

摘要

本研究旨在探討「阿德勒取向團體」應用於國小高年級兒童人際成長團體之成效，根據兒童福利聯盟於 2019 年所做的調查統計，發現近六成五(64.9%)的孩子有交友上的煩惱，第一名是跟朋友吵架後不曉得要怎麼和好(42.4%)。其中最值得注意的是，有超過一成五(16.4%)的兒少選擇不告訴任何人，獨自承受這些煩惱。從同儕關係的重要性來看，從青少年前期開始的時間，同儕關係已經逐漸取代原先父母所能提供的社會支持及親密關係的來源，秋珍琬（2018）提到該階段的孩子開始重視同儕關係，因此會在乎他人對自己的評價，同儕的認可對該階段的兒童來說相當重要，也會開始盡可能迎合他人，許多孩子也終因無法被同儕接納而產生放棄、沒有自信與低自尊的問題。有鑑於阿德勒學派的團體特性，便是將人放在社會脈絡下來看待，人與人之間會建立有意義的關係，進而產生歸屬感，在團體諮商下呈現豐富的人際型態，透過團體成員間的互相接納，重建自我價值以及安全感。

本研究以南投縣某國小高年級班級進行團體招募，此團體共有 9 名學生參加，進行每週兩次，一次 60 分鐘，共計 10 次的團體諮商，協助成員學習培養敏感力、覺察更多感覺、學習用適當的角度來看待他人以及學習互相支持的行為。在第五次團體與最後一次團體結束後進行問卷施測，研究者在每次團體結束後也輔以口頭詢問學生狀況，以瞭解團體對學生影響，同時研究者也參考學校教師、輔導老師回饋，以作為團體成效的參考。

研究者從四個向度進行團體成效評估，分別是團體設計、團體動力、活動內容、學習成效以及團體成員額外的學習省思，從其中發現：

- （一）領導者的示範與成員間的互相鼓勵，能提升兒童自我效能，有提升自信與之效果。
- （二）團體間的支持與接納氛圍，能重建兒童在人際關係中的安全感、歸屬感。
- （三）團體中的衝突，提供兒童試錯的場域，透過領導者、其他成員的示範，能學習多元的方式去處理人際困境。
- （四）競賽型的活動設計，提供兒童與他人合作的學習，在合作上能使用有效的方式表達自己的想法。
- （五）成員間的分享與回饋，有助於兒童從他人回饋中認識自我在人際上所展現的樣貌，從而對自己有新的認識。

最後，研究者建議實務工作者在進入與兒童團體工作的場域前，應先了解該場域兒童的人際困擾之脈絡，從脈絡中看見孩子們的需要，藉此整合出適合該場域人際困擾兒童的團體諮商方案。

關鍵字：阿德勒取向諮商團體、青少年前期、國小高年級兒童、人際困擾