出國報告(出國類別：受訓)

105 年赴美軍牧軍官班受訓
返國報告書

服務機關：高雄憲兵隊

姓名職稱：上尉輔導長陳正源

派赴國家：美國南卡羅萊納州傑克森堡

出國期間：民國 105 年 2 月 01 日至 105 年 4 月 08 日

報告日期：民國 105 年 4 月 20 日

摘要

今(105)年由本人上尉陳正源代表國防部赴美參加美國陸軍軍牧軍官初級班(Chaplain Basic Officer Leader Course)，在為期九週之軍牧受訓課程中，對於美軍軍牧制度、教育訓練、課程安排、體能訓練、戰場訓練等有基本的認知，相較於我國之心輔制度，於組織、認知、方式上有些許差異，期許自己能透過本次受訓的經驗，結合自身心輔專長，為國軍心輔制度之推展，貢獻微薄心力。

目次

壹、　軍牧制度介紹

貳、　軍牧課程介紹

參、　受訓心得

肆、　建議事項

伍、　照片紀實

壹、軍牧制度介紹

一、軍牧初級軍官班

美國陸軍軍牧軍官初級班主要在訓練志願役、國民役以及後備役之營級軍牧軍官，在戰場中能適度提供官兵宗教支持(1.滋養袍澤(nurture the living)；2.照顧傷患(care for the wounded)；3.表彰英烈(honor the dead)，並協助指揮官確保官兵有信仰宗教的自由，提供指揮官在精神、宗教、道德及倫理上相關領導議題的建議。本次訓期為期13週，課程安排為基礎軍事訓練課程(CIMT)4週及軍牧軍官專業課程三階段共9周。

第一階段為軍事領導課程(2週)、第二階段為軍牧專業技能課程(4週)、第三階段為戰場服務與自殺防治課程(3週)，因本職為現役軍官，故不須參加基礎軍事訓練課程(CIMT)，因此，實際受訓時間為9週。

二、美國陸軍軍牧制度及訓練介紹

在美國軍隊中，醫師、律師與軍牧軍官為三大聲望最高職務，因其篩選、訓練與其專業性有別於一般職務。美國陸軍軍牧訓練班隊共分為「軍牧軍官生涯課程 」、「軍牧軍官初級班」及「軍牧助理 」三大部分。

在美軍，必須是軍官才能接受軍中牧師（Army Chaplain）相關

訓練，成為軍牧。軍牧軍官初級班課程內容分別有「軍事領導課程」、「軍牧專業技能」及「軍牧戰場服務與自殺防治課程」等三階段，主要使受訓學員具備「提供宗教支持」及「處理官兵問題」的能力。

（一）入學資格

欲成為一位專業的美國陸軍營級軍中牧師，需具備碩士學歷及相關實務工作經驗，並由原工作單位撰寫推薦函，經審定後，才有資格進入美國陸軍軍牧學校受訓。受訓期間須接受各項的軍牧專業技能測驗，並通過體能測驗後，方能成為軍牧軍官。

（二）軍牧體系

美國陸軍軍牧體系區分為軍中牧師及軍牧助理。軍牧助理主要是協助營級軍牧軍官，且因軍牧軍官未配賦武器，故其職責之一是保護軍牧軍官安全。而美國陸軍軍牧軍官發展介紹如下:

軍牧軍官生涯發展表				
服役年資	0-9	9-15	15-20	20-30
階級	少尉-上尉	少校	中校	上校、少將
服務單位	營級、醫院	旅級、學校、醫院、家庭生命中心、基地	師級、軍團、指揮部、醫院、學校、基地、國防部	軍團、指揮部、醫院、學校、基地、國防部

軍牧專業訓練(必要)	軍牧軍官初級班、軍牧軍官生涯訓練班	少校軍牧軍官專業班	中校軍牧軍官專業班	上校軍牧軍官專業班

美國陸軍軍牧官除了接受專業的軍牧技能訓練外，亦要接受一般軍官領導訓練，而軍牧技能的訓練依照不同階級有不同訓練期程與課程。

1、尉階：軍牧軍官初級班，結訓後可成為營級軍牧軍官。

2、少校階：需具備軍事正規班(ILE-Intermediate Level Education)學歷並完成軍牧軍官生涯課程(C4-Chaplain Captain Career Course)訓練，結訓後可成為旅級、家庭生命中心、基地、學校軍牧軍官。

3、專業性：在軍牧軍官的軍旅生涯中，不需歷練其他職務，只需在不同軍事階層、不同專業機構擔任軍牧軍官乙職。而高階的軍牧軍官，須完成SIT(Supervisor in Training)訓練後，才可針對下級的軍牧軍官實施督導。

4、工作地點：可分為國防部層級、司令部層級、指揮層級、師級、旅級、營級、各基地家庭生命中心、醫院及學校等單位，並透過交叉歷練之方式，累積不同的專業技能，有效提升服務品質。

三、美國陸軍心輔制度介紹

美國陸軍軍中牧師除了提供宗教相關服務之外，心理諮商輔導亦是重要的工作之一，在美國陸軍中主要從事輔導工作的部門有:

(一)營級軍牧軍官：

營級軍牧軍官在提供宗教服務之餘，亦照顧官兵的情緒及心理健康，必要時可將個案轉介至家庭生命中心。營級軍牧軍官隨著部隊一同行動，並提供指揮官合適的倫理及道德建議。營級軍牧軍官的角色相當於我心輔制度中的初級預防的功能。

(二) 家庭生命中心軍牧軍官：

家庭生命中心設立於美國陸軍基地裡，中心內的軍牧軍官負責處理軍人家庭關係及人際關係議題，評估及處遇營級轉介之個案，並定期至基地內實施自殺防治、心理諮詢、壓力調適相關講座。家庭生命中心軍牧軍官的角色相當於我心輔制度中的二級輔導的功能。

(三)行為健康小組：

行為健康小組由精神科醫師、行為科學軍官(心理師、社工師)，以及心理健康專家所組成，主要提供團體治療、領導諮詢、危機處理、創傷後壓力處理，以及提供單位預防性教育課程等，相當於我心輔制度中的三級治療的功能。

貳、軍牧課程介紹

本次軍牧軍官初級班總共 9 周，第一階段為軍事領導課程(2 週)、第二階段為軍牧專業技能課程(4 週)、第三階段為戰場服務與自殺防治課程(3 週)，課程表如下:

美國陸軍軍牧軍官初級班課程規劃表		
時間	課程指標	課程重點
第 1 階段 (1-2 週)	軍事領導課程	1. 體能訓練 2. 戰場簡報 3. 宗教支援計畫撰寫 4. 基本溝通及佈道技巧 5. 軍事決策過程 6. 軍牧歷史和文化 7. 軍牧核心概念介紹
第 2 階段 (3-6 週)	軍牧專業技能	1. 體能訓練 2. 戰場分析及多元文化衝擊 3. 戰場宗教環境參數分析 4. 情緒管理課程 5. 戰場倫理課程 6. 諮商輔導課程 7. 榮耀英靈課程
第 3 階段 (7-9 週)	戰場服務與自殺防治課程	1. 體能訓練 2. 野外課程(戰場服務) 3. 世界宗教文化 4. 悲傷輔導 5. 自傷防治課程

一、　課程介紹

(一) 體能訓練

在受訓的兩個多月中，每天早上都要實施兩個小時的體能訓練活動，從早上 0500 至 0700，訓練的主要內容區分為：1.雙數日:為跑步訓練，依照每位學員的能力區分為 A、B、C 三組，實施 40 分鐘的路跑訓練。2.單數日:為上肢肌力訓練，訓練內容為伏地挺身、仰臥起坐、單槓及各項複合式動作。訓練過程中，主課士官會先實施原則講解，並親自操作各項動作，達到以身作則之目的。此外在第一階段的尾聲，學校安排了障礙超越訓練(confidence class and fit to win)藉此訓練個人自信心及團隊凝聚力，訓練過程中需以班為單位共同克服各項地形障礙，強調「不用擔心自己，因為你的戰場夥伴(battle buddy)會協助你一起完成任務」的精神，讓學員們了解團隊合作的重要性。

(二) 靈性祈禱

在軍牧課程中，學校安排每日 30 分鐘的靈性祈禱課程在每日早晨 0800 到 0830，祈禱活動區分各種不同信仰族群實施，每日由不同學員帶領大家透過敬拜、祈禱、唱詩歌、禱告等方式強化精神態度與情緒調解能力，並藉此強化學員們的佈道技巧及表達能力

(三)第一階段-軍事領導課程

第一階段課程主要著重於軍事領導能力的培養，軍牧軍官不僅僅是軍中的宗教領導者，也是一個營級的核心幹部。此階段的課程在於培養軍牧軍官領導特質與能力，透過各種營級戰術的教學、活動的策劃、宗教支援計畫撰寫、軍事決策過程的練習讓我們了解身為一位軍牧軍官須具備的基礎概念。

此階段學校特別安排兩天的美國陸軍軍牧歷史介紹，透過影片的播放、博物館的參觀、教官的講解，讓我們了解軍牧如何在越戰、韓戰、第一次世界大戰、第二次世界大戰、伊拉克解放戰爭中發揮他們的功能及所扮演的角色。也讓學員們更能了解軍牧的精神與歷史地位。

(四)第二階段-軍牧專業技能

第二階段置重點於軍牧專業技能的訓練，包括:滋養袍澤(nurture the living)、照顧傷患(care for the wounded)、表彰英烈(honor the dead)、諮商技巧(Counseling Skills) 、戰場及宗教多元文化分析(Battlefield Analysis, Pluralism)，使學員具備「提供宗教支持」及「處理官兵問題」能力。

1. 滋養袍澤(nurture the living)

美軍除了重視一般軍事訓練外，對於精神及靈性上的復原也特別的重視，軍中牧師主要的工作除了提供宗教支持外，即是撫慰人

心的工作。透過不同面向的復原力(resilience)、社會關係(social)以及情緒調解(emotional)等方式，凝聚及修復部隊之精神力，以凝聚部隊士氣。

2. 照顧傷患(care for the wounded)

在戰場中，軍牧無須親臨第一線作戰，取而代之的是照顧受傷的官兵，給予心靈上的慰藉及宗教上的支持。課程特別在第三階段的野戰訓練中，設計許多戰場救護及心靈支持的狀況，訓練學員們能在有如戰場高壓的環境之下，仍可將平時所學正常發揮，以盡到軍牧照顧傷患之職責。

3. 表彰英烈(honor the dead)

陪伴陣亡官兵走完最後一程是軍牧需面臨的課題之一，從傳達官兵陣亡消息給家屬、追思會的舉辦、家庭宗教信仰的支持，到最後葬禮的儀式都是由軍牧一手包辦。軍牧課程設計教導學員們如何在如此沉重及悲傷的氣氛中表達自我，並透過實際葬禮的操作，讓學員們熟悉整個葬禮的流程和注意事項，並於野外作戰訓練時，讓所有學員主導一場營級軍人葬禮。

4. 諮商技巧(Counseling Skills)

學校針對美軍文化、部隊限制及實務所需，特別注重焦點解決短期諮商課程訓練、創傷輔導、資源聯繫及諮商倫理議題等面向，

透過影片教學、個別督導、情境模擬訓練、課後作業寫作等方式，強化學員諮商輔導技巧，使每位學員能與官兵建立正向、信任關係，進而發掘官兵問題、資源聯繫等。

5. 戰場及宗教多元文化分析(Battlefield Analysis, Pluralism)

戰時，軍中牧師除了照顧傷患之任務外，還需針對戰場中之各種宗教因素加以分析，並給予指揮官適切的建議及加強官兵臨戰訓練，灌輸其尊重宗教多元性之觀念，降低戰場中可能發生的宗教衝突。

(五)第三階段-戰場服務與自殺防治課程

此階段主要課程區分「戰場服務」與「自殺防治課程」兩部份。

1、戰場服務

第三階段課程中的戰場服務訓練，主要目的是將第一階段的軍事領導課程和第二階段的軍牧專業課程做結合，於戰場服務訓練中實施綜合演練。戰場服務的課程持續一個星期，學員們住在野地的帳篷裡，沒有沐浴設施，吃戰備口糧，目的要讓學員們體驗官兵在戰地的實際生活。訓練的第一天早晨，學員們需背著重達35公斤的裝備行軍15公里至訓練場地整頓紮營。訓練的過程中，教官安排不同的狀況讓學員們去處置，而這些狀況正是考驗每一位學員前兩階

段所學的各種軍牧專業技能。在處置各種狀況的過程中，教官會在一旁一對一的評估和教學，目的是讓每一位學員都能熟悉各項技能，並教導正確的處置方式及觀念。於課程結束前，學校會安排課程設計負責人、各教官以及實務工作者，一起與學員討論知識上和實際戰場的落差以及討論如何因應等議題，並立即提供課程設計者回饋，以增進學習品質。

2、自殺防治課程

自殺議題不僅在國軍是個重大議題，在美軍亦是如此，故此學校特別安排為期三天之自殺防治課程，目的在教導學員們正確的自殺防治概念。因美軍編制中無連級軍牧軍官，故營級軍牧軍官在自殺防治上扮演很重要的角色。課程透過影片教學，情境模擬演練以及邀請軍牧軍官生涯課程學員(C4-Chaplain Captain Career Course)對我們採取一對一督導的方式，加強我們自殺防治技巧，以成為未來軍中自殺防治守門員。

參、受訓心得

很榮幸能代表國防部參加本次美軍「軍牧軍官初級班」，以下就個人出國受訓之經驗及所想進行分享心得，希望讓大家對美軍軍牧體制有初步的理解，以作為下一次派訓參考與提供未來受訓學員學習方向：

一、 宗教信仰上之衝擊

全球大多數國家的軍隊允許宗教信仰自由，甚至部分國家宗教是官兵精神生活的重心。牧師、神父、僧侶、長老都在部隊服務，為部隊專職人員，是部隊指揮官在教育訓練的主要助手，不論是政治、宗教、道德、士氣教育，都是重要的管理者兼施教者。美軍有90%的官兵信仰宗教，宗教對美軍精神的影響比任何其他因素都大。軍牧平時主持官兵的彌撒祈禱，慰問傷病官兵，戰時深入戰地前沿，利用戰鬥間隙作禱告，致贈慰問品，鼓舞士氣，在對官兵的精神激勵方面，往往得到相當大的效果，並在戰備階段和作戰過程中對官兵心理諮詢和精神治療工作，幫助官兵消除作戰恐懼心理，緩解緊張情緒，有效的保持和提高部隊戰鬥力。

而我本身無任何宗教信仰，因母親是虔誠佛教徒，故有時會和母親一起從事佛教活動，但算不上虔誠。來到軍牧班後發現每一位學員都有自己的宗教信仰，且非常的虔誠。班上的同學在從事任何活動前(吃飯、上課、體能訓練)都會禱告，祈求上帝給予大家信心及保佑大家安全，雖然我本身無任何信仰，但是我卻被他們這股精神力深深的感動，對他們來說，信仰不只是一個宗教，而是一個「文化」，早已根深於心中，對他們而言，是因信仰上帝、服務國家而推行輔導工作，這點和國軍有很大的不同。故我在學習的過程

中，先行了解美軍在宗教信仰上的特點，並從他們的觀點去探討各種課程中所遇到的問題，我也將我們中國傳統信仰的觀點及文化帶入課程中和同學討論，讓我獲益良多。

二、課程學習上之體驗

猶記得剛到美國報到的前幾周，因為語言的障礙，不管在和同學的溝通上或是在課程的學習上，都造成我很大的困擾。加上軍牧課程的設計，課業壓力非常的重，每堂課幾乎都有回家作業，加上每日還需預習隔日課程，且美國陸軍軍牧軍官入學條件須具備碩士學位，加上授課時，一些專業的美軍專用術語及艱深單字，在學習適應上非常的困難。但經過一個月的調適加上同學及教官的相助之下，逐漸趕上大家的腳步。

美軍教育方式與台灣最大不同處，我覺得是實際操作重於口頭講解。課堂教官多使用”少講課、多實作”的方式實施授課。課前教官先行實施約十至二十分鐘原則講解，後教官使用督導方式，採小團體實施操作，目的為讓每一位學員更能熟悉上課內容。還記得教官曾經向我提過，我不必操作一些特別的項目，但我始終保持一個心態，既然我已到美軍受訓，就應該嘗試各種新鮮事物，盡情的挑戰自己，這就是當初來到美國受訓的初衷。所以我嘗試了各種挑戰，包括上台報告、任務簡報等各種的自我突破，也讓我走出舒適

圈，成長許多。

在整個受訓期間，學校及教官不斷灌輸我們團隊合作的觀念及重要性，在這裡沒有所謂的個體，只有團體的共生共存，沒有個人的成功和榮譽，只有團隊成就的價值。學校在課程的設計上別有用心，特別設計許多須團體合作完成的作業及任務，目的是要讓我們透過團隊的溝通及互動，讓大家能更了解彼此，也讓我們了解到在部隊裡專業分工的重要性。在第一階段的 fit to win 的課程中，課程設計為分組競賽模式，並強調要小組內的所有隊員一同通過終點線才算完成比賽。讓我印象深刻的是，在競賽的過程中，不論是隊友無法通過障礙、跌倒或是體力不支時，所有的隊員都會停下來給予幫助及鼓舞，最後一起手勾手通過終點線。教官告訴我們這個 fin to win 的活動就如同在戰場作戰，當你覺得疲憊、無助、想放棄的時候，你的同伴將會扮演重要的角色，因為沒有人可以單獨完成作戰任務，團隊合作才是致勝的關鍵。這也讓我想起輔導長在軍中的角色，總是在弟兄們最需要幫忙的時候給予支持，使他們更有動力去執行各項戰備任務。

第二階段時，我們學習各項軍牧專業技巧，其中讓我印象深刻的是如何協助陣亡官兵及家屬完成各項身後事。從陣亡消息的傳達、追思會的舉辦到整個葬禮的儀程，每一項工作都讓我覺得相當

震撼。其中讓我覺得最困難的是陣亡消息的傳達，在中國傳統習俗中，我們盡量避免談論死亡，但這卻是美國軍牧必須做的重要且神聖工作，難以想像的是當下即使做了再多的心理建設及準備，相信到了那開口的那一刻，還是會相當煎熬及掙扎。在榮耀英靈的課程中，我們親自操作了美軍葬禮的服務，從流程的安排到儀節的設計，都讓我感覺到美軍對於陣亡官兵的用心及敬意，目的是要讓弟兄們能光榮地走完最後一程。

軍牧課程中最讓我感到驚艷的最後一階段的實地野戰綜合訓練，此階段的訓練結合了前面所學的各項軍牧專業技巧，讓我們透過團隊分工的方式完成各項指定的任務。此外，學校還精心準備了許多仿真的突發狀況，其逼真程度讓我覺得好似親臨戰場，也讓我體驗到了戰地生活的辛苦和艱難。

美軍於各項課程結束後均會從事 AAR(行動後分析)與經驗分享，透過教官與學員的交流互動，了解到課程的優點及缺點，並於討論後作改進及修正，目的是要讓整個軍牧課程更符合實際部隊的需求，以增進學習品質。

三、體能訓練上之適應

美軍體能訓練的目的在於實踐「作戰運動員」觀念，要求官兵作戰表現需達到職業運動員的巔峰狀態，便設計一套新型態訓練方

式，包括美軍士兵必須手持兩個約十五公斤彈匣，在平衡木上奔跑；拖著八十公斤的沙袋移動，持槍跨越障礙；增加持槍四百米短跑、全副武裝跨越障礙，以及在匍匐前進中瞄準射擊等。由此可見，美軍對於官兵基本體能鍛鍊和專業體能訓練的重視。

軍牧班隊的體能訓練也不遑多讓，學員們需每天凌晨四點半起床，在室外頂著零度的低溫，從事扎實的體能訓練到早上七點。訓練內容相當的多元及豐富，運用各種不同的訓練動作取代單一的伏地挺身、仰臥起坐訓練，達到訓練身體各部位肌肉之目的。於每日體能訓練前，幹部會輪流帶領大家禱告。在訓練的過程中，雖然教官與專責訓練的士官很嚴格，但在訓練過程中，教官、訓練士官及學員都會相互指導與鼓勵；訓練後，同學們也會針對自己體能較弱的部分從事自助訓練，並互相請教訓練方式，以幫助自己及同學通過體能測驗。在訓練期間，很多同學都有的疑問是身為一個軍牧軍官不需要前進第一線作戰，為何需要如此辛苦的體能訓練，但我覺得良好的體能狀況是身為一個軍人的基本條件，體力即是戰力，我知道訓練是不可避免，我知道訓練是痛苦的，但我更都知道日復一日的訓練，都是讓我們自己成為更強壯的過程，無形中，身體上的訓練成為心理與精神訓練的重要核心基石。未來期望自己能將此精神引進部隊，成為單位不可或缺的精神戰力。

四、國軍未來輔導工作之思考點

美國軍牧軍官之性質相當於我國軍之輔導長、心輔官，經兩個月受訓後提出以下兩點供未來國軍心輔工作參考。

(一)訓練的多元性

美軍一般軍牧軍官專業課程，依階級的不同分為「軍牧軍官初級班」、「軍牧軍官生涯訓練班」、「少校軍牧軍官專業班」、「中校軍牧軍官專業班」及「上校軍牧軍官專業班」等 5 個班隊，此 5 個班隊對軍牧軍官而言，除了是訓練其具各階級所具備之軍牧專業能力外，亦為晉任上一階級必要門檻之一。而我國相關之心輔訓，只有一種，如能針對各階級設計不同的訓練課程，對於國軍的心輔人員來說，無疑是一重大幫助。

(二)訓練的專業性

美軍爲因應部隊所需，特地培育「軍牧官」除了有牧師背景之外，亦提供機會接受專業心理諮商碩士課程，並安排軍牧軍官至「家庭生命中心」擔任諮商師或在學校單位教授心理諮商教育課程，以累積實務經驗。而我國的心輔制度則是由政戰學院畢業的學生(不分科系)擔任部隊輔導長，任期滿後，轉向心輔官一職。過程中鮮少心輔相關專長之訓練或課程，如能增加其訓練班隊，必定能增加其專業性。

肆、建議事項

一、受訓人員應注意事項：

因軍牧體制是我國軍所沒有的，故受訓學員對於美軍軍牧的了解也相對的薄弱，建議受訓人員於受訓前應先行蒐集軍牧相關文獻，並加以研讀，培養基本的軍牧知識，以幫助自己能快速進入學習狀況。另美軍軍牧班隊學員大都擁有碩士以上學歷，加上教官授課時常使用美軍專業術語，故需深厚的英文底子為基礎，才能了解上課內容，故建議未來受訓學員，除了準備ECL(軍事英文)之外，也需要加強自己的口說及表達能力，才能在課堂或課後和教官以及同學討論上課內容，助於自我吸收。

二、 薦報資格

(一)軍事學歷

因軍牧部分課程有關於營級戰術指揮及計畫和命令的撰寫，故建議爾後受訓學員需擁有正規班學歷，如此一來對軍事戰術課程較不會倍感吃力。

(二)學術領域

美軍軍中牧師除了提供宗教支援外，心理諮商也是軍牧的重要工作之一，故在學術領域方面，應優先挑選心理及社會工作相關專長之人才，具有基礎的心理諮商常識及能力，在諮商課程中才能處置教官所給予的各種情境問題。

三、 派訓人員語文能力

因美國陸軍軍牧班是全英文教學的班隊，故建議受訓學員須具備國內英文初級班或是英文高級班之學歷，或是可先送訓至德州美軍語文學校，增強其相關軍事專業語文能力，以幫助學員學習效果。

四、增加受訓員額及班隊

軍牧體制好比我國軍中之心輔體制，建議可增加受訓員額，讓更多具有相關專長之人才赴美交流，以增進我國軍心輔工作之推展。另建議爭取軍牧軍官生涯課程 (C4-Chaplain Captain Career Course)員額，可讓學員們更加了解美軍之軍牧體制，強化我國軍心輔體制之專業性。

伍、照片紀實

榮耀英靈課程

參觀軍牧博物館

野外訓練課程

野外課程任務簡報

FIT TO WIN 課程

軍牧班學員合照