

國小兒童自我肯定成長團體之成效探究

黃雅君、謝舒杼

國立暨南國際大學 輔導與諮商碩士班

研究目的和目標：

近年因經濟發展、社會變遷快速，家庭結構與功能的改變，再加上新冠肺炎疫情導致經濟蕭條，嚴重影響家庭生計，弱勢家庭更是首當其衝。然弱勢家庭的家長大多承受著經濟壓力，對於兒童的課業較易疏忽或心有餘而力不足的狀況，弱勢兒童相較一般學童所受到的文化刺激、學習接觸機會較少，故在與師生、同儕互動中，隱含了薄弱的自信與自卑感之內在感受（陳靜瑩，2015）。研究者設計兒童自我肯定成長團體，期待成員透過團體覺察自己的情緒及調解方式，並提供人際互動技巧的練習，提升其在環境中之人際關係。

研究發現：

經評估與分析，本研究發現：

- 1.當成員面臨人際衝突時，在校習慣壓抑情緒，返家後以肢體或語言攻擊手足來調解情緒。透過團體活動，有助於成員覺察自己在人際互動中的情緒起伏及影響、學習情緒調解方法，使成員面對負向情緒時，能發展出較佳的應對能力。
- 2.當團體進入轉換階段，成員們的人際行為模式逐漸在團體中浮現，透過帶領者立即性介入與引導，有助於成員洞察負向人際行為模式對人際關係之影響。
- 3.成員們在團體中相互給予正向回饋，有助於成員評估自己對別人的影響力，提升自信心。
- 4.國小兒童生活經驗問卷於團體開始前及團體結束後實施，多達半數以上成員在團體後的整體自我概念化（生理自我、心理自我、家庭自我及社會自我）提升。

研究設計：

本研究團體採半結構化、封閉式團體之成長性團體，由研究者擔任團體帶領者，團體為期六次，每次兩小時；研究者與在地家庭福利服務中心合作，透過社群媒體招募，經面談與篩選，共邀請七位想增加自信之國小四至六年級兒童參加，其中包含弱勢家庭及學習障礙兒童各兩名。為評估團體成效，本研究採國小兒童生活經驗問卷（施前後測），以及觀察員觀察紀錄作為成效評量工具，並於每次團體結束後施測團體滿意度回饋單進行歷程評估。

研究結論：

本團體以兒童自我肯定成長為主軸，協助成員辨識並修正人際行為模式，成員們透過分享及相互正向回饋，學習不同應對方法，進而提升自尊及自我效能感。然而，本團體次數有限，半數成員有身心狀況，以至於帶領者在團體前期，需花較長的時間訂定團體規範、維持秩序，無法兼顧每位成員狀況之餘，每次團體內容亦無法在預定時間內完整進行，導致團體成效受影響，故建議團體次數可增加為八至十二次，團體人數四至六人尤佳。



關鍵字：弱勢兒童、自我肯定、人際行為模式、情緒調解