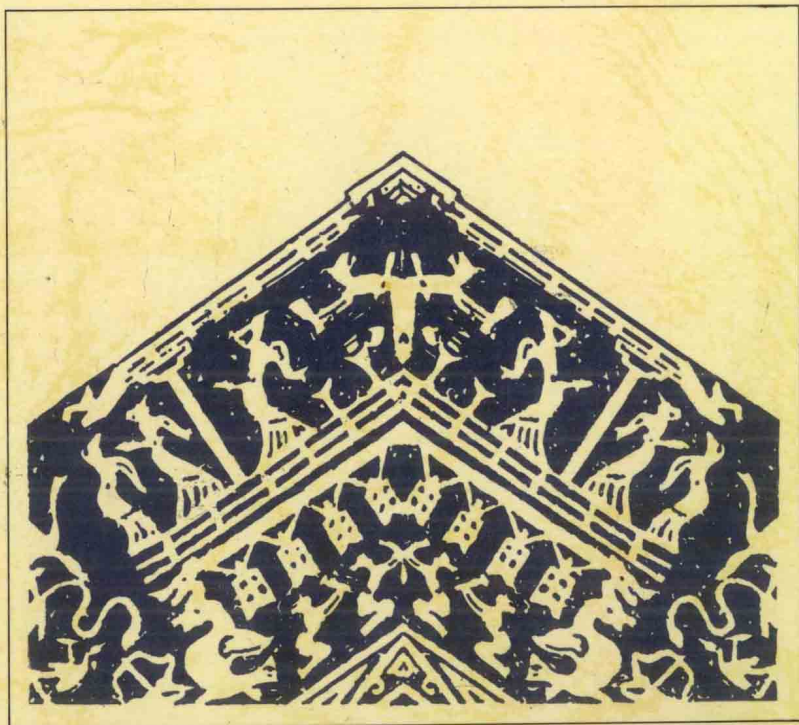




大學用書

商 諮 體 團

黃月霞 著



五南圖書出版公司印行



大學用書

團體諮商

黃月霞 著

國立台灣大學心理系畢業

美國威斯康辛大學輔導與諮商研究所畢業

美國威斯康辛大學教育心理博士班肄業

輔仁大學應用心理系教授

五南圖書出版公司印行



團體諮商

作者／黃月霞

責任編輯／林瑞祥

校對／黃月霞 林瑞祥

發行人／楊榮川

發行所／五南圖書出版有限公司

登記證：局版台業字第 0598 號

地址：台北市銅山街 1 號

電話：3569060～5

傳真：3932365

劃撥：0106895-3

排版所／正豐電腦排版有限公司

印刷所／茂榮印刷事業有限公司

地址：臺北市西園路二段 140 巷 49 號

電話：3089357・3061972

中華民國 80 年 9 月初版一刷

ISBN 957-11-0376-4

基本定價 4.8 元

(如有缺頁或倒裝，本公司負責換新)



序

從輔導運動發展的歷史而言，五十年代末和六十年代初之際，「團體輔導」似乎失去其影響力，代之而起的是「團體諮商」的興起，尤其在教育機構，團體諮商被視為是導致行為改變的潛在資源。而在七十年代，尤其八十年代以後，團體諮商反而重新點燃對「團體輔導」的興趣，特別在國小層次，以及對各年齡層的結構性團體的輔導活動 (Gazda, 1989)。

在這種發展的趨勢之下，團體諮商的實務、研究和作品的急速擴展是可預期的。因此，近年來國外的團體諮商教科書出版品大大的增加，而且內容也比七〇年代更為豐富與完全。然而，國內團體諮商教科書本來就很缺乏，更談不上較新、較完整的團體諮商教科書。筆者多年來也常為找尋合適的教科書而苦惱，同時，學生對原文書的瞭解常有困難。為此需求，引發筆者從事著作本書的動機。

雖然本書主要是一本團體諮商導論的教科書，但是某些素材對資深的學生也頗具實用與參考價值。本書強調將理論概念和策略應用在各種團體環境，因此本書的讀者可包括：諮商員、諮商心理學家、社工人員和社區心理衛生工作者。

本書共十三章，可歸納成三大部分。第一部分是團體諮商與治療的核心主題，包括：團體諮商緒論，團體諮商理論基礎，團體領導者

的特質、技巧和風格，治療性元素，團體計畫與團體的形成，團體發展階段與成員的角色行為，團體諮商的評鑑等首七章。第二部分是團體諮商應用到較特殊對象的團體，包括：兒童團體諮商，青少年團體諮商，藥物濫用者團體諮商等次三章。第三部分是理論取向的團體模式，包括：諮商理論、技巧與問題領域，理論取向團體模式—阿德勒團體，理論取向團體模式—完形團體等末三章。最後是二篇附錄：團體諮商的專業倫理守則，以及生活技巧訓練的團體實例。

本書的完成要感謝很多人，其中尤其是本系修團體諮商課的學生。由於筆者初稿的字跡潦草，造成他們閱讀的不便，並且花了相當多的時間重新謄寫一遍。為此筆者要特別向他們表達謝意。最後我要感謝家人對我的支持、鼓勵和瞭解。有了他們的實質與精神上的協助與支持，本書才能順利完成。

本書付印倉促，錯誤難免，當祈學界先進，不吝指正。

黃月霞

輔仁大學應用心理學，八十年七月

團 · 體 · 諮 · 商 目次

序

第一部分 團體諮商核心主題 1

第一章 團體諮商緒論3

- ①歷史觀點→ 4
- ②心理學對團體工作的貢獻→ 8
- ③團體諮商的重要性→ 9
- ④團體諮商的目標→ 13
- ⑤團體諮商定義→ 15
- ⑥團體諮商的各種定義→ 17
- ⑦團體的種類→ 18
- ⑧團體輔導、團體諮商、團體治療→ 19
- ⑨團體諮商的類型→ 22
- ⑩團體諮商理論→ 30

第二章 團體諮商的理論基礎41

- ①發展性觀點——團體諮商的心理學基礎→ 42

	②人類的發展領域→ 43
	③二種團體的調適模式→ 46
	④晤談模式團體諮商：理論與假設→ 48
	⑤生活技巧訓練模式：理論與技巧領域→ 57
第三章	團體領導者的特質、技巧和風格69
	①領導者的功能與特質→ 70
	②領導者的技巧→ 75
	③領導者的領導取向→ 85
	④領導者的風格→ 87
第四章	治療性元素95
	①治療性元素研究的歷史發展→ 96
	②治療性元素模式→ 101
	③結論→ 114
第五章	團體計畫與團體的形成119
	①發展團體計畫專案綱要→ 119
	②團體計畫重要內容詳述→ 121
	③說服組織系統（工作單位）→ 131
	④成員的招選→ 132
	⑤團體組成的考慮因素→ 136
	⑥首次團體聚會→ 138
	⑦結論→ 145
第六章	團體發展階段與成員的角色行為151
	①團體的發展階段→ 151
	②團體發展階段和團體的互動目標→ 159
	③團體發展階段和具體目標、活動與諮商員反應

的配合 → 164

④成員角色和問題 → 164

⑤團體領導者對問題成員的因應策略摘要 → 169

第七章 團體諮商的評鑑179

①評鑑內容 → 180

②決定個別目標——需求的衡鑑與方法 → 180

③衡鑑團體目標的方法 → 182

④團體效果的確認——過程與結果的衡鑑 → 185

⑤過程的評估——團體成員互動 → 185

⑥團體結果的評估 → 192

⑦評鑑模式 → 197

第二部分 特殊對象的團體諮商 203

第八章 兒童團體諮商205

①兒童團體——發展性理論觀點 → 205

②選擇成員 → 208

③兒童期的一般性發展任務 → 209

④組成兒童團體需要考慮的特殊事項 → 210

⑤兒童團體諮商的技術 → 212

⑥活動與遊戲 → 213

⑦兒童特殊問題需要團體外的關注 → 214

第九章 青少年團體諮商217

①青少年的發展特徵、任務與需求 → 217

②團體諮商目標：青少年需求的評估 → 219

- ③技巧訓練團體模式→ 221
- ④青少年團體諮商的技術→ 221
- ⑤青少年團體的聚會時間、次數和持續期間→ 223
- ⑥處理與年齡有關的團體「問題」與因應策略→ 225

第十章 藥物濫用者團體諮商229

- ①藥物濫用的形成因素和處理方法→ 230
- ②團體處理的應用→ 231
- ③藥物濫用者的心理因素及因應方法→ 232
- ④藥物濫用生活技巧團體→ 235
- ⑤藥物濫用者晤談式諮商團體——非結構性→ 238

第三部分 理論取向的團體模式 245

第十一章 諮商理論、技巧與問題領域247

- ①重要諮商理論取向團體的目標比較→ 248
- ②諮商策略（理論）與三種主要問題領域→ 249
- ③團體諮商與輔導策略（諮商理論與技巧）→ 252
- ④結論→ 263

第十二章 理論取向團體模式——阿德勒團體 ...267

- ①理論架構：有目的的行爲→ 268
- ②生活型態→ 268
- ③不良適應→ 269
- ④治療或諮商的四階段→ 270
- ⑤團體治療→ 271

[6]阿德勒團體的個別、人際和過程目標→ 272

[7]對兒童與父母的治療性努力原則→ 273

[8]領導技巧與範例→ 277

第十三章 理論取向團體模式——完形團體281

[1]理論建構和重要概念→ 281

[2]自我察覺和此時此地→ 282

[3]完形治療團體目標：個別、人際和過程目標→ 283

[4]完形團體的調適策略→ 285

[5]重要策略應用實例→ 287

[6]重要策略在團體過程的應用→ 288

[7]完形學習活動→ 291

附錄(一) 團體輔導的專業倫理守則→ 293

附錄(二) 生活技巧訓練團體實例→ 295

第 · 一 · 部 · 分

團體諮商核心主題

第一部分包括七章，它代表團體諮商的核心部分。第一章是團體諮商緒論；第二章是團體諮商的理論基礎；第三章是團體領導者的特質、技巧和風格；第四章是治療性元素；第五章是團體計畫與團體的形成；第六章是團體發展階段與成員的角色行為；第七章是團體諮商的評鑑。

第一章

團體諮商緒論

團體對個體的人格塑造及控制成員在很多方面的行為具有相當大的影響力 (Shertzer & Stone, 1980)。過去二十年以來，使用團體過程以滿足不同個體的需求的趨勢一直在增加。如今它呈現出多種形式和應用，並為很多的消費群服務。也就是不同種類的團體被廣泛地應用在不同環境或機構。早在諮商被視為是一種助人方法的早期階段，不同種類團體就常作為滿足個體需求的手段。在早期，團體方式主要包括在「團體輔導」活動中，尤其是職業，教育和休閒等重要領域的輔導 (Brewer, 1942)。團體諮商在本世紀，原本是受過個別治療和輔導的少數學者所發展出來的。團體輔導運動是促進「團體諮商」發展的最大貢獻者 (Gazda, 1986)。在 1942 年，美國團體心理治療協會成立，接著小團體的研究結果，對團體過程產生新的領悟，而後團體諮商就變成處理諮商各種一般性目標及具體目標的正當方法，同時也被視為一種有效的，較為人所喜歡的協助模式。而今日的諮商員不僅被期待必須具有個別諮商，而且他也應該具有團體工作的能力。換言之，團體領導技巧被視為諮商員訓練或教育的一部分。(Vander Kolk 1985)

／ 歷史觀點

任何一種運動的發展及受到重視，皆有其時代背景，同時也與其它相關領域的發展有關聯。團體諮商從歷史的發展觀點而言，也受到大環境及一些具體相關的運動的影響。捨若等（Shertzer & Stone, 1980）認為，團體的發展受到美國在 1958－1968 年中，當時非私人性風氣（depersonalization）社會的影響。當時的社會明顯的表現出，個體對自我，和對社會的疏離感的嚴重性，社會人士對社會的重建和重整的呼聲很高。人們有需要認識自己是誰並建立其人際接觸。葛士達（Gazda, 1986）也提出團體諮商運動受到其它有關運動的影響。諸如：團體輔導、團體心理治療、兒童輔導、社會個案工作、團體工作、團體動力、以及人類潛能運動等，這些運動對團體諮商的發展有很大的貢獻。其中尤其是團體心理治療與團體輔導運動。

團體心理治療

以團體心理治療與輔導而言。雖然以團體方法應用在心理健康和輔導在早期就有記載。然而在傳統上，由培瑞特（Pratt）在 1905 年所領導的心理治療團體被承認是第一個。培瑞特是波士頓醫院的實習醫生，當時由於肺病患者付不起醫院治療費，他就將二十位病患集成一團體，為節省時間以團體方式教導他們有關基本的衛生常識，以及適當的休息、營養、居所環境等。從病患所寫的週誌中顯示出進步情況，同時團體成員彼此關懷所形成凝聚力逐漸發展出來。其實當時的團體主要是為了時間經濟的理由。培瑞特後來相信病患所孕育出來的良好關係具有治療性，同時開始注意到病患間相互有助益的影響作

用。

後來培瑞特對佛洛伊德所創始的心理分析運動產生很大的興趣。雖然佛洛伊德對團體的興趣主要是把它當作學習大眾心理學，及他的一位同事作為領導者產生強而有力的影響的研究方法而已。阿德勒在團體中採用心理分析法而有些進步。後來應用團體活動的心理分析學者有 Samuel, Slavson, Woll 和 Schavartz, 這三位學者都相信採用團體方式比個別治療更能有力的發揮心理分析概念的功效。他們尤其對團體互動和團體動力印象較深刻。

團體心理治療 (Group Psychotherapy) 這個名詞是在 1932 年由莫里諾 (J. L. Moreno) 所造的名詞 (Corsini, 1957)。而當時常以團體治療代替團體心理治療。其實早在莫里諾用此名詞以前，團體心理治療最常由美國精神科醫生和牧靈人員，以各種形式實施，而幾乎在同時，「團體諮商」這個名詞在 1931 年首次被用在 R.D.Allen 之文獻內。只是亞倫 (Allen) 所謂的團體諮商類似團體教導。(Group instruction)

團體輔導

葛士達 (Gazda, 1978) 認為團體輔導運動歷史可追溯到 1907 年在 Ceder Rapids 高中 (Iowa) 的「職業和道德輔導」課。1908 年 Connecticut, Wertpart 高中引進一門課為「職業資訊」(Occupational information)。雖然這些課是教導式的，它們視為是職業團體諮商的先驅。1930 年代這些課遍及美國全國，並導致多種團體輔導課本的出版。同時，非職業性的主題也出現在團體輔導過程。教師的導師時間 (homeroom) 也具有輔導功能，包括幫助建立關係，決定學生的需求和能力、發展適當的態度。團體輔導停留在教室直到 1950 年

代。葛士達認為，因為在此時，缺少諮商員，而教師又缺少團體動力的訓練，使得教室的輔導並非很有績效。從那時以後，教師就學習團體領導技巧，並關心學生的情感和認知的發展。學校諮商員已受到較好的教育訓練。並能為教師提供諮詢，以助長學生的發展。學校的教師在教室較能引導學生討論他們的感覺，引導有關發展個體的身體形象的各種練習活動。由此可了解到團體動力對教師的重要性。但是1950年代，學校行政部門對團體輔導的熱忱已經減退。在1970年代，由於受到行為諮商和技巧訓練的影響，傳統的團體輔導產生很大的變化，即結構性團體運動的興起。更重要的是，此時代之而起的是團體諮商。尤其在學校機構，團體諮商變成行為改變的潛在資源。

團體諮商的興起

上面已提過，「團體諮商」這個名詞最早出現在亞倫（Allen, 1931）的文獻中（Brewer, 1942）。但此時的團體諮商主要指團體教導（Group instruction）。其要點是個案研究時，領導者不表達其贊成或反對的意見或態度。此時，領導者是公正的、開放的、鼓勵參與者表達意見。偶爾複述並作摘要。它的個案研討方法類似當代的團體諮商員技巧。但當時的諮商員不以特殊個案組織他們的團體。雖然亞倫被認為是首次使用「團體諮商」這個名詞，但他不被當時的諮商員承認對團體輔導或諮商運動有重大影響力者。直到第二次世界大戰後十年，團體諮商才為人所接受。在當時，團體輔導、團體動力和團體治療已相當普遍，而團體諮商似乎是這些學門的延伸。以下是其歷史回顧。

在40年代中，緬因州，貝塔（Bethel）訓練團體中心，設計一種分析行為的方法，此團體的領導者和 Kurt Lewin（一個心理學家）

共同發展出一個觀念——人類關係技巧在現代社會的教育中是重要的，但它常被忽視。勒溫（Lewin）死後，團體的重點是以經驗性學習為主。也就是，在團體情境中，分析、討論並嘗試改善他們自己的行為。觀察他們與他人的互動以及團體過程，使他們更了解他們在團體內的運作，同時使他們更有能力處理人際關係。參與者所發展出來的溫暖關懷關係導致個體很深的私人性改變。

由於團體經驗和團體學習所導致的成效。這些人在 1947 年就創立了國家訓練實驗室（National Training Laboratories），此中心很快的就變成訓練工業界和教育界領導者的模式。N T L 訓練重點不在強調內容而在團體運作的過程（process）。團體領導者注重如何講，以及觀察對他人產生的影響，而非他說什麼話。因參與者的團體經驗不在學習內容，而焦點在如何學習，尤其在人際關係的領域。

雖然以經驗為主的學習在過去二十年來已產生重大改變，但還是具有很大的影響力。成千上萬接受過這種訓練的人都變成領導者，而幾百萬人都有過這種團體經驗。因此，近來團體取向在實務上、研究和學術著作都有相當的擴展。這些哲學概念成為各種會心、成長和發展性團體的基礎。

從 1970 年代以來團體諮商以技巧訓練為重要發展趨勢，技巧訓練似乎成為傳統團體諮商的另一種選擇方式。而在 1980 年代，「社會技巧訓練」成為各種技巧訓練的代名詞（Vander Kolk, 1985）。以歷史觀點來看，在 1950 年代末期和 1960 年代早期中，團體輔導已失去其影響力。它對團體諮商的影响力已喪失，反而團體諮商從此影響團體輔導。這個運動重燃起對團體輔導的興趣，並影響了團體輔導以結構性團體對各年齡層，尤其在小學階段的輔導的活動。換言之，團體輔導在 1970 年代受到團體諮商技巧訓練的影響，興起了結構性運動。