

國立東華大學教學卓越中心
111-1 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、111-1 期末成果報告確認-----	2
貳、執行成果總報告-----	3
參、附件-----	6

**國立東華大學-三創教學課程
111-1 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
✓	本確認表	請確實填報，以俾利核對
✓	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
✓	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
✓	本年度活動照片 (原檔)	精選 5-8 張即可 (請將檔案另外上傳並控制在 20 MB 以內以便日後回報教育部)

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
<ol style="list-style-type: none">1. 學生在督導的幫助下,能將想法化為實作,並試著將理論與實際行動結合。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
<ol style="list-style-type: none">1. 人際、愛情團體:從團體互動中,學習覺察在人際與愛情關係中面臨的各個面向,讓成員們思考自身的價值觀與選擇偏好。2. 生涯團體:使用生命樹、回顧生命重要事件等活動,引導成員探索其興趣、信念、能力、特質等,並協助成員探索出自己的生涯藍圖。3. 焦慮應對團體:協助學生認識各種焦慮,例如學習焦慮、人際焦慮等,並體驗焦慮帶來的感受,學習面對生活中的焦慮壓力事件,試著找到事件背後的情緒以及非理性信念。
三、教學策略/教學方法
<ol style="list-style-type: none">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,並給予相關建議與資料由學生自行改進後實際帶領團體。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
<p>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。</p>
五、整體活動執行成果效益
<p>【質化指標】(對應當初申請計畫之預期成果)</p> <ul style="list-style-type: none">● 理解團體的內容和含義,並在實踐中運用這些概念處理● 學習可以應用團體輔導的小組輔導技術● 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● 整合諮商技術並在團體中應用● 在小組過程中整合和應用團體輔導的概念

- 將陪同的經驗和技巧運用到團體活動中
- 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
- 將各種輔導模式整合到團體練習中

【量化指標】

- 學生相互參與生涯探索團體舉辦 12 次，每次 50 分鐘，達到自我價值和未來路徑規劃之思考。
- 學生相互參與焦慮應對團體舉辦 12 次，每次 50 分鐘，調節生活中因壓力事件所帶來的焦慮感受，以提升工作效能。
- 學生相互參與人際團體 6 次，每次 1.5 小時，更深入了解自己的人際和家庭關係，以達到自我探索之效果。
- 學生相互參與愛情團體 6 次，每次 1.5 小時，更深入了解自己的自我意象和愛情關係，以提升學生對於未來的親密關係發展和認知。
- 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 7 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	25%								participation
期中考成績 Midterm Exam	25%	✓							
期末考成績 Final Exam	25%	✓							
作業成績 Homework and/or Assignments									
其他 Miscellaneous (attendance)	25%								

七、學生整體意見與回饋（整體活動滿意度、文字意見回饋等）

摘要部分同學對於課程的回饋：

1. 在團體形成以前，每位同學和組員一起編寫、討論團體計劃，而助教也會利用課餘時間與同學們討論計劃可行性與團體歷程的可能性；部分同學回應在這個過程中得到的收穫來自：自身對於團體目標的認識更加完整；在團體進行中同時顧及更多面向（ex: 團體的動力、成員們的感受等）。
2. 透過參與不同領導者帶領的團體，每位團體成員經歷許多不同團體類型（ex: 教育團體、支持性團體等）；結合課堂老師講授之內容，同學們更清楚自己帶領的團體類型以及不同類型的團體能夠帶給成員們不一樣的感受、收穫。
3. 在參與團體過後，學生們會有團體心得以及分析作業；部分學生認為可以透過匿名方式取得每位團體成員對於自己所帶領團體的回饋，也能更加精進團體帶領的技巧。

八、檢討與建議

1. 因考量資金限制，助教的工作從帶領團體前須和同學們約定時間討論團體帶領計畫、成員帶領團體後引導團體成員討論團體歷程、課後批改團體分析作業等。綜合上述考量，助教的工作量龐大，現已達最佳人員分配。
2. 本課程為全英文授課課程，因考量多元文化，在團體過程不時激盪出不同語言、生活經驗等，因此產生不同文化、價值；期待往後的課程中，多元文化不僅融入團體諮商，也讓不同文化在此更加地被接納。
3. 在不同場域中，有各式各樣的團體類型；期許未來能夠邀請不同領域的團體帶領者提供同學們對於團體在不同的場域以及團體未來可能的發展趨勢有更多認識。學生也能在過程探索未來可能的職涯發展。

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）



透過小團體討論，增加成員之間的信任程度同時提升對自己的覺察。



利用媒材和圖畫來幫助成員具象化語言較難以表達的內在想法。



團體進行時，助教同時也以觀察員的角色去觀察團體間發生的大小事件。



運用媒材輔助團體主題的深入，引發成員間的普同感和信任感。

活動紀錄表

活動主題	助教課前培訓
活動時間	111 年 6 月 29 日至 111 年 8 月 31 日，每兩星期進行一次。
活動地點	Google meet 線上討論
主講人	陳淑瓊 副教授
參與人數	6
活動內容	<p>活動進行方式與內容</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 講解課程進行的方式，以及了解助教對課程內容的期待 2. 分享過往經驗幫助助教更加了解在課程中需要扮演的角色以及需負擔的責任。 3. 引導問題討論使助教能夠在面對有可能遇到的困難時利用自身資源去解決及發展自身風格 4. 討論課程中可能需更加注意的事項並提升助教在課程中的覺察能力 5. 過往實務討論 <p>講座重點與預期助益</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 完善助教的督導能力，以更加貼近學生需求的方式在課程中給與學生幫助 2. 培訓助教同時也對課程規則及過往不夠完善得部分進行跟動 3. 提供過往課程真實經驗，提升助教面對不同同學時的應變能力。 4. 讓助教間熟悉彼此，以利日後在課程中的合作
活動回饋與成效	<p>意見與回饋</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 透過課程相關的討論，助教在進入課程時更能有效地提供督導。 2. 預先討論過歷年發生的突發狀況以及課程中參與同學的參與情形，使助教在進入課程時更能根據狀況位同學做出調整。 3. 經由數次討論，讓助教間更加熟悉也對彼此的專業能力有大致了解，以利於專業能力上的搭配及合作。 4. 討論的同時也幫助助教反思過往自己的修課經驗，將自身經驗融進課程中。
活動剪影(請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)	

<p>0726</p> <p>助人技巧與團體諮商的關係</p> <p>課程經驗</p> <ul style="list-style-type: none"> 比較多著重在(低層次的帶領技巧)：同理、積極傾聽、開放式問句、澄清、摘要、反映、支持，多著重在這些技巧上。 <ul style="list-style-type: none"> 「連結」有一些難度，常常會陷入1v1的個人諮商 <ul style="list-style-type: none"> 因不熟悉技巧、不確定團體應該長什麼樣子(示範不夠) 常常是領導者帶出一個討論問題，讓大家分享自己的經驗，可能在大團體或小團體中分享，不過通常焦點只有浮在表面，沒有沉進去，我想這跟大家是同學的關係也有影響，日後都還得見面 (高層次的技巧)：挑戰、立即性、...，則較少運用 <ul style="list-style-type: none"> 我想是因大家技巧不純熟，都還在練習的關係，且團體的建立關係好像沒那麼快？ 多停留在探索至洞察階段 <p>開會紀錄</p> <ul style="list-style-type: none"> 師承 <ul style="list-style-type: none"> 團體中常用：積極傾聽、澄清 <ul style="list-style-type: none"> 因領導者的工作好像是幫大家整理出討論方向、引起成員的共鳴 領導者能用傾聽和澄清這些意義幫忙整理 不過，領導者同樣也是與成員同層次的練習者，那麼領導者如何協助成員整理？ <ul style="list-style-type: none"> 可以邀請成員、OO來幫忙 子儀覺得把話語權交給成員是一個可以嘗試的作法，也讓大家都快速進入狀況 向CL前期提問，可能會遇到手忙腳亂、腦子很亂的情況，減輕CL的壓力 團體是大家的，但為何沒有成員要一起出來承擔責任 <ul style="list-style-type: none"> 責任分散效應 「團體是大家的」不夠具體 團體中的游離份子若初期沒有講話，到後來就fade out了，可以直接讓大團體聽到什麼叫做「大家的」 CL自己清楚想要的目標是什麼嗎？若是夠清楚的話，就可以把成員往正確的方向帶 	<p>課程時</p> <ol style="list-style-type: none"> 課後討論1次的團體計畫 [決定主題(非壓力, 压力的作產傾向) → 團體目標 → 活動設計 → ...] <p>兩週前的計畫討論</p> <ol style="list-style-type: none"> 確認活動是否可以帶出團體目標(適切性) 討論在團體中Leader 應該透過什麼方式達成團體目標(團體技巧、指導者) <p>團體帶領後</p> <ol style="list-style-type: none"> 助教概述本自己在團體中的狀況 成員回饋/分享在團體中看到的(團體歷程/收穫) Leader 自評 助教總結 <p>課程後</p> <ol style="list-style-type: none"> 留5~10分鐘Leader or 成員的解惑(email or 實體) 單元結束後的大團體(班心得、收穫)
<p>培訓主題與內容的紀錄，以及助教自身的反思感想</p>	<p>依據各自領導風格列出各階段課程督導方式</p>

活動紀錄表

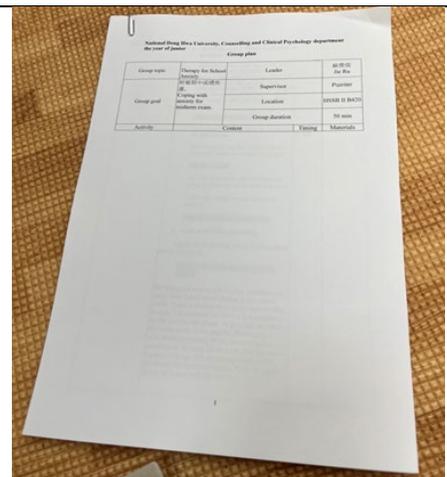
<p>活動主題</p>	<p>團體諮商計畫課前討論</p>
<p>活動時間</p>	<p>111年9月14日~111年1月11日，每星期進行一到三次。</p>
<p>活動地點</p>	<p>Google meet 線上討論、K書中心A館、圖書館討論室</p>
<p>主講人</p>	<p>邱郁淞、王淳正、藍阡筑、龔震緯、楊子徵</p>
<p>參與人數</p>	<p>5</p>
<p>活動內容</p>	<p>活動進行方式與內容</p> <ol style="list-style-type: none"> 助教和同學共同討論團體計畫書，助教根據過往經驗以及專業知識，適時提供想法和建議。 幫助同學發展適合應用在團體諮商中的領導風格 口頭模擬出可能遇見的困境及狀況，提升同學的覺察能力及文化敏感度 實務探討。 <p>講座重點與預期助益</p> <ol style="list-style-type: none"> 使學生能夠將理論所學轉化成實務，並幫助同學在實務及理論間的轉換更有彈性。 透過不斷深入討論，幫助同學更熟悉團體課程進行的形式以及更深入的團體主題等 使各組同學彼此更加熟悉，以利同學在課程中的合作。 預先了解課程進行中同學可能會遇見的困難並討論出符合同學領導風格的解決方式。

活動回饋
與
成效

意見與回饋

1. 透過課前討論，幫助同學對團體諮商的進行方式更有概念
2. 透過計劃書的討論，預先提出可能遇見的問題，並讓同學可以提早準備。
3. 透過團體諮商的口頭模擬，提升同學在課程中的覺察能力，以及應變能力。
4. 熟悉同學間專業能力的優弱勢，讓同學間的合作更加順利以及互相學習。

活動剪影(請檢附二至四張活動照片，並予以簡述)



助教在閱讀同學的團體計畫書後提出想法和意見，幫助同學在計畫書的撰寫。

透過助教協助共同完成屬於同學的團體計畫書。