



我們的願景

願求助者得以獲助，專業者得以提昇

願追求成長者得以領悟

願世世代代子孫得以受益





父母、老師、孩子必讀的系統心理學

當我們同在一起

You're One of Us

Systemic Analysis and Solutions for Teachers, Students, and Parents

……耐心面對
心中尚未解決的一切。
試著去愛問題本身，
如同上鎖的房間
如同外文寫成的書本。

倘若你與你的問題一起生活，
也許，漸漸的，
在不知不覺中，
會發現自己體驗著答案，
在未來的某一天。

——里爾克（Rainer Maria Rilke）

選自《給年輕詩人的信》（*Letters to a Young Poet*）

◎ 目次 ◎

〈推薦人的話〉 思考與創意的激發	周鼎文	I
〈推薦人的話〉 促成親師生三贏的洞見和方法	夏惠汶	III
〈推薦人的話〉 一本很特別的書	伯特·海寧格	V
致謝	瑪莉安·法蘭克	VI

第一章 導論 001

一顆種子開花結果了

第二章 充滿愛與尊重的教室 009

在教室裡體驗伯特·海寧格的系統和現象取向

2.1 突破：第一次在教室中使用系統與現象取向	011
2.2 父母永遠在我們身邊：家族圖像介紹	018
2.3 感覺別人的感覺：交互意識	025
2.4 在父母面前的好姿勢/好位置 —— 深深鞠躬，表達感謝	030
2.5 象徵的位置、姿勢、儀式和短句都有效	033
2.6 與學生的父母接觸 —— 教室中新的精神	036
2.7 一種新的覺察開始擴展 —— 家長之夜	041
2.8 往生者也要算進來	044
2.9 我們置身在分居和離婚充斥的文化之中	081
2.10 親職的價值序位	091
2.11 我以海寧格的家族系統排列為基礎在課堂上從事系統和現象工作的結語	095

第三章 系統觀點到底是什麼？ 097

3.1 系統是什麼？ —— 從系統的角度思考和觀察是什麼意思？	099
3.2 從因果的邏輯思考到系統觀點	105

第四章 你是我們的一份子	111
從系統觀點創造學校的每一天	
4.1 把系統思想的基本元素移植到教室裡	113
4.2 教室裡的每一天 —— 從系統觀點來看課堂的實例	115
4.3 衝突化解了	134
4.4 我的老師史提夫·德·夏澤和根特·施密特對我的影響	144
4.5 從家庭有機體到學校組織	147
.....	
第五章 他山之石	171
不同治療學派的基本技巧應用	
5.1 想像力工作：米爾頓·艾瑞克森對我的影響	173
5.2 在身體裡也在學校裡 —— 教室裡的想像力工作	175
5.3 把系統想法的基本要素轉移到教室 —— 理論反思後記	190
5.4 打破模式 —— 米爾頓·艾瑞克森、伯特·海寧格和其他人的故事	191
5.5 團體遊戲	203
.....	
第六章 教學相長	209
將系統和現象學的發現應用於教師督導	
6.1 從系統的觀點評述教師的人格及其影響	211
6.2 以系統和現象觀點執行的教師和家長督導會議	216
.....	
第七章 結語	247
一些好消息	
.....	
給老師的重要叮嚀	254

〈推薦人的話〉

思考與創意的激發

看到這本書令我感動不已，我認為凡是當過孩子、父母、學生及老師的人都能夠從本書中受益。

孩子的成長議題一直是我所關注的，我曾多次受邀到法院觀護室為觸法的青少年帶領系統排列課程，其中包括偷竊、破壞、援交等個案，二、三十位青少年一起上課，有的由家長陪同，有的則由觀護人陪伴。兩天課，每位青少年都有機會參與排列工作或從別人的排列中學習，家長更能看到孩子行為背後的系統影響力以及如何調整，觀護人也可對這個家有更清楚的畫面與工作方向。

由於系統排列的特性之一是，不需全家都到場也可以進行；因此我的做法是，由青少年、兒童單獨出席也可以排列出整個家庭，或由父母單獨出席，為有心理困擾或行為狀況的孩子來進行排列工作；過程可以透過團體，也可以單獨個案方式進行。

我也曾在學校運用系統排列輔導不少高危險群的學生，包括憂鬱、沮喪、自傷、自殺的孩子，在課程中大家可以相互學習，並且看到自己如何被家庭的力量所影響著，看到孩

子們的愛如何令他們受苦，也看到他們如何透過系統排列及家長、老師們的幫助更有力量面對生命的困境。

因此，我衷心推薦本書，希望經由這些實例與經驗，激發教育界思考與創意，結合國內許多寶貴的人才與經驗，創造一個更合適的學習環境。而對於需要協助的孩子、父母或老師，我也非常建議你們參加專業系統排列工作坊進行排列，為孩子也為自己開創更美好的未來。

周鼎文

國際知名系統排列師

海寧格機構創辦人

台北 二〇〇九年十二月

II

推薦人的話

〈推薦人的話〉

促成親師生三贏的洞見和方法

III

看到瑪莉安·法蘭克分享她自己二十多年在學校擔任老師，並將排列用運用在學校的經驗，有好多突破傳統的思維，又不用悲憤防衛的態度與權威對抗，例如，不卑不亢地承認並尊重校長的權威，但仍在自己的權限範圍內透過排列，讓相關的親師生看到種種事物的系統觀點，讓困境消融，這就令人非常感動。

這本書分享了很多觀點和做法，例如，學校最重要的任務之一，是教學生怎樣把功課和遊戲結合在一起，或者，管教孩子有時會徹頭徹尾感到精疲力竭而衍生無力感，作者提供許多洞見和方法，讓孩子們親身體驗家庭序位及其影響。這讓孩子著迷、震驚，也隨之有了轉變。也幫助孩子長出力量，對自己更有自信，也就解決了老師的困擾。透過本書的說明，知道這不是幻想，相信是有可能發生的。

開平一直在幫助孩子順性發展的路上摸著石頭過河，如果二十年前有這本書的導引，我們就不會顛顛簸簸走得那麼辛苦了，像是如何在「教室中製造一個社交的場域」「學生的恐懼變成了對老師、對學校、對父母或對社會的侵略性」

「老師們越能開放自己，越顯露出互相之間連結的層次」，如果能夠協助孩子「承認自己的恐懼，並在孩子害怕的時候陪伴他們、給他們支持，學生就會受益」等等。

也很高興知道原來在我們以為顛覆傳統的做法，國外也有呼應的學校和老師，我想老師家長們若接受這樣的課程訓練，「神奇的正面經驗」將會讓親師生更合作無間，獲得三贏。

很高興這本書有中文版了！

夏惠汶

台北市教育會榮譽理事長

開平餐飲學校創辦人

台北 二〇〇九年十二月

〈推薦人的話〉

一本很特別的書

兩年前，瑪莉安·法蘭克寄了幾篇她的報告給我，內容是她在學校處理困難學生的經驗。我讀了這些文章，看到她對學生和家長的幫助，深深為她的愛心以及這種幫助的簡單和有效而感動。那時候我告訴她：「妳一定要把這些經驗寫成書！」現在這本書出版了，我對這本書的反應，遠遠超過當初讀那些報告的正面反應。

這是一本很特別的書。它涵蓋了許許多多經驗，貼近日常生活，充滿了令人動容而又給人希望的實例。這些實例促使我們自己去嘗試。同時，對於想要改變困難的情況，甚至看來無希望的情況的家長和老師們，它又是一本清楚而且實用的手冊。

這本書會觸動你的心弦。很多讀者會和我有同樣的感受——一旦開始讀，你就停不下來。

感謝瑪莉安·法蘭克寫了這本書。

伯特·海寧格

慕尼黑 二〇〇一年

致謝

我要感謝在治療方面指引我的所有精神導師，尤其是英格莉（Ingrid）。她教我怎樣區辨感受和現實，讓我不再害怕感覺。我也要感謝學校裡所有的老師，我們是一個很棒的團隊。還有很多人在這本書的寫作上給了我很多幫助，我非常感激他們：首先是顧尼（Guni）和華特（Walter）。你們那麼專注地聽我說「學校裡的故事」，我才有動力把其中一些故事寫出來。接下來是伯特（Bert），謝謝你鼓勵我把一篇文章寫成一本書。還有宮塔德（Gunthard），我要特別謝謝你。你一直相信這本書會成形，甚至，特別是在我的寫作遇到瓶頸的時候依然堅信不移。伊娃（Eva），這麼多年來，雖然我總覺得這些經驗太微不足道了，妳還是一直鼓勵我把自己的經驗寫下來。而且妳也給了我很多次機會，讓我一個人獨自在海邊的房子裡安靜寫作。我對你們大家深懷感激。

瑪莉安·法蘭克

慕尼黑 二〇〇一年五月

CHAPTER 1

◎ 第一章 導論

一顆種子開花結果了





一顆種子開花結果了

我把系統家族治療移植到教室的始末

在這份報告裡，我希望能讓讀者看到，把家族治療的「系統」觀點（systemic view）與我每天在學校的工作整合在一起那時候，我是多麼欣慰地鬆了一口氣。從系統的觀點來看，人一直都處於關係的脈絡之中，而不是分離的個體。我開始用不同的眼光來看待我身為教師的任務，這帶給我也帶給孩子們很多的快樂。對於學校生活可以怎麼過，很多新的想法也開始冒出來。

為了讓讀者更容易瞭解我的教學背景，我有必要稍微說明一下。在德國，學童照慣例在住家附近的小學就讀到四年級。從三年級下學期開始，學校就會根據成績和性向來評量學童，然後再分發學童進入不同的體系就讀，也就是文理中學（Gymnasien又稱文科中學）、職業預備學校（Realschulen即實科中學）和普通教育中學（Hauptshculen即主幹中學）。德國有幾個邦（state）採取分發過程延後二到三年，或引進完全中學等等方法，試圖改革這個體制。我在那裡教過很多年書的巴伐利亞邦（Bavaria），並不是其中之一。近年來的研究顯示，中學分發的建議與學生的社經背景相符。

在德國有很多邦，主幹中學一度被認為是升學和職校之

外一個可行的教育管道，如今卻成了那些沒有父母在旁遊說的學生的大本營。主幹中學的學生來自非德語和低收入家庭的比例很高，這是老師和學生無法迴避的現實。但另一方面來說，我任教的地方是一所主幹中學，這反倒讓我比較容易把新的想法付諸實現。在巴伐利亞，主幹中學的老師不只要教德文、數學這些主要科目，還得教歷史、生物、地理，有時候連美術、音樂或英文也得教，因此老師在學校一整天和學生不斷接觸。從這一點來看，我所處的情況非常理想，不但可以直接認識孩子們，也能夠一再發現看待種種事物的系統觀點，甚至在可能的範圍內，把這個系統觀點應用在我的教室裡。

至今，我在不同的主幹中學教書已經超過二十個年頭了，帶的不是七到八年級，就是五到六年級。接下來我要描述的經驗，大部分都發生在五到六年級，因為我教書生涯最後幾年教的就是這個年級。

我參加過很多次伯特·海寧格的工作坊，從中認識也親身體驗了他的思想和學說；他的思想和學說在孩童身上發揮的影響力非常持久。孩子們完全改變了他們對家庭和學校的看法，有這種看待世界的新觀點作為我們的基礎，去瞭解和應用我知道的不同系統思想學派，非但不難，也很具啟發性。沒多久，孩子們就開始對學校的功課熱衷起來，提出很多點子、知道的資源和建議，我原本怎麼想都覺得不可能那麼多。這個方法的應用領域包括孩子在家庭以及在學校的個人成長，以及關於學校本身的各個基本而：學習效果的問

題，像是如何接觸新的知識領域、可讓孩童發揮想像力的學習技巧，以及如何重新安排上學的日子、如何與同學相處、如何處理同班和別班學生的侵略性行為等等問題，不勝枚舉，這裡只是略提幾例。

我決定按照我的想法和程序的演變，逐步描繪出這個課堂上的互動過程。因此，我會從各個情境的觀點，把我在其中體驗到的發現描述出來，而不用提綱挈領的系統概述方式呈現這本書。讀者可以藉由我的報告，涉獵這種新的思想。我相信，認識這種思想的理論背景有助於更深入瞭解我的報告，所以在每一章的開頭或結尾，我會用簡短的幾段文字，描述一下那一章的理論背景。

每一所學校都服膺某種思想，有些看起來友善，有些則不然；有些學校思想現代且重視學業表現，有些則是保守又嚴格；有些以意識型態為本，有些則特別重視某一門學科或技術。很多學校保有自己的風格，數十年不變。在這些學校裡，新加入教職員行列的老師或行政人員，立刻就得進入狀況，因循傳統，如果想要有任何改變，只能一點一滴慢慢推動。我父親生前是一所主幹中學的校長，他很喜歡他的工作，因為他為了塑造這所學校的風格積極付出的心力有所成。他是一位音樂家，他的學校有自己的靈魂，那個靈魂就是繆斯（muses）的靈魂。音樂和藝術欣賞深深嵌入一般教室之中。對我的父親來說，這些「副科」才是教育的核心。他認為，學校最重要的任務之一，是教學生怎樣把功課和遊

戲結合在一起。這包括參加合唱團、參加奧爾夫（Orff）樂團，或參加話劇演出。學校的體育活動不是只著重運動上的成就而已，舞蹈表演、魔術表演以及更多其他活動的準備工作也是重點。學校裡面一直都展示學生自己親手做的圖畫、手工藝品和作品。

我開始執起教鞭是在七〇年代中期，那時我在我父親的學校教過一年，得以親眼見到這股熱情是怎樣影響我教的六年級學生。我看到他們多麼樂意盡快把功課完成，也看到他們為了一齣戲劇或音樂表演的排練，多麼心無旁騖地上德文、數學或英文課。那時披頭四（Beatles）當紅，雖然我父親和流行音樂真的是一點共通之處都沒有，可是他特別撥出一個地方給一支小小的搖滾樂團使用，好讓團裡的一名鼓手、一名吉他手和一名主唱在學校的地下室練習。

學校裡的每一個人都充滿熱情、參與度很高。最主要的活動當然還是上課，但我們不介意犧牲一點上課時間，舉辦全校性的活動。就上課的方法以及每一種科目的教學方法而言，這所學校跟我們常見的傳統學校並無不同，但它的基本結構卻是大異其趣。這所學校洋溢著一股能量，在這股能量之中，不但容許老師發揮他們的直覺力，也激勵學生活出自己的生命。為了實現這個願景，我父親提供很多機會讓全體師生去體驗、去發想、去推動。師生雙方都跟著學校的這股能量動起來，結果也讓家長非常高興。

後來我有機會認識別的主幹中學。這些學習場所不像我

父親的學校那麼讓我忘形投入，我感覺我得自己決定，要不要試著灌輸學生對學習和分享的熱愛。

就像很多老師一樣，我常常對我的工作產生無力感，我感覺外在情況對我的束縛越來越嚴重。這些狀況不勝枚舉，包括孩子漸漸變成了小小消費者、看太多電視，孩子的成長環境不停改變以及和環境變化有關的學生行為類型。還有，這些狀況也包括加諸於學校課程的規定越來越多，著重知識的傳遞但留給實際操作學習的時間非常少；邦政府教育部門的種種規定；對學校建築物本身以及規範課堂作業的組織條規；有關教學單位和時段教室的種種規定，而且通通都將在堂數太多但每堂時間又太短的況下，在教室內、在課桌椅上達成要求。我在教書時只能靠自己想辦法，所以不管從我是一個人還是一個教育者的角度出發，對自己以及自己的能力，我的看法都變得越來越負面。

教書教了十年之後，我徹頭徹尾感到筋疲力竭。要怎樣才能恢復六〇年代到七〇年代初剛開始教書那時候，曾經體驗到的快樂和投入，我絞盡腦汁也想不出來。能夠給我自己教學所需的動力，就像我在父親的學校感受到的那種動力，也完全付之闕如。

每當我想到我的管教，都是用限制、都是從「不准」這樣的字眼表達。對我來說，我已經不太看得到教書這個了不起的職業原有的深度，也觸及不到老師和學生在創造與發展上原有的可能性。

對自己、對工作，我都有很深的無力感。我向一個教師督導團體求助，從而對心理治療產生了興趣，參加過幾位家族治療師帶領的工作坊，也結識了伯特·海寧格先生。那時他正在發展一種很特別的家族治療，稱為「家族排列治療」（Family Constellation Therapy）。

有好幾年的時間，我兩頭兼顧，一邊是我的工作領域——學校，一邊是我接受訓練的新領域——「家族系統治療」（Systemic Family Therapy），彷彿這兩個世界完全分開、毫不相干似的。不管是處理家長、學童或其他老師的事情，還是在課堂上，系統方法或出自系統觀點的想法或建議派上用場的情況不計其數。我越來越感到被兩股相反的力量拉扯，彷彿我的教書工作容不下系統的思想，說的更明確一點是，容不下系統的介入。當時我想要盡快脫離教書的環境，轉換跑道，專職心理治療。

然而，九十年代初期的某一天，雖然揠苗助長的事我一件都沒做，但是我在個人治療與團體治療方面已有的系統理論知識和體驗，這一顆種子突然在教室裡開花結果了。我居然能夠把很多出自家族系統的洞見和方法，移植到學校這個環境之中。對我來說，在學校環境裡的任何一個系統的想法和行動，都是以伯特·海寧格的學說為根據。藉由他那令人佩服的家族系統排列方法，孩子們可以親身體驗家庭序位及其影響。這讓孩子著迷、震驚，也隨之有了轉變。其他的系統概念、方法、程序，都源自於這個方法。

CHAPTER 2

第二章

充滿愛與尊重的教室

在教室裡體驗伯特·海寧格的系統和現象取向





2.1

突破

第一次在教室中使用系統與現象取向

伯特·海寧格的現象觀點

在作為一名心理治療師的生涯中，伯特·海寧格比他的前輩們（V. Satir、M. Selvimi 和 I. Boszormenyi-Nagy）都更迫切地闡明，我們跟家族的命運緊緊交纏，受其影響的程度非常深遠，而且不易察覺。他進一步說明我們跟父母、手足、祖父母、叔伯、姑姨等等的關係，可能會產生什麼結果。在家族系統排列的脈絡中，海寧格成功地示範，我們是一個大靈魂的一部分，這個大靈魂包含了家族中所有的成員，我們看到我們如何愛自己的父母，如何為家庭付出，經常在自己的生命中不自覺地想要補償父母或好幾代之前的親人的虧欠，或滿足他們的需求。為了這麼做，我們甚至願意取代其他家族成員的位置，這些家族成員可能不幸喪生或童年就夭折，或補償父母或親人造成的嚴重損失或行為。在這麼做的時候，他們過的並不是自主自決的生活，相反的，他們覺得自己彷彿陌生人，在最極端的情況下，他們可能甚至有迫切想要提早死亡的感覺。利用家族系統排列，海寧格讓我們看

到家族當中有一種所有成員都覺得舒適的基本序位。他教我們如何找到這種序位，找到自己在家族裡的適當位置。這個方法的主要目標是，承認其他家族成員的命運，尤其是父母和手足。除此之外，壓抑的悲痛往往會繼續影響後來好幾代家庭成員，所以對此海寧格也提供化解的方法。其他家族成員，尤其是那些過世的成員，在命運上的糾葛得以顯現，並透過對他們的尊重得到化解。一個人對家庭的尊重和愛並不是感覺，而是在大部分的情況下毫無意識的一種基本態度。因此，對於家庭事務的意見和看法通常和我們的行動毫無共同之處，因為，左右行動的力量來自這種無意識的態度。每當海寧格提到人要改變自己對父母、手足或親戚的態度時，都不斷強調我們屬於一個由命運決定的巨大靈魂，我們受我們的（家族）命運支配。

海寧格用「系統和現象的」(systemic and phenomenological)一詞來形容他的取向。這種取向和我下文將會說明的系統和建構 (systemic and constructivist) 取向恰恰相反。

在家族系統排列中，當事人挑選的代表勾勒出家族的寫照。在排列的過程中，設立一個場域，代表們在其中體驗他所代表的家族成員的感覺和態度。因此，我們可以說家族場域是一種現象，而家族成員的態度和感受正是由此而生。在家族排列當中，當事人的態度改變，場域的構成就跟著改變，進而可能產生療癒的效果。

系統和建構思想學派與海寧格的取向反其道而行，其目

標是重塑現實。在民主歷程的脈絡裡，一個人超越他／她的家族，成長為一個個體，我發現這種觀念對我的工作也非常有用，它具有起點的作用，豐富又有創造力的工作由此延伸而出。然而，經由根據海寧格的原理所做的工作，我的學生體驗到的基本洞察和轉變，卻發生在一個不同而且更深刻的層次。承認愛的序位、承認命運、臣服不可解亦無可避免的事物、重新體驗悲痛，這些經驗讓他們對他們的世界、他們的家族以及他們的朋友都有一種安全感。從這種安全感出發，他們慢慢理解催眠治療學派和建構導向的家族治療學派的觀念，而繼續發揮創造力，善用這些觀念。

老師看待學生的新眼光

老師總是認為「孩子必需要擺脫家庭枷鎖，家庭的問題以及電視和消費文化」。我們以為我們應該激發孩子相信一套社會倫理，以及為普遍認同的智能和文化價值觀。學校在班級的社群結構中傳遞出這些倫理與價值觀，學校好像是文化和社會矯正者介入其中。媒體也呼籲這種作法。

使用家族系統排列，讓我對學生有了新的瞭解，我看到他們是怎樣牽連在家族之中，也觀察到他們對家族的忠誠。但是，我也看到他們一直不斷地連結家庭生活和學校生活的能量，也感受到他們可以用極大效益的方式來駕馭這股能量。我們做老師的要是真正開放面對學童的家庭，敞開教室

大門，讓家庭永遠成為課堂上隱在的一份子，那麼，這就會發生。我當初會把系統觀念應用在教學上，就是受到海寧格的「把孩子放入其家族脈絡中來看」概念所啟發。

雖然慢但我確實在孩童身上看到他們的家族代表，帶著他們的原則、動力以及獨特的任務進展。學生不斷讓我看到，他們深深地願為家族付出，把這些動力列為第一優先，堅持不懈。

生活中多了學校這個新的元素，再加上學習本身，就足以讓孩童產生不安全感，如果他們帶進教室的一切都能夠被認同的話，他們就比較容易處理這些不安全感。這並不是說去學校比在家生活來得好，而是說學校讓他們原本的家庭生活更充實更豐富。進一步來說，老師尊重一個孩子，其實就是尊重這孩子的原生家庭，這份尊重也包括含對整個家族命運的尊重，不管我們認為家族命運對這孩子發展和學習意願的影響是正面或負面都一樣。

我們能為一個孩子所做的最好的事，就是全然地承認他／她的命運，身為老師必須很自律才做得到；也就是說老師得放棄想教孩子解除原生家庭的限制，藉此幫助他／她的這種想法。

我們只是老師。孩子與他們自己的命運、家族一直相繫相連著，當孩子成功接納自己的命運時，在困難的系統排列就可以看見轉機。但是，在大部分情況下，他們仍繼續糾纏在愛裡面。表面上，他們不承認令自己受苦的原因，也拒絕

接受自己（無意識中）無條件的愛。從這個角度來看，我明白我們的命運都同等重要，如同海寧格所說的，我們的命運都是其來有自的（valid）。

當我覺察到這些深刻的關係之始，我強烈感覺在教室裡所做的努力是完全白費功夫。教書教得越久，無力感就越重。身為老師我是否有能力幫助家境窮困、家庭關係複雜、被母親或雙親遺棄、受虐，或從小到大都不知道父親是誰的孩子承認自己的命運？我有能力助孩子一臂之力，讓她看到她和出身優渥的孩子生命具有同等的價值嗎？還有，我願意認真看待此事嗎？類似的問題一個個開始冒出來。

一個系統概念——把家族脈絡當作學習工具

一九九〇年代初期的某一天，我正在給一班我臨時接到代課通知的六年級學生上課。「我每次看著你們，都會看到你們的父母也跟你們一起在教室裡。我知道坐在這裡的人不只是二十二個學生，而是二十二個家庭。這個意思是說，每個人的爸爸媽媽都算進來了，再加上我、我的小孩、我小孩的父親，這樣一共是六十六個人！」

班上的孩子，大部分是十二歲，這時哄堂大笑。可是，我跟他們保證我剛剛說的是認真的，他們就開始思考這件事。

有幾個學生說，他們不想要父母一天到晚盯著他們，所

以很高興來學校，因為父母不在這裡。別的學生什麼也沒說，但也有一群看起來很開心。

我繼續說，想像父母就站在我們背後支持著我們，我們就會覺得很堅強。

過了一會兒，我們做了一個實驗。和平常一樣，我出了幾個數學題目要他們做，問他們 40 的 $\frac{1}{5}$ 是多少，或 66 的 $\frac{1}{3}$ 是多少，接著是 100 的 $\frac{3}{4}$ 等等題目。這是數學老師的例行公事，沒什麼新奇。但是，每次出題目，我都會變化。我要他們一邊想像父母就站在他們背後，一邊解五道數學題，然後再一邊想像他們的父母不在他們背後一邊解五題。答案就在黑板後面，他們可以自己檢查。

我又給了他們一個作業，要他們做如下的觀察：你哪種情況下能把數學題目計算更快速、更準確——是有父母在內心支持你，還是沒有父母在內心支持你？後來，學生們開始對這個實驗感興趣，他們又進一步檢視，是父親還是母親的支持比較有效。他們很喜歡做這個實驗，很多學生發現算數比以前容易了，原因其實很簡單，而他們之所以算對和一個新的觀點有關。有幾個學生發現，對他們有幫助的是某位叔叔、姊妹或祖母。學生們當然都希望能夠把心算題做得又快又好，但是在我們做這個實驗時，發生了一些驚人的事情，比如說，有了某位家庭成員在內心默默支持，有些學生的算術能力出現顯著的進步。全班學生都很喜歡這一點，而且大家都覺得很有幫助，所以我們不再問以前的老問題，像是

「誰算得最快？」而是改問系統的問題，像是「在我的學習環境裡，誰對我有幫助？」或「當我覺得比較容易成功時，是誰跟我在一起？」。有幾個學生的父母讓他們感到害怕失敗。假如是這樣的話，我就會告訴他們在心中默默對這位父親或母親說，有……（某某人）的協助，他們一定可以做得很好。

一個女孩子說，有祖母幫忙的時候，她算數就會算得最好。「祖母不會算術，」那女孩說：「但她讓我比較不緊張，因為她根本不在乎我會不會算術。」一整個學年，學生一直要求我讓他們做這個實驗。做實驗的時候，我們也觀察到，班上的好學生也瞭解成績比較差的學生在學習上一樣能夠成功、進步，是一件重要的事。

我們在課堂上練習數學題目或者寫作文的時候，我總會問學生，你跟誰一起會覺得沮喪或困惑，是父親、母親還是兄弟？有時候他們會回答說已經很忙了，還要再想這件事，他們實在應付過來。我只靜靜地在他們身邊放一張空的椅子。我能看出他們眼中流露著感謝，也明白這個動作對他們很有幫助。能夠讓他們鎮定下來，專心做功課。

2.2

父母永遠在我們身邊

家族圖像介紹

從那個時候開始，和「助手」一起學習的成效，這個問題一直縈繞在我們心頭。學生開始問起我自己的父母，問他們是不是還一直在我的心裡。我告訴他們，我的父親已經過世，但是只要想到他，我心中就會充滿無限感激，因為我在教學上碰到困難時，他還是能夠幫助我。親子方面的課題變成我們非常感興趣的一個話題，這倒讓我很驚訝，因為像「切斷臍帶」、性和感官享受、電視節目中的暴力、街頭暴力、校園暴力，兩性關係或毒品這類話題，六年級的孩子通常已經「學成畢業」了。

星期五的第六節課我們通常是上德文，不過我也常常利用那節課進行一般性的討論，所以學生問我可不可以利用那一節的時間，繼續談論「家族」這個主題。他們認為我對這個主題的了解應該不止於此，而我也感覺到他們想要談談自己。所以，每個星期五我們圍坐成一圈來討論。有個男生告訴我們，他弟弟快要出生了，而他班上的另一個男生說他不要一個弟弟，因為那樣他父母親就不會那麼注意他了。我們繼續聊這個話題，討論如果家裡兄弟姊妹很多，大家分

到的愛是不是就比較少，愛能不能共享，還有家中添了新成員，父母忙著照顧新生兒，這時候他們會不會繼續愛比較大的孩子。

我很驚訝，這個討論很有收穫，大家都很專心，沒有人分神。空氣中洋溢著興奮，整個班級散發著一種期待的感覺。

接著我告訴他們，有時候我會跟其他成人玩一種家族遊戲，當然有幾個學生就想自己試試看這個遊戲。我解釋說，為了玩這個遊戲，你必須挑選一個代表，然後你可以把他當作是你的父親、母親、兄弟姐妹或自己，來安排他的位置。接著我就會利用我的原生家庭示範給他們看怎麼玩。學生已經知道我有兩個兄弟，我的母親仍然健在（當時），我的父親已經過世了。

我選了班上五名學生做代表，把我的家族系統排列出來。當然，他們每個人都想做代表。而家族系統排列完成，遊戲便結束了，這時學生就會有些失望。

我一把五名代表排列出來，全場便鴉雀無聲，然後我請每一個孩子告訴我，他們的感覺。

代表我母親的女生說，她想要靠近她的先生一點（我把父親的代表排在這群代表的後面，她朝著他伸出手臂）。這讓我非常悲傷。已經有很長一段時間，我感覺母親在為死亡做準備。孩子們都說不出話來，雖然從頭到尾只發生了一件事，那就是我把其中五個孩子排列在特定的位置上，然後

代表我母親的那個女生說出她的感覺而已。孩子們感覺到自己置身在一個場域之中，也感覺到我的悲傷，而這個場域是排列造成的結果。

那一天，我們結束了這個「遊戲」，學生問說他們可不可以也幫他們自己的家庭做排列，還問說如果是他們自己的家庭，那代表們能不能表達感覺。我告訴他們，最好先花點時間想一想我們剛剛結束的排列，也叫他們要記住，家族圖像有可能是非常私人的東西，並不是每一個學生都想跟全班分享他的家族圖像。他們接受了這個想法——但沒有持續多久。

我告訴他們，家庭是我們擁有的事物當中最重要的一種，這是天經地義不用多想的事。人人都知道，沒有一個孩子不愛他們的父母，就算父母對待我們不公平，甚至討厭我們也是一樣。

結果教室裡立刻議論紛紛，一片譁然。好幾個學生試著說服我，說他們恨死了他們的父母，絕對不可能再跟他們有連結的感覺，因為他們不讓他們做想做的事，還會對他們咆哮，甚至打他們。不過，有的學生則說，他們非得跟父母把話都說清楚，否則晚上睡不著覺。

我等他們安靜下來，然後說：「我知道你們當中有些人跟父母處得不好，父母對待你們不公，或是傷害了你們。但是這不會改變我的信念，我還是深信我們愛我們的父母。當我們討厭父母、說父母的壞話，或詛咒他們遭遇不幸的時候，我們其實不喜歡那時候的自己。」後來，有幾個學生寫信給我，

描述他們在生父母的氣時，內心的感覺。

一個星期之後，學生們又提起家族圖像這個話題。有幾個學生已經畫了素描或是圖畫，描繪他們想要怎麼排列他們的家人。

這次怎樣都躲不掉了，所以我們開始排列約瑟普的家族。

約瑟普跟他的父母從克羅埃西亞來到德國，這時他的媽媽有孕在身。班上其他學生認為即將出世的嬰兒也應該被排列進去，而且最好的位置應該是蜷縮在約瑟普的母親腳邊。約瑟普把他的家庭代表一一帶領到他們的位置，速度緩慢、態度慎重。那景象我現在還記得很清楚，彷彿昨天才發生的事。父親和母親並肩而立，他們前面站著兩個小孩，未出生的嬰兒則坐著，蜷縮在母親腳邊。

接著約瑟普難過起來，他說「外婆也應該在這個圖像裡，但是她人留在克羅埃西亞。」他又選了一個女生代表他的外婆，把她排在他母親的身旁。才幾秒鐘的時間，母親代表就說，媽媽靠自己這麼近，感覺很好。約瑟普看到這兩名代表站在一起，顯然深受感動，而且很高興。他的母親現在有人支持她了，他低頭看著那個未出世的嬰兒，臉上出現了微笑。每一個代表都說他們站對位置，感覺很好。

再一次，有幾分鐘時間，整個班級一片安靜祥和，連那些平時坐不住的學生，也被感染了。我教他們怎麼褪下扮演的「角色」。約瑟普向每一個人道謝，感謝他們的幫助，代

表們甩了一下四肢，因為我告訴他們，這是回到自己的感覺來的一個方法。

之後，剛才的代表說，在做代表時的感覺與平時的感覺完全不同。「扮演」父親的男生說，因為他為約瑟普感到驕傲，所以他很想知道他的父親是不是也有同樣的感覺。一時之間，孩子們突然對不同的感覺產生了興趣，尤其是父母親的各種不同的感受及其性質。有的學生說他們從來沒想過，父母和兄弟姊妹對他們可能有什麼樣的感覺。

很多學生說，下次我們做排列時，他們想做大人或小孩的代表。學生的問題像洪水般爆發，比如說，家庭成員站在哪裡有沒有差別？或是父親一定要站在母親的旁邊嗎？等等。這些問題有點難回答，因為有些學生的父母離婚、獨居，或跟新的伴侶住在一起。有些學生的父親在戰爭中喪生，這些學生只跟母親一起住。

我告訴他們，排列沒有一定的規則，在我們每一個人的內心裡，都潛藏著一幅我們可以排列出來的家族圖像。我解釋說，這個圖像不斷在改變，而且一旦排列出來，每一個小孩都可以在其中找到一個好位置。至於已經過世，或已經不跟他們住在一起的親戚，他們的心會指定他們應該站哪裡，也許是靠近也許是遠離其他家人。在這個班上，一半以上的學生不是德國人。他們的家庭來自塞爾維亞、克羅埃西亞和土耳其，還有一個女生來自阿富汗。

幾乎每一個學生都有失去親人，所以他們立刻把焦點集

中在去世的家人身上。

當然，他們不肯放棄，所以我同意，只要他們認為這很重要，我們就一直利用星期五的德文課來做家族系統排列。我們排列學生的家族，也討論在這個脈絡當中出現的問題。

很多學生有一個兄弟姊妹已經過世。他們把照片帶來，我們一面做家族排列，一面也追念這些死去的手足。當我們這麼做的時候，孩子們想出一些儀式，以及他們想對過世的兄弟姊妹說的話。有一次，一個女生對著她弟弟的代表跪了下來，弟弟的代表則按照我的指示蹲在父母代表中間，女生說：「親愛的佛萊笛，我好難過你已經死了。我好想你，我好想跟你一起玩。」她一邊這麼說，一邊哭了起來。我沒有給她任何指示，她就移到弟弟代表的身邊，擁抱他。她很快又移開，顯然有一點被她自己的自發行爲弄糊塗了。接著父親代表和母親代表也開始哭，並用袖子擦眼淚。

我們排列的家族越多，學生越能精確地留意自己的感覺，代表們也注意到自己更能體會家族成員的感覺，就算他們對那個家庭一無所知也無妨。就像前面弟弟過世的那種悲傷情境，雖然代表們本人並不想哭，但在這種情境下，他們還是忍不住哭了。

他們無法解釋這種現象，我告訴他們說，我也無法解釋，但我知道系統排列一向是如此。「我們有一種意識（consciousness），」我告訴他們：「它存在於人與人之間，將人連結在一起。它是我們的『交互意識』」

（interconsciousness），一直都存在。我們從周遭的人身上得到的東西那麼多，但我們沒辦法談這件事。」我也告訴學生，每一個家庭都有自己的場域，在這個家庭場域裡，每一個人都能覺察到別人的感覺。這當然讓學生開始思考，然後他們問我，是不是只有家人才會這樣，還是同學之間也可能發生。我答應他們，我們會去調查這個問題，在接下來的幾個星期裡，我們真的這麼做了。

2.3

感覺別人的感覺

交互意識

學生們提出十幾種建議，如何排列兄弟姊妹之間或與父母之間的關係。很多學生表示很想增進跟父母或跟手足的關係，另外一些學生只想知道他們的關係是否「過得去」。

有些學生我只幫他們排列了他們自己的代表，以及父親或母親的代表。我要他們自己決定各個代表的角度和距離，而且要他們很謹慎的思考。過了一段時間，班上學生慢慢對系統排列發展出一種精細的感覺，有些學生會說「哦，你真的想站得離你父親這麼遠嗎？」或「你必須轉過去面對你父親（母親），你不能離得太遠，你還沒成人欸！」這樣的話。在我們一起做排列的過程中，學生不斷自發地說出類似的話。

接下來，我要描述幾個系統排列的過程。

渥夫崗

在一次系統排列，渥夫崗排列了他和他的父親。他已經很久沒有見到父親了，很想知道他父親現在對他的感覺是什麼。渥夫崗出生不久，父親就離開家人，渥夫崗很少見到

他。在剛開始排列的時候，這兩個人站得很遠，渥夫崗的代表與父親代表各自面朝不同的方向。渥夫崗自己說：「我跟媽媽一起住，我爸爸是個爛人。」

兩名代表這樣靜靜的站了一會兒之後，父親代表說：「我想看看我兒子。」渥夫崗的代表忽然轉向父親代表，並向前走了幾步。他說：「我被拉到這裡來了。」並用手指著父親。他又向前走了幾步，動作緩慢，直到父親的面前才停住。我永遠忘不了這一幕，因為父親代表是一個比他大兩歲的男生，已經十四歲了，脾氣很好，在班上頗得人緣。突然間，他伸出兩隻手臂，抓住這個男生，把他拉向自己。這一切發生得極快，只有幾秒就過去了。渥夫崗本人坐在自己的書桌前，看起來好像遭到雷擊一般，臉色蒼白如紙。

幾天之後，他來找我，對我說：「所以我爸爸還是愛我，可是他為什麼拋棄我呢？」

我沒有回答他的問題，我告訴他，知道爸爸愛他這樣就夠了，長大後也許可以直接從爸爸那裡得到答案。

在這個情況下，用系統和現象的方法來工作，表示我們要密切注意代表表達出的感覺，以及經由感覺產生的自發行為，並允許動力自行發展。在上面的例子裡，渥夫崗發現他的父親是愛他的，假如只是由他的母親來告訴他父親愛他，絕不會產生相同的效果，因為渥夫崗不會相信她。反正母親也不可能這麼跟他說，因為她生父親的氣。

我的經驗告訴我，當孩子們做代表的時候，他們會表達

自己感覺，尤其是身體上的感受，而且比我之前曾經排列過的成人表達得還要好很多。他們從來都不知道的感覺在他們的內在升起的速度之快以及擴展的幅度之大，孩子們自己也很訝異。

秀爾德嘉

秀爾德嘉和母親一起住。起初，她只想排列她自己和母親就好。她說：「我只是想讓你們看看我的親身經驗而已。」兩名代表站得非常近，因此秀爾德嘉的代表說：「靠太近了啦，我稍微站開一點好了。」

突然間，一個男生喊道：「如果她覺得離媽媽太近的話，也可以去站到爸爸旁邊啊。」秀爾德嘉一點都不想理會這個建議。事後她來跟我說：「我媽媽不要我跟爸爸有任何聯絡，所以我不能跟他聯絡。」

她父親住在慕尼黑附近。我同意她的做法，也告訴她，時候到了，一切都會很順利的。

兩個星期之後，她母親來學校找我，我跟她說我們正在處理家族這個主題，秀爾德嘉已經告訴她代表說了什麼。母親向我提出抗議，說她必須保護秀爾德嘉，在慕尼黑這種大城市裡，一個十二歲的女孩子時時都暴露在危險之中。我一提起秀爾德嘉的父親，就很清楚看見她母親有多氣這個男人。我說：「對一個孩子來說，能夠同時愛父親和母親是最好的事，不論在你們這兩個大人之間發生了什麼，都不是孩

子的錯。」秀爾德嘉的母親看著我，一副若有所思的樣子，然後搖搖頭說：「不行！我女兒對我做的事情，最糟糕的就是和她父親相處這件事。」看起來她心意已決。我告訴她，我非常尊重她所做的一切，獨自一個人撫養女兒，也跟她透露我自己也是單親媽媽，幾年來獨自撫養兩個兒子。她離開我的辦公室，那時候事情看起來好像是平息了。

不出六個星期，秀爾德嘉的母親又到我的辦公室來。她說這些日子來，秀爾德嘉不斷纏著她，要去看她父親。她希望我再跟學生討論這個問題，但是她已經有些鬆動，想答應讓女兒去見父親。我建議她，支持秀爾德嘉第一次和父親見面時。但她堅決不肯讓他再踏進她的住處一步。「那就讓秀爾德嘉去他的家，妳陪她一起去，」我說。雖然秀爾德嘉的母親認為這個想法更糟，但她明白這會讓女兒比較輕鬆。

秀爾德嘉跟父親見面後，整個人就開始燦爛起來。她已經五年沒看到父親了，這次甚至連兩歲半的同父異母的妹妹都見到了，她原本不知道有這個妹妹。學期末最後一次家長會上，秀爾德嘉的母親向我道謝，她說：「在這之前我無法想像，還有什麼比讓我的女兒去那邊更難熬的事，但是跟從前比起來，她現在充滿自信、不斷成長，我已經不那麼擔心她了。有一次還我們跟秀爾德嘉一起出去玩，我和她爸爸把她扛在中間哩。」

我不得不憋住微笑。那是因為是我向秀爾德嘉提議，要她去跟她媽媽說：「小孩如果跟爸爸和媽媽一起出去玩，或一起做些其他的活動，小孩就會變得更強壯。」出去玩之後，她給我看她腿上的肌肉變得多麼強壯。

在做小小的家族系統排列練習的過程中，學生們慢慢覺察到，家族的基本序位給人的感覺有多好。不過，在這種情況發生時，對我來說很重要的，不斷提醒他們改變也需要時間，而且和他們的母親或父母維持和諧的關係很重要。同時，學生們在毫無所覺的情況下，把建立起家族序位的能量釋放出來，進而改變了他們的人際關係。

2.4

在父母面前的好姿勢／好位置

深深鞠躬，表達感謝

當然，做了父母的系統排列，並不一定會對每一個學生造成這麼戲劇化的影響。通常，學生只要把自己的代表，父親或母親的代表，有時候再加上兄弟姊妹的代表排列一下，就夠了。然後我們會讓兩個或三個代表在各自的位置上站一會兒，妙不可言的是，這些關係的場域開始實現在代表身上的那一個當下，我們全都立刻感覺到了。這時候整個教室變得比較安靜、比較沒有人大聲說話。

30

這個現象是孩子們自己形容的，他們對於自己深深受到影響，也感到很驚奇。

他們不斷提出來討論的一件事是，當他們做父親或母親的代表時的感受。他們感覺很大、很體貼、比平時嚴肅很多。

我解釋說，孩子對父母的態度，是尊敬並感謝父母給了他們生命。我跟他們說，維持這種態度的孩子，即使他們沒有得到想要的一切，也會從父母那裡得到很好的禮物，使生命變得強壯。我們尋找能夠表達尊敬與感激的身體姿態或動作，結果學生們自己提出在父母面前鞠躬的想法。有幾次做

家族排列時，我們這麼做了，孩子真的對著她／他的父親或母親彎腰鞠躬。看到孩子們呼喊著搶做代表，真是令人感動：「我要當你媽媽。我要當你爸爸。我要扮演妳！」

接著學生們面對面站著，一個學生面對另一個學生深深一鞠躬。他們好喜歡這麼做！有時候，某個代表會說：「夠了，夠了！」或「繼續啊！」要是接受排列的那個孩子想要自己站在她父親或母親的代表面前，當然也沒問題。

有一次，一個學生說他跟父親大吵了一架，他再也不要向父親鞠躬，因為父親出手打了他。但他還是做了家族系統排列，他想證明，扮演他的代表也會拒絕向父親鞠躬。但是，他的代表向父親代表鞠躬了，這男生於是開始思考。我們接著討論一件事實，那就是，當我們做系統排列時，有一種隱藏在我們內心的知識會浮現，我們會產生一種歸屬感，那是我們每天在日常生活中從來不會想到的。孩子們提出幾個例子，有時候他們會生父母的氣，但在別的情況下，他們又會幫父母的忙，或站在父母那一邊，像是父母生病的時候或需要幫助的時候。第二天，那個男孩子說他告訴爸爸：「你打得我很痛。」爸爸向他道歉，因為無論如何，他畢竟是他的兒子。男孩的眼中閃耀著光亮，他做到了誠實，而且還是先踏出第一步來改變狀況的那個人。

我想要在這裡補充一點，那就是我經常和學生們談到，如果父母親對待他們不公平，他們能夠做些什麼。有一次我在黑板上寫：「如果有人對你做了不對的事，你要為自己挺

身而出！」

但是，假如孩子們是處於劣勢的一方，他們該怎麼辦呢？我們想了幾個方法，在跟別的孩子發生爭執或衝突時可以怎麼做；但是，在跟父母親發生衝突時，要找到因應之道就困難多了。孩子要如何保衛自己？在上述的例子裡，那男生選擇了最直截了當的解決方法，直接對父親說出自己的感受。由於他腦中還存留著系統排列的結果，所以他能夠想像他還愛他的父親，而父親也愛他。那表示，時機成熟了，他可以向父親說出他的感受了。

孩子們逐漸覺察到一件事實，那就是天下的父母有好也有不好的時候，但孩子往往不明白這一點。孩子們希望父母只有好沒有不好，要說出父母不好的部分，對他們而言是禁忌。有一次我向一個男孩子道歉，因為我對他不公平，那時候我們得到了這個結論。然而，班上有些孩子的父母事實上也願意承認，他們的行為的確不公平。

2.5

象徵的位置、姿勢、儀式和短句都有效

很快的，孩子們開始更仔細地思考，我們為什麼要做這些家族排列？「我們只是在玩遊戲呢？還是，這些排列真的有用？」他們問。我一直在等這個問題出現，我反問他們，他們是否覺察到任何不同之處，他們回答說有。

有幾個說，他們在家裡跟家人談論過這個「家族遊戲」，當然，媽媽問他們是否也彎腰鞠躬了，也問鞠躬的意義究竟是什麼。有一個學生說，他現在跟父母相處比從前好多了。他告訴我們，他在家裡也試過向父母鞠躬。他向爸爸鞠躬時，爸爸正躺在沙發上看電視，這時抬起頭來看著他，一臉困惑，問他到底在做什麼。他回答爸爸：「我向你鞠躬，因為你是我爸爸，而我是你的小孩，我的老師說，試試看向父母鞠躬，不會有什麼不好的。」聽他這麼一說，他的爸爸笑了，用腳搔了他一下，臉上帶著笑。然後，爸爸站了起來，兩隻手抱住了他。

我們開始首度在課堂上討論各種象徵和象徵行為，這個話題範圍很廣。有一個象徵是孩子們似乎都很熟悉的，那就是盾形紋章，有一個孩子的家族有盾形紋章。我們也談到旗幟，以及數目字的象徵意義。我跟他們一起朗讀德國詩

人亨利希·海涅（Heinrich Heine）的敘事歌謠〈柏莎薩〉（Belsazar），儘管對十二歲的孩子來說，這首詩的確難了一些。但是，孩子們卻明白歌謠中幾個概念的意義，比如說，聖杯、神聖的容器或褻瀆上帝（blasphemy）。孩子們也知道很多象徵動作。回教的孩子們談到洗手、洗手臂和洗腳，有幾個還知道回教的潔淨儀式。當然，我們也談到了上帝賜福，這時，信仰天主教的孩子就成了專家，因為他們看過神父焚香。有幾個小孩的媽媽，在他們離家上學之前，會在他們的額頭上畫十字。這些小孩相信，他們日常奉行的象徵動作是有用的。

他們自己得到這樣的結論，向父親或母親的代表深深彎腰鞠躬是一種象徵動作，而且這個動作在家一定產生影響。有幾個孩子甚至說，它對做代表的孩子也有影響。這一點，我自己是深信不疑。

有一次上課，一個學生帶了一張舊式的圖片來，圖片中是一個父親在祝福他的兒子，兒子跪在父親面前，手上拿著一頂帽子。

當然，我們很想知道向父母鞠躬的真正意義是什麼。那時，學生們已經相信他們是愛父母的，但是，他們仍然在親子關係中體驗到很多痛苦和失望，不願意一個鞠躬就把這些痛苦和失望一筆勾銷。

我告訴他們，有三件好事：

- 一、當你鞠躬的時候，你感謝父母給了你生命，也感謝他們給你的一切。
- 二、你承認父親和母親是家裡的大人，而你是小孩。
- 三、你接受父母親本來的樣子，而你是他們的孩子。

我把這三個句子寫在教室側邊的黑板上，我們把它留在黑板上好幾個星期沒有擦掉。在我當老師的生涯中，很少有任意三個句子觸發了這麼多而又這麼不同的回應。我們經常站在教室側邊的這塊黑板前，進行強有力的哲學討論。很多學生漸漸明白他們替父母背負的痛苦和悲傷，他們說父親或母親有的時候情緒非常沮喪，他們常常竭盡所能為家中重新注入歡笑。有幾個學生也承認，他們曾經在內心或外在，希望另外某個人能當他們的父母，他們必須好好想想這件事。有一個女孩子每天會去祖母家，她說：「祖母其實比我真正的媽媽更像媽媽！」好幾個男孩子不願承認自己的生父，說他們現在有一個更好的新爸爸，想把舊爸爸完全拋在腦後。

有一次，一個男孩子說：「法蘭克老師，好奇怪喔，有時候我認為黑板上的句子說得沒錯，可是第二天，我又想把它們擦掉了。不過我知道妳又會馬上寫回去，因為它們的確是對的。」

2.6

與學生的父母接觸

教室中新的精神

九月中（學校開學的時候）到十月底，每一班都有一些內部的變動。班級的名單每一年都一樣，但不斷會有新的成員加入，學生除了要適應新加入的學生，也要適應新的老師。學期開始的前六個星期，通常就為整個學年定下了基調。我前面提過，巴伐利亞邦的學校體制組織主幹中學的方式，事實證明很適合介紹系統觀點給這些班級。我擔任班級導師，一個星期至少教這些孩子十五節課，有時甚至要教十八節課。這一班漸漸自成一個單位，這種氣氛對我們的討論來說非常理想。

學年開始的前六個星期，我們互相之間發展出了一種信任的關係，這可以從每週家長來我辦公室的次數以及返校夜的高出席率得到證明。我常常對一個孩子說：「我很想見見你的父母親。」當學生把這個話傳給他的父母親時，通常來學校的都是母親，而她問的第一個問題通常是「是不是有什麼問題？」有時候，家長也會用書面問我這個問題，這時我會設法安撫她們，說我只是想和他們見個面，看看是父親還是母親站在孩子背後支持孩子，這會讓我跟家長的關係變

得非常不同。慢慢地，家長了解我並不是他們潛在的敵人，想要向她們證明他們的生活方式是錯的，或想指出他們為人父母有些什麼疏失。正好相反，我告訴他們，他們是最棒的父母，沒有別的原因，只因為我班上的這個孩子是他們的小孩。他們感覺到，不管他們的家族命運有多麼重大的意義，我都尊重他們的家庭。

對塞爾維亞和克羅埃西亞家庭，以及從烏克蘭和西伯利亞來的家長而言，這特別具有安慰作用。在一九九〇年代，我班上大約百分之四十的孩子都是難民，也有一些是來自於自願離開祖國的家庭，另外有一九六〇年代到德國來工作的土耳其人第二代或第三代後裔，還有幾個孩子的父母來自前東德。通常，大約有一半信奉回教，三分之一是基督徒，剩下的則無宗教信仰¹。這也就是說，學生當中有很多不同生活習慣和道德標準，這給我們的討論提供了非常好的基礎。

無論一個家庭是自願或非自願離開家鄉，驅使他們離開家鄉的那股動力，常常反映在孩子的行為上。座位剛排好沒幾天，很多孩子就問我可不可以換位子，表示他們想坐在某

1 在德國，公立學校提供宗教教育，一般分為天主教和新教兩組個別授課。在家長的要求下，可用「倫理課」取代宗教課。

某人的旁邊，而且他們是一再要求換位子。剛開始，我很難瞭解為何他們有這麼多額外的要求，尤其是他們每次都發誓「這一次」是他們最後一次要求換地方。幾個星期之後，我才明白這種從一個地方換到另一個地方的衝動，就是表達他們逃難的動作，也就是他們拋棄家園的動作，彷彿他們還繼續在做他們的家族發生過的事。

做了這樣的連結之後，我內心感到釋懷，於是我斷定我已經找到謎底。從那個時候開始，每當學生請求換位子，我就會仔細檢視他／她的家族命運。過了一段時間，我減少答應他們換位子的次數，因為我感覺到，這些孩子必須學會適應留在一地的這種浮躁不安，而不是逃之夭夭。我鼓勵他們跟全班同學分享一些他們的家庭必須離開祖國的故事，我問到他們家中無法一起走而必須留下來的成員，也問了他們以前的朋友。開始時，他們覺得很難堪不想說，寧願把家鄉的一切忘掉，然而漸漸地，冰塊開始融化了。

我讓每一個非德國裔的孩子每天早上以自己的母語向全班問好，我們這些德國人跟著說一遍，有塞爾維亞語、克羅埃西亞語、波斯阿富汗語、烏克蘭語、土耳其語、俄語等等。我慢慢更進一步，讓他們帶母語的童書到班上來，請他們唸給大家聽，於是我們聽著各種語言的童謠。很多孩子告訴我們，他們的父母親不贊成我們這麼做，這節課應該用來上德文比較好。我告訴他們說，能把自己的母語說得好、也喜歡說母語的孩子，在睡夢中都能學德文。我特別交代，要所有非德裔的孩

子都去上學校開的母語課程。時不時的，校方和家長之間出現爭執，要等到一段時間之後，我才能如願讓孩子上自己的母語課。但是家長也注意到了，如果孩子們的母語說得好，這會給他們一種情感上的安定感，有了這種安定感做基礎，他們更可以用分析的方式學習新的語言和文化。

我記得一個來自非洲的男孩，他和他的妹妹們坐飛機到慕尼黑來的，但是父母沒有一起來。孩子們住在一間管理得很好的育幼院裡，這個男孩連一個母語的字都不肯說。他一到慕尼黑就得到很多人喜愛，在社交上同化得很成功，也學了不少基本德文，足夠平日使用。但是，他的語文學習突然停滯不前，整體發展也出現同樣的現象，人變得非常沮喪。他的妹妹們繼續互相說著母語，她們都沒有問題。她們能夠連結到自己的感情，她們的發展令人非常吃驚。反觀這個男孩，跟他的文化切斷了。在我們學校的三年之中，他退化了，不只在語言上，在情緒上也是。學校畢業後，他勉強在職訓所找到一個空缺。我現在明白，說母語是「向父母鞠躬」的一個重要成分，因為它保留了一個人最初與最深的感受。

瑪利亞來自一個塞爾維亞家庭，她告訴我，她哥哥在塞爾維亞軍隊當了四年兵之後，又回到慕尼黑。他的童年和青年時代都在德國度過，一開始，全家都很高興他回來，但後來我注意到瑪利亞變得越來越安靜也越蒼白，我請她媽媽到學校來。她媽媽告訴我說，兒子回來了，家人都非常高興，

她先生已經幫兒子找到一個職業訓練的地方，但是，兒子卻無法重新融入德國的環境。他開始酗酒，失去了實習的工作，也因偷竊被捕，為了逃避法律制裁，他又加入塞爾維亞軍隊。兒子為此付出了慘痛的代價，或許對全家人而言也是如此，因為家人當初離鄉背井到德國來，就是為了德國較好的經濟環境。

我在學校裡做系統工作幾年之後，開始領悟到，由於我跟學生們討論他們的父母親和家族，所以在我班上的家長和學校之間成功地搭起了一座橋。然而，我好像仍然要一直不停地拿捏，作為一個老師和教育者的實際任務、對學生家長的謹慎，以及那些得到幫助和救濟的孩子的可見需求，這三者之間的平衡，尤其是在利用「家族遊戲」工作的時候。孩子們告訴我，他們的家庭現在有趣多了，家人之間的關係也改變了。

2.7

一種新的覺察開始擴展

家長之夜

孩子們開始升起一種新的覺察，這和他們對家族序位的覺察息息相關。對同學的家族命運，孩子們開始自然產生一種尊重的態度，逐漸取代了原先的興奮。同時，對於困難的家族系統排列的禁忌，也慢慢打破了。學生開始談到離婚，甚至談到父母的死亡，完全沒有經過我或其他同學的敦促。他們開始意識到自己和朋友的家族遭遇的不幸事件或損失。結果，很多「污名」，尤其是加諸在父母離婚或母親換過許多伴侶的孩子身上的污點。

我們經常談論受到我們的家族遊戲影響的諸多領域。很多學生看到自己也看到其他同學的學業成績進步了。除此之外，這個小團體充滿著一種愛的氛圍，一種在家族系統排列的過程裡向來緊緊相繫的溫柔之網。在這幾些班級當中，我一整個學年都不斷親身體驗到這個工作對孩子們的影響，而且這種影響在其中幾個孩子身上還持續了許多年。

最遲到十月底，也就是開學之後六個星期，我們就都感覺到氣氛有些不一樣了。孩子們再也不能漠視他們所謂的「另一個實相」，因為它永遠都在。他們在扮演代表時體會

到彼此的感覺、互相鞠躬、流下眼淚、互相擁抱的次數太多了，沒有辦法假裝另一個實相不存在。當然，這不表示他們再也不會爭吵、打架，或像平常那樣互相取笑。但是，這當中一直都有一種敏感體貼，還有不同於我以往經歷過的一種更深而且認真的班級向心力，即使本來就相處得很不錯的班級也是如此。

這時，我經常看到兩個學生在下課時間或在走廊碰到時互相擁抱，我覺得這是一件令人驚奇的事，因為十到十二歲孩子一般來講根本不會這樣做。過了一段時間我才意識到，孩子們在做系統排列時的短暫擁抱，已經深深影響了他們的內在核心——雖然他們只肯讓自己這種想要擁抱的衝動維持一剎那而已。有一次我們談起這件事，一個男生說：「法蘭克老師，跟妳在一起的時候真的很奇怪，我們會做一些我們跟別人在一起永遠不會做的事。有時候這會讓人有點不好意思——又很棒——我不知道該怎麼解釋。」

假如我有什麼顧慮的話，那就是我擔心家長會認為排列工作侵犯了他們的隱私。為了消除這個顧慮，我都會邀請他們來參加十二月的家長之夜，孩子們幫他們的父母排好桌子，桌上擺好蠟燭，我們還請家長吃餅乾。我們事先排練過聖誕歌和聖誕詩篇。但是孩子們最想要他們的爸媽知道的是，家族遊戲到底是什麼。有好幾個班級的學生甚至把鞠躬有多重要的三句要點寫在黑板上，好讓父母親看到。孩子們都認為聖誕節是做這件事的好時機，信回教的學生則認為，

我們的節目比再講一遍耶穌誕生的故事好多了。一個土耳其男生說：「這一次，我們終於也可以一起慶祝耶誕節了，因為我們說的是自己的故事。」

每一個學生都帶了一張圖畫來，畫的是他們自己、父母和兄弟姊妹。已經失去父親或母親的學生，包括已經失去雙親的一個學生，甚至在畫中描繪了過世的父親或母親。假如父親或母親再婚的話，他們就把父母的新伴侶黏在圖畫中其他人的旁邊。他們畫圖的時候非常開心，並把畫好的圖貼在教室側邊的牆壁上。我們為那些在戰爭中過世的父親、母親、叔伯或兄弟姊妹，安排一整列桌椅，然後坐在有親人過世的孩子身旁的那個男生或女生，就會說「胡伯特的媽媽是我們的一份子」或「伊娃的小弟弟是我們的一份子」這類的話。每一個過世親人都有點到名，我們才會停下來，家長們很感動，我們也是。每一個人都感覺到這對學生來說非常重要，如果他們過世的親人是我們的一份子，那麼他們就屬於我們。這一班沒有一個孩子說過他或她沒有爸爸，我鼓勵他們說出「我爸爸過世了」，而且我向來都會再加一句「你永遠擁有爸爸，他雖然已經過世，但他是你的一部分。」過了一段時間，孩子們在表達失去親人時，自己也會非常小心。

我從來沒有看過這麼多爸爸來參加家長之夜，後來在別的班級也是如此，我很確定這是家族遊戲直接促成的結果。唱了聖誕歌曲也背誦了聖誕詩篇之後，全體學生向父母深深鞠躬，這個動作的意義當然不只是禮貌而已。

2.8

往生者也要算進來

在巴伐利亞邦，學校經常讓五、六年級的孩子在十一月一日（萬聖節）之前或之後，討論給家人掃墓這項地方習俗。我們問回教的孩子他們怎麼處理先人的墳墓，也告訴他們，我們會為死去的人禱告，會把墳墓裝飾得很漂亮，也會悼念死者。

一直到我開始做家族系統排列之前，我通常會跟孩子們談談我們和往生者之間有著怎樣的連結；也談到，如果我們向往生者請求的話，他們能給我們的那種能量。我們特別談到那些早逝的人，他們的離世帶給我們極大的悲痛。幾個孩子有兄弟姊妹是死產或夭折，或者父親或叔伯已經去世，此外，也有一些家長自己在童年就失去父母。在某些情況下，我也建議這些學生把往生的親人，包括祖父母在內的照片掛起來，掛上幾個禮拜。這個動作會讓他們釋放出能量，如此他們就能結束哀悼的過程。孩子們似乎覺得這很有道理。

因此，在十一月初的一個下午，萬聖節過後，我正準備和平常一樣跟五年級的孩子討論討論，而在黑板上寫著：

談死亡和臨終

剛開始，我不說話，而是等他們發表意見。太讓我訝異的是，孩子們一個個拿出筆，拿出作文簿來，開始寫東西。他們寫得很快，我很驚奇的是他們寫的內容幾乎沒有錯誤。這個題目抓住了他們的注意力。

這些作文太叫人刮目相看了，所以我才在這裡轉載。

綦哥

有一天早上，一個名叫綦哥的學生衝進我的辦公室，請求我為他做一次排列。我知道他的雙親都死於藥物濫用，他的叔叔，也就是他爸爸的弟弟，很有愛心地接綦哥過去同住。現在他住在叔叔家，叔叔有一個六歲的女兒，也就是他的堂妹。

綦哥在作文裡寫道，他內心的衝突是，他很愛叔叔和嬭嬭，但他不知道這樣他的父母高不高興。他的說法是，他感覺很想要有什麼事情發生，好讓他證明他更愛他的親生父母。

在接受心理治療訓練時，我曾經研究過一些案例，知道早年失去父母的人可能特別脆弱。他們有一種想進入死亡國度的傾向，也許是為了要接近自己的父母。他們的靈魂不認為生與死有什麼差異，他們通常很沮喪，生命的能量很低。

我們都很擔心縈哥。孩子們告訴我，有時遊戲玩到一半，他會突然不玩了，然後一個人坐在一邊，眼神呆滯，直到有人把他搖醒。之後你可以和他聊天，但是你永遠不確定他可以專心多久。

突然間，我看著縈哥的眼睛，看到了他眼中的需求，便同意幫他做排列。我們把上午的最後一節課空出來，幫他做家族排列，好讓他的內在衝突得以平息。

縈哥除了選他的父母親之外，還選了他的養父母和他們的女兒做排列。他想要排好這些代表之後，自己馬上就定位。

他先是站在叔叔旁邊，看著他的父母。非常明顯，在世的家族成員全都注視著死去的成員。其他參與者則把注意力集中在縈哥父母的代表身上。

接著，縈哥脫離在世的這群人，一開始是想一個人走到父母那邊去。後來他轉身，抓起叔叔代表的手，和他一起走向「墳墓」。他之前在父母的旁邊放了一個花瓶，父母的代表在這個排列裡一直站著。我沒有給他任何提示，他向父母鞠躬並說「我在哀悼你們，我好難過」。他一邊說一邊掉眼淚。扮演他叔叔的男生這時伸手抱著他的肩膀，然後他似乎

自動跪了下去。我建議他請父母給他祝福，他照著做了。我沒有給任何提示，但扮演父母的兩個代表把手放在他的頭上（我們已經討論過按手禮的象徵意義）。接著我帶著他，還有他的叔叔，走到靠近嬸嬸和堂妹的位置。這四位在世的家族成員轉身，現在縈哥的父母站在他的斜後方了。他對叔叔和嬸嬸說：「我很感激你們讓我跟你們一起住。」剛說完，縈哥覺得比較舒服，但是就像他在作文裡寫的，他好像還沒有化解內心的衝突。

「妳認為死掉的人很重要，對不對？」縈哥交作文時這麼說。我回答：「對，我是這麼認為。」聽到我這麼回答，他整張臉亮起來。「當我向我的父母親鞠躬的時候，我感覺到他們在這裡面。」他輕拍著胸口說。

Zum Sterben und zum
Tod

Ich wünsche, daß ich meine Mutter und meinen Vater wieder sehen werde, weil sie schon gestorben sind. Ich könnte ihnen sagen, daß ich sie lieb habe. Sonst ist ich meine Eltern im Traum wieder. Dann würde ich meine Mutter und meinen Vater sehen. Ich wünsche, daß die Welt die Erde nicht so groß wäre. Ich würde nach den Toten für den ich mich vermissen. Ich würde die Toten identifizieren. Ich würde die Toten identifizieren. Ich würde die Toten identifizieren.

Do. 8. 26. 19. 96



談死亡與臨終

我希望能夠再看到我的母親和父親，因為他們已經去世了。那樣我就可以告訴他們，我愛他們。有時候我在夢裡又看到我的父母，看到的時候，我就想要抱抱他們。我希望我可以躺到床上，就不再醒過來。我希望死後還會再變成一個人，這樣我就會去探望我的養父母，告訴他們：我好愛好愛你們，謝謝你們給我的一切。

日期：一九九六年十一月二十六日

美麗莎

美麗莎很有母性，她是老大，下面有四個弟弟。在家裡，媽媽上班的時候，她得幫著照顧弟弟。她是班上唯一沒有幫自己的家族做過排列的學生，可是大家卻最常選她做母親代表。這一學年，她開始在班上實驗這個角色，一直到她克服為止。到了學年結束時，她已經是個年輕女子，甚至還愛上同班的一個男生，其他同學從來都沒有取笑過他們兩人的關係。美麗莎坐在安東的旁邊，安東是個非常需要母性支持的男生，在美麗莎的照顧下，他變得比以前堅強多了。

Vom Sterben und vom Tod

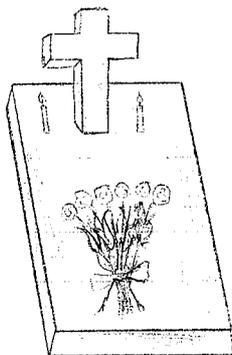
Ich bin geboren worden wie alle anderen Menschen auf der Welt, aber noch vielen, vielen Jahren muß ich leider sterben.

Bevor ich sterbe, wünsche ich mir meine ganze Familie und meine Freunde noch einmal, ein letztes Mal sehen zu können.

Erst dann kann ich sterben. Ich möchte meiner Familie nicht weh tun.

26.11.96

50



談死亡與臨終

和世界上其他人一樣，我被生下來，但是很不幸的，在很多很多年以後，我一定會死。

在我死以前，我希望能夠和我所有的家人和朋友見到最後一面。只有那樣，我才會瞑目。我不想傷害我的家人。

一九九六年十一月二十六日

胡伯特

胡伯特的媽媽來自婆羅洲。他的媽媽和癌症奮鬥三年，往生才不過一年。他的爸爸在巴伐利亞出生長大，當年去印尼念生物學的時候認識他的媽媽。他很擔心胡伯特，因為胡伯特常生病，課業表現也未能發揮他的潛力。我也注意到這一點，因為胡伯特問的問題顯示他很聰明。他非常喜歡我們的家族遊戲，很快他就為他自己和他媽媽做了一次家族排列。他要他選的那個女生躺在地板的一張毯子上，接著用粉筆圍在毯子四周畫了一個圈，並和縈哥一樣也在女生的身邊放了一個花瓶。他沒有給自己選一個代表，而是把自己放在這個臨時墳墓旁邊，向它鞠躬。他看起來非常認真。然後他跪下來，說：「媽，我一直在想念妳。」

他是我第一個建議說下面這些話的人：「請妳給我力量和能量，讓我好好活著。」他站了起來，跟著說了一遍。

沒有任何提示，那個女生就自己答說：「好了，你走吧，活下去。我很好。」

全班都鬆了一口氣。我說：「你媽媽為了養育你投注的時間和精力，要是沒有白費的話，她一定會很高興。」

接下來，胡伯特整個人如花朵般盛開，變得活潑，甚至有點吵鬧。他的數學、英文和生物的成績變得非常好，全班都注意到了，他們說：「你收下你媽媽給你的禮物。」他們轉述我常常跟他們說的「收下父母送給你的禮物」這句話——「沒錯，」他說：「可是生物是我爸爸給的。」

Vom Sterben und vom Tod

Ich stelle mir vor, dass ich in einer goldenen Rolltreppe hochfahre,
und dass ich da oben im Himmel meine Mutter wieder sehe. Dann
sehe ich vielleicht den lieben Gott wieder, und dass ich weiter schauen
kann und wie die Welt sich verändert. Ich möchte mit meiner Familie
berührt werden.



談死亡與臨終

我想像我搭著一道金色的電扶梯往上升，到了上面的天堂時，我又看到我媽媽了。然後，也許我又會看到上帝，也許我可以往下看，看到世界在改變。我希望能跟我的家人一起變得有名。

伊凡

伊凡是來自科索沃的阿爾巴尼亞人，與母親還有她的第二任丈夫住在一起，這任丈夫的年紀比較大，快要死了。伊凡的父親在戰役中喪生。伊凡的成績非常好，德文成績特別好，他到德國不久，就已經會用很多字來表達自己。不過，我還是沒辦法說服他轉到文理中學，也就是準備升大學的預備中學就讀，因為他覺得他要適應離鄉背井已經夠累了，還要換新的朋友，他實在沒辦法。

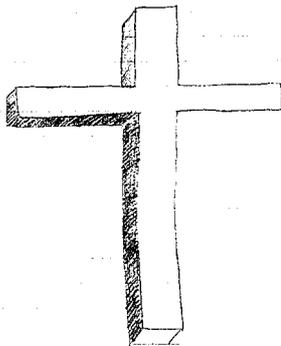
過了好一陣子之後，他才告訴我們，他父親已經過世，也說他怕現在他連繼父也要失去了。我有一次上班時間和他母親見過一次面，得知他有這樣的恐懼，所以瞭解他在作文裡寫的內容。伊凡等到第二年春天復活節之後才排列他的家族，別的孩子來跟我說伊凡想要做他的家族排列，我聽到以後親自去問了伊凡。很明顯，這對伊凡而言，仍然會是一件很困難的事。

就在聖靈降臨節（Pentecost）之前，也就是過了復活節的六個星期之後，他決定要試一試。他帶了一張爸爸的照片來，把照片放在地上，然後對著照片鞠躬，這樣就結束了。班上的同學通常都會喊「跪下來！」、「跟他說，為了他，你活得很好！」或是他們經過這段時間想到的一些類似的話，但是這時全班卻鴉雀無聲。接著伊凡拿起照片，把它按在胸口，走回他的課桌，然後把照片收起來。全班繼續安靜了一會兒。

我和胡伯特談過，鼓勵他設法這一學年結束就轉到文理中學就讀。伊凡和胡伯特變成朋友，後來我聽說這兩個孩子在接下那個學年一起轉學了。

25.11.36. Vom Sterben und vom Tod

Ich wünsche mir wenn ich tot bin
dass ich hinterher noch lebe. Aber
ich weiß nicht was ich glauben
soll. Manche meinen, dass wenn
man tot ist, man nicht mehr
lebt, andere sagen, dass man
noch lebt. Ich möchte, wenn
ich tot bin, dass ich noch mal hier
wieder ein Mensch bin, dass ich
aber nicht mal gequälert bin.



一九九六年十一月二十六日談死亡與臨終

如果我死了，我希望之後我還能活著。但是我不知道應該相信什麼。有人說，人死了以後，就不會再活著了，可是也有人說你還是活著的。如果我死了，我希望再活著，而且還是人，這樣我才可以真的有錢又快樂。

瑪利亞

有一天瑪利亞到我辦公室來，有話想跟我說。她說她是最受她媽媽寵愛的小孩，她有一個姊姊，比她大兩歲，但她是那個「比較重要」的小孩，她是這麼說的。現在她開始想這個問題，她想知道如果她的位置是第二的話，會不會比較好，因為她本來就應該在第二個位置。我同意她的說法，建議她在輕鬆不太刻意的情況下對姊姊說：「我知道妳是第一個孩子，我是第二個孩子。」我告訴瑪利亞，如果這個簡單的方法沒有用的話，我們可以幫她做家族排列。兩個星期之後，瑪利亞跑來跟我說：「已經有用了。」她跟姊姊說過了，姊姊一開始很懷疑，假裝什麼也沒聽到。但是，下一次她們一起吃午餐時，烏蘇拉，也就是她姊姊，就去坐在媽媽的旁邊，那本來是瑪利亞一直坐的位子。那是在試驗她，瑪利亞於是坐到第二個位子上。那一天起，她們姊妹倆的關係開始變得不同了。一整個學年，瑪利亞告訴我烏蘇拉帶她去她的運動俱樂部，也指導過她的家庭作業。我後來跟瑪利亞的媽媽談話時，她告訴我她小時候有個妹妹被牽引機壓到而喪生了，而瑪利亞就像她的這個妹妹。

伊娃

伊娃是班上第一個拿起筆來，開始寫「談死亡與臨終」的學生。在那之前，她不太提家裡的事。她是個很害羞的女生，因為近視的關係而要求坐在第一排。伊娃通常看起來很蒼白，經常感冒，要不就是皮膚過敏。因為常生病，所以沒有太多時間玩耍或享受生命。雖然很努力，但是上課時總是不太能專心。

我看了伊娃的作文，我問她裡面寫的是哪一個祖父，她說是她媽媽的父親，伊娃的媽媽十二歲時，外公過世了。

我想起好幾個成人做的家族排列，最後都很明顯看到，孩子多麼希望能幫父母分擔重大損失的負荷。從伊娃透露的訊息當中，我判斷她是無意識地代表她的母親哀悼她的外祖父。

她寫道：「我永遠不會忘記他。」雖然她本人從未見過外祖父的面。

和當事人一起工作並聆聽他們的故事，我知道無意識的哀悼會消耗一個人的力量。我想到伊娃的妹妹，她比伊娃小兩歲，臉頰圓圓的，人長得胖胖的，頭髮發亮——這些都是健康的表徵。她們的母親有一次對我說，她不明白為什麼伊娃體質這麼差，她找不到原因。

伊娃畫的圖給人一種她似乎想要上天堂（也許是代替她媽媽？）的印象。

於是我問她想不想排列她的母親和外祖父，她說她想。

她把父親的代表放在母親的代表旁邊，兩人相距大約一公尺半，她的妹妹站在父母中間，但是，伊娃把她自己的代表放在她母親的後方，也就是她那個很年輕就過世的外祖父旁邊。

這是我們從未經歷過的——孩子站在父母的身後。代表伊娃妹妹的女生揮著雙臂，說她認為父母站在一起比較好，然後她向伊娃的代表招手，叫她過來站在她的身邊，妹妹的代表顯然已經接管了指揮的功能。當我指出這一點時，伊娃說：「對呀，她在家裡就是這樣，她總是當指揮，告訴別人該做什麼。」伊娃的代表覺得站在外祖父的旁邊很好，接著我把伊娃帶到她妹妹代表的旁邊，妹妹的代表很喜歡這樣，還用手環住她的肩膀。但是伊娃的代表卻說：「媽媽太傷心了，我必須回到外公身邊。」

接著，我叫代表外公的男孩去站到伊娃媽媽的身邊。伊娃父親的代表本來站在離伊娃母親代表約一公尺半之處，現在自動朝她移動過去。現在這兩個女孩子臉上的表情看起來都很快樂。

我告訴伊娃：「我們現在看到的是一幅有療癒效果的圖像。妳爸爸和媽媽並肩而立，妳的外公站在媽媽的另外一邊，妳們兩姊妹正看著父母親，妳的外祖父給妳們很多力量，讓妳們好好維持一個家。」伊娃想把自己也排列進去，她話一說完，她父母親的代表立刻對著她伸出手臂，他們之

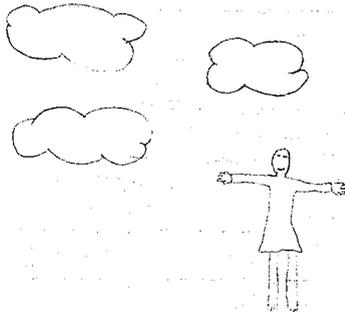
間地方夠大，可以站得下兩個女孩。不用我建議，他們四個人就互相抱在一起。伊娃的臉紅紅的，她對於眼前的這一切感到有些不好意思，但是也可以看到她臉上的喜悅。我建議她回家把一張外祖父的照片掛在她的房間裡一段時間，並對外祖父說：「外公，你現在可以上天堂了，我們會活在人間這裡，謝謝你給全家人力量。」

第二天，伊娃的媽媽到學校裡來，她想知道伊娃說了她外公的什麼事。我把家族排列的經過告訴她，還給她看伊娃的作文，她哭了起來。她說，她一直沒有意識到，十二歲就失去父親對她來說是多麼大的打擊。「但是死者過得很好，他們要我們不要再傷心了，他們會給我們力量。」我說。於是她停止哭泣，給我看一張她父親的照片。

聖誕節前的家長之夜，伊娃的爸爸也來了，我一點也不訝異。他說：「這是我第一次到學校來，我以前從來沒有來過，這全都是因為妳，這個地方真的不錯，感覺很好。」他接著邀請我在家長之夜結束後，一起跟他的太太還有其他幾位家長去喝啤酒。對我來說，這是很大的光榮，所以我真的一起去了。在餐廳，她告訴我，過去這幾個星期以來，伊娃比以前更常找他互動，這讓他非常開心。

Vom Sterben und vom Tod

In der Religion habe ich gehört, Gott bestimmt wann Menschen sterben müssen und wann nicht. Mein Onkel sagt immer, ich möchte früher sterben. Manchmal habe ich Angst vor der Sterben. Aber Gott möchte es so. Unser Leben ist wie ein Kreislauf, es werden Menschen geboren, es sterben Menschen. Mein Onkel ist meine Seele und mein Leib. Ich werde ihn nie vergessen.



談死亡與臨終

在宗教課裡，我聽說人什麼時候得死或不死是由上帝決定的。我舅舅總是說我應該會死得很開心。有時候我很怕死，但是上帝會要我死。我們的人生就像一個循環，人們生下來然後又死去。我的外公是我的靈魂也是我的肉體，我永遠忘不了他。

詩薇絲堂娜

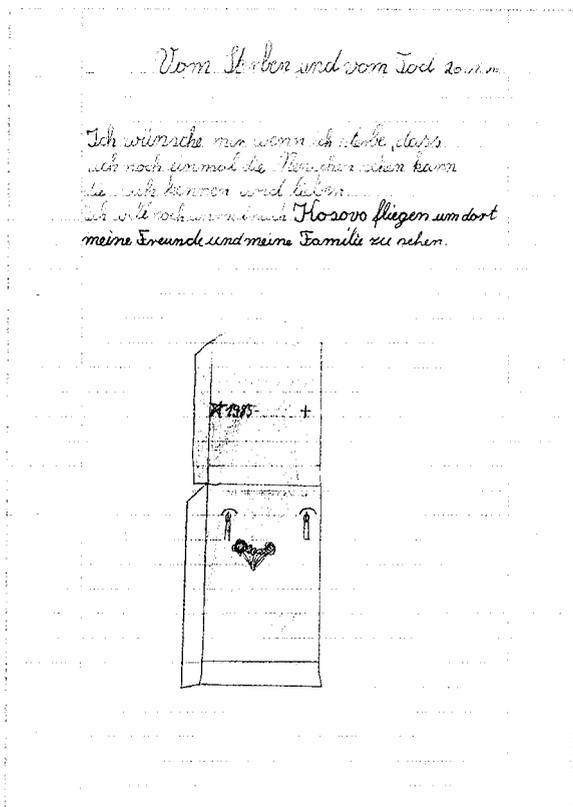
詩薇絲堂娜比她的同班同學大一歲，她的一家人從科索沃逃到德國，生活過得很不好，全家六個人擠在一個房間裡。

來到德國之後，她爸爸就生病了，無法工作。這表示，她媽媽必須負起家計的重擔，家務則落在詩薇絲堂娜的身上。想當然耳，詩薇絲堂娜的功課並不好。她常常發呆，動作很慢，但對人總是很和氣。她的臉，尤其是眼睛四周，籠罩著一層陰影與憂傷。

她的作文反映了她的狀況。

從詩薇絲堂娜的身上，以及從其他難民家庭的孩子身上，我體驗到失去家園的沉重悲痛。雖然她的父母覺得非常幸運能夠逃離戰火，在一個新的環境裡重新找工作努力賺一點錢。他們為失去家園以及鄉愁付出代價，表現在孩子身上的就是在學校功課不好以及憂鬱的情緒。這種狀況，我也在來自前東德的孩子身上看過。不管他們是自願或非自願離開家鄉，但似乎有一股無意識的動力，驅使他們去補償他們遠離家園的這個事實。

輔導詩薇絲堂娜和其他難民兒童的時候，我的重點放在，他們一定要把有關於祖國和他們失去的一切說出來，這樣，他們才能直接面對他們的悲傷，然後畫下句點，還有在很多情況下，也要學習在生活中找回歡樂。



談死亡與臨終

我希望當我死的時候，我可以再看到那些認識我愛我的人。

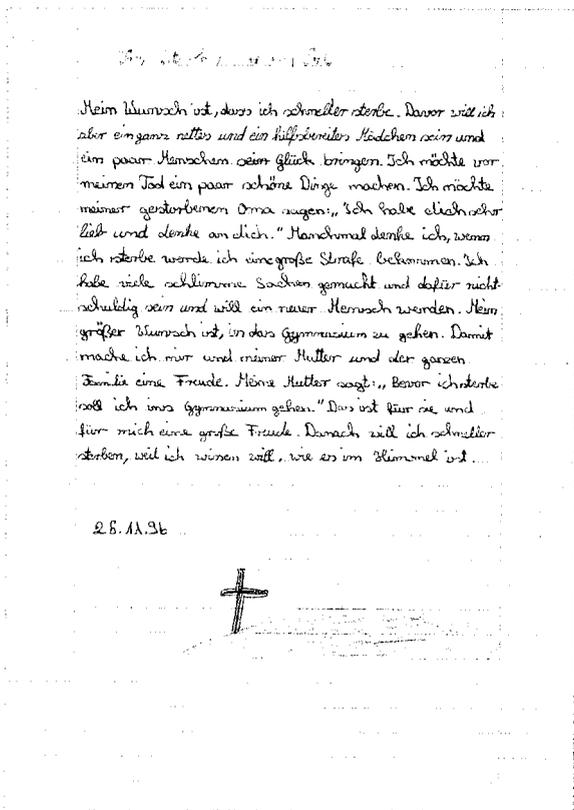
我希望有一天再飛去科索沃，這樣我就可以看到我的朋友和家人。

伊布露

我發現伊布露有點難以了解。她來自一個伊朗家庭，是五個孩子裡的老三。當我們玩家族遊戲的時候，同學老是選她代表家裡那個不快樂的女人或小孩，這一點，其他學生都注意到了。我不確定這有什麼意義，因此告訴學生不要再想這件事。班上有很多關於伊布露的爭論，他們說長道短，並對她多所指責。我一直到看了她的文章之後，才稍微瞭解她一些。她畫了她自己的墳墓，我很受震動。她的回教背景給她的訓練，讓她對於談論自己的家庭極為謹慎，我讀了她的想法之後，才意識到加諸於她身上的巨大壓力。情況顯然是，不論她做了什麼或多麼努力，都無法讓她的父母親高興。伊布露的父親已經跟我談過，叫我要對她嚴格一點，他想要伊布露未來轉到文理中學。但是伊布露會的德文實在太少了，因為她每天下午都得待在家裡，只能說她的母語。到了週末，又得去上可蘭經的課。要她學到夠多德文，達到能進文理中學的程度，根本是不切實際的想法。但很不幸的是，我沒有辦法讓她父親明白這一點。我完全瞭解她想要死的欲望，我只能尊重伊布露的命運，卻沒有辦法幫助她。

談死亡與臨終

我的願望是早一點死。但是在死以前，我要做一個很乖、很有用的女孩，把快樂帶給一些人。在我死以前，我想做幾件好事。我想告訴已經過世的奶奶：「我真的好愛妳，好想



你。」有時候我想，我死時會受到很嚴厲的處罰，因為我做過很多很不好的事，但是我不想為這些事負責，想要變成一個新的人。我最大的願望還是能夠去讀文理中學，因為那樣我就能讓我自己、我媽媽和全家人都很高興。我媽媽說：「在我死之前，我應該去讀文理中學。」那會讓我和她都很開心。然後，我想要快一點死，因為我想看看天堂是什麼樣子。

一九九六年十一月二十六日

布爾汗

布爾汗寫的作文簡直是個奇蹟。和伊布露一樣，他也畫了自己的墳墓。

大約十月中旬，我有一次和布爾汗互動的經驗，值得我細細道來。打從這一學年開始，布爾汗的行為就很反常，不但上課中途打岔，他也不能忍受大家心情很好一起工作。大吼大叫，撞翻椅子，還對同學動手動腳，這樣做的結果，同學們不僅討厭他，還真的很怕他。八個星期之後，我知道課堂上已經不能再容忍這種行為。

上課時，沒人問他，布爾汗也會主動丟出很多意見，聽得出來他其實很聰明。他知道的德語字彙很多，思考能力和評估能力都很好。雖然如此，學業成績卻很差。我無法瞭解在這些幾近攻擊的時刻當中，明顯可見他總是比平常更蒼白而且過動，到底後面的原因是什麼。這時，就是沒有人制止得了他。當這種情況發生時，他的前額總有一束頭髮是直立的。事件發生過後，他通常累癱了，把手放在頭上，抱怨說他很痛。我請他的父親上課時間到學校來，他知道布爾汗的行為，並且覺得很難過。他同情兒子，但也瞭解這些行為再繼續下去的話，我沒有辦法讓他留在我的班上。我們談到要不要把他轉到專收行為有問題的學生的班級，但我感覺到，這種解決方法不適合布爾汗。「有一些事情你的兒子並不知道，或許他自己一定要找到答案。」我這話一出口，自己也嚇了一跳。

布爾汗的爸爸說他的婚姻還過得去，我向他保證，那是他的私事，我完全不會介入。「但是，」我說：「我還是想知道你們什麼時候到德國來的，為什麼來。」他告訴我，他在土耳其結過婚，生了兩個小孩。婚禮之後五年，他的兩個弟妹在一年之內相繼去世，一個是弟弟，在二十三歲那年，癲癇發作後死亡，另一個是妹妹，十八歲那年死於腦動脈瘤。「那是十五年前的事了，那些事情發生以後，我們就到德國來了。」他說。雖然他向我保證，他已經不再為弟妹的死亡感到難過，但眼眶還是泛紅了。布爾汗是在他們抵達德國之後四年才出生，對於這些事情一無所知，連他曾經有過一個叔叔和一個姑姑，而兩人都早夭的這件事也不知道。

再一次，我們兩個都被沉默籠罩，每當深沉的情緒浮現時，這種沉默就會出現。對我來說，那就像有什麼東西亮了起來。我告訴布爾汗的爸爸，現在一切很明白了。我建議他再多請兩個小時的假，兒子放學後帶他去散步，把弟妹過世的事告訴兒子。然後，應該和布爾汗一起把他弟弟妹妹的照片找出來，拿去翻印放大、裱框、掛起來。

這些建議讓布爾汗的爸爸很驚訝，因為他看不出來，這些事情怎麼可能解決他兒子的問題。我沒有多做解釋，只是堅持這樣做一定有效。我要他先帶布爾汗回家，因為我們本來是跟布爾汗說要他一起參加討論，所以他還在等。他父親聽從我的建議，雖然我什麼也沒有向他解釋，當我看見他笑容滿面和布爾汗一起下樓時，我非常驚訝。第二天，還有隔

天，布爾汗都沒來上學。他的父母打電話來說他發高燒。

接下來的星期一，布爾汗回來上課了。他站在我的桌前，臉色相當蒼白，很興奮地跟我說，他爸爸把一切都告訴他了，說他有個姑姑還有一個罹患癲癇症的叔叔，兩個人都已經去世，還說他爸爸一邊說這些事一邊哭，另外他們也找到了一些照片……

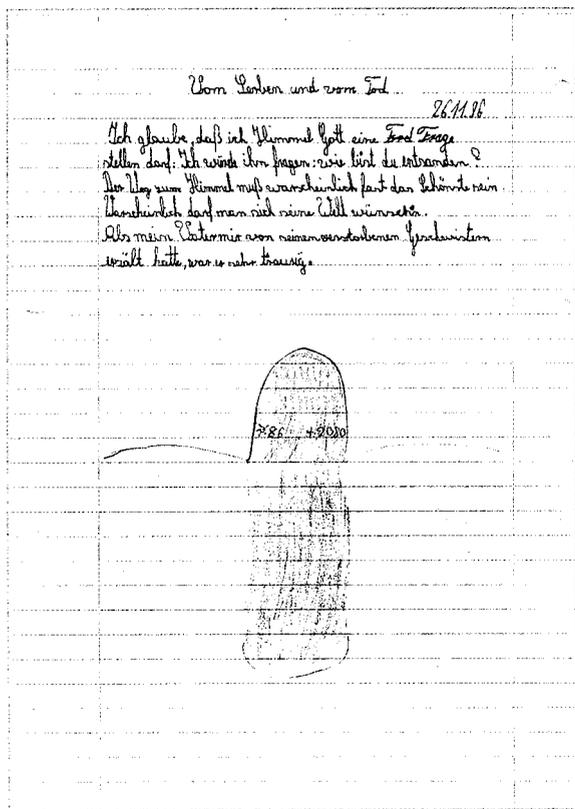
「好，」我說：「看來一切都沒事了。」布爾汗繼續站在我的講桌旁邊，但接著，我沒叫他就自己走回他的書桌前坐了下來，這種事之前從來沒有過。從那時候開始，布爾汗每一週都在改變，三個星期以後，全班對他的改變都有了反應。一個男孩子說：「布爾汗真的變了。我想，如果他不是自己一個人坐可能會比較好。」在那之前，全班沒有人願意坐在布爾汗旁邊，而他也想自己一個人坐。接下來那個星期，有一個學生自動去坐在布爾汗旁邊，兩個還變成好朋友，幾乎全部的時間都在一起。布爾汗不僅行為改變了，成績也進步非常多，成為全班的佼佼者。

過了幾個月，原來的那個布爾汗又出現了。我把他叫到我的講桌前，問他先前那種狀況是不是比較好，也建議他跟過世的叔叔和姑姑對話，告訴他們，他前功盡棄了，問他們的想法如何。

然後他的臉突然亮起來，他說：「我老爸和我還沒完呢，我們還沒把照片掛起來，我一定會把這件事做完。」

這次談話之後，我再也沒有跟他提起這個話題。到了

學年結束的時候，他的成績是班上第四名，而且同學都很喜歡他。



談死亡與臨終

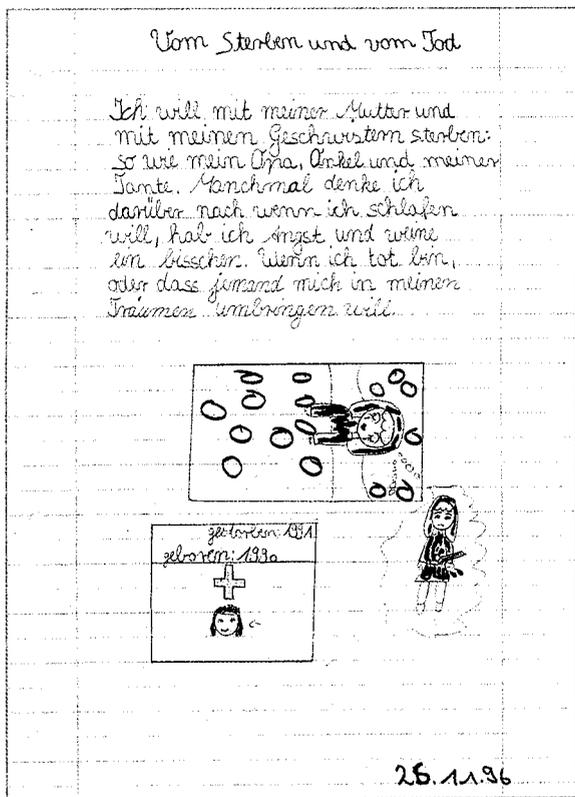
我相信，當我到天堂的時候，我會問上帝一個問題。我會問他，你是怎麼被創造出來的？到天堂的路應該差不多是最漂亮的路。很可能我可以選我自己的世界。當我父親把他弟妹死了的事告訴我的時候，聽起來讓人很難過。

當我們同在一起

阿琪薩

阿琪薩跟著她的母親和妹妹一起從阿富汗逃出來。

她媽媽告訴我，阿琪薩說波斯阿富汗語，也說她爸爸的烏茲別克方言。她爸爸在一次抵抗戰役中喪生，爸爸的經驗似乎反映在阿琪薩的夢中和幻想中。她畫她自己睡著的樣子，又在旁邊畫了她做的夢，夢中她握著一支手槍。阿琪薩的德文學得很快，但她沒有女性朋友。男生形容她是一個「勇敢的戰士」。



談死亡與臨終

我想跟我的媽媽和弟弟妹妹一起死，就像我的祖父、叔叔和姑姑。有時候，當我想睡的時候，我會想這件事，我很害怕，我會哭一下下。當我死的時候，或者有人會在我的夢裡把我殺死。

死於一九九一；生於一九九〇

亞新

就在萬聖節之前，亞新，一個來自波士尼亞的男孩子，在一次週五的討論課裡，做了他的家族排列。事情是這樣發生的：

「我是媽媽最寵愛的孩子，」亞新很自豪地說。班上一共有二十四個十二歲的孩子，圍成一個圓圈坐著。

我們正在討論的是「愛瑞卡的媽媽會幫她生一個小弟弟還是小妹妹」，我們討論到小孩在家族中的地位是什麼，不一樣的孩子對此又會有何不一樣的感受。「讓我來告訴你們，」亞新說，然後他立刻找同學來代表他的父親、母親和弟弟。這些孩子經常扮演家人，所以知道該怎麼做。

四個家庭成員都站好了，這時母親的代表專注地凝視著亞新的代表。我問她是否也看得到她先生和她另一個兒子，她先是咯咯笑了一下，然後說她看不到。接著，她的勢力範圍似乎開始擴大，彷彿穿透亞新似的。「她在看誰？」我問我自己，然後我問亞新，她母親有沒有失去什麼親人。

亞新的眼眶突然紅了，但他保持冷靜，沒有哭出來。他告訴我們：「我舅舅，也就是我媽媽的弟弟，拿著一個盤子給犯人送餐。關犯人的營地在一片空曠的場地後面，就在那裡，他們射殺了他。他那時十九歲。」

我聽了之後，便從班上找了一個男生，把他放在母親的旁邊，並叫亞新的代表從排列中退出。當亞新本人進入排列，站在他的媽媽和舅舅前面時，他再也忍不住掉淚了。他

低下頭去，把眼淚擦掉。

我建議，他應該請他的舅舅保護他。我的想法是，假如舅舅是毫無保護地走過空地，結果在那裡結束生命，那麼，這會是一句合適的話。「舅舅，保護我！」亞新說。代表舅舅的那個男孩忽然把手放在亞新的頭上，並說：「我會保護你的安全。」

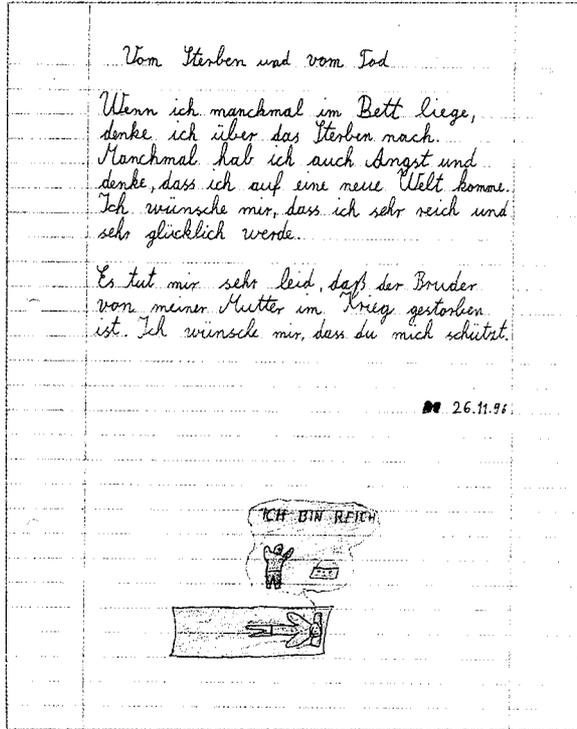
接著我叫亞新站在他母親的面前，並對她說：「媽，我只是你的小孩。」亞新用塞爾維亞—克羅埃西亞語說了這句話，代表他媽媽的女生自動抱住了他，這女孩來自南斯拉夫，聽得懂亞新說的話。很快，她又鬆開了亞新。她有很強烈的衝動想要把亞新拉向自己，她和亞新都感到有些不好意思。後來，我常常觀察這兩個孩子，雖然母親的代表已經是個發育成熟的女孩，而亞新的個頭還很小，但是經過這次排列之後，他們兩個的互動很溫暖。

但是，在接下來的幾個星期，甚至幾個月裡，本來敢說敢言、個性有些衝動的亞新卻變得很緊繃，成績也往下掉，有些負面的東西可能被觸發了。這段時間裡，我給他支持，並叫他要有勇氣。他和他母親從廚房的窗子裡目睹這樁謀殺事件時，他才六歲。慢慢地，他終於能夠接受這個新的小角色。接下來的一個月，他又開心起來了，但和以前不一樣的是，他像個十一歲的孩子了。

亞新的母親自從和兒子一起目睹弟弟被射殺之後，每次看著亞新，都只看得到她自己的弟弟。在這種情況下的孩

當我們同在一起

子，會不知不覺想要取代那個逝去的人。這個小男孩不再是他自己，他把自己「放大」了。



72

談死亡與臨終

有時候我躺在床上，會想到死亡。有時候我很害怕，想著我會進入一個新的世界。我希望我會變得很富有、很快樂。我母親的弟弟在戰爭中死了，我好難過。我希望你保護我安全。

一九九六年十一月二十六日

我很有錢。

當然，我必須極度謹慎地處理這些作文。我告訴學生，我非常喜歡他們的文章。之後我們談到哪些家族仍舊在哀悼年紀輕輕就因戰爭、疾病或意外過世的家人，也談到每個家族的調適方法。我告訴學生，當戰爭或意外突然結束了一個生命時，死去的家族成員會留下巨大的鴻溝。我又說：「有時候，好像另外一個家族成員想要彌補這道鴻溝，而覺得自己就是那位去世的家族成員似的。」這對學生來說很難想像，但是有一個孩子點頭表示同意，那就是亞新。我們也談到，哀悼有幾個階段，有些成人一直沒有走到最後一個階段。在最後一個階段裡，他們能夠結束哀悼，讓死去的親人安息，也能夠學著重新歡笑，過自己的生活。

孩子們談到父母如何面對這些往生的親人，他們說有的父母會談到這些親人，有的會把親人的形象藏在心中，也有一些父母不願提起這些親人。我們也談到，當家人提起這些逝去的親人時，家中的氣氛如何。有一個名叫錢民的男生說到他死於戰爭的叔叔，我告訴他，有一個我覺得不錯的點子是，他回家可以試著在晚餐時提起叔叔，跟家人說：「今天我在學校談到齊楠叔叔。」第二天，錢民告訴我們，他回家完全照做了，家人非常震驚，他媽媽則哭了起來。但是，在那之後，一切都變得比較輕鬆，她母親想知道他在學校說了舅舅的什麼事。過了幾天，她到學校來找我，她不太會說德文，因此從手提包裡拿出一張她弟弟的照片，上面綁著一根黑絲帶。那張照片很大，大約八吋乘十吋見方。我問她可不

可以把這張照片掛在我們的教室裡，一直到中午休息時間為止，因為全班同學都知道錢民有一個舅舅過世了。錢民把這個問題翻譯給他的媽媽聽，她點了點頭。我們把錢民舅舅的照片掛在牆上，那個早上，每一個人都比平常安靜一點。

華爾特

華爾特四歲那年，父親在一次意外中喪生。五年級時，他是班上比較安靜的孩子之一，但是到了六年級結束的時候，他卻像破繭而出一樣，變得跟以前完全不同。他變得很愛批評別人，不斷地和我還有其他同學爭執。華爾特已經進入青春期，充分表現出這個時期的變化。

我請他的母親到學校來跟我見面。她也注意到華爾特的變化，很不喜歡他現在的樣子。她說：「他需要一個父親。」

我告訴她，我非常佩服她一個人獨立撫養兒子。

「但是，話說回來，」我又說：「妳先生雖然已經過世，卻繼續在妳兒子的身上活著，如果妳從這種觀點來看這件事的話，那麼他一直都在。」她仔細想了想我說的話，然後承認她很少和華爾特談到他父親，因為她認為這樣華爾特比較容易接受失去父親的事實。她說，華爾特應該忘掉他的父親，她甚至從來不帶華爾特一起去爸爸的墓園。當華爾特的母親談著她先生的時候，她忽然感到一種輕鬆，事實很明顯，她的哀悼尚未結束。華爾特在家裡的行為也有變化，他的行為讓大家都疲

於應付。華爾特的父親去世之後，華爾特照顧他的母親，但是現在卻對她發號施令。母親感到很無助。

我建議她再讓華爾特的父親進入她們的日常生活，並請她帶華爾特一起去探視父親的墳墓。他們應該一起去父親的墳墓，母親應該「當著父親的面」告訴華爾特，她和他爸爸多麼為華爾特感到驕傲。即使父親已經不在了，華爾特永遠是他們兩個人的兒子。

除了這個以外，我提議，以後她應該讓華爾特做一些只有他爸爸會允許他做的事。聽到我這麼說，她的眼睛亮了起來，她說她立刻想到了好幾樣事情（後來她告訴我，華爾特的爸爸一定會讓他在足球社團留晚一點，他也一定會幫他買一台電腦，她到現在還沒幫他買）。我告訴她，如果她在華爾特談到每一件事都能提到他爸爸的意見，這樣對華爾特也會覺得很好。這些意見可能包括，「他一定會很高興你們足球比賽踢贏了」或是「他一定不會喜歡你現在對我說話的聲調」。如果他這麼做的話，她就可以有意識地在她和她先生之間創造出一個空間，在那個空間裡，華爾特既可以在保護下成長，也清楚知道界線在哪裡。

華爾特的媽媽顯得很猶豫，不曉得要不要採行我的建議。但是，有一天華爾特自己來找我，跟我說他媽媽已經帶他去看過爸爸的墳墓了，她第一次說了很多爸爸的事。媽媽也對他說，自從他變聲之後，就越來越像爸爸。在接下來的幾個月裡，華爾特開始放鬆下來。在班上的學生當中，父親

或母親的去世是被當成是一種損失呢，還是在世的父親或母親設法讓往生者繼續活在他們的日常生活之中，我總是看得出來。

有一次，華爾特甚至來找我，跟我說他第一次有悼念父親的感覺，而在那之前，他一直認為我說的悼念只是「胡說八道」。

特林

特林來自一個越南家庭，是四個孩子的老二，很安靜、很用功，到德國不久，德文就說得很好。

76

有一天，他來找我，說他有一個二十四歲的哥哥，本來也住在德國，但在一場摩托車意外中喪生了。特林整個人僵住，看起來受到震驚。過了幾個星期，我注意到他的行為有很大的改變，變得很無禮，功課沒做完就交，課堂上也拒絕加入討論。

我問他到底怎麼了，他只是聳聳肩，什麼也不說。然後我問他有沒有經常和家人一起去探視哥哥的墳墓，他告訴我，他們每個星期天都會去墓園。我建議，當他們去墓園的時候，他應當問問哥哥他該怎麼做，因為自從他死後，一切都不一樣了。

下一個星期一，特林來找我，臉上帶著微笑。他說他跟哥哥說過話了，哥哥要他像以前那樣就好。果然沒錯，不出幾個星期，他就恢復從前的老樣子。

家族治療讓我們看到，孩子經常不自覺地變得像某個去世的兄弟姐妹，藉此取代死者的位置。而從之前和特林的談話中，我得知他哥哥性格緊張、愛回嘴，也常跟父母爭吵。

葛哈特

我決定在這裡加入葛哈特的故事，因為他的故事足以說明，即使兄弟姊妹有一人過世，他們彼此仍然緊緊相繫。我和葛哈特的接觸，始於我帶領的一個十四歲到二十歲年輕人的自我體驗團體。

葛哈特（十七歲）看起來是個非常敏感、溫柔的年輕人，他不斷表達他好像哪裡卡住、無法前進的感覺，而這種狀況也反映在他的學業成績上。他決定不了自己到底想要哪一種就職訓練，但是另一方面，他也產生不了足以促使他繼續升學念文理中學的能量。每個星期的團療時，他提的都是同樣的問題。一直到六次團療的最後一次，他才鼓起勇氣，採取行動來處理這個問題。

他覺得，他在之前的團療做過的幾次家族排列讓他得到一個結論，那就是他的生命中有一個轉捩點。葛兒哈特兩歲那年，他四歲的哥哥死於一場車禍。一輛公車轉彎失控，撞上了葛兒哈特家的車子，當時開車的是葛兒哈特的父親，母親和兩個孩子坐在後座，路面覆蓋著積雪。

公車司機自己也有好幾個小孩，他立刻承認是他的錯。葛兒哈特一家四口立刻被送進醫院，兩天之後他的哥

哥死了。

葛哈特告訴我們，今天是這麼多年來他第一次想到他哥哥。他現在感覺願意處理他和哥哥的關係了。

我請葛哈特挑選一個主角代表他的哥哥，然後要他把自己和哥哥的關係排列出來。他站在離哥哥大約一公尺半的地方，視線放在哥哥的身後。

我告訴哥哥的代表和葛哈特，他們要花多少時間調整彼此的距離和角度都可以。這兩人速度非常緩慢地互相靠近，就像電影的慢動作一樣。雖然他們花了五到七分鐘才移動完畢，但團體裡的每一個成員都很快就看出來，這個動作的下一步是什麼。然後，兩個人互相擁抱哭泣。參加這個團體的所有年輕人都深受感動，也都哭了，有的哭出聲來，有的靜靜啜泣。

過了一會兒，我看見葛哈特的右手握成拳頭，按在哥哥代表的背上。在這樣一個充滿愛的擁抱中，怎麼會出現一個拳頭呢？

我懷疑，對於車禍肇事者的一股無意識的憤怒出現了。我要葛哈特把公車司機也排進去，他把司機排在離兩兄弟很遠的一個地方，接著葛哈特轉身面對司機，現在他的兩隻手都握緊了拳頭。

我告訴他說，一個人若是和死去的親人這麼緊密連結在一起，那他一定也和那位過世的親人一直保持連結。我又說：「每一個人都會死，時間早晚不同而已，就算死亡是另

一個人造成的，我們如果能尊重他死亡的時間，對大家來說都是一種安慰。」

接著，我把公車司機的代表排在葛哈特哥哥代表的身旁，葛哈特站在他們兩個的前方。很慢、很慢地，就像有一根繩子拉著似的，葛哈特緩緩地舉起一隻手，向著公車司機的代表伸出去。兩個人四目相接，互相注視了好一會兒。接下來葛哈特轉回哥哥那邊，雙手抱著哥哥說：「我好難過啊，現在我接受了，你就是那樣死的，我會在心中永遠記得你。」然後，他慢慢移動，離開了他們兩個人。

佛羅瑞揚

佛羅瑞揚是個很難以捉摸的男孩子，情感很容易受傷、常常哭，也不太敢加入同學的圈子裡。

有一天，坐在他旁邊的男生抓住他的手不放，我注意到他非常生氣。那個男生說佛羅瑞揚一直想用鋼筆戳他的眼睛，他沒辦法再假裝視而不見了。佛羅瑞揚說那個男生說的沒錯，但是他也說不出來自己為什麼要這麼做。他說他一直都想這麼做，但是到現在都還沒成功。

第二天，體育老師把我拉到一邊，告訴我說，昨天佛羅瑞揚上完體育課要回家的時候，在一條車子很多的路上躺了下來。

我要佛羅瑞揚的媽媽在我上班時間來找我。我把這件事告訴她，她很生氣，但不知道該如何阻止佛羅瑞揚。「是不

是有可能，妳的家族當中有人做了什麼傷害自己的事？」我問她。她告訴我說，她的哥哥是上吊自殺死的，但事情發生的時候佛羅瑞揚還沒出生。她從來沒跟佛羅瑞揚提過這件事，因為她很怕佛羅瑞揚會模仿他。「請妳把妳哥哥的事告訴他，跟他說妳哥哥是自殺而死的，這不是家中的缺陷，妳哥哥已經對生命絕望，活不下去了，他所受的苦以及他的選擇離開，都該被承認。」我說：「妳兒子知道舅舅的故事後，就會鬆一口氣的。」

幾個星期之後，我注意到佛羅瑞揚不再那麼緊繃了，他變得比以前開放，開始和別的男孩子一起玩，尤其是上體育課的時候。一直到好幾個月以後，他才跟全班同學分享他現在知道的故事。

2.9

我們置身在分居和離婚充斥的文化之中

在我的教書生涯當中，我教過的班級裡，父母不是分居就是離婚的孩子越來越多。我可以清楚感覺到，很多孩子想要掩蓋這個事實。我覺得，因為爸爸沒有和他們住在一起，孩子們已經很苦了，社會又把「不完整」的污名強加在他們的家庭身上，使得他們苦上加苦。基於對家庭的忠貞，他們不願多談這種狀況，這表示他阻斷家庭與學校之間的溝通，以及他們自己和朋友之間的溝通，進而複製了分離（separation）。

我自己過了很多年分居的日子，後來也離了婚，所以我經常思考我們這個「分離的文化」是怎麼一回事。我們要怎樣才能盡量讓孩子在這種情況下過得好？

分居的生活有時候很辛苦，為了讓大人和孩子比較能夠忍受分居，在每一個班級上課時，還有在上班時間和家長面談時，我都用以下的概念當基礎。我也曾經把這些概念列印出來，發給一些母親們當作我們會談過後的「想法和思考的紀錄」。

- 一、一個家庭永遠不會被拆散，不會因為父母之間的愛情關係結束了，一個家庭就瓦解了。父母永遠是父母，無論有意識或無意識，他們之間的關係一直是父母，至死方休。你是這個關係的一部分，不管你的父母能不能再好相處，你都可以這麼想。這是真的，這麼想的話，你會感覺很好。
- 二、每一個孩子都有權利愛她／他的父親和母親，從他們身上學到東西。只要孩子還小，父母就應該替他們決定什麼對他們最好。
- 三、父母之間的衝突實際上與你完全無關。假如父親或母親叫你裁奪，或要你用別的方式介入他們的關係，就算你只是不告訴媽媽你還愛爸爸，或只是不說你覺得你只愛媽媽，其實都有幫助。當你長大一點以後，你就會很清楚地看到，一直當他們兩個人的小孩就好，期望他們兩人不用你的支持就會自己處理分居或離婚的問題，那感覺有多好。這是最困難的部分，孩子通常要到成年後才做得到。

班上學生的母親在家長之夜或我上班的時候看過這些概念之後，通常會陷入沉思。她們希望孩子感覺自由，我建議她們：「我有一個讓孩子感覺自由的方法。有時候，譬如說在吃晚餐的時候，對妳的孩子說『我看到你坐在我面前，這麼健康、充滿活力，我就想到你爸爸，我還愛著你身上的那個他』，然後就此打住，不要再說『雖然他傷害了我』，就

算這可能是真的。」

我也要她們想一想，孩子們表面上一定會站在她們這一邊，但是內心裡，卻會支持爸爸，即使他酗酒、對配偶不公平或甚至坐牢。在這種情況下，孩子們往往會變得很像那個較弱的一方。但是，假如孩子能夠自由地愛他們的父母，就能夠自由地發展自己。

克麗絲薔娜

克麗絲薔娜總是很安靜、很用功，學習能力很強，成績夠好，六年級念完之後，一定可以轉到實科中學，也就是職業預校就讀。但是，她為了準備轉學所需的證書去考實作測驗時，卻沒通過。叫她參加資格考試似乎是浪費時間。克麗絲薔娜遇到危機。

克麗絲薔娜的母親是個活力十足、腳踏實地的女人。她到辦公室來找我，告訴我說她是單親媽媽，獨立撫養兩個女兒，孩子們的爸爸在克麗絲薔娜四歲那年離開了她。他有酗酒的問題，甚至因為「金融違法行為」坐過牢。一直到今天，他都沒有做過任何努力，想辦法照顧女兒。「兩個女兒都不想跟他有任何瓜葛，」克麗絲薔娜的媽媽說。

我慢慢瞭解為什麼克麗絲薔娜沒能通過實科中學的資格考。這可能是她和父親關係中斷造成的結果，而恢復關係就是向外踏出的一步。

當我向克麗絲薔娜的母親提出把這個想法時，她說她會

盡全力阻止克麗絲蕾娜再見到她的爸爸。他不只讓她失望，也讓兩個女兒失望，他是孩子們最糟糕的榜樣。我告訴她，我完全瞭解她的感受，而我們的談話也就到此結束。我知道與家長討論問題的基本規則之一是，談話到最後要記得告訴他們，你瞭解他們，而我事實上也真的瞭解克麗絲蕾娜的母親。我看見她的痛苦，也明白她合乎邏輯的論點。我要是堅持向她說明系統基本序位的效果，就很不恰當了。我知道這些序位會用別的方式發揮影響力，而事情也的確是如此。

這種經驗我一天到晚碰到，克麗絲蕾娜無意識地吸收了我們談話的大意，所以幾個星期之後，她跟我說她想和爸爸見面。她父親已經和她母親連絡上，希望能見見兩個女兒。

「媽媽要爸爸先付扶養費，才可以跟我們見面，」克麗絲蕾娜說：「但是我覺得他不會付錢。」克麗絲蕾娜看起來非常難過，我告訴她，在晚上睡覺前，就算她認為事情不會成真，也要想像一切都順利如願。

她同意一試，第二天她告訴我，這個練習已經發生作用了。這是催眠治療中一個非常有效的練習，稍後我會更詳細說明（請看第五章，173頁）。

過了幾天，克麗絲蕾娜又來找我，跟我說她父親邀請她和妹妹去參加一個春季園遊會，媽媽決定讓她們去。

星期一，克麗絲蕾娜到學校來上課，整個人容光煥發。她是一個脫胎換骨的女孩。她帶了她父親送她的一個好大的心形薑餅來，從那時起，她可以定期和爸爸見面了。

到了學年結束時，克麗絲蕾娜的成績進步了。靠著一封特別推薦信的幫助，她得以在九月參加轉學的資格考試，而且考得非常好，如願轉學。

在很多情況下，離了婚的母親說她們的子女是自由的，也說得做重大決定或他們想要什麼特別的東西，就會把孩子送到父親那裡去。這樣，父親就有機會參與。

我告訴她們這樣做實在不太好，她們聽了都很驚訝。我建議她們應該聽聽孩子的要求，然後和孩子的父親一起討論、一起做決定。接著，他們兩個人應該一起讓孩子知道決定的結果，這樣，孩子會覺得他們在父母之間受到保護，他們和父親或母親之間懸而未決的衝突也就不必繼續下去了，而且這種情況經常發生。

父母之間的緊張狀態繼續存在，孩子很容易陷入其中。只要孩子還在求學，處理這種情況的最佳方法就是，父親和母親定期會面，一年至少三到四次。見面時把個人的衝突先擺在一邊，完全以孩子為主。在我個人的經驗裡，孩子會像老鷹一般聚精會神觀察父母的會面，之後則想要知道父母到底談了些什麼。父母的見面會讓孩子產生一種受到保護的正面感覺。我有時會說：「我花了好長一段時間才能夠在處理關係時，擺脫掉自我中心的態度，但是為了孩子，我還是努力做到了。雖然我『練習』了很多年，這仍然不是件容易的事。但是，對我來說，那是唯一重要的事。」

當然，我的班上也有些孩子的父親顯然決定永遠切斷

父子關係。我把渥夫崗的故事（見25頁）告訴這些孩子的母親，並且要她們記住，經過一段時間之後，關係仍然會繼續發展，孩子們不應該放棄希望，有一天，他們會再跟爸爸取得聯繫的。

但是我們也談到為人父母者最艱難的工作之一可能就是，帶著愛，看著一個人怎樣在無意識的狀態下，促成某種命運實現在自己的孩子身上，並體驗到一個人本來沒有過錯卻為此產生內疚的感覺。知名的婚姻治療師約格·威利（Joerg Willi 1991）說過，承擔責任的能力（Schuldfähigkeit）是做父母的一個必要的德行。我們應該有能力期待我們的孩子去面對自己的命運，而不應該企圖影響孩子的命運，使他們遠離命運，或掩飾他們的命運。

比如說，一個母親的第二任丈夫永遠不可能取代孩子真正的父親，他永遠只是一個像父親一般的朋友。假如他能夠承認孩子的親生父親，孩子更容易尊敬他、接受他。我們對孩子，只能給予支持並誠實以待。

為了說明這一點，我要說說工作坊裡一位學員的故事。這個故事叫作「最後終於說了實話」。

故事的主角抱怨她的婚姻沒有一點感情，非常害怕自己會發瘋。她告訴我們，她的母親在她六個月大就遺棄了她，從那時候開始，她就和父親還有一位女性親戚住在一起，由

這位親戚照顧她。她母親搬到相當遠的另一個城市去了，後來也不曾試著跟她聯絡。小時候，大人告訴她母親愛她，但也說母親「有一點神經兮兮的」。

到了十八歲，她想要認識她母親、想去看她。她母親完全正常。在這一次會面中，母女兩人都非常努力想要建立良好的關係，但是沒有成功。女兒後來又試了兩次，想和母親建立關係，之後就放棄了。

在工作坊裡，她唯一想做的事就是，站在母親代表的面前，問她一些事情。我也同意她這麼做。這兩個女人面對面站在那裡，她問：「妳為什麼遺棄我？」母親的代表毫不猶豫地回答說：「因為我不喜歡妳。」

一聽到這句話，在場的其他人都倒抽了一口氣。這個赤裸裸的事實似乎太殘酷了。可是片刻之後，這兩個女人卻伸出手互相擁抱。當事人掉下淚來，啜泣不已，「最後終於說了實話！」

一年之後，她寫信給我，在那次工作坊的遭遇之後，她原本害怕自己會失去現實感、會發瘋的恐懼完全消失了。最棒的結果是，當她再去看母親時，她們終於能以一種簡單、不複雜的方式見面。她在信中寫道：「我一下火車，我們就互相擁抱。」

找到去父親那邊的路

約西

約西和他的單親媽媽還有三個兄弟住在一起。他很少和我們分享家裡的事，只偶爾提到他的爸爸或媽媽。當我們玩家族遊戲時，他也想排列他的家庭。他一定注意到，每次我們排列一個家庭，參與者的家族命運便得以確認。他說：「我覺得我是屬於我父親，已經有一段時間；但是我是跟我母親住。」說出這話是需要勇氣的。

他的系統排列如下：他把媽媽和兩個同母異父的兄弟排在一排，那兩兄弟的父親則排在稍遠之處。他把自己和他的父親排在離這些人約六呎遠的地方，和他們大約成六十度角。

排好了所有的代表之後，約西父親的代表說：「約西是我的！」而約西母親的代表伸出雙臂說：「我要這孩子站在我的旁邊。」約西坐在他的課桌後面，點了點頭，現在他是以局外人的眼光來看父母之間的爭執，雖然他並沒有說什麼。

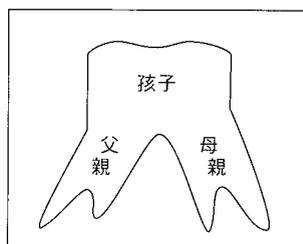
我建議約西的代表站在母親的身邊並對他的父親說：「我愛你。我是屬於你的，但是現在我還是跟媽媽一起住。」那是一句和解的句子。接下來他對著母親的代表說：「媽媽，我屬於爸爸，現在我還是會跟妳一起住。」「還是」這個詞並沒有指明他究竟什麼時候會到爸爸那邊去，但是很清楚表示有一天他會離開母親的影響範圍。為了這麼

做，他設定了一段歷程，但並未標明這段歷程的時間長度和性質。這次排列之後，我對約西說：「作為一個男性，你是男性的一份子。」然後他笑了，用拳頭敲了敲自己的胸膛。

接下來的幾個星期，約西的媽媽到辦公室來找我。約西沒告訴她家族排列的事，但是她自己提到她非常放不下約西，問我這樣有沒有問題。她說：「如果約西的爸爸要約西搬去跟他住的話，我真不知道我捨不捨得讓他走。」我告訴她，我自己把兩個兒子交給他們的爸爸那時候，也非常痛苦，但是，每做一個決定，都有正確的時間和地點。

班上有幾個孩子的父母分開了，我特別給他們機會，當作是練習，讓他們把父母排列在一起，就算他們的父母並不住在一起，並且把他們自己排列在父母的前面。

「父母是牙根，你就是那顆牙齒，」通常我會這麼對學生說，一邊說一邊在黑板上畫一顆很大的牙齒，有兩個牙根。



他們向父母的代表鞠躬，並對他們說：「我認為你們可以不住在一起，雖然這讓我很受傷，但我永遠是你們兩個的孩子。」

有一次，一個孩子說：「我認為你們兩個分開好啦，因為這樣你們就不用常常吵架，我也就不必常常為媽媽擔心。」這是真的。當孩子向父母的代表鞠躬時，父母分居這個對父母與孩子來說都非常困難的情況，就被認可了。

有一次，一個男生說他認為這個鞠躬「完全沒有價值」，他真的是這麼說。但是，後來他說他在鞠躬的時候感覺很好，也覺得自己變強壯了。

孩子們就是用這樣的方式處理自己的困境。

2.10

親職的價值序位

在我的教書生涯中，一直有家長對我說，當他們無法處理孩子的問題時，他們也無法跟配偶達成共識。這些向我透露挫折感的母親和父親，聽到我的回應通常非常驚訝：「你不需要和配偶達成共識。」他們無法想像這怎麼可能有用，我告訴他們，孩子多半早就知道父親和母親個人的重要價值觀是什麼，如果父母要在這些價值觀上達成共識的話，那只會引起本來可以立即平息的權力鬥爭。相反的，父母只需互相承認對方的價值觀就好。我說，我們能教孩子的一課就是，認可並尊重對方的價值觀，承認他是父母雙方一起撫養長大的。

在日常生活中，父母輪流決定應該要做的事。例如，做母親的說：「你知道我喜歡怎麼做這件事，但是，今天你要照爸爸說的去做。」，這樣孩子就會看到母親是怎樣放下自己對某一件事該怎麼做才是最好的想法。當然，父親也要這樣。如此一來，孩子會感覺自己在照顧他的雙親之間既安全又有保障。任何一方都不必喪失自己的價值觀與個體性。孩子可以向父母兩個人學習，完全不需要挑撥起父母雙方的對立。這個原則具有「訓練課程」的效果，父母雙方都有機

會體驗到自己的育兒觀念完全落實，進而學會放棄實行自己某些教養觀念，以便讓另一方實現他／她的想法。當然，有些重要的決定必須父母雙方參與，比如說，要幫子女選哪一所中學，或在分居的狀況下，現階段孩子和父親或母親同住最好。一對經過良好訓練的父母會比較容易合作，一起找出最適合孩子的解決方法。

在很多情況下，一起討論彼此相異的觀點，做父母的就會找到新的方向。有些父母告訴我，他們的感覺就好像擺脫了某種束縛。但是，後來又會有新的價值觀出現，這些價值對他們而言也同樣重要。

在我的課堂上，我和孩子們談到什麼對爸爸是重要的，什麼對媽媽是重要的，當然，還有什麼對他們兩個都重要。不用費力就看得出來，學生們早就知道父母親怎樣排定他們的輕重次序。我們列出一張清單，其中有：

爸爸：吃晚餐的時候不要吵，要聽媽媽的話。如果朋友欺負你，要勇敢保衛自己。上課要專心，體育要好，要培養某種興趣和嗜好。

媽媽：要照顧弟妹，不要看太多電視，寧可讓步也不要打架。

我們當然也列了下面這種清單：爸爸會准許而媽媽不准的是什麼？

在一些班級裡，我要孩子們回家列出這種清單，當作家庭作業，我相信在很多家庭當中，孩子會跟父母提這件事，

這是我的一石二鳥之計。果不期然，孩子們交作業時告訴我，當父母知道孩子早就摸清楚他們的看法時，真是驚訝極了。很可能在很多情況下，大人因而開始討論彼此在教養和價值觀方面的不同看法。

對單親媽媽的孩子，或父母有一方已經過世的孩子而言，這份清單也具有重大意義。清單的標題之一是：「假如我的父親／母親還活著，他／她會准許我做什麼？」

那些母親再婚的孩子把清單分成三欄，一欄是媽媽的，一欄是爸爸的，還有一欄是繼父的。我要他們這麼做，目的是希望能讓他們的母親記得一個事實：孩子永遠是已逝父親的孩子，即使他們接納了繼父是媽媽的新伴侶也一樣。有時孩子和繼父關係很不好，我就可以在和媽媽談到關係中的問題時，利用這份清單來讓事情較為平靜一些。孩子的生父和他的價值觀在他死後仍然繼續活在孩子的心中，因此生父有優先權。

在很多情況下，孩子知道他們何時比較聽父親的話而不是聽母親的話，也知道在哪些事情上，得到媽媽的意見會對他們比較有利，而不是直接去找爸爸，反之亦然。當父母來辦公室找我時，我建議他們讓家中的規則和特權透明化，並且多注意對方是不是已經給了孩子任務要他們做些什麼事。

這樣做，孩子最能夠看到父母親互相尊重彼此相異的價值觀和看法。

有一位母親，她的先生自殺了，留下她和三個年幼的兒

子。當孩子到了青春期，教養孩子的工作變得艱難無比，讓她感到心力交瘁。我建議她提供孩子一個領域，假如孩子的父親還在世，就會和他們一起玩的領域。她立刻想到和孩子一起利用電腦來工作和玩樂，「我很確定他一定會這麼做，」她說：「要我准許他們這麼做，就不那麼容易了。」她的方法奏效了，在很多重要的情況下，她都能輕易說服孩子依她的方式來做。後來她也告訴我，其中一個兒子開始騎摩托車了，她說她並不太贊成他騎，但是她先生一定會說沒關係。

這裡提出的幾個實際經驗，只是從系統觀點出發，在教養和教學方面蒐集到的一連串新發現和可能性的幾個例子而已。威爾海姆·羅特浩斯（Wilhelm Rotthaus）在他的一本書中，從理論觀點詳盡探討了這個主題。在他的「系統教養和教育的設計」當中，他描述育兒和教學是一種兒童和照顧者（老師）之間的互動歷程，並稱之為「共同演變」（co-evolution）（互動發展）。

2.11

我以海寧格的家族系統排列為基礎 在課堂上從事系統和現象工作的結語

我使用家族系統排列檢視學童家庭狀況的所有工作，遠遠超過了一個主幹中學老師的職責。我做老師的時間很長，再加上我在心理治療方面的專業知識和經驗，所以我有勇氣教導學生認識這種思想。學生給我的回應讓我驚訝不已，因為，一旦我試驗性質地丟出這條線，他們就再也不肯放手。我跟伯特·海寧格學到的一切，包括孩子對自己的家族以及對其他孩子的家族日漸增長的尊重、他們深深的鞠躬，以及他們對於往生的家族成員的認可，看來都透過孩子明顯可見的歷程再次得到印證。孩子們渴望更瞭解這個領域，想要採用一種建構主義和催眠治療的思想和行動，想要實驗具體想像的力量（power of visualizing），想要創造他們自己的儀式、遊戲和學校的慶典活動，對我來說是一個意味深長的經驗，而且實際上是來自系統和現象知識基礎的合理結果。

親愛的老師們，我寫出這些經驗的目的，並不是想說服你們把這種方法用在你們的教學上。要應用這種心理治療取向的話，無論是使用伯特·海寧格的家族系統排列法或其他的家族治療法，治療師／老師都必須參加過密集的自我體驗

課程。除此之外，還必須具備心理治療訓練和實務經驗，這樣才有能力解讀某些往往看似無足輕重的意見或悄悄話造成的巨大影響。

我之所以分享我的經驗，目的是要指出，成人和學生都遵守的家族規矩是怎樣呈現在在教室裡，也想讓大家看到，迥異於其他所有心理治療方法的是，只要認可和尊重家族就有助於培養出一種具有療癒力量而且安全有保障的社會場域。「系統訓練」培養孩子用一種顯然更為尊重、更體貼的方式與別人相處，這一點無庸置疑。此外，它也給孩子新的機會，在學習的環境裡，無論和團隊一起或是獨自一人都能循序漸進、更上層樓。同時，學生家長說，他們從孩子告訴他們的事情當中，得到很多新的想法和刺激。很多家長開始嘗試這些想法，這些想法也讓他們更尊重自己，而且在某些情況下，甚至帶領他們脫離對孩子暴力相向的一種其實滿常見的氛圍。

CHAPTER 3

◎ 第三章

系統觀點到底是什麼？





3.1

系統是什麼？

從系統的角度思考和觀察是什麼意思？

談到這裡，我要加入一個較短的章節來說明系統理論，但你不是非讀這一章不可，才能瞭解本書其餘的部分。假如你不想讀這一章，可以跳過去，直接翻到第四章，第四章談的是系統理論在教室中的實務應用。

雖然伯特·海寧格稱他的方法為系統和現象的方法，但是他的步驟與目標和系統族治療師有根本上的不同，雖然我們不斷發現這兩個「學派」之間的關聯。廣泛來說，家族系統治療的發展是以建構主義取向為基礎，接下來我想要簡短說明一下建構主義。

系統是什麼？

智利科學家洪柏托·馬圖拉那（Humberto Maturana），對於系統的定義有非常詳盡的回應。他把系統分為簡單和複雜的單位，「比如說，一輛汽車，若我們把它看成是一個自行移動的交通工具，它就是一個簡單的單位。但是，假如我們詳細指名它的零件和各個零件關聯，它就是一個複雜的

單位。這時，這輛汽車就是一個由車體、引擎、輪子等等組合起來的交通工具。組合的方式決定了整體的性質：加速性能、行車靈活度等等。」（引自Ludewig 1992, 67; Transl.: KL）。

因此，這些組合在一起的單位就稱為系統，每一個系統包含了兩個部分：一個是組織，意指屬於這個系統的組成部分之間的關係；另一個是結構，亦即互相影響的單位之間的空間排列。

我們還要區別有生命的系統和無生命的系統。生命體的結構可能會隨著時間改變（譬如，繭、蛹、蝴蝶），然而，為了能讓系統生存下去，其組織必須保持在某個範圍之內。

馬圖拉那形容生命體是「自行創造的組織」(autopoietic organizations, Maturana a. Varela 1972)。按照字面的意思，autopoiesis這個字就是自我創造，指的是一組使系統持續運行的特殊自我動能。生命體能夠再生（很多傷口可以自行癒合），也能夠不斷地改變（新陳代謝、細胞死亡與細胞生長）。此外，生命體只和自體的狀況有關，而和系統之外的成分無關。

若是受到干擾或傷害，生命體不但能夠再生，還能讓自己達到一種（新的）平衡，使系統繼續運作下去。透過結構上的改變，生命得以持續地發展下去，而每個生命體都有一種矛盾的態度，拿捏哪些影響是它認為希望有的，哪些又是

它必需抗拒的。該用什麼方式因應外在的影響，生命體是無法預測的。有時候，小小的刺激卻會引起巨大的變化，反之亦然。當我們檢視家族時，無論在育兒或教學上，這個事實的意義尤其重大。

家族系統是一個成熟的社會系統。至於它對個別成員的影響，則是根據像上文描述過的那類生命體運作規則來運作。但是，海寧格的觀察超過此處說明的準則。

那學校系統、學校和班級又是如何運作呢？我們明白結構（學校系統、學校、班級）和生命之間的界線是有彈性的，這使得組織得到實現，並將之轉變為一種大過於所有成員特性總和的「存在體」。我們觀察到班級有一種自體結構、自體動力，它會發展出一種團結的感覺，以及一種清晰可辨的對於平衡的追求（當班上的一個「搗蛋鬼」離開的時候，通常另一個學生就會接替這個角色）。班級裡會有次單位（次系統），這些次單位會達成各自特定的功能，而且能夠區分彼此的不同，像是老師的功能、因社交能力或成績而鶴立雞群的學生的功能，或一群循規蹈矩的學生的功能。在一個班級裡，社會連結會成長，從中會發展出一種團體行為。這時，無論是老師對每一群學生的影響，或每一群學生對老師的影響，各個次系統互相之間的影响就變得很明顯。這意味著，因為這個過程，每一天每一群學生都會重新定義老師的角色，老師也會重新定義每一群學生的角色。

什麼是系統思想和系統觀點？

恩斯特·馮·葛拉斯非爾德（Ernst von Glaserfeld 1995）、韓思·馮·佛斯特（Heinz von Foerster 1985）以及洪柏托·馬圖拉那（Humberto Maturana 1987）等幾位科學家已經就建構取向的角度，敘述過系統思想和系統觀點。他們的假設是，我們人類是封閉的系統，無法用我們的大腦，只看、聽、嗅或嚐一塊石頭、一棵樹或一個人之類的實體，認識這個世界的真實面貌。現代的人腦研究證實，即使是來自外界最微小的刺激，比如說光子，都能讓我們的腦部轉換為生產狀態，如此一來我們的腦部就會創造某個東西，並把這個我們此時稱為石頭、樹或是人的東西投射到外在的世界。我們無法知道，這些東西在我們的知覺之外是什麼樣子，我們所有的感官特性都是如此。由於人腦用類似的方式計算、建構和創造，因此可以了解我們為何也體驗到類似的實相。我們稱之為「公認的實相」（consensual reality）。

同樣的，我們也可以假設學校系統也是由校舍、校長、老師和學生、家長、教育當局（州政府社會與教育局）之類的元素組成。除此之外，我們也將學校視為「……一個由與其連結的想法、希望和行動交互作用組成的靈活網絡」（Goolishian a. Anderson 1988, p.190; Tansl: KL）。對於系統中個別單元如何產生，我們的觀感是一個持續轉變的歷程。它們迫使我们放掉我們對穩定、秩序、控制習以為常的

看法。這表示，我們不斷重新創造各個系統，比方說學校，方法是容許學校的形象和意涵不斷改變，並將之投射在學校之上。為了能夠掌握這個艱難的任務，我們必須與不停轉變而且「不可設定」的人類天性（Goolishian a. Anderson 1988; Tansl: KL）聯手合作。

我們稱之為教養或學習的這個歷程，是照顧者和老師干擾「孩童系統」平衡的一個結果。無論管教方式或教學方法有多麼「完善」，都不能預測「干擾」（perturbance）會如何影響一個兒童，預測它會符合當下進行中的內在過程因而被接納，還是會引發恐懼，使得兒童封閉自己而不接納這種「干擾」。

這種對兒童的平衡持續的干擾，應該被包含在一種溝通型態之中，威爾海姆·羅特浩斯稱之為「互動式發展，一種彼此互惠、具有詮釋作用的行動，在其中，意義……於互動的過程中被創造出來」（Rotthause 2000, p.107; Transl: KL）。

系統思想也包括，瞭解孩童和老師都與他們的原生家庭（也和這個系統的觀念和規則）連結在一起。身為「學校系統」的一部分，意味著學校也是與其連結在一起的所有家族系統的一部分；或者用意象來說，所有學生和老師的原生家庭都等於是學校的次系統。

家庭就是這樣影響學校，學校也就是這樣影響家庭，而這裡只是舉這個系統的兩個成分為例而已。所以，我們無法決定「家族系統」和「學校系統」的分界在哪裡。在我們

的傳統觀念裡，我們相信我們能夠感知世界的真實面貌，所以根據這樣的觀念，我們把家庭和學校當作是兩個完全不相干的單位，各有各的規則、需求和任務。但是今天，我們知道沒有一個系統能夠完全獨立於其他系統之外，這表示學校無法撇開像電視或當今的年輕人文化這類因素不管。

在一個系統的所有參與者如此持續不斷地互相影響之下，發展於焉產生。這種發展為我們注入生命，同時又引發我們的恐懼。在覺察的發展場域以及升起的恐懼之中，系統的每一個成員都有參與，多多少少體驗到一種堅持下去並希望在其中受到保護的感覺。

在此我希望探討一下建構主義的觀點。建構主義的主要理論學家肯尼思·哲爾根（Kenneth Gergen 1985）視對話（dialogue）或人與人之間的交談為實相發生的場所。就「學校系統」而言，這可能有以下的意義：如果學校這樣的組織要繼續維持的話，那麼我們就必須願意就適當的學校概念和教學方法持續對話下去。最重要的是，這是整個社會必須負起的責任，也就是努力讓學校持續發展下去，在那樣的學校裡，學童可以受到良好的照顧，因為他們得到適切的庇護和保護，建立正確的價值觀，同時又保有追求個人夢想的自由。我們的孩子是未來世界的建築師，這個世界是他們的世界也是他們的世界。學校建築的是一個演變中的未來，這是其他良心事業難以相比的。

3.2

從因果的邏輯思考到系統觀點

對任何一個曾經有幸參與孩子成長過程的人來說，牙牙學語的階段，毋寧是孩童發展中最教人醉心的一段過程了。在我個人的經驗裡，我曾經看著我的孫兒站在爐子旁邊，一副專家的樣子說：「燙！」，也看過他靠近地上的一灘水的時候說：「水水！」但是，當他跟我說話的時候，就完全不是這麼回事了。他一邊跑過草地，朝著我跑過來，一邊說出很長的句子。他咬字清晰，聲音有時高昂有時低沉，又是高呼又是問問題——他發出一連串聲音，雖然沒有形成任何一個字，但是他的聲音很容易辨別，甚至能夠分成一個一個的單位。當我抱著他的時候，他長篇大論地把他生活中的事告訴我，還有他在我身上有什麼發現。

伊娃·瑪德隆（Eva Madelung）在她所著的《短期治療》（*Kurztherapiein* 1996）一書中，就系統觀點對於整體溝通的重要性，做了如下說明：

「系統取向著重關係的脈絡，無論是透過語言或非語言溝通來表達，這都是一種對人類有影響力的力量或流動（fluidum）。這種互相的影響是在正在發生的事物的核心，不管它是發生於體內的器官或肢體之間，發生於人格的各部

分之間，或家庭、部落、人與人之間，或人種與人種之間。每一個人都跟他／她的環境有互惠關係，這種關係的發生方式有很多種。一個人的所作所為會影響他／她的家庭或團體中所有的成員；他／她對團體有影響，其結果又會回過頭來影響他／她自己。這個模式也適用於我們本身不同的存在階段，譬如說，我們的想法會影響我們的行動和觀感，而我們的感覺、觀感、想法，也會對我們的周遭產生影響，反之亦然。某一處的改變，都會造成整體的改變。」(Madelung 1996, 55-56 b; Transl: KL)

即便是今天，這種「一起看見」和感知互動與互惠的方式，仍然與一種不同的傳統相抵觸，而這種傳統卻是我們的學校系統和科學界據以形成的基礎。這個傳統的特徵就是對一個已經存在的世界進行因果關係的邏輯思考，也就是分隔、區辨、分析、歸類和解釋（von Foerster 1994）。

教室裡的教學和學習多半因循這個傳統，很少有例外，所以課程大多是分成很多講課式的單元，這些小單元內容包羅萬象，授課時完全不考慮時空背景，而大部分是以教師為中心。學校和老師的責任應該是鼓勵學生學習獨立，但是要達到這個目標，所需的時間會比一般學校進度所允許的時間多出很多，因此，很多老師沒多久又重拾原來的教學方法。

這讓我們想起「從經驗中學習」由來已久，或者用今天的術語來說，「親力親為的學習」（hands-on learning）。這種學習方法始於希臘的上古時代，後繼者有盧梭（Rousseau）

等學者，後來承繼了諸如第一次大戰後改革的觀念，在德國被稱為教育改革（Reformpädagogik），其中包括弗萊耐特（Freinet）和蒙特梭利（Montessori）等等教育家，以及如德國的「感化學校」（reform schools）這樣的學習和育兒場所。耶那大學（University of Jena）的一位教授，彼得·佛瑟（Peter Fauser），正在進行一項名為「想像」（Imaginata）的計畫，在獨立研究的背景下，學生自己發現物理定律，並在一年一度的展覽會上向社會大眾呈現他們研究的成果。這一項「親力親為」的計畫已擴展到耶那市的一間主幹中學的學生。

就讀於傳統學校的學生必須透過考試來證明他們學習的程度，如果考試的成績很好，他們就可以升上一級，在德國，他們就會被分發到適合的中學。評分的時候，極少用到分組工作。在團隊裡的合作能力和溝通能力很少受到鼓勵或得到教導，在過度強調個人成就的情況下，這些能力往往相形失色，學生的社交能力或溝通能力不會對他們學業的成績造成影響，即使有也是微乎其微。

此外，我們準備和傳授教材的方式也反映出，好作分隔和歸類的文化傳統。譬如說，當我們教語言的時候，我們教該語言的文法，細分為假設語法、詞性變化、不同型態的子句、動詞時態。上生物課時，我們教學生如何分辨蜜蜂和大黃蜂、如何分辨冷血動物和溫血動物、如何分辨魚類和鳥類。上歷史課時，我們根據皇帝或女王、專制政權或民主

政治來做區分，而上化學課時，我們又學著分辨金屬與非金屬、酸性和鹼性。

身為教育專業人士，同一個傳統也影響我們呈現教學單元的想法。我們的教學，包含了精心策劃的課程進度，內容細分為教材介紹、學習目標、學習動機、按部就班的資訊轉移和取得、資訊的應用、將所學做成大綱、然後把它轉用在其他的背景之中。我們身為教育者的責任，是負責在某個時間期限之內，讓每一個學童盡量完全消化吸收上課的內容，並且能反芻應用，而且我們也要負責監督這個過程。

老師在做評量的時候，改作業與考卷的時候，以及填寫成績單的時候，著眼點是放在錯誤和缺點上，但是剛開始教書時聽到的可不是這個樣子。

為了給學校帶來極需的主要改變，我們為人師者在做準備的時候，可以試著採取「一起創造新事物」（conjure things up together）的思考方式（von Foerster 1994），允許新的經驗發生，因為新經驗會導致新的行動。我們可以把焦點放在許多從前不被看到的事情上，比如，我們可以近距離檢視班級的社交場域，它特有的能量，以及存在於學童與學童之間和學童與整個班級之間的互動能量。我們也可以檢視預備呈現給學童的知識是否會對他們產生效果，而學童的能量或他們的想像力與已經具備的知識，是否又能對新的知識產生影響，更何況上課時安靜不准說話的氣氛給孩子造成的身體上的感受，會影響他們感知與學習的效果。反之亦然。當

然，當我們將視野拓展時，我們也會看到每一位老師在教不同的科目與班級時，他的特殊能力在何處。

在這種情況下，學生和老師都能釋放一股巨大的能量。當我們把這些感知的範圍擴大，我們會以新的眼光來看待教學和學校，學生可能會發現他們本來未覺察到的學習知識的潛能，但那些潛能已經是呈現出來的（比如，上課時運用想像力的潛能）。他們對於自己學習的能力、學習動機、和每日的作息規律會有新的領會，其結果也會影響上課的狀況。

以上所述，加上前文未提及的很多事項，都是以學校做為「影響場域」的必要成分。但這只是第一步而已，我們還沒提到學校對家庭的影響，以及何種能量型態會透過學童、班級、老師和整個學校對家長產生影響。我們也未提到，能讓學童快快樂樂、帶著尊重在生活中和學校裡的學習，會對社會帶來什麼影響。我之前提過的馮·佛斯特談學習的一篇專文中，引述了葛雷格芮·貝特森（Gregory Bateson）的話，貝特森主要的興趣是我在此處略提的「互相連結的模式」（patterns which connect）的形態。貝特森是一位生物學家，他描述螃蟹、龍蝦、蘭花、櫻草以及各種各樣的生物，重點主要放於這些生物之間互相連接的模式，以及它們和人類連接的模式。

CHAPTER 4

◎ 第四章

你是我們的一份子

從系統觀點創造學校的每一天





4.1

把系統思想的基本元素移植到教室裡

對於如何規劃課程，不知不覺間我的想法開始慢慢改變。在這個過程裡，我也受到海德堡學派一些基本原則的影響。過去在德國海德堡市的「海德堡系統研究、系統治療與系統諮商學院」（Heidelberger Institut fuer systemische Forschung, Therapie, und Beratung）受訓三年期間，我漸漸對這些思想較為熟悉，這些思想包括：

- 一、可以修正行為模式，修正後的行為模式也會修正關係。
- 二、有些關係實相過度僵化，有些又容易受影響。
- 三、家族都有自己詮釋這個世界的地圖（例如「外面的人都跟我們作對」），也有自己的行為地圖（例如「永遠不要主動接近別人」）」（Madelung 1996, pp.159-160; Transl: KL）。

在思考班級以及個別學生對班級的影響時，我發現這些基本的假設非常有用，這些想法也在我思考自己的領導風格時有很大的幫助。我在班上製造的關係實相是否太僵化或太容易受影響？個別的學生是否體驗到支持或限制，而這些支持與限制他們可以在內心自行發展？或者，我為學生設立的規則是否太嚴格了，以至於他們退縮而產生抗拒，進一步妨

礙了他們的發展？在我的班級裡，我是否對學校校規給予我以及學生的自由做了最大限度的利用？學生所帶來的實相觀念是什麼，而他們從家裡帶來的這些實相概念又是如何加諸在他們身上？學生遵從的規則是什麼？大家對於在學校或某個班上是否有一套人人都必須遵守的規則有無共識？不久我就發現，孩子們使用家裡帶來的地圖，當作在班級中摸索的指標。當每個班級漸漸形成一個生命體時，地圖顯然也跟著改變，這讓孩子們能夠詮釋外在世界並知道該如何在自己的場域中行動。

除了思考我自己的教師角色和領導風格之外，我很快也開始想到每一個學生，以及在教學上的新的想法及動作。

4.2

教室裡的每一天

從系統觀點來看課堂的實例

開始

教書的時間越久，我就越重視教室生活的「形式」，尤其是一天開始和結束的時候，包括第一節課開始之前的時間。

對我個人而言，放棄在教員休息室和別的老師聊天的時間是很大的犧牲，但那是我能在第一節上課鈴響之前的二十五分鐘待在教室裡的唯一機會。學生很快就發現，第一節課上課之前，我總會在教室裡坐上挺長一陣子，所以他們也開始提早到校。我坐在那兒，開始改他們交上來的作業，那一群實際上自成一個小圈圈的孩子們，會圍繞著我的桌子，推來攘去的，如此，雖還沒開始上課，他們就已經在肢體上體驗到一種整體感。在這段時間當中，我可以稱讚那些花了很多精力用心寫作業的學生，同時，也能夠給那些沒寫作業想要耍賴而有罪惡感的學生一些功課。到了八點鐘，一切該討論的都討論完畢了，問題都解決了，每一個孩子都能夠站在平等的立足點上，開始全新的一天。每一個人都是其中的一部分。

象徵動作與不用學習的學習

在學生年齡十一到十三歲的班上，我們在第一節課開始以前一起唱歌，不然就由一位學生背誦一首詩。隨著學年慢慢過去，我們談到我們用來展開學校每一天的象徵動作或行動，成效究竟如何的問題。這些象徵動作表達的意涵勝過千言萬語，與孩子玩家族遊戲時體驗到的一樣。他們鞠躬，用一種簡單的動作表達感謝；就像土耳其孩童和印度孩童從小學會的那樣，他們輕輕合掌，微微彎身；或者他們很慎重地往側邊跨一步，同時伸出一隻手指向眾人。

因此，每天早晨，一位或兩位同學代表大家向全班同學鞠躬，當這種情況發生時，在全班每一個人身上都散發出一種明顯可見的覺察氣息，他們覺察到尊重。有學生背誦出我們正在學的一首詩的篇名，或那首詩的頭兩行，我覺得就夠了，但是班上其他同學卻不這麼認為。每當一個學生結束時，其他同學紛紛舉手，搶著背誦接下去的詩句。假如那首詩不太長的話，到了一個禮拜結束時，每一個孩子都能將整首詩朗朗上口。在一些班級裡，背詩成為一種大家都想要贏的挑戰，而不是一般會讓孩子嘟囔的「學習」工作。這件事很快就在學校傳頌開來，有時候，新同學會問我，在我的班上，只要對著全班同學鞠躬，就可以把整首詩背下來，究竟是不是真的。我會回答說：「當然囉！你自己看好了。」

新的想法引發懷疑

不透露半點風聲，我就在自己的班上開始建立一個新的傳統。每個月的第一天，我們會一起穿過學校大廳，一邊唱著當季應景的歌曲。我們唱著的時候，很多教室的門似乎自己打開了，正在進行的考試也中斷了。大約有五分鐘之久，我班上的同學走上樓，到其他的教室去，一邊唱著歌。我們希望唱歌是個驚喜，期望其他的班級也會想出自己的點子，把學校當社區那樣一起來創造上學的每一天。

在這五分鐘裡，其他班級一方面很高興聽我們唱歌，另一方面，我們也是干擾的來源。由於事先未請示校長，所以她對我們這種未奏先斬的做法不太高興。「妳事先沒有告知我，這是違反校規的。我知道妳的用意是好的，但是在這個學校裡，仍是我當家作主，」她說。我承認她說的沒錯。有一次她甚至對我說：「妳的想法總是跟別人不同，妳是信什麼祕密教派嗎？」當然，她說的祕密教派，就是我的系統觀點，系統觀點讓我去看整個脈絡，去尊重整個家族，並且用多種不同的觀點來詮釋情況。但是，後來她對我的態度轉為正面，因為她注意到，我尊重她是學校的校長。

轉變我們看待事情的脈絡

在我們從事想像工作的脈絡中（請參考175頁），我們越來越能夠將過去被視為絆腳石的學童「失能」狀況，放入新的脈絡中來檢視。這麼做，通常能夠解除學童的壓力，他們的表現也隨之進步。

我在本書一開始說過的練習（15頁），也就是在有家人或沒有家人的心理支持下做算數题目的那個練習，幫助學生轉變目標。之前的目標是互相競爭，爭取班上的第一名，但是在這個練習中，焦點卻轉移到下列問題：誰能幫助我算數？這個練習也能幫助算數不好的孩子嗎？

針對那些算數或是拼字有很大問題的學生，我讓他們不要再對有問題的科目做額外的練習了。我跟他們說他們不需要多做練習，並向他們保證，他們一定學得會，但是他們必須要學別的東西，那就是，當我們有能力做某些事情的時候，那種快樂的感覺是什麼。然後我們討論他們擅長的事情，包括踢足球、素描和畫圖、騎馬以及城市裡的孩子特別會做的那些事。我向他們保證說：「當你騎馬、跳舞、畫畫或踢足球的時候，你越能夠覺察到當下的快樂，也就越會做數學題目或拼字。」孩子們立刻就明白了，接著他們期待任何意想不到的成功經驗會發生在他們身上。

有一個男孩子，拼字方面有很大的困難，當我們考聽寫的時候，他從未寫超過一行，然後就停下來了。一開始時，

他的字跡總是很整齊、很正常，但接下去字體就變得越來越小，到了最後一行，字跡已經潦草不堪，難以辨認。我告訴他，他一定可以像別的同學一樣寫得又好又正確，只是他自己還不知道而已。我要他盡量把字體寫大，然後，如果他一直這樣寫下去，維持聽寫開始時那樣大的字體，他的拼字成績就會進步。他聽了以後似乎有些訝異，也有點氣我居然不相信他有閱讀障礙症。學校的心理師幫他做過測驗，而他祖母本來要他進入一個專收閱讀障礙孩童的特殊班級。我告訴他，我仍然認為他只要把字體寫大，就能解決閱讀障礙的問題，當他的字寫得很小的時候，很可能是另外某個人的特徵。我們下一次考聽寫的時候，他就表現得非常不一樣了。他交上來的考卷，上面寫了十行字，字體很大，而且他一直寫到聽寫結束，中間沒有停下來。他拼錯的字，數目和全班的平均數差不多。當我告訴他，從那一天開始他可以自己決定要考多少次聽寫時，他的眼睛發亮了。又過了一個月，他告訴我他要跟班上其他同學一樣考聽寫，而他的成績平均是「C」。

有了這次的經驗之後，我更加確定自己的假設，也就是，對於師長期望他們學習到的東西，大部分的孩子已經可以做到了，他們只是想要有自己決定要不要發揮這些能力的自由，就像前面這個例子的男孩一樣。我並沒有告訴他一定要學好拼字，我只是說他一定做得到。

持續說母語

在學習德語有困難的外國孩子²身上，我也有類似的經驗。雖然這些孩子在家是說母語，我仍然請這他們的父母讓他們持續上母語課程，有時候非德裔的父母認為，讓他們的孩子慢慢忘記土耳其語或塞爾維亞語，而把德語學會，對孩子會比較好。但事實正好相反，一個孩子最初體驗到也是最親密的感覺與觀感，是他在學習母語的脈絡之中。不管我們知不知道，在我們說母語的時候，這些最初的感覺仍然隨著我們搖擺著身體。這表示要孩子「忘記」他的母語，就會使他們和早年的感覺世界分離，而且任由他們的語言能力荒廢，也會使他們卡在幼稚的感覺中（請參考非洲男孩的故事，39頁）。

120

隨著孩子的感覺世界漸漸發展，有很長一段時間，感覺世界依附在他／她的母語之上，無法輕易轉移到另一個新的語言。有了這個想法之後，我要孩子們在全班面前唱塞爾維亞歌或背誦塞爾維亞童謠，要他們大聲朗誦土耳其文章和童

2 與美國等國家相反，在德國出生的外國小孩不能自動取得德國國籍。在這些事件發生的時候，德國不允許申請雙重國籍。在很多外籍家庭裡，外國國籍保存了很多世代，而家裡說的語言均非德語。

謠。剛開始，他們不能接受，因為他們覺得這樣做很丟臉。我問他們：「你怎麼用克羅埃西亞語告訴你媽媽，你今天下午做了升學練習？」，那時他們的反應也是一樣。他們猶豫不決的樣子，讓我明白了，新的語言造成了學校領域和家庭生活感覺的分離。因此我告訴他們：「你不需要特別去上德語課，如果你能輕鬆說母語，德語自動就會了。你的母語永遠是你的第一語言。」同時，我也很羨慕他們的雙語經驗。

不再有狗耳朵筆記本

我曾經有一個學生，他的課本和筆記本總是搞得一團糟。開學不到一個月，他的書本就已經破破爛爛，幾乎散了架，所有筆記本的頁角不是反摺就是撕破了，套句我們喜歡說的形容詞，它們活像狗耳朵（dog-eared）。在德國，學校規定學生一定要用鋼筆寫作業。這個學生的作業本裡，墨跡斑斑、到處都是，更別提他的功課總是沒寫完。最糟糕的是，即使對最微不足道的批評，他都像小孩一樣反應過度。有很長一段時間，我處理的方式是什麼也不說，只不過忍住我的想法其實是個錯誤。有一天，他亂七八糟的書本真的把我惹毛了，我氣得把他的筆記本摔在他的課桌上，指責他把頁角弄的像狗耳朵，我實在無法忍受下去了。但是這個男孩子看準了我能夠接受不落俗套的解決方法，第二天他到我的講桌前，一副天真坦白的樣子，很高興地笑著，給我看一疊

筆記本。「法蘭克老師，我的筆記本沒有狗耳朵了，」他說。原來他用剪刀把所有捲起來的地方都剪掉了！

量尺

在教室裡使用量尺是應用「在系統之內，所有的能量都一直在尋求平衡」這個知識的實例。學生某種行為的自我評量要是出現問題，量尺就是檢視問題的一個有用工具。

我的一個班級裡，有個學生的作業本總是髒兮兮的，本子裡的字跡也凌亂不堪。他很少把規定的作業寫完，在家從來不讀書，而且答應的事總是做不到。然而，從他上課時某些主動發表的意見中，我看得出來他相當聰明，但他堅持不改邋邋的作風。「法蘭克老師，我喜歡亂七八糟，」他說得非常直截了當。

所以，有一天我把教室側邊的桌面清出來，用來放他的「量尺」。「好吧，」我說：「你說你喜歡亂七八糟，可是你的父母和我都希望你能乾淨整齊。這裡有一把量尺，一邊是混亂，另一邊是秩序。我知道你兩邊都不會做到百分之百，接下來的幾個星期，我希望你每天都能在量尺上標出當天的狀況。」

所以每天，這個男生都在量尺的兩端之間標出他當天的感受。不久，他就覺得一直在混亂中不再是那麼重要了，和他一開始說的不一樣。相反的，一種覺察的歷程啟動了，使他能夠安靜平和地思考自己在兩個極端之間的位置，很訝異自己每天居然都不一樣。他也發現了，有時教室裡發生的一個事件、在家裡或在玩耍時的一個行為、或其他原因，會讓他比較接近混亂或秩序。這個孩子雖然只有十一歲，但他自己發覺，在他媽媽休假之後他來上學的那天，他比較傾向秩序那一邊。反過來，假如來上學的前一天他的媽媽需要工作，所以他看電視或在街上閒逛很久的話，他就感覺比較靠近混亂那一邊。他對這個模式的興趣很安靜，處理態度也相當科學，讓他能夠思考他自己的一些內在的慣性。

孩子們幫這個量尺想出很多組不同的名稱，他們把這些名稱寫在筆記本上。全班每天空出二到三分鐘的時間，讓他們辨認某些特別的感覺（悲傷——心情很好／很想工作——不想工作／很想揍人——很想跟朋友在一起，以及其他名稱）。

我在前文提過的每週五下午的德語課，孩子們每每分享他們從這個量尺身上學到的心得。

當價值改變

在這個脈絡裡，我們也談到價值增加，譬如說，假如他們的零用錢增加了，假如父親賺的錢比較多，假如母親待在家裡的時間變多，假如他們自己比較努力或變得比較懶，這時候會發生什麼事。重點是，要孩子們找出哪些價值會減少，哪些會增加，而哪些又會消失不見。

當然，他們明白假如零用錢增加的話，他們會把錢花在並不需要的東西上面，他們也需要好好考慮金錢的真正用途。假如老爸要賺更多錢的話，可能也得更努力工作，那他就會很少在家。我問：「誰認為這樣不錯？誰認為這樣不太好？」我們也發現，假如家人之中有一個發生了正面的改變，並不表示所有的人都會為此高興。通常也會有人為此付出代價，有時甚至是那個因為改變而開心的人。

克里斯強告訴我們，他開始每天練習吉他，甚至和一個他很崇拜的十九歲男孩上課，這個男孩在一個樂團裡彈吉他。有一次，克里斯強列了一張單子，上面寫著所有他為了彈吉他而願意容忍的事，包括犧牲跟朋友在一起的時間、最好的朋友嫉妒我、做運動和看電視的時間變少。很明顯的，為了彈吉他，克里斯強和他的朋友都得付出代價。

我教過的班級全都樂於討論的一個問題是，假如媽媽要出去上班而不能常常在家，情況會如何？對於這個問題，沒有清楚的答案，但是孩子們明白這個問題的多面性。黑板

上列出的答案包羅萬象，包括「那麼家裡一切都會變得比較好」，「那我就需要做比較多家事」，「我可以常常看電視」，「媽媽會快樂得多」，「我必須自己負責自己的事，因為媽媽不能嘮叨我要我做功課」。我們也討論了相反的情況，假如媽媽不需要上班，而常常待在家裡，情況又會如何？在這個問題上，孩子們也知道這種情況對他們自己和爸爸的好處以及壞處。看到孩子們寫在黑板上的答案，我往往非常感動，這些答案真實反映出孩子們在家庭生活的很多層面上為數眾多的洞察。

「假如我看更多電視會怎麼樣？」這個問題也引發了很多不同的意見，包括「我就沒有時間跟朋友玩」，「我就不想到外面去玩」，「我就不會做功課」，「媽媽會更常吼我」，「我會跟兄弟姊妹失去接觸」，「我會變胖」，「我可以跟同學討論更多的事情」，還有「別人會覺得我更有趣」。

吊飾

當我們討論價值改變的時候，無論改變是自行發生還是來自外界，我都建議學生們製作一個大型的吊飾，做好以後我們就將它掛起來。這個吊飾是由二十三個代表學生的小人形，以及七個代表各科目老師的人形組成的。人形的大小和顏色都不同，很容易分辨。學生依照交情把小人形黏貼在

小木棒上面。我們開始以前，先在黑板上畫了整個吊飾的圖解，決定哪一科老師的人形要黏在哪一根小木棒上，這個過程也非常令人興奮。全班都特別喜歡這個吊飾，每一個學生都可以輕輕彈一下或吹一下他自己的人形，然後看著吊飾裡其他的小人形開始跟著晃動。如果重重敲擊吊飾，他們就可以看到整個吊飾裡的小人形都有反應，或看到那些比較大的老師人形如何跟著動起來。每個孩子都知道自己的人形是哪一個，觀察吊飾讓他們體驗到，當改變發生時，會造成什麼影響。

後來，我無意中在一本書中看到描繪系統事件定義的這幅圖像：

「當人們的想法和行動改變時，他們和其他出現問題行為的人之間的關係也跟著改變。接著這又會對行為本身造成影響，就像吊飾一樣，刺激其中一個元素——通常是出其不意的刺激——就會讓整個系統的關係產生改變」（Molnar a. Lindquist 1997; Transl: KL）。

孩子們已經瞭解了這段敘述，但我要是光唸這段文字給他們聽，他們是不會瞭解的。

思索真相

有幾次，我把發生的事件放在不同於原先發生情況的脈絡之中，孩子們能很快復原，或是能夠做到一些之前做不到

的事。前面我已經提過幾個例子。

藉著擴大看待事件的脈絡，不停改變我們對這件事的評估，往往會促使我們去思考什麼是真相。有一本圖畫書《Zoom》（Banjai a. Banyai 1995）——我稱之為「呆瓜也看得懂的系統理論」——是孩子們最喜歡的一本書。孩子們注意到，他們能了解下列訊息的要義；也就是，從很多不同的角度來描繪真相，把真相放在很多不同的脈絡中，或略去脈絡中的某些部分並掩蓋另一些部分時，真相就會改變。我們決定利用學生們報告的一些生活小事，以同樣的方式處理。例如：菲力浦在家附近滑雪橇，把雪橇弄壞了。這天晚上，他想跟好朋友在一起，想用他大部分的零用錢來買一只舊汽車輪胎，因為他還想再滑雪。他會怎麼告訴他爸爸、他媽媽、他的朋友，和坐在他旁邊的同學這件事呢？之後，不同的學生可以把這個故事告訴別人。天啊，他們說的故事版本可多了！當他們略去了某些細節，而強調另外一些細節時，他們是在說謊嗎？真相是否永遠不變？還是說，我們把這個故事告訴不同的人，真相也跟著改變？真相是不是每一天都在改變？

真相是不是隨著我們說故事的對象是誰而改變？我們為什麼會對不同的人說不同的版本？

孩子們很喜歡這些問題，也很快就感覺到，他們不用總是懷著好意或者罪惡感（雖然他們有時的確會有這種感覺！），也不用為了想給朋友、爸爸、媽媽留下好印象而只

說出部分真相。他們知道，在他們和爸爸或媽媽之間，一個場域已建立起來，這個場域截然不同於他們和朋友或老師之間的場域，而那才是重要的事。這個在人與人之間的場域「渲染了真相」，一個女生有一次這麼說。

執行計畫

在我曾經從系統觀點出發用多種不同的方式帶過的班級中，班上內部的團結與歸屬感，讓學生們有高度的動機參與團體的活動。用不著我提醒，學生們越來越自動自發的掃教室的地板，地板通常是每個禮拜才清理兩次。學生們也帶來了室內盆栽，照顧這些植物，學校放寒暑假時又把它們帶回家。有一個女孩子以前是上蒙特梭利學校的，她提議班上同學把生活上的一些物件從家裡帶到學校來，比如說剪報、植物剪枝、最心愛的圖片，以及其他許多東西。

我們總是有一些大規模的計畫，沒有計畫的日子幾乎從未超過一個月，這當然也表示學生們還是得在很短的時間內把課程表上的進度學會（我定期會給學生一份課程進度表），只要在我認為合理的範圍內，我也願意減少一點教材。但是，想要拍攝一部電影的想法卻來自校園裡發生的一個事件。一個新來的學生把毒品放在一個小盒子裡，藏在樹叢底下。剛開始，他先是免費送毒品給一些學生，接下來他就要收錢。很不幸的，他被人發現了。當然，這件事發生以

後，我們討論各種不同的毒品，它們的作用為何，以及當有些學生使用毒品時，對於我們的影響是什麼。在這些討論當中，孩子們想到要製作一部電影，也想出了很好的劇情。有一個學生用一台 VCR 來錄影，他還拍了一個引子。這部電影長度十分鐘，我們把它拿到別的班級去播放，大家都給我們熱烈的掌聲。另一次，我們為家長之夜準備了當季應景的歌曲和詩，主打幽默詩。幾位學生表演默劇，展示他們畫在包裝紙上的大幅畫作，或穿上戲服。一個月之後，每一位家長都收到一份手抄的詩集，內容是那天晚上朗誦的詩作，學生自己抄寫裝訂。工藝老師和學生一起發明了一種裝訂技術，每個學生都做了很漂亮的封面。

有一個計畫我記得特別清楚，因為當學生做那個計畫的時候，他們學到了價值的變化有多快。

一個生態計畫

在九〇年代早期，很多人和企業開始思考地球的生態環境，討論哪些材料比較容易分解與回收，討論有毒的包裝，以及哪些材料可以腐爛分解。在我們一個小小的班級計畫中，有一個五年級的班級想到，在所有應該緊急探討生態問題的地方裡，學校應該是其一，但我們卻完全忽略它。在學校所用的材料之中，我們把所有應該當作有毒垃圾處理的材料列成一張表，但這些材料卻是老師要求要用的。

我們討論塑膠講義夾、塑膠套管、塑膠書和筆記本的塑膠套、塑膠的彩色簽字筆，墨水管和液狀墨水橡皮擦。學生們跟邦政府教育局聯絡，取得全邦在各個小學、主幹中學、商業中學、特殊教育單位和職業訓練學校就讀的確實學生人數。我們討論，一個學生一週需用掉幾個鋼筆墨水管，單單我們學校的三百五十個學生，一週就要用掉多少個墨水管，而每一年用完丟棄的鋼筆墨水管需要占掉多大的空間。接下來我們又做了一個計算，這次我們用的是整個慕尼黑市的學生總數。詳細數字我已記不清了，可是我記得，光是丟棄一個小小的墨水管，一年就須要占掉比兩間教室加起來還大的空間。知道這些數字之後，學生毋須多加考慮就選擇使用可以回收的材料了。他們不再用塑膠書套，而用包裝紙來包書，就像「古早的時候」小孩用紙包書一樣。我們花了一整節課的時間，給學生練習包書的技巧。至於筆記本，我們買了一大批紙書套，學生的塑膠套用破時，就可以換上一個紙書套。學生們蒐集報章雜誌上有關資源回收的報導，把它們貼在教室裡給大家閱讀。他們會問，學校教材所用的塑膠可不可以完全燃燒掉，不留剩餘物質。他們也研究彩色簽字筆、液狀墨水橡皮擦的資訊，發現有些材料有毒。我們一致同意用普通彩色鉛筆來畫圖，但要放棄液狀墨水橡皮擦就比較困難。這種橡皮擦通常被冠上「墨水殺手」的暱稱，不是每個人都願意別人看到寫錯的地方，墨水橡皮擦可以把寫錯的地方掩蓋得天衣無縫，學生也不願意把錯誤之處清楚地

畫掉，再把正確的答案寫在旁邊。一直到我告訴他們，承認錯誤而不塗改，讓錯誤顯現，而不是用「墨水殺手」掩蓋，反而需要更高的技巧，那些想把筆記本保持「漂亮」的學生才同意這麼做。就理想的筆記本應該全部都寫得正確，錯誤之處應該掩蓋的想法而言，我們算是跨出了一大步，我們要的只是真相。

有幾位學生組了一個代表團，向別班報告我們班的計畫，想讓其他班級的學生也加入我們的計畫。教員休息室裡，老師們也紛紛討論，我的很多同事還記得從前那些亂七八糟的紙書套和筆記本紙套。他們記得那些東西讓他們不勝其煩，因此他們一點也不想回到「石器時代」，他們是這麼說的。他們也受夠了一直斷掉的彩色鉛筆，還有不停地削鉛筆。在我的班上，我們已經討論過了，我們能做的最多只是替這個重要的環保議題鋪路，但孩子們知道，只要做好榜樣，他們就有影響力。在這個時間點上，我們能做的不多，但至少我們已經動了起來。

我們在操場上放了兩個垃圾桶，一個垃圾桶專收丟棄用完的墨水管，並放置有關可重新灌墨水的墨水管說明書。我們準備了墨水瓶，想要重灌墨水管的班級可以向我們免費索取。我給班上同學看過一個巨大的墨水井，裡面裝了一公升的墨水，學生們都感到很驕傲。

另外一個垃圾桶專收用破的舊塑膠書套和講義夾。幾個星期之後的班上年度旅遊，我們把這些垃圾帶到有毒垃圾處

理場去丟掉。在這裡，學生們看到哪種有毒垃圾是倒在這種地方，這些有毒物質又是如何處理，我們都非常驚異。

開始時，我們以為我們的環保意識在學校裡沒有引起共鳴。我們總共花了三年時間，才在學校裡建立了垃圾收集計畫，並讓學校的老師接納這個計畫。但是在第四年，教育當局打了電話來，強烈鼓勵老師盡可能避免使用塑膠製品，用可以重灌墨水的墨水管取代塑膠墨水管，只要可能就使用紙製的書套和筆記本套，避免使用墨水橡皮擦，改用以前那種畫掉錯誤之處的方法等等。那些已經開始把使用環保材料當作使命的學生們告訴我說，他們很驕傲很早以前就有這麼先進的環保意識了。那時，他們正要升九年級。

問候一名生病的女性

這裡，我要跟讀者們分享一個讓我深受感動的小計畫，因為那跟我的母親有關。有一年春天，我的班級學了比平常還多的歌曲和詩謠。我跟孩子們說，這些詩和歌曲我母親全都會，雖然她已經八十六歲了，每一首都還背得出來。那時我的母親病得很嚴重，我把這件事跟班上同學說了。有一個男生想到錄音，把詩歌朗誦錄在錄音帶上，並且製作一份手抄本送給她，像一年以前我們為家長製作的那種手抄本。

他們真的做了。我們利用生活倫理課的時間來做這件事，只有信奉回教的孩子去上課。為了製作這卷錄音帶，孩

子們把那節課的天主教和基督教同學都找來幫忙。在每一首詩歌中間的空檔，孩子們配上了音樂做為間奏，在錄音帶開始和結束的部分，他們唱了一首關於春天的歌。幾個字寫得特別好看的男生和女生為這卷錄音帶製作了一份手抄本。孩子們很想知道，當我把這份禮物帶到醫院去給我的母親時，她的反應如何。我把整個過程講給他們聽，一個細節也沒放過，我說我替她戴上耳機，她聽了錄音帶喜極而泣，小聲跟著錄音帶裡的聲音一起背誦那些詩。我把她感謝的話錄在同一卷帶子上，這樣全班同學都可以聽到。我的母親用她那微弱的聲音向他們致謝，跟他們說他們讓她非常快樂。

4.3 衝突化解了

一個適當的象徵動作能夠化解衝突

一次又一次，孩子們開始樂在嘗試用不同的方法化解衝突。

要化解小衝突，我曾經建議他們應該向對方微微一鞠躬，說「我很抱歉」，看看這樣有沒有效果。他們已經覺察到光是說「哦，對不起」是不夠的，尤其是這讓無辜的那個人挑起擔子，消除犯錯的那個人的錯誤，一個學生有一次說「那是雙倍倒楣！」

在「正常」的例行公事上使用這些象徵動作，對孩子們來說是一種讓他們感動的經驗。開始的時候，他們認為這些象徵動作之所以有效，是因為我們已經實驗過了，也玩過了家族遊戲。但是，後來他們發現，真的只要身體的微微一鞠躬，再加上一句簡短的句子，就很有效了，要是能夠誠懇地說「我希望能夠做些彌補」，則效果特別好。那表示，他們不用再耗費力氣去爭論誰對誰錯，費勁解釋，或為了他們的行為而對老師或同學負責。因此，他們開始練習這些動作，並報告他們的經驗。

靠著這一個平靜、尊重的動作和一句簡短的話，孩子們成功修復了關係之中的平衡，對此他們感到非常驕傲。他們同時也注意到，只有懷著真誠的心，這麼做才會有效。

每當教室出現有此需求的狀況時，孩子們就會喊出「鞠躬！」有時候有問題的學生自己會立刻站起來鞠躬，用不著別人叫，以這種動作表達他／她對自己的感謝。

那有兩種效果：第一，這種儀式動作引來感謝，而每一個人都有權力表達自己的羞愧或難堪的感覺，以及任何隨之而來的抗拒。這是一種可行的解決方法，當鞠躬達到了它的目的時，就會出現一種情緒紓解和愉悅的感覺，那種艱澀而沉重的情緒似乎自動消失了。

遲到

每當有學生上課遲到，他／也會用我們練習過的這個動作。那個遲到的男生或女生會走到我的講桌前，微微鞠躬，說「我很抱歉」。有時候我們會笑出來，因為他／她說的不是真的，但是那化解了尷尬，接著我們就會一起想一個更為恰當的句子，比如說「今天，準時上學對我來說不重要」或「我最好找到一個好藉口，因為我對遲到這件事還不覺得難過」。孩子們很喜歡「還不」這個字眼，因為他們注意到自己必須改變，可是內在的態度不太正確。這句話包含兩件事，一件是他們想要維護的態度，另一件是暫時的真相。

從催眠治療的基礎來看，我們知道，當他們說「還不」的時候，它很快就會失效。

用代表來演出衝突

雖然在受過系統訓練的班級裡，孩子們互相之間的確表現出更多的關心與尊重，但是，我們仍然免不掉嚴重的衝突，那些衝突使我們無法好好上課，我們必須很快介入，找出解決方法。

孩子們自己發現，在衝突之中，對立的兩方可以找出兩位對衝突毫不知情的代表，然後做排列。這個過程的結果是，產生衝突的孩子能夠更專心尋找可能的解決方法，否則這個能量通常都浪費在無止盡地描述和解釋發生的事件，以及煩人的選邊站以便定出罪魁禍首上頭。但是，假如我們做排列的話，每一個人都專注在解決方法上，看著兩位代表怎麼站，是互相靠得比較近或是離得很遠，是各自看著不同的方向或是近距離的面對面。

有一次，一個男生踢了別班的女生。那個女生的姊姊在我們班上，她狠狠揍了那個男生一頓。

通常，在這個節骨眼上，這個衝突必定會引發全班議論紛紛，大家各有各的意見，目擊者有自己的說法，因此，衝突很快就會擴大成為一場紛爭，規模之大幾乎無法做後續處理。

但是這一次，衝突的兩造各自選了一個男生和一個女生做代表，把他們兩個排得距離很遠。但是兩位代表並不讓我們覺得他們是互相對立的，然後那個男生說他不怨恨那個女生，除了她妹妹經常惹惱他之外。那時，我在排列中加入了一個妹妹的代表，妹妹在另外一班。突然之間，場域中的動力展開了。後來加入的女生說她覺得那個男生很愚蠢，她就是想找他的麻煩。男生的代表聽了，走到那個女生的面前，舉起手來，好像要打她的樣子。我進入排列現場，以便確保他不致於真的打她。男生說，現在他真的很氣那個女生，所以才揍了她。女生的姊姊此時走到他們兩個中間說：「我要保護我妹妹，不管她是對是錯。」這裡再一次證明，血濃於水：家人之間的團結比基本正義來得優先。

我們在事先不知道事件細節的情況下，重新演出了這場衝突。

全班學生專心一致地看著眼前發生的事，教室裡鴉雀無聲。接著我問每一個人，我們可以怎麼做。另一班的女生代表對男生說「對不起」，並向他微微一鞠躬。接下來，男生朝她伸出手，表示接受和解。她握住了他的手，看起來很開心。那個把男生揍了一頓的女生走向男生，對他說「對不起，我妹妹讓我這麼做的。」

我建議女生，要她讓男孩實現一個願望，這樣他就會知道她真的很抱歉。男孩點點頭，還是很痛苦。過了一會兒，下課回來時，他的桌上放著一塊糖果。衝突化解了。

在我們用這種方法化解的很多衝突當中，孩子們自己明白了，如果沒有一種能表示善意的明確動作，衝突就永遠無法化解。確實重建衝突，不用言詞，就安撫了班上的孩子。每一個人都知道，「壞人」必須有所表示，也知道哪些動作適合修復關係。那就像一種祕密的力量，存在所有孩子的良知之中，在很短的時間裡就平復了情緒的波動。

無心之過

有一次，班上一個男生絆倒了另一個男生，害他受傷很嚴重。受害者後來踢到一個大桶子而摔倒，把膝蓋骨摔碎了。他被送到醫院，動了手術，腿上打了石膏。這個例子非常清楚，我們討論當我們做了某件事造成別人的傷害，而那傷害超過原來我們的意圖時，這時我們能做什麼。很明顯，絆倒別人的那個男生感覺很糟，我暗示他，或許某件非常耗時也非常費力的事會發生在他身上，使得腿上打了石膏的男生相信他的悔意，這樣就能彌補他犯下的錯誤。我要全班同學不要給他任何建議，讓他自己去想。

接下來連續十二天，每天放學之後，這個男生都搭公車去醫院看受傷的男孩，帶功課去給他。這是他自己想出來的方法，他的父母也同意他這麼做，雖然男孩後來告訴我，其實兩家人的感情並不是特別好。這件事的結果是，兩家人之間的衝突也化解了，兩位母親又重新跟對方說話了。

「你是我們的一份子！」

當然，有些孩子總是很緊張，總是調皮搗蛋。著重解決方法的氛圍，不足以讓這些孩子在班級或學校裡謹守本分。老師們知道，他們的同學受夠了，就會羞辱那些搗蛋份子，或者像我們學校那樣，讓他們坐「熱板凳」，不然別的孩子也會要求老師處罰他們。有時候，在校務會議中，老師們會把這些棘手學生的問題提出來。

當然，我盡量避免上述的解決方法，因為兩者的結果都會在學生身上留下某種污點。

有一次，我有一個學生的行為嚴重干擾我們的德文課和生活倫理課。他踢同學的小腿脛骨，強迫女同學「付費」給他，也就是說，如果要他在放學回家的路上放過她們，她們就得付錢。他很少做功課，雖然他很有潛力拿到好成績，分數卻很低。沒多久，所有的人都受夠他了。正當我準備打電話給他的爸爸的時候，班長來找我，說這個男生應該要坐「熱板凳」，這樣她才能跟他說，他是怎麼欺負她的。她也要求這個男生歸還從女生那裡索取的金錢，有幾筆錢的金額還相當大。我要她再等我一天，然後我思索著「這個男生不可能願意去坐熱板凳——他不是把板凳丟到窗子外面，就是自己跑掉。」

第二天，這個男孩來找我，哭喪著臉，他聽到班上同學打算怎麼修理他了，他要我幫幫他的忙，他非常怕坐「熱板

凳」。突然之間，我意識到動力，我看到這個男生總是讓自己置身於團體之外，而不是成為團體的一份子。

我沒有多想，立即告訴這個男生，我有一個訊息要傳達給他，班上其他同學也是。每一個同學的訊息都一樣。這時，班上同學沒有一個人知道這個訊息是什麼。

我開始很大聲對他說話，很謹慎地措詞：「萊納，你是我們的一份子。」全班同學們一個接一個，一排接一排，二十二個學生全都重複了同樣的句子。教室裡安靜無聲。我們都很熟悉這樣的靜謐，每當有些事情成真時，這種安靜就會降臨。萊納哭了，他靜靜地坐下來。我想，這是他第一次不用別人要求，自動自發坐下。所有的學生都知道，這件事的效果會自己發生。萊納抓住機會，改變了他的行為，把錢還給了同學。不出幾個星期，他就融入了班級，成為其中的一份子。

老師規定底限

另外有一個男生，他不願意承認自己某一個功課的字跡太潦草，因此我不能接受。「可是我的字跡沒什麼不好啊，我不知道你的問題在哪裡？」他說，聲調既嚴厲又自大。碰到這種情況，我通常避免掉入爭論的陷阱。我說：「這裡我是老大，我說了算。」但這個男生不想低頭，於是我建議他坐在我的講桌旁，和我一起做我的工作，反正他認為自己是

老大。我這麼說的時候，態度非常認真。我把注意力轉向班上其他的孩子，然後在黑板上寫了幾個字。他一直站在我的身邊，靠得很近，我完全不知道這個實驗會出現什麼結果，我只是繼續上課。大約過了十分鐘之後，他說：「我要回去坐在我自己的位子上。」我問他：「你要回到同學那邊去了嗎？」他點點頭。我把他的筆記本還給他，到了第二天，不用我催促，他自動交了一份書寫工整的功課給我。

縮到合適的大小——化解內在衝突

幾天以後，一個女生來找我，她說：「我覺得我起碼跟妳一樣大，我可以坐在妳的位子上嗎？」她走過來，跟我一起坐在黑板的旁邊。有幾個學生不由得竊笑起來。接下來我們就各做各的事，我在班上一組組的座位之間巡行，她一直跟著我。十分鐘之後，我問她：「怎樣，妳還是覺得自己很大嗎？」她點點頭。她一直跟著我很長一段時間，才回到她的座位上做自己的事。

為了多瞭解一些這個例子的背景，我應該說明的是，這個女生每天下午都得照顧她的三個妹妹，因為媽媽去工作了。此外，她還得買菜、準備晚餐，還要洗衣服。她的爸爸病得很厲害，什麼也不能做。這個女生一直到晚上才有空做功課，那時她的妹妹們已經上床睡覺了。她的成績非常差，但是她覺得自己很大，甚至比她的老師還大。我相信，讓她

站在我的旁邊，使她能夠從她過重的責任感之中，以及她對於人生的看法之中走出來。她開始感覺自己又是個學生了，老師才是那個老大。

我們可以看的很清楚，這個過程對她有用。我和她的關係剛開始時本來很疏遠，後來也變得比較熱絡。她開始喜歡上課，一天比一天好。

以上兩個實例證明，檢視基本的序位，把孩子放在適合他們的位置上，對他們的幫助有多大。

十字架與見證詞

有一次，有幾個學生展開了一場「宗教論戰」。這件事發生的時候，巴伐利亞邦正在辯論應不應該在教室裡懸掛十字架，若是如此，應不應該懸掛耶穌受難十字架。我很高興慕尼黑市政府沒有錢把所有教室裡的十字架換成耶穌受難十字架。有一天，下課的時候，班上信回教的幾個男生把教室門框上緣懸掛的十字架取了下來。休息時間一過，我聽著他們有什麼話要說。其中一個孩子說，他不要坐在一個掛著基督教十字架的教室裡面，他的爸爸也說過同樣的話。我聽了之後，拿出包裝紙、墨水和鋼筆，然後我問班上學生，有誰寫得出見證詞（Shahasa）的開頭，也就是阿拉伯語的祈禱詞（萬物非主唯有真主）。有兩個女孩子會寫，於是她們寫出來了。後來我把這篇祈禱詞掛在門口，就在十字架旁邊。如

此一來，孩子們心滿意足了。這件事很快傳開來，事件發生沒多久，有幾位回教家長來我的辦公室看我，有事情要跟我討論。但是他們來的真正動機，是想看看見證詞是不是真的掛在十字架旁邊。看到之後，他們顯然都非常滿意。

4.4

我的老師史提夫·德·夏澤和 根特·施密特對我的影響

我對上述幾個實例的處理方法，深深受到一位美國短期治療師，史提夫·德·夏澤（Steve De Shazer）的影響。他對處理衝突的有效建議，常常使得孩子們目瞪口呆，驚奇不已。夏澤把所有發生於關係脈絡中的行動，都解讀成合作（cooperation），即使我們通常會給這些行動貼上侵略（aggression）、拒絕（rejection）、敵對（rivalry）或抵抗（resistance）的標籤。結果，採取行動的那個人並沒有喪失資格，反而還是留在關係脈絡之中（「你是我們的一份子！」）。

144

假如有問題的行為再度出現，或繼續很長的時間，夏澤認為，這時應該找出例外的情況，在此情況中，某種解決方法曾經奏效（例如，「別忘了你學會英文單字的那段時間。」）。夏澤相信，問題和解決方法之間，並沒有任何關聯。

他發現，越仔細敘述問題，就越會陷入一種「問題出神狀態」，指的是固著在衝突中的狀態。面對一個經常找不到時間做功課的孩子，夏澤永遠不會允許他解釋為什麼事情

會這樣。相反的，他會跟孩子討論，問他在什麼時段和什麼情況下可以做功課，也要他形容那天他在家做功課的時間和地點，可能也會要求他回想一下當時他的媽媽、爸爸和兄弟姊妹在哪裡。當然，有一個重要的問題是，當功課做完的時候，那個孩子的感覺是什麼。如果孩子想不起來任何一次做完功課的經驗，夏澤甚至會問他一個「奇蹟問句」(miracle question)：「想像一個奇蹟剛剛發生了！有些無法解釋的原因，讓你很想做功課。你會想坐在什麼地方寫功課？你會想先寫哪一科？你可能會一吃完午飯就寫，還是下午晚一點，等你玩完了再寫？那時，你的兄弟姊妹、爸爸、媽媽可能在這裡？想想，家裡哪一個人會第一個發現你的功課已經做完了？那個人會發現你有什麼改變嗎？誰可能不在乎？在你成功寫完功課的那一天，你對這件事會有什麼看法？」上列問句還有很多其他的問句，可以說都會形成好的意象，也就是當奇蹟發生，問題解決之後的意象。我的經驗告訴我，這一類的技巧，一般稱為催眠技巧，能夠帶來解決方法。

另外一個能夠用來引發兒童覺察歷程的方法是「真相差別的遊戲」(The Game with the Differences)。在前面的「思索真相」(4.2)那一節當中，孩子們藉由說故事和說話，覺察到某件事情的真相浮現出來，也覺察到這個真相會隨一個人談話的對象而改變。

在同一節當中(「量尺」)，我們也看到孩子完全能夠辨認父母、老師或自己的意見、意圖與觀點之間的差異。

從根特·施密特（Gunther Schmidt，催眠治療師，屬於賀姆·史提爾林〔Helm Stierlin〕為首的一個團體）那裡，我學到另外一些技巧，包括「重新架構」（reframing），亦即把某些事件或經驗放在新的脈絡中來檢視（請參照118頁以及175頁談想像力的段落）。使用這個技巧時，孩子們對於他們日常生活事件的重新詮釋，呈現出極高的創造力。他們的重點放在「他／她真正要的是什麼？」這一個問題上，完全瞭解柏特·海寧格的「爬下來」（194頁）故事傳遞的訊息。這表示，有時候我聽到的是「法蘭克老師，妳認為她是不是想多瞭解我一些？」而不是「她推了我一下，因為她想找我的麻煩！」

另外，「良好行為」（behave your way）的解決方法，在一些較為棘手的情況中，也能鼓勵孩子把注意力轉移到好的感覺上，彷彿他們已解決了問題似的（例如：「為遲到道歉」）。克麗絲蕾娜（83頁）想像她的事情順利解決，相信氛圍很好，彷彿真的找到解決方法，此時她也感覺比較平靜。

我們經常討論假裝找到解決方法究竟可不可以，也談過我們這只是自欺還是從一個全新的角度看待和描述我們的經驗，真能帶給我們改變實相的力量。

4.5

從家庭有機體到學校組織

有關學校的思考

有幾次機會，我們討論了家庭的規則，其中包括：

- 能夠尊敬父親和母親的孩子，感覺良好
- 年長的家庭成員比年輕的成員優先
- 我們需要家庭的保護，因此，我們也必須為家庭做些什麼
- 為大家付出最多的家庭成員最有權力說話
- 即使是不勞而獲（例如：一個人生病或做了什麼壞事），家人的愛和向心力依然在
- 當父母吵架的時候，身為孩子的你也跟著受苦，但是你沒辦法逼他們做什麼

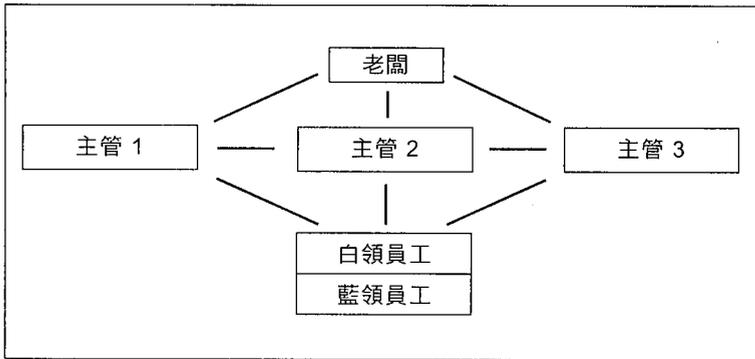
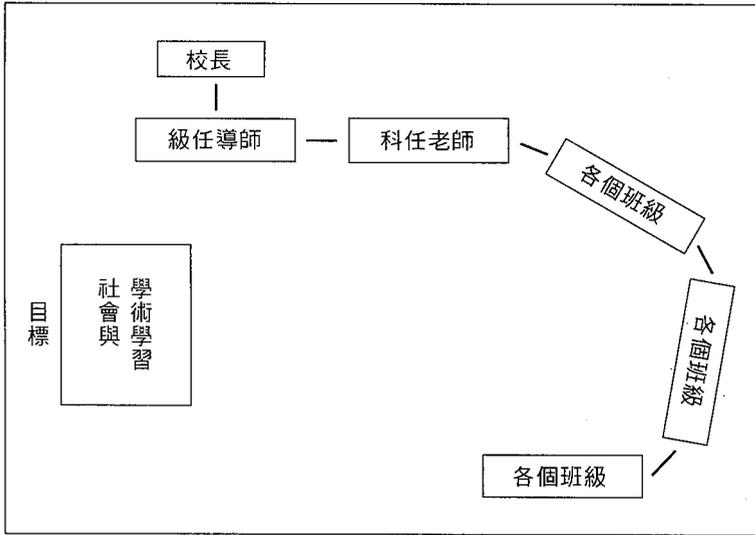
孩子們在思索自己、自己的家庭以及體驗過家族系統排列之後，自己想到上面這些家庭規則。

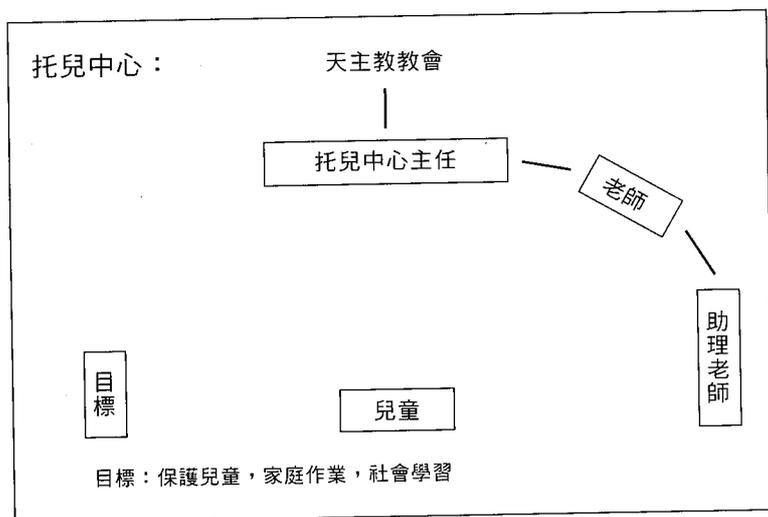
有機體是什麼？

有一次，在我們試著回答「在家族圖像中深深感動了孩子的交互意識，在班上好友之間是不是也有同樣的作用？」這一個問題的時候，我們坐了下來，思考學校本身以及學校的規則。後來，對於班上出現的場域，我們也想到一些實驗的方法。

我們大約用了三、四節德文課的時間來討論我稱為「從家庭有機體到學校組織」的議題。

我們談到成熟的活有機體，比如人類、家庭、動物和動物族群、集體行動的動物群，以及依靠別的植物才能生長的植物、水塘、森林和沼澤。孩子們分組討論，找出合乎有機體概念的圖像。另外，他們也找出合乎組織需求的條件。我很驚訝地發現，他們對這些概念的想法可真不少！因為已經畫過家族組織圖，所以他們馬上就開始為我們的班級結構畫出藍圖，他們畫出來的結構圖真的很有趣（稍後我會多加說明）。有幾個學生把他們的父親畫的公司結構圖帶到學校來，還有一個孩子帶了一家托兒中心的結構圖。





有一次，我們在黑板上寫了如下的條件：

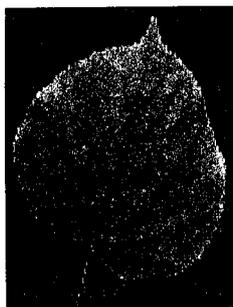
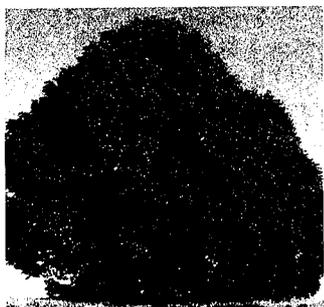
有機體

- 從根部生長（人類或動物的父母生出或孵出後代）
- 是活的（植物、動物與人類有一段壽命，期間他們成長最後死亡）
- 能夠不靠外在協助自行繁殖
- 需要外界提供食物（植物需要好的土壤，動物需要適當的環境，人類需要食物也需要知識和技巧）
- 個別成員單獨死亡（祖父過世，我們仍繼續存活，家族仍繼續存活）

- 可能被殺死
- 受傷的時候，能夠自我療癒或是被醫治而痊癒
- 擁有必備的生活條件（身體需要食物，否則就會死亡）
- 有其結構（樹幹、樹枝、樹葉、根部，或心臟、腦部、肺部、腎臟、血液、頭部、身軀、手臂、腿部，或父親、母親、孩子、祖父母、孫子女）
- 其結構只能做有限度的修改（如果一個人只有一條腿，他不能做的事有哪些？）
- 需要一些不可改變的生活條件（魚在陸地上會死，植物生長於原產地才茂盛）

我們討論到有機體需要什麼來維持生命。孩子們從生物課本裡挑出有關蜂巢和蟻巢的章節，以及有關自然生態的章節，比如水塘和沼澤、海洋和泥灘地，或高山景觀。當然，我們討論了有利於家族的生活條件，尤其是有利於他們小孩子的生活條件。那些難民孩子說，他們被迫離開了自己的地方，我們可以看得到，一個孩子完全調整自己適應新的國家，或許還覺得異鄉有如故鄉，需要無比的能量。

有關結構的問題也激發了孩子們的想像力。在生物課裡，我們談到落葉樹，我跟他們解說全慕尼黑市到處可見的菩提樹。它的葉片結構重現在整棵樹的結構之中。我們仔細觀看了菩提樹葉的表面，有幾個孩子把它畫了下來，到了秋天，當菩提樹的葉子全部落光之後，我們從光禿禿的樹枝上更能夠看清楚它的結構。



© Andreas Niedmüller

菩提樹／葉

速度雖然慢，但是孩子們確實訓練了自己看待事物的眼光。動物和植物的世界裡有太多的例子，讓他們可以親眼看到什麼是結構，以及這些結構在動、植物身上又是如何反覆再現。這個議題對學生的影響很大，連美術老師也決定在美術課中以它為主題。她和學生一起研究東方的裝飾花紋，將這些花紋複製、修改。第二堂，他們研究了非洲的圖形。那一年，班上有兩個非洲來的男孩子。學生們學會結構元素的區別和分門別類。

組織是什麼？

後來孩子們把他們對於組織所知的一切，或是他們可以在百科全書找到的相關資料收集在一起。有一次，他們列出的清單上包括了下面的項目：

組織

- 由人類設計建構
- 很多人可以使用（學校、幼稚園、醫院、轉運中心、消防隊、軍隊、政府）
- 有一套由人制定的規則，以便維持組織的功能
- 為人們服務並保護人們
- 不遵守規則的人會傷害到其他人，並受到懲罰（例如，在學校裡，坐公車不買票）
- 可以改變已經無用的規則
- 每一個組織都有一個結構（校長、老師、學生、校工、教育部門）

家庭有機體和學校組織的比較

在另一節課裡，我們比較了家庭和學校的結構與規則。

當我們做比較時，我們思考學校班級的規則和家庭規則有哪些相似，哪些不相似。這時，學生們很快就意識到，班

級導師的地位類似家庭中母親的地位，雖然兩者不盡相同。同時，學生們把校長的地位比作家中的父親，他們意識到，雖然老師和校長的地位舉足輕重，學生卻能夠改變後者的工作場所。他們也看到了，一個班級的學生屬於一個團體，就像一個家庭的兄弟姊妹同屬一個團體一樣。他們明白，一個團體的成員必須互相容忍，即使他們彼此感覺如同陌生人也一樣。另一方面，每一個孩子都看到了，和家庭相反的是，在班上有時某個學生會不屬於這個團體。譬如說，他們提到幾個道別的例子，他們非常難過，像是班上同學離開了，回到他們原來的國家，或者，某個同學的成績不夠好，必須轉到特殊教育學校，還有，某個學生很長一段時間生病，必須重讀一年，或同學的父母搬走了。

他們告訴我說，當他們跟這些同學道別時，心裡非常難過，雖然這些同學離開也許對全班同學都比較好，但是他們心中仍然感到失落。事實上，他們離開對班上同學並沒有比較好。他們還記得有一次，當班上的調皮鬼離開之後，另一個學生無預警地突然取代了他的位置，開始調皮搗蛋。那是一種無意識的意圖，為了要填補離去的男生留下的空位。不久之後我們就發現，我們的班級從僵化的組織轉變成有生命的有機體。而且，有時候，我們的反應就像一個家庭一樣。

從那時起，我們開始給要離開的同學寫惜別信，每一個人都因此鬆了一口氣，似乎道別有了一個結尾。有一封信我記得非常清楚，它是這麼寫的：「親愛的亞尼克：當你從西

伯利亞來到我們班上時，我們認為你非常有趣。你溜冰溜得那麼棒，你是最棒的人。但是，很快我們就覺得跟你在一起感覺很怪，我們不斷吵來吵去，每次你都坐在位子上，什麼也不說，然後就跑走了。我們好想念你。我們希望，他們會允許你跟爸媽住在一起，不要叫你去一個比以前更嚴格的收容所。」（事實上，這個學生失蹤之後好幾天才被找到，他們找到他之後，把他安置在一個有門禁的機構裡。）

回教學生對階級問題特別感興趣，他們想要知道誰的權力比較大，老師還是校長。

這個問題一提出來，孩子們笑了。一個回教女生說：「校長有好多個妻子。」在慕尼黑長大的孩子對這個議題的態度，截然不同於來自土耳其或波士尼亞的回教孩子。

他們也問我，當老師跟校長說話的時候，以及媽媽跟爸爸討論事情的時候，老師的決定權是否不如媽媽？有一次，一個回教男生甚至問我，一個男老師是不是可以不理一個女校長？他無法想像這種事是有可能的。對很多回教男生來說，回教女生也一樣，階級的議題從他們十歲左右以後就啟動了一段艱難的歷程。在家裡，他們體驗到父親的絕對特權以及男人的世界。但是在學校，他們卻又學到男女兩性平等。一個不久之前才逃離阿富汗的男生，有一次在生活倫理課對我說：「妳站在我的面前，穿著一件長度只到膝蓋的裙子，這樣我沒辦法聽妳的話，甚至沒辦法看著妳。要是在阿富汗的話，我得不斷洗手才行。」（洗手在阿富汗是一種潔

淨儀式)

在這些討論當中，孩子們往往有一種共同的想法，亦即，雖然家庭規則和學校規則有很多相似之處，但是，包括上下課鐘、課程表、每天都得上學、家庭作業、成績單等等在內的學校規則，卻都很僵硬、不容變通。不錯，家庭裡也有規則，但是孩子們覺得家庭規則會隨著時間改變，即使規則的結構本身不變，但這些規則的變化就嵌在父母對他們的正面態度之中。

班上的學生慢慢覺察到以下的事實：當我們在家庭裡必須得遵守不可改變的結構和規定這樣的背景之下，很多部分其實是有彈性的，我們可以用充滿愛心的方式來調整這些部分。某些簡單的事實造成事情不斷改變，比如說孩子不斷長大，母親重回職場，或姊姊離開家庭，或祖母過世。很多來自塞爾維亞或克羅埃西亞的孩子告訴我們，很多家裡的改變都發生在他們離開之後。

學校的規則也有可以改變的彈性部分嗎？

這是我想要學生們思考的問題，因為老師和學生的獨立，以及發展和創造的機會，就始於這個領域。

僵硬和靈活規則以及這兩者如何互相影響

我們一開始先思考不可改變的法則，通常達成的協議如下：

- 校長是學校的最高首長
- 老師教導學生
- 學生尊敬校長和老師
- 學生有權利受到尊重
- 校長、老師和學生遵守學校的日程表
- 學生遵守校長和老師的教導

通常我會準備一份學校的規範和守則，然後一起讀其中幾個重要的章節。這些是「嚴格不變的規則」。

學校的規範和守則為我們每個人定出清楚的界線，無論校長、老師還是學生都要遵守。然而，它也給我們各班自訂一些規定和守則的自由。這是我們在學校裡必須要找到的靈活規則。

在我教的一班七年級裡頭，學年一開始，我就帶全班出去玩，藉機讓大家互相認識。那天下午，有幾個男同學來找我，要求我准許他們喝啤酒，因為他們在家也准喝。我沒有答應他們，原因很簡單，我不能允許未成年人飲酒，否則我自己教師的職位可能不保。男生認為我不跟他們合作，大聲嚷嚷著，但是到了第二天，他們不滿的情緒已然煙消雲散。有趣的是，一整個學年下來，這幾個男生特別合作，我認為

那是因為他們承認也接受我不會為了討好他們，跟我自己清楚設定的界線妥協。

在我接受根特·施密特（海德堡學派）的訓練期間，我們經常思索那些任由家中規則模糊不清的家庭出身的孩子。在這些家庭裡，父親犯了法，孩子隨意出門或回家，抽煙喝酒沒人管，而且孩子還掌控了父母一方或雙方，這裡只是舉幾個例子，說明一下他們生活方式而已。我設立並維持清楚的界線，來自這些家庭的孩子在家裡從未有過這種經驗，但此時他們反而特別感激。每隔一陣子，如果我說「即使你的爸爸、哥哥、媽媽在家裡做的事跟我們在學校做的事不同，你還是永遠愛他們」，就有辦法幫助這些孩子解除困惑。

反過來也一樣：有些孩子家裡的規矩太嚴格了，這時，如果能多一點彈性，或能重新商討過去的決定（比如零用錢、行程等等），家庭生活可能會更加生氣勃勃。

上課時，我們探討過哪方面的規則可以稍微改變一下。當然，孩子們有家庭作業，但那絕對是可以商量的，譬如說，家庭作業的分量對某一個學生來說太多，或對另一個學生來說挑戰性不夠或不適合。那時，我就會做一些改變。

學年一開始的頭兩個月，如果某個學生在自己的位子上坐不住了，他／她可以站起來，到校園裡走一走。學生們知道我不會讓他們濫用這項特權，更不可以利用這項特權。少數學生會問我，他們可不可以站起來去上廁所，這是一個困擾很多班級的議題。

有時候，我在班上會有一個代罪羔羊，每一個老師都知道我在說什麼。一有事情發生，你就會自動看著這個學生。我不想讓這種情況繼續延續下去，於是給他／她換了新的座位，一直到我能夠和他／她好好相處為止。

孩子們注意到了，如果他們在行為上遵守禮節並尊重大家一致同意的規則，就能夠享有更大的自由。這也讓我有機會把維護自由的責任，逐漸轉移到孩子們自己的身上。

越界與命運

為了描述來自前南斯拉夫的孩子們從前承受的暴力有多少，在此我要舉出幾個實例。

在生活倫理課中，有一次我們討論到遭受戰爭暴力的孩子們。一個塞爾維亞來的男生說他有很重要的話要說，但是他不能大聲說出來，所以他選擇把它寫下來。他告訴我們，有一年暑假，他和爸爸媽媽待在塞爾維亞的家鄉，他寫道：「我的好朋友們說，假如你還想繼續跟我們一夥，就得和我們一起去樹林裡。他們身上帶著槍，接著就開起槍來，我真的很怕有人受傷。當我這麼說的時候，他們只是一笑置之。他們告訴我，他們已經開槍射過很多人了，有一次他們還把被射死的那個人的耳朵和雙手割下來。我再也不要回塞爾維亞，但是他們是我的好朋友。」

這個男生有著極大的內在衝突。他叫我不要告訴任何人

他寫了什麼，連他的父母也不可以說。我心想，在未來的歲月中，這種沉默最終會對他造成什麼影響。別的孩子不僅無法想像，也無法承受他經歷過的暴力。我也想知道，他和這些孩子在一起時，有什麼感覺？我慢慢開始在上班時間找這個男生的父母談話，過了好幾個月，我信守諾言，沒有公開他們的兒子寫給我的故事。但是，適當的時間似乎終於到了。後來，當孩子的父母也分享他們的真實故事時，我看到這個男生明顯放鬆。從那時候開始，他能夠交朋友了。

學校班級也有「交互意識」？

孩子們體驗到他們可以怎樣互相為對方排列家族圖像，探索家族圖像的感覺那時候，他們問了上面這個問題。「我們對彼此的認識是不是比我們想的還要多？」一個學生這麼問我。我曾經跟他們說過，我讀到有關一間美國原住民學校的報導，那間學校裡的氣氛非常嚴肅，學生之間不准做太多交談，他們最親近的人就是坐在旁邊的那位同學了。但是，學生似乎也無須交談太多，因為他們的感知非常靈敏，互相之間的瞭解已經足夠。我的學生對此很感興趣，有一天，我們開始了一個實驗，學生之間盡量少跟別人說話。兩個小時之後，就在下課以前，他們又開始交談，告訴別人他們覺知到什麼。他們分享自己的觀察，坐在旁邊的同學快不快樂，

上課專不專心，是不是很想學習，以及很多其他的觀察重點。他們很訝異，自己對同學其實所知甚多。當然，他們以前就常常注意到，班上有一股新的精神影響著他們，他們認為那是家族遊戲帶來的。這一點我非常同意。他們彼此互相尊重，因此得以成為一個充滿生命的班級共同體。有一個女生說：「我們吵架之後，重新和好的速度比以前快多了。」她的觀察充分描述了有生命的系統的再生能力。她說得沒錯，相較於以前我教過的班級，現在我已經很少需要介入學生的衝突。我把一個我讀過的有關自我管理的故事梗概講給學生聽（von Schlippe a. Schweitzer 1996, p.55）：

「當你看到一個朋友的汽車上有一個凹洞，也看到朋友的頭上有一個凹洞，無論哪一種情況，你想都不想就會假設這個凹洞是碰撞造成的。如果三個星期以後，汽車上的凹洞還在，你會問你的朋友為什麼她還不想辦法修車。但是，假如是她頭上的凹洞，你一定會納悶，懷疑是不是出了什麼差錯，為何三星期後她頭上的凹洞仍在。事實上，你很可能會假想，朋友的頭是不是又撞了一次，因為，一個功能健全的身體會在短時間內自行修補很多傷口。」

這個故事讓他們思考。他們告訴我，有的朋友老是找碴，不管你做了什麼，老是不高興。但是，他們又說，在他們的團體裡，他們立了規則，不准那些孩子一直表現出那種行為。

一個肢體練習——觀察你對面的人

有一次我們做了一個練習，題目是「班級是一個有機體」。每個學生選一個夥伴，兩兩面對面站立，距離大約兩公尺，他們的任務是試著感覺對方今天站得舒不舒服，或他的身體有什麼地方在痛，站著是不是很費力，他們的腿、背部、胸部和頭感覺如何。接下來，他們要試著觀察對方，眼光從對方的左腳開始，往上移動，經過腿部，沿著身體外緣向上延伸，到左手臂、左邊肩膀、頭部——兩人的眼光不可交會——然後再沿著右手向下等等，最後再到回到對方的腳。再接下來，他們要在心裡記下對方腳的位置，站在他的對面，試著模仿他的姿勢。然後當他們換到另外一邊站出對方的姿勢時，他們要感覺身體上有何不同，以及氣氛上可能有何不同。這指的是，想一想雙腳站法不同的時候，感覺如何，或者當身體的某一部分像背或腿因為比較強壯或虛弱特別有感覺時，他們的背部、臀部、胃部或肩膀感覺如何，他們的心情是不是因此和平常不同，是比較開心還是比較難過。

當然，我們最初開始做這些練習，有些孩子很緊張，尤其是那些感覺不到或是無法專心感知自己的身體覺受的孩子，我並沒有堅持他們一定要參加。但是，隨著時間過去，這些孩子漸漸敢於做更多嘗試。我們越來越訝異我們之間其實已經有很多瞭解，例如，有一天某個人頭痛，某個同學心

情有一點不好，或她的腿很強壯，或其他情況（請參考「想像力，身體覺察力」，175頁）。

班級是一個有機體，也是一個組織單位

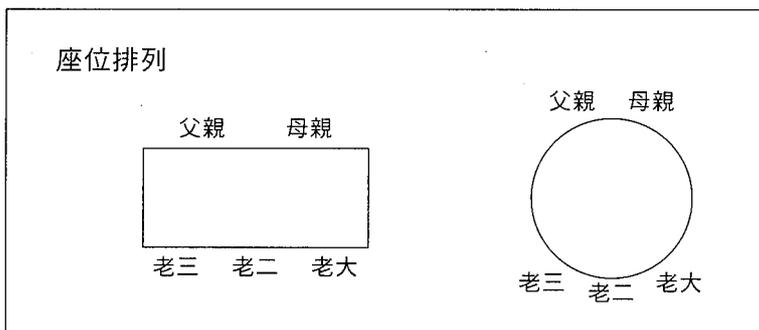
自從做了家族系統排列，我們知道每一個家族成員都有他適當的位置，在那個位置上，他能夠展現所有正向的能量。孩子們很想知道，他們班上是否也是如此。

在所謂的「即興遊戲」（Stehgreifspiele）當中——一種即興發展的遊戲，沒有事先決定的規則——我們也依照家族序位，來安排晚餐桌的座位。我們把椅子排成一圈，然後把兩張或是四張桌子推到圓圈中間排在一起，然後假裝是「在家裡吃晚餐」。

學生們可以各自描繪他們在家中吃晚餐時所坐的位子。

看到不同的家庭，座位安排也不一樣，他們都非常訝異。每一個人都想要參加遊戲，我們也有代表坐在桌旁，說出他們的感覺，然後我們幫爸爸或媽媽的代表找出他們感覺對的座位。有時候某個孩子會說：「我覺得像爸爸一樣強壯，可是在這裡，我只能當小孩。」對於這些事情，他們已經從家族系統排列當中學到很多。接著我們按照小孩在家裡的排序給他們找出最好的座位，然後要父親代表找一個他覺得可以讓他感覺強壯的位子。在排列的過程中，孩子們發現，當他們按照出生次序坐在父母的對面時，感覺很好，在

這種情況下，最年長的孩子通常坐在母親的正對面。



有時候孩子們談到他們在家怎麼做這個實驗，還說他們的父母認為這麼做沒問題。有些孩子說，爸爸不在家時，他們很喜歡坐爸爸的位子。有一個女生說，雖然她年紀比較小，但是她喜歡她姊姊的位子，就在媽媽正對面。在教室裡，我們也把這些例外情況排演出來。代表們可以坐在桌子旁，然後說說他們坐在這些位子上的感覺如何，與他們「平常」的位子有何不同。我們很容易看得出來，這些孩子們對於座位排列有一種天生的感覺，我們可以把這感覺引發出來。孩子們也提到，坐在正確的位子上，感覺非常安全。

在我和孩子的母親個別會談時，我經常刻意強調這個問題。我要她們注意餐桌的座位排列，觀察母親和孩子面對面，以及孩子們按照年紀從媽媽的左邊排到右邊，這樣的安排對孩子和母親有什麼影響。

有幾位母親甚至告訴我，自從孩子們開始自己坐在一排之後，她們也覺得更安全。

一旦我們發現了這一點，我們當然會自問：「在班上，是否每一個人都有一個對他來說『對的位子』？」我們做了各種實驗，椅子一列一列、桌子一組一組排成馬蹄形或半圓形。很明顯，不同的班級有不同的排法。為了確保學生在考試時能夠安靜不受干擾，有些班級必須把桌子兩張排在一起，一共排成兩排，而別的班級只要把幾張桌子排成一共三到四組的「桌組」就滿意了。新學年開始的頭幾個星期，最好的座位安排是馬蹄形。稍後，桌組取代了這種排法，因為學生覺得被困在裡面，而且，如果他們想走到另外一邊去找別的同學，教室裡自由走動的空間也不夠大。

一旦我們同意了桌子排列的方式，每一個孩子可以選擇他／她感覺對的位子。剛開始有一點困難，因為不是每個人都想坐在他／她的朋友要他／她坐的位子。一段時間之後，我們建立了一些標準。有時候孩子們按照年紀大小把座位從後面排到前面，所以年紀最小的孩子坐在教室的第一排，或坐在最前面的桌組。有時候一連好幾個星期，我們讓功課好的學生坐在功課較差的學生旁邊。開始時，學生們很喜歡這些實驗，但後來他們注意到，他們對位子的選擇幾乎都靠友誼來決定。假如某個學生剛剛度過了一段困難的時間，他／她可以選擇自己喜歡的座位，那通常是讓他／她感覺慢慢變好的第一步。當然，我們也做了我們都已經很熟悉的實驗，

也就是在考試的時候，數學或拼字成績不太好的學生，跟成績比較好的學生換座位。我們很驚奇地發現，平常這些科目成績不好的學生，都有了很大的進步。一開始，那些成績比較好的學生很不願意換位子。他們很擔心，如果他們坐在「壞」學生的位子上，他們的成績會退步。然而，這完全沒有發生。我們試過了，學生們自己發現，班級和家庭不同，班上基本上是用友誼來決定座位排列，某些座位的排法會讓學生更容易專心上課，互相之間更能合作，還有，座位的安排最好也不要經常更換。雖然如此，仍然不斷有學生在上某些科目時要求坐在某某人的旁邊，因為他們兩個都對那個科目感興趣。這時我會允許他們這麼做。

在一九九〇年代早期，班上來了幾位塞爾維亞、克羅埃西亞、阿爾巴尼亞、和波士尼亞的難民。他們不斷要求換座位，每一次，他們都向我保證這一次他們一定會坐在愛爾坎、賽夫塔、約瑟夫或撒米爾旁邊的座位。一開始，我以為他們不斷更換座位是和某種潛意識的種族衝突有關，也許他們的父母告訴他們：「你不准坐在塞爾維亞人或是克羅埃西亞人的旁邊！」但事實卻非如此。我在前面說過，這些孩子們移動不安的行為來自於他們離開家鄉時從家庭中帶來的某些能量，我稱之為「逃亡的能量」(flight energy)。出於這個原因，我一直請他們繼續留在他們選的座位上。我鼓勵他們和大家分享一些祖國的事情，比如他們在南斯拉夫的學校、他們的朋友，有時候也要他們分享逃亡的故事。這給德

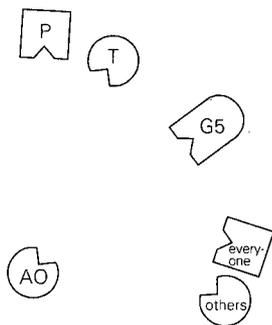
裔孩子們一個機會去接納這些難民孩子，好讓他們逐漸融入這個班級。

學生們想知道，班級裡是否也和家族一樣有某種我們可以排列出來的序位。我們試了幾次替班級做排列，一種內部的序位慢慢顯現出來。這個序位取決於學生的年齡，以及他們在班上的涉入程度。談到「涉入程度」時，社交上的參與和「壞名聲」（例如，某人足球踢得很棒，或某人搖滾舞跳得很好）排序在好成績的前面。當我們排列所有的學生時，假如我們稱為「班上的大哥大姊」的那幾個學生站在老師和學生之間的話，每一個人都會覺得班上的場域很好。班上二十五個學生裡，這樣的學生大約有五個左右，他們在排列裡被賦予了優先的位置。他們的年齡不是比同班同學來得大，就是社交上參與較多、受人仰慕或成績非常出色。班長和副班長顯然屬於這一號人物，其他的孩子按照他們的興趣和友情被分成不同的小團體。

我們加進一個孩子代表學業目標和社交目標，這時我們全都看著他，覺得很滿意。

孩子們按照這些步驟，試著建立一種團體序位，感覺「井井有條」又寧靜平和。雖然無法解釋原因何在，但我們都很喜歡系統排列帶來的結果。

用這種溫和、探索的方式面對一個班級的真實面貌，孩子們的注意力和覺察力都提高了。有好幾班的學生都說：「沒錯，我們來學校是因為我們沒的選，但是現在我們卻感



P 校長

G5 五人一組

T 老師

AO 學業目標

覺大家好像是一體的。」

有幾個班級給我一種生命體的感受，其中每一個孩子都持續發展，持續改變，整個班級亦然，因為每當有新同學加入班級，或有同學離開，還是有老師加入或離開時，整個班級都必須重新調適。孩子們總是團結在一起，互相幫助。有時候，他們聯合起來，由某些個人或大家共同設定序位。他們也建立了次團體，而且在團體中依照社交上的涉入和成績的優劣建立一種階級。他們訂定清楚可辨的班級規則，也一起討論他們的困境。除此之外，身為他們的級任導師，和他們之間也有一起訂定的規則。所有這些特徵表示，我們符合活系統的標準。

權威可以靠著一個奇蹟來恢復—— 一個老師的偉大時刻

很多年前，我任教的一所學校的校長不被接納，尤其不被學校的老師接納。他自己一定感覺到了，因為，他不久就開始經常出現在各班教室裡，也沒有什麼特別的理由，而他的出現總是打斷上課。孩子們經常抱怨校長的作風，我只能告訴孩子說，我會請校長不要常常走進教室來。我非常清楚，如果我在學生面前發表對校長的負面言論，孩子們一定會跟我站在一邊，那麼，我就會喪失自己身為老師的權威。我發現我的處境進退維谷，因為學生的抱怨一點也沒錯。

我告訴學生，不管校長做了什麼，也不管學生們多麼不喜歡，他還是學校的校長。但是這個「階級的紀念碑」（monument of hierarchy），在孩子和老師的眼中已經開始傾頹。但是，突然發生了一個小奇蹟。靠著校工的幫忙，有一天，我們這些老師提早到學校，為校長準備一個小小的儀式，打算在下課休息時間替他慶生。我走進教室時已經晚了一點，學生們看起來非常興奮。

那天，班上有一個女生也過生日，她在每個人的桌上擺了一個小蛋糕。之後還剩下幾個蛋糕沒分完。上課之前，我們正要為這個女孩唱「生日快樂」歌，就在這時，校長走了進來，打斷了我們。我對他說：「平常，你這樣是會打斷我們上課，但是今天例外，你要聽我們唱歌嗎？」我沒有給她

任何暗示，那個過生日的女生拿著三個多出來的小蛋糕走向校長，說：「我們聽說今天也是你的生日，生日快樂！」說著，就把蛋糕給了校長。那打破了僵局，校長感動得流下眼淚，顯然沒有料到會有這麼溫馨的場面。幾個星期之後，孩子們說：「校長不再來煩我們了！」那是真的，校長再也不來教室巡視了。

CHAPTER 5

◎ 第五章

他山之石

不同治療學派的基本技巧應用





5.1

想像力工作

米爾頓·艾瑞克森對我的影響

米爾頓·艾瑞克森（Milton Erickson）這位足智多謀的治療師，乃是系統取向的早期代表之一。因為患了小兒癱瘓症，終生受困於輪椅。他自稱用自我催眠法來治療自己，因而得以在教學時免於身體上的痛苦。和少數幾位治療師一樣，他的聲音雖然輕但是堅決，靠著這個聲音，他成功催眠當事人。催眠程度之深，有時當事人事後根本想不起來說過什麼，或他們自己有過什麼思緒。催眠當事人之前，艾瑞克森不會言明他打算做什麼。在催眠狀態中，艾瑞克森會告訴他們一些與其狀況相符的故事，同時當事人也在無意識中有機會處理他們的內在圖像和態度，或有了新的發現。

米爾頓·艾瑞克森教我們，無論多麼艱困，我們的過去都是一個「倉庫，裡面裝滿有幫助又有益的經驗」，而不是一連串的創傷事件。小兒癱瘓症發病期間，他全身癱瘓過很多次，而從這些經驗當中學會，怎樣在看似無望的情況下，依然能找到解決之道。艾瑞克森用催眠（以下稱之為「出神」（trance），因為這個措詞稍為低調一點）來面對生活並帶來改變的方法，也可能讓兒童在這個意識層面很快與自

己的身體和能量聯繫上，除此之外，很多不同的資源和可能的解決方法也因而開展。雖然不能說艾瑞克森是建構主義者，但他的確教過我們怎樣利用現有的種種狀況，創造出新的東西。一談到艾瑞克森，就會談到催眠治療。他最重要的基本假設之一就是，無意識的自我療癒能量。在這個脈絡中，下面這個句子不斷浮現：「無意識心比意識心有智慧多了」（Madelung 1996 127-133）。

我還要提一下摩謝·費登奎斯（Moshé Feldenkrais），他是艾瑞克森的學生。他使用放鬆專注的方法，發展出一種身體治療，靠著注意動作以及身體各部位的感知，身體覺察力就會很敏銳。我將在下文（179頁）說明的是，在手臂或腿部受傷的情況下，想像身體的動作，行動能力就能再生，例如，受傷的人針對斷腿做練習。這裡，想像力扮演重要的角色。鈞特·徐瑞克（Günther Schricker 1984, 1989, 1993, 1999）在他論述體育的各種出版著作中，大力推薦費登奎斯的方法給巴伐利亞的職業學校，作為體育課程的一部分，也作為工作坊老師帶領身體工作的方法。

5.2

在身體裡也在學校裡

教室裡的想像力工作

幾個世紀以來，傳統的學校課程表是每天早上的五個小時內塞滿六節課，幾乎要爆掉，這樣的課程表要求學童幾乎完全把他們對體能活動的自然衝動，以及他們對於感覺和情緒方面的注意力壓抑下來。而學校至今仍然認為，學童最好是帶著頭腦出席，壓制身體的其他衝動。

然而，學習是一種整個人全身參與的過程，因此我們應該好好利用身體的潛在能力。另一方面，我們的身體也有其狀況，尤其是那些正在生長和發展的身體。學校的生活應該以每天的例行公事為基礎，而把學童的生理節奏，他們對動作、對身體的覺察、對休息時間、讓人有靜一靜的機會，以及變換活動的種種自然欲望通通考慮在內。相較於一週五次坐在課桌前上課六個小時，一週二到四節體育課只算聊勝於無罷了。「依照學童的節奏來安排課程」，這種安排學校日程的原則，是學校新概念的根本。

即使到今天，孩子們仍然受到攔阻而不得觸及的自然生理狀態之一是「想像」，你也可以說它是「做白日夢」。這種狀態超越醒時的意識，而且是有創造力的人，不管是科

學家、藝術家或發明家，獲取知識的主要來源。在出神狀態中，孩子也體驗到自己的內在世界。從這個存在的界域裡，他們獲得新的知識、已儲存的經驗、直覺以及身體覺察。證據顯示，在出神狀態中，腦部活動、心跳頻率和體溫都會改變。此時，身體是放鬆的，改變過的 α 波狀況讓腦部活動比醒著少。事實上已經有人發現，此時腦中平常不使用的區域變得活躍，還生出新的神經突觸。出神狀態結束時，孩童可以有意識地連結醒時意識和外在世界，同時也能回到他們在出神狀態的經驗裡面。

下一節，我將說明我如何有系統地帶領學童認識出神工作。透過出神，孩子們進入一個世界，一個他們一進去就再也不想放手的世界。

事情的開始

我任教的學校離一間天主教堂很近。每天大約在第五節課快結束的時候，正午時分，教堂的鐘塔就會響起鐘聲，而我們班的教室就在鐘塔的正對面。

我覺得教堂的鐘聲很吵，就算教室的窗子都關上也無濟於事，所以我決定好好利用這個鐘聲。起初，我告訴學生，教堂鐘響是在召喚農人祈禱。在鄉下，每當鐘聲響起，農人就必須放下手邊一切的工作，無論他們身在何處，都必須念名叫「三鐘經」（Angelus）的祈禱文，直到鐘聲止息。話

剛說完，孩子們就決定了，雖然他們對「三鐘經」一無所知也不想禱告，但是教堂的鐘聲比他們上課來得重要。我們當下決定，每天到了中午，教堂的鐘聲響起，我們就靜默三分鐘。這三分鐘是在提醒我們，世上有些事情打斷我們上課，不但很好也是應該。正午時分的教堂鐘聲，對我們而言有了意義。

頭趴在課桌上

過了一陣子，我注意到，雖然孩子們堅持這三分鐘的靜默，但是他們的內心好像沒有安靜下來。所以我提議，我可以帶他們做一個安靜下來的練習。我們稱之為「頭趴在課桌上」。當他們趴下時，我會跟他們說話，他們可以用念頭跟隨我的話語，也可以跟隨自己的念頭和內在圖像。他們同意這麼做。我們確定每一個人坐著的時候，雙腳都平放在地板上，頭也安靜地擱在課桌、自己的手臂上或枕在一件外套上。開始的時候，我只說了幾個句子，告訴他們在這幾分鐘裡怎樣感知自己的身體。我要他們注意自己的腳趾、腳底、腳和腿的感覺，他們的右腿和左腿的感覺是不是完全相同，還是一條腿比另一條腿更為放鬆、更溫暖或更冷。

第二天，我們把注意力集中在腳、腿和臀部上。我要他們自問這些部位的感覺如何，是寬闊而厚實，還是瘦而有骨頭。有時候我們只想著我們的肩膀和頭，或是我們

的胸腔和心臟。孩子們越來越喜歡這個遊戲，沒多久就要求我們把注意力集中在身體的某個區域，比方說，有人頭痛或肚子痛的時候。很快的我們又結合了呼吸。我們把吸進的空氣送到胃部，再經由腿部，到達雙腳，然後把氣吐出去，或感覺空氣充滿了胸腔，流經我們的雙臂，再從雙手出去。我們也一一探訪身體內部的器官。利用他們的想像力，我帶領他們到他們的心臟，到了那裡，我們四周環視了一下。他們可以在心臟裡坐一會兒，聽聽心跳，點根蠟燭照亮心臟的內部。等我們做到這一步，已經是進階練習了，花的時間通常超過三分鐘。

一開始，有些男生很難安靜下來。這些練習對女生來說似乎比較容易。雖然如此，男生們還是寧願做練習，而不想放棄練習去正常上課。過不了多久，大部分學生都能專心練習。漸漸地，他們進入了一種越來越深層的狀態，他們雖然留意到但卻無法理解，當我停止說話時，他們需要慢慢的才能回到平日生活的感覺，本來他們做練習時還以為這是很容易的事。不過，他們畢竟還是很容易感知周遭環境，坐在他們旁邊的同學、教堂的鐘聲以及我的聲音。我稱這種狀態為出神，有些孩子說他們在電視上看過這方面的報導。我們談到每天入睡 before 和起床後的狀態，就很接近出神狀態。我們討論到，如果我們可以隨心所欲進入這種狀態，就像我們現在這樣，那我們就能影響我們的生理感官，就能體驗到些什麼，記得些什麼，或者，和我們在這裡做的練習一樣，可

以讓自己安靜下來，覺察自己的身體。我勾起了他們的好奇心，他們要我多告訴他們一些我對出神的瞭解。我說，我不能隨便用正常的上課時間談這件事。結果你看，他們就說，上課時他們願意加倍努力，把時間省下來做這一類的練習。而且還說到做到！對我來說，看到自我動機能釋放出這麼大的能量，真是難得的經驗。孩子們完成功課所需的時間果然少很多，比我過去教同一年級教材所花的時間還要少。就這樣，我得以繼續和孩子們做出神的練習。

身體覺察與自我療癒

起初，這些身體練習對我而言很重要，我想給孩子們一個機會，當他們緊張或惶惑時，可以很快鎮定下來。此外，我也讓他們看到，怎樣用這種方法處理疾病或受傷。有一次，我的腿骨折，脛股、腓骨和腳踝骨都斷了。休養了四個月之後，我又回學校上課，這時沒有人看得出來我摔斷的是右腿還是左腿。我的腿打了四個月石膏，照理講，四個月之後它應該會比另一條腿細才對。我告訴孩子們，我每天都用想像力做運動，受傷的腿和健康的腿一起做伸展和活動的練習。結果，腿上的肌肉完好如初。「當一個人身體受傷，」我告訴他們：「他可以想像腿或手癒合的畫面。這麼做的時候，他可以先想像他在做體操，而且是在充分覺察的情況下。這些練習會增進血液循環，防止肌肉萎縮，並促進癒

合。」靠著身體的出神，我們為自己開啟無數新的可能，我在這裡只能略說一二。

在生物課裡，我們學到不同的內臟器官，我們的練習正好可以幫助我們想像這些器官的樣子，包括胃、腎臟與大小腸。有些孩子很難想像他們有些什麼器官，而這些器官的功能又是什麼。有些孩子甚至一想到器官就覺得噁心，對他們來說，想像心臟在跳動，血液在循環，或想到胃裡的食物在分解，就夠困難的了，更別提一付腸子正在消化那些食物。在我播放錄影帶或拿照片給學生看，讓他們熟悉體內的細節之前，我鼓勵他們畫出「體內之旅」的地圖。慢慢地，孩子們突破了障礙，態度轉為開放。他們變得很好奇，開始拿自己畫的「解剖地圖」跟生物課本上的圖片做比較。令人驚訝的是，就像著名的心理治療師米爾頓·艾瑞克森喜歡說的，「他們那麼瞭解彼此，可是自己卻不知道自己知道。」

在我的教書生涯的那個時候，我正和慕尼黑一位專治疼痛的醫師學習催眠技術。這位醫師的工作對象是大學附屬醫院的癌症病人，他給我們看他治療癌末病人的錄影帶。他和病人一起創造出一些內在圖像，這些圖像讓病人極度放鬆，非常快樂，他們需要的嗎啡也越來越少就能忍受疼痛。這表示，所有參與治療的病人思想更清晰、疼痛減輕，甚至全無疼痛，在臨終前還能和家人享受一段寧靜的時光，能和家人道別，而不是在打了嗎啡的昏沉的狀況中度过臨終前的日子，只可惜大部分癌末病人的經歷都是如此。我也告訴學生

這些事，有些學生發現，當他們生病或受傷時，他們能夠自我控制，讓自己安靜下來，也能夠面對極大的疼痛，等到醫師來。

隨心所欲去感受

有時候，我們在做體內之旅的時候，我帶領他們進入一個變形花園。在那裡，他們可以變成隨風輕輕舞動的草，有洞的凝灰岩，可以讓風穿過，以及花崗岩的大石頭，又重又結實，任他們怎樣也移動不了。他們可以變成大巨人，走個十大步就可繞一圈地球，也可以變成小矮人，躲在青苔底下的世界裡。有時候他們是美妙的鳥兒，靠著雙翅飛上天空，直上雲端，而且這麼做的時候，如果他們坐在鳥背上一會兒，讓鳥兒載著他們飛翔，就可以在飛行中再轉變成鳥兒。起先，我以為十二、三歲的孩子，在人生的這個階段，可能不太認同這種事，但是孩子們非常喜歡這個遊戲，很開心地報告他們的體驗。

想像的能量是訓練出來的

「這一切到底有什麼意義？」有時候孩子們問我。我跟他們說，他們正在培養人生中可以一再使用的能力，而且做有趣的事總是件好事情嘛。訓練出想像的能量，就能更容易了解

一些自然科學界的事物，也能夠表達得更精確。沒有了想像的能量，工程師和科學家，藝術家和發明家，就不可能有成就。除此之外，孩子的想像也變得更生動，因為它常常被電視大量傳輸的影像抑制住。這一點他們自己意識到了，假如在課堂上有個學生告訴我們的一些畫面，和前一天電視播出的畫面很類似，其他的學生就會叫起來：「又是老套！」

但是，過不了多久，他們就開始描述自己的畫面，而且每一個人都很感興趣。

轉變實相

有時候，我讓他們踏上一段「旅程」，去想像他們的願望。但是，我警告他們，不管選什麼以及怎麼選都要小心，「因為，」我說：「它會變成真的。」

比如說，有些孩子希望某個朋友又開始跟他玩了，想像他們又在一起騎單車。另外一些孩子則希望跟爸爸和媽媽一起出去玩。很多孩子想像他們坐在一台新的電腦前面，而爸爸向他解釋電腦的用法。當然，他們問我，假如某人希望壞事發生在別人身上或在幻想中報復別人的話，會發生什麼事？這個問題和較弱的孩子有關，他們身體不夠強壯，無法捍衛自己。我回答說，想像你能對一個老愛欺負你的人還手是好的，假如你在現實中還做不到的話。我對這件事的看法是，清楚想像一個你和某人打架的畫面，而你至少打贏了一

次，可以讓可能失控的暴力幻想就此打住。在某些情況下，從來無法捍衛自己的小孩，在做過想像的練習之後，就有能力捍衛自己了。

有些孩子想像他們弄懂了一道數學習題，或作文寫得很好、得了「A」或「B」。後來我們就經常利用這個點子。在我們做功課之前，我們先一起踏上一段「旅程」，學生們可以自我暗示任何他們想要的東西，無論物質或心理方面。他們想像面前擺著數學考題，他們每個題目都看得懂，想像他們很快計算、很快作答，在考試時間之內做完所有題目，頭腦冷靜、心跳緩慢；還有，當他們不會做的時候，坐在旁邊的同學可以助他們一臂之力。在我的經驗中，這些做功課之前的短暫自我暗示，幫助孩子們保持冷靜和培養自信的效果非常好。

一間新學校

有一次我們去學校的休閒中心，花了一節課的時間做了一次非常特別的旅行。開始的時候，我告訴學生，任何踏上「旅程」的人想要進入多深的出神狀態，或多貼近醒時意識的表層，都可以隨自己高興。男生們聽了都鬆了一口氣，他們本來就不太願意進入這種狀態。那次以後，每一次我要跟孩子們踏上「旅程」之前，我都會這麼說。

接著我叫他們走到草地上，赤腳走過草地溫暖的地表。

他們感覺草尖搔過他們的小腿，聽到鳥兒啁啾、昆蟲唧唧，感受涼風拂過髮梢。

稍後，他們來到樹林邊。他們可以繼續他們的旅程，選擇自己想要體驗的風景。在某個他們感覺特別好的地方，他們會發現一棟可愛的房子，可能掩蔽在樹林後面，或高踞小丘之上。「這棟房子是你的學校，完全如你願望中的樣子，」我說。我要他們仔細看看這棟房子，是否歪斜，是否有圓塔，是否有凸窗，是否有一座以上的屋頂，不同的入口；或者，它只是一棟很平凡的房子，有著大型的窗子或寬闊的大門。我也要他們仔細看看學校的窗子是什麼型式，有沒有露台，如果沒有，他們可以自己加上露台。我們在這棟房子裡逗留了一段時間，每個人依照自己的想法，給這個房子添上應該有的東西，或他們想要這個房子有的東西。孩子們的點子之多，令人稱奇！最重要的是，他們想要一起在這裡逗留一整天，等到晚上再回到父母親那邊。他們一起做了很多運動，造了一間語言教室，一間電腦室，一間很大的物理實驗室，一間烹飪教室，他們可以在那裡煮任何他們喜歡的食物，而且裡面還有一間裝有音響設備的休息室。突然之間，電視不再重要了。我還記得那棟房子裡有一間攝影室，各種手工藝教室，以及一間服裝造型室。

穿越時光隧道

有一次，我幫他們的學校加了一間房間，裡頭有一座高及天花板的時鐘。它的材質由學生來選，不管用黃金打造的、純銀的、鑲滿了珠寶的，或是染了色的人造樹脂做成的都行。他們可以把時鐘往前或是往後撥，撥的時候，他們就可以回到過去或進入未來。

一開始，我告訴他們，他們會有自己人生未來的畫面或記憶。他們把自己生活中美麗或困難的畫面互相說給同學聽。我記得一個女生的經驗；她出生於塞爾維亞的伊爾庫茨克（Irkutsk），六歲的時候進入慕尼黑的學校就讀。

這個女生想像自己靠近一張天鵝絨沙發，那張沙發應該是在伊爾庫茨克某處的一個房間裡，而她必定是在學步的年紀曾經抓著那張沙發站起來，踏出了人生的第一步。出神時，我已經注意到她很不安，喃喃不知說些什麼。當她說話的時候，她能夠說一些俄文字，雖然她已經將俄文全忘光了。當時她非常生氣，氣得哭了。她的母親確認了這些畫面是正確的。

當然我會在上課時利用機會使用想像力，尤其是上歷史課的時候。只需幾個刺激語，學生就可以運用他們從別人那裡聽來、或自己讀到、在電視上看到某個主題的知識，創造出一些畫面。

改變過去

當然，有了這些經驗之後，孩子們更想做更多穿越時光的旅行。有一次，一個男生對我說，他把時鐘一直往回撥，直到他看見表弟的車禍為止。他的表弟在好幾年前被一輛摩托車撞倒，在他的目擊之下當場死亡。他目睹那件車禍時，驚嚇得只能尖叫，什麼也不能做。這次，在想像中，他跑到表弟身邊，摸摸他，跟他說再見。車禍發生之後，大人不准他參加葬禮。時光旅行給了他一個新的機會，用正面的方式去處理過去的困境。透過想像，由於對事件產生了新的理解，因此能為很多情況找到方法畫下句點。運用想像，孩子們能夠對過去的某些經驗產生內在的平和。有一個男孩子甚至告訴我，在他逃離科索沃之前，從來沒有去探望過他的祖母；祖母留在科索沃沒有逃出來，後來過世了。現在，他又可以去探望她了。

有時候孩子們改變了日常生活中最後結果不好的經驗。假如他們涉入爭執，而結果是輸的一方，他們會創造出保衛自己的畫面。這樣，當他們面對對手時，他們會比較有自信，有時候甚至可以給對方一個應得的教訓。

我曾經告訴他們，讓事件停留在他們想像的樣子裡是很實際的做法，這樣他們可以找一個讓他們感覺很好的結束方式，讓心中覺得滿足。

計畫未來

當然，你也可以把時鐘往前撥一個月、一年、五年或十年。那等於給孩子的能量一雙翅膀，加快他們利用想像的速度。

他們想像足球比賽時，他們的球隊表現優異，大獲全勝。事實上，他們甚至還想像他們的球隊利用最後的罰球機會贏了比賽。有幾個學生也開始想像他們無法勝任的困難的事情；譬如，必須連續通過某一科目的數次考試，以便升入另外一個類型的學校。在做過這一種想像以後，我注意到有幾個孩子在那個科目的能力立即變得比較強，原因很簡單，在他們內心深處，他們重燃了對於那個科目的興趣。（當然，這也可能出於一些我們不清楚的原因！）

你只能計畫自己的未來

我教過幾個土耳其女孩子，她們的家人正考慮把她們送回土耳其，跟叔叔阿姨住在一起，讓她們讀可蘭經學校，一直到她們十六歲可以嫁人為止。我建議這些女孩子，想像她們在慕尼黑跟父母很和諧地住在一起。有一個班上的幾個學生希望他們已經離婚的雙親再復合，我們很詳細討論了這個議題。因為在這種情況下，想像的力量正好跟父母親的意志

相反，因此不能合理地利用。我向他們解釋說，他們可以想像父親和母親帶他們一起出去玩，和他們一起慶生，大家在一起的時候玩得很開心，雖然他們已經離婚了。

我們大家都體驗過的一次有力的經驗是，想像我們曾經計畫年終聚會，為這個聚會我們必須規畫不同的活動。當孩子一起進入出神狀態之後，他們能夠很快地把當天的計畫做出來，分成幾組，各自負責遊戲、短劇、魔術表演、體操或競賽等等不同的項目。令人驚奇的是，他們幾乎沒有什麼衝突，而最重要的是，每一個孩子想要的是什麼，還有他們所選的朋友是否也參加。

打開新的房間

除了時光旅行時鐘所在的那一個房間之外，我們當然還在學校裡打開了很多其他的房間，一間接著一間。在其中一個房間裡，孩子們可以一組一組分頭做手工藝或藝術作品。有幾個孩子對於在樂團裡打鼓或彈吉他非常著迷，他們就在其中一間玩音樂。有時候我問他們，為什麼他們在家裡的時候，或上床睡覺之前，不自己想像這些活動。但是，過了很長一段時間之後，他們才能夠自己在家做。當他們跟班上同學一起時，團體的力量支持也挑戰他們的專注力。

可見的成功

孩子們告訴我說，他們開始更仔細地觀看他們周遭的整個世界。這個世界包括人、物件、圖片，甚至課本。那很顯然是一個自動自發的過程，他們想像的越多，越希望想像能更詳細，這也造成他們更仔細地觀察自己周遭的環境。對我而言，這似乎很類似藝術家走過的歷程。孩子們對周遭的觀察越仔細，就越能享受很多事情，不管是各種不同型態的運動、跟朋友在一起，還是跟人談話，甚至是大自然美麗的事物。在此脈絡內，我們有時候談到電視。在一次討論中，一個女生說：「電視不是真實的，因為我完全不是它的一部分。」我問她，她的出神畫面是不是更為真實，她說：「當然囉，因為那些畫面在我的腦海裡。」

5.3

把系統想法的基本要素轉移到教室

理論反思後記

系統方面的思想學派全都談到實相，在本書當中，指的是學校的實相，而這個實相在我們的頭腦和思想當中呈現並且持續不斷地複製。基於同樣的道理，我們絕對有能力改變我們感覺，甚至想像實相的方式；但是，當我們這麼做時，我們不只改變了自己，也改變了我們周遭的世界。

190

從建構主義的觀點看來，我們在任何時刻都有可能變得有創造力。我們塑造了我們周遭的世界，同時，我們也因此擁有一種力量，能夠為我們的一切所做所為負責，為我們行動的結果負責，也為我們的世界狀態負責。

5.4

打破模式

米爾頓·艾瑞克森、伯特·海寧格和其他人的故事

好與壞的區別

和孩子們討論「優雅的方法」的機會持續出現。這個詞的意思是，我們如何讓別人放棄一些壞習慣、殘忍或八卦的習性。「要我們這樣，妳會怎麼做？」孩子們經常問我。沒錯，我已經不再告訴他們應該做什麼，我認為他們自己已經知道。對我來說，更重要的是，找出他們想用壞行為來達到的目標是什麼，就像萊納的例子，他用調皮搗蛋的行為讓我們知道，他感覺格格不入。「你是我們的一份子！」這句話就是他的神奇咒語。

我跟孩子們說到米爾頓·艾瑞克森。他有許多很棒的治療故事，藉由這些故事，他進入了每一個孩子的內心——不，他讓他們震撼不已！

胡言亂語

邦立醫院把一個病人轉介給艾瑞克森，因為他在醫院的九年當中，一直處在一種混亂的狀態。每每連續好幾個小時，都喃喃說著一堆毫無關連的字詞，沒人聽得懂他在說什麼。艾瑞克森先聽取有關這個病人的簡報，然後在第一次會面時，他帶了一個速記員，把這位病人說的話記錄下來。

艾瑞克森研究這份記錄，可是毫無頭緒，看不出所以然來。下一次看診時，他決定也端出「胡言亂語」和這個病人溝通。他向病人自我介紹，但當病人回以胡言亂語時，他也用同樣的方式繼續說話。那個病人露出懷疑的神色，但他跟艾瑞克森對談了相當長的時間。他開始在胡言亂語當中穿插一些日常用語，隨著時間的進展，這些日常用語在談話中占的比例越來越大。艾瑞克森得以獲取他的病史、提供治療，最後還促成他的出院。多年之後，艾瑞克森收到這個病人寄來的一張明信片，寫的還是胡言亂語，但最後一句話是「生命中有一些荒謬不是挺好的嗎？醫生。」（故事由Hudson O'Hanlon 和 Hexum 轉述，1990, 202-203）

顯然，藉由自己也胡言亂語的方式，艾瑞克森給了這位病人一個訊息，那就是，他瞭解他。

還有一個故事：

有秩序的破壞

露絲，一個十二歲的女孩子，是邦立醫院的病人。她有間歇性的暴力發作，會攻擊護士，砸壞病房裡的家具。醫院的院長對她束手無策，便打電話給艾瑞克森，告訴他說露絲已經被送入隔離病房，而且她還砸壞了病房裡價值四百美元的家具，把床弄壞了，也把牆上的壁紙撕了下來，他請艾瑞克森趕快到醫院想想辦法。艾瑞克森同意過去，但他問院長同不同意讓露絲造成價值四、五百美元或更高金額的破壞。院長說：「什麼都好。」

艾瑞克森進入隔離室，先查看損壞的物品，然後跟露絲說：「聽著，露絲，這是我看過最笨的撕壁紙的方法。」他教她如何用從她的衣服上撕下來的布條，以及牆上的木條做成一把槌子。露絲開始抗議，艾瑞克森告訴她說現在不用急著抗議，而要她幫他一起把暖氣管從牆上拆下來。他叫她跟他一起坐在地上，雙腳抵住牆壁，用力把暖氣管扭斷。就這樣，他們兩個把暖氣管從牆上拆下來。露絲哭了，說：「你是醫生，你不應該做這種事情。」艾瑞克森回答說：「妳想這麼做，我幫助妳完成了。現在我還有別的事要忙，再見。」那次之後，只要露絲開始破壞東西，護士就威脅她說要打電話給艾瑞克森。當露絲感覺還不錯的時候，她會要求

艾瑞克森來看她（轉載自*Conversations III* 一書，80-82）。

當艾瑞克森給予治療時，他全神貫注在病人的症狀中，反而讓病人嚇了一跳。沒錯，他們的確想去除症狀，但艾瑞克森的興趣完全沒有預設立場。就像我們在第一個故事裡看到的，對於找出症狀的「結構」及其真正訊息，他有著無窮的渴望，因此能夠用胡言亂語讓病人大為吃驚。在露絲的例子裡，他試著找出露絲那種破壞行為的內在意義，但很快就碰到了鴻溝。他意識到，在某個點上，露絲的憤怒會到達極限——比如說，在暖氣管上——他也看到了，露絲真的希望他能教她一些什麼。但是，情況出乎她的預期，他不是端著長官的架子現身，而是和她同一陣線一起搞破壞，這時她就卸下心防。她的反應是，向這股破壞的欲望說再見，利用她已經到達極限的鴻溝，再次變得「正常」。

爬下來

孩子們非常喜歡聽伯特·海寧格的故事，包括下面這幾個。即使他們不知道自己究竟瞭解到什麼，但他們還是瞭解故事裡的秘密訊息。

在這個故事裡，說的是一隻生氣的小猴子生命中的一天。牠從早到晚到處亂跳，一顆椰子拿在手上甩來甩去，這隻小猴子告訴叢林裡所有的動物，牠在等一隻大象經過，打算用椰子去砸大象的腦袋。沒有人明白這隻猴子是怎麼了，

駱駝不明白，獅子不明白，犀牛也不明白。他們都搞不懂，自己問自己「牠到底要怎樣？」到了晚上，大象終於出現，小猴子變得非常安靜。大象也嚇了一跳，自問「牠到底要怎樣？」說完，就跟著象群一同離開了。

然後猴子拿起牠原本要用來砸大象腦袋的椰子，從樹上爬下來，在一塊岩石上敲開椰子，喝了裡面的椰汁，把椰肉也吃了（Hellinger 1996, 109 ff.）。

和露絲的故事一樣，不能和破壞者講道理，這樣他會繼續破壞下去，直到他碰到了大象（命運中的大象），再度感覺自己沒有力量為止。猴子沒有拿椰子去敲大象的頭，卻在一塊大石頭上把椰子敲開，吃得很開心。對於已經進入青春期的孩子來說，這個故事特別感人，這些孩子感受得到故事的含意。

自由

伯特·海寧格喜歡用好幾種不同的方式說下面這個故事，孩子們也很喜歡這個故事。

有一個人，他是一個巡迴動物園的老闆，但是他經營不下去了。要給所有的動物們找個好的家，真不是一件容易的事，尤其是他最鍾愛的動物，一隻大猩猩。終於，一間動物園的園主收留了這隻猩猩，大猩猩被放入一個很大的圍籬內的一只籠子裡，牠可以出來，在圍籬內自由走動。這隻大猩

猩猩有個習慣，就是在籠子裡來回踱步，一次好幾個小時。牠的新主人想要他習慣自由，於是把籠子的門打開，但是這隻猩猩卻繼續待在籠子裡，來回踱步，向前走五步，又向後走五步。有一天，牠的前任主人來看牠，他看到猩猩有這麼大的空間可以自由活動，非常高興。他一見到猩猩，便問牠：「你為什麼不在外面跳來跳去，享受自由呢？」猩猩回答：「我習慣在籠子裡來回踱步。」說完，牠繼續在籠子裡的柵欄間來回走著，往前走五步，又往後走五步（本故事的另一個版本請看Hellinger 1996, 68）。

我一直認為利用這些故事，還有其他類似的故事，是很重要的。這些故事可以碰觸到孩子們的靈魂，不需要繞個彎，要他們去看在某個情況下他們犯了什麼錯，也不需要警告、訓誡或對他們解釋什麼。有這些故事就夠了，而且他們要我講過一遍又一遍。

施與受之間的平衡

在這個脈絡裡，我喜歡跟他們說我在峇里島的故事，那裡的居民有什麼想法、希望與恐懼。葛雷格里·貝特森（Gregory Bateson 1972）在他的著作《進入心智生態的步驟》（*Steps to an Ecology of the Mind*）中，也描述了峇里島的生活。他把早期有關係統思想的發現，歸功於峇里島居民的價值觀。

我在峇里島的時候，確認了貝特森的某些觀察，其中之一是他所稱的「峇里人的穩定狀態」（Balinese steady state）。一直到二十世紀初，峇里島居民都生活在一種和大自然維持平衡的狀態之中。根據他們對於大自然的思維，峇里島居民為了自身的安全，了解「回饋系統」（feedback system，這是貝特森描述觀察系統所見的一個比較籠統的用語）。島上稻田一整年所需的供水，來自兩個大火山湖，湖中的水量由每日的熱帶降雨補充。居民構築了引水渠道，將兩座火山湖連接起來，然後將水引入稻田做灌溉之用。這項驚人的成就確保他們稻作一年三穫。峇里島居民覺察到大自然的連結系統，並且懼怕破壞大自然的平衡，而這樣就能保存生命。一直到二十世紀初，水資源、灌溉渠道系統，以及需要灌溉的稻田數量，都跟人口密度維持平衡。峇里島的居民知道，任何改變都會破壞之前存在的平衡狀態，其結果會是價值的降低或喪失，而以峇里島的情況來說，就是不能再確保島上的居民有足夠的稻米供應。假如稻米真的不夠吃的話，很難預估會發生什麼狀況，因此他們很小心不讓島上的人口增加率上升。今天的峇里島已經不再擁有這種平衡，這是受到荷蘭的殖民、戰爭的影響、尤其是觀光業影響的結果。然而，保有這種平衡的基本態度，已經是峇里島民日常生活的一部分了。

峇里島居民在生活的各個層面都創造出一種平衡，並且盡最大的努力去維護它。他們的態度和我們想要持續進步的

198

欲望非常不同：我們要讓孩子進最好的學校，盡可能賺最高的薪水，放很多假，還有很多很多。相反的，峇里島居民覺得能維持中間水準比較好。在他們的宗教裡——他們的宗教是一種泛靈論、印度教和佛教的綜合體——兒童是他們世界觀的中心，是至善的。兒童是神聖的。這種世界觀的細節已超出本書的範圍，在此不贅述。但是，我在課堂上對學生講述峇里島文化時，他們都深受感動。我在峇里島時，從未見過小孩哭或媽媽罵人，但是，有時你會見到小孩整夜不睡，或在儀式進行當中睡著了。他們雕刻木像、油漆畫框、幫著大人替各式各樣為數眾多的儀式和慶祝活動製作飾物。他們把能力和技術都貢獻給有益公眾的事情。

在這個脈絡中，我把自己在峇里的親身經歷說給十五歲和十六歲的孩子聽。

在峇里島的時候，我受到原先固有想法的衝擊，那個想法在歐洲經常是對的。同時，我注意到我們透過固有的想法激發出某些模式，然後用那些模式給我們的生活定調（在下面這個例子裡，我說的是兩性關係）。峇里島人用他們溫柔的方式，逐漸拆解了我的思考模式以及我的經驗。

體操運動員

我當時是和一個女性朋友一起，我們在海灘上發現了一個無人的區域，背後是沙丘，眼前則是奔騰的大海。我們感到無比的舒適，坐在峇里毯子上，做了一些運動。

過了一會兒，我們聽到一聲口哨，我轉過身，看見幾個年輕男人站在我們身後高高的沙丘上。那個吹口哨的男人離開了人群，順著沙丘往下朝我們跑過來。

我們可不是峇里島上最年輕的女人，但是，我們仍然免不了所有女人在這種情況下都會有的想法：「不論妳到了哪裡，妳都躲不掉男人對妳調情」或「全世界都一樣，挑逗女人是男人最熱衷的嗜好」。那個年輕男人朝我們走過來，大概只有十八歲。他很有禮貌跟我們打招呼，說他和他的朋友剛才看到我們做體操運動，所以他們想做他們的體操給我們看。他提出的要求如此簡單又如此單純，我們兩個都為我們剛才無禮的態度感到很不好意思。接著，六個男人全都走下來，做了側手翻、空翻，以及以手倒立後退行走。他們表演完畢就離開了，一路開心地笑著。我們學到的是，在峇里島，有的男人在接受了一些東西之後，會創造出平衡，而不隨便對他們遇到的女人做性的追求。

權威的限制

在我教書的生涯中，尤其是教年紀比較大的八年級和九年級的孩子時，我示範了著名的模式瓦解（pattern disruption），這有很好的療癒效果。我也用了似是而非的比喻來做示範。我告訴他們，佛教學校的生活是怎麼一回事，弟子多麼服從師父，有時甚至被師父打。故事是這樣的：

一位高階的弟子去找師父，要師父給他一個新的功課。師父告訴他說：「我會給你新功課，但是記住，當你功課做成之時，我會杖打你。但如果你無法完成功課，我也會杖打你。」那就是佛教的「心印」（koan），這類寓言的名稱就是這樣。孩子們開始問問題了，那麼弟子該怎麼做呢？

他是否應該在師父面前跪下來，問師父功課的內容是什麼，但是心裡卻很清楚，無論他是否完成功課，他都會被杖打？還是，他應該跑掉，讓許多年的修行全都前功盡棄？你無法相信孩子們提出了多少種不同的解決方法，每一種都根據他們的內在結構而來。有一次，其中一個孩子想出解決方法了，而一旦他想出來，這個故事就開始流傳，從一班傳到另一班。這個學生說：「這個弟子站起來，從師父的手裡奪過棍子，然後把它折成兩半。」現在我可以把故事說完，它的結局是這樣：

師父說完以後，他對著弟子一鞠躬，說：「你已經完成了修行。」

這是一種向學生顯示自然獲得權威與向專制者屈服兩者之間有何差異的方法，這差異很隱微，但同時影響又很大。

另外一個故事很類似，叫做「學徒記」。它描述一個人發展到他成長為權威人物為止的歷程。這個故事有好幾個不同版本，源出自印度文化。下面這個版本是由奧圖·布林克（Otto Brink II 1999）轉述。

學徒記

王子十六歲了，他很想跟別人在劍術上一較高下。

國王叫人鑄了一把鋒利的寶劍，打造了一套精美的甲冑給王子，於是王子一個人孤身踏上路程。來到一位有名的大師面前，王子向大師鞠躬，大師說：「把你的寶劍和甲冑掛在芒果樹的樹枝上，去森林裡撿一些柴，生起火，幫我們準備一些茶。」

王子照著大師所說的一切做了，他撿了柴，生了火，煮了茶，整理了東西，打掃了小屋，摺了被子，也準備了飯食。

時間過得很快，先是一年，然後是兩年，然後五年，然後十年。過了二十五年，王子開始有些懷疑，漸漸地，懷疑變成不信任，最後變成憤怒。他把劍從樹枝上取下來，從劍鞘中抽出劍刃，然後偷偷繞過師父的小屋，想用劍刺死師父。然而，師父沒有像平常一樣坐在小屋裡，他去樹林裡撿

當我們同在一起

了柴，生了火，然後煮了那天要喝的茶。王子偷偷繞到師父的背後，高高舉起劍，大吼一聲，將劍對準師父刺下去。師父用一只鍋蓋擋住了他的攻擊，站起來，對著王子一鞠躬，說：「你的學徒訓練已完成了。」

在我的倫理課堂上，那些十五到十六歲的孩子完全被這個故事迷住了。他們把它演出來，用今天的摩登版本。你可以感覺到，他們理解這個故事的深度，雖然他們說不出個所以然來。

5.5

團體遊戲

改變遊戲

在模式瓦解的脈絡裡，有一個可以運用的遊戲是「改變遊戲」（change game）。我從著名的治療師傑佛瑞·蔡格（Jeffrey Zeig）那裡學到這個遊戲。基於人類的天性，我們被訓練成能夠認出人、情況以及事物，假如他們經過數天、數個月、甚至數年都不改變的話。但是在實際情況下，每一個人、每一件事都持續在改變，因此我想，應該訓練孩子看見他們感知到的人、情況、故事和事物的改變。這種感知可以用「改變遊戲」來微調得更精細。孩子們非常喜歡這個遊戲，而且這個遊戲滿足了一個很深的需求。它可以用很多種不同的方式來玩，一旦孩子們學會了怎麼玩，他們的想像力即源源不絕，永無止境！

這裡是一種玩法：

孩子們圍成一個圓圈而坐，其中一個可以猜，他／她得先在外面等，大家準備好了才叫他／她。接著，教室裡面的孩子們開始交換衣服、飾物、鞋子、髮夾等等。

孩子們可能把右腳的鞋穿在左腳上，或把左腳的鞋子穿

在右腳上。還有一個小把戲是把頭髮的分線改到另外一邊，當然，另外還有許多其他的小改變。

看見孩子們如何準確地互相發覺對方的改變，對我來說非常有趣，更有趣的是，看見他們如何微調覺察，眼光到處掃描，一心一意要找出不同之處。

製作面具

過不了多久，孩子們開始問：「改變要到什麼程度才會完全認不出來？」為了回答這個問題，我們用紙漿製作了繁複的大型面具，有些是動物臉譜，有些長著角，另外有一些是變形的人臉。其中有一個是一只青蛙嘴，另外一個有著長長的鼻子，還有一些有著古老的圖案。有些面具被小心的塗成黑白兩色，有一個畫的是太陽，還有很多很多別的設計。當孩子們戴上面具時，他們自己的臉就完全認不出來了，然後再穿上全白的、長度及地的袍子，即使看著他們的身體也分不出來誰是誰。但是，他們當然還是有一些特徵是長袍子也遮不住的，譬如說他們走路的樣子，或是某個特殊的手勢。他們的聲音通常是洩露身分的罪魁禍首。

當我們舉辦假面舞會時，舞會的高潮是當那些男孩女孩明白，在所有的面具和古老長袍的偽裝下，出現了一個他們自己原本不知道，但存在於他們內在的部分。他們的聲音和



姿態改變了。我們擊鼓，播放他們挑選的音樂，好幾個孩子形容了他們的感受。他們說：「當我戴上這個大面具，穿上寬袍子時，我變成了另外一個人。」有些孩子甚至在戴著面具跳舞的當中非停下來不可，因為他們忽然害怕自己，也害怕別的孩子。他們已經變得對自己這麼不熟悉了！

直視未來

有一個深受喜愛的遊戲是「我在學校的最後一天」。

孩子們在大張的包裝紙上，畫出他們從普通教育中學或職業預備學校畢業的那一天離開學校的情景。我要他們在畫裡加入一些別的孩子猜得出來的改變，比如說，長高了一些、頭髮變長或變短了、可能多戴了一件飾物、穿著跟他們



目前穿的衣服形式不同的衣服、重要的活動範圍、在背景顯示他們新的職業訓練機構或實習機構的明顯標誌、男朋友或女朋友，或某個音樂團體用來表示他們想加入那個團體，以及其他事物等等。

孩子們畫了非常多不同版本的「改變遊戲」——以下我再舉最後一個例子：

改變故事

在德文課裡，我們經常指定的作業是從讀本中找出一篇文章，然後學生必須準備一篇摘要（Nacherzählung直譯為重述）。

在某個學生開始讀出他／她的大綱之前，我們一致同意，大綱中必須包含幾個改變，譬如，一個或兩個主要的改變。孩子們仔細聽，企圖找出那些改變，和那些改變對故事造成的影響，以及那些改變對故事中其他的人物可能會造成什麼影響。有時候我給他們一些故事的不同版本，但是不告訴他們故事的結局是什麼，這樣他們可以自行創造不同的結局。

從他修改重述的童話故事當中，伯特·海寧格給了我幾個很好的想法。

海寧格的「忠實傑克」（Faithful Jack）的重述版本稱為「自我欺騙」（Self Deception, Hellinger 1996, 29 ff.），故事結尾，海寧格敘述的不是傳統的結局，也就是，被變成石頭的傑克，靠著國王的孩子犧牲自己的性命，以血將傑克又變回了有生命的人，全國人民從此過著幸福快樂的日子。在海寧格的版本中，被變成石頭的忠實傑克，仍然是一座石像，犧牲了性命的孩子也沒有復活，而國王和王后的婚姻以悲劇收場。用來傳布地球上的悲慘事件的迷思曝光了。

我把故事的兩種不同版本唸給學生聽，克羅埃西亞和塞爾維亞的學生立刻明白是怎麼回事。他們似乎明白了他們和

家人付出的高昂代價。

海寧格的聖母瑪利亞故事版本所做的改變是，天堂去神祕化，因此有可能在世間度過一個美好的人生（Hellinger 1996, 113 頁）。

在「快樂是什麼」（What is Happiness）和「人生旅程」（The Course of Life）這兩個故事裡（Hellinger 1996, 107 頁和 112），海寧格更改了我們熟悉的內容。他不把重點放在愛或特殊才能的不尋常之處，反而引導聽故事者注意平日的尋常事物、微不足道的小事情，以及友善和肯定生命的事情。陰間的奧菲斯（Orpheus of the Underworld）失去了對生命的愛，一生孤獨以終，海寧格拿他和一個平凡無奇的小鎮歌手做比較。這歌手是一個每天都很開心的人，與他的妻子和兒女過著平凡的日子，而他卻是個籍籍無名的歌手。

「人生旅程」這個故事也顯示，像童話故事裡那樣許願，會招來厄運。當「在我們的幻想四周建起了界線……我們過度自負的行為就會失敗。我們回到地上，找到衡量的標準」（Hellinger 1996, 113）。

我們往往沒有覺察到，但伯特·海寧格說的故事雖然結局冷酷，卻引發我們思考人生的哲學問題。當然，孩子們不會因此停止幻想。在他們的夢裡，仍然有會飛的人，有億萬富翁，或擁有至高權力的人，還有那些永遠不會受騙的人。但是，隨著時間過去，他們越來越能覺察到夢想和現實之間的差異。

CHAPTER 6

第六章

教學相長

將系統和現象學的發現應用於教師督導





6.1

從系統的觀點評述教師的人格及其影響

教師與其原生家庭的關係

有些老師做起來很容易。他們真正接納自己的家庭背景，與他們的原生家庭相處和諧，無論他們的命運在家族的脈絡中有多沉重。他們對學生以及把年輕人交託給他們的家庭抱持正面的態度，而且在處理學生問題時，會注意家族困難的命運可能在這些年輕人的生命中所扮演的角色。有時候我們做老師的會有這種傾向，會因為某個學生的原生家庭而替他／她感到難過，彷彿把他／她盡量往學校裡推是很重要的，不管這樣做在對家庭的忠誠和連結的前提下會讓他／她有什麼感受。然而，去做這樣的判斷並不是我們的工作，這種判斷只會導致老師和學生的關係變得緊張。對家長來說，和解的機會是可以促成的，假如老師直接或間接傳給家長這樣的訊息的話，「我尊重你的家庭裡已經發生的命運，我不是在這裡指出你家裡的瑕疵，或者想提供比你的家庭更好的選擇給你的小孩。我想做的是給她指出一條路，讓她能夠在不背叛家庭的前提下，去發現家庭以外的世界。」當一個老師給出這樣的訊息時，孩子就能在兩個權威之間找到一個沒

有張力和衝突的安身立命之處。

同時，我們也給家長下面這個訊息：「孩子在學校裡時，你可以放心把她交託給我。」當我們這麼說的時候，顯示出我們認為老師的工作除了教育孩子以外，還包含在教室中製造一個社交的場域。

尊重孩子的原生家庭不僅能夠支持父母的權威，同時也能強化老師的權威，老師教導的目標與價值不同於父母。在這裡，老師顯示了他的領導特質。透過一起學習和一起生活，老師鼓勵學生遵守班級的規則，激發大家一起生活必需的尊重。此外，老師也助長班上對所有學生的命運尊重以對。

根據我的經驗，我可以說的是，擁有這種對權威議題界定清楚的態度，在許多情況下瓦解了班級裡的暴力氛圍，在孩子們的家中亦然。多少爸爸到學校來，向我透露說他們很慚愧因為他們打了孩子，說自從他們感覺我（老師）尊重孩子的家庭之後，他們也開始做一些改變。

很多家長對待學校和老師的態度是帶著懷疑、敵意還是恐懼，依照他們自身的經驗而定。有時候他們甚至鼓勵小孩防衛自己，或是不合作，有時他們甚至跟小孩保證會幫著他們對抗老師。

我上面所描述的老師的態度，能防止這些傾向，這在前面幾章已經用實例說明過了。老師的這種態度鼓勵家長不要延伸他們不好的經驗，而是對學校產生一個新的前景。

老師對學校的態度

當家長、老師和學生順利認可學校的組織結構，包括認可它的層級時，這學校就有了生命。老師、學生和家長在這個結構裡都有自己的地位。在這個既定的結構裡，我們有空間去發展不同的關係，塑造共同生活。

在維持這個既定結構上，老師可以踏出第一步。

在學校裡經營共同生活始於教職員之間的互動方式。以系統理論為基礎所做的研究顯示，學校班級的團結程度，大致反映了教員的團結程度，以及他們是否接納學校裡的序位，包含對校長這個職位的尊重。

這也表示尊重年長老師的優點（即使他們已經變成「老派」），以及那些已經在學校獲得許多成就並被賦與特殊地位的人。尊重序位也包括知道最適合自己的位置是什麼。

尤其是在跟上司或別的老師相處困難的情況下，清楚地站穩在教職員圈內的地位，能夠讓一個人有充足的能量用有效的方式去維護他的權利。但是對於自認是圈外人，有意或無意把學校視為競爭對手的老師來說（請看安德莉亞的例子，教師督導，220頁），這是很困難的。即使為了維護個人或團體的權利，而必須面對一位不公正的校長或行政人員，假如老師或職員當時能夠認可校長或行政人員的職務，就會比那些不認可其本身的地位，也不認可校長在學校系統中的地位的那些老師來得容易。

對自己的地位有自信的老師，會挑戰學生，使他們發展出看待權威的正確態度。

所有的家長都希望學校是一個公正對待孩子的地方，在這裡，大家遵守能使學校正向發展的規則。但是，除非家長把權威灌輸到孩子的學校裡，否則這種情形不可能發生。在舉辦家長會時，我覺得有必要指出這些關連。

一個老師屬於與他或她共事的老師團體

在做督導工作時，我瞭解到，對某些老師來說，一個很強的工作動機是，認為他可以比家長或前任老師或同時期的別科老師「把孩子管得更好」。但這種危險的態度，使我們當老師的為了要成功而承受巨大的內在壓力。不論我們這麼做是有意識或無意識，我們都進入了一種和家長、和同事以及和學校的競爭關係，而不是把老師看成是學校權威的一部分，目的在引導孩子與教育孩子。在大多數情況下，對持有這種態度的老師，孩子的反應是把他們當成夥伴，但是我們常常看見，這種形態的夥伴關係，會使老師不自覺地成為學生團體的一部分，而且結局通常不好，學生會變得很緊張，不斷犯規。老師必須認可本來就存在的層級，這樣他才有充分的自由，在學校制度的架構之下，去塑造學校的生活。其中包括，認可聘用老師的權威當局是他的僱主，認可學校董事會所在的教育當局是他的上司，認可校長是學校的領導

人，有權發號施令。任何一個閱讀本書的老師，從自己的感覺有多不舒服就可以明白，要接納既有的層級結構是一件多麼困難的事。然而，在我的經驗中，這種接納與認可是維持對學生的權威地位，以及邀請家長信任學校的基本條件。老師對於既有結構所持的內在態度，相當程度來說，決定了我們在情緒上以何種眼光來看待我們每天跟同事、上司、學生、家長的互動，也決定了這些互動發生的方式。

我們也許可以希望未來的學校會有全新的結構，這包含學校結構的各個組織單位有更高的自主性，但又互相合作無間，呈現扁平的階級結構。然而，在我們的日常生活中，我們仍舊信服目前的情況。

在好幾次督導工作中，我認識了一些老師，他們吹噓說，他們曾經向地方教育當局告發了一個共事的老師或一位校長，因此而把他／她「掃地出門」。

當然，的確有這樣的事件，其中某位教員被迫要求開除某位老師或校長，但是就一個學校而言，這可不是什麼值得慶祝的事。對學生來說，有時很難處理某個老師或校長必須離職所造成的震撼，而其效果往往是削弱教員的力量，也削弱個別班級的力量。

6.2

以系統和現象觀點執行的教師 和家長督導會議

督導團體做些什麼

老師參加督導團體的原因有好幾個³。

216

督導團體討論的問題範圍太廣泛，我只能在這裡稍微敘述幾個經常發生的問題範圍。老師們一起尋找衝突的解決方法，這些衝突可能是個別學生與老師、同學或一群學生之間的衝突。也有一些議題是關於問題班級的氣氛，還有應付家長、上司、同事的議題，以及領導能力與教學方式的議題。最近，越來越多老師表達，想利用督導團體來探索他們不能適當處理有暴力傾向的學生以及有犯罪傾向的學生。當然，督導工作也有一個重點是檢視種族差異，以及它在班級中引起的不安感。此外，在這些教師督導的會議裡，我們也有機會討論個人的決定、可能會影響教師工作的問題，以及可能產生問題的教師工作。有時候，家長也會來參加這些晚上的會議，有時候他們帶著孩子一起來（十二歲以上），於是我們就試著一起為他們的孩子當時在學校裡正經歷的問題找出解決方法。

在某些督導會議裡，我們把內容限制在討論上。有些議題太過複雜，我們就做系統排列。就像家族排列一樣，這些排列具有內在衝擊的作用，在某些例子裡，它帶來很深的問題解決之感，但它絕不是在給應該採取什麼行動開處方箋。與家族排列很相似的是，這些學校組織的排列也很複雜。老師們越能開放自己，越顯露出互相之間連結的層次。這些影響來自於老師的原生家庭，來自有問題的學生的家庭，以及透過教育當局、校長或職員，來自於直接的組織層級。我們幾乎不可能精確指出，究竟是誰受到什麼原因的影響，以至於他／她、個別學生或班上發生了改變。就像我們在家族系統排列中看到團體出現的深層效應一樣，老師們也能經由觀察團體中其他參與者的排列，增加對自己的深層認識。從前被忽略的感覺，或在工作的關係中被壓抑的感覺，在排列中被公開出來，因而能夠被整合。就工作的整體性來說，它越來越被一種態度所支撐，亦即認可自己是受委任的教師，這

3 在這裡，「督導」(supervision)一詞指的是一群教育工作者，志願在一起會面，討論教學上棘手的情況和專業議題。就教師來說，督導團體是由不同學校和不同學校型態的老師組成。這種匿名的方式提供了安全的架構，老師們可以討論性質困難的問題。這樣，這種會面亦可以稱作強調專業的團體治療。

份委任有許多責任，也充滿了發現的樂趣，那就是發現新的態度與觀點，透過它能夠找到解決方法，並能讓教學工作以及私人的關係都更輕鬆。

鈞特·徐瑞克在他的一篇文章〈教師如何掌握其工作上的負擔〉("Wie Lehrkräfte ihre Berufsbelastungen meistern", 1997a) 當中，敘及教師深層的壓力根源，也寫到他在他的工作坊如何增進教師的教學能力與專業能力。

下面我將敘述幾個我在自己帶領的工作坊，以及我和鈞特·徐瑞克一起帶領的工作坊當中的督導實例。這些實例可以讓我們一瞥這項目前正在發展的工作，範圍究竟有多廣大。

真正的父親就是最好的父親

法藍茲是一個小學老師，他有一個學生的爸爸被判詐欺罪而即將入獄服刑。在他入獄開始服刑之前幾個星期，他幾乎想不出來自己經營的小生意該怎麼辦。

法藍茲說他很為這個男孩難過，因為他知道沒有爸爸是什麼滋味。他六歲的時候，父親因心臟病去世，他說他常常思考為什麼他決定到小學來教書，那對男老師來說是很不尋常的事。他說他想教低年級的孩子，想讓孩子有個機會從他這裡得到父親的關懷與注意。他希望，在這個男孩的爸爸服刑期間，他能夠像男孩的父親一樣。

法藍茲說，男孩雖然把很多私密的事情都對他說了，但

是，最近幾天，他卻變得退縮而且看起來有些害羞。

我們短暫討論了一下憐憫和同理之間的差別，也談到，表達同理心的那個人必須不介入對方的困境，而是承認並尊重對方的命運，這點非常重要。同理的一方必須立場堅定，因為他／她感受到對方的無望感，所以他／她必須堅定，而不是企圖緩解對方的命運，那樣做，事實會被扭曲。

法藍茲說：「是啊，假如我取代了他父親的地位，也許對他並不好，那樣他就會失去一個老師，而同時，我會讓我自己重要性超過他的爸爸，因為他在服刑。」他說這話的樣子非常真誠，那表示他正朝著正確的方向行動，我們都感覺到了。

六個星期之後，法藍茲在督導會議中做了如下報告：「現在，我變成了這個男孩的好老師，最近我對他說：『你面對父親入獄的處理方式真的很棒，因為他做了一件不好的事，但你在心中仍然愛著他。』 這個男孩看著我——我想，那應該是第一次有人跟他談到父親的事，以及他內心對這件事的感受。我問他有沒有去探望父親，他點了點頭，很勇敢地把眼淚忍了回去。『你這麼勇敢，真了不起，』我說：『但你跟我在一起的時候，你可以哭一下，假如你想哭的話。』」他哭了。

只要老師試圖遮掩事情的真相，而試圖做孩子的「代理父親」（surrogate father），孩子就會退縮。一直要到老師試著站在自己老師的位置上，正視並接受孩子的命運，他和孩

子的關係才是有益的和令人安慰的。法藍茲看見自己企圖把他沒有從父親身上得到滿足的渴望，投射在這個男孩身上，現在他承認了，男孩的父親才是唯一真正的父親。

在教師督導團體工作的另外一個例子中，你可以看到一個老師的原生家庭動力是如何影響她作為一個老師的人格，並在她班上的團體動力上扮演什麼角色。

如果你認可你的父親，你會得到權威

安德莉亞的故事：「休息了兩年之後，我又開始教書。我在一間普通教育中學被指派教一班六年級生，在我之前的那位老師完全無法控制這班學生，為了這個原因，他必須離開學校。這班學生上課吵鬧，而且完全看不出任何學習動機。我變得一天比一天嚴格，已經完全失去幽默感，而學生則是一天比一天更反抗我。」

安德莉亞一邊說話一邊哭了起來，我鼓勵她把一些她個人的情況告訴我。

她告訴我，她有一個女兒，剛上小學。她一個人跟女兒住，女兒的爸爸不是德國人。打從她懷孕開始，他就跟她保持距離，而當他們有一點互動時，也是衝突不斷。此外，她跟女兒的關係也受到傷害，因為女兒非常想去父親那邊。

現在她女兒開始上小學了，她也重執教鞭，但是對於自己作為一個老師感到極為無力。

在這個特殊的例子裡，我決定在學校裡替安德莉亞用代表做排列，我要安德莉亞選一個女孩和一個男孩來代表班上學生。

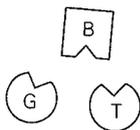


圖 1

G	女孩	P	校長
B	男孩	SB	學校董事會
T	老師	F	父親

把女孩和男孩排列好之後，我請安德莉亞替他們找位置。

安德莉亞把女孩子（代表班上所有女同學）和男孩子（代表班上所有男同學）排成面對面，然後把自己，老師，排在女孩的旁邊。

安德莉亞：「是的，情況就是這樣。」

女孩：「我感覺還不錯，也感覺老師在支持我。」（但是，很清楚的，她卻開始變得悲傷。）

男孩：「我在這裡感覺不安全。」

我加入一位男性代表校長。安德莉亞不喜歡他替自己選的位置（有一點靠外圍，臉朝著男孩。）

男孩（自動說）：「看見校長的時候，我感覺比較安全。」

女孩：「我覺得毛骨悚然。」

安德莉亞：「校長讓我感覺怪怪的。」

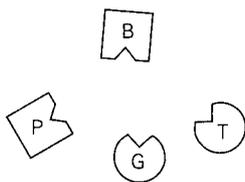


圖 2

我把女孩排到男孩旁邊，這兩個人現在面對老師站立，然後我把校長排到老師的身後。

此外，我把學校董事會的代表排在校長的身後，稍微靠旁邊一點。在巴伐利亞邦的普通教育中學體制裡，學校董事會是老師的直接上級，校長的權力是發號施令，但他不是老師的上司。這表示，從階級的觀點來看，情況並不是很明朗。

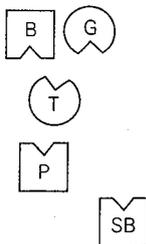


圖 3

男孩：「這樣我感覺比較好。」（很明顯可以看得出來，他很喜歡女孩站在她旁邊。）

女孩：「我在這裡感覺很好。」（她輕輕推了男孩一下。）

老師：「孩子們的位置很好，但是我不喜歡校長站在我後面。」

她說了一長串不喜歡他的理由。

當她轉頭去看學校董事會時，她變得比較認真。

我建議她看著校長，對他說「我承認你是我的校長」。

安德莉亞照做了，但是她和我們都知道，她沒有說實話。

學校董事會：「這個我不能同意。」（他看起來很不同意的樣子。）

這個時候，兩個「學生」變得很不安，開始互相講話。

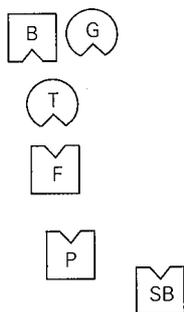


圖 4

然後，我找了一個安德莉亞父親的代表，把他排在她的後面，安德莉亞很明確感受到一股力量。校長和學校董事會說，他們覺得似乎解除了一個負擔。

我要安德莉亞轉過身來，她現在是跟她父親的代表面對面站著。她的眼中充滿了淚水。

她說：「我謝謝你在這裡給我力量。」然後她哭了起來，「我好難過你已經死了。」她的父親一年前剛剛過世。安德莉亞和她父親代表之間的吸引變得非常強大，她躺在他的懷裡。她啜泣著，深深吸氣。她說：「過去這幾個月緊張，現在全都離我而去了。」

然後，她走過去站到學生的面前（男生和女生），她把父親排在她的後面。校長的神情看起來輕鬆了，他被排到父親的後面，而學校董事會的代表則被排在校長後面稍遠一點的地方。安德莉亞對學生說：「看，我爸爸在我後面。你們

是我的學生，我尊重你們以及你們的父母，你們的父母也站在你們的後面。」學生的代表看起來很開心。

我建議安德莉亞把一張她父親的小照片放在她的桌子上一段時間，也許一、兩個星期。我也要她讓學生知道她為什麼這樣做，對學生說有這類效果的話，「我父親一年前過世了。我還在為他的死感到難過，他過世一週年的時候，我會想著他。而同時，我可以感覺到，他給我力量，支持我在班上的工作。」

在我的經驗裡，學生對於我們做老師的如何維持跟父母的關係，非常感興趣。

我建議她告訴學生，當他們在學校上課的時候，他們也從他們的父母那裡獲得力量。

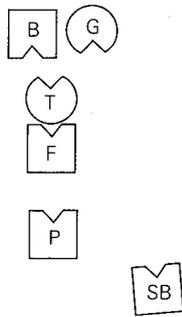


圖 5

安德莉亞說：「這幾個月以來，這是我第一次期待去學校上課。」

在第一個排列圖裡，很顯然安德莉亞把男孩和女孩看成是分開的，男孩和女孩面對面站著，男孩子們沒有從安德莉亞那裡獲得任何力量。女孩子站在她的旁邊，由於女孩子們得到了她的支持，她們也感受到她的悲傷和不安，覺得她是「站在她們這一邊的」。女孩子們不屬於那個地方。

在這個組織裡面身為一個老師，安德莉亞應該跟校長和學校董事會維持良好的關係。我們只要排列出這兩個人，就知道她跟他們的關係好不好。這麼做的時候，她與校長和學校董事會之間的關係所有不適當之處全都顯露了出來，還有安德莉亞無法承認權威的困難。它的後果就是安德莉亞自己也無法成為學生的權威。她跟父親的能量的連結，給了她力量。安德莉亞一直未能承認並重視她的父親，這是我之前跟她一起工作時就注意到的。

一直要到她處在絕望的情況中，感到她的生理與心理的力量都在慢慢消失時，她才轉而對父親有了愛——那是在父親已經死後——然後接受了父親的力量。這時，她的上司代表們很明顯感到鬆了一口氣。做上司的常常能無意識地感覺到他們的下屬是否自動自發承認他們之間的權威關係，這樣使得上司的地位自然成為權威，或者，下屬對權威發出壓力，而他們心中對尊重上級的掙扎不斷消耗他們的能量。一旦她承認了上司的地位，校長和學校董事會都說，他們可以

在老師有需要的時候隨時提供支持和協助。

安德莉亞的個人狀況也反映了這個衝突，她告訴我，在做過排列之後，她處理女兒的問題也越來越容易了。

我看見你的悲傷

一位在普通教育中學教五年級的老師告訴我，她的班上有一個四個男生的小團體，其中一個無庸置疑是領袖人物，其他三個則依附於他。這四個男生干擾上課的情形十分嚴重，老師已經找校長談過，商討有何可行的處置辦法。校長想打電話給社會服務單位，派人去調查他們的家庭，但是這個老師對於四人幫的領袖人物可能因此會離開這個班級的想

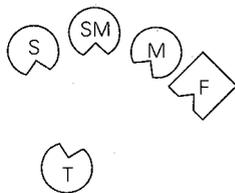


圖 1

- | | | | |
|---|------|----------|---------|
| T | 老師 | S1/S2/S3 | 搗蛋學生 |
| G | 全體女生 | L | 搗蛋學生的領袖 |
| B | 全體男生 | | |

法感到不安，過去她看多了這類處置辦法帶來的後果。有一次，那個搗蛋學生被趕走了，班上全新重組，立刻有別的學生取代他的位置，變成搗蛋份子。為了這個原因，這個老師想知道，她自己是不是可以做些什麼，用一種新的態度來平息這個情況。

老師：「不忍心看到這個男孩（L）離開。」

領袖：「我感覺自己真的被拉向窗子，可是我也感覺自己被拉向老師。」（他半轉過身，朝她伸出雙臂。）

搗蛋學生們：「我們要跟他在一起，但是我們也想跟班上同學在一起。我們不是壞人。」

老師看著男孩子們，臉上表情悲傷——「她太悲傷了，」我心裡想。我問她是否曾經失去一位近親。「也是也不是，」她說。她出生不久，她的一個哥哥就因脊髓灰質炎

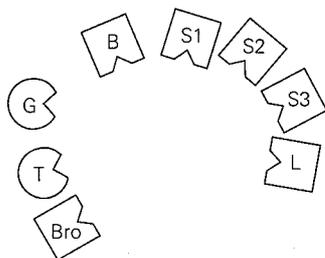


圖 2

Bro 哥哥

逝世。她已經不記得他了，但是當她看這個顯然正抽身離開的男生時，她的代表開始哭了，彷彿這個試圖離開的男孩子啟動了她潛意識中對哥哥去世的悲傷。於是我加入了她哥哥的代表，把他排在她的代表旁邊。

這兩個人馬上有了肢體接觸，比方說互相輕輕碰碰對方，兩人之間立刻產生好感。同時，這位老師，一直到現在都還未把自己加入排列，她的臉頰上滾下了眼淚。

我什麼也不必做，排列圖自己找出了它的序位。

搗蛋學生領袖和他的同夥走到旁邊，和班上的男同學站在一起，女孩子也走過去，離他們比較近。沉默籠罩著這一群人。這位老師也加入排列，她深受感動，不住點頭。

這時，我建議她找出一張過世哥哥的照片，放在她的桌子上幾天。我也要她把哥哥的故事告訴學生。

在這個故事裡，我們可以看得很清楚，有時候這幾個緊張又行為不良的學生承接了這位老師的悲傷或其他的情緒負擔，而在班上用行動把它表現出來。

我瞭解你的痛苦

接下來，我要敘述另一個例子，其中一個學生不經意地揭露了老師的痛苦，因為她自己也承受著相同的痛苦。

這個三年級的老師告訴我，有一個學生來找她的方式是全然誇大的，不斷侵犯她的個人空間，不停要跟她說話。這

位老師的問題是這麼說的：「我可以怎麼做，才能從現在起到學年結束為止，不傷害這個女孩，假如我叫她不要一直來煩我的話？」

這個女生來自克羅埃西亞，但是她的德語已經說得相當好了。

這個老師排列了女生的代表，並把她自己排在距離女生兩公尺的地方。她立刻就感覺到自己想要擋掉她內心裡出現的那個女孩。這時，我排列了一個人代表女孩的祖國克羅埃西亞，把她排在女生後方約兩公尺之處。

230

女生的代表立刻想要向後移動。一開始，她站在祖國的旁邊感覺很好，但是過了一會兒，她感到非常悲傷，開始哭了起來。我們可以解釋發生了什麼事。忽然那個老師說：「她在克羅埃西亞失去了父親，他在戰爭中死了。」

我們接著排了一個她父親的代表在她身邊，老師開始啜泣。我們都知道她為什麼有這種反應，因為她自己的父親也過世了。我們把一個男人排在她的身邊代表她的父親，這麼做之後，她的心溫暖了起來。女孩的代表走向她。這一次，老師不再抵擋，輕鬆地伸出雙臂抱住女孩。她對她說：「我了解妳的痛苦。」

學生往往無意識地戳到老師的痛苦之處，當老師設法感受到自己的痛苦時，那痛苦和學生的痛苦很相似，這時他們就可以重新定義他們的關係。

尊重學生的命運

有一次，有一個老師很生氣地告訴我，她班上有一個女生是留級生，還無法融入這個班級。沒有人明白為什麼一個這麼聰明的女孩會留級，老師知道的是，她父親在她母親結婚之前，是跟她母親的姊姊結婚的，這個姊姊幾年之後死於癌症。

這個老師說，在第六節課的時候，那女生的行為惡劣之極，老師忍受不了，生了氣叫她去走廊罰站。她形容女孩穿著流行的厚底鞋，用力踩著腳走了出去，用勝利的眼神瞥了她一眼，那讓她更加生氣。同時，她覺得自己在管教學生上是完全失敗了，更別提學校根本不允許學生單獨站在走廊上。

我想到的第一件事是，那個女生自己想被排除在外。她雖然聰明，但她的成績不及格。她把老師惹毛到被老師趕到教室外面。我說：「這個女孩想給妳一個訊息！」

在這同時，這位老師說，在這件事發生的幾個星期前，她其實跟這女孩有過連結，她告訴我們幾個例子，顯示女孩是信任她的。

我們把這情況排列如下：

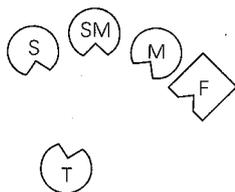


圖 1

- | | | | |
|---|-------|----|---------|
| T | 老師 | SM | 母親的過世姊姊 |
| S | 學生 | F | 父親 |
| M | 學生的母親 | | |

這個排列圖顯示出，女孩認同她死去的阿姨。

她不把她的母親視為母親，而對於老師，她有一種溫柔的感情連結。

女孩：「我站在阿姨的身邊，感覺很好。我跟媽媽和爸爸沒有聯繫，我在老師旁邊感覺很好。」

接著我請老師向學生微微鞠躬，請她這麼說：

老師：「我尊重妳的命運。我知道妳的阿姨犧牲了性命才有了妳。」

然後她又鞠了一次躬。

女孩（自動自發地說）：「現在妳瞭解我了。」

稍後在另外一次的督導會議裡，這位老師說，她和那個

女生的關係變得比較輕鬆了。事實上，那個女生來找她好幾次，要她分配一些公共的工作給她做。例如，她在早上八點以前幫忙別的孩子過馬路，還替那些生病不能來上學的學生送功課回家。

在我做家族排列的經驗裡，我知道孩子有時候會認同父親或母親的前任配偶，尤其是當他們自己的生命和前任配偶的死亡有關連的時候，就如同前面這個例子。這是一種靈魂的衝突，在上面這個例子裡，那個女孩試圖解決衝突的方法是，不斷地站起來離開，就像她阿姨離開一樣。在沒有覺察的情況下，她在模仿她的命運。這位老師在排列圖裡看到了女孩的動力，她尊重這個動力。她並沒有把這一切跟女孩談過，但是她的瞭解和尊重讓她們關係中的張力大為降低。

笛特理希就是不去上學

又一次，一個十五歲男生的媽媽打電話給我，她已經束手無策了。過去幾個星期，他拒絕上學，她又是個單親媽媽，白天必須上班，因此她不能自己把孩子拖到學校去。他堅持要留在家裡。奇怪的是，這個男孩功課很好，在班上也有一些朋友。就學校來說，看不出任何明顯的原因為什麼他不想上學了。

這位母親在我上班時間帶著笛特理希來找我。我對他說，我猜他自己也不知道他為什麼不來學校了。這個男生點

點頭，臉上的表情很嚴肅。他的媽媽開始念出一大串論點，說明笛特理希應該再來上學。我打斷她，要她先不要說話一段時間。接著我開始問問題，得知就在笛特理希出生不久，他的父親很快離開了這對母子，三個人之間的聯繫少得可憐。我問父親家裡是不是發生了什麼不幸的事，一開始母親不想說。突然之間，氣氛變得非常凝重，這是每次有重要事情出現時幾乎一定會有的狀況。為了某些她無法瞭解的原因，笛特理希的父親叫她永遠不要告訴笛特理希，他的哥哥，也就是笛特理希的伯伯，過世了。現在，在我的辦公室裡，她把這件事告訴了他。當笛特理希的祖父和兩個兒子在打仗時，家裡那個晚生的小孩——當時十五歲的兒子——跟母親單獨住在家裡。戰爭快結束的時候，一九四五年三月，家鄉裡的年輕男人仍然被徵調去戰場，派到防空砲兵部隊去服役。父親的哥哥年齡剛好小了幾個月，還不能被徵調。他媽媽很高興能留這個小兒子在家，但是這個男孩偷偷跑走了，加入了他的戰友，他們的年紀也不比他大多少。第一次出任務，他就戰死了。男孩的母親，也就是笛特理希的祖母，難過得幾乎發狂。戰爭結束後，她已經快五十歲了，又生了一個男孩子，他就是笛特理希的爸爸。

笛特理希聽到這往事，反應非常激烈。他大喊：「妳為什麼沒告訴我？妳為什麼沒告訴我？」我們沒有繼續再深入討論下去，就結束了這次會談。兩個星期之後，笛特理希的媽媽告訴我，從我們見面那一天起，他又開始上學了。

在很多家庭裡，未處裡過的與戰爭有關的命運，被當作是禁忌而深藏起來。這種悲傷會影響到好幾個世代，然後無意識地進入某個人，就像笛特理希的例子一樣。它的動力是象徵性的。笛特理希代替他在戰爭中死去的伯伯留在家裡，由於他這樣做對誰都沒有好處，因此他把自己隔絕，傷害他自己。當他聽到伯伯的故事時，他對於伯伯戰死的悲傷得以釋放，而這個釋放，或者，更恰當的字眼是，爆發，帶領他找到了平靜。

媽咪，媽咪，我再也不會離家出走！

在這個例子裡，我將敘述我和一對父母以及他們的九歲兒子的工作實錄，這個兒子不管在家或在學校，都完全拒絕任何人對他的任何要求，這種情形已經持續相當長的時間了。在前六個月裡，他不斷離家出走，因此必須在上學的路上以及下課時間被嚴格監視。孩子的爸爸已經好幾次必須去全德國不同的火車站把兒子接回家。沒有人解釋得出男孩子為何有這樣的行為，校方已經不願再負責監視他了。當他的父母來參加督導會議時，他們已經智窮力竭。

我問他們，六個月以前發生了什麼事。這位母親只回答說，她原本來自西班牙，但從六歲起就和父母住在德國。十年前，她嫁給一個德國男人。她的父母退休後就搬回安達魯西亞，六個月前，她母親在那裡過世了。

一開始，似乎這段故事與男孩子的行為並沒有什麼連結。但是從另外一方面來看，她說的故事引誘我去追尋其中的蛛絲馬跡，我決定先朝著那個方向走一小段。

從我以前做過的大量工作當中，我覺察到，移民的孩子往往對於離開的故國有種愛，非常思念那個地方，雖然他們通常在那裡並未停留很久。但是他們的父母反而對家鄉不太思念，他們通常很努力想為孩子創造一個好的家庭環境。

基於此，我要這個母親用代表排列出她自己、她的兒子，還有她來自安達魯西亞的父母親。這個母親的代表站在她的雙親面前，幾乎立刻就開始哭了。她對雙親說：「我離開了家，又跟一個德國人結了婚，這是我們的孩子。失去家鄉真讓我痛苦。」

接著她父親的代表用雙臂環繞著女兒（她已經取代了代表，自己進入排列），兩個人啜泣起來。過了一會兒，他也擁抱了他的孫子，對他說：「德國是你的家，你可以也愛安達魯西亞。」對此他們兩個人都很高興。

當這個母親再度坐下，她忽然發現：「我沒注意到我的肚子在痛，但是現在我知道肚子痛過，因為痛苦已經不見了。」

督導會議之後兩天，她打電話給我。她說，她和先生在督導會議結束回到家，兒子來替他們開了門。他跳起來，抱住她，大聲喊著：「媽咪，媽咪，我再也不會離家出走。」

那個男孩子不知道她的父母去參加督導會議，但是，他

感受到媽媽的輕鬆。一年以後，我在一個家族工作坊又碰到這對夫妻，他們看來高興得不得了，告訴我說，他們的兒子有非常大的進步。他沒再離家出走過，也被允許留在學校。

在不知情的情況下，這個男孩的母親把她對家鄉的思念轉為肚子痛帶在身上，而她自己甚至未覺察到。父母經常處於壓力之下，這時孩子是能夠感覺得到的。孩子自己也會無意識地帶著這個壓力，尋找平衡，而這個男孩子尋找平衡的方式就是不斷鬧事。當男孩子在安達魯西亞的祖母去世時，此一思鄉之情必定經歷了某種轉變，彷彿男孩的母親此時有義務要回到家鄉。這似乎由男孩代表母親來表達了，他表達的形式就是不斷地有遠離的衝動。當她在督導會議中被她父親抱住時，她感受到了之前沒有覺察到的痛苦，之後她緊繃的張力就被釋放了。現在，男孩可以自由發展了。

校園暴力

校園暴力，以及藥物濫用，最近幾年已經成為有些班級難以討論的話題，在某些情況下，甚至難以管控。

班上有這類問題的老師們經常感到左右為難，一方面是大多數孩子需要一個可以安心讀書的氛圍，另一方面又有暴力傾向的學生造成的擾亂，需要花時間去處理。老師對自己任務的信心越清晰，也就是，老師應該在教室裡創造一個能夠安心學習的環境，他們就越能精確估計在這些挑戰當中

自己有多少可能性。有暴力傾向的學生會使老師的能量枯竭，也會用盡班上的能量。在這種情形下，教員和校長需要共同負起達成目標的責任。但是，通常會做的只限於在某種事件發生後的討論、觀察和評估狀況，然後把觀察的結果告知家長。

在督導中，我們遇到越來越多例子，老師對於處置有暴力傾向的年輕人感覺孤立無援，非常害怕。他們往往把這種經驗看成是自己能力不夠，而經常不願意談論這些事，怕他們的「無能」會在別和同事面前洩露出來。

我們的目標之一是，讓老師視自己為整體教職員的一部分，可以向他們求援，尋求支持。除此之外，當我們看到學校行政單位、學校當局、所有行政部門以及家長的時候，我們知道，要老師單獨解決大規模的問題是不可能的。如果老師能放掉這個不切實際的期待，就可以輕鬆一些。而釋放緊繃的張力，也會為整個情況帶來正面的影響。一旦情況變得比較輕鬆，我們也比較容易找到合適的解決方法，滿足所有學生和家長的需求。

我們懶得檢查

在一間學校裡，有個十六歲的年輕人，之前就因為行為偏差而引起校方注意，他把老師和全班同學當作人質，關在教室裡整整兩節課，包括下課時間在內。他帶了裝有子彈的

武器。在督導會議裡，事件中的這位老師和她的全體同事有機會討論事件的發生經過。參加會議的十五位老師裡，至少有十位注意到這位老師的班級沒有下課，教室的門一直是緊閉的。假如有人很快朝教室裡看一眼的話，整個情況就會不一樣。這件事情讓他們明白，團結在一起是多麼重要。他們對這位同事感到很內疚。

更有甚者，這位老師幾星期前送出書面申請，要求在下一校務會議中討論這個事件，竟然被駁回。

校長是教職員的一份子

在一次由教員參加的督導會議裡，大部分的老師都到場了，但是校長沒有來。對此老師們很氣憤。同時，他們也感到洩氣，心中對他不滿。

那天的議題對整個學校都很重要。我也覺得，校長不來，教員們無法做任何有約束力的決定，最多只能做一些初步的決定和建議罷了。

我示範給他們看一個我常常用的技巧。我把一張空的椅子放在我旁邊，這張空椅是校長的椅子。

接著我要求老師們在開會過程中輪流坐在這張椅子上，一次十分鐘，然後我們開始開會。這群老師們安靜下來了，找到一些解決問題的好建議。也有幾次例子是，剛好坐在校長椅子上的老師以校長的觀點發表了看法（很可能是這

樣)，就像校長本人在場似的。

會議結束時，我問校長的代表，坐在校長椅子上的感受如何。其中有一位老師說：「假如我坐在椅子上的感覺就是校長的實際感覺，那麼他就得照自己的方法做事。他沒有別的選擇。我感到無力，並且壓力很大。」其他的老師說他們的感受也差不多。

兩個星期後，我從這些老師那裡聽到了一些有趣的消息。他們告訴我，學校裡的氣氛完全改變了，他們和校長之間有了一些神奇的正面經驗。他要他們告訴他督導會議裡發生的事，也對老師們的初步決議保持開放的態度。他對他們說，下一次督導會議，他也要參加。

下面這個例子顯示，一個德國特有的問題就是，納粹政權對老師的影響，這種影響直到今天依然餘波蕩漾。

我承認你是我的校長

有一個老師告訴我，他和校長之間有些問題。因為一個班級的紀律問題，他被叫到校長室，校長用貶抑的態度談到班上發生的事件，他覺得人格受辱，自稱因此變得「很頑抗」。還有，他非常想改善班上的秩序，然而，校長不但不幫他的忙，還訓了他一頓。

我建議他排列出校長的代表和他自己的代表。這兩個人對峙站立，相距大約一公尺半。老師的代表幾乎是立刻低下

頭去，把自己變得很小，說他正經歷威脅到他性命的恐懼。而校長那邊的情況卻很不一樣，他感覺比實際上還大，看起來正在長高，而最引人注目的是，他注視著自己的雙手。對我們來說，他看起來好像隨時準備用這雙手摸人，他的手看起來像巨大的鏟子。這個情況很清楚，老師的代表害怕、感覺渺小，而校長的代表完全支配了他。

我問這位老師和他父親之間的關係如何，他和父親有哪些經驗，而父親自己的經驗又如何。也許父親經歷過戰爭？結果是，父親一直提醒他不要把自己的想法表達出來。父親擔心，當兒子還是學生時，會走上街頭抗議，兒子當了老師後，又怕他因違抗命令而丟了工作。我問他父親從前有過什麼經驗，這位老師說出了下面的故事：「戰爭的時候，我父親是戰俘，被判在南斯拉夫的一處礦區服三年苦役。他常常跟我們說到他的南斯拉夫籍工頭，每當他說到這個暴力的工頭如何壓制他，用危險的懲罰來威脅他時，我實在是聽得很難過。」這個排列清楚地呈現在兒子的排列當中。

我建議他也把父親和工頭排列進去。

很快的，這兩位代表面對面站著。他們的姿態相同，表達感覺的方式也相同。

這位老師受到感動，自己進入排列。我要他看著父親的代表。當他看著父親時，他向他鞠躬，沒有經過我的暗示。之後，兩個男人自動互相擁抱。

在這個時候，那兩個「壞人」鬆了一口氣。工頭的代表

退出，校長的代表說他覺得自己又正常了。

我要這位老師再度站到校長代表的面前。現在他可以看著他的眼睛，站到他的旁邊，而且他在這麼做的時候，承認了校長是他的權威。

這個故事顯示了雙重轉移。兒子在內心感受到父親當年如何頑強對抗工頭，但除了冒生命的危險外，並沒有實際的對抗方法。他決定替父親完成這件事。但是，他現在把這個初層次的東西跟他目前的情況混淆了：他體驗到的是完全受另一個人擺布，在他和校長的關係當中，他像個戰俘。

我會成為你們的一份子嗎？

有一次，一位從瑞士來的老師參加了督導會議。

很多年以前，她在瑞士教過一陣子文理中學。雖然她在念完教育學分後在德國找到一個教學工作，但是一直沒有回德國。她在瑞士也找到一份很好的工作，因此決定留在瑞士。她在瑞士認識了她先生，結了婚，生了兩個小孩。雖然住在瑞士也在那兒工作，但內心深處她覺得自己並不屬於那裡，也覺得她的同事排斥她。她甚至害怕有一天她的先生也會排斥她，「……因為我是德國人而排斥我」。

我們開始排列她的學校系統，因為她來這裡就是想要討論這個。在排列裡，我們很容易看到這位老師的代表正在離開其他的人，但是其他所有代表，包括她的同事老師、學校

當局還有學生，都希望她靠近一點。這位老師看到這個排列圖，非常震驚。

現在我們回到她在瑞士剛開始教書的時候，那是一個陌生的國家。我們排列了她的父母親、瑞士的學校當局以及老師本人。她縮在父親代表的懷中，輕輕啜泣。

然後她說出了她的故事。她的父親當初不同意她離開德國，即便到了今天，還是沒有接受這個事實。她從來不聽他的悲傷或難過，他們兩人的關係，從前是非常溫暖的，在她移民到瑞士以後就完全凍結了。現在她站在雙親的面前，看見了他們的悲傷，承認他們是她的父母親，請求他們給她祝福。接著父親的代表開始嗚咽，看起來非常無力，彷彿他需要她的幫助，但是卻讓她離開了他。後來，這位老師告訴我，在納粹德國的時代，她的祖父在某個小城裡擔任一個職務，防止猶太人從德國移民出去。這些猶太人後來都進了集中營。在不知情的情況下，這位老師強迫她父親讓她移民出去。在她向父母鞠躬並道了再見之後，她能夠感覺到她是瑞士學校裡教職員的一份子了。

恐懼

在學校裡，恐懼是個重要話題。我們都很熟悉恐懼，我們可以在走廊上和教室裡聞到恐懼的味道。事實上，在德語中，我們說「Ich kann die Schule nicht mehr riechen」，直譯

為「我沒有辦法再聞到學校的味道了」，意思是「我對學校厭煩極了！」這不只是一種比喻而已。當孩子們這麼說的時候，他們是認真的，他們的意思是他們不想再有恐懼了。

恐懼和學習密切相連。在孩子們學到新的東西時候——他們每天都在學新的東西，他們自然會有害怕的感覺（Simon 1995, p. 180）。

孩子們似乎失去了知識和能力。他們的恐懼包括他們是否正確理解老師上課所講的內容，以及他們是否正確記住了所有的內容。他們害怕那些什麼都知道的老師，也害怕考試不及格。有的時候，不知道從哪裡開始，某個學生的恐懼變成了對老師、對學校、對父母或對社會的侵略性。

然而老師也深受恐懼所苦。他們害怕自己的韌性不足以應付學校裡不斷變化的情況，害怕他們無法抵擋學生的侵略性，或者害怕他們不被同事接納。他們害怕學校當局突然來訪，也害怕自己的侵略性突然爆發，而傷害到學生。

家長也一樣。他們害怕自己的孩子在校跟不上，不被同學尊重，不夠自信，或者太過於好鬥。他們害怕孩子被挑逗，這裡只是略舉幾個例子。老師們總是看得出來哪些孩子們在學校裡帶著家長的恐懼。

當學生的恐懼碰到了老師的恐懼時，結果總是老師和學生之間的溝通出現巨大的阻礙。

有時候，似乎學校是那個讓學生、老師和家長累積恐懼的大環境，在這裡，當恐懼過於龐大時，就會變成侵略性。

我被我的恐懼要脅

在一次督導會議裡，有一個老師說，「我的恐懼威脅我，它們正威脅到我的生命。」

開始時，我們談到感覺，談到我們控制感覺的方法是有意識地感覺它，直到它消失為止。但是這個老師的恐懼似乎不只是一種單純的感覺而已，那種狀況已經占據了她的整個身體，有時甚至到了讓她驚慌失措的地步。

我們排列這種情況。我們找了兩位代表，他們代表的是讓這位老師感覺到恐懼特別強烈的班級，另外還有其他幾位代表她的同事、校長、學校當局和家長。

代表們都站在自己的位置上，我們就把老師的恐懼也排列進去。這位老師花了一些時間，才有辦法轉過去直接面對她的恐懼。那種情況就像他們兩人彷彿慢動作地繞著對方跳著某種無言的舞蹈。當這兩人最後終於看著對方時，起先，老師開始顫抖，接著她對著恐懼彎腰鞠躬。這場無言的舞蹈繼續下去，直到兩人平靜地比肩而立為止，甚至手勾著手。一旦老師平靜地站在恐懼的身旁，其他站在他們後方的主角開始說話了。起先是其他的老師說：「恐懼也屬於我們。」然後家長們說：「恐懼屬於我們。」但是，代表所有學生的兩位代表說：「其實，它屬於我們，因為學習和學校讓小孩害怕，我們很願意承擔害怕，如果你們大家一起幫忙的話。」那是一句化解問題的句子。

當我們同在一起

恐懼的代表走到學生那裡，其他代表全部看著學生和恐懼站在一起，眼中充滿了瞭解。

但是恐懼說：「我屬於你們大家，雖然我通常是站在孩子這裡，有時候站在老師那裡。」

這個排列很清楚地顯示，學校是恐懼的燃燒室。當然，恐懼是我們生活的一部分，這是因為我們曾經和我們的母親、父母、知識、還有愛分離過。如果老師知道這些背景也想要知道它們確實存在，如果他們承認自己的恐懼，並在孩子害怕的時候陪伴他們、給他們支持，學生就會受益。

做完排列之後，看得出來這位老師感覺好多了。

CHAPTER 7

○ 第七章
結語
一些好消息





一些好消息

學校是生活的一部分

親愛的讀者：

在這段穿越學校生活不同階段的旅程中，你必定已經感覺到，學習有其基本的先決條件，那個先決條件就是經驗。靠著使用家族系統排列這個方法，孩子們能夠感受到他們和原生家庭的連結，從而產生新的態度，能夠以更為充滿愛的方式，去體驗他們與母親、父親、兄弟姊妹、朋友的關係。藉由「想像」的歷程，他們認識了身體和靈魂方面到現在為止都還不曾使用過的部分。從系統和建構的觀點看待事物，他們對世界的評量得以擴展，如此一來，也有越來越豐富的概念和可能性支持著他們的行動。他們學會看到不好的事情當中好的一面，也看到自己的父母不但是凡人，還常常不願意承認他們的好或壞。孩子們不用課本、不用學習標的，也不用考試，就能夠學到上面這些東西。

在學校裡做系統工作，能夠打開一條道路，通往「學校是真實生活的一個成分，而學習的基礎是經驗」這個全新的概念。如此一來，學校就不再是「經驗的替代品」

(Marquard 1986, 104)。

在一篇題為〈經驗的意義到底是什麼？〉(What Does Experience Mean, Anyway? 德文為Was heisst schon Erfahrung?)的論文裡，彼得·佛塞(Peter Fauser 2000)探討「從經驗中學習」此一議題在歷史中的軌跡。從經驗中學習的想法可以追溯到上古希臘時代(Buck 1989)。

在近代文化中，我們熟悉的經驗主義者是盧梭(Rousseau)及其《愛彌兒》(Emile)，格奧格·凱興斯泰納(Georg Kerschensteiner)及其「工作學校」(work school德文為Arbeitsschule)，瑪利亞·蒙特梭利(Maria Montessori)及其「預備的環境」(prepared environment)，以及弗萊耐特(Freinet)及其「自由的工作」(free work)，這裡只是略舉幾例被稱為「改革教育」(Reform Pedagogy)運動的名詞。這些人的想法之間儘管有些差異，但他們全都提到一件事(Flitner 1992)：學習和教育是由學生自身的活動，以及他／她從中得到的經驗來決定。哈特姆·馮·韓第希(Hartmut von Hentig)的「學校是獲得經驗的場所」(School as a Place of Experience德文：Schule als Erfahrungsraum 1973)和他在德國創立的所謂的「改革學校」(reform schools)，以及「畢勒費德實驗學校」(Bielefeld Laboratory School)和德國被稱為 Oberstufenkolleg 的中等學校實驗，全都根植於「從經驗中學習」這個觀念。

本書即將完成之際，我在德文週刊《時代》(Die Zeit)上面讀到一篇文章(2001, 4.5., 第十五期)，刊登在「生

活」版 (p.3) 的「信念」一欄。這裡所說的「信念」是指社會上固定的學說，或是會改變的學說。這篇文章的標題是〈在校如在家〉(At Home in School 德文為 Zu Hause in der Schule)。內容描述一種可以(仔細)觀察得到的信念改變，與我們的社會和政治如何評估學校概念有關。

目標是把我前面說過的「學校是獲得經驗的場所」轉變成全天的學校。⁴學校上午的課程塞滿了六節課，某些人士一直捍衛著這種做法，他們鼓吹說，學童把下午的時間花在家裡，由母親看顧，對學童最好。因此，教養小孩的「任務」大部分交到父母手中。然而，我們都知道，父母無法提供孩童和年輕人適當的環境，讓他們繼續自我發現，繼續在團體中生活，並對社會做出貢獻。除此之外，我們知道，孩子們在連續上完六節課之後，有多疲倦。這些課程塞得滿滿的上午施加了被動的壓力在他們身上，破壞他們自然的生理節奏，使他們筋疲力盡、富攻擊性，到了下午往往需要好幾個小時才能恢復正常。那時他們無法藉著運動來休息恢復，也無法學習或從事需要創造力的活動。

4 德國傳統的小學和中學在中午以前放學，然後學生中午在家吃一頓熱的中餐。這種在全歐洲都很獨特的模式，正快速被「全天上學」取代，學校會提供一頓營養午餐，並負責監督課外活動。

一個在西元兩千年創立於德國的組織，「第三國際數學與科學研究學會」（The Third International Math and Science Study, TIMSS），給數學和科學教學的評價很低，讓經濟與政治的專家都跌破眼鏡。這個學會呼籲德國的學校在未來提供一個較好的發展基礎給學童，學校應該允許學童「體驗」事物，直接從這些經驗中學習，根據自己的節奏來學習，在受到保護的環境中學習，並且在下課時段有適當的機會放鬆與休息。下午，學童可以繼續從事他們的社交活動和專題計畫。假如孩子全天待在學校的話，我們就可以希望長大成人以後的他們已經養成，依照有意義的節奏來安排每日生活的習慣。

有一間學校，已經在實行很多我的學生多年來夢寐以求的一些想法，那就是韋伯林湖小學（Werbellinsee Elementary School），柏林市一間公立的「全天」小學。那裡的學生在學校感覺非常放鬆，就像在家一樣。他們在學校養小白兔、種植花草、為自己的畫作準備畫展、下課打乒乓球或在設有舒適椅子的區域休憩交誼，他們還一起吃中飯。所有的學習都是以專題計畫的方式來實行。位在哈根-哈斯波（Hagen-Haspe）的綜合學校使用的概念則是創新學習，譬如說，他們把物理課和生物課的教室全部搬到森林裡。孩子們養蜂、砍柴、與科學家一起測量污染的程度，還蓋了一個太陽能光電板的屋頂。「在這裡，你會看到孩子充滿自信，有自己的動力，有的甚至站在冰冷的溪水中，全心全意投入工作，很

少回應別人——而這是在一個寒冷的十一月，老師已經告訴他們可以回家了的時侯。」（*Die Zeit*, 2001, 4.5., 第十五期，生活版，p. 3；Transl: KL）。

在這些學校裡，學生以專題計畫的方式學習，在真實的世界裡工作尤其能夠激發學生的學習動機，其中一個例子是學生團體參加建築比賽，或參與一間公司的設立。所有必備的技巧和基本知識都在活生生的情境中傳授給學生，學童和年輕學子一步一步學到什麼是責任。

這些學校的家長可以放心去上班，什麼也不必擔心。但是，這些學校需要所有人的參與才能發揮功效。

如果這種學校可以成為一種模式的話，那將是文化轉型的起點！

給老師的重要叮嚀

做家族系統排列並不是學校教育任務的一部分，我強烈建議老師們不要做。

毫無疑問，我在這裡描述的系統排列工作有一部分遠遠超過我作為老師的份內工作。我在心理治療方面的訓練，在教學上對我產生的影響可說純屬偶然。我敢用系統排列工作，是因為我的年紀比較大，在治療方面的背景紮實，而且和家長之間建立了一種以信任為基礎的關係。假如我繼續留在學校教書的話，我一定不會在課堂上做系統排列工作，反而會像現在這樣，提供下課後的小團體排列工作給十一歲以上的孩子。

但是，說出我跨越界線的經驗，對我來說很重要。所有的排列工作都顯示出，當老師帶著無條件的尊重看待學童及其命運時，對學童和家長都非常有幫助。

我想要鼓勵每一位老師至少來參加一次我的家族排列工作坊。在這些工作坊裡，老師有機會反思自己和父母的關係，並且對自己的家族鋪展開來的命運，也對我們不可能改變命運的這一個事實，培養出尊重。除此之外，這些工作坊的學員學到很多家族系統排列的面向以及動力，因此對交託給他們照顧的孩子和家庭，他們可能培養出洞察的能力。

老師用來教學生最好的工具就是，清楚明白的態度。

我認為，如果能夠在取得教師資格的必要條件當中，加入面對個人的原生家庭，以及研究家族的系統和現象關連，那會是一大進步（參見2.11）。

邀請您一起合作

我下一個計畫的名稱是「學校的新路線」（New Path in School），這是一本即將出版的論文集。我誠摯邀請已經注意到自己在教學上運用「系統」理論的老師們，或目前正打算這麼做，或者受到本書的激勵，起而尋找新方向，來面對學童、家長、同事和行政人員的每一位老師，一起參與此書的計畫。除了我已經提到的範圍之外，這本書的文章會呈現個別學科領域的方法和取向，也會討論跨學科的計畫。

我想要鼓勵家長、行政人員和（從前的）學生，如果你們嘗試過也體驗過新的「系統」方法，請將這些經驗記錄下來。

請將你的文章寄到：

Marianne Franke-Gricksch

Osterwaldstr. 153

80805 Munich

Germany

我希望能在未來的論文集當中刊載這些文章。

國際系統排列學院 (TAOS)

The International Academy of Systemic Constellations

沿革與貢獻

2001年周鼎文老師將系統排列引進華人地區，創辦了台灣海寧格機構，致力於推廣系統排列，期間多次負責舉辦Bert Hellinger先生訪台工作坊，策劃了數十場國際級系統排列研討會，更榮幸主辦第一、二屆亞洲系統排列大會。

本機構曾合作與受邀授課單位包括：臺大醫院、榮總安寧病房、三軍總醫院、臺北市立聯合醫院松德院區、數所大學研究所、學生輔導中心、法務部、地方法院、企業機構等，更每年受邀政府機關、公益團體、身心障礙者特教中心，包括家扶中心、兒福聯盟、勵馨基金會等單位，提供「系統排列」課程幫助兒童青少年、成年人、弱勢家庭、高風險家庭面對生命的難關；並提供心理師、社工師個案研討及專業督導之服務，學習如何運用「系統排列」來幫助個案及自我照護。

整合與提昇

這幾年來周鼎文老師除受邀台灣不同單位講學外，亞洲各國也舉辦工作坊，多次受邀國際大會擔任演說及授課，授課人數超過上萬人。而近期於國際邀約和訊息交流與日俱增的需求下，機構的業務服務範圍已從台灣擴展到亞洲與國際地區，為提供更國際化的交流與專業學習平台，因此特將台灣海寧格機構與國際地區之資源結合創立「國際系統排列學院 (TAOS)」。

服務內容

- ◎**教 育**：舉辦課程、國際訓練，學習如何將系統排列與關係科學，應用到生活與專業工作
- ◎**出 版**：書籍、DVD、多媒體與不定期的文章發表
- ◎**研 究**：結合科技與人文，探索系統排列與關係科學原理、現象與效益

- ◎**國際交流**：透過舉辦國際大會、國際論壇等交流平台、網絡，分享研究心得與經驗傳承
- ◎**專案計畫**：承接顧問服務專案，包括企業內訓、管理諮詢、心理諮詢等專案；結合跨領域專業之合作，包括教育、健康、助人專業、公益活動、社群支持、社區發展等。

願景

我們的宗旨是自愛、愛人、愛地球；

透過整體觀的自助與助人學習過程，活用系統排列，實踐關係法則。

朝向自我成長與覺醒目標，幫助人們成長與覺醒，培養與傳承生命典範。

實踐計畫：培養1000名「幸福教練」，為生命服務。

如何獲得資訊？



TAOS 國際系統排列學院
The International Academy Of Systemic Constellations

國際系統排列學院 www.taos.com.tw

台灣海寧格機構 www.hellinger.com.tw

周鼎文 | 關係科學 Taos Science

第一階段：啟動幸福力～喚醒，愛的力量

所謂的逆境，是覺醒的召喚！

生命的轉捩點，蘊含無比力量，

幫助我們脫胎換骨、得到重生。

在此我們將體驗到「系統排列」帶給生命蛻變的契機；逐步的引導你從重要觀念到親自體驗；從不斷的練習中逐漸的撥雲見日，看見核心的議題與價值。

你可能因疑惑而前來探索，或急於突破現狀躍躍欲試。

透過系統排列的引導，開發自身的智慧，

超越療癒，啟動幸福力！

課程時間：2天。

課程對象：所有渴求成長、突破現狀、認識自己的人。

講師：李悅寧 老師

課程內容：

第一天 傾聽內在的聲音
<ul style="list-style-type: none"> ◎ 從關係到系統～誰屬於我的家族系統 ◎ 大腦與心的對話 ◎ 生命的幸福來自～序位、平衡、尊重 ◎ 經由系統觀，覺知生命的智慧 ◎ 為中斷的愛，架起一座橋樑
第二天 喚醒心的幸福感
<ul style="list-style-type: none"> ◎ 尊敬父母，喚起生命動力與財富 ◎ 圓滿緣份，讓愛自然的流動 ◎ 與生命的幕後導演～隱藏的系統動力 ◎ 回歸神聖的序位，創造富裕人生 ◎ 製作我的系統圖～看見自己在系統中位置

第二階段：創造財富、創造愛～復活、富活人生

植入一棵內在的種子，愛心的灌溉耕耘，
等待發芽、長成、開花、結果進而庇蔭子孫。

啟動一幅內在的畫面，耐心的給予關注，
直到覺醒、轉化、蛻變、圓滿進而服務人群。

整體的系統觀幫助我覺察愛的序位，從中領悟生命的奧祕，進而轉化煩腦成為智慧，透過排列的引導下，提供具有治療性的畫面，幫助我們提昇心靈的力量，得以面對生命的各項挑戰。

幸福是心靈的渴望，藉由創造性的解決方案，幫助我們跳脫舊有的模式，提供具有治療性的畫面，幫助提昇心靈的力量，重新建構內在的圖像；透過生命的實踐讓愛得以流動，喚醒內在療癒的力量，共同創造成功卓越的生活，讓生活、心靈一起邁向富足！

課程對象：完成「啟動幸福力」之學員，具有系統排列觀念基礎成員。

課程時間：5天。

講師：周鼎文 老師

課程內容：

從金錢觀看人生觀 ～因為復活，所以富活	發現幸福的途徑 ～關係中的「施」與「受」	影子 鏡子 孩子 ～親子關係反觀 自照	讓愛轉動，讓愛覺醒 ～更深入探討生命課題	心靈覺醒與整體共振 ～打通任督、迎向和諧
<ul style="list-style-type: none"> ◎認識「我與金錢」 ◎從「金錢觀」覺察「人生觀」 ◎領悟「愛與金錢」的關係 ◎體驗金錢的能量 ◎靜心覺醒～由外而內 	<ul style="list-style-type: none"> ◎體會男女的能量 ◎察覺親密關係中的角色扮演 ◎選擇伴侶的秘訣 ◎關係平衡的秘密 ◎前任伴侶的連結及影響 ◎靜心觀照～讓愛蛻變 	<ul style="list-style-type: none"> ◎跨世代系統觀 ◎孩子行為的秘密 ◎家族黑洞發現者 ◎系統裡被排除、被遺忘的影響力 ◎「愛」讓人沉淪，也讓人覺醒 ◎靜心觀照～心靈的蛻變 	<ul style="list-style-type: none"> ◎「罪惡感」、「清白感」、「歸屬感」造就現在的我 ◎幸福成功的途徑 ◎關係的覺醒 ◎讓愛轉動 ◎生死，這兩堂課！ ◎觀照～死亡靜心 	<ul style="list-style-type: none"> ◎信賴內心的畫面，破繭而出 ◎生命覺醒，與「道」同行！ ◎生命的共同體～與地球的關係 ◎大自然法則—幸福、成功、喜悅 ◎靜心觀照～生命的喜悅

第三階段：幸福教練

～自愛、愛人、愛地球・自助、助人、整體觀・自覺、覺人、傳典範

這是一堂人生的必修課程。它能幫助自己與更多人幸福成功的課程。

在課程中，我們將引導你逐步實踐生命關係的六項修練，其中包含了：

- 覺察家庭系統的關係
- 轉化小愛成為大愛
- 提升身心的內在力量
- 創造事業與喚醒使命
- 服務生命與分享熱情
- 超越助人與圓滿人生

課程介紹：

首先，透過實務演練與分組練習，探索人生中六大重要關係：家庭關係、身心關係、事業人際關係、金錢工作關係、生死靈性關係、助人關係，幫助我們領悟關係法則，學習在關係中更加成長。

再者，透過靜心活動與課後練習，幫助我們覺察自身的起心動念，感知當下轉化帶來的力量，提升自我覺察與關係覺察能力，內化課堂所學活用到生活中，讓自己更加幸福成功。

三者，藉由個案觀摩與助人服務，進而運用在實務工作上，以提供當事人及家庭更有力的協助，最後成為幸福教練幫助更多人朝向幸福成功。

課程內容：

● 關係科學面面觀	● 家庭、兩性關係
● 感知訓練	● 身心健康與情緒轉化的藝術
● 親子關係系統排列活用技巧	● 金錢、工作與事業
● 助人工作心法	● 生命、死亡與靈性成長
● 助人操作練習	● 服務與成長

講師：周鼎文 老師

外籍講師群（請詳網站公告）

（以上課程內容保留修改權力，並公告在網站上。）

編號	書名	作者	定價
愛與覺知系列			
①	 <p>在愛中昇華 ～海寧格智慧晶華</p>	伯特·海寧格	420元
②	 <p>心靈活泉 ～海寧格系統排列原理與發展全書</p>	伯特·海寧格	380元
③	 <p>心靈之藥 ～身心疾病之系統排列輔導實例</p>	伯特·海寧格	300元
④	 <p>內在之旅 ～海寧格的獨特靜心</p>	伯特·海寧格	520元
⑤	 <p>當我們同在一起 ～父母、老師、孩子必讀的系統心理學</p>	瑪麗安·法蘭克	300元
⑥	 <p>幸福的修練 ～愛戀、歡愉與成長</p>	威爾菲德·尼爾斯	210元
⑦	 <p>隱形的權力線 ～企業與組織的系統排列</p>	克勞斯·霍恩& 雷吉娜·布克	350元
⑧	 <p>心靈之眼 ～系統排列應用於個別諮詢之實用全書</p>	烏蘇拉·法蘭克	210元

編號	書名	作者	定價
周鼎文影音作品集 (書+DVD)			
①	 我帶著愛讓你走 ~系統排列用於疾病與臨終關懷	周鼎文	600元
②	 大衝突 ~系統排列運用於家庭、人際與內心衝突	周鼎文	600元
③	 家族創傷與重生 ~系統排列應用於生命教育	周鼎文	600元
④	 兩性奇蹟 ~系統排列兩性心理學	周鼎文	850元
伯特·海寧格DVD出版品			
①	 薪火相傳	伯特·海寧格	350元 (1片裝)
②	 孩子，家庭的鏡子	伯特·海寧格	1200元 (4片裝)
③	 助人的藝術	伯特·海寧格	2650元 (8片裝)
④	 靈性家族排列 ~疾病新觀點	伯特·海寧格	650元 (2片裝)

透過系統排列，將阻力轉成助力，讓天賦自由！

將問題轉化成內在覺醒的敲門磚

將關係提升為靜心成長的修煉場

將事業創造成服務生命的聚寶盆

將助人分享為與道同行的慶功宴

進入助人者的世界，窺探如何面對自己



TAOS 國際系統排列學院
The International Academy of Systemic Constellations

www.taos.com.tw E-mail: service@taos.com.tw

地址：台北市南京東路四段186號7樓之2

電話：+886-2-2578-3442 傳真：+886-2-2578-1255

心靈筆記

心靈筆記

當我們同在一起：父母、老師、孩子必讀的系統心理學 / 瑪莉安·法蘭克 (Marianne Franke-Gricksch) 作; 董小玲譯. -- 初版. -- 臺北市 : 海寧格管理顧問, 2010.01
面 ; 公分
譯自 : You are one of us : systemic insights and solutions for teachers
ISBN 978-957-28340-9-1 (平裝)

1. 家族治療

178.8

98023223

當我們同在一起-父母、老師、孩子必讀的系統心理學

原書書名 : You're One of Us—*Systemic Insights and Solutions for Teachers, Students and Parents*

原出版者 : Carl-Auer-Systeme Verlag

作者 : 瑪莉安·法蘭克(Marianne Franke-Gricksch)

譯者 : 董小玲

審訂 : 周鼎文

主編 : 陳秋萍

封面和版型設計 : 高小琪

發行人 : 周鼎文

出版 : 海寧格管理顧問有限公司 Hellinger Institute Taiwan
台北市南京東路四段 186 號 7 樓之 2

電話 : (02) 25783442

傳真 : (02) 25781255

網址 : www.taos.com.tw

E-mail : service@taos.com.tw

劃撥帳戶 : 海寧格管理顧問有限公司

帳號 : 19729750

總經理 : 吳氏圖書股份有限公司

印刷排版 : 華剛數位印刷有限公司

■ 初版二刷 : 2011 年 4 月

定價 300 元

中文版授權

Chinese translation copyright © 2010 by Hellinger Institute Taiwan

Original copyright and publishing © 2003 by Carl-Auel-Systeme Verlag

All Rights Reserved.

著作權所有 • 翻印必究

ISBN 978-957-28340-9-1

