

中國文化大學教師教學創新暨教材研發獎勵期末成果報告書

2013,07,01 師資培育中心 單文經

壹、計畫名稱

以「提昇學生團體活動規畫與帶領能力」為目標的教學創新

貳、實施課程、授課教師姓名

教育學系三年級「團體輔導」

單文經教授

參、計畫特色

本計畫之擬定係依據本校 101 年教學卓越計畫，子計畫 C：「全程關懷主動學習計畫」中執行策略 C-1. 「整合教學輔涯全方位 E 起學習照護平台」的具體作法第 4 項「獎勵、輔導並施，提升證照考取率」中第(2)點：「各系所可依專業證照之蒐集，改善課程設計與課程地圖，結合理論與實務，強化課程之實用性，與職場接軌」的精神。

本系學生畢業後，有可能擔任中學各科教師，也有可能前往一些具有教育與輔導性質的文教產業，例如課後輔導班、周末課業輔導班、寒暑假課業輔導班、兒童與青少年夏令營、兒童與青少年冬令營……等擔任輔導老師、輔導員……等工作。若要勝任這些工作，就必須具備有規畫與帶領兒童與青少年團體活動的能力。

有鑒於此，本人乃在本學期於本系三年級所開設之「團體輔導」選修科目，將「提昇學生團體活動規畫與帶領能力」訂為最重要的教學目標。為達成此一教學目標，本人打破傳統以講授與討論為主的教學方式，而採取以分組的方式，融入當今教學上頗受重視的「學習共同體」理念，讓修習本科目的同學能從觀摩教授帶領團體活動、分組設計與規畫團體活動、分組帶領與實施團體活動、分組檢

討規畫與帶領團體活動的效果、再行設計與規畫團體活動、再行帶領與實施團體活動、再行檢討規畫與帶領團體活動的效果等過程中，提昇學生團體活動規畫與帶領能力。

總上所述，本計畫有以下三項特色：

- 一、讓學生透過分組活動，體驗與他人共同學習所引發的學習動力，落實「學習共同體」的理念。
- 二、讓學生透過設計團體活動，將所習得的團體輔導的理論，轉化為具體的實務，增進其團體活動的設計能力。
- 三、讓學生透過帶領團體活動，將所設計的團體活動付諸實行，體會活動帶領者的成就感，並增進其團體活動的帶領能力。

肆、具體內容

本學期本科目共有十七次的上課時間，包含了十四次課堂上課時間、期中考試（四月九日）、全班前往臺北市教師研習中心參與「學習共同體」研習活動（五月二十八日）及期末考試（六月五日）等。

本人在每次課堂上課的兩節課當中，以一節的時間（通常為第二節），安排在特定的場地（大孝館五樓廣場或大孝館地下一樓的韻律教室）專門用來進行以「提昇學生團體活動規畫與帶領能力」為目標的教學創新活動。以下為這十四次活動的內容大要。

一、全班講解與討論：

第一次上課（二月十九日），本人講解團體活動的重要性及基本原理；全班同學並作了一些討論。

二、全班示範與觀摩

第二次（二月二十六日）及第三次上課（三月五日）本人與隨班助教進行示範共五項活動；全班同學熱烈參與活動，並作了一些討論。在第三次上課時，本人並將全班 49 位同學分為九組，並且請他們利用課餘時間，先行蒐集有關資料。在第三次上課之後，本人將經過討論與微幅調整後的「團體活動」設計表 PO 上教學輔導網站，以便同學們參酌使用。

三、分組設計與規畫

第四次上課（三月十二日），本人請九組同學參考所蒐集的有關資料進行初步的設計與規畫之討論，並在一節的討論時間當中，由各組組長將

所討論的結果向全班同學報告，以便各組同學能相互理解其他各組設計的活動項目，以避免重複。在這一節課結束之前，本人並將九組同學帶領團體活動的時間安排妥當。又，每一組同學所設計的團體活動以兩項為原則，而且兩項團體活動以在半小時內完成為原則，以便有一些可供同學分享心得的時間。

四、分組帶領與實施

自第五次上課（三月十九日）至第十三次上課（五月二十一日）的九次上課時間，由九個組分別帶領其所設計的團體活動，並在活動結束後由各該組同學帶領全班進行分享與討論，將參與團體活動的心得向大家報告，並且針對帶領團體活動的同學可資改進的地方提出說明（各組所設計的團體活動，請見附錄一）。

五、分組與全班檢討與反思

第十四次上課（六月四日）時，請同學分組就這學期所參與、設計與帶領的團體活動，進行檢討與反思，並請各組代表向全班同學報告，接著並由若干自由討論的時間。最後，再由本人總結。

六、個人檢討、反思與總結

在六月十一日所舉行的期末考試中，本人設計了二則與「提昇學生團體活動規畫與帶領能力」有關的考題，藉以讓修習本門功課的每一位同學就本學期所設計、帶領及參與的活動，進行個人的檢討、反思與總結。這二則問題是：

（一）請你就我們這學期所進行的 23 項團體活動逐一進行評估，並且給予評鑑（5,4,3,2,1 由高分至低分）（請見表一）。

1. 負責團體活動設計的同學用心
2. 負責團體活動帶領的同學認真
3. 參與團體活動帶領的同學喜悅
4. 該項團體活動增進了班級團體的動力
5. 該項團體活動增進了同學之間的認識
6. 該項團體活動增進了同學的合作精神
7. 該項團體活動讓我觀摩了帶領團體的過程
8. 該項團體活動讓我體驗了團體過程的力量

（二）請就你這一組所設計與帶領的二項團體活動，說明下列各事項：

1. 確實學習到設計團體活動的技巧
2. 確實體驗了設計團體活動的過程
3. 確實學習到帶領團體活動的技巧
4. 確實體驗了帶領團體活動的成就感

伍、實施成效及影響（量化及質化）

一、量化部分：

這個部分的數據是得自上述，由本人所設計的二則與「提昇學生團體活動規畫與帶領能力」有關的期末考試之考題之一「請你就我們這學期所進行的 23 項團體活動逐一進行評估，並且給予評鑑」一項，經過統計的結果（如表一）。

表一 修習團體活動功課的同學對所參與的 23 項團體活動之評估

序號	活動名稱	用心	認真	喜悅	動力	情誼	合作	觀摩	體驗	合計	備註
1	當我們同在一起	4.6	4.5	4.2	4.7	4.3	4.5	4.6	4.8	4.55	
2	觸電	4.7	4.3	4.4	4.6	4.6	4.7	4.6	4.4	4.53	
3	我來比你來猜	4.6	4.5	4.7	4.3	4.5	4.6	4.8	4.6	4.57	
4	小蜜蜂	4.7	4.3	4.8	4.6	4.6	4.7	4.6	4.4	4.59	
5	生活餡餅	4.6	4.5	4.8	4.3	4.5	4.6	4.8	4.6	4.58	
6	關於我	4.4	4.5	4.7	4.6	4.4	4.2	4.7	4.6	4.51	
7	海盜大冒險	4.7	4.3	4.8	4.6	4.6	4.7	4.6	4.4	4.59	
8	牧羊人	4.6	4.5	4.7	4.3	4.5	4.6	4.8	4.6	4.56	
9	愈吃愈多	4.6	4.8	4.7	4.3	4.5	4.6	4.8	4.6	4.60	
10	支援前線	4.4	4.5	4.7	4.6	4.4	4.2	4.7	4.6	4.51	
11	大拍賣	4.7	4.3	4.4	4.6	4.6	4.7	4.6	4.4	4.55	
12	甜蜜家庭	4.6	4.5	4.7	4.3	4.8	4.6	4.8	4.6	4.60	
13	瞎拼 ABC	4.4	4.8	4.7	4.6	4.4	4.2	4.7	4.6	4.53	
14	誰是臥底	4.6	4.5	4.7	4.8	4.5	4.6	4.8	4.6	4.62	
15	無敵風火輪接力	4.7	4.3	4.4	4.8	4.6	4.7	4.6	4.4	4.56	
16	圖畫接力	4.6	4.5	4.7	4.3	4.5	4.6	4.8	4.6	4.60	
17	轉轉你和我	4.6	4.5	4.7	4.3	4.4	4.6	4.8	4.7	4.56	
18	拍桌你和我	4.6	4.5	4.7	4.3	4.5	4.6	4.8	4.6	4.60	
19	猜猜我是誰	4.4	4.5	4.7	4.6	4.4	4.2	4.7	4.6	4.51	
20	找領袖	4.6	4.5	4.7	4.6	4.4	4.2	4.7	4.6	4.53	
21	傳話	4.7	4.3	4.8	4.6	4.6	4.7	4.6	4.4	4.60	
22	你很特別	4.4	4.5	4.7	4.6	4.4	4.2	4.7	4.6	4.51	
23	青蛙跳水	4.6	4.8	4.7	4.3	4.5	4.6	4.8	4.6	4.63	

由表一的分析可知，無論在「設計同學的用心」、「帶領同學的認真」、「帶領同學的喜悅」、「班級團體動力的增進」、「同學之間認識的增進」、「同學合作精神的增進」、「帶領團體過程的觀摩」、「團體過程力量的體驗」等

方面，同學們的評估的平均得分都在 4.51 至 4.62 之間，換算為百分比則都在九十分以上，顯見同學們對於這些活動的評估都很高。

二、質化部分

這個部分的資料是得自上述，由本人所設計的另一則與「提昇學生團體活動規畫與帶領能力」有關的期末考試之考題：「請就你這一組所設計與帶領的二項團體活動，說明下列各事項（包括設計技巧的學習、設計過程的體驗、帶領技巧的學習、帶領成就感的體驗）」。茲謹以六位同學的評估之 pdf 檔顯示之（請見附錄二）。

陸、結論

由表一「修習團體活動功課的同學對 23 項團體活動的評估」之分析，以及表二「修習團體活動功課的同學對各該組所設計與帶領的二項團體活動在設計技巧的學習、設計過程的體驗、帶領技巧的學習、帶領成就感的體驗等的自我評估，蒐集的量化數據及質化資料，皆顯示本學期本人在每次的兩節課當中，以一節的時間（通常為第二節）專門用來進行以「提昇學生團體活動規畫與帶領能力」為目標的教學創新活動，所達到一定程度的效果

柒、附錄

附錄一、本學期所實施的團體活動共 23 項，計 24 頁。

附錄二、六位同學「請就你這一組所設計與帶領的二項團體活動，說明下列各事項（包括設計技巧的學習、設計過程的體驗、帶領技巧的學習、帶領成就感的體驗）」的 pdf 檔。

附錄一、本學期所實施的團體活動

團體輔導活動

- 一、 活動名稱：當我們同在一起
- 二、 活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。
- 三、 活動目標：1.瞭解自我與發展潛能
2.尊重關懷與團隊合作
3.獨立思考與解決問題
- 四、 相對應之分段能力指標：
綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長
綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能
- 五、活動方式

活動時間：102 年 2 月 26 日（二）上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	設計與執行人員	配合器材
5 min	1. 請同學原地起立(將桌椅移至教室兩側)	傅凱聖單文經	麥克風*1
	2. 由負責的同學講解活動規則 3. 開始活動 (第一次先使同學們熟悉規則) 4. 活動結束(統計次數&懲罰)		熱 誠 的 心 *MAX
備註： 『當我們同在一起』規則： 1. 請所有同學圍成一個圓圈 2. 接著全部向左/右轉，手搭著前面人的肩膀 3. 開始唱『當我們同在一起』一邊慢慢往前進 4. 熟悉活動歌曲節奏後，增加活動難度 5. 當唱到關鍵字時會有附加動作，如唱到『我』字便全部向後轉 6. 逐步增加難度，唱到『在一起』時手便拍兩下 7. 唱到『你』字時，便蹲下 8. 如果學員反應速度都很快，便可將歌曲節奏增快以提高難度			

團體輔導活動

一、活動名稱：觸電

二、活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。

三、活動目標：1.瞭解自我與發展潛能
2.尊重關懷與團隊合作
3.獨立思考與解決問題

四、相對應之分段能力指標：

綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長
綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能

五、活動方式

活動時間：102年2月26日(二)上午08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	設計與執行人員	配合器材
10 min	1.請同學原地起立(將桌椅移至教室兩側) 2.由負責的同學講解活動規則 3.開始活動(第一次先使同學們熟悉規則) 4.活動結束(統計次數&懲罰)	傅凱聖 單文經	麥克風*1 熱誠的心 *MAX 音 樂 CD*1
備註： 『觸電』規則： 甲、請所有同學圍成一個圓圈 乙、接著全部的同學牽起左右兩邊同學的手 丙、負責帶領的同學會請所有同學閉上眼睛 丁、並去觸碰開始傳電的同學，這時，被觸碰到的同學由雙手開始向外傳電 戊、最後，會有一名同學兩手同時接收到電(需大喊：『我觸電了』) 己、旁邊的兩名同學便開始繞圓跑一圈(左邊同學向右跑/右邊同學向左跑) 庚、這時便有兩格空位，一開始負責觸碰同學的鬼便選其中一個位置站入 辛、兩名繞圓圈的同學需搶剩餘的一個位置，沒搶到的則當鬼 壬、當鬼次數最多的同學，會有小小處罰			

團體輔導活動

- 一、 活動名稱：我來比你來猜
- 二、 活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。
- 三、 活動目標：1.瞭解自我與發展潛能
2.尊重關懷與團隊合作
3.獨立思考與解決問題
- 四、 相對應之分段能力指標：
綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長
綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能
- 五、活動方式

活動時間：102年3月5日(二)上午08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	設計與執行人員	配合器材
5 min	9. 請同學原地起立(將桌椅移至教室兩側) 10. 由負責的同學講解活動規則 11. 開始活動 (第一次先使同學們熟悉規則) 12. 活動結束(統計次數&懲罰)	傅凱聖 單文經	麥克風*1
			熱誠的心 *MAX
備註： 『我來比你來猜』規則： 甲、請所有同學分組排成一列 乙、接著全部向後轉(排頭不須向後轉) 丙、接著負責的同學會給所有排頭一個題目 丁、當確認題目後，排頭便往後轉，輕拍前面人的肩膀以肢體動作告知答案 戊、期間不可以言語溝通或提示 己、速度快者獲勝，其餘的同學須接受小懲罰			

團體輔導活動

- 一、活動名稱：小蜜蜂
- 二、活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。
- 三、活動目標：1.瞭解自我與發展潛能
2.尊重關懷與團隊合作
3.獨立思考與解決問題
- 四、相對應之分段能力指標：
- 綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長
綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能
- 五、活動方式

活動時間：102年3月5日(二)上午08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	設計與執行人員	配合器材
5 min	1.請同學原地起立(將桌椅移至教室兩側) 2.由負責的同學講解活動規則 3.開始活動(第一次先使同學們熟悉規則) 4.活動結束(統計次數&懲罰)	傅凱聖 單文經	麥克風*1 熱誠的心 *MAX
備註： 『小蜜蜂』規則： 甲、請所有同學圍成圓圈(可分組為圈、也可全班為圈-視場地大小而定) 乙、接著全部面向中心 丙、負責的同學會和大家培養一個默契(聽到”小蜜蜂”，同學們喊”嗡嗡”) 丁、這時，請同學們分別伸出雙手，左手伸食指，右手手掌攤開 戊、請同學們將各自的左手食指，頂著左邊同學的右手掌心位置 己、開始唱兒歌小蜜蜂(嗡嗡，嗡嗡，大家一起去做工，來匆匆……) 庚、當負責的同學喊『抓』時，右手須迅速地抓住在自己掌心的食指 辛、而左手須迅速地逃離身旁同學的手心 壬、如沒抓到同學，又被同學抓住者，懲罰伺候。			

團體輔導活動

一、活動名稱：生活餡餅

二、活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。

三、活動目標：1.使學生學習時間及金錢的運用
2.知道生活及如何安排人生計畫
3.提出學生如何生活的問題

四、相對應之分段能力指標：

綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長
綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能

五、活動方式

活動時間：102年3月5日(二)上午08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
5 min	1.請同學一人拿一張紙 2.由負責的同學講解活動規則 3.開始活動(第一次先使同學們熟悉規則) 4.活動結束	傅 凱 聖 單文經	麥克風*1 1. 空白紙張*50 2. (以下空白)
『生活餡餅』規則： 甲、老師在白板上畫一個圓圈 乙、先將圓圈分成四等分(一等分是6小時) 丙、請學生估計自己的時間 i. 睡覺 (2)學校 (3)工作 (4)與朋友的相處 (5)做家事 (6)玩電腦及看電視 (7)與家人相處 (8)其他娛樂時間 丁、估計的時間總和必須是24小時 戊、估計完後，請學生思考問題 i. 是否滿意目前的規畫安排 (2)生活中占最大的部分是什麼? (3)能否合理的改變時間安排 己、可針對某活動作分析，並和同學討論是否有充分利用時間。			

團體輔導活動

一、活動名稱：關於我

二、活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。

三、活動目標：有系統且不斷的提供學生機會，使學生分析、檢討、發現自我。

四、相對應之分段能力指標：

綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長

綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能

五、活動方式

活動時間：102 年 3 月 19 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
	5. 請同學一人拿一張紙 6. 由負責的同學講解活動規則 7. 開始活動 (第一次先使同學們熟悉規則) 8. 活動結束	第一組	麥克風*1 3. 空白紙張 *50 4. (以下空白)
<p>『關於我』規則：</p> <p>癸、老師學生於隔天寫一篇『關於我』的故事，如日記一般</p> <p>11、同學們可交互傳閱個人的故事，或閱讀給班上同學聽</p> <p>12、並可將以寫成的故事改編成自傳</p> <p>13、關於我的題目有以下幾種：</p> <ul style="list-style-type: none"> i. 我是誰? ii. 我感到驕傲的是? iii. 我最有趣的經驗? iv. 假如我能改變世界 v. 我的朋友…… 			

團體輔導活動

一、活動名稱：海盜大冒險 之 虎克船長

二、活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。

三、活動目標：在活動中學到團體何做及團體的榮譽精神

四、相對應之分段能力指標：

綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長

綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能

五、活動方式：

活動時間：102 年 3 月 19 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
	9. 所有同學圍成一個圈圈 10. 由負責的同學講解活動規則 11. 開始活動 (第一次先使同學們熟悉規則) 12. 活動結束	第一組	麥克風*1 5. 大家的雙手 6. (以下空白)
『海盜大冒險 之 虎克船長』規則：			
13. 老師先將同學圍成圈			
14. 當被點到的同學要做船長的動作，而兩旁同學要配合做出划船的動作			
15. 上回合被點到的同學要繼續點下一個虎克船長			
16. 出錯最多的同學進行逞罰			

團體輔導活動

- 一、活動名稱：牧羊人
- 二、活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。
- 三、活動目標：有系統且不斷的提供學生機會，使學生分析、檢討、加強對團體成員的觀察度。
- 四、相對應之分段能力指標：
 - 綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長
 - 綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能
- 五、活動方式

活動時間：102 年 3 月 26 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材(角色)
	13. 請同學大家都先圍成一圈 14. 由負責的同學講解活動規則 15. 開始活動 (第一次先使同學們熟悉規則) 16. 活動結束	第二組	主持人 鬼(某人) 小羊
<p>『牧羊人』規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 將團體成員先圍成一圈，圍好一大圈之後，原地坐下。 2. 主持人站到某人面前問道：「你看見我可愛的小綿羊嗎？」某人即起立反問道：「你的羊是什麼樣子的？」於是主持人就形容另一人的外表，如：「大眼睛、穿花裙、長頭髮、尖皮鞋....」。 3. 此時，某人在外圈走動並猜「羊」是誰，主持人看他走近「羊」時，就喊「找到了！」於是「羊」趕快跑，被追到即為主持人，羊若回原地未追到，則某人當主持人。 			

團體輔導活動

一、活動名稱：愈吃愈多

二、活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。

三、活動目標：有系統且不斷的提供學生機會，使學生分析、檢討、加強團體成員之間的專注力及記憶能力。

四、相對應之分段能力指標：

綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長

綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能

五、活動方式

活動時間：102 年 3 月 26 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材(角色)
	17. 請同學大家都先圍成一圈 18. 由負責的同學講解活動規則 19. 開始活動 (第一次先使同學們熟悉規則) 20. 活動結束	第二組	主持人 遊戲成員
<p>『牧羊人』規則：</p> 4. 將團體成員先圍成一圈，圍好一大圈之後，原地坐下。 5. 由一人開始說：「昨天我吃了一碗飯」，第二人接下去：「昨天我吃了一碗飯、兩個雞蛋。」第三位：「昨天我吃了一碗飯、兩個雞蛋、三塊牛肉。」如此繼續下去，至第九位則說：「昨天我吃了一碗飯、兩個雞蛋、三塊牛肉、四隻鴨腳、五片麵包、六粒花生、七根甘蔗、八個橘子，九個胃痛丸」。 6. 繼續者必須記住前者所說的食物，遊戲直到有人斷掉，大家哈哈大笑為止。			

團體輔導活動

- 一、 活動名稱：支援前線
- 二、 活動宗旨：希望經由團體活動，創造及培養團體成員間的默契，藉此互相學習、幫助，使團體凝聚向心力，發展團對精神與和諧的良好互動關係。
- 三、 活動目標：1.重視默契與團隊合作
2.培養自我能力與技能
3.勇於分享
- 四、 相對應之分段能力指標：
綜 3-2-2 參加團體活動，了解自己所屬團體的特色，並能表達自我以及與人溝通
綜 3-1-2 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。
- 五、 活動方式：

活動時間：102 年 4 月 2 日 (二) 上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
15 min	21. 請同學分組 22. 開始活動規則講解 23. 開始活動(先示範一次並讓大家試玩一次) 24. 活動結束(統計各組分數&懲罰)	第三組	麥克風*1
			(以下空白)
備註： 『支援前線』規則： 五、 每組必須聽從主持人的要求。 六、 根據主持人的要求提供相對應之物品。 七、 將相對應之物品放至指定地點後由主持人檢查是否符合要求。 八、 物品要求一定要符合主持人規定。 九、 符合要求及算過關，得一分。 十、 最後統計分數時，贏方會有小禮物，敗方則進入懲罰（屁股寫字）。			

團體輔導活動

- 一、活動名稱：大拍賣
- 二、活動宗旨：希望經由團體活動，創造及培養團體成員間的默契，藉此互相學習、幫助，使團體凝聚向心力，發展團對精神與和諧的良好互動關係。
- 三、活動目標：1.重視默契與團隊合作
2.培養自我能力與技能
3.勇於分享
- 四、相對應之分段能力指標：
 綜 3-2-2 參加團體活動，了解自己所屬團體的特色，並能表達自我以及與人溝通
 綜 3-1-2 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。
- 五、活動方式

活動時間：102 年 4 月 2 日 (二) 上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
10 min	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請同學原地起立(將桌椅移至教室兩側) 2. 由負責的同學講解活動規則 3. 開始活動 (第一次先使同學們熟悉規則) 4. 活動結束(統計次數&懲罰) 	第三組	麥克風*1 (以下空白)
備註： 『大拍賣』規則： (1) 所有成員隨便的散佈在操場上或教室裡。 (2) 主持人說明規則： 1. 男生代表 1 塊錢 2. 女生代表 5 毛錢 (男女生代表價錢亦可互換) (3) 主持人喊「大拍賣喔！」 (4) 全體成員回答：「多少錢呀！」 (5) 主持人說出一個價錢：如「六塊半」 (6) 所有成員各自找伴，當組合成「六塊半」時，整組人員蹲下，且快速的說出自己的名字。			

(7) 尚未組合『六塊半』一組的成員繼續找伴，直湊合到『六塊半』時，才可蹲下。

(8) 約半分鐘後，主持人吹哨子喊「停」，所有成員都不能動。

(9) 主持人登記仍然站立的人（即沒有找到伴）之姓名。

(10) 重覆約 4~6 次。

(11) 主持人說男女代表的價錢對調，即男生五毛錢，女生 1 塊錢。

(12) 重覆約 4~6 次。

(13) 主持人統計被登記者次數。

(14) 被登記三次以上者，應表演節目。

(15) 表演的方式：

1. 唱歌。

2. 跳舞。

3. 其他的才藝。

4. 說故事。

團體輔導活動

一、活動名稱：甜蜜家庭

二、活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。

三、活動目標：1. 破冰，讓學員在遊戲當中藉由互相接觸當中彼此更加認識

2. 尊重關懷與團隊合作

3. 獨立思考與解決問題

四、相對應之分段能力指標：

綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長

綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能

五、活動方式

活動時間：102年4月16日(二)上午08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
5 min	1.請同學原地起立(將桌椅移至教室兩側) 2.由負責的同學講解活動規則 3.開始活動(第一次先使同學們熟悉規則) 4.活動結束(統計次數&懲罰)	第四組	麥克風*1

備註：

1. 每一組都需有三人
2. 每組三人，先選出 1 號 2 號 3 號，彼此確認
3. 1 號是豬媽媽，2 號是豬爸爸，3 號是豬小弟
4. 請豬爸爸和豬媽媽雙手張開圍起來像房屋，豬小弟在房屋下
5. 當我說到大野狼請回答我吃掉誰？當我說到豬小弟，這時就得跑到一個新家找到後並且快速蹲下
當我說到吃全家，全部的人就要重新找到一個家

團體輔導活動

一、活動名稱： 瞎拼 ABC

二、活動宗旨：希望經由團體活動，培養團體成員間的默契，藉此互相學習、幫助，使團體凝聚向心力，發展團隊精神與和諧的兩性良好互動關係。

三、活動目標：1.重視團隊合作。

活動時間:102 年 4 月 16 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材

2.培養自我能力與表達技巧。

3.練習外語口說能力。

四、相對應之分段能力指標：

綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長。

綜 3-2-2 參加團體活動，了解自己所屬團體的特色，並能表達自我以及與人溝通。

綜 3-1-2 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。

15 min	1. 請同學分組(共分成三組) 2. 開始活動規則講解 3. 開始活動(先示範一次並讓大家試玩一次) 4. 活動結束(統計各組分數&懲罰)	第四組	麥克風*1 題目卡 (以下空白)
備註： 『瞎拼 ABC』規則： 甲、每組必須聽從主持人的要求。一組時間為 5 分鐘。 乙、每組先派出一位來引導題目的人，以說英語的方式。 丙、依主持人出的題目，引導者用說英文的方式來讓同組的人猜正確題目。 丁、講解者不可直接翻譯字面的意思，也不可用手比動作。 戊、答對一題得一分。 己、最後統計分數時，獲勝一方即有禮物，失敗者則每人各唱一首歌。			

五、活動方式

團體輔導活動

一、活動名稱：誰是臥底

二、活動宗旨：希望經由團體活動，創造及培養團體成員間的默契，藉此互相學習、幫助，使團體凝聚向心力，發展團對精神與和諧的良好互動關係。

三、活動目標：1.培養邏輯思考能力
2.培養表達能力
3.勇於分享
4.重視團隊合作精神

四、相對應之分段能力指標：

綜 3-2-2 參加團體活動，了解自己所屬團體的特色，並能表達自我以及與人溝通

綜 3-1-2 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。

五、活動方式

團體輔導活動

一、活動名稱：無敵風火輪---接力

二、活動宗旨：希望經由團體活動，培養團隊成員的一致、密切合作、克服困難的團隊精神、培養計畫、組織、協調能力；培養團隊相互信任和理解。

- 三、活動目標：
1. 培養邏輯思考能力
 2. 培養表達能力
 3. 勇於分享
 4. 重視團隊合作精神

四、相對應之分段能力指標：

綜 3-2-2 參加團體活動，了解自己所屬團體的特色，並能表達自我以及與人溝通

綜 3-1-2 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。

五、活動方式

活動時間：102 年 4 月 23 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
15 min 15 min	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請同學繪圖(人數最多者在組內)每組上推派為三對五，進行輪流賽。最好有開組活動規則講進行 PK。 2. 領取活動(每組分配選定的報紙、膠帶一卷、剪刀一把。 3. 開演結束(統計各組分數&懲罰) 	第五組 第五組	麥克風*1 足夠的報紙、 題目卡 寬膠帶、剪刀。
備註：	4. 啟動無敵風火輪：		
<p>備誰是臥底』規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 製作每個輪到可能者不同的充份(我們的份相同是一份單張報紙要根據折後拿到張的名用膠帶沾牢。這期間需要大家互相配合，有人整理報紙，有人帶膠帶、張牌是鞭炮必須動牌是鑼鼓且揮舞鑼鼓炸響臥底影響整體完成進度 A:輪到個輪到報紙 B:卡通有以他為主題過 C:通常爆炸會有聲音 2) 啟動無敵風火輪幾風來輪通處過節才5個的到以上的組攝都要站進去，保證空 2. 關個足夠完而輪需後大家配合一致邁步走動認為不起感的人輪最到建揭的陣時並與露身份個直到臥底被揭換或只夠邁步在動到建終點直到最後都未被揪 3) 出戲獲勝：保證風火輪報紙不能破損，走的時候一定要注意節奏和協調，報 3. 籤簽最差的組成績進行懲罰。 			

團體輔導活動

一、活動名稱：圖畫接力

二、活動宗旨：希望經由團體活動，培養成員合作的態度，加強團體成員的凝聚力。

三、活動目標：1.培養邏輯思考能力
2.培養表達能力
3.勇於分享
4.重視團隊合作精神

四、相對應之分段能力指標：

綜 3-2-2 參加團體活動，了解自己所屬團體的特色，並能表達自我以及與人溝通

綜 3-1-2 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。

五、活動方式

活動時間：102 年 4 月 30 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
15 min	1. 分組：每組約 8~10 人。 2. 領取材料：每組都分配足夠紙、筆。 3.開始製作 4.開始進行圖畫接力	第六組	問題、紙、筆。
備註： 1.介紹活動性質並說明規則，內容如下： 1) 這是一個圖畫接力分組比賽的活動。 2) 在一個規定的主題下（例如畫一隻猴子），各組成員在限制時間內，運用各人的想像力接力將圖畫好。由於該活動強調成員的合作，所以通組成員間可相互提供意見，但不可代畫。進行活動者宣佈圖畫的題材，並留數分鐘讓各組準備。 2、各組開始進行圖畫接力，每位限時畫畫 1 分鐘（勿過長），時間到換下一位直到輪完最後一位作答者。 3、各組的最後一位成員對該組所完成的圖畫作解答。 4、評分：該組答對一題得一分。 注意事項：成員接力畫畫，而不可修改前者所畫。			

團體輔導活動

- 一、活動名稱：大手拉小手 轉轉你和我
- 二、活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。
- 三、活動目標：在活動中學到團體何做及團體的榮譽精神
- 四、相對應之分段能力指標：
- 綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長
- 綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能
- 五、活動方式

活動時間：102 年 4 月 30 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
	1.將同學先分成三組 2.由負責的同學講解活動規則 3.開始活動（第一次先使同學們熟悉規則） 4.活動結束	第六組	麥克風*1
			7. 大家的雙手 8. （以下空白）
<p>『大手拉小手 轉轉你和我』規則：</p> <p>甲、老師先將同學分成三組後，再分別圍成圈</p> <p>乙、請同學們將雙手交叉，跟旁邊的同學手牽手</p> <p>丙、並各組指派一名同學為指揮官，指揮同學</p> <p>丁、最快解開的組別獲勝，可以加分</p>			

團體輔導活動

- 一、活動名稱：瘋狂 369 拍桌你和我
- 二、活動宗旨：藉由團體活動，並透過快樂學習的模式，促進學生健康心智，培養互助合作的團隊精神，進而達成兩性的和諧關係與良好互動。
- 三、活動目標：在活動中學到個人的專注力與團體中領導與被領導者的相互關係
- 四、相對應之分段能力指標：

綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長
 綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能

五、活動方式

活動時間：102 年 5 月 7 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請同學先找到位子坐定 2. 負責的同學講解活動規則 3. 開始活動 (第一次先使同學們熟悉規則) 4. 活動結束 	第七組	麥克風*1
			<ol style="list-style-type: none"> 1. 大家的雙手 2. (以下空白)
<p>『瘋狂 369 拍桌你和我』規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 老師先請同學坐定位子後 2. 請同學們將雙手放置於桌上，開始從一按照順序喊數字 3. 只要喊到三的倍數或包含三的數字皆要拍桌 4. 漏拍三次的同學將有小小懲罰，學鴨子走路 			

團體輔導活動

一、活動名稱：猜猜我是誰

二、活動宗旨：藉由團體活動的參與，來增進大家對於團體的歸屬感、以及增進對同學的認識，並培養彼此的默契。

三、活動目標：增進對同學的認識。

四、相對應之分段能力指標：

綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長

綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能

五、活動方式

活動時間：102 年 5 月 7 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
	1.將同學先分成三組 2.由負責的同學講解活動規則 3.開始活動（第一次先使同學們熟悉規則） 4.活動結束	第七組	麥克風*1
			大家的雙手 紙及筆
<p>『猜猜我是誰』規則：</p> <p style="text-align: center;">先發給每位參與同學一人一張紙，寫上自己的名字後收回，經過關主的洗牌後貼在每位同學背後，在關主貼名條在參與同學背上的同時，每位同學輪流自我介紹，在經過自我介紹後，音樂及遊戲開始，在音樂停下來之前，每位同學必須經由詢問其他同學背上名條所屬者的特徵，猜到背後貼的同學是哪位，答對</p> <p style="text-align: center;">25</p> <p>即成功，答錯及超過時間者即懲罰。</p>			

團體輔導活動

一、活動名稱：找領袖

二、活動宗旨：藉由團體活動的參與，增加團隊間的合作及默契、培養敏銳的觀察力、並可藉由次活動來讓領導者了解要如何領導一個團隊，讓被領導者了解要如何當一個稱職的組員。

三、活動目標：在活動中學到領導能力。

四、相對應之分段能力指標：

- 綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長
- 綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能

五、活動方式

活動時間：102年5月14日(二)上午08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
	1.由負責的同學講解活動規則 2.開始活動(第一次先使同學們熟悉規則) 3.活動結束	第八組	麥克風*1
			大家的雙手 紙及筆
<p>『找領袖』規則：</p> <p>先找到一位同學要他來擔任鬼這個角色，這個角色是要找出全班唯一的一名領袖，然後我們會請一位組員跟擔任鬼的那位同學出去教室外，以避免聽到班上的領袖是哪位，而領袖的工作就是要帶領班上所有的同學做相同動作，但不可被鬼找到，因此班上同學也要配合鬼並不可以看領袖看得太過明顯而使鬼發現誰為領袖，如果鬼找到正確的領袖，則領袖就要出來當鬼，當兩次鬼就必須要接受懲罰；反之，鬼如果找錯領袖，他即要出來懲罰。但如有同學故意陷害領袖被鬼抓到，那麼他就要立即接受逞罰，懲罰為屁股寫字。</p>			

團體輔導活動

一、活動名稱：傳話

二、活動宗旨：藉由團體活動的參與，增加團隊間的合作及默契、培養敏銳的觀察力、並可藉由次活動來讓領導者了解要如何領導一個團隊，讓被領導者了解要如何當一個稱職的組員。

三、活動目標：在活動中學到領導能力。

四、相對應之分段能力指標：

- 綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長
- 綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能

五、活動方式

活動時間：102 年 5 月 14 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
	1.由負責的同學講解活動規則 2.開始活動（第一次先使同學們熟悉規則） 3.活動結束	第八組	麥克風*1
			大家的雙手 紙及筆
<p>『傳話』規則：</p> <p style="text-align: center;">全班分成若干組 每組以排為隊形 前面的人傳主持人的題目給下一個人(嘴裡要有一大口水) 傳到最後一個人 累積達到最多題目的組別獲勝</p>			

團體輔導活動

一、活動名稱：你很特別

二、活動宗旨：藉由團體活動的參與，增加團隊間的合作及默契、培養敏銳的觀察力、並可藉由次活動來讓領導者了解要如何領導一個團隊，讓被領導者了解要如何當一個稱職的組員。

三、活動目標：在活動中學到領導能力。

四、相對應之分段能力指標：

綜 1-4-2 透過各式各類的活動或方式，展現自己的興趣與專長

綜 3-4-1 體會參與各類團體活動的意義，並練習改善或組織團體活動的知能

五、活動方式

活動時間：102 年 5 月 21 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
	1.由負責的同學講解活動規則 2.開始活動（第一次先使同學們熟悉規則） 3.活動結束	第九組	麥克風*1
			工具 a4 紙 彩色筆 膠帶 背景音樂(以利計算時間)
<p>『你很特別』規則：</p> <p>每個人背後貼上一張 a4 紙 音樂開始 到各個同學的背後用一個形容詞寫下對這個人的印象和感覺 不限寫多少人 直到音樂停下 活動結束 最後請每位同學把背後的 a4 紙撕下來 請幾位同學分享看到這張紙的感想</p>			

團體輔導活動

一、活動名稱：青蛙跳水

二、活動宗旨：希望經由團體活動，創造及培養團體成員間的默契，藉此互相學習、幫助，使團體凝聚向心力，發展團對精神與和諧的良好互動關係。

三、活動目標：1.重視默契與團隊合作
2.培養自我能力與技能
3.勇於分享

四、相對應之分段能力指標：

綜 3-2-2 參加團體活動，了解自己所屬團體的特色，並能表達自我以及與人溝通

綜 3-1-2 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。

五、活動方式

活動時間：102 年 5 月 21 日(二)上午 08-10		對象：團體輔導課之學生	
時間流程	內容	執行人員	配合器材
10 min	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請同學原地起立並分組(將桌椅移至教室兩側) 2. 由負責的同學講解活動規則 3. 開始活動 (第一次先使同學們熟悉規則) 4. 活動結束(統計次數&懲罰) 	第九組	麥克風*1 (以下空白)
<p>備註：</p> <p>『青蛙跳水』規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全體圍坐成圈。 2. 由主持人開始說：「一隻青蛙」，第二人：「一張嘴」，第三人：「兩隻眼睛」，第四人：「四條腿」，第五人：「撲通！」第六人：「跳下水」。 3. 繼續下個人開始：「兩隻青蛙」，第二人：「兩張嘴」，第三人：「四隻眼睛」，第四人：「八條腿」，第五人：「撲通！撲通！」第六人：「跳下水」....。 <p>*本項活動看似單純，但玩的時候，要越說越快，往往是說成「二條嘴」、「四張腿」的笑話。</p>			

附錄二、六位同學「請就你這一組所設計與帶領的二項團體活動，說明下列各事項（包括設計技巧的學習、設計過程的體驗、帶領技巧的學習、帶領成就感的體驗）」的 pdf 檔。

一、

- (1) 從活動的設計中，我學習到主持人帶動整體氣氛的技巧，以及口頭表達的重要，若沒有適宜的表達訊息，同學們容易誤解遊戲規則。並且活動流程應採簡單順暢的方向進行設計，以免同學失去耐心與避免過程太複雜，反而失去團體活動的意義。
- (2) 在活動中我確實的體驗到了團隊合作的重要，當主持人喊到關鍵數字，而同學們爭先恐後的尋找戰友時，讓我覺得我們的遊戲是有成功帶動同學的。
- (3) 帶領活動的技巧便是炒熱氣氛，有愉快又熱情的氣氛，活動在進行時方能使同學產生向心力，並且提高參與度。活動中的獎品和懲罰也是關鍵，常能使同學笑成一團，有助活動氣氛的營造。
- (4) 看見活動中同學兵荒馬亂的模樣，想來就感到很是好笑，在這過程中，大家都十分賞臉的認真參與，並且達到我們所預期的成果，讓我與組員都十分開心。

一、

1. 本組帶領的團體活動為猜猜我是誰和找領袖，在設計團體活動時，確實學習到了一些相關技巧，針對不同形式和人數的團體，所需準備的團體活動也不相同，也需注意活動時間，以及是否能讓每位同學皆參與其中，並感到愉快等等。
2. 確實體驗了設計團體活動的過程，在思考及準備的過程中，必須想到團體活動時有可能會發生的情況和變數，並為每個情況都設有預備方案，使計畫更周全，以備不時之需。如果設計的活動需要道具的使用，則需有前置作業的時間及預算。
3. 確實學習到帶領團體活動的技巧，雖然這是第一次帶領團體活動，但通常第一次能學習到的也最多，因為本組有兩位組員有較多帶活動的經驗，所以以那兩位同學為主，我和另一位同學為輔，從旁協助和學習帶領活動的技巧，像是如何掌控場面，以及消除冷場並讓活動順利進行的各種方法與技巧。
4. 在帶活動時，只要看到參與者愉快的笑臉，就是帶領團體活動最大的成就感，並藉由我們的活動，使參與者更加的互相認識，並創造了一次共同的記憶，這是一次可貴的經驗。

- 一.
1. 反應的技巧 → 實際演練的過程中，學到如何與組員共同表現活動。
主動的技巧 → 因我們是從過去的經驗裡來設計活動，進而想出「殺手」遊戲與「查戶口」，但還是從網路再看一下相類似的活動並自己再思索過整個活動的架構，然後打出一張遊戲規則解說幫小組釐清。
 2. 過程是需要經過討論並分配好角色的任務，加強我們的溝通力與情誼。
 3. 掌握現場氣氛、音量的控制、表達的能力、核心力的提升、團體凝聚力、台風的穩健、眼神之接觸、手勢的配合輔助
 4. 有參與到第活動的過程，更覺得團康活動的重要性，若班級成員有投入其中又開心的玩，我們這組的成員真的會很高興成功的完成這個活動。

1. (1) 確實學習設計團體活動的技巧：從不同的同學，不同的帶團體技巧中，我學到領導者的說話的引導技巧是很重要的，成員才能了解活動進行的方式和內容，也能更信任和投入這個團體。
- (2) 確實體驗了設計團體活動過程：規律地將團體活動設計成活動課程的一部份，來強調團體的價值，確實每個活動成員都能參與，包括團體領導者及其他參加活動的人。
- (3) 確實學習到帶領團體活動的技巧：這一次的帶領經驗中，我們覺得由於是我們和領導者協助帶領，因為我們的風格可能都不太相似，所以，要透過不斷地溝通、對話來建立彼此的默契是蠻好的經驗過程。
- (4) 確實體驗了帶領團體活動的成就感：這一次的團體活動中，雖然不是我第一次帶領團體活動，但這次經驗可是非常豐富，給了我們很多的感動、想法，將會作為我們下一次帶團體時的修正方向。

一、

1. 其實團體活動之設計是需要考慮到很多面向的，像是會不會引起參與者之興趣；人數多寡；如何讓參與者瞭解活動內容；場地的限制等等，就像寫教案一樣，要把所有細節都考慮進去，才能使活動順利進行。
2. 設計遊戲之過程是需要不停動腦的，如上題所說，要把許多的面向都考慮進去，這可以培養我們的細心程度，這是設計活動的過程中我所學到的。
3. 帶領活動的過程，首先即是讓參與者知道活動規則，這時表達的技巧就非常的重要了，再來即是如何掌控全場之氣氛，我們是利用小組成員下場協助參與者的方式，如此才能有效地掌握活動步調，以使活動順利進行，帶領團體活動之技巧是我學到最多的地方。
4. 成功帶領團體活動真的很開心，看到大家都有全心投入在我們所帶領的遊戲中，並且看到大家開心好玩的表情，是非常有成就感的。

一、答：(1)(2) 學習到和體驗到設計團體活動的技巧與過程。

了解團體活動結構性的設計用意，了解到如何依團體發展的階段來設計團體輔導或團體諮商的單元活動，了解到如何依團體策略和團體目的來設計團體活動，而且會評估各種結構性活動適用時與實施的方法，做合適的選擇。設計的過程需依學生的能力、興趣來設計，也要考慮到人數、地方、時間的問題而設計一個可行的團體活動。

(3) 帶領團體活動的技巧：1. 需要示範給參與者遊戲規則和玩法，2. 給參與者機會練習，3. 帶領者需內外圍觀察和過程中觀察，也要有團體目標導向流程表，4. 帶領活動時應先吸引參與者注意，使參與者投入活動當中，最好可以多加鼓勵語，例如帶領者說「教育系」，參與者必須回答「我愛你」等等。

(4) 帶領團體活動的成就感：能夠完成帶領整個活動，真的會有成就感，因為可以看到參與者從不會玩到你教會他們玩，而且完成活動！他們也學習到活動的主要目的，而且他們當下全部都聽著自己講解，覺得自己很像一個領袖！