

南投縣社寮國小友善校園學生事務及輔導工作 認輔小團體輔導實施計畫

壹、團體計畫書：

- 一、 團體名稱：「小太陽成長營－自我探索小團體」。
- 二、 設計源起：依據南投縣友善校園學生事務及輔導工作計畫辦理。

三、 團體目標：

- (一) 透過小團體的實施，促進團體參與學生對於自我潛能了解。
- (二) 透過本團體的實施，協助學生提升自我概念。
- (三) 透過小團體的實施，幫助參與者增進良好人際關係。

四、 理論基礎：

團體動力學(group dynamic)：由德裔心理學家Kurt Lewin所提出，用以說明團體成員在團體內的一切互動歷程與行為現象，也是團體運作和發展的過程。動力意味著「影響力」、「主動的」、「動態的」。相用較物理形象來解釋，動力意謂相互牽引（關係）與運作。

五、 主辦單位/協辦單位：

主辦單位：南投縣竹山鎮社寮國小

協辦單位：輔導股

六、 辦理時間：

109 年 9 月 8 日起，每週二 12：30-13：10，暫定 10 次。

七、 辦理地點：

本校輔導室。

八、 參加對象：

本校 3-5 年級學生，以低自我概念、高關懷、單親隔代教養、
或人際關係不佳的學生為主。

九、 成員人數：

8-12 人。

十、 招募管道：

由本校 3-5 年級導師推薦學生參加。

十一、 團體工作者經驗：見附件一

十二、 團體性質：成長性小團體

十三、 團體設計及課程表：見附件二

十四、 預期效益

（一）增進成員自我了解，進而增進自信心。

（二）建立成員適當解決問題的能力，恢復或增進人際關係。

（三）認識自己，肯定自己、悅納自己，增進正向思考的能力。

十五、經費概算表：

項目	單位	單價	數量	合計	備註
鐘點費	時	400	12	4,800	
助教費	時	200	12	2,400	
資料費	人	100	12	1,200	
茶水費	次	10	10*12	1,200	以次計算
雜支		400	1	400	不超過 5%
總金額	10,000				

承辦人：石芳怡

教導主任：何政達

校長：莊正平

社寮國民小學辦理「109 年度友善校園認輔小團體」活動成果			
小團體名稱		小太陽成長營－自我探索小團體	參與對象 本校 3-5 年級學生，以低自我概念、高關懷、單親隔代教養、或人際關係不佳的學生為主。
參與人數		8 人	
預期成效	(一) 增進成員自我了解，進而增進自信心。 (二) 建立成員適當解決問題的能力，恢復或增進人際關係。 (三) 認識自己，肯定自己、悅納自己，增進正向思考的能力。		
			
團體成員相見歡		團體成員討論團體規則	
			
增進成員信任關係		透過遊戲增進人際關係	

『小太陽成長營 - 自我探索小團體』

各班推薦名冊

※團體目標：

- (一) 透過小團體的實施，促進團體參與學生對於自我潛能了解。
- (二) 透過本團體的實施，協助學生提升自我概念。
- (三) 透過小團體的實施，幫助參與者增進良好人際關係。

※辦理時間：

109 年 9 月 8 日起，每週二 12：30-13：10，暫定 10 次。

※參加對象：

本校 3-5 年級學生，以低自我概念、高關懷、單親隔代教養、或人際關係不佳的學生為主，每班由導師推薦 2-3 名。

班級	推薦學生 1	推薦學生 2	推薦學生 3

輔導股 石芳怡

附件一：團體工作者經驗

一、個人資料

姓名：何家淑

通訊地址：南投縣竹山鎮大義街 178 巷 22 號

二、學歷

2002.09-2005.06 台北市立師範學院幼兒教育學系畢

1983.09-1986.06 台北市立師範專科學校幼兒教師科畢

三、經歷

2006.07 至今-財團法人中華基督教衛理公會兒童課後輔導班外聘督導

1990.09-2005.07 台北市私立衛理幼稚園教師、教學組長、園長退休

1981.02-1990.08 台北市私立碧安、嘉惠、吉安、天恩幼稚園教師

1979.09-1981.01 台北私立聖心幼稚園教師

四、專業證照（書）：

1、臺北市立幼稚園教師證書（證照號碼：北市教幼登字第 72131 號）

2、社團法人中華基督教救助協會引導員訓練結業證書（證照號碼：救字（97）97043 號）

五、專長：

1、兒童生命教育、品格教育、美術勞作教學

2、親職教育、親子關係協談

3、聲樂、合唱團指揮、舞蹈

附件二：團體設計及課程表

小太陽成長營-自我探索小團體設計		
週次	名稱	活動內容與目標
1	有緣千里	1. 認識團體內容，瞭解及澄清成員的期待。 2. 成員與領導者相互認識。 3. 訂定團體規範，增進團體信任感。
2	我們一家人-建立團體信任	1. 遊戲：棒打薄情郎、瞎子走路。 2. 以活潑的方式再認識彼此。 3. 建立團體信任感及規範。
3	我的小檔案-認識自己	1. 繪本欣賞-神奇變身水。 2. 照鏡子，觀察外貌、表情。 3. 書寫「我的小檔案」學習單。 4. 澄清對自己的看法，包括外貌、優缺點及期望。
4	我能成為問題處理的高手	1. 能認識自己優缺點。 2. 能發現自己生活環境的問題。 3. 能了解問題處理高手的真正意義。
5	我能集中力量在能改變的事	1. 能分辨問題可改變的程度。 2. 能接納不能改變的事，努力可以改變的事。 3. 能了解自己可以改變的事並付諸行動。
6	別人眼中的我	1. 「鏡中人」活動。 2. 「優點轟炸」活動。 3. 從觀察別人中了解自己，從別人回饋中肯定自我。
7	自我畫像	1. 「魔術箱」活動。 2. 繪圖「自我畫像」 3. 經由圖畫觀察、描繪自己，並肯定自己是最特別的人。
8	我能選擇好方法來解決問題	1. 能透過彼此的合作，有效解決問題。 2. 能利用評估原則解決難題。 3. 能實際行動，想出最佳解決問題的方法。
9	我能尋求他人的幫助	1. 能發現自己的優點，並學習觀察接納別人的優點。 2. 能在實際生活中，找出必須尋求別人幫助的問題。 3. 能利用尋求幫助的原則，使自己和別人的

		問題得到解決。
10	我能採取行動去解決問題	1. 能保持鎮定和身心平衡。 2. 能集中注意力專心在必須做的事上。 3. 能積極採取動解決問題。
11	我能擁有得勝的生命	1. 能了解整個解決問題的流程。 2. 能明白問題處理的重要。 3. 能立定志向，付諸行動。
12	美好的人生	1. 回顧每次團體的重要內容。 2. 統整團體經驗及收穫。 3. 成員彼此給回饋。