

# 實習諮詢心理師帶領半結構團體之成效探究

洪惟歆

國立嘉義大學輔導與諮詢學系碩士班研究生

## 研究動機

研究者回溯過往受訓經歷，學校少有低結構團體的訓練，過去帶領團體多屬封閉式結構式團體，事前與督導進行充分討論，對於團體內容的不確定性低，然而容易出現「按部就班」的感受。洪雅鳳（2010）探討團體結構性的概念與對團體運作之影響，並提出團體工作者能以三向度規劃團體結構性，分別為團體成員條件、團體性質、領導者個人條件。研究者考量前述向度後，將本團體定調為半結構團體，期能探討實習諮詢心理師帶領半結構團體之成效。

## 研究設計

本研究團體為期八週、一次兩小時，為封閉式半結構團體，前期團體屬結構式，隨時間逐漸降低內容結構，第五次後進入低結構。研究者於大學社群進行招募，經面談篩選後，共計六名成員參與。團體成效評估部分，研究者於每次團體結束後邀請成員匿名填寫回饋表進行歷程評估，並以單次回饋表、團體總回饋表、團體紀錄、觀察員回饋、錄影資料等作為量化與質性資料。

## 研究發現

- 1、半結構團體設計避免早期流失：Dies (1994) (引自洪雅鳳，2010) 指出團體早期缺乏結構、領導者不夠積極將使成員難以投入團體，進而導致成員早期流失。研究者漸進式降低結構性，減緩初次參與團體者的焦慮，結果顯示六位團體成員全程出席八次團體，前期結構性使成員能順利投入後續團體。
- 2、低結構團體更能提升成員投入情形：研究者以單次回饋表及團體總回饋表比較成員在前期結構式與後期低結構的投入情形，發現在低結構團體中，成員感覺團體更為舒服自在、更願意做出深層次的自我揭露、感覺與其他成員更加緊密、成員的分享對自己帶來更多幫助、感覺更了解自己。
- 3、時間掌控度較低：由於低結構團體較難進行方案準備或預演，團體偶會出現超時情況，屬低結構團體的限制。

## 研究結論

許育光（2012）從碩士層級新手諮詢師領導非結構諮詢團體的經驗分析中彙整所促發的個人狀態，區分為「個人議題」與「專業困境」。研究者發現在半結構團體的帶領中，前期有較多專業焦慮，但在看見團體動力的存在、成員間相會的力量時，也體認到領導者若能平衡對團體的控制與成員的自主，反而能帶給成員更好的參與體驗。最後，Yalom (2020) 指出在團體諮詢中，領導者若能善用「此時此地」的能力，同時融入「體驗」與「歷程闡釋」，將能達到治療效果。在低結構團體中，研究者較難預測當次團體狀況，介入時機出現時，考驗著領導者善用「此時此地」的能力，更是領導者從歷程中成長的一大機會。

關鍵字：半結構團體、實習諮詢心理師