

自我探索團體之成效初探-以中部某一治療性社區為例

郭貞宜¹、徐宛琳²、邱碧慧³、賴彥志⁴

¹²國立暨南國際大學、³⁴衛生福利部草屯療養院

一、研究目的和目標

國內外文獻指出物質濫用者通常有較多的負向自我感知，而治療的核心在於加強對自己的價值、態度、行為和生活方式的覺悟，並透過提升自我效能作為抵抗或拒絕物質使用的能力程度。因此本文欲以自我探索團體實施於藥酒使用問題者，期待透過自我覺察，提升其自我了解能力及自我效能。

二、研究設計

團體成員為中部某一治療性社區具藥酒使用問題所有男性居民，團體設計為開放式、結構式團體，每周進行1次，每次50分鐘，共計11次。團體內容包含探索特質、價值觀、紓壓方式、優勢能力、未來圖像。團體評估工具包含每次團體結束後施測團體過程問卷，團體前中後期施測團體氛圍問卷，並進行自尊量表、自我效能感量表前後測；質性資料以團體紀錄、觀察員回饋及成員個別訪談，並自編團體滿意度表了解團體滿意度。

三、研究發現

於2022年3月至2022年5月，共17人(藥使用問題者：12人、酒使用問題者：5人)參加團體，年齡平均25歲，其中未滿18歲成年者10位，成年者7位。量表施測結果，自尊量表前測 ($M = 26.59$, $SD = 4.705$)，後測 ($M = 28.94$, $SD = 6.378$)，以無母數 Wilcoxon 符號等級檢定後 ($z = 2.426$, $p = .015 < .05$) 達統計上顯著差異；自我效能感量表前測 ($M = 18.882$, $SD = 4.9102$)，後測 ($M = 20.529$, $SD = 5.0882$)，以無母數 Wilcoxon 符號等級檢定後 ($z = 2.031$, $p = .042 < .05$) 亦達統計上顯著差異。團體過程量表，團體深度及個人正向性，在團體前期平均分數較低，在中期探索優勢能力時到達最高分；團體氛圍問卷，團體凝聚力平均分數下降後又上升，衝突則下降。自編團體滿意度表(滿分5分)，平均分數4分顯示對團體整體而言為滿意。個別訪談結果，在前期特質及價值觀探索，成員表示較少有新發現，後期探索優勢能力及未來時，成員則多表示對未來規劃更加確定，亦更有信心去面對。

四、結論

治療性社區具藥酒使用問題男性成員參與自我探索團體後，其自尊及自我效能感明顯提升，反應對自身優勢能力及未來更加了解及確定，也更有信心面對未來，臨床上建議可持續提升成員自我探索能力。本次團體因應治療性社區狀態，參與人數多致分享時間較受限，異質性高及偶需配合行政安排致出席不一。成員篩選、團體設計規劃、團體過程多次面臨次文化及性議題，均為未來欲於治療性社區帶領團體治療實務工作者之挑戰。

關鍵字：治療性社區、自我探索團體、藥酒使用問題者、自尊、自我效能

