

【111 學年度第 2 學期 團體輔導工作坊】成果表

活動帶領人 陳淑琦心理師

主 題 善意溝通工作坊

辦理日期 2023 年 6 月 8 日、6 月 15 日(星期四)

辦理時間 13:30~16:30，共 6 小時

辦理地點 諮商輔導暨校友聯絡中心團體輔導室

對 象 本校學生

參加人次 16 人次

課程目標 (一)精確地傳達自己內心所想(二)學習避免衝突的溝通方式

活動照片



回饋表統計結果(回收 5 份，有效問卷計 5 份)

共 5 人回饋

1. 我覺得本次團體輔導/工作坊的主題有對個人成長有助益。

非常同意 60.0%(3 人)；同意 40.0%(2 人)。

2. 團體輔導/工作坊設計的各單元活動多元、有趣。

非常同意 100.0%(5 人)。

3. 整體輔導的歷程連貫、流暢，且循序漸進。

非常同意 80.0%(4 人)；同意 20.0%(1 人)。

4. 我喜歡團體領導者帶領活動的方式，以及與成員的互動。

非常同意 100.0%(5 人)。

5. 本次團體輔導/工作坊開班的時間和單元次數非常適合。

非常同意 20.0%(1 人)；同意 20.0%(1 人)；無意見 60.0%(3 人)。

6. 在團體輔導/工作坊中，我感到安心與輕鬆，可以自由地分享。

非常同意 100.0%(5 人)。

7. 我能投入團體輔導/工作坊中的活動，並真誠主動與他人互動。

非常同意 100.0%(5 人)。

8. 團體成員間彼此合作且有高度凝聚力。

非常同意 80.0%(4 人)；同意 20.0%(1 人)。

9. 整體而言，我喜歡這次的團體輔導/工作坊。

非常同意 100.0%(5 人)。

10. 團體輔導/工作坊最大的收穫是？(5 則回應)

(1)了解什麼叫有效的溝通

(2)真實表達自己的需求

(3)正視自己嘅需求，可以好好表達自己的感受

(4)善意溝通可自助助人

(5)打開盲點，用不同於慣性的方式，善意的溝通。

11. 其他建議：(4 則回應)

(1)週四下午的時間不方便

(2)次數太少，建議長期舉行

(3)次數太少，練習時間不夠，需要多幾次練習，讓老師修改和回饋

(4)希望次數能增加，謝謝！