

看見復元—運用優勢觀點於受暴婦女團體

中文摘要

優勢觀點自 2003 年引進台灣，已成為本土社會工作重視的處遇觀點，以往台灣社會工作實務界運用優勢觀點多採用個案工作，而運用於社會團體工作尚須實務工作者的經驗分享與累積。高雄市政府社會局家庭暴力及性侵害防治中心於 2007 年起將優勢觀點運用於受暴婦女團體，期盼在社會團體工作中看見受暴婦女的復元力量。本研究邀請該年度參與婦女團體工作之四位社工員，分享其在受暴婦女團體中運用優勢觀點增強個案權能經驗，以及六位參與婦女團體的受暴婦女，瞭解其參加婦女團體後的復元歷程，期許社工運用優勢觀點實務經驗獲得發展與交流。

社工員於受暴婦女團體運用優勢觀點經驗：

- 一、 促使婦女為自己命名展現自主性
- 二、 邀請個案分享復元經驗，傳遞正向力量
- 三、 讓婦女從助人成就感中，肯定自我價值
- 四、 運用外展關懷，融入團體成員生活圈
- 五、 團體成員是彼此的資源綠洲

藉由婦女參與團體後回饋，願意以自身經驗幫助尚未走出暴力陰影的婦女，且未來朝向組成自助團體，達成人助、自助、互助的目標，社工在團體工作中看到受暴婦女復原力的展現，同時雙向復元也讓社工獲得持續工作的動力。

關鍵字：優勢觀點、受暴婦女團體、復元、復原力

壹、前言

社會變遷下，保護性業務的社會工作已漸取代以往慈善為目的的社會工作模式，尤其增強權能觀點的注入改變了以往問題解決的工作方法，因此協助個案認識那些深植在她們身上的自我技術，挖掘自我的潛能，引發正向意念，尤其是處於挫折情境仍能化解困境、朝正向發展的個人特質與能力，導引其走向復元之路，成為當今工作模式的重點。

受暴家庭成員處於暴力環境中，個人的存在與尊嚴蕩然無存，要修復個人或家庭的功能更需耗費心力，所以社工在保護性業務中需投入更多的心力去面對受暴家庭成員，但因龐大的工作量及日趨複雜的案件，造成社工人力疲乏與無奈，對於受暴婦女的困境陷入無力的狀況，其實對於受暴婦女心路歷程與現實環境的煎熬，未來的路途與創傷的復原，更須長期的支持與陪伴。因此在個案管理工作之外，有關受暴婦女團體的實證研究指出以團體工作方式來協助受暴婦女是肯受肯定的方法，而相較其他工作方法，受暴婦女反應最有效的是「團體工作模式」(Shepard, 1999, 引自柯麗評、王珮玲、張錦麗, 2005)。團體提供一個支持、接納的環境，增進個人達成人生目標及集體想望的能力，透過感受的分享，願意嘗試改變處境，達到更有效的生活適應(劉曉春、張意真譯, 1997)。

高雄市政府社會局家庭暴力及性侵害防治中心(簡稱高雄市家防中心)長期對婦女團體工作有所耕耘，因於 94 年起接受優勢觀點的訓練與督導，所以自 96 年度開始以優勢觀點開辦一系列婦女成長團體，期使受暴婦女活出自我、真正復元。Charles Rapp 在 Saleebey (1997)所編著「社會工作實務的優勢觀點」一書的序言提到：「優勢觀點讓我們看到選擇，而過去則只看到限制；在疾病中看到安康，在失敗之處看到成就…」(引自宋麗玉, 2009)。優勢觀點對參與婦女成長團體的受暴婦女們正好切中其需求，因為受暴婦女需要的是肯定與尊重，是看到未來的希望，優勢觀點也提醒團體帶領者不焦點於個人的問題，而是看到優點，並讓其他成員看到也進而肯定自己，因為他人如同自己的一面鏡子，團體的力量讓人驚艷。

婦女團體進行過程中，發現受暴婦女雖面對複雜的人生課題與親密關係傷害，但堅強的生命力與面對困境的韌性，與成員分享生命困頓仍能自我幽默，每位成員都有其人生適應的優點，在相互扶持之餘，婦女們更希望將自己經驗分享給尚未走出婚暴的婦女們，讓團體帶領者也覺得運用優勢觀點於團體歷程中對受暴婦女們助益甚多。另一方面，優勢觀點讓社會體會個案只是家暴部分需要協助，其他部分各有其長處，有時社工也可從個案身上的優點學習，也帶給社工學習的機會(蘇施尤, 2009)。因此，將優勢觀點帶進婦女團體，期讓參與團體受暴婦女們能真正走出自己的路，也激勵從事保護性業務的社工們相信社會工作的價值。

貳、本中心運用優勢觀點之婦女團體方案內容

96年秋天，我們相遇的開始，一如以往參與過的團體，自我介紹相見歡、淚水伴隨著地敘說個人的過往、彼此互相撫慰心靈的傷口、重新起步再出發...等等，然而，當時沒有人知道—這群人的相聚，即將激發出一場燦爛動人的火花，展開一段生命共同體般的旅程，並且不斷地蔓延開來，影響著許許多多的人…。

一、選擇以團體工作運用優勢觀點的原因

(一) 雙刀赴會，更甚單槍匹馬

團體工作為社會工作三大方法之一，期望透過方案或團體活動的進行，運用互動過程及團體動力去影響、改變參與的成員，進而達到成員共同的目的。在團體工作的運用上，除了比個案工作一對一的方法省時、省力外，優點觀點所強調的「案主是助人關係中的指導者，且此關係被認為是基本、必要的」，更可強化每一個成員的自主性，設定自己的想望，透過互相支持及激勵，達到復元的目標。

(二) 擺脫悲情，迎向希望

優勢觀點主張「個人有能力去學習、成長和改變」、「焦點在於個人的優點而不是病理」，本中心團體期待營造一個溫暖、安全、正向的情境，給予團體成員支持、肯定，使其了解自身特質、優點、專長、資源，激發其潛能，掙脫過往的包袱及舊有的負向思考，重新看待、看重自己，迎向美好的未來。

(三) 物超所值的 buffet

優勢觀點打破了社工慣性思考及處遇的框架，且認為「外展是較佳的處遇方式，社區是一個資源的綠洲」，團體帶領者隨著成員不同階段的需求及想望，呈現多元的帶領方式，進到成員的生活領域裡，隨性、自然，彈性不自限，彷彿一場豐富的自助餐饗宴，而且，不到最後，你不會知道還有多少千變萬化、充滿驚喜的佳餚會呈現在我們眼前！

二、團體目標

- (一) 營造一個溫暖、正向、安全的情境，透過對話、文字書寫、和分享的方式，協助成員了解自身優勢（特質、專長、資源等），增強團體成員權能。
- (二) 符合團體成員想望，提供團體成員助人技巧，激發其助人動力，勇於嘗試助人者角色。

(三) 帶領團體成員運用外展關懷的方式，培養其成為助人的角色，朝向成立自助團體的目標。

三、參加對象與人數

(一) 曾有受暴經驗或目前處於婚暴中之婦女。

(二) 創傷復原力佳、走過婚暴陰霾或具獨立自主特質，社工評估適合參加者。

(三) 團體參加人數以 7-10 人為佳。

四、團體地點：高雄市家防中心會議室及團體室

五、團體帶領者與帶領內容：

(一) 團體帶領者介紹

1. 婦女互助成長團體帶領者—葉玉傑督導

從事社工工作 30 餘年，家暴法通過後即開始從事家暴防治服務工作，工作經驗豐富，榮獲 2009 年高高屏最佳督導獎殊榮。94 年起參與「優勢觀點」模式訓練，師承宋麗玉教授、施教裕教授，並致力運用優勢觀點模式於助人領域及工作同仁間，進而將本模式融入團體工作中，帶領「展翅飛翔—美麗昂揚」、「展翅飛翔—振翅高飛」婚暴婦女互助成長團體，及後續一系列外展活動。

2. 心靈書寫工作坊帶領者—黃瑞田老師

國語日報高雄語文中心創辦人；國立台南大學國語文系、慈惠醫專幼保科兼任講師；曾獲第五屆中國時報文學獎小說推薦獎，教育部小說獎、散文獎，教育廳小說獎等；曾擔任多次國內重要文學獎、兒童文學獎評審。96 年 10 月起一年來帶領本中心「遇見 100 % 自我—心靈書寫工作坊」共 4 期。

(二) 團體協同者

由本中心社工擔任，協同者均參與過「優勢觀點」模式訓練課程，並實際運用於個案工作實務上，團體執行過程中工作包括方案規劃、協同帶領、過程記錄、整理分析並於事後即時反應成員狀況，針對個別性提供適切服務，以利個管社工後續處遇。

(三) 外聘專家學者：依團體成員需要外聘專家學者

1. 劉依依老師—一葉蘭協會前執行長，主講「從飲食關注自己，談養

生精力湯」。

2. 楊麗燕老師－輔英科技大學講師，主講「從飲食關注自己，談養生照顧」。
3. 林文欽老師－高雄師範大學中文系主任，主講「從易經的生命美學，談陰陽與人生進退」。
4. 林燕卿老師－樹德科技大學性學研究所主任，主講「從性需求中關注自我」。

六、團體進行方式：

(一)書寫團體

書寫團體於96年10月進行至97年共4期，每週1次，每期12場次，團體初期多讓受暴婦女述說自身的經歷，先從言語中獲得情緒的宣洩，故初期成員大多沉浸在創傷的痛苦中，也讓成員瞭解彼此的狀況，之後，逐漸引導成員透過書寫讓其看到自己對自身生命故事的想法，並導引往正向的觀點選擇自己未來之路。

書寫團體的帶領內容，包括一開始的暖身活動，由帶領者分享正向觀點的文章、簡報、音樂或團體成員閱讀的好書分享，這段時間也讓成員切換白天繁忙工作或生活角色，能歇息、喘口氣、靜下心來，才有辦法讓思緒沉澱與清明。接下來團體帶領者把成員上週作品，帶領者攜回閱讀並附上回饋的文章，發回給成員，並輪流由成員自己唸出作品分享，之後再由其他成員分享所聽所想，每人皆有自己想要分享與發言的權利。告一段落後，再由帶領者說明此次課程書寫主題之講綱(如附件)，然後，再由成員於課堂中書寫或者攜帶回家書寫，並於下次課程時繳交，讓帶領者帶回閱讀並給予回饋。書寫團體是一不斷循環的課程，帶領者透過作文題目的安排，引導成員正向看待人生，並帶領整個團體往希望的未來方向前進。

(二)婚暴婦女互助成長團體

1. 「展翅飛翔－美麗昂揚」：

- (1)暖身－在第一次團體進行時，團體帶領者說明團體目標、規範及價值，邀請成員為自己取新名(不拘)，並請團體中的舊成員分享成長經驗，並給予新成員鼓勵；在其後的每次團體中，團體帶領者會以關懷成員生活近況來引發成員彼此的分享與支持，如成員滷味店開幕之祝福、試吃活動。
- (2)活動帶領－每次團體均設計不同的活動，如：分享最開心及難過的事、中了頭獎一億如何使用、優點轟炸、分享感動的人、事、物等，

藉此讓成員更加熟悉彼此，增進彼此的情誼。

- (3)主題討論—針對活動衍生議題討論，並將助人理念導入成員心中，如：欣賞對方，彼此回饋，練習施與受角色；鼓勵成員助人要及時，不用問為什麼，提升助人信念；藉由團體衝突處理引導成員吐露感受與想法，互相諒解、支持，進而有能力助人。
- (4)資源共享/關懷活動—團體成員自發性提供就業機會或資訊共享，以供其他有需要成員運用，或者成員拋出目前面臨困難，由其他成員提供協助；另團體帶領者或成員亦會在此時邀請大家至成員家相聚表達關懷（如：陪伴離家在外無法返家過年的姐妹）。
- (5)專題分享—本團體因應成員想望，團體帶領者規劃4場專題分享，涵括各種生活層面：「從飲食關注自己，談養生精力湯」、「從飲食關注自己，談養生照顧」、「從易經的生命美學，談陰陽與人生進退」及「從性需求中關注自我」。

2. 「展翅飛翔—振翅高飛」：

- (1)本成長團體為延續辦理，成員多為前場次參與團體姐妹，故在團體初期先請成員撰寫優點評量，並提出對團體的想望，進一步填寫花田計畫，以具體化成員個人想望。
- (2)暖身—唱歌炒熱團體氣氛，分享成員生活近況，包括：成員分享就業成功案例發表情形、分享上台北參加家暴10週年記者會的經歷，領導者並邀約成員們報名正聲廣播電台的採訪，分享個人成長歷程及受暴經歷，藉此鼓勵其他受暴婦女能夠走出來。
- (3)活動帶領—每次團體均設計不同的活動，惟本團體所設計活動著重於讓成員對自己及對方有更細緻的感受，故有更多的分享與回饋。
- (4)助人小提醒及練習—在活動帶領後，團體帶領者會將活動意義與成員分享，並引出助人理念，如輔導時要注意自己的主觀意識，要盡量站在對方的立場來思考（同理心），對個案案情保密，協助個案界線要分明，不要牽涉到金錢；也讓成員們學習聽清楚他人所給的訊息，回應他人的訊息，並給予肯定讚美的言語。
- (5)自主性組織/外展關懷活動—成員自行安排值日生，輪流為大家服務；團體成員設立部落格，邀請其他成員登入互享生活點滴；另成員更頻繁邀請大家至成員或其他婦女表達關懷。
- (6)邀請有成功經驗的婦女分享自身生活經歷，讓團體成員們有實例經驗來激勵自己，走向復元之路。

七、團體評估工具：

每週團體結束後團體帶領者、協同者（兼觀察員）就該次團體過程中成員之參與、團體動力情形進行討論和回饋，由觀察員填寫團體記錄。並於每個團體結束前，請成員填寫意見回饋表。

叁、研究方法

一、研究設計

本研究旨在探討社工員運用優勢觀點於受暴婦女的婦女團體，從社工及受暴婦女兩方面的角度來看其復元的歷程，從社工觀點來瞭解優勢觀點原則的運用，從受暴婦女來看其參與婦女團體之後的復元歷程，主要以高雄市家防中心九十六、九十七年度辦理之婦女書寫團體以及互助成長團體為資料分析標的。

本研究資料蒐集方式，分別進行社工及受暴婦女兩方面的焦點團體，以及婦女團體相關文件分析，本研究所指文件係包含團體紀錄、團體成果報告和受暴婦女參加書寫團體文章，嘗試從社工的團體領導者或協助者角度來檢視運用優勢觀點於婦女團體，以及婦女在團體歷程中所展現的復元狀態，以瞭解運用優勢觀點於團體工作方法在家暴防治工作中的成效。

二、研究對象

為瞭解社工如何在受暴婦女團體中運用優勢觀點，本研究召集九十六、九十七年度本中心曾擔任婦女團體帶領者、協同者或者方案執行者，進行焦點團體，以瞭解團體方案設計規劃的緣起，和優勢觀點原則於受暴婦女團體中實際操作的方法，本研究受訪社工的條件，包含從事家暴防治工作至少5年以上，對受暴婦女有一定程度的瞭解、熟悉家暴防治工作的處遇方法，且曾參與受暴婦女團體運作之角色。受訪社工基本資料如表1：

表1 受訪社工基本資料表

代號	年齡	職稱	服務年資	教育程度
SW1	56	社工師	10	大學畢
SW2	35	社工師	5年半	碩士畢
SW3	30	社工師	5年半	大學畢
SW4	32	社工員	5年	大學畢

受暴婦女方面，以九十六、九十七年參與本中心受暴婦女團體成員為主，且其復元歷程有具體效果者，以了解其在參加團體歷程中，所帶來的復元因素，以及剖述自身的轉變，並召集研究對象進行焦點團體，輔以受暴婦女於書寫團體文章，瞭解其復元歷程。受訪受暴婦女基本資料如表 2：

表 2 受訪受暴婦女基本資料如下表

代號	命名	年齡	籍別	學歷	職業	婚姻狀態
CL1	百合	57	本國籍	大學	服務業	分居
CL2	小鴨子	44	本國籍	大學	工	分居
CL3	玫瑰	43	原住民籍	大學	服務業	分居. 離婚訴訟中
CL4	下雪	33	原大陸籍	國中	工	分居. 離婚訴訟中
CL5	明月	52	本國籍	國中	服務業	分居
CL6	阿梅	47	本國籍	高職	家管	分居. 離婚訴訟中

96 至 97 年開辦了一系列的婦女團體，包括書寫及互助成長團體，本研究受訪受暴婦女參與的團體場次，如下表 3：

表 3 受訪受暴婦女參與團體場次

代號	團體名稱					
	書寫 1	書寫 2	互助 1	書寫 3	互助 2	書寫 4
	96. 10. 16 ~12. 25	97. 1. 8~3 . 25	97. 1. 17~ 4. 3	97. 4. 15~ 7. 1	97. 4. 28~ 6. 30	97. 7. 29~ 10. 14
	11 場次	12 場次	10 場次	12 場次	10 場次	12 場次
CL1	√(7 場)	√(10 場)	√(8 場)	√(2 場)	√(2 場)	√(3 場)
CL2	√(9 場)	√(12 場)	√(10 場)	√(12 場)	√(6 場)	√(12 場)

CL3	√(8場)	√(12場)	√(7場)	√(11場)	√(4場)	√(12場)
CL4	√(11場)	√(11場)	√(9場)	√(11場)	√(10場)	√(12場)
CL5			√(10場)		√(9場)	
CL6			√(6場)		√(10場)	

三、資料處理與分析

本研究採質化研究方法，首先徵詢受訪者的參與意願，透過焦點團體瞭解社工於婦女團體中的優點原則運用方式與婚暴婦女參與婦女團體後的復元歷程，針對社工曾參與婦女團體之經驗所進行的焦點團體訪談大綱內容如下：

- (一) 為何要運用優勢觀點在婚暴婦女團體中？
- (二) 如何在婚暴婦女團體中運用優勢觀點原則？
- (三) 看到婚暴婦女在運用優勢觀點團體工作中的轉變為何？

針對曾參與本中心所舉辦之婦女團體之受暴婦女訪談大綱內容如下：

- (一) 參加團體之前的自己狀態？
- (二) 參加團體歷程中，自己的感受與轉變，如舉例具體事件或印象最深刻事情？
- (三) 參加團體後自己的現在狀態為何？團體對自己的益處為何？

徵得受訪者同意於訪談過程進行錄音，以詳實紀錄內容，將所蒐集的資料轉譯成逐字稿，以便研究者著手進行資料分析，將焦點團體及文件所蒐集的原始資料反覆閱讀，尋求具意義的概念，發展概念類別，予以命名，並將資料編碼作有組織性的歸類，以詮釋資料並有系統的呈現編碼資料，據以統整而導出結論。

肆、團體執行過程的優點原則運用

本中心於 94 年起至今，接受宋麗玉教授及施教裕教授指導進行優勢觀點個案管理工作模式訓練，施行在受暴婦女的個案管理工作模式上，並在一邊實作的工作歷程中，一邊進行定期的團體督導，以使優勢觀點理論與實務相結合，初始社工多將優勢觀點工作模式運用於個案工作上，及至優勢觀點理念深植於受暴婦女服務之時，96 年度開始嘗試運用優勢觀點於

團體工作方法，因此開辦一系列婦女成長團體，從創傷初期、中期至後期歷程中，期能透過團體力量加乘、借力使力的功效，使受暴婦女在團體中獲得支持，幫助她充權自己，也充權別人，以獲得真正的復元、活出自我。

將優點原則運用於受暴婦女團體中，除須時時留意各個婦女不同的家暴歷程、團體動力運行狀態，更須熟捻優勢觀點運用原則，並能不著痕跡地靈活運用於團體中，以下分別敘述將優勢觀點原則運用於書寫團體及互助成長團體中的工作方法。

一、書寫團體的優點原則運用

受暴婦女在受暴歷程中，常是透過「不斷的說」來讓外界知道自己所受到的暴力對待，私領域部分向朋友、向家人訴苦，公領域部分向警察、向護士、向社工述說遭遇以尋求協助，在「說」的過程中，將自身遭遇以自己認知的方式表達出來，在這過程情緒獲得宣洩，也讓別人瞭解其處境。書寫團體協助個案寫出自身的故事，透過自我意念改寫成具建設性且正向的生命故事。

(一)透過紙筆思考自己的生命故事

本中心嘗試以書寫的方式讓受暴婦女寫出自己的生命故事，書寫其實是個「思考」的歷程，藉由思緒的整理，思考過往來龍去脈、認清現況、勇於面對未來，尤其當看到或唸出自己所寫的文章，會恍然發現原來自己的想法是如此，才看到自己是如何的沉溺在困境中走不出來，再透過其他成員的分享，才會勇敢面對自己的盲點，思索自己人生的課題。

(二)從分享中體會被瞭解的療癒效果

透過團體成員其他人的生命故事分享，瞭解自己並非最糟的那個，也不再孤獨，因為有一群互相瞭解與支持的姊妹。從分享中瞭解自己也瞭解別人，從中發展出在家庭中失落已久的歸屬感，也獲得被瞭解的自我療癒。

(三)從自我實現預言中改寫生命故事

團體帶領者介紹好書給成員閱讀，如秘密、遇見心想事成的自己、情緒的驚人力量等，引導成員若想過著有希望的未來，就要鍛鍊心想事成的情緒能量，從正向的自我實現預言中，改寫自己的生命故事。

(四)養成閱讀好書好文章與寫作的習慣

知識可以獲得力量，讓成員從書中獲得人生方向的指引，甚至成員間會互相介紹好書或講座，也在團體中分享透過成員邀請參加心靈講座，情緒獲得釋放，竟然生病也能不藥而癒。

(五)書寫作品獲得刊登，重拾自信心

在書寫團體第三期及第四期陸續有成員自行將書寫作品投稿，如聯合報副刊、社福季刊等，並獲得刊登，對成員是莫大的鼓舞與肯定，尤其成員下雪身為大陸配偶，雖只有國中學歷，初期也曾遭遇寫不出來的困境，但後來竟然培養出興趣，屢次投稿獲選，也鼓舞其他人，只要努力，想望必會達成。

二、互助成長團體的優點原則運用

(一) 促使婦女為自己命名展現自主性

受暴婦女大多身處於權控的環境，不僅身體受暴，經濟受控，心理意向往往也無法獲得重視，因此在進入團體初期，團體帶領者鼓勵婦女為自己命名，讓其可以從受控的人生中，尋回一點自我意識、自主感受，從個案為自己命名的涵義中，往往可以看出其想望，譬如個案下雪，希望自己能像雪一樣的潔淨，且因故鄉大陸遼寧常會下雪，故也有懷鄉之情。

(二) 邀請個案分享復元經驗，傳遞正向力量

婦女團體初期，大多以敘說的方式進行暖身，讓成員瞭解自身受暴歷程與清楚彼此現在狀態，在傾聽與分享過程中，婦女大多會發現原來我並不孤單，這社會上不是只有我受暴，而且更會發現我並不是最慘的那一個，別人狀況比我糟的都活過來了，我也一定能走出家暴陰影，相信自己有能力掙脫困境，就會像從泥地裂縫中掙頭出芽的小草，自我療癒長出生命的力量。

(三) 讓婦女從助人成就感中，肯定自我價值

團體帶領者請婦女協助關懷訪視仍未走出困境的婦女，讓婦女在協助他人同時，其實也是在提醒自己勇敢面對未來，加速復元的力道，也從中肯定人生意義與自我價值。

(四) 運用外展關懷，融入團體成員生活圈

外展融入社區的生活圈，能夠拉近彼此的距離，就如同見面三分情一般，外展的方式包括成員的店開幕，請大家前去捧場熱鬧一下，還有陪同婦女校訪被夫家拒絕探視的子女，達成婦女思念女兒想要會面的想望，還有一位婦女受暴離婚但未取得子女監護權，黯然返回花蓮家鄉，卻遭逢親人過世，因此團體成員齊聚高雄發起花蓮關懷訪視之旅，並帶這位婦女思念的子女前往會面，是趟感動人心的旅程，也在每個人心中種下愛的種子。

(五) 團體成員是彼此的資源綠洲

團體成員彼此緊密連結，瞭解彼此的狀態，當有成員困擾於法律訴訟或子女探視等事情時，團體帶領者會適時告知資源何處找，也讓成員學習連結彼此的資源，成為生活上互助的綠洲。

伍、受暴婦女的復元歷程

受暴婦女長期受到身體、精神虐待或經濟控制的情形下，對於人及環境常會充滿不安、敏感，所以學習分享的環境更需要安全、信任與支持。透過讓婦女敘說自己的故事，放心的分享看法，傾聽婦女的聲音，以女性自己的詮釋和感受來賦予世界意義和發現真實自我。

透過 96 及 97 年一系列的婦女團體，成員展現了創傷復元的力量，不僅生活滿意度增加，還形成半自助團體，成為願意協助受暴婦女的種子，散播更多正向力量，以下擷取婦女團體成員焦點團體及書寫團體文章，展現受暴婦女的復元力。

一、重新拾回自我

婦女分享參與團體的感受是因為有安全感，所以在團體中可以敞開心胸的釋放自己，且獲得共鳴，找到人生的價值，進而重新找回自我。如同復元的意義就是找到自己。

我覺得來這邊就是能夠釋放自己，就是我流眼淚的時候，能夠很盡情的流眼淚，笑的時候我能夠很開心的笑，然後在裡面慢慢的找到自己，不會迷失的不知道自己到哪裡去了，慢慢的把自己又找回來，當自己比較能夠站穩的時候，自己那股力量就會慢慢出現。(焦點團體-小鴨子 P39)

我終於找到自己，我把自己丟哪去，我不知道反正丟掉了，進入婚姻別人怎麼帶妳，跟別人做就是了，妳屬於他們不屬於自己，沒有自己就對了，把自己丟了這麼多年，現在慢慢的去認識自己，那個內在真正的興趣愛好或者意義，妳找到自己的價值，這個不一樣的，妳還可以發光發熱，也許現在沒有，但是妳知道自己是個金子就已經很不錯了，那是經過在這邊學習成長才有這麼一步的。(焦點團體-下雪 P41)

二、心靈療癒，找回健康

身體健康是人一生中最大的資產，偏偏婦女不是因屢次受暴而導致病痛後遺症，就是因心情低落導致免疫力降低，而百病叢生，透過運用優勢觀點於團體中，讓其看到未來人生的希望與光亮，心情獲得舒緩，也激發對自己健康的重視。

我翻轉最多的就是對我的健康，第一就是在這裡可以放鬆的講出自己心裡的話，接下來就是我以前還沒有來這邊，因為事情忙已經給我弄得很躁鬱，我連自己的身體都放棄了我，我做了全身檢查，整組都壞了，但是我就不相信我沒有辦法搞好，我就講一句話我三個月一定要把身體調好，真的如我的願。(焦點團體-百合 P21)

三、發現自己有為人生發言的權利

參加團體後知道自己要什麼，必須要懂得捍衛自己的心靈，不再只是沒有尊嚴的從別人身上乞求，發現自己有為人生發言的權利，並且可以做到也能給身邊的人溫暖。

我第一次踏進來的感覺是為什麼有這種東西可以讓我講話，因為我一輩子沒有講過話，我一直在承擔責任，沒有講話餘地，沒有自己意見，我一直是挨揍的沙包，在這邊確實建立我很多的信心。(焦點團體-玫瑰 P5)

我現在個性已經很清楚說我要的是什麼，而且我也不在乎別人的批評，上次有一本書提到，不要在別人的舌頭上去求，這樣妳永遠沒有尊嚴，我覺得在這邊真的是我整個人生最大的轉換。(焦點團體-玫瑰 P5)

四、找到相同處境相互扶持的姊妹情誼

婦女團體成員大多有相似經歷，由於同質性高，因此對於彼此的處境大多能感同身受，透過分享個人感受與經驗，會發現原來自己並不孤單，故以共同的生命經驗為基礎，建立共識與歸屬感。

真的好像是看到親的姊妹一樣，雖然是同病相憐... 大家像姊妹一樣，比姊妹還親、還有話聊，有這個團體，出來交交朋友，釋放一些壓力，像現在有狀況的話，也是大家互相幫忙。(焦點團體-明月 P7)

阿梅有天來中心參加活動，無意間發現一個走不出婚暴的婦女，主動伸出援手、付出關懷...

不知道我是什麼力量，她哭的一團糟，然後我看到...不是只有我們才那麼慘，我們以前可能也看不到自己，我就跟她說... 我說我們也是很慘過來的，她說我要到哪裡才可以找得到妳們，這一句我真的深深感受到，我說來這裡妳就可以看到我們。(焦點團體-阿梅 P43)

五、 家防中心像娘家，是安全的避風港

以前的受暴生命歷程中，婦女無法在生活中找到提供支持的人，但在婦女團體中，成員間不僅情同姊妹，還把家防中心當成娘家，就像是靠岸的燈塔，引領著大家往光明的方向。

我們這幾個都是那種比較沒有娘家的人，所以我們一直留在這邊就是因為我們沒有娘家，後來發現我們真的把這邊當娘家。(焦點團體-玫瑰 P20)

給我的那個感覺就是那種娘家的感覺，你知道就是一種阿母的感覺。(焦點團體-下雪 P41)

這個團體是我們的燈塔的一盞燈，我們是汪海中一群茫然的小船，然後社工員，我把她們當成一盞燈塔，在那邊閃，讓茫然的船隻知道如何靠岸，走到可以依靠的地方。(焦點團體-百合 P42)

家庭暴力案件的特質，服務對象往往不僅是受暴婦女本身一人，往往還有子女，讓子女陪同母親參加活動，看到母親受惠充滿能量，也有助於親子關係，家防中心就像個娘家，充電完後，回歸家庭生活的復元。

我們每個禮拜每一天承受每分每秒的壓力，所以來到這邊就像找一個依靠，找一個抒發，找一個安慰，每一次從這邊出去，我都在電梯跟我兒子講說，媽媽這個能量可以維持一個禮拜，因為我很清楚往後還要走更艱辛的路，我必需在這邊一直不斷的充電，不斷的得到支持，抒發我們的創傷。(焦點團體-玫瑰 P18)

六、 願意以自身經驗協助走不出婚暴陰影的婦女

在團體中會發現大家多面臨相似的困境，回首自己辛苦走過的來時路，感同身受的柔軟心，希望以自己親身經驗幫助他人，有能力關心別人，也讓自己獲得復元的力量。

我們今天活著會幫助更多人，我們的價值不是在於自己身上而已。(焦點團體-玫瑰 P20)

新來的我們會比較知道心境我們可以抓得到，有時候我們在講話，也是一個眉角(台語)而已，那個角度妳講對的話，就聽進去了，她才有辦法悟道。(焦點團體-百合 P14)

我曾經接受人家幫助介紹工作，所以我也希望幫這些出來的婦女，讓她們有工作做，而不是靠社會資源一直接濟，因為要讓她知道我現在面對的窘境，將來後面的日子還有多長要面對。(焦點團體-明月 P33)

在自己有能力的前提下，百合的夢想是希望未來能以自身走出來的經驗，開設一個婦女庇護所，協助婦女復元，讓婦女可以在這個環境獲得滋養，也滿足自己助人的心願。

我想要開一個婦女庇護所，除了庇護所要做什麼，還有就是現成困難的姊妹，用這些人員在這環境裡面得到成長，她們出去了，如果有問題，還可以隨時回來，有空的話可以來當義工。(焦點團體-百合P33)

七、擁有正向能量，面對未來挑戰

優勢觀點轉換視角，開啟正向的潛能，復元使人感受改變，讓人覺得有希望，生活滿足，勇敢面對生活挑戰。

經歷給予我們能在生命中抒寫更多題材，用整個生命熱情去灌溉耕耘，幸福是永不乾涸的活泉。或許這樣的過程會有痛苦也會有悲傷，感謝每一分每一秒我思考我存在，可以擁有的也沒有少了那一分，但有時脆弱與我心頭交戰，需要快速轉化低潮，我會在腦中刻劃出將會成功，一直幻想享受那時的榮譽與生命的契機，帶給我生命的肯定，而快速的把自己提昇當下難過時刻，而感受幸福！(書寫團體作品輯-玫瑰-生命是什麼)

我學習放鬆自己，試著卸下嚴謹的面具，聽取別人的想法與意見，不急著表達自己的情緒，參加成長團體，姐妹間互相扶持，聆聽別人的內心世界聲音，慢慢地發掘，其實我是很幸福的人！只要把握住生活中的目標，健全的身心，就是我最大資源！心情開朗了，看什麼都順心！(書寫團體作品輯-小鴨子-心中的花園)

陸、結論與心得

一、結論

以往多採用問題解決的「頭痛醫頭，腳痛醫腳」個案處遇方式，優勢觀點個案管理模式打破思考的框架，發揮個案的優勢借力使力，運用團體的工作方法，團體成員不同復元歷程的互相鼓勵與資源分享，使團體的復元力量效果加乘。

本研究發現團體工作者實務上運用優點原則的方法，包括讓其重新命名掌握自主性、分享復元經驗傳遞正向力量、也讓其有助人機會肯定自我價值，並且善用外展工作方法，擴展社區資源綠洲，還有透過紙筆重新改寫生命故事，培養閱讀習慣，從知識獲得力量。在受暴婦女的復元力展現部分，因為團體的歸屬感與集體的正向力量，讓她們心靈得到釋放，重新

找回自我，且願意成為助人種子，以自身經驗協助仍處於婚暴陰影中的婦女，本中心未來規劃將引導復元的婦女運用社會資源如利用社區資源聚會，回歸生活參與社區活動，並成為家暴防治工作的社區種子，就近協助社區中需要協助的受暴婦女，朝向組成自助團體，達成人助、自助、互助目標。

除了傳統上經常運用的個案工作外，我們將優勢觀點模式擴及團體工作層面，運用團體促使互動關係多樣性，激發處遇多元化，也挑戰了帶領者的接受度，讓社工員學習彈性運用不同工作方法以協助個案復元，也促使社工員不斷追求自我成長。

二、團體中運用優勢觀點心得-葉玉傑

88 年開始投入推動家庭暴力防治工作之後，每天周旋在受暴個案當中，形容自己就像一個大號的垃圾桶，每天不斷接收個案負向的情緒，看著案主在暴力的循環中戴沉戴浮及創傷，該給的資源都給了，常常有很深的無力感，不斷的問自己我能再為她們做什麼呢？

正當我陷入如此困境時，中心引進優勢觀點工作模式，以正向觀點來對待案主，強調案主優點的發掘、激發與運用，著重運用案主非正式支持體系之運用，藉以達到社工員與案主之間的雙向復元，此一觀點令我雀悅不已，也開啟了我心靈的另一扇窗。

受暴婦女走出婚暴創傷需要一段歷程，依每人不同的個性與人格特質，歷程長短不一，但肯定的是經由團體動力是可以促使復原力的增長，而受暴婦女在離開受暴環境後仍需要持續的支持與關懷，所以幫助她們復元，激發走出婚暴陰影，找到自我價值。

優勢觀點運用在受暴婦女團體的帶領過程中，要以一個完全不同的角度來看待她們，相信她們是有能力學習、成長、和改變，雖然知道她們身心所受的傷害深遠，但我努力將焦點放在她們的優點，以她們為指導者，重建她們生命綠洲，在每一次的團體聚會中，我不斷學習敞開心扉接納，陪她們哭陪她們笑，更利用公餘或閒暇假日與她們餐聚聯誼，建立友好姊妹情誼。

當我看見她們每一位就像蛻變的彩蝶，當她們告訴我：「葉督，如果你有遇到情況與我相同的個案走不出來時，我可以幫忙與她談談」，看著她們珍惜每一個屬於她們的時日，勇敢的活出自我，我深受感動。復元，它雖然不是一個完美的直線過程，有時是一個不定、搖晃、甚至滑落到原點，再開始的路線，但它卻如活水泉源注入她們乾枯的心田，也讓我在陪伴她們的過程中重新得力，懷抱希望，充滿喜樂。

藉由這機會，我要由衷的表達對引進優勢觀點工作模式的宋麗玉及施

教裕兩位老師的敬意與謝意，讓我這在社工界打滾 33 年的老兵，能愈做愈甘甜，更以能參與她們的人生故事來編寫自己的人生劇本，這等美好又有意義的事，深深令我覺得我是何其有幸啊！

參考書目

宋麗玉(2009)。優點個案管理之理念：復元與優勢觀點。98 年度優點個案管理工作模式：初階訓練。高雄市政府社會局家庭暴力及性侵害防治中心主辦，2009 年 7 月 27、28 日。

柯麗評、王珮玲、張錦麗(2005)。家庭暴力：理論政策與實務。台北：巨流。

劉曉春、張意真(譯)(1997)。社會團體工作(Kenneth E. Reid 原著，Social work practice with groups：a clinicial perspective)。台北：揚智。

蘇施尤(2009)。家暴社工員從事婚姻暴力業務學習歷程之研究。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，高雄市。

附件

遇見 100% 自我-心靈書寫工作坊

直行與轉向

請先閱讀下面短文，再依照要求寫作

一隻螞蟻來到石頭下，它急急忙忙地往上攀爬，這塊石頭對它來說實在太陡峭了，螞蟻爬到一半就掉下來了，於是再爬，便又再掉，爬而又掉，掉而又爬，但終於爬過了那快石頭；另一隻螞蟻則不然，它繞過石頭，走向了它的目的地。

生活猶如螞蟻前行，有時需要直行，抱定理想，執著求索；有時需要轉向，變通處之，量力而行；有時則需要迷途知返，另闢蹊徑，但無論怎樣都是要實現人生的最高理想。

請以「直行與轉向」為話題，寫一篇不少於 800 字的文章，立意自定，文體自選，標題自擬，所寫內容必須在話題範圍之內。