



# 團體諮商

—心理團體的理論與實務

何長珠／著

# 團體諮商

## —心理團體的理論與實務

你，想了解自己在與人互動時之特徵與心理依據嗎？

你，想要藉一本書來總括了解各種心理團體(團輔、團諮及團治)之動力及重要概念嗎？

你，困惑於有關團體的各項英文理論，但卻看不到一本統整以實務性(本土性)經驗為基礎，來做解說的參考書嗎？

你，想做有關團體諮商方面的研究和設計嗎？

最後，也是最重要的一點：你想成為一個有效的小團體領導者嗎？

如果，你的答案都是肯定的，那麼，我推薦你，來讀這本書！



五南文化事業

ISBN 957-11-3407-4 (178)



五南圖書出版公司

# 團體諮商

——心理團體的理論與實務

何 長 珠 著

彰化師大輔導與諮商學系教授

五南圖書出版公司 印行



國家圖書館出版品預行編目資料

團體諮商—心理團體的理論與實務／何長珠著。

——二版。——臺北市：五南，2003 [民92]

面；公分

參考書目：面

含索引

ISBN 957-11-3407-4 (平裝)

1. 諮商 2. 團體治療

178.4

92015810

1B93

## 團體諮商—心理團體的理論與實務

作者 何長珠 (50)

編輯 蔣和平

出版者 五南圖書出版股份有限公司

發行人 楊榮川

地址：台北市大安區 106  
和平東路二段 339 號 4 樓

電話：02-27055066 (代表號)

傳真：02-27066100

劃撥：0106895-3

網址：<http://www.wunan.com.tw>

電子郵件：[wunan@wunan.com.tw](mailto:wunan@wunan.com.tw)

顧問 財團法人資訊工業策進會科技法律中心

版刷 2003 年 9 月二版一刷

定價 550 元

版權所有·請予尊重

## FORWARD PREFACE INTRODUCTION

by

**James P. Trotzer, Ph.D.**

In 1974-75 I had the opportunity and privilege to serve as a visiting professor in the Guidance department of Taiwan Provincial College of Education in Changhua (Now named the National Changhua University of Education). I had the additional good fortune of being assigned Ms. Pearl Ho as my assistant. The following year Ms. Ho received an assistantship from the University of Wisconsin-River Falls and subsequently also became my student earning her masters degree in Guidance and Counseling. Upon completion of her masters work she returned to Taiwan where in the course of her professional and scholarly efforts she translated the first edition of my textbook *The Counselor and the Group: Integrating Theory, Training and Practice* (1981). Now some 20 years later it is my honor and privilege to write a forward to her group text *Group Counseling: The Theory and Practice of Psychological Groups*.

Dr. Pearl Ho made a deep and lasting impression as my assistant, student and translator. She was an acute observer, purveyor and explicator of her own culture while at the same time expressing a serious and enthusiastic interest in western and American culture. She emanated a diligence and commitment as student to thoroughly understand and experience group dynamics and the group process. She also had a profound sense of determination and direction per-

sonally and professionally. All of these qualities are represented in the comprehensiveness and depth of her book which is a consummation of thirty years of teaching, training, leading and researching group work in a variety of educational settings.

Group dynamics are truly the common denominator of all human experiences, and group process contains the language of influence that pervades and reflects every racial, ethnic, cultural, socio-economic, political and psychological aspect of our humanity. Without group relationships there would be no individuality, no community, no intimacy and no wholeness. In other words, without relational connection there can be no humanness. Such is the basic premise which prompts the writing of a text on group work and commends its merit.


The content of Dr. Ho's book is based on an extensive review of literature that reflects the state of the art in group work and represents the cutting edge of research and practice as explicated in contemporary English and Chinese group texts and professional journals. In particular the book expresses the author's deep conviction that group dynamics integrated into the classroom as group guidance and group counseling are the best and most effective means of not only enhancing education and the learning process but also responding constructively to the world wide tendency of alienation that characterizes adolescents.

The format of the text presents a comprehensive consideration of group work integrating theoretical and applied aspects of group dynamics and process. It presents useful material for group practitioners that will guide and assist them in conducting effective groups. The scope of the book is eminently

practical and utilitarian. .

A careful review of the table of contents reveals that meticulous care was taken to organize a text that provides the group leader with a clearly delineated focus, a solid theoretical and conceptual foundation and a distinctly practical process for the conduct of group work. In addition, the pragmatic parameters for organizing, evaluation and researching group work are included which make the text a veritable handbook for group practice.

Therefore, it is with a great sense of pride and professional respect that I recommend this book to you and commend its author.

A handwritten signature in black ink, reading "James P. Hoyle" followed by a stylized circular flourish.

## 序

目前市面上有關介紹團體的書，已有好幾本。而且每位作（譯）者，亦無不自其特殊的專長或興趣，來描述團體的真相。如團體輔導、團體諮商、團體動力等等不一而足。這些不同觀點的切入和闡釋，對團體的學習者而言，自然是極有裨益的。

屈指算來，本作者任教團體諮商及實習有關的課目，也有將近三十年的時光了。在每年的教與學中，不少的體會就這麼累積起來。因此會愈來愈感覺到，理論與實務互相配合出現的必要性（如此學生才能有更真實的學習），而且這實務還應該是「本土的」，是由實際去做中所得到的經驗之分享，這是這本書所以會產生的源起。

因此這本書的特色有兩點：其一是在多方蒐集中外相關可能文獻的基礎上，對所討論的主題做一個列舉式之呈現，並附以作者統整後的一種解說。其二是儘量列入相當篇幅的實例說明。前者的例子，如第 1、2、3、4、11 章，尤以第 4 章領導力訓練模式部分之資料，最能代表此種努力。後者之例子，則可自 5、6、7、8、9、10 章的資料，略窺其詳。第 12 章則為本書中，最與團體輔導有關的部分，也可視為一個團體工作者，統整理論應用於班級實務的一種企圖。

對一般學生階段的學習者來說，這本書經過整理所呈現的解說，或可協助其對心理團體這方面資料的一個較完整理念之獲得；而對正在帶團體實務的人來說，可能是從而得到啟發或體會的一本工具書；最後對想從事這方面研究的工作者而言，書中對某些論題的整理，應可催化有關的一些思考。

出版這本書完成了作者的二大心願。一是對個人多年專業生涯的一個回饋；三十年前彭駕驛主任使我有教這門課的機會；隨後去美國 Wisconsin-River Falls 讀輔導碩士的階段，又有機緣翻譯了 Dr. J. Trotzer 的



## 2 團體諮商——心理團體的理論與實務

《諮商員與團體》一書（台灣民國 80 年代前相關科系的工作者，很多人是自此書入門團體諮商之領域的），更讓我覺得在歷史的傳承上，自己似乎也應該交出一棒。另外一個刺激，則是發生在去大英圖書館，看到聖經真跡後的心靈震盪，在今生此世，留下一份用心用意得到的資料，雖然在浩瀚的知識之海中，只是一點蛛絲馬跡，卻也具有無人能夠抹殺的存在之價值！

再版時，基本上是全書整個再加入相關的新資料，特別是第 1 章；並在附錄部分，增添不少過去 5 年來的新資訊。

關於表格部分之更新，特別要謝謝本系 91 級畢業的校友吳欣謙幾個月來的辛勤整理，使這本書的再版更具有時效上的意義。也謝謝五南多年來的支持，使本人和讀者，都同蒙專業分享及成長之惠良多！！

何長珠

民國 92 年 8 月於八卦山居

## 目次

## FORWARD PREFACE INTRODUCTION

## 序

<b>第 1 章 團體緒論——定義、特質、目標、模式、區分與歷史流變</b> .....	1
第一節 團體的定義／特質與目標.....	3
第二節 三種心理團體（團體輔導、團體諮商與團體治療）之比較.....	5
第三節 團體之模式.....	9
第四節 團體的歷史流變.....	14
第五節 團體工作的趨勢.....	19
<b>第 2 章 團體動力</b> .....	31
第一節 團體動力之定義.....	33
第二節 團體動力的影響變項.....	35
第三節 團體動力的歷史發展.....	38
第四節 團體動力之內容.....	40
<b>第 3 章 團體輔導、諮商與治療的理論基礎</b> .....	53
緒論.....	55
第一節 團體的文化脈絡.....	55
第二節 團體的社會理論.....	60

## 2 團體諮商——心理團體的理論與實務

第三節 團體的心理學基礎·····	64
第四節 諮商心理學的理論對團體之貢獻·····	68
第五節 不同類型的心理團體·····	72
結 論·····	81
<b>第4章 團體的領導者·····</b>	<b>83</b>
緒 論·····	85
第一節 領導力之定義·····	85
第二節 領導者之功能與角色·····	89
第三節 團體領導者技巧·····	96
第四節 領導者之類型·····	100
第五節 領導力訓練模式·····	103
<b>第5章 團體成員·····</b>	<b>121</b>
第一節 成員之重要性·····	123
第二節 團體成員的性質·····	124
第三節 團體成員的角色·····	128
第四節 團體成員之角色類型·····	130
第五節 成員在團體中的問題·····	136
第六節 有效成員與無效成員·····	140
第七節 參與團體的心理準備·····	141
結 語·····	145
<b>第6章 團體的過程（階段）與問題處理·····</b>	<b>147</b>
前 言·····	149
第一節 團體過程的定義內容及重要性·····	149
第二節 團體階段發展之理論·····	151
第三節 團體階段·····	158

第四節	團體階段之問題診斷與處理之統整	159
第五節	團體階段之問題舉例與各理論學派之處理方式	163
<b>第 7 章</b>	<b>團體諮商領導力的督導</b>	<b>173</b>
前 言		175
第一節	諮商督導的基本概念	175
第二節	團體諮商之督導	179
第三節	團體督導與團體階段	181
第四節	一個團體督導的實例	185
第五節	團體督導問題舉例及回饋	189
結 論		196
<b>第 8 章</b>	<b>組成團體的結構與團體聚會之始末</b>	<b>197</b>
前 言		199
第一節	團體組成的需要	199
第二節	組成團體的考慮架構	201
第三節	團體組成的一個實例	215
第四節	團體之「始」——第 1 次聚會的最初 15 分鐘	218
第五節	如何使團體有效的結束	222
<b>第 9 章</b>	<b>團體的評估</b>	<b>227</b>
前 言		229
第一節	評估之定義、目的及內容	229
第二節	評估之方式與觀察	231
第三節	評估之原則與注意事項	233
第四節	評估之模式	235
第五節	評估之向度	235
第六節	評估之實例	245

<b>第 10 章 團體諮商的研究</b> .....	<b>249</b>
前 言 .....	251
第一節 團體諮商研究的內容架構 .....	251
第二節 團諮研究的歷史發展 .....	253
第三節 國內團諮研究之內容與特質 .....	263
第四節 未來國內團諮研究上的注意事項 .....	292
<b>第 11 章 團體諮商的方案設計</b> .....	<b>297</b>
前 言 .....	299
第一節 方案設計 .....	299
第二節 方案內容與理論應有架構間不一致之例 .....	299
第三節 同一處理主題的不同活動設計之選擇 .....	309
第四節 有效團諮方案設計之舉例——憤怒控制團諮方案 之設計 .....	315
第五節 溝通活動（暖身）之選擇與配合 .....	316
<b>第 12 章 動力性的班級團體輔導</b> .....	<b>319</b>
前 言 .....	321
第一節 班級教學與團體輔導結合之可能 .....	322
第二節 問題背景 .....	323
第三節 理論架構與名詞界定 .....	326
第四節 影響教室學習有關因素之探討(一)——教師領導 .....	328
第五節 影響教室學習有關因素之探討(二)——合作性學習 .....	344
第六節 班級團體輔導方案之相關研究 .....	349
第七節 班級團體輔導方案之實施步驟 .....	353
第八節 班級團體輔導方案之設計 .....	357
第九節 實施時的注意事項 .....	359

第十節 班級團體輔導方案舉隅.....	360
<b>附 錄.....</b>	<b>363</b>
附錄 A 國內各大學開設之團體課程.....	365
附錄 B 社交技巧量表.....	370
附錄 C 團體過程記錄.....	373
附錄 C1 團體領導者自我評估與反思記錄表（由領導者填寫） .....	375
附錄 C2 同儕督導團體過程記錄表（由同儕填寫） .....	376
附錄 D 團體滿意度量表.....	378
附錄 E 團體感受卡.....	379
附錄 F 團體領導技巧登錄表 .....	381
附錄 G1 Hills 互動矩陣 .....	382
附錄 G2 團體互動登錄表 .....	383
附錄 H 團體督導記錄表.....	384
附錄 I 憤怒控制技巧之團諮訓練方案 A .....	385
附錄 J 憤怒控制技巧之團諮訓練方案 B.....	401
附錄 K 憤怒控制技巧之團諮訓練方案 C.....	411
附錄 L 心理團體領導者之倫理檢核表 .....	427
附錄 M 焦點解決團體諮商研究碩、博士（*）論文摘要一覽 ...	432
附錄 N 認知團體諮商研究碩、博士（*）論文摘要一覽 .....	435
· 中文參考書目 · .....	451
· 英文參考書目 · .....	465
· 作者索引（中文） · .....	471
· 作者索引（英文） · .....	473



6 團體諮商——心理團體的理論與實務

· 關鍵字索引（中文） · .....	477
· 關鍵字索引（英文） · .....	482

## 圖表目次

圖 1-1	團體輔導、團體諮商與團體心理治療之比較	7
圖 1-2	團輔模式立體圖	10
圖 1-3	團諮模式立體圖	11
圖 2-1	團體中人際行為世界的建構歷程	34
圖 2-2	人際信任發展模式	47
圖 3-1	團體的心理學模式	65
圖 4-1	(Gough, 1957)	101
圖 5-1	團體成員反應的卡通素描	131
圖 5-2	人格的人際向度	132
圖 6-1	心理分析的兩個主要人格概念	154
圖 7-1	督導的理論架構	176
圖 9-1	方案評估的基模模式	236
圖 9-2	PPBS	237
圖 12-1	學習輔導介入策略之綜合模式	352
圖 12-2	動力性班級座位之安排	356
表 1-1	團體輔導、團體諮商與團體心理治療三種心理團體 之區分	8
表 1-2	心理團體之任務、關係、目標與接觸模式	12
表 1-3	心理團體的歷史發展	14
表 1-4	團體討論的六種形式	22
表 1-5	團體發展理論中有關領導者資料之取向	25
表 2-1	團體動力的歷史發展	38
表 2-2	與成員狀態有關的非語言行為	49
表 2-3	影響心理團體動力的變項	50

## 2 團體諮商——心理團體的理論與實務

表 3-1	自主性趨勢與融合性趨勢在不同社會中之可能組合	57
表 3-2	三種社會關係中之不同人際對待原則、方式、互依型態及互動效果	59
表 3-3	認知—感受結構表 (MBTI)	68
表 3-4	諮商心理學之理論對心理團體之貢獻	69
表 3-5	心性發展階段之特徵與團體之處理焦點	73
表 4-1	領導力行為的兩個基本向度	87
表 4-2	團體領導者技巧總觀	96
表 4-3	心理團體領導者訓練方案一覽表	105
表 5-1	團體成員之角色及其對團體動力之影響	133
表 5-2	團體的效果與相對應的五種成員結果	142
表 6-1	影響團體互動的有關因素	150
表 6-2	心理分析學派觀點的團體角色與人格情緒之關係	155
表 6-3	心理分析學派 (團體治療) 團體階段發展之摘要表	156
表 6-4	團體中之問題與各學派處理模式之比較—— (1) 團體初期的沈默	164
表 6-5	團體中之問題與各學派處理模式之比較—— (2) 團體對領導者之攻擊	166
表 6-6	團體中之問題與各學派處理模式之比較—— (3) 持續保持距離之成員	168
表 6-7	團體中之問題與各學派處理模式之比較—— (4) 某一成員選擇離開團體時	170
表 7-1	團體督導模式之分類	180
表 7-2	團體過程與督導	181
表 7-3	團體督導概要表	183
表 9-1	彰化區國小輔導評估之內容(一)	239
表 9-2	彰化區國小輔導評估之內容(二)	240
表 9-3	團體目標測定量表之因素分析	242