

畫畫窺探孩子內心世界



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/image-cute-asian-kid-drawing-193132865>

撰文：心啟晴專業輔導學院
心理治療師 李偉堂

繪畫可以給予我們抒發感受的空間，作者利用畫筆創作，以另一種語言和自己對話，從中安撫個人情緒或獲得領悟，解開個人的心結。

常為小事而哭

回想過去的兒童輔導中，有父母來求助，他們不明白為何兒子小明常為一些小事而哭，例如遲了看電視、遲了吃晚飯、爸爸晚了回家等，他們和小明提及情況，但就是不明所以，對他們造成困擾。於是筆者建議為小明進行一次畫畫評估，了解小明心目中的成長環境，或可了解小明愛哭的緣故。

畫畫洞悉愛哭因由

小明畫了一幅「家庭的故事」，他一邊繪畫，一邊道出心中感受，父母整天忙著工作，令他很多時候獨自在家中玩耍。當父母回家後，小明很想和他們玩，但爸爸很快顯得不耐煩。在小明心中，爸爸好像經常發怒；每當媽媽看到這種情況，便會和爸爸吵起來。在小明眼中，媽媽和爸爸吵起來時，媽媽總是一臉難過。在小明心中，他知道父母都是疼愛自己，但當他看到爸爸發怒及媽媽傷心是因他而起時，他便感到難過。



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/asian-child-appears-sad-unhappy-while-784741147>

從畫畫窺探內心世界

後來，筆者再次會晤小明的父母，他們從沒想過，在小明面前的爭吵，原來深深的刻在兒子心中。另外，爸爸亦發現工作後的疲倦狀態影響親子互動的質素。為此，筆者教爸爸一些放鬆的方法，並建議在家中設立一個「冷靜區」，給大家一個空間舒緩個人情緒，而父母亦承諾避免在小明面前爭吵。

一個月後，小明沒有再為一些小事而哭，親子關係比從前融洽。繪畫可以反映兒童內心的世界觀。在創作過程中，兒童有意無意投射內心的一面，讓我們可以了解他們的內心世界，更有效地協助他們健康成長。