

輔導團體介入活動對提昇大學生分手調適能力之成效研究

魏郁潔* 江承曉**

*國立台北護理學院生死教育與輔導研究所

**嘉南藥理科技大學社會工作系

摘要

本研究旨在探討輔導團體介入對於提昇大學生分手調適能力之成效研究。研究採非典型準實驗設計，研究對象樣本取自某私立大學一至三年級的學生共九人，接受八週每次二小時的輔導團體介入活動。團體活動設計以提昇大學生分手調適能力為主題，包含愛情故事的分享、分手情緒的調適、愛情故事的重塑三個主軸，並配合團體輔導理論為設計架構，進行團體輔導活動。本成效研究以「分手認知量表」、「分手調適量表」及「課程滿意度調查評量」做為量性的研究工具，以「單元團體檢核單」及「團體總檢核單」作為質性的研究工具。

研究結果發現，實驗組在輔導團體介入活動後，在「分手認知量表」中僅「認清分手的正面意義」有明顯進步，達顯著水準，其餘項目的分數皆有進步的情形，顯示受試者有正向的體會與改變，但未達顯著水準。在「分手調適量表」中僅「困惑」達顯著水準，顯示團體介入對減輕分手導致的困惑，是有實際的效果。其餘項目的分數皆有改進的情形，顯示受試者有正向的體會與改變，然而均未達顯著水準。在「課程滿意度調查評量」中，實驗組成員對團體課程內容學習的滿意程度，在 10 分量表中，平均高達 9.88，顯示為「非常滿意」的程度，顯示成員無論在和成員互動的滿意度、對課程內容的滿意度、對領導者的帶領方式滿意度等方面，都有非常高的評分，顯示本實驗研究在課程滿意度上，確實發揮了成效。實驗組在質性資料中亦顯示於本輔導團體介入活動中有正向影響與反應，成員多表示對過去分手事件的心情釋懷以及成長的一面，能夠以不同的、全新的角度去看待分手這件事情。成員彼此分享自己的故事，以及互相給予支持及鼓勵，也是讓成員們更有勇氣去面對分手事件的原因之一。有的成員也能更肯定自己，可以重新出發再一次的接受愛情，然後帶著彼此的祝福再次投入愛情的考驗中。成員多表示很喜歡團體形式，很喜歡輔導員的帶領，有許多的體驗與學習。

研究結論為：量性與質性的研究皆顯示，本研究在課程內容的設計上，成員皆有很高的滿意度，質性資料顯示輔導團體介入活動對提昇大學生分手調適能力具有正向影響，但在量性的分析上，並未全面達到顯著水準，可能與實驗組成員個別情況不同、以及時間介入不足，尚不足以形成顯著的認知與行為改變有關。

最後，根據研究結果，針對學校教育、輔導工作及未來研究提出具體建議。

關鍵詞：輔導團體、分手、調適能力

Effects of counseling group program on the university students' dissolution adaptation ability

Abstract

The purpose of this study was to assess the effect of the dissolution adaptability counseling group program for the university student. The participants were all chosen from one university students, from grade1 to grade3. The experimental group received 8 weeks 16 hours' counseling group program. The experimental group received the Cognitive Adaptation to Dissolution Scale (CADS) , the Coping to Dissolution Scale (CDS) and satisfy scale of group program after practice. The unit-check lists for each week and the last group-check list were collected and used for quality analysis.

The results are found that recognizing the meaning of breaking up subscales in CADS reached significant difference, but others didn' t. In CDS, only confused subscales reached significant difference, but others didn' t. The satisfy scale of group program had shown the experimental group were very satisfied with this practice. Results from this study also indicated the effect of the counseling group had positive effect. The experimental group was very satisfied with this practice for quantity and quality analysis. The results from quality data was shown that the experimental group had the positive change after the practice, but only two subscales reached the significant difference. It may need to consider the individual conditions and time factor.

Finally, some practical suggestions were provided for education 、 organization 、 counseling activity in school, and future researches.

Keywords: counseling group, dissolution, adaptation ability