

目錄



第一章：青少年・戀愛與性

- 1 服務源起 P.02
- 2 社會・青年・性危機 P.04
- 3 戀愛與性・新路向 P.07

第二章：戀愛關係——從敘事開始

- 1 何謂敘事治療 P.10
- 2 敘事・青少年・戀愛與性 P.12
- 3 海外及本地經驗 P.14
- 4 敘事實踐：性危機處境 P.16

第三章：自我發現——我們的森林

- 1 森林的源起 P.35
- 2 森林的組成 P.38

第四章：森林的故事——實踐分享

- 1 「我們的森林」小組流程 P.46
- 2 「我們的森林」小組組員分享 P.50
- 3 小組實踐 - 共同探險錦囊 P.58
- 4 個案實踐 P.64
- 5 個案實踐 - 智慧小錦囊 P.94

第五章：總結 P.98

第六章：後記 P.105

參考資料 P.110

香港青年協會簡介 P.116

展開戀愛與性對話：權力位置的審視

在敘事面談中，我們強調工作員去中心化 (de-centered) 的位置，與當事人創造平等、同行、透明度高的關係，並給予選擇空間，讓對方感到獲得尊重和舒服；戀愛與性的話題可能比較敏感，我們可以在過程中留意把性問題化的語言，使用更貼近他們的術語，或當事人的在地智慧 (local knowledge) 而作出提問。

有時我們可能提問當事人²：

- 去到目前，這對話令你感覺如何？你想繼續說這個部分還是想說另一方面……
- 你認為我在這個片段需要了解更多嗎？還是已經足夠？
- 有甚麼會讓你更舒服地分享？或者讓你更自在地在畫這一幅畫？
- 這次面談，哪部分你最喜歡？或不喜歡？下一次可以有甚麼不同？
- 我們將要展開戀愛與性的話題，你願意嗎？
- 這些話題，與你來自的背景貼近嗎？(家庭、學校、社區和宗教等)
- 這些背景怎樣影響著你在戀愛與性的話題？
- 有甚麼人，讓你說起戀愛與性的話題，你認為有幫助或被明白？

有時我們可以自己先想一想：

- 在我們的成長過程中，如何讓我學習到有關戀愛或性的事情？
- 在我們的文化中，對討論戀愛或性的話題通常有甚麼論述？
- 這些論述對我們與年青人討論戀愛或性的話題時，帶來甚麼影響？

處境一

肥仔 (24歲) 和琪琪 (20歲) 為情侶關係，兩人已交往了約半年時間。相處時因小事而發生衝突，曾經多次分手，唯每次均由肥仔主動提出和解。近日，肥仔因琪琪私下與另一男子通電，懷疑她有外遇而再次發生衝突，琪琪覺得自己不被尊重，一怒之下便提出分手及搬回自己家中居住。肥仔後悔自己的衝動，想挽回雙方關係，便每天都到琪琪家門外等候及嘗試作出纏繞行為，更瘋狂致電希望能得到回應。

想一想：

- 假如你是肥仔的工作員，你會如何理解他在這段關係中的經驗？
- 你聆聽到肥仔和琪琪關係中的阻礙是甚麼？
- 他們的關係中有甚麼可以解構之處？
- 面對困擾肥仔的「問題」，你有甚麼好奇想了解更多？

外化對話練習

工作員發現肥仔經常和女友發生衝突，於是嘗試再了解他與女友關係中的阻礙，肥仔表示兩人之間失去信任，讓他感到沒有安全感，害怕會失去琪琪，並時常會懷疑她不再喜歡自己。後來工作員再追問這種充滿不安、恐懼、懷疑的狀態命名，肥仔稱呼為「世界末日」。工作員以外化問題的四個歷程，與肥仔談開對話。下頁為一些問題的可能性。

² 改編自Morgan, 2000; Ron Findlay, 2012

1) 讓肥仔發現引致他與女朋友發生衝突的問題及將其命名

- 能談談你在衝突中感到困擾嗎？那時發生了甚麼事？
- 那些困擾從何時開始？在哪裡出現？有沒有因某些人的出現而引中更多困擾？
- 困擾在你生活中持續存在著，有沒有想到用一個簡單的【名字】去形容？有沒有一個圖像可以形容？

2) 讓肥仔發現【世界末日】對其影響

- 【世界末日】何時開始出現？
- 【世界末日】的出現，為你個人的生活帶來甚麼影響？（個人的情緒 / 想法 / 健康、家庭、人與人間的關係、工作的表現和對未來的渴望等）
- 【世界末日】甚麼時候出現最多？甚麼時候出現較少？
- 你曾做過甚麼讓【世界末日】的影響變強？你又曾做過甚麼讓【世界末日】於你生活中失效？
- 【世界末日】於你的生活中出現，他的最終目的 / 論計是甚麼？
- 【世界末日】怎樣影響著你去看你自己？戀愛關係？或未來？
- 【世界末日】會說甚麼話 / 做甚麼，令你想投降？
- 你曾做過甚麼讓【世界末日】的破壞力更大？你又曾做過甚麼讓【世界末日】於你生活中消失？

3) 讓肥仔評估自己與【世界末日】的關係

- 你願意讓【世界末日】進入你和女朋友的相處中嗎？
- 對於【世界末日】出現在你的生活中，你有甚麼感覺？（對於該感覺你喜歡與否？原因？）
- 面對【世界末日】，對你而言是正面或負面的經歷？還是一半一半？
- 當【世界末日】出現時，有沒有試過和今次不同的應對方式？結果如何？

- 這次不一樣的應對經驗，對你來說有甚麼不同的啟示或領悟？

4) 讓肥仔為與【世界末日】的評估辯護

- 為甚麼你想【世界末日】不再出現？
- 是甚麼生命的目標、渴望、信念，讓你想【世界末日】不再出現？
- 如果【世界末日】不再出現，這對你面對戀愛關係來說，有甚麼重要或意義？

外化對話是甚麼？ (externalizing conversation)

早於1980年代，麥克懷特已經把「問題外化」的對話概念實踐於兒童及家庭當中，這個新穎的對話方式，讓不少受到嚴重困擾的孩子來說是一道曙光，當時敘事實踐還未普及。問題外化，簡單來說就是協助當事人，從被壓迫及被全人化 (totalizing)³ 個人身分的問題，用擬人化和客體化的方式呈現出來，目的是把人長久以來歸疚於自己、自我怪責等已經內化的經驗，與問題分開、外化，因為**人本身不是問題，問題才是問題**。

那麼問題是怎樣來的呢？深受後現代主義及後結構主義所影響，敘事實踐相信，問題是文化與歷史的產物，是通過社會建構過程而產生出來的（丁惠芳，2006）。外化對話過程，目的不在於解決問題，卻

像是做一份「調查報告」，由治療師及當事人一起擔任調查員的角色，揭發問題的特性、行為、背後的目的等，讓當事人有機會重新審視、修正、選擇與問題的關係（White, 2007）。

在青年工作中，我們常常聽到對高危青少年的論述，那些不跟隨主流上學或工作的青年被裁定為邊青，彷彿他們會展開相似的命運，接受相似的遭遇。媒體、電影、社會政策和社會上的專業人士等，加入對邊青論述的規訓權力（disciplinary power），高危青年在沒有足夠的權力抵抗下被看為邊緣的一群（邵家臻, 2012；曾醒祥, 2017）。外化對話的精神，在於人能走進「問題」背後的大門，去挑戰一些「理所當然」的信念、權力和標準，打開（unpack）在社會、文化、歷史留下的主流論述，以新的角度思考、審視和重整，開啟一些偏好故事的方向。

3 福柯指出人對內在認知的習慣來自文化和歷史的影響，例如十七世紀的西方社會文化興起的分體實踐（dividing practice），意即把一些小眾與一般人加以隔離；把這些人的病理以科學化分類；以專業規則建構的規範，評估或診斷人是否正常或合乎標準，讓人把自己看為不足、無能、充滿問題。另一方面，文化中以二擇一對問題很快下結論是常見做法，限制了其他可能性，詳見「Map of Narrative Practice」（2007）頁24至33。

工作人員可以提出更多解構方向（deconstruction）的問題，與年青人一同審視一些他們在戀愛與性議題的既有信念⁴：

- 在我成長中，如何讓我學習到有關戀愛或性的事情？
- 在我們的文化中，對討論戀愛或性的話題通常有甚麼論述？
- 這些論述對現在的我與人討論戀愛或性的話題，帶來甚麼影響？
- 在戀愛與性關係當中，我對於性別角色有甚麼信念呢？
- 對於「好」與「壞」的戀愛與性關係，我通常有甚麼想法？何謂好？何謂壞？這些想法是怎樣來的呢？
- 再想想看，我對這些想法接受嗎？喜歡嗎？
- 哪些想法對我面對戀愛與性關係帶來幫助？哪些帶來阻礙？

針對在性危機議題上，可有一些解構主流論述（dominant discourse）的問句⁵：

- 社會流傳甚麼關於【性危機行為】的主流論述？
- 這些論述在甚麼文化、標準或傳統禁忌中反映出來？
- 這些論述如何影響大眾或當事人自己對【性危機行為】的理解或回應？

4 部分改編自Morgan, 2000。

5 部分改編自江寶祥, 2019。