

女同志親密關係成長團體之成效探究



林詩穎

國立暨南國際大學

諮商心理與人力資源發展學系 輔導與諮商碩士班

一、研究目的與目標

臺灣在2019年5月成為亞洲首個同婚合法化國家，然透過媒體近年之報導，如Youtuber被迫為自身性傾向道歉、台科大畢典嘉賓歧視同婚的言論等，可見社會大眾對於多元性別族群的刻板印象與偏見迄今仍舊無法完全消除。因此，同志族群在遭受多元性別議題困擾之時，可能因害怕受歧視而削弱求助意願，尤其同志親密關係之經營夾雜許多異性戀不曾面臨的壓力，而女同志伴侶更因同時具女性及同性戀之雙重身分，在性別、性取向以及社會價值觀中皆遭受壓迫，當中糾葛複雜，經常須在各面向不斷拉扯，關係維繫不易。

此團體以女同志親密關係議題為主軸，透過同質性團體的參與，在交流互動中產生普同感，並在安全的團體環境中覺察關係衝突帶來的情緒及影響、探索阻礙親密關係維繫的因素，以及發掘適切的親密關係維繫方法，提升關係品質。

二、研究設計

此團體屬連續六週、每週兩小時之結構、封閉式成長性團體，研究者負責團體方案設計，同時肩負團體帶領者角色；另與同志社區機構合作招募，透過線上初談篩選，最終邀請六位有固定伴侶且希望提升關係品質的女同志前來參與。為針對團體進行評估，此研究採觀察紀錄與團體氛圍問卷（每次團體後施測），以及團體意見回饋單（最後一次團體結束後填寫）與關係品質量表（施前後測）作為歷程評量與成效評量之工具。

三、研究發現

經評估與分析，研究發現如下：

- 透過探索雙方衝突之下的情緒與需求，成員得以洞察伴侶關係中的阻礙，對於後續的關係經營走向頗有助益。
- 同質性團體營造安全與支持的氛圍，凝聚力與動力的逐次漸進促使成員投入分享，有助於拓展關係維繫之方法。
- 四位成員在團體後的親密關係品質獲得提升；另二位成員的關係品質則在團體後降低。

四、結論

此團體之活動設計協助成員覺察並釐清伴侶關係狀態，另透過相互回饋，在親密關係維繫方法上有更多的學習。有關部分成員未達成關係品質提升之目標，對此研究者綜合成員之個人期待與回饋單之資料，推測兩名成員的親密關係品質雖在團體後未獲提升，但藉由團體的參與，對伴侶關係有了更多的覺察與認識，得以重新評估關係的意義及未來走向。



關鍵字

女同志、親密關係、關係品質、團體諮商