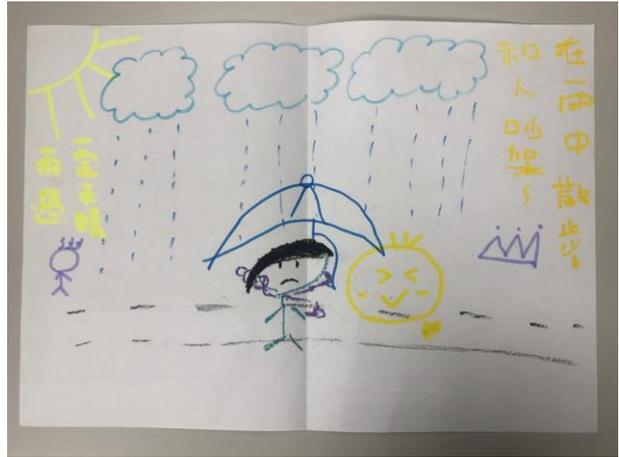


崑山科技大學學務處舉辦活動資料建檔表

承辦單位	學生輔導中心
活動名稱	107-2 有品崑山-成長團體(二) 「人際如意傳」人際溝通成長團體
活動目的	藉由團體諮商的過程，讓大學生從簡單的認識自我開始，並探討在人際知覺與人際互動面臨的困境，進一步學習人際的溝通技巧、自我肯定的表達方式以及情緒知覺、管理能力，發展和諧愉悅的人際關係。
舉辦日期	團體前面談自03月28日起進行。團體時間為108年04月25日、05月02日、05月09日、05月16日、05月23日、05月30日、06月06日、06月13日，晚上18:30-20:30。每次2小時，共8次，合計16時。
舉辦地點	行政中心 2 樓 201 室
活動負責人	趙育賢、吳佳芃
活 動 內 容 紀 錄 摘 要	
<p>學輔中心於 108 年 4 月 25 日~108 年 6 月 13 日每週二晚上 18:30-20:30 舉行有品崑山成長團體「人際如意傳」人際溝通成長團體活動，共有 36 人次參加，其中男生為 0 人次，女生為 36 人次。</p> <p>本次團體採封閉式、半結構式團體為主，多輔以表達性治療的媒材，協助成員藉此探索自己的人際互動模式。過程中針對人際互動中的各個主題依序進行探索，直接從團體的活動互動過程中，覺察自己平常與他人相處的行為表現，並嘗試探索過去未竟事宜，接觸病經驗當下的情緒，了解自己在人際互動中的需求。</p> <p>成員藉由成長團體，彼此關係由陌生到熟識，進而在團體中形成良好的凝聚力，讓個別成員有足夠的安全感去重新經驗過往生命中的人際挫折經驗，並完全的體驗在事件中的複雜情緒，進而達到接觸抒發的效果，團體成員良好的陪伴與回應，也帶給夥伴們不同於以往的經驗，因本團體為人際關係團體，成員彼此也建立了友誼，在團體之後，為自己建立了更充足的社會支持系統。</p> <p>最後，團體也針對八次以來的心得以撕貼畫的方式進行總整理，在活動過程中，雖然成員面對分離感到相當不捨，但也對彼此產生的信任與關係連結感到踏實，期望能繼續保有這段珍貴的友情經驗。</p>	

<續下頁>

# 活動照片



說明：海報

說明：5/16 團體成員畫下的人際衝突與成員的回饋



說明：5/16 團體成員在思考後嘗試畫下人際衝突

說明：5/25 成員挑出的改變卡



說明：6/6 成員挑出當下在人際關係的狀態

說明：6/14 團體成員整合過去的團體足跡

## 活 動 照 片

回饋與省思：

1. 本次活動使同學獲益良多，未來可針對其他相關活動進行辦理。
2. 此活動也協助學生如何好好建立關係與離開關係。
3. 學生可從此類活動中獲得對自己的了解，增加自我認識。