

# 國中生家庭關係成長團體之成效探究

朱麗

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、研究目的和目標

Erikson提出12~18歲的青少年處於自我認同的危機中，若此時期的自我認同危機無法化解，當事人將會變得角色混亂，並阻礙日後發展（張春興，2017），可見青少年時期的發展對個體未來的影響之大。根據內政部（2003）目前對台閩地區12~17歲青少年身心狀況調查分析，顯示青少年的壓力和困擾有75.33%是來自於家長，其次46.75%是來自自己，由此顯現對於青少年而言，探索與照顧者關係的必要性。研究者欲透過團體的方式，協助成員覺察與照顧者互動和溝通狀態、發展與照顧者適切的溝通方式。

## 二、研究設計

本團體採用封閉式、結構式、同質性之形式，並由研究者擔任團體帶領者，進行為期六週，每週進行一次，每次為兩小時的團體。研究者與救世軍埔里隊合作，邀請隊內的國中生，在經過個別面談後，共有6位成員參與團體。為評估團體的成效，本團體採用家庭功能評估表測量成員在家庭中的滿意度，於團體前後施測，分析國中生在參與家庭關係成長團體後，對家庭滿意度的改善程度；同時採用家庭關係團體總回饋單，了解成員透過團體在家庭方面的各項收穫；以及在每次團體結束後使用團體氛圍問卷、團體歷程記錄表等進行團體歷程評估。

## 三、研究發現

綜合上述研究資料的分析，將研究發現列舉如下：

- (一)成員對於家庭滿意度、與家人之間相處的感受有所提升。
- (二)成員對於家的概念之了解、覺察自己與家人的溝通狀態、了解家庭溝通的重要性、嘗試較合適的方式與家人互動等，皆感覺有所提升。
- (三)增進向家人表達感受的意願，為部分成員在團體收穫中特別有感受的，對於能嘗試向家人表達關心則有一位成員對此較無感受。成員間的互動與連結增加，有助成員分享較難啟齒的家庭經驗，並在過程中獲得支持。

## 四、研究結論

- (一)成員雖已彼此熟識，但因同儕相處多為玩鬧氛圍，較無機會交流較內在的感受與心事，透過團體活動的探索與分享，讓成員對家庭關係及個人溝通型態有更多的自我覺察，了解溝通的重要性，並且在分享過程中感受團體中的支持性。
- (二)成員們透過團體活動的引導，多能練習用非攻擊性、更明確的表達出自身感受，但仍有成員對於有情緒時使用非攻擊性的表達方式感到抗拒，然而本團體的次數與時間有限，對此尚未能有更進一步的探索。
- (三)統整上述活動方式與效果，除了增進成員在家中的自我覺察及更適切溝通方式之外，成員對家庭滿意度亦提升。

**關鍵字：**國中生、家庭關係、成長性團體