

113 學年度第 1 學期【家庭與婚姻工作坊】

成果表

活動帶領人 張貴傑副教授(淡江大學教育學院教育心理與諮商所所長)

主 題 家庭與婚姻工作坊

辦理日期 2024 年 10 月 23 日(星期三)

辦理時間 13:30~16:30 · 共 3 時

辦理地點 本校綜合大樓 1 樓 GC105 教室

對 象 本校學生

參加人數 15 人

課程目標

- (一)本工作坊將從伴侶治療與家族治療觀點，來探討人在關係中的狀態。
- (二)人在關係中存在，也在關係中成長，在系統理論中，伴侶關係是最親密的關係，家庭關係是最緊密的關係。
- (三)這次工作坊，我們將探討人如何在關係中形塑，從理論中反思自我的經驗。

活動照片



回饋表統計結果(回收 10 份 · 有效問卷計 10 份)

共 17 人回饋

1. 我覺得本次工作坊的主題有對個人成長有助益。

非常同意 60%(6 人) ; 同意 30%(3 人) ; 無意見 10%(1 人)。

2. 工作坊設計的各單元活動多元、有趣。

非常同意 20%(2 人) ; 同意 60%(6 人) ; 無意見 10%(1 人) ; 不同意 10%(1 人)。

3. 整體的歷程連貫、流暢，且循序漸進。

非常同意 40%(4 人) ; 同意 50%(5 人) ; 不同意 10%(1 人)。

4. 我喜歡領導者帶活動的方式，以及與成員的互動。

非常同意 70%(7 人)；同意 30%(3 人)。

5. 本次工作坊開班的時間和單元次數非常適合。

同意 60%(6 人)；無意見 20%(2 人)；非常不同意 20%(2 人)。

6. 在工作坊中，我感到安心與輕鬆，可以自由地分享。

非常同意 50%(5 人)；同意 30%(3 人)；無意見 10%(1 人)；不同意 10%(1 人)。

7. 我能投入工作坊中的活動，並真誠主動與他人互動。

非常同意 70%(7 人)；同意 30%(3 人)。

8. 成員間彼此合作且有高度凝聚力。

非常同意 40%(4 人)；同意 50%(5 人)；無意見 10%(1 人)。

9. 整體而言，我喜歡這次的工作坊。

非常同意 60%(6 人)；同意 30%(3 人)；無意見 10%(1 人)。

10. 工作坊最大的收穫是？(10 則回應)

(1)更了解自己。

(2)學習照顧自己與他人的情緒。SEL 社會情緒學習。比如擁抱安慰的方式，讓想哭的人盡情的哭，不遞衛生紙也不主動拍身體等。

(3)獲得心理學知識並覺察自我。

- (4)認識張貴傑老師。
- (5)“活在愛裡的一生” 你有能力給，關心人，決定給，愛就在。
- (6)透過老師經歷分享及授課經驗，認識心理學相關知識及運用。
- (7)自我覺察。
- (8)認知及實務的幫助收穫很多，謝謝。
- (9)生命教育的重要性。
- (10)對家庭關係互動的了解又更深一些。

11. 其他建議：(5 則回應)

- (1)希望老師能固定到我們山上來開課。很期待。
- (2)覺得一次時間不夠，希望有系列課程。
- (3)時間不夠，沒能讓老師盡情發揮，期待老師能開課或帶狀的工作坊。
- (4)希望老師有更多空間及時間講述家庭的脈絡。
- (5)如果能安排三到四堂系列課程，也許更詳盡，讓學生有較多提問討論的機會。