

國立政治大學社會工作研究所

碩士學位論文

優勢團體對高風險少年增強權能之成效

The Effects of “Strengths-Based Groups” on High-risk
teenagers’ Empowerment



指導教授: 宋麗玉博士

研究生: 張齡方 撰

中華民國 109 年 7 月

謝辭

這篇論文的完成，必須感謝許多人的支持與協助。

首先，我要先謝謝所有參與此份研究的少年們，正因你們的認真投入，這份研究才得以順利完成。謝謝與我一起策劃團體的協同領導者佳平，謝謝你總是在我焦慮時為我打氣，並在策劃團體內容時，不僅幫我想許多創意的點子，更是陪著我完成一次又一次的團體。

感謝我的指導教授宋麗玉老師，每一次跟您討論論文書寫內容，都感覺到自己已經先被您所優勢，謝謝您總是不厭其煩的等待我緩慢的書寫，並以優勢的眼光回應我的文筆；每一次跟您討論團體活動的細節，都被您給的肯定與鼓勵所激勵，促使我持續以優勢的眼光看待所帶領的團體。也謝謝施教裕老師、劉素芬老師在口試時給予的建議和肯定，從兩位老師的撰寫建議與經驗分享中，讓我有機會以不同角度思考論文，使論文更加完善。謝謝所有參考文獻的作者，你們曾經得出的研究結果，是我研究的墊腳石，沒有你們在之前的研究，就沒有我如今的發現。

謝謝我服務單位的主管，讓我在平時工作期間帶領少年團體，並且允許我適度休假，儘快將論文書寫完成。謝謝我的同事詩涵，在帶領團體過程中和帶完團體之後，常常對於成員的回應與轉變給我一些正面的回饋，使我對所做的研究更加有信心。

謝謝曾經陪伴我書寫論文的許多夥伴們：輔大光鹽社社員-穎怡、維頡，國中時期的好朋友-郁庭，研究所時期朋友-珮榕，教會好夥伴-詠馨、霈筠、樂邨，還有我服務單位的孩子們；也謝謝比我早寫完論文、時不時給予建議和鼓勵的研究所朋友-葆華、慧琳，謝謝你們在這段時間的陪伴，為苦悶的論文書寫生活帶來許多美好的回憶！

謝謝教會的屬靈遮蓋-黎妃姐、秋萍姐、牧師、師母，常常默默的為我能寫出論文禱告，也時不時關心我的論文書寫狀況，並且不斷告訴我一定能做到。謝謝我的父母，將家裡所有的事情安排好，使我能在工作繁忙之餘的假日，心無旁騖、毫無後顧之憂的寫論文。

謝謝我親愛的男友，不僅在我意志消沉時鼓勵我振作，還犧牲許多能跟我一起出去玩的約會日，帶著電腦陪著我去到一間又一間有插座、安靜的咖啡廳，一邊進行自己的工作，一邊陪我好好的將論文書寫完成，此份研究如今能走到最後一個階段，你真的功不可沒。

齡方 2020.07.27

摘要

自由風氣越來越盛行的社會，家庭面貌越來越多元，許多家庭照顧將生活重心很大比例放在工作上，對孩子的照顧常常只滿足基本溫飽，沒有時間陪著孩子「好好長大」。然而，當孩子的「需要」無法被家庭滿足，他們便期待能從社會中找到自己的價值，但若一不小心走到錯誤的方向，便容易產生「離家與輟學行為」、「暴力與犯罪行為」、「藥物濫用與成癮行為」、「憂鬱與自殺行為」的高危險行為，因此我們稱這群孩子為「高風險少年（High-risk teenagers）」。

高風險少年本身缺乏權能（power），對自己失去信心、對環境失去掌控感，甚至很多人對生命失去希望。若期待高風險少年的權能提升、非行行為降低、人際關係改變，便需提升高風險少年的優勢觀，促使少年以優勢看待自己與環境，以致他們可以從「被環境影響」變成「主動影響環境」。

本研究採單案研究法（single-case research design），以八次優勢團體為主要活動，搭配平時穩定的個別陪伴與定期聚集。研究對象為本研究者服務單位之高風險少年，選樣標準以高度參與意願、能配合團體時間地點、詳細了解研究內容並願意簽署同意書者為優先。權能分析方式採量化與質化並行，量化方式採用「增強權能量表」，質化除了訪談之外，還搭配團體觀察紀錄、團體逐字稿、成員學習單、成員回饋單。

本研究重要發現：一、高風險少年權能比未參加優勢團體之前還高，「優勢團體」對於「增強權能」有正向的影響效果。二、成員的「個人權能」、「人際權能」、「社會政治權能」皆提升，其中「人際權能」提升最多。三、優勢團體對權能影響程度與維持效果，依「團體進行次數」和「成員特質」而有所差異。四、高風險少年在參與優勢團體之後，提升自我認同感、批判性思考、社會支持系統和生活滿意度。

據此，本研究提出高風險少年增強權能之內涵與處遇策略之建議，以供未來實務工作者之參考。最後說明本研究之限制，並提供未來研究相關建議。

關鍵字：高風險少年、增強權能、優勢觀點

Abstract

In a society where “free spirit” is gradually a mainstream, families are becoming more and more diverse. Many families put a large proportion of their lives on work, and the care of children often only meets basic needs. When a family cannot fulfill the children’s needs, the children are likely to put themselves in an environment that easily dropping out of schools, committing a crime, having drug addiction, and committing suicide if hanging out with the wrong crowd. We call them “High-risk teenagers.”

“High-risk teenagers” are lack of Power, not confident in themselves, not in control of the environment, and some of them even lose hope in life. If we expect to empower these teenagers, lower their delinquency behaviors, and change their interpersonal relationships; we ought to broaden their strength views and encourage them to see themselves in confidence. Therefore, they can change from being influenced by the environment to actively influencing the environment.

This study adopts a single-case research, with eight Strengths-Based Groups as the main activities. The subjects are the high-risk teenagers of the organization that I work with. The selection criteria are those who were highly willing to participate, signed the consent form, abled to cooperate with the time and location, and had a thorough understanding of the research. This study employed both qualitative and quantitative methods. Quantitative method adopts the Development and Validation of an Empowerment Scale. In terms of quantitative method, other than interviews, it is also conducted with group observation records, group manuscripts, member study sheets, and member feedback sheets.

Concludes from the analysis : 1. High-risk teenagers have higher Power after joining the Strengths-Based Groups, and the Strengths-Based Groups has a positive impact on enhancing their power. 2. All dimensions of the power enhance, and the Interpersonal dimension enhance the most. 3. The degree of influence and maintenance effect of the Strengths-Based Groups on the power depends on the "number of the activities" and "members characteristics".

4. High-risk teenagers improve their sense of self-identity, critical thinking, social support system and satisfaction after participating in the Strengths-Based Groups.

According to the conclusions. this study recommended some strategies and methods of social work intervention. Finally, we discuss the limitations of the study and the recommendations for future research.

Key words: High-risk teenagers, Empowerment, Strengths-Based Groups

目 次

第一章 緒論	09
第一節 研究背景	09
第二節 研究動機	11
第三節 研究目的	12
第四節 名詞解釋	13
一、優勢觀點	13
二、增強權能	13
第二章 文獻探討	14
第一節 高風險少年特質與發展	14
一、高風險少年	14
二、高風險少年的成長發展	15
三、高風險少年的特質	18
第二節 增強高風險少年權能的方案內涵與成效	19
一、增強權能概念	19
二、少年增強權能理論	20
第三節 優勢團體應用於高風險少年權能之增強	23
一、優勢觀點之內涵	23
二、以優勢為基礎的高風險少年工作	25
三、以優勢為基礎的高風險少年團體成效	26
四、優勢團體與增強權能之相關	27
五、結語	28
第三章 研究方法	31
第一節 研究架構	31
第二節 研究參與人員	31
一、研究對象	31
二、研究者的角色	35
三、運用人力	36
第三節 研究設計類型	36
一、整體研究設計概念	36
二、施測時間說明	37
三、研究變項與假設	38
第四節 研究方案	38
第五節 研究工具	39
一、量化工具—增強權能量表	40
二、質化工具	41
第六節 研究倫理	43
一、自願參加	43

二、告知後同意	43
三、匿名性及保密性	44
第四章 研究結果	45
第一節 成員背景	45
一、個別成員描述	45
二、成員間的同質性與差異性	49
三、成員對團體的期待與準備度	51
第二節 團體方案過程分析	53
一、執行過程分析	53
二、團體過程分析	56
三、團體後的延續與成果驗收分析	59
第三節 團體資料分析	60
一、「增強權能量表」結果分析	60
二、質化資料結果分析	64
三、綜合性分析	82
第五章 討論與建議	83
第一節 研究討論	83
一、透過團體看見優勢	83
二、透過優勢團體增強權能	84
三、優勢團體發展為增強少年權能之策略	86
第二節 研究建議	87
一、團體工作的建議	87
二、延續團體成效之建議	90
三、研究工具使用之建議	91
第三節 研究限制	91
一、研究者的多重角色與團體目的	91
二、研究樣本數與資料分析方法限制了概推性	92
參考文獻	93
附錄	95
附錄一 增強權能量表	95
附錄二 訪談大綱	98
附錄三 參與研究同意書	99
附錄四 團體紀錄	100
附錄五 周哈里窗學習單範本	124
附錄六 希望花田範本	125
附錄七 回饋單問題	126

表 次

表三-1	研究樣本描述	32
表三-2	團體方案與出席率	38
表三-3	增強權能向度與具體展現方式	42
表四-1	成員簡要背景與想望	51
表四-2	團體活動主題與目標	56
表四-3.1	全體成員 6 次施測之描述統計量	60
表四-3.2	成員 6 次施測總分及變化	63
表四-3.3	質化資料整理	64
表四-3.4	成員 A 量表成績	71
表四-3.5	成員 B 量表成績	72
表四-3.6	成員 C 量表成績	73
表四-3.7	成員 D 量表成績	74
表四-3.8	成員 E 量表成績	75
表四-3.9	成員 F 量表成績	76
表四-3.10	成員 G 量表成績	77
表四-3.11	成員 H 量表成績	78
表四-3.12	成員 I 量表成績	79
表四-3.13	成員 J 量表成績	80

圖 次

圖三-1 研究架構圖.....	31
圖三-2 研究過程圖.....	37
圖四-3.1 全體成員總分平均數變化情形.....	61
圖四-3.2 成員權能總分變化情形.....	63



第一章 緒論

第一節、研究背景

M型社會下的台灣，富有與貧窮的差距越來越大，根據衛生福利部的統計，截至105年底，我國的低收入戶（指家庭總收入平均分配全家人口，每人每月在最低生活費以下，且家庭財產未超過中央、直轄市主管機關公告之當年度一定金額者）有14萬5,176戶、共33萬1,776人，低收入戶數占總戶數1.7%，低收人口占總人口1.41%，相較於十年前，低收人口只佔總人口0.95%，前後增加的數字反映出日益嚴重的貧窮問題；而低收入戶中，兒童及少年（0-17歲）人數雖然逐年在減少，但相較94年的85,125名，105年的數字仍達到117,012人，顯示出至今仍有許多少年生長於貧困家庭。

單親、新移民、隔代教養…的家庭數量更是驚人。在自由風氣興旺、個人主義高漲的台灣社會，離婚率越來越高、再婚率卻一年比一年低，尤其育有子女者的再婚速度更為緩慢（楊靜利、劉一龍，2002），傳統大家庭沒落已成事實，單親家庭的增加成為了各界關注的議題（蘇惠靖，2009），失去配偶的單親照顧者時常面臨到經濟、照顧、親職角色分工失衡的問題（蔡晴晴，2001），子女教養與就業成為了照顧者的兩難。

在工作移民與婚姻移民越來越普遍的現今，平均每六對新人就有一對是跨國婚姻（楊靜利、黃奕綺、蔡宏政、王香蘋，2012），這樣的家庭相較於一般台灣家庭，新移民女性承擔了較重的傳宗接代責任，雖然「男主外、女主內」的中華價值觀深刻影響家庭的分工與教養（胡善喻，2014），但對外籍配偶來說，語言不通、文化差異…等的適應問題卻成為教養少年的強烈絆腳石；因此若缺乏完整的輔導機制，教育問題會一直存在（沈姍姍，2006），新台灣之子所面臨到的學習障礙和發展遲緩問題便會持續受到關注（劉開元，2004）。

除了經濟弱勢、單親、文化差異導致的親職失能之外，任何身心因素致使主要照顧者無法盡好照顧之責，都會促使家中的祖父母在自願或非自願的情形下，將照顧少年的責任一肩挑起，以致形成了隔代教養家庭。然而多數隔代教養的祖父母已屆退休，或因需要必須減少工時甚至離開職場，此時不只經濟面臨極大的壓力（衛生福利部社會及家庭署，2015），教養上也面臨眾多挑戰：體力不如過去能負擔所有的照顧活動；語言、文化及價值觀與孫子女產生斷層、無法與孫子女有良好的溝通；被質疑教養技巧過時、無法提供少年良好的教養環境；無法給予孫子女課業上的指導（許嘉家、林姿諭、盧玟伶，2007）。

再者，多數的照顧者在給予少年的指令中，傾向以「單向要求」取代「雙向對話」，他們不給予少年說「不」的空間，表面上要求少年尊重與順服，實際上卻是沒時間回應少年的疑問，又或者不知如何回應。當少年從小到大都被單向要求與限制，他們也就失去為自己選擇、讓自己在失敗中成長的機會，久

而久之，少年在思辨能力上顯得薄弱，他們不只無法為自己選擇，生活更是越來越缺乏目標與熱情，以致越來越多少年最終沈迷於手機電玩，原因無他，只因在其中能尋見「成就感」。

高風險少年比起一般少年所擁有的資源已相對少，面對多元課程的學習機會也較不足，且對於家庭，他們又存在「想愛又怕受傷害」的感受，一方面渴望從照顧者得到愛，另一方面又怕被不舒服的愛綁住。社會大部份對於高風險少年之幫助屬於立即支持性服務，例如：提供課業輔導之教育輔助、急難救助或托育補助等經濟支持、生活維繫之物資補助…，這些服務所帶來的影響力，不只能達到快速且立即的家庭支持、減輕照顧者對於兒少生理照顧之壓力，更能使照顧者不需因顧慮少年之安危而無法專心工作。

不過，根據馬斯洛（Maslow, 1943）的五種需求理論，除了生理、安全兩個低層次需求之外，每個人的生命尚有社會、尊重、自我實現等三個高層次需求要被滿足，對高風險少年來說，立即支持性服務雖然能夠滿足低層次需求，卻無法完全滿足高層次的需求，意即「成就感」，如此可能產生一連串之影響—沒有成就感的少年往往無法肯定自己，無法自我肯定的少年缺少自信，缺乏自信的少年難以使用正向語言進行溝通…，而當群體、社會裡的負面言語越來越多，負面的影響力會使少年距離本身具備的優勢元素越來越遠，此時若不做些介入，最終只有等待社會問題一個個浮現。

民國 91 年，政府為了幫助少年發展出健全的人格，已委託民間單位辦理「兒童少年社區照顧輔導支持系統」及「弱勢家庭兒童少年外展服務」，民國 98 年更導入「以家庭為中心」之服務，透過民間資源來支持與補充少年的教育。此方案乍看之下已滿足少年社會層面的需求；然而，由於政府委託民間之初並未給予細緻與明確的服務策略和方向，致使民間只能從其慣用（生態系統觀點、危機處理觀點、社會系統理論、問題解決理論…）之理論、觀點來做活動之策略規劃。並且，民間機構的服務大多視案主為弱勢之角色，所給予的服務多數以補足其生理、安全缺乏為主要任務，這樣的服務模式通常容易忽略個案已擁有之能力(曾華源、李仰慈，2012)。

相較之下，優勢觀點主張將案主之優勢放大，透過案主之優點來增強其本身缺乏之部分，不斷放大個案之優勢，從優勢中激發他們的權能，使他們在原本沒有動力之處找到成就感，因而達到實現自我之目標，完成高層次之需求，進而提升自信心，正向面對生活每一個挑戰，綜合上述，如何滿足少年的社會、尊重、自我實現之需求，將潛在之優勢再次顯明並挑旺起來，正是本研究欲探討之課題。

第二節、研究動機

研究者目前所服務的兒童與青少年，家庭的樣態複雜又多元，單親家庭、外籍配偶…已為基本，少年親生父母為「歿」、「不詳」、「再婚」、「失聯」、「失業」、「入監服刑」…更不在話下，每個少年背後都有著不同的故事。在不健全家庭長大的他們，有的由阿公阿嬤辛苦拉拔，有些跟隨父或母再婚進入複雜繼親家庭，有些從小必須寄人籬下或在安置機構長大，少數家庭健全的，父母卻因經濟缺乏而終日忙於工作，這些「自顧不暇」的主要照顧者實在難以於少年需要之時，給予立即並精緻的陪伴。

內政部 2001 年的報告中指出，高風險家庭與一般家庭對生活擁有相同的渴望，只是前者沒有太多錢財參與活動及擁有日常生活的財貨。而對於少年的教養更是如此，沒有照顧者願意讓少年「輸在起跑點」，期望更大者甚至將脫貧寄託於下一代。但這些急於拉拔少年「長大成熟」的主要照顧者，通常缺少跟少年的雙向溝通，時常將許多不合理的期待加給少年，並在少年最需要愛的時機點又給予太少關愛，使得少年時常感覺被疏忽、時常自我懷疑，隨著年紀漸長，親子互動的惡性循環便越來越難改變—少年越大越不愛回家，主要照顧者對此越加以控制，甚至用惡毒的言語、暴力威嚇，而越控制反而越容易將少年推出家門。

面對這群「內心充滿黑暗、生命沒有目標」的少年，研究者總是心生憐憫與不捨地盡力給予陪伴，在他們生日時給予特別關愛、在平常聊天時記住他們的喜好，透過許多的方法擄獲一顆顆的心，使每個少年都感受到「被精緻的關注」，陪伴少年度過每一個低谷，任何時刻接到電話就立即出發陪伴，聽他們的苦水、安慰他們、滿足他們的需要。唯此方法只能在案量不多之時使用，隨著時間越來越長，研究者需要陪伴的少年越來越多，少年們遇到的困難也越來越多樣，因此，單純以個案工作的方式已經不夠。

並且，研究者在陪伴少年的過程中，雖然使用了助人技巧（例如單向的傾聽、同理、面質…）幫助案主釐清狀態、讓案主心情平復，卻不一定能促使他們靠自己站起來，事後修補而非事先預防的慣常工作模式，使得我們過度以問題、病理的角度來看個案，如此不僅容易陷入問題當中，還容易使得社會工作者無法掌握社會工作的根本，造成迷航的狀況（引自曾仁杰，2014，頁 186）。過去我們習慣將少年看為受助者，不將少年視為有能力者；習慣要求少年只能被動聽我們的建議，不教導少年與自己對話、自己做決定；習慣主動幫少年找好所有資源，而不是帶少年去尋找資源；當我們不斷的給予少年一種「你只能接受你的家庭長這樣」的信念，而非讓少年相信一切可以改變，恐怕未來只會看到社會機構越來越多，但失功能家庭、不快樂的少年卻沒有減少；只會看見高風險家庭對機構越來越依賴，而非看見高風險家庭具備該有的功能。

在舊案無法結案、新案又不斷湧入的狀態下，「一個個慢慢攻防」之方式已不再夠用，「優勢團體工作」需要同時並行。如同遊覽車般一同上車、一同

下車，利用同儕的影響力將少年集結起來，透過成員間彼此陪伴，讓少年藉由互相聆聽而豐富自己的經驗，藉由相互討論而反思自己的狀態，藉由彼此肯定而促使生命的成長。透過團體的學習，不只能使少年更認識彼此，也能藉由同伴的經歷來檢視自己，更能使在痛苦中的成員察覺到自己並非獨自一人，發現有很多與自己相似的夥伴存在著。

研究者深信，將少年看為弱勢，總是無法激勵少年改變的動機，反而更讓少年自暴自棄，若欲提升少年生活的功能、增強他們的權能，便需要發掘他們的優勢，透過團體的影響力，漸漸讓個案習慣且願意捨棄以往舊有的負面思緒，建立一個正向的文化，彼此激勵、彼此鼓舞，讓每一個人都看見自己的用處，知道自己並非只能一直單向接受幫助，明白每一個生命皆有無限可能，最終達成復元的效果，建立出滿意、具品質、有意義的生活。

就是這些研究者在服務過程中的所聞所思與所感，默默推動著研究者為這群少年尋找更有效的處遇策略，也促成研究者展開本篇研究。

第三節、研究目的

當社會工作一直期望打破權力壓迫，促使弱勢者選擇自己想要之生活並展現權能，個人卻礙於一些因素而感到無力(powerlessness)，以致無法展現出該有的功能時，運用「增權方式」減少無力感即勢在必行（曾仁杰，2014）。而當案主被成功充權，他們會開始肯定自己的能力、控制自己的生活，並且在需要時影響周遭的環境（宋麗玉，2008，頁125），為了更加達成增強權能之目標，本研究特別強調「優勢觀點」基本要素之運用，將兩者相對照會發現，增強權能與優勢觀點皆強調辨識、建立案主的能力與資源之重要性，在助人過程中也都強調工作者應去除專家的角色，並且皆希望個體能為自己做決定、成為生命的主人。

期望透過本研究，創造一個優勢團體，由研究者擔任「使能者」之角色，將團體成員視為指導者，不斷相信少年有能力學習、成長與改變，讓少年在過程中透過彼此觀察、聆聽、思考…等方式，找出自我與他人之優勢，激發每個成員內心深處的願望，重新尋回他們曾經不敢做的夢，過程中藉由帶領他們看見自身已擁有之資源、發現自己生命的用處、增強其內在的力量，設計為期幾週的團體計畫，促使他們見證自身潛在能力被開發，進而建立正向的經驗，以致未來少年面對到不同的壓力與打擊時，能勇敢、熱情、正向地面對。

綜上所述，本研究具體目的如下：

- 一、 檢驗高風險少年在接受「優勢團體」之後，在「增強權能量表」上呈現出的分數變化，並據此了解此項處遇之成效為何？
- 二、 透過研究發現，討論「優勢團體」作為高風險少年處遇策略之適用性，並期待未來能作為高風險少年處遇策略發展之參考。

第四節、名詞解釋

一、優勢觀點

此觀點是對於病理觀點的反動，以及對問題解決學派的修正，其對人抱持正向立場，肯定人人都有改變的潛能，強調每個人皆有可被發掘和運用的優勢，並以案主的「想望」為工作依據。優勢觀點的終極目標強調「人之復元」，即找到自己並建立滿意、具品質、有意義的生活(宋麗玉、施教裕，2009)。

此觀點主張之六大原則為：每個人皆有去成長、學習與改變；焦點在於優點而非病理；案主是助人關係中的指導者；助人關係被視為基本且必要；外展是較佳的處遇方法；社區是資源的綠洲。

二、增強權能

「權能」是指一種能力，可以掌握自己生活空間與發展的各種有利動力，凡是阻礙個人對自己生活空間行使決策或自我控制的機會就是缺乏權能。

增強權能觀點鼓勵缺乏權能的案主相信自己的價值，將原有的專家權能歸還於案主，以增強個人自主性與社會改革的機會，此觀點不僅促使個人批判意識覺醒，更使人視自己為生活的主體，進而主動消除直接或間接權能障礙的環境，控制自身想要之生活藍圖（謝盛瑛，2013）。

「增強權能」在本研究是指少年經過研究者的協助之後，提升自我覺察、發現優點、掌握資源、面對問題的能力，並能知道自己想要，進而探索未來。

第二章 文獻探討

本章分為三大部分。第一節著重在高風險少年特質、處境和發展議題；第二節說明高風險少年權能增強方案促使少年權能增強之成效；第三節欲探討以優勢為基礎之團體，對高風險少年之權能增強效果，進而了解促使少年權能增強之要素。

第一節、高風險少年特質與發展

一、高風險少年

對於「高風險」一詞，諸多文獻中並無明確之定義，因此先行解釋風險的概念。「風險(risk)」與「危險(danger)」有所區別：風險必然與人的決定有關，亦即當某個決定可能導致損害時，即可說此決定有風險；如果損害的原因完全是外在因素時，這便是危險。風險不等於危險，危險是完全無法預期會發生什麼事、發生何種危險，更無法估算其損失；而風險則是可預期將會發生什麼事、後果為何（引自黃雅君，2007）。

在西方先進國家，將「風險」概念運用在社會工作是近十幾年的趨勢，而「風險」概念在台灣的社會工作也逐漸受到重視，社會工作不只單純著力於「問題的解決」，更開始著力於運用「風險」的概念，對潛在的高風險家庭個案進行進一步的關注與服務（張菁芬，2006）。

內政部於民國 93 年將「建構高風險家庭篩選及轉介處遇機制」列為重點工作項目，並訂定了高風險家庭服務評估表，而評估表的內容即為目前台灣界定高風險家庭的範圍：

1. 家庭成員關係紊亂或家庭衝突：家中成人時常劇烈爭執、互毆、揚言報復、無婚姻關係且頻換同居人等。
2. 因貧困、單親、隔代教養或其他不利因素，使兒童少年未獲適當照顧或有疏忽之情形。
3. 家中成人罹患精神疾病，或酒癮藥癮，並未就醫或未持續就醫。
4. 非志願性失業或重複失業者：負擔家計者遭裁員、資遣強迫退休等。
5. 負擔家計者死亡、出走、重病、入獄服刑等。
6. 家中成員曾有自殺傾向或自殺紀錄者。

聯合勸募協會（2005）對「高風險家庭」的解釋為：「家庭在面對經濟危機、婚姻衝突、家庭成員重病或去世等等的危機時，在物質上、關係上或情感上的損失或失落，安全和穩定感受到動搖，嚴重者發生家庭慘劇，導致家庭破碎，甚至人命傷亡的家庭悲劇。」

張菁芬(2006)提出在界定高風險時應需釐清不同性別、家庭、人口族群、居住狀態，所面臨相似風險時，可能產生對風險不同的回應，即對於風險類型、特質和程度的辨別。而內政部所擬定的評估表僅止於縣市政府在評估高風險家

庭時的指標內容，除了這六大類之外仍有些未被納入，對此，黃雅君（2007）自行從內政部兒童局、兒童福利聯盟文教基金會整理出高風險家庭範圍，並將之分成四個方面討論：

1.因家庭關係改變所造成的高風險，例如：家庭成員關係紊亂或家庭衝突，家庭有暴力問題等家庭內部關係問題。

2.因家庭結構改變或不穩定所造成的高風險，包含了單親、隔代教養、未婚生子、同居、年輕父母、重組家庭等，此類以父母親婚姻關係與家庭組成為評估標準。

3.因家庭功能的匱乏或喪失所造成之高風險，則是以可否提供少年正常良好生長的家庭環境，以及確保其生心理安全的狀況而論之，如：貧困、低收入家庭、孤立家庭、父母（主要照顧者）缺乏親職管教知識或管教方式失當、父母（主要照顧者）工作忙碌或經常不在家等問題。

4.因家庭成員狀況不佳或是改變所造成之高風險，父母（主要照顧者）從事不正當行業、父母入獄服刑、家中成員曾有自殺傾向、紀錄或自殺死亡者、家中有長期臥病者、家中有身心障礙者、家中有藥物酒精成癮者、非志願性失業者、重複失業者、負擔家計者遭裁員或死亡，以及家庭有過多債務者等諸如此類的家庭。

簡言之，可以將高風險家庭定義為，從家庭關係、家庭結構、家庭功能以及家庭成員狀況這四方面來看，可能原本的處境即潛藏著不利於少年成長的因素，或可能是因為狀況的(突然)改變，而使得少年面臨生活風險的家庭。

高風險（High-risk）少年指的是12歲以上至未滿18歲，因經濟、文化、種族、家庭結構等外在因素，所形成相對弱勢的少年。「學習低成就」、「低自我概念與低自尊」、「人際溝通不良」、「缺乏處事能力」及「缺乏自我控制能力」是這些少年的五大個人特質，而這些特質容易使少年產生「離家與輟學行為」、「暴力與犯罪行為」、「藥物濫用與成癮行為」、「憂鬱與自殺行為」的高危險行為類型（黃雅君，2007）。

在高風險少年的成長環境中，除了環境匱乏與家庭系統的薄弱外，其自我能力未能適當地被開發、甚至被貶抑，對自己缺乏正向的想法、沒有明確的個人目標。然而「家庭」是個人成長的基石，是建構個人社會化過程的場所，從家庭動力論來看，家庭成員間的互動影響著子女的行為，因此可反映出，當高風險少年長期處於不完整家庭的情況下，可能導致不良的社會化，終至促成少年偏差行為（引自黃雅君，2007）。

二、高風險少年的成長發展

少年經歷著生理快速發展與性成熟的衝擊，內心常對生理發育及外貌感到困擾，尚未成熟的心智、不穩定的情緒，常使他們無法深思熟慮（呂采微，2012）。人生發展歷程正處於身心劇烈、變化極不平衡的他們，不只需要擔負

不同於兒童期所扮演的新角色，亦須面對父母、師長不同於以往的新要求，多重壓力往往讓少年難以負荷，以致感到焦慮不安、無所適從(李玉瑾，2005)。

「少年時期」是開始展現潛能、學習掌控生活的階段，然社會一方面要求他們學習成為未來社會的主人，二方面卻對他們貼上不成熟、不穩定的標籤(趙雨龍、黃昌榮、趙維生，2003)，如此問題化少年會使其主體性難被看見，進而影響少年權能之展現(葉大華，2009)。

少年發展的過程有幾項重要特性：生理快速成長、認知發展進入新階段、社會發展有很大的變化、人格發展上的轉機、行為表現的兩極化(李惠加，1997)，本段先以心理社會理論、社會學習理論、認知發展理論分述少年特性，再討論高風險少年所面臨的發展困境。

(一) 少年發展理論

以下僅整理出三個與本研究相關之理論探討少年發展，分述如下：

1. 心理社會發展理論

艾瑞克森(E. H. Erikson, 1902)認為「少年時期」(12-18歲)的發展任務在於自我認同，James Marcia 延伸了 Erikson 的看法，認為「父母支持度」、「對未來的自我反思」是青少年發展自我認同的關鍵。自我認同不始於少年時期，也不結束於少年時期，但在少年階段卻是奠立對自我身份的重要階段；少年在此階段必須完成自我認同與家庭分離之任務，逐漸獨立自主，與家庭、學校及同儕的互動是重要議題(張哲誠，2017)。

此階段若發展順利，少年會對周圍不同的性別、職業、和教育角色進行探索，由此增加自我認同，並產生明確的自我觀念與自我追尋的方向；而若無法順利發展，他們的生活會變得缺乏目的與方向、缺乏價值判斷的標準，並且當需要做抉擇時，常會感到徬徨。

2. 社會學習理論

學習理論主張，少年是一個具有彈性與適應力的行為體系，此階段的成長歷程便是學習的過程(黃雅君，2007)。Bandura 認為行為是環境與個人內在事件交互作用的結果(李惠加，1997)，並證實了外在行為可經由觀察學習而來，透過注意過程、保持過程(retention process)、再生過程(reproduction process)、增強歷程(reinforcement process)所組成的觀察歷程即能形成行為。而「自我系統」就是個體的「認知結構」(cognitive structure)，「自我效能」(self-efficacy)是自我系統的主要成分，少年對自己有無能力的信念是影響其目標與行為的關鍵(徐于婷，2013)。

3. 認知發展理論

皮亞傑(J. Piaget)的認知發展理論強調基模(scheme)與適應(adaptation)。基模是個體適應環境思考與動作的基本模式，是認知發展的基本結構，基模的改變代表學習的結果，而知識的形成與獲得是適應的結果(李惠加，1997)。

少年的認知發展屬於皮亞傑（J. Piaget）所提出的認知發展最後一部分：形式運思期（formal operations），此時期的他們開始意識到自己的思考能力，運用抽象、邏輯思考的方式，去推理判斷、解決週遭的問題，比起兒童時期，少年的思考較具彈性，因此在他們的思考中，可能性勝過現實性（張哲誠，2017）。

根據上述三種理論來看少年的發展，心理社會發展理論主要關注於自我認同的發展；社會學習理論主張少年的行為是從觀察學習而成，並且環境能影響少年的人格；認知發展理論強調少年的思考可能性勝過現實性，因此容易產生自我中心的心理狀態。

（二）高風險少年發展困境

高風險少年是發展為成熟成人過程中遇到障礙者，一些前置事件或因素使高風險少年比其他同儕更容易做出高危險行為、更容易遭受不良行為的後果，這些前置事件或影響因素包含了先天環境（如：社經地位、生活品質）和個人背景特質（如：性別、年齡、族群等）。身處於教育資源分配不均與教育機會不平等的貧窮與弱勢族群（如：身心障礙、隔代教養家庭等）往往容易成為高風險族群。以下就各理論觀點討論少年成長在高風險中可能遭遇到的發展困境（黃雅君，2007）：

1. 心理社會發展觀點

心理社會發展理論認為，在少年發展自我認同的過程中，能夠獲得父母支持很重要，高風險家庭中，父母或主要照顧者因為種種原因而無法提供正常模範與適當的心理支持，使得少年在成長過程感受到較少的關懷、自我認同的過程受到阻礙。

為了回答「我是誰？」，少年會想離開照顧者而接近同儕，但因少年的經濟尚需仰賴照顧者的支援與供給，為此需要適度迎合照顧者的期待與要求，這樣的情形使其在追求自主與認同發展的過程中，常感到角色混淆、矛盾與衝突，這就是所謂的「發展障礙者特徵」。少年的自我發展階段正處在「同儕」與「家庭」雙方影響的張力中，若家庭能成為少年重要的支持系統，照顧者若能成為少年價值系統的模範，使他們能仿效和認同其言談舉止，便容易使他們發展出良心（conscience）和超我（Superego）而不易產生犯罪行為。

2. 社會學習觀點

Bandura 認為「觀察」、「模仿」是少年行為的主要形成模式，高風險少年發展困境來自於身處在不良的家庭結構或家庭環境，又或是家中成員有不適當的行為，因此無法提供較好的學習場所或家庭教育。

3. 認知發展觀點

Piaget 強調基模的改變代表學習的結果，而知識的形成與獲得是適應的結果，高風險少年身處於不良的家庭結構與環境，沒有機會獲得完善的家庭教育、無法建立起良好的基模。當面對未經經驗過的事件，他們無法做出良好的調

適，甚至學習了不適當的因應模式，又加上少年自我中心的心理狀態，很容易引發偏差行為的產生。

三、高風險少年的特質

根據研究者的工作發現與文獻回顧，整理出五項高風險少年的特質如下：

（一）負面的自我觀

缺乏充足經驗的高風險少年，長期處於壓抑及宣洩的線性矛盾上，時常容易感到迷盲與困惑，對自己喪失自信（林萬億、黃韻如，2007；魏希聖譯，2009），對他們來說，「知道自己是什麼樣的人」是困難的，對自我的認識幾乎都是由他人附加的評價而來（林桂碧，2013），尤其當周圍的人都給予負面評價時，高風險少年更容易在「自我認同」上感到困頓，迷失自我的社會角色方向、造成角色混亂，為了獲得認同，他們會與同性質的同儕團體集結，形成次文化團體，透過發展群體間獨特的價值和生活型態反抗主流價值，導致後續的偏差行為（黃慧真，1994）。

（二）情緒管理不佳

社會學習觀點主張行為是觀察學習而來的，當父母或主要照顧者缺乏教養技巧與意願，夫妻之間又常常暴力相向，在這樣家庭長大的高風險少年，不但情緒管理方法較差，甚至會直接複製暴力行為（黃雅君，2007）。

（三）學習動機低落

學者鄭麗珍(2003)指出，家庭收入主要影響到兒少之才藝學習、課輔活動和數位設備等三層面，大部分的高風險少年未參與才藝活動，過半比例未參與課輔或家中沒有電腦設備，以致限制了認知發展與學業表現。在教育機會持續受剝奪、長期缺乏社會參與和融合的狀態下，高風險少年不易累積人力資本，家庭的狀況更不易翻轉（何素秋、李孟蓁，2009）。

在這樣家庭長大的高風險少年，因為缺少至親的教誨、督導及認同，人格發展不太完整，造成很多潛在的不良反應。終究，他們會對學習失去興趣、生涯決定迷失以致選擇中輟，長遠看來，他們會因為缺乏技能、欠缺工作動機而影響職業、社會地位取得與薪資，也可能因為長久消極而導致身心健康狀況不佳，進而影響家庭貧窮的代間循環（龔心怡、李靜儀，2015）。

（四）家庭關係不親密

研究指出，親子互動是影響少年行為的重要因素：若家庭功能較弱、親子關係緊張，照顧者採取消極教養之方式、期望水準與少年能力差距過大，容易降低少年的成就動機，使他們的社會適應力比一般同儕低落；相反的，若家長對少年的期望水準高、家人之間互動良好，長時間用鼓勵取代責備，則少年對自身的能力預測、對求學的期望會愈高，他們更願意完成學業、降低中輟傾向。

高風險少年的主要照顧者為了脫貧、脫困而忙碌於工作，平時無法與孩子有充足的相處時間，親子之間可能因衝突而呈現緊張狀態，再加上此階段的少

年情感又容易轉移至同儕，如此更顯得少年與家人的關係疏遠（龔心怡、李靜儀，2015；沈天勇，2009）。

（五）極端的人格特質

高風險少年囿於表達能力不足、缺乏對問題思考的周延性，容易產生過度社會化、過度內向退縮等極端人格特質。過度社會化的高風險少年因家庭狀況而被迫提早長大面對現實的經濟問題、複雜的人際關係；少年過度內向退縮的傾向，是由於長期面對家中暴力、錯誤的行為，身邊卻沒有可傾訴內心困擾的人。這兩種人格特質皆因高風險少年學習不到正向積極的因應模式，長久下來容易阻礙他們人際關係的發展（黃雅君，2007）。

目前對於高風險家庭支持方式，政府大多以現金及實物補助為主，多數福利服務之措施僅助其維持所得，解決基本生活需求，其它連帶產生的社會心理難題，在政策制定上卻極少考量到（童小珠、蕭佳雨、李政廉，2016）。

在這段人生重要的轉捩點，對高風險少年採取的關心視野、態度、方法，將成為把他們「拉」進來或「推」出去的重要因素（謝永齡，2003）。很遺憾的，在許多本該維繫支持高風險少年的體系中，不論是家庭或學校都不斷地將他們往外推，過於溺愛或疏於管教、置之不理或過度干涉，對高風險少年的身心都造成傷害。

為促進高風險少年的自主權與行動權，使其排除個人發揮權能之障礙、增強個人的能力與自信心，「增強權能觀點」主張，不將少年視做問題群體，反而將少年視為資源與機會（Holden et al., 2004）。因此，提供增強權能的服務方案為高風險少年增加自我力量，促使其掌握自己的生活，是少年社會工作方法的選擇之一，以下將討論與增強權能相關的概念，以了解方案實施的技巧與過程。

增強權能理論運用於少年領域並不少見，少年增強權能（Youth empowerment）將少年視為主體性與自主性的個體，透過教育或集體行動激發其批判意識，目的在於創造平等友善看待少年的機會與環境（白倩如，2012）。增權是結果也是過程，此方法若運用得宜，少年便能在使用服務的歷程中掌握自身的權能，朝著改善自己權力地位的目標邁進（趙雨龍等，2003；莊敦傑，2012），具有權能感的少年有能力影響個人的生活、展現個人的自我價值，並有與他人合作影響公共事務的能力（陳玫伶，2012）。

第二節、增強高風險少年權能的方案內涵與成效

一、增強權能概念

Barbara Solomon 於 1976 年在其所出版的 *Black Empowerment: Social Work in Oppressed Communities* 首先提出「增強權能」的概念，其定義為「協助發展來自受污名化之社會階層的服務使用者在人際間之影響力，與展現社會角色價值之技巧的過程。」趙善如（1999）提出增強權能即是減少及改善案主

無力感的情況，協助案主發展、增加力量的過程。Turnbull 更是強調，增強權能成功與否除了和生活環境有關，也與個人特質有關，在同一環境下，不同的人會有不同的增強權能經驗，個人的增強權能經驗也會隨著時間而改變（萬育維、王文娟譯，2002）。

「權能增強」起因為個案的無力感（powerlessness）或是缺權（power absence），以下五個假設是依據人處於弱勢化、邊緣化、缺權化的經驗所提出（引自黃雅君，2007）：

- 1.個人感覺到全面性的無力感，以至於無法與環境交流。
- 2.四週存在著直接、間接的權能障礙，以至於無法參與社會、政治。
- 3.權能可以透過社會互動而增加，以衍生更多的個人與人際權能。
- 4.案主應被視為有能力、有價值的個人。
- 5.與案主建立協同夥伴（collaborative relationship）的關係。

增強權能的社會工作者看待人是有能力解決問題者，只是週遭存在的障礙使之感覺無力，因此工作者需在與案主互動的過程，促使其了解問題不在己身，並願意學習因應技巧，才能產生動力改變。

增強權能取向助人工作的特點如下（引自黃雅君，2007）：

- 1.致力營造助人者與服務對象的平等夥伴關係。
- 2.堅定支持陪伴服務對象成為行動的主體。
- 3.服務對象自覺地發展主體能力，努力脫離困境。
- 4.服務對象的能力增長。
- 5.服務對象的困境在其真實社會脈絡中被檢視理解。
- 6.接納服務對象的網絡關係。
- 7.服務對象參與問題界定、設定目標與服務成效評量。
- 8.在動態對話過程裡增進服務對象與助人者的能力。

由以上可知，當增強權能社會工作者對案主處遇之後，案主便能看見自身的資源，並且透過使用資源以提升能力，進一步地為自己做出最好的選擇。

二、少年增強權能理論

為進一步探究少年增強權能的意涵與發展過程，張哲誠（2017）將國外已發展的增強權能理論模型進行整理，包括少年增強權能循環、交互合作模型、增強權能教育模式、批判性少年增強權能模式、社會同理理論五種，詳細說明如下：

（一）少年增強權能循環（Adolescent Empowerment Cycle）

此為最早被提出之增強權能模型，成為後續許多年少增強權能理論發展的基礎。Chinman & Linney (1998) 認為少年有其本身的特殊性，包括認同發展（identity development）、角色匱乏（rolelessness）、社會鍵（social bonding），分別說明如下：

1. 認同發展

根據 Erikson 的自我認同理論，Chinman & Linney (1998)認為少年認同分為三階段：建立自我概念、參與正向角色並得到認可、有機會去經驗不同角色。

2. 角色匱乏

由於成人不信任少年之能力，導致少年顯少有可學習之正向的角色楷模，少年角色往往被界定為「不是…」，這樣的角色匱乏現象使其難以與社會建立正向的連結。

3. 社會鍵

根據社會控制理論，當個體與社會連結較弱時，會導致偏差行為。

Chinman & Linney (1998)將三個理論整合為「少年增強權能循環模型」，當少年從重要他人身上得到回饋，發展穩定與正向的自我認同，並且有機會從正向的活動中被賦予有意義的角色，以及能夠與正向組織產生連結，進而從連結的過程得到正增強，同時學習適當與有用的技巧，如此一來，少年將會有自信感、控制感、高自尊與自我效能。

(二) 交互合作模型 (The Transactional Partnering Model)

Cargo(2003)等人認為少年增強權能是交互的過程 (transactional process)，成人如何創造增強權能的環境固然重要，少年的權能如何被增強更是重要。

1. 成人創造增強權能的環境

成人在少年增強權能的過程是一個關鍵性的角色，他們需要創造一個友善的氛圍，讓少年感覺自己是被歡迎的，並對環境產生安全感；他們還需賦予少年能力，特別當少年與人意見相左時，成人需要促進少年的意見表達，在少年經驗增強權能的过程中，一方面給予支持，另一方面更是給予失誤的機會。

2. 少年增強權能 (becoming empowered)

Cargo 認為少年權能增強包括少年參與、控制過程、實現潛能、產生建構性改變等四個概念的相互影響。當友善氛圍建立，少年參與是一個重要的成果，同儕間的歸屬也是少年持續參與的重要因素；當遇到挑戰時，少年會因為個人與團體能力、情境、受歡迎感、成人賦予能力的支持或資源而有不同回應；並且，參與過程的學習與責任的承擔將促進少年發展潛能；最後，當少年的權能成功被增強，不只會強化他們的發展、更會帶來社會整合，少年會在社會中找到位置以證明自己與獲得認可。

(三) 增強權能教育模式(The Empowerment Educational Model)

此模式沒有固定的理論架構，而是實踐 Freire(1970,1973)的教育理念，強調批判社會練習 (critical social praxis)，能將個人問題置於社會情境討論。增強權能教育模式包含五個要素：清楚的增強權能目標、問題意識化與對話發展意識覺醒、技巧發展、檢視文化經驗及價值、社區參與，將個人的增強權能連結到組織社區，從自我效能到集體效能到政治效能發展，重視少年主動參與、對他人與環境產生同理心，將行為的改變與社會改變搭起橋樑。

(四) 批判性少年增強權能模式 (Critical Youth Empowerment)

Jennings(2006)提出的批判性少年增強權能模式，包含以下六個面向：

1.友善且安全的環境

成人與少年共創安全與友善的環境，少年要盡可能地參與其中，成人需提供不同程度的支持、信任與鼓勵。並且，此環境需要給少年經驗成功與失敗的機會，進而從過程中學習。

2.有意義的參與

透過真正以少年為導向的活動，促使其嘗試不同角色或發展新技能與覺察力，進而讓少年在行動中進行反思、對決策具有責任感。

3.少年與成人的權力共享

由於少年在許多組織或活動中少有機會握有權力，故此模式認為以少年為導向的活動是必要的，只是成人需要在其中引導，並且同時需維持支持與控制之間的平衡。

4.人際與社會政治歷程的批判反思

有鑒於批判反思需要時間、空間與承諾，在採取社會行動之前，先使少年看見並理解與其相關的社會結構、歷程與價值，並在行動過程與行動後進行反思。

5.參與社會政治歷程以造成有效的改變

此模式認為少年需要參與社會政治歷程與社會變遷，藉以有效對目前社會形象、價值與規範帶來改變。

6.整合個人與社區層次的增強權能

提供少年透過學習與使用重要的技巧而發展的機會，以提升自我效能；同時強調社區參與經驗的累積、資源認識與不同意見的處理。

(五) 社會同理理論 (Social Empathy)

將同理心運用在更廣的層次中，強調覺察他人在社會經濟脈絡中的處境，並重視個人的社會責任感 (social responsibility)。此模式以同理心為基礎，加上脈絡性的理解 (contextual understanding) 與社會責任感，共三要素組成。

同理心有助於少年建立社會技巧、與他人發展長期關係，並與社區產生連結；脈絡性理解促使少年能感受到對方的情緒與認知，覺察社會對自己的影響；社會責任指的是，在同理他人、覺察他人情境之後，試圖確保與維持社會成員的福祉，即個人對於改變社會的責任感。

整體而言，以上五個理論皆強調少年的技能發展、成人角色與參與的重要性。技能發展上，批判思考能力最為重要，而此能力非常仰賴少年本身的自我覺察與對他人的同理；成人角色的參與方面，支持、鼓勵並保有彈性的環境較能增強少年權能。

「氛圍」與「環境」是相當重要的條件，少年需要感到自己能夠勝任事情；在成人的支持與鼓勵之下，少年也能參與有關自身利益的決定，並且看見自己

對事情的影響力、相信自己有處理事情的技巧和資源（胡斐瑜，2006b），在過程中學會決定、尊重、發聲、主導。

第三節、優勢團體應用於高風險少年權能之增強

社會工作者若一味地想要解決案主的問題，卻缺乏 Know-How 的知識，增強權能的理念便未能真正被落實，進而容易衍生更多的問題。根據以往的實證資料，「合作式的助人模式」是有效助人的必要條件，而「以案主優點為基礎」則有助於合作關係的產生，對於增強權能的助人關係是一條有效的途徑（曾仁杰，2013）。

宋麗玉(2008)的研究中發現優勢觀點是協助案主認識自身能力的重要策略之一，後來她更進一步視增強權能為優勢觀點的中介目標，其認為優勢觀點在實務上相當能夠促進案主的權能增強(宋麗玉與施教裕，2009)。

鄭麗珍(2003)指出增強權能的工作原則基本上是採用優勢觀點，以正向觀點看待案主，肯定案主有學習、成長、和改變的能力，強調案主與其家庭要比其他人更加了解自身的問題，甚至是自己問題解決的專家(引自宋麗玉，2008: p.127)。

以個案的優勢(strengths)做為建立合作關係的基礎，除了有助於彼此間的信任，更有助於案主的權能展現，因此優勢觀點是增強權能助人關係的較佳途徑（曾仁杰，2013）。

一、優勢觀點之內涵

「每個人都能看清自己的需要，進而做出最好的選擇」是社會工作最為人稱許的價值，優勢觀點更強化了這樣的價值，認為每個人皆能學習、知覺和使用自己潛藏的能力，並且將內在正向的能量發揮出來（沈天勇，2009），此觀點相信每個人都有優勢之處，身、心、靈皆蘊含豐富資源，能處理生命當中許多的挑戰。相較於病理觀點，優勢觀點不強調個人的問題與缺陷，著重的是個人以及生存下來的優勢。

Rappaport(1990)和 Saleebey(2002)認為個案之所以能夠擁有力量，是因為在工作者適當的協助下，於內在找到某些能量。相較於聚焦個案的不足，優勢觀點的工作者鼓勵個案定義自己的世界、問題、渴望、優勢；帶著個案運用所定義出來的內容去面對生活的挑戰，藉由運用社區資源來拉近與社區的距離，進而建立支持網絡。工作者也透過評量工具的使用、個人計畫的形成，以借力使力的方式，使個案看見自己的潛能並造成改變，達到社會工作之「助人自助」目的（劉依玫，2008）。

優勢觀點基於生態觀點的主張，使用社區資源取代個案的孤立與隔離，協助個案運用適當資源，並與環境中的其他個體或組織發展正向關係（莊翔宇，2012），社區資源無論是有形或無形，工作者都須確實使其產生作用和發揮力

量，藉以達到正面支持的效果，除了正式資源的連結與提供外，工作者還須進一步開發和建構非正式資源網絡，促使個案在社區生活網絡中重新棲息和生存（林冠馨，2007）。

（一）優勢觀點的內涵要素（徐于婷，2013）

1.措辭使用

與人工作時的措辭，對案主本身、他們的世界和困難有著重要的影響。

2.增強權能(Empowerment)

「增強權能」是人或團體要求環境提供選擇權，並把權力歸給人去選擇，確保案主知道自己有權力、資源和能力去行動。

實務上用五個想法建構增強權能之概念：

- (1)與案主成為合作之夥伴;
- (2)擴大案主的優勢和能力;
- (3)聚焦在個人或家庭的環境;
- (4)假設案主是活動主體和自我的代理人;
- (5)將其中一個能力指向過去被剝奪和被壓迫的部分。

3.復原力(Resilience)

復原力不是無視一個人的困難和悲慘的生活經驗，也不是樂觀的減少生活的痛苦，而是在磨難中振作（bear up）的能力。復元並非「治癒」，而是更深切地接受已形成的傷害或限制，復元是一種存在過程、一種面對生活挑戰的方法，案主一方面意識到困難與痛苦不可能完全消失，另一方面又已培養出足夠的能力、充足的能量來因應它們，並且不再重複陷入問題的循環裡。

4.癒合和整體性（Healing & Wholeness）

癒合意味著整體性和天生的身體、精神技能，是面對障礙時的「再生」和對疾病之「抵制」。癒合需要有益的人際、社會與物質環境。亦即，即使個人受到影響，但仍有自我復原的傾向。

5.對話與合作

對話促使人們證實彼此的重要性，開啟治療自己、他人和組織的裂痕。在愛、謙遜、信念之下，對話能逐漸促進人與人的平行關係，使對話者彼此之間產生相互信任的結果。

（二）優勢觀點的處遇原則（宋麗玉、施教裕，2009）

1.個人有能力去學習、成長與改變

相信案主的能力、引發案主改變的想法和動力、幫助案主維持改變與持續成長。

2.焦點在優點而不是病理

對於案主發出的負向語言或行動，社工透過察覺語言背後真正的動機，將焦點聚焦在優點上，適當地進行負向思維解構，運用過去正向經驗喚起案主的正向感受，不斷增強案主改變的主動和積極性。

3.案主是助人關係中的指導者

當案主面對問題時，社工不急著給予答案，而是促進案主思考想望或夢想。並且以案主想望為依歸，與案主分析利弊，促進思考並進行主動抉擇，最終產生完成決策的自信與勇氣。

4.助人關係被視為基本且必要的

優勢觀點強調正向的人際互動經驗，社工依個案的特質不同而採取不同的親近方式，並且以自我揭露的方式促進雙方親密交流、坦承分享彼此的優點，陪伴案主經歷困難。

5.外展是較佳的處遇方式

社工透過外展進入案主的世界，了解案主全人和全方位的生活層面，給予案主及家庭支持和陪伴，並透過外展對案主社會支持網絡完成有系統的檢視及評估。

6.社區是一個資源的綠洲

外展是手段、方法和途徑，社區資源則是目標、目的和結果。社工不僅要連結社區的正式資源，更重要的是建立一個服務網絡，藉此達到全人、全方位和全程的服務。

二、以優勢為基礎的高風險少年工作

以優勢為基礎的工作中，工作者需相信高風險少年具有讓自己生存下來的因應方式，過度的擔心和關心會成為高風險少年的壓力（林冠馨，2007）。工作者要適時扮演好稱職的「聆聽者」，不責備、不落入家長主義，並適度的自我表露，在持續的關愛與支持下激發少年的能力，給予他們希望、發掘他們的潛能和優勢，用「去問題化」、「去污名化」的方式看待他們，幫助他們創造「正常化」的環境，給他們正常化發展的可能性。（莊翔宇，2012；曾仁杰，2013）。

工作者秉持著「天生我材必有用」之信念，看見高風險少年與所處環境之優勢，進一步引發他們展現權能（曾仁杰，2013）。積極地去發現長處、探究可改變的空間、可利用的資源與能力，是整個工作過程的重心，「不責備、不著重、不迴避」的態度，有助於高風險少年更加輕鬆自在地表達出自己的行為問題（林冠馨，2007）。為更了解完整的成長背景，工作者運用「外展」的工作方法，積極進入高風險少年的家庭、花時間認識弱勢少年的交友圈與社區。

與高風險少年的家庭工作時，工作者必須認知到，每個家庭在眾多問題及壓力下仍不乏其優勢，其擁有的韌性、復原力、凝聚力、有形無形的資源，使他們即使遭受到衝擊仍有繼續生活及生存的能力，只要善加引導便能使其能力有所發揮（林冠馨，2007）。當工作者陪著家庭成員瞭解需求，使彼此專注於正向、值得讚美、感謝的部份，鼓勵他們重複去做他們已成功的行為模式，他們便能感受到自己擁有的力量，進而改善生活（劉依玫，2008）。

與高風險少年的環境工作時，工作者相信即使高風險少年所處的環境貧乏，其中必有資源存在，工作者應以正向的角度去看待高風險少年對生活環境的期待與抱負，社區能力來自於社區願意面對逆境的態度、社區成員的問題解決能力與技巧、社區成員共同努力解決問題（凝聚力）及社區所擁有之社會資源等，而高風險少年也在社區當中，因此，連結社區資源固然重要，提升高風險少年與資源互動的能力更是重要，協助其覺察並發揮本身具有的能力與優勢，高風險少年便更有信心可以解決目前的問題，進而增強其面對壓力及挑戰的勇氣。

使用此觀點與高風險少年工作時，一方面能使少年看見自身的能量，以致肯定自我、形塑自我，另方面亦可藉由社區資源的連結，使其更加認識所生活的社會文化。國外研究中，也不乏將優勢觀點應用於高風險少年工作上，不論是對青少年性犯罪、青少年司法、青少年精神疾病與青少年自我概念發展上的運用，都被證實是有成效的（吳竹芸，2009）。

三、以優勢為基礎的高風險少年團體成效

關於成效，以下分兩階段做討論：

首先就團體成員本身做討論，優勢觀點開發了少年生命的正向經驗，協助他們看見生命脈絡中的正向動能，並使他們在關係的逆境中提升「希望感」。

在徐筱茜（2016）所帶的優勢團體中，少年陸續看見了自己的優勢，並在其中產生了自信，肯定自己有成長改變的能力；他們也能夠以自己的觀點詮釋生命的挫折與意義，並在與他人連結的過程中彼此產生共鳴，理解他人成長的不容易，進一步反思自己家庭的優勢，感受到自己在這個世界上並不孤單。這樣的信念轉換改變了少年面對家庭問題的態度，最終以其他面向詮釋家庭問題，甚至積極面對、處理家庭問題；從「親子關係量表」分數的變化和質性訪談中也可發現，團體方案成功促進少年主觀知覺與父母親的親子關係。

徐于婷（2013）的單親家庭親子優勢團體結合了日常生活，內容貫穿「優勢花園」與「家庭想望」，結果發現優勢觀點為取向的親子團體能增進親子互動關係、提升更多親子互動的可能性，並探討出促使親子改變的五個因子：生活事件的學習、團體方案的學習、專業人員的導引、自身因素以及其他因素；由這些因子的歸納中可發現，團體方案及專業人員並非唯一的影響因素，團體場域之外的生活事件及其他管道的資源運用十分重要。

蔡杰伶(2010)的研究結果顯示，相對於一般矯正教育，優勢觀點為基礎之探索教育團體對感化教育少年增強權能有正向顯著影響，且效果延續加乘。

林冠馨(2007)的研究也發現，優勢觀點運用在少年族群具有彈性與可行性，一旦激發少年的優勢與想望，增加其改變的意願與動力，他們便可能產生自我動力、鞭策自己往前進；已經學會如何面對與解決困難的他們，不會重複陷入問題的循環中，並當他們感覺到自己的情緒起伏加劇時，也能尋求可行的方法。

再者，就帶領團體的工作者討論，優勢觀點提醒其需要有別於一般團體工作者，不限制及掌控團體進度與發展，團體成員與團體本身才是團體發展的指導者；在他們謹守這樣信念的過程，團體執行的方向會越來越清晰，最終發展出適切的處遇模式（徐筱茜，2016）。

而林冠馨(2007)也指出，當工作者看著個案在屬於自己的遊戲中不斷地轉化與改變，其欣喜與驕傲自是不言而喻，欣喜的是個案的復元過程滿是感動與成長，驕傲的是因為此種工作方法的引導，讓少年回復應有的笑顏與夢想，種種在工作中所獲得的都是一次次美妙的洗禮與享受，因此，更是避免了所謂工作的耗竭。

再者，徐于婷（2013）更驗證了以優勢觀點設計的體驗學習團體之可行性，指出工作者只要能在兩種不同工作方法的結合上有更細緻及連貫性的措施，是未來專業人員可考慮配搭的工作方法之一。

四、優勢團體與增強權能之相關

宋麗玉(2008)指出增強權能為優勢觀點的中介目標，透過「優勢團體」活動過程，可使參與者達成「增強權能」的目標。當少年面對無法改變之環境結構時，透過參與優勢團體，給予「增強權能」的體驗，就能夠增強少年內在力量以抗衡外在環境壓力與打擊；再透過「學習轉移」的效果，使少年在面對自己的困境及危機時，產生勝任感及自我效能感，突破自己的困境（李慧君，2009）。

劉依玫（2008）指出，激發團體的重要元素為「引導員的優勢觀」，優勢團體與一般團體最大的差別是，引導員了解個案之優勢面向、並將之運用於活動的設計；再者，引導員與團體參與者建立信賴、合作、夥伴關係、相信個案有自身的能力；最後借力使力、「增強權能」以克服問題與挑戰，過程中和活動後著重反思引導，並聚焦在認識每個人的能力和勝任之處。

綜上所述，「優勢團體」立基於「優勢觀點」之上，相信參與者本身之能力，尊重參與者的決定，並致力於協助參與者達成「增強權能」之目標，換言之，「優勢觀點」是「優勢團體」中重要的價值基礎。

Saleebey(1997)對於優勢觀點之實務運用，指出個案轉變的四個基本要素，列舉如下（引自蔡杰伶，2010）：

1. 個案生活中的基本要素

稱為「治療以外的因素」，包含個人、家庭和環境的優勢與資源。

2. 品質良好的協助關係

透過關心、同理心、正面勉勵、誠懇與尊重而達成。發展優勢觀點的一個重要關鍵為把有效助人關係視為有意義的、對等的、友善的、相互信任的以及充權的關係。

3. 正向的期待、希望與安慰

這些對於促成改變來說是相當重要的。

4. 技術操作和理論的基本原則

強調「態度」比方法更重要。

Saleebey(1997)更進一步提出優勢觀點的實務要素，列舉如下（引自蔡杰伶，2010）：

1. 在掙扎中看見個案優勢的預兆與暗示

優勢觀點認為不僅要傾聽個案對話中真實意義，也要能聽見個案的「能力」證據，亦即在談話中發現個案的意志、希望和決心。

2. 促進復原力和優勢的談話與敘事

看重、承認一個人的能力與能量通常能產生很大的復原力，工作者要能提供個案優勢的語言詞彙，強調和命名個案在過去與現在所展現的復原力。

3. 在脈絡中行動，並且要有計畫

「教育」能不斷增進自我的能力與復原力，而這些與個人的希望、目標和願景與相關的外部資源連結有關。對於經歷過痛苦者而言，當他們決定要進行並持續提升自己的能力時，儘管他們發現復原力的限制或仍對舊經驗感到不舒服，最後他們決定採取的行動仍會引領他們改變。

4. 追求個人優勢的常態化及利用個人優勢

經過一段時間，工作者與個案已整合了過去出現的優勢，為個案增加了新的優勢及復原力詞彙，並支持和發掘個案自身與外在資源的能力。而工作者的最終目標是幫助個人穩固其優勢基礎，並確保優勢持續發展。

五、結語

增強權能取向與優勢觀點皆強調辨識與建立服務使用者的能力與固有的資源、在助人過程中實務工作者應去除專家的角色、兩者皆希望個體能掌控自己生活與生命中重要的決定甚至成為自己生命的主人；而若要說兩者之間的差異，增強權能取向要比優勢觀點更強調要解決造成個體陷入困境的環境限制或制度壓迫的問題。

根據實務工作者使用優勢觀點社會工作的成功經驗，曾仁杰（2013）整理出增強權能助人關係的形成歷程，包括三大階段、七大進程，並萃取出四種策略：

（一） 三大階段、七大進程

1. 認識階段

(1) 試探水溫

社工對個案以關懷為主的互動。

(2) 擴大認識

擴展關懷認識的層面，除了一般社工經常關心的家庭關係與人際關係外，優勢觀點取向的社工特別會聚焦在「興趣」上，同時也會引導個案談論自己的想望，並適度的自我表露。

(3) 獲得交集

交集越多關係就越緊密，因此在彼此訊息交流時，社工會特別留意彼此的共同之處。

2. 交流階段

(1) 結伴作伙

社工與個案之間若彼此能有實質共同經歷的交集，例如一起去做某件事，則更有助於彼此關係的進展。

(2) 合夥使能

這個階段則更多了些「分工」的成分。社工通常會考量個案興趣與能力許可的範圍，讓個案的權能有所發揮，並凸顯其貢獻，是製造機會讓案主展現權能的最佳時機。

(3) 增強權能

在擁有不錯的權能經驗之後，接下來個案會開始嘗試將權能展現在原有的問題解決或困境突破上。每一次個案展現權能時，社工也會透過支持與鼓舞，來更進一步擴大個案的權能感。

3. 分化階段

社工與個案以漸進分離的方式，讓案主可以漸漸地從先前的關係中分化出來。

(二) 有助於形成增強權能關係的四種策略

1. 以優點為基礎

權能並非平白而生，有助於權能展現的助人關係是需要刻意塑造的，而討論個案的優點則是塑造此種關係的最佳素材。

2. 透過參與陪伴的方式

透過參與活動與陪伴的方式除了可以增加社工與個案的實質交集外，也讓個案在初期更加有勇氣去嘗試展現權能。事實上，活動的規劃、安排與進行其實就是一種權能的展現，所以這樣的參與陪伴方式其實就是一種共同權能展現。

3. 創造展現才能的機會

個案在其原本的生活中，並非沒有能力，而是缺乏機會，因而逐漸忘了自己的能力，也漸漸覺得自己沒有影響力在協助的過程中，社工會製造機會讓個案可以練習展現權能，進而熟悉自己所具有的權能，而於日後能夠獨立運用自己的權能。

4. 吸納更多的夥伴

藉著夥伴的吸納不僅使得個案擁有更大的影響力，也能有更多的機會展現自己的能力，同時還可以讓更多人看見並欣賞個案的能力，進而讓個案更有信心發揮自己的影響力。

本研究將「優勢觀點」視為研究者帶領團體的基本精神，並遵照上述實務要素，落實在本團體活動過程與成員間的互動裡；將「優勢團體」作為一種促進成員達成「增強權能」的媒介與工具，藉「優勢團體」促成「增強權能」目標之最大實現。

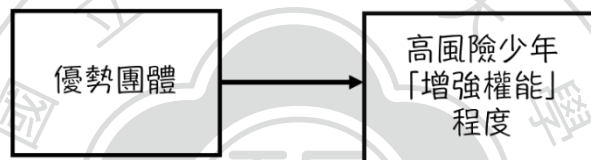


第三章 研究方法

本研究選取「單案研究（single case study）」探討「優勢團體」對「高風險少年」「增強權能」的影響，兼採量化方法與質化訪談進行探究，針對研究者現任服務單位之高風險少年進行團體設計與分析，研究主要目的為探討優勢團體對於少年權能感提升之情形。為達此目的，研究者首先與協會老師討論，針對高風險少年之需要設計適合的團體內容，在團體活動結束之後，依據團體紀錄、逐字稿，搭配學生的學習單、回饋單進行評估，以完成研究目的並對服務提供改進建議，促使協會在往後的高風險少年團體帶領上有更好的實施成效。

以下分為六節依次說明本研究之研究架構、研究參與者、研究設計、研究方案、研究工具、資料處理與分析、研究倫理。

第一節、研究架構



圖三-1 研究架構圖

第二節、研究參與人員

一、研究對象

（一）樣本選取：非機率抽樣—立意抽樣(purposive sampling)

抽樣方法可分為機率抽樣與非機率抽樣，本研究所設定之研究對象為高風險少年，在有特定的研究對象類別的考量下，機率抽樣並不適宜於本研究使用，因此樣本選取上將採取非機率抽樣中的立意抽樣法，依據本研究之目的選取研究對象（團體成員）。

（二）成員篩選方式與研究場域

本研究為行動研究，是以研究者服務單位之高風險少年為主要團體召集對象，根據黃雅君（2007）之整理，凡生長在家庭關係改變、家庭結構改變或不穩定、家庭功能的匱乏或喪失、家庭成員狀況不佳之少年，皆有可能成為高風險少年。

研究場域為研究者之服務單位，本服務單位總共有五個兒少課伴據點，目前總服務人數有 100 位左右的兒童與青少年。

依照過去的活動經驗，若活動場地鄰近兒少的住處，兒少不需多花交通時間與經費，便能提高參與意願。因此，研究者選定其中一個據點作為團體地點，並以當地穩定參與課伴班之少年作為邀請對象。

考量少年的家庭背景、團體時間配合度、參與團體意願等三要素，最終選出 10 位少年作為研究參與對象，在個別進行深入會談後，詳細向參與者說明研究目的、研究方式及研究可能風險，也向參與者保證會將資料進行保密，最後在成員與其家長簽署「參與研究同意書」之下開始團體。

綜合以上，本研究團體成員選樣標準如下：

1. 研究者服務單位之個案
2. 高風險家庭之 12-18 歲少年
3. 有參與團體之意願之少年
4. 團體時間可以配合之少年
5. 簽署「參與研究同意書」之少年

以簡表呈現此 10 位少年個人與家庭之基本資料，包含性別、年級、協會陪伴年數、個案與家庭狀況：

表三-1 研究樣本描述

外號	性別	年級	協會年資	個案與家庭狀況簡單描述
A	女	國二	六年	單親，與父親同住。父親忙碌於工作，照顧 A 的責任全落在阿公阿嬤身上，阿公阿嬤很注重教養。 母親雖沒與 A 住在一處，卻每個月幫忙付 A 的補習費，並時常供應昂貴的物質。 父母親已另外再娶與再嫁，但仍會在 A 面前說對方的壞話，甚至利用 A 幫忙傳話，而 A 跟兩方的關係皆不好。
B	男	國一	五年	雙親家庭，家中經濟不好，幾年前從台北搬至新莊居住。 父母的教養方式一致，對孩子的教養很負責任。B 與家人的關係很不錯。
C	男	高二	六年	雙親家庭，與 D 是兄妹的關係。 雖然 C 從小因著頑皮而受到父親許多體罰，但並沒有因此跟父母關係不好，甚至覺得家庭給了他滿滿的安全感。 家中有三個兄弟姊妹，C 與妹妹感情很好，相較之下弟弟就比較怕他，因他常給予責備。

				父親對自己的教養方式非常有信心，雖然都會跟C說「凡是可以討論」，但最後皆用道理說服C照著做。 目前父親常告訴C家裡經濟不好，使得C時常焦慮著自己未來找不到工作。
D	女	國三	六年	雙親家庭，父母工作不穩定，卻不願意面對家裡的經濟現況，不僅不願意申請低收或清寒，更是常常買很好的物品給小孩。 D沒有零用錢，餐費常常沒有著落，卻因著知道父母經濟困難而不敢說，平日晚上食用協會課後班所煮的晚餐，但若當天沒來課後班，便會直接餓肚子。 父親對自己的教養方式具有極大的信心，若自身的教導與學校或協會不同，即要求D完全服從自己。不論父親給出的指令有無道理，母親都完全的順服。雖然如此，相較於哥哥與弟弟，父親對D很不嚴格，給予D很多的空間。 D與哥哥和弟弟關係極好，但因為曾經在外面被認成男女朋友，從此不太願意對外承認自己與哥哥的關係。
E	男	高二	四年	單親家庭，父親離世，與F是兄弟。 低收入戶，母親獨自一人靠收回收、替人清潔打掃扛起家計。目前居住在阿公阿嬤名下的房子，房子位於工廠裡頭，房內只有兩個房間，E獨自一間，母親與F睡一間。 雖然家境困難，但母親仍然花很多心力在教養，E與母親關係不錯，親子之間溝通順暢。
F	男	高一	五年	單親家庭，父親離世，與E是兄弟。 低收入戶，母親獨自一人靠收回收、替人清潔打掃扛起家計。目前居住在阿公阿嬤名下的房子，房子位於工廠裡頭，房內只有兩個房間，由於較小間的房間空氣不好，母親便與F睡在大間一點的房間，而F很希望能自己一間。

				由於哥哥學習力較緩慢，母親將許多期望放在F身上，又因怕F學壞，常親自接送上下課。F由於較情緒化，與母親的關係緊繃，常認為母親不理解自己的痛苦，不願意跟母親耐心溝通，對自己很沒自信、沈默寡言，國二時因著太想吃零食，曾經偷母親的千元大鈔，更是瓦解了母親對他的信任。
G	女	國二	五年	雙親家庭，家中成員有一對父母三個女兒，父母之間常為著經濟缺乏吵架，關係緊張。 母親自認為重視孩子，但兩個女兒都覺得母親偏袒對方，父親嚴厲重視成績，G又常覺得達不到標準，自信心低落、有很多不平衡，越來越不太敢表達自己。
H	女	國二	六年	母親與婆家關係不合，因此全家在外面租房子，經濟壓力大。 母親對H要求極高，將照顧小一歲龍鳳胎弟妹的責任完全交在其身上，卻沒有給H適當的指導，甚至時常指責她沒照顧好。 壓力大到不行的H，功課領悟力連帶受影響，時常歇斯底里的大哭，並且因愛哭而被同學嘲笑、人緣極差。
I	女	國二	五年	兩大家族同住，一家四口睡在一個大房間裡，一家四口在家族的地位之低。 父親工作非常不穩定，連帶影響了情緒，常常沒來由地打罵I姊弟，這讓I很難諒解，相對的，姑姑與祖母對I卻是無限放縱與寵愛，常常讓I好像找到靠山一般。 母親是大陸新娘，祖母對其極度不信任，再加上I曾經發現父母的離婚協議書，雖然詢問時遭否認，但這些總總已讓I對父母的關係產生未知的憂慮，情緒一來時還會揚言要「跳樓」。

J	男	國二	六年	母親越南人，與父親離婚，目前雖與父親住在一起，但父親因身兼兩份工作的緣故，每天早晨 7:00 回家、傍晚又要上班，與 J 的作息相反，對 J 疏於照顧。父母親分別對 J 說雙方的壞話，父親說母親有嚴重憂鬱症；母親說父親使用藥毒害她。 J 小五時，因受父母離婚的恐懼而憂鬱，常常口裡說著「死了算了、用筆插死自己、被車撞死算了」。長期渴望父母複合卻一再失望，對哥哥的許多行為更是不敢苟同，充滿孤單感的 J，縱使學習意願低落，但對於幼小的孩子，非常願意付出愛心給予照顧。
---	---	----	----	--

二、研究者的角色

（一）活動參與者

研究者在協會擔任社工進入第四年，服務內容從單純週一至週五穩定的課後照顧，直到如今增加了以團隊建造、品格培力為主要目的之週末活動，每週六研究者在與志工的合作下，針對所觀察到的少年需求設計活動，雖然目前活動之間尚未有太大的關聯性，但已有一半以上的少年穩定參與在其中，因此在研究當中，研究者本身具有活動參與者之角色。

再者，由於四年多來，研究者每週帶領志工透過多樣活動與少年建立關係，優點是在蒐集研究資料時，可以省去較多與研究對象建立關係的時間，但也必須在進行研究時，注意投入過多情感性的語言與提及非研究的關注事件，為避免此狀況發生，研究者於每次團體結束後，皆會與協同領導者針對當次團體所說的話進行討論與檢討。

（二）方案執行者

研究者過往於每週的團體活動參與方案執行，活動過程中可能擔任小組成員的引導者，或在寒暑假營會舉辦時兼具照顧者的角色，所以在此研究中亦是一個工作者。

（三）觀察者

在執行團體活動的過程中，研究者還具有觀察員的角色，每次活動結束後會與協同領導者進行評估與檢討。

（四）研究者

除上述身分外，在著手進行本研究後，即具有研究者的身分，並且研究者在與成員進行第一次訪談時，也已清楚告知每個成員研究者的身份。

三、運用人力

為能掌握高風險少年的改變狀況與目標達成，在人力運用上除了研究者本身外，也運用一位輔仁大學兒家系畢業生擔任協同領導者，此協同領導者在本協會擔任研究者工作上的助理，平時和研究者一同帶領多次的兒少活動。

協同領導者的角色非常重要，其本身可以是教學者，在團體過程中指導少年進行活動；少年在活動中遇到挫折時，其也可以是一個支持者的角色；在回饋反思時，協同領導者則是扮演引導者的角色，幫助少年有更多的自我覺察及了解、釐清觀念及價值進而內化成為自己的經驗，引導團體對話進入更深的對話空間等。

研究者與協同領導者每週也會討論澄清彼此的價值觀念、對方案推行的盲點、對高風險少年的偏見…等，惟有研究者與協同領導者的內省與自我接納，才能協助高風險少年的自我覺察與內省，也才能鼓勵高風險少年願意表達自己的需要、提升學習的狀況。

第三節、研究設計類型

本研究採取準實驗設計，以優勢觀點為核心概念介入高風險少年團體之增強權能成效。

一、整體研究設計概念

研究者在進行第一次團體前，私下邀約每個成員進行第一次面談與填寫量表。前六次團體的頻率為每週1-2次，後兩次團體為一個月一次，每一次團體結束後，研究者都會請成員填寫回饋單，藉此促進成員反思在團體中所學。

前四次團體結束後，再請成員填寫第二次權能量表，以探討四次團體後的權能提升情形。團體前四次在七月舉行，第五次團體在八月初舉行。前五次團體順利帶領每個成員為自己立下短期、長期目標，但成員對自己達成目標的信心程度較小，研究者當時評估原因為成員過去沒有成功解決問題的實際經驗，因此在第六次團體的時間帶成員進行密室逃脫活動，並於活動之後進行反思。

在密室逃脫之後，研究者給成員一個規劃旅遊的目標，期待成員能透過規劃旅遊而體驗目標之實踐。八月初研究者出國十天，因此第六次團體和第五次團體間隔兩週，在第六次團體結束後，對成員進行第三次量表測驗與個別會談，了解各成員在進行六次團體之後，自覺到的成長與改變，並從量表分數分析成員權能感的維持狀況。

因著研究者起初在設計活動時，期待能從此次研究中看見團體改變的延續性，加上成員開學後只能一個月進行團體一次，因此研究者經過評估後，將第七次團體時間訂在第六次團體結束後的一個月，並於第七次團體結束後進行第五次的量表施測。

第八次團體也和第七次團體間隔一個月，研究者原本計劃在第八次團體之後讓成員再做一次量表，後來沒有如期進行，原因是成員對於要多次填寫相同、題數多的量表感到厭倦，因此，研究者將最後一次的施測時間訂在成員實際旅遊完之後。然而，旅遊距離第八次團體有三個月時間，因此，最後一次的量表施測時間距離第五次施測有四個月。

雖然看似八次團體間隔大，但不論當週是否有團體，成員仍會穩定出席每週五的品格聚會，並且在開學後每天來到課伴班。協會老師在每次的陪伴中，會不斷釋放優勢觀點之價值，並在成員有個別需要時，私下一對一陪伴與鼓勵。

並且，在前幾次團體中，五位成員表達自己想學做菜卻找不到學習管道，因此在團體之外的時間，特別為他們開了六次的西餐學習課，並且有六位學員在暑假期間於協會帶領兒童做活動。這些雖然不是表定的團體內容，卻也真實影響著成員的改變，在分析團體帶來的影響力時，也會一併納入參考。

二、施測時間說明

（一）團體開始

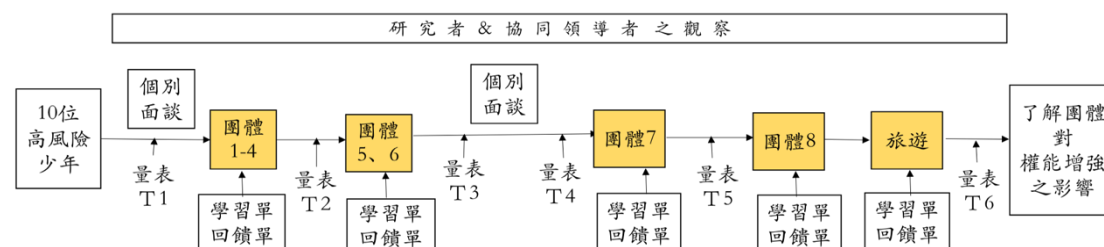
參與團體之高風險少年皆安排一次「團體前面談」，了解成員對於團體的參與動機、認知與期待，並針對其缺乏之權能進行簡單的資料收集。第一次團體時，正式邀請團體成員加入研究，並於當下簽署研究同意書，參與研究之高風險少年成員確定後，便進行增強權能量表之「前測」。

（二）團體方案實施

與成員進行優勢團體，團體預計每週進行一至二次，共計八次；每次方案活動結束後，請成員將在團體裡所思、所學記錄於學習單與回饋單中。增強權能量表除了第一次團體開始之前，之後總共再施測五次，時間點分別在第四次、第六次團體後，休息一個月之後，在第七次、第八次團體開始前也各施測一次，並於成員一同旅遊結束後施測最後一次。

（三）中場追蹤與二次訪談

團體改變需要時間沈澱，活動當下可能無法立即看見團體帶來的影響及變化，故研究者選在第六次團體結束後暫停一個月，與成員進行個別會談與第四次施測，瞭解成員在參加六次團體方案後，權能提升之程度與延續性，針對結果設計與修改後兩次的團體目標。



圖三-2 研究過程圖

三、研究變項與假設

根據文獻探討內涵及研究目的，研究假設高風險少年在經過八次優勢團體方案後，高風險少年增強權能量表的前、後測分數上會有顯著差異，團體成員對自己的權能感也將提升。

1.自變項：優勢團體。

2.依變項：高風險少年權能增強情形。

假設一：高風險少年在經過八次優勢團體方案後，比未參加團體之前的權能感更佳。

假設二：優勢團體方案介入次數越多，高風險少年的權能感提升越多。

第四節、研究方案

本研究以「優勢觀點」視為研究者帶領團體的基本精神，並遵照其實務要素，在本團體活動過程中落實於與成員間的互動裡；將「優勢團體」作為一種促進成員達成增強權能的「媒介與工具」。簡言之，本研究將藉著「優勢團體」促成「增強權能」目標之最大實現。

本團體總共進行八次，每次 120 分鐘，分次內容表列如下：

表三-2 團體方案與出席率

次數 (日期)	主題	主要優勢原則運用	增強權能目標	出席率
一 (7/16)	當我們同在一起	1. 助人關係是基本且必要的 2. 焦點在優點而非病理	1. 提升團體成員向心力 2. 引起興趣、激發動機 3. 訂定規範	100%
二 (7/23)	哇！我沒有這樣想過	1. 案主是助人關係中的指導者 2. 焦點在優點而非病理	1. 認識成員之間的異同 2. 書寫希望花田，以不同眼光解讀過去	90%
三 (7/25)	我在身上找到寶！	1. 案主是助人關係中的指導者 2. 個人有能力成長學習和改變	1. 促使成員看見彼此的優勢 2. 促使成員找到未來生命努力的目標	100%
四 (7/30)	你我都是好農夫	1. 社區是資源的綠洲 2. 個人有能力成長學習和改變	1. 促使成員訂下實際策略	100%

			2. 透過互助，提升成員使用周邊資源的信心	
五 (8/1)	我可以勇敢跨越！	1. 焦點在優點而非病理 2. 助人關係被視為基本且必要的	1. 促使成員產生實踐目標的決心 2. 促使成員明白「等待」是目標實現的過程	100%
六 (8/28)	解決問題缺我不可！	1. 助人關係被視為基本且必要的 2. 社區是資源的綠洲	1. 促使成員體驗到「團隊合作」的好結果 2. 提升成員問題解決的自信	100%
七 (10/11)	是發揮創意的時候	1. 助人關係被視為基本且必要的 2. 外展是較佳的處遇方式	1. 促使成員主動檢視周邊需要改善的環境，並為其想方法 2. 促使成員對焦執行一個團體共同目標-設計旅遊活動	70%
八 (11/3)	今天不是結束，而是另一個開始！	1. 外展是較佳的處遇方式 2. 社區是資源的綠洲	1. 使成員回顧同儕的特質，並適時對彼此的陪伴道謝 2. 延續八次團體營造的「默契」在未來的相處中 3. 延續旅行的策劃，定案旅行的細項，並確實執行。	70%

第五節、研究工具

本研究同時使用量表（T1 到 T6）與質化紀錄（團體觀察紀錄、活動學習單、訪談紀錄）作為研究工具，以檢驗參與團體方案之高風險少年在團體前、後之變化情形。量化工具採用「增強權能量表」，質化工具則採用團體觀察紀錄、學習單、兩次的深度訪談資料，分別說明如下：

一、量化工具—增強權能量表

本研究採用宋麗玉(2006)發展之「增強權能量表」作為團體成效評估具體指標，期待以量表所得之量化資料，具體呈現成員在團體前後個人「權能感」之變化情形，並檢視團體執行成效。

此量表涵蓋「外在掌控力」、「人際溝通技巧」、「自我效能與內控」、「人際自我肯定」、「社會自我肯定」、「社會政治資源與影響」、「社會政治權能」、「社會政治行動」等八個向度，能全面涵蓋本研究在進行團體方案後，所欲達成之核心目標—包括提升參與者的「自我效能感」、「內控力」、「外在掌控力」、「自我肯定」、「溝通技巧」、「問題解決能力」…等，另外，「優勢團體」之目標即為促成參與者透過活動「增強權能」，故此量表非常適用檢測本團體方案成效。以下將依照「增強權能量表」的內容、計分方式、常模、信度、效度分別作介紹(宋麗玉，2006)：

(一) 量表內容

量表之發展以 Rogers et al.(1997)的量表為基礎，總題數 34 題內包含八個因素，包括個人層面的「自我效能與內控」(8 題，第 1 至 8 題)和「外在掌控力」(6 題，第 9、10、11、12、21、27 題)；人際層面的「人際溝通技巧」(3 題，第 14、15、16 題)、「人際自我肯定」(3 題，第 13、17、19 題)、「與社會自我肯定」(3 題，第 18、28、32 題)；以及社會政治層面的「社會政治資源與影響」(5 題，第 20、22、23、33、34 題)、「社會政治權能」(3 題，第 24、25、26 題)、「社會政治行動」(3 題，第 29、30、31 題)。

(二) 計分方式

此為四分的總加量表形式，選項包括：非常不同意(1 分)、不同意(2 分)、同意(3 分)、非常同意(4 分)，分數越高則權能感越強。其中「外在掌控力」因素所含的五題需要反向計分，即第 9、10、11、12、21、27 題的計分方式為：非常不同意(4 分)、不同意(3 分)、同意(2 分)、非常同意(1 分)。

(三) 常模

這份量表之發展所使用的樣本含括三類，分別為全國社工系的專任教師、20 個縣市家暴中心的社工員及其所服務的案主，案主部分乃是以婚姻暴力個案為主，主要是考量此量表比較針對成人而設計。最後有效樣本數為：教師 113 位、社工員 125 位、案主 120 位，共 358 位。於回收問卷後三週內進行再測信度，接受再測者有 59 位，其中社工員有 37 位，案主則有 22 位。施測結果可依量表總分區分為四種權能程度：113 分以上(1SD 以上)為「高權能」，100-112 分之間(0SD-1SD)則為「中度到高」，87-99 分(-1SD-0)為「尚可至中度」，86 分以下則為「低權能」(-1SD 以下)。

(四) 信度

量表各向度都有很好的內在一致性—「自我效能與內控」(0.892)和「外在掌控力」(0.771)；人際層面的「人際溝通技巧」(0.840)、「人際自我肯定」(0.656)、與「社會自我肯定」(0.721)；以及社會政治層面的「社會政治資源與影

響」(0.802)、「社會政治權能」(0.831)、與「社會政治行動」(0.878)。三週之整體量表再測信度為 0.80。

(五) 效度

因素分析結果顯示各向度都具有內部建構效度，各題項與其所屬的向度之間的相關都在 0.45 以上。這份量表也具有區辨效度，亦即教師、社工員、和案主之間的整體權能感有顯著差異，教師的權能感高於社工員和案主，社工員又高於案主。在外部建構效度方面，所有的分量表和教育、學歷、自覺對團體貢獻、參與社團與否、為自己權益倡導、為他人權益倡導、年齡、參與活動總次數、角色機會支持、生活滿意度達顯著。除了「人際自我肯定」，其餘 7 個分量表也都與「性別」有顯著相關，並且所有分量表與「案主福利使用種類」皆沒達顯著。此量表總分和一些變項整體上有顯著相關性，教師和社工員樣本的 adjusted R² 為 51.2%，案主樣本為 31.1%；個別變項中達顯著正相關者則有：「參與團體種類數」、「角色機會和支持」和「生活滿意度」。

(六) 量化資料處理與分析

本研究共進行六次量表之施測，並於團體結束後結合團體方案進行狀況以及團體成員個別狀況進行交叉比對分析。

二、質化工具

以各次的團體紀錄及分別在主要團體處遇介入前、中期一次的訪談質化資料作為量表之分數差異補充資料。而於團體介入前、中期兩次的訪談更能針對每一位參與團體者進行個別化瞭解，更能看出團體前後之間的差距，進而說明高風險少年參與體驗學習團體所帶來之成效。

(一) 訪談與逐字稿

兩次訪談皆以受訪者當下覺知的權能為主軸，不同之處在於第一次訪談加入參與者對團體之期待及想法，而第二次著重於參加團體前後的改變、程度及內涵。訪談大綱如附錄二。

(二) 團體觀察紀錄與逐字稿

除了每次的研究者團體觀察紀錄外（含團體歷程、團體特殊事件、團體動力等），也會採用錄音及協同領導者的觀察筆記，做為團體過程紀錄之輔助。

(三) 成員學習單與回饋單

在每一次的活動之後，研究者會要求少年書寫回饋單，由於少年書寫的內容簡短且深度有限，對於反思方向與自我心得整理感到困難，為使回饋單更有效發揮，協助少年的反思能夠更深入、分享更豐富，研究者會在每次團體之後給予「建構式」引導問題，提供少年幾個未來在團體中可以觀察與反思的方向，並視情況製作學習單，引導少年對當次活動進行更深刻思考，期待透過少年反思能力，能深化活動學習效果。

(四) 信效度

本研究以下列方法控制質化資料的信度及效度(潘淑滿，2003)：

1.增加資料的真實性，降低不必要的干擾

在團體過程中，研究者將盡力營造開放、尊重與完全接納的自由表達空間，讓成員能在各項學習單中，誠實表達自我的真正想法與感受，增加真實性；並且給予成員充足時間與專屬個人的隱私表達空間，以促進充分思考並減少擔心與顧忌，增加資料可靠性。

2.增加研究討論，減少研究者本身的偏誤

研究者於研究過程中，除了定期和協同領導者、機構同事進行討論外，也與指導教授適時進行討論並聽取建議，以增加對研究過程中各議題之認識與敏感度，同時也將依討論結果隨時對研究內容進行修改與補充，以避免研究者本身的偏見或先入為主的觀念，藉此減少研究偏誤。

3.增加資料的多元性

研究者在每次團體過程中或結束後，將進行摘要觀察筆記作為歷程紀錄基本工具。並在團體歷程中利用錄音方式，避免研究者因本身團體帶領者角色而無法兼顧甚至遺漏觀察到團體發生的重要訊息。團體結束後，研究者也將謹慎地將團體歷程錄音資料轉化成文字資料，整理團體的動力進展與成員的特殊狀況(行為意向、非語言訊息…等)

4.資料的再檢證與保存

研究者在每次活動後到下次活動前，閱讀並回饋成員的心情札記；若遇有成員表達不清楚、遺漏、矛盾…等敘述，將在回饋中直接與當事人反應並再作確認，以貼近當事人實際認知。在資料分析過程中，研究者也將適時與機構督導及指導教授討論資料分析的客觀性與適當性，以確保資料分析的品質。最後，研究者會在絕對保障受試者匿名及隱私前提下，將相關錄音與文字紀錄妥善保存，以方便後續查察之用。

(五) 質化資料處理與分析

研究者將由「訪談」、「團體觀察紀錄」以及「成員自陳札記」整理與歸納出成員呈現「增強權能」之具體表現，以作為本研究成果資料之補充，將「學習收穫」對照「增強權能」內涵，明確指出呈現了哪些層面的「權能感」。

「權能感」概念的定義，擷取宋麗玉（2006）在權能量表中使用的問項與宋麗玉、施教裕（2009）在著作中對增強權能的具體描述，以作為研究分析之具體指標，如下表：

表三-3 增強權能向度與具體展現方式 (引自蔡杰伶，2010)

層面	向度	具體展現方式
個人層面	一、自我效能與內控	1.擁有自尊、自我效能和掌控感
		2.能夠訂定目標
		3.肯定自己能力並採取具體行動達成目標
		4.覺得與所處環境有良好適配度

人際層面	二、外在掌控力	1.對生活有把握
		2.生命掌握在自己手裡
		3.感覺受重視
	三、人際溝通技巧	1.具備與人溝通的知識/技巧
		2.能夠與他人形成夥伴關係
		3.能清楚表達自己想法
		4.與他人意見不同時能溝通協調
	四、人際自我肯定	1.與他人互動時能夠自我肯定
		2.與他人意見不一致可以保持平靜
		3.有勇氣面對困難
		4.有需要時會向人求助
	五、社會自我肯定	1.只要對的事情，敢向權威挑戰
		2.堅持自認為對的事，即使別人不同意仍堅持下去
		3.當有人遭受不平，敢表達不滿聲音
		4.敢公開表達不同意見
社會政治層面	六、社會政治資源與影響力	1.自覺對他人有影響力
		2.自覺得到他人尊重
		3.自認可以改變所處環境
	七、社會政治權能	1.人們一起努力可以改變社會環境
		2.人們應試著以他們想要的方式過日子
		3.肯定團結的重要性
		4.採取行動就有可能解決社會問題
	八、社會政治行動	1.同時能考慮別人的需求或自己的責任
		2.願意為維持公義採取行動

第六節、研究倫理

由於研究者參與方案的執行，並且透過觀察與分析少年進行研究，研究過程中有許多倫理原則，故針對下列幾點提出討論：

一、自願參加

僅管符合本研究之研究對象條件的高風險少年人數不多，但研究者仍以邀請有意願參與研究的高風險少年做為研究對象。在研究過程中，研究者將這些高風險少年視為研究參與者，雙方是一種平等的夥伴關係。

二、告知後同意

研究者會以未成年可理解之語言或文字說明本研究之研究目的、研究方式

及如何選定研究對象、研究可能的風險等，並進而與研究對象共同討論團體目標是否吻合研究對象之期待，透過溝通及討論達成共識。

提供參與者一份「參與研究同意書」，待研究對象表示同意參加並簽署同意書後，才會正式邀請研究對象參與團體方案；此外，除了在研究過程中隨時盡到告知的動作之外，關於研究參與者的決定也一定給於尊重，如在訪談過程中有不舒服的感受，有中斷訪問或退出研究的權利。

三、匿名性及保密性

從研究進行的開始，便涉及了研究參與者的個人隱私。因此所有研究資料均以保密原則，在論文呈現部份則採取化名方式，以確實保護研究參與者的身分，在文章中盡可能避免足以辨識研究參與者的形容與描述。又本研究將與研究者服務單位進行合作以篩選合適之研究對象，因此研究者與機構共享相關文本時，亦會提醒機構應以同樣標準要求保密，避免致研究對象之個人資訊被識別或揭露。



第四章 研究結果

本方案的實施對於少年而言，他們如何看待方案的活動內容？少年的增強權能歷程是怎樣的過程？其中又有什麼要素？從少年的感受作為視角，由此立基加以了解這個方案對他們的影響。

本章將所蒐集到的研究資料做一整理：第一節成員背景，針對第一次的訪談結果和研究者對成員與其家庭的認識做探討，描述十位成員的獨特性、想望與家庭的互動關係，之後從不同的成員背景當中找出同質性與差異性，了解團體的組成之後，進一步記錄團體執行之要點；第二節團體方案過程分析，詳細描述團體執行前的設計理念、執行過程中所欲之狀況與解決辦法，並附上各團體實際進行之後的簡要紀錄；第三節團體資料分析，針對成員實際參與團體後填寫之量表結果，並團體進行過程書寫的學習單、回饋單、逐字稿…等，分析討論成員經過八次團體之後的權能感改變狀況，並將個別性的改變紀錄在此章的最後。

第一節、 成員背景

一、 個別成員描述

(一) 有苦難言的開心果A

小學三年級成為協會的一員，現今已國二的A，自認為非常樂觀，看似對任何環境容易處之泰然，但其實只是害怕尷尬，而選擇在團體中成為開心果。

「我覺得他們會覺得跟我很好，我卻不覺得跟他們很好。」

積極上進的A，最不喜歡自己的英文成績，更不太能接受當今的學習環境，認為朋友圈大多是不能交心、不愛讀書的人，想要轉到讀書風氣好、聊天又不膚淺的學校。

與父母親的互動最讓A痛苦，也是A最想改變的，認為自己在家中沒有表達意見的自由，但雖是如此，她仍然選擇當開心果，保持笑容讓家人查不出怪樣，因為她覺得目前只能如此。若要論改變的信心指數，只有2分（總分10分）。

「他們覺得我就是很乖，因為我說話的聲音就會讓他們覺得我很乖，我爸媽可能…我也不想改變在他們面前的形象啊。」

「而且我很認真在讀書，但他們都覺得我都沒在讀，我有跟他們說啊，但他們都沒有理我，然後繼續講他們的。」

「他們吵架的時候都把我當中間者，叫我幫忙傳話。」

(二) 時而享受時而討厭的和事佬B

小三來到協會，現今國一，是此次團體中年紀最小的成員。對自己充滿自信，也自認容易被信任，喜歡自己常常成為同儕之間的「和事佬」，很享受在幫助別人的過程裡，但覺得自己溝通能力不好，有時候不太懂的拒絕別人的請求，容易犧牲自己。

「很容易被別人信任，老師和朋友都很容易信任自己。」

「如果與朋友意見不同，我會先聽聽朋友的意見，然後再講自己的意見，真的沒辦法協調，就會請老師處理。」

「覺得自己溝通力不好，因為覺得自己講的事情不一定是對的。」

在家中感覺受到重視的B，自認為遇到困難都會跟父母討論，很喜歡自己目前的生活，沒什麼想要改變的部分，只希望自己的英文能更進步，信心指數8分（總分10分），還差兩分的原因是「覺得不一定能成功」。

（三）不確定是在意身材還是在意他人的C

小六進到協會，目前高二。對自己的身材很不滿意，常常將「很矮、很瘦」掛在嘴邊，而且談論時透露出了一些無奈。至今尚未找到生活目標，目前所讀的高職科系也只是因應社會的期待，認為電機的出路比較廣、可以賺到的錢比較多。

「覺得這個社會已經不是你想要做什麼就做什麼。」

「我的夢想已經被現實摧殘到沒有夢想，已經忘記本來的夢想是什麼。」

「但我在讀這些科系時，也沒有找到喜歡的興趣，我的興趣是睡覺。選擇時只是覺得電機出去之後賺的錢多。」

C很在意他人的眼光，尤其是父母的，縱使與人溝通時會說出自己的不同觀點，但也很難堅持太久，就連微薄的夢想—希望未來能考上公立大學，信心指數都只有2分（總分10分）。

（四）內心澎湃卻說不出來的D

小四來到協會，現今已是國三生，從外表看起來，任誰都會覺得她是個乖學生，總是順從每個權威所給出的指令，即便心中不以為然，也不太表達內心感受，曾經要她在5個同儕面前表達自己，她內心激動到哭了出來。

學業成績與運動能力皆很不錯的D，很不喜歡自己不太擅長表達的特質，她很希望自己越來越敢與人交談，目前的生活圈除了學校和協會之外，D大部分的時間都待在家裡，D覺得當今的生活很無趣，不喜歡所待的學校環境，也不想要一直待在家，但因為自己不善於表達的特質，讓她不知道怎麼改變現況，D想要結交更多的朋友，希望能改變被動等待朋友找自己的狀況，並對這樣的改變之信心指數6分（總分10分）。

「希望可以開始跟不認識的人講話、有勇氣。」

「希望可以找到夢想。」

（五）對未來有期待又害怕受傷害的E

國二來到協會，目前高二，個性隨和，是人見人愛的朋友與學生，自認為學習能力較弱，只有在感興趣的事上，才能全神貫注，很希望自己能夠在沒有興趣的事情上也能專注。

「不喜歡不代表不需要啊，所以希望自己能專心一點。」

對自己存在著高要求，也很欣慰自己總是遇到好機會，雖然對於未來工作仍然有許多的徬徨，但也發現自己一直都有在進步，而且周邊持續獲得好多人的幫助。

目前最大的希望是能夠找到穩定的餐廳工作，不只能養活自己，也能提升廚藝，但礙於過去的失敗經驗造成信心渺小，只有3-4分（總分10分）的把握成功。

（六）自省能力極高卻常常錯失機會的F

如今已高一的F，小六從別的協會轉進來時，是當時最大的小孩，與同儕不太熟悉，又不善於講出心裡話，時常獨自一人窩在角落讀書，師長對F的印象大多是「乖乖的」。

F對周遭環境充滿好奇心，有冒險精神的他非常喜歡嘗試新經驗，卻不太敢為自己積極爭取機會，並時常在錯失機會之後懊悔。雖然成長背景使他不習慣向外求助、吸取他人經驗，但因有著獨立自主、善於自省的好品格，漸漸開始在發生事情之前就學會預防。

「自己本身情緒滿容易失控，現在會希望自己在快吵架的時候先退讓，盡量不要走到吵架的地步，可是有時候還是會失控、吵架，但會在情緒冷靜之後想吵架的原因。」

「失敗是一定會有的。失敗如果被罵、指責就會難過，如果沒有被罵就還好。」

「與朋友互動時，會發現不能用對待一般同學的方式來對待朋友，所以會開始改變，用同理的方式理解雙方的論點。漸漸會發現以前吵架可能是自己固執、愛面子的原因，其實對方的論點也沒什麼錯，會開始接受不同的論點。」

目前最想改變的是家中環境（家住在工廠裡面），F想要搬出工廠之外，並且希望能擁有屬於自己的房間，以致能常常享受獨處的時光。

「有想過想要改變家裡的環境，不太想待在現在的家(硬體環境)，不過覺得難以改變，因為家裡經濟不好。」

「媽媽對我們不會太嚴格，所以不會有太多壓力，讓我們有一定的自主性，所以會願意待著。」

短期目標是希望開始存錢，並且提升工作技術，找到符合自己的興趣之工作，對自己的信心有7分(總分10分)。

（七）渴望公平被愛卻不願意說破的G

小四來到協會，現今國二，因為太過在意他人的眼光，而容易覺得自己不好，與人相處時不太講出自己的想法，喜歡用詢問他人「為什麼」取代講出自己的心聲。

「其實是害怕父母生氣，不然應該會選擇性服從。」

G心中最在意的事情是，希望母親不要再偏心兩位妹妹下去，也希望父親可以不要這麼嚴厲對待他們，但對這樣的改變信心程度只有2分（總分10分）。

（八）渴望被愛卻常常用錯方法的H

小三進來協會，現今國二，在家中承擔著極大照顧弟妹的壓力，覺得自己容易因沒管教好他們而被父母責備，漸漸變得自信心低落，容易因著渴望被愛而討好師長與同儕。

「通常即便不開心還是會照做。」

H本質心地善良，渴望與人有好關係，可惜內心所累積的情緒尚未找到抒發管道，常常碰到人就抱怨，導致大多朋友都遠離他。

期待未來能成為一位畫家，但因著怕被父母拒絕而從未說出口，信心指數7分（總分10分），期許自己更加有自信。

（九）心思細膩的大嗓門I

小四進到協會，現今國二，外向活潑、有領導能力、善於表達，總是喜歡吸引他人（尤其是師長）注意、從他人身上得到肯定，但也代表他感覺到安全感，平常時期是協會老師的「得力助手」。

「唯一在協會不用看臉色，在學校和家裡要看臉色，覺得壓力很大。」

心思細膩的I，雖然容易在第一時間觀察到朋友的需要與變化，但由於常常沒有經過對方同意便向外求救，再加上說話有時太過直接、不加修飾，在同儕之間吃了很多虧。

「他測試我代表他願意相信，他可能特別在意我，只是他用的方法讓我很受傷。」

I其實也知道自己有時候會有一些比較白目的行為，她也不喜歡自己的強勢，但覺得自己無法控制。雖然也常常用嗆的方式與父母溝通，但在她心底深處仍希望陸配母親能一年回一次大陸，盼望自己能盡一份心力幫助母親每年都能與家人團圓，對此信心指數為5分（總分10分）。

「其實自己不是那麼愛大陸，但我希望爸媽能回去孝親。」

（十）自卑感作祟的聰明J

小三來到協會，目前國中二年級，手裡常常握著平板，主動查詢所有感興趣的未知，是個好奇心與求知慾皆旺盛的孩子。

從外面看，容易以為J是不善交際才孤單一人，但不喜歡把心情說出來的J只是靜靜的在觀察周圍，若遇到了自己很欣賞、對方也能夠欣賞自己的朋友，J會花盡時間心力在對方身上，主動與對方分享自己的學習，給予正面的幫助。

「我會認為，既然他想去健康中心的時候，我就會想說，反正書可以等一下再看啊，我會先把我的事情排在後面去，再陪他做事，如果他錯的話呢，我會直接拒絕他。」

「就算是他騙人，我也只會在心裡知道他是騙人的，我不會想跟他說。」

J雖然口裡常說自己長得醜、不聰明、個性不可愛、容易分心，但若花更多時間與他交談就能發現，只是成長背景使他變得不善於誇獎自己，其實他還是有那麼一點點自信。

「我會這麼沒有自信呢，對啦，是因為受他人的影響，但我還是有自己爬起來過，但是我就只會先發洩情緒之後再站起來，讓自己把自己鍛鍊得更堅強。」

「我會這樣做只是因為我的頑強。」

「就很像受傷了，就會拿根棍子再站起來，然後又受傷了，又拿棍子再站起來。」

而J目前最想改變的就是他的成長背景，希望家人不要再動不動就吵架與打架，但J因著自己說的話長期都不被家人接受，對這樣的改變信心指數只有3分(總分10分)。

「以前我爸媽離婚，我就沒有太開心，就是我家人的關係影響到我的學業啦(聽著耳機)等一下放這首歌不太適合說這個，會讓我想哭，好，等一下再聽。就是我希望可以改變，讓全部家人關係更好，我希望我爸可以像爸爸一點，欸不能這樣說，如果我家人關係改變的話呢，我就不會認識你們了。」

二、成員間的同質性與差異性

(一) 同質性

1. 對所處環境的無力感，雖想改變卻信心低落

從上述成員的背景描述可知，不論是成員與家人之間的相處，或是成員對於自己的成績、未來道路的選擇，還是個別對於目前所處的學校環境、家庭經濟狀況的看法，成員們都期待未來能和現在有一些的不一樣，只是對於改變的信心程度偏低，大部分成員所回答的數字都不高，B雖然回答8分，F與H雖然也回答了7分，但他們皆在言談中透露出了點「無助」與對未知未來的「徬徨」，不太認為自己可以做什麼改變。

2. 自我形象不佳，自我認同感低

在成員的成長過程中，常親耳聽見、親眼看見照顧者之間為經濟、為家庭總總需要的爭吵，觀察力敏銳的成員更是能感受到家中的許多缺乏，再加上無法從照顧者身上感覺到對自己的認同，甚至常被照顧者拿去與他人做比較，長期下來，成員的自我形象、對自己的認同度偏低，為了符合照顧者口中的期待，所作之決定常常違背自己的想望。

低自我認同、低自我形象的成員，常會逃避任何可能產生焦慮的情況，例如：不願意面對自己對未來無助的焦慮，迅速找一個看似符合社會期待的工作；另一個常出現的行為是，他們容易責備他人或開他人負面玩笑，表面上想向他人證明自己較有能力，實際上是想隱藏自己的缺點與失落。

3. 人際之間無法劃出清楚界線

所有成員皆非常在意他人眼光，不論是照顧者、同儕還是協會的老師們，成員們所表達出的想法、感受和決定，很取決於當下的情境與人事物，不同的情境、不同的對象，成員所做出的回應會有所不同。

與人之間的互動，成員們很難設立清楚的界線，即便自己已經有明確的想法，仍然容易放棄並且順應同儕或長輩，背後的動機大多是因為害怕自己被孤立。

4.未來感低，不敢作夢

「學業成績提升」、「朋友、家庭關係改善」是成員願意說出的短期目標，當詢問到他們未來想要的職業，唯有E和H提出想成為廚師和畫家，而E對於自己的學習能力感到沒有信心，H也害怕自己的夢想不被父母接受，普遍性來說，成員們皆不敢有什麼夢想。

(二) 差異性

1.原生家庭結構組成、與主要照顧者的親近度不同

每個成員的家庭結構不同，A和J的父母離異，A目前和父親與阿公、阿嬤住在一起，父親不太管事，A由阿公、阿嬤照顧長大。J雖和父親住在同一處，但父親工作時間與J上課時間交錯，J常常獨自一人在家生活，每到週日都會與母親見面。E與F也為單親家庭，父親在他們幼年即過世，與母親住在阿嬤名下的房子，房子位在工廠內部，居住品質不好。親子關係方面，E會聽從母親的話，F對母親的容易感到不耐煩。

B、C、D、G、H皆為雙親小家庭，由父母照顧長大，成員的基本生理需求有被滿足，但與父母的關係連結並不緊密，I為雙親大家庭，家中成員多，但一家四口共同睡在一間房間，與其他親戚來往不密切。

團體成員的原生家庭結構不同，可能導致團體成員在團體活動中內心所投射的重要他人不同，團體動力可能因此有所不同。

2.本身年齡的不同

成員年齡分佈在國一至高三，B為唯一的國一生，D、F、C、E分別是國三、高一、高二、高三，其餘皆為國二學生。雖然年齡的大小不能完全代表生命的成熟度，但年齡越大對人生的體會可能越多，在團體中可能更容易具體的分享與回饋，帶動其他年紀較輕的成員思考，並提升團體動力。

年齡的不同也影響到了成員間關係的深淺，雖然成員每週都會在協會碰面，並且彼此之間都認識，但相同年紀的成員容易主動聚集，彼此間的關係也因著一次次聚集而增進，十個成員中在團體開始前已至少分成3個小團體，彼此之間的關係深淺不一，由於成員之間的關係對團體動力影響極大，因此團體之初研究者將目標設定在提升十個成員之共同關係。

3.本身的個性、想法不同

成員皆為不同個體，即便身在同一個家庭，仍然有著不同的個性與想法，不同個性與想法的人看事情的角度便不相同，不但面對生活有不同的作法，面對負面感受的反應也不同。

因此在團體過程中，成員之間彼此對談、分享時，研究者需要智慧隨時察覺團體分享的進程，並作成員之間話題的連結者，找到成員之間談話的共同性，將團體繼續往前推進。

表四-1 成員簡要背景與想望

成員	來到協會之年級	參與團體之年級	家庭狀況 (父母婚姻、同住者)	想望
A	小三	將升國二	父母離異，與父親、祖父母同住	英文變好
B	小三	將升國一	雙親家庭，與父母同住 家中還有一個妹妹	懂得向人說不知道立界線
C	小六	將升高二	雙親家庭，與父母同住 家中還有妹妹與弟弟	找工作賺錢
D	小四	將升國三	雙親家庭，與父母同住 家中還有哥哥與弟弟	家裡經濟能變好
E	國二	將升高三	父親過世，與母親同住 家中還有一個弟弟	找工作賺錢
F	國一	將升高一	父親過世，與母親同住 家中還有一個哥哥	有一個自己專屬的房間
G	小四	將升國二	雙親家庭，與父母同住 家中還有兩個妹妹	家裡經濟能變好
H	小三	將升國二	雙親家庭，與父母同住 家中還有妹妹與弟弟	能自由跟朋友和家人出去玩
I	小四	將升國二	雙親家庭，與父母同住 家中還有一個弟弟和許多親戚，大家族	家裡氣氛變好
J	小三	將升國二	父母離異，與父親同住 父親上班時間與J上學時間錯開，幾乎遇不到	找到帶兒童活動的影片

三、 成員對團體的期待與準備度

(一) 參加團體的動機與期待

團體成員皆知道此團體是研究者的論文，對於要幫助研究者完成論文皆非常樂意，至於自身對團體的期待，成員因不太清楚會發生什麼事，皆沒表達意見，甚至在過程中稍有透露「研究者想幹嘛就幹嘛」，顯示成員平日活動皆由機構安排，少有自主決定權，成員習慣的單方面聽從並遵守領導者的指示，對團體活動的安排常常沒什麼期待。

在第一次訪談的最後，研究者已跟每位成員個別說明團體的目標，以及核心討論的議題為「夢想」，並請成員在團體中自在做自己，跟著團體的步調思考未來的夢想與目標，成員皆表示明白，並答應會認真參與。

（二）團體執行要點

進行團體時，研究者運用了成員的同質性來建立成員之間的熟悉感與安全感，促使成員因著發現彼此的相似之處，而願意更加敞開自己；而研究者更視成員間的差異性為其特殊性，將成員所分享的獨特經驗當成其他成員能以學習的材料；研究者更會隨時注意團體動力與氣氛，與協同領導者針對狀況創造與設計合適當下的團體方案。

1.善用團體成員的同質性

研究者期待能透過團體方案讓成員看見彼此的同質性，降低成員對自己的自憐、自卑感受，運用他人的生命經驗促發成員思考個人成長改變的可能，進而看見自己生命中的韌力，找到自己生命的優勢，並帶著信心發揮出來。

成員雖然皆對自己當前的處境感到無力，並且皆不太有未來感，但由於不同的成員所感受到無力的面向不同，研究者能在團體中積極邀請成員分享各自的生命經驗，透過彼此互相聆聽、交換意見、彼此打氣的方式，讓成員在討論中反思如何在過往的經驗中以其他的方式正向因應。

2.正面處理團體成員間的差異性

研究者視成員間的差異性為他們的生命特殊性，將團體視為一個對話平台，成員互相聆聽與分享，不但幫助他人也提升自己。

分享者在分享的過程中，不但能重新解讀自己生命故事所帶來的意義，還能將自己過去的困難變成正向的意義傳授他人；聆聽者不只單方面聆聽他人的分享，更在他人分享之後給予積極的回應與鼓勵，並在回饋過程經驗自己有「給出去」的能力，雙方都因此增加自我價值感，並且最終使得團體成員間彼此了解、接納、相互肯定與成長，形成尊重且肯定彼此獨特性的團體。

3.創造彈性的團體方案內容

為使團體能更加貼近真實的發展狀況，每一次的團體結束後，研究者與協同領導者皆會討論當次團體之情形，以及團體動力發展的改變，並根據討論出的結果重新評估下一次的團體方案與目標。

此外，由於團體成員生命經歷的特殊性，研究者必須更敏銳的辨析團體可能產生的衝突與整合，進而設計出更貼近團體成員的活動方案內容。

又由於研究者在與團體成員會談後，看見了團體成員面對所處環境普遍產生的無力感，這樣的感覺使成員產生否定自我價值、自信心低落或習得無助感的狀況，因此研究者在團體方案將運用優勢觀點看待內心價值的原則，著重於促使團體成員看見自己的內在價值，帶著他們看見自己的生命有成長、改變的可能性，而且使他們真實知道自己是獨一無二、無可取代。

第二節、團體方案過程分析

為確保團體方案執行成效，研究者在團體實施過程中進行「過程評估」，一方面確保方案依照計畫執行，二方面隨時針對需要修正方案的運作方式。以下就「過程評估」之內涵，分為「執行過程分析」與「團體過程分析」兩大層面分別說明之。

一、執行過程分析

以下依團體的「前置作業」、「實施」與「資料蒐集建檔」三個階段，分述研究者在各階段進行思考後的修正，以利未來從事相關研究者參考。

（一）團體前置作業階段

1. 團體實施時間的選擇與修改

研究者在團體設計之初，考量到學生平時放學後都會來協會讀書、完成作業，週日也會出門參與協會活動，為了不讓學生再特地花其他休息時間參與團體，因此計畫使用「平日放學後來到協會的課後讀書時間」進行本團體。

但研究者實際進到課後伴讀班陪伴學生讀書後才發現，那段時間學生的精神通常已經恍惚，專注力不高，並且不同學生當天的功課數量不一，若用那段時間進行團體，學生回到家還得花更多的精神、體力完成學業，容易影響到隔天上學的精神狀況，因此研究者經過評估後認為，此時間並不是那麼的合適。然而，週日協會已經有固定的課程活動，也不適合插入團體活動，週六又是學生唯一能跟家人或其他朋友相處的時間，因此也不適合使用。

多方思考之後，研究者決定將團體放在暑假進行，但時間決定的太倉促，距離當年的暑假只剩一個月，在那一個月中，研究者按自己可以的時間先設定好團體日期，但發布消息並邀請學生加入團體後，發現有幾個學生暑假要出國無法參與，並且在能夠配合的學生中，也有幾個學生無法全部配合所有的團體日期，因此前後修改了兩三次，才敲定最後的團體日期，敲定之後才給予學生同意書，並在團體開始前一個個做事前訪問。

此項經驗帶給研究者的省思為，未來應在找好團體成員之後，聚集所有團體成員，一起訂定團體時間，才不會多次更改時間，又由於成員未成年，研究者也會將團體時間告知家長，而每更改一次就告知家長一次，會造成團體成員與家長的困擾，也會影響到家長與成員對研究者的觀感。

再者，由於當年暑假期間研究者出國十天，本身能進行團體的時間就少，再加上有些時間學生不行，團體次數一周內也不宜過多次，因此，最後研究者只和全體成員於暑假約到六次完整的團體時間，另外於開學後再進行兩次團體，並用平時的定期聚集維持關係，未來若早點評估時程，便能更完善的計畫團體內容與時程。

2.實施場地與方式的調整

實施場地的選擇，由於受邀進行團體的成員皆來自協會同一據點，據點的地理位置對成員最為方便，不論是乘車時間與所花費用皆在成員能接受的範圍內；再加上此據點為成員熟悉之場所，每一次進行團體之前能減少成員熟悉場地的時間，使成員快速進入團體狀況；活動本身所需費用也是考量因素之一，研究者未有太多的經費可運用在此團體，免費的場地是最好的選擇，基於這些因素決定將主要團體地點設訂於協會據點。

第六次團體之前，研究者帶成員到特定的密室逃脫遊戲場域參與遊戲，遊戲結束後研究者評估成員已累，而記憶猶新的反思較有意義，因此研究者不將成員帶回據點才分享，而是在密室逃脫所在位置週圍找了一間麥當勞做討論。

實施方式的調整，由於選定之場域為課後伴讀班之據點，平常有固定的桌椅在現場，雖然研究者可於每次團體之前進行搬動，但能移動的範圍不大，因此團體方式之選擇受限，不太能進行過於動態、需跑跳之活動，整體活動方式以靜態討論之模式為主，必要時進行一些小型體驗活動，並以影片作為輔助。

（二）實施階段

1.團體進行時間、方式的實際作法與調整

起初設計團體時，2小時的團體時間未考量到成員集合、中間休息、結束後寫回饋單之時間，加上第一次團體結束之後，成員皆表示未來幾次想要有點心時間，並有成員表示不能延後回家，要求研究者每次活動一定要在兩小時內結束，因此，扣掉10分鐘吃點心、10分鐘等待集合時間、10分鐘寫回饋單，每次真正的團體活動體驗時間最多只有一小時半，其中還不包含研究者在帶領團體過程中的一些管秩序時間。

確實執行團體後發現，一小時半的時間內要讓10名成員皆體驗到活動並輪流分享實非易事，因此研究者簡化了每次團體實際執行的內容，每次團體只進行一個主題性體驗活動，並於體驗活動後確保每位成員都有機會分享出自己的反思，分享過程中，若有成員一時無法將體驗活動連結於自身經驗，又或是突然的被情緒困住，導致團體無法持續進行，研究者會先跳過他，由協同領導者與其進行單一對話、釐清感受，研究者繼續帶領其他成員進行團體分享與討論。

研究者與協同領導者合作帶領10位成員的團體之比例剛好，主要領導者（研究者）控制團體方向，協同領導者穿梭在成員之間鼓勵分享，而經驗與反思分享的過程，兩位團體領導者的不同生命經驗，不僅會帶給成員不同面向的見解增長，也會提升團體的動力。舉例來說，研究者習慣以自己過往的經驗來引導成員，在對話中常常以自己過去的心情與感受做分享；而協同領導者會在了解成員的想要之後，上網查資料再給予建議，不侷限在自身的經驗上，並給成員對未來更多的想像。

因此建議未來若執行10人團體，務必至少安排一位協同領導者，並將活動時間拉長，事先將集合時間、休息時間、回饋單書寫時間加入，以利活動整體

目標之達成，並且避免活動草草結束。另外，若有的體驗活動不適合一次 10 人同時一起參與，便須視情況更改活動，或將成員分組同時進行，確保成員充分參與並獲得體驗。

2.在團體中摻入「密室逃脫」與「討論旅遊」的作法之選擇

前五次團體雖已大致使成員為自己立下未來努力之目標，但大部分成員達成目標的信心都較小，或許是因為成員缺少成功解決問題的實際經驗，因此，經評估之後認為，就過往研究者玩「密室逃脫」遊戲的經驗，只要玩家有解決問題的動機與想法，大部分都會對於破解許多關卡後「成功逃出」產生立即的成就感，因此決定將此活動納入第六次團體。

而密室逃脫畢竟是虛擬情境，雖然能快速使成員體會合作解決問題的好處與成就感，但現實生活中，問題通常不會那麼快被解決，因此，在密室逃脫遊戲結束之後，研究者於接下來兩次團體納入「規劃一趟寒假旅遊」的目標，促使成員分工合作的解決一個個問題，進而將一趟旅遊規劃出來。

選擇「規劃旅遊」的方式來達成「解決實際問題」之目標，是因為顧慮到成員持續力薄弱，若目標達成之後的「結果」無法使他們產生期待，成員在起初便不會產生解決問題之動機。

實際運作之後發現，密室逃脫遊戲與旅遊規劃的過程使成員產生高度專注與反思能力，未來若要增加少年的權能感，可以多利用少年之間的團體動力進行情境式挑戰。

3.平時的聚集與個別成員夢想實踐之歷程

雖然主要團體次數只有八次，但每週五晚上、每週日早上的固定聚集時間，甚至平日一到五的課後伴讀班，協會老師（包含研究者與協同領導者）都不斷在釋放優勢觀點之價值，提醒成員人生是有盼望的、不要輕看自己的能力，並且要勇敢築夢。

除此之外，對餐飲科有興趣的 E 在第三次團體中表示想學做菜後，C、D、F、I 也相繼表達感興趣，之後在團體之外的時間，研究者安排了一位老師帶著他們在暑假另找時間進行六次的「西餐學習課」。另外 B、D、F、H、I、J 在暑假時也突破自己的舒適圈，為期七週、每週兩天，幫忙據點老師設計了一系列給國小學生進行的活動。

並且，在成員共同完成一場密室逃脫任務之後，也就是第六次團體之後，研究者又給他們一個任務，請他們利用平時在協會聚集的空檔，策劃一場屬於自己的旅行，並於隔年寒假如期舉行，而就在旅行之後，成員之間的革命情感又再度提升。

最後，無法細數的部分還有，成員個別利用私下的時間去嘗試實踐自己訂出的目標與想望，這些總總都間接使成員提升對自己的信心，看見自己人生新的可能性，並增加權能感。

二、團體過程分析

八次團體可統整為三個階段，第一階段目標為促使兒少覺察自身優勢與資源，第二階段為提升成員實踐目標的信心與決心，最後一階段促使成員一同實踐團體目標，並間接提升個人實踐目標的動力。

每一次團體，研究者皆會在主要活動之前，先讓成員互相抒發自己當下的心情，並在提醒團體規範之後，進行當次團體的主要活動內容，最後以書寫回饋單作為活動的結尾。

研究者在過程中透過「團體回饋單」和團體過程中各樣的學習記錄單來作為評估的測量工具，並根據每次團體結束後與協同領導者針對當次團體所做之討論，隨時修正調整後續方案內容。下表呈現每次團體的主要活動，並分析相對應活動所達成之目標，更細部八次團體分析紀錄請參考附錄四。

表四-2 團體活動主題與目標

團體階段	團體次數/ 團體主題	團體活動主題： 實際內容與作法	達成之活動目標
第一階段 目標： 促使兒少 覺察自身 優勢與資 源	(一) 當我們 同在一起	1.優點大爆炸：將成員分兩組，中間隔著布簾，兩組成員在布簾後排好，當領導者拉下布簾時，兩方需要用最快速度說出對方的優點，先說出的那隊獲勝。 2.回顧影片播放：播放成員過去一起活動的照片 3.你真的很優秀：請成員在標籤貼紙上寫自己和別人的優點特質，全部寫完之後，將別人的特質撕下來送給他人。每個人將從他人那裡得到的特質，和自己給自己的特質，貼在「周哈里窗」（附錄五）記錄單上。	1. 發覺成員個別之力量、拉近成員彼此的關係：強化成員正面詞彙的運用，並透過互相肯定來拉近彼此間的關係與信任。 2. 增加成員的緊密度，提高成員的凝聚力。 3. 發覺成員彼此之異同：成員透過活動覺察自己與他人的特質，將特質分類進「周哈里窗」以反思對自己的認識。再者，透過成員輪流的分享，提升對彼此的認識。
	(二) 哇！我 沒有這 樣想過	1.兒時照片猜猜樂：事先蒐集成員的兒時照片，在投影片上呈現出來給成員猜	1.提升成員對彼此的好奇度，進而提升團體參與度：透過互相猜測以前的樣子，使成員對彼此產生好奇，提高團體動力。

		2.圖卡說書人：事先預備題目，讓成員挑選想分享的內容，並用圖卡說故事 3.影片分享：播放「梁文音成長故事影片」與「青少年騎單輪車的影片」，播放完畢帶成員進行分享與討論 4.希望花田書寫：發下「希望花田」（詳附錄六）學習單，邀請成員透過回顧過往生命來找找自己的優勢	2.促進成員間的認識：透過聆聽彼此的故事，讓成員間的認識不再停留於表面；透過訴說自己的故事，提升成員間的安全感與信任；透過成員間互相回饋，意識到彼此是「互相支持的夥伴關係」。 3.促使成員正面看待自己的每個生命經驗：透過觀看影片與討論，明白「每個經驗都將成為生命不可或缺的養分」。 4.尋找生命過去的優勢：回顧生命過往的經驗，找出自己的優勢。
	(三) 我在身上找到寶	1.換一個角度：選定幾個圖片，帶領成員用不同角度分享所見到之樣貌。以成員的真實故事為例，讓成員反思同樣的情況，可以有多少不同的可能性結果產生。 2.從過去到未來：從上次團體寫的「希望花田」中，選出一項最想改變之狀況，描述與情況相關之故事。 3.找亮點：針對「從過去到未來」所描述的故事，思考目前擁有的內在優勢、外在優勢，並說明原因（詳附錄五：播種需要的養分） 4.遇見未來的自己：寫封信給「達成目標後的自己」。	1.促使成員學習看事情的不同面向：以不同的圖案和成員的實際案例為範例，帶成員用不同角度思考事情，打破成員固有的思考模式。 2.透過成員分享自身的故事，加強成員間的敞開度與凝聚力。 3.促使成員從過去經驗看見優勢，以致對未來產生希望。 4.藉由寫信實際想像成功的未來，提升信心。
	(四) 你我都是好農夫	1.我看見亮光：請成員分享前三次團體中，發現自己和成員的改變。	1.透過成員互相回饋、彼此欣賞，提升團體凝聚力。

		2.花田需要再次耕耘：成員輪流分享自己的短期目標、信心程度、可能遇到之困難，並記錄下成員的回饋。 3.我們都在螺旋上升中：領導者以「螺旋上升」的圖片做分享，勉勵成員人生雖然起起伏伏，但整體下來仍舊是持續往上成長的。	2.透過成員的互相回饋、彼此影響與鼓勵，提升成員達成目標的信心，更提升成員的人際權能。 3.此觀念對成員來講是新的，成員專注並細心體會其中之意義，並以此觀念來鼓勵自己，成員紛紛在回饋單表示對此觀念印象深刻。
第二階段目標： 促使成員生出實踐目標的決心	(五) 我可以勇敢跨越！	1.攻佔堡壘:依照男女生分組輪流攻佔堡壘，攻佔堡壘者需要越過重重關卡找到自己的特質與優勢。 2.確立目標向前走:請成員在「時空膠囊」中明確寫出一個具體、能完成的目標，並且在底下寫出細項執行策略方法。 3.站在巨人的肩膀上:播放林書豪實踐夢想的故事，以此故事來勉勵成員。	1.促使成員反思並明白「在未知的未來中跨出勇敢一步」的重要性。成員也分享到，達成目標需要信心、意志力、勇氣、勇敢、順從、耐心…等。 2.促使成員面對事實，並提升達成目標的決心。成員明白過程中會有困難，但是必定一關一關順利通過。 3.促使成員明白「忍耐等候」是一條必經的路程，唯有度過才能到達終點。
	(六) 解決問題缺我不可！	1.密室逃脫實境解謎遊戲：所有成員要在一小時之內，互相幫助找出破解方式，並貢獻所長的突破重圍。	1.遊戲後的反思，促使成員思考破關的關鍵，並思考自己在任務中的貢獻：成員幾乎都能主動正向回饋彼此，並且意識到自己對團隊的貢獻。 此次經驗提升成員解決問題的信心，使他們意識到當周邊資源整合起來，目標便能達成！
第三階段目標：	(七) 是發揮創意的時候！	1.問題在哪裡：帶成員檢視周遭環境的問題。	1.藉由群體影響力來集思廣益，提升為環境解決問題的動機。

促使成員合作實踐、延續團體目標		2.救救他們：領導者提出兩個假想問題，請成員想出解決辦法。 3.我是智慧王：重新檢視自己在「問題在哪裡」寫的目標，並為其想解決辦法。 4.自助旅行討論：以有限的預算規劃一趟旅遊	2.促使成員透過思考解決辦法的過程，體會將「想像力」用對地方的威力。 3.促使成員再次經驗，自己確實有解決問題的能力。 4.凝聚所有成員的共識，一起朝同個目標努力：各組天馬行空發揮想像力，雖然卡關多次，但一次一次在彼此耐心地聆聽之下，問題慢慢被解決，並得出共識。
	(八) 今天不是結束，而是另一個開始！	1.叫我細心觀察家：一個成員一張紙，領導者出題目，題目大多是對成員的看法，每個成員要在紙上作回答，一題結束之後，將紙傳向下一個人。 2.我們要繼續好下去：領導者帶領成員反思過去訂的團體規範，並勉勵成員帶著這樣的默契回到日常生活中。 3.營造我們的旅行：持續討論寒假的旅行，每個成員說出自己心目中「好旅行」的畫面。	1. 創造一個機會，促使成員互相道謝與欣賞：整個活動結束之後，成員紛紛專注在看自己得到的評價，並熱情的互相分享。 2.促使成員記住並延續過去相處的美好時刻，將彼此的默契延續到生活中。 3.成員藉由回憶過去好旅行的要素，加強對過去生命的好記憶點。

三、團體後的延續與成果驗收分析

將團體停在第八次，留「旅行規劃」的任務讓成員在團體以外的時間做討論，一方面為促使成員在平時互動中延續團體建立起的默契，二方面為使成員明白「達成目標」是長期的事情，並不會因著團體結束而結束，就如同自己的人生目標，一個目標結束緊接著的是另一個目標。

「第八次團體」到「旅行」之間總共歷經三個月，10位少年分別組成3個旅行規劃小組，每個小組由一位協會老師擔任顧問，陪著小組集思廣益並為最後的可行性做把關，在這三個月當中，少年平時仍然穩定參與課伴班，並且每週固定參與一次的品格聚會，雖然團體結束，但少年見面、相處的時間沒有減

少，並且，少年更是因著期待旅行，主動抓緊時間做討論，而在討論之餘，也會私下約出去進行活動，他們的關係已經不同於以往。

對全體少年而言，規劃旅行的過程，透過討論而互相聆聽、相互合作，提升了少年間的向心力，有的少年甚至提及「協會就像一個家」。對少年個人而言，與同儕一同討論、規劃旅行的過程中，若能發現自己所貢獻的一部分可以促進問題更快、更有效地被解決，其信心便會因此提升，並在未來更加勇敢說出自己的想法。

團體最後帶著成員設計旅行，並且陪著他們實踐所規劃的，此方式為將少年從教室內帶到教室外，實踐優勢觀點所提及「外展是最佳的處遇方式」之原則，強調「體驗」的重要性。而從質化分析中也發現，少年因著一次次體驗，漸漸改變看自己、看他人的眼光，甚至開始明白協會長期陪伴、策劃活動的心意。

成員權能提升與延續，除了展現在旅行規劃與執行的過程，更展現在成員平時的行為上，而這些改變是許多人有目共睹的，108 年暑假沒參與團體的協會老師，在 109 年初告知研究者，所有成員從 108 年暑假過後改變許多，不僅越來越有自己的想法，面對生活也越來越有熱情，彼此間更是越來越主動互相幫助。

第三節、團體資料分析

一、「增強權能量表」結果分析

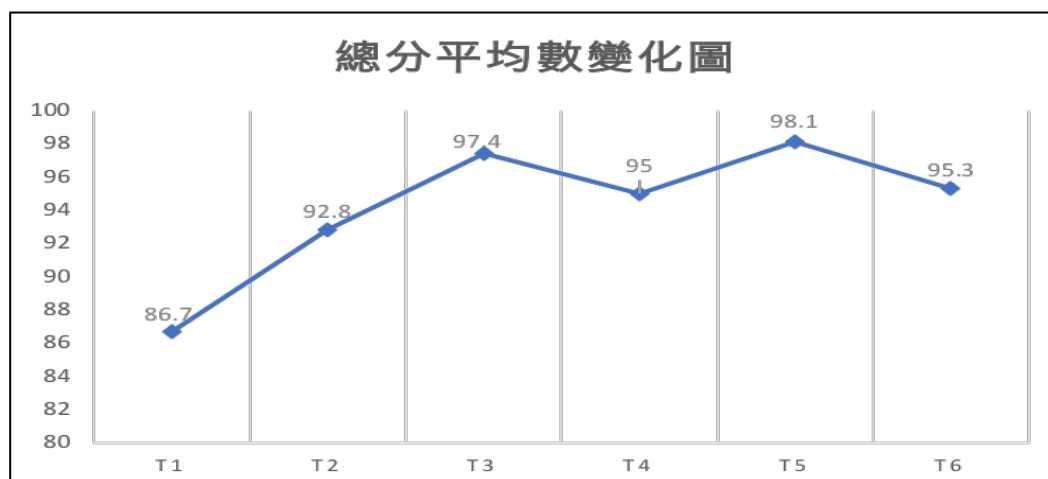
（一）全體成員 6 次施測之「得分變化」情形

研究結果以表 4-2.1 顯示，相同樣本數的情況下，全體總得分之平均數在 T1 和 T3 之間穩定成長，T4 和 T6 之間則呈現上下來回的型態，不過 T6 的平均數還是大於 T1。而從數據中顯示，T1、T2、T3、T4 的最小值皆為成員 J，並且 T4 分數大於 T1，而 T5、T6 的最小值皆為成員 C，並且 T6 大於 T5，權能程度皆為低權能；最大值的部分，由成員 A 與成員 I 並駕齊驅，權能程度介於「中度到高」至「高權能」之間，並且 I 成員的 T6 大於 T1，A 成員的 T3 大於 T2。

由此可知，「優勢團體」對於「增強權能」有正向的影響效果，而「維持程度」依照個別成員有所差異。

表四-3.1 全體成員 6 次施測之描述統計量

描述統計	T1	T2	T3	T4	T5	T6
樣本數	10	10	10	9	8	9
平均數	86.7	92.8	97.4	95	98.1	95.3
最小值	53(J)	67(J)	60(J)	70(J)	70(C)	80(C.D)
最大值	104(I)	115(A)	117(A)	113(I)	127(I)	111(I)



圖四-3.1 全體成員總分平均數變化情形

（二）全體成員 6 次施測之「總分得分」與「得分變化」情形

研究結果顯示，由表 4-2.2 可看出，在四次團體之後的 T2 成績中，6 位成員的權能分數高於 T1，其中 A 改變幅度最大，2 位成員的 T2 成績與 T1 相同，2 位成員的 T2 成績低於 T1；五、六次團體結束後的 T3 成績中，8 位成員的分數高於 T2，其中 B 的 T2 又高於 T1，可推測在六次團體之後，B 的改變幅度最大，並且成員 A、B、E、F、G、I 的權能，因著團體介入次數增加而分數持續上升。

T4 施測時間為六次團體結束後的一個月，從成績看來，9 位成員中唯獨 2 位成員的分數高於 T3，1 位成員沒變化，其他分數皆降低，其中 B 降低之分數最多，由此可推測，團體方案介入有助於成員之權能提高，但持續力因個人狀況而有所差異。

T5 施測時間為第七次團體之後，由成績看來可發現，8 位成員中有 3 位成績比 T4 還低，其餘持平或提升；第八次團體和旅遊活動之後才測的 T6，9 位成員中有 5 位成員的分數相較前一次為高，而若用 T6 與 T1 相比較，8 位成員的 T6 分數高於 T1，其中沒測 T6 的 A 成員，其 T5 成績也高於 T1，唯獨成員 D 的 T6 成績與 T1 相差-11 分。

由以上分析能推論出，雖然成員權能分數會因著受測狀態而起起伏伏，但基本上「優勢團體」對於「增強權能」有正向的影響效果，大部分少年在經過 8 次團體方案後，比未參加團體之前的權能感更佳，然而「權能提升程度」依個別差異而有所不同。

表四-3.2 成員 6 次施測總分及變化

成員	施測量表總分						施測分數變化					
	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T2-T1	T3-T2	T4-T3	T5-T4	T6-前次	T6-T1
A	97	115	117	-	116	-	18	2	-	-	-	-
B	92	100	115	106	126	95	8	15	-9	20	-31	3
C	77	73	77	96	70	80	-4	4	19	-26	10	3
D	91	88	90	86	86	80	-3	2	-4	0	-6	-11
E	98	98	103	100	96	99	0	5	-3	-4	3	1
F	83	94	98	90	-	99	11	4	-8	-	9	16
G	87	87	102	97	92	108	0	15	-5	-5	16	21
H	85	98	97	97	-	96	13	-1	0	-	-1	11
I	104	108	115	113	127	111	4	7	-2	14	-16	7
J	53	67	60	70	72	90	14	-7	10	2	18	37

(三) 個別成員 6 次施測之「總分得分」與「得分變化」情形

整體下來，成員因著團體介入次數越多，權能感便越加提升，但個別差異仍然存在，以下重點記錄 10 位成員的分數變化(見圖 4-2-2)：

成員 A 於 T2 有所提升並持續維持，T3 分數最高、T1 最低，但其成績都與每次測驗之總平均數相差 10 分以上，並且 T2、T3、T5 的分數彼此之間只差 1-2 分，主要的分數變化落在 T2，由此可推論前四次團體帶給她的影響最大。

成員 B 在 T1 至 T3 之間持續提升，但之後上下浮動，T5 分數最高、T1 分數最低，若略過 T4 分數（大部分成員皆降低）不看，成員 B 的權能分數不斷在進步，第七次團體之後對他的影響最大，而 T6 分數不只下降，分數還低於總平均數，並與前次的分數相差 31 分，可能原因需從質化資料做判斷。

成員 C 在 T2 時分數下降，之後上下浮動，T4 分數最高、T5 分數最低，並且除了 T4 之外，其他的分數皆低於總平均數，意指從數字看來，C 的權能感相較於其他成員來的低，不過，研究者認為其並不是低權能的人，推測分數產生此現象的原因可能為 C 對自我存在「高要求」或「高懷疑」；另外，大部分成員的 T4 分數都相較於 T3 來的低，成員 C 卻較為高，詳細原因需再從質化資料做更進一步的判斷。

成員 D 在 T2 時分數下降，之後上下浮動，T1 分數最高、T6 分數最低，只有 T3 與 T2 的差距為正數，其他皆為負數，意指團體五、六對其產生一點正面影響力；又除了 T1 之外，其他分數皆低於總平均，再加上 D 與 C 是同家人，因此研究者推測 D 也是對自己存有「高要求」或「高懷疑」者。

成員E於T3有所提升，之後上下浮動，T3分數為最高分，T4、T5分數相較於前一次都下降，T5更低於總平均，顯見前六次團體對E的權能提升較有影響，並且在旅遊之後權能感又再度回升。

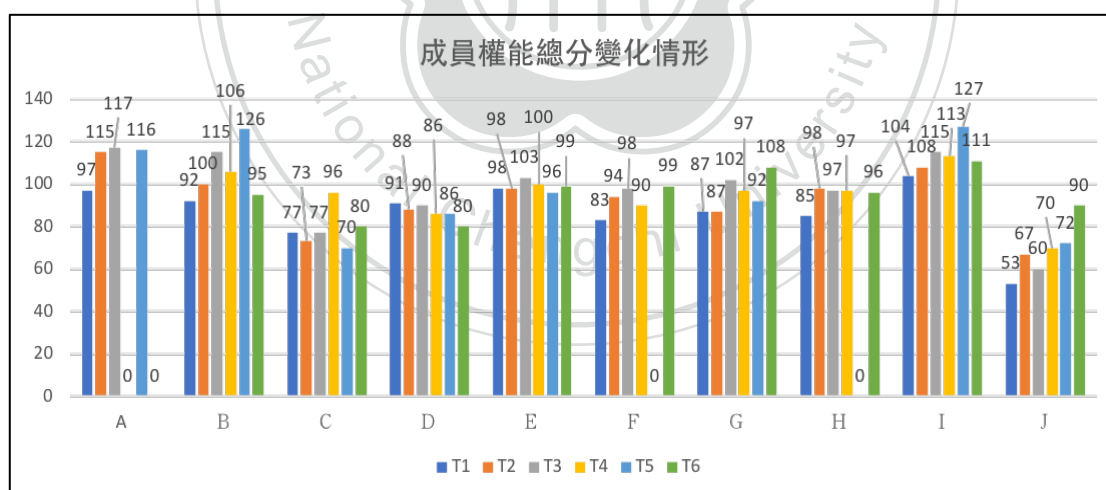
成員F於T2有所提升並持續維持，T6分數最高、T1分數最低，除了T4之外，其他皆比前一次分數為高，可以推論F隨著團體介入次數越多，權能感越強。

成員G於T3有所提升，之後上下浮動，T6分數最高，T1、T2分數最低，其中T6與前一次的分數差異最大，可以推論全部團體和旅遊結束之後，對G的權能提升最有影響，而T5分數降低的現象，需再從質化資料做更進一步的判斷。

成員H於T2有所提升並持續維持，分數相對總平均來說忽高忽低，T2分數最高，T1分數最低，可以推論為，前四次團體的介入使其權能感提升。

成員I於T2有所提升並持續維持，T5分數最高、T1分數最低，T4與T6分數相較於前一次為低，需再從質化資料判斷，所有團體和旅遊進行結束之後，對I產生了什麼影響，不過可以確定的是，前七次團體對I的權能感提升有很大的幫助。

成員J的分數不斷提升，T6分數最高、T1分數最低，所有分數皆低於總平均，意即J的權能感相對於同儕來的低，雖然如此，J為10位成員中進步幅度最大的，整體進步分數為37分，權能程度由「低權能」進步為「尚可至中度」，由此可推論團體的介入對於J的權能提升非常有效，



圖四-3.2 成員權能總分變化情形

(四) 小結

綜合上述可發現，「優勢團體」對於「增強權能」有正向的影響效果，影響程度與維持效果依「團體進行次數」和「成員特質」而有所差異。

團體密集介入次數越多，個體權能增強效果越好；成員特質部分，從文獻中可發現，增強少年權能最重要的因素為自我認同高、批判性思考好、社會支

持系統充足(張哲誠、宋麗玉 2019)；並且，增強權能量表分數越高，表示成員權能狀態越高，生活滿意度也越高，越具有權能感的人，越相信自己的所作所為是有意義的，行為較有自主性，並且認為自己對於環境能造成影響(Spreitzer, 1995)。

至於本研究是否真如文獻所提，成員的權能感提升是否來自於自我認同、批判性思考、社會支持系統的提升？又成員的權能感提升是否導致生活滿意度提升？將由質性資料加以說明。

二、質化資料結果分析

(一) 質化資料內涵

本方案所蒐集的質化資料是成員在各次團體過程寫的紀錄單、團體結束後寫的回饋單，再加上兩次訪談內容與團體過程的錄音檔逐字稿，參考資料整理如下表：

表四-3.3 質化資料整理

編號	種類	可觀察之內涵
1	「周哈里窗」學習單	成員的特質
2	「希望花田」學習單	成員的資源與優勢
3	「目標計畫」學習單	成員參與情形與自我覺察
4	團體回饋單	成員在團體過程的收穫與反思
5	給成功時的自己一封信	成員對自我的期待
6	訪談內容	成員在團體過程的收穫與反思
7	團體過程逐字稿	成員參與團體之情形
8	3位老師對成員之觀察	成員參與團體後的改變

以上這些反思內涵，反應出個別成員不同階段中的自我覺察、想法感受與內在動力…等，從中也透露出成員在「增強權能」程度上的變化情形。

(二) 質化資料分析

本研究將質化資料設定為用來佐證與補充「增強權能」量化資料的證據，分析方式為：將所有團體逐字稿、記錄單、回饋單、訪談內容、給自己的一封信之敘述進一步編碼分類整理，歸納出成員的改變，進而將其改變與「增強權能」內涵對照，明確指出呈現了哪些層面的「權能感」。

在質性資料部分，為進一步詮釋量表施測結果之意涵，故參考少年權能增強之要素，分別由自我認同、批判性思考、社會支持系統（特別是同儕的部分）、生活滿意度做分析，歸納質化訪談、逐字稿、回饋單、紀錄單結果如下：

1. 自我認同感

自我認同感包含少年的「自我價值感」、「生涯思考/未來感」與「對自我概念的一致性」，其與增強權能分量表之相關，除了個人層面權能感之外，

「角色參與機會」、「價值知識體系整合」與「非自我中心的態度」對人際、社會政治權能的發展亦為重要。自我認同是少年身心快速變化過程中相對穩定的力量，有助於激發少年之權能（張哲誠、宋麗玉，2019）。

(1)自我價值感提升

自我價值感意指當自我作出貢獻後，社會和他人對其的存在所賦予的一種肯定關係，其中也包含著能夠肯定自己與正向看待自己。

研究者從成員八次團體分享與兩次訪談中發現，大多成員越來越能肯定自己的存在，甚至開始自我鼓勵，雖然仍不善從口中說出肯定的話語，但從文字的書寫中可以發現，成員的自我價值感確實有所提升。

舉例而言，G在「寫給自己的一封信」中寫道：「有獨立、貼心的你，可以靠著自己的能力把這個困境變好」，她在信中肯定自己，雖然眼前的困難有點大，但她相信自己的好特質能使其慢慢度過；一心渴望能跟家庭關係變好的H，即便他感覺很困難，仍然選擇在回饋單中寫著「為了我的家人，我會努力的」；I雖然不斷於團體中表示寫自己的優點很難，但還是於回饋單中寫下自己的改變「把自己心中的話說出來不會哭」。

不僅如此，成員也越來越能體會到同儕對自己的肯定，此部分於社會支持系統會做更詳細的描述。

(2)生涯思考/未來感提升

少年之自我認同包含著「生涯目標」，生涯思考、未來感的提升意指，個體對未知的將來有所想像、有所準備，成員越來越清楚明白自己真正在意、真正想要的，並且對其之實現有一定的信心。

大部分成員於第一次訪談時，皆能明確講出所處現況待改善之處，並於團體中描繪出目標，可將目標大略分為人生方向（A、C、E、J）、人際議題（B）、家庭關係或經濟（D、F、G、H、I）三類，雖然成員所訂定的目標充滿獨特性，具體的程度也不一，但不多成員在團體進行前想過人生目標，因此，成員在團體中開始思考未來已經是很大的突破。而從成員思考目標的過程，可以發現他們已開始在為自己做選擇，並在成員彼此之間互相回饋、鼓勵之下，漸漸找到實現目標之方法。

舉例來說，起初不善拒絕他人的B，在成員多番給予建議之下，於第三次團體勇敢說出「想改變過去處境（學習拒絕人），不想再聽到別人講廢話」；而D起初想改善家庭經濟，但在思考的過程中發現此項很難靠自己改善，說了「原本那個我不知道要寫什麼」後自行換了一個考上鋼琴檢定之目標；E更是提出「找到方向，發光發熱，信心分數是4分，困難是定義不夠明確、需要時間、能力不夠」，言語當中勉勵著自己要更努力。

(3)對自我概念的一致性提升

自我概念是指，一個人透過經驗、反省和他人的反饋，逐步加深對自己的瞭解。

第一次訪談時，當被問到「你覺得自己是怎麼樣的人」，大多成員能講出的有限，並且回答的很猶豫，答案大多以「他人眼中的自己」居多。從八次團體的分享過程中可以看見，成員對自己擁有的特質越來越肯定，並且一天天接納自己的樣貌，提升自我概念的一致性。

第一次訪談中就提及「希望自己會主動開話題」的D，每一次的團體都在反思自己是否有進步，回饋單上或言語中都說著「變得比較會講話了！」、「今天的活動中我看到自己比較會發言」、「現在比較能夠發表意見」，由此可見其對自己成長之滿意程度。

低自信的F在第一次訪談講出自己的目標後說「參考別人的方法會讓把握度提升」，其對自己的認識從「我覺得自己蠻不負責任的！做事做到一半就不做了」，到後來變成「我覺得自己變得比較負責任吧！會去幫忙帶小孩」，八次團體時間F都高度專注在同儕的分享中，並將所聽到的內化，在每一次成員需要時給予回饋與幫助，許多成員紛紛表示「覺得F不一樣了！講話好深奧」。

J是十位成員當中改變最大的一位，曾經的他很封閉，心事都藏在心中，但在第三次團體時他分享了「找影片覺得很煩惱，那時候就一直在想要什麼影片，就非常非常的煩惱，很想要把自己關在房間自閉，那我又隨即想『這是我以前的個性』，我那時候就在跟我的個性拉拉扯扯的，拉一段時間後呢，人生有一個進步！我覺得還是不要那麼自閉比較好」，其反思自己過去的樣態，也肯定了自己的進步。

(4) 角色參與意願、機會提升

少年若有多元經驗嘗試的機會，對其認同發展相當重要，並且深深影響個人、人際、社會政治等三個層面的權能發展（張哲誠、宋麗玉，2019）。

角色參與意願、機會提升包含著，少年願意且有機會多方參與甚至主導決策，並在活動中感受到自己被賦予有意義之角色，在活動中得到正向經驗，與社會建立正向連結。

成員參與八次團體的期間，每週五晚上也還參與在協會的固定聚會中，每個成員每週輪流帶大家玩破冰活動，從過去的被動等老師幫助，到後來大部分成員已經變成能夠主動想活動內容，直接帶領成員玩樂。

暑假期間，有些成員（B、C、D、F、H、I、J）更是勇敢接下新的挑戰，一週兩次設計課程給國小生玩，從來沒帶過國小生的他們，在彼此幫助之下解決問題，並從中獲得成就感。以往對任何事都不表示意見的D，在第三次團體時被問到帶兒童活動的感想回「很好啊，他們知道怎麼弄亂魔方」，並在第五次團體活動結束後向同伴表達「覺得你下禮拜可以帶他們玩，把遊戲內容簡化」，在獲得成就感之後，主動開始幫同伴想方法。

並且，研究者在團體中帶成員思想欲達成之目標，當每個成員確定了自己的短期目標之後，便開始在團體外的時間作出嘗試，有的成員很快的獲得了成就感，有的成員雖然遇到了問題，卻會帶回來團體做討論。

舉例來說，期待凝聚家庭關係的 I，為父親辦了一場慶祝會，辦完之後贏得所有親戚的信任並修復了關係：「在辦活動之前，就只是覺得就大家聚在一起就笑啊，沒想到會有這麼大的改變」「他們（阿嬤和姑姑）居然沒有反對我欸！他們還幫我欸！」「爸爸會跟我講話欸！」，此次嘗試更使 I 學習到「要去帶才會有好的結果，不要去想說不好的後果，勇敢跨出第一步」。

(5) 自我價值提升

價值知識體系整合提升意指，少年越來越能選擇自己所相信的，不至於沒有重心或飄移不定，他們不僅能開始產生自己的想法，還能勇敢為自己的想法發聲。

從成員分享的過程中可以發現，原本不太敢在人面前發表意見的 D、F、G、H、J，經過八次團體之後一個個都不再一樣。以 G 為例，過去總是喜歡問「為什麼」，卻很少講出自己的心情與想法，這幾次團體下來，她也發現自己的不同「以前沒辦法跟很多人表達自己的意見，現在卻可以在大家面前表達」，並且 G 開始鼓勵他人，在 I 傷心於自己的耳機不見時對她說「等一下我就找到了」，此句話的背後意謂著她所相信的；G 也會勇敢地表達出自己的煩惱，期待能獲得幫助「我們家經濟不好，所以爸媽常常吵架，我不知道要用什麼表情面對他們，所以我希望有人可以幫我們家解決經濟的問題」、「困擾於事情很多又想要讓自己休息，不知道要怎麼排」，這些對以前的 G 來講，都是很困難的表達。

(6) 非自我中心的態度提升

根據研究者的服務經驗，少年越在意週邊的事、越願意合作，凡事不以自己利益為優先考量時，當碰到問題越能找到資源解決；而若少年凡事只在乎自己，遇到問題便容易一蹶不振，越難以相信自己的生命有多樣化可能性。

觀察成員的互動發現，隨著團體次數增多，成員對彼此的了解從外在提升到內在的部分，過往彼此的互動只停留在表層的噓寒問暖，八次團體下來，成員開始會在行為上對彼此釋出善意，針對不同成員的個別需要，主動給予彼此忠肯的提醒。

舉例來說，過去人際關係不好的 J，在團體中牽著 F 進行活動，過程中他主動對 F 說「會痛的話跟我說」，並且當團體中的其他人無法理解 E 的痛苦時，J 更是立即幫 E 說話「但需要錢啊！他需要過生活」，甚至在研究者焦慮團體帶不完時，J 也跟研究者說「不會啦！放心」。

J 的改變全體成員都看得清清楚楚，而這樣的改變讓 J 開始能夠自己找資源解決問題，當他找不太到帶兒童活動所需要的影片時，他說「沒什麼努力或許有只是沒看到」、「目標是能夠找到影片，信心 5 分，我覺得還有補救的機會，所以才不會給那麼低的分數」、「我有請 B 幫忙找」、「我有聽（I 的建議）啊，我只是在想要怎麼做」，這些總總的回應都代表著 J 開始為自己想办法了。

2.批判性思考

「批判」意指根據個人內在準則，透過思辨做出價值判斷的歷程；「思考」意指個人依據知識與經驗，透過理解、評估…產生思想與處理議題的歷程。此項目包含了「批判思考能力」與「批判思考傾向」，前者關注於批判思考知識與技巧程度，後者聚焦於個體使用此能力之意願與動機（張哲誠、宋麗玉，2019）。

(1)批判思考能力提升

當遇到挑戰時，少年會因為個人與團體能力、情境、受歡迎感、成人賦予能力的支持或資源…而有不同回應。隨著團體次數增加，成員不僅對彼此安全感提升，也更加認識了自己，並且在團體中，有些成員已有實際達成目標的經驗，生活經驗與機會更加豐富的他們，開始能用多樣化的角度看事情。

例如，過往怕衝突的G，在密室逃脫活動結束說「（此活動所學可以延伸到）吵架的時候，就，你講的時候，有可能對方想的是另一種」，G漸漸可以容許別人想的跟她不一樣，接受每個人都是獨特的存在，包含她自己。在家中脾氣不好的F也在一次團體中和H分享，「我想到了，假如你的弟弟妹妹真的做錯事，你不要太積極的批評他，你可以鼓勵他，假如我是你弟，我已經做錯事了，我一定不想被你罵，如果被你罵，我一定不會跟你有好的關係，如果我做錯事你鼓勵我或稱讚我，我一定會越做越好」，並在同儕給H建議時突然說到「我覺得關於這一點我可能自己也要記下來，因為我自己也不太會跟家人溝通」，言語中透露出他的批判思考能力，不僅可以幫助別人，也可以幫助自己。

(2)批判思考傾向提升

在團體中，研究者不斷問成員的想望，並提醒他們為自己的想望去找方法充實自己或解決問題，對照過去成員的行為，大部分的他們經過八次團體後，漸漸的開始思考自己在意的事物，不再只是單方面的接受從協會來的服務，他們開始為自己做選擇，並勇於對不喜歡的事物說「不」。

除此之外，成員也將「批判思考能力」運用在回饋彼此之上，當同儕說出自己遇到的困難，其他人不再事不關己，反而在仔細聆聽之後分析環境，並且搭配自己心中所相信的價值，給予他們當下認為「適合」的解決方式。

批判思考傾向也展現在成員平常的生活中，舉例來說，J碰到問題時不再選擇逃避、會想辦法解決，當他分享到已經沒影片可以給兒童看時說到「我覺得影片可以分段放，就是找好幾部影片之後，然後看完一部再看一部」，甚或是當同儕建議他放卡通時，他會自己做裁量的馬上說「不行啦」，跟以往事事都想問老師的他很不同。

成員的批判思考傾向也展現在觀察週遭人事物之上，不論是面對社會上發生的議題，還是成員自己正在經歷的事情，他們都慢慢能夠有自己的主見與看法，舉例來說，當研究者問到成員「遊戲所得到的經驗可以運用在生活什麼方面」，J便提及「我覺得是團隊合作的時候，當你是團隊領導時，別人提出的

意見假如你不同意的話，你可以換個角度想想看」，從言語中透露出了平常時間對周遭領導人的觀察與見解。

不過，有些成員在家中仍然不傾向使用「批判思考能力」，過去許多和家長負面溝通的經驗，使得他們內心過於害怕將自己的想法對他們講出來，未來若要提升成員在家中的批判思考傾向，需要由協會端為親子舉辦特別活動。

3.社會支持系統

重要他人的支持對華人尤為重要（Yip, 2012），其中重要的社會支持包含了父母、師長、同儕，而從許多研究中皆發現，同儕的支持對少年最為重要，張哲誠（2019）的研究更是證實，同儕支持與人際、社會政治權能分數呈現正相關，教師、家庭支持則與社會政治權能呈現正相關。

然而，認定社會支持系統是否充足較為主觀，本研究從成員於團體當中所說的話、各種記錄單中所寫的文字來判定，自覺支持系統較為充足的成員，其權能感較高。

(1)自覺同儕支持提升

成員雖然平常在協會中已經一同讀書與學習，假日也一起參與活動，但過去的參與較多採被動接受模式，活動內容不一定完全符合成員本身的想要或需要，再加上協會舉辦之活動人數較眾多、帶領者通常較少，成員的想法較少有機會被專注聽見，彼此間的認識停留在表面。

在八次團體中，研究者每一次皆使成員輪流發表自己的想法，要求每位成員積極聆聽並給予回饋，給出回饋的那方長出了同理心，說話的那方感受到被同儕重視與支持，更提升其完成夢想的信心與決心。

常常專注在自己身上的H，在第三次團體結束後的回饋單上寫出自己當天的學習「可以聽到別人的故事，也可以知道別人的處境」，並在第六次團體之後回饋I在遊戲中是「神助攻」；習慣獨來獨往的B也同樣在第三次團體的回饋單上寫著「我個人認為收穫滿滿，因為聽到別人的真人真事的故事」，並在下一次團體對J說「你也可以問你認識的同學，說不定他們也知道」。

由此可知成員從聆聽他人的分享中，已能慢慢將焦點從自己身上轉向他人，並且用行動或言語支持同儕。

(2)自覺教師支持提升

教師支持顧名思義，透過教師時常給予的引導和討論，使成員從教師身上感受到被支持、被理解，此研究中將「教師支持」擴大範圍，泛指成員感受到協會整體對他們的支持。

八次團體雖然只有研究者和協同領導者帶著全體成員進行，但從成員的回饋中可以發現，他們不但已從我們的回饋與幫助中得到肯定，更是從我們身上感受到協會對他們的關愛。

以I為例，她過去不太習慣在人前承認自己的負面情緒，但她在第三次回饋單中對自己提醒到「記得不要把心事一直放在心中，協會老師會陪著你」，並且他會自己揣摩協會老師對他的正向評價「老師應該有看到我很有領導能

力，他跟我說『你可以補上位置而且補得很到位』，我覺得很棒！」，除此之外，I 更私底下找了協會另一個老師做詢問，「我想知道我們一直說他綽號，他會不會生氣？」在在證明了 I 自覺教師支持提升。

(3) 自覺家庭支持提升

本研究未以家庭關係改善為主要目標，團體中並無刻意將家庭議題的元素放入，因此成員每次分享的主題少些圍繞在家庭議題上，大部分的成員在經過八次團體之後，自覺家庭支持感並未提升，只有少部分以「修復家庭關係、提升家庭經濟狀況」的成員，在實際做一些行動之後，感受到家庭的支持。

總是認為母親偏心的 G，很傷心自己沒有零用錢，也很難過父母關係不好，她很想要幫忙又不知道如何幫助。在 I 的建議下，她勇敢跟母親提「幫忙做家事賺零用錢」的概念，並在一次團體後的回饋單中寫到「媽媽真的給我錢了！」並且 G 在一次私下與研究者聊天時開心的說著「爸媽關係變好了」，雖然詳細原因她不清楚，但可以感受到她心中的踏實。

4. 生活滿意度

在張哲誠（2019）的研究中發現，自我認同、家庭支持與生活滿意度之相關最大，促進少年正向看待自己及強化家庭正面支持角色，有助其正向經驗的累積、提升生活之滿意度。

在此研究中，研究者在每一次的團體裡運用優勢原則與成員互動，隨著團體次數增加，研究者越能從成員所說出的話裡發現其開始正向看待自己，不僅正向看待自己擁有的優點，也正向看待並接納著自己的缺點。J 在一封寫給自己的信中說「你是不是都只會相信自己、對自己很自閉，但你知道你只是在思考嗎？你做得好加油！你行的！我相信你！」不僅正面看待自己「不相信人」的特質，還正向解讀了這樣的特質。並且團體之後，每一次研究者在課後班遇見 J，他都笑笑的、有自信的對研究者說他過得很好，雖然周圍的家庭環境沒有改變，但他已經找到能跟環境共處的方式。

(三) 質量化資料統整成員的個別改變

本研究以「量化數據」和「質化資料」綜合探討成員之個別改變，量化數據方面，除了探討權能總分外，也個別觀察每個成員的分量表數據變化，根據不同分量表所顯出的意義，討論個別成員的權能提升程度。

「個人層面」分量表是測量團體成員的「自我效能與內控」與「外在掌控力」之權能感，此分量表總分分數越高，表示成員在個人層面的權能感越高，並且越能擁有自尊、自我效能與掌控感，能夠訂定目標、肯定自己的能力並採取行動，對個人的滿意度也較高。

「人際層面」分量表是測量團體成員的「人際溝通技巧」、「人際自我肯定」與「社會自我肯定」之權能感，此分量表總分分數越高，表示成員在人際層面的權能感越高，個人具備與人溝通的知識與技巧，與他人互動時能自我肯定，並且能與他人形成夥伴關係、自覺對他人有影響力或是得到他人的尊重。

「社會政治」分量表是測量團體成員的「社會政治資源與影響」、「社會政治權能」與「社會政治行動」之權能感，此分量表總分分數越高，表示成員在社會政治層面的權能感越高，越能認識自己應有的權利、相信集體行動可以改變周遭環境，也願意為維持公義採取行動。

研究者整理出各成員的六次量化分數，評估時以量化數據為主、質化資料為輔做討論，探討個別成員經「優勢團體」之後的成長，並記錄如下。

1.成員A

表四-3.4 成員A量表成績

測驗	個人層面	人際層面	社會政治層面	權能總分
T1	42	12	43	97
T2	43	21	51	115
T3	47	19	51	117
T4	-	-	-	-
T5	44	18	54	116
T6	-	-	-	-

A過往只會對人表現出正向的情緒，容易將負面情緒藏在心底，不僅與人相處維持在表面的關係，面對生活的困難也傾向用逃避的方式。對所處環境有很多的不滿，卻又對自己改變的能力感到無力，認為自己只能接受現狀。

「提升與人溝通的信心指數2分，因為他們很難改呀，除非要增加與他們溝通的成功經驗。」

「他們一回家就開始碎碎念，被碎碎念我都會用敷衍的。」

「但我其實也只找過一次而已，因為我覺得跟人討論，他們也不會很認真在回答你，只會很客套而已。我覺得他們又沒有真實經歷過同樣的事情。」

在乎旁人眼光的A，過去常覺得自己很不好，不相信自己具備之能力與特質，但在幾次團體後，A不僅發現到自己是個有信心的人，也體會到每個人都有正向、負向的情緒，不需要太過於掩蓋真實的自己，漸漸的A開始信任這個團體，會將自己的困難提出，讓團體其他成員一起幫忙想辦法解決，對於大家所給的回饋，A也始終記著並付諸行動。

「上次你說有事就要講啊，啊爸爸就說他沒錢不給我補習，我就勇敢跟我爸講出心聲了，我跟他說我想要補習，我跟他說一次不補習就成績掉很多欸，阿公阿嬤就幫我說話。」

A也開始享受與人的相處，過去他總是只講自己的需要，如今她開始在意他人的狀態，參與在別人的話題裡。不僅如此，A開始會對同儕說出許多內心對於環境的不滿，並提出許多可以讓環境更好的方式，期待能在與人合力改變之下，讓現象越來越好。

「她超級給力，給力到爆掉。」

「遊戲破關的關鍵是大家都有做事。」

2.成員 B

表四-3.5 成員 B 量表成績

測驗	個人層面	人際層面	社會政治層面	權能總分
T1	38	18	36	92
T2	41	18	41	100
T3	49	21	45	115
T4	50	20	36	106
T5	54	31	41	126
T6	39	24	32	95

過去容易犧牲自己、一味幫助別人的B，生活當中不習慣講出感受，即便自己心裡不懂或心理不舒服，也不會選擇講出來，在團體中聽到一些不懂的話，常常也因著「感覺旁邊的人都聽得懂」就沒有提出來詢問。

「不太敢在大家面前暴露出自己不懂，因為怕別人覺得自己在講幹話，想要等到大家都忘記這件事之後，才說出來詢問。」

在八次團體中透過聆聽成員的分享，不但發現自己的好朋友J改變，也意識到自己過往與人互動的方式需要改變，並且也實際去做了嘗試，他的生活掌控力明顯提升了起來，慢慢地也講出了許多自己的想法。

「希望未來可以在學校提升『婉拒』的特質，當不想跟朋友玩的時候，就學習『直接拒絕』。」

「最近敢跟學長說『可以不要玩嗎？』而且成功了。會敢是因為學長看起來和藹可親。」

「朋友如果在睡前邀請我一起玩遊戲，我也會婉拒，會敢這樣是『因為心情覺得厭煩。』」

「透過團體的說書人遊戲，圖卡有幫助到自己表達出想法。」

然而，B雖然不喜歡過去自己「不懂拒絕」，但也在成員的回饋中發現自己身上的優勢—會願意照顧別人、給人溫暖的感覺，能夠讓別人願意跟自己說話，這樣的發現讓B比較能夠正面看待自己過去的行為。並且面對未來，B很樂觀的看待，自認知道自己缺乏什麼，並願意慢慢去補強，覺得自己一定可以越來越好，也能成員好朋友的幫助者。

「想要能夠追根究底、永不放棄的詢問。要有這樣的特質，需要提升邏輯、看文章、聆聽不同人的說法。」

「在幾次團體學習到『要懂得觀察』，覺得『懂得觀察』這個特質，未來可以應用在與人開話題上面，未來如果有朋友不知道要聊什麼時，就可以觀察一下他喜歡的內容。」

而從量表 T6 可發現整體成績往下降，似乎回到 T1 時的樣子，但從質性資料難以看出原因，因此，研究者判斷可能是 B 對自己的期待提升，在回答量表之題目時，對自己的標準提高。

3.成員 C

表四-3.6 成員 C 量表成績

測驗	個人層面	人際層面	社會政治層面	權能總分
T1	34	14	29	77
T2	29	14	30	73
T3	34	13	30	77
T4	36	27	33	96
T5	30	18	22	70
T6	34	23	23	80

對自己高要求、高期待的 C，總是不容許自己有任何差錯，常常用負面眼光看自己，也容易用高標準對他人，當一發現別人犯錯，C 會很迅速的給予指導。

八次團體的過程，C 在研究者的引導下，練習用優勢的眼光看自己所擁有的，並在成員彼此分享的過程中，C 聽見了自己從來沒意識到的優點，一次一次信心被提升，面對未來的勇氣也跟著提升。

「想對自己說，在學校要努力讀書，你的未來掌握在你手中，加油！」

現在的 C，在找工作上更加有勇氣，不但不會因為一次被拒絕就退縮，反而會主動提出需要，找同儕或老師陪同面試，並且，C 在團體中開始會自願成為領導者，帶領同儕做討論。

雖然 C 的轉變沒那麼大，但從一些小細節可以發現，他開始能同理人、看見人的需要，並且會反思自己的過去，期待能成為一個正向看待自己、看待他人、看待環境的「小大人」。

「比較會接受找不到打工。」

「覺得 F 蠻會帶遊戲的！今天他帶遊戲，我覺得他帶得很好。」

「以前跟其他人不會主動聊天，跟小孩就會，可能跟個性有關吧！」

4.成員D

表四-3.7 成員D 量表成績

測驗	個人層面	人際層面	社會政治層面	權能總分
T1	44	16	31	91
T2	42	16	30	88
T3	42	16	32	90
T4	44	17	25	86
T5	43	23	20	86
T6	39	20	21	80

第一次訪談時，研究者問D為何不太表達出自己，得到的原因是「害怕說錯話」，因此長期下來D只願意將心中感受分享給很要好的朋友，不想告訴太多的人。而當被詢問為何會如此又從何時開始如此，D自己也不清楚。

雖然從上表的數據看來，D似乎只有人際層面提升，但據研究者與協同領導者的觀察，D改變的不只如此。D起初在團體中比較多的時間是單純「聆聽」的角色，但是她漸漸從他人的分享中對同儕產生新的認識，使她對這個群體越來越具安全感，願意一次比一次分享出更多的自己，而這正是她起初在團體開始前給自己的期待—期待自己能更多表達、期待自己所表達的能被接受，這樣的改變使D對於未來更加敢於期待，期待自己在學校、在家裡，能開始敢發表自己的想法。

「覺得自己在協會的環境比較熟，所以越來越敢講話。」

不只如此，D在團體期間接下了一個特別任務—教協會兒童轉「魔術方塊」，這個任務讓D發現了自己從來沒發現過的特質「會思考」、「有耐心」，D也因此提升了自信。

「發現自己比較知道怎麼帶小孩了。」

「覺得自己想到這個方法蠻厲害的。」

至於想望的部分，D希望家裡的經濟能好一點，雖然在團體結束之前，D礙於年紀尚未能打工幫忙家裡，但是她快要升上高中了，她對於未來的生活很期待，相信會越來越好。

「我們家收入比較少，爸爸有時候會找不到工作，希望我們家收入穩定。」

5. 成員 E

表四-3.8 成員 E 量表成績

測驗	個人層面	人際層面	社會政治層面	權能總分
T1	38	18	42	98
T2	38	18	42	98
T3	42	18	43	103
T4	39	28	33	100
T5	38	26	32	96
T6	39	27	33	99

對自己的工作能力始終沒什麼信心的 E，知道自己的學習方式比較依賴他人的親自示範，這讓擁有著「餐飲夢」的他對未來感到徬徨，雖然很有興趣但不是那麼有把握。團體開始前幾次，E 較多分享「擔心自己找不到適合的工作」，講到此主題時的 E 常常神情黯淡。

「班太少，沒錢不知道開學該怎麼辦...。」

「我過去跟現在其實對我的人生方向有點迷惘，我希望人生在世的時間，可以發光發熱、找到人生方向，達到人生巔峰。」

「找到工作就會變快樂吧！」

「考（證照）啦，考了兩三張。但即便考到，也沒有全學會。」

團體中談到夢想與實踐的主題，E 為著他暑假沒地方、沒經費練習而感覺沮喪，研究者與同儕便為他想了一個方法—找一個讀餐飲的老師在協會裡開班，帶著 E 和其他有興趣的成員在研究團體外展開一個「做菜團體」，每一次的「做菜團體」，從採買、洗菜、做菜、清潔，一個步驟一個步驟練習，在「做菜團體」中，E 不僅跟老師學習更細緻的技巧，E 還主動幫忙其他成員，E 不僅得到很大的支持，也在幫助他人的過程中，提升自己做菜的信心。

「有啊！那個團體很有幫助！做過的菜我都記起來了。」

「之前錢快不夠，我就在家煮，這樣比較省，也把煮菜融入生活！感覺還不錯。媽媽也有稱讚。」

「這個暑假做了跟以往不同的事，這個暑假花比較多時間在練習上，因為你問我有沒有想做的事情，我就覺得可以朝這方向努力。」

「為了目標努力，感覺比較有點進度！比較踏實。」

「覺得蠻酷的，這兩個月做了我以前沒想過的事。」

八次研究團體加上多次的做菜團體，除了讓 E 信心提升外，附加價值是 E 與協會成員的關係更深厚了，除了對同儕的背景更認識，在團體中他也認真的思考了自己的需要，直到現在，他仍舊會將很多煩惱都主動提出來讓同儕知道，並會採納同儕的建議去試試看。

「我會再多去嘗試。」

「這個團體讓我們能認真想像自己的問題,並且有人可以給建議。」

「聽到很多人跟家裡處不好,我就有點想幫,但我覺得我跟家人的方式可能不適用她們,他們好像不想要跟家人一起做一些事。」

雖然未來的道路還不明朗,但E對未來的目標明確,也知道自己需要加強的部分,加上他很願意勇敢的嘗試新事物,並且擁有樂觀的個性,這些特質都會陪著他慢慢到達他想要的目的地。

「有啊,覺得應該下學期的課程可以跟得比較好。」

「過去只是缺機會,我沒有覺得自己不會,若有機會我應該學的起來。」

「我是蠻喜歡現在的自己,但覺得可以再穩重、反應再靈敏一點。」

「期許未來可以更順利。」

6.成員F

表四-3.9 成員F 量表成績

測驗	個人層面	人際層面	社會政治層面	權能總分
T1	37	12	34	83
T2	41	14	39	94
T3	44	17	37	98
T4	39	14	37	90
T5	-	-	-	-
T6	42	24	33	99

雖然F的媽媽不太嚴格,但F總感覺媽媽對他的要求和對哥哥的不同,心裡常常對此不是滋味,認為自己的意見都不會被採納,這樣的感受影響到他的生活,即便感覺不公平,F仍然選擇放棄與有權威者討論,久而久之漸漸變的不太擅長為自己爭取福利或求助,但因其內心深處仍然有渴望,因而常在錯失機會後又懊悔萬分。

「然後我就跟我媽說她也是,他就說我頂嘴,然後我就覺得不公平。」

「當有100%信心相信不會被拒絕,我就願意問人。」

「還有就是他如果教完問我『懂了嗎』,我就不敢說『不懂』,只能說『懂』,然後問完他我就不敢再去問其他人,因為這樣會被發現我還不懂。」

本身就很有想法的F,於八次的團體中,好幾度在同儕輪流說出自己的困擾時,給出了許多獨到的建議,不僅讓朋友們感覺受用,F對自己也越來越有自信,再加上F於團體期間做了新的嘗試,他鼓起勇氣、突破自己帶協會的國小生做活動,並在帶領中發現到許多自己從來沒發現過的特質,也因此反思了自己與母親的溝通。

「自己有時候也蠻有耐心的，因為通常在家裡自己是最沒耐心的，發現自己也有耐心的一面。」

「我就會想說，自己小時候也是這樣上來，而且我兇也沒有用啊，凶只會讓他們沒學到事情。」

「發現原來自己蠻有責任感的，因為以前在家我們彼此都會答應的事情沒做到，所以不覺得自己有責任感。」

「像是我們要解釋遊戲規則，我會事先查好，完全瞭解，我就知道怎麼講，但對媽媽，我就沒有辦法立即查資料，就覺得很煩。」

對於自己的想望，F 也在團體中獲得了許多同儕和主副領導者的回饋，感受到同儕、師長的支持使得 F 感覺受重視，對自己的目標感到更有達成的可能性，F 也在來來回回與團體成員的討論中，擁有了一個求助的好經驗。

「大家在分享自己的故事時，每個人都願意講出自己心裡的秘密，這讓我覺得印象深刻因為大家都願意相信彼此。」

團體結束，課後伴讀班仍舊持續著，新學期開始了，F 升上高中開始有需要用電腦完成的報告作業，因為家中沒有電腦，F 主動向求助協會求助，這是改變的延續！

7. 成員 G

表四-3.10 成員 G 量表成績

測驗	個人層面	人際層面	社會政治層面	權能總分
T1	33	16	38	87
T2	33	16	38	87
T3	39	18	45	102
T4	35	28	34	97
T5	36	26	30	92
T6	44	31	33	108

渴望親子關係變好的 G，過去長期認為父母偏心，這樣的想法導致她過去對好朋友有強烈的「佔有慾」，並且在人際相處間常犧牲自己，容易覺得自己不是那麼重要，也容易過度以「討好」的姿態來與人應對。

在團體中，G 從同儕的回饋中看見許多自己從來沒發現的特質，也從他人彼此的回饋中發現，很多事情沒像自己想的那麼負面，她打算開始試著在家中、在學校做點改變，而且她也為自己訂下 2 年後的成長目標，希望自己更有信心。

「就聽到你們說我的特質啊，然後我就想要就那些特質去做一點發現。」

「期待自己兩年後更有信心吧！然後…就更成熟，更懂事啊，更堅強。」

「期待在學校更有信心吧！然後就多跟有信心的人相處。」

「有信心之後就會比較敢跟媽媽講話。現在是自己不敢（跟比自己大的人聊天）。」

G跟家人的關係也慢慢的在變化中，經過她的觀察，媽媽沒有那麼偏心了，而且她漸漸的能同理媽媽的處境，雖然自己很希望有零用錢，但G會觀察媽媽的情緒，當媽媽心情不好，她便不會去提起。G還在團體成員彼此的分享中學到，若希望家裡經濟好，除了「開源」也可以學習「節流」，因此G決定開始學習分辨「需要」與「想要」，不只如此，他還將這樣的學習分享給自己的兩個妹妹，而且有了一次成功經驗！

「因為以前每次爸爸講什麼，媽媽就會聽爸爸的，然後我們有跟媽媽說暑假想要玩，下一個暑假就不能玩，然後媽媽就跟爸爸講，然後爸爸就同意。以前媽媽都聽爸爸的。現在我就覺得她沒那麼偏心。」

「因為我說想要零用錢，就有人跟我說，怎麼用那些錢，怎麼知道自己想要跟需要啊。」

「而且有跟小妹講，就昨天去賣場，小妹就說想要扭蛋，但一個扭蛋 60 塊，所以我就跟小妹說，不要玩，然後說，一個扭蛋可以買一個便當。然後小妹就說，聽姊姊的不要亂花錢。」

「我現在有在幫媽媽省錢啊，就叫他不要花那麼多。他就會買東西給我們吃啊，我就叫他不要買那麼多。」

團體結束，課後伴讀班仍舊持續著，G主動給同儕許多的建議與幫助，她真的漸漸的在成為她期待成為的那個人。研究者和副團體領導者在旁邊觀察也一致認為，G懂得與人設立健康界線了，而且他成為了朋友很好的訴苦對象。

「我覺得自己要增加細心、能有想法，才會成為這樣的人。」

8.成員H

表四-3.11 成員H量表成績

測驗	個人層面	人際層面	社會政治層面	權能總分
T1	37	15	33	85
T2	42	17	39	98
T3	39	18	40	97
T4	38	18	41	97
T5	-	-	-	-
T6	36	27	33	96

H過去以為只要達成所有人的期待，就能獲得父母、朋友、師長的關愛，但常常在達成他人期待時，用了令人不舒服之方式。心情容易受人的評價而影響的H，常常期待別人能猜透她的心，卻不習慣向人承認自己的真實感受。

在八次團體中，每次活動的一開始，研究者都讓成員輪流分享自己當天的心情，這樣一個簡單的過程，給了H機會抒發情緒，並且每次抒發完後都能得到他人的回饋，一來一往的過程，漸漸使她對團體產生安全感，越來越願意將自己袒露在人面前，而在抒發之後也獲得了安慰。

「我自己能說出自己的心情，心情好多了。」

「我想回饋協同領導者，因為她在我遇到困難的時候都會幫助我。」

H過去常常以「防衛」姿態來拒絕他人對自己的正面回饋，在團體中期，研究者請成員為自己訂定未來的目標，H不僅勇敢提出想法，也學習不先否定他人的意見，雖然覺得改變很困難，但她先學著將他人給的意見記錄下來。並且，每一次團體結束後，H也開始給其他成員正向的回饋，在回饋單上寫下其他成員的改變，雖然H還不習慣對人講出正面的語句，但從質化資料可發現，她看人、看自己的眼光不再如過往般負面，她開始意識到自己有能力成長，開始意識到所處環境並不如自己想像般不好，開始願意與人產生夥伴關係，鼓起勇氣面對前方的困難。

「家裡吧！就是如果我發脾氣，對我弟也不好，那我就是要換個角度想，就是要換個角度去想他們的心情。」

「別人提出的建議有些做不到，但希望下次可以嘗試自己的才能。」

「想回饋J吧！他以前很不喜歡上台，他現在很常上台。」

「我想回饋F,因為他在建議的時候很像老師。」

「發現自己有很多優點，開始會把別人給的稱讚聽進去。」

「變的比較勇敢。」

「希望兩年後人際關係突然大暴增、能提出有效的意見、會幫助弱勢的人、能傾聽別人說的話。」

「我現在想試試看『傾聽』，過去曾經聽過協會兒童的話。」

9.成員 I

表四-3.12 成員 H 量表成績

測驗	個人層面	人際層面	社會政治層面	權能總分
T1	35	24	45	104
T2	40	20	48	108
T3	36	24	55	115
T4	40	34	39	113
T5	48	36	43	127
T6	41	32	38	111

思想比同儕成熟的 I，因為說話技巧尚未純熟，常在與人互動中吃虧，加上 I 認為「哭是示弱的表現」，因此即便自己在人際間受了傷，I 不但不選擇說出來，還會故作逞強的與人較量，這樣的過程使 I 對自己感到自卑，是一個非常在乎他人眼光的孩子，隨時都在觀察週遭，深怕有人對她做出負向行為。

I 積極參與在八次團體中，同樣是積極的分享，不同在於，I 的分享動機從「展現自己好的一面」漸漸轉變成「期待被全盤了解」。團體成員有許多跟 I 每天生活在一起的朋友，起初她始終為了保持良好形象而只「報喜不報憂」，但在第一次團體時，當她聽著其他成員一個個敞開自己，漸漸 I 也卸下心防體會到，在難處中有同儕「彼此陪伴」比「單打獨鬥」來的輕鬆，這樣的心得也讓 I 開始反思過往自己與人的交談方式。

「在團體中開始會說出自己，最原本不敢提的事情。」

「原來每一個人的心中都有一個不同的自己。」

「不要一直搶別人，因為別人有可能會難過的。」

當 I 經驗到自己所說出來的弱點被正向回饋與鼓勵，使得她在團體期間做了一項突破，從來沒有幫爸爸過父親節的她，在第四次團體之後鼓起勇氣，找了一個全家人都在的時間，佈置房間、買蛋糕、做影片，將家人聚在一起。奇妙的是，I 本來以為活動結束一切會恢復原狀，但那天以後，I 和爸爸的關係突然破冰了，其他親戚也用不一樣的眼光看 I，家人開始會請 I 幫忙、相信 I 所做的事，這些改變使 I 感覺高度被重視，有一點像她心中期待的「家」。

「孀孀開始蠻信任我的，他那天打給我，叫我叫叔叔起床，我說我出門了，我就說我要叫弟弟幫她叫，他就說好。」

傾聽就是一種力量，而這樣的力量會帶出更大的影響力。在團體中，I 的心情被成員接住了，她看見自己生命的價值，以致慢慢卸下偽裝，用真實的一面與人互動，並且研究者從旁發現，I 對同儕的接納度越來越高，她不再因著看見他人的缺點而指使人，並且她還能從他人的言語中聽出背後的需要，並且主動給予幫助或實質的回饋。

10. 成員 J

表四-3.13 成員 J 量表成績

測驗	個人層面	人際層面	社會政治層面	權能總分
T1	24	9	20	53
T2	27	13	27	67
T3	24	8	28	60
T4	29	12	29	70
T5	31	17	24	72
T6	37	26	27	90

J是本次團體裡成長最明顯的，尤其在人際層面。

團體之前，J不是一個容易相信他人的孩子，要讓J打開心房說出感受並不容易，J也不擅長與人溝通，更不習慣向人求助，過去當他好不容易講出想法，同儕更會以「聽不懂」來嘲笑或譏諷他。然而，雖然J一直以來的好朋友不多，但若跟他成為好朋友，他便會用盡全力的幫助與鼓勵。

八次的優勢團體中，每一次都要求成員輪流說出自己的心情與感受，並且要求成員透過素材講出自己過往的故事和未來的夢想，J在團體中說話的時間變多了，並且當他在說話時，其他成員皆給予高度的專注與回饋，大家都發現J不一樣了。

J在團體期間在協會裡帶兒童活動，這是J第一次自己帶兒童做活動，J為了避免活動開天窗，常主動在團體中提出困難向大家求救，顯示出J不再是那個「不容易相信人」的孩子！J也漸漸發現身邊的人其實不像他想的那樣不好，而且對於大家願意幫助他感覺意外，只是過去的負面感覺太多，現今的他需要不斷提醒自己想法需要轉變。

「我剛剛不是有說過，我會跟自己競爭嗎？但跟自己競爭的時候，就會覺得我的天吶，我覺得跟同伴在一起其實蠻有趣的，但下一秒就會想說，我的天哪，他們也只是那樣而已。」

「跟大家在一起還蠻享受的，也有發現跟大家變熟了。」

「沒想到他們很願意幫我。」

值得一題的是，J在研究者的鼓勵之下，於團體執行的期間做了一個突破，他勇敢的實現長期被父母否決的「天文」夢，約了協會裡的三位朋友到天文館參觀，並且還發現朋友跟他有同樣的興趣！

「而且他其實跟我說他對天文學有興趣，我去他的家發現她三四年級記的天文筆記，我感到很感動，我第一次看到的時候也很驚訝。」

J還跟一起去天文館的朋友們組成一個社群群組，這個群組至今每天都還很活躍，中間一度有兩位群組中的成員鬧的不開心，J更是主動幫忙協調。

J臉上的笑容越來越多了，內心的想法與外在的行為越來越一致，他開始願意聆聽他人的想法，不侷限在自己的世界裡。協會老師任何時間找他討論事情，他不再慵懶的回應「不要」、「不想」，而會先了解細節再判斷。

「希望改變自己的想法，願意去聽見別人的想法，不要讓憎恨爬滿全身就對了。」

團體結束，課後伴讀班仍舊持續，J的心境不同了，一次研究者走到J旁邊關心他的近況，得到了一句很迅速地答案「很好啊！」看來，縱使所處的環境沒有改變，J的敞開使他贏得更多友誼，並且提升了生活滿意度。

三、綜合性分析

量表總共測量六次，雖然分數起起伏伏，但整體看來可發現，全體成員的人際權能提升幅度最大也最穩定。從數據顯示，每個成員最後一次的人際權能分數，皆高於第一次所測得之分數，並且大部分成員的人際權能持續穩定的提升，意指此團體確實有增強成員之人際權能，並且此權能的提升為整個團體最大的優勢。

對照質化資料可發現，隨著團體次數增多，成員的分享次數由「少」變「多」；回應的類型從「被動回答問題」變成「主動給予建議」；回應的對象更從「領導者」變成「同儕」。當自己遇到問題時，成員不再畏畏縮縮，不知道如何解決，反而更多的是提出來詢問同儕或領導者。就協會老師的觀察，在團體結束之後，成員回到了日常生活，也能持續向同儕與師長不帶情緒的說出想法，不逃避的理性與人溝通，成員彼此之間也會私下約出去做活動，並且在衝突發生時，他們不是一味的請老師處理，而是主動對話。

研究者事後分析，成員的「人際權能」在整體表現上提升最多，原因可能為八次團體過程都以「分享」的對話模式做互動，成員在分享中更多認識同儕，也在與同儕的對話中看見自己擁有的能力，此權能的提升維持在生活的每個層面，成員比以往更加勇敢地去和父母、朋友、師長溝通。

而從量表看來，大部份成員的「個人權能」也穩定提升，雖然中間幾次成績上下浮動，但整體性仍然是提升的。從質化資料紀錄中可發現，許多成員開始能為自己訂下目標並執行，他們越來越能欣賞、肯定自己，看見自己身上的優點並願意貢獻出來。

此現象更延續到團體結束後，當成員回到了平時生活，不論是參與協會的課伴班或品格聚會，甚或是成員回到家中、待在學校，環境，成員臉上更多笑容了，並且自認為和所處環境有良好的適配度，對生活漸漸有把握。

第五章 討論與建議

本研究主要目的在檢驗高風險少年接受「優勢團體」之後，在「增強權能量表」的分數變化及「質化資料」中所呈現的訊息，以此瞭解此項處遇之成效為何。

透過研究之發現，驗證第三章提及的第一項假設：參與優勢團體的少年比未參加團體之前的權能感更佳；而第二項假設「成員參與團體的次數越多，權能感提升越多」難以驗證的原因為，十位成員實際的改變不只因著八次團體內容，過程中還有其他活動促使其改變，不過，從多重質化資料分析中可發現，越認真參與在團體與各樣活動方案的成員，權能感提升越加明顯。

以下進一步提出「優勢團體」作為高風險少年處遇策略之適用性。

第一節 、 研究討論

優勢觀點著重在優勢的發掘，在優勢團體中，透過研究者漸進式的帶領成員進行階段性活動，促使成員生命正向經驗被開發，進而看見週圍環境的優勢，以致對未來產生希望。

當成員開啟了優勢眼光，自我覺察的能力便跟著提升，週邊資源也更能掌握在手上，產生更多解決問題的能力，因著知道自己的「想望」，有勇氣的探索未來，這樣的過程已顯示出成員權能感的提升。

一、 透過團體看見優勢

（一） 少年看見個人的優勢

在前兩次的團體中，研究者透過<你真的很優秀>、<圖卡說書人>兩個主題活動，協助成員發現個人已具備之能力與特質，適時提醒成員過去的生長背景、週遭環境有著不同的資源，使成員漸漸確認自己擁有之優勢，相信自己有成長改變的能力，並且知道成長、改變的決定權在於自己。

成員在團體後分享到，當聽見其他成員的生命故事，不僅使他們對彼此有不同的認識，更使他們發現到「原來每個人都有類似的辛苦」，在聆聽的過程反思自己，成員開始用新的眼光看過去，發現自己身上有從來沒發現的優點，而當發現自己身上的優勢後，便更有信心的面對未來的生命。

八次團體中，研究者未在團體執行的過程中強調成員各自的優勢，但在團體進行的過程中，成員常常會有彼此回饋的時間，漸漸使他們能從彼此的分享與自行的反思中發現許多自己的優點，並在確認優點後提升了自信，肯定自己具有成長改變的能力。

（二） 團體提升少年的優勢

研究者透過團體活動的設計，使成員能成為生命的說書人，以自己的觀點詮釋生命帶來的挫折與意義，成員在彼此聆聽的過程中，生命經驗產生了共鳴，進而彼此學習。研究者在團體中不斷鼓勵成員「為自己做決定」，以致成

員在一次次團體的過程中，學會以正向眼光看自己，發現了生命的優勢，並選擇自己想分享的部分表達出來，在表達的過程中再次經歷優勢的歷程。

八成的成員於團體結束後的回饋單提及團體帶給他們的正向感受，並從量化數據來看，成員的人際層面數字提升許多，可見團體有其影響力，成員因著彼此分享與回饋，感受到人際之間的支持。

在未進入團體之前，成員認為自己的生命歷程是艱苦的，是無法有改變契機的，然而團體的互動經驗與動力，讓大部分成員確實感受到「自己所處的環境並沒有想像中糟糕」，團體的動能及發展開始的「正向循環」，形成了「團體優勢」，這樣的優勢促使成員確認了自己本身的優勢，是個可貴的歷程。

（三） 團體提升環境的優勢

隨著團體進行次數增加，成員之間逐漸建立親近的關係，彼此願意在團體中敞開、分享的層面越來越廣，在成員互相聆聽與回饋的過程，更促使彼此能更加正向的看待自己所處之困境，成員不僅感受到自己的困境被理解，也用心的角度再詮釋自己的困境。

團體中期，成員透過書寫「希望花田」，以優勢的角度提升內在能量及自我肯定之能力，自發性的連結過去，重新思考自己所處之角色，明白自己有影響力能改變所處之環境，確認自己能為自己做決定。

當成員嘗試以不同眼光尋找藏於細節中的優勢，以不同角度詮釋自己的過去、家庭、社會…等層面，他們便能相信自己值得更好的生活，漸漸產生面對未來的信心，找到自己內心真正在意的事，以致能為自己訂定生命的目標，並不畏困難、勇敢的付諸行動。

（四） 結語

綜合以上之結果，與研究者在第二章所探討之文獻相符合，「優勢團體」立基於「優勢觀點」之上，激發團體的重要元素為「領導者的優勢觀」（劉依玫，2008），當領導者去除專家的角色，相信參與者的能力、尊重參與者的決定，參與者便能更加以優勢的眼光看自己、朋友與環境，並且願意勇敢為自己的生命目標付出行動，發揮影響力。

優勢團體開發了成員生命的正向經驗，協助成員看見生命脈絡中的正向動能，並使他們在關係的逆境中提升「希望感」，本研究之團體，和徐筱茜

（2016）、林冠馨(2007)所得之研究結果幾乎相似，成員皆透過團體提升自信，肯定自己有成長、改變的能力，並且當遇到困難、挑戰、挫折時，他們開始選擇積極面對，並適時尋求可行的方法。

二、透過優勢團體增強權能

（一） 全體成員之「個人權能增強」

「個人權能」分量表是測量團體成員的「自我效能與內控」與「外在掌控力」兩向度，前者著重在成員看待自己的信心程度，對自己能力的肯定與所處

環境的適應，實際影響其是否能為生活訂定目標且採取實際行動；後者重視成員對生活的把握、滿意程度，是否自認能獨自掌控生活，並且感覺受重視。

成員在「增強權能量表」的「個人權能」分量表的分數忽高忽低，顯示出成員有時對自己的信心高，有時又並非那麼肯定自己，這樣的現象呼應了優勢觀點相信生命是「螺旋上升」的，即便在上升的過程會有掉下的可能性，但總體而言生命仍舊是往上走的，大部分成員看待自己越來越正面，從成員的言語中可感受到他們對自己越來越有自信，面對未來也越來越積極，只是當成員不覺得所處之環境容許他們說出自己，或是在環境中感覺到壓力，成員便會消極看待自己。

而從團體逐字稿、學習單、訪談內容中觀察可發現，成員「個人權能」的確有在增強，但在增強的過程中，環境的影響是一個重要的因素。另外，每個成員在團體進行的過程，都已為自己訂出生命的短期、長期目標，為目標訂定實際可行之做法並一步步達成，當成員意識到所處環境之優勢，他們便容易為自己積極起來、為自己做些改變。

（二）全體成員之「人際權能增強」，此為整個團體最大的優勢

「增強權能量表」結果顯示，優勢團體對高風險少年的「人際權能增強」有正向影響，雖然影響幅度與延續效果具個別差異，但從數據顯示，每個成員最後一次的人際權能分數，皆高於第一次所測得之分數，意指此團體確實有增強成員之人際權能，並且此權能的提升為整個團體最大的優勢。

「人際權能」分量表的分數越高，代表成員能與他人形成夥伴關係、自覺對他人有影響力或是得到他人的尊重，因著具備與人溝通的知識與技巧，與他人互動時能自我肯定。

研究者事後分析質化資料也發現，隨著團體次數增多，在團體中的互相分享與聆聽，會使大部分成員自覺同儕支持度提升，進而促使成員越來越敢於說出內心話、敢於在大眾面前批判與思考，兩者相輔相成，在這樣的過程中也間接提升了自我認同。

當團體成員形成夥伴關係後，他們不僅單在團體中互相回饋與鼓勵，在團體外的時間，成員仍會開始主動互相支援。此現象更延續到了成員的其他關係中，面對家人、朋友..等，他們更勇於表達自己，並當與人產生不同意見時，他們不再直覺的以情緒用事，取而代之的是能夠靜下心溝通協調，必要時向人求助。

（三）全體成員之「社會政治權能增強」

從「增強權能量表」之「社會政治權能」分數結果可知，密集進行優勢團體能使成員「社會政治權能感」提升，不論團體中所討論的主題為何，彼此切磋、分享、互相回饋的過程，能使成員意識到自己對團體的影響力，並肯定「團結」的重要性。

從量表看來，前六次團體成員「社會政治權能」皆穩定提升，之後延續性有個別差異，研究者從質化資料分析認為其原因可能為，前六次團體密集在暑

假完成，當時成員除了參加團體，平常幾乎沒有其他活動，整個暑假都跟協會的成員相處在一起較多，團體產生的「同在感」，使得成員較能將在團體中的體會、所經歷到的一切謹記在心。

「社會政治權能」增強，意指成員在認知自己應有的權利下，也相信集體行動能改變周遭環境，並願意為維持公義採取行動，而對在乎同儕的「高風險少年」來說，「社會政治權能」增強的重點在於「集體」與「環境的善意」，當高風險少年認同所處之團體，並意識到團體中其他成員也有跟自己相同之價值觀，他們便敢於為公義發聲，敢於將自己的想法說出來，並將這樣的勇氣延續到家中、到所面臨的困難中，相信自己能為社會帶來好的影響力。

（四） 結語

綜上所述，當領導者使成員看見自身的資源，並透過使用資源來提升自己之能力，漸漸成員的「個人權能」便會提升，以致其不僅能勇敢說出自己，且會在每個關鍵時刻做出最適合自己的決定。然而，權能提升與否也與個人特質相關，即便成員共同參與同一團體，但不同的成員有著不同的生命經驗與特質，權能提升不僅會隨著時間而改變（萬育維、王文娟譯，2002），延續程度也會隨個人特質不同而有所差異。

再者，團體領導者或其他成員給予之正向回饋，都能使個別成員在團體中感受到被支持，因著在分享中討論個別成員的優點、給予個別之鼓勵，有助於成員的「人際權能」展現（曾仁杰，2013），也讓個案更有信心發揮其影響力。而成員彼此間在團體外的實質交集，也對提升權能很有幫助，以本研究為例，成員參與團體之外，還有每週五晚上會聚集，學期開始後的課伴時間也是固定會碰面之時間，研究者會時不時在這些時間製造機會，讓成員彼此討論、分享、互相鼓勵，給他們練習展現「社會政治權能」的機會。

本研究將「優勢觀點」視為研究者帶領團體的基本精神，落實在本團體活動過程與成員間的互動裡，將「優勢團體」作為促使成員達成「增強權能」的媒介與工具，藉「優勢團體」促成「增強權能」目標之最大實現。

三、 優勢團體發展為增強少年權能之策略

優勢觀點引導著研究者的核心工作概念，研究者在擔任團體領導者的過程中，不斷提醒自己不要限制、掌控團體的進度與發展，將團體指導權還給團體成員和團體本身。

雖然每次團體結束後，研究者和協同領導者皆會檢討當次團體已達成之目標，針對需求設計下次團體，但是，下次團體之方向與目標達成率仍與團體成員的敞開程度有關，當團體成員越能經驗到安全的團體文化，他們便越能自在的分享出自己，並且，他們不僅願意在團體中成長，也願意將所學應用到自己其他生活的層面中。

現行的社會服務體系容易忽視高風險少年的需求，就整體社會資源分配來看，高風險少年在社會工作服務體系中，所擁有的服務資源及受重視程度相對

其他個案類型是較少的，並且大多以社會服務體系事先設計好的活動模式為主，較少有專注在高風險少年之個別需求，陪著少年實現想望的活動。

優勢團體專注在成員的優勢，鼓勵成員分享出內心的想望，並針對成員所分享出的內容做進一步的討論，以全人的概念陪同高風險少年看見逆境中的優勢，用正向思考面對所處之環境，最重要的是，讓少年在與工作者之間、與同儕之間的關係中感受到被接納，進而相信自己有成長、改變的動力。

因此，作為一個社會工作者，有清楚的工作信念非常重要，在面對個案及工作困境時，信念及理論價值能夠引導工作者發展適切的處遇模式，而唯有讓高風險少年自發性的改變看待自己的態度，才有可能用其他角度詮釋其所處之環境。

第二節 、 研究建議

一、 團體工作的建議

（一） 成員組成性質影響團體發展

研究者過去所帶領之團體，其目標大多以團體領導者和協會老師共同討論之後設定，較少事前釐清成員的個別想法，此現象易致使團體的期待無法完全回應於團體活動中。此次的團體經驗顯示，團體前的會談或問卷調查是重要的，除了讓工作者蒐集資訊外，更能夠準確的判斷團體發展情形，以彈性調整團體方案內容。

在團體前以訪談或問卷調查之方式事先了解成員後，領導者可從成員的回應中整理出同質性與異質性，聚焦成員整體的期待，進而設計合適團體成員的活動內容，並針對不同的目標邀請特定成員進行團體。不同的團體成員組成性質會影響團體發展動力，工作者可從成員的分享中分析每位成員的性格及可能在團體中產生的動力影響，提前對個案及團體進行評估，為團體做準備。

（二） 成員願意分享是成效關鍵

團體進行順暢之要素，除了倚賴領導者的帶領和主持之外，另一個元素是成員的分享與回應，當成員感受到團體給予足夠的空間和包容，便願意將自己真實的心情、感受、想法說出來，因此在團體設計的過程中，考量到成員的需求、使成員信任團體是重要的。

1. 滿足成員需求

成員來自不同的家庭，每個人都有著不同的個性與興趣，年紀更是不盡相同，領導者在團體前的會談，須充分了解成員面對生命的想法後，利用成員之間的同質性來設計團體活動，並在過程中帶領成員正面看待自己的獨特性，不以自己為奇怪，勇敢活出自己的特色。

在本次團體中，一開始當全體成員皆受訪完成，研究者發現到所有成員不僅對所處環境感到無力、沒什麼改變的信心，他們對自己的形象、認同感也很低，對未來沒什麼期待，與人的互動更是沒什麼界線，常常犧牲自己的「想

要」，覺得過日子很辛苦。經過一番評估之後，研究者將團體主題定為「夢想團體」，期待能在團體中帶著成員看見自己是有優點、有行動力、有能力的，以致生發出對未來的信心，找到生命的目標。

成員之間的差異也需要被顧及，在本次團體進行中，領導者將成員的差異帶進團體做討論與分享，透過成員彼此間的回饋與鼓勵，讓成員意識到自己的「不同」之「獨特性」，領導者時常在成員分享後帶著成員轉換角度看事情，提醒他們要注重在優點而非問題上，而成員也因著所感受到的信任關係，以致願意吸收鼓勵及建議，調整自己看環境的眼光，找到自己「獨特」的一面，並勇敢去為自己的「想望」做努力。

為達到以成員想望為優先的團體，需要先讓成員感受到安全感，當成員在團體中感受到被正向對待，他們便敢說出自己，敢於為自己爭取機會，並且當問題出現時，他們會跳脫問題本身，針對目前所發現的問題找到解決方法，不但不選擇逃避，還會和團體成員做討論，在討論中找到非兩極端的第三條路，而在討論的過程，團體的向心力便越發提升。

讓成員感受到被正向對待之方式，以本次團體為例，起初研究者並不打算在團體中給予點心，但在第一次團體接近尾身時，研究者詢問成員對團體的建議，全體成員一致表示兩小時的團體時間太久，再加上結束通常都已經接近晚餐時間，因此希望團體前或中間休息時間能夠有點心吃。研究者因著極度體會到成員的迫切需求，從第二次團體開始，每一次都提供炸物或飲料，讓成員在起初團體開始之前，因著食物而生發喜悅之心情，以致能打起精神進行接下來的團體；食物的提供也拉近了研究者與成員之間的距離，讓成員感受到被愛、被呵護，更重要的是感受到他們的建議被採納；每一次團體開始前的點心時間，是每次團體很重要的「催化媒介」，其讓團體成員的心輕鬆起來，邊吃邊暢聊的時刻，卸下成員的心房，提高了成員願意分享的心。

2.信任團體成員的能力

研究者在帶領團體的過程，必須充分信任團體成員所分享出來的話，若領導者對於成員所說出的一切都給予否定之回應，成員便會停止將真實的一面表露出來，然而，領導者通常會因著自己無法掌控團體方向而否定成員，要求成員說出符合領導者期待的話，因此，領導者在帶領團體之前，須先複習優勢觀點原則，並且不斷提醒自己案主才是真正的領導者。

當領導者先安頓好自己，在執行團體的過程，突然聽見了成員說出負向語詞，或是團體發生不在預期內之狀況，領導者才能就事論事、不帶情緒的隨機應變，並且在引導成員的過程中，仍然不忘個體之需要，並相信每個人都有成長、改變的可能。

在本研究團體執行的過程，幾次的團體中，都有一兩位成員突然離席或不願意分享，當下研究者或協同領導者會在個別瞭解情況之後做反應，若成員因著團體分享的主題而連結到讓自己心情沮喪的經驗，協同領導者便會將他們帶到一旁，個別陪同聊出個案之感受，在個案預備好回到團體內時再帶回來；若

成員直接在團體中以抱怨語氣分享自己的過往經驗，領導者會直接以其分享的例子當活動材料，邀請其他成員幫忙在細節中找到亮點，回饋給原本分享的成員，此方式不僅讓原本分享之成員被增權，更是提供給其他成員「練習找優勢」之機會，幾次團體下來，成員都在訴說與傾聽、回應中，感受到團體成員對自己的信任，以致願意在團體結束後，主動說出更多自己的經歷。

（三） 協同領導者和領導者的價值觀相似是助力

帶領十位成員進行團體對單一領導者來說顯得有些吃力，須找另一位協同領導者共同帶領，在領導者主持活動、引導團體方向時，協同領導者的工作為注意成員跟上之狀態，若大部分成員皆能跟著團體的步調，團體便會往下走，此時協同領導者便會特別陪著跟不上之成員，用其能明白的方式解釋。再者，當領導者在帶領團體的過程，面對成員突然來的需要與問題，有時會不知如何回應，此時，協同領導者若能立即給予支持，讓團體持續順暢的進行下去便相當有益處。

因此，領導者需要找跟自己相似價值觀的夥伴擔任協同領導者，以本研究為例，領導者與協同領導者兩方不僅皆需認同優勢觀點，在團體中不斷以優勢觀點原則面對成員的需求；兩方更是須要在處遇少年之方法上有所共識，若讓少年在領導者與協同領導者身上體會到不一致，成員便不容易遵守團體規範，甚至會產生錯亂。

若要達到以上兩點，在團體開始前，領導者與協同領導者須有足夠的討論，針對少年的特質做了解，共同討論出團體帶領之方向，並且在團體進行的過程，敏銳於團體成員的一舉一動，視每一個訊息如珍寶，聆聽後篩選需要的資訊，與活動和引導話語進行結合，如此一來，團體才能夠貼近成員的實際狀態。

（四）以成員本身熟悉的對象優先擔任領導者

此次研究對象以研究者服務單位的少年為主，不僅少年彼此間有四年以上的熟悉度，研究者身為團體領導者，在進行團體之前也和少年認識超過四年的時間，這層熟悉的關係，對研究者在與成員進行個別訪談、帶領團體時有極大的幫助，少年因著對所處環境感到放心，因而願意敞開、分享更多自己的心情與想法，而當領導者給予指導時，少年也較能聽得進領導者的觀點。

因此，未來進行團體時，建議讓已經與少年熟悉的社會工作者擔任領導者，就如同優勢觀點原則中所提及「助人關係被視為基本且必要的」，如此一來團體成員能較快速的進入狀況，所達到的團體目標也較能維持長久，少年較容易看見領導者的善意，而若社會工作者本身和成員的關係極佳，團體進行更有加乘的效果。

（五）團體領導者的優勢觀念持續提升

研究者在帶領優勢團體之前，並不習慣以優勢眼光看待人事物，此次因著帶領優勢團體，反覆覺察自身的優勢眼光，並在每一次團體時，提醒自己「成員有成長改變的能力」，即使成員的動作較為緩慢、對自己較沒信心，或是因

為經驗不足而無法想到更好的方法，研究者都練習將「決定權」交回給他們，並且回饋、鼓勵成員發揮「自身與環境既有的優勢」。

「相信每個成員都有優勢」對研究者本身不容易，過程中需要克制多次想插手、給予指導的「擔心」，再加上研究者是第一次帶優勢團體，帶領過程需要的注意事項..等，研究者過去都沒有經驗，此次團體呈現出的效果，對研究者來說，是從未想像到的，實為一大鼓勵，卻也有多許多可改進之處。

因此，未來若要帶領優勢團體，建議領導者平時就須以優勢眼光看自己，時常以優勢觀點反思自己的生活，並且在工作上累積優勢處遇原則之經驗，如此一來在帶領團體上，領導者更能知道如何引導成員看見自己的優勢、使用自身的優勢。

二、 延續團體成效之建議

研究者認為，團體最重要的效益是，成員能將從團體得到的正向感受延續到日常生活中，如此一來，團體工作的價值才能在團體外的生活被延續。

（一） 密集的團體次數

團體次數至少一週進行兩次，對成員來說，間隔三至四天便有一次團體，能促使成員將所學試著應用於生活的過程，感到有支持後盾，以致不容易放棄，並且容易延續。

相對於團體，成員可將日常生活視為實習場所，任何從團體習得之能力或方法，都能即時帶回家中、學校中、人際間做練習，若在應用過程中感到挫折，因幾天之後就又有團體時間，成員忍耐的時間不需太久，就能再度回到團體中被支持；相對的，若成員在應用過程中獲得正向結果，也能即時帶入團體內做分享。

人們的生活步調越來越快，停留在腦中的記憶越來越有限，對於身心都還在成長階段之少年更是如此，他們總是在乎「快速」與「義氣」，若我們無法在遇到問題時給予立即的正向回饋，他們便容易從其他管道找方法，此時，若他們還未習慣看優勢而非病理，便有極大的可能讓人生走往負面的結果。

密集的優勢團體次數，不但能使成員將團體中印象深刻之記憶帶入生活，也能將生活中印象深刻之感受帶回團體，當團體密集的發揮彼此扶持、互相切磋的功能，團體的價值便能被延續至成員的生活中。

（二） 確保少年持續待在優勢環境

雖然密集的團體次數能使其價值被延續，但團體終究會停止，因此，在有限的團體次數中，透過與成員個別的對話，確保其能自主產生優勢眼光是重要的。

本次研究對象為研究者服務單位之個案，團體結束之後，研究者恢復為單位的社會工作者，本單位其他老師同樣贊同並使用優勢觀點，在平時和少年互動相處時，仍然持續使用著「優勢原則」之處遇方式，確保少年持續以優勢看待自己與環境。

研究者直到 109 年暑假，仍然時常從單位其他老師的回饋中聽見少年的轉變，但團體活動在 108 年底已經結束，由此可以發現少年的改變持續到如今，因此可以推論平時老師給予的優勢觀念，對少年權能感之維持仍佔了很大的影響力。

因此，陪伴少年的單位以優勢觀點為背景實為重要，工作者若能在平時生活中持續以優勢眼光看待少年，甚至培力少年的家庭產生優勢眼光，少年在團體中所學習到的，便能持續被提醒，以致慢慢能內化到生命裡，漸漸長出復原力。

三、研究工具使用之建議

此次研究從第一次團體開始，一直到旅遊結束，總共歷經八個月，因考量統計方便，量表施測以網路問卷之方式進行，研究者事先將 34 題增強權能量表題目打進網路表單中，請成員在表單中做回應。

第一次的量表施測時機在訪談之後，第二次施測時機在第四次團體之後，此二次皆要求成員做完才能離開據點，後面四次的施測時機，分別在第六次團體後、第七次團體前、第七次團體後、旅行之後，因考量到成員當下不方便聚集，因此除了第五次施測，其他皆讓成員自行在家中找時間完成，將問卷連結以訊息的方式傳送給每位成員，並規定在期間之內完成。

然而，成員在家中自行完成量表的時間點不大相同，再加上可能會有不確定因素干擾填寫量表的心情，因此建議未來仍然以紙本做量表的方式，並且聚集成員在同一地點一同完成。再者，成員在第三次量表施測時，便開始抱怨題目太多、施測頻率太頻繁，而第三次施測已距離第二次施測時間為一個月，因此，建議再拉開頻率，以兩個月施測之頻率做嘗試。

第三節、研究限制

一、研究者的多重角色與團體目的

由於研究者本身是團體帶領者，也是實務場域的社會工作者，雖然在團體一開始，研究者已向成員說明自己當下的身份，但在團體執行的過程，研究者難免會以「社會工作者」的身份來看待成員，在觀察時便容易缺乏第三者的客觀。

而成員在受邀參與團體之時，已經知道此團體產生之一目的是為研究者之學位論文，因此，成員在團體中的一舉一動，很有可能為了幫助研究者最終得到正向結果，而有刻意討好之行為表現。雖然就研究者觀察成員回到一般生活的狀態，可以發現成員的確有因團體而改變，並將改變延續到日常生活中，但難以探討有多少成員是真正因著團體改變，還是有因著「討好研究者」而勉強自己改變？

針對上述的限制，經過研究者和協同領導者的討論，協同領導者不斷幫助研究者看見過往成員對自己的信任，提醒研究者過去以「社會工作者」之角色陪伴成員時，並沒有造成太多負向關係，成員大多對研究者產生「正向」之態度。

然而，事後研究者分析認為，未來當領導者在帶領團體前，需先以優勢觀點看待自己，並且事先擬定「客觀判斷依據」，依據此判斷來分析成員之「權能增強」之轉變，如此一來便能跳脫研究者多重身份之限制。而面對成員可能產生之「討好」行為，領導者可多以「自我揭露」之方法與成員對話，讓成員意識到自己和領導者產生的夥伴關係，彼此都願意將內心的事情說出來，以使成員卸下面具，展現出真實的一面。

二、研究樣本數與資料分析方法限制了概推性

本次研究考量到研究者採樣之方便性，以協會穩定出席課伴班並且彼此間有一定熟悉度之成員做研究，再加上暑假有些成員不便出席，因而最終以十位成員進行團體，針對這十位成員的個別狀況作分析。

資料分析方法採量化和質化，量化使用之量表題數三十多題，測量頻率間隔太短容易使成員感到厭煩，中間幾度測量時有聽到成員的抱怨，因而可以想像所測得之結果不完全符合實際情況，除此之外，成員填寫量表當下的心情也很重要，心情不好也容易影響填寫當下之結果。再者，質化資料一起分析做核對時發現，權能的提升有時無法在量表分數上明顯看出，進一步探究原因可能有二：其一為，成員對自己產生了高要求，為自己做評分時覺得自己還可以更好；另一方面為，成員在自我成長的過程常伴隨自我懷疑，有時候覺得自己很好，有時候又覺得自己沒那麼好。

質化資料除了團體逐字稿之外，還有學習單和回饋單，逐字稿雖然可以直接反映成員在團體中的狀態，但每一句話背後的心情與意思，若當下沒有直接與成員做核對，事後也很仰賴研究者自己的解讀，難免發生失真的情況；學習單和回饋單的部分，成員在書寫時的字數少之又少，研究者事後分析時，不容易從中看出真實意義，至於為何成員不願意書寫多一點，或許因為成員年紀太輕，無法在團體當下立即反思到日常生活中，又或許成員在參加團體後已經疲憊，想要盡快寫完回家休息。

成員非隨機抽樣加上資料分析時有太多不確定性，因此限制了研究之概推性，有待未來的研究複製此研究以探索優勢觀點團體對於高風險家庭之青少年增強權能的影響。

參考文獻

一、 中文部分

- 白倩如(2012)。機構安置少女復原力培育之行動研究。**臺大社會工作學刊**，25，103-155。
- 宋麗玉(2006)。增強權能量表之發展與驗證。**台灣社會政策與社會工作學刊**，10，49-86。
- 宋麗玉(2008)。增強權能策略與方法：台灣本土經驗之探索。**社會政策與社會工作學刊**，12(2)，123-194。
- 宋麗玉、施教裕(2009)。**優勢觀點：社會工作理論與實務**。台北：洪葉。
- 李玉瑾(2005)。青少年讀者身心發展與網路檢索行為。**《中華民國圖書館學會會報》**，75，頁 237-246。
- 李惠加(1997)。**青少年發展**。台北：心理出版社。
- 李慧君(2009)。**冒險學習應用在危機邊緣少年社會工作方案之評估研究**。國立暨南國際大學社會政策與社會工作學系碩士論文，南投縣。
取自 <https://hdl.handle.net/11296/3m5e8u>
- 何素秋、李孟蓁(2009)。**臺灣貧窮兒少資料庫—長期追蹤資料庫之建構**。載於臺灣社會福利學會主辦之「**健康、照護、工作與退休—新興社會風險與弱勢關懷國際學術研討會**」論文集(pp. 1-20)，臺北市。
- 沈天勇(2009)。**以優勢觀點探討隔代教養青少年家庭之祖孫互動—以臺北市某國中為例**。輔仁大學社會工作學系碩士論文，新北市。取自 <https://hdl.handle.net/11296/3bq6cg>
- 吳竹芸(2009)。**以優勢觀點探析新竹縣關西地區社區照顧關懷據點的作為**。輔仁大學社會工作學系碩士論文，新北市。取自 <https://hdl.handle.net/11296/7g6424>
- 林萬億、黃韻如(2007)。**學校輔導團隊工作：學校社會工作師、輔導教師與心理師的合作**。台北：五南出版。
- 林桂碧(2013年7月)。**弱勢青少年就業服務之探討—從就業問題/需求、就業力及職涯發展規劃分析**。「2013年兩岸三地社會福利學術研討會」發表之論文，浙江大學。
- 林冠馨(2007)。**優勢觀點運用於高風險家庭青少年情緒及行為問題**。國立暨南國際大學社會政策與社會工作學系碩士論文，南投縣。取自 <https://hdl.handle.net/11296/854422>
- 胡斐瑜(2006)。**充權賦能社會技巧訓練方案對國小高年級「退縮—被拒絕」學童人際關係、社會自尊和自我效能之影響效果研究**。國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士論文，高雄市。取自 <https://hdl.handle.net/11296/2q93mx>
- 徐于婷(2013)。**單親家庭親子優勢團體—親子互動與生活適應之研究**。國立政治大學社會工作研究所碩士論文，台北市。取自 <https://hdl.handle.net/11296/cs5qm3>
- 許嘉家、林姿論、盧玟伶(2007)。**我國隔代教養的現況及學校的因應策略—參以美國隔代教養方案**。**學校行政雙月刊**，47，335-347。
- 張菁芬(2006)。**解析高風險家庭的服務策略**，**社區發展季刊**，114，77-85。

- 張哲誠（2017）。青少年增強權能之探究：權能程度與相關因素。國立政治大學社會工作研究所碩士論文，台北市。取自 <https://hdl.handle.net/11296/xs5wsf>
- 張哲誠、宋麗玉（2019）。青少年增強權能之探究：權能程度與相關因素，**社會科學論叢**，第13卷第一期，頁1-42。
- 莊敦傑（2012）。青少年充權導向服務內涵與歷程探討—以台北都會區某少年服務中心為例。東吳大學社會工作學系碩士論文，台北市。
取自 <https://hdl.handle.net/11296/bsyf3f>
- 陳玫伶（2012）。青少年增權的意涵及其價值。**社區發展季刊**，139，206-215。
- 莊翔宇（2012）。從優勢觀點探討離院青少年自立生活經驗之研究。慈濟大學社會工作學系碩士班碩士論文，花蓮縣。取自 <https://hdl.handle.net/11296/3n9ycy>
- 楊靜利、黃奕綺、蔡宏政、王香蘋（2012）。台灣外籍配偶與本籍配偶的生育數量與品質，**人文及社會科學集刊**，24(1)，1-99。
- 楊靜利、劉一龍(2002)。台灣的家庭生活歷程，**台灣社會學刊**，27，77-105。
- 曾華源、李仰慈(2012)。建構弱勢少年復原力的社會工作專業服務輸送體系，**社區發展季刊**，139，193-205。
- 曾仁杰（2013）。增強權能之助人關係的形成歷程與策略：以優勢觀點為基礎的處遇模式，**嘉南學報（人文類）**，39，185-201。
- 曾仁杰（2014）。邁向復元之路—優勢觀點社會工作處遇關係之內涵與歷程研究。國立暨南國際大學社會政策與社會工作學系博士論文，南投縣。
取自 <https://hdl.handle.net/11296/5y666f>
- 黃雅君（2007）。社會福利服務方案對高風險少年充權歷程之研究—以台北市西區少年服務中心戲劇表達活動方案為例。靜宜大學青少年兒童福利研究所碩士論文，台中市。取自 <https://hdl.handle.net/11296/538m25>
- 黃慧真(1994)。發展心理學。台北:桂冠。
- 童小珠、蕭佳雨、李政廉(2016)。弱勢兒童品格教育服務方案處遇成效之研究，**中華科技大學學報**，66，131-144。
- 萬育維、王文娟譯（2002）。身心障礙家庭—建構專業與家庭的信賴聯盟。臺北：洪葉。
- 葉大華(2009)。從客體到主體—如何運用倡議資源讓少年福利工作轉大人，**社區發展季刊**，126，48-60。
- 趙雨龍、黃昌榮、趙維生(2003)。充權：新社會工作視界。台北：五南。
- 劉依玫（2008）。以優勢觀點為基礎之親子冒險團體歷程分析研究。國立體育學院休閒產業經營學系碩士班碩士論文，桃園縣。取自 <https://hdl.handle.net/11296/ftucx4>
- 劉開元（2004年4月8日）。新台灣之子遲緩易受排擠。**聯合晚報**。
取自 <http://mypaper.pchome.com.tw/vic321/post/1238402640>
- 衛生福利部社會及家庭署（2015）。隔代教養家庭生活需求及福利服務研究調

查期末報告。取自 file:///Users/Rebekah/Downloads/File_165357.pdf

蔡杰伶（2010）。優勢觀點為基礎之探索教育團體對感化教育少年增強權能的成效。

國立政治大學社會工作研究所碩士論文，台北市。

取自 <https://hdl.handle.net/11296/mc5djs>

蔡晴晴（2002）。單親家庭貧窮歷程之研究---以台中縣家扶中心受扶助家庭為例。

國立暨南國際大學社會政策與社會工作學系碩士論文，南投縣。

取自 <https://hdl.handle.net/11296/9amt4j>

潘淑滿(2003)。質性研究：理論與應用。臺北市：心理。

謝盛瑛（2013）。台灣社會工作實務者發展增強權能策略之探討。國立暨南國際

大學社會政策與社會工作學系碩士論文，南投縣。

取自 <https://hdl.handle.net/11296/kgdc7y>

謝永齡（2003）。青少年心理問題。香港：香港中文大學。

魏希聖譯(2009)。家庭社會工作。台北：洪葉出版社。

蘇惠靖（2009）。經濟弱勢女性單親家庭與正式社會支持之研究-台中縣個案分析。

靜宜大學青少年兒童福利研究所碩士論文，台中市。

取自 <https://hdl.handle.net/11296/dp95h6>

龔心怡、李靜儀（2015）。影響國中經濟弱勢學生之學業表現與中輟傾向之因素：

以「脈絡—自我—行動—結果」之動機發展自我系統模式為取向，*教育學研究期刊*，60（4），55-92

二、英文部分

Holden HM, et al. (2004) Galactokinase: structure, function and role in type II galactosemia. *Cell Mol Life Sci* 61(19-20): 2471-84

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.

Sale, P. L. (1992). *Ego and self-concept development among juvenile delinquent participants in adventure-based programming*, Peabody College for Teachers of Vanderbilt University.

附錄

附錄一 增強權能量表

以下是個人對於「生命」和「做決定」的一些觀點，請勾選最接近你現在感受的答案。

	非常 不同 意	不 同 意	同 意	非常 同意
1.當我做計畫時，我有把握事情可以成功。				
2.我對於自己做的決定具有信心				
3.我覺得自己是一個有價值的人				
4.我認為自己是個有能力的人				
5.只要我認為可能的事，就可以做到				
6.我能夠決定我生活中大部分的事情				
7.一旦設定目標，我會努力去達成				
8.我能樂觀地面對挫折				
9.我對生活感到無力				
10.我自覺無法和有權力的人對抗				
11.我認為運氣不好造成我生命中的不幸				
12.我通常感到孤獨				
13.我有勇氣面對困難				
14.我知道如何和別人維持良好的溝通				
15.我能夠清楚的向別人表達自己的想法				
16.與別人有不同的意見時，我能夠溝通和協調				
17.當我需要別人幫助時，我會向別人提出來				
18.我敢在公開場合表達與別人不同的意見				
19.當與別人意見不一致時，我可以保持心情的平靜				
20.別人會重視我說的話				
21.我覺得別人忽視我的存在				
22.我可以說服別人接受我的建議				
23.我覺得自己可以改變所處的環境				
24.人們一起努力，可以改變社會的環境				
25.人們如果團結起來，可以產生更大的社會力量				
26.採取行動就有可能解決社會問題				
27.社會的現實狀況不是市井小民可以改變的				
28.只要是對的事情，我敢向權威挑戰				
29.我願意參加集體行動來改善鄰里的問題				

	非常 不同 意	不 同 意	同 意	非常 同意
30.我願意參加集體行動來改善社會的問題				
31.我願意為社會上不公不義的事情挺身而出				
32.當人們遭遇不公平的社會對待時，我敢表達不滿的聲音				
33.如果要爭取自身的權益時，我知道可以找哪些人幫忙				
34.如果需要向社會或政府表達自己的聲音時，我可以找到管道				



附錄二 訪談大綱

一、 第一次訪談

1. 描述一下你的個性？你的優點、缺點？你喜歡自己的哪個部分？
2. 你的夢想是什麼？有沒有想過長大以後要做什麼？
3. 如果可以讓你改變一個跟你有關的事情，你會想做什麼改變？
4. 如果你接受了一個困難的任務，你會怎麼做？會想盡辦法去克服，還是停在那裡？或者直接決定放棄？
5. 形容一下你的家庭？你和家人的關係如何？在家中你跟誰比較好？為什麼會跟他比較好？
6. 當你的意見和家中的長輩不一樣時，你會怎麼做？怎麼樣的情況，你會改變做法？
7. 你最常跟你的好朋友聊什麼話題？你覺得他們願意聽你講話嗎？你願意聽他們講話嗎？如果你們吵架了，你會怎麼做？
8. 你認同「團結力量大」這句話嗎？你會想加入一個群體一起去改變周圍的狀況嗎？
9. 舉出幾件你發現在這個社會、家庭、學校或周圍不公平不公義的事情
10. 你通常會為你要做的事情預先做計劃，還是你會時候到了才開始想要怎麼樣進行？
11. 你對團體的期待？
12. 希望經過團體之後，能產生什麼改變？

二、 第二次訪談

1. 請談一下每一個活動過程的經驗及感受
2. 哪一個活動對你最有收穫？是什麼收穫？又是什麼原因讓你有這種收穫？
3. 哪個活動你最不喜歡？覺得最沒有意思、最沒有收穫？為什麼？
4. 這些活動對你自己個性的改變有沒有什麼影響？
5. 這些活動有影響你對家人的看法嗎？
6. 這些活動有沒有影響你對自己的看法？有沒有比較喜歡自己？
7. 這些活動有沒有影響你與朋友的相處？
8. 你對於夢想的實踐，有幾分的把握？在實踐夢想的過程，你願意付出什麼努力？
9. 如果遇到困難，你會怎麼做？
10. 分享一下，每一個活動中，引導員是怎麼引導你、引導團體的？
11. 引導員在帶領的過程，哪部分讓你印象最深刻？

附錄三 參與研究同意書

親愛的成員您好：

目前您所參與的『優勢團體對高風險少年增強權能之成效』研究，為政治大學社工所學生張齡方計畫與執行，指導教授為國立政治大學社會學所教授宋麗玉。

本研究希望您同意接受8次的優勢團體活動，活動中將提供各種活動任務讓您與團體成員一起進行體驗挑戰，每次活動時間約為一小時。

為有助於研究者完整紀錄整個團體歷程，過程中將會進行錄音，而錄音內容也將會被謄寫成團體紀錄，以供本研究分析之用。在研究報告的撰寫上，部分團體歷程中的對話內容將被引用，但這些資料皆會以「保密」與「匿名」的方式進行處理。研究者會小心保護您的權益，在研究結果的呈現上，將不會涉及任何可以辨識有關您個人身份的資料，最後研究資料的分析結果也會先給您過目，得到您再次的確認！

由於以上處理，將使您的隱私權受到足夠的保障，也希望您明白您參與本研究深具意義與價值。謝謝您的同意與協助！

敬祝

平安 學業進步！

國立政治大學社會工作研究所

指導教授 宋麗玉教授

研究生 張齡方

敬上

茲同意參與本研究，並享有以上權益之保護

參與者簽名：_____；日期：_____

研究者簽名：_____；日期：_____

附錄四 團體紀錄

團體次數：01		主題：當我們同在一起	缺席成員：無
團體目標	1. 拉近成員與領導者的關係，提升團體向心力 2. 引起興趣、激發參與團體動機 3. 訂定團體規範，建立團體信任 4. 發掘成員個別力量：優點、正向特質啟發		
優勢原則運用	1. 助人關係是基本且必要的：領導者透過自我揭露的方式，鼓勵成員勇敢說出自己，拉近彼此的關係與凝聚力，進而促使團體進行順利 2. 焦點在優點而不是病理：面對成員覺得自己不足的部分，領導者和其他成員會以實際例子給予回饋，帶對方看見自己已經擁有的優勢 3. 個人有能力成長學習和改變：成員透過描述自己的過去，進而看見自己的成長。		
團體規範	大部分的成員在團體中能做到「準時」、「互相尊重」、「專心」和「互相敞開分享」，並且皆同意對外「保密」，至於「不隨便噏人」，部分成員在第一次團體已能做到，少部分噏人動機為「好玩」和「由於不知道該聊什麼」的成員，還尚無法遵守，不過當領導者給予提醒後，頻率都漸漸變少。 大部分成員能做到「不要離題」，對於領導者給予的問題做正確回應，少部分成員或許是因為還不習慣與同儕聚在一起兩小時的分享方式，因此常常岔開話題，整個團體過程，領導者花很多時間在管秩序。 大部分成員在團體中能確實「不滑手機」，少數一兩個成員，因感覺團體無趣或不太善於反思自己，因而常常魂遊向外，在團體中拿起手機使用，不過當領導者給予提醒之後，皆會立即將手機收起。		
成員互動與團體動力	1. <心情分享>領導者請成員分享目前的心情。 起初不是每個成員都很願意互相聆聽，相鄰近的成員會聊起天來，領導者提醒之後，現象有改善。 分享心情的過程，同樣好奇團體的內容，B、G樂觀看待，H、A卻悲觀看待；而F和J同樣是剛帶完兒童活動，F對自己表現非常滿意，J已經在擔心下一次要帶的內容，整體來說大家對此團體是有安全感的。 每個人分享完之後，領導者針對自己的多重角色作一番解釋，為了拉近與成員的關係，並卸下成員的防衛。→輻射圓圈型溝通 2. <搭乘時光機>領導者請成員講出「自己到協會的年紀」和「在協會的成長」或「在協會印象深刻的事」。 成員在協會的年數至少都有四年，彼此間有一定的熟悉度，分享過程已將團體外的互動關係帶入團體中，提升了此階段的團體動力。在分享彼此對協會印象深刻之事時，成員間互相都很有共鳴，		

	七嘴八舌的談論一些有趣畫面，此時期的氣氛熱烈。成員若有提及自己在協會的成長，其他成員也是給出高度積極的聆聽。E在回饋單中提到，對於「成員所分享出的故事」最為印象深刻。→圓圈、自由漂浮型溝通 3. <優點大爆炸>成員按照男、女分組站在布幕兩邊，比賽誰先說出對方的優點。促使成員練習稱讚彼此，也透過聆聽他人的回饋而感覺被肯定。 此階段成員玩得很熱絡，每個成員都為了得分而在短時間內說出正向詞彙，雖然所說出的詞彙不一定符合所需形容的成員，但在遊戲過程中已經強化了成員正面詞彙的使用，刺激成員思考正面特質的形容詞。→圓圈、自由漂浮型溝通 4. <回顧影片>播放成員過去在協會的活動影片。 成員們在此時一陣大騷動，雖然表面上是互相虧來虧去，但也顯出團體動力足夠，此活動也間接增加了成員對過去彼此相處的印象。I在回饋單中提到，此次團體活動中，回顧影片的觀看對他印象最為深刻。→圓圈、自由漂浮型溝通 5. <你真的很優秀>每個成員拿有一些黏貼性的標籤紙，在標籤紙上寫下其他成員或自己的正向特質，一個標籤紙寫一項，寫完撕下送給自己或其他成員。 此活動能增加成員自信，也增加彼此相處的安全感。 在這個環節，每個成員不僅認真書寫，並且寫出來的特質都經過思考，每個特質背後都附著原因。而由於過往成員間很少有機會互相鼓勵，大部分都對於所得到的肯定感到驚喜，雖然有些人還是疑惑自己是否真的像別人講的那樣好，但在其他成員以實際舉例回饋之後，原本困惑的人都紛紛欣然接受這些稱讚，也認同自己有那些好特質，並且也在這個階段發現，大家平常只是沒有機會表達對彼此的喜歡。這一時段是整個團體當中，動力最強、彼此最互相配合的一個時段。A、B、F在回饋單中提到對此階段的活動最印象深刻；而除了J和E以外，其他成員皆發現自己與同儕的不同，不僅知道每個人身上有不同的特質，更因此看見自己身上有自己從來沒發現過的特質。→圓圈、自由漂浮型溝通 6. <最後小提醒>發海報紙，和成員達成團體規範的共識。 透過團體契約訂定的過程，釐清團體目標與成員期待，領導者也在此時強調「保密原則」，期盼能提高成員未來敞開的程度。 此階段每個成員的反應不同，有的成員很快就寫下幾點，有的成員一點都沒寫，或許是因為想回家了，也或許是過去的學習歷程，使成員習慣迎合領導者的期待，因此除了知道要寫「聽話」、「尊重發言人」之外，不知道還能寫什麼。此階段得到了一個大共
--	--

	識是未來的幾次團體都要有食物可吃，A、C、E、F、G、H、J更在回饋單中再度表達了一次。除此之外，成員也一致同意未來的團體時間不要互虧與岔題，以確保團體順利進行，不會太拖延。
團體氣氛	整個團體氣氛是熱烈的，大部分成員都認真參與團體，而由於成員間習慣以「打鬧」的方式互動，但過多的打鬧會干擾團體進行的流程，中間一段時間領導者花很多力氣在將焦點拉回來。 雖然正確來說，領導者應該把主導權還給團體成員，但由於這群青少年還在需要受管教的階段，領導者偶爾還是給予管教。 由於以上情況使得整體氣氛呈現部分分化情形，1/5成員未能與團體融合在一起，而投入的成員彼此之間都很熱烈地互相給予回饋與傾聽，並敞開的分享自己，享受在整個團體的過程，也從團體中得到肯定、提升自信。
特殊紀錄	1. A可能因為升上國中去了補習班、待在課後伴讀班的時間沒有其他成員長，以致漸漸的跟其他成員已經沒那麼熟悉，團體進行過程常常因著感覺尷尬而魂由向外、岔題回應，甚至有一度頻喊「肚子餓」，使其他成員被影響的向領導者要求東西吃。對於成員的分享，A有時會故意給出負面的回饋，但有時又能給予成員正確且精準的回饋，完全取決於他當下的心境。 2. B是所有成員當中最小的，之前課後班沒有跟大家一起上，所以跟其他成員很不熟，只跟J還H比較好，團體過程中的彼此回饋時間，大家比較沒有注意到他，好幾度在言談中透露出「無所謂」的感覺，但感覺是有點失落。團體進行到一半之後，I有努力對其示好。 3. E雖然很愛開玩笑，但他的玩笑都是正面的，會使團體氣氛提升的！ 4. F是團體的穩定劑，主動且正向的回應團體的問題 5. J感覺得出來有感受到此團體帶給他的安全感，以往他不願意說出自己的心情與想法，但在此次團體中，好幾度勇敢的講出了自己的內心話，而且講出來的話不再是那麼自憐與負面。J好幾度也主動給予同伴（F、B、H、A、I）鼓勵，並且當C噙他時，J也勇敢的反抗。團體後的回饋單，J雖然沒有表達正向的情緒詞彙，但卻也沒有表達負向的情緒詞彙。
團體目標達成度	領導者與協同領導者在過程中常常以自我揭露的方式做示範，每一次的示範都促使成員更敞開的分享自己，進而拉近了領導者與成員之間的關係。 大部分的成員在過程中揭露了許多自己的感覺與想法，雖然成員之間在團體形成之前就認識，但彼此之間在課伴班並沒有深入聊天的習慣，這個團體的行程，成功讓成員彼此更加認識。 第一次團體結束後，從回饋單得知成員參與團體的感受，除

	了」沒表示意見之外，其他成員回饋到「很棒」、「有趣」、「開心」…等正向詞彙，並且B、C、F、G在此團體中發現了同伴的不同面向，而A、B、C、D、F、H、I更是在別人眼中發現到了自己的不同，顯見此次團體確實有發掘到大部分成員個別的力量。 另外，有些成員已能在團體中彼此給予正面回饋，並且當有人岔開話題時，成員間也開始互相提醒，整個團體的凝聚力與默契漸漸形成，由此可知成員對團體、對彼此之間的信任程度是高的，也確實拉近了成員與領導者的關係，提升團體向心力，甚至引起興趣、激發參與團體動機，訂定團體規範時，也很快地達到共識，本次團體目標全數達成。 *整體團體活動成效評估：☐有待改善（目標達成率低於50%）☐尚可（目標達成率介於50-80%）☐佳（目標達成率介於80-100%）☒良好（目標達成率100%）
研究者觀察心得 & 團體檢討	其實還蠻感動的，雖然覺得準備的很不充分，但是成員都蠻投入在其中，並且在互相給予優點、互相回饋的部分，成員之間分享的很熱烈，只是可能因為活動都偏靜態與分享系列，青少年比較坐不住，也比較不太會反思，所以感覺大家有點痛苦，但都還是很努力的分享出自己！之後的回饋單可以延續大家回饋的動力，持續讓大家紀錄對彼此的發現。 團體凝聚力很夠了，只是因為在寫團體規範時，成員一致通過「不要亂開別人玩笑」（俗稱：不要嘴）之規定，但奇妙的是今天超多人在互相「嘴」，猜測大部分成員不喜歡被嘴卻不敢拒絕，可利用下次團體的一開始就帶大家分享此議題，釐清每個人對於此事的心情，有助於改善未來成員間的互動。

團體次數：02		主題：哇！我沒有這樣想過	缺席成員：A
團體目標	1. 增進成員了解，發現彼此的相同與不同之處，並學習彼此尊重 2. 透過書寫希望花田,促使成員用不同的眼光解讀過去的生命，進而提升復原力，找到未來生命的努力方向 3. 製造一個「能講出內心話」的平台，使成員在感到安全的氛圍下進行分享		
優勢原則運用	1. 案主是助人關係中的指導者：在領導者的詢問與鼓勵之下，成員主動做更深的反思與自我探索，進而帶動其他成員做深入的分享。 2. 助人關係被視為基本且必要的：成員彼此的關係越來越好，每個人更自在的做自己，向彼此說出內心話。而面對不小心犯錯的成員，其他成員會在領導者說話之前主動給予提醒;面對被誤會的成員，其他成員也會主動幫忙答腔。成員互相觀察彼此的需要與改變，並且給予彼此回饋。		

	3. 焦點在優點而不是病理：面對成員的負面行為或言語，領導者選擇看他講出來的動機，而不是單看表面的現象。
團體規範	團體開始前，成員已經主動互相提醒「不要嘴」、「不說髒話」..等規範，並且皆於團體時間開始之前抵達。領導者也在團體剛開始時跟成員強調「保密」的重要性。進行主題活動「兒時照片猜猜樂」、「說書人」時，成員真誠的分享故事，並且專心、耐心的互相聆聽，不輕易批評彼此的發言，互相尊重，並且彼此真誠的回饋。
成員互動與團體動力	1. <心情分享>領導者請成員分享目前的心情。 E、F、H、I、J 爭相分享自己目前的心情，也會熱情地回應領導者提出的問題。成員中有三位心情不是那麼好：H 很傷心自己在前一晚被父親罵、J 很煩惱接下來兒童活動的內容、E 很擔心當時香港的狀況。其他成員的心情相較之下較正面，C 沒有分享自己的心情，但會聆聽同儕的分享，抓到時間以開玩笑的方式回應同儕。→自由漂浮型溝通 2. <想想我們的約定>領導者將大部分成員容易違反的團體規範提出來分享與討論。 領導者詢問每個成員「每次嘴人」的動機，成員輪番分享自己的想法，B、C、E、G、I、J 覺得嘴人很有趣，而且可以增進關係；H 覺得沒什麼特別原因，單純想罵人；F、J 表示因為不知道該說什麼，J 更強調他自己怕沈默。 此環節促使成員反思了自己平時說話的動機，也促使成員了解彼此的需要。領導者在此環節也特別提醒，不是每個人都覺得被噓是開心的事情，期待成員未來在做出此行為之前，多為彼此著想。領導者也向成員說明在此團體中「保持沈默是被允許的」，期待成員能好好的自在做自己，不為了去迎合誰。→輻射圓圈型溝通 3. <兒時照片猜猜樂>領導者事先蒐集好成員的兒時照片，請成員猜測誰是誰。 所有成員對此活動反應熱烈，紛紛爭相進行猜測，C 在此階段主導性強，很興奮的一直透露出線索，使得大部分成員皆能猜正確，少數猜不到的時候，成員臉上會露出苦惱的表情，事後的回饋單中，D 表示此活動最為印象深刻，F 也表達在此活動發現了 G 猜照片的厲害，整體來說此活動的參與度極高。→自由漂浮型溝通 4. <圖卡說書人>領導者事先備好題目，發下一人一疊圖卡，請成員輪流從眾多題目中選出想分享的題目，從手上挑一張圖卡進行故事的分享。 透過遊戲讓成員講出自己的生命故事，並其他成員輪流給予回饋。成員反應相當熱烈，為了在遊戲當中獲勝，成員高專注聆聽彼此的故事，連當天心情不好的 H，也停止鬧脾氣專注參與活動。事

	後回饋單書寫時，C、E、F、G、H對此活動最印象深刻，並且H更回饋到「能講出心事很舒坦」。→圓圈、自由漂浮型溝通 5. <影片播放>播放兩段影片做輔佐。 領導者在每個成員皆分享完以前的故事之後，提醒成員「過去的經驗都將成為生命的養分，每個人都有優勢和自我修復的能力」。為了加強此概念，播放「梁文音的成長故事影片」和「青少年騎單輪車的影片」。此階段的團體動力有點下滑，分析原因是大部分的成員對藝人梁文音並不熟悉。但事後看回饋單發現，B對此階段印象最為深刻。→輻射型溝通 6. <希望花田書寫>請成員透過回顧過往生命來找找自己的優勢。 領導者發下「希望花田」學習單，請成員回顧自己在團體前受訪時所訂定的目標，並思考過去是否有類似的事件發生，在那些類似的事件中有沒有正面、值得紀錄的地方？H於此階段低落了起來，不願意認真對待。 最後因為團體時間不夠，領導者讓成員將花田帶回家寫，請成員於下次團體時帶來。事後的回饋單顯出，I對此階段最印象深刻。→輻射型溝通
團體氣氛	大致團體氣氛是熱烈的，成員都能對領導者給出的指令服從，而在團體開始初期，領導者將規範「不要嘴」特別提出來強調，對後續的團體動力很有幫助。 「兒時照片猜猜樂」與「圖卡說書人」二活動的團體動力極高，過程中沒有成員魂遊向外，每個成員對彼此積極傾聽與熱情回饋。團體結束後，成員將彼此在遊戲中的分享深刻記在腦海裡，事後幾個成員皆回饋到此次團體讓他們「更了解成員的其他面向」。

特殊紀錄	1. B積極投入團體，對團體產生安全感，在說書人階段時，主動分享一件自己過去感到非常辛苦的事件，事後寫回饋單時，也表示至今想起來過去仍然覺得痛苦。 2. C嘴別人的頻率有點高，特別愛嘴J。而以他今天的分享「嘴人會先想一下」，可以發現他是在乎「關係」的，而且也在回饋單上寫「以前都沒什麼人在回答問題，今天看到一些人的改變」，也顯出他的敏銳觀察力。 3. E積極參與每個環節，並在I講完話之後說「白白得來的恩典」。顯示出平常協會給予的鼓勵與教導，他都有聽進去。 4. F最近在協會帶兒童活動越來越上手，自信完全顯示在臉上，對團體認真傾聽，真誠給予回饋。而也在領導者提醒規範的環節，發現自己是喜歡嘴別人卻討厭被嘴的人 5. H今天為了家裡的事很沮喪，一直不願意配合團體，而為了讓團體進行下去，領導者先請H收起情緒，雖然他極度不願意，但在說書人活動時，H有暫時收起情緒、配合活動，直到寫「希望花田」時，他再度崩潰，事後經過領導者將她帶至小房間詢問，得到的回應是「不想要回憶家裡的事、家裡讓他感覺很煩」。 6. I在說書人故事時，對每張圖片的出現很有興趣，甚至開口稱讚圖片上的現象。團體中途離席講電話之後回來，心情不好。 7. J跟上次團體一樣的願意將內心感覺說出來回饋同儕，只是回饋單都寫「覺得自己沒什麼變化」，可能還沒發現自己願意講出來就是一種改變。團體前面有想要講一些話，但有點被忽略，再加上C會一直嘴他，所以團體中間有一度不講話，但後來又比較好。說書人故事時，J很積極的在猜圖片，整個活動也很努力想要與人連結。被C嘴的時候，比以往勇敢的回應「你很壞欸」
團體目標達成度	從回饋單中發現，除了H和J以外，其他成員對於此次團體都很滿意。不過，H雖然心情不好，仍然在回饋單中表達「講出心事很舒坦」，並且B、D、G、I四位成員也提到他們已更願意與人分享自己，G、C更是在回饋單中寫道「大家很認真參與活動」，可見不僅研究者單方面認為此團體已製造出「能講內心話」的平台，成員也意識到此團體是有安全感的，而成員在聆聽彼此的分享中，不僅增進對彼此的理解，也更多認識了自己。 「希望花田」書寫時，成員皆能看見自己想要的目標，但在回顧生命過去成功經驗時，卻比較寫不出來，這樣的現象可能代表兩個意義，其一為成員過去皆用較為「悲觀」或「無所謂」的心態在看事情；其二為成員較傾向「結果論」，當過去的經驗不符合他們的期待，便不覺得過程有什麼意義，因此無法用「優勢眼光」來看待。但不管是哪個原因，只要領導者或協同領導者稍微提點一下，成員也願意並能夠學著「優勢過去」。因此，此次團體目標算是大部分達成。 * 整體團體活動成效評估：☐有待改善（目標達成率低於50%）☐尚可（目標達成率介於50-80%）☒佳（目標達成率介於80-100%）

	□良好（目標達成率100%）
研究者觀察心得&團體檢討	團體執行流程的部分，「圖卡說書人」銜接到「影片播放」之間，銜接得有點奇怪！不確定成員是否能夠抓到我要表達的重點。 「圖卡說書人」的設計起初是想引導成員思想希望花田的題目，但礙於一次給成員太多選擇，導致成員幾乎都選擇分享正面的過去，若還有機會，此活動應該分兩次進行，一次請成員全體分享正面的故事，另一次都規定成員分享負面的經驗，這樣似乎才比較能接著看勵志影片。 而這也許是成員於後面一個重點階段「希望花田」寫不太出來的原因，他們無法看見自己生命的復元力，眼光還侷限在所經歷的正向事情與負向事情，還無法從事件中找到自己的優勢。 成員似乎還是沒辦法直接將所分享的連結到所擁有的資源，整個團體動力在這部分卡住，成員不太有辦法寫出來。未來需要在這方面多著墨，用一些活動促使成員反思如何自身擁有的資源，並考慮在回饋單的部分，多讓他們表達所看見彼此的成長。 而團體進行的時間很難在兩小時之內完成，但超過兩小時的話，成員又開始表現出不耐煩。有點沮喪，想到一開始團體動力越來越提升，卻在中間「圖卡說書人」到「影片播放」時下滑了許多，這其實應該是我一開始就要想到的現象，帶團體真的不是一件容易的事，還好這些成員本身凝聚力夠，動力下滑沒有造成太大的學習影響。

團體次數：03		主題：我在身上找到寶!	缺席成員：無
團體目標	1. 強化成員間互助的力量，提升彼此的信任度 2. 使成員看見自身擁有的內外優勢，進而增強權能感 3. 使成員用不同的眼光解讀過去的生命，進而提升復元力，找到未來生命的努力方向		
優勢原則運用	1. 焦點在優點而非病理：同個狀況，成員開始學習看過程的優勢、值得感恩之處，而非不好的結果、失敗的過去、自身的缺點。 2. 案主是助人關係中的指導者：領導者讓成員決定自己想要達成的目標、自行體會決定所造成的結果。 3. 個人有能力成長學習和改變：成員開始能察覺到自己的變化，覺察到自己過往的行為模式。		
團體規範	由於此次團體需要成員分享自己更內心的事情，領導者多番強調「傾聽」、「保密，出去就不要再講了」兩個原則，而成員也確實遵守。在團體進行過程中，多數成員也主動給予彼此回饋與鼓勵，並且尊重每個成員的發言。		
成員互動與	1. <你說我聽>領導者將成員前兩次寫的正向回饋,匿名公布給其他團體成員。		

團體動力	氣氛輕鬆、討論熱烈，提升了接下來的分享敞開程度。從團體回饋單中得知，H和J對此階段最印象深刻。 2. <心情分享>領導者請成員為當周心情評分(1-10),並分享一件事。 大部分成員的心情都落在6以上，不過因為成員對分數的定義不同，因此很難單從分數作心情好壞的表明。I與D因著看見所帶的小朋友成長而開心，J、D、G為著能來到據點感到開心，H、C和E的心情比較低落：E為著經濟很困擾，不想讓媽媽這麼辛苦，因而正在主動找方法解決問題；H因著被據點老師唸而感覺不開心；C因為感覺自己當天運氣不好而不開心。 成員於此階段主動互相關心、回饋彼此的近況。→圓圈型、自由漂浮型 3. <換一個角度>領導者用媒材引導成員思考事情的另一個面向。 領導者起初先請成員觀看投影片上的兩張圖片（兩張圖片都顯示出2種以上的圖樣，不同角度觀看可以得到不同的結果），輪流說出自己所見到的樣貌，最後帶出結論：每件事情有許多面向，而我們要學習看正向。 再者，領導者以C在前一階段所分享的事情做例證，請成員反思如何用另外的角度看待C發生的事件，成員皆很認真的思考與回應，以優勢的角度幫C看見事情好的一面，並給予安慰，最後領導者再次提醒面對事情之「態度」的重要性，團體動力高。→自由漂浮型 4. <從過去到未來>引導成員從自己的過去看見有盼望的未來。 請成員從「希望花田學習單」裡選出一項「最想改變」的情況，描述與選擇之情況相關的故事（過去、現在、未來的圖像），成員於此階段都分享出一個目前很想改變的狀況，並且學習正向看待目前的處境，雖然還有不滿意，但皆願意選擇相信「時候到了，一定可以達成目標」。分享過程成員都很專注聆聽，並適時的給出回饋與鼓勵。 從回饋單中可得知，此階段讓B、E、F、G最為印象深刻，而H也提及自己當次團體的收穫是「可以聽到別人的故事」，G更表達希望可以聽到更多別人的故事。→圓圈型、自由漂浮型 5. <找亮點>請成員針對上一階段所描述的情況，思考目前狀態下擁有的內在優勢（特質）、外在優勢（資源），將其一一記錄下來並詳細說明原因。 領導者在此階段先以D的例子做舉例，以此例帶成員去思考自己沒發現過的向度，並發下第一次團體寫的「周哈里窗」供成員對照，過程中再次用H的例子來做示範。 大部分成員冷靜下來書寫時都能寫出優勢，而當少部分成員想不
------	--

	出來時，其他人也會給予建議，幫忙找出事情的正面價值，從成員彼此互相給予建議的過程，領導者看見他們皆有將過去兩次團體所強調的重點吸收進去。→自由漂浮型 6. <我就知道這是你！>領導者匿名將成員所寫的優勢輪番念出來，透過競賽的方式讓成員猜測對象，以強化成員對彼此分享之內容的記憶。 成員反應熱烈，不論是以優勢特質來判斷答案，或是以觀察同儕的臉部表情來判斷，每個成員皆專注在活動中，並猜出正確答案。→自由漂浮型 7. <遇見未來的自己>請成員寫封信給「未來達成夢想的自己」。 此題為回饋單的最後一題。事後整理回饋單發現，所有成員都先恭喜自己目標達成，並且大部分的成員都感謝自己的努力，也給自己一些繼續向前努力的忠告。由此可發現，成員生命中的確擁有復元力，只是需要被提醒，帶他們發現與看見。
團體氣氛	成員多次主動以優勢回饋彼此，除了H中間一度情緒崩潰之外，整個團體氣氛是熱烈的，氣氛最熱烈的有兩個時期，一是起初領導者以C故事做例子，請成員給予正向回饋的時候；二是成員寫完優勢，領導者請成員彼此猜測的時候。中間成員輪番以圖卡描述「希望」時，大家也都給予高度專注，而後成員書寫優勢時，彼此間爭相互助，主動給予建議。
特殊紀錄	1. A從頭到尾都保持在高參與度。她對周遭人事物觀察入微，並且產生高學習力。團體過程中，常常能準確地給予同儕優勢的回應。 2. C雖然對當天早上歷經的事件感到沮喪，但在同儕幫忙思考其中優勢後，心有安定下來。整個團體過程，C相較於過去兩次，這次比較不會那麼常嗆人。 3. 團體進行到一半，有個E的好朋友甲來陪伴，他以為這個活動是跟以往一樣，每個人都可以被邀請參與的，領導者在解釋一番之後，請他在旁邊自己做自己的事。而中途E在書寫需要幫忙時，領導者來不及反應，他便直接給予幫助，後來領導者經過評估，認為他給予的是正面的幫助，就不繼續阻止。 4. E對周遭事物觀察入微，但在思考自己優勢的時候遇到了些瓶頸，好朋友甲便於此階段直接給予幫助；領導者也在團體中期帶E看見自己平常習慣性的模式。而最後填寫回饋單時，E寫到他於此團體「學到了要正面思考」，研究者不太能確定自己是哪個環節讓他學習到了這件事。 5. F在整個團體都保持在高參與度，團體中期，F能夠將前一階段所學的，舉一反三運用在後面的活動中。並且，他在最後的回饋單中表達，很開心有這個團體，而且發現成員的信任度提升了，大家開始會向彼此分享自己的心事。

	6. 寫優勢的時候，領導者帶H看見「獨處」的優勢，但H無法接受，嘴巴說著「我不喜歡獨處」並開始鬧情緒。後來領導者走到其他成員身邊給予建議，H也氣衝衝的回嘴。最後當領導者鼓勵成員彼此幫助時，H更是說「我不想問，我也不知道要問什麼」。除此之外，當H負向情緒沒那麼高昂時，其仍然可以在領導者的引導下，意識到自己要「先有意願」，才能改善目前情況。 7. I從一開始的近況分享，直到最後的寫信給自己，都保持在高參與度。並且從他分享的「希望」內容中，可以感受到她對家庭的愛。此成員雖然常常被家人嚴格要求，但心中仍然是愛著家的，感覺得出來是個生命非常有韌性的孩子。在回饋單中，I更是有察覺自己可以不帶情緒的把心情說出來，這是他在此次團體中的收穫。 8. J從頭到尾都保持在高參與度。團體中分享「希望」時，提到已看見了自己的改變！最後寫回饋單時，對於自己為目標所做的努力，更是提到「沒什麼努力，或許有只是沒看到」，過往他都不承認自己的好，這是一個大突破。
團體目標達成度	<從過去到未來>、<找亮點>二活動確實有發掘出案主的內在力量，幫助成員以不同的角度看待過去，並用正向眼光看自己。惟所訂目標不夠具體，仍然太大，很難直接付出行動，但成員已能漸漸從困難中看見優勢，進而逐步增強權能感。<找亮點>的活動確實使成員看見自身擁有的內外優勢，每個成員都寫出至少4個優勢，不僅提升權能感，也開始以不同的眼光解讀過去的生命，提升復原力。 對於未來生命的努力方向，從<寫給未來自己的一封信>可以發現，成員皆對未來有期待，並且相信自己辦得到，並且除了I、J以外，其他成員皆表示會盡力達成。 整個團體進行的過程，成員不僅主動互相支持與鼓勵，願意敞開自己在眾人面前，更願意在眾人面前給出自己的意見，除此之外，成員也在回饋單中表達對團體的肯定，C、D、F、G、I更是直接感謝成員在此次團體的專注與敞開。 * 整體團體活動成效評估：☐有待改善（目標達成率低於50%）☐尚可（目標達成率介於50-80%）☐佳（目標達成率介於80-100%）☒良好（目標達成率100%）
研究者觀察心得 & 團體檢討	或許是成員年紀皆為青少年的關係，我發現他們在觀察別人都很仔細與正確，但要他們說自己的時候，都說得很吃力，比較看不見自己。J更是一個鮮明的例子，他都很會鼓勵別人，但都很負面的形容自己。 活動部分，用C的實際案例起初不在計畫中，是我當下聽到C的例子之後，就抱持「可以多一個例子」的心態使用，沒想到結果超乎預期好！未來在舉例時，可以多多使用成員彼此間的案例！ 當初設計<從過去到未來>的活動時，沒有考慮到青少年以

	圖案聯想實際情境的能力，導致可能對一些人來講，造成了反效果，不但沒有幫助他們聯想，反而讓他們興致缺缺、沒學到任何事物。 不過整體來講，這次團體非常好，不論是成員彼此的互動，或是我自己引導他們的話語，我覺得我和成員們的優勢力都提升了！
--	--

團體次數：04		主題：你我都是好農夫	缺席成員：無
團體目標	1. 發掘成員的力量，增加成員的權能感與希望感 2. 促使成員為自己的目標訂下實際之行動策略 3. 透過成員互助的過程，提升彼此使用新資源的信心		
優勢原則運用	1. 社區是資源的綠洲：成員彼此幫助給予意見，帶彼此看見周圍的資源豐富 2. 助人關係被視為基本且必要的：一個成員的分享，能夠促發其他成員的分享，而當成員被其他同儕給予正向回饋時，信心會因此提升。再者，成員彼此會互相提醒「領導者曾經說過的話」。 3. 個人有能力成長學習和改變：成員會察覺到自己的變化，變得越來越正向，也開始彼此鼓勵看事情的正面角度		
團體規範	在團體開始初期，領導者將規範「不要嘴」特別提出來強調，對後續的團體動力很有幫助。		
成員互動與團體動力	1. <你說我聽>領導者將成員在第三次回饋單中對他人的正向回饋匿名公布給其他團體成員，此時期成員邊吃著點心。 H看到自己的回饋被貼在投影片上很興奮，並且自己爆料那是他寫的，事後在回饋單上也表達此階段令她最為印象深刻。 2. <心情分享>成員反思當天的心情最符合電影「腦筋急轉彎」那個角色。 A、D、F、H說自己像劇中的「樂樂」，其中H是因著能罵弟弟覺得痛快，A因著看見協會某位小朋友而感覺愉快，其他兩位因著沒發生其他不好的事而覺得愉快，每個成員在分享時，其他成員給予熱烈回饋。 C、E、G說自己像劇中的「憂憂」，而當領導者進一步詢問如何改善憂愁的情緒時，C和E分別回答了「長高」與「找到工作」，G則是不想結束暑假。 有著「驚驚」情緒的是I和J，I的原因是找不到耳機，而J雖然還在擔心兒童活動沒有素材，但也表達已經有自行尋求B和另一個不在團體內的成員之幫助。 B為著協會老師誤會他而感到憤怒，卻也表達不敢去溝通，領		

	導者趁機鼓勵他未來去試試看，也藉此跟全體成員表示，每個人都可以好好的表達想法，沒有一個人的想法應該被犧牲→圓圈、自由漂浮型溝通 3. <我看見亮光>請成員分享幾次團體下來，在自己和他人身上看到的改變。 在分享他人的改變時，J被一半的成員回饋，可以發現J轉變之大，連成員都有看見！ 所有成員都有看見別人身上的改變，但只有C、D、G、F、J看見自己的改變。在此活動最後，領導者向全體成員說明這段分享的目的，為的是讓成員透過聆聽彼此而拉近距離，此時J對於領導者的分享表示贊同。→圓圈、自由漂浮型溝通 4. <花田需要再次耕耘>請成員輪流分享自己的短期目標、信心程度、可能遇到之困難，並記錄下成員的回饋。 藉由這樣的過程，製造一個能讓成員彼此分享與回饋、互相幫助的機會，以提升權能。過程中成員間的分享很熱絡，成員的回應會互相牽動、彼此影響，互相耕耘彼此的希望花田。 從回饋單還可以發現，A、C、E、F、G、I非常喜歡這部分，紛紛對於得到許多建議感到滿意，E和G更是表達會想要開始嘗試自己的才能。→圓圈、自由漂浮型溝通 5. <我們都在螺旋上升中>領導者以「螺旋上升」的圖片帶出一個觀念並做總結：雖然人生起起伏伏，但總是在往前進的！此階段成員非常專心地聆聽著，這個新觀念有激勵到大部分成員。 事後整理回饋單發現，B和D對此概念最印象深刻。→輻射型溝通
團體氣氛	用點心開始團體，成功的讓成員放下緊繃的心情，也能增加成員參與的興致。<心情分享>時，在C分享完自己後，I和E分別開了一點玩笑；當I分享了耳機不見之心情後，C、G、B紛紛主動給予鼓勵；輪到G分享完之後，其他成員也主動給予回應，有的人是同理她，有的人回饋事情的另一面向給他們。 到了主要活動內容，在領導者請成員互相為彼此的目標給回饋建議時，成員間都蠻願意給彼此建議的，成員天馬行空的發揮想像力，每個講出來都很開心，其中F和E都給了成員們許多具體建議，使大部分成員都被正增強到，對這個環節印象深刻，以上總總可以看出成員間感情升溫、關係拉近，越來越主動互相支持與鼓勵，將愛給出去。 雖然整體回饋時間拉得有點長，中間有一段成員顯得不太專心，但從團體回饋單看來，這一部份仍然成為成員最印象深刻的一環。

特殊紀錄	1. 當I提到想改善與家人的關係時，F、A、J也主動講出自己跟家人關係也不好，而J更透露出自己的無助，表示出他已經詢問過很多人，也沒什麼解決辦法；成員在做回應時，是建立在對彼此的認識之上。 2. F給予大部分成員許多實際的建議，每個成員聽了都感覺受用，紛紛在團體回饋單上表達對F刮目相看。 3. I在H覺得自己跟弟弟妹妹不好時，回饋她很羨慕H有跟她年近相似的弟弟妹妹，雖然H不以為然，但這樣的回饋也強化 I 自己看弟弟的眼光。 4. J 在分享心情時，主動講了很多自己的心情，並且主動澄清情緒已不如以往強烈，由此可知J已經漸漸長出「復原力」，即便遇到挫折，在他生命裡仍有可以面對的能力。
團體目標達成度	成員看彼此越來越正向，關係也越來越靠近。在彼此的互相影響之下，成員確實於此團體中為自己定下1-2個半年內實際可行動之短期目標，信心程度介於3-8（滿分10）之間，只不過每個成員對於分數的定義不同，從理由看來，成員大多仍對自己低自信，雖然希望達成，卻不太相信能以達成，「怕失敗」的情緒使他們在設定目標時，比較是找相對簡單的來試試看。可見成員在「知道」與「做到」之間還有一段距離，但這段距離卻不能抹去他們知道的事實。 因著成員在團體中能夠輪流主動給出彼此建議，再次證明成員心中是有「方法」的，只是環境因素使他們感到不太有改變的希望，而對於自己目前的年紀，又覺得不太有辦法改變什麼環境。 整個團體目標看來是有達成的，成員有為自己訂下明確目標，也能給予別人建議，間接看見自己的能力，未來在執行過程需要繼續彼此鼓勵。 * 整體團體活動成效評估：☐有待改善（目標達成率低於50%）☐尚可（目標達成率介於50-80%）☒佳（目標達成率介於80-100%）☐良好（目標達成率100%）
研究者觀察心得 & 團體檢討	耕耘希望花田的時候，結果令我意外，每個成員天馬行空的發揮想像力，講出來的時候都很開心，這讓我想到，以前在帶他們做其他活動的時候，會對於他們亂想鬼點子很生氣，這次團體結束，我突然對於過去他們的行為改觀了，這群孩子是在發揮創造力呀！而很多解決問題的辦法，也真的是先隨意、毫無範圍的思想，最後才從眾多想法中篩選出最好的呀。只是未來要更多透過團體動力來為他們彼此打氣，使他們更多被提醒自己是有能力的，如此成員才有可能持續改變下去，不容易碰到問題就放棄。

團體次數：05	主題：我可以勇敢跨越！	缺席成員：無
團體目標	1. 發掘成員的力量，提升成員實踐目標的決心 2. 促使成員明白且願意為夢想「勇敢跨一步」並「忍耐等候」	
優勢原則運用	1. 助人關係被視為基本且必要的：成員之間的關係越加深厚，彼此越會主動的分享與互動，領導者相對不用花太多力氣在管秩序，團體所欲帶出的觀念能更準確被成員吸收。 2. 焦點在優點而非病理：成員間的關係越來越深厚，彼此間的對話更加以「愛」為基礎，談話間的防衛心更低。 3. 案主是助人關係中的指導者：成員決定自己未來的目標與走向，並自行決定從哪一項目標先開始嘗試。	
團體規範	在團體開始初期，領導者將規範「不要嘴」、「保密」特別提出來強調，對後續的團體動力很有幫助。整個團體過程已經不太有人互相開負面的玩笑，反而是更多的彼此幫助。	
團體摘要 團體動力 成員互動	1. <記好你我的約定>由於等待成員加入的過程，來了一位過去未參與團體的成員，領導者讓其在一旁旁聽之外，也再次重申了團體規則。大家表示願意遵守。 2. <你說我聽>領導者將成員在第四次回饋單中對他人的正向回饋匿名公布給其他團體成員。 E和F是最多人回饋到的對象，當下F和J對於A與C寫的描述有點不滿意，主動在此階段提出疑問。 3. <幸福指數分享> 領導者請成員在數字1-10中，選一個數字做目前的幸福指數，並且輪流分享。 同樣是開心的情緒，B、D、G、J的原因是可以來到協會，F開心原因來自於能帶協會兒童，H對於能隱瞞著家人而感到開心，C為著有朋友相伴著玩樂感到雀躍，A的原因則是沒發生什麼不好的事。而E很累、I為著自己帶活動不能自由發揮感覺懊惱。 整體分享中，成員皆很認真的聆聽並且給予回饋，此階段熱絡回應者為I、C、F、G、E。→圓圈、自由漂浮型溝通 4. <攻佔堡壘>男、女攻守輪流，攻佔堡壘的人要負責越過重重關卡找到自己想要的特質與優勢，負責守護堡壘的人要負責想關卡給敵方闖關。 起初成員對於遊戲玩法感到困惑，但沒有人不耐煩，也沒有人拒絕繼續進行遊戲，每個人都很努力的想要搞懂玩法。遊戲開始後，沒有人想當第一個玩家，後來A不情願的被派出來，還詢問「此遊戲是否有保險」，顯出內心的擔憂。 攻守交換，男生派出的是F，相較於女生，男生較團結的告訴F特質與位置，並且當F找到了特質，即將開始做仰臥起坐時，I貼心地說了一句「會痛的話跟我說」，由此可見成員之間流露的「愛」。 事後從回饋單中可發現，A、D、E、H、I、J對此階段印象最為深刻。→圓圈、自由漂浮型溝通 5. <攻佔堡壘反思>領導者帶成員反思，請每個人分享從這個遊戲當中的體會。 成員輪番分享出，一個人真正要順利完成挑戰、實現目標的原因，	

	包含了「信心」、「意志力」、「勇氣」、「勇敢」、「聽得懂指揮並順從」、「耐心」…等要素。 領導者在每個人都分享過後，向大家強調「勇氣」這一項，鼓勵成員改變的重點在於自己的心，「願意勇敢」的跨出未知的第一步非常重要。 回顧事後回饋單可發現，E、I、F、A認同同伴、耐心與勇氣的重要性。→圓圈、自由漂浮型溝通 6. <確立目標向前走>請成員決定「能夠開始付出行動」的確切目標，並輪流分享。此階段的最後，領導者請成員寫「時空膠囊」，提升成員實現夢想的決心。 在被要求寫時空膠囊時，成員們花了一些時間進行焦慮的對話，紛紛認為自己的目標不可能實現，領導者與協同領導者在此階段一個個與之回應，成員彼此之間也會互相提醒，漸漸的成員都寫出了目標。 從回饋單發現，G對此階段印象深刻→圓圈、自由漂浮型溝通 7. <站在巨人的肩膀上>播放林書豪的夢想實現影片給成員看，影片當中強調：凡事不要放棄、不要妥協、不要失去盼望，並且真正的勇敢是在大家面前坦承，然後勇於面對自己的脆弱。 領導者進而鼓勵成員：不用拿自己的夢想跟別人比較，確立了目標就「勇敢」去做，雖然在追求夢想的過程會遇到瓶頸，但「忍耐等候」是一個過程，我們都需要度過他，才會到達終點。
團體氣氛	這一次的團體活動，基本上是非常團結的一次。成員認真的參與也認真的聆聽，並且主動的給予彼此回應。 不過在思想實際要行動的目標，並且當成員被要求寫「時空膠囊」時，成員又落入一番掙扎，也許是想到了一些實際的環境，便開始不相信自己的能力。不過在此階段，成員仍然能夠互相幫忙得想出好點子，只是沒辦法幫助自己。 到最後看影片的時候，成員似乎都累了。
特殊紀錄	1. E：今天有好朋友來團體陪伴，幫助他在思想實際計畫時，更加有方向。 2. I：在訂定實際計畫的時候，因為本來訂的目標是”家庭和樂”，但最近因為聽到要分家，覺得自己的目標不會再是可行的目標了，想到這裡心情非常低落，也沒辦法再想到其他目標。 3. H：訂定實際計畫的時候，覺得上一次團體別人給的建議不可能達成，而自己最想達成的雖然是「跟朋友出去」，但礙於父母很喜歡幫他報課輔班的活動，又加上父母不太同意他跟朋友出去，他對此很有情緒。言談間還透露出他起初渴望的夢想(畫畫)不再有可能了，因為父母要求他去讀軍校。她感覺自己”完蛋了”，因為他的生活都是被父母掌控…自認為EQ好，但她講這句話時，其實正帶著不好的情緒。
團體目標達成度	雖然此次團體讓成員在寫實際目標時落入焦慮的情緒裡，但從回饋單看來，八成成員對參與團體是感覺到「開心」的，而大部份成員也在遊戲<攻佔堡壘>中體會到「勇敢」和「找同伴一起」的好處。

	對於即將開始的目標，B、F、G 感覺到更多的自信，C 沒什麼想法，H 甚至不想計畫，A、E、D、I、J 雖然感覺到害怕，但也從心情當中可以發現，大部分成員們都有開始相信改變的可能。 * 整體團體活動成效評估：☐有待改善（目標達成率低於50%）☒尚可（目標達成率介於50-80%）☐佳（目標達成率介於80-100%）☐良好（目標達成率100%）
研究者觀察心得 & 團體檢討	<攻佔堡壘>本來期待能讓每個成員都玩到，但沒想到一局花的時間太多，倒致不是每個成員都能體會到活動想帶來的觀念。林書豪影片撥放時間，感覺到大家身心已經累了，效果沒有想像中好，未來可以改成在設定目標前看。 不過雖然如此，上面這兩個活動仍然有一些人印象深刻，可以推測青少年真的不需要太過繁複的活動，小小的活動就可以帶他們反思到一些重點。

團體次數：06		主題：解決問題缺我不可！	缺席成員：無
團體目標	1. 促使成員看見自己有「解決問題」的能力 2. 創造一個機會使成員真實體驗到團隊合作的好處，進而提升成員未來自動互助的意願 3. 創造一個解決問題的成功經驗，提升成員對問題解決的自信		
優勢原則運用	1. 焦點在優點而非病理：遊戲過程需要看成員所擁有的，而非一直注視著成員所沒有的，才有助於完成遊戲。在遊戲之後的分享過程，成員正向回饋彼此為團隊的付出。 2. 社區是資源的綠洲：成員需要不斷觀察周邊環境，找找哪些是可以幫助破關的資源。 3. 助人關係被視為基本且必要的：彼此合作共同解決一個難關。		
團體規範	遊戲開始之前，店員向成員說明規則和注意事項，請成員不要亂碰有寫「禁止」告示牌的物品，之後講解遊戲情境，便開始進行遊戲。		
團體摘要 團體動力 成員互動	1. <集合>全體成員由C帶隊從據點出發，A從桃園家自行前往，領導者在目的捷運站與全體學員們會合。 2. <講解與遊戲開始>到了密室逃脫遊玩地點，店員請成員就坐之後，講了遊戲規則，開始遊戲之後，領導者和店員在一旁觀察成員互動。 3. <反思討論>密室逃脫成功，領導者帶成員們到附近麥當勞，針對密室逃脫的過程作分享。以下簡單紀錄成員所說的話。 (1) 分享<能成功破關的關鍵> a. 店員不斷給提示（F）。 F認為成員間「沒有很團結的分享彼此擁有的資源」（例如：找到提示的當下，沒有立即分享出來），C認為「成員年紀太小」，I回答「因為我們相處太久而不信任彼此」。 對此，領導者舉例了H在C試著解出密碼時給予C提醒，以此		

	表示成員其實還是有彼此分享資源。 b. 有人默默重複試著同一個環節（I），即便是土法煉鋼的方式，還是會去試。 領導者藉此分享了自己的觀察：當成員聽到線索時，大家容易一群人一起往線索衝，但在沒有人告知任何線索之前，成員嘴上很常會說「放棄吧」！ c. 同伴互相提醒(J)。 (2) 分享<自己或團隊成員在過程中發揮的特質> a. 尋找：F因為有玩過，所以一進去密室逃脫就知道要到處亂找。C也肯定了F和J的尋找能力。到水關的時候，I因為自己很愛水，所以主動下水多次尋找線索，A與H也同意I幫了很多忙。 b. 勇敢迎向挑戰：I提到E在某個環節時，主動走第一個迎向挑戰；C在濕透了之後還是堅持的想解開某道謎題。 c. 正向積極的態度：F在奇怪的地方找到線索，不但沒有生氣，還覺得「這就是遊戲好玩之處！」 d. 好奇心：F和J認為這是成員們「聽到線索之後立刻聚在一起」的原因。 e. 想要搶風頭：A認為大家都想搶風頭，所以都很積極的在亂試。 f. 邏輯頭腦：A稱讚D的頭腦，領導者也提及H對某道題目的貢獻。 g. 團結合作：J稱讚E、F、C三個配合得很好！B、D也覺得大家很團結。 h. 持續力：在C提及B為了找出答案的持續力之後，B也有意識到自己這個堅持。 (3) 分享<過程中遇到的困難> a. E很常找到線索卻不知道怎麼解，所以處在一邊，但並不認為此遊戲不好玩 b. C喜歡玩水，但不喜歡身體濕濕的，因此當破完水關，便沒有興致繼續玩下一關了，覺得身體不舒服。 c. D覺得水很冰，很想趕快上岸 d. G和H認為有時候有些人拿到線索卻沒有馬上貢獻出來，F對此回應說「即便貢獻出來也解不出來」。 (4) 分享<從活動中學到的> a. 團結（G） b. 思考(J) c. 換一個角度看事情，用看文章來學習經驗(I) d. 多去嘗試看看(B、E) e. 觀察（H） (5) 分享此活動<未來可以如何應用> a. 未來在家中如果自己發脾氣，對弟弟也不好，因此就要換個角度想(H) b. 與人爭執的時候，每個人看事情的角度不一樣，因此要學習冷靜(B、F、G、I、J) c. 覺得領導者面對跟自己意見不同的人時，應該要換個角度看（C、
--	---

	J) d. 社會運動，從台灣看香港和中國看香港的不同，天差地別 (E) 4. 請成員「用兩個字形容一下今天」 很慇、團結(I)；愉快 (B)；好玩 (J)；很冰 (D)；有趣 (G)；很難 (H) 5. 請成員「兩個字形容即將完成夢想的心情」 堅持 (I)；還沒找到下一個目標，已經考完鋼琴檢定 (D)；期待 (F)；加油 (E)；棒棒 (H)
團體氣氛	在麥當勞帶團體蠻難帶的，又因為旁邊還有別的客人，所以不敢太大聲，座位安排上由於是麥當勞固定的椅子，十個人沒辦法圍圈坐在一起、位置很分散，而且大家又是剛玩完、很累的狀態，在某個人分享的時候，另一部分的人很容易精神飄走，雖然有以上的限制，但基本上從成員的分享仍能感受到，成員之間有認真的在玩剛剛的遊戲，盡己所能的一同合作闖關，並且，成員在遊戲中也有意識到彼此的努力。
特殊紀錄	1. J 他認為成員之間是會互相合作的，只是團隊合作次數很少。並且，當團體中間有人打翻飲料，在領導者藉此提醒成員們要主動一點時，J 馬上回應自己有立即幫忙，並表達不喜歡被誤會。不過，當領導者在大家又開始耍嘴皮子時，說了「如果你們繼續這樣，就走不到合作那一步哦」，J 馬上回「這就是我不想要加入團隊的原因」，還在 A 說要合作之後，表示不願意跟他合作，但願意跟 E 合作。另外，當領導者向大家表達，其實每個人都是可以正經的，只是不想要把真實一面坦露出來時，J 馬上回「我不習慣把真實一面坦露出來」 2. C 認為闖關成功的關鍵在於他猜拳猜贏了，並且講出自己在過去多次猜拳所得到的經驗，他認為人只要在緊張時就會出石頭，所以他在這次要猜拳時出了布。 3. I 提到 F 爆氣，F 反應有點大「我哪有爆氣，請問為什麼會覺得我爆氣？」領導者藉此詢問 F，如果是實際情況，當他做事做到一半沒有成功時，下一秒會怎麼做，E、C 馬上幫他回答「爆氣」。
團體目標達成度	這次的分享很寶貴，成員幾乎都看見自己的優點，也有看見對方的優點。成員主動彼此正向回饋，並且被回饋到的人也因此意識到自己對團隊的貢獻。 而這一次成功闖關的經驗，也提升了成員解決問題的信心，並且可以發現，只要周邊資源適合，成員其實都很有改變、互助的潛能。因此，要更多帶他們看見周邊環境是有可能改善的！ * 整體團體活動成效評估：☐有待改善（目標達成率低於50%）☐尚可（目標達成率介於50-80%）☐佳（目標達成率介於80-100%）☒良好（目標達成率100%）
研究者觀察心得&團體檢討	覺得帶成員去密室逃脫是不錯的選擇，只是沒想到有些成員會不喜歡身體濕濕的繼續闖關，導致水關結束後整體氣勢有點下降，但還好後來的討論分享過程是好的，也蠻意外成員真的都有

	看見彼此的努力！之後的團體，要想辦法使他們看見周邊資源是有可能改變的，提升他們為自己改變的信心。
--	--

團體次數：07	主題：是發揮創意的時候！	缺席成員：A、F、H
團體目標	1. 促使成員思考環境帶來的影響，了解問題背後的原因，並選擇勇敢面對 2. 促使成員意識到環境有可能被改善，不需太過畏懼。 3. 促使成員主動檢視周邊需要改善的環境，並為其想方法 4. 促使成員對焦執行一個團體共同目標-設計旅遊活動	
優勢原則運用	1. 助人關係被視為基本且必要的：成員關係密切，便能讓團體進行順利，並且在未來一起朝同個目標邁進。 2. 外展是較佳的處遇方法：帶成員設計一趟旅行，以此了解成員平常的需求與習慣	
團體規範	領導者在正式活動開始前，再次提醒大家要專注、保密，不彼此批評。	
成員互動與團體動力	1. <開場>領導者與成員聊天、吃點心，噓寒問暖一下。→輻射型溝通。 2. <換你走位>動態破冰活動，成員事先被安排固定的位置，遊戲開始時，輪流將別人推出去，以換位置，被推出去的成員，需要跑快一點再推下一位，在跑的過程當中，若被鬼抓到就算輸。 起初問很多問題的B、E、I玩得最起勁，其他成員似乎都沒什麼反應。遊戲結束後有個簡單的懲罰，但懲罰太可愛了，I始終不願意面對，掙扎了一些時間，其他成員輪番幫I出了很多主意，最後以拍可愛照片一張落幕。→自由漂浮型溝通。 3. <記得我們的約定> 領導者再次提醒大家，在團體中「不要彼此批評」、「不要攻擊」、「互相尊重」、「要保密」。也跟大家預留最後一次的日期與時間。 在談約定時，全體成員非常專注地聆聽，但當公佈了接下來的日期時，成員之間七嘴八舌，I和J覺得時間還太久、無法保證，找到工作的E說班表不會那麼快出來，G不確定有沒有安排打工…種種原因。討論過程的氣氛有點僵，似乎無法有什麼定案，只能先請成員把日期敲下來。→自由漂浮型溝通。 4. <我能成為得勝者>男女分組，一人一張大報紙，兩分鐘內，看哪組先從報紙中找到指定的幾個字。 在指定的幾個字播放出來之前，成員們很興奮的做好備戰狀態，公布題目之後，大家非常認真的在找字，還要求時間再長一點，甚至想要再多玩幾題。 活動之後領導者詢問男、女各組「怎樣才是得勝者？」成員分享答案有多種：勝利者（E）、吸毒不要上癮（C）、賺很多錢（B）、從低谷中爬出來的（I）、對自己生活滿意的（E）、自由（G）、樂在其中（J）、不受拘束（D）…，之後領導者將重點放在「勇於面對問題跟挑戰！」並帶入主題。→輻射型溝通 5. <問題在哪裡>發下學習單，請學生檢視自己週遭環境的問題：家庭、鄰	

	居、學校、…等。 此時期男生很熱絡討論，女生在協同領導者帶領之下輪流分享→自由漂浮型溝通。 6. <救救他們>領導者舉了兩個例子，請成員幫忙解決問題。 此時大家你一句、我一句地發揮想像力，甚至很期待自己的答案跟領導者差不多。之後領導者跟成員分享「想像力發揮得好，就是創意，但想像力發揮不好，就是藉口」，鼓勵大家好好的發揮想像力。→自由漂浮型溝通。 7. <我是智慧王>領導者請成員重新看一下自己在<問題在哪裡>階段時提到的問題，發揮想像力為自己想辦法，整體氣氛熱烈。→自由漂浮型溝通。 8. <自助旅行討論>進入此團體的重頭戲，領導者丟出一個大問題「規劃旅行」，請成員就預算、地點、時間…等問題作討論。 起初成員聽到了20人20000元，紛紛說不可能，七嘴八舌講了許多不可能的怨言，後來開始亂提議一些天馬行空的方法，15分鐘後終於從種種方法中找出真正可行的。→自由漂浮型溝通。
團體氣氛	此次團體允許E的朋友甲和乙加入，有讓團體更難帶的感覺，兩個都是非常多話，想要吸引他人注意力，其他成員的聲音因著減少。不過因著朋友甲的加入，E的話變多了。 整個團體都幾乎是C、E、朋友甲、I在講話，領導者的注意力也很常被她們吸走，氣氛的確是不錯，但也間接讓其他成員的腦袋沒有在為自己的問題想辦法，導致領導者要常常把焦點拉回來。
特殊紀錄	1. E的朋友幫他找了一家飯店，開始了新的工作 2. C和D整場一直在玩手機，常常不理會領導者。 3. E在團體中有提到，認為自己目前沒有錢，所以不是得勝者。 4. G覺得試過解決困難但還是失敗，就會繼續害怕。 5. C在領導者示範之後才想起自己曾經因為鄰居亂丟煙蒂而幫忙丟回去 6. C表示自己在學校的練習時間不夠，希望有多的時間能練習術科 7. J覺得鄰居人太好了，常常送吃的給自己，都無法拒絕他，又覺得自己常跟自己競爭，還覺得家人彼此在互相坑錢。
團體目標達成度	起初成員在思考自己生活周遭所遇到的問題時，大部分能提及問題產生的原因，但對於問題解決不太有信心，直到後來領導者鼓勵他們發揮創意後，成員整體興奮了起來，開始天馬行空的想辦法。 雖然本次團體沒有完全使成員想出適當的方法，但至少是一個開端，讓成員意識到事情沒那麼糟。 進到主要設計旅遊的環節時，整體氣氛是熱絡的，但在討論時才發現成員們不常出去玩，沒有策劃經驗，缺少一些基本常識，但也因為這樣，特別能從他們的分享與對話中發現成員平常的思考模式與生活習慣。 中間有一度對於地點卡關，尤其C意見非常多，又在說話的時候帶出很多情緒，甚至對於有些地點說「我去過了，再去我就不參加」，不過值得一

	題的是，I 突然說了一句「我覺得我們可以玩出不一樣的花樣」，而朋友甲也一直在幫忙想方法。因為C的意見太多了，導致後來大家的風向都比較順著他，最後以投票結束，地點暫定「北投+大溪」。 地點確定之後，請成員自願針對幾個旅遊籌備組別作選擇，並為各組選組長，告訴各組須於下次團體之前要定案的事項，給各組30分鐘在團體內討論，並於下次團體由組長代表報告各組詳細的規劃。 討論過程，各組天馬行空發揮想像力，中間來來回回卡關多次，但一次一次在彼此耐心地聆聽之下，在領導者的統整之下，問題慢慢被解決，並得出共識。 * 整體團體活動成效評估：☐有待改善（目標達成率低於50%）☒尚可（目標達成率介於50-80%）☐佳（目標達成率介於80-100%）☐良好（目標達成率100%）
研究者觀察心得&團體檢討	本來想說將男女分組，會有助於男女分享的更多，但發現將男、女生分組，領導者在說話時，女生很常自己講自己的，比較不專注在領導者帶的活動上，不過也有可能是多了一個愛講話的女生；而分組討論時，男生很常焦點都在朋友甲身上，其他男生的話變少了，不過當領導者講話時，男生整體給的回應算蠻多的。而男女彼此之間，男生不太專心聽女生講話，女生不太專心聽男生講話，彼此之間交集蠻少的。 至於成員在團體中的題目回答，感覺學生缺少的不是發揮想像力，而是難以想到「切合實際」的狀況。還好後來的旅遊設計，是一個實際的狀況，讓成員能實際發揮想像力來解決遇到的問題。

團體次數：08	主題：今天不是結束，而是另一個開始！	缺席成員：A、E、F
團體目標	1. 使成員回顧同儕的特質，並適時對彼此的陪伴道謝 2. 使成員能夠延續八次團體營造的「默契」在未來的相處中 3. 延續旅行的策劃，定案旅行的細項，並確實執行。	
優勢原則運用	1. 助人關係被視為基本且必要的：成員關係密切，便能讓團體進行順利，並且在未來一起朝同個目標邁進。 2. 外展是較佳的處遇方法：讓成員分組討論旅遊細項，以觀察成員平時的決策能力與耐力。 3. 焦點在優點而非病理：關注在成員的正向特質，把成員安排在適當的旅遊策劃組別。	
團體規範	領導者在正式活動開始前，再次提醒大家要專注、互相尊重，不彼此批評。	
團體摘要 團體動力 成員互動	1. <開場>領導者與成員聊天、吃點心，噓寒問暖一下。→輻射型溝通。 2. <叫我細心觀察家>全部人圍成圈，一人發一張紙，領導者每問一個問題，成員要回答「對下一個人的看法」，寫完一題之後往右傳給下一位。題目如下： a. 欣賞一個「他/她」的好行為 b. 寫「他/她」的優點	

	c. 感謝「他/她」的一件事 d. 欣賞「他/她」一個勇敢之處 e. 給「他/她」一個正面的形容詞 f. 你期待能跟「他/她」一起完成的事 g. 「他/她」身上值得學習的榜樣 h. 「他/她」讓你印象深刻的一句話 i. 從以前到現在，「他/她」的改變 j. 一個「他/她」的優點 k. 寫一句話給「他/她」 此階段進行得很順暢，成員之間很真誠的彼此回饋。 3. <讓我瞧瞧看>請成員拿回自己的紙，互相分享所看到的，氣氛熱鬧。→ 輻射型溝通。 領導者請成員輪流分享自己在紙上看到最有印象的回饋（I 說負責 任、G 說被 I 感謝自己沒生氣）、最疑惑的回饋（B 和 J 都被 C 寫「凸 顯我的帥、凸顯我的存在」）、看到回饋的心情（大部分成員皆表示， 很意外的發現自己在他人眼中是這樣的好）。 4. <我們要繼續好下去>領導者帶大家思考過去團體所訂的規則之原因： 「不要攻擊」、「互相尊重」、「互相敞開」、「要保密」。 領導者勉勵成員，未來團體結束、回到協會裡，若繼續保持這樣的 默契，大家才有可能對彼此繼續敞開下去。大家很認同領導者說的話， 並表示願意保持這樣默契。→自由漂浮型溝通。 5. <營造我們的旅行> 請每人說出一趟印象深刻的旅遊經驗，並提出自己 認為「一趟好旅行」該有的元素。期待綜合成員的意見，盡可能設計一 趟合乎大家期待的旅行。 各成員提及「好旅行」該有的元素：能好好溝通的旅伴、要和樂、有充 足玩樂的時間、食物不要辣、安全第一、不要玩高空設施、做有意義的事、 事前好好規劃、好好睡覺不然隔天會沒精神、要去喜歡的地方。 6. <分工合作>各組報告進度，組與組之間做協調。 a. 規劃旅行組：討論行程、時間，攜帶物品。 定案出發時間、回家時間；確定參與人數。 b. 膳食組：選擇每一餐想吃的品項，決定是否自己煮，每餐吃飯時間 c. 活動組：訂定「遊玩時間」和「聚會時間」的比例 d. 團康：準備團康活動以備不時之需。 e. 總務組：預算訂定。
團體氣氛	本次團體氣氛輕鬆、熱鬧。一開始的破冰兼回顧很成功，大部分成員皆 真誠的回饋給彼此，少部分成員以玩笑對待一些人。 在描述成員各自的旅遊經驗時，不論經驗正向或負向，成員皆能夠真誠 的描述，並在說完之後得出一個正向的結論，以提供給團體成員做未來旅遊 參考。
特殊紀錄	無

團體目標達成度	從回饋單可發現，大部分成員皆對於即將開始的旅遊抱以期待，並且每個成員都回饋「大家都認真在策劃」，甚至有人說「期待大家在好氣氛下的相處模式」，由此可知成員之間的關係不僅成長，對於彼此的關係能延續到未來的相處也有一定的信心。 本次旅遊定案了許多細項，而為了讓成員的敞開度與凝聚力不因團體結束就停止，本次團體為各組選了組長，距離實際旅遊尚有三個月，團體雖然結束，但因成員每週仍然會有固定聚集的時間，大部分成員每天也都會到課後班，成員仍能找到彼此進行討論並付諸行動。 * 整體團體活動成效評估：☐有待改善（目標達成率低於50%）☐尚可（目標達成率介於50-80%）☒佳（目標達成率介於80-100%）☐良好（目標達成率100%）
研究者觀察心得&團體檢討	這幾次團體下來，每一次都感覺沒做什麼，但團體目的都默默達成了，因此發現了增強成員權能感的主要方式，便是創造一個機會讓成員講出心裡話，不論他們說的長或短、正面或負面，只要他們願意說出來，都對權能感有所提升，這真是最大的發現了！ 另外一個發現是，我覺得我本身很不優勢，對成員提出來的負面想法，我很難不受負面影響，常常都要先把自己心裡的負面感覺壓下去，才能好好的冷靜想一下怎麼看「優勢」。還好有協同領導者跟我一起帶團體，她的「優勢眼光」幫了我很多！

附錄五 周哈里窗 學習單範本（匿名）

	自己知道	自己不知道
他人知道	獨立的 追求理想的 守規則的	謙虛的 精確的 有夢的 誠懇的 負責任的 追求理想的 有外交手腕的 負責任的 好奇 沉默 U質
他人不知道	不愛競爭 愛助人 仁慈的 友善 團體員	謹慎的 自我負責的 合作的

附錄六 希望花田範本（匿名）

我目前的狀況？ (最近發生了些什麼?)	我想要什麼？	過去我所擁有的能力 與資源？
日常生活 1.很多事情，不知道該怎麼排 2.不知道該先做什麼，但又不知道 3.做好所有事，但太累	1.可以知道先後順序， 2.做好所有事，但太累	1.想什麼時候做 2.想什麼事
經濟狀況	1.可以以有足夠的錢得到自己想要的東西 2.長大一點去打工	1.做自己想和需要的選擇 2.分配錢
職業/教育 升國二	可以以用功一點，長大一點去打工	升做筆記
社會支持 朋友	可以出去玩	1.先把自己的東西用好用
身心健康 都很健康	更健康一點	1.生活習慣調整好 2.生活作息調整好
休閒/娛樂 1.常跟朋友出去玩 2.有時來教會	1.可以有更多自己的休息時間	1.安排所有事情

宗教/信仰	佛教	可以更懂這個信仰	只知道一些關於這個宗教的事
-------	----	----------	---------------

希望花田播種順序：
1. 經齊變好
2.
3.
4.

播種需要的養分	1. 1-1 負責任， 1-2 耐心，因為要有耐心才可以做好事 1-3 樂觀，因為要有正面的想法 1-4 朋友，因為有人會陪伴我，給我方向 2. 2-1 思考，因為可以知道該做的選擇 2-2 禱告，可以以把心事告訴上帝 2-3 貼心，因為可以幫家人負起責任 2-4
---------	---

附錄七 回饋單問題

<第一次>

2. 今天的心情
3. 今天參與活動的感覺
4. 今天活動中的發現
5. 今天活動中的改變
6. 今天最印象深刻的活動
7. 請分享一件近期很困擾你的事
8. 請分享一件近期讓你很開心的事
9. 對於今天的團體，有何感受？有何建議？
10. 對下一次團體的期待

<第二次>

1. 今天的心情
2. 今天參與活動的感覺
3. 今天活動中的發現
4. 今天活動中，看見他人或自己的改變
5. 今天最印象深刻的活動
6. 今天我想回饋（我看到他在…的活動上表現得很…）
7. 請分享一件近期很困擾你的事
8. 請分享一件近期讓你很開心的事
9. 對於今天的團體，有何感受？有何建議？
11. 對下一次團體的期待

<第三次>

1. 給成功後自己的一段話
2. 今天的心情
3. 今天參與活動的感覺
4. 印象深刻的場景或畫面
5. 活動中自己的成長或收穫
6. 今天我想回饋（我看到他在…的活動上表現得很…）
7. 從第一次訪談到現在，你為了目標做了什麼努力？
8. 請分享一件近期很困擾你的事
9. 請分享一件近期讓你很開心的事
10. 對於今天的團體，有何感受？有何建議？
11. 對下一次團體的期待

<第四次>

1. 今天的心情
2. 今天參與活動的感覺
3. 印象深刻的場景或畫面

4. 對自己訂的計畫，你有多大的信心可以達成？為什麼？
5. 所有計畫中，你首先會勇敢嘗試的是哪一項？為什麼？
6. 這四次團體下來，是否有發現自己不一樣？
7. 今天我想回饋（我看到他在…的活動上表現得很…）
8. 對於今天的團體，有何感受？有何建議？
9. 對下一次團體的期待

<第五次>

1. 今天的心情
2. 今天參與活動的感覺
3. 印象深刻的活動
4. 今天的破冰收穫
5. 今天我想回饋（我看到他在…的活動上表現得很…）
6. 對於今天的團體，有何感受？有何建議？
7. 對下一次團體的期待

<第六、七、八次>

1. 今天的心情
2. 今天參與活動的感覺
3. 印象深刻的活動
4. 今天我想回饋（我看到他在…的活動上表現得很…）
6. 對於今天的團體，有何感受？有何建議？
7. 對下一次團體的期待