

## 國民小學高年級兒童社交技巧團體之看見

### ~我與一群活蹦亂跳兒童的相遇

林麗珊

#### 摘要

本文為筆者帶領國民小學高年級社交技巧團體的實務經驗分享,筆者所帶領的社交技巧團體,參與對象以班級老師推薦情緒衝動不易控制、行為有偏差和干擾老師上師等外顯行為居多。因此,筆者針對其外顯行為而被老師轉介,將其命名為「活蹦亂跳」兒童,整理與歸納筆者在實務經驗中:一、團體形成前的準備:包括成員的招募與篩選、成員的性質、團體方案的設計;二、團體過程中所看到的現象與因應之道;三、團體結束後的持續追蹤;最後為筆者在與這些兒童互動過程中的個人的省思,與兒童相關工作者分享。

**關鍵詞：國小兒童、社交技巧、團體**

---

林麗珊 國立彰化師範大學輔導與諮商學系 [lesan23@yahoo.com.tw](mailto:lesan23@yahoo.com.tw)

## 壹、前言

國民中小學社交技巧訓練團體使用範圍相當廣泛，內容也會依對象不同的需求而有所不同，筆者搜索國內的碩博士論文有關社交技巧訓練團體，研究對象有針對行為不當的兒童、具攻擊性的兒童、社會孤立與退縮兒童、不受歡迎、被拒絕或被忽視兒童、一般人際關係訓練等等，但研究結果皆不一致，顯示其不一定具有輔導效果（王櫻芬，1997；林佩琪，2000；邱瓊瑩，2003；姜錢珠，1993；劉永福，1994；蔡麗芳，1992；盧佳嘉，2007；謝應珍，1987）。筆者從大學修習團體諮商實習課程到現今，在國民小學的教育現場上，不管是領導者、協同領導者或觀察員的角色，大約有六到七個帶領國民小學高年級兒童社交技巧團體的經驗，主要的對象以班級老師推薦情緒衝動不易控制、行為有偏差和干擾老師上師等外顯行為居多，因此，筆者主要針對其外顯行為而被老師轉介，將其命名為「活蹦亂跳」兒童，整理與歸納筆者在實務經驗中，從團體形成前的準備、團體過程中、團體結束後，筆者的看見，包含所遇到的問題與因應之道，與兒童工作者分享；最後為筆者在與這些兒童互動過程中的個人的省思。

## 貳、團體形成前的準備

### 一、關於成員的招募與篩選

國民中小學帶領的社交技巧團體的兒童，經常都是經由班級導師轉介至輔導室，以非志願兒童居多，老師的轉介理由，大致可以分成幾種原因：1. 嚴重干擾老師上課的行為，包含上課不專心、走動、講話、不遵守秩序；2. 與同學的人際衝突：包含肢體暴力、語言攻擊；3. 來自於家庭狀況的相關因素；4. 參與幫派等等。因此，可能是帶給老師困擾的兒童才進入團體當中。田秀蘭、陳淑琦、劉玲君和王櫻芬（2003）研究中指出，一般教師對於團體的概念，認為是有問題的孩子才適合參加，因而會推薦自己覺得難以處理的孩子參加團體。筆者在教育現場上發現確實是如此，也面臨了一些限制與挑戰，包括：兒童的同質性過高的成員放在同一個團體更容易造成衝突、非志願的個案導致參與的意願不高、家長未經告知所延伸的相關問題等等。因此，筆者認為在團體準備過程中，領導者事先篩選成員，會有利於團體的運作。以下提出筆者認為較恰當的具體作法。

#### （一）與經由老師轉介的兒童面談和家長的知後同意權

筆者在過去的經驗中，在團體進行前，先與兒童有所接觸，是一個建立關係的開始，並且告知成員參與團體的用意與進行方式，邀請參與，增加成員參與的動機與意願。除此之外，也可以從面談過程中，過濾可能不適合參與團體的兒童，田秀蘭等人（2003）指出若學生不明原因，或抗拒參與團體，則容易形成團體發展和成員個人成長上的障礙。

由於國民小學屬於未成年，基於諮商專業倫理的知後同意權，需要告知家長，但經常被忽略，而延伸一些相關問題，包含家長認為兒童被貼上標籤、團體進行中有成員的流失、對團體的誤解等等，因此，事先以簡單的書面通知或是電話訪談，讓家長了解團體的性質，雖然可能也因此而遭受拒絕，影響兒童參與團體的權利，而基於尊重的立場，筆者認為事先告知家長仍有其必要性。

因此，筆者認為，團體準備期時，透過老師的轉介理由、與兒童事先面談、告知家長的知後同意權，三方面都可以達成共識，方能提供給兒童在團體中有利的學習。

## **(二) 成員的性質：異質性為宜/人數不宜過多**

成員的特性會影響團體的互動關係，在團體成員的選擇會有一般性的考量與特殊性的考量，一般性考量包括成員的身心健康、參與的意願、無法全程參與、是否有接受其他的個別諮商或治療等；特殊性的考量，例如：某些定性質的團體，關於成員的性別、年齡與偏差行為等皆需要有特別的考量。因此，因應著不同的團體性質，團體成員的選擇會有不同的考量（徐西森，2004）。筆者在實際帶領兒童社交技巧團體中關於成員的特性中發現幾點：1. 性別上，幾乎都是以男生為主；2. 皆為班上老師認為有偏差行為與干擾老師上課的兒童；3. 人數過多等；在這樣團體成員的特性組合之下，筆者帶領過程中倍感挫折。在有一次帶領團體的經驗中，團體成員的組合有被老師轉介與自願參與團體為班級中楷模的兒童，性別有男有女，讓筆者有不同的體會，思考社交技巧訓練團體的目標，是讓兒童學習以正向的方式與同儕或成人建立良好的互動，而就社交技巧團體本身類似行為矯治的特殊性質團體，徐西森（2004）指出，理想上行為矯治團體之成員篩選以正向力量（非偏差行為者）大於負向力量（偏差行為為原則），一方面可以增加有效的團體動力，一方面也可以減少團體的負向標籤。田秀蘭等人（2003）研究中指出，關於同質性或異質性團體的決定，不少學校經常將違犯傾向的兒童放在同一個團體當中，領導者很難帶領之外，部分成員可能因為參與團體反而在團體的情境中造成衝突，而喪失社交技巧團體的用意。根據徐西森（2004）提出的特殊性考量與相關帶領經驗，筆者認為「楷模」在國民小學高年級兒童發展階段，有重要的影響力，因此，在社交技巧的團體中，正可以反應班上的真實情況，建議有下列的作法：1. 異質性團體：不要把同樣類型的兒童放在一起，要有楷模的學習對象，而楷模對象可能成為部份成員攻擊的對象，領導者需謹慎考量與處理；2. 性別平均：在團體過程中讓兒童觀察男生和女生在人際應對上的相似與相異處；3. 盡量不要把班上的死對頭的兒童置入同一個團體當中，避免更容易造成衝突等等。關於人數的多寡，就筆者的經驗，人數不宜超過八人，以確保領導者可以掌握每位兒童的狀況，兒童也可以在團體中有充裕的時間分享與學習。

## 二、團體方案的設計

社交技巧可以經由學習獲得與帶給兒童幫助，Wilkison 和 Canter (1982) 提出社交技巧訓練內容可視對象及訓練目的之不同而決定。因應對象與訓練目的，筆者在兒童社交技巧團體的實務經驗，以結構性具體明確的方式與結合行為改變技術的相關技巧作為考量；團體形成前的準備，在依據兒童的特性與兒童所缺乏、不當和需要學習的社交技巧擬定方案。Bulkeley 和 Cramer (1994) 的研究即指出，針對兒童個別特質及情況而編製的社交技巧訓練，其效果較一般標準化的訓練為佳。然而在筆者在幾次高結構的方式帶領經驗中的困難在於，經常無法如方案設計進行。張景然 (2001) 在團體中的迷思指出以為團體諮商就是數個活動的累積而產生的幾個問題，在帶領兒童社交技巧團體中也確實發生。因此，筆者認為，規劃團體方案，對於尚在學習階段的筆者仍有其必要性，更重要的是要在規劃中隨著團體的進展有彈性調整。除了如張景然 (2001) 所強調的，活動本身不是重點，活動後的分享才是團體的重點與強調的「此時此地」。另外，在實務帶領過程中也發現，由於時間上的限制與成員的性質等等，在每一次的團體，往往只需要一個活動的進行與活動結束後的回饋與分享就已足夠，無須擔心沒有足夠地準備團體活動。

## 參、正式進入團體

筆者所帶領的社交技巧訓練團體平均以八次為主，如同上面所敘，皆有事先設計團體方案，並且配合團體發展的幾個階段：初期、轉換、工作與結束階段 (Corey, 1995/1999)，筆者在這一部份主要是歸納在社交技巧團體常見的特殊事件說明之：

### 一、成員在言語中不斷出現髒話與性的字眼

幾次帶領國民小學高年級兒童的社交技巧團體，不約而同經常在團體中聽到成員出現髒話與帶有性的語言，干擾團體的活動進行，以至於筆者原先所規劃設計的活動受到阻礙。筆者思考每位成員所處的家庭狀況、老師轉介的理由、事先與兒童和家長的溝通以及與督導的討論，這些兒童真實的反應在團體外的狀況到團體中來，因此，與其透過社交技巧的內容所設計的相關活動，例如：「專注力訓練」、「不打斷他人說話」、「傾聽」與「遵守規範」等等，倒不如把兒童出現的不雅語言帶入活動「此時此刻」的討論會更有意義，例如：兒童是否了解這些不雅語言的意思？說這些不雅語言的用意是什麼等等，筆者在這樣的過程中發現，這些孩子的不雅語言，學習來自於家庭、同儕等，出現這些語言往往是為了吸引注意力，因此，筆者經常在活動的進行與出現不雅語言的處理拿捏時間，有時融入活動討論，有時採取忽略，使其削弱；成員若有正向語言的表達，給予肯定與

鼓勵，協助兒童辨識自己的行為反應與可能的結果，修正以適當的方式引起注意力，效果不錯。

## 二、團體規範執行的困難

不管在任何年齡階段的成員，在團體的第一次經常會擬訂團體規範，經由老師轉介兒童的社交技巧團體中，發現擬定規範和實際執行都有其困難性，因為所擬定的規範往往是兒童要在團體中學習的，例如：我不攻擊別人、在團體中我不罵髒話、發言前要舉手、不隨便起來走動、不能說別人的秘密、專心聽別人說話等，然而成員在團體中卻經常無法做到，造成無法遵守團體規範。Gresham, F. M. 和 Elliott, S. N. 於 1990 年指出社交技巧是指社會上所能接受之令個人與他人互動時，促使正向反應發生，且協助避免負向反應發生(引自邱瓊瑩, 2003)。Bandura (1972) 及 Skinner (1953) 指出一個人知道其願望或需求可以經由某種行為來達成，即造成增強作用。在一次的團體經驗中，筆者在與督導討論之後，嘗試採取具體的記分板進行加減分，以加分的增強方式，增強孩子好的表現，扣分的削弱方式，讓其不當行為頻率降低，以外在增強，配合領導者口頭給予正向回饋，筆者發現，比擬訂團體規範要其遵守更發揮其效果。而國小高年級的兒童正進入尋求自我認同的階段，希望可以獲得注意力，以行為改變增強的策略，讓孩子在團體過程中，學習以適當的方式引起注意力，違反規範時，「此時此地」立即性的與兒童討論，更有實質上的意義；另外，於活動結束之後給予獎勵回饋，滿足兒童的需求，也提高了行為學習效果的動機。

## 三、成員肢體衝突與結盟和排擠現象

筆者帶領的社交技巧團體，幾乎以男性為主，同質性很高，這些孩子在團體中出現互相攻擊，甚至有肢體衝突，不令人意外。在帶領同質性如此高的社交技巧團體，需要有協同領導者的協助，一位領導者繼續帶領團體進行，另一位領導者，處理衝突事件的突發狀況，否則易造成失控。另外，由於班級老師可能將班上的死對頭一起轉介而來，未經過事先的篩選，造成成員在團體中的針鋒相對，干擾團體的動力。因此，如前面篩選成員所述，班上的死對頭皆不適宜放在同一個團體當中，應將其安置在不同的團體或是針對特定還未準備好的成員可能需要接受個別諮商。

另外，團體成員當中，若有志願參加的楷模成員，一方面可以成為學習的對象，另一方面，領導者需要留意該成員可能會在團體中成為其他成員排擠的對象，因此，領導者需要在團體進行之前先告知該楷模成員可能發生的狀況，以避免在團體中造成傷害。相對於排擠，就是成員彼此之間的結盟，聯合起來攻擊某一位成員或干擾團體的進行，就筆者過去的經驗，對於成員的結盟現象，若能轉變為在團體中發揮正向的影響力修正不適當的行為，可以使團體的動力獲得不錯

的效果。

#### 肆、團體的結束

筆者所進行的兒童社交技巧團體，屬於結構性質的團體，高度結構的團體中，於每一次團體活動後的分享才是重點所在（張景然，2001），然而，在實際帶領兒童社交技巧團體中發現，活動能否順利都有其困難性，更毋須談論到活動後的分享與探索。因此，理想狀況下，領導者會在每一次團體結束之後給予每位成員回饋與成員自己的自我回饋；如果無法在每一次活動結束後回饋或分享，領導者在下一次團體的一開始，把前一次在團體中觀察到兒童的進步寫在一張紙條上給每一位兒童，可以有不錯的效果。

Elliott, S. N. 和 Gresham, F. M. 於 1987 年提出概念化評估兒童社交技巧的應包括：1. 教師、父母和同學評價；2. 教師、父母和同學訪談；3. 觀察；4. 行為角色扮演；5. 社會計量；Sheridan, S.M. 和 Walker, D. 於 1999 年認同上述五種評估方法，此外，認為自陳法也是可供評估的標準之一（引自邱瓊瑩，2003）。筆者在實習時所帶領的團體，在團體的最後一次，會發給每一位兒童一本檔案夾，回顧每一次團體進行的活動與在活動過程中的學習，也邀請兒童給自己在這幾次活動中打分數，並且說明理由，類似自陳法作為評估標準，筆者發現，這些兒童的可愛之處在於很誠實的反應自己在團體中的表現；另外，如果理想狀況下，透過教師、父母、同儕對兒童的評估，可以瞭解兒童在團體之外的表現。筆者認為社交技巧的選擇應是對孩童及其環境中的重要他人有意義的，如此才能幫助他們長久的保持這些技巧；筆者曾對於一個團體的兒童，透過電話訪問進行持續追蹤，瞭解兒童在團體結束之後的狀況，父母對於孩子的參與團體經驗表達肯定，雖然在研究上，「成效追蹤」常會在研究建議被提出，卻也成為研究中的限制與困難所在，筆者在執行上也確實發現有困難，包括時間因素、家長與學校的配合度不高等。筆者認為兒童在團體中所學習的經驗，要能類化的實際日常生活中與持續性，除了有賴兒童本身；家長、學校老師和同儕之間的協助，方能發揮較佳的效果。

#### 伍、結語及省思

上述為筆者帶領兒童社交技巧團遇到的問題與因應之道之實務經驗，與相關兒童工作者分享。最後，筆者提出與這些兒童的互動過程中的省思，一群在老師或家長眼中很頭疼的兒童，若能抱持著彼此尊重的態度，給予這些兒童不同其他人看他們的經驗，會成為一個改變的契機。因此，筆者認為，個人專業學習的理論基礎、專業訓練與技巧在帶領兒童團體固然重要，而領導者的態度與對孩子的關心更是重要，融入與傾聽孩子的內心世界，以多元角度來看兒童的問題，也可以降低自己的挫折感與焦慮。因此，筆者在關於兒童諮商專業的學習路上，會繼

續抱持著一個謙虛與學習的心，善用個人俱備的特質，覺察自己的專長與限制，實際的在與兒童的互動過程中，修正經驗與接受督導，提升自己的專業能力，感謝這群活蹦亂跳的兒童帶給我珍貴的禮物，因為你們，我看到自己的不足，因為你們，讓我有成長，是個具有挑戰與美麗的相遇。

## 參考文獻

- 王櫻芬 (1997)。社交技巧訓練對國小攻擊傾向兒童之攻擊行為、社交技巧與自我效能之影響效果研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版。
- 田秀蘭、陳淑琦、劉玲君、王櫻芬 (2003)。兒童團體輔導能力的內涵與評量研究。中華輔導學報，14，89-116。
- 林佩琪 (2000)。社交技巧訓練對國小「退縮-被拒絕」兒童之社會技巧、同儕接納與社會自尊影響之實驗研究。國立東華大學教育研究所碩士論文，未出版。
- 邱瓊瑩 (2003)。社交技巧訓練團體對國小兒童社交技巧與人際關係之影響研究。國立新竹師範學院輔導教學碩士論文，未出版。
- 姜錢珠 (1993)。社會技巧訓練對增進國中生社會技巧、社會自尊與人際關係效果之研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，未出版。
- 徐西森 (2004)。團體動力與團體輔導。台北：心理。
- 張景然 (2001)。準團體諮商員的迷思與衍生的問題。諮商與輔導，185，2-7。
- 劉永福 (1994)。認知取向與社會技巧訓練團體對社會畏縮兒童輔導效果研究。國立台灣師範大學教育心理及輔導研究所碩士論文，未出版。
- 蔡麗芳 (1992)。社交技巧訓練策略對國小兒童社交技巧、問題行為及同儕接納之影響效果實驗研究。國立台灣師範大學教育心理及輔導研究所碩士論文，未出版。
- 盧佳嘉 (2007)。社交技巧訓練方案提升國小兒童社交技巧與社會自尊效果之研究。國立新竹教育大學人資處輔導教學碩士論文，未出版。
- 謝應珍 (1987)。國中二年級學生接受社會技巧訓練對其人際關係之影響。文化大學兒童福利研究所碩士論文，未出版。
- Corey, G. (1999). 團體諮商的理論與實務 (張景然、吳芝儀譯)。台北：揚智。(原著出版於 1995 年)
- Bandura, A. (1972). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bulkeley, J. R., & Cramer, D. (1994). Social skill training with young adolescents: Group and individual approaches in a school setting. *Journal of Adolescent*, 17(6), 521-531.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York, NY: Macmillan.
- Wilkison, J., & Canter, S. (1982). *Social skills training manual: Assessment, Program design and management of training*. New York, NY: John Wiley & Sons.