

The Application of Pictorial Books to Bibliotherapy

— Cases of Single-Parent Children —

談圖畫書在讀書治療上的運用

— 以單親兒爲例 —

謹將本文獻給家有十歲以下兒童的單親父母

吳淑玲 Shu-ling WU

台北市立師範學院幼教系講師

一、前言：一個真實的故事

每天下午，凱凱的媽媽都會到幼兒園來接他。可是凱凱對媽媽的態度都不怎麼好。

一天，老師告訴他「媽媽來接你囉」，凱凱竟然大聲的說：「她不是我媽媽，她是壞女人！」

老師嚇了一跳！後來委婉問凱凱媽媽，才知道這位媽媽是「繼母」，不是凱凱的親生媽媽。

老師決定說些爸爸媽媽離婚、再婚卻仍愛孩子的相關圖畫故事書給全班小朋友聽，希望能改善凱凱他們母子的關係。

幾個星期後，凱凱看到媽媽來接他，自然的脫口而出：「我的媽媽來了！」老師感動得躲在一旁掉眼淚。

原來圖畫故事書有這麼大的治療功用啊！

二、何謂「讀書治療」？

(一) 讀書治療的歷史

讀書治療最早運用於古希臘的圖書館內（劉焜輝，1994）。當時圖書館員常利用圖書館裡的聖經或道德書來治療患者。這些患者指的是精神及心理障礙者，所以人們稱圖書館為「靈魂之藥」（the healing place of the soul）。在Thebes圖書館裡懸掛一題文，意思是「心靈治療所」（the medicine chest for the soul）。此外，學者、醫生、心理醫師、社工人員、護士、父母、教師、輔導員都會使用及做爲幫助孩童、病人的工具，只是治療的效果未獲得一致的結論。

到了十八、九世紀，英法等國已普遍實施讀書治療，所使用的書籍多爲宗教書籍（劉焜輝，

1994）。真正將讀書治療運用於醫學上，始於美國。一八一二年，美國Dr. Benjamin Rush最早建議病人以閱讀小說的方式來治療心理問題。

一九一六年，美國Samuel McChord Crothers 是最早以「Bibliotherapy」這個字眼於「Atlantic Monthly」刊物上的人。

(二) 圖書治療的定義與目的

讀書治療的原文「Bibliotherapy」，其中「Biblio」是由希臘字衍生而來，意思是「書」，「therapy」指的是「治療」。讀書治療可以說是一項心理治療策略。在精神科醫師或諮商督導之下，提供給當事人一系列閱讀材料，做爲心理治療的輔助物，協助當事人解決個人的問題（Morris-Vann,1983）。這也是讀書治療的目的。

一九一四年，都蘭圖解藥學辭典（Dorland's Illustrated Medical Dictionary）第一次爲「讀書治療」下定義：「在精神疾病的治療中，使用書籍並加以閱讀。」（范美珠，1987）

一九六一年，韋氏新國際辭典第三版（Webster's Third New International Dictionary）重新爲讀書治療下定義，並於一九六六年爲美國圖書館協會認定（American Library Association）。其定義如下：「在醫學及精神科中，選用適當的閱讀材料，作爲治療的輔助工具，並且透過直接的閱讀，幫助病人解決其個人問題。」

也就是說，「讀書治療」是由相關專業人員，選定適當材料作爲治療的輔助物，引導當事人閱

讀，達到治療效果的過程。

(三) 圖書治療的功能

讀書治療的功能是透過個人對書中角色的認同 (identification)，淨化情緒 (catharsis)，獲得新的洞察 (insight)，進而改變行為和態度，發展出解決問題的分法；同時，也傳達新的學習態度和價值。

目前針對國內可應用讀書治療的領域，可分別列為三大類：

- 1.個人方面：可運用在肥胖、癌症、恐懼、自我肯定、人際關係、低自尊心、孤獨、智能不足、語言障礙、態度行為的改變等方面。
- 2.家庭方面：可運用在親人死亡、離婚、手足關係、夫妻關係、受虐等問題上。
- 3.社會方面：可運用在酗酒、吸毒、貧窮、暴力等方面。（王萬清，1999）

三、離婚與再婚家庭的兒童

(一) 台灣離婚與再婚率

「天上最多的是星星，地上最多的是親情」。可是有些孩子卻少了爸爸或媽媽的愛，因為他們「離婚」了。

根據行政院主計處八十九年一至十月臺閩地區結婚統計資料，離婚率較八十七年增加8.4%，結婚未滿十年者，離婚率更高達60.7%。以八十八年結婚年齡比率顯示，男性初婚年齡為29歲，女性為25.8歲；男性再婚年齡為40.6歲，女性再婚年齡為34.3歲。

而根據民國八十七年內政部調查，台灣家庭養育子女數在兩人以下占百分之五十八以上。

以台灣適婚年齡與適孕年齡來看，一般家庭生

項目	時間	統計數	說明
結婚對數	89年1-10月	144,874對	較上年同期+6.6%
男性初婚年齡中位數	88年	29.0歲	87年28.8歲；68年27.0歲
女性初婚年齡中位數	88年	25.8歲	87年25.7歲；68年23.5歲
男性再婚年齡中位數	88年	40.6歲	87年40.0歲；68年37.3歲
女性再婚年齡中位數	88年	34.3歲	87年34.1歲；68年32.0歲
離婚對數	89年1-10月	439,29對	較上年同期+8.4%
結婚未滿10年	88年	60.7%	較87年+0.5個百分點
結婚10至19年	88年	26.1%	較87年-1.4個百分點
結婚20至29年	88年	10.9%	較87年+0.7個百分點
結婚30年以上	88年	2.3%	較87年+0.2個百分點
有偶人口離婚率	88年	10.0	較87年+1.0個千分點
男 未滿20歲	88年	41	較87年+9個千分點
20至24歲	88年	48	較87年+8個千分點
25至29歲	88年	25	較87年+4個千分點
女 未滿20歲	88年	53	較87年+10個千分點
20至24歲	88年	43	較87年+9個千分點
25至29歲	88年	23	較87年+4個千分點

摘自行政院主計處89年1至10月台閩地區結婚統計資料

育第一及第二個孩子了通常在結婚十年內，也就是說在男性39歲以前，女性35.8歲以前。然而這十年卻是婚姻的「風暴期」，很可能面臨「離婚」的際遇。

離婚後，不論孩子歸父母哪一方教養，父母都可能為生活、為照顧孩子而「再婚」。這時候就形成了複合式家庭，有前夫（前妻）的孩子，有

再婚後的孩子，家庭成員變得有點熱鬧，又有點複雜。

(二) 離婚對孩子的影響

對絕大多數的兒童而言，父母離婚是一種痛苦的經驗。最初他們感到憤怒、害怕與沮喪，具有強烈的罪惡感，其中以學前幼兒反應最為激烈。

泰德曼、李菲和史邱曼 (Teddler, Liffie & Schuman, 1981) 將父母離婚的兒童分為四組：(1) 3-6歲 (2) 7-8歲 (3) 8-11歲 (4) 13-18歲，觀察其影響力與因應之道，發現兩歲半到六歲的孩子受到衝擊最大。他們以為父母離異是他們不乖所造成的，而會不斷的責怪自己，甚至產生分離焦慮、退化、攻擊、破壞等行爲。年齡較大者，較能瞭解父母離婚的原因，也較能理性處理父母離婚所帶來的問題。(蘇建文等，1995)

四、圖畫故事書是最佳心靈治療師

(一) 什麼是「圖畫故事書」

「圖畫故事書」在日本稱爲「繪本」，是一種以圖爲主、以文字爲輔，甚至只有圖、沒有文字的书。書中的畫面不僅有「弦外之音」，也包含了語文獨具的生命和內涵。

近十餘年來，圖畫故事書備受親子教育家「推崇與寵愛」，認爲親子共讀，就從圖畫故事書開始。其實，兒童心理醫師也常以此類書作爲「安撫情緒」的媒介。「籠中男孩」的作者桃莉海頓(Torey L. Hayden)視圖畫故事書爲治療「拒語症」的有效工具之一。當桃莉面對年紀十五歲，卻已經有八年沒開口說過話的男孩時，直覺反應就是「讀圖畫故事書給男孩聽」，讓男孩見了她，不再害怕得躲到桌下去，不再抱著桌腳發抖。這招果然有效！

桃莉並不刻意接近男孩，只是將圖畫書放在他倆中間，然後一頁一頁慢慢念。桃莉驚訝的發現：男孩認識字，眼睛會隨著她所念的速度移動；更重要的是，男孩的情緒平緩許多，不再抱桌腳，不再發抖。輔導時間到了，故事書還沒唸完，男孩流露出「還想聽」的眼神。桃莉知道，他們已建立「互信的關係」了。

在本文一開始，六歲小男孩凱凱也遇到了心理問題：離開親生母親，父親再婚。家庭中的長輩有意無意的在凱凱面前稱新媽媽是「壞女人」，無形間，凱凱就把「新媽媽是壞女人」的語詞湊

在一起了。

這時候，除了親情的溫暖與關懷以外，如果加上圖畫故事書的閱讀與引導，不難走出心理陰霾。圖畫故事書能提供讀者一些生活中沒有過的經驗，引導讀者以不同的方式看待生活，幫助他們釋放緊張的情緒，並創造自我價值。

(二) 推薦書單

【大猩猩】—格林文化，83

描述一個忙碌的爸爸無法抽空陪孩子去動物園看大猩猩，送孩子一個猩猩玩偶，孩子好失望。最後爸爸跟孩子宣佈：明天帶你去動物園！

【爸爸，我要月亮】—上誼，84

小女兒每天企盼擁有月亮，爸爸想盡辦法，如願的把月亮從天上摘下來給女兒。

【猜猜我有多愛你】—上誼，85

單一線的劇情，扣人心弦，動人心扉。全書敘述一隻大兔子和一隻小兔子互相比較誰最愛對方。特色是主角全為「中性」，適合任何一種身分的大人將自己比喻為「大兔子」！

【強強的月亮】—格林文化，86

小男孩強強和爸爸住在海邊，爸爸遇海難，靈魂回來，身體卻無知覺。勇敢的強強請好朋友月亮一起去海底救出爸爸靈魂。父子再次坐在岸邊靜聽濤聲，欣賞落日。

【逃家小兔】—上誼，86

故事以媽媽和想離家孩子的對話為主。媽媽不責怪孩子，反以溫馨的想像力，網住孩子的心。雖已是一九四二年作品，透過孩子的疑問是黑白頁，媽媽的回答是彩色頁，卻仍讓讀者心頭洋溢著無限暖意。闡述爸爸愛孩子不一定要說出來。

【爸爸，你愛我嗎？】—三之三文化，87

愛做盒子給兒子玩的爸爸，比誰都愛自己的兒子。繪者刻意沒畫出爸爸的嘴，但爸爸對兒子的愛，每個小讀者都懂！

【小克找媽媽】—人類文化，87

小克是一隻寂寞的小鳥，很想有媽媽。他問長頸鹿、企鵝、海象，他們都說小克外表不像他們的小孩。只有熊阿姨做了小克最希望媽媽做的事：抱他、親他、陪他唱歌、跳舞，還帶小克回家——原來熊阿姨家是流浪兒之家。

【媽媽爸爸不住一起了】—遠流，88

小女孩茫然的看著遠方，細說心聲：我不明白為什麼爸爸媽媽不能再給彼此帶來快樂？他們說他們再也做不到了。這就是他們離婚的原因。

【好事成雙】—格林，89

兩個人見人愛的孩子卻有問題爸媽，爸媽討厭彼此，不斷想辦法整對方。孩子到學校問同學是不是有同樣的問題，討論結果是：如果父母行為像五歲，不是孩子的錯。於是這兩個孩子決定為爸媽舉行一場「不結婚典禮」，讓爸媽各住各的房子，從此他們有兩個快樂的爸媽。

(三) 圖畫故事書的引導與討論

與輔導對象進行閱讀與討論時，若輔導對象年幼，輔導員（可能是家長，也可能是老師、醫師或長輩）須先與他共讀再討論；較年長者，可共讀，也可引導逕行閱讀後討論。

1. 這個故事在描述什麼？
2. 誰是故事中的主角？
3. 故事中的主角遇到什麼問題？
4. 故事中的主角如何解決問題？
5. 如果你遇到類似的問題，你會如何解決？

以「小克找媽媽」為例，小克沒有媽媽，問別人是不是他的媽媽，有的搖頭揮手說不是，有的則很兇的回答：「你長得很醜，不是我的孩子。」小克很傷心，獨自在森林裡哭泣。好心的熊阿姨知道小克想找媽媽，就問：「你希望媽媽做什麼？」

「我希望媽媽抱抱我、親親我。」小克說。熊阿姨抱他、親他。

「還希望媽媽做什麼？」熊阿姨接著問。

「希望能和媽媽住在一起。」小克說。

於是熊阿姨帶小克回她家。哇！熊阿姨家有犀牛哥哥、鱷魚姊姊，還有一隻小豬妹妹呢。看他們快樂的張開手臂，緊抱著熊媽媽，就曉得這「一家人」有多幸福了！！

所以，是不是除了親生的媽媽很愛自己的孩子，別的「媽媽」就不會愛小孩？是不是第二個「媽媽」就是「壞女人」？這是個好問題。

「你希望媽媽（爸爸）對你做什麼？」問問單親的孩子吧！

讓孩子說出心裡的話，他會感覺很舒坦；讓家人瞭解他的看法，更是解決問題的一大關鍵。

再如「永遠愛你」一書，書中的媽媽，獨自掛養孩子長大。每天輕輕的對孩子唱著「我永遠愛你，我永遠疼你。在媽媽的心中，你是我永遠的寶貝！」經過畫面呈現的「春、夏、秋、冬」，孩子長大了，搬出去自己住。媽媽病了，孩子掛望。媽媽不再有力氣唱那首熟悉的歌，孩子很自然的接唱：「我永遠愛您，我永遠疼您。在我的心中，您是我永遠的好媽媽。」

是啊，我們一再告訴父母「要愛下一代」，父母也真真切切的付出，孩子卻可能覺得父母的愛不夠，甚至希望「快點長大，快點離開爸爸（媽媽）身邊」，從不曾關心爸爸（媽媽），不會知道爸爸（媽媽）在忙什麼，更不懂反哺與孝順。請到這裡，可問問單親兒童：「你覺得爸爸（媽媽）愛你嗎？」「怎麼讓他們更愛你？」換個角度問：「你如何愛爸爸（媽媽）？」「你如何讓爸爸（媽媽）更愛你？」

最後，我們由衷的期待與孩子親密的人，一起閱讀這類書籍。有時候情感交流，不是因為討論，而是在共讀時啊！■

【附】單親主題—圖書治療活動單元

(摘自「多元智慧活動單」，提供單親父母、教師及心理輔導師參考。)

多元智慧	活動單元	活動簡介	可運用之圖書書
語文智慧	我愛爸爸(媽媽) (包括繼父母)	說出爸爸(媽媽)的優點、喜好、長相、職業、專長	· 爸爸，你愛我嗎？ · 永遠愛你
邏輯—數學智慧	開心的爸爸(媽媽)	爸爸(媽媽)的生日是幾月幾日 爸爸(媽媽)在不同場合有何不同裝扮	· 逃家小兔
肢體—動覺智慧	看我來扮戲	以偶戲(任何材質均可)演一段溫馨家庭劇給爸爸(媽媽)欣賞	· 爸爸，我要月亮
視覺—空間智慧	寶貝大FUN送	畫一輛車送爸爸 蓋一棟樂高屋送媽媽	· 猜猜我有多愛你
人際智慧	家和萬事興	不害怕、不絕望，提出或建議父母爭吵的解決之道	· 好事成雙
內省智慧	我是好孩子	常對爸爸(媽媽)說「我愛你」 說說現在生活的趣事	· 媽媽爸爸不住一起了
自然觀察智慧	超級大計劃	說出最想和爸爸(媽媽)去的地方	· 大猩猩

參考資料

范美珠(1987)：讀書治療對父母離異兒童個人適應及社會適應輔導效果之研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究碩士論文。

施常花(1988)：兒童讀物在教育性讀書治療的應用與實施。國教月刊，34卷，7、8期，9-15頁。

劉焜輝(1994)：讀書治療的基本概念與實施。載於劉焜輝、汪慧瑜編：輔導論文精選(下)。台北：天馬文化事業公司，796-801頁。

施常花(1997，節本)：讀書治療理論。台南：世上光出版社。

桃莉海頓(1998)：籠中孩子。台北：新苗。

凱絲史汀生(1999)：媽媽爸爸不住一起了。台北：遠流。

蘇建文等(1999)：發展心理學。台北：心理出版。

王萬清(1999)：讀書治療。台北：心理出版。

Fact Sheet(1982)。Bibliotherapy。Urbana, IL: ERIC

Clearinghouse on Reading and Communication Skills.(ED 234338)

Morris-Vann, A.M. (1979) . Once upon a time: A guide to the use of bibliotherapy with children. MI: Aid-U Publishing Company.

Morris-Vann, A.M. (1983.) The efficacy of bibliotherapy on the health of elementary students who have experienced a loss precipitated by parental unemployment, divorce, marital separation or death (CD-ROM). Abstract from ProQuest File: Dissertation, Abstracts Item: 8315616.

Nola Kortner Alex, (1982). Digest: Bibliotherapy.(EDO-CS-93-05)

Pardeck J. A., & Pardeck J. T. (1984a). Young people with problems: a guide to bibliotherapy. Westport, CT: greenwood Press.

