



社会学丛书

小组工作在行动： “我”与“小组”的第一次亲密接触

艾晶 著

中国社会科学出版社



社会学丛书

小组工作在行动： “我”与“小组”的第一次亲密接触

艾晶 著

中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

小组工作在行动：“我”与“小组”的第一次亲密接触 / 艾晶著.
—北京：中国社会科学出版社，2016.6

ISBN 978-7-5161-8107-2

I. ①小… II. ①艾… III. ①社会工作 IV. ①C916

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 099803 号

出版人 赵剑英
责任编辑 冯春风
责任校对 张爱华
责任印制 张雪娇

出 版 中国社会科学出版社
社 址 北京鼓楼西大街甲 158 号
邮 编 100720
网 址 <http://www.csspw.cn>
发 行 部 010-84083685
门 市 部 010-84029450
经 销 新华书店及其他书店

印 刷 北京君升印刷有限公司
装 订 廊坊市广阳区广增装订厂
版 次 2016 年 6 月第 1 版
印 次 2016 年 6 月第 1 次印刷

开 本 710×1000 1/16
印 张 17.25
插 页 2
字 数 281 千字
定 价 65.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书,如有质量问题请与本社营销中心联系调换
电话:010-84083683

版权所有 侵权必究

序

当2007年阴差阳错来到沈阳师范大学社会学学院的时候，我曾一度因为自己的专业不适应而愁白了头，每当午夜辗转无眠时，心里总是充满无限伤感。于是在2008年我转向了社会工作的教学，之所以做出如此选择，除了领导的授意外，也是因为自身对社会学一无所知，只好从事理论要求不太高的社工专业。在课程选择上自然也是出于无奈之举，当时的感觉就是走一步看一步，基本上没有太多的激情和震撼。虽然如此，在教授《小组工作》及其他专业课程时，我仍然是尽心尽力的，就这样一直维系了将近三年。

直到有一次观看2010级新生入学的视频，一向冷静的我却突然间被那一张张稚嫩、青春的面庞所感动，我的心开始波动，就好像突然间顿悟了一样。回到家，我将所教社工专业课程的教材重新看了一遍，感觉应该为我这些可爱的学生做点什么。在这种动机的驱动下，我向学院申请成立了小组工作室和女性工作室，在课程教学中积极探索新的思路和方法，让我的学生能对专业更加充满热情和干劲，于是乎就出现了小组工作的随堂教学、小组工作的社区实务、女性工作坊等一系列教学改革成果。

由于初次尝试及实验条件所限，学生未能完全体会社工专业方法的技巧和魅力。鉴于此，我在网上查阅相关教学实践模式，向多家教学单位请教学习，在逐步补充现有教学资源的条件下，进行了一系列的打破常规的教学实践改革措施。例如，改变期末考评方式，力求让每个学生都要来带领小组，以实际行动和成效评价学生的专业成绩，让学生在快乐中学习成长。

也许从专业的视角来说，他们的小组带领还有很多问题，也许从职业伦理建设来讲，我们的有些举措有失冷静，但不可否认的是，他们是认真

地、执着地践行着中国社工的精神和理念，这无疑是最宝贵的，也是我们为人师者所感到欣慰的。

这几届的小组带领，无论从选题到形式，还是工作者自身的能力和个性，都给我和督导们带来了挑战。可以说，它们是缤纷多彩的，但它们也是别出心裁的，有些甚至对专业模式进行了全新的诠释和冲击，但我们都尽量尊重工作者的选择，就是希望他们能不受拘束，在治疗帮助组员的同时，也为自身提供一个展示风采的平台。可以说，每个工作者通过带领小组，都会让自己重新认识人生的价值和意义，对自我和他人都会有一个全新的认知，在感受生命精彩的同时，也完成了灵魂的一次真正洗礼。

仅以此文献给多年来支持小组工作开展的各位同学们，你们辛苦了！

艾晶

2014. 2. 12 于沈阳正良寓所

前 言

小组工作作为社会工作的一种专业方法，它以个体在群体中的互动为基础，利用群体的力量来增强个人信心，激发个人潜能，从而达到改善现状的目的。小组成员间的互动关系为个人提供了一定的支持和帮助，小组活动不仅可以帮助成员在情绪、行为、态度等方面发生改变或恢复到原来的状态，还可以帮助成员提升自信心、增强能力建设，认识并矫正自身的越轨或不恰当的行为。在实践中我们也发现通过小组的互动，组员会从彼此的经验分享中找到应对自身不足的方法，并学会如何解决正在面临的或可能面临的类似问题。海伦·诺森（Helen Northern）认为在社会工作实践中小组活动既是过程也是手段，它通过小组成员的支持，改善他们的态度、人际关系和他们应付实践生存环境的能力。^①

现实生活中，由于人都有群体归属的本性，因此，每个人基本上都有在小组中生活、成长的经历。小组工作方法是以前团体为对象，通过团体动力过程以及工作者的协助使个人获得行为的改变、社会功能的恢复和发展并达成团体目标及社区发展，进而促进整个社会的效能提升。运用小组工作方法，可将特征相近、问题相同的个体聚集起来形成小组，通过小组活动，让他们分享经验，提高解决问题的能力，学习如何改变环境，增强适应能力，恢复和提高自信，协助个人增强社会功能。在特定的情境中重新发现自己，学习欣赏自己以做出正面的评价，培养其责任感和自律精神。通过一系列训练，使其掌握社会所需要的技能，减轻其无能、无助感，产生自我控制的能力，增加自我调制的感觉。小组活动还能有效地帮助个体修正和澄清各种错误认识，调节不良情绪情感，形成正确的道德感、理智

^① 刘梦：《小组工作》，北京：高等教育出版社2003年版，第3页。

感，养成良好的行为习惯，从而获得做人和生活的信心，获得重新投入生活、追求成功的勇气和对社会的再认识，同时也帮助组员发掘自我潜能，建立社会支持网络，重塑自我形象等提供广阔的空间。

但在目前的社工实务领域，学者们多从单一的人群对象案例入手（如妇女、儿童、老年等，参见黄家瑶：《社会工作实务案例》，2012年；卞国凤、陈宇鹏、蔡丽娜：《老年社会工作方法与实务》，2011年）或倾向于说教式的讲授来进行社工实务的经验传授和研究（参见刘梦：《小组工作案例教程》，2007年；刘梦、陈丽云：《小组工作手册》，2004年），很少有人关注作为社工第一次从事实务的感受和心得的分享。特别是第一次带领小组活动的社工们，他们到目前为止还没有任何有效的经验可供借鉴和参考，基于此，为了更好地指导社工实务中的小组带领，帮助社工专业的学生及社工实务的初学人员更好地开展小组活动，本研究从小组实务流程入手，对小组带领的技巧及经验进行学理性的阐释和分析，以加强社工的实务能力建设，为社工专业的教学提供参考，同时也为社工理念和方法的普及提供了便利条件。

小组的类型有很多种，本书中总结的小组活动主要是基于《小组工作》的实务课程建设，基本属于正式的、封闭性小组，这些小组的目的性较强，针对的群体主要是沈阳师范大学大一至研二的学生和学龄前儿童，主题大多是关于某种兴趣的激发、解决某种常见问题或个体的一些潜能开发等。另外要说明的就是本书中所列小组严格来说不算正式的小组带领，只是根据教学实务的需要所确定的小组实验模式，一些方式和方法仅供借鉴和参考，具体的实效还有待进一步的检验。同时，也是借此求教于各方的专家、学者，为更好地开展小组提供一种便利和可能。

目 录

序	(1)
前 言	(1)
第一章 小组的筹备	(1)
第一节 问题调研及主题确定	(1)
一 问题调研和需求评估	(2)
二 确定小组主题	(3)
三 小组目标的制定	(5)
第二节 小组成员的招募	(7)
一 小组成员的来源	(8)
二 小组的宣传和组员的招募	(9)
三 组员的筛选	(11)
第三节 资源链接	(14)
一 理论支撑	(14)
二 时间安排	(16)
三 物质资源	(19)
四 人力资源	(21)
第四节 “您准备好了吗”	(25)
一 工作者的准备	(25)
二 其他人员的准备	(28)
第二章 小组初期	(30)
第一节 第一次亲密接触	(30)
一 工作者自身	(31)
二 开组前的组员通知和确认	(34)

三 场地的布置	(35)
四 促成亲情互动	(38)
第二节 挣扎中的工作者与组员	(39)
一 尴尬定位	(40)
二 如何有效地完成任务	(42)
三 组员的认知	(44)
第三节 心灵鸡汤——问题及资源的分享	(46)
一 认识你真好	(47)
二 我们私聊吧	(48)
三 英雄所见略同	(50)
第四节 小组规范的形成	(50)
一 小组的规则	(51)
二 到底约束了谁	(52)
第五节 破冰游戏之我见	(54)
一 不玩行吗	(55)
二 如何与主题靠近	(56)
三 人为的约束	(57)
四 典型破冰游戏分享	(58)
第三章 小组中期	(60)
第一节 试探与熟悉	(60)
一 心态的转变	(60)
二 我在小组里怎么样	(61)
三 工作者有注意到我吗	(63)
第二节 进退维谷的工作者	(65)
一 面对质疑,工作者该怎么办	(65)
二 冲突,是发生好还是不发生好	(67)
三 工作者的反思	(69)
第三节 特殊的组员	(71)
一 挑刺的	(72)
二 迟到或退组的	(73)
三 沉默的	(75)

四 霸场的	(76)
五 替罪羔羊	(77)
第四节 小组互动模式	(78)
一 冲突	(79)
二 沟通	(81)
第五节 小组游戏和情景剧推荐	(85)
一 解决冲突的游戏推荐: 鳄鱼河	(85)
二 促进沟通的情景剧推荐: 角色扮演	(86)
三 提升凝聚力的游戏推荐: 风雨同行	(87)
第四章 小组成熟期	(89)
第一节 走向成熟	(89)
一 目标的初步达成	(89)
二 凝聚力的形成	(91)
三 小组规范的自觉遵守	(93)
第二节 工作者的“被边缘化”	(94)
一 相对的价值中立	(95)
二 尽量接纳	(96)
三 正视角色的转变	(97)
第三节 我们是一家人	(100)
一 归属感的建立	(100)
二 团队的魅力	(102)
三 典型游戏推荐	(106)
第四节 谁动了我的奶酪	(109)
一 换位思考	(110)
二 懂得取舍	(112)
三 如何应对失败	(114)
第五章 小组后期	(116)
第一节 组员的表现	(116)
一 积极的、正面的情绪和言行	(116)
二 消极的、负面的情绪和言行	(118)
三 其他的言行特征	(119)

四 工作者采取的策略	(121)
第二节 工作者的失落	(122)
一 工作者的情感和言行反应	(123)
二 工作者可能面临的危机	(124)
三 应对策略	(128)
第三节 请再多爱我一点点——小组成员的渴望	(129)
一 一般组员的表现	(130)
二 特殊组员的表现	(130)
三 小团体的危机	(132)
第四节 落幕之前的应景	(134)
一 维持变化，巩固成果	(135)
二 规划未来	(138)
三 转介	(139)
四 处理未完成的工作	(139)
第六章 小组的结束	(142)
第一节 “我不想说”	(142)
一 组员的表现	(142)
二 工作者的任务	(144)
三 活动设计的注意事项	(146)
第二节 星海拾贝	(148)
一 处理最后的离别	(148)
二 为走进现实生活做准备	(152)
第三节 我们潜逃吧	(155)
一 达观泰然的离组情绪	(156)
二 逃避、否定的离组情绪	(157)
三 请记住我	(160)
第四节 典型案例分享	(161)
一 组员成果展示	(161)
二 小组历程回顾	(163)
三 评估总结	(165)
第七章 小组工作的评估及心得	(170)

第一节 评估知多少	(170)
一 评估的价值和意义	(171)
二 工作者需要评估的内容	(173)
三 评估的方法及原则	(175)
第二节 工作者的心路花语	(177)
一 协同领导和单独领导	(177)
二 有关工作者的情绪	(179)
三 工作者的收获	(182)
四 工作者的反思和疑惑	(183)
第三节 小组成员的闲言碎语	(184)
一 小组动力的来源	(184)
二 组员初体验	(186)
三 组员的心声	(187)
四 不同时期组员的反应	(189)
第四节 督导的苦口婆心	(191)
一 全方位指导	(191)
二 督导与你同在	(192)
三 典型督导报告	(194)
第五节 指导老师和教科书的金科律令	(199)
一 指导教师的无奈	(199)
二 教科书的参照性	(202)
第八章 小组花絮	(205)
第一节 工作者的茫然	(205)
第二节 “上当”的组员	(214)
一 组员的亲情赞助	(214)
二 我们是实验品吗	(215)
三 小组评估中的难以下手	(218)
第三节 我不会当督导	(220)
一 找不到人	(220)
二 你说你的，我做我的	(223)
三 你帮我带吧	(225)

第四节 校外篇	(226)
一 基本资料	(226)
二 财政报告	(228)
三 活动素描	(228)
四 工作者自画	(234)
附录	(236)
附录1 S大学社会工作专业教育的成立与发展	(236)
附录2 网络教学平台答疑	(241)
附录3 小组计划书示例	(245)
附录4 评估报告示例	(253)

第一章 小组的筹备^①

小组的筹备是小组活动开展前非常重要的环节，类似于撰写论文中的提纲，需要工作者全方位地考察问题，确定主题，寻求相关理论支撑和小组工作案例，在此基础上撰写详细的小组计划书，同时还要做好组员招募、筹集各方资源等工作。中国人经常说“万事开头难”，作为一个小组的创始者和发起人，工作者在这个阶段可谓要煞费苦心，下足功夫，要起到完全的主导作用；同时也扮演着引导者、协调者、支持者、意见提供者等角色。在这一阶段，工作者首先要做的主要有如下两项：一是进行问题调研，搜集各方资料，并进行需求评估，从而确立小组活动的主题；二是确定小组活动的目标，即开展此项小组活动要达到怎样的效果。

第一节 问题调研及主题确定

在实务中，小组主题或者说是目标主要来源于三个方面：一是服务机构的需要，如一个以儿童服务为主的机构，相关的主题一定要围绕儿童来进行，尽量不要偏题或离题太远，这样才能从机构那里获得更多的支持和帮助；二是工作者自己来确定，如工作者可以根据个人的生活经历、个人喜好等方面来设计一些主题；三是组员的需求。如关于睡眠小组，一般情况下都是组员有睡眠方面的障碍，本身希望改善而成立的。一般情况下，小组主题的确立最好能结合这三方的要求，达成共识。

^① 本章部分内容由沈阳师范大学2013级研究生翁嘉慧收集、整理，本书中所举案例除非特殊说明外，其他均来自沈阳师范大学社会工作系的本科生、研究生所带领的小组实务，不赘述。考虑到个人隐私问题，有些用了化名。

一 问题调研和需求评估

在开小组之前，工作者首先要有问题的意识和敏感性，小组应该是根据某些需求、现象或问题而建立的，工作者可以对所感兴趣的问题和现象进行调研和评估以确定小组的主题。调查的方式有普遍调查和抽样调查两种，在本研究中，因为工作者都是第一次带领小组，出于鼓励的需要，我们一般都提倡他们根据自己的兴趣来选择问题进行调查和评估，如可以通过问卷发放、个别访谈、第三方间接介绍、参与观察等方式来进行。作为社会工作专业的学生或者说作为这个时代的年轻人，他们的问题意识有可能不太强，对问题难易程度的把握也不是很准确，但通过督导和指导教师的引领，基本上在问题的调研上还是可以达到小组的要求的。

发现问题后，工作者要做的就是确定所发现的问题是否是真正的问题核心，潜在组员是否对其感兴趣等，如有工作者在调研中发现现在的大学生动手能力差，于是便将其列为自己小组要解决的问题。但通过调研发现，很多大学生对此并不感兴趣，认为自己辛苦了十几年，在大学阶段好好享受一下是应该的。而且所谓的动手能力差也不是他们自己造成的，单方面认为这是大学生的问题是不全面的，这便使得这样的一个问题发现引发了很多关于中国教育、个人修养等等的一系列反思。所以作为工作者，我们在完成了问题的调研之后，还要做小组的需求评估，通常由收集资料、分析资料和制定干预方案等三个环节组成：收集资料这个过程主要是通过文献回顾和资料查阅等方法，收集各种有关小组的资料、案例等，看看有没有人对这个问题进行关注和分析，如有关于小组带领的实际案例，一定要潜心研究，总结经验和教训。同时通过访谈、问卷等方法收集潜在组员的相关资料，如他们对某一问题的看法及对问题的关注度等等；分析资料这个过程主要需要工作者对收集到的资料通过定量和定性的方法进行解读、归类和整理，以便为制定小组计划方案提供依据；接下来就是制定初步的小组方案，工作者需要基于资料分析而确定切实可行的介入策略。如通过调研我们发现大学生对传统文化比较淡漠，于是我们的工作便想开设一个四大名著导读小组，但却发现学生对此兴趣不大，相反却热衷于《甄嬛传》《步步惊心》等电视剧，于是工作者因势利导，开设了相关的小组，结果大受欢迎。

二 确定小组主题

其实，发现问题只是小组活动的一个方面，工作者还要能从中提炼出一个好的主题来，这样才能引起小组成员的共鸣。一个好的主题会让你的小组更加有吸引力，成为小组的灵魂和动力，因此主题的确定也是相当关键的。如学生们在学校的日常生活中总会遇到各种各样的问题，有情感上的、生活上的，有学习上的、工作上的等等；涉及的主体可能是个人，也可能是群体，无论是家人之间、师生之间、同学之间、室友之间甚至于寝室和寝室之间、班级和班级之间、学院和学院之间等等，都或多或少会有一些摩擦和困惑。当然，这其中的大部分问题都是可以解决或减缓危害程度的，那么什么样的问题比较适合用小组工作的方法来帮助缓解或解决呢？请看下面两个案例：

案例 1^①：社工系的 AQ 和 WJH 两位同学通过观察发现自己和室友都有晚睡的习惯，睡眠质量较差，经常多梦不说，夜里还时常会无故惊醒，白天也无精打采，她们猜想这种现象可能在大学生群体中普遍存在，于是她们首先在 09 级同学间开展了问卷调查。通过调研她们发现全年级 70 多名同学几乎都存在睡眠质量不高的问题，有一些是经常多梦，有一些是晚上失眠睡不着，也有一些是早上会醒得很早。各种各样的睡眠习惯和问题引起了两位同学的极大兴趣，她们决定在学院范围内成立“早睡早起小组”，以探究导致大学生睡眠质量下降的原因并希望可以帮助改善同学们的睡眠情况。

案例 2^②：PHQ 同学发现自己有时会因为无意的一句话而得罪别人，于是便会因此而面红耳赤，甚至在和他人进行交流时存在信息理解错误的情况，造成了人际关系的紧张和尴尬，通过观察他发现身边的一些同学也普遍存在这种现象。PHQ 同学认为，当今社会形形色色的人都有，大家都生活在这个大群体中，社交便成了一项最基本的

① 整理自 09 级本科生 AQ 和 WJH 同学的“早睡早起”小组计划书。

② 整理自 11 级本科生 PHQ 同学的“人际交往第一课：锻炼你的嘴——社交技巧培养”小组计划书。

生存技巧。而现在的大学生因为长时间以来一直忙于学业并没有注意到应如何有效地和他人进行沟通和交流，为自身建立一个良好的社会关系网络，基于此，该同学在大一和大二年级中成立了“人际交往第一课：锻炼你的嘴——社交技巧培养小组”，希望通过这类小组活动的开展，让同学们意识到交流的重要性，同时教给组员一些基本的、常见的但又容易被人们忽视的说话技巧，使在这方面有欠缺的同学，在小组中能够充分地得到言语表达的锻炼，从而成为一名“交际达人”。

因为工作者本身都是在校的大学生，对同龄的问题更容易感同身受，由此，以上两个案例的工作者都是从自身存在的一些问题和困惑出发，从而发现身边同学普遍存在的困境，进而成立相关小组以期进行改善。但就学理上而言，小组工作在很大程度上应该是要解决小组成员的问题，而不是单纯回答工作者自身的困惑，因此从大众化问题入手的小组活动更容易被人所接受。如关于大学新生的入学适应问题，已经在很长时间内影响了大学生们的生活和学习，成为他们人生旅途中很关键的一环。以前我认识一个学生会主席，各个方面都很优秀，但就是对学校和班级没有归属感，毕业时说什么也不留校。后来一问才知道，她刚入学时因为适应不良哭泣了半个多月，学校老师们居然无人问津，这让她很是失望，觉得学校压根就没把新生当回事。

这件事曾经让我反思了很久，各个大学费了很大的劲将学生招进来，培养了若干年后人家不认可你，你说作为大学教师的我们该有多悲哀。所以从某种程度上来说，大学生本身就是我们的一个活广告，学校一定要从各个方面为他们提供一种人性化的关怀和建设，以强化他们的归属感。好在此类现象已经被社工的同学注意到，并将它纳入到小组的工作内容中，成为小组工作实务中一项很重要的任务。

案例 3^①：XJR 同学是社会学学院的学生会主席，通过与大一新生的长期接触他发现刚刚迈入大学校门的学弟学妹们并不能很好

① 整理自 11 级本科生 XJR 同学的“大学新生适应”小组计划书。