

學門績優計畫教師訪談

國立暨南國際大學特聘教授沈慶鴻：從體驗到實作 訓練學生成為具自我效能感之準團體諮商師

文／周華琪、俞子翔

教育部於2017年起規劃推動「大學校院教師教學研究支持系統方案」，希望透過教師教學實踐研究補助計畫，鼓勵大專校院投入資源，協助大學教師增進教學能力，以幫助學生增進知識學習相關成效，提升教學品質。

本期評鑑雙月刊邀請入選108與109學年度「教學實踐研究學門績優計畫」的國立暨南國際大學（簡稱暨大）諮商心理與人力資源發展學系（簡稱諮人系）特聘教授兼系主任沈慶鴻老師，分享其執行教學實踐研究計畫的心得，以及對我國高等教育品質保證的想法與建議。

問：請您分享您個人的學術相關背景。

答：我在取得諮商輔導博士前，曾就讀社工系、社工研究所，因此同時具有諮商心理師、社會工作師執業資格，去年還取得職涯諮詢師認證。我曾在張老師中心服務過，也曾在家暴立法前於婦女保護的基金會工作，從事家庭暴力與性侵害受害者的評估與處遇服務工作；就讀博士班期間，還曾擔任社團法人生命線協會主任，投入自殺防治工作將近5年。進入大學服務後，陸續接任諮商中心主任、系主任等行政職務，這些行政工作的累積與需要，我開始對組織管理、規劃經營、服務管理及募款等議題感興趣，因此在我擔任系主任最忙碌之際，2005年又取得了經營管理碩士（EMBA）的學位。

運用行動研究方法 建構四合一教學策略

問：請問您對於執行教學實踐研究計畫的心得？

答：首先謝謝教育部提供這個資源，藉此計畫平台，讓教師們可以再精進與分享各項教學策略與技巧。由於受到少子女化的影響，大學首當其衝面對的就是生源問題。以暨大諮人系輔導與諮商碩士班為例，以往學生大部分都已經在大學學習了4年的相關知識，教師們只要再花費2年的時間進行調整、累積實務經驗，就能夠放手讓學生接案；但現今為增加生源、開放應考資格，以致近幾年我們碩士生超過五成來自非相關科系學生，學生之背景、經驗、年齡差距頗大（以年齡為例，我們目前的碩二生年齡最大、最小差了35歲）。這些多元和差異雖然帶來不少火花與刺激，但也增加了教師教學上的難度。因為每位學生的基礎都不相同，但我們卻同樣要在2年的碩士班課程裡奠定學生的基礎，讓學生能順利完成實習、考取諮商心理師證照，坦白說授課的壓力非常大。



▲模擬團體的進行。(暨大提供)

◀模擬團體：內圈外圈。(暨大提供)



此我需要在開課前一學期末（6月時）就提前告訴學生課程大綱，讓學生在暑假時就能夠完成第一階段的體驗團體。因為這堂課屬於技術性的課程，這類技術性課程不能只有腦袋裡的想像或認知上的理解，體驗很重要，且最好是實務場域中的真實體驗，而非課堂上同學間的演練，因此我才

將課外團體體驗納入成為課程要求與課程設計的一環。

不過目前在臺灣，舉辦團體諮商、提供團體諮商服務的機構並不多，因此學生需要較充裕的時間、在各縣市尋找合適的團體及合格的帶領者，這也是為什麼我需要提早（前學期的期末）告知學生課程設計。以這學期體驗團體的作業為例，學生們參加各類不同主題的團體，分別處理了喪親的悲傷情緒、檢視了伴侶關係、參加正念團體、心理劇團體以增加自我覺察等。這個過程雖然非常辛苦，但我可以非常明確地在學生

以109年學年度「四合一的『團體諮商』課程：『體驗、閱讀、計畫、實作』交融後準諮商師的專業自我效能」的教學實踐研究計畫為例，由於「實作」希望修完課不只是概念上的理解，還要做得出來（會設計、帶領團體諮商），幾乎是學生共同的期待，因此我設計了「四合一」的團體諮商課程，目標就是希望能透過「體驗、閱讀、計畫、實作」之四個階段，訓練學生成為具有自我效能感的準團體諮商師。不過如果要將18周的課程時間劃分為四個階段，扣掉課程大綱說明與第四階段需要的6周實作，時間根本就不夠，因



▲學生實作團體的實際進行。(暨大提供)

的團體體驗報告中看到，此一體驗對學生專業學習、內在議題整理的重要性。

第二階段則在建立學生的基礎知識，要求學生每周課前都須做好自主閱讀、提問的準備（閱畢後在教學網站Moodle上提問），課堂上再由報告組帶領同學針對提問進行討論。此一自主學習的要求，是希望改變學生長期以來課前不準備、課堂不發言的習慣，並同時訓練學生閱讀、理解、表達與對話的能力。近幾年發現，這樣的訓練效果蠻好的，對非常倚靠口語表達的諮商師工作有很大的幫助。

第三階段則是訓練學生撰寫團體計畫書，協助學生在進入第四階段之實作時做好準備，包括：團體的主題、對象、類型、合作單位，以及預計使用的諮商理論、想透過團體提供成員什麼樣的協助等；因為學生若未考慮清楚，不僅團體諮商的效果無法展現，還可能造成參與成員的傷害。除了書面準備外，此階段還會透過模擬演練，示範並幫助學生了解如何透過座位的安排、眼神的接觸、經驗的連結、此時此刻的對話等以促成治療因子。撰寫計畫時，學生須找到一個願意合作的社區機構，確定團體場地後，即針對實作團體

進行成員招募。

最後的第四階段，才是真正地讓學生去帶領一個團體，讓學生可以實際應用不同的理論，針對不同的對象、議題進行團體諮商。我認為要教授技術型的課程難度真的很高，若真要滿足學生實作練習的期待，就得照著步驟來，教師不僅扮演專業守門人，還有督導的倫理責任，每位學生都需要盯得緊緊的，否則團體諮商的成員會受到傷害，學生也可能因為準備不周而感到挫折、焦慮。因此實作前，老師必須讓學生做好準備，在團體展開後每周都要討論、接受老師的督導。如此一來，學生們設計、運作的團體才能依預期發展動力、團體成員才能得到好的經驗。

以我的經驗來說，其實我的教學方法在執行教學實踐研究計畫的前、後並沒有太大的改變。差別只在於在過去的教學中，我沒有謹慎地運用研究工具、未進行具體的資料收集工作；但在執行教學實踐研究計畫時，我開始進行前測、了解學修課期待，並運用不同的工具蒐集各階段的成效評估資料；而教學實踐研究計畫的經費，更能在實作階段幫助我做好保護學生、參與者的安全措施（例如：為學生、參與者辦意外險），並給予

▼過了午夜還在努力meeting的師生。(暨大提供)



學生支持，減輕其在實作經費上的負擔（例如：文具及雜支費用的補貼）。

我認為教學實踐研究計畫確實有助於我的教學，讓我的每一個教學階段，都經過清楚、嚴謹的思考，並藉由實證的研究方法檢視自己的教學，讓教學過程中的每個階段都能夠被清楚地評估與分析，並能夠透過資料看見學生的變化。此外，我花費非常多的課外、自己時間與學生meeting、一個一個為學生的實作團體進行督導（以111-1學期為例，我要督導的團體就有18個），心力、體力都很耗竭，壓力也很大，特別是我一直都有行政主管的角色，要在忙碌的行政工作中抽空與學生督導，也很考驗自己。只是完美主義的性格、作為一個助人專業的教師，都讓我不敢真的放手。每份對外的海報、說明，以及每個步驟的指導語都得字斟句酌，以致與學生meeting到半夜是常有的事。近幾年我也在想，有沒有可以不要這麼花費時間和精力，但又能獲得良好成效的團體諮商教學方法？學生也一直建議：能不能增加學分數？能不能把一學期的課改為一學年。但其實暨大輔導與諮商碩士班的畢業學分數已較其他學校多，不可能

再增加學分數了；雖然近年開始有學生使用視訊、通訊軟體跟我meeting，方法雖然多元，但所要花費的時間成本仍是相同的，對節省督導時間的助益並不太大。

納入學生意見 透過評鑑進行內部反省與改善

問：請問您對於高教評鑑的想法與建議？

答：雖然系所評鑑對系上來說，確實會造成不少資料準備上的負擔，但我還

是肯定它的精神。我認為評鑑是一種方式，讓學校各單位、各學系能夠透過資料的蒐集與整理，提供檢視與回顧的機會，例如：生師比、兼任教師的人數、學生的報到率、休退學人數及學習情況等，藉此提醒各學系、促使內部反省，進而認真思考每個數據背後所呈現的意義。以暨大諮人系為例，如果不是因為評鑑資料的收集，我可能不會知道我們的碩士班學生平均4.7年才畢業。所以當我們因為評鑑，整理出實際數據後，我們才能夠依此進一步地與各指導教授們討論如何縮短學生的修習年數，達到改善的目的。

此外，在系所評鑑的過程中，我們會請碩士班學生協助彙整評鑑資料。我認為透過評鑑資料的收集與彙整，除了可以讓學生了解系務運作外，也能使資料更加公開、透明。因為在彙整資料的過程中，我們也會收集學生的意見，透過學生的視角，檢視系所需要改進之處；當然，我們還會收集標竿學校的資料做參考，看看別人、想想自己，確認自己的定位與特色，才是評鑑積極的目的，也較不會讓評鑑成為一項苦差事。🍷