

男性大學生「愛情成長團體」團體帶領經驗之探究

陳彥晞

一、研究目的及研究目標

Erikson (1963) 在其「心理社會發展論」(psychosocial developmental theory) 中寫道每個人在其一生當中，皆會歷經八個發展衝突與危機，而每個衝突的產生，都是每個人的內在心理需求與外在社會需求衝突所致。大學生值 18~22 歲，正面臨親密關係為大學生年齡之主要發展任務，若無法建立良好親密關係、與他人有親密感，便會與社會疏離(Erikson, 1968)。筆者在大學工作數年常遇到男性大學生詢問如何追求女同學或提高自己在異性的好感度，故筆者於兼職實習時帶領男性大學生愛情成長團體以釐清、探討並提升男性大學生與異性交往之可能性。

本研究目標在於 (一) 使成員認識並瞭解自己的特質與內在需求。(二) 使成員了解異性對男性想法以設立目標 (三) 賦予成員成功經驗提升成員對情感關係的自信心。

二、研究設計

在大學招募目前單身且期待能提升異性對自我好感度男性大學生六名，每週 100 分鐘共六週。下表格為團體摘要表，每位成員於每次結束團體時撰寫團體回饋表。

次數	活動內容摘要
一	1. 成員各自分享來團體的動機跟期待。 2. 成員分享目前自身狀態。 3. 對「單戀失戀」提出想法及回饋。 4. 成員目前的愛情價值觀分享及腦力激盪。
二	1. 對「單戀失戀」提出想法及回饋。 2. 成員對跨時代愛情提出比較，並進行腦力激盪。 3. 成員目前的愛情價值觀分享及腦力激盪。 4. 下次搭訕練習。
三	1. 搭訕前討論，分享此時此刻感受。 2. 搭訕練習。 3. 女同學進團體給予回饋。
四	1. 豬揚戀為討論素材，討論開放關係及愛情價值觀。 2. 成員自我揭露、其他成員表達接納及肯定。
五	1. 成員分享來團體後改變及差異。 2. 回顧每次團體內容並邀請命名。
六	1. 討論搭訕前的焦慮，邀請成員給予彼此意見及建議。 2. 搭訕時給予成員鼓勵。 3. 比較搭訕前後的不同，讓成員看到自己的潛力。

三、研究發現

(一)原假設男大生可能是對自我價值感低或害羞導致單身無法與異性建立關係，團體過程中發現成員皆有一次以上戀愛經驗，只是因就學階段多為男性同儕，較難理解女性同儕思維導致分手。

(二)成員在分享故事時皆對他人戀愛經驗感到驚訝或有收穫，因男大生平常相處時較少談論或分享戀愛經驗，經由交互分享也能學習彼此經驗。

(三)最後一次搭訕練習同學們皆表現得比第三次練習好，且強烈提升他們在情感關係的自信心。

四、結論

在六次團體中，成員在團體中能夠覺察自己在情感關係的需求以及瞭解自我特質，在經驗交流更了解男性在戀愛應注意事項。全數成員在團體回饋單中表示，對於團體內容非常滿意，且強烈提升自己在未來戀愛的自信心。