

台灣團體諮商與治療研究學會

2022學會年會暨學術研討會

新手團體領導者帶領結構團體的省思

彭昱玟、葉品君

彰化師範大學輔導與諮商學系

一、研究目的和目標

團體諮商的重要性在現代社會中越來越被強調，如 Corey (2008) 提到，在這個經濟緊縮的年代，團體不僅可以同時服務更多的當事人，也能夠透過團體歷程讓成員獲得團體獨特的好處。然而，團體諮商雖是心理師所需具備的能力，但學習帶領團體卻是新手團體領導者的一大挑戰。

因此，本研究透過研究者實際帶領團體的經驗，並與團體成員交流討論，以整理出新手團體領導者帶領結構團體的省思。期待透過本研究的結果，為新手團體領導者提供在帶領結構團體時可更加注意的事項。

二、研究設計

本研究之團體成員是透過社區心理諮商所之官方網頁及各社群網站張貼報名表單進行招募，最後共招募五位成員。本團體採一周一次，每周兩小時，共計六周的形式進行。於團體結束後，研究者透過「六次的團體紀錄」、「團體中期及後期的成員回饋表單」、「最後一次團體之成員間的回饋與交流」歸納並整理成研究資料，探究新手團體領導者帶領結構團體的優勢與限制。

三、研究結果

(一) 結構團體的優勢

1. 時間掌控度佳：新手團體領導者在帶領團體時，經常會擔心無法在預期的時間內結束或擔心過早結束團體。但帶領結構團體，需要領導者事前規劃團體方案，並在團體正式進行前，預演一次團體的流程。因此團體領導者在正式帶領團體前事先規劃好每個團體活動的時間，可以有效掌握團體進行時長。

2. 減少團體領導者焦慮程度：在團體內容準備度高，並且可以預期團體進行流程的前提下，將增強團體領導者對團體的掌控感、減少不確定性，因而可以減緩團體帶領過程的焦慮。

3. 團體目標明確：帶領結構團體，可以確保每個團體活動與團體目標間皆具有關聯性，進而在帶領團體的過程中，更清楚聚焦在團體的主題，促使團體更有機會達到原先設定的目標與預期的成效。

(二) 結構團體的限制

1. 缺乏彈性：由於結構團體事前具有完善的準備。倘若領導者完全仰賴事前所擬定的團體方案，帶領上將會因為太過在意是否符合原先的方案設計，而無法因應成員的需求彈性調整活動的進行。

2. 難以因應成員的流失：結構團體在規劃團體方案時，常是以確定的團體人數進行活動的規劃，因此在當次活動若有成員請假，或是面臨成員的流失時，將考驗領導者臨場反應。

四、結論

新手團體領導者在帶領結構團體時，雖會因事前的準備，而對團體的帶領更有掌控感，但卻也考驗著帶領者面對突發狀況的臨場反應，唯有多加熟悉團體帶領的內容與技巧，並投入在團體之中，才能夠在帶領的過程中增加彈性回應成員所需，並達到團體最大的成效。