

高年級封閉組手足團體 帶領者經驗談(摘錄)

國小高年級的孩子是即將邁入青春期的學齡孩童，他們開始比以往更看重和同儕的相處關係，透過和同儕相處的經驗來認識自我、摸索自己在人群中的定位。同時，在主要生活圈(如：學校)的成就表現，以及重要他人的評價，也是他們用來定義自我價值的重要來源。

在這個要開始「認識我、發展我」的階段，高年級手足更加渴望重要他人的注意與認可。反映在人際互動和親子關係中，常見的手足行為樣態有：

- 1、 透過問題行為來引起注意。
- 2、 表達對愛奇兒的情緒，或透過同儕間的競爭行為，來尋求位置。
- 3、 過度認同大人，力求好表現，來贏得肯定。
- 4、 犧牲自己的聲音，配合家庭、團體，來獲得認可。

高年級封閉組手足團體方案以「人際關係」和「親子關係」為主題，設計12次的團體方案，團體目標主要有三：

- 1、 協助成員發展自我價值
- 2、 促進成員人際關係中的正向傾聽與表達
- 3、 促進成員對親子互動的理解與溝通

這份高年級封閉組團體方案的設計，是將團體成員間的互動做為手足們認識自我和學習人際的場域。同時，也運用同為手足的經驗，讓成員在團體中獲得情緒支持與普同感。最後，將團體中經歷的互動經驗，應用於對親子關係的認識與表達。

因著國小高年級手足的發展階段特性與常見議題，筆者也從個人帶領經驗中整理出幾點原則：

- 1、 設計結構性較高的活動，使用較具體的指導語
透過結構性較高的活動，搭配具體的指導語，可讓發展功能仍偏向具象思考的高年級孩子有清楚的依循。
- 2、 活動設計需兼顧趣味性，輕鬆的帶領風格
對手足們而言，有些人際或家庭經驗是沉重或令人焦慮的，因此，方案活動設計上兼顧趣味性的形式，以及帶領者以較輕鬆、不評價的態度和成員互動，營造出安全接納的氛圍，較容易讓成員在減低焦慮與防衛的情況下，自發展現出內心真實的感受。
- 3、 暖身活動催化團體凝聚力，分享時運用連結與回饋
這份方案設計強調手足間的支持，因此從暖身活動開始，便盡可能設計合作性的活動，來促進團體凝聚力。帶領者適時將成員的共同經驗連結，並引導成員間的同理或正向肯定等回饋，皆有助於促進手足間的支持力量。

隨著帶領現場的進行，筆者也觀察到高年級手足團體的某些現象，是未來團體帶領時需克服的困難或需納入團體的議題，比如成員難以穩定出席、面對與處理家有愛奇兒的羞愧情緒，以及在校如何回應同儕眼光等。

原著：吳欣倫 諮商心理師

引用自《手足被看見，家庭更完整-健康手足服務工作手冊》，財團法人天使心家族社會福利基金會主編