

探究反思團隊融入中年離婚女性團體之影響

林紫筠¹ 許瑛珺²

¹ 銘傳大學 諮商與工商心理學系碩士班研究生

² 銘傳大學 諮商與工商心理學系副教授

壹、研究背景

- 1985 年挪威精神科醫師 Tom Andersen 及其小組成員於臨床工作中發展出「反思團隊」（reflecting team）模式，透過建立平等、開放、互為主體之支持性關係的精神，拓展成員的視野及應對能力，並鼓勵他們視為自己生活中的專家，最終創造自己的改變。反思團隊已是國際公認的臨床方法，過去30 年來反思團隊廣泛運用於許多臨床議題（Armstrong et al., 2019），然國內只有 7 篇與反思團隊相關文獻，且尚未運用於團體實務中，為當前文獻的缺口。
- 中年婦女在遭遇離婚事件時，喪失舊有角色而對自我產生混淆，也承受著因失去親密關係客體的失落與悲傷，再加上社會網絡的人際壓力的困難（薛怡君，2009；韓貴香，2000）。然離婚也可能是生命的一大轉機，重點在於中年離婚女性，如何處理、面對這樣的變化。故本研究欲發展一團體方案，以協助中年離婚女性面對這樣的人生變化。
- 另研究者服務的「敲敲話行動入家團隊」。此團隊以「開放式對話」取向及「反思團隊」的工作模式進行家庭諮商。此讓研究者感到好奇，因而想探究將反思團隊應用於團體實務工作中可能帶來之影響。

貳、研究目的

- 本研究欲探究將反思團隊的工作模式融入中年離婚女性團體時，對團體帶來之影響。

參、研究方法

一、研究參與者

團體共招募7位中年離婚女性，年齡為33-60歲。團體帶領者為碩士層級之實習心理師，並引進2位持有諮商心理師證照與1位社工師證照之專業人員擔任反思團隊。

二、研究工具

本研究工具有:團體氣氛量表（GCQ-S）、團體滿意度問卷、團體成員訪談大綱、反思團隊訪談大綱、團體歷程逐字稿。

三、團體方案

團體為低結構、封閉式團體，團體每周進行一次，每次2小時共進行8次。

四、團體目標

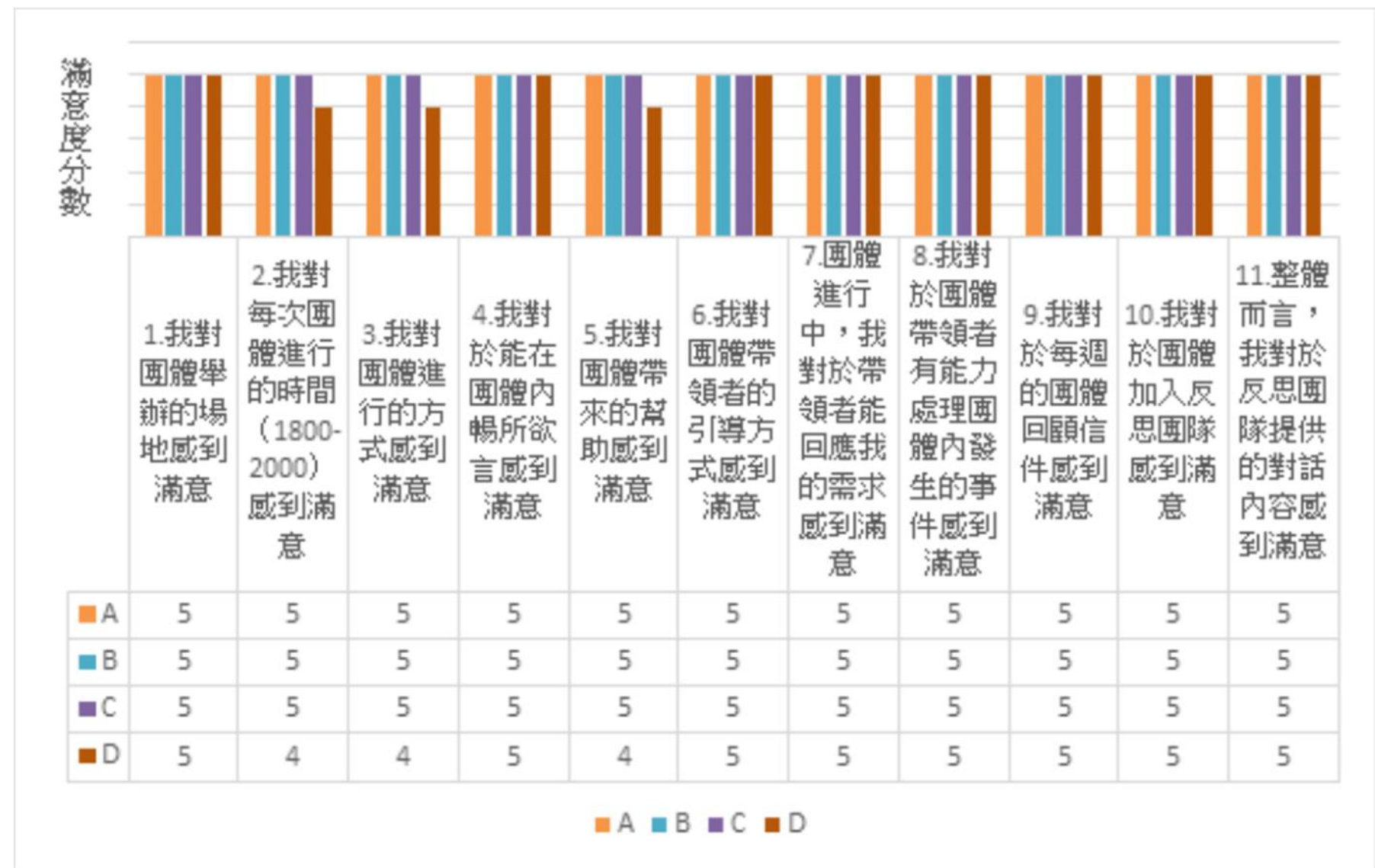
- 1.藉由生命經驗的敘說，抒發情感，表達感受，促進自我瞭解。
- 2.由敘說的過程，看見自己的優勢、重新定義自己的價值。
- 3.賦能女性選擇權，並從中找回生命的詮釋權及生活的主導權
- 4.透過團體成員間的經驗分享發展情緒連結，形成支持的力量。

五、資料處理與分析

本研究採扎根理論的編碼方式，以開放性編碼、主軸編碼及選擇性編碼方式進行資料的處理與分析。研究者與二位協同編碼者共同編碼，以提升資料分析之可信度。

肆、研究發現

一、成員對團體的滿意度



二、團體歷程

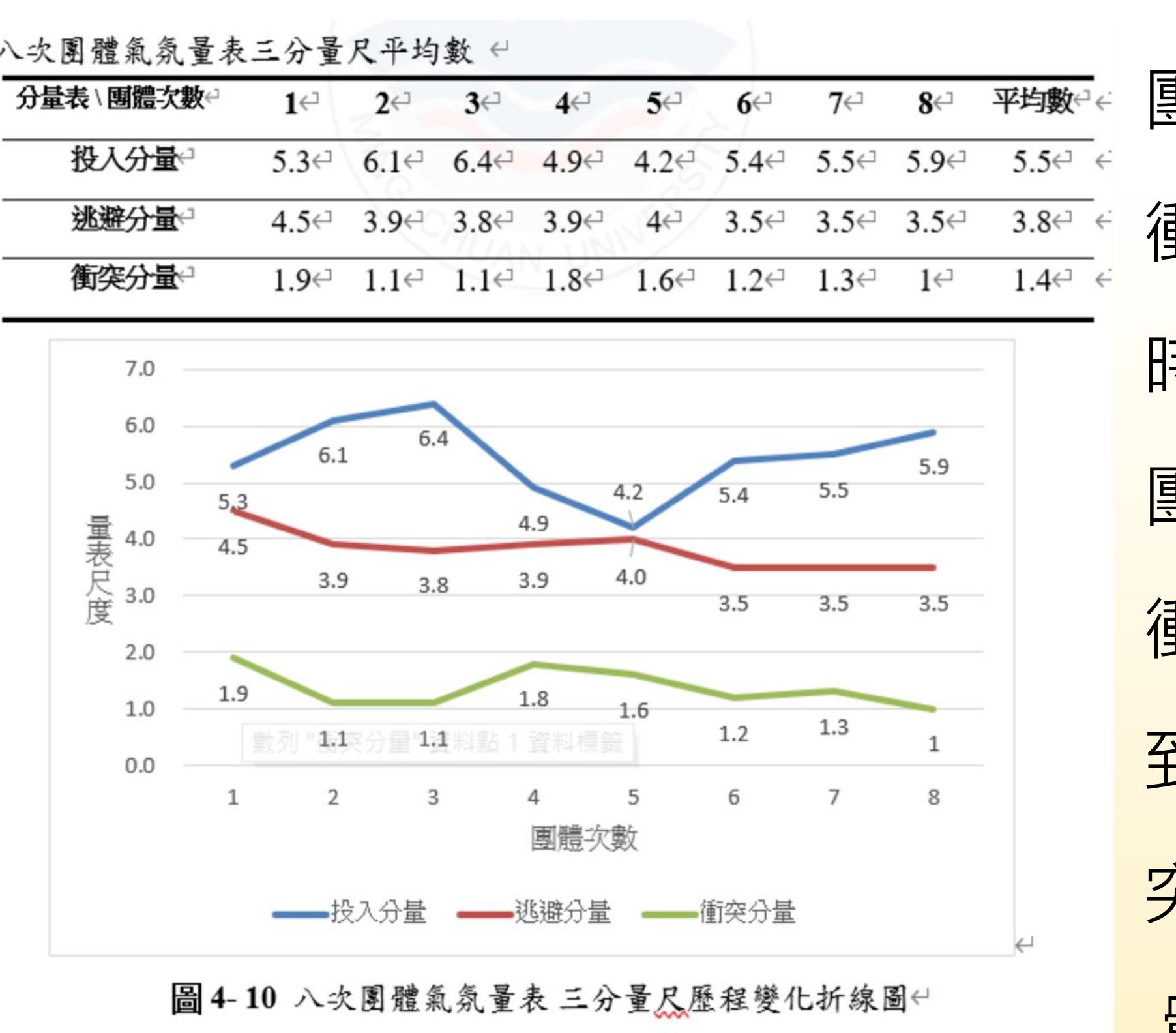


圖 4-10 八次團體氣氛量表 三分量尺歷程變化折線圖

三、反思團隊的影響

- 本研究將反思團隊融入團體，對成員及團體帶領者帶來以下影響：
- 對成員帶來七項正向的影響，一項負向的影響。正向內容包括：公開透明化自己的情緒、分享自己的故事、提供多重的視角與觀點、正常化感受與經歷、留意到被遺漏或變化的事、使用意象或隱喻、強調積極的面向；一項負向影響為：對專業的質疑。
- 對帶領者帶來的影響為，深入思考完美與脆弱、在同儕間學習多元尊重及人性觀的思辯等三項重要個人與專業議題。
- 整體而言，反思團隊融入團體為團體發展與成員學習帶來正向且豐富的影響。

伍、研究建議

- 根據本研究發現，提出以下建議：
- 因部份中年離婚女性有托兒之需求，故建議招募時備好相關的配套措施，更能提供友善的服務。
- 離婚女性在時間的調配上較為受限，建議可採用線上面談或以錄影方式示範團體進行方式，以提高成員的接受度與適配性。
- 團體時間延長至 2.5 小時，較能符合團體成員的需求。