

【112 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 2024 年 3 月 6 日、3 月 13 日(星期三)

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 14 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 7 份，有效問卷計 7 份)

共 7 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 71.4%(5 人)；同意 28.6%(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 71.4%(5 人)；同意 28.6%(2 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 28.6%(2 人)；沒意見 14.3%(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 57.1%(4 人)；同意 42.9%(3 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 42.9%(3 人)；同意 42.9%(3 人)；沒意見 14.3%(1 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 28.6%(2 人)；同意 57.1%(4 人)；沒意見 14.3%(1 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 42.9%(3 人)；同意 42.9%(3 人)；沒意見 14.3%(1 人)。

8. 團體成員間彼此合作且有高度凝聚力。

非常同意 42.9%(3 人)；同意 28.6%(2 人)；沒意見 28.6%(2 人)。

9. 整體而言，我喜歡這次的團體輔導/工作坊。

非常同意 57.1%(4 人)；同意 42.9%(3 人)。

10. 團體輔導/工作坊最大的收穫是？(7 則回應)

(1)瞭解團體輔導的運作方式

(2)了解關注自己的感受與他人的感受，也了解自己的需求和他人的需求，
陳老師帶領得很好，深受其風格所感動。

(3)學習技巧。

(4)任何的人都需要溝通，善意是要學習的。

(5)能夠從老師及同學的互動中得到對人事物不同的省思，做適當的調整，
期能提昇更完善的生活品質。

(6)同理心，才能貼近人心。

(7)覺察自己與他人的善意互動。

11. 其他建議：(3 則回應)

(1)活動日期可以跟學校其他活動日期錯開，謝謝。

(2)建議團體工作坊中，單一個人的發言不要過長，覺得會影響老師引領的
流暢性，且成員也處於等待狀態。

(3)請增加活動場次。