

# 放低結構行不行？ 團體初學者的嘗試與反思

崔麗屏<sup>1</sup>、羅家玲<sup>2</sup>、江心瑜<sup>\*3</sup>



## 研究背景

團體結構為形塑團體的支架，推動團體的歷程，影響團體目標與成員參與型態甚深，過高則成員自發性較少，過低則難以推展，這些考量常成為新手的困惑(洪雅鳳，2010；陳慧苓，2012；許育光，2012)。研究者好奇團體初學者在團體結構鬆緊間其嘗試與考量調整的歷程，以作為協助新手學習結構團體時的重要參考。

## 研究設計

研究者以「立意取樣」邀請正在修習團體諮商研究課程的碩一學生，且曾在大學修習過團體諮商課程之團體初學者為訪談對象，共訪談四名受訪者。研究資料採「主題分析法」，謄寫逐字稿後，標出與研究目的相關、重要的段落進行編碼、命名與整理，歸納與研究目的有關的意義主題。兩位研究者反覆閱讀與檢核彼此的觀點，並針對不一致處進行拆解與修正，使列出的主題意義概念能更加貼近受訪者的原初經驗，另一位研究者則審閱整體的研究內容，採取多向度上的理解與詮釋，以利分析資料的厚實及細膩。

## 研究發現

### (一) 維持高結構的考量與擔心

受訪者主要服務對象大多為兒童、青少年族群，考量其發展階段上的特性，受訪者傾向透過事前規劃詳細的指導語與多次練習帶領技巧，在帶領時將團體中的結構拉緊，掌握在團體的權力。其缺點為「像是在跑流程」，遵從方案，未能順應團體成員此時此刻的發展，如何調節時間壓力下的焦慮感、臨機應變的能力，讀懂團體間流動的動力與覺察成員們此時此刻的需要，是新手領導者在維持高結構團體中的一大學習。

### (二) 放低結構的考量與擔心

一部分基於對自己學習的挑戰與期待，另一部分則是著重在此時此刻，敏察成員們的反應與團體的動力流動。最大的擔心是對自己能力上的懷疑，因專業訓練和參與經驗較缺乏，故在放低結構有許多未知的焦慮與害怕。擔心失去了掌控感、成員間的沈默與團體的失控。放低結構的學習從帶領同儕練習團體開始，覺察自己的人際型態會如何影響自己的帶領風格，多些課外的學習與團體參與經驗，皆能夠協助自己克服對於未知與能力上的害怕與恐懼。

## 結論

團體初學者在結構高低性的考量，回歸到能否達成團體目標。如何透過縝密的活動設計、靈活地運用此時此刻的團體動力，催化團體療效因子，是初學者認為一位有效能的領導者的必備條件與對其本身的自我要求。

然檢視目前的培育課程，大多只有一次的帶領機會並缺乏完整的督導時間。若能給予初學者更豐富的實務經驗學習，並給予細緻、清晰的技巧督導與示範，團體初學者在訓練過程中將看見更多不同的可能性並嘗試克服自身的自身焦慮。

關鍵字：新手領導者、團體結構、團體諮商教育、專業發展



<sup>1</sup> 國立彰化師範大學輔導與諮商學系

<sup>2</sup> 國立彰化師範大學輔導與諮商學系

<sup>3</sup> 國立彰化師範大學輔導與諮商學系

\* 通訊作者信箱：yuuunie0629@gmail.com