

法務部矯正署臺南監獄

辦理 109 年桌「有」趣—肢體障礙收容人人際互動團體

近年來，我國逐漸興起桌遊活動，除了玩樂以外，也期望「玩出意義」，尤其在助人工作場域中運用桌遊作為媒材、活動設計，不但提高成員的參與動機、提升興趣、更投入團體，也能使團體達到目標，是一種從體驗與遊戲中學習的策略，遊戲過程中透過彼此互動，提升收容人互助合作與團隊精神。本監自 109 年 5 月 21 日起由專業諮商心理師規劃辦理 4 場次肢體障礙收容人人際互動團體，共計 47 人次參與。

肢體障礙收容人常因生理限制及環境因素，現實生活經驗中常處於挫折情境，自我肯定不易，因而難以客觀的角度來看待自己，導致自我概念較為低落，帶來不同層面之心理失落。因此，本團體課程設計融入桌遊之治療理念，以提升收容人的自我價值感並學習自我肯定，包含「諾亞方舟」、「籤籤入扣」、「UNO 疊疊樂」、「拔毛運動會」等活動，運用分組比賽的團隊合作精神與手部肢體動作之正向回饋，訓練收容人的手眼協調能力、腦部空間概念能力、空間與重量之平衡能力、觀察記憶力、專注力圖像辨識能力與團體凝聚力。

過程中多數收容人表示：印象較深刻的是「UNO 疊疊樂」活動，積木是塑膠做的，比想像中還要輕，原本以為抽取很輕鬆，考驗手部的靈活度，特殊積木的功能變化多元，容易有意想不到的結果，分組比賽時同組成員還可以互相幫忙想辦法，有在一起奮鬥的感覺，體會團隊合作精神。團體結束時，收容人回饋：想不到服刑期間還可以參加豐富又有趣的桌遊活動，有找回一絲童年回憶，即使活動項目不同，至少在心裡某個角落留下痕跡，活動也有助於抒解壓力與憂鬱情緒，促進身體協調能力，也因為與同學增加互動的機會，彼此關係更加親近。



講師說明「諾亞方舟」進行方式



成員進行「拔毛運動會」情形