

# 保育員與生輔員支持團體 帶領經驗之初探

謝志中

國立暨南國際大學 輔導與諮商碩士班

## 研究目的和目標

依據《兒童及少年福利機構設置標準》，保育員與生活輔導員（以下簡稱生輔員）是安置及教養機構應配置的工作人員，其具有替代性父母的功能，工作內容包括對安置對象提供直接的服務以及相關行政工作（胡碧雲，2005）。安置對象來自多元的背景，使保育員和生輔員在提供服務的過程中經歷多重的壓力與困境（彭淑華，2006；葉坤祥，2013），包括不同角色之間的困境衝突、高度的情緒勞動、流動率過高等（施恩怡，2019；徐瑜、廖士賢，2019），因此許多研究皆建議提供保育員及生輔員情緒支持與紓壓團體（莊耘棻，2017；彭瑞妍，2020）。研究者欲透過此支持團體達成之目標為：（一）舒緩工作的身心壓力。（二）提升調適壓力的能力。（三）促進相互支持力。

## 研究設計

本研究即為團體帶領者，團體頻率為每週一次，每次約120分鐘，共進行6次。本團體採用封閉式、半結構、同質性、分散式與支持性之形式，採用kahn與Byosiere（1992）所提出的組織壓力模式為理論基礎，並選用正念認知取向與完形取向進行團體方案設計。研究者邀請台中市與南投縣安置及教養機構之保育員與生輔員，經過個別面談與篩選後，共有6位成員參與團體。研究資料的蒐集包括過勞評估量表、滿意度調查問卷，以及針對成員回饋建議、團體歷程記錄表等方式進行研究分析。

## 研究發現

- 一、成員更清楚了解工作壓力源。
- 二、增進成員對身體的感受與覺察。
- 三、舒緩成員的工作壓力，達到身心放鬆感。
- 四、成員更了解自己因應壓力的模式。
- 五、大多數成員認為其想法和感受能被團體帶領者理解。
- 六、成員的出席情形受到工作排班的影響，出席狀況不穩定。

## 研究結論

- 一、成員因工作所形成之壓力，透過帶領正念認知取向之團體活動，例如身體掃描、呼吸空間、正念伸展、正念飲食等活動，達到身體與心理的壓力舒緩，並增進自我照顧之效果。
- 二、由於安置及教養機構之特殊性質，需要不間斷地提供安置對象服務，工時設計上為兩班或三班的輪班工作制度，對於穩定出席固定規律之團體有其困難度。故建議在團體設計上，可考慮開放式團體，或是與機構合作，俾使團體的結構設計能符合該族群之需求。
- 三、因應團體成員出席不穩定而人數較少的情形，帶領者彈性的運用自我揭露、示範以及開啟(initiating)等技巧，促進團體的目標聚焦與動力催化，增進團體成員的相互支持。