

國立東華大學教學卓越中心
110-1 三創教學課程成果報告書

計畫主持人：陳淑瓊 副教授
單位：諮商與臨床心理學系

目錄

壹、110-1 期末成果報告確認-----	P3
貳、執行成果總報告-----	P4-P7
參、附件-----	P8-P9

**國立東華大學-三創教學課程
110-1 執行成果報告書確認表**

課程/學程名稱：團體諮商		
授課教師：陳淑瓊		
服務單位：諮商與臨床心理學系		
班級人數:37		
勾選	繳交項目	說明內容
V	本確認表	請確實填報，以俾利核對
V	執行成果總報告表-電子檔 (Word)	字型：標楷體 (中文)； Times New Roman (英文) 行距：單行間距 字體大小：12 號字
V	活動記錄表	當期程全部活動紀錄，如講座、參訪、期末成發展等
V	本年度活動照片 (原檔)	精選 8-20 張即可 (請將檔案另外上傳並控制在 20 MB 以內)

- 繳交期末成果報告時，請確認繳交項目是否齊全
- 本年度所有受補助課程/學程之成果報告，**將上述資料匯集成冊(封面、目錄、內容、附件)**，做為本期成果報告書
- 若有相關疑問，請與承辦人郭心怡助理聯繫
(#6591；imyeee@gms.ndhu.edu.tw)

三創課程-執行成果總報告

單一課程/跨領域課程

一、課程內容特色

1. 國際交流，全英文授課、督導。
2. 擺脫以往傳統教學模式，從實務中學習、搭配訓練有素的督導，隨課指導。
3. 鼓勵學生參加專業人士帶領之實務團體、工作坊，體驗在實務現場被服務者的角色以及需求。

二、特殊創意/活動規劃

1. How to quit 團體:從團體中互動中讓成員了解事態並無完美，現有資源有限，學會拒絕與放下，讓生活更從容。
2. 生涯團體:使用引導式幻遊技巧，讓成員透過冥想的方式回顧人生重要片段，協助成員從團體中覺察到自己在成長背景、生活中，是如何的建立自己的生涯規劃與嚮往，分辨自我期許以及他人的期望，並在意識到後，替未來做出改善的計畫。
3. 焦慮管理團體:協助學生面對生活中的焦慮事件，試著找到焦慮事件背後的情緒以及非理性信念。
4. 壓力應對團體:找到生活中的壓力源，並且以正念覺察的方式，讓成員體驗接納自己的身體表現與各種反應。

三、教學策略/教學方法

1. 老師先將團體諮商專業知能，用授課方式教導，以利學生有基本知識概念，再行實際操作。
2. 期初即採用學生自發性討論團體主題的方式，由老師與助教從旁評估可行性，讓學生擁有一定的自主權以及更高的動機。
3. 每週帶領者自行設計團體，並由助教與團體領導者者，進行督導討論團體相關細節，衡量可行性與效果，並給予相關資料由學生自行改進後實際帶領。
4. 每位成員皆有 2-3 次帶領團體的實務經驗，以及 4-6 次課前、課後督導與同學回饋。
5. 每次課程結束，皆須分析當日之團體帶領者技巧以及所發生的狀況，以學生自身觀點論述，並寫成團體分析、團體紀錄，由助教批改及提供回饋。

四、課程/學程相關產業分析

近年來由於全球性疫情的肆虐，以及電子通訊的技術革新，各種工作在時、空間結構上經歷劇烈的壓縮與限制，造成人的工作模式劇烈轉變，走向更加彈性、個人化及自宅工作的趨勢，例如：斜槓青年、個人工作室、數位會議以及線上工作模式的出現。再者，因為疫情轉為長期影響的趨勢下，為了避免人與人的接觸，許多的工作採用人工智慧的產品替代，如各種心衛教育軟體.....等，又將帶領產業再次產生劇烈的變動，走向更需要個人的創造力、以及及遠端操作的可能。思索心理學在近期產業變動的位置，認為儘管與人的互動在時間與空間上，受到了許多硬性的限制，許多的技術操作將被人工智慧取代，但人與人的互動、信任以及情緒知能相關工作是無法被機器或是生硬的軟體所取代；另外終生學習與團體溝通能力為現代工作環境所需的硬實力，而團體諮商的訓練將能帶給學生與多元文化族群的溝通能力，國際班授課的方式讓學生實際使用英文在實務場上溝通練習，並且團體諮商的帶領者能幫助人們了解自我的生涯適應能力，諸如自我認同、優勢能力；釐清焦慮所伴隨而來的各種情緒與生理影響，壓力源背後的成因等等，進而了解時事對自己身心狀況的交互關係，進而創造優勢的工作效能，是產業所需要的重要環節。

五、整體活動執行成果效益

【質化指標】(對應當初申請計畫之預期成果)

- 1. 理解團體的內容和含義，並在實踐中運用這些概念處理
- 2. 學習可以應用團體輔導的小組輔導技術
- 3. 認識人際關係中的動力，並在人際關係中運用動力治療過程
- 4. 整合諮商技術並在團體中應用
- 1. 在小組過程中整合和應用團體輔導的概念
- 2. 將陪同的經驗和技巧運用到團體活動中
- 3. 為了配合預防性和整體性的諮詢實踐，重要的是學習如何發揮團體的優勢
- 4. 將各種輔導模式整合到團體練習中

【量化指標】

- 情緒覺察團體舉辦 7 次，每次 1.5 小時，達到覺察自身情緒，以及接納之效益。
- 壓力應對團體舉辦 14 次，每次 1.5 小時，調節生活中因壓力事件所帶來的身心改變，以提升工作效能。
- 焦慮探索團體 5 次，每次 2.5 小時，分析自身價值觀與要求，所帶來的焦慮，更加了解自己。
- 職涯探索團體 5 次，每次 2.5 小時，了解自己對未來的規畫以及所需要資源的輕重順序。
- 壓力紓解團體舉辦 5 次，每次 2.5 小時，具備個人化應對壓力辦法，以提升工作效能。
- 帶領學生參加校外專業團體或工作坊，主題自選，達到課外學習效益。
- 舉辦模範團體帶領 1 場，參與人數達 20 人，實際觀摩專業人員實際帶領之成效。
- 學生參與課程/活動之團體帶領每人 2-3 次，產出團體分析、紀錄報告每人共 12 則。
- 專業之能評析，實務影片問題、期末評量等（如下所示），篩選達到及格標準者給予通過課程。

六、多元評量尺規

學期成績計算及多元評量方式 Grading & Assessments									
配分項目 Items	配分比例 Percentage	多元評量方式 Assessments							
		測驗 會考	實作 觀察	口頭 發表	專題 研究	創作 展演	卷宗 評量	證照 檢定	其他
平時成績 General Performance	10%								態度與參與度
期中考成績 Midterm Exam	14%	✓							
期末考成績 Final Exam	40%	✓							
作業成績 Homework and/or Assignments	46%		✓	✓	✓	✓			

七、學生整體意見與回饋（整體活動滿意度、文字意見回饋等）

擷錄自期末團體結束前的成員回饋：

- 團諮課是個將理論化做實際操作的機會，過程中遇到不少困難和挫折，但也因此了解到自身不足之處，透過實作後的回饋也能了解可以如何改進。
- 除了要克服語言障礙，同時也需要課內外大量的與組員溝通，磨練溝通技巧，如何清楚的表達自己的意見及想法外，也得保持彈性，與組員保持良好的關係。
- 經過了許多次團體帶領與體驗，感受到成員組員們，在帶領團體以及表達回饋都逐漸地在適應和進步，也在過程中藉由老師、助教和同學的回饋，學到了很多帶領團體的技巧和該注意的事。

八、檢討與建議

- 助教人員需求大，為配合每堂課實務監督，注意力時常不足以面對眾多學生當天之細節反映，以及課後團體計畫修正，數量龐大又有時間限制，十分忙碌，因資金限制，只能如此調配。
- 未來應該更多地與實務現場結合，邀請各種場域的團體帶領者如何結合世代需求設計與帶領團體，並如何行銷團體諮商能帶來的效益。
- 多元文化，在團體中擁有龐大的影響力，不同文化的人思維、經驗、價值觀皆不同，如何運用多元文化，將不同文化思維化為創意表現，應用於團體諮商中，應是接下來值得深思。
- 期許下學期團體主題，能有更多創新的發想，結合市場需求，甚至創造需求，例如:慈悲心團體……等

九、與本課程相關成果報導、競賽獲獎或研討會發表

無

十、活動精彩剪影（請檢附二至四張活動照片，並予以簡述）



成員認真的在聽講



成員將焦慮比喻為氣球，正在討論如何呵護它，與它共處



練習正念靜走，感受環境與自我，紓解壓力。



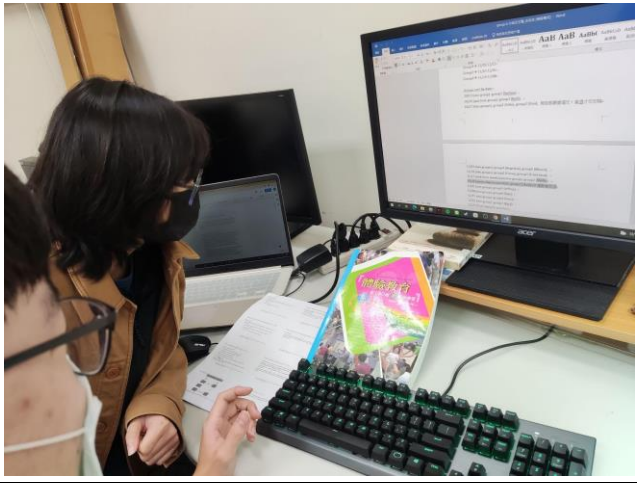
建立信任的繩結，有共同承擔與保密的寓意。

附件一

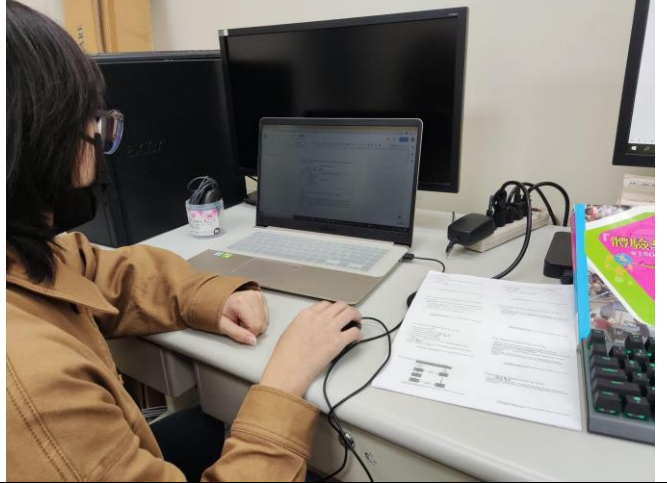
活動紀錄表

活動主題	助教課前培訓
活動時間	110年9月13日 9時10分至17時10分
活動地點	教授研究室：人社二館 A423
主講人	陳淑瓊 副教授
參與人數	5
活動內容	<p>●活動進行方式與內容</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解助教對課程內容的理解，並進一步澄清、說明課程將如何進行。 2. 回顧以往課程，使助教認知自身在課程內的角色及責任。 3. 培訓督導所需專業能力，並發展助教不同的領導風格。 4. 提升助教文化敏感度與覺察能力。 5. 實務探討。 <p>●講座重點與預期助益</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 使學生能得到最好的教學品質，以及更完善的督導資源。 2. 培訓助教，使其熟悉課程內容（如：各種團體形式、團體運行方式和規則、上課進行方式。） 3. 說明歷年課程中發生之臨時狀況，提供助教因應之方法。

	<p>4. 使助教們彼此熟悉，期許能在課程中有更好的合作品質。</p>
<p>活動回饋 與 成效</p>	<p>●意見與回饋 (內容可包括此活動對與會者之實際助益、與會者分享交流之重點摘錄、其他意見與回饋…等)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 透過課程的說明和解釋，使助教們對如何督導學生及團體更加理解。 2. 了解歷年課程團體內的各種可能狀況，助教能夠提前準備，使學生能獲得最大的協助。 3. 熟悉助教各領域之強弱項，有助於在課程內的合作協助與互相學習。 4. 回顧自身修習本課程之心得，反思如何給予學生最適切的幫助。
<p>活動剪影(請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)</p>	



文獻閱讀



指導作團體計畫回饋分析