

國立台東大學教育學系(所)

碩士學位論文

指導教授：李偉俊 博士

人際關係輔導方案對高關懷學生其
社交關係影響之行動研究



研 究 生：王凱生 撰

中華民國九十八年七月一日

國立台東大學
學位論文考試委員審定書

系所別：教育學系(所) 教育行政碩士在職專班(夜)

本班 王凱生 君

所提之論文 人際關係輔導方案對高關懷學生社交關係影響之行動研究

業經本委員會通過合於 ☒ 碩士學位論文 條件
☐ 博士學位論文

論文學位考試委員會：

黃翔翔

(學位考試委員會主席)

何俊青

李偉俊

(指導教授)

論文學位考試日期：98年 07月 03日

國立台東大學

附註：1.一式二份經學位考試委員會簽後，送交系所辦公室及註冊組或進修部存查。

2.本表為日夜學制通用，請依個人學制分送教務處或進修部辦理。

博碩士論文授權書

本授權書所授權之論文為本人在 國立臺東大學 教研所 系(所)
碩士學位班 九十七學年度第 二 學期取得 碩士學位之論文。
論文名稱：

本人具有著作財產權之論文全文資料，授權予下列單位：

同意	不同意	單 位
☒	☐	國家圖書館
☒	☐	本人畢業學校圖書館
☒	☐	與本人畢業學校圖書館簽訂合作協議之資料庫業者

得不限地域、時間與次數以微縮、光碟或其他各種數位化方式重製後散布發行或上載網站，藉由網路傳輸，提供讀者基於個人非營利性質之線上檢索、閱覽、下載或列印。

☒ 同意 ☐ 不同意 本人畢業學校圖書館基於學術傳播之目的，在上述範圍內得再授權第三人進行資料重製。

本論文為本人向經濟部智慧財產局申請專利(未申請者本條款請不予理會)的附件之一，申請文號為：_____，請將全文資料延後半年再公開。

公開時程

立即公開	一年後公開	二年後公開	三年後公開
☐	☐	☐	☐

上述授權內容均無須訂立讓與及授權契約書。依本授權之發行權為非專屬性發行權利。依本授權所為之收錄、重製、發行及學術研發利用均為無償。
上述同意與不同意之欄位若未勾選，本人同意視同授權。

指導教授姓名： 李偉俊 (親筆簽名)

研究生簽名： 王凱生 (親筆正楷)

學 號： 1796014 (務必填寫)

日 期：中華民國 98 年 7 月 20 日

1. 本授權書 (得自 <http://www.lib.nttu.edu.tw/theses/> 下載) 請以黑筆撰寫並影印裝訂於書名頁之次頁。

2. 依據 91 學年度第一學期一次教務會議決議: 研究生畢業論文「至少需授權學校圖書館數位化，並至遲於三年後上載網路供各界使用及校內瀏覽。」

授權書版本: 2008/05/29

謝 誌

感謝上帝的祝福！

論文終於告一段落，一路走來，許多的愁雲莫展，點滴都在心頭

雖然這不是一部完美的論文，但是擁有許多人的祝福在裡頭

研究過程中，讓我學到了做學問的工夫，認真處事的態度

感謝的人很多，僅此表達誠摯的謝意，

感謝恩師李偉俊教授的悉心指導及包容我的怠惰，在緊要關頭的鼎力協助，在此致上最誠摯的敬意與謝意。

還要感謝口委何俊青教授黃泮祥教授的指正及寶貴意見的提供，使我獲益良多

在論文撰寫過程中，同班同學共同努力的艱苦過程，

同事的鼓勵與協助，讓我得以有毅力度過困難與挫折

還有我的家人，由於您們的包容與支持我才得以順利完成這不可能的挑戰

炎炎盛夏，淡淡的清風吹拂著臉龐，已經好久好久沒有這樣美好的感受了，感謝在這段歷程中曾經關心，鼓勵過我的所有人，誠摯的與您分享畢業的喜悅！

王凱生謹誌

2009.7.20

摘要

本研究旨在探討高關懷學生同儕間的社交地位情形，並以人際關係小團體輔導方案介入對其在社交關係進行行動研究，對象是本校97學年度六位有中輟之虞的高關懷學生，以「社交測量」為工具，量化資料是取自個人在班級同儕間的社交地位，並於方案介入前後，進行前測後測追蹤測比較分析之。質化資料包括小團體輔導方案中的各項活動記錄及回饋資料，本研究的小團體輔導方案設計係參考國內外與提昇社交技巧相關的文獻及方案設計而成，研究結果顯示：

（一）大部份高關懷學生的社交關係不甚良好。

（二）高關懷學生經過方案介入後，

社交地位被喜次數，六位高關懷學生並沒有顯著增加，但是在質方面六位高關懷學生都有改善。

社交地位被拒次數，六位高關懷學生身上，有三位被拒減少趨勢。

社交地位.Coie類別，六位高關懷學生中有三位學員有改善

（三）於方案實施過程中，發現團體中的女性成員，因參加此次活動方案，結果都成了好朋友。

本次對本校高關懷中輟學生實施的人際小團體輔導方案的研究，確實有改善高關懷學生因為人際問題而再次中輟的發生。

關鍵詞：高關懷學生、小團體輔導方案、社交測量

An Action Inquiry about the Effect of the Small Group Guidance on Highly-Concerned Students' Social Network

Kai-Sheng Wang

Teacher, Taitung County Hsin-sheng Junior High School

Abstract

This paper is a study of peer-group social status of highly-concerned students, and a pilot- and action research on their social network conducted during the process of the small group guidance. We use six potential drop-out highly-concerned students from Taitung municipal Hsin Sheng junior high school 2008 as our samples, the individually peer-group social status of which is quantified by Sociometric measure to enable analysis and comparison between pre- and post-experiment. Moreover, the qualified data culled from the activity records and feedback in guidance programs is also discussed. The programs we designed are framed by the domestic literature on social skills improvement and program design. The findings suggest that: A) Most highly-concerned students perform badly in social relationship; B) After guidance programs are introduced, six highly-concerned students don't advance in number of times accepted, but the quality is significantly improved. Number of times rejected decrease in three of six highly-concerned students, besides, three of six highly-concerned students improve in Coie category; C) When implementing the project, we find that all the female members involved turn to be good friends in the end.

The study focuses on the drop-out highly-concerned students in the application of the small group guidance, suggesting the appreciable improvement to keep them from dropping out due to the interpersonal conflict.

Keywords: highly-concerned students, small group guidance, sociometric measure

目次

第一章 緒論.....	1
第一節 研究問題背景與動機.....	1
第二節 研究目的與問題.....	3
第三節 名詞釋義.....	4
第二章 文獻探討.....	6
第一節 高關懷學生的形成原因及轉導策略.....	6
第二節 同儕關係理論.....	8
第三節 社交理論與社交關係.....	14
第四節 社會地位計量的評定方案與相關研究.....	16
第三章 研究方法與設計.....	24
第一節 研究方法與流程.....	24
第二節 研究場域與對象.....	28
第三節 研究工具.....	30
第四節 行動研究方案設計.....	33
第五節 行動研究階段.....	37
第六節 資料分析與省思檢討.....	40
第七節 研究限制.....	46
第四章 結果與討論.....	47
第一節 高關懷學生社交地位的改變.....	47
第二節 兩位個案的同儕相關情形.....	58
第三節 影響個案的同儕關係的成因.....	65
第四節 小團體輔導方案的行動策略.....	73
第五節 行動研究者的省思.....	86
第五章 結論與建議.....	90
第一節 結論.....	90
第二節 建議.....	97

參考文獻資料.....	102
中文部分.....	102
西文部份.....	104



表次

表2-1 各學者對社會地位測量的內涵及優缺點觀點一覽表	18
表3-1 高關懷學生基本資料表.....	29
表3-2 前導性研究人際團體活動方案大綱.....	35
表3-3 修訂團體活動方案大綱.....	36
表3-4 相關受訪資本資料摘要.....	43
表4-1 社交測量個人被喜次數前後追蹤測對照表.....	48
表4-2 社交測量個人被拒次數前後追蹤測對照表.....	50
表4-3 社交測量個人互喜次數前後追蹤測對照表.....	52
表4-4 社交測量個人互拒次數前後追蹤測對照表.....	54
表4-5 社交測量個人天馬類別前後及追蹤測對照表.....	56
表4-6 社交測量個人coie類別前後及追蹤測對照表.....	57
表4-7 青少年喜歡不喜歡人格特質對照表.....	82



圖次

圖3-1 研究流程圖.....	26
圖3-2 研究流程圖.....	27
圖3-3 行動研究時間序列圖.....	39
圖4-1 被喜次數在方案前後及追蹤測分析圖.....	47
圖4-2 被拒次數在方案前後及追蹤測分析圖.....	50
圖4-3 互喜次數在方案前後及追蹤測分析圖.....	52
圖4-4 互拒次數在方案前後及追蹤測分析圖.....	54



附錄

附件1 個人社交關係明細圖.....	107
附件2 個人社交關係明細圖.....	108
附件3 個人社交關係明細圖.....	109
附件4 個人社交關係明細圖.....	110
附件5 個人社交關係明細圖.....	111
附件6 個人社交關係明細圖.....	112
附件7 我們的團體規範.....	113
附件8 情緒調色盤.....	114
附件9 認識情緒字眼.....	115
附件10 對自己的情緒負責.....	116
附件11 你的EQ有多High.....	117
附件12 我的價值觀.....	118
附件13 社交技巧方案一.....	119
附件14 社交技巧方案二.....	120
附件15 社交技巧方案三.....	121
附件16 社交技巧方案四.....	122
附件17 社交技巧方案五.....	123
附件18 社交技巧方案六.....	124
附件19 社交技巧方案七.....	125
附件20 社交技巧方案八.....	126
附件21 社交技巧方案九.....	126
附件22 社交技巧方案十.....	128
附件23 社交技巧方案十一.....	129
附件24 社交技巧方案十二.....	130
附件25 社交技巧方案十三.....	131

第一章 緒論

第一節 問題背景與研究動機

壹、問題背景

隨著科技的進步，快速的社會變遷，整個世界的距離被拉近了，但是人與人之間的距離卻沒有因距離的拉近而更加的貼近，青少年生長在充滿壓力的環境中，是處於過度保護、或是乏人問津，或是處於缺乏關照、互動不良、同儕排擠的學校裡？當面對這些壓力或衝突時，倘若沒有適時給予關注與指導，便很容易陷入一種挫折，氣餒的情境中。

黃德祥(2005)認為所有的社會都有各自的地位階層，每個人都期望知道自己在社會中的地位，而在同儕團體中，青少年可以試驗如何成為支配性或順從性的社會地位，並從別人的回饋中知道自己地位的高低。由於個體的同儕社會地位之高低，能顯示出個體的行為表現和人際關係之良否，對於身處社會變動與成長急速改變的國中學生而言，青少年階段是個體對自己的看法、角色任務的認定與社會地位形成的重要時期(李惠加，1997；張春興，1992)，因此透過對「同儕社會地位」的了解，則有助於國中生的自我覺察和認同，並能與他人作比較而知其差異性何在，進而在互動過程中發展更佳的社交能力，讓自己擁有更親密的歸屬感，使身心發展更為健全。由此可知，同儕社會地位的探討，對國中生的身心發展是有其重要性的。

在資訊發達的時代裡，青少年從網路上所接觸到的訊息十分廣泛，他們好的壞的資訊都全然接收，在好奇心或是同儕的利誘之下，一旦影響了求學的繼續時就形成了輟學。國內有關中途輟學與青年犯罪的研究報告也發現，中輟生與少年

犯罪問題有密切相關。犯罪少年的教育程度又以國中學生最多占 55%，國中肄業占 54.76%，高中肄業占 29.26%，上述比例占全部犯罪青年近 85%（法務部，1999）。因中輟而合併衍生出許多的犯罪問題，身為老師的我們如果能早期察覺一些特殊的徵兆，藉由輔導技巧來幫助青少年，提升自我認知，增加溝通能力，將可減少青少年因中輟而產生的不良影響，也可減少一些社會問題。

貳、研究動機

研究者任教於一所有 60 個班級數的中型國中。本身負責學生中輟業務已經十三個年頭，自從擔任這個業務至今，接觸過不少高關懷學生中的中輟學生，這一群年齡 12~15 歲在國民中學就讀的青少年們，因為個人、同儕、家庭、社會等因素，無法正常的到學校接受國民義務教育者都被統稱為中輟生（高關懷學生）。十多年來中輟學生人數都在個位數字以下，惟獨在 2003 年時中輟學生人數爆增為十二位，是歷年人數最多的一年。鄉下學校中輟生的人數情況更為嚴重，政府眼見中輟學生勢態的嚴重，於是全力投入大批人力關注這一群無故失學的學生，並喊出零拒絕、零中輟的口號，截自今天中輟人數仍然無法達到零中輟的目標，為何會如此？此為研究者研究動機之一。

由於政府的出面關切，現今中輟學生人數確實也有了明顯的改善，但是每次在輔導中輟學生的過程中，都可親眼看見中輟學生背後一段鮮少人知的故事，一幕幕讓人感歎的事實，存在生活當中，儘管老師費盡心思，努力把中輟的學生找了回來，但是中輟生背後的問題並不會因學生的複學而消失，有多項研究顯示，中途輟學行為並不是單一的個別事件，而是一段歷程，也是眾多因素交互作用的結果（吳芝儀，2000；黃品端，2002）。然而有些問題也因輟學生的複學而衍生而來，在如此複雜的中輟成因中，為了深入探討與瞭解台東縣中輟成因，是否有所不同，此為研究者研究動機之二。

有些中輟成因根本不是學校老師有能力解決的問題，研究者將針對高關懷同學在人際互動方面作探討，希望能在輔導過程中，運用各種可能的管道並結合中

輟學生身邊有影響力的人士，通力合作，適時的伸出援手，讓這些迷途的學生能在充滿愛的關懷中，找回自信與尊嚴，幫助他們看見希望，幫助他們完成國民義務教育，讓高關懷學生的人數降到最低，以為研究者研究動機之三。

第二節 研究目的與問題

壹、研究目的

本研究的主要目的是透過人際關係小團體輔導方案的實施，瞭解對高關懷中輟學生在此輔導方案實施後的社交關係改變情形，基於以上的研究動機與目的，本研究的研究目的分述如下：

- 一、探討高關懷學生在學校中與班級同儕之間的社會地位情形。
- 二、探討人際關係小團體輔導方案對於高關懷學生社會地位的改變情形。
- 三、探討人際關係小團體輔導方案之實施過程中，參與學生與師長的評價情形。
- 四、歸納研究結果並提出具體建議，以供未來進行輔導高關懷學生之參考。

貳、研究問題

根據以上的研究目的，本研究擬探討的研究問題如下：

- 一、分析高關懷學生在原班級裡的社交測量的社交指數與社會地位為何？
- 二、實施人際關係小團體輔導方案對高關懷學生社交關係之改變情形為何？
- 三、分析參與學生與師長對於人際關係小團體輔導方案課程的評價為何？

第三節 名詞釋義

爲使本研究所使用的名詞意義更加明確，茲將本研究中重要名詞加以定義並分別敘述如下：

壹、中輟學生

本研究所指的中輟學生是：國民中小學未經請假且未到校三日以上的學生，包括轉學時未向轉入學校報到達三日以上和開學三日內未到校冊之國民教育階段學生（除死亡因素外），即將列爲中途輟學學生。

貳、高關懷學生

本研究所指的高關懷學生是：在求學階段的中學生在各班的學業成績差，學校適應不良，有違規事情，家庭失功能，處於行爲偏差邊緣之學生，中輟及犯罪之虞者，經導師推薦及輔導室篩選出來的學生。

參、社會地位

本研究所指的「社會地位」係指受試者在採用之「涂春仁(1999)改進劉焜輝修訂之天馬關係量表」中所得的個人社會地位，包括有：受歡迎、被拒絕、被忽視、受爭議、普通等四個情形與類別，來顯示受試者在班級同儕間的社會地位。

肆、社交關係

本研究的社交關係是指，同班同學以喜歡或不喜歡的同儕提名法在受試者的班級裡，測得每一個同學在班級團體中的社交地位關係是受歡迎，被忽視，被拒絕，受爭議，普通五種地位情況。

伍、人際關係小團體輔導方案

社交技巧係指個人能以適當方式與策略和他人溝通的能力(Shultz, Forio & Frilson, 1982)，而本研究以高關懷學生為中心，先行了解其在班級中的社交地位情形，然後設計與實施為期八至十週的小團體輔導方案，並在小團體輔導活動中，教導高關懷學生能運用社交技巧並控制個人偏差行為，進而與教師及班級同儕能進行有效溝通，以達到增進良好人際關係的研究目的



第二章 文獻探討

本章針對高關懷學生與社交地位測量等主題整理相關的研究與文獻，以奠定本研究之理論基礎依據。本章共分四節，第一節為高關懷學生的形成原因及輔導策略；第二節為同儕與人際關係的相關研究；第三節為社交理論及社交技巧之相關研究；第四節為團體輔導的理論基礎，並藉由此章的文獻探討作為本研究進行人際關係小團體輔導方案活動課程設計的主要參考。

第一節 高關懷學生的形成原因及輔導策略

要解決高關懷學生的問題，從瞭解高關懷學生的特質和背景去探討，更能深入問題的所在，以下是高關懷學生形成高危險群的原因及其輔導策略。

壹、高關懷學生的形成原因

近年來有關高關懷中輟學生的形成原因，國內外看法都滿一致的，形成因素不外乎個人，家庭，社會，同儕。而高危險群學生為個人因生理或心理狀態，以及家庭、學校、社會、文化環境等不利因素的影響，在舊有的教育體系下不易獲得成功經驗的學生，甚至面臨教育或學業失敗的高危險群，容易發生輟學、暴力、藥物濫用、自我傷害等行為傾向的青少年（連廷嘉，2004）。而青少年面臨到心理、生理和社會適應的挑戰，若因家庭、學校、同儕團體、社會無法提供青少年的需求，則青少年容易發展出無法被認同或不被接受的高危險行為或適應失調的行為（陳怡束，2002）。

綜上所述，對高危險青少年的輔導宜儘早，以期有預防犯罪和矯正偏差行為的功能，輔導人員要給予高危險青少年長期關懷與協助，並透過資源和輔導方案提升他們的生活適應力、這是急需要的。

貳、高關懷學生的輔導策略

目前對於高關懷學生的輔導策略分爲三種 Dryfoos(1990) 分別爲家庭、學校、社會等三方面，其相關的輔導策略如下所述：

一、家庭親職教育

- 1、家長認同，並給予正面的鼓勵。
- 2、強化孩子興趣與才能。
- 3、適切關心與督導孩子的行爲。
- 4、父母不過度期望、增加孩子課業的負荷。

二、學校相關課程

- 1、透過一般課程、特殊課程、團體輔導或班級輔導進行社會適應的訓練、問題技巧的解決或其他相關的訓練。
- 2、透過學校的行政組織安排，將有問題行爲的青少年，用固定的時間且不妨礙課業的方式，進行和他們的生活經驗做成相關的活動；
- 3、利用同儕或義工來增進這些青少年的心理、生活和社會支持
- 4、加強生涯規劃和職場的輔導，讓這些學生能在學校和未來的職場上與生活上有所相連接。
- 5、成立緊急危機小組以處理比較特殊的事情（楊瑞珠，1996）。

三、社會社區教育

- 1、加強學校與社工的連系、並給適當的諮商與輔導。
- 2、架構校園與社區的相關連系網路。
- 3、結合學區內資源以實施社區處遇。
- 4、配合警政及校外會的校外巡邏。
- 5、針對深夜不歸的加強巡察。
- 6、杜絕違法及犯罪行爲。

近來教育部和法務部以及許多教育機構都有針對高關懷學生（青少年）推動許多輔導方案及措施，例如：春暉專案、攜手計畫、自我傷害防治小組等，皆用有效的輔導策略解決青少年的相關問題。有些學校設有高危險青少年輔導的相關課程和活動，針對因個人、家庭、學校及社會等因素形成高危險行為的學生，經過篩選成立輔導團體，執行對這些學生有益的課程計畫，藉此給予高關懷的學生協助，替他們展開多元的學習機會。

第二節 同儕關係的理論

同儕關係在青少年階段，扮演著相當重要的角色，以下針對同儕關係的意涵，重要性，及影響同儕關係的相關因素說明。

壹、同儕關係的意涵

一、同儕的意義

同儕關係是一群相近年齡的個體，因某種因素而相互結合，並據此而行成緊密的結構，成員在此結構中，彼此產生互動的行為，並可由團體成員的觀點來檢視個人在團體中，是否接納或被排斥(陳厚仁，2003)。簡單的說，同儕就是同年齡的同學，朋友或同伴，是一種社會關係，友伴關係，是人際關係的一種。對青少年來說，影響很深，也有助於個體的發展與社會化，這種關係源自于青少年的生理，認知，及社會的發展。有些研究同儕關係的學者比較喜歡探討同儕關係的受歡迎程度與友誼關係，前者是評量個人與群體間的關係，求得個人在團體中受注意，被接納，受尊重的程度，從而瞭解其社會適應的情形；友誼關係則是發生於兩個個體之間，是一種特別的，存在於兩者間的互惠經驗，並進一步瞭解其行為態度，生活習慣間的相互影響。

二、同儕關係的理論

本研究所指之同儕關係是指青少年時期的人際互動關係。為深入瞭解同儕關係所依據的理由，茲將重要的人際關係之理論分述如下：

（一）Sullivan 之人際關係理論(Interpersonal Relation Theory)

人際關係源自于精神分析學派，由美國精神醫學家 Sullivan 在一九五三年所提出，他主張人格必須從分析過去與現在的人際關係切入，而人格研究的單位是人際關係，不是個體內在的心理事件（楊錦登，2000）。

Sullivan 的人際關係概念是從社會心理學的觀點解釋，認為人格是人際間交互的結果，人格的形成是人際關係的社會情境，而人際交往則包括：

1、人類本質的社會性

就是人從出生就生活在複雜的人際關係中，正常的人格發展須藉由適當的表達來維持，良好兒童的人際關係是未來人際發展的基礎(韋子本和張榮皋，2000)

2、焦慮性

兒童完全依賴重要他人來滿足其生理心理的需求，缺乏愛及關懷，會導致不安全及焦慮，當焦慮狀態解除，個體便會感到輕鬆，所以 Sullivan 強調兒童早期的人際關係扮演著塑造自我概念的角色。

3、發展的連續性

人格的發展具有連續性，個體必須達到某種程度與能力的成熟才能意識到外在環境中的關係，兒童的自我系統之發展，乃來自于與父母之間重複性發生的互動；自我概念是由他人所反應之評價中成長出來的。當孩子在發展過程中能和重要他人有正向人際互動，對自我有正向觀念；反之，負向的人際互動，則產生負向的自我概念及自尊（李佩怡，1999）。

綜上所述，Sullivan 強調，個體從嬰兒期至成年期的人際交往歷程中，對人格的形成，有相當重要的影響，人生各個發展階段若都能擁有健全的人際關係，

將更有助於人格的發展。國中生正處於青少年的階段，同儕關係之間，影響著其人格之形成，更關係其一生之發展，青少年的黃金時段，幾乎都在學校中度過，從友伴互動來探討影響青少年人際關係，應是教育之當務之急。

(二) Thibaut 和 Kelley 之社會交換理論(Social Exchange Theory)

社會交換理論源起於美國 1958 年，創始者是哈佛大學的教授 George C. Homans，他的理論是從微觀的角度去探討人類的社會行為，與鉅觀理論從社會制度、組織結構去解釋人類的社會現象有所不同。此理論認為，人與人之間形成的關係是爲了滿足需求，關係中每個人都想從他人處得到某些東西，透過彼此交換，近似買賣，當人際互動中，付出的代價多過於酬賞，或在交換的過程中，雙方無法達到彼此滿意的結果，那麼社會的互動就不會產生。投資報酬率決定了關係或互動的吸引力，能維持多久未知，缺乏彼此情感的成分，只解釋了人際吸引的因素(張惟亮，2003)過於將人類的人際行為理性分析，缺乏彼此間的互動價值。

(三) Suhutz 之人際關係三向度理論 (The dimensional theory)

人際關係三向度理論由 Suhutz 在 1973 年提出，他認為每個人都有人際的需要，分別是歸屬、控制、情感，不同需求類型的人就會表現出不同的人際行為，建立和他人的關係。個體若能被接納，就不會孤寂，而接納需求的強度，決定人際關係是否會有良好發展，能接納需求適宜的人，方能與他人維繫良好的人際關係(黃德祥，1994)。綜上所述，每個人對三種向度的需求都有差異，唯有接納，控制，情感三種需求適宜的人，才能與人保持良好的人際關係。

(四) Heider 的平衡理論(Balance Theory)

完形心理學家 Heider(1958)認為我們均有一種尋求平衡關係的欲望，他以 P(person)自己，O(other)別人和 X 情境，構成 P—O—X 系統，三者乘積為正，代表人際和諧；為負，則代表人際關係不和諧。只要個人使不平衡的狀態趨向平衡，則仍可保持良好的關係。平衡理論強調人際關係的良好與否，主要取決於彼此之間對他人或事物的觀點是否一致(林淑華，2002)。如果是平衡的關係則會喜歡對方，當不平衡時可以透過溝通或協調使不平衡趨向平衡，保持良好的人際互動關係。只要個人設法使不平衡的狀態趨向平衡，則仍可保持良好的關係。

因此，平衡理論強調人際關係的良好與否，主要取決於彼此之間對他人或事物的觀點是否一致。

(五) 吸引力理論

在我們的生活中，某些人有特別的吸引力，對某些人則沒有感覺。歸納得到四個主要的因素：外表出眾(生理外觀、個性及能力)、鄰近性、相似性及互補性(藍三印，1995)，茲敘述如下。

1、外表出眾(生理外觀、個性及能力)：

一般人都認為，外表有吸引力者較受人喜歡。許多社會的調查報告指出，大多數人並不把一個人的外表吸引力當作喜歡或厭惡別人的主要因素；但在有關實際行為的研究中卻發現，一個人的外表吸引力被大家廣泛看重(林淑華，2002)。因此，學者分析認為，一個人在與他人接觸的初期，首先是呈現外表給別人，而別人對其形成的初始印象就是從此而來，因此外表吸引力是引人注意的先決條件。

2、接近性：

Berk (1997)認為：你對離你較近的人較有正面的期望，對這些人充滿被喜愛及被吸引之情。鄰近性之所以彼此會變成朋友是因有最多的機會互動。人與人相處的基本條件，是在時、空上接近。不過研究者認為：科技資訊媒體進步，網路傳播快捷，網友雖然缺乏空間的接近下，心靈的鄰近性仍可互相吸引。無論是空間的鄰近性或心靈的鄰近性，人際吸引中，伴隨「鄰近」而產生的事件才真是發生作用的因素。

3、相似性：

如果我們仔細觀察，會發現在我們的朋友當中，自己會跟與外表長像比較相似的人交往或建立關係。而跟態度相似的人彼此之間的吸引力也會隨時間而增加，態度不相似的人彼此之間的吸引力會隨時間而減少，同時他們對事情的看法愈接近，人際之間的吸引力愈大(沈慧聲譯，1998)。

4、需求互補：

互補的意思，就是指對方擁有自我缺乏但想要擁有的部份，需求互補與態度的相似，人際間相互吸引的重要因素，一般說來，最初的相處，或認識，態度相似的成分居重要地位，但隨著相處時間的增長，需求互補的因素就愈為重要。人際吸引的重要因素，也是在人際相處時魅力的來源，同儕關係的建立，往往是由於這些因素的促動。

以上為各個人際關係發展之理論基礎，從社會心理學、心理學、需求觀點及社會認知論的觀點等多向度去瞭解人際關係，也幫助我們更合理的解釋兒童的同儕人際關係形成之歷程、緣由及其重要性。

三、同儕關係的重要性

兒童自脫離以自我為中心後，同儕就有角色取替的地位，友伴的評價能內化於自我之中，這種影響，以青少年期最為顯著（朱經明，1981）。國中階段的青少年，同儕扮演著重要的角色，會影響日後的人際適應及社會發展能力。同儕關係的貢獻在於大力促進個人的社會發展與認知發展；Buhrmester(1990)的研究亦顯示，自覺同儕關係良好的青少年，更具信心，更善於社交，也更有較高的自尊，較少懷有敵意，沮喪與焦慮也較少。

從社會學的觀點來看，同儕對個體的影響，主要在促進個體的社會化。同儕是兒童行為之增強者、示範者、指導者，在社會化發展過程當中，同儕扮演著極為重要的角色。經由與同儕的互動中，兒童發展某些興趣，學習與與人合作相處，建立自我概念，減少以自我中心，對兒童之社交能力、社會適應及人格之形成、對衝動的控制能力、性別角色、認知能力之發展有幫助（王伯壽，2004）。

從心理學的觀點看，同儕之間的關係會影響個體在認知方面的發展。青少年因身體的快速成長與成熟，思索在成人社會中所扮演的角色及與他人相處的能力，這種自我的發展，同儕間的影響力大增，父母的影響力則減低，青少年轉而向同儕關係中去尋求價值及認同和支持，這種精神上的支持，使個體的認知行為能正常地發展。因此不論從社會學觀點或心理學觀點來看，好的同儕關係，能與友伴相處愉快，還能獲得情感的支持及仿同，助於自我瞭解；增強對環境的適應力，對人格有正面影響。

在整個社會化的發展過程當中，父母除外，對於青少年來說，同儕關係是影響最深的（王伯壽，2004）。國中學生正處於前青少年時期，身心變化劇烈，由依賴成人的養育保護，變成接受教導朝向自我依賴、自我決定的獨立時期（謝美英，1998）。這個時期的青少年，情感漸漸從父母獨立出來而轉向同儕團體，同儕在這個階段扮演著情感支持的角色，所以同儕關係是在個人發展及社會化過程中的基本人際關係。

第三節 社交理論與社交關係

壹、社交技巧之定義與內涵

一、社交技巧之定義

早期社交技巧的定義偏重於可被觀察的外顯行為，或者是強調內隱的認知技巧，1967 年 Argyle 將社交技巧視為一種能力，缺乏能力則會受排斥或不受他人喜愛(王文秀，陸洛議，1995)。直到後來，才有些學者主張社交技巧應該同時重視個體的行為與認知。Bellack (1979) 綜合整理社交技巧的定義，將社交技巧定義須包含以下四要素(引自李雅芬，2003)：

- (一) 人際間的情境是由語言反應及非語言反應組成的。
- (二) 不同的情境有不同的社交技巧表現。
- (三) 個人所表現出來的社會行為是學得的反應能力。
- (四) 當瞭解個體缺乏某種社交技巧時，可藉由訓練方式來加以塑造。

張春興(1989)認為社交技巧(social skills)指的是與人交往時，個體所需要的技巧或能力，即個人能以適當的方式、策略與他人溝通交往的能力。

黃德祥(1990)則認為社交技巧系指個體具有在社會情境中，能遵從社會規範，並能有效地與人溝通、交往，維持良好人際關係的能力。具有良好社交技巧的個體，容易受人接納，與同儕關係良好。

李雅芬(2003)認為社交技巧為個體在不定的情境中，能夠表現出適宜的社會行為，或以適當的方式或策略與他人互動的能力，而這些社交技巧主要是在學習過程中學得的，且個體的社交技巧是會改變的。

總括而言，研究者認為社交技巧係指個體為了與他人有良好的互動，所需具備的溝通、交往能力，且個體的社交技巧會隨著情境不同，表現出不同的社會行為，因此社交技巧能力是可以透過學習和訓練獲得的。

貳、社交技巧之內涵

由於各個研究者對於社交技巧的定義不同。因此，對於社交技巧的內涵，也就有不同之分類：Hersen 和 Bellack（1977）將社交技巧分為以下三類：

- 一、會話的技巧：包括語言技巧、非語言技巧。
- 二、社會知覺：個體能察覺他人的情緒、反應，並在適宜的時候對其所接收的訊息作出適當的回應。
- 三、特殊問題的處理。

社會能力的基礎為社交技巧，亦即具有良好社交技巧的個體，其社會能力越好。Rinn and Markle(1979)認為社交技巧就是社會或人際情境中以口語或非口語與行為來影響他人的能力。Eisler and Frederikeen(1980)曾將社交技巧的內容歸納為語言，非語言，動作與姿態三種，分述如下：

- 一、語言內容包括：適當的要求，如何拒絕他人，如何讚美他人，同理心。
- 二、非語言內容包括：眼睛接觸，微笑，聲調，說話頻率，情緒語調。
- 三、動作與姿態：姿態，手勢，點頭，面部的表情。

蔡麗芳（1992）將社會能力分成非口語溝通、口語溝通、酬賞、角色取替、表現自己等五個要素，並且認為可從功能性、社會性、情境性、整體性等四個向度來探討個體的社會能力。

因此各位學者對社交技巧內容的解釋不盡相同，但其共通點均是為使個體能達成互動的社交目的，環境與重要他人都是幫助使這些社交技巧長期保存的因素。

第四節 社會地位計量的評定方法與相關研究

壹、社會計量地位的評定方法

調查青少年社會計量的地位可幫助教師瞭解青少年在同儕團體間的結構，以及他們的人際關係。「社會計量地位」是指青少年和同儕互動時，在此團體中所具有的影響力與受到同伴喜愛的程度，也就是指青少年和同儕互動時的社會關係。因此青少年在同儕之間因受到同儕的喜愛或接納程度不同，其社會計量的地位也有所不同。

社會計量法是 J.L.Moreno 在 1934 年所創的，此技術可用來分析特定團體內的人際關係型態，將其結果繪製成社會計量圖，由此可知團體各分子間的互動和關係情況。社會計量法的特點是用數量來表示團體人際間互相吸引或排斥的社會關係，一般多為問卷的方式，由受試者集體作答。Asher,Markll,&Hymel（1981）認為社會計量法最適合用來評量與鑑定青少年的同儕關係和社交能力。而一般來說，社會計量方法包含同儕評量法與同儕提名法兩部份。

一、同儕評量法

同儕評量是指研究者列出班上或團體中每位成員的名字或座號要求受試者針對每一位成員以 Likert 式量表來表示其喜歡或討厭程度，獲得的點數越多，表示越受到同儕喜愛（黃德祥，1989）。由於同儕評量在每個評量點上並沒有人數的限制，所以每個青少年都會得到其他同儕的評量分數，故可以觀察到每個人受同儕接納程度的分散情況。

二、同儕提名法

同儕提名法又分成正向和負向提名法，例如：讓受試者寫出班上最喜歡和最不喜歡同學，再依據提名結果，依分類標準進行社會計量地位的分類，其中提名人數可以再細分為限制提名法及非限制提名法，前者指受試者選出 3 至 5 名最

喜歡與最不喜歡的同學，後者則是不限制提名最喜歡與最不喜歡的人數，受試者可以提名在團體中所有喜歡與不喜歡的同學。

貳、社會計量地位分類

根據黃德祥（1991）對社會計量分類的探討，發現大致有四種分類法：

- (一)二分法：將社會計量結果分為「受歡迎」與「被拒絕」兩極端。
- (二)三分法：分為「受歡迎」、「被拒絕」之外，加入「被孤立」或「被忽視」一項。
- (三)四分法：例如 Perry（1979）分為「受歡迎」、「平易近人」、「被孤立」與「被拒絕」。
- (四)五分法：Coie,Dodge,&Coppotelli(1982)的分法，將社會計量表分成「受歡迎」、「被忽視」、「被拒絕」、「平均」以及「受爭議」五組。

Perry(1979)則發展出一種能出區分不同類型社會計量地位的社會測量技巧，首創以「社會影響」與「社會喜愛」雙向度來分析團體中的社會計量結果。例如某個個案的社會影響（social impact）便可以由其他人投給他的正面或負面票數來進行測量。高分數代表這個孩子在大多數人的心目中佔有一席之地，而低分數的表示很少同伴想到他。一個個案的社會喜愛（social preference）的地位則從正面票數中來扣除負面的票數來決定。

社會影響和社會喜好分數合起來構成四種型態的地位，受人喜歡而且得到多數人提名的個案稱為受歡迎（popular）；受人喜歡但只被少數人提名的稱之為易近人型（amiable）；不受人喜歡且被多數人提名的稱為拒絕型（rejected）；不受人喜歡且只有少數人提到他的稱為被忽略型。

表 2-1 係研究者整理出各家學者對社會地位測量的內涵及優缺點的觀點與比較一覽表。

表 2-1 各學者對社會地位測量的內涵及優缺點觀點一覽表

學者（年代）理論模式	理論的內涵及其優缺點
1、Perry(1979)雙向度模式分類法	內涵： 1.以社會偏愛（SP）與社會影響（SI）雙向度來分析團體中社會計量結果的學者。 2.結合青少年被喜歡與不喜歡的提名產生社會偏愛及社會影響兩個相互垂直的向度。 3.以社會影響的平均數為縱軸，作為決定交叉點的依據；社會喜愛為橫軸，以 0 作起點，分別向左右延伸（左為負右為正）形成正交雙向度的四個分區架構。 4.分類方式：將青少年分為受歡迎、被拒絕、平易近人、被孤立等 4 種。 第一象限：受歡迎組，$SP > 0$，$SI > \text{平均數}$。 第二象限：被拒絕組，$SP < 0$，$SI > \text{平均數}$。 第三象限：受忽視組，$SP < 0$，$SI < \text{平均數}$。 第四象限：平易近人組，$SP > 0$，$SI < \text{平均數}$ 優點：採用正負向提名雙向度為分類的依據。 缺點：這種分類方式無法涵蓋團體裏的每一個人，也就是說當他們的社會喜愛與社會會影響得分為 0 時，常落在線上無法區分屬於哪種類別。

表 2-1 各學者對社會地位測量的內涵及優缺點觀點一覽表(續前頁)

學者（年代）理論模式	理論的內涵及其優缺點
Coie,Dodge &Coppotelli(1982)的模式	內涵： 1.沿用了 Perry（1979）所提出的雙向度分類法，利用同輩提名及同輩評量的方式。 2.將同輩提名，【正向（P）提名、負向（N）提名】，次數化為標準化分數，形成社會影響和社會喜愛的分數；而同輩評量則是讓受試者提名那三位同儕最適合於六項行為的描述。將評量次數及社會影響、社會喜愛的分數都化成標準分數（Z），而區分不同的社會地位量組。 3.分類方式：將同儕關係分成五組不同社會地位量組。 ● 受歡迎：$Z_{sp} > 1.0$，$Z_p > 0$，$Z_n < 0$。 ● 被拒絕：$Z_{sp} < -1.0$，$Z_p < 0$，$Z_n > 0$。 ● 被忽視：$Z_{si} < -1.0$，$Z_p = 0$ ● 受爭議：$Z_{si} > 1.0$，$Z_p > 0$，$Z_n > 0$。 ● 普通組：$-0.5 < Z_{sp} < 0.5$。 優點：不同團體兼有相互比較的可能性，分類也更多樣。 缺點：無法將所有的受試者作適當的分類。
Coie & Dodge（1988）之分類模式	內涵： 1.綜合過去多次學者的社會地位分類研究的經驗，以及前面模式的優點，所發展出來的社會地位分類模式。 2.分類模式：將同儕關係分為五種社會地位量組。 ● 受歡迎：$Z_{sp} > 1.0$，$Z_p > 0$，$Z_n < 0$。 ● 被拒絕：$Z_{sp} < -1.0$，$Z_p < 0$，$Z_n > 0$。 ● 被忽視：$Z_{si} < -1.0$，$Z_p < 0$，$Z_n < 0$。 ● 受爭議：$Z_{si} > 1.0$，$Z_p > 0$，$Z_n > 0$。 ● 普通：$-1.0 < Z_{sp} < 1.0$ 且 $-1.0 < Z_{si} < 1.0$。 優點：此種分類法改進了 Coie 等人（1982）的分類法中無法完全分類的缺點，且分類準確度提高。

表 2-1 各學者對社會地位測量的內涵及優缺點觀點一覽表(續前頁)

學者（年代）理論模式	理論的內涵及其優缺點
黃德祥（1991）、洪儷瑜和涂春仁（1996）	黃德祥對先前的理論實際施測的結果，發現到以 Coie & Dodge（1988）的分組模式在分組模式與社會地位指數的考驗上，周延性最佳，效果最好，亦即其分類結果較能顯示各組受試者社會能力適應的高低。 洪儷瑜和涂春仁（1996）針對黃德祥的實驗結果進一步的重新施測分析其結果，卻發現仍有部份青少年無法歸類。因此兩人提出一套修正的公式，以改善 Coie & Dodge 模式中某些無法歸類的問題，其新修正的公式乃針對當 $Z_{sp}=0$ 且 $Z_{si}=0$ 時，並未包含在分類系統中的問題進行修正。其新分類的標準如下： ● 受歡迎：$Z_{sp} \geq 1.0$，且 $Z_p > 0$，$Z_n < 0$。 ● 被拒絕：$Z_{sp} \leq -1.0$，且 $Z_p < 0$，$Z_n > 0$。 ● 被忽視：$Z_{si} \leq -1.0$，且 $Z_p < 0$，$Z_n < 0$。 ● 受爭議：$Z_{si} \geq 1.0$，且 $Z_p > 0$，$Z_n > 0$。 ● 普通：$-1.0 < Z_{sp} < 1.0$ 且 $-1.0 < Z_{si} < 1.0$。
劉焜輝（1980）天馬式社交測驗	內涵： 1. 社交測量的回答，可以窺探出相互反應，作為人際關係的心理診斷最具功效。可以針對個人層次的社會心理加以分析，也可以實施團體結構的心理分析。 2. 分類方式：將同儕關係分為三種社會地位量組。 ● 明星型：ISSS 在 +0.45 以上。 ● 臨界兒：C（被選擇數）不等於 0，MC（相互選擇數）等於 0 者。 ● 孤獨者：c（被選擇數）等於 0 者。 謝祥順（1989）以程式設計處理計分。計分方式為先經由各樣本學生，採用「社會計量法」，以提名法寫出各 5 位喜歡的（正向提名）及不喜歡的（負向提名）的同學，其社交地位指數，借著提名法的使用，由正向提名數減去負向提名，再與全班的總提名數做比較，得到其社交地位指數。依照其社交地位指數將同儕接納分成四類。 ● 良好型：社交指數在 +0.3 以上。 ● 不佳型：社交指數在 -0.3 以下。 ● 普通型：社交指數在 +0.00 ~ +0.29 間。 ● 較差型：社交指數在 0.00 ~ -0.29 間。

資料來源：研究者自行整理

四、社會地位計量的相關研究

近年來國內外許多學者對社會地位計量方面有相關的研究，研究者把有相關的研究彙整如下：

Newcomb 等人（1993）探討受歡迎、受忽視、受爭議、被拒絕與平均組的青少年同儕關係，受歡迎者有較多社交能力和認知能力，少有社會問題、攻擊行為，較多問題解決技巧、正向的社會行為、正向社會特質及良好的友誼關係；被拒絕者有較多的攻擊行為和退縮行為，較缺乏社交能力及認知能力，較多的攻擊、破壞、拒絕、焦慮、沮喪，較缺少社會互動，正向的社會行為、正向的社會特質、良好的友誼關係及成人的互動。

Wentzel & Erdley（1993）研究六、七年級學生的同儕關係，發現青少年在和同儕互動時，表現適當的因應策略及正向的社會行為和同儕的接納程度有相關。

DeRosier 等人（1994）研究發現被拒絕青少年比其他組的青少年在同儕評量的「攻擊行為」及教師評量的「好動」獲得比較高的分數；在這兩個項目上男生得分比女生高，但在同儕評量的「退縮行為」的得分上，男生顯著較低，且男生的學業成就比女生差。

Walker 等人（2001）研究學齡前的兒童個人特質與受同儕接納程度的相關研究，發現被拒絕者比受歡迎者更好動、容易分心、缺乏恒心；被拒絕者與被忽視者比受歡迎者表現出較低的適應能力，較多的負面情緒；男生比女生更好動、分心、缺乏恒心。

林維能（1985）探討不同社交地位學生人際概念、認知能力及行為特徵的研究指出，不同社交地位的學生在語文能力表達有顯著差異，在人際概念上，受試者大多落在第二階段，友誼概念分數比同儕團體概念分數高，其中友誼概念被拒絕和被忽略組偏低，同儕團體概念被拒絕組較偏低。

簡淑真（1989）探討學前兒童社會能力與其同儕團體社會地位的關係，並探究性別、年齡、智力、社會能力各分項等因素與社會能力、社會計量地位的關係，發現社會能力與社會計量地位有明顯的關係；社會能力與社會喜愛程度有雙向關

係；年齡與社會能力中的禮貌有顯著的關係；男生社會影響力高，女生社會喜愛度高；性別與社會能力中的工作能力有關；智力與社會計量地位無關，但與社會能力中的工作能力、人際關係的瞭解有關。

洪麗瑜（1994）不同評量來源的社會特質與學生的社交地位之相關研究，社交地位不因年級及性別而有所差異，女生對自己人際技巧評價高於男生，男生對自己人際關係評價高於女生；不同評量來源的特質間相關低，相同評量來源的特質相關高；同儕評量特質與社會喜愛及社會影響有相關。

鄭婉妮（1996）探討學生社會計量地位穩定性與行為特質，發現受歡迎組者比其他社會計量地位者在「正向行為」特質上得到較多的提名，被拒絕者比其他社會計量地位兒童在「負向行為」特質上得到較多提名。

劉奕樺（1996）探討父母管教、社會行為、同儕喜愛與被拒絕男生的關係，男生的整體正向行為、合作、正向肯定、同理心、負向肯定、自我控制等行為與其受同儕喜愛的程度有正相關，而退縮行為及攻擊行為與其受同儕喜愛的程度有負相關。

顏秀真（2000）探討受歡迎與被拒絕之學生的行為特質與父母教養行為上的差異與相關情形，發現兒童在受歡迎與被拒絕的提名上有性別的差異；受歡迎組在正向行為特質上的得分都高於被拒絕組；在父母眼中兒童的社會行為中的正向行為與教養行為中的民主接納呈現顯著的正相關。

林世欣（2000）探討國中學生自我概念與同儕的關係，發現女生的自評、他評同儕關係顯著高於男生，不同年級的國中生在他評同儕關係上有顯著差異，二年級國中生整體上他評同儕優於一年級學生，而在自評同儕關係上沒有差異；國中生自評同儕關係會因父母社經地位不同而有所不同，而他評同儕關係會因父親社經地位而有所差異。

洪雅雯（2001）探討學生的人格特質、同儕接納程度與班級氣氛知覺的關係，發現到小型學校的學生在同儕接納度上顯著偏向在「受歡迎」與「被拒絕」層面上；男生在同儕接納度上顯著偏向「被拒絕」層面上；受歡迎學童所感受到的滿

意、凝聚力顯著高於被拒絕學生。

許雅嵐（2002）研究國中班級同儕團體的互動，發現受歡迎者與被拒絕者，各自擁有令同儕喜愛或排斥的特質，轉學生容易被成為拒絕者；其研究指出影響同儕關係的因素主要有四項：（1）學業成就（2）共同的興趣與話題（3）行為舉止守規矩（4）人格特質。

由以上針對社會計量地位方面的相關研究可知，大部分的研究都依學生的社會喜愛與社會影響分數將其社會計量地位分成受歡迎、被忽視、受爭議、被拒絕、平均組 5 組，並探討影響其受歡迎程度的相關因素，有些研究將焦點置於受歡迎與被拒絕者學生上。

綜合上述，同儕關係與社會計量地位有關的重要因素不外乎利社會行為、反社會行為、學業成績、年齡、性別和兄弟姊妹數等。其中青少年的社會行為和社會能力是影響其受歡迎程度最直接的因素，研究者發現不少的研究焦點著重於青少年的社會行為，並探討受歡迎與被拒絕青少年行為的特質差異性。本研究則在探討不同社會計量地位的高關懷學生，在同儕關係之間有何差異性，進而探討介入人際關係小團體輔導方案後對其班級的社交關係與社會地位的影響與改變情形。

第三章 研究方法與設計

本研究根據研究動機與目的，並參酌文獻與有關之研究擬定本研究的研究方法，以探討人際關係小團體輔導活動方案對高關懷學生之社交技巧與社會地位之影響。本章共分為七節，第一節為研究方法與流程；第二節為研究場域與對象；第三節為研究工具；第四節為行動研究方案設計；第五節為行動研究階段；第六節為資料分析與省思檢討；第七節為研究限制；茲分別加以說明如下。

第一節 研究方法與流程

本研究的研究方法採用行動研究法(Action research method)。行動研究的主要目的是改善實務工作，根據研究動機與目的，本研究第一階段將採用前導性研究(Pilot Study)設計，並以質化研究的方法進行小團體輔導方案的行動研究，因為行動研究法本身具有相當大的彈性，可依照研究場域、研究物件的不同產生不同的研究設計，研究過程當中將不斷的去針對行動的目的、方法及結果進行檢討、修正與形成新的輔導策略，進行第二階段並在最後將整個研究行動的過程完整記錄，整理成一種可以分享與實踐的知識，這種研究方法比較適合於用在實務工作者身上，這種行動研究包含了雙重的目的（成虹飛，1996）：其一是瞭解（作為研究的目的），其二則是改變（以便作為實際的目的）。以下介紹本研究的研究流程與實施步驟。

壹、研究流程

學者蔡清田(2000)認為行動研究是一種系統化的探究歷程，歸納教育行動過程，包括關注問題的焦點，規劃行動，尋求合作夥伴，採取行動，進行反省評鑑。本研究係以台東縣某國中學校九十七學年度高關懷有中輟之虞的學生為對象，由研究者親自進行道各班級「社交測量」的前測，後測及追蹤測；並在社交測量前測之後，進行個人在班級的社交人際分析，並實施「人際關係小團體輔導方案」課程，並根據相關文獻編寫課程內容，包括認識自我，我的 EQ 指數，及情緒管理，價值澄清，人際學習等主題，由研究者本身及有心理學背景的楊老師進行教學，於小團體實施結束後，再進行後測及追蹤測，作為分析的依據。此外，學生在小團體活動當中，須完成活動單，並在活動結束後完成回饋單，研究者也針對活動的情形做成記錄，並對研究物件，導師及家長進行訪談，以作為行動研究分析的資料，同時探討小團體社交訓練方案運用在高關懷學生之人際關係的社交技巧上是否有效果。

綜上所述，本研究先採用前導性研究(Pilot Study)的研究設計，先進行人際小團體輔導方案的行動方案，並於研究前先進行「社交測量」前測，而後進行八次人際小團體輔導課程，藉由與團體互動中學習人際關係，質化研究包括每次活動課程內容完整紀錄，並觀察被研究者的回饋與需求。實施前導性研究再次修正活動內容並再實施八次修正後的小團體輔導方案之後，再進行「社交測量」後測和追蹤測並進行分析，以探討方案介入之影響成效。本研究的研究流程圖如圖 3-1 所示。

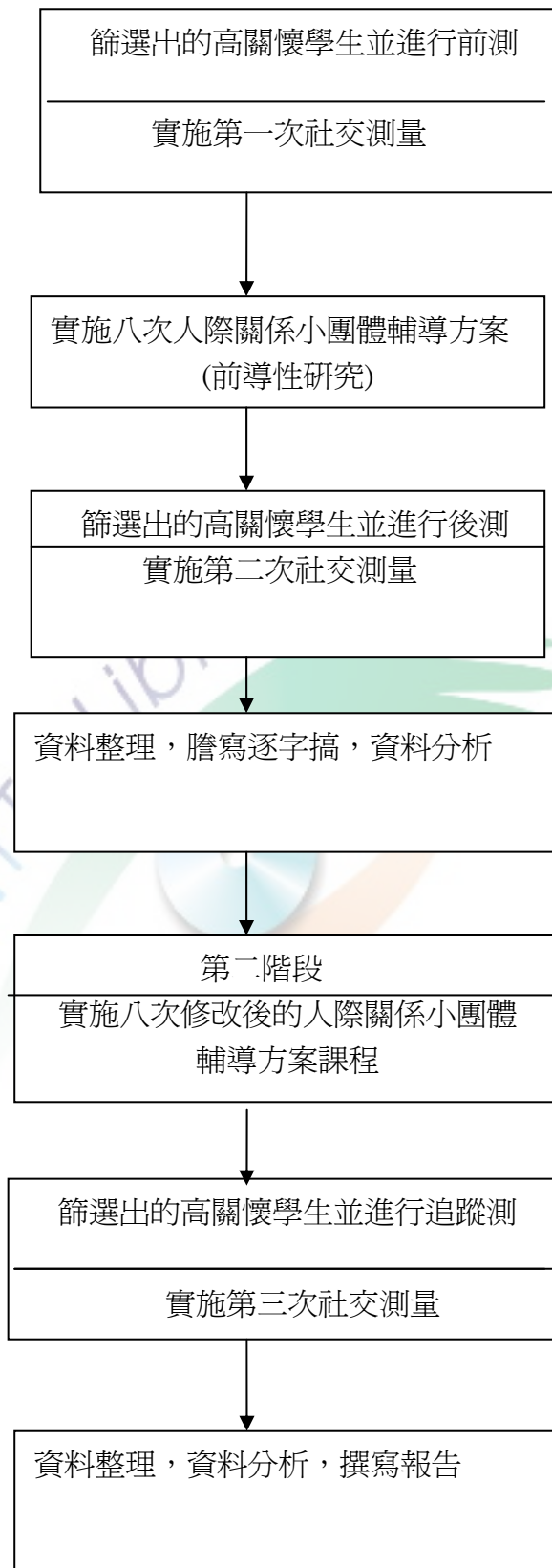


圖 3-1 研究流程圖

貳、實施步驟

本研究的實施步驟，係根據本研究的研究流程，並進行相關文獻的探討與閱讀，並在過程中不斷的藉由行動、反省的過程來修訂本研究的行動方案，最後做成研究報告發表。而本研究的實施步驟如圖 3-2 所示。

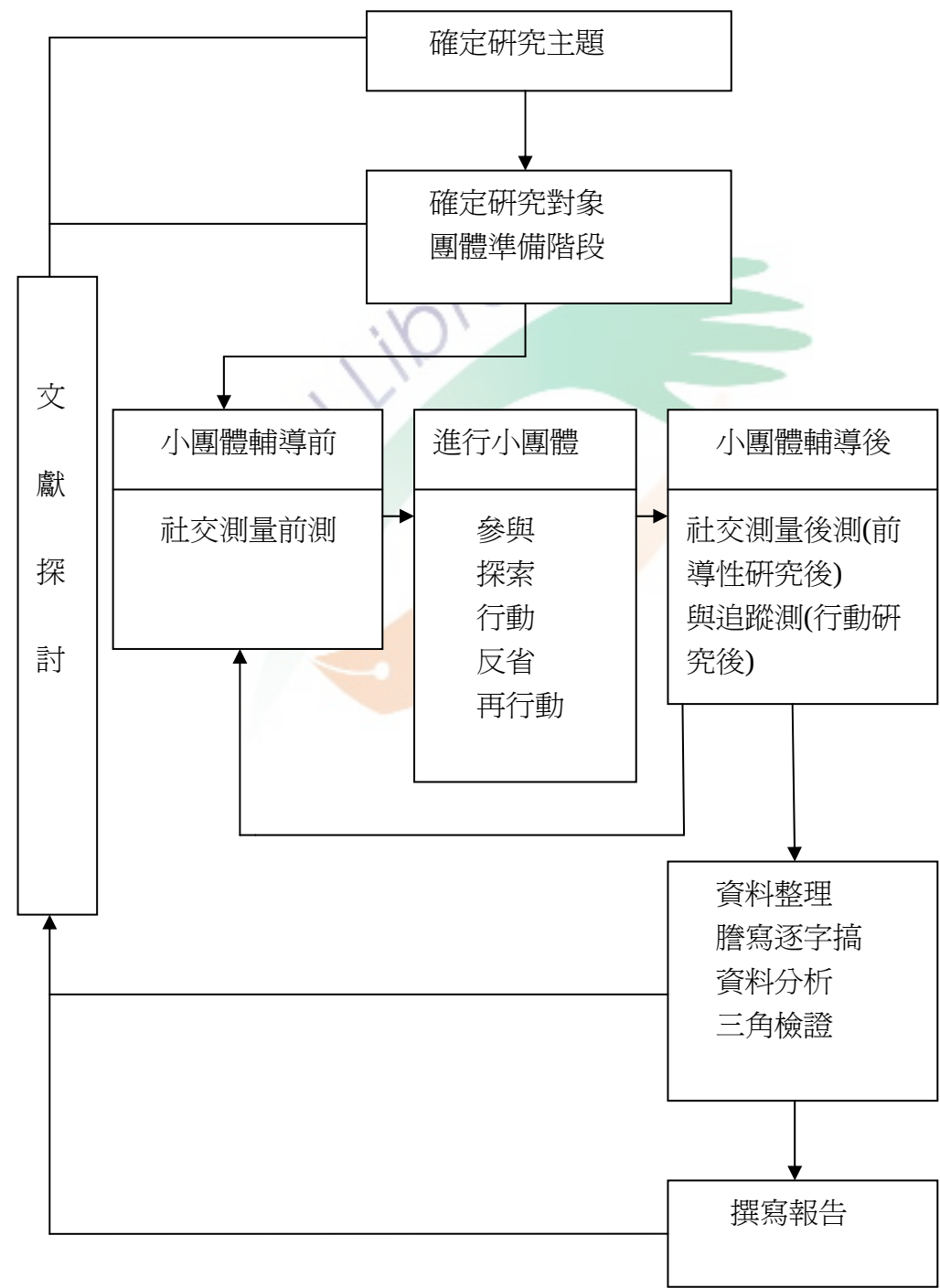


圖 3-2 研究步驟圖

第二節 研究場域與對象

壹、研究場域

某校是一所有四十年歷史的學校，座落於台東市，屬於市區型的學校，約有六十幾個班級，包括有數理班，美術班，音樂班，體育班，特教班等，現今雖然各級學校都因少子化的影響學生人數都在減少的同時，本校今年不但沒減少反而增加班別，目前學生人數約 2000 人。

由於大環境的改變，學校教師的年齡，也在年輕化中，平均約在 40 歲上下，學生中約有三分之一是原住民同學，學生大多數能歌擅舞，多才多藝，學區內的學生生活水準都在中等者居多。

在校長的帶動之下，學校教師學歷正逐年提升，教師中約有三分之二是研究所畢業，學生在德，智，體，群，美，各育並重的環境當中成長學習，各項成績上都有不錯的表現。

貳、研究對象

一、前導性研究的研究對象

前導性研究階段對象取自某校九十六學年度，經常無故曠缺課，不到學校上學而且被導師篩選被列為高關懷的六位學生，並於前導研究中找出進步最多高關懷學生個案以成為第二階段正式行動研究方案的主要研究個案。

本次前導性研究被篩選出來的六位高關懷學生，基於保密及尊重學生個人隱私，本次研究均以代號 S 來表示，資料內容包括年級，性別，家庭狀態，及具體行為問題列表如表 3-1 所示：

表 3-1 本研究高關懷學生基本資料一覽表

學 生	年級	性別	家庭狀態	問題行為具體事實
S1 (和和)	8	男	雙 親	學習意願低落，喜愛打電玩，經常無故不到校，學業成績中下，人際關係欠佳。
S2 (小玉)	9	女	單 親	學習意願低落，學業成績差，沉迷電玩，獨來獨往。
S3 (小喬)	9	女	雙 親	獨生女，學習意願低落，學業成績越來越差，父母管教不力，偏差行為不斷。
S4 (阿智)	9	男	單 親	學習意願落，父親無力管教，偏差行為不斷，家庭缺乏教養的功能，人際關係佳。
S5 (小昌)	9	男	單 親	學習意願低落，母親無力管教，獨來獨往，沉迷打電玩，經常曠課，學業成績差。
S6 (小貞)	9	女	單 親	學習意願低落，母親管教不力，人際關係差，常以大姊姐自居。

二、正式行動研究的研究對象

在前導性研究中所採取的樣本都是八，九年級的高關懷學生，原先希望在正式研究時，能加入七年級的成員，但是七年級並沒有高關懷的中輟學生，所以仍然以前導性研究所採取的樣本為研究對象，另外增加了兩名八年級的輔導義工作為楷模學生，以進行第二階段人際關係小團體輔導方案活動課程，並選擇以在前導性研究過程中進步最多的兩位個案和和(S1)與小智(S4)為主要研究對象。

第三節 研究工具

壹、研究工具

本研究所採用的研究工具包括有兩類，量化的研究工具是採用涂春仁(1999)所修正之 Coie 和 Dodge 社交測量模式所測得個人在班級裏的人際社交地位並分析之。質化的研究工具為研究者本身以及協同研究者楊老師，此外另有學校的輔導室主任與輔導組組長擔任本研究的觀察者，而主要的蒐集資料方式為深度個別訪談與參與觀察，以下分別就量化研究工具的實施與計分與質化研究工具的實施與說明，說明如下：

壹、社交地位測量工具

本研究係以社交測量中的提名法，來評量高關懷學生在班級裏與同儕間的人際關係，本研究中的「社交地位測量」問卷(如附錄一)內容為要求學生依個人喜好列出喜歡和不喜歡的同學各三人，或三人以下，不必強求學生填滿，同時並寫下喜歡或不喜歡的原因代號，及所排喜歡與討厭的排序，本問卷的成績可依涂春仁老師的電腦程式，計算出班級中每一位學生被選喜歡的次數，被討厭的次數，互選次數，以及互拒次數，並可立即得出每位學生個人的社交指數，次級團體數及全體和個人的社交關係明細圖。並可分析全體與個別成員的社交地位資訊如下：

- 1、可以統計出每位學生受到那些人歡迎或排斥。
- 2、可以看出兩位學生是否互相喜歡。
- 3、可以看出兩位學生是否互相排斥。
- 4、可以根據前三項統計結果，計算出每位學生的社會地位指數(人緣分數)。
- 5、根據社會地位指數，可以看出班上誰的人緣最差。
- 6、可以找出班上那些人沒有被選在受歡迎之列，他們是所謂「孤獨者」。

- 7、可以計算出班級成員的凝聚程度及團體分裂情形，以便和別班做比較。
- 8、可以看出班上有那些次級團體(小圈圈)。誰是次級團體的領導人物。
- 9、可以看出某人人緣好是什麼原因?是欺負弱小呢?還是愛告狀?
- 10、可以看出某人人緣不好是什麼原因?是欺負弱小呢?還是愛告狀?
- 11、可以把全班同學的交往關係，畫成一張社交關係圖，藉以瞭解班級的社會結構。

貳、質化資料的研究工具

一、研究者本身背景簡介

研究者在本研究中的角色是小團體帶領者、訪談員、資料分析員。研究者係畢業於政大教育系，亦於國立臺灣師範大學教育系修習研究所四十學分班結業，曾在高中及國中任教，目前在國立台東大學教育研究所進修中。

研究者在國中輔導室服務，有多年的青少年輔導經驗，參加過許多輔導知能研習及團體諮商課程。研究者帶領團體的取向是屬於較人本、非指導性領導的方式，在團體中會希望藉由適當的引導讓成員有較多討論以及相互澄清價值觀的互動方式，研究者以傾聽與同理心反應來積極反應與理解成員的人際需求，並不會多加以主觀的判定。

二、協同研究教師與行政人員背景說明

參與本研究協同的教師係以楊老師為主，楊老師畢業於輔大心理系，曾在少觀所輔導過偏差青少年，目前在本校服教育替代役，役期到今年八月。楊師擔任本研究的協同領導的教師，此外本校輔導室的輔導主任及輔導組長都是在本研究擔任觀察者的協同行政人員，其角色係從另一個角度看待本研究小團體輔導方案的實施，研究者常與方案結束後和協同研究教師與行政人員進行檢討，務使本小團體輔導活動方案能更順利完成。

三、人際關係小團體輔導方案的設計與實施

針對高關懷學生人際關係小團體輔導方案所設計之社交技巧訓練內容，係根據被研究學生的人際問題性質並參考有關社會技巧訓練之相關文獻設計而成的教學活動，內容包括有專注行為、傾聽行為和合作行為，共計進行八個教學活動，為提高學生的學習意願，小團體輔導方案之設計融入於教學情境中，期望學生能將所學運用於與同儕之間的互動關係中。

(一)、小團體輔導方案設計理念與特色

本研究的人際關係小團體輔導方案，為的是要提升或改善高關懷學生的社交關係，輔導方案中儘量與青少年的社交經驗相互結合，以增進團體自我與人際間的互動，為減低可能因實施團體輔導所帶來的不愉快，內容順序的安排原則，為先從認識自我開始，延伸至人我互動，情緒管理最後到如何結交朋友。方案實施採用多元的設計，包括繪畫、想像、遊戲、視聽媒體等。針對團體的目標需要及青少年的身心發展，採用不同的技術與媒材，在輕鬆的情境中，使團體輔導的效果得以極致的發揮。

(二)、質化資料的來源說明

本研究的質化資料來源分為以下四種：

- 1.活動單：每一次小團體活動我們都依活動目的設計活動單。
- 2.回饋單：八次的小團體活動結束後，研究者請每位小團體成員記錄對小團體輔導活動的整體反應與心得。
- 3.活動記錄：研究者詳細記錄每一次帶活動的心得及所觀察到每位團體成員在活動裡的表現加以陳述，並針對活動狀況進行調整或補充。
- 4.訪談記錄：於活動結束後，研究者針對自己與其他成員的表現，對個案及個案導師還有家長進行訪問，個案訪問內容包括參加活動的心情和看法及對自己與其他成員的表現。對老師及家長的訪談為在活動其間所觀察到學生的狀況，並將老師對個案的觀察真實寫成記錄。

第四節 行動研究方案設計

本研究的人際關係小團體輔導方案包括有八個單元，每次四十分鐘。方案編製過程及設計內容分述如下：

壹、小團體輔導活動目標的擬定

本研究所設計之人際關係之社交技巧訓練內容，係根據被研究學生的人際問題性質並參考社會技巧訓練之相關文獻設計而成，研究者綜合整理出個案須教導的社會技巧，與指導教授討論確立團體總目標及單元目標後設計出的教學活動，內容包括有專注行為、傾聽行為和合作行為三項，共計進行八次小團體輔導活動，為提高學生的學習意願，本方案之設計將社交技巧融入於教學情境中，期望學生能將所學運用於日常生活中，並提升其與同儕之間的互動關係。

方案擬定後，研究於 97 年 10 月 28 日起至 11 月 22 日進行為期四周共計八次的前導性研究，以班導師篩選出的六位高關懷中輟學生為研究對象，每週兩次，每次四十分鐘，共計八次的活動，目的在瞭解此方案的可行性及須要改善的缺失。研究者於團體方案進行中，完整記錄以供團體結束後的檢討並與有豐富經驗之教師交換意見，並修正缺失，並於 98 年 3 月 5 日起至 98 年 4 月 6 日止進行第二階段修正後正式的小團體輔導活動，同時針對六位個案中進步最多的兩位同學進行深入研究與分析。

經歷過了四週八次的的前導性研究，從團體成員及協同教師和觀察員的回饋中，透過檢討與反思，累積並增進與修正研究者帶領此團體的技巧，修正與改變此小團體方案的情形簡述如下：

一、小團體活動時間的掌握

由於本研究所實施的小團體活動是利用午修時間進行，如果學生不準時就會影響整個活動的進行，所以時間上學員的遵守及帶領者時間的掌控都須要拿捏得

宜，以免耽誤課程的品質或影響學員回饋單的書寫時間。

二、正向特質同學的加入

爲了讓高關懷學生有正向學習楷模的機會，因此安排二位具有楷模作用的學生，提供正確的社會行爲反應模式，讓其他個案有模仿學習的機會，進而引導學生如何正確面對人際間的互動與交往。

三、方案單元課程內容的局部調整

在前導性研究方案的研究時，實施單元活動的順序爲：認識團體，專注及傾聽行爲的練習，情緒及價值觀的認識，優點轟炸，如何結交朋友的練習。原課程安排比較偏向制式的教學方式，爲提升活動的實用性，研究者便於正式實施時活動課程的進行局部調整與改變，如繪本故事的講解，遊戲活動的帶動，影片欣賞，讓成員更覺有趣並融入團體中。茲將本研究方案於前導性研究時之單元內容及修改過後之單元活動內容表列於表 3-2 和表 3-3 所示：

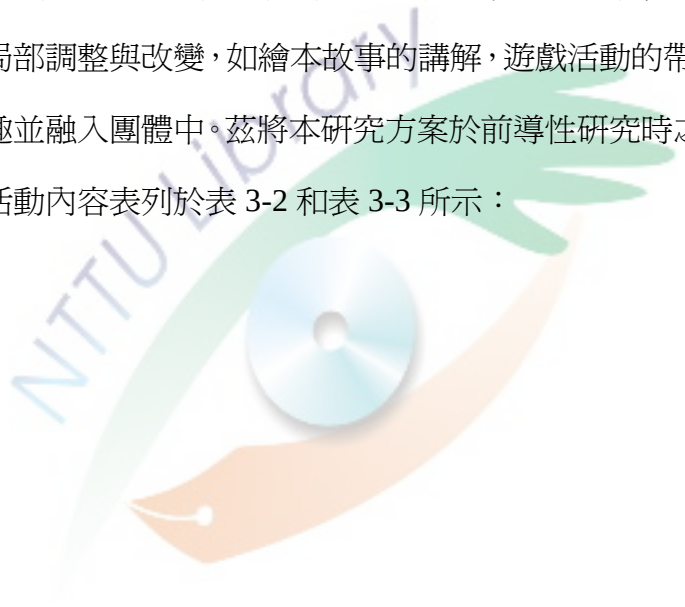


表 3-2 前導性研究實施之人際關係小團體輔導活動方案內容

日期 (星期)	團體目標	單元名稱	活動內容	單 元 目 標
10 / 28 (二)	認識團體	相見歡	我的秘密檔案	(1)互相認識。 (2)凝聚團體的認同與信任。
10 / 31 (五)	一、 專 注 行 為 練 習	訂團體契約	我們的團體規範	(1) 說明活動目的。 (2) 訂定團體公約。
11 / 4 (二)		聽別人說甚麼	專注 非語言學習	(1)能專心聽別人發言。 (2)非語言學習。
11 / 7 (五)		認識情續	情緒調色盤	(1)瞭解每個人都有情緒反應。 (2)能適當表達自己的情緒。 (3)能控制自己衝動的反應。
11 / 11 (二)	二、 情 緒 管 理	我的 EQ 指數	你的 EQ 有多 high	(1)瞭解每個人的情緒指數。 (2)能適當表達自己的情緒。 (3)能控制自己衝動的反應。
11 / 14 (五)	三、 合 作 行 為	1. 人際價值觀	價值整合表	(1)分辨各種價值。 (2)確認價值的意義。 (3)競標購買自己要的價值。
11/19 (二)		1.人際學習 2.尋找好友誼	人際關係 檢查站	(1)青少年知覺在友情間的特質 (2) 讓我成為你的好朋友 (3))回憶人與人間的交往。
11/22 (五)		3.珍重再見	心得感想	(1) 我的社交技巧評量。 (2) 團體回顧與展望。

表 3-3 修訂後人際關係小團體輔導活動方案內容

日期 (星期)	團體目 標	單元名稱	活動內容	單 元 目 標
3 / 5 (四)	認 識 團 體	相見歡	1 繪圖：畫 出自己	(1)互相認識。 (2)凝聚團體的認同與信任。
3 / 9 (一)	一、 專 注	訂團體契約	我們的團體 規範	(1)說明活動目的。 (2)訂團體公約。
3 / 12 (四)	注 行 為 練 習	.聽別人說甚麼	專注 非語言學習	(1)能專心聽別人發言。 (2)針對問題說出自己的看法。 (3)能等待別人發言完後再說自己的看法。
3 / 16 (一)	二 情 緒	.認識情緒	情緒作業單 對自己的情 緒負責	(1)能瞭解自己的情緒 (2)能適當表達自己的情緒。 (3)能控制自己衝動的反應。
3 / 19 (四)	管 理	我的 EQ 指數	你的 EQ 有 多 high	(1)能瞭解自己的情緒指數 (2)能適當表達自己的情緒。 (3)能控制自己衝動的反應。
3 / 26 (四)	三、 合 作	繪本 在我心裏跳舞 米努克兔的世界	價值整合表	(1)分辨各種價值。 (2)確認價值的意義。 (3)競標購買自己要的價值。
3 / 30 (一)	行 為	人際學習 電影賞析 二分之一友誼	人際關係檢 查站	(1)探索青少年對友情的瞭解 (2)增進青少年知覺在友情間的特性 (3)找出身邊的好朋友
4 / 6 (一)		繪本---你的特別 .友誼花朵長存	心得感想	(1) 我的社交技巧評量。 (2) 團體回顧與展望。 (3) 不要只追逐流行，應該在乎的是你怎麼想，提醒自己，很特別的每一天。

第五節 行動研究階段

本研究的行動研究過程分為三大階段：行動研究設計階段、行動研究執行階段、資料分析及撰寫報告階段，以下分別詳述各階段的內容：

壹、行動研究設計階段

本研究採「行動研究」，研究過程為一個不斷迴圈的歷程，最後以研究報告的呈現做為本研究的一個段落，本研究的研究步驟如下：

一、尋求研究起點

研究者決定了想要進行以人際關係小團體輔導方案，並採取行動研究的方式研究高關懷國中學生，便密切的與指導教授討論研究進行的方式，因為研究者本身即是高關懷業務的承辦人，業務之便利的緣故，所以以本校為研究的學校；惟在小團體活動的時間安排上有較大的難題，因為八次的小團體須要兩個月的時間，加上學校有一連串的校慶活動在時間上非常急迫，所以研究者將小團體輔導活動方案每週實施 2 次，並於 98 年 1 月完成前導性的研究。

二、決定研究主題方向

進行完前導性研究後，研究者決定要以人際關係的改進來進行小團體輔導的主題方向，便著手尋找相關的文獻、資料，除了廣為收集有關中輟生、社交技巧、小團體輔導活動與行動研究法的資料外，更積極選修相關的課程，也與相關的教育工作者交換輔導意見。

三、蒐集相關文獻進行探討

當確定研究問題與行動研究方向後，研究者開始收集有關高關懷教育及高關懷社交技巧與理論，以及人際關係之相關理論之文獻與相關研究，並進行文獻探討與分析，以便做為擬定本研究之行動主軸方案之理論基礎依據。

貳、行動研究執行階段

本研究採「行動研究法」進行，小團體輔導活動方案預計研究的時間是 2008 年 2 月至 2008 年 4 月。

一、行動構想

依照所擬定行動方案的構想，設計小團體輔導方案實施的內容。

二、行動實施

依照擬定行動方案的構想，設計小團體實施的內容後實施並完整記錄之。

三、行動監控

實施小團體活動期間，收集所有相關作業單，及回饋單，力求資料完整並將活動完整記錄依照擬定行動的構想，設計小團體實施的內容

四、省思檢討

活動後，比對，分析，藉著不斷的省思檢討改進，與修正讓研究更完整周延。

參、資料分析與撰寫報告階段

一、資料分析與繪製時間序列圖

在各項活動實施告一段落之後，將所有收集到的資料完整呈現，並請教授修正後將結果具體呈現。而本研究的行動研究進行時間序列圖如圖 3-3 所示：

二、完成報告並發表

將完整的行動研究資料，透過報告的發表，讓更多的研究者，從脈絡中找到更適合學生的教學方式，讓教育能發展出更實務的知識理論。

日 期	工 作 內 容
97 年 7 月~97 年 10 月	一、研究流程
97 年 7 月~97 年 10 月	(一)尋求行動起點
97 年 7 月~97 年 10 月	1、尋找研究問題
97 年 9 月~98 年 5 月	2、分析問題
97 年 9 月~97 年 12 月	(二)準備階段
97 年 10 月	1、收集相關文獻
97 年 10 月 28 日~11 月 22 日	2、前導研究
97 年 12 月	前測
98 年 1 月 20 日	人際活動方案實施
	後測
	提出論文計畫書申請
	3、研擬行動構想
97 年 9 月~98 年 5 月	(三)實施階段
98 年 2 月~98 年 4 月	1、行動構想
98 年 3 月 28 日	2、行動構想
98 年 4 月	人際活動方案實施 (正式)
	小論文發表
	3、行動
98 年 4 月~98 年 6 月	追蹤測
98 年 7 月 3 日	(三)整理與發表
	1、資料分析與整理
	2、完成報告並發表

圖 3-3 行動研究進行時間序列圖

第六節 資料分析與省思檢討

爲了完整呈現研究結果，研究者除了分析問卷資料前測，後測和追蹤測的成績之外，並在研究過程中陳述活動的情形，收集相關的質化資料，撰寫分析如下：

壹、資料搜集

質性資料主要在於自然的情境，由參與觀察到整個教學歷程所有資訊的呈現、研究者及學生成長的心路歷程，綜合分析後方能有意義的顯現出其發展脈絡，以下將分成檔分析、現場觀察紀錄與日誌以及訪談等三個部份作說明。

貳、資料分析

資料分析是將搜集而來的資料意義化，資料分析的目的之一就是爲了「吻合」我們的解釋，能夠在理解的解釋下並覺得合理；另一個目的是對解釋有檢核與測試(夏林清譯，1997)。以下針對本研究所採用的主要分析法以力求提高行動研究的效度及對所做的努力。

一、量化資料的分析

本研究以社交測量問卷做爲研究的工具。以小團體活動實施爲基準，於活動前施行前測，活動實施完畢後施行後測，兩個月後再進行追蹤測。彙集量化結果，研究者將資料登錄電腦後進行量化資料分析。

二、質化資料的分析

本研究將團體活動內容，錄音資料謄寫成逐字稿並寫下摘要，然後根據研究目的，將資料分類成各種反應的主題如成員領導者間的互動，並形成類別概念後進行初步的資料分析。在初步資料分析之後，再進行事後的訪談，訪談學生及協同教師對此小團體輔導的感受及評價。在進行資料分析時，儘量以開放的態度來檢閱所收集到的資料，排除個人價值及感受，並以中立的態度進行資料分析。研究者搜集質化資料方式有：一、小團體活動單 二、心情回饋單 三、研究者的活

動記錄以及四、輔導活動總回饋單。

三、現場觀察紀錄與教學日誌

行動研究有其觀點性，研究者以「研究者的觀點」去做參與觀察，這是研究者尚未開始融入式教學前的準備工作，藉由田野參與去作察覺班上學生的同儕關係，因行動研究關心重點不只是全班同儕互動的現況，而在於研究個案同儕關係的改變情形。紀錄分析有助於研究者探訪個案在同儕關係上需要的協助，也藉此脈絡化整個研究歷程。研究者利用參與觀察的方式，於 2008 年 10 月進入第 1 階段的前導性研究

的行動觀察，直到 2009 年 6 月 1 日停止所有的觀察紀錄。

教學日誌是研究者以田野劄記作為觀察紀錄工具，所紀錄的內容包括事件發生的時間、同儕互動的情形，及研究者教學反省等。

四、個別化深度訪談

訪談法是搜集資料的一種策略，主要以開放性的問題做為深度訪談的開始，並獲取參與意義的資料（王文科，2003）。本研究之訪談對象為研究個案、同班其他學生和班級導師以及個案父母（主要是母親）等。學生部份的訪談又分為非正式訪談和正式訪談，茲說明如下。

(一)非正式訪談個案學生

在個案學生有特殊行為表現時，利用課餘時間做開放式閒談，以瞭解個案行為背後的動機、想法，及其它學生對其行為表現的看法，並且隨時記錄下來

(二)正式訪談學生

為深入搜集個案同儕關係方面的資料，在每階段結束後會對個案及其它學生進行訪談。團體訪談可以讓團體成員在一起，讓受訪者減少陌生，易生共識，也能瞭解他人的想法、答案（歐用生，1989）。訪談的時間大多安排在午休時間，訪談的內容是有關個案的行為表現，和其他學生的反應，嘗試從中找出其間的關聯，以作為研究者行動研究方案，改善個案同儕關係之參考，每次團體訪談時，研究者隨時把重要的想法、動作及表情記錄下來，並進行轉譯及分析。

(三)訪談個案導師

爲了能深入瞭解和和跟同儕間的關係有所改善，自 2008 年 10 月至 2009 年 6 月歷經八個月，研究者常常和個案導師溫老師討論和和的狀況，並觀察和和跟同儕互動的情形。借著與溫老師之訪談，以其能真正深入瞭解個案與同儕的關係。

(四)訪談個案母親

個案母親是鄰近學校的老師，研究者與個案母親保持一定聯繫。透過個案母親的觀察，也有助於研究者更瞭解個案同儕關係全貌。

在資料收集方面，除了教學活動檔案分析、現場觀察紀錄與日誌以及訪談外，研究者也運用「輔導輔助系統」社交測量系統之量化資料結果來輔助研究結果的解釋。



表 3-4 相關受訪者基本資料摘要表

編號	年齡	職業	性別	與研究對象關係	訪談時間	訪談地點
T1	38	教師	男	導師	20090501	諮商室
T2	34	教師	女	導師	20090504	諮商室
T3	30	教師	女	導師	20090504	諮商室
T4	41	教師	女	導師	20090505	諮商室
T5	32	教師	男	導師	20090505	諮商室
T6	33	教師	男	導師	20090506	諮商室
C1	14	學生	男	和和的同學	20090504	諮商室
C2	14	學生	女	和和的同學	20090504	諮商室
C3	15	學生	女	小玉的同學	20090505	諮商室
C4	15	學生	女	小玉的同學	20090505	諮商室
C5	15	學生	男	小喬的同學	20090506	諮商室
C6	15	學生	女	小喬的同學	20090506	諮商室
C7	15	學生	男	阿智的同學	20090507	諮商室
C8	15	學生	女	阿智的同學	20090507	諮商室
C9	15	學生	男	阿昌的同學	20090507	諮商室
C10	15	學生	女	阿昌的同學	20090507	諮商室
C11	15	學生	女	小貞的同學	20090508	諮商室
C12	15	學生	女	小貞的同學	20090508	諮商室
P1	38	教師	男	母親	20090505	諮商室
P2	43	早餐店員	女	母親	20090505	諮商室
P3	40	家管	女	母親	20090506	諮商室
P4	41	家管	女	母親	20090504	諮商室
P5	38	臨時工	女	父親	20090504	諮商室
P6	43	店員	女	母親	20090504	諮商室

參 資料分析的省思檢討

信賴度是指一個研究值得讀者信賴的程度，行動研究者通常會使用四項標準來評估信賴度（Lincoln & Guba, 1985）：真實性（truth value）、可應用性（applicability）、一致性（consistency）、中立性（neutrality），在這些規準之下本研究用以達到信賴度的技術如下：

（一）三角檢核 (triangulation)

本研究的三角檢核有二，一是指參與者的三角檢核，也就是將現場的描述分析交給參與團體成員的導師，家長及成員加以檢核，檢驗我所述是否忠實呈現現場的狀況；另一種是資料來源的三角檢核，也就是針對團體成效部分資料來自觀察、訪談、影音記錄等。這些程式都是在降低或避免研究者的偏見，增進研究判斷的正確性。

（二）省思日記 (reflexive journal)

省思日誌是一種我每天或需要時紀錄種種有關自己及方法的資訊的日記，因為記錄的是我自己對研究相關的想法、感受，因此可以提供檢核研究的脈絡。

（三）厚實描述 (thick description)

厚實描述是以完整的方式呈現事實的真相，提供情景的脈絡和文化知識的意義，黃瑞琴(1999)，本研究報告將以豐富的描述提供一個廣泛資訊的可能範圍，提供可能的詮釋，讓讀者來決定應用性。

肆、撰寫行動研究報告

質的研究著重於現場情境的豐富描述，因此在撰寫階段中應統整所有的資料，將研究過程所得撰寫成研究報告；而黃瑞琴（1999）認為研究報告應該是動人的、令人喜愛的，能吸引讀者繼續逐章逐頁地閱讀，因此，研究者在帶完團體，整理所有資料時，考慮研究者個人寫作風格及定義輔導實務工作者為讀者群，逐步浮現撰寫論文的架構，經與指導教授討論後確定本研究論文的大綱，由我鋪陳

每一章節的內容。

本研究主要是以現場實際發生的狀況敘述企圖以完整的方式呈現現象，提供情境的脈絡和現象的意義讓讀者（輔導實務工作者）做參考，因為實際的輔導工作者應該都是熟悉並習慣於工作心得的互相交換，所以用敘述法來呈現將更有助於專業對話的建立。

因為研究倫理的考慮，在論文中將採代號 S 呈現我的研究物件，研究相關的人名都非實際的名稱，而正式團體中的成員名字大多為成員自己命名，或願意在我的論文呈現的名字，其他相關的化名則由研究者來命名。



第七節 研究限制

任何研究都有其範疇與限制，茲就研究對象，研究工具，研究者本身，來說明與探討本研究的限制分述如下：

一、在研究對象的篩選方面

研究者的對象都是高關懷學生，光是出席率，就讓研究者非常擔心此次選定的對象，團員都集中在八，九年級缺乏七年級學生，正式實施的時候也應該有七年級的高關懷學生加入更具解釋性。

二、實施小團體時間的選定

一個正常上課的時間，要找一個合適又不影響學生課業的活動時間，實屬不易，運用午修時間實施小團體活動，時間確實不足，每每主題未完，時間就已經結束，非常可惜，幸好的是，團員都在意猶未盡中期待著每一次的到來。

三、實施社交測量時間的選定

此次社交測量施測時間多集中在早自習，有遠到學生未能適時的施測，等正式研究施測時，時間最好以空白課時間比較恰當。

四、成員訪談的時間

在完成正式團體的帶領後，宜儘快進行成員的訪談，此次訪談時間恰巧碰到運動會，經過了一個星期的運動會之後才進行成員的訪談，有些活動內容成員大多不太記得曾經進行過的活動內容了，訪談內容的有效性大打折扣。

五、記錄的時間

活動結束後要立即將紀錄完整登記，以免影響其完整及真實性。

六、研究者特質

在本研究中，研究者的人格特質、輔導專業知能、經驗可能都會影響到方案執行的效果，因此在進行其他相關研究的遷移性上會受到限制。

第四章 結果與討論

本章旨在瞭解高關懷國中個案在班級情境中的社交地位，透過人際團體活動課程對成員社交關係影響之設計與策略，以行動研究解決高關懷中輟學生的困境。本章共分為五節：第一節為本研究高關懷學生社交測量中的社交地位的改變；第二節為兩位研究個案的同儕關係情形；第三節為影響這兩位個案同儕關係的成因；第四節說明本研究所實施的小團體輔導方面的行動策略；第五節則為行動研究者的省思。茲分述說明如下：

第一節 高關懷學生社交地位的改變

研究者分別於 2007 年 10 月 20 日，2008 年 12 月，2008 年 4 月在六個高關懷個案的班級中(共計有 210 人)實施「社交測量」前測，後測及追蹤測，分析實施人際小團體方案對個案的影響。

一、被喜次數在量表前測，後測，追蹤測的比較分析：

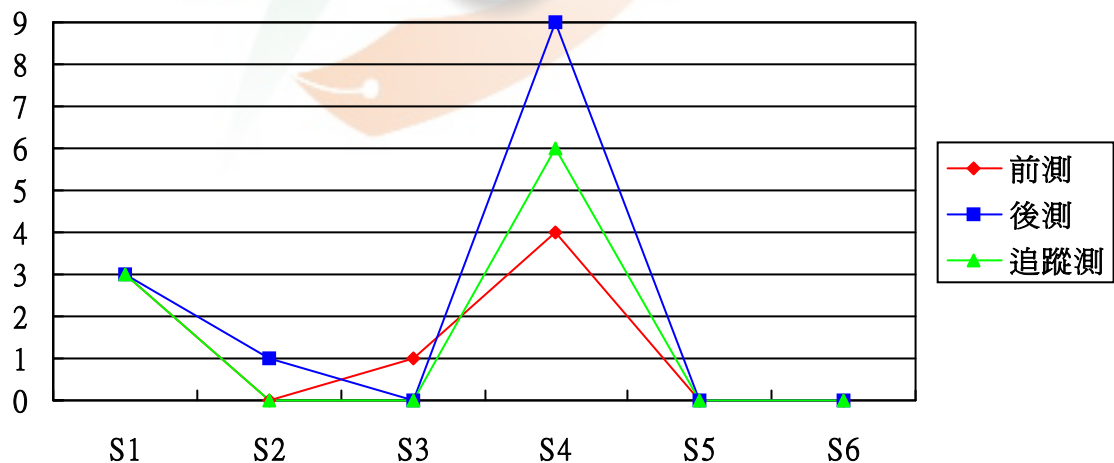


圖 4-1 被喜次數在量表前測，後測，追蹤測的比較分析

表 4-1 社交測量前測，後測及追縱測的個人被喜歡次數一覽表

被喜歡次數	S1	S2	S3	S4	S5	S6
前 測	3	0	1	4	0	0
後 測	3	1	0	9	0	0
追蹤測	3	0	0	6	0	0

由表 4-2 來看，被喜歡次數於前測，後測及追縱測得的結果分析如下：

(一)S1 於前測時，被 26 號 30 號同學喜愛原因是夠義氣，被 33 號喜愛原因是關心別人，經過人際關係團體第一階段的實施後，被喜歡次數仍為 3 人，22 號喜好的原因是熱心，30 號的關心別人，34 號喜號的原因是有禮貌，第二階段人際方案實施後，喜愛次數為 3 人，26 號覺得 S1 夠義氣，30 號覺得 S1 關心別人，34 號覺得 S1 是好聽眾。

(二)S2 於前測時，被喜歡次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，被喜歡次數增加為 1 人，21 號覺得 S2 用功，第二階段人際方案實施後，喜愛次數降為 0。

(三)S3 於前測時，被喜歡次數 1，28 號覺得 S1 體諒別人，經過人際關係團體第一階段的實施後，被喜歡次數降為 0，第二階段人際方案實施後，喜愛次數仍為 0。

(四)S4 於前測時，被喜歡次數 4，12 號及 28 號都覺得 S4 細心，29 號覺得慷慨，32 號覺得合群，經過人際關係小團體方案第一階段的實施後，被喜歡次數增加為 9 人，5 號覺得 S4 忠厚老實，5 號覺得 S4 忠厚老實，6，13，28，30，32 號覺得 S4 細心，20 號覺得 S4 溫柔，23，29 號覺得 S4 心地善良，第二階段方案實施後，喜愛次數降為 6，6，20，28 號都覺得 S4 細心，25 號覺得 S4 心地善良，29 號覺得 S4 和藹可親，32 號覺得 S4 聰明。

(五)S5 於前測時，被喜歡次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，被喜歡次數仍為 0，第二階段人際方案實施後，喜愛次數仍為 0。

(六)S6 於前測時，被喜歡次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，被喜歡次數

仍為 0，第二階段人際方案實施後，喜愛次數仍為 0。

經過以上的量化結果分析：經過第一階段人際關係小團體輔導方案的實施後，發現成員被喜次數，增加者 3 人，分別是 S1，S2，S4，再經過第二階段人際方案的實施後，被喜人數並沒有繼續增加，但是被喜次數仍比方案實施前增加，分別是 S1 與 S4。顯示本研究的人際關係小團體輔導方案的實施對個案在班級被接受的情況是有提升的。



二、被拒次數在量表前測，後測，追蹤測的比較分析：

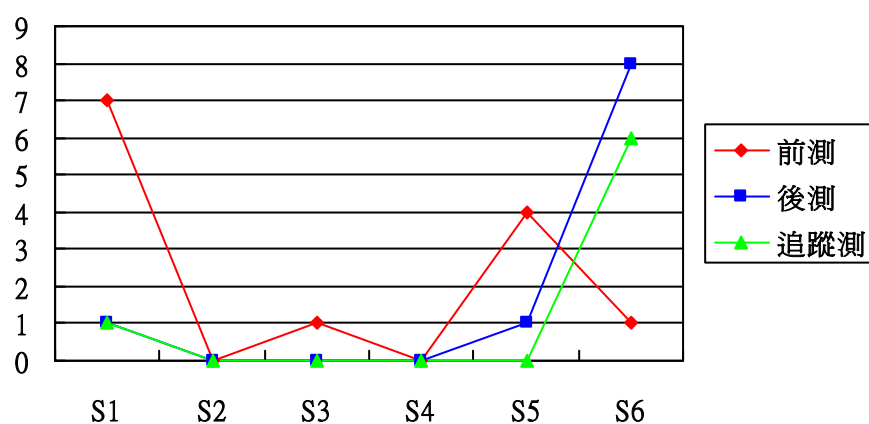


圖 4-2 被拒次數在量表前測，後測，追蹤測的比較分析

表 4-2 社交測量前測，後測及追蹤測的個人被拒次數一覽表

被拒次數	S1	S2	S3	S4	S5	S6
前 測	7	0	1	0	4	1
後 測	1	0	0	0	1	8
追蹤測	1	0	0	0	0	6

由表 4-3 顯示，被拒次數於前測，後測及追蹤測得的結果分析如下：

(一)S1 於前測時，有 7 人不喜歡 S1，其中 4, 16 號同學討厭 S1 的原因是說髒話，被 13 號，15 號，18 號同學討厭的原因是不守規矩，被 21 號同學討厭的原因是太過好動，第一階段人際方案實施後，被拒次數減少為 1 人，21 號同學討厭 S1 的原因是不誠實，第二階段人際方案實施後，13 號同學討厭 S1 欺負弱小。

(二)S2 於前測時，被拒次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，被拒次數 0，第二階段人際方案實施後，喜愛次數再次為 0。

(三)S3 於前測時，被拒次數 1，28 號覺得 S1 愛說髒話，經過人際關係團體第一階段的實施後，被拒次數降為 0，第二階段人際方案實施後，被拒次數仍是 0。

(四)S4 於前測時，被拒次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，被拒次數 0，第二階段人際方案實施後，被拒次數仍是 0。

(五)S5 於前測時，被拒次數 0，19 號覺得 S5 頑皮，25，31 號覺得 S5 愛管閒事，26 號覺得 S5 愛告狀，經過人際關係團體第一階段的實施後，被拒次數降為 1，25 號覺得 S5 愛說髒話，第二階段人際方案實施後，被拒次數是 0。

(六)S6 於前測時，被拒次數 1，11 號覺得 S6 愛罵人，經過人際關係團體第一階段的實施後，被拒次數為 8，3，6 號覺得 S5 頑皮，8，18 號覺得 S5 嬌生慣養，11，23，24 號覺得 S5 愛管閒事，21 號覺得 S5 有潔癖，第二階段人際方案實施後，被拒次數為 6，11，32 號覺得 S6 功課差，19 號覺得 S6 有潔癖，20，30 號覺得 S6 愛出風頭，28 號覺得 S6 愛說髒話。

經過第一階段人際方案的實施後，發現被拒人數，進步者 2 人，S1，S3，退步者 1 人，S6，經過第二階段人際方案的實施後，S5，S6 的被拒次數都減少，表示進步。顯示本研究的人際關係小團體輔導方案的實施對個案在班級被拒的情況改善是些許有效的。



三、互喜次數在量表前測，後測，追蹤測的比較分析：

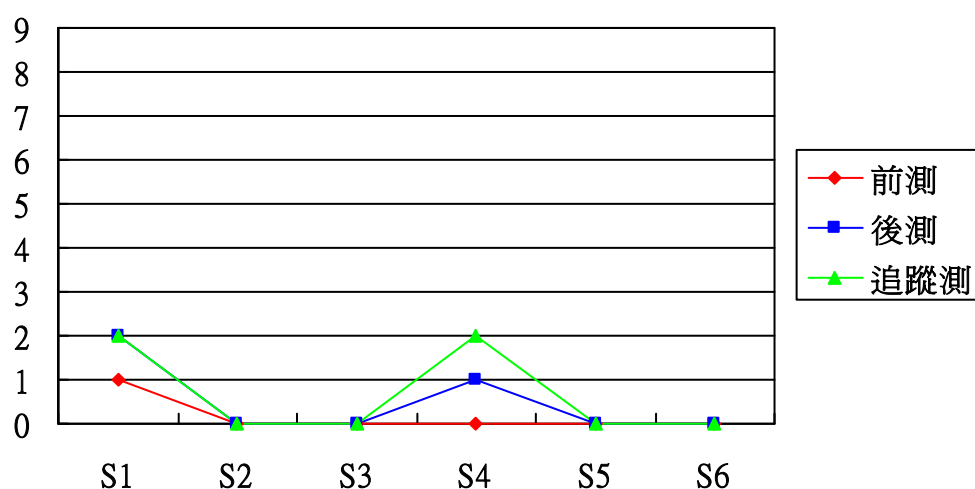


圖 4-3 互喜次數在量表前測，後測，追蹤測的比較分析

表 4-3 社交測量前測、後測及追蹤測中個人互喜次數一覽表

互喜次數	S1	S2	S3	S4	S5	S6
前 測	1	0	0	0	0	0
後 測	2	0	0	1	0	0
追蹤測	2	0	0	2	0	0

由以上前測，後測及追蹤測得的互喜次數結果分析如下：

(一)S1 於前測時，與 30 號同學互喜，原因都是夠義氣，經過人際關係團體第一階段的實施後，互喜次數增加為 2 人，30 號覺得 S1 和氣，S1 覺得 30 號心地善良，34 號覺得 S1 有同情心，S1 覺得 34 號很和氣，第二階段人際方案實施後，互喜次數仍為 2，30 號覺得 S1 體諒別人，S1 覺得 30 號心地善良，34 號與 S1 互覺心地善良。

(二)S2 於前測時，互喜次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，互喜次數 0，第二階段人際方案實施後，互喜次數仍為 0。

(三)S3 於前測時，互喜次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，互喜次數仍為 0，第二階段人際方案實施後，互喜次數仍為 0。

(四)S4 於前測時，互喜次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，互喜次數

增加為 1 人，與 32 號互相覺得細心，第二階段人際方案實施後，互喜次數增為 2，20 號覺得 S4 心地善良，S4 覺得 20 細心，32 號覺得 S4 慷慨，S4 號覺得 32 號聰明。

(五)S5 於前測時，互喜次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，互喜次數仍為 0，第二階段人際方案實施後，互喜次數仍為 0。

(六)S6 於前測時，互喜次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，互喜次數仍為 0，第二階段人際方案實施後，互喜次數仍為 0。

結果分析：經過第一階段人際方案的實施後，學員互喜次數，增加者 2 人，S1，S4，第二階段人際方案的實施後，追蹤測互喜人數，增加 1 人 S4，持平者 1 人 S1，S1 與 S4 仍較前測為高。顯示人際方案的實施對個案在班級互喜的情況增進是有效的。



四、互拒次數在量表前測，後測，追蹤測的比較分析：

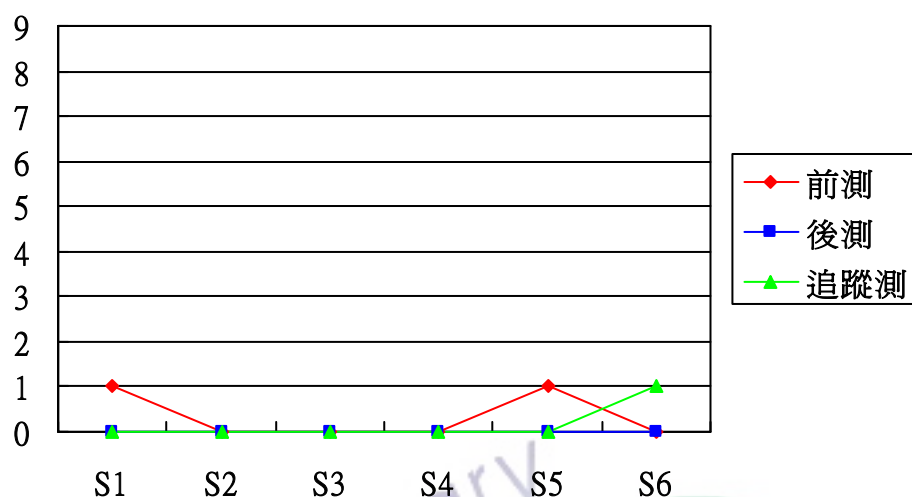


圖 4-4 互拒次數在量表前測，後測，追蹤測的比較分析

表 4-4 社交測量前測、後測及追蹤測中個人互拒次數一覽表

互拒次數	S1	S2	S3	S4	S5	S6
前 測	1	0	0	0	1	0
後 測	0	0	0	0	0	0
追蹤測	0	0	0	0	0	1

從以上前測，後測及追蹤測得的被拒次數結果分析如下：

(一)S1 於前測時，與 35 號互拒，35 號同學討厭 S1 的原因是玩皮，S1 討厭 35 的原因是愛講話，第一階段人際方案實施後，互拒次數減少為 0，第二階段人際方案實施後，互拒次數仍為 0。

(二)S2 於前測時，互拒次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，互拒次數 0，第二階段人際方案實施後，互拒次數仍為 0。

(三)S3 於前測時，互拒次數 0，第一階段的實施後，互拒次數仍為 0，第二階段人際方案實施後，互拒次數仍是 0。

(四)S4 於前測時，互拒次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，互拒次數

0，第二階段人際方案實施後，互拒次數仍是 0。

(五)S5 於前測時，互拒次數 1，經過人際關係團體第一階段的實施後，互拒次數降為 0，第二階段人際方案實施後，互拒次數仍是 0。

(六)S6 於前測時，互拒次數 0，經過人際關係團體第一階段的實施後，互拒次數為 0，第二階段人際方案實施後，互拒次數為 1，30 號覺得 S6 愛出風頭，S6 覺得 30 號愛管閒事。

結果分析：經過第一階段人際方案的實施後，互拒人數，進步者 2 人，S1 及 S5 減為 0，經過第二階段人際方案的實施後，發現有 1 人，S6 退步，其餘皆進步或維持原狀。顯示人際方案的實施對個案在班級互拒的情況的改善是有效的。



五、天馬類別在量表前測，後測，追蹤測的比較分析：

表 4-5 社交測量前測、後測及追蹤測中個人天馬類別一覽表

天馬類別	S1	S2	S3	S4	S5	S6
前 測	一般	孤獨	臨界	明星	孤獨	孤獨
後 測	一般	臨界	孤獨	明星	孤獨	孤獨
追蹤測	一般	孤獨	孤獨	明星	孤獨	孤獨

由以上前測，後測及追蹤測得的天馬類別結果分析如下：

(一)S1 於前測時，天馬類別為一般，經過人際關係團體第一階段的實施後，天馬類別為一般，第二階段人際方案實施後，天馬類別仍為一般。

(二)S2 於前測時，天馬類別為孤獨，經過人際關係團體第一階段的實施後，天馬類別為臨界，第二階段人際方案實施後，天馬類別降為孤獨。

(三)S3 於前測時，天馬類別為臨界，經過人際關係團體第一階段的實施後，天馬類別為孤獨，第二階段人際方案實施後，天馬類別降為孤獨。

(四)S4 於前測時，天馬類別為明星，經過人際關係團體第一階段的實施後，天馬類別為明星，第二階段人際方案實施後，天馬類別降為明星。

(五)S5 於前測時，天馬類別為孤獨，經過人際關係團體第一階段的實施後，天馬類別為孤獨，第二階段人際方案實施後，天馬類仍是孤獨。

(六)S6 於前測時，天馬類別為孤獨，經過人際關係團體第一階段的實施後，天馬類別為孤獨，第二階段人際方案實施後，天馬類仍為孤獨。

結果分析：在天馬的類別中，經過第一階段人際方案的實施後，六人中，天馬類別只有 S2 由孤獨進步為臨界，但是經過第二階段人際方案的實施後，天馬類別又退回孤獨。S3 的類別經過方案的實施後由臨界退為孤獨，經過第二階段人際方案的實施後，天馬類別又回到孤獨。六位個案只有 S4 一直維持在明星的類別。天馬類別在本研究由數值顯示，只有 S2 短暫改善之後又退回原類別，顯示人際方案的實施對個案在天馬類別是沒有幫助的。

六、Coie 類別在量表前測，後測，追蹤測的比較分析：

表 4-6 社交測量前測、後測及追蹤測中個人 Coie 類別一覽表

Coie 類別	S1	S2	S3	S4	S5	S6
前 測	被拒絕	被忽視	被拒絕	受歡迎	被拒絕	被拒絕
後 測	普通	被忽視	被忽視	受歡迎	被忽視	被拒絕
追蹤測	普通	被忽視	被忽視	受歡迎	被忽視	被拒絕

從以上前測，後測及追蹤測得的 Coie 類別結果分析如下：

(一)S1 於前測時，Coie 類別為被拒，第一階段人際方案實施後，Coie 類別進步為普通，第二階段人際方案實施後，仍維持在普通。

(二)S2 於前測時，Coie 類別為被忽視，第一階段人際方案實施後，Coie 類別仍是被忽視，第二階段人際方案實施後，仍維持在被忽視。

(三)S3 於前測時，Coie 類別為被拒絕，第一階段人際方案實施後，Coie 類別仍是被忽視，第二階段人際方案實施後，仍維持在被忽視。

(四)S4 於前測時，Coie 類別為受歡迎，第一階段人際方案實施後，Coie 類別仍是受歡迎，第二階段人際方案實施後，仍維持在受歡迎。

(五)S5 於前測時，Coie 類別為被拒絕，第一階段人際方案實施後，Coie 類別仍是被忽視，第二階段人際方案實施後，仍維持在被忽視。

(六)S6 於前測時，Coie 類別為被拒絕，第一階段人際方案實施後，Coie 類別仍是被拒絕，第二階段人際方案實施後，仍維持在被拒絕。

結果分析：Coie 類型，經過第一階段人際方案的實施後，發現互拒人數，進步者 2 人，S1 及 S5，經過第二階段人際方案的實施後，發現互拒只有 1 人，30 號與 S6 互拒，30 號不喜歡 S6 愛出風頭，S6 不喜歡 30 愛管閒事，互拒項目是進步的。

第二節 兩位個案的同儕關係情形

爲了讓對本研究的六個高關懷的中輟個案有更多且深入的認識，研究者特別針對進步最多的兩位個案和和(S1)及阿智(S4)作深入探討與分析，以便能更清楚的認識本研究介入小團體輔導方案的前後對個案的改變情形，本節研究者分別從個案本人，同儕和家人以及導師對個案的覺察來分析其與同儕間的關係。

個案(S1)：和和

一、和和對同儕關係的自覺(深度訪談結果)

研究者事先約好和和，於午修時間到諮商室做一次深入的訪談。研究者說可以跟老師談談自己嗎?好啊，和和點點頭說：我從幼稚園開始，就是一個令老師頭痛的學生，真的嗎?研究者進一步詢問和和，和和的回答如下：

記得我到學校第一天就被老師罰請家人帶回管教，原因是老師說在幼稚園，小朋友們中午都須要睡午覺，我因為沒有午睡的習慣不想午睡，於是自己在角落玩玩具，老師過來罵我，我一氣之下就用玩具丟老師，當時立刻被老師扛在肩膀上，被送到類似訓導處的辦公室罰站，老師通知媽媽到學校把我帶回家，這是在學校裏第一次跟老師衝突的印象(訪談日誌 20090501)。

你在國小的時候呢，也是如此嗎?

因為我很任性，國小我念了兩個學校，第一所學校導師是位女老師，還滿年輕的，她非常「機車」，什麼都要管，所以我就用髒話罵她(訪談日誌 20090501)。

你為什麼會講髒話罵老師?

以前住家附近的鄰居都會講，聽久了就會脫口而出，我被叫進辦公室就罵主任，我不想上課的時候就爬上一棵大榕樹，躲在樹上睡覺，因為樹很大棵，樹葉很多，躺在樹上非常舒適，有一次在樹上睡了好幾節課，都沒被發現，老師與家長到處找都找不到我，回家後被罵得很慘，我也常常被請到校長室去聽校長講道理，我有好幾次躲在樹上但是都沒有人知道(訪談日誌 20090501)。

後來呢?請多說一些給老師聽

媽媽不願意眼睜睜看到我跟老師的關係處的不好，於是就把我轉學到了另一所離媽媽上班比較近一點的國小就讀，新學校有個不錯的男導師，不囉嗦，也會講道理，常常利用機會跟我講些人生大道理，做人處事的態度，我聽起來也覺得滿有道理的，在班上我沒有最要好的同學，但是大家都是我的朋友，我的行為有了一點收斂，過了一段平靜的國小生活，成績也很不錯，對我而言功課並沒有多大的壓力，都維持在前三名，總平均也有 90 分左右，英文也讀的不錯，讓我懷念這位不錯的老師(訪談日誌 20090501)。

上了國中後呢?你覺得如何?

帶著好奇的心情，上了國中，班上有許多不錯的同學也有不錯的導師，但是因為國中的課業壓力比較大，一般的功課還好，但是有一些老師很白目，就像英文老師，上課太無趣了，所以我開始放棄英文，上課看自己的書，所以英文成績很差，媽媽希望我在功課方面能多下一點功夫，逼我補英文，給我換了好幾家英文補習班，但是都把老師氣得受不了，我在補習班不是翹課就是看課外書，到最後我媽才饒了我，讓我不必再浪費時間，浪費錢，去上無聊的英文課程(訪談日誌 20090501)。

你有沒有喜歡的活動?

我喜歡玩線上遊戲，但是因為國中的課業壓力加大了，媽媽就不讓我玩電腦，愈不給我打電腦我就愈想要玩，我就開始竊課，怕爸媽們太瞭解我，我就刻意的跟他們保持距離，在家我變得沉默寡言，爸媽們平日不會給零用錢給我，當我須要用的時候，跟他們要時會給，但我不想跟他們要錢(訪談日誌 20090501)。

如果你沒零用錢時你會怎麼辦?

我會去打工賺錢?打工?是那一類的工作?是幫忙搬貨，一次兩三小時，有時候半夜偷跑出去搬完再回來睡覺，爸媽們也不知道，如此賺了不少零用錢，才可以外出去打電玩，和和說自己是一個愛「玩」的人，家人也重視休閒，假日全家人常開車出遊，最喜歡的運動是游泳，可以消耗過多的精力，我的記憶力不怎麼好(訪談日誌 20090501)。

考試的話，你會如何準備？

考試考完了就會忘記，在家也從來不讀書，完全只靠上課聽講的內容去考試，第一次翹課有一點緊張，但是成功過關，也沒人發現，所以一而再竅課，目前的電玩功力，段位很高，到達神乎其技的位子，也就是一人之下萬人之上的頭銜，這些都是研究巴哈遊戲討論區學到的（訪談日誌 20090501）。

在這次的深度訪談後，研究者感受到的是，和和從小就很任性，從受教育的第一天開始，就被傳統的教育制度與教育權威所驚嚇，由於母親是老師，所以個案對學校老師缺少了一份尊重，對學校的規矩，和和抗拒與不適應，雖然事隔多年，但是跟他訪談的過程中，和和似乎對國小第一天所發生的事件，仍記憶猶新而且不以爲然，延續了這些不好的印象，一直到現在，身爲國中生的他，對學校校規，學校老師，甚至於同學也都有著自己執著的想法與自我防衛。經過了這次的深度訪談，我看到了和和不爲人知的一面，也知道和和從小對學校，對老師對同儕，潛意識裏存在著的排斥或許就是一種自我保護罷了（日誌省思 20090511）。

二、同儕眼中的和和--脾氣暴躁，愛玩電腦，過動兒，愛搞笑，愛講話

研究者爲了了解和和在班上的人際關係，特別針對和和的班上同學進行深度的焦點團體訪談，訪談結果如下所示：

不打不相識，與和和認識，是爲了一次爭執，才認識，我們在一起無所不玩，記得我們曾用美術課的石膏粉，油漆桶，當成遊戲的玩具，拆同學的車（被記了小過），曾經打破了一塊班上的玻璃，賠償了 700 元，和和脾氣不好，老師罵他，他敢用不雅的語言回罵「三小」，他不熟的同學就沒有往來，他剛進本班的時候成績還不錯，比我還好，但是現在已經退了很多，七年級下學期，他常常不想到學校來上課，跑去打電玩，他也很喜歡電腦及體育課，可以消耗過勝的體力，在操場上賓士，和和他也算滿隨和的，大家在一起聊天，他也會找我一起討論功課（數學），他喜歡看各類小說，放學後我們會一起打球（訪談 20090501）。

和和脾氣不好，很聰明但是不念書，有中等成績，他好像喜歡打電腦，愛聽音樂，愛表達自己的想法，跟同學相處還好，會主動找人講話（訪談 20090504）。

和和上課愛講話，愛表達自己的想法，有中等成績，國文，自然不錯，他會噏同學。(訪芹 20090504)

和和愛生氣，上課愛講話，有一次午休過後，上自然課老師把愛睡覺的學生叫起來站，他就噏老師，以前他脾氣很不好但是最近比較進步(訪巧 20090504)。

和和人還不錯，媽媽好像是老師，他籃球打得不錯，上課愛講話，愛表達自己的想法，有中等成績，國文，自然不錯，他會噏同學(訪謙 20090504)。

和和對他的印象還好，上課愛講話，會吵，成績還不錯，英文不好，上英文課他完全不聽，都在做自己的事，他會噏同學(訪毅 20090504)。

從以上同學的訪問中，同學們都覺得和和是一位愛玩，好動，討厭權威，比較不喜歡受別人約束，我行我素的學生，當他自己喜歡的人，事，物他會在乎，去完成，但是當他面對他不喜歡的人事物出現時，和和就表現出強烈的不配合，或是消極抵抗，研究者感覺他是一位執著，愛恨分明，非人云亦云的學生。研究者聽了同學對和和的印象之後，感覺到，想要改善和和跟同學們之間的關係應該先從改變和和的自我概念，進而改善不良的行為(省思日誌 20090511)。

三、母親眼中的和和--變成一個難以令人瞭解的孩子

和和又翹課了，導師通知了和和的媽媽，和母放下手邊工作，到處尋找，曾經去過的電玩店，但是並未找著，正巧警方已經先一步協尋，把和和帶回到學校的輔導室，研究者此時剛好可以通知其母親並跟母親有些對話如下：

你覺得和和最近怎麼了？

自從上了國中之後，整個人都變了，整天與電腦為伍，在家從不讀書，上了電腦就下不來，氣得叫爸爸把網路線拆了，把電腦的零件拆了，在家和和不太愛講話，假日一有空就往外跑，.為了玩電玩可以徹夜不歸………………
…………身為母親的她為了愛和和，自己在家常常是自言自語，因為和個案對話，都沒有回應，現在不敢在功課上有要求，只希望和和在行為上不要再偏差就好了(訪和母 20090504)。

研究者進一步追問：為什麼不跟和和討論玩電腦的規則？並適度的開放家裏的電腦？

只要和和願意配和都可以接受老師的建議原先曾經給他空間，但是和和沉迷太深，只好採用比較激烈的方式來教育他，但是親子關係變得更不好(訪和母 20090504)。

和和在同學之間的關係如何？

和和沒有太特別的朋友，並沒聽說有特別好或特別不好的朋友，除了上學，幾乎不曾聽到和和談到與同學來往的任何事情(訪和母 20090504)。

和和自從上了國中之後，所有的表現與和母的期待都有很大的落差，和母期待和和能有不錯的成績和行為表現，但是和和表現恰巧相反，因為表現的不好，母親的要求就更嚴格，甚至於剝奪了和和最喜愛的電腦遊戲，讓和和對母親有極度的不滿，這些不滿的情緒導致於親子間的緊張關係，母親對和和所有的善意都被曲解了(省思日誌 20090517)。

四、導師眼中的和和--也有自己要好的同學，好朋友不少

研究者利用在學校與和和的班級導師的見面短暫時間，了解和和在班上的人際關係與導師對和和的看法與見解。訪談紀錄如下：

和和最大的問題是沉迷網路遊戲，情緒控管差，當他聽到不喜歡的事情時，不問對方是誰，髒話就會脫口而出，對於自己喜歡的事物任勞任怨，對自己不喜歡的事物就非常任性的排斥，在班上會跟固定的幾位同學走得比較近，老師露出微笑說：自從上了人際團體輔導方案之後，情緒管理有了很大的進步，莫名其妙發脾氣的次數減少了，印象中以前他常常在地上爬來爬去，無視於師長與上課的存在，現在真的好很多(訪溫師 200905020)。

從和和對自己與同儕關係的自我覺察，同學眼中的觀感，母親及老師的觀察中，瞭解和和並不是個不那麼受歡迎的學生。因此本研究決定為和和進行兩階段的人際關係小團體輔導方案，教導和和一些良好的人際社交技巧來幫助他。

個案(S4)：阿智

一、阿智對同儕關係的自覺--願意為同學付出

這是一段關於阿智的訪談對話，當研究者請他說一說他和班上同學的關係時，阿智有感而發的說出：

我跟一般同學是不一樣的，我覺得老天對我不公平，同學們幾乎都是要什麼就有什麼，我卻是想要什麼都沒有，臉上露出些許的無奈，班上同學都對我很好，我對他們也很好，在這個班上我沒有特別要好的朋友，因為我是降級學生，以前我讀的是棒球班，功課比較差，國小三年級就開始打棒球，上了國中覺得打球真的很累，有的時候又沒有被排上比賽，我不想那麼苦，就退出球隊，我現在的這個班級同學成績都不錯，我的成績不好，但是我喜歡跟成績好的同學作朋友，因為跟他們在一起，可以幫忙我解決功課的問題，我沒有耐性，毅力也不夠，所以有時候就不喜歡來學校上學(訪阿智 20080505)。

研究者感受到的是，阿智從國小開始打棒球，成績的方面有些落差，轉班來到了一個成績不錯的班級，雖然班上同學並沒有排斥阿智，但是阿智卻提不起學習的興致，在課堂上很多的時候是聽不懂的，上課常常趴在桌上睡覺，被老師責罵之後，阿智選擇用逃避的方式，不到學校上學。

二、同儕眼中的阿智—幽默，夠義氣、懂得與人分享

阿智在班上的人際關係還算不錯，這可以從阿智班上同學的訪談結果的知：

自從阿智來到我們班以來，常常會把歡笑帶給同學，班上同學都覺得阿智很幽默(訪 C720090507)。

我覺得阿智很夠義氣，很樂於助人，有事請他幫忙他都很樂意，也很願意跟同學分享快樂，班導對他的要求比較高，所以他在我們班比較有壓力。
(訪 C820090507)。

由於阿智是位轉班的學生，在班上與同儕的互動非常良好，同學們也都覺得阿智很好相處，阿智也覺得跟同學們相處非常快樂，所以阿智的人際關係在班級裏是沒有問題而且受歡迎的。

三、母親眼中的阿智--離開棒球班後，失去了學習的方向

阿智從小乖巧，在家會幫忙做家事，洗衣，洗碗，丟垃圾，照顧弟妹都會，自從離開了棒球班後，失去了學習的方向，又認識了一些校外不愛讀書的中輟學生，阿智跟他們在一起，所以常常不到學校上學，雖然新轉的班級同學跟他相處的還好，但是那些是愛讀書的學生，所以關係無法建立的很深厚(訪母 20090504)。

研究者在研究期間發現阿智認識了不愛上學讀書的中輟學生，轉移了他在學校所需面對的讀書壓力，雖然阿智與班上同學的互動良好，但是對課業的生疏，阿智作了中輟的選擇，研究者寫論文時刻，阿智雖然已經複學上課，但是因為請假過多，無法取得畢業證書。

四、導師眼中的阿智--能言善道，很會耍寶，頗會吸引人的目光

阿智的導師覺得，阿智生活作習不正常，不知道自己未來的方向，也不願意花費心思去改變自己，既使有眾多外在資源任其取用，但他也無心去抓取，或是改變自己上進的意願(訪導師 20090505)。

研究者深入了解阿智後認為，阿智在離開棒球班之前，未先規畫好自己的方向，又缺乏毅力及耐心，自己的學業基楚沒打好，加上認識了不喜歡讀書的朋友，在班上老師又沒有給阿智多一點調適的空間，阿智選擇了逃離。

以上兩個個案，依據人際三向度理論，心理學家 Schutz (1973) 主張每一個個體都有人際關係的需求，每一段關係的開啓、建立或維持，需仰賴關係中雙方所符合的人際需求廣度，因而強調自我概念形成的重要因素，是受到人際關係滿足與否的影響。如個體能為團體接納，則不會感到孤獨；反之若個體的接納需求較少，則會傾向內向與退縮。過度與不及，對於良好人際關係的發展無所幫助，唯有適度的接納需求，才能有良好的人際關係。

第三節 影響個案與同儕關係的成因

從研究者的觀察，個案與同儕間的關係不良，源自於社會學習之不足，社會行為是須經由學習歷程而改變，如何預測自己與他人的行為反應，須經由「自我效能預期」與「結果預期」來評估社會行為的表現，若個體的學習經驗不足，沒有機會學習有效的問題解決方法以回應，會讓個體有不好的社交表現（D'Zurilla & Goldfried，1971；Perry & Bussey，1984；Bandura，1986）。

從文獻裏看到，影響學生與同儕之間的因素包括有個人，家庭，學校，以下研究者便從這三方面再加以分析探討並佐以相關質化的訪談資料：

個案(S1)：和和

一、個人因素--社交技巧能力欠佳

和和長相瘦小，皮膚白皙，戴一副黑邊框眼鏡，外表長像滿斯文的，很有自己的想法，不會人云亦云，在家排行老大下面還有一個妹妹，與妹妹互動很少，父母親都有正當工作，個案從國小六年級就開始迷上電腦遊戲，線上遊戲功夫很不錯，上了國中之後，對英語科教師教學的方式不滿，因而放棄英語科的學習，加上沉迷電玩遊戲，所以常會有竊課情形發生，嚴重時還會竊家，國中生正值青少年叛逆階段，因自己行為的偏差，許多不良的行為與態度就伴隨而來，導致于班上同學對和和的觀感也不好，因而影響同儕間的互動關係(省思日誌 20090525)。

黃月霞(2005)指出 Goleman 於 1996 年說明社會能力主要在發展關係，以及管理與他人的關係。和和因欠缺正確的社會互動技巧，這方面可由以下和和班上同學的訪談對話，就可以很明顯的看出社會技巧待加強的部份。

和和不喜歡上的課，就常常自言自語，或是跟老師頂嘴，影響老師上課(訪芹 20090523)。

和和的座位被安排在班上的最後，原因是當他不喜歡的課程，他會非常奇怪的在地上爬來爬去，講也講不聽(訪溫師 20080523)。

個案對於自己不喜愛的科目，在座位上坐久了，感覺非常無聊，所以自言自語，老師的話不中聽時和和會跟老師頂嘴，有時候想要離開座位活動一下又怕老師罵所以在地上爬來爬去，這樣的行為讓同學覺得討厭(省思日誌 20090530)。

二、家庭因素--爸爸，媽媽和妹妹對和和的同儕關係影響

家庭是兒童社會發展，社會學習，最早接觸的來源，父母的教育方式，都會影響子女的表現，和和父親是電腦業者，和和從小伴隨著電腦一起長大，父親教育小孩的方式比較民主，在假日或工作之餘，常常帶著全家到郊外踏青，享受大自然的美好及天倫之樂，而母親是老師，教育方式比較嚴格，希望小孩能學業上能有不錯的成績，品行能遵守規矩，自從和和迷上了電腦遊戲後，不但課業成績達不到母親的標準，品行上也脫軌不斷，父母親爲了想阻止個案的沉迷電玩，親子間的關係一度變得非常緊張。

個案從小養成有良好的閱讀習慣，自己愛看課外書籍，文藝，科幻，武俠等各類書籍都看，從閱讀的好習慣中，培養出了不錯的能力與自信，遇到各種問題的時候，和和會很明確的表達出自己的看法，是一個有主見的學生，但是處於國中的叛逆階段，在意見上與父母親常有有相左的情形。

我在家只玩電腦或看電視，我們家每人都有自己的電腦，共有四台電腦，大家都忙自己的，我是因為電腦打太多，爸爸才把我的電腦零件拿掉不給用的(訪和 20080501)。

和和上了國中之後，與家人的互動變得很冷默，和和總是沉默寡言，靜靜的坐在一旁，好似外人一般，讓人摸不著他在想什麼(訪母 20090508)

和和說他在家裏，會把自己呈現出一個不一樣的我，每當家人很高興，氣氛很不錯的時候，和和都是以沉默不語的姿態出現，好像局外人，我不想開口講太多的話，以免讓家人瞭解太多我的想法，最好的方法就是不講話(訪和 200905015)。

(一) 爸爸對和和與同儕關係的影響--說的不多

平日和和與爸爸的對話不多，雖然爸爸每天負責騎摩托車送和和到學校，但是父親與和和的對話卻很少，親子間的相處方式，間接影響和和與同儕之間的相處模式，從以下生活實例，可略知一二。

有一次研究者問和和，今天怎麼感冒了？和和說：

還不是昨天，爸爸說要載我出去，我還來不及穿衣服爸爸就騎上摩托車載我一直往前開，我們都沒有講話，我也不知道他要帶我去那裏，當天天氣還滿冷的，開了將近一個鐘頭，爸爸才說：這是紅葉，有一處路邊溫泉可以泡腳，叫我下車泡腳，當時我已經很冷了，泡完溫泉，爸爸就再次叫我上車，騎了將近一個鐘頭才回到家裏(訪和 20090420)。

(二) 媽媽對和和的同儕關係影響--愛之深責之切

和和的媽媽對和和與同儕關係的影響，應該是和和對他人行為的互動，以下實例：

我告訴媽媽沒有用的，於是我上英文補習班不是聽音樂就是看小說，前後換了將近 10 家補習班，沒有老師會教得好我，媽媽現在才答應不給我補英文(訪和 20090423)。

我愛打電腦，媽媽就偏偏叫爸爸把電腦的零件拆掉不讓我打電腦，為了抗議媽媽不給我打電腦，我就自己利用半夜，爸媽睡覺了，我出去打工賺錢，上網咖，我會找空氣好一點的店家，打到滿意才回家(訪和 20090423)。

(二) 妹妹對和和的同儕關係影響--妹妹是家中的模範生

我與妹妹的互動很少，妹妹成績比較好都是班上的前幾名，他在家很用功讀書，所以我跟妹妹很少講話，平常我們都在自己的房間作自己的事，沒有太多的交集，也很少聊生活中其他的事(訪和 20090423)。

最近妹妹也說爸媽很煩，又常常愛戴我們去一些無聊的地方(訪和 20090423)。

由於和和覺得自己在家的地位，比不上妹妹，在家又無法盡情的打電腦，於是形成個案對家人不滿的情緒，以冷漠的態度來表達不滿的情緒(省思日誌 20080525)。

三、學校因素--教師上課的態度對和和的影響

和和在剛進入本校的時候，成績平均還可以有 80 分不錯的成績，是班上前段的學生，最喜歡的學科是數學課，因為程度不錯聽得懂，數學老師人又很好，最不喜歡英文，老師很白目，有問題要問老師，老師都叫我們回家自己查，上電腦課也無趣又不能玩其他的，只能聽老師的上課內容，無聊，最喜歡的體育課還好可以讓我們在操場上賓士，消耗過勝的體力，游泳也是很好的運動，可以輕鬆的放開自己，我喜歡游泳。

在學校有一些白目的老師，學生犯了芝麻豆點的小事，例如跟同學口角，服儀不整，襪子太短，沒有戴皮帶，老師都會通知家長，害得我回家後常常被罵。(訪和 20090406)

輔導室老師的方式很好：這一次錯了，原諒你，不要再犯同樣的錯誤，否則下一次就要一併記過(訪和 20090409)。

在學校有同學，大家在一起很有趣，可以一起聊天，一起打球，比在家好，有些課程不喜歡就不要理他，想自己的事就好了，我們的導師人還不錯，以前也很愛管，一年級的時候也很討人厭，什麼都要管，現在比較有彈性(訪和 20090424)。

用溝通的方式改變成員的想法這種老師才好(訪和 20090424)。

研究者在小團體中以民主的方式與成員互動，常常傾聽學員們的心聲，從訪談中發現和和喜歡也願意接受研究者的溝通方式。

研究者從和和的訪談中發現，老師不同的管教方式，會有影響或激勵學生學習動機的功能，老師給學生多一點機會或正向的語言，例如接納學生的情緒，給一些讚美與鼓勵，多一些溫暖與關懷，有提升學生對該科目的興趣，相反的權威，

命令，嘲諷，有可能降低學生學習的意願，影響學習的興致。

從文獻中看見，教師對學生的態度，可以影響學生在校的表現，老師給學生正向的鼓勵，讚美，都能增強學生學習的意願，相反的懲罰，批評，嘲諷，打罵都會削弱學生學習的動力。

研究者在研究過程中發現，影響和和與同儕關係之成因包括個人，家庭，及學校三方面。和和個人有許多須要學習及加強的社交能力。家庭中父親與母親的管教態度與方法，妹妹與和和在家的互動，學校老師的管教都是影響和和與同儕關係的成因，因為和和正巧也是人際團體小團體課程的成員，於是研究者透過具體輔導的行動策略來幫助改善和和與同儕間的關係。

個案(S4)：阿智

一、個人因素--學習意願欠佳、缺乏人生目標,

愛打球的阿智，自從離開了棒球班以後，整個生活作習就被打亂了，以往朝夕相處的球伴，因為阿智的調班，彼此間也疏遠了，在普通班，阿智要面對一個全新的班級，不一樣的導師，以及不一樣的上課方式，那麼多新的壓力，導師沒有允許阿智有任何特權，功課也都沒有例外，完全跟正常同學一樣罰寫，對讀書深感乏味對學習意願無的情況，逃避是最好的選擇，義務教育，無法接受阿智悠遊在外，透過各種管道，把阿智找了回來，並建議到東區職訓學習技藝教育，阿智很勉強的在建教合作班，學了半學期，仍然無法適應團體一起吃飯，一起洗澡，毫無自己生活空間的生活，於是無法堅持下去，決定放棄技藝教育，再次回到學校普通班，對阿智而言，一學年是多麼的漫長，來到學校，除了體育，美術，音樂，綜合課之外，其他科目都坐如針氈，一天八小時，好不能忍受，沒按照老師的規定上學，導師曾把阿智的桌椅收拾起來，不給位子，阿智明知導師的要求是希望他好，但是阿智仍無法達到老師的要求。

阿智在班上，來無影去無蹤，很難掌握阿智的生活作習，為了希望阿智正常上下學，老師希望阿智要按照學校的作習時間上下學，否則就不要來(訪阿智導師 20090403)。

阿智從國小三年級開始，就以打棒球為他上學的目的，當阿智退出了球隊之後，失去了方向，學業基楚又差，頓時無法適應學校的生活及適應學校的常規，上學導師的規定讓阿智更覺得是一種束縛，而不想上學(省思日誌 20090406)。

二、家庭因素--爸爸，媽媽和妹妹對和和的同儕關係影響

阿智的母親是原住民，父母親的感情不睦(瀕臨離婚邊緣)，母親常常喝酒鬧事就離家，曾經 2 個月不知去向，父親並無固定工作，先前因酒駕被調銷卡車駕照而失業，家中一度完全沒有收入，完全只靠低收入戶補助過生活，研究者在一次家訪時，看見家門口貼著斷水，斷電的通知，面對家中沒大人又要斷水斷電，研究者電請社會局社工協助解決，當父親外出工作，母親又離家時，家中經常沒有大人在，家中小孩 3 人，有時須看天吃飯，有時須等待社會局送愛心麵包餬口，有一餐沒一餐的過日子，阿智排行老大，家庭幾乎缺乏教養的功能，曾經阿智因參加廟會活動，就無故不到校上課，雖然跟同學之間的互動關係非常良好，又愛搞笑，在班上人緣很好，是很受歡迎的明星級人物，但是確沒有深交的朋友。

(一) 父親對阿智與同儕間關係的影響是--體諒爸爸工作的辛苦

由於阿智的父親必需為了生活，外出工作賺錢，根本無法論及對孩子們的教養問題，阿智也很體諒父親外出工作之無奈：

爸爸比較內向，他也很辛苦，從國小我就陪爸爸開車全省走透透，還有兩年他又可以有駕照了，因為他的駕照被吊扣三年，有了駕照他又可以開車工作賺錢，生活會比較好過了，我也想分擔一些家計，等 6 月 16 日畢業，我要趕快出去找工作幫忙家計(訪阿智 20090507)。

(二) 母親對阿智與同儕間關係的影響是--都是喝酒惹的禍

由於阿智的母親有時會在家，有時會離家，她有時也跟一般的媽媽一樣會愛護照顧小孩，但當她醉酒時，小孩就得聽天由命，阿智說：

媽媽不在家我就要負責接送國小一年級的小弟，因為小弟的學校離家比較遠，又要過馬路，所以我也希望媽媽能天天在家，我就不必接送弟妹(訪阿智 20090507)。

(三) 弟妹對阿智與同儕間關係的影響是--他們都還小

弟妹都還小目前就讀小一與小五，我當然要照顧他們(訪阿智 20090507)。

研究者發現阿智雖然是一位高關懷的中輟學生，但父親平日與阿智的父子情深，讓阿智會體會的到爸爸工作的辛苦，體諒弟妹年紀還小，自己是家中的老大，也該為家計負擔一份責任，阿智也希望母親不要喝酒，雖然家中的經濟條件很差，但是家庭成員的互動還算不錯，也影響阿智與同學間的互動是良好的。

三、學校因素---導師的態度對阿智的影響

阿智的班導師並沒有因阿智的無心向學，程度不好，家庭狀況特殊而因材施教，或給多一點的空間，多一點的特例，阿智在面對老師給予的嚴格要求，選擇了逃避上學來面對。

輔導室的老師為了化解導師與阿智間的歧見，於 2009 年 4 月召集阿智所有任課老師，為了阿智是否能留在班上上課而召開特別會議，輔導室希望由任課老師們決定阿智是否能繼續留在班上讀書，而不是由導師一人決定阿智不能留在這個班級上課，原因是阿智無法達到老師的標準。只可惜，雖然老師們都一致同意阿智可以留在原班，但阿智已經選擇了輟學來回應。

研究者深深體會，學生有受教權，老師在面對無心向學的學生，是否應給多一點的空間與時間，甚過老師給學生的機會，勝過七極浮屠？

從文獻中看見，教師對學生的態度，可以影響學生在校的表現，老師給學生正向的鼓勵，讚美，都能增強學生學習的意願，相反的懲罰，批評，嘲諷，打罵都會削弱學生學習的動力。

影響阿智與同儕關係之成因包括個人，家庭，及學校三方面。阿智個人在班

上的社交關係雖然是位很受歡迎的明星，但是為行為表現未能達到老師的要求標準，師生之間形成了緊張的氣氛，而影響了學習。雖然父親與阿智的關係不錯，但是父親與母親的缺乏管教，弟妹們又還須要阿智的照顧，形成阿智無法與學校同儕深交的機會，都是影響阿智與同儕關係的成因。



第四節 小團體輔導方案的行動策略

在整個方案的輔導過程中，爲要幫助個案改善與同儕間社交關係欠佳的問題，研究者依照學者的主張應該重視個體的行為及認知，因爲和和是人際關係團體的一員，所以研究者擬從小團體輔導方案方面著手，身爲研究者的我所扮演的角色在行動之前，我一直覺得學生的學習是被動的，但是當面對學生問題時，我發現了學生的主動，有時候我反而變成傾聽者，傾聽學生述說問題，當講述模糊不清時，給予澄清，等問題講完之後，再找出問題的癥結並適時的回饋，於輔導過程中研究者運用了輔導技巧，涉入，淡出，再涉入，再淡出的迴圈歷程，拼湊還原述說者當時的場景。

研究者依照這個主張設計單元活動，期透過具體的行動策略，來改善個案的同儕關係，單元包括認識自我，傾聽別人，認識情緒，價值拍賣，進而結交朋友，期能改善個案的人際關係問題。

壹、人際關係小團體輔導方案的實施過程與省思

本研究「人際關係小團體輔導活動方案」，分成兩階段進行，每次活動時間 40 分鐘，活動次數共計 8 次，總計 320 分鐘。茲將每次活動實施情形與研究者省思與感想陳述如後：

一、活動一：認識自己(97 年 10 月 28 日)

團體的開始是一個定向和探索的時期：團體的結構、成員間相互的熟悉與期望。成員間彼此的熟悉有助於團體凝聚力的形成及信任感的建立，使團體得以持續發展。此外團體的認同感與成員在參加團體的意願都是初期階段的重要工作。在團體中保持個別性及所作的承諾。秩序維持的準繩可以讓團體在一個安全的環境下運作。第一次活動，每個個案初次見面，氣氛比較生硬，但由帶領者開起了自我介紹的序幕之後，便開始順利的進行，活動中和著輕輕的音樂，第一位同學

介紹完自己以後，輪到第二位時必須再重點式的把剛剛聽到的重點重複講一次後，再自我介紹，輪完每一位後，開始訂定團體公約，盼望接下來的這個時段彼此在建立互信的基礎上，更安心的來進行團體活動。

整個過程有些匆促，就下課了，團體的公約，只有等待下一次活動再請學生把它定出來，時間真的是很緊，控制得不是很理想但還算可以接受。

小團體帶領者的反思與分析：

(1)剛開始，學員們都以嘻戲好玩的心態參與團體，每個成員的喜好不是抽煙就是睡覺，有一點開玩笑的意味。

(2)當帶領者希望成員「尊重」團體時，成員才開始覺得團體也不可太隨便，有了比較正向的開始，和和講出了自己的興趣是打電腦，也提到自己雖然不是想像中的乖寶寶但是最尊敬的人，是自己的父母親，因為有了父母，生活的必備才得以提供，自己才能過著無憂無慮的生活，在良好的氣氛中，團體的互動還不錯，成員開始瞭解自己的好惡與習慣，接受自我學習，有了不錯的第一次。

(3)因時間的不足，團體契約預計下一次完成。

二、活動二：團體公約(97 年 10 月 31 日.)

團體規範是一個團體運作、秩序維持的準繩。藉此可以讓整個團體在一個安全的環境下運作。上一次團體未把公約訂出來，所以此次活動開始，團員們先推出一位可以寫 pop 的 S3 來完成公約的訂定。

一開始學員們都沉默不想發言，研究者提醒學員們，這是屬於學員們自己的團體，學員們才開始熱絡起來，經過了一番討論，學員完成了契約的訂定內容有：準時參加團體(S6 提)，尊重彼此團員(S4 提)，不批評任何人(S1)，不作人生攻擊，要保密(S6)，不任意請假(S1)，樂於表達自己(S2)。要舉手發言(S1)，S3 有許多字都忘記該怎麼寫，於活動中同學很熱心你一句，我一句，學員們開始有了不錯的互動，最後在每位成員簽名表示承諾下結束了這堂課，也奠定了往後課程該遵守的規則。

小團體帶領者的反思與分析：

- (1)團體中，學員們自己訂契約，成員開始覺得與其他成員有些關係，願意投入、接納整個團體，並且對其他成員提供支持，願在團體中表達真實的看法與感受。基本上，凝聚力高的團體更有助於讓成員穩定的發展。同時，可使成員藉此團體經驗類化到其他團體中，形成正向的遷移。
- (2)團員間有了對團體的認同，團員彼此間有了一點關係。
- (3)所訂出的契約，合乎小團實際需要的規範。
- (4)能從遵守團體的契約，及瞭解自己與團體之間的關係。
- (5)和和在今天的活動中，提出了要舉手發言，滿貼切的條文，這是平日在班上非常欠缺的一部份。

三、活動三：非語言溝通 (97 年 11 月 4 日.)

本次活動是讓成員藉由非語言、專注等行為來增進溝通的效能。其中眼光的接觸、面部表情、姿勢、手勢和肢體動作都是主要肢體動作的類型，從眼光的接觸可以判斷你要傳遞的訊息。

帶領老師要每一位學員，用自己的手作出一種手勢來代表自己想要的動作，接著再用這種手勢傳遞給下一個你想要傳給的人，以動作表示你要傳遞給他，在遊戲中不可以講話，目的是要訓練成員用專注力與非語言的傳遞能力，在老師講完規則之後，老師把 OK 動作傳遞出去給 S1，S1 就將大姆指手勢傳給 S4，由於 S4 的手勢是中指，S5 就順勢用了雙手的中指，遊戲過程中 S4 與 S5 兩人被點的次數特別多，原因是簡單又有另一層意義在其中，遊戲結束後，大家在分享感想的時候，這兩位學員都說後悔不該用中指代表，本來只是覺得好玩，沒想到因為這個太容易的手勢，所以大家都把手勢傳給了他們，S2 分享說活動要很專注別人的手勢，S3 說手勢動作要很明確以免搞混 遊戲中必須將學員的手勢與人聯結，要想好要傳遞的物件，雖然只是手勢傳遞，但是學員們玩得很開心很投入，學員 S6 說今天才知道什麼叫非語言溝通，非語言也可以是一種溝通方式。

小團體帶領者的反思與分析：

- (1)學員們從手勢傳遞的遊戲中，體驗非口語的溝通方式。
- (2)學員們學習用專注遊戲中的進行。
- (3)讓學員們在從遊戲中，學習遊戲規則，體驗遊戲的樂趣。
- (4)中指傳遞手勢的學員 S4，知道用中指不是一項好的手勢代表。
- (5)和和以勝利的 V 字做為自己的手勢，體驗了一次非語言的溝通方式。

四、活動四：認識情緒 (97 年 11 月 7 日.)

帶領者要學員們填寫情緒樹的空格，讓學員們回想自己有那些情緒，再將所寫出來的情緒，區分成正向與負向的情緒，分別以情緒座標標記出來。帶領者並以今天在校園中某位老師對著學生咆哮為例子，及近日報載父親把小孩丟進湯鍋的例子，希望學員們能認識情緒，面對情緒，轉換情緒，有效的表達情緒，更進而建立良好的人際關係。學員 S6 說那個父親心情平靜時就會後悔的，S2，S4 都說不要理他就好了，S4 還開玩笑說畢業後再算帳就好了，S3 說有理的斥責可以接受，S5 並沒有回應。

小團體帶領者的反思與分析：

- (1)學員們在團體中經由彼此的互動，產生人際間互相影響的改變行為。成員問題大多與人際的互動有關，在溫暖、安全的氣氛下，成員面對以往不敢處理的情緒或創傷性的經驗，獲得矯正性的體驗與支持。也就是透過成員對他人強烈正負向情緒的自我表露，更加認識自我。
- (2)學員們學習認識情緒，面對情緒，轉換情緒，表達情緒
- (3)學員們從生活實例中，學習情緒控制。
- (4)和和說當自己聽到不喜歡的聲音時，最好的方式是噓回去，但是經過帶領者以例子說明之後，和和改口說不理就沒事，學到了一種轉換情緒的方法。

五、活動五：我的 EQ 指數(97 年 11 月 11 日.)

這次帶領老師請大家寫 E Q 評估單，結果呈現大家的 E Q 都滿高的，老師就提問 E Q 這麼高是真的還是騙人的，怎麼在家裏和在外面不一樣，每個人的反應本來就會不一樣，說父母講話都很機車，聽起來就很容易吵起來，話題後來就圍繞在 S3 和父母間的互動關係，帶領老師試圖瞭解並引導 S3 有比較正面的去思考，光是這個話題談著談著就下課了。在過程中，S3 談到一開始翹家可能是因為對學業沒興趣、一時好玩而出門，後來回家後，可能跟父母爭執，會被父母噙說「我以前才沒有妳那麼遜」等等的話與嘲諷她，意思大概是反諷 S3 要比不乖，根本還比不上她的父母以前的事蹟，這讓直率不羈 S3 大為火光，就更加叛逆，她似乎也有不想再靠父母的想法，認為周遭的朋友很年輕就可以出去打工靠朋友不靠父母的過生活，而自己也可以，並嚮往這樣的「自由」生活，不被學校和父母綁住。但她也知道，父母會不希望自己這樣，是因為父母不希望自己的女兒去過自己過去那種漂泊的生活。

S4 和 S5 也有思考過翹家，但因為資源不足（沒有認識可以投靠的朋友）所以都打消念頭。一開始 S5 就因為很不安份所以被帶領的老師趕了出去，後來才知道 S5 一開始會情緒不穩定是因為跟班上同學吵架，以及可能跟他隔天要去開刀有關係，從他處理跟同學的摩擦這件事，更看出他在情緒的難以控制，後來請他去跟同學講清楚他的不舒服，同學雖沒道歉但也表示不會再做那件事，S5 也比較釋懷了。

小團體帶領者的反思與分析：

- (1)學員們覺察到自己的 EQ 指數
- (2)學員們測得的 EQ 都滿高的，表示同學對自己的 EQ 都覺得滿意.
- (3)學員們從當天的生活實例中，學習情緒控制的方式。
- (4)和在滿分 100 分的 EQ 測量中得了 42 分，在 25 個問題選項中，有四個選項和和給低分，例如覺得自己有一些壞習慣很難改，自己不太在意自己的感覺，總

是把自己放在最後面，對事情不耐煩，學員們從選項中檢視自己的情緒並學習如何情緒控制，是一種不錯的自我檢測的方法。



六、活動六：人際價值觀 (97 年 11 月 14 日.)

這個活動是要學生們以代幣買商品，包括友情」、「愛情」、「勇氣」、「堅毅、恒心」等開始，帶領者先用電腦秀出了各種學員們都很投入，活動中同學很認真思索要競標的物品，反應出現實生活的中的狀態，需要什麼及缺乏什麼，S3 買了「獨處的能力」，反映她是需要關係，但總是爲了關係而苦惱、受傷，爲了保護自己不再經驗痛苦，就有一點小逃避的感覺，寧願讓自己一個人以避免傷害，所以選擇讓自己有忍受寂寞的能力。S6 買了「友情」、「愛情」、「勇氣」、「堅毅、恒心」，關於友情，S6 希望有個可以傾訴、依賴、信任的朋友，關於愛情，是反映了 S6 家庭的狀態，使 S6 會希望有個好的家庭，勇氣與堅毅，是讓 S6 做是可以貫徹到底，因爲 S6 覺得自己若做事情虎頭蛇尾，或是只做一半，就會覺得自己很差，也覺得別人也會看不起她，更導致她自己事情做的更差，造成一種惡性循環。S1 買的是「親情」，他希望可以回到和父母爭執之前家庭和諧的處境。帶領老師買的是「健康」和「知識」，老師說看到很多長輩(大概 80 歲)到了一個年紀好像都因爲身體疾病而痛苦，所以覺得注意健康很重要，而知識可以讓一個人有內涵，不需要化妝打扮就可以很美。S5 買「財富」、「美貌」、「權力地位」、「自我覺察的能力」，可惜因爲要上課了就沒有太多時間跟他談更多。

前半部帶領老師給學生填情緒辨識的學習單，狀況有點小混亂。接著就帶好友與損友的活動，讓學生們寫想交往的朋友的十個人格特質和不想交往的朋友的十個人格特質，女生們都很投入的在寫，S1 也很投入但寫得很快，S4 一開始嚷嚷著不會寫，後來則慢慢邊問邊寫的寫了幾個，後來要大家在剛剛寫的人格特質裏把自己有得特質打圈。因爲時間不夠，有些人連圈都還沒圈，只好等下一次團體時再討論了。

小團體帶領者的反思與分析：

- (1)雖然商品都是無形的價值，但是學員們也都認真的喊價，學員們體驗了一次不錯的拍賣會。
- (2)學員們買的商品確實都跟成員的需求滿契合的。
- (3)學員們學習體驗各項商品對自己的價值。
- (4)和和買了勇氣，他覺的日常生活中能有勇氣克制自己愛打電玩的壞習慣。



七、活動七：人際關係檢驗 (97 年 11 月 19 日.)

帶領者以天生我才必有用，要大家肯定自己，並檢視自己那些是受歡迎的人格特質，領導者以人格特質卡片來引導學員，有好的人格特質，有助於發展青少年的友誼，研究者引用瑞斯(Rice, 1984)曾將過去學者研究受青少年喜歡與不喜歡的人格特質對照並列成下表 4-1 所示：

表 4-7 受青少年喜歡與不喜歡的人格特質對照表

	受他人喜愛	不受他人喜愛
個人儀表	1.長得好看 2.女性化、面貌姣好(女性) 3.男性化、體格良好(男性) 4.整潔、乾淨、修飾整齊 5.適當衣著	1.俗氣、不具吸引力 2.小孩子氣、太胖或太瘦(女生) 3.膽小、瘦小、太胖(男生) 4.邋遢、骯髒、懶散 5.衣著過時、不合身、不適當、髒亂 6.化外之人(男生) 7.身體殘障
社會行為	1.外向、友善、能與他人相處 2.主動、有活力 3.參與活動 4.社會技巧：良好態度、能說善道、有禮貌、穩重、自然、機智、會跳舞、玩很多遊戲、運動 5.有趣、運動佳 6.行動與年齡相稱、成熟 7.冷靜 8.順從	1.害羞、膽怯、退縮、安靜 2.無活力、無精打采、被動 3.不參與、隱遁 4.喧嘩、吵鬧、態度不佳、不尊重、自誇、愛現、不冷靜、傻笑、無禮、粗魯、聒噪、不知如何做事與遊玩 5.無聊、運動差 6.孩子氣、不成熟 7.聲譽不佳
個人的品質	1.仁慈、富同情心、瞭解 2.合作、與人能相處脾氣好、穩定 3.不自私、慷慨、助人、考慮別人 4.活潑、樂觀、快樂、歡欣 5.負責、可靠 6.誠實、有信用、公平、正直 7.有幽默感 8.自信、自我接納 9.聰明、有智慧	1.殘暴、敵意、不感興趣 2.好辯、蠻橫、脾氣不佳、支配、發牢騷 3.不考慮別人、不可靠 4.說謊、欺騙、不公平 5.不能開玩笑、沒幽默感 6.心地不好 7.欺詐、虛榮

(引自黃德祥(1994)，520 頁)

用上表跟成員討論分別從個人的儀表、社會行為表現，與個人的品質等都會影響受人歡迎的程度，因此在團體設計此單元，期望成員能藉由人際受歡迎特質的討論，進一步檢示自己所具備的特質。

小團體帶領者的反思與分析：

- (1)學員們學習區分那些受歡迎的人格特質與不受歡迎的人格特質。
- (2)學員們省視自己有那些受歡迎的特質。
- (3)學員們試著找出不受歡迎的人格特質並找出改善方式。
- (4)和和檢視自己的好特質有重意氣，熱心助人，不受歡迎特質有自大，白目，囂張，賤等。帶領者希望同學把好特質發揚光大，也學習改善不受歡迎的特質。



八、活動八：人際學習，尋找好友誼 (97 年 11 月 19 日.)

這次延續上次未討論的主題，聊大家認為的自己喜歡的朋友的十個人格特質和自己不喜歡的朋友的十個人格特質。大家都滿踴躍的說，S2 與往常的表現有些不同，變得滿健談，開放的，暢談她自己的朋友，應該說從她的言談中感受到一個這個團體是被信任的感覺吧。S4 則是談論中較呈現出自己的矛盾，在喜歡的部分和和寫了一個特質是「君子」，我問他如果一個君子叫你要尊重別人不要胡鬧那你不是會生氣嘛？這時候你還會喜歡嘛？他說他還是會生氣，但也還是喜歡，他也覺得矛盾，我請他去思考這個矛盾。在不喜歡的部分，S6 寫了衝動、亂發脾氣之類的特質，而他也知道自己有這些特質，我想 S6 是很需要他人教導他如何控制情緒和與他人溝通的。

小團體帶領者的反思與分析：

- (1)學員們覺察自己結交朋友的人格特質受歡迎的多或是不受歡迎的多。
- (2)學員們省視自己有那些受歡迎的特質。
- (3)學員們找出改善不受欢迎人格特質的方法。
- (4)和和覺得自己沒有太特別的朋友，在班上有一些可以一齊打球的朋友。

九、活動九：友誼花朵處處開 (97 年 11 月 22 日.)

在音樂的伴隨下，帶領者回憶每一單元的主題，認識團體，傾聽別人的聲音，認識，管理，表達情緒，認識 EQ，價值拍賣，如何結交朋友.....等要團員們回想你印象中最深刻的單元？那一句話對你最受用？同學們即將散去，但是在這一段時間裏，所教給大家的人際技巧，將深印在同學們的腦海中，希望帶著老師給同學的祝福，同學們在校園裏都有自己的好朋友，都能在快樂中完成國中學業，大家交換祝福卡，吃著披撒，拿著帶領者準備的小禮物(學用品)同學們互道不捨地說再見。

小團體帶領者的反思與分析：

- (1)學員們經過了小團體輔導方案的課程體驗，幫助不知如何表達自我或不曾與人建立良好親密關係的成員，逐步瞭解自己，與他人建立良好社會互動。在團體中，成員勇於嘗試，透過與其他成員的回饋再做修正。將學會的社會互動技巧學應用到實際的生活中。
- (2)在回饋當中，成員們都覺得在情緒的認知上有很好的收穫。
- (3)這是一次值得推廣的人際關係課程。
- (4)和和說在這個小團體活動中，學了很多，也很高興買到了自己缺乏的勇氣，也學到尊重。

第五節 行動研究者的省思

自 2007 年 9 月至 2008 年 4 月，長達八個月的人際團體輔導方案課程，是以輔導策略來改善高關懷中輟學生的同儕關係，爲了完整呈現這八個月過程中有喜有淚的行動研究，研究者將此次行動研究過程中的每個階段所作的省思，分別完整的整理於下：

當研究者確定了研究的主題與對象之後，就積極的搜尋與本研究相關的文獻，希望在理論的依據下，穩健的來進行研究人際輔導活動方案。

一、活動方案前的準備.階段：

1、進行人際輔導活動方案之前，須先取得家長及導師的同意書，其一是告知導師該時段學生是在輔導室參加活動，其二是請家長與導師共同觀察學員在活動方案中的行爲變化及相關作業單的完成。

2、學校行政單位的橫向配合

如活動中所需要購買的各種材料，場地的借用，各項電化設備的借用等都須要於活動前就協調購買或借用妥當，。

3、時間的選定

由於六位高關懷成員來自六個不同的班級，要在不影響正常上課，又能找到共同活動的時間，午休的 40 分鐘是一個不錯的選擇，若能在社團時間實施，時間會更充裕。

4、學員的配合

要讓這些不喜愛上學的學員預備好自己，準時參與爲他們設計的活動方案，在方案開始之前，必須先跟學員們有良好的溝通，讓成員知道個活動方案是爲他們安排的，所以鼓勵他們一定要配合參加，收獲一定滿滿。

5、研究者本身的準備

活動內容的設計，協同者的邀請，各項作業單的設計及文具用品海報紙的準

備等在活動之前就須要準備妥當。

二、活動方案實施中：

1、決定了研究的方向，選定了社交量表，在六個研究對象的班級裡，展開第一次的社交測量，於施測時，要明確的跟作測量的學生們說明施測的方法與目的，尊重個人的隱私是很重要的，施測結束將測驗結果輸入電腦軟體，透過電腦軟體分析個案在班級裡的社交地位與社交關係。

2、一群烏合之眾，如何有效率的進行活動？

要學員們遵守團體規範，讓成員們共同訂立自己的團體約定是一個不錯的方式，透過定契約，學員們體認到自己是這個團體的主角，領導者也會尊重他們所定出來的契約，每位成員須在契約上簽名，以表示對自己與團體負責。

3、得宜的時間掌控

午休的時間短暫，稍縱即逝，活動之前要跟學員們再三確認活動時間，並且叮嚀不要遲到，活動進行當中須把握住活動單元的活動目標，活動中須要用到的設備，如各項畫紙，放影設備，一定要事先準備妥當，以免浪費活動時間。本研究爲了讓課程單元連貫，時間也不要拖延太久，特別安排一星期進行兩次活動，所以活動進行有緊湊的感覺。

4、立即完整的記錄

一星期有兩次的活動單元每次活動結束後，就要立刻將作業單等資料整理並完整紀錄，以免時間一拖延就無法完整而真實的呈現活動的全貌，把握時間，完整記錄非常重要。

5、單元要有學習單的配合

配合單元進行，設計適合的學習單，透過學習單讓學員能更明白單元目標，研究者也可以從學員的答案中知道成員在活動方案中學習的情況，作業單的分析也是質性研究中一項很重要資料的來源，可以作為三角檢測中証據的一部份。

6、研究者本身的特質，適時的善用輔導技巧

於活動方案中，要把握住文獻的社交技巧要領，有認知與行為兩部份，於活

動進行中要適時的善用輔導技巧，如傾聽，專注，支持，讚美，同理心等，對方案的進行更有效果。

7、與導師及家長保持良好的連絡

隨時與導師及家長保持暢通的溝通管道，會更助於了解學生的現況。

8、隨時紀錄研究者之所見與省思，進行下一步驟能更完善的研究。

9、於第一階段活動結束後，進行社交測量後測，並將第二次測量的結果輸進電腦與第一次結果作分析比對，了解活動方案對學員的影響情形。

10、進入到第二階段人際活動方案時，主題目標沒有更動，但是為了讓學員有更正向的模仿學習，研究者在第二次團體方案進行活動中，安排了兩位正向成員一起參與活動，在學員們都已經有了第一階段的社交技巧概念架構下，進行第二階段的活動課程，活動內容更多元，如遊戲活動，繪本講解及電影欣賞等提高學員的學習興趣，並於活動中跟學生們透過分享，討論與澄清，讓學員們從認知上學習到更明確的人際關係概念及對自我的認知。

三、活動方案結束後

1、實施第三次社交測量，結果仍然須要輸入電腦，並將結果與前兩次測量結果分析比較。

2、繼續關心學員上課的出缺狀況及個案跟班上同學間的社交情形，並且與家長，導師，及班上同學保持良好的聯繫，並追蹤個案於活動方案結束後行為的改變情況，包括傾聽能力，情緒表現，合作能力，交友狀況，

3，當研究者覺得有資料不足的時候，也要盡快補足。

4、詳實記錄研究過程與結果

四、活動方案結束後的省思

經過此次活動方案，研究者體認到

1、要讓活動能順利進行的第一要件是與學員建立良好的關係，當領導者與學員間有了不錯的信任關係時，學員們才願意敞開心門，接受後來的課程。

2、研究過程發現，中輟生在自己班級的社交關係，大都不好，探討原因 S2，

S3，S4，S6 都說是因為常常不到學校，跟同學的互動關係不知覺的就淡了，當與班上同學關係不好時，他們就更不想到學校上學。

3、研究中也發現，方案的實施過程中，這些學員們 S2，S3，S6 居然成了好朋友，不但下課時會聚在一起，連放學回家也都一同進出，只要看到其中的一位，就可以找到他兩位，甚至於連外校中輟學生的聚集地點也都可以從他們口中得知。

4、如何設計小團體活動課程也是相當重要的部份，由於研究者本身在輔導室服務多年，累積有許多小團體輔導的經驗，幾經思索，與另一位協助團體課程的老師溝通，討論修正，決定了人際團體輔導課程內容，學員們也都覺很有意義。

有人說：教育是陪伴孩子成長，輔導不能立竿見影，在整個行動研究的過程中，我兢兢業業的帶領著每個活動的單元，陪伴學員進行每一個人際課程，過程雖然辛苦，但是在整個活動的過程中，看見學員們的配合與頭入，記得有好幾次學員早上沒到學校上學，但是中午還是趕來上活動課程，研究者深深感受到學員們對團體的喜好程度，經過了八個月的共處，學員們有禮貌了，願意傾聽別人講話了，不再髒話連連，懂得尊重了，曠課的頻率降低了，和和的導師說：和和莫名奇妙進步了，學員們與學員家長的互動增加了，研究者看到了學員們的期待與進步，提醒自己要更努力，能看清楚教育的盲點，針對問題，改善問題，這也是研究者在此行動研究中最大的收穫。

雖然在活動的這段時間，學員們有時會藉口說輔導室有活動而跟導師請假在操場遊蕩，讓導師誤認為輔導室會挪用學生正常的受教時間，爲了不讓這種事件再次發生，跟導師取得共識就是只要有額外的活動，輔導老師一定會有公假單以免讓學生找藉口，事實上比起學員們無故不到校上學，能找到藉口也算進步了不是嗎？

蔡清田(2000)指出「行動研究」強調實務工作者的實際行動與研究結合，鼓勵實務工作者採取質疑探究和批判的態度，在實務行動過程中進行反思，以改善實務工作，增進對實務工作的理解，並改善實務工作的情境。這會是研究者在行動研究中最大的收穫！

第五章 結論與建議

隨著小團體輔導方案的結束，成員們依依不捨的回想在小團體活動課程中的這段時間，成員彼此間的情感串連，大家都把活動地點當成是一個安全，溫暖而快樂的空間，在這個團體裏學員們追求自我成長，尋找友誼，學校同事，學生家長們對學生表現的肯定，這不就是我想要的結果嗎？以下便依序說明研究者對此次進行行動研究的省思與研究結論並提供未來進行相關研究的可行建議。

第一節 結論

根據研究問題並綜合本研究的結果與討論後，本研究之結論如下：

壹、大多數高關懷學生在班上的社交關係不佳

本研究的六位成員中，除了阿智的社交天馬類別是明星，和和的天馬類別是一般的關係之外，其餘的四位成員一直到追蹤測，所測得的天馬類別都還是孤獨的，分析顯示這四位高關懷學生與同儕間的關係一直是孤獨被忽視的。研究者在活動方案期間，曾跟 S2，S3，S4 討論她們與同儕間的關係，三位都回答班上沒有他們的朋友，同學們大都忙於自己的功課，S2，S3 不喜歡讀書，S4 沉迷電玩，跟同學間的互動關係漸形漸遠，同儕關係不佳更加深了學員不想要到學校上課，這種不良的關係，不斷的循環著。

以下是研究個案和和 S1，在班上的外顯行為表現，社交技巧，他對同儕行為的表現，以及他在學校的學業成績表現，可明顯看出和和的社交地位的情形。

個案一：和和

(一)外顯行為不當--常說髒話，常搶同學及老師

和和自己也覺察到，只要是不高興，就喜歡在嘴巴上佔便宜，根本不加猶豫的髒話脫口而出，顧不得別人聽了有刺耳的感受，非常沒有耐心，滿自我的。班上同學曾說：有一次午修結束，老師看到同學都趴在桌上，就罰趴著的同學罰站，和和毫不給面子就脫口而出「xx」(訪芹 20080513)，同學給和和最好的評語是還好，大部份受訪同學都覺得和和脾氣不好，愛亂發脾氣。而在口語方面的外顯行為，像是罵人，口語攻擊，說髒話。在態度方面的外顯行為，如不尊重老師，同學，我行我素，上課不守規矩，常不到校上課。

(二)社交技巧不良--不守規矩

同學都以過動，high 過頭來形容和和，在教室裏的規矩很差，常常在地上爬來爬去，很不聽話，上課又愛跟同學講話，噓老師，是一個讓老師頭痛的人物，影響他的同儕關係。

(三)對同儕不友善的社交行為--常說髒話，玩過頭

研究者觀察，和和的無心之過，常被同學解釋為蓄意挑釁。根據蔡麗芳(1992)研究指出被同儕拒絕的兒童在面對他人行為意圖模糊，卻導致負向結果的互動情境時，常會忽略情境中的線索，傾向於敵意歸因。本研究的個案和和在進入小團體課程前亦有此歸因情形發生。

(四)學業表現--成績中上

和和很聰明，雖然不用功，但還有中等程度的成績，其實和和自己根本不在乎成績的好壞，此項因素並非影響和和與同儕關係的因素。

(五)大部份高關懷學生社交關係均不好

分析參與本研究的高關懷學生社交關係中，發現 Coie 型別極少數是明星，大部份是被冷落的一群，也有少數是是被排斥的型別，顯示這些高關懷學生在人際互動中確實需要更多的關懷與學習。

個案二、阿智

(一)外顯行爲--愛玩

阿智外表長像很瘦，在學校最大的問題是不喜歡讀書，有時候晚上打電玩太久睡眠不足，白天趴在桌上睡覺，對師長態度還算友善，跟同學相處也很融洽，他常常會把歡笑帶給同學，在班上也會協助同學服務班上，人緣還算不錯。(日誌 20080512)

同學對阿智的評語是開心果，阿智最大的缺點是不喜歡念書，有時候上課搞笑，讓老師生氣，老師深恐因為阿智的出現影響班上學生的學習，。

(二)社交技巧--跟同學相處良好，是讓老師頭痛的人物

阿智跟同學間的互動很好，在教室裡的規矩還好，偶而上課睡覺跟同學講話，不寫功課，是讓老師頭痛的人物，老師擔心阿智在班上影響學生的學習。

(三)是同儕眼中的開心果

研究者觀察，阿智轉班來到了一個讀書風氣不錯的班級，導師個性比較嚴謹，阿智不愛讀書，只有搞笑取樂於同學間，並無深交的朋友。

(四)學業表現--體育課是唯一的最愛，其他科目就順其自然了

通常參加球隊的學生，對功課的要求比較低，阿智自國小就是球手，功課自然不理想，問題是阿智自己根本不在乎成績的好壞，此項因素並非影響阿智與同儕關係的因素。

(五)大部份高關懷學生社交關係不好，但阿智卻是受歡迎的明星

高關懷學生社交關係中，Coie 型別極少數是明星者，大部份是被冷落者，但是阿智在班上卻是受歡迎的學生，研究者分析阿智仍然保有棒球班學生的豪爽及不拘小節的氣質，對普通班學生而言，阿智是他們心目中受歡迎明星，所以在人際互動中阿智比較不需要學習的部份，反到是由於阿智的出現為班上帶來了生氣。研究者覺得，導師若有更大的空間給阿智，對阿智在學校的學習將可能有不一樣的結果，而當研究者撰寫論文當時，阿智以領取結業證書方式完成了國中學業。

貳、影響高關懷學生在同儕關係上的因素

影響同儕關係的因素，可能有個人的，家庭的，學校的，研究者依和和阿智的情形，分析與結論如下：

個案一：和和

(一)個人方面--社會能力欠佳

和和在家與家人互動很少，在學校與同儕間的交往常自以為是，我行我素，做事缺乏耐性，髒話脫口而出，玩過頭，偶而不到校上課，是老師心目中頭痛的學生。

(二)家庭方面--父母親的管教態度的不一致

母親的嚴厲，父親的民主，自己的沉迷電玩，讓和和找到了自己在家的求生方式，妹妹的成績表現優秀，和和的表現相形之下就比不上妹妹，和和在 EQ 的作業單上自歎常常是最後的，字裡行間潛藏了對自己的不滿。

(三)學校方面--對老師的管教及教學方法的不適應

研究者發現，和和自幼對學校的校規及老師的管教就不以為然，對英文老師的不滿，形成了他對英文課的討厭，上課無聊就講話，聽音樂，干擾上課，讓想聽課的同學對和和非常不滿。

個案二、阿智

(一)個人方面--未作好離開棒球班的規劃

阿智因不願意吃苦，離開了喜愛的棒球隊，又沒有找到下一個要努力的目標，雖然在學校與同儕間的交往不錯，但只有如行雲流水，不扎實，阿智的缺乏耐性玩過頭，是老師心目中頭痛的學生，導致阿智未能很順利的在班上的就讀。

(二)家庭方面--父母親的缺乏管教

母親的放縱，父親的民主，家庭經濟的貧窮，自己的不積極，讓阿智沒有明確的目標，在班上即使有不錯的人際關係仍然無法順利的拿到畢業證書。

(三) 學校方面--對老師的管教及教學方法的不適應

研究者發現阿智的班導師並沒有因阿智的無心向學，程度不好，家庭狀況特殊而因材施教，或給多一點的空間，阿智在面對老師給予的嚴格要求，選擇了逃避上學來面對。

輔導室的老師爲了化解導師與阿智間的歧見，於2009年4月，召集阿智所有任課老師，爲了阿智是否能留在班上上課而召開特別會議，輔導室希望由任課老師們決定阿智是否能繼續留在班上讀書，而不是由導師一人決定阿智不能留在這個班級上課，原因是阿智無法達到老師的標準。只可惜，雖然老師們都一致同意阿智可以留在原班，但阿智已經選擇了輟學來回應。

研究者深深體會，學生有授教權，老師在面對無心向學的學生，是否應給多一點的空間與時間，甚過老師給學生的機會，勝過七極浮圖？

從文獻中看見，教師對學生的態度，可以影響學生在校的表現，老師給學生正向的鼓勵，讚美，都能增強學生學習的意願，相反的懲罰，批評，嘲諷，打罵都會削弱學生學習的動力。

參、人際團體輔導活動方案介入後之實施成效

本研究進行兩階段的人際關係小輔導活動方案課程中，第一階段的課程單元包括有認識自我，傾聽別人，認識情緒，價值拍賣，結交朋友。進入第二階段的課程中，研究者爲了給學員多一點正向的模仿，安排了兩名楷模同學加入這個團體，單元課程也更加多樣化，例如課程中融合了遊戲的進行，影片的欣賞，繪本故事，透過互動，學員更瞭解自己，學習控制情緒，適當的表達情緒，提升自己的社會技巧，其實施成效有明顯進步，有效的成效輔導策略有以下四點。

一、「傾聽與專注」輔導策略之實施成效

在輔導方案的自我介紹的單元裏，每位元學員都要學習傾聽與專注，如此活動才能順利的進行，活動進行期間和和與阿智跟成員們都很認真專注的傾聽 完

成認識自我的單元學習。

二、「非語言學習」輔導策略之實施成效

在非語言的手勢傳遞活動中，學員們體驗了非語言的溝通方式，學習無聲也可以勝過有聲的表達方式。

三、「楷模學習」輔導策略之實施成效

於第二階段輔導活動方案中，兩位模範學員的行為表現，讓學員從活動中看到許多正向的學習機會，是一次不錯的設計。

四、「正向讚美及關懷」輔導策略之實施成效

此次的小團體活動，正好像剛接受並面對了一個不一樣的挑戰，一群不喜愛上學的學生，八次的小團體活動，別說單元目標的達成，每次活動的出席，就讓研究者非常擔心，更遑論單元目標能順利的完成，八次的課程能平安而順利的結束，在活動中研究者不斷運用了輔導知能中的讚美及關懷，給機會才得以將這次活動順利完成。

五、「情緒管理」輔導策略之實施成效

活動中學員們從認識情緒，面對情緒到處理情緒，學習區分正向與負向的情緒，也都試著為自己找到處理負向情緒的方法，當情緒管控得宜與同儕間的關係必然可以改善。

六、「價值觀澄清」的輔導策略成效

在價值拍賣的單元裡，學生都很認真的以代幣挑選自己最須要的商品，學員們都體驗到一次不一樣的拍賣會，也都買到自己最須要的商品，是一次成功的拍賣會。

七、「合作學習」的輔導策略成效

在方案進行中，發現成員 S2，S3，S6 三位女同學成了好朋友，原先都是獨來獨往的她們，因為這次的活動方案的互相認識已經成了知心的好朋友，下課時

間，經常看到她們在校園裡三人走在一起，聽三人的母親告知，回家之後她們也都會到彼此的家去玩。

八、「零中輟」的輔導策略成效

本校是台東市最大的國中，學生人數超過 2000 人，研究者與全校老師共同努力關懷有中輟之虞的高關懷學生，多年的努力，在預防重於治療的理念之下，已經有了一些成效，目前中輟學生人數已經達到零的中輟目標。



第二節 建議

本研究根據文獻探討及小團體輔導方案的實施，所得結論如前所述，研究者也以實際帶領團體的經驗，提出以下未來的研究建議，供學校輔導實務工作者或未來相關研究者之參考。

壹、對學校輔導實務工作者的建議

一、注意學生的個別差異，輔導方法宜多元化

當重大的學生問題是來自于與導師之間的不協調時，導師又不願在作法上有些彈性調整時，輔導室最好能適時的介入問題的處理，或透過召開臨時輔導會議，商請相關任課教師及行政人員共同討論找到更適合的處理方法，以免因情緒或刻板印象而作出偏頗的決定。

二、注意學生的個別差異，多關心學生個別的交友情況

導師在班級經營上，應該多關心學生與同儕間的互動情形，對於不受歡迎或人際關係欠佳的學生，給予個別的輔導或協助。其次是當學生的行為開始有些偏差時，從學生交友的狀況，可以尋找出一些線索，將更有助於學生問題的解決。

三、活動方案時間的安排能配合學校本位課程或社團活動的時間進行

經過方案的實施，發現午修時間的不足，活動在量化資料方面，社交測量的結果並沒有顯著的進步。若能配合學校團體活動或學校本位課程來進行輔導活動，可能可以排除因時間不適當而影響對方案的成效。

四、為導師辦理輔導知能研習課程提升老師的專業技能

研究過程發現，導師在班級經營時的態度，會影響學生的表現，導師面對的是全班同學，而高關懷學生常會挑戰導師在班級經營時的權威，如何協助導師在

班級經營上更得心應手，輔導室辦理輔導知能研習或是透過行政運作，協助導師尋求更適切的輔導方式，導師的輔導得宜也可以減少中輟學生，幫助這一群需要被關懷的學生度過叛逆的國中階段，全校教師需要共同努力。

五、尋求人力與專業上的協助

研究者除了本身的教學與行政業務之外，面對這些須要高度關懷的學生們，輔導方案的實施是一項額外的負荷，面對課程須要設計，課程的實施，回饋單的整理，小團體的轉文件紀錄與分析，確實滿吃力的，研究者建議未來有意從事研究者應該加入協同及觀察者協助實施效果可以更加提升。

六、學生終究須要回到原來的班級，任課老師應與導師協同增進輔導效果

本次團體輔導方案的實施，目的是要藉著活動課程，提升個案與同儕間的互動關係，進而喜歡上學，個案在活動中的表現，若能提供給導師及任課老師，請老師們配合追蹤觀察與輔導，將更有利於提升學生行為的改善。活動畢竟是短暫的，學生終究還是須要回到原來的班級，各任課老師協同共同來幫助學生穩定上學才是上策。

七、持續關懷高關懷中輟學生的社交情況，也可防範未然

於研究的過程中，成員們的提供情報，而制止了一場未引暴的群架發生，也於活動期間從個案的口中得知中輟學生的落腳處，而找尋到外校的中輟學生。

八、持續關懷高關懷中輟學生

團體輔導方案的實施，學員們都一致肯定，但是由於時間的限制，方案已經告一段落，無法進一步追蹤，建議未來從事相關研究人員可以再繼續進行追蹤關心這一群邊緣孩子。

貳、對學生家長方面

一、給予青少年適度的關懷

父母親在教養孩子的時候，過度的專制，或是放縱，對於心志未成熟的青少年都不是一種好方法，要讓青少年感受到父母親適切的關懷與期待，來幫助他們人際關係正面的發展。

二、適時的向學校輔導室求助

父母遇到無法與小孩進行良性溝通時，求助輔導室也是一個不錯的選擇。

三、父母親的管教態度一致

當父母親對孩子的管教方式不一致時，小孩子會在夾縫當中生存，對孩子在人格或人際互動之間，產生一些不良的影響，父母親一致的管教態度，給孩子有正向明確的遵循方向。

參、對未來相關研究方面的建議

一、就研究對象而言

本研究只有針對被導師篩選出來的本校高關懷中輟學生為研究物件，未來研究者可擴大樣本數，對國中生全面進行社交測量，對國中生的社交情況將會有更多的發現。

二、就研究工具而言

在本研究中發現，團體輔導方活動中所得的多元資料，學員的表現及學員之間的互動，有許多是量化資料「社交測量」所無法測得的，因而在量化資料中顯示訓練的效果未能完整呈現的部份。

三、就研究方法而言

本研究從量的結果分析，輔導方案的效果並不顯著，但是從質的結果分析，每一成員都有明顯且正向的影響；若未來研究者能以社團方式持續進行輔導，追蹤，效果將更顯著。

四、就研究資料搜集而言

從學員回饋的資料中，都具有相當的參考價值，研究者本身身兼團體的領導者，於課程結束就須立即進行訪談工作並進行謄寫與轉錄訪談結果，工作份量相當繁重，未來研究者可與觀察員協同合作，以幫助研究者在資料收集上更加完整。

五、成長使人愉快，感動使人投入

經過此次的行動研究，研究者也認為是另一個視野的開拓，在過程中研究者試著努力尋找並記錄每一次活動的內容，希望能真正的提升個案與同儕間的互動關係，進而幫助每一位成員，有意願的學習並能順利的完成國民義務教育。

參考文獻

一、中文部份

- 王文秀、陸洛譯 (1995)。人際行為心理學(Michael Argyle 著)。臺北：巨流。
- 王文科 (2003)。教育研究法。臺北：五南。
- 王柏壽(2004)。國小學童受同儕接納的相關因素之研究。嘉義師院學報, 2, 99-151。
- 成虹飛(1996)。以行動研究作為師資培育模式之策略與反省。國科會專題研究計畫成果報告(NSC85-2745-H-134-001-F6)。
- 朱經明 (1981)。國中學生自我概念、友伴關係及其相關因素之研究。師大教育研究所集刊, 24, 261-274。
- 吳芝儀 (2000)。國中階段中輟學生輟學經驗與危機因素之研究。犯罪學期刊, 5, 179-232。
- 李佩怡 (1999)。人際關係理論。測驗與輔導, 152, 頁152-156。
- 李惠加 (1997)。青少年發展。臺北：心理。
- 李雅芬 (2003)。受歡迎與被拒絕兒童社交技巧、生活適應之比較研究。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文(未出版)。
- 沈慧聲譯 (1998)。人際傳播(J.A.Devito 著)。臺北：楊智。
- 林世欣 (2000)。國中學生自我概念與同儕關係之研究。國立屏東師範學院教育心理與輔導研究所碩士論文(未出版)。
- 林淑華 (2002)。國小學童情緒管理與人際關係之研究。屏東師範學院國民教育研究所碩士論文(未出版)。
- 林維能 (1985)。不同社交地位國小學童人際概念、認知能力及行為特徵之相關研究。國立臺灣大學心理研究所碩士論文(未出版)。
- 法務部 (1999)。暴力犯罪青少年的學校經驗回顧。法務部犯罪問題研究中心。未出版之統計資料。
- 洪雅雯(2001)。學童之人格特質、同儕接納程度與班級氣氛知覺關係之研究。屏

東師範學院國民教育研究所碩士論文(未出版)。

洪儷瑜(1994)。不同評量來源的社會特質與學生的社交地位之相關研究。**中華輔導學報**，2，60-83。

洪儷瑜、涂春仁(1996)。Coie & Dodge 社會計量地位分類公式之修正。**中國測驗學會測驗年刊**，43，103－114。

涂春仁(1999)：社交測量軟體 永吉國中。

韋子本、張榮皋譯(2000)。**精神病學的人際關係**(Sullivan, H. S. 著)。臺北：昭明。

夏林清譯(1997)。**行動研究方法導論**(Altrichter, Posch & Somekh 著)。臺北：遠流。

張春興(1989)。現代心理學辭典。台北：東華書局。

張春興(1992)。**現代心理學辭典**。臺北：東華。

張惟亮(2003)。**人際關係之班級輔導活動實施效果研究**。國立新竹師範學院輔導教學碩士班碩士論文(未出版)。

許雅嵐(2002)。**國中班級同儕團體互動之研究**。國立高雄師範大學教育學系碩士論文(未出版)。

連廷嘉(2004)。**高危險青少年衡鑑量表編制及應用之研究**。國立高雄師範大學輔導研究所博士論文(未出版)。

陳怡束(2002)。**高危險青少年之服務過程與結果評估-以臺北市少年服務中心為例之研究**。暨南國際大學社會政策與社會工作研究所碩士論文(未出版)。

陳厚仁(2003)。**國小六年級被同儕忽視學童之研究**。國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文(未出版)。

黃品端(2002)。**少年中途輟學模式預測之探討研究**。靜宜大學青少年兒童福利研究所碩士論文(未出版)。

黃瑞琴(1999)。**質的教育研究方法**。臺北：心理。

黃德祥(1989)。**國中與國小班級中影響學生社會行為與社會關係之相關因素研究**。國立政治大學教育研究所博士論文(未出版)。

- 黃德祥（1990）。國中學生之社會技巧相關因素研究。中國測驗學會測驗出版。
- 黃德祥（1991）。社會計量地位分類之研究。中國測驗學會測驗年刊，38，53-69。
- 黃德祥（2005）。青少年發展與輔導精要。臺北：五南。
- 楊瑞珠（1996）。高危險青少年文化心態特質與甄別量表編制之研究。臺北：心理。
- 楊錦登（2000）。人際關係相關理論之探討。學生輔導月刊，69，104-113。
- 劉奕樺（1996）。父母管教、社會行爲、同儕喜愛與被拒絕男生之關係研究。國立花蓮師範學院國民教育研究所碩士論文(未出版)。
- 劉焜輝譯（1980）。諮商與心理治療。臺北：天馬。
- 劉焜輝（1987）。天馬式社交測量指導手冊。臺北：天馬。
- 歐用生（1989）。質的研究。臺北：師大書院。
- 蔡中理譯（1998）。團體診療歷程與實務。臺北：五南。
- 蔡清田（2000）。教育行動研究。臺北：五南。
- 蔡麗芳（1992）。社會技巧訓練策略對國小兒童社會技巧、問題行爲及同儕接納之影響效果實驗研究。國立臺灣師範大學教育心理研究所碩士論文(未出版)。
- 鄭婉妮（1996）。學齡兒童社會計量地位穩定性及其行爲特質之研究。中國文化大學兒童福利研究所碩士論文(未出版)。
- 鄭崇趁（1994）。國民中小學中途輟學學生的成因與對策。教育研究月刊，36，27-31。
- 謝美英（1998）。青少年同儕關係與倫理。訓育研究月刊，37(3)，55-60。
- 簡淑真（1989）。學前兒童社會能力與其同儕團體社會地位之研究。台東師院學報，2，209-277。
- 藍三印（1995）。如何建立良好的人際關係。學生輔導月刊，36，24-29。
- 顏秀真（2000）。受歡迎與被拒絕國小一年級兒童之行爲特質與父母教養行爲之比較。靜宜大學青少年兒童福利研究所碩士論文(未出版)。

二、西文部份

- Asher, S. R., Markell, R. A., & Hymel, S. (1981). Identifying children at risk in peer relations: A critique of the rate of interaction approach to assessment. *Child Development*, 52, 1239-1245.
- Argyle, M. (1967). *The psychology of interpersonal behaviour*. Harmondsworth: Penguin Books.
- Bellack, A. S. (1979). *Behavioral Assessment of Social Skills*. In: A. S. Bellack & M.
- Berk, L. E. (1997). *Child Development*. Boston: Allyn & Bacon.
- Buhrmester, D. (1990). Intimacy of friendship, interpersonal and adjustment during preadolescence and adolescence. *Child Development*, 61, 1101-1111.
- Coie, J. D., Dodge, K. A., & Coppotelli, H. (1982). Dimensions and types of social status: A cross-age perspective. *Developmental Psychology*, 18, 557-570.
- Coie, J. D., & Dodge, K. A. (1988). Multiple sources of data on social behavior and social status in the school: A cross-age comparison. *Child Development*, 9, 815-829.
- DeRosier, M. E., Kupersmidt, J. B., & Patterson, C. J., (1994). Children's academic and behavioral adjustment as a function of the chronicity and proximity of peer rejection. *Child Development*, 65, 1799-1813.
- Drfoos, G. D. (1990). *Adolescents at risk: Prevalence and prevention*. New York: Oxford.
- D'Zurilla, T. J., & Goldfried, M. R. (1971). Problem solving and behavior modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78, 107-126.
- Eisler, R. M. & Frederikeen, L. W. (1980). *Perfecting social skills: A guide to*

- interpersonal behavior development***. New York: Plenum Press
- Heider . F (1958) ***The psychlogy of interper on alrelations*** .New York : John Wiley & Sons.
- Hersen, M. & Bellack, A.S. (1977) .Assessment of social skills.In A.R.Ciminero,K.S. Calhoun & H.E. Adams (Eds.) , ***Handbook of behavioral assessment***. New York : Wiley.
- Newcomb , A . F . , Bukowski , W . M . , & Pattee , L . (1993) . Children's peer relations :A meta-analytic review of popular , rejected , neglected , controversial , and average sociometric status . ***Psychological Bulletin*** , **113**(1), 99-128 .
- Perry , J . C . (1979) . Popular , amiable , isolated , rejected : A reconceptualization of sociometric status in preschool children . ***Child Development*** , **50** , 1231-1234.
- Rinn,R.C.,&Markle,A.(1979).Social skill dificits in children. In A.S.Bellack&M.Hersen(Eds.)***Research and practice in social skills Training*** (107-129).NEW YORK : Plenum Press
- Schutz, W. C. (1973). Enocounter, In Raymonl Corsini(Ed).***Current psychotherapies***. Itasca, Illinois: F E Peacock
- Shultz, J. J., Forio, S.& Erickson, F.(1982).Where's the floor? A spects of the cultural organization of social relationships in communication at home and in school. In P.Gilmore & A.A. Glatton(Eds.)***Children in and out of school:Ethnography and education***. Washington, D.C.: Center for Applied Linguisti
- Sullivan, H. S. (1953). ***The interpersonal theory of psychiatry***. New York: Norton.
- Thibaut, J. W. & Kelley, H. H.(1959). ***The social psychology of groups***. New York:Wiley.
- Walker, S, Berthelsen, D. & Irving, K. (2001) . Temperament and peer acceptance in early childhood: sex and social status differences.***Child Study Journal*** ,**31**(3),

177-192.

Wentzel, K.R., &Evdley, C. A.(1993).Strategies for making friends : Relations to social behavior and peer acceptance in early adolescence.***Developmental Psychology***, 29(5) ,819-826.



S9722141 - 記事本

檔案(E) 編輯(E) 格式(O) 檢視(V) 說明(H)

新生國中社交測量 97學年度第2學期二年級14班 第1次(重編座位) 97.10.21測

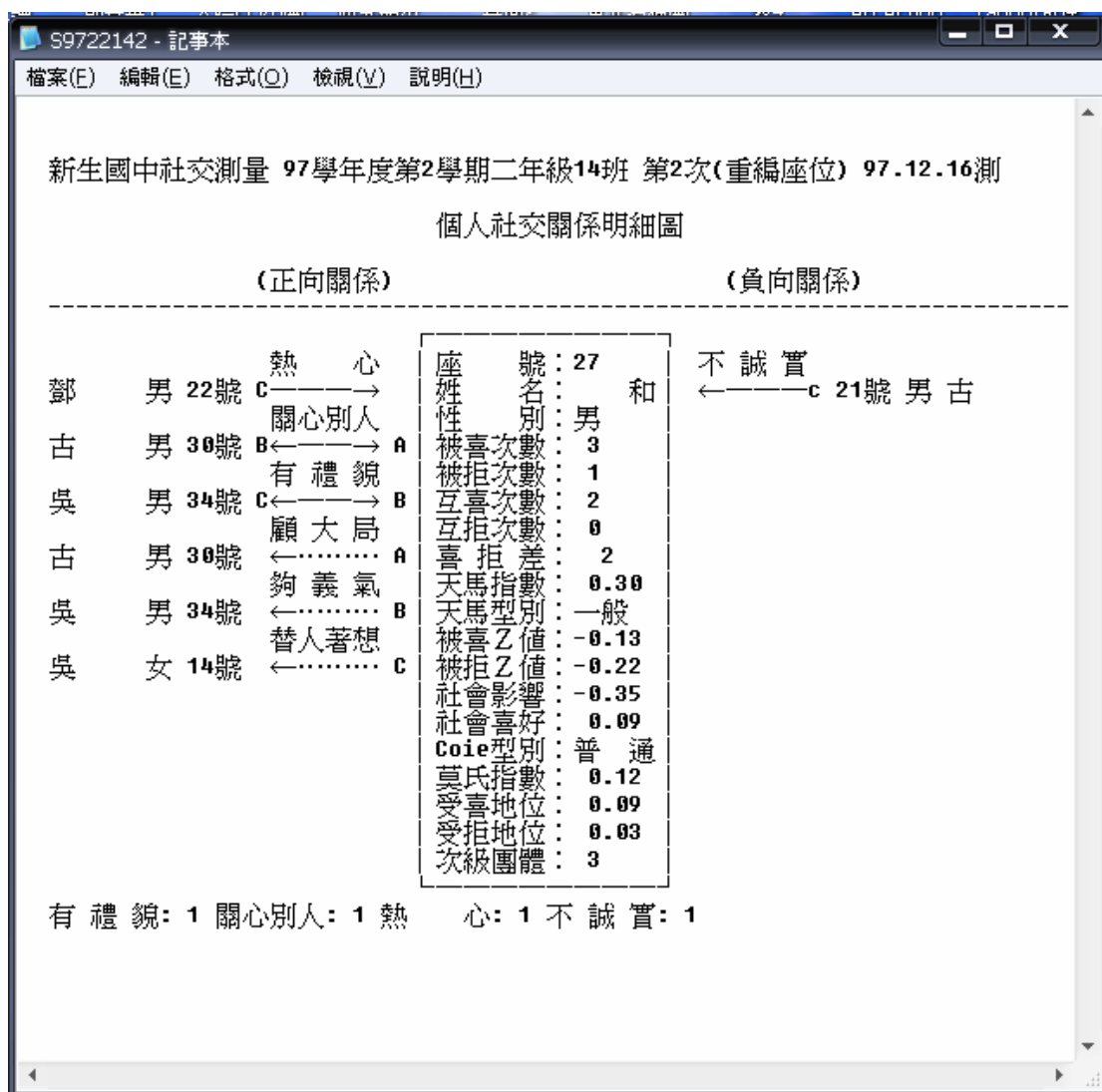
個人社交關係明細圖

(正向關係) (負向關係)

朱	男	26號	夠義氣	C	←	說髒話	←	C	4號	女	李	
古	男	30號	夠義氣	C	←	不守規範	←	b	13號	女	楊	
李	男	33號	關心別人	B	←	不守規範	←	b	15號	女	蔡	
古	男	30號	夠義氣	←		說髒話	←	b	16號	女	林	
林	男	25號	自制力強	←		不守規範	a	←	b	18號	男	王
吳	男	34號	夠義氣	←		考試作弊	←	c	21號	男	古	
李	男	33號	關心別人	←		不守規範	←	a	22號	男	鄧	
						孤僻	a		→	18號	男	王
						自私	b		→	26號	男	朱
						自以為是	c		→	20號	男	李
						依賴性高	d		→	7號	女	朱

座號: 27 和
 姓名: 男
 被喜次數: 3
 被拒次數: 7
 互喜次數: 2
 互拒次數: 1
 喜拒差: -4
 天馬指數: 0.04
 天馬型別: 一般
 被喜Z值: -0.13
 被拒Z值: 2.07
 社會影響: 1.94
 社會喜好: -2.20
 Coie型別: 被拒絕
 莫氏指數: 0.29
 受喜地位: 0.09
 受拒地位: 0.21
 次級團體: 3

不守規範: 4 夠義氣: 2 說髒話: 2 關心別人: 1 考試作弊: 1



S9722143 - 記事本

檔案(E) 編輯(E) 格式(O) 檢視(V) 說明(H)

新生國中社交測量 97學年度第2學期二年級14班 第3次(重編座位) 98. 4.11測

個人社交關係明細圖

(正向關係) (負向關係)

朱	男	26號	A	夠義氣	→	座號: 27	和	欺負弱小	←	B	13號	女	楊
古	男	30號	B	關心別人	→	姓名: 男		自以為是	←	a	23號	男	姚
吳	男	34號	A	關心別人	←	被喜次數: 2							
古	男	30號	B	關心別人	←	被拒次數: 1							
游	女	1號	C	遵守規範	←	互喜次數: 0							
						喜拒差: 1							
						天馬指數: 0.15							
						天馬型別: 一般							
						被喜Z值: -0.53							
						被拒Z值: -0.18							
						社會影響: -0.71							
						社會喜好: -0.35							
						Coie型別: 普通							
						莫氏指數: 0.09							
						受喜地位: 0.06							
						受拒地位: 0.03							
						次級團體: 5							

關心別人: 1 夠義氣: 1 欺負弱小: 1

S9723071 - 記事本

檔案(E) 編輯(E) 格式(O) 檢視(V) 說明(H)

新生國中 97學年度第2學期社交測量 三年級 7班 第1次(重編座位) 97.10.21測

個人社交關係明細圖

(正向關係) (負向關係)

江	女	12號	C	↔	座	號	: 24	智
顧	男	20號	A	↔	姓	名	: 男	
鍾	男	28號	A	↔	性	別	: 男	
李	男	29號	A	↔	被喜	次數	: 5	
楊	男	32號	A	↔	被拒	次數	: 0	
李	男	29號	A	↔	互喜	次數	: 2	
楊	男	32號	A	↔	互拒	次數	: 0	
許	男	25號	C	↔	喜拒	差	: 5	
洪	男	34號	D	↔	天馬	指數	: 1.08	
					天馬	型別	: 明星	
					被喜	Z 值	: 1.44	
					被拒	Z 值	: -0.30	
					社會	影響	: 1.14	
					社會	喜好	: 1.74	
					Coie	型別	: 受歡迎	
					莫氏	指數	: 0.15	
					受喜	地位	: 0.15	
					受拒	地位	: 0.00	
					次級	團體	: 2	

夠 義 氣: 2 遵守規範: 1 善解人意: 1 與人分享: 1

S9723072 - 記事本

檔案(E) 編輯(E) 格式(O) 檢視(V) 說明(H)

新生國中社交測量 97學年度第2學期三年級 7班 第2次(重編座位) 97.12.16測

個人社交關係明細圖

(正向關係)				(負向關係)			
林	女	1號	D	夠義氣	座號: 24	智	說髒話
莊	女	5號	C	好聽眾	姓名別: 男	a.....→	17號女邱
江	女	15號	B	熱心	被喜次數: 11	b.....→	32號男楊
顏	女	16號	A	夠義氣	被拒次數: 0		
莊	男	19號	C	夠義氣	互喜次數: 2		
宋	男	23號	A	夠義氣	互拒次數: 0		
許	男	25號	C	關心別人	喜拒差: 11		
鍾	男	28號	A	熱心	天馬指數: 0.71		
李	男	29號	A	夠義氣	天馬型別: 明星		
張	男	30號	C	夠義氣	被喜Z值: 3.68		
王	男	31號	A	慷慨	被拒Z值: -0.44		
宋	男	23號	A	慷慨	社會影響: 3.24		
					社會喜好: 4.13		
					Coie型別: 受歡迎		
					莫氏指數: 0.34		
					受喜地位: 0.34		
					受拒地位: 0.00		
					次級團體: 1		

S9723073 - 記事本

檔案(E) 編輯(E) 格式(O) 檢視(V) 說明(H)

新生國中社交測量 97學年度第2學期三年級 7班 第3次(重編座位) 98. 2.24測

個人社交關係明細圖

(正向關係) (負向關係)

莊	女	5號	D	用功	座號: 24
林	女	6號	A	夠義氣	姓名: 智
龍	女	7號	D	與人分享	性別: 男
李	女	10號	D	夠義氣	被喜次數: 9
李	女	11號	D	夠義氣	被拒次數: 0
邱	女	17號	A	夠義氣	互喜次數: 2
林	男	26號	B	有自信	互拒次數: 0
李	男	29號	A	熱心	喜拒差: 9
楊	男	32號	C	夠義氣	天馬指數: 0.89
宋	男	23號	A	善解人意	天馬型別: 明星
顧	男	20號	B	關心別人	被喜Z值: 3.42
楊	男	32號	C	尊重別人	被拒Z值: -0.66
				聰明	社會影響: 2.77
					社會喜好: 4.08
					Coie型別: 受歡迎
					莫氏指數: 0.27
					受喜地位: 0.27
					受拒地位: 0.00
					次級團體: 1

我們的團體規範

- 1.我不遲到，在打鐘之前，我就已經安靜坐好。
- 2.每次參加團體，我會記得帶「學習單手冊」。
- 3.在團體中我不吃零食、口香糖、飲料。
- 4.我會參與團體的所有活動。
- 5.老師說的我都會很快地照作。
- 6.我會勇敢地說出我想說的話。
- 7.我會尊重他人，不罵或取笑他人。
- 8.我會保密，不將團體中的事向別人說。
- 9.我會按時完成家庭作業。
- 10.如果不能來，我一定會請假或告訴老師。
- 11.還有...
- 12.還有...

如果違反規則，我將...

我將...

我將...

我將...



情緒調色盤

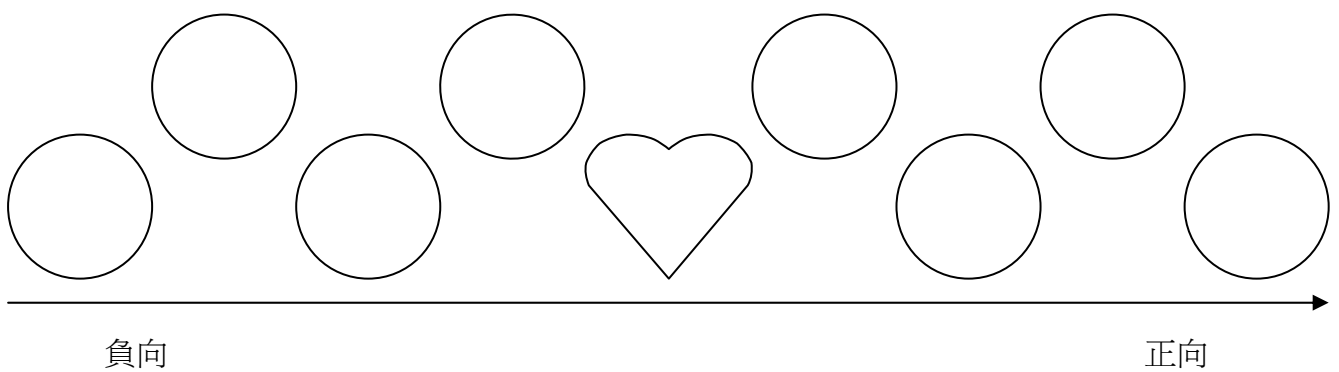


我能..
使用

，正確的

自己的情緒。

情緒座標



認識情緒字眼

疑問 思考 害怕 感動

緊張 快樂 幻想 痛苦 昏倒

臉紅 期待 高興 再見 皺眉頭

心花怒放 害羞 美麗 失望 沮喪 滿足

悲傷 慌慌張張 厭惡 愉悅 抱歉

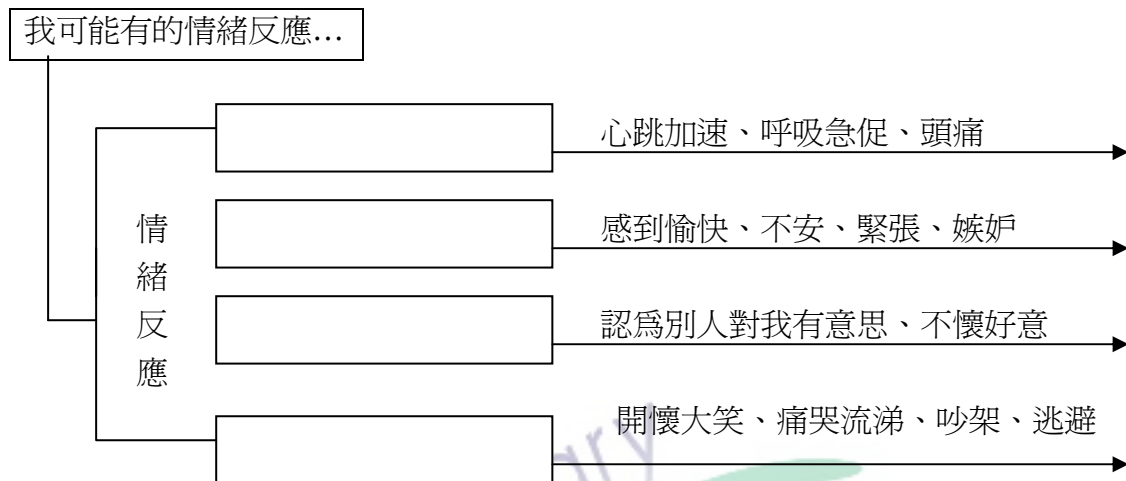
憂傷 得意 失落 撒嬌

憤怒 偷笑 不以為然

哀慟 口吃



對自己的情緒負責



我能.. 情緒， 情緒， 情緒，成為 EQ 高手。

你的 EQ 有多 High?

你知道自己的 EQ 有多 High 嗎?讓我們藉由這分自我評量表，來幫助你瞭解自我與人際，並進而改善它吧！

請用以下計分方式回答下列問題：

- (1) 我總是如此=4 分 (2) 我經常如此=3 分 (3) 我有時如此=2 分
(4) 我很少如此=1 分 (5) 我從不如此=0 分

- 1.我不喜歡我看起來的樣子
- 2.別人告訴我，我工作過度
- 3.我感覺我生活中的壓力太大
- 4.我有一些壞習慣似乎很難改變
- 5.我有對別人挑剔的傾向
- 6.當事情沒有照我的方式來進行，我會感到挫折
- 7.我很難放鬆我自己
- 8.我很難控制我的情緒
- 9.對我不喜歡的事情，我總是會拖延完成時間
- 10.我不太在意我的感覺
- 11.當我做錯事時，我無法自我解嘲
- 12.我喜歡與他人比較
- 14.我不容易與別人建立關係
- 15.我比較容易多愁善感
- 16.我總是把自己放在最後面
- 17.我不容易拒絕別人
- 18.我的自信心不夠
- 19.我總是擔心許多事情
- 20.我經常感到焦慮不安
- 21.我總是不耐煩
- 22.我總是達不到期望的快樂與滿足
- 23.我不在意其他的人
- 24.我不容易與人相處
- 25.我對事情總是感到著急

獨家報導：

得分在 0-30 分之間表示 —————→ 恭喜我！我的 EQ 非常高呦！

得分在 31-55 分表示 —————→ 我的 EQ 很高！

得分在 56-74 分表示 —————→ 我的 EQ 中等！

得分在 75-89 分表示 —————→ 我的 EQ 有待加油！

得分在 90-100 分表示 —————→ 我的 EQ 需要趕快學習！

價 值 指 導	我 的 價 值 觀
生 涯 決 定	
異 性 交 往	
人際交往美好回憶	
被激怒的經驗	
佩 服 的 對 象	
自 由 題	

※ 哪些價值觀出現的次數多？

※ 他代表甚麼意義

提示

價值觀的呈現與事件發生當時，自己在乎的內容有關

價值觀有其發展性，是可能有改變的

價值觀的呈現並不是每次都相同，只要抓出自己重視的部份就很不錯了
學生部份活動，可參考”國中生涯規劃工作坊”教材第三單元”大拍賣活動”。

社交技巧方案一

單元順序	一	訓練重點	團體形成	時間	40 分鐘
單元名稱	相見歡			設計者	王凱生
單元目標	1.認識成員，團體形成 2.澄清團體目標 3.訂定團體公約 4.營造溫暖快樂的氣氛，引發成員參與團體的興趣				
活動內容				時間	材料
1.領導者說明團體活動的目標、進行的程式和方式、訓練課程的時間與次數。				5	圖卡八張
2.認識夥伴 【累計報名】::由領導者開始，說出自己的姓名，下一個人必須先介紹前面的人，再介紹自己。第二輪時加上嗜好。				10	
3.討論並訂定團體公約 領導者說明訂定團體公約的重要性。由成員共同討論並擬定團體公約，將結果寫在『我們的約定』上，並請每位成員簽名表示承諾。				10	
4.頒佈榮譽制度 領導者向成員說明，自下次活動開始，視成員新參與的情形、能完成作業、能分享心得者，給予榮譽章，並在最後一次活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。				5	麥克筆、牆報紙
5.預告下次團體，發下單元回饋表、家庭作業(我的檔案)，說明做法，團體結束。				5	榮譽榜、榮譽章
				2	單元回饋表一、任務一

社交技巧方案二

單元順序	二	訓練重點	團體形成	時間	40 分鐘
單元名稱	訂團體契約			設計者	王凱生
單元目標	1.認識成員，團體形成 2.澄清團體目標 3.訂定團體公約 4.營造溫暖快樂的氣氛，引發成員參與團體的興趣				
1.領導者說明團體活動的目標、進行的程式和方式、訓練課程的時間與次數。				5	圖卡八張
2.認識夥伴 【累計報名】::由領導者開始，說出自己的姓名，下一個人必須先介紹前面的人，再介紹自己。第二輪時加上嗜好。				10	
3.討論並訂定團體公約 領導者說明訂定團體公約的重要性。由成員共同討論並擬定團體公約，將結果寫在『我們的約定』上，並請每位成員簽名表示承諾。				10	
4.頒佈榮譽制度 領導者向成員說明，自下次活動開始，視成員新參與的情形、能完成作業、能分享心得者，給予榮譽章，並在最後一次活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。				5	麥克筆、牆報紙
5.預告下次團體，發下單元回饋表、家庭作業(我的檔案)，說明做法，團體結束。				5	榮譽榜、榮譽章
				2	單元回饋表一、任務一

社交技巧方案三

單元順序	三	訓練重點	非口語 行爲	時間	40 分鐘
單元名稱	聽別人怎麼說，觀察入微			設計者	王凱生
單元目標	1.能辨識非口語行爲 2.瞭解非口語行爲的重要性 3.能適時的表達非口語行爲				
活動內容				時間	材料
1.領導者說明活動進行的方式、訓練課程的時間與次數。 2.用手勢傳遞訊息 :成員每個人先為自己選一種手勢動作代表自己，由領導者開始，先作出自己的動作，再作出你想要傳出去的下一個人的動作，必須先介紹自己的，再介紹別人的。 3.不可以開口講話 4.認真注意別人的傳遞。 4.頒佈榮譽制度 領導者向成員說明，自下次活動開始，視成員新參與的情形、能完成作業、能分享心得者，給予榮譽章，並在最後一次活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。 5.預告下次團體，發下單元回饋表、家庭作業(任務)，說明做法，團體結束。				5	榮譽榜、榮譽章 單元回饋表一、任務一
				18	
				10	
				8	
				5	
				2	

社交技巧方案四

單元順序	四	訓練重點	認識情緒	時間	40 分鐘
單元名稱	有個好心情			設計者	王凱生
單元目標	1.認識情緒和想法之間的關係 2.學習適當的表達感覺				
活動內容				時間	材料
1.領導者說明團體活動的目標、進行的程式和方式、訓練課程的時間與次數。				5	情緒樹學習單
2 將我常出現情緒的形容詞，寫在情緒樹的空格中，並將這些形容詞分成，正向的寫一邊，負向的寫一邊。看看自己正向情緒多或負向情緒多。				15	
3.認識情緒進而控制情緒，表達情緒。				10	
4.頒佈榮譽制度 領導者向成員說明，自下次活動開始，視成員新參與的情形、能完成作業、能分享心得者，給予榮譽章，並在最後一次活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。				10	榮譽榜、榮譽章
5.預告下次團體，發下單元回饋表、家庭作業(任務)，說明做法，團體結束。					
					單元回饋表一、任務一

社交技巧方案五

單元順序	五	訓練重點	認識情緒	時間	40 分鐘
單元名稱	我的 EQ 指數			設計者	王凱生
單元目標	1.透過 25 題 EQ 評估表，瞭解自己的情緒指數 2.學習適當的控制情緒				
活動內容				時間	材料
1.領導者說明團體活動的目標、進行的程式和方式。 2.透過 25 題 EQ 評估表，瞭解自己的情緒指數 3.讓學員從得分看自己的情緒指數須要努力的目標 得分在 0-30 分之間表示 ——→ 恭喜我！我的 EQ 非常高嘞！ 得分在 31-55 分表示 ——→ 我的 EQ 很高！ 得分在 56-74 分表示 ——→ 我的 EQ 中等！ 得分在 75-89 分表示 ——→ 我的 EQ 有待加油！ 得分在 90-100 分表示 ——→ 我的 EQ 需要趕快學習！ 4.頒佈榮譽制度 領導者向成員說明，自下次活動開始，視成員新參與的情形、能完成作業、能分享心得者，給予榮譽章，並在最後一次活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。 5.預告下次團體，發下單元回饋表、家庭作業(任務)，說明做法，團體結束。				5 15 10 10	EQ 評估表 學習單 榮譽榜、榮譽章 單元回饋表一、任務一

社交技巧方案六

單元順序	五	訓練重點	決定價值 優先順序	時間	40 分鐘
單元名稱	人際價值觀，價值拍賣			設計者	王凱生
單元目標	1.討論個人的內在價值 2.決定價值的優先順序				
活動內容				時間	材料
1.講解方法				5	紙錢幣
2.領導者發給成員代幣。				5	
3.開始競標				20	
:成員每人有 100 萬，可以買自己想要的商品。商品內容包括友情，愛情，親情，健康，美貌，學問等。				10	單元回饋表一、
4 以最高價格者，覆訖三次後成交。					
5.得標者代表你將擁有這項特質					
6.請同學慎選自己的商品。					

社交技巧方案七

單元順序	六	訓練重點	受人喜愛的特質	時間	40 分鐘
單元名稱	人際關係檢驗			設計者	王凱生
單元目標	1.瞭解自己的情緒指數 2.學習適當的控制情緒				
活動內容				時間	材料
1.領導者說明團體活動的目標、進行的程式和方式。				5	受人喜愛 與不受人 喜愛特質 學習單 榮譽榜、榮 譽章 單元回饋 表一、任務 一
2.檢視自己在人際關係中，有那些受人喜歡的特質，那些不受人喜歡的特質。				15	
3.讓學員以人格特質來引導學員				10	
4.頒佈榮譽制度 領導者向成員說明，自下次活動開始，視成員新參與的情形、能完成作業、能分享心得者，給予榮譽章，並在最後一次活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。				10	
5.預告下次團體，發下單元回饋表、家庭作業(任務)，說明做法，團體結束。					

社交技巧方案八

單元順序	七	訓練重點	人際學習	時間	40 分鐘
單元名稱	尋找好友誼			設計者	王凱生
單元目標	1.成員們學習區分自己喜歡朋友的人格特質，與不喜歡朋友的人格特質，是正向多或負向多？				
活動內容				時間	材料
1.領導者說明團體活動的目標、進行的程式和方式。				5	人格特質 評估 學習單
2.列出自己喜歡同學的特質，不喜歡同學的特質 進而省視自己的特質				15	
4.頒佈榮譽制度 領導者向成員說明，自下次活動開始，視成員新參與的情形、能完成作業、能分享心得者，給予榮譽章，並在最後一次活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。				10	
5.預告下次團體，發下單元回饋表、家庭作業(任務)，說明做法，團體結束。				10	
					榮譽榜、榮譽章
					單元回饋表一、任務一

社交技巧方案九

單元順序	八	訓練重點	尋找友誼	時間	40 分鐘
單元名稱	友誼花朵處處開			設計者	王凱生
單元目標	1.引導成員增加互動與彼此瞭解 2.協助成員主動與他人培養良好的關係				
活動內容				時間	材料
1.領導者說明團體活動的目標、進行的程式和方式。				5	空白小卡
2.回顧每一主題				15	
3.請成員填寫友誼卡給其他成員及帶領老師。				10	
4.讓學員從得分看自己的情緒指數				10	獎品 單元回饋
4.頒佈榮譽制度 領導者向成員與成員回顧這個團體 成員分享心得，給予榮譽章，並在活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。				10	
5.預告下次團體，發下單元回饋表、家庭作業(任務)，說明做法，團體結束。					

社交技巧方案十

單元順序	十三	訓練重點	價值澄清	時間	40 分鐘
單元名稱	說清楚，講明白			設計者	王凱生
單元目標	1.討論個人的內在價值 2.決定價值的優先順序				
活動內容				時間	材料
1.領導者說明團體活動的目標、進行的程式和方式。				5	空白紙張
2..老師用繪本介紹米努克兔的世界，J'。				15	
3.讓學員們呈現自己所折紙的形狀，並分享為何會這麼折。				10	
4.頒佈榮譽制度 領導者向成員與成員回顧這個團體 成員分享心得，給予榮譽章，並在活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。				10	獎品
5.預告下次團體，發下單元回饋表、家庭作業(任務)，說明做法，團體結束。					單元回饋

社交技巧方案十一

單元順序	十四	訓練重點	尋找友誼	時間	40 分鐘
單元名稱	何謂真正的友誼			設計者	王凱生
單元目標	1.引導成員瞭解何謂友誼 2.協助成員主動與他人培養良好的友誼				
活動內容				時間	材料
1.領導者說明團體活動的目標、進行的程式和方式。 2.欣賞影片一 1/2 友情 3.分享心得 4.請成員區分友誼的種類。 4.頒佈榮譽制度 領導者向成員與成員回顧這個團體 成員分享心得，給予榮譽章，並在活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。 5.預告下次團體，發下單元回饋表、家庭作業(任務)，說明做法，團體結束。				5 15 10 10	影片賞析 獎品 單元回饋

社交技巧方案十二

單元順序	十五	訓練重點	尋找友誼	時間	40 分鐘
單元名稱	友誼花朵處處開			設計者	王凱生
單元目標	1 引導成員增加互動與彼此瞭解 2.協助成員主動與他人培養良好的關係				
活動內容				時間	材料
1.領導者說明團體活動的目標、進行的程式和方式。 2. 帶領老師給成員一人一張白紙 3.請成員想好心中的主題，每次有 30 秒的時間在紙上作畫，時間到則右傳一位成員，在傳來的紙上繼續作畫，傳完一圈回到自己的手上，輪流向團體介紹完成的作品，並說明自己最初的設計與後來相同或不同之處。 4.讓學員分享與人合作時須注意事項。 4.頒佈榮譽制度 領導者向成員與成員回顧這個團體 成員分享心得，給予榮譽章，並在活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。 5.預告下次團體，發下單元回饋表、家庭作業(任務)，說明做法，團體結束。				5	空白小卡 獎品 單元回饋
				15	
				10	
				10	

社交技巧方案十三

單元順序	十六	訓練重點	扭轉過去 影響未來	時間	40 分鐘
單元名稱	友誼花朵處處開			設計者	王凱生
單元目標	1.引導成員增加互動與彼此瞭解 2.協助成員主動與他人培養良好的關係				
活動內容				時間	材料
1.領導者說明團體活動的目標、進行的程式和方式。				5	空白小卡 分享心得
2.回顧每一主題				15	
3.帶領老師用繪本介紹你的特別。				10	
4.讓學員從繪本中的故事，看自己的特別，不要只跟著追求別人的需求，忘了自己的特質。					獎品
4.頒佈榮譽制度 領導者向成員與成員回顧這個團體 成員分享心得，給予榮譽章，並在活動中，依照累計的榮譽章頒給獎品。				10	
5.珍重再見，團體結束，希望學生扭轉未來。					