



治療性社區藥酒癮男性 生涯探索團體帶領經驗之反思

黃殊凡 | 國立暨南國際大學諮商與輔導碩士班研究生
賴彥志 | 衛生福利部草屯療養院諮商心理師

研究目的

治療性社區強調成癮物質的戒除，不只是停用，更重要的是全人改造。本文於治療性社區中規劃與帶領戒癮者生涯探索團體，協助戒癮者探索自我認同和生涯發展的可能性，提升自我效能以達預防復發，並依實務經驗提出對成癮與生涯發展議題之反思。

研究方法

團體參與者為藥酒癮男性居民，每周參加1次，每次50分鐘，共10次之半封閉和結構式團體。團體理論以Adler「生活任務」為基礎，透過工作、友情和愛情三大生活任務挑戰，協助參與者建構對生涯各階段之想像，並從中進行價值觀、原生家庭、生涯抉擇、友情與愛情議題討論。團體評估為作者自行設計團體回饋表，輔以團體歷程觀察及實務經驗進行分析。

研究發現

參與者共20位，年齡介於16歲至55歲。統計團體回饋表（滿分3分）平均分數，團體目標達成度2.22分，團體帶領者能力2.25分，整體團體滿意度2.18分。整體而言，團體內容尚能符合成員期待與需求，對團體目標達成度感到滿意，且感受到帶領者的用心與投入。從團體歷程觀察及實務經驗中有以下發現：

1. 成癮者與生涯探索間的悖離，可能來自於成癮特性的無望感：藥酒癮者過往生活風格多傾向及時享樂，生活充滿失序感並難以建立穩定生活架構，較難對長期生涯進行思考與探索。計畫永遠趕不上變化的想法，及面對過往生活經驗的挫敗、茫然與失控，均可能使參與者對自己能否掌握未來感到懷疑，此為成員躊躇的心理因素與團體帶領實務之挑戰。
2. 「期待」與「被期待」間的心理拉扯源自於認同的挑戰：觀察成員對生涯規劃想像常存有雙重生涯劇本，一為符合他者（如家庭、社會、治療性社區）的期待，想著如何建構穩定的自立人生，另一劇本為回歸舊有生活型態的習性，想著如何一夜致富過生活。雙重劇本矛盾並存，反映著成員內在的糾結，亦受成員一團體人際心理動力影響，團體歷程若能營造支持其自主抉擇，與真實表達的空間，將有機會促進自我認同的重建。

結論

生涯探索對常面臨生命混亂的成癮者深具挑戰，長期習慣被「癮」主宰的生活使其對未來感到無望。討論生涯議題時，若能跳脫主流「生涯發展」的標準進程，也許能更貼近其真實處境。針對成癮者生涯探索團體，除了引導其描繪對未來生活的想像，更重要是從生活各面向介入，協助成癮者在他者與自我認同中，建構生涯發展路徑，使其相信自己仍有掌握人生的能力，以提升對未來的盼望。

關鍵字：男性藥酒癮者、生涯探索、治療性社區