

111年專業人員跨專業整合研習課程

支持性團體理論與活動帶領技巧



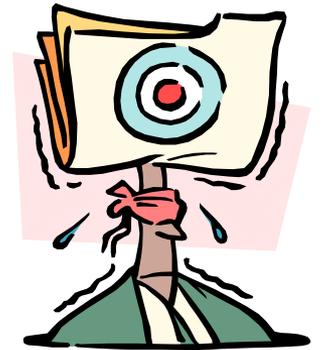
高雄榮民總醫院

精神部社會工作師王美懿

2022/09/06

課程目標/內容

- 團體心理治療概論：臨床運作範圍、療效因子、團體設計與執行
- 團體實務：案例分享(急性病房特定對象團體、家暴加害人、日間病房病患及家屬、酒藥癮團體、團體督導...)
- 團體工作經驗討論與交流



團體-----從我到我們



我的想法和經驗

- 團體是...--什麼是團體？為什麼使用團體？
- 我帶領的團體經驗—帶領團體的經驗？
- 我對課程的期待--對團體感到疑惑困難的是？
想學的？

形成團體

我們一起學習

- 分組
- 團體目標：團體動力經驗與觀察



內外團體練習

- 觀察個別成員
- 觀察團體動力
- 觀察團體過程

→ 人在團體中





團體輔導、諮商與治療

- 透過團體成員互動的方式，達到治療或諮商的目的。
- 團體心理治療是用來治療一個團體的病人的心理治療方法。
- 團體心理治療在不同種類團體中，病人和病人、病人和治療者的互動，被使用來影響和改變團體成員的失調行為。
- 團體是一種特定的技術 (Techniques) 和干預 (Interventions) ，被有訓練的治療者用來做為一種改變的工具。



為什麼使用團體(一)

1. 希望的灌輸 (Instillation of hope)
2. 普遍性 (Universality)
3. 資訊分享 (Imparting of information)
4. 利他主義 (Altruism)
5. 社會化技巧的發展 (Development of socializing techniques)
6. 模仿的行為 (Imitative behavior)



為什麼使用團體(二)

7. 宣洩 (Catharsis)

8. 修正原生家庭的重現 (Corrective recapitulation of the primary family GP.)

9. 存在的因素 (Existential factors)

*10. 團體凝聚力 (Group cohesiveness)



為什麼使用團體(三)

*11. 人際學習 (Interpersonal learning)

- 人際關係的重要
- 成功的心理治療中修正情緒表達的必要性
- 團體是社會的縮影
- 在社會縮影中行為模式的學習

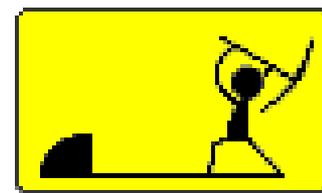
團體的類型

- 支持性團體
- 治療性團體
- 社交康樂教育性團體
- 服務性團體
- 照顧者團體



設計團體

- (一)可達到的目標(**問題背景**)
- (二)團體的大小(Size)
- (三)團體的時間架構 (頻率、長短、open or closed)
- (四)選擇成員和組成團體
- (五)實施地點(場地)
- (六)結構及內容
- (七)預算及評估



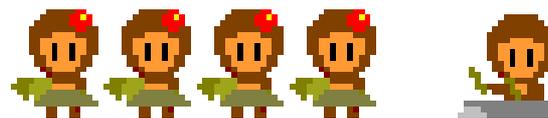
可達到的目標

- 切合實際
- 特定
- 可達成的



團體的大小

- 依目標而定
- 治療性：5人/6-8人，不超過10人
- 其他：10人/數十人



團體的時間架構

- 會次頻率：考慮目標及設施
每周一次最常見、每周2次或一月一次
- 時間長短：20-30分暖身，至少60分；不超過2小時，至少90分才有凝聚力
- open or closed：延續性及凝聚力/利弊



選擇成員和組成團體

■ 納入準則

- 1.有能力履行團體作業
- 2.有動機參與，承諾參加且每次全程參加
- 3.個人需求與團體目標一致

■ 排除準則

- 1.無法承受團體的環境設施
- 2.有偏差行為傾向
- 3.極度躁動不安
- 4.無法遵守規範，行為難被接受
- 5.極不容易與人和睦相處



實施地點

- 適當場所很重要：大小、舒適、隱私性、不受干擾
- 圓環形(circular)座位安排，看到彼此
- 茶點預備



結構及內容

- 依目標設計並選擇活動內容
- 結構性及非結構性
- 媒材使用



預算及評估

- 預算編列
- 評估方式：滿意度、前後測、觀察



不同對象的團體設計

- 同質性與異質性
- 素材(卡片、藝術治療、音樂...)
- 形式(茶會、運動、咖啡館...)





案例分享

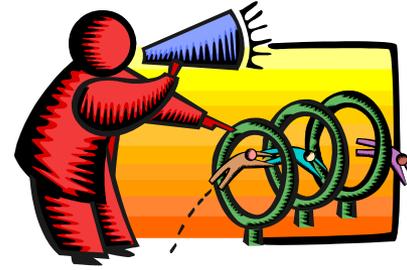
- 急性病房特定對象團體
- 家暴加害人評估及處遇團體
- 日間病房病患及家屬
- 酒藥癮團體
- 團體督導

團體過程領導者應注意事項

- (一) 初期階段：從個別需求凝聚團體需求
- (二) 轉換階段：促進個人自我了解、蒐集
相關資訊
- (三) 工作階段：訂定改變目標，促進成員
採取改變行動
- (四) 結束階段：將個人目標化為具體的行
動方案、落實所學於實際



初期階段



- 1.說明團體的性質、目標與進行方式
- 2.教導成員團體的基本規則
- 3.鼓勵成員表達內心的感受
- 4.示範自我開放
- 5.幫助成員建立個人之具體目標

轉換階段

- 1.教導成員了解及處理衝突情境
- 2.協助成員了解其自我防衛之行為方式
- 3.示範直接且機智的應付各種挑戰
- 4.鼓勵成員談論與此時此地有關之事情



工作階段



- 1. 示範支持與面質二者之間如何取得平衡
- 2. 鼓勵成將領悟化為行動
- 3. 形成共同的主題，讓成員能共同參與

結束階段



- 1.處理成員面對分離之情緒
- 2.給予成員時間、機會處理團體中的未完成事件
- 3.使成員彼此給予及接受建設性的回饋
- 4.幫助成員統整團體中所學的經驗
- 5.使成員落實在團體中所學

帶領團體的基本原則



- 1.將所有成員納入團體的互動過程中
- 2.避免以專斷、訓誡、評論或專家姿態操縱團體
- 3.與成員分享領導者的任務、鼓勵成員彼此協助
- 4.有耐心地等待、鼓勵較害羞的成員說話
- 5.尊重成員參與團體的意願，不強迫成員參與
- 6.注重團體活動的安全性，小心保護成員避免身心受到傷害
- 7.盡量引導成員討論與澄清，使成員的個別目標與團體目標能達到一致

團體中常用的技巧

- 團體契約
- 此時此刻/立即性運用
- 同理心技巧
- 結構性活動



團體成員的觀察



- 1、自我坦露度
- 2、信任度
- 3、專注
- 4、支持他人的
- 5、樂觀的
- 6、沉默
- 7、緊張的
- 8、防衛的
- 9、反駁他人的
- 10、悲觀的
- 11、特殊表現

團體互動評估

- 成員的向心力
- 成員的參加意願
- 成會間的溝通狀況
- 成員出席程度
- 成員遵守規範
- 成員對於領導者的反應



常見的團體問題與處理

- 沉默
- 發言時間過長
- 爭執/暴力
- 小(次)團體
- 哭泣
- 遠離主題
- 其他



討論分享



參考書目

- 團體動力與團體輔導，心理出版
- 兒童社會工作實務，學富出版
- 團體心理治療，五南出版
- 藝術治療團體，心理出版

