

新手領導者帶領同儕訓練團體的反思 —以愛情探索團體為例

黃恩慈

國立彰化師範大學 復健諮商所

何語苓

國立彰化師範大學 輔導諮商所

壹、研究目的

Erikson (1963) 的人格發展理論指出，成年早期的友愛與親密關係對人格發展至關重要。在這一階段，情感連結的形成與成長是大學生身心發展中的關鍵課題，而「愛情與親密關係」也常常是大學生前往諮商輔導中心尋求協助的主要議題。

團體諮商被視為一種有效的治療方式，能幫助成員減輕症狀並提升心理社會功能。然而，帶領團體是一項複雜的任務，領導者需要在過程中扮演催化者的角色，同時注意各種動態與細節。對新手領導者來說，這無疑是一項重大挑戰。

因此，本研究旨在探索新手團體領導者帶領愛情探索團體的經驗。研究將採用同儕訓練團體的形式進行，並在團體結束後進行討論與督導，藉此發現團體帶領中的優勢與挑戰，為新手領導者提供改進與精進的方向。

貳、研究設計

本研究是以愛情探索團體目標設計方案，邀請十位研究生擔任同儕訓練的團體成員，輔以兩位觀察員，並由兩位新手團體領導者進行帶領，進行每週一次、每次一小時的團體，共計六次團體。於團體結束後，研究者透過每週的【團體記錄】、【觀察員回饋表】、【同儕與任課老師聯合督導與回饋】歸納並整理成研究資料，探究新手領導者帶領愛情探索團體的優勢與限制。

參、研究發現（一）優勢

1. 正式團體前的演練、培養領導者默契，將促進團體氣氛更熱絡融洽。
2. 領導者的示範能夠催化成員積極分享的意願，提升團體凝聚力。
3. 透過藝術媒材的設計與應用，可更連結成員過往愛情經驗的回溯。
4. 領導者能適時觀察團體動力與氛圍，並即時作出調整。

（二）限制

1. 同儕團體成員彼此熟絡，導致不願揭露過多親密關係之經歷。
2. 團體較無上下權威關係，因此成員間偶爾出現閒聊與使用不恰當言語的情形。
3. 部分成員缺乏相關經歷，導致分享時沈默，新手領導者在方案設計時可考慮不同成員的殊異性做分組。
4. 成員因愛情觀的差異而有較大反應，新手領導者較難即時處理團體間的衝突。

肆、研究結論

新手領導者在帶領愛情探索團體時，透過方案的規劃、事前演練、媒材的應用，能夠增強對團體的掌控感。然而，團體成員的熟識可能會增加帶領上的挑戰，特別是在面對團體中的沈默或衝突時，更需要考驗領導者的臨場反應。這包含催化與阻斷技巧的靈活應用，以及如何重新凝聚團體動力等技巧，為新手領導者未來設計與帶領愛情探索團體提供參考。