。使戒治者重複回到藥癮的惡性循環中，如何從中截斷固定互動歷程，建立全新良性且有效的因應模式，協助戒治者伴侶雙方發展合適的溝通技巧，從藥物戒治循環中跳脫。在本研究中，協助戒治者夫妻透過參加團體互動產生新契機，不同於一般會客只有三十分鐘時限，溝通團體讓夫妻雙方有完整的兩個小時互動，研究參與者表示在團體的指導與練習下，夫妻雙方有機會建立新視野，讓夫妻關係增進情感並且加溫。

團體每次活動內容的不同，讓夫妻雙方越來越深入的探討，過去未曾討論過的話題有機會在團體中說出來，共同探索過去互動中的負向經驗，此外，在團體中夫妻雙方談話量增加，主動開啟說話的新感受，談話品質也開始轉變，逐漸改善了原本在溝通中窒礙難行的不良溝通模式。李良哲 (1997) 提到，「正向處理模式」有自我興趣、正向回應、尋求社會支持和問題解決策略等；「負向處理模式」則是逃避、爭執、自我責難、攻擊與逃避等。正向的溝通，會尋求社會支持的因應行為，反映了夫妻的因應方式，被視為主動、適應或有效的婚姻衝突因應行為。

除了團體的時間，在團體外的會客時間也是夫妻雙方練習溝通的時候，溝通技巧是一件重要卻不容易的事，原生家庭塑造個人的溝通模式，進入婚姻關係中，也將過去的溝通模式帶入婚姻，溝通技巧不是與生俱來的，是透過學習、演練、反思、內化，培養成新的溝通模式（蔡祈和，2004）。團體提供夫妻雙方溝通題材內容，研究參與者夫妻雙方在團體外時間互相督促練習，雙方有共同生活目標學習溝通，練習良性溝通技巧，從文獻中也發現，「如何說」比「說

什麼」重要，因為「如何說」顯現出溝通者對人的尊重與否，也意味著雙方的關係（曾端真，1996）。團體中指導溝通技巧，良好的眼神接觸，傳達對於雙方的重視，給予溫暖積極的肢體語言，積極傾聽夫妻雙方可以感受到對方的重視程度。簡述幫助夫妻在聽之外把握話題的重點，也可以做雙重確認，確定聽者與說者之間的理解是否一致。

良好的溝通能建立好的關係，不良的溝通會導致夫妻間不和諧（Pearce、Halford，2008），夫妻雙方表示在團體學習的溝通模式，讓夫妻雙方溝通產生質量的正向改善。團體設計讓夫妻雙方分享過去經驗，夫妻雙方看到彼此過去經驗的一致感受。研究參與者表示在過去互動經驗中很多話不知道要怎麼和對方表達，時常放在心中，團體活動讓雙方說出過去深層在內心的感受，由於雙方不是可以隨時見面說出感受，丈夫 B 就會透過信件，將內在情緒的波動感受寫入信中寄給太太，讓夫妻關係能夠持續保持溝通與情感的互動。

婚姻雖然有別於一般人際關係情境，但所需的基本溝通態度是一樣的（曾端真，1996），透過夫妻的回饋也發現，溝通中聽與說都是同樣重要的，傾聽是需要投入心力才能正確聽到對方所要傳達的內容，積極的傾聽能安撫夫妻雙方的情緒感受，安撫說的心情感受，讓聽與說的雙方產生共同頻率。

此外，研究參與者太太也因此較能分享親密溝通的感受，B 會直接向太太說出愛的感謝，b 聽到時有些不好意思，但這也讓雙方有親密的分享訴說，有助於經營夫妻關係。

研究中發現，在團體學習後，夫妻雙方重建關係的安全感，雙方彼此關懷提供正向的支持，即使生活不能共同面對，但是願意提供穩定的安全感在彼此身邊，嘗試在團體外分享對方不認識自己的部份，從「心」認識，面對過去未曾視為重要的部份，學習感恩感謝夫妻雙方對關係的付出與努力，也互相分擔建立起雙方「同在」的感受，促使雙方積極持續的成長，建立正向的互動方式，形成明確型溝通模式。

肆、對於未來雙方預想

根據研究者觀察，研究參與者 B 對於未來出所計畫仍抱持保守，認為還不知道當時會有什麼改變，無法說清楚期待。但回到婚姻關係上，夫妻雙方都表示願意為彼此努力付出願意表達，過去不會說出的內心話，向彼此說出感

受，此有助於未來關係互動的踏實感與真實感，同時，在文獻上也發現，快樂或幸福婚姻者由於配偶間能分享一些共同之興趣，可自在的談論個人隱私，或討論個人的問題及一般事務等，達到良性溝通（練淑婷，2002）。

透過團體活動，研究參與者 b 表示，在團體中學習的溝通技巧，即使在生活的各個領域中，從一位學習的接受者，轉變成知識的給予者，能夠有能力的使用溝通技巧，提升自我生活品質。

對於未來可能面對的衝突，Bowman (1990) 將婚姻衝突因應，定義為：個人在遭遇婚姻困難時，為了減少婚姻問題或減輕關係緊張所採取的特殊因應行為。夫妻雙方都願意用更積極的態度來看，爭執或許是生活中無可避免的，對於夫妻關係為一種正向轉變的契機。關係上也是彈性，不再採用高壓過於緊繃的方式互動，雙方保有自我的彈性，也同時為彼此關係負責。

最後，研究參與者夫妻雙方都提到，「家庭」是雙方最終回到的地方，未來也會以家庭為出發點，肩負起對於家庭的責任感，出所後更要以家人為中心，B 也表示看到自我出所後為家庭的付出，更會警惕自己過去不良的行為，「家」成為夫妻的起點亦是終點。

第五章 結論與建議

本章根據研究結果提出整體概論，共分兩節敘述之。第一節為研究發現與結論；第二節為研究反思與建議，提供未來研究及相關人員參考。

第一節 研究結論與發現

本研究在夫妻溝通團體後，進行半結構式的深度訪談，主在探討夫妻經歷過溝通團體，對於戒治者夫妻關係的影響為何？以下將針對研究結果加以說明：

壹、夫妻溝通團體設計

黃惠惠（1993）提出團體方案設計的原則：(1) 選擇領導者熟悉或感受較深的活動：如此較能掌握活動的細節，瞭解其內涵，獲得較佳結果；(2) 掌握目標：掌握團體的目標，從活動中完成目標；(3) 掌握次序：活動設計應有連貫性，前後活動互相連結；(4) 安全原則：考慮成員的安全；及(5) 保持彈性：需因團體狀況之改變而調整活動內容，使其更合用更有效。本研究在設計夫妻溝通方案時，採取符合戒治所的特殊性，及遵守團體原則的方式來進行設計。

研究者採用團體進行夫妻溝通活動，透過解說溝通的意義，溝通技巧練習，協助夫妻改善過去不良的互動模式，強化雙方溝通互動意義。同時，每次團體都有當次活動目標，由淺入深帶領成員討論分享，每次團體進行前，會與成員簡單回顧前一周團體活動，並預告當週活動設計。本研究團體於戒治所開設，戒治所內人員複雜，為維持團體成員安全活動，由戒護科人員於團體外圍，協助戒護工作。團體總會有偶發事件，研究設計未符合團體內進行，即進行團體活動修正，維持團體彈性可調整變動。

本研究團體的規劃捨去教條式制式化教授，重視戒治夫妻成員的需求，本方案以溝通技巧的實際演練，透過團體自然情境中讓夫妻雙方達到溝通之學習，重在夫妻溝通技巧的實例演練，團體成員的自我反思，使個人在認知、感受、期望與行動結合，並且能夠內化落實在生活中，然後重視成員彼此的成長與改變，透過團體練習當下修正，強化夫妻連結，過程是逐漸而不是突發的，透過訪談結果發現團體確實使夫妻雙方達到正向溝通成果。

貳、溝通團體展現成效

透過半結構式的深度訪談，探討戒治者夫妻關係的改變影響，研究的結果與分析呼應回答研究問題，以下說明之：

一、缺乏溝通相處隔閡

未進入戒治所前，夫妻雙方溝通狀況不佳，雙方在溝通上有阻礙，則兩人相處如陌路，甚至衝突頻生，夫妻雙方採用固著無效的溝通關係，並在戒治議題中重複不良循環，團體前夫妻所呈現的不良溝通模式「消極被動溝通」、「敵意攻擊溝通」。消極被動的溝通，使用猜測溝通模式，送出訊息者無法得知對方是否已經接收到訊息，缺少正面直接溝通，使夫妻在溝通時轉成敵意，在攻擊爭吵、敵意緊繃、冷戰逃避中不良循環。

研究者觀察到，研究團體開始前，戒治所夫妻雙方的溝通互動未被期待看重，停留於不良的互動模式，在負向的循環中。

二、嶄新視野展現韌性

研究參與者 b 太太自我的改變增強，是本研究團體意外的成效。此乃在過去研究中尚未被提到的觀點，面對丈夫入監服，家中驟失主要支柱，研究參與者 b 建立「我能感」，有助於自我建立自信與發展勇氣，是當前獨立自主的源源活力。此外，持續定期的會客，提供穩定持續的支持力，讓兩人分隔兩地期間仍有互動的機會，為研究參與者 b 的彈性與韌性。

團體初期，研究參與者太太表達自己感受有顧忌，未與團體建立共鳴與認同，還不知道可以怎麼說或是該說什麼，先看自己丈夫，希望透過丈夫 B 解圍分享時的焦慮。隨著團體時間的拉長，增加對於團體信任熟悉感，與他人逐漸認同，同時對自我有更進一步的探索，用全新的角度看到自己的思想，採取建設性的觀念取代自我設限的觀念，正視自己在夫妻婚姻關係所做的努力，給予自己正向的肯定，與「我能感」的自信。

三、溝通有技巧學習無疆界

經過夫妻溝通團體後，研究發現對其夫妻溝通品質產生正向的影響，團體活動內協助夫妻雙方深入的探討雙方議題，過去放在心中未曾提出與對方分享的心裡話，有機會在團體中說出來，共同探索過去共同的負向經驗，此外，在團體中夫妻雙方談話量增加，主動開啟說話的新感受，談話品質也開始轉變，逐漸改善了原本在溝通中窒礙難行的不良溝通模式，夫妻溝通團體對夫妻溝通品質產生正向轉變。

此外，經過夫妻溝通團體，夫妻關係產生積極的進展。在團體的指導與練習下，夫妻雙方有機會建立新視野，讓夫妻關係增進情感並且加溫。除了團體的時間，在團體外的會客時間也是夫妻雙方練習溝通的時候，團體提供

夫妻溝通素材與技巧，良好的眼神接觸，傳達對於雙方的重視，簡述語意把握話題的重點，也可以幫助夫妻在聽之外做雙重確認，確定聽者與說者之間的理解是否一致。讓夫妻雙方溝通產生質量的正向改善。雙方學習如何說出過去深層在內心的感受，產生共同頻率，重建關係的安全感，雙方彼此關懷提供正向的支持，即使生活被迫分隔兩端，但是願意提供配偶穩定的安全感在彼此身邊，建立起雙方「同在」的感受，促使雙方積極持續的成長，建立正向的互動方式，經過夫妻溝通團體後夫妻關係形成明確型溝通模式。

四、生命願景溝通續航力

研究發現，經過夫妻溝通團體後，夫妻雙方對於未來的看法仍趨於保守，認為未來變數仍大，但回到婚姻關係中雙方都認為，向彼此說出感受，此有助於未來關係互動的踏實感與真實感。對於未來，研究參與者夫妻願意用更積極的態度，彈性的空間互動，認為爭執是不可避免，但視爭執為正向轉變的契機。最後對於伴侶雙方與家庭，表示對家庭的責任肩負，家是最終回歸的地方，「家」成為夫妻的起點亦是終點。

第二節 研究反思與建議

本研究進入戒治所中，藉由團體讓戒治者與其妻子夫妻雙方有機會學習溝通，學習合適溝通技巧，建立全新溝通模式。本節針對本研究結果提出對研究的反思與建議，以下說明之：

壹、研究反思

一、研究對象的變動性

本研究最終僅一對夫妻可進入研究訪談分析，因研究結果受限於研究對象的不足，研究者在團體進行中嘗試邀請成員妻子進入戒治所進行團體，期待增加研究的豐富性與變異性。但因多數成員其妻子目前多有經濟議題，未能每次團體都能參加，雖團體中仍有其他對夫妻願意接受訪談，受限於其參與團體次數過少，研究者考量資料結果的合適性與研究目的的差異，故最後不列入研究結果討論。

本研究中研究對象部分變動是研究者無法控制，對於每位團體成員研究者採開放的態度說明，也讓夫妻成員間有不同的對話方式，即使部份成員妻子最終因工作經濟上考量或其他限制無法每次參與團體，但仍每次邀請前來團體，研究者嘗試以團體成員最佳利益而非研究結果導向。

二、研究團體的相關限制

相對於戒治者用藥時間，團體活動時間有限，其中戒治成員其藥物濫用歷史悠久，包含的議題多元而複雜。成員曾在團體進行時曾表示生理上對藥物的需求已經根斷，但在心理上的依賴感卻持續影響。有限團體時間對上長期藥物議題，在團體中以活動來提升伴侶間關係，加強戒治者與其妻子雙方議題探討，加強雙方互動溝通的支持能量。

另外，團體活動地點受到戒治所限制，團體進行地點屬開放式禮堂，進行團體時會有戒護人員在團體外觀察，確保相關活動進行的安全，卻也同時必須犧牲部分的團體隱密性，使成員在面對比較深度揭露與分享時，影響分享的開放程度，降低團體中分享的真實性。

三、外在變動的不可控制性

在團體結束訪談前，研究參與者因為觸犯戒治所規定必須接受移監處分，事出突然也讓研究者研究程序進行調整，在未了解研究參與者 B 移監背後背後真正的原因為何，需暫緩訪談的進行。研究中本來就會有許多不可預期的限制，反映在本研究正是展現戒治所真實情境，這樣的真實讓研究結果呈現上更有其研究價值。

貳、建議

針對本研究結果內容之呈現，與研究者反思本研究，提供「未來研究上的建議」及「諮商實務上的建議」。

一、未來研究上的建議

(一) 重要他人與藥癮者關係方面

本研究發現接受溝通團體之夫妻雙方對於未來有表現出更多的信任與支持，夫妻雙方接受目前分離的狀況，嘗試著降低藥癮者服刑期間雙方情緒上的衝擊，並且產生深度的對話溝通。目前已經知道透過溝通團體的學習，確實可增加雙方的幸福感與信任度，使藥癮者能有明確的支持系統，故期許未來研究方向可擴大為其他重要他人參與研究，近一步了解不同角色協助藥癮者的影響。

(二) 刑期長短與研究團體方面

本次研究受限於夫妻在篩選研究成員上有所限制，成員本身刑期長短不一，也影響研究對象在團體中的參與程度，因此在團體中對於出所後規劃的活動時，刑期仍長的成員就表示不敢想還很久的未來，活動未能符合成員對團體期待。因此，建議未來研究成員的篩選上可針對研究對象背景作取捨，可針對不同刑期階段深入研究。

(三) 研究團體影響的長遠性

本次研究研究參與者在接受訪談時表示團體活動對夫妻雙方有很多重新認識的機會，雙方的情感因為團體有更深入的了解，對於研究結果的呈現是團體短期效果，或是本次團體確實對夫妻雙方產生長遠的影響這是本次研究未能澄清部份。再者，戒治所常有不同類型課程介入協助藥癮者，不同課程對於藥癮者所產生的效果為何，以長遠來說怎樣的課程能產生協助效果，未來研究可追蹤不同課程對藥物戒治受刑人的改變。

二、諮詢實務上的建議

(一) 穩定的支持系統有助於藥物戒治夫妻雙方

研究中呈現當妻子一方固定的探望，有效增加受刑人在戒治所情緒的穩定性，在這樣的支持系統下，藥物戒治者較能產生正向的自我支持，與支持系統產生正向的經驗流動。在諮詢情境中，夫妻雙方能提供穩定情緒，有效使雙方情感更加穩固堅定，面對外在的挑戰時，夫妻彼此更有能量面對與處理。

(二) 從戒治經驗中尋找意義

經歷另一半在戒治所中自由被剝奪，夫妻雙方被迫分離等等非自願受限，夫妻雙方各自生活都將產生改變。面對這樣的改變歷程，夫妻雙方能否共同分享對於此經驗中雙方的感受，並且透過分享中尋找戒治對於雙方的意義為何，若能嘗試敞開心胸討論互動議題，從中看到內在需求，重啟雙方對話將有效改善雙方關係。

(三) 出所計劃與家庭關係重劃

藥物戒治者在戒治所中將面對出所後生活規劃，以及如何透過諮詢專業，協助個人回到家庭後所需面對的種種挑戰。從各層面的提供藥物戒治者出所後可能面對的真實生活，家庭在藥物戒治者出所後所扮演的角色為何，如何協助當事人回到家庭，並重啟與家人的互動，讓家人有能力提供協助給當事人回到社會前的這段過渡期，其可能面臨的困難。

參考文獻

壹、中文部份

- 王沂釗（1999）。婚姻衝突的敘說性研究。彰化師範大學輔導研究所博士論文，未出版，彰化。
- 王媖慧（2004）。問題解決模式對毒品受戒治人出所計畫之影響—以台中戒治所為例。東海大學社會工作學系碩士論文，未出版，台中。
- 江振亨（2005）。認知取向戒治策略對安非他命濫用者之戒治成效研究。國立中正大學犯罪防治研究所博士論文，未出版，嘉義。
- 江振亨、陳乃榕（2004）。男性吸毒者用藥歷程風險因素之研究。中央警察大學警學叢刊，35（2），125-148。
- 利翠珊（1995）。夫妻互動歷程之探討：以台北地區年輕夫妻為例的一項初探性研究。本土心理學研究，4，260-321。
- 吳秀碧（2002）。團體輔導的理論與實務。彰化：品高圖書。
- 李志恒主編（2003）。藥物濫用-藥物濫用之防制、危害、戒治。台北：行政院衛生署管制藥品管理局。
- 李良哲（1997）。婚姻衝突因應行為歷程模式之驗證研究。政治大學學報，74，53-94。
- 李信良（2005）。以家庭背景、社會環境、學校狀況、個人心理因素--探討青少年藥物濫用之模式。執法新知論衡，1（2），153-177。
- 汪志皇（2005）。藥物濫用者藥物濫用及再犯原因之探討。警學叢刊，35（6），257-272。
- 周子敬（2006）。民間戒毒機構戒治成效之研究-以台灣晨曦會為例。國立中正大學犯罪防治研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 林佳玲（2000）。夫妻依附風格、衝突因應策略與婚姻滿意度之相關研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北。
- 林柏君（2004）。影響毒品犯戒治成效相關因素之研究。國立中正大學犯罪防治研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 林健陽、柯雨瑞（2003）。毒品犯罪與防治。桃園：中央警察大學出版社。

- 林健陽、黃啟賓（2002）。毒品矯治與成效策略之探討。中央警察大學學報，39，291-322。
- 林煜捷（2005）。夫妻溝通、衝突因應與婚姻滿意度—對偶資料分析。國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系碩士論文，未出版，台北。
- 法務部、教育部、外交部、行政院衛生署（2007）。九十六年反毒報告書。台北：行政院衛生署。
- 邱秀貞（1987）。夫妻溝通與婚姻滿足之研究--以台中市黎明社區及台中縣國宅社區為例。東海大學社會工作研究所碩士論文，未出版，台中。
- 施教裕（2002）。系統理論觀點。台北：紅葉。
- 胡幼慧（1996）。質性研究：理論、方法及本土女性研究實例。台北：巨流。
- 徐光國（2003）。婚姻與家庭。台北：揚智文化。
- 高淑清（2001）。在美華人留學生太太的生活世界：詮釋與反思。本土心理學研究，16，225-285。
- 高敬文（1999）。質化研究方法論。台北：師大書苑。
- 張伯宏（2007）。我國毒品戒治政策與成效之研究。國立中正大學犯罪防治學系暨研究所博士論文，未出版，嘉義。
- 曹中璋（1984）。自我狀態、夫妻溝通型態與婚姻滿意度相關研究。國立台灣師範大學輔導研究所碩士論文，未出版。台北。
- 莊訓當（1996）。國中已婚教師婚姻滿意度相關因素及其調適之研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 許秀琴（1991）。藥物濫用者之家庭結構分析—以安非他命濫用者為例。東吳大學社會工作研究所碩士論文，未出版，台北。
- 郭文正（2004a）。藥物濫用者家屬衛生教育方案評估。台灣社會工作學刊，2，41-87。
- 郭文正（2004b）。家族治療取向之藥物成癮治療法。諮商與輔導，225，19-23。
- 陳妙平（2004）。成年男性藥物成癮者復發決定因素之探究--以臺北戒治所為例。輔仁大學社會工作學系碩士論文，未出版，台北。
- 陳志賢（1998）。婚姻信念、婚姻溝通與婚姻滿意度之相關研究。高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 陳明君（1991）。家庭決策、夫妻溝通之自我開放程度與婚姻滿意度之相關研究。

- 中國文化大學家政學研究所碩士論文，未出版，台北。
- 陳明志、蔡俊章（2004）。藥物濫用預防與矯治策略之探討。警學叢刊，35（1），69-90。
- 陳奕良（2001）。薩提爾模式團體方案對青年情侶輔導效果之研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 陳皎眉（1994）。人際關係與人際溝通。臺北：教育部社教司婦女教育叢書。
- 曾端真（1996）。婚姻與家族治療。台北：天馬文化。
- 曾維英（2004）。酒癮者原生家庭經驗之研究：家庭系統觀點。國立暨南國際大學社會政策與社會工作學系碩士論文，未出版，南投。
- 程玲玲（1996）。家庭因素、成長過程與個人濫用海洛因生涯的關係。台北：行政院國科會科資中心。（編號：NSC84- 2411-H005a- 002）。
- 程玲玲（1997）。海洛因成癮者和家人的互動關係—兼談共同依賴者。台北：行政院國家科學委員會專題研究成果報告（編號：NSC 83-0301-H005a-015）。
- 黃惠惠（1993）。團體輔導工作概論。台北：張老師文化。
- 黃惠惠（1996）。自我與人際溝通。台北：張老師。
- 黃鈴喬（1998）。不同依附風格夫妻之關係期望婚姻溝通與婚姻調適之關係研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 黃靖婷（2007）。毒品受戒治人戒治經歷與成效認知之研究。國立中正大學犯罪防治研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 楊士隆、林健陽（2001）。犯罪矯治問題與對策。台北市：五南。
- 葉明哲（2006）。配對夫妻之基本需求強度與其婚姻滿意度之相關研究。高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 劉勤章（2002）。毒品與犯罪關連性探討。中央警大學學報，39，277- 290。
- 劉麗珠（1988）。酗酒對家庭影響之研究。東海大學社會工作研究所碩士論文，未出版，台中。
- 練淑婷（2002）。溝通學習團體對偏差行為青少年親子溝通之影響。東海大學社會工作學系碩士論文，未出版，台中。
- 蔡佩真（2004）。家庭系統相關理論在藥物濫用者協助上的運用。世新大學人文社會學報，5，169-189。

- 蔡祈和（2004）。夫妻溝通方案之設計與實施——一個以工作坊進行的行動研究。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 蔡學貞（2005）。藥物成癮者的自我概念、世界觀及心癒歷程之研究。國立中正大學犯罪防治研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 鄭淑君（2002）。夫妻婚姻滿意度與其子女三角關係運作情形之分析研究。彰化師範大學輔導與諮商系碩士論文，未出版，彰化。
- 鄭雅娟（2001）。高中已婚女教師家庭壓力、支持系統與婚姻滿意度之關係—兩地雙生涯家庭與一般雙生涯家庭之比較。國立臺灣師範大學家政教育系碩士論文，未出版，台北。
- 薛雅尹（2003）。我國戒毒政策成效評估之研究。國立東華大學公共行政研究所碩士論文，未出版，花蓮。
- 謝淑敏（1989）。吸膠青少年之社會心理探索。東海大學社會工作研究所碩士論文，未出版，台中。
- 謝銀沙（1992）。已婚婦女個人特質、婚姻溝通與婚姻調適之相關研究。國立台灣師範大學家政教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 簡郁雅（2005）。家庭壓力、衝突因應與婚姻滿意度之探討。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 藍采風（1986）。婚姻關係與適應。台北：張老師文化。

貳、西文部分

- Accordino, M. P., & Guerney, B. G. (1993). Effects of the relationship enhancement program on community residential rehabilitation staff and. **Psychosocial Rehabilitation Journal**, **17**(2), 131.
- Aguilar, S. (2008). Global crime case: Heroin. **Futurist**, **42**(6), 48-49.
- Backlund, P., & Ivy, D. K. (1995) Communication. **Encyclopedia of Marriage and the Family**, **1**, 138-142.
- Bowman, M.L. (1990) .Coping efforts and marital satisfaction: Measuring marital coping and its correlates. **Journal of Marriage and the Family**, **52**, 463-474.
- Carvalho, V., & Pinsky, I. (1995). Drug and alcohol use and family characteristics: A study among Brazilian high-school students. **Addiction**, **90**(1), 65-72.
- Coletti, M. (1994). Family therapy with drug addicts' families. **Journal of Drug Issues**, **24**, 623-638.
- Einhorn, L., Williams, T., Stanley, S., Wunderlin, N., Markman, H., & Eason, J. (2008). PREP inside and out: Marriage education for inmates. **Family Process**, **47**, 341-356.
- Galvin, & M., K. (1985). **Workshops on family communication**. Annandale V. A.: Speech Communcation Association.
- Gordon, L. H. (1993). Intimacy: The art of working out your relationships. **Psychology Today**, **26**(5), 40.
- Gottman, J. M. (1993). The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. **Journal of Counsltting and Clinical Psychology**, **61**, 6-15.
- Hawkins, J. L. (1968). Associations between companionship, hostility, and marital satisfaction. **Journal of Marriage and the Family**, **30**(11), 647-650.
- Jürgens, R., Ball, A., & Verster, A. (2009). Interventions to reduce HIV transmission related to injecting drug use in prison. **Lancet Infectious Diseases**, **9**, 57-66.
- Kaufman, E. & Kaufman, P. (1992). **Family therapy of drug and alcohol abuse**. Boston:Allyn and Bacon.
- Karahan, T. F. (2007). The dffects of a couple communication program on passive

- conflict tendency among married couples. **Educational Sciences: Theory & Practice**, 7(2), 845-858.
- Kurke, M. L. (1985). Congressional review of national abuse and its control. **Behavioral Sciences & the Law**, 3, 241-248.
- Lyell, J. (1999). Journal review: Family therapy. **American Journal of Family Therapy**, 27, 366.
- Minuchin, P. (1985). Families and individual development: Provocations from the field of family therapy. **Child Development**, 56(2), 289-302.
- Monteiro, M. G. (2001). A world health organization perspective on alcohol and illicit drug use and health. **European Addiction Research**, 7, 98-103.
- Pearce, Z. J., & Halford, W. K. (2008). Do attributions mediate the association between attachment and negative couple communication? **Personal Relationships**, 15, 155-170.
- Pinsof, & Winne, L. C. (1996). Family therapy works for drug abuse. **Addiction Letter**, 12(1), 3.
- Satir, V. (1998). Concepts of communication: Ways of perceiving the world: Definition of a relationship. **Journal of Couples Therapy**, 7, 1-9.
- Schaefer, G. (2008). Multiple family group therapy in a drug and alcohol rehabilitation centre. **Australian & New Zealand Journal of Family Therapy**, 29, 17-24.
- Smit, F., Toet, J., Van Oers, H., & Wiessing, L. (2003). Estimating local and national problem drug use prevalence from demographics. **Addiction Research & Theory**, 11, 401-413.
- Wilson, G. B. (1998). **Activities for parent groups: Structured developmental activities for parent groups**. Atlanta: Humanics Publishing Group.
- Yandoli, D., Eisler, I., Robbins, C., Mulleady, G., & Dare, C. (2002). A comparative study of family therapy in the treatment of opiate users in a London drug clinic. **Journal of Family Therapy**, 24, 402-422.
- American Psychiatric Association (2002)。 **DSM-IV 精神疾病診斷準則手冊** (孔繁鐘、孔繁錦編譯)。台北：合記。
- Corey, G. (1995)。 **團體諮詢的理論與實務** (張景然、吳芝儀譯)。台北市：揚智文化 (原著出版年：1990)。

- Goldenberg, I. & Goldenberg, H. (1999)。家族治療理論與技術（翁樹澍、王大維譯）。台北：揚智出版社。（原著出版年：1996）
- Olson, D. H., & Olson-Sigg, A. K. (2003)。共創活力的婚姻：親密關係的十大指標（林秀慧、莊璧光譯）。台北：愛家文化基金會。（原著出版年：2000）
- Stewart, I. & Joines, V. (1999)。人際溝通分析練習法（易之新譯）。台北：張老師。（原著出版年：1987）
- Thombs, D.L. (1996)。上癮行為導論（李素卿譯）。台北：五南圖書公司。（原著出版年：1994）
- World Health Organization (1996). **ICD-10 精神與行為障礙之分類：臨床描述與診斷指引**（胡海國、林信男編譯）。台北：中華民國精神醫學會。（原著出版於 1992 年）

參、 網路部份

法務部（2009）戒毒資訊網。台北：法務部。2009 年 3 月 25 日。取自：
http://refrain.moj.gov.tw/html/page_02.php

附錄一

夫妻溝通團體 團體方案綱要

日期	次數	團體名稱	團體目標
8／22	一	讓我們更親近	<ul style="list-style-type: none"> ● 讓成員彼此認識。 ● 協助成員訂定共同遵守之規範，告知成員所擁有的權益強化共識及責任。 ● 使成員了解團體的性質，澄清團體的目標及進行的方式，協助團體成員說出對團體的期望。
8／29	二	我的家庭	<ul style="list-style-type: none"> ● 增進團體凝聚力。 ● 瞭解自己並學習自我探索。 ● 伴侶共通點了解。
9／12	三	特質葡萄串	<ul style="list-style-type: none"> ● 增進信任感。 ● 個人特質討論。
9／26	四	用眼睛看	<ul style="list-style-type: none"> ● 學習溝通技巧「專注和傾聽」活動。 ● 了解不同表情對每個人的意義。
10／10	五	說出分享	<ul style="list-style-type: none"> ● 了解關係互動會有的互相影響。 ● 學習溝通技巧「我訊息」。 ● 生命曲線。
10／24	六	憶當時	<ul style="list-style-type: none"> ● 學習溝通技巧「語意簡述與澄清」。 ● 伴侶對衝突的看法與可行方式。
11／07	七	不言放棄	<ul style="list-style-type: none"> ● 熟悉溝通技巧使用。 ● 感恩的事，彼此分享內在感恩的想法。
11／21	八	牽手對抗	<ul style="list-style-type: none"> ● 溝通技巧綜合練習。 ● 討論未來離監後的規劃，可能面臨戒治的困難。 ● 加強成員和家人間人際脈絡網的支持系統。
12／5	九	珍重再見	<ul style="list-style-type: none"> ● 討論對未來自己的期待。 ● 祝福彼此，互相肯定在團體中合作互助的經驗。

夫妻溝通團體 團體方案

第一次團體							
讓我們更親近		時間：120分鐘					
團體目標	<ul style="list-style-type: none"> ● 讓成員彼此認識。 ● 協助成員訂定共同遵守之規範，告知成員所擁有的權益強化共識及責任。 ● 使成員了解團體的性質，澄清團體的目標及進行的方式，協助團體成員說出對團體的期望。 						
器材	同意書、海報紙、A4紙、彩色筆、回饋單						
團體實施過程		器材	時間	備註			
一、引言		同意書	20				
1. 領導者作簡單的自我介紹。 2. 說明團體的性質及進行方式，澄清錄音錄影並簽署同意書。							
二、團體形成與說明		海報紙	30				
1. 團體內容說明：發下活動綱要，並對團體內容做扼要介紹。 2. 進行方式：本課程共分十次，每次2小時（每星期聚會一次）。成員必須在活動中必須積極參與，討論和分享。領導者的帶領方式將會以講授、討論、活動、示範、演練方式帶大家學習。 3. 團體規約討論：包括出席規定、守密性，參與要求等。 4. 成員發問。							
三、自我介紹		A4紙、彩色筆	50				
1. 每人一張A4大小的紙，紙中間寫下自己的名字，其他空白部分可以添加想要讓人認識自己的部份。 2. 每個人先欣賞他人的作品。 3. 由願意第一個分享的人將自己的作品做分享，其他成員可以提出對此成員的疑問，分享後點下一							

位。

4. 結束後每個再將每個人名字複誦一次。
5. 確定每位成員希望在團體中其他人怎麼稱呼。

四、分享與回饋

1. 邀請成員分享參與此次團體的期待與感覺。
2. 邀請成員說出。
3. 每個人以一句話分享今天的經驗。

回饋單

20

第二次團體							
我的家庭		時間：120 分鐘					
團體目標	<ul style="list-style-type: none"> ● 增進團體凝聚力。 ● 瞭解自己並學習自我探索。 ● 伴侶共通點了解。 						
器材	報紙數張、採訪題目表、筆、回饋表						
團體實施過程		器材	時間	備註			
一、暖身活動—同舟共濟 <ol style="list-style-type: none"> 1. 進行「同舟共濟」活動。 2. 領導者講解活動規則，夫妻倆人一組，與大家猜拳，輸的將報紙摺小。 3. 成員夫妻一組皆站在報紙上面，身體不可踏出報紙外面，一起數五秒才算成功。 4. 逐次猜拳將報紙的面積縮小，請成員們共同討論要如何才能使夫妻皆在範圍內，以達成任務。 5. 領導者引導成員分享 <ol style="list-style-type: none"> (1) 夫妻雙方如何討論出方式？ (2) 肢體緊密接觸的感覺為何？ 		報紙數張	20				
二、記者訪問 <ol style="list-style-type: none"> 1. 團員圍坐成一圓圈，每人一張記者採訪表，每一對夫妻，相互訪問對方（夫訪問妻、妻訪問夫），內容包括被訪問人的基本資料，你最得意的事、你最糗的事、你最懷念的人、你最失意的事、你的興趣的是、你最討厭的事、你現在的心情、假如你的生命只剩三天，你會做什麼？你像那一種動物等題目。 2. 成員發表訪問結果，被訪問者可以適時補充，成員或領導者可以針對有興趣的地方多加提問。 		採訪題目表、筆	50				

<p>三、共通點</p> <p>1. 成員發下紙與筆。 2. 每個成員寫下認為與伴侶間最大的共通點。 3. 讓夫妻雙方向團體成員分享他們最大的共通點， 兩人寫的有無不同。</p>	<p>A4 紙、筆</p>	<p>40</p>	
<p>四、分享與回饋</p> <p>1. 每個人以一句話分享今天的經驗。 2. 填寫回饋單。</p>	<p>回饋單</p>	<p>10</p>	

第三次團體							
特質葡萄串		時間：120 分鐘					
團體目標	<ul style="list-style-type: none"> ● 增進信任感。 ● 個人特質討論。 						
器材	特質表格、彩色筆、回饋單						
團體實施過程		器材	時間	備註			
一、暖身活動—信任起立 <ol style="list-style-type: none"> 1. 由領導者說明活動內容，並說明注意活動可能會有的危險性。 2. 由領導者邀請一對夫妻成員為團體示範，雙人坐在地上腳尖相對，成員間雙手互拉站起。 3. 兩人一組開始活動。 4. 最後團體成員圍成一個圓，腳尖相對團體成員一起站起。 5. 團體討論。 			30				
二、特質葡萄串 <ol style="list-style-type: none"> 1. 領導者發下特質表格每個成員各一張，簡單說明各個特質，若有沒有列點到的特質，可以寫在空白處，並詢問成員是否有疑問。 2. 由成員先圈選自己認為的特質。請成員思考自己希望額外增加的特質為何？為什麼？ 3. 價值觀表格交換，由伴侶使用不同顏色的筆圈選對方的特質。 4. 討論夫妻雙方特質上相似與互補的部份。 5. 與團體成員分享特質。 6. 領導者總結特質活動意義。 		特質表格、彩色筆	70				

三、分享與回饋

1. 每個人以一句話分享今天的經驗。
2. 填寫回饋單。

回饋單

20

第四次團體							
用眼睛看		時間：120 分鐘					
團體目標	<ul style="list-style-type: none"> ● 學習溝通技巧「專注和傾聽」活動。 ● 了解不同表情對每個人的意義。 						
器材	撲克牌、表情講義、A4 紙、筆、回饋單、專注和傾聽講義						
團體實施過程		器材	時間	備註			
一、暖身活動—殺手遊戲 <ol style="list-style-type: none"> 1. 拿出撲克牌請成員抽一張牌，抽到鬼牌的為本次活動殺手。 2. 成員間以眼神接觸，不能說話。殺手以眨眼來殺人，請成員仔細觀察誰是殺手，被殺手殺死的不能表明殺手是誰，同時翻開撲克牌表示這局被殺了。 3. 最後由團體成員找出殺手。如此進行幾輪。 4. 領導者帶領成員討論，說明溝通進行時眼神接觸的重要性。 		撲克牌	20				
二、專注和傾聽活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 進行傾聽活動。 2. 夫妻雙方一組，先抽「說者」與「聽者」。 3. 「說者」依序說出「最近心情好的事情」、「最近煩悶的事情」，「聽者」第一階段表現漠不關心的態度，第二階段表現投入的態度。 4. 領導者與協同領導者分別指導「說者」與「聽者」所要做的內容。 5. 分享在不同階段中「說者」與「聽者」的感受為何。 6. 介紹基本傾聽的技巧。 7. 和成員討論如何在生活中做到「傾聽」。 8. 角色交換練習傾聽技巧，由「原聽者」說最近的心情感受，「原說者」傾聽練習。 		專注和傾聽講義	40				

<p>9. 討論困難點與心得。</p> <p>三、我的表情符號</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 發下表情講義，講義中畫有各種不同的表情。 2. 請成員從中間選出自己覺得快樂的表情為何，並分享是什麼情境中自己會出現這樣的表情。 3. 請成員說說看哪個表情是比較不快樂的，為什麼會這樣覺得。 4. 成員討論分享選擇上每個人的差異。 <p>四、分享與回饋</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 每個人以一句話分享今天的經驗。 2. 填寫回饋單。 	<p>表情講義、A4紙、筆</p> <p>回饋單</p>	<p>50</p> <p>10</p>
--	------------------------------	---------------------

第五次團體					
說出分享		時間：120 分鐘			
團體目標	<ul style="list-style-type: none"> ● 了解關係互動會有的互相影響。 ● 學習溝通技巧「我訊息」。 ● 生命曲線。 				
器材	專注和傾聽講義、我語言講義、海報紙、筆、回饋單				
團體實施過程		器材	時間		
一、暖身活動一天氣報告			20		
1. 請成員就目前心情用天氣做比喻，形容目前的狀況是怎樣的天氣，這個天氣的原由與對自己的影響。 2. 在成員天氣報告中可以說出對目前生活的正向或負面狀況。			40		
二、溝通技巧活動		專注和傾聽講義、我語言講義	50		
1. 複習「專注和傾聽」技巧。 2. 溝通技巧「我語言」學習說明。 3. 討論在生活中應用的困難與心得。 4. 溝通技巧練習。					
三、人生曲線		海報紙、筆			
1. 每個人發下紙，說明如何畫下生命曲線。 2. 成員畫下到目前為止的生命的高低曲線，將正負向的曲線劃出。 3. 成員間分享到目前為止自己的生命曲線。 4. 夫妻一組討論未來可能會有的生命曲線並劃下兩人未來的生命曲線，如何避免可能的困難，及如何規劃未來。 5. 團體討論未來生命曲線的規劃，提醒成員使用溝通技巧在團體討論中。					

四、分享與回饋

1. 每個人以一句話分享今天的經驗。
2. 填寫回饋單。

回饋單

10

第六次團體							
憶當時		時間：120 分鐘					
團體目標	<ul style="list-style-type: none"> ● 學習溝通技巧「語意簡述與澄清」。 ● 伴侶對衝突的看法與可行方式。 						
器材	大抱枕、溝通講義、A4 紙、筆、回饋單						
團體實施過程		器材	時間	備註			
一、暖身活動—距離有多遠 <ol style="list-style-type: none"> 1. 感受周圍的環境若以團體中心為中心點，向外發射所形成的距離，作為你心中所想你與團體的關係，你覺得目前你的位置為何？距離團體多遠？ 2. 成員分享在此刻待在此位的心情。是否想調整位子或想移至哪一個成員的旁邊。 3. 重新調整位子，並分享此時心情及感想。 4. 如果想要更靠近這個團體，希望成員或自己可以怎麼做能對團體更好。 		大抱枕	10				
二、溝通技巧活動 <ol style="list-style-type: none"> 1. 複習已學過的溝通技巧，討論在生活中應用的困難與心得。 2. 溝通技巧「語意簡述與澄清」學習。 3. 溝通技巧練習。 		溝通講義	50				
三、衝突方程式 <ol style="list-style-type: none"> 1. 夫妻間各寫下曾經印象深刻發生衝突的事件。 2. 寫好後折起來放到中間小箱子中。 3. 夫妻倆人一組抽一張籤，討論若是遇到這樣的情境各自會有的反應為何，可以怎麼處理解決。 4. 也請其他成員提供可以解決的方法，可以應用哪些溝通技巧。 5. 若是時間允許，可以再抽第二次籤討論。 		A4 紙、筆	50				

四、分享與回饋

1. 每個人以一句話分享今天的經驗。
2. 填寫回饋單。
3. 安排之後進行訪談的事項。

回饋單

10

第七次團體							
不言放棄		時間：120 分鐘					
團體目標	<ul style="list-style-type: none"> ● 熟悉溝通技巧使用。 ● 感恩的事，彼此分享內在感恩的想法。 						
器材	童軍繩／毛線、溝通講義、A4 紙、筆、回饋單						
團體實施過程		器材	時間	備註			
一、暖身活動—關係線 <ol style="list-style-type: none"> 1. 領導者使用童軍繩或是毛線，兩人一組綁在一起。 2. 請成員在找一個喜歡的位置，想辦法到達那裡擺一個姿勢，停在那裡一分鐘。領導者用更長的線，繞過每位成員手腕上，請成員第二次移動。 3. 請成員分享活動的心得、感想。 4. 領導者歸納活動現象：每個人都有一個位置，不過因為手上被綁了繩子，為了要到想到的位置上每個人可能會採用不同的方式(用力拉扯、彼此妥協、直接放棄等)；與人的關係也像一條無形的線，把每個成員綁在一起。任何人的一個動作，就會影響其他人，所以關係不是單獨的，而是互動的。藉此活動去讓成員了解關係的意義。 		童軍繩／毛線	20				
二、溝通技巧討論 <ol style="list-style-type: none"> 1. 複習已學過的溝通技巧。 2. 討論在這禮拜應用的困難與心得。 		溝通講義	40				
三、感恩的事 <ol style="list-style-type: none"> 1. 夫妻雙方坐下來面對彼此，分享心中感恩的事。 2. 請夫妻雙方針對對方的分享應用溝通技巧回應。 3. 團體分享與討論。 		A4 紙、筆	50				

四、分享與回饋

1. 每個人以一句話分享今天的經驗。
2. 填寫回饋單。
3. 安排之後進行訪談的事項。

回饋單

10

第八次團體					
牽手對抗		時間：120 分鐘			
團體目標	<ul style="list-style-type: none"> ● 溝通技巧練習。 ● 預設未來會有的毒癮誘惑情境，可能面臨戒治的困難。 ● 加強成員和家人間人際脈絡網的支持系統。 				
器材	A4 紙、筆、溝通講義、回饋單				
團體實施過程		器材	時間		
一、暖身活動—我的重要他人 <ol style="list-style-type: none"> 1. 每個人寫下五個對自己重要的人，並寫下他們的特質，重要的他人對自己的影響。 2. 團體成員相互分享。 		A4 紙、筆	20		
二、溝通技巧複習 <ol style="list-style-type: none"> 1. 討論溝通技巧在生活中應用的困難與心得 2. 分享夫妻溝通目前的現況。 		溝通講義	40		
三、艱難的時刻 <ol style="list-style-type: none"> 1. 確認成員在問題情境中的想法，了解這個情境影響戒癮的關係，找出成員用藥的渴求情節。 2. 丈夫分享曾經戒癮又吸毒的情境，妻子分享在丈夫戒癮又吸毒當時的情境和自己的感受。 3. 什麼時候不會去吸毒？討論可能引導自己再次吸毒的理由，探討藥物濫用行為之發生時機。 4. 請每位成員寫下個人所想到可能的因應型想法，即找出十個自己告訴自己不要去用藥的理由或你去勸導朋友不去用藥的理由。 5. 討論在面對毒癮上可能的危險情境，如何避免讓自己陷入危險情境，如何做到可以成功抵抗毒癮，夫妻間可以做些什麼共同對抗。 			50		

四、分享與回饋

1. 每個人以一句話分享今天的經驗。
2. 填寫回饋單。
3. 確定之後進行訪談的事項。

回饋單

10

第九次團體					
珍重再見		時間：120 分鐘			
團體目標	<ul style="list-style-type: none"> ● 討論對未來自己的期待。 ● 祝福彼此，互相肯定在團體中合作互助的經驗。 				
器材	溝通講義、圖畫紙、彩色筆、信紙、筆、回饋單				
團體實施過程		器材	時間		
一、暖身活動—團體回顧			20		
1. 將前幾次討論的相關資料拿出，對團體內容做回顧。 2. 回顧完前幾次的團體後，請成員分享對哪一次團體印象最深刻，哪一次團體最有收穫。			40		
二、溝通技巧複習		溝通講義			
1. 討論溝通技巧在生活中應用的困難與心得 2. 分享夫妻溝通目前的現況。			50		
三、祝福給彼此		圖畫紙、 彩色筆			
1. 每個人背後貼上一張白紙。 2. 請成員互相留言祝福。 3. 每個人都寫過後互相分享討論。 4. 分享在這團體中學到了什麼，有什麼感想。					

四、祝福與展望

1. 填寫回饋單。
2. 團體領導者總結團體，感謝這幾次團體成員的參與。
3. 讓每個成員都有機會對團體說一句話總結。
4. 團體結束。

回饋單

10

附錄二

研究團體邀請函

您好，

我是台南大學諮商與輔導研究所的研究生林品均，目前在李岳庭老師的指導下進行我的碩士論文研究，研究主題為「夫妻溝通團體對藥物戒治者夫妻關係之影響」。本團體的目的主要希望透過參加溝通團體，修補並重新建立原先關係。

1. 團體名稱：夫妻溝通成長團體
2. 團體領導者：臺南大學諮商與輔導學系研究生為本團體領導者
3. 團體協同者：婚姻與家族治療專長之助理教授共同協同
4. 預定人數：3~6 對伴侶。
5. 團體時間：98 年 8 月 22 日，早上 9 點~11 點，隔周週六（預定：8/22、8/29、9/12、9/26、10/10、10/24、11/7、11/21、12/5）
6. 團體次數：9 次，每次約 120 分鐘。

團體進行的方式會有教導、示範、對話、演練、經驗分享、家庭作業等，提升成員的表達、傾聽、溝通的效能及衝突的解決。主要招募對象以自願參加可全程參加夫妻溝通團體，並在團體結束後願意接受訪談，了解團體結束後伴侶雙方的溝通狀況。訪談方式透過一對一各別對伴侶雙方進行，進行方式將會遵守中國輔導學會的規定。

誠摯邀請您參與我的研究，若您願意參與本研究或對本研究有任何疑問，請與我聯絡。謝謝！

我的聯絡方式為：林品均，Email：○○○○○，或您可以和我的指導教授連絡，其聯絡方式為：李岳庭，Email：○○○○○，電話：○○○○○。

臺南大學諮商與輔導研究所
研究生：林品均 敬邀
指導教授：李岳庭 博士

參與團體同意書

團體參與者簽名：_____

*如果您針對本團體有什麼疑問或想法請在以下空白處寫下：

附錄三

參與研究同意書

研究者：林品均

Tel : 〇〇〇〇〇〇

Email : 〇〇〇〇〇〇

指導教授：李岳庭 教授

Tel : 〇〇〇〇〇〇

Email : 〇〇〇〇〇〇

主要內容包含研究目的、進行的方式、團體時間地點次數、訪談的時間地點與次數、錄音錄影的相關保密原則，

研究目的

本研究的目的主要在探索夫妻溝通團體對戒治者夫妻關係之影響。

研究程序

訪談方式以一對一的方式為主，訪談時間約一個小時到一個半小時，訪談地點以勒戒所為主，過程中會錄音，並將內容錄為逐字稿，以進行研究分析之用。研究參與者的身分和個人資料會以匿名方式出現，訪談內容將會遵守中國輔導學會的規定於保密，所有研究參與者資料將於研究後銷毀。

本研究的潛在風險與保密原則

研究參與者在訪談的過程中如果出現不舒服的情緒或是狀態，必須馬上讓研究者知道，研究參與者有權停止回答所有的問題或是停止錄音，研究參與者也可以在任何時候以任何的理由停止參與本研究，研究者會提供研究參與者心理諮詢機構名單以便讓研究參與者接受專業的個別諮詢。

訪談內容在經過整理與分析後可能會在學術上被發表，發表的內容中，有關研究參與者的身份和個人資料會以匿名方式出現，研究內容只有研究者及其指導教授會知悉，所有的資料會謹慎的保管。

國立台南大學未提供任何的醫療服務和經費補助。如果你對此研究有任何的疑問將提供你協助。

參與本研究的權益與貢獻

研究參與者有權在任何時候、任何情況下退出本研究。本研究將對台灣戒治者伴侶婚姻溝通關係修復與面對未來毒癮之誘惑有所協助，並提供專業人士對藥物濫用者婚姻溝通婚姻關係有更深入的瞭解，以便給予較適切的協助。

附錄三

參與研究同意書
(研究者參與者保留聯)

研究參與者簽名： 夫_____

妻_____

研究者簽名： _____

日期： _____

附錄三

參與研究同意書
(戒治所保留聯)

研究參與者簽名： 夫_____

妻_____

研究者簽名： _____

日期： _____

附錄三

參與研究同意書
(研究者保留聯)

研究參與者簽名： 夫_____

妻_____

研究者簽名： _____

日期： _____

*如果您想知道本研究結果，請在以下提供詳細的地址：

附錄四

研究參與者基本資料

1. 性別： 男性 女性
2. 生日：民國____年____月____日。____足歲
3. 教育程度： 小學以下 國中 高中/高職
 專科 大學 研究所以上
4. 結婚年數：結婚____年，子女____人
5. 請問目前與您同住之家庭成員(可複選)：_____，
共____人。
(1) 子女 (2) 公公 (3) 婆婆 (4) 父親 (5) 母親
(6) 自己或先生的兄弟姊妹(已婚____位，未婚____位)
(7) 其他_____ (請說明)。
6. 子女數： 男、 女

附註(其他需說明事項)：_____

附錄五

訪談大綱

研究問題

根據研究目的，本研究之研究問題包括有：

1. 未進入戒治所前，夫妻雙方溝通狀況。
2. 經過夫妻溝通團體後，對其夫妻溝通品質的影響。
3. 經過夫妻溝通團體，夫妻關係有何改變。
4. 經過夫妻溝通團體後夫妻雙方對於未來的看法。

訪談題目

1. 從前你們都是怎麼和對方溝通的？
2. 在參加團體後，你覺得你們的溝通有什麼影響？
3. 在參加團體後，你覺得團體對你們的夫妻關係有何改變？
4. 請你說說看，經過團體後，你怎麼看未來的相處？
5. 整體而言，請問團體對你們幫助為何？

訪談注意事項

面談引發語

你剛剛提到.....，可不可多說一點？

你剛剛提到.....，能不能再說清楚一些？

你剛剛提到.....，那是什麼意思？

剛剛你提到那個.....，還蠻有好奇的(蠻有趣的)，能不能再多說一點？

能不能針對這方面再多說一點？

還有呢？

怎麼說？

然後呢.....？

除了這些，還有其它嗎？

原來是這樣，那除了上述所說的之外，還有沒有別的？

對於這點，還有沒有什麼想說的？

還有沒有其它什麼想要補充的？

肢體語言：

沉默

微笑

點頭

附錄六

訪談進行程序

研究參與者編號：_____ 訪談日期：_____

「謝謝您願意撥出時間來參與我的研究，首先想跟您說明本研究的目的主要是探索夫妻溝通團體對藥物戒治者婚姻關係之影響，希望了解在參加團體之後您的一些想法。不知道你是否有任何疑問？」（停頓，等研究參與者的反應）

「如果沒有任何問題的話，在進行訪談前，在參加團體前我們已先簽過參與研究同意書（停頓），若對於本同意書沒有任何問題話，麻煩確定一下表格下方所簽上的名字，同意書有兩份，我保留一份，另外一份則給你們保留。」

「我們訪談時間大概一個小時到一個半小時左右，如果你覺得時間有需要延長的話都可以，訪談過程需要錄音，訪談內容將會保密，身分會以匿名方式呈現，所有資料將於研究後銷毀，訪談進行中不需要提到自己的名字。不知道還有沒有什麼問題或是不了解的地方？」（停頓）

「如果您準備好了，那我們就要開始進行今天的訪談了。再次的提醒您，如果在訪談過程中您覺得不舒服或是需要休息的話，您可以在任何時候停止或中斷訪談。」（按下錄音）

「這裡是一些有關於你的基本資料要麻煩你為我填寫一下。」（停頓，等研究參與者寫完）

「那接下來，我們要進入以下幾個訪談問題，請你說說看參加完團體後不知道你有沒有什麼想法？」（停頓，等研究參與者講完）

「從前你們都是怎麼和對方溝通的？」

「在參加團體後，你覺得你們的溝通有什麼改變？」

「在參加團體後，你覺得團體對你們的夫妻關係有何影響？」

「請你說說看，經過團體後，你怎麼看未來的相處？」

「整體而言，請問團體對你們幫助為何？」

「針對本團體是否還有其他想說的？」

（以上的每一個問題會先等研究參與者講完研究者才會接下一個問題）

（如果研究參與者在以上問題中沒有回答到其中一個部份，研究者會針對遺漏之處對研究參與者再提出此問題）

「最後，謝謝您在百忙之中願意撥空出來參與我的研究，論文研究結果出來會寄一分給您。」

附錄七

訪談札記

研究參與者		訪談時間		訪談次數	
日期		訪談地點			
訪談環境之描述					
研究參與者的狀況					
研究者對研究參與者的主觀想法與感受					
研究者的狀況					
研究參與者與研究者的互動情形					
備註					

附錄八

逐字稿檢核表

您好：

謝謝您願意撥出寶貴的時間來參與我的研究，我已將我們訪談的內容逐字轉換成文字，為了確保您所提供的資料能還原般的呈現，請您詳細閱讀一番，如果您發現此資料有不符合您所說之處以及需要修改的地方，請直接在文本上做修改或註記。請將妳要補充的資料以及不符合的地方寫在旁邊的「補充和修改之處」即可。謝謝！

若有任何疑問或不清楚的地方，可和我連絡。聯絡方式：Email：
○○○○○○；電話：○○○○○○。再次謝謝您的協助與參與。

祝 平安順心

臺南大學諮商與輔導研究所
林品均 敬上

閱讀完此文本，我的想法或建議是：

我覺得文本真實呈現我的經驗的百分比為（請勾選）：

- 完全符合
- 部分符合
- 普通
- 部分不符合
- 完全不符合

附錄九

「伴侶溝通成長團體」團體實施資料

一、參加收容人及其伴侶（配偶）：共計 10 名

- (一) 佛教班：A（配偶：a）
- (二) 基督教班：B（配偶：b）
- (三) 農營組：C（伴侶：c）
- (四) 農營組：D（伴侶：d）
- (五) 炊場：E（配偶：e）

二、實施期間：自 98 年 8 月 22 日起至 98 年 12 月 05 日止

三、實施日期：(星期六上午 0900 至 1100)

- (一) 第一次：98 年 08 月 22 日。
- (二) 第二次：98 年 08 月 29 日。
- (三) 第三次：98 年 09 月 12 日。
- (四) 第四次：98 年 09 月 26 日。
- (五) 第五次：98 年 10 月 10 日。
- (六) 第六次：98 年 10 月 24 日。
- (七) 第七次：98 年 11 月 07 日。
- (八) 第八次：98 年 11 月 21 日。
- (九) 第九次：98 年 12 月 05 日。

四、實施地點：大禮堂、諮詢輔導室等。

五、師資人員：

- (一) 台南大學諮詢輔導所助理教授。
- (二) 台南大學諮詢輔導所研究生。
- (三) 另視課程需要得增加 1 至 2 名助理人員，名單另行呈核。

六、戒護課協助事項：

- (一) 協助辦理家屬 4 名之身分核對、物品檢查、登記等事宜。
- (二) 協助載送家屬進出分監參加活動等事宜。
- (三) 協助活動進行時，指派專人負責戒護等相關事宜。
- (四) 協助通報督勤官，課程實施情形等相關事宜。
- (五) 其他有關戒護安全等事宜。

七、課程活動期間，遇其他未盡事項或臨時狀況，應請示督勤官協助。