

家長八達通

親子

資訊

育兒

升學

活動

書籍

網站

# 分析一筆一畫 治療心理創傷 繪畫投射內心 四川小孩掃陰霾

面對災難，除了家園需要重建，人的心靈更需要花上長時間重新建立，特別是小孩子。四川大地震快將踏入一周年，早前Elsie提及過好友黃曉紅（Monica）將「愛四川行動」全港徵文比賽的作品結集，出版新書《尋找生命的奇蹟》。與此同時，她把自己為四川災民進行心理治療的經歷和個案，編著另一本孖生姊妹書《走出心靈的廢墟——投射繪畫及敘事治療實錄》，除了講解這兩種治療的方法外，更述說如何協助小孩子走出地震的陰霾。

Monica在地震一個月後到達重



四川的小孩子經歷恐怖的災難，如果不協助他們重建心靈，會引致永久的情緒困擾。

災區之一的什邡進行義務工作，親歷其境，看到周遭的頹垣敗瓦，聽到四處的哀哭聲，聞到陣陣的屍體酸腐味，感覺很難受。雖然當時部分學校已經復課，但小孩子的創傷卻非一時半刻可以恢復過來。「有很多小學生不敢上學，他們聽到『學校』二字，都怕得在顫抖，甚至已經被老師哄着抵達校門的學生，一見到學校就立刻轉身走人。所以必須幫他們進行心理輔導，讓他們在日後面對逆境和挫折時，有能力去克服，否則他們永遠都會被情緒所困擾。」

## 表達潛意識情感

要協助這些小孩子，Monica指除了單對單傾談、遊戲治療和敘事治療外，她亦融合了投射繪畫法，而這些方法亦引起不少內地心理治療師的興趣。所謂投射繪畫法，即是對方把潛意識的情感通過繪畫投射出來，從他們畫出來的象徵符號，便可分析對方的心理狀況，是一個了解心理的工具。Monica在書中分享了近三十宗個案，部分小孩子因為地震造成身體上永久的傷

害，引發情緒問題，但當中不少是因為親眼目睹同學遇難的恐怖畫面，令他們的恐懼揮之不去，而只有十三歲的小龍就是其中一人。

## 文字流露恐懼感

「在我進行集體輔導時，我發現小龍他默默地站立一旁，在觀察我在幹甚麼，即使他參與遊戲，臉上都是毫無表情，這引起了我對他的關注。於是我叫他畫一幅《我的家》，一般小孩子都只是徒手就畫，他卻用了尺子輔助，一筆一畫地建構他的房子，十分整齊，而且他用橡皮擦塗改了很多次，連寫『我的家』三個字都寫了又塗，塗了又寫。」後來Monica在與小龍的傾談中得知，在地震發生的一刻，小龍從學校的三樓逃跑，可是他一邊跑，一邊看見有同學被瓦礫砸死，砸得連頭也扁了；有同學的手受傷，連骨頭也露了出來；而且他等了三天，才能夠與媽媽重聚，從小龍在短短約四百五十字的自述信中，寫出多達七次「太可怕了！」，可見那種恐懼的感覺是多麼強烈。

通過繪畫和傾談，小龍漸漸敞開心房接受Monica的輔導，引發他逐步表達自己的感受。雖然Monica在三月再到四川探訪時，小龍對陌生人仍然有點害怕，但從他的臉上已經看到更多的笑容。

其實小孩子在畫紙上畫下的每一筆，都是一個表達情緒的線索，例如使勁的線條，代表緊張的狀態；無力的筆觸，代表畏縮；房子沒有門，代表防禦機制強；很多窗口，代表極度渴望溝通；幼小的樹幹，代表成長過程中缺乏支持；樹上有雀鳥，代表渴望自由高飛；過度使用紅色，代表憤怒；過度使用藍綠色，代表自我規範等。

## 了解子女工具

Monica跟Elsie說，投射繪畫法不但可用作治療，亦可用作家長了解子女心事的工具，且毋須有深厚的心理學根底，容易上手。「香港的孩子常常覺得父母不明白自己的想法，對自己的要求又特別高；另



黃曉紅在為四川災難中的小孩子及年輕人進行心理輔導，融入投射繪畫法，通過畫像了解他們的心理狀況。

新書《走出心靈的廢墟——投射繪畫及敘事治療實錄》記錄黃曉紅為四川小孩子及年輕人進行心理輔導的個案，和他們訴說心情的書信。



一方面很多家長又渴望了解子女的想法，卻無從入手，他們既可利用繪畫作為親子活動，亦可從他們的畫中找尋線索，只要根據如我在書中記錄的一些符號意義，為圖畫解碼，便可知道小孩子一些說不出口的問題，從而重點打擊。」

不過Monica提醒家長，這個方法只在於了解的層次，如果揭開了小孩子的情緒問題而不處理，等於撕開他的傷口任由陽光暴曬，問題會愈演愈烈，所以必須要輔以合適

且專業的心理輔導；此外，在分析畫作時不可以以偏概全，必須要針對小孩子的整體表現和他們的故事才下定論。Elsie知道坊間有開辦有關投射繪畫法的家長課程，Monica亦有任教，有興趣了解這些療法的家長，可考慮參加課程，有助提升親子溝通。

Elsie 陳

若有任何家長關心的話題，歡迎報料。傳真：2798 2688。