

運用焦點解決取向於國小高年級 社交技巧學習團體之經驗探究

劉逸晉

國立暨南國際大學諮商心理與人力資源發展學系/輔導與諮商碩士生



研究主題

學生校園適應議題一直以來都是校園工作者關注的焦點之一，邱素梅（2016）提出影響學童學校適應的因素有五種：「學習適應」、「常規適應」、「人際關係」、「自我概念」、「學校支援系統」等。其中，人際關係與社交能力是兒童重要的心理發展任務，亦是生活適應的指標（黃宜靜等，2013）。

關於團體諮詢運用在兒童輔導的運用，楊馥榮等（2019）指出，對大多數的兒童而言，小團體輔導是具有吸引力的環境，兒童可以得到同儕增強、角色示範、腦力激盪等；又因蔡瑞君（2010）的研究指出，運用焦點解決取向的班級輔導活動，對於提升兒童社交技巧具有顯著輔導效果。故本研究採焦點解決取向之團體輔導介入方式，協助國小學童增進人際關係認知、學習社交技巧。

研究流程

• 團體與研究設計：

本次研究中，使用焦點解決取向設計團體方案，並輔以手作、團體遊戲、桌遊等多樣介入方式，以每週一次的封閉、結構式型態，共進行十次。團體帶領者與南投縣埔里國小合作，由高年級導師與輔導室推薦或轉介，篩選評估後，共有六名高年級同學全程參與。

• 團體評估：

團體評估分為目標評估與歷程評估。目標評估方面，採用人際關係問卷、社交技巧問卷進行前後測，以量化團體成員參與前後之差異；歷程評估方面，由領導者針對參與情形、團體動力逐次記錄，並分成團體前、中、後期進行分析，另外也在團體單元內設計回饋活動，使團體成員的收穫等質性回饋也納入評估。

研究目的

本研究以焦點解決取向設計、帶領國小社交與人際團體，瞭解成員參與團體、社交與人際技巧學習狀況。

研究結果

一、研究發現

- 人際關係認知方面，團體成員皆有提升，其中有兩位成員更達顯著水準。
- 社交技巧學習方面，團體成員皆有提升，其中有一位成員達顯著水準；藉由體驗活動與同儕激盪，有助於成員辨識、學習正向社交技巧。
- 團體成員透過練習互相讚美、探索期待、自我評估與規劃行動等策略，有助於團體成員獲得正向自我概念與價值。
- 團體成員透過參與團體，經驗到安全與接納環境，有助於成員更加投入團體活動。

二、結論

透過本團體之設計與進行，有助於國小學童學習人際關係與社交技巧，並也藉由參與團體，使團體成員更能直接建立正向自我概念。然而，因國小學童的認知能力尚在發展，使用問卷進行團體評估的方式，可能會和實際感受有出入，有待發展更合適的量化評估工具。

關鍵字

國小學生、團體諮詢、焦點解決治療、社交技巧、人際關係

通訊作者

劉逸晉 暨南大學輔諮碩班碩士生
email: joshiyliu@gmail.com