

**國立東華大學教學卓越中心
111-2三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、111-2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
111-2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. 學生能夠有將課堂所學在實務中演練的機會, 透過做中學來讓學生對課堂所學更加熟悉2. 擺脫以往傳統教學模式, 以課堂所學作為基礎而不是框架, 讓學生有各自發揮的空間3. 透過演練中扮演不同的角色, 讓學生可以換位思考, 更全面地看待人事物。
二、特殊創意/活動規劃
<ol style="list-style-type: none">1. 自我探索團體: 利用生命史, 重要事件等等小活動, 讓成員在團體中逐漸可以拼湊出現在的自己的模樣, 同時看見現在的自己後更有能力去展望未來。。2. 人際團體: 透過團體間和其他成員的互動, 慢慢尋找出自己和他人之間相處的理想界線, 進而思考要如何去維持或是打破現階段的人際模式。3. 焦慮團體: 焦慮有許多不同的焦慮源, 協助學生在團體中可以以更安全的方式去體驗, 並找出屬於自己的應對模式。
三、教學策略/教學方法
<ol style="list-style-type: none">1. 老師先教授團體諮商的基本知識後, 在帶領單次的團體示範, 讓學生在進入實務前可以對團體諮商有大致概念。2. 學生接著自主討論, 設計出同學們有興趣同時保持團體基本概念的團體。3. 每週會由不同的同學擔任領導者, 領導者可自己設計有自己風格的團體, 再透過和助教的討論更改不合適的地方, 讓領導者在實際帶領時可以保有自己風格的同時不失去團體諮商的精神。4. 帶領團體後所有參與同學會一同討論回饋, 讓領導者和成員之間的意見可以交換。5. 最後課程結束後, 同學需寫下團體的紀錄, 讓同學有機會可以記錄下在團體中觀察到的以及在討論中所學習到的。
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, 各種工作在時間與空間結構上經歷劇烈的壓縮與限制, 造成與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、以及遠端操作的可能。</p> <p>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, 團體諮商中的團體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
【質化指標】(對應當初申請計畫之預期成果) <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】

- 學生相互參與人際探索團體舉辦10次，每次50分鐘，更深入了解自己的人際和家庭關係，以達到人際關係探索之效果。
- 學生相互參與焦慮應對團體舉辦10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。
- 學生相互參與人際探索團體舉辦10次，每次50分鐘，更深入了解自己的人際和家庭關係，以達到人際關係探索之效果。
- 學生相互參與自我探團體7次，每次1.5小時，更深入了解自己的價值與信念，以達到自我探索之效果。
- 學生相互參與人際團體7次，每次1.5小時，更深入了解自己的人際和家庭關係，以達到人際關係探索之效果。
- 學生相互參與焦慮團體7次，每次1.5小時，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。
4. 因修習本門課程人數眾多，而課程又分小組進行，所以得分成三小組同時間進行。由於系上團體諮商、遊戲治療室空間有限，在團體過程中動態的活動會讓同學們感到擁擠。
5. 因課堂時間緊湊，有同學建議能有多一些概念解說、實務示範演練等幫助成員在實際演練時有更多參考的範例。

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. 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。
3. 在安排課程上，也許可以減少幾次學期中、學期末評量；讓同學們專注在課堂演練、企劃的編寫等，在學習實務上也能更加專注。

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)



透過配對討論，增加成員之間的交流、信任感，同時交換彼此的觀點，促進自我覺察。



利用暖身活動，幫助成員加深對彼此的信任感，同時慢慢將注意力放回團體。



團體進行時，助教同時以觀察員的角色去觀察團體間發生的大小事件。



運用媒材輔助團體成員將主題具象化，促進團體深化。

活動紀錄表

活動主題	助教課前培訓
活動時間	112年02月02日與112年02月06日，共兩次。
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	<ul style="list-style-type: none"> ●活動進行方式與內容 <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. 過往實務困難討論。 ●講座重點與預期助益 <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的部分調整。 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。
活動回饋與成效	<ul style="list-style-type: none"> ●意見與回饋 <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)	

0202、0206

問題討論 (與老師)

- 團體性質為何?(教育、諮商?)
 - 教學生帶諮商的團體;所以要先讓學生清楚團體如何運作、什麼是團體,再慢慢將諮商的元素加入進去,所以是combine的
 - 期中前的團體比較自由,可以嘗試教育性團體ok,期中後的團體要更多諮商的元素
- 大主題要訂到甚麼程度?(ex"生涯團體"即可or需要生涯團體的具體目標?)
 - 團體大目標:簡單可執行即可(畫小餅)
e.g.生涯團體→更清楚生涯是什麼、更認識自己,而非我要能規劃出自己的生涯
 - 每一次團體的小目標
- 書的必要性、功能?是否可以當參考就好?
 - 讓學生不要想到什麼就做什么,而是有一個根據
- 分組用抽籤的方式
 - 讓學生自己選,比較甘願受
- 助教如何分配?
 - 分成三組,1.奕慈+郝淞、2.阡筑+子微、3.淳正+震緯
- 關於遲到的原則
 - 超過一分鐘就可記錄,但是要announce成員,讓成員知道超過一分鐘也算遲到

? 第一次團體的指導重點、第二次團體的指導重點(前團體跟後團體的主題怎麼訂定、指導)

• 阡筑

	大主題	大目標	單次小目標	帶領順序	目標形成指導	歷程指導
前團體	week2	week2	week2.3	week2.3	1.較自由 2.畫小餅 3.有依據	1.讓成員知道團體的模樣 2.反映成員及團體 3.小程度諮商部分的指導
後團體	week2	week2 or不規範	不規範,帶領組兩週前能交出計畫即可	不規範,帶領組兩週前能交出計畫即可	1.盡可能落實	1.反映成員及團體 2.諮商部分的指導

培訓主題和內容紀錄,加上助教自身的反思感想

依據各自領導風格列出各階段課程督導方式

活動紀錄表

活動主題	團體諮商計畫課前討論
活動時間	112年02月16日~112年06月13日,每星期進行一至二次。
活動地點	Google meet線上討論、K書中心A館、圖書館討論室
主講人	邱郁淞、王淳正、藍阡筑、龔震緯、楊子微、侯奕慈
參與人數	6
活動內容	<ul style="list-style-type: none"> ● 活動進行方式與內容 <ol style="list-style-type: none"> 1. 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。 2. 幫助同學發展適合應用在團體諮商中的領導風格 3. 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 4. 實務探討。 ● 講座重點與預期助益 <ol style="list-style-type: none"> 1. 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。 2. 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。 3. 使各組同學彼此更加熟悉,以利同學在課程中的合作。 4. 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. 透過計畫書的討論，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)



Chen Lin <41087a01@gms.ndhu.edu.tw>

3月1日 週三 下午2:36

高琪、筠璇、

以下是我對3/9計畫的回饋，邀請你們想一想。

1. 邀請你們在每個活動補上活動的緣起和目的，確保你們對活動有足夠的掌握與了解，也讓我清楚為什麼你們選擇這樣安排。(麻煩你們在見面討論之前補上並回傳)
2. 在團體一開始，可以先向成員說明將會團體的流程或目的，讓成員也多一些掌控感。
3. 我從這兩週的課堂觀察，感覺團體中大多數的人是熱衷的，但不確定是否每個成員都很熱衷，因此在第一印象的活動中，也將成員會傾向分享與自己關係比較好、較熟的好朋友，這時候團體可能會覺得較受歡迎/較不受歡迎的成員。
4. 在團體形成初期，要儘可能讓每位成員都有說話或被傾聽的機會；另外，若一開始就嘗試邀請成員在大團體中發言，很考驗成員的勇氣與領導者的心臟(因為很可能迎來大家一片沉默的情形)，不過你們可以以成員熱衷的程度做為參考。
5. 在形象觀測站中，你們預留了半小時給大家分享，你們有預期成員會分享什麼內容嗎？或是預期分享的方向？以及最後會做什麼樣的總結？

至於3/23的計畫，我先簡單回覆，等下週帶完團體，也許你們會有些調整的部分：

1. 主題是談心，不過你們似乎著重在覺察非語言和語言訊息，不知道是否符合你們與大家的期待？
2. 進行活動後可賣的地方在於分享討論時刻，但依計畫看來大部分時間都在進行活動，讓大家反思的時刻較少。

另外，再麻煩告訴你們這週末方便討論的時間，預計1~1.5小時；若計畫有更改或補充，請在討論前先傳給我，讓我有一些時間可以思考，謝謝。

筠璇

團體名稱	團名與緣起	帶領者	五週期、每週幾次、地點
團體目標	給予成員與我應有的方法	曾博智林	海山樓
	有具體地改善成員生活品質，並能對其生活想法	實地地點	M20
活動名稱	活動內容	時間	準備材料
	<p>啟事：大家好！我是今天的 leader，很高興能與你們見面，你們是 Colleague 們需要和你們談話，我們將會進行一個團體諮商，希望透過這次團體諮商大家能一起和身邊相處的同學，大家能更清楚自己可以以參考這樣的咨商及諮商意義</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 規畫：具體的組織訓練 <p>(何進賢) 總覽圖：</p>	5分	

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！