

## 小團體諮商計畫書

### ❖ 兩性關係成長團體～流星花園

領導者：施周明

一、團體名稱：流星花園

二、團體性質：兩性關係成長團體

三、團體對象：國小高年級學生

四、團體成員的招募與篩選：

張貼招生廣告，尋找六年級學生為團體成員，篩選則是透過輔導室徵求導師的推薦，以在兩性相處上具有偏差行為的學生為主要對象。招生開始時間為九月中，九月底前將錄取通知書與家長同意書交予學生。

五、團體人數、時間、地點：

團體對象為國小六年級男、女生共八人。預計利用早自修時間，每週兩次，共聚會十一次。地點為瑞豐國小三樓禮堂。

六、成員可能的風險：

參加的團體成員在活動進行過程中，可能會因其他參與的成員之前的偏差想法，而受到言語攻擊或者排斥，其餘並無特別的風險。

七、團體的成效評估與追蹤方式：

團體的成效評估主要根據團員在參加團體的過程中，其在班上與異性同學相處的改變，藉由導師的觀察，以了解團體的進行對學生偏差行為的影響。第一次評估為六次團體後，請成員填寫檢核表，了解成員在團體外的進步情形，及其個人的感覺想法，第二次則為追蹤評估，於團體結束後兩週，再次與導師進行面對面的晤談，以了解學生的改變情形。

八、團體的經費預算：

文具及各項紙張與材料預估為500元。

九、團體方案設計：

- 團體目標：
1. 認識男女生的不同
  2. 學習辨認自我的性別刻板印象
  3. 學習悅納自己的內、外在特質
  4. 學習與異性相處應有的態度與行為

理論架構：

#### (一) 性別角色相關理論

所謂性別角色是指一社會中，認定男性或女性應有的行為，包括內在的態度、觀念、外顯的言行、服裝等。以下就不同的理論來說明性別角色形成的過程。

##### 1. 心理分析理論

Freud 將性心理的發展分為五階段，分別為口腔期、肛門期、性器期、潛伏期、兩性期，其中性別角色的形成與性器期的發展有關。兒童首先對性器官有高度自覺及興趣，男孩進而由於「戀母情結」及擔心父親懲罰而產生的「閹割焦慮」作用，對父親產生「強者認同」，而形成男性角色；女孩則因為認同母親、為取悅父親之「戀父情結」，以及「陽具妒羨」的心態，而形成女性化角色。

##### 2. 社會學習理論

Bandura 的社會學習理論認為，性別角色的學習是經由社會的制約所形成，個體可以透過「觀察模仿」而習得與性別有關的行為，但是該行為是否被模仿進而具體表現，則端賴是否受到「增強」來促成。藉由獎勵適合自己性別角色的行為、壓制或處罰不符合自己性別角色的行為，兒童逐漸學會模仿同性別者的行為模式，以表現適合自己性別角色的行為。

##### 3. 認知發展理論

Kohlberg 的認知發展理論立基於 Piaget 的認知論，他認為兒童學習性別角色的過程，不全然是增強或模仿的結果，而是兒童對自我性別分類產生意識及認知能力。兒童從身體心象和社會關係型態中，抽取性別刻板印

象，並開始模仿同性別，且符合刻板印象的成人行為。這種性別認知能力有其階段性的存在，分別為「基本性別認知」、「性別穩定」、「性別恆定」等三個階段，必須循序漸進地發展，而且和心智的成熟有密切的關係。個體一直要到發展出抽象的認知能力之後，才能突破既有社會規範的操控，進入雙性化的性別角色。

#### 4. 性別基模理論

「性別基模」為 Bem 運用認知基模的觀點，重新建構雙性化及性別形成的概念；是人們為求符合文化對男子氣概或女性特質的定義，而選擇合適於其性別之人格特質及行為表現的過程。Bem 認為性別基模從幼兒時期即開始形成，孩子會根據性別基模評價文化與社會信念對性別的差別待遇，以發展符合他或她的行為表現、態度及個人特質。

四種理論雖各有其不同的觀點，卻都認為性別角色的分化與發展，有部份是因模仿同性別角色楷模所產生，且根據自己或他人的行為結果之外在回饋，進而強化或修正自己的行為。

##### (二) 性別刻板印象

所謂性別刻板化印象，是指將男人與女人冠上一些特質與角色，這些特質不是經過個人的親身體驗，也不是以事實為根據，而是透過一些間接資料或個人一己之見，對某事、某人給予武斷的評定（張春興，民 78）。

由於性別角色是經由後天學習而來，因此個體在其社會化的歷程中，若學習到社會文化所賦予性別的特定規範，而對於性別角色及其行為的信念與態度形成一種固定、刻板和概化的標記，並產生相對應的行為傾向時，即出現所謂的「性別刻板印象」（黃文三，1990；劉秀娟，1999）。

##### (三) 性別角色衝突

當男、女兩性脫離或違反性別角色規範，試著去迎合性別角色規範但卻又無法符合，或在性別角色刻板印象之下，體驗到實際自我概念與理想自我概念間的不一致時，即容易出現所謂「性別角色衝突」之情形。

「性別角色衝突」為一種心理狀態，包含了由性別歧視及過去社會習得的社會化性別角色，所導致的認知、情緒、潛意識或行為問題。出現性別角色衝突的個體，很容易因此而限制自己或他人的潛能，其中又以男性最為明顯。

#### (四) 性別化取向與適應

早期的性別角色是將男女性的性別特質視為直線上兩個獨立的端點，且個人的態度、行為與興趣，在男性化或女性化特質上具有相當的一致性。自70年代開始，學者開始改變以往對性別角色的看法，認為男性化與女性化特質應為兩個不同層面的人格特質，Bem (1974) 首先提出「雙性化」(androgynous) 的概念，並將個人的性別角色區分為「雙性化」、「男性化」、「女性化」、「未分化」等四種類型。而在後續的許多研究中也發現，雙性化取向者在自尊、自我概念、生活適應與人際吸引，比其他性別化取向者較佳，最能夠適應環境的性別化取向是「雙性化取向者」。性別平等教育是一種「全人教育」，目的之一，在於塑造每個人這種具有「情境性別」特色的「雙性化取向者」，使每個人能夠彈性地表現適當的性別化行為，以適應情境的需要(陳金定，民93)。

團體方案內容摘要表：

團體次數	單元名稱	單元目標	主要活動
第一次	尋找外星人	1. 說明團體的進行方式及目標 2. 成員間與領導者的相互認識 3. 訂定團體規範	1. 介紹團體 2. 東躲西藏 3. 星際公約
第二次	星際首航	1. 促進成員彼此間的熟悉度 2. 增進成員間的凝聚力 3. 了解成員對兩性的想法	1. 棒打薄情郎 2. 星際首航 3. 誰是外星人
第三次	星際學院 1	1. 增進成員間的凝聚力 2. 認識男女生理上的不同	1. 補給大作戰 2. 解剖外星人 3. 航海日誌
第四次	星際學院 2	1. 認識男女特質的不同與中性特質的存在	1. 芝麻開門 2. 終極密碼戰

		2. 幫助成員初步了解性別刻板印象的意義	3. 外星人迷思
第五次	搶修太空船	1. 辨認與澄清自我的性別刻板印象	1. 打招呼 2. 搶修太空船 3. 航海日誌
第六次	代理船長	1. 辨認與澄清自我的性別刻板印象	1. 小小記者 2. 代理船長 3. 航海日誌
第七次	魔鏡	1. 發現自我的特質 2. 發現成人對自我的期待	1. 動物模仿秀 2. 外星人模仿術 3. 航海日誌
第八次	我是外星人	1. 認識自我的特質 2. 接納自我的內外特質 3. 了解同時擁有兩性特質的重要	1. 流星雨來襲 2. 特質拍賣會 3. 我是外星人
第九次	摩斯密碼	1. 協助成員檢視自己在與異性相處時所遭遇到的衝突、困難 2. 協助成員學習與異性相處時應該有的態度與方法	1. 混亂的訊息 2. 星際劇場 3. 航海日誌
第十次	星際浩劫	1. 學習兩性共同合作 2. 學習替別人著想	1. 一指乾坤 2. 跨越黑暗銀河 3. 航海日誌
第十一次	星願	1. 統整團體所學 2. 處理未竟事宜 3. 結束團體	1. 我的航海日誌 2. 外星人的願望 3. 團體照

分次單元設計：

第一次團體

單元名稱	尋找外星人	次數	第一次	活動時間	7:50-8:30
單元目標	1. 說明團體的進行方式及目標 2. 成員間與領導者的相互認識 3. 訂定團體規範				
活動名稱與目標	活動流程			準備工具	時間
1. 介紹團體 (說明團體的進行方式及目標) (成員間與領導	引言：我們的團體將經歷十一次的冒險，透過這十一次，我們將尋找外星人，並認識到金星人(女生)與火星星人(男生)間的差異，以及學習如何與之相處。當然，在過程中我們				5分

者的相互認識)	會更認識自己，也了解如何面對大人對我們的期待，並學習接受自己、尊重別人，而此次領軍前往星際探索的人便是 Leader...。 1-1 Leader 進行自我介紹。 1-2 Leader 說明團體主題、目的以及帶領方式。		
2. 東躲西藏 (成員間相互認識)	2-1 首先請成員先自我介紹，以疊羅漢的方式繼續下一位，亦即第三個人除了介紹自己，也需介紹前面兩個人。 2-2 領導者說明東躲西藏遊戲方法與規則。將成員分成兩組，領導者站中間手持布幕，以布幕擋住兩組人的視線，每組派一代表站至布幕前，當布幕放下時，必須立刻說出站在布幕前的另一組隊員的名字。 2-3 進行東躲西藏的遊戲，讓成員熟悉彼此的稱呼。領導者可視情況再重新分組，再進行一次遊戲以增加成員的熟識。	布幕 棍子	15 分
3. 星際公約 (訂定團體規範)  (結束本次團體)	3-1 Leader 說明訂定團體規範的目的與意義。 3-2 Leader 拿出事先已先訂定的部份團體公約，一一解釋其內容。 3-3 詢問成員是否有想修改或補充的規範，再將過大家討論同意後，修改或增列團體規範，最後請大家簽名以示願意遵守此規範。 3-4 領導者總結此次團體，最後請成員繞圈發言，以一句話發表今天參加團體的感覺。	團體規範 海報(附件一) 彩色筆	20 分

第二次團體

單元名稱	星際首航	次數	第二次	活動時間	7:50-8:30
單元目標	1. 促進成員彼此間的熟悉度 2. 增進成員間的凝聚力 3. 了解成員對兩性的想法				
活動名稱與目標	活動流程			準備工具	時間
1. 棒打薄情郎 (幫助成員回想)	1-1 說明棒打薄情郎的遊戲規則。 1-2 進行棒打薄情郎的活動，讓成員再次熟			空氣棒	10 分

彼此的姓名)	悉彼此。		
<p>2. 星際首航 (增進成員間的凝聚力)</p>	<p>引言：在大家都認識與熟悉彼此之後，接下來我們即將出發前往太空，但在進入太空船之前，因為我們的太空船比較小，須先測量是不是所有的成員皆能進入，所以我們有一個小小的測試活動。</p> <p>2-1 說明星際首航的遊戲規則。</p> <p>規則：將一張報紙平鋪於地板上，所有成員皆需站到報紙上，不能有身體任一部位接觸到地板，活動過程中逐漸將報紙縮小。</p> <p>2-2 將男女分成兩組進行星際首航的活動。</p> <p>2-3 Leader 對此活動進行總結，詢問成員是如何達成目標。</p>	報紙	15分
<p>3. 誰是外星人 (了解成員對兩性的想法)</p> <p>(預告下次團體內容)</p>	<p>3-1 根據前一項活動詢問成員，如果剛剛的活動是將兩組併在一起進行，活動結果會不會有所不同，請大家以一兩句話繞圈發言說出自己的想法。</p> <p>3-2 依據發言結果，請大家說出自己眼中的男生或女生是什麼樣子的。</p> <p>3-3 Leader 總結成員的看法，指出每個人對異性都有自己的看法，那麼到底男生和女生有何不同，而男、女生跟我們所要探索的外星人，之間又有什麼樣相同的地方呢？這也就是我們下一次所要探索的主題。</p>		15分

(結束本次團體)	3-4 最後再請成員以 1 到 10 形容今天參與團體的感覺，1 是不快樂，10 是非常快樂。		
----------	---	--	--

第三次團體

單元名稱	星際學院 1	次數	第三次	活動時間	7：50~8：30
單元目標	1. 增進成員間的凝聚力 2. 認識男女生理上的不同				
活動名稱與目標	活動流程			準備工具	時間
1. 補給大作戰 (增進成員間的凝聚力)	<p>引言：在經過上次在航空站的測試後，確定我們所有人都可以進入太空船，於是現在就準備出發前往太空探險。但在出發之前，我們發現太空船上缺少了一些物資，於是需要我們組員們通力合作，一起為太空船補給</p> <p>1-1 說明補給大作戰的遊戲規則。Leader 要求所有成員提供固定數量的物資，此物資為在成員身上的所有物，可能項目為手錶、鞋帶、眼鏡等，由 Leader 視情況決定。</p> <p>1-2 進行補給大作戰活動。</p> <p>1-3 活動結束後，Leader 感謝所有成員的通力合作，現在太空船物資已充足，我們準備出發前往太空，進行我們的探險。</p>				10 分
2. 解剖外星人 (認識男女生理上的不同)	<p>引言：出發前往探險後的第一站，我們來到了星際學院，在這裡我們即將一窺外星人，即金星人(女生)與火星(男生)的真面目。</p>			男、女生的成長掛圖海報(附件)	25 分

	<p>目。</p> <p>2-1 Leader 拿出男、女生的成長掛圖，請成員提出男生與女生在生理上的差異。</p> <p>2-2 Leader 在補充說明時，需強調火星人和金星人的生理差異為天生且自然的法則，並需隨時糾正成員對生理構造上的偏差觀念，尤其是小學的高年級學生常會以「變態」來形容介紹身體構造的討論過程。</p> <p>2-3 Leader 也可運用日常生活上，男、女生活習性上的不同來補充說明，如上廁所的形式等，都是因為正常發展下生理構造不同。</p>	<p>二)</p>	
<p>3. 航海日誌 (預告下次團體內容)  (結束本次團體)</p>	<p>3-1 Leader 說明原來我們所要探索的外星人與男生和女生似乎很相像，那麼這些外星人所面臨到的問題是否和我們一樣呢？在他們的眼中，男生和女生是不是對彼此有不一樣的想法，他們彼此是不是擁有不一樣的特質，就像我們一樣呢？這些將是我們下一次團體所要探索的。</p> <p>3-2 Leader 做摘要與總結，請成員繞圈發言，以一句話發表今天參加團體的感覺，結束今天的團體。</p>		<p>5分</p>

單元名稱	星際學院 2	次數	第四次	活動時間	7:50-8:30
單元目標	1. 認識男女特質的不同與中性特質的存在 2. 幫助成員初步了解性別刻板印象的意義				
活動名稱與目標	活動流程			準備工具	時間
1. 芝麻開門 (增進成員間的凝聚力) (增加成員對團體的安全感)	引言：在上次團體裡，我們通過星際學院的第一間教室，學到了火星與金星人生理構造的不同，今天我們要進入第二間教室，但卻發現進入第二間教室，需要有密碼，那這個密碼是什麼呢？  1-1 說明開門密碼。請成員手持繩子的一端，共同將罐子拉起。  1-2 進行芝麻開門活動。  1-3 詢問成員覺得這個活動代表什麼意義？  之後 Leader 統整說明，此活動是需要全體成員一起參與，不然飲料罐被拉起時，可能會歪歪斜斜，就如同我們的團體進行一樣，需要大家一同參與，包容不同的意見，對於團體有益的想法盡量說出來，這樣可讓團體更順利的進行。			繩子  飲料罐	10 分
2. 終極密碼戰 (認識男女特質的不同) (發現中性特質)	引言：進入第二間教室後，發現原來今天我們所面臨的考驗是，針對火星(男生)與金星(女生)可能所擁有的密碼(特質)來進行分類，這項活動稱為終極密碼戰。  2-1 說明終極密碼戰的活動方法。  Leader 將成員兩兩分成一組，再將各種男女性的特質卡片分給成員，每組有一套卡			男女特質 卡片 4 組 (附件三) 海報 4 張 雙面膠帶	25 分

	<p>片，請成員針對卡片上的特質討論並做分類，將自己認為屬於火星人的分一類，屬於金星人的分一類，覺得都可以的分一類，將之貼於海報上。</p> <p>2-2 進行終極密碼戰的活動。</p> <p>2-3 請成員繞圈分享自己這一組如何分類，與為何如此分類。</p> <p>2-4 Leader 摘要與總結團體成員的分享，並提出特質並非專屬男性或女性，有些特質是不分男女的。</p>		
<p>3. 外星人迷思 (認識性別刻板印象的意義)</p>	<p>引言：對於大家在前一個活動的分享，可以發現成員對於男生與女生特質都有自己的想法，那麼這些想法又可能是從哪裡得來的呢？其實我們可以發現這些都源自於我們所處的社會環境，但是這些想法都是正確的嗎？有沒有可能是錯誤的？</p> <p>3-1 Leader 簡單說明性別刻板印象的概念。</p> <p>3-2 預告下次團體的目標即為發現自我的性別刻板印象。</p> <p>3-3 請成員繞圈發言，以 1 到 10 分享今天參加團體的收穫。</p>		<p>5 分</p>

第五次團體

單元名稱	搶修太空船	次數	第五次	活動時間	7：50~8：30
單元目標	1. 辨認與澄清自我的性別刻板印象				
活動名稱與目標	活動流程			準備工具	時間

<p>1. 打招呼 (協助成員聚焦於團體) (增進成員間的凝聚力)</p>	<p>1-1 首先請成員繞圈分享來參加團體前的心情，1是最差10是最好。</p> <p>1-2 放音樂請成員以各種方式打招呼，恭賀對方通過前幾次的考驗，再者須要求成員必須跟其他的每個成員都有打到招呼。例如：第一次以各種手勢，第二次是肢體的碰觸如握手，第三次則以肢體再加言語。</p>	<p>錄音機 音樂光碟</p>	<p>10分</p>
<p>2. 搶修太空船 (發覺自我的性別刻板印象) (澄清自我的性別刻板印象)</p>	<p>引言：在通過了星際學院兩間教室的考驗後，我們即將出發前往下一個地點，卻發現由於我們在星際學院待的時間有點久，太空船已經太髒發不動，所以我們現在需要先對太空船進行整理的活動，才能再次出發。進行整理活動前需要先分配工作，那麼要怎麼分配呢？</p> <p>2-1 說明搶修太空船的活動。請成員依據日常生活中家事分擔的經驗來分配，將屬於男生做的蓋上藍色動物章，屬於女生做的蓋上紅色動物章，兩者都可以做則藍紅都蓋上。</p> <p>2-2 發下搶修太空船的工作分配表，請成員完成，進行搶修太空船活動。</p> <p>2-3 請成員繞圈分享自己的分配表。</p> <p>2-4 領導者統整成員紀錄，並引導成員討論每項工作的適合人選，澄清性別刻板印</p>	<p>搶修太空船工作分配表(附件四) 彩色動物連續章</p>	<p>25分</p>

	象。		
3. 航海日誌 (結束本次團體)	3-1 領導者統整與摘要本次團體。 3-2 請成員以肢體動作表達,參與今天活動後的感覺,手接觸地板為心情仍是最差,雙手高高舉起為最好。		5分

第六次團體

單元名稱	代理船長	次數	第六次	活動時間	7:50-8:30
單元目標	1. 辨認與澄清自我的性別刻板印象				
活動名稱與目標	活動流程			準備工具	時間
1. 小小記者 (增加成員間的凝聚力) (了解成員對職業的性別刻板印象)	<p>引言：在上次團體分配整理好太空船之後，我們再次的踏上探險的旅途，旅途中大家對彼此也越來越熟悉，今天我們要扮演小小記者進行訪問活動，了解成員對未來的職業取向。</p> <p>1-1 說明小小記者活動方式，請成員依據訪問單問題採訪其他成員，不需每個人都回答一樣的問題，被訪問的人也不需要回答所有問題。</p> <p>1-2 發下訪問單，進行小小記者活動。</p> <p>1-3 Leader 統整與摘要成員對職業的喜好，發覺其中是否有性別刻板印象，並引導成員討論。</p>			訪問單(附件五) 筆	15分
2. 代理船長	<p>引言：在對大家又有更深入的了解後，我們的探險旅程遇到了緊急事件，即星際聯盟要求我們的船長回去地球進行星際高峰會，因</p>			能力提示 字卡(附件六)	20分

	<p>此我們必須在船長不在的這段期間選擇一個代理船長，那麼日常活中的職業到底需要具備哪些能力呢？</p> <p>1-1 進行職業猜一猜活動，由領導者揭示能力提示字卡，請成員猜測職業。</p> <p>1-2 再次針對謎底討論，這項職業的工作是男生還是女生擔任。</p> <p>1-3 領導者根據成員的討論，統整與澄清職業是以能力與興趣專長來擔任，而非以性別為依據，藉此澄清成員的性別刻板印象。</p>		
<p>3. 航海日誌 (結束本次團體) (了解個別成員的情形，對團體做初步評估)</p>	<p>3-1 統整與摘要本次團體。</p> <p>3-2 發下檢核表請成員回去後填寫，參加六次團體後的感想，於下次團體聚會時繳回。</p>	<p>成員檢核表 (附件七)</p>	<p>5分</p>

第七次團體

單元名稱	魔鏡	次數	第七次	活動時間	7:50-8:30
單元目標	<p>1. 發現自我的特質</p> <p>2. 發現成人對自我的期待</p>				
活動名稱與目標	活動流程			準備工具	時間
<p>1. 動物模仿秀 (幫助成員聚焦於團體)</p>	<p>1-1 收回上次發放的回饋單。</p> <p>引言：上次船長回地球開會，回來後帶回了幾隻寵物，將陪伴大家一同繼續未完成的旅程，那麼船長帶回了哪些寵物呢？就請大家猜一猜囉！</p>			<p>動物圖卡</p>	<p>5分</p>

	<p>1-2 說明動物模仿秀活動的方法。Leader 邀請成員依照所給予的動物圖卡，模仿其特徵行為，請其他成員猜一猜，猜對後再邀請另一位成員模仿另一種動物，依此類推。</p> <p>1-3 進行動物模仿秀的活動。</p>		
<p>2. 外星人模仿術                  (發現自我的特質)                  (發現成人對自我的期待)</p>	<p>引言：在旅程的第二站，我們來到了一個很奇特的X星球，這個星球上的人會一直模仿他人的動作，我們也一起加入他們看看吧!</p> <p>2-1 說明外星人模仿術的活動方法。將成員兩兩一組，面對面站著，一人先扮演鏡子去模仿另一人的所有動作表情，須注意扮演鏡子的人其動作是和被模仿的人動作相反，如一人舉左手，扮演鏡子的人須舉右手。三分鐘後角色互換。Leader 可視情況再將成員重新分組，再玩一次。</p> <p>2-2 進行外星人模仿術活動。</p> <p>2-3 請成員分享模仿別人與被模仿的感覺，當模仿的動作行為不符合自我習慣的模式時，自己有什麼樣的感覺，從而發現自我的特質，同時在生活中是否有感受到父母或師長對自我的期待，當被要求溫柔順從或勇敢自主，而不同於自己的個性舉動時，那時的感覺又是如何?</p>		<p>30 分</p>

	2-4 Leader 統整摘要成員的分享，指出成員可能擁有的特質，並提出在日常生活時，我們都會受到周遭他人對我們的期待的影響。		
3. 航海日誌 (結束本次團體)	3-1 領導者統整摘要本次團體，請成員以一聲吼聲代表今天參加團體的感覺，越大聲是越好，越小聲是越不好。  3-2 預告下次將要針對今日所發現的個人特質再更深入的認識。		5分

第八次團體

單元名稱	我是外星人	次數	第八次	活動時間	7:50-8:30
單元目標	1. 認識自我的特質 2. 接納自我的內外在特質 3. 了解同時擁有兩性特質的重要				
活動名稱與目標	活動流程			準備工具	時間
1. 流星雨來襲 (發現自我的特質)	引言：離開了上次造訪的那個奇怪X星球後，我們的太空船又遇到了更奇特的事，我們遭遇到的是陣流星雨，但這個流星雨是無形的喔。  1-1 說明流星雨活動方式。請成員圍成一圈，每次輪流出來一個成員站在中心，接受大家對他的優點轟炸。成員們進行優點轟炸時，針對該成員的優點不一定要證據的，亦即也可以是個人認為他會擁有的優點。  1-2 進行流星雨來襲活動。				10分

	<p>1-3 請成員分享被轟炸的感覺，是否在當中也有自己未曾注意到的優點或特質。</p>		
<p>2. 特質拍賣會                  (認識自我的特質)                  (接納自我的內外特質)</p>	<p>引言：經歷過流星雨後，我們到達了另一個Y星球，而這個星球正在進行前所未聞的拍賣會，他拍賣的竟然是個人特質，成員們當然也是要一同去體驗，看看這個葫蘆裡賣的是什麼藥。</p> <p>2-1 說明特質拍賣會的活動方法。成員每人發放一百萬元的玩具假鈔，由 Leader 先將所有的特質卡片擺放在團體中心，讓所有成員皆能看到，之後 Leader 一次取出一個特質進行拍賣，讓成員出價買下自己想要的特質，當玩具槌敲三下而無人再出價時，即由最高出價者得標，成員不被限定只能買一種，但最高出價只能一百萬，而當出價相同時，以猜拳決定。</p> <p>2-2 進行特質拍賣會活動。</p> <p>2-3 Leader 引導成員討論：①什麼特質是大家都想要或不想要的？②拍賣中的特質有哪些是自己已擁有？③成員是否能夠買到自己想要的？④買不到時又是哪一個特質接著想要買的？</p> <p>2-4 Leader 總結其實每個人都有自己獨特的特質，並沒有什麼特質一定是最好，那些</p>	<p>玩具槌                  特質卡片                  (附件三)                  玩具假鈔</p>	<p>20 分</p>

	<p>我們想擁有的特質也正是自己知道欠缺的，沒有買到也不必遺憾，我們還有其他的特質。而不想要的特質也可能是自己所認為的缺點，能注意到它而後去避免讓它影響到我們的日常生活也是很好。</p>		
<p>3. 我是外星人 (了解同時擁有兩性特質的重要) (結束本次團體)</p>	<p>引言：經過了這些日子來的探險，其實我們可以發現，我們所尋找的外星人就在我們身旁，而所有經過的活動也讓我們發現，兩性的特質並非是絕對，甚至我們也可以發現，若能擁有兩性特質對我們的生活也許是更有幫助的。</p> <p>3-1 請成員回想與分享自己所擁有的兩性特質。</p> <p>3-2 統整與摘要本次團體，請成員站在房間的兩端代表今天參加團體的感覺，最右邊是很差，最左邊是很好。</p>		10分

第九次團體

單元名稱	摩斯密碼	次數	第九次	活動時間	7:50-8:30
單元目標	<p>1. 協助成員檢視自己在與異性溝通時所遭遇到的衝突、困難</p> <p>2. 協助成員學習與異性相處時應該有的態度與方法</p>				
活動名稱與目標	活動流程			準備工具	時間
<p>1. 混亂的訊息 (協助成員知覺衝突的起源)</p>	<p>引言：經過上次團體的發現之後，既然我們所要尋找的外星人就在身邊，我們決定結束探險的旅程，返回家鄉。而就在此時我們收到了一則混亂的訊息。</p> <p>1-1 說明混亂的訊息活動方法。由領導者開始，先向左傳蘋果。讓成員一個接一個下去。傳遞的訊息為：第一人說「這是</p>			玩具水果	10分

	<p>蘋果」第二人回答「什麼」第一人再說「蘋果」第二人接著回答「謝謝」。之後再由第二人傳給第三人，依此類推而回到領導者。</p> <p>1-2 領導者換從左邊傳香蕉，方式如上。</p> <p>1-3 領導者先從左邊傳蘋果，進行兩個人之後，又從右邊傳香蕉，進行第二人後，再從左邊傳芭樂。</p> <p>1-4 請成員分享剛剛活動的感覺。</p> <p>1-5 Leader 統整總結在日常生活中，我們與其他人的相處，尤其是異性，也時常會出現這樣混亂的情形。</p>		
<p>2. 星際劇場</p> <p>(協助成員檢視與異性衝突的情境)</p> <p>(協助成員感受異性的感覺)</p> <p>(協助成員學習與異性相處的方法)</p>	<p>2-1 請成員分享在日常生活中曾遭遇過的衝突事件。</p> <p>2-2 Leader 選擇其中的事件，邀請成員根據事件情境進行角色扮演。同時注意讓性別角色互換，亦即男生扮演女主角，女生扮演男主角。</p> <p>2-3 Leader 先請演員分享自己的感覺，再引導成員討論衝突雙方的內心想法，如果我是主角我該如何解決衝突。依此進行兩或三次角色扮演。</p> <p>2-4 領導者根據成員分享，摘要與總結與異性相處時，應該具有的態度與方法。</p>		<p>25 分</p>
<p>3. 航海日誌</p> <p>(結束本次團體)</p> <p>(預告團體的結束)</p>	<p>1-1 Leader 總結與摘要本次團體內容，請成員繞圈發言，以一句話發表今天參加團體的感覺。</p> <p>1-2 Leader 預告團體即將結束，只剩下兩次聚會。</p>		<p>5 分</p>

## 第十次團體

單元名稱	星際浩劫	次數	第十次	活動時間	7:50-8:30
單元目標	1. 學習兩性共同合作 2. 學習替別人著想				
活動名稱與目標	活動流程			準備工具	時間
1. 一指乾坤	<p>引言：解讀完上次的訊息後，我們的太空船繼續返航的旅途，此時我們又面臨到一個難題，太空船發生停電，而我們必須在黑暗中進行修理的工作。</p> <p>1-1 說明一指乾坤的活動方法。成員兩兩一組，一人必須蒙上眼睛，兩人以右手食指接觸，沒蒙眼的人必須不靠言語只以食指引領，帶領對方至目的地，之後成成互換角色。</p> <p>1-2 進行一指乾坤活動。</p> <p>1-3 請成員分享活動的感覺，蒙上眼與沒蒙上眼的角色差別。</p> <p>1-4 Leader 根據成員分享引導總結互相的體諒對方，共同合作才是成功之道。</p>			眼罩	10分
2. 跨越黑暗銀河	<p>引言：好不容易修理完太空船，在我們的回程中間，卻又遇到一條黑暗的銀河阻擋，唯一能帶領我們過去的是幾片浮板。</p> <p>2-1 說明跨越黑暗銀河的活動方法。成員必須腳踏地墊橫越銀河，若身體接觸銀河即失敗重來，但地墊只要一離開身體的接觸也會消失，所有成員都必須跨越銀</p>			塑膠拼裝地墊 彩色膠帶	20分

	<p>河。</p> <p>2-2 進行跨越黑暗銀河的活動。Leader 可視情況增加難度，如減少地墊數目、拉大距離、限制時間等。</p> <p>2-3 請成員分享對剛剛活動的感覺。成員是如何的通力合作，挑戰成功或失敗的因素。</p> <p>2-4 Leader 總結與摘要成員的分享，並導引出成功的要領是需要兩性彼此的合作、等待與幫助，無私的替別人著想，而不是自己過了就算了</p>		
<p>3. 航海日誌</p> <p>(結束與預告團體終結)</p>	<p>3-1 統整與摘要本次團體，請成員以地墊位置代表今天參加團體的感覺，靠近團體中心是最好，遠離團體中心是最差。</p> <p>3-2 預告下次是最後一次團體。</p>	<p>塑膠拼裝地墊</p>	<p>10分</p>

第十一次團體

單元名稱	星願	次數	第十一次	活動時間	7:50-8:30
單元目標	<p>1. 統整團體所學</p> <p>2. 處理未竟事宜</p> <p>3. 結束團體</p>				
活動名稱與目標	活動流程			準備工具	時間
<p>1. 我的航海日誌</p> <p>(喚起成員對團體經驗的記憶)</p>	<p>引言：經過一連串的探險與奇遇，我們終於回到太空站，今天是我們相處的最後一次團體，希望在離開太空船之前，大家也能把握這最後一次的相聚，盡心完成我們最後的任務。</p>			<p>尋找外星人的行程圖 (附件八)</p>	<p>10分</p>

	<p>1-1 Leader 以「尋找外星人的行程圖」，向成員說明每次團體的主要內容，以及成員在團體過程中的成長，藉此喚起成員對前幾次團體記憶。</p> <p>1-2 請成員繞圈分享自己在團體中印象最深刻的經驗、事件，藉此完成自我的航海日誌。</p>		
<p>2. 外星人的願望 (統整團體所學) (處理未竟事宜) (成員互相祝福)</p>	<p>2-1 Leader 提醒成員在團體下來，是否曾有話想對其他人及團體說，卻遲遲未表達者，可利用在最後一次團體中說出。</p> <p>2-2 Leader 針對團體所學做統整與摘要，並邀請成員分享自己在參加團體過程中最大的改變，或是如何將團體所學運用至生活中。</p> <p>2-3 Leader 請成員繞圈發言表達自己對自己或其他成員的祝福，並將之書寫在祝福小卡上送給對方。</p>	<p>祝福小卡 筆</p>	<p>25 分</p>
<p>3. 團體照 (終結團體)</p>	<p>引言：在收到其他成員所給予的祝福小卡後，我們即將步出太空船各奔前程，離開前，我想請大家把自己想像成照相機，用手指互圈成快門，在自己的心中幫其他成員照相，為本次的團體經驗留下美好的回憶，也希望被照相的成員能擺出自己最美、最帥的姿勢。</p> <p>3-1 Leader 請成員互相拍照。</p>		<p>5 分</p>

	3-2 Leader 聚集成員為大家拍攝團體照。		
--	--------------------------	--	--

參考資料：

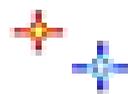
- 1、黛安娜·巴巴利亞，莎莉·歐次著，黃慧真譯(民 83)。發展心理學（初版）。台北市：桂冠。
- 2、陳金定（民 93）。兩性關係與教育（初版）。台北市：心理。
- 3、晏涵文（民 93）。性、兩性關係與性教育（初版）。台北市：心理。
- 4、謝麗紅（民 91）。團體諮商方案設計與實例（初版）。台北市：五南。
- 5、王慧君等編著（民 85）。團體領導者訓練實務（再版）。台北市：張老師。
- 6、吳武典等編著（民 82）。團體輔導手冊（初版）。台北市：心理。
- 7、許雪芳（民 92）。性別平等班級輔導方案對國小五年級學生之性別角色態度及兩性相處行為影響之研究。國立新竹教育大學人資處輔導教學碩士班碩士論文，未出版，新竹市。
- 8、台灣心理諮商資訊網（無日期）。民國 95 年 5 月 3 日，取自：  
<http://www.nknu.edu.tw/~counsel/councase/1030-1.htm>

十、領導者專業背景說明：

領導者為前台中師範學院（現今為台中教育大學）初教系輔導組的學生，在大學階段修過諮商輔導領域的課程，包括輔導原理與技術、諮商理論與技術、學習輔導、國民小學兒童輔導、個別諮商與輔導、團體輔導與諮商、輔導與諮商實習。目前就讀新竹教育大學輔導教學碩士班，也再次修習諮商理論與技術研究和兒童團體諮商研究等相關課程。實務經驗則是帶領過國小三年級的自我成長團體，擔任 leader 與 co-leader 共計四次團體八節課；並也參與過六次的情緒管理探索團體。

附件一

## 星際公約



- 
- 1、我會儘可能地多發言，並且樂於與夥伴分享。
  - 2、我會保密團體中任何事情，離開團體後就不討論。
  - 3、彼此互相尊重，不批評或取笑別人。
  - 4、我會認真參與團體，不遲到早退。
  - 5、
  - 6、

(其餘規範為在團體中 Leader 與成員一同討論出)

簽名處

附件二

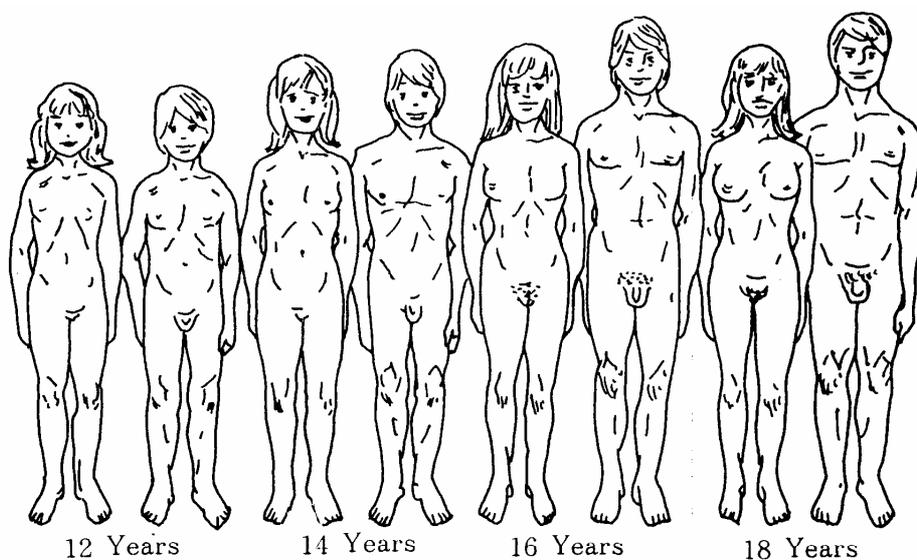


圖4-22 青少年四個年齡階段男女生正面體型

(資料來源：Conger & Peterson, 1984, p. 99)

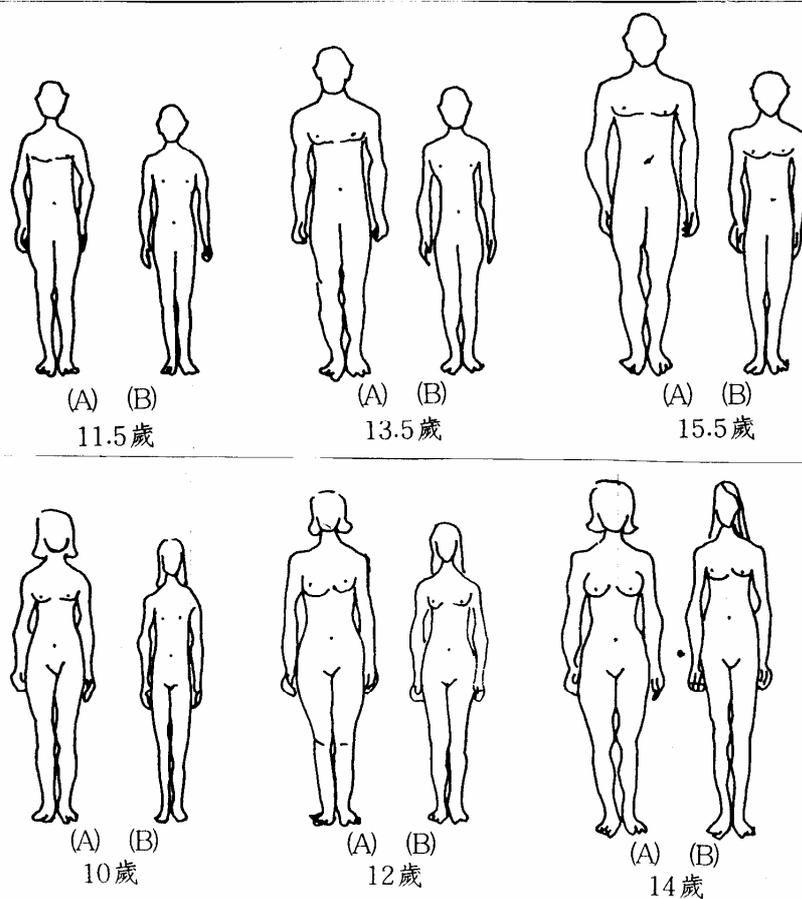


圖4-23 早熟與晚熟青少年體質差異圖

※另再搭配南一版4上健康與體育之教學掛圖

附件三

## 特質卡片大收集

1. 溫柔體貼
2. 行動力強
3. 喜歡思考
4. 細心
5. 容易受感動
6. 愛好自由
7. 文靜
8. 愛現
9. 主動
10. 愛冒險
11. 好交際
12. 獨立自主
13. 愛乾淨
14. 愛搞笑
15. 負責任
16. 精明能幹
17. 善解人意
18. 領導力強
19. 愛幻想
20. 依賴
21. 認真負責
22. 幽默
23. 有自信
24. 愛動腦
25. 很有理性
26. 勇敢
27. 有運動細胞
28. 被動
29. 有恆心
30. 有條理
31. 富創意
32. 實際現實
33. 天真
34. 善說話
35. 衝動
36. 聰明
37. 富同情心
38. 順從
39. 有風度
40. 尊重有禮貌

## 附件四

## 搶修太空船工作分配表

工 作 項 目	負 責 人
1. 恢復太空船電力	
2. 修理太空船引擎	
3. 更換太空船輪胎	
4. 幫太空船除鏽上油	
5. 幫太空船加油	
6. 打掃太空船內部	
7. 修補太空船外殼	
8. 更換太空船的電子零件	
9. 清洗成員衣物	
10. 準備食物點心給成員吃	
11. 採購食物	
12. 採購太空船更換的零件	
13. 搬運購買的補給物資	
14. 清除打掃完的垃圾	
15. 幫太空船重新油漆	
16. 整理成員住宿房間	
17. 成員間的居中聯繫	
18. 擦拭太空船的精密儀器	
19. 擦拭太空船的地板	
20. 其他	

※看不懂的名稱記得要詢問 Leader 喔！

※整修太空船也許還有其他重要的工作是 Leader 沒想到的，如果你有想到的話，也可以再補上去。

附件五

## 小小記者訪問單

1. \_\_\_\_\_覺得當\_\_\_\_\_的工作很有趣，因為\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_覺得當\_\_\_\_\_的工作很無趣，因為\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_覺得他（她）爸爸的工作很\_\_\_\_\_，因為\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_覺得他（她）媽媽的工作很\_\_\_\_\_，因為\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_聽說當\_\_\_\_\_的工作很\_\_\_\_\_，因為\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_曾經希望自己以後當\_\_\_\_\_，因為\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_現在希望自己以後當\_\_\_\_\_，因為\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

8. 其他：\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

※請注意受訪者不需要回答全部問題，只需挑一題回答。

※請訪問者盡量訪問到其他所有的成員，在時間內未訪問完也沒關係。

附件六

## 職業猜一猜能力提示字卡

- (一) 1. 科學、數學能力強→2. 對人體器官構造學識豐富→3. 常穿著白袍→  
4. 救人。  
參考謎底：醫生
- (二) 1. 有耐心→2. 有良好的衛生習慣→3. 喜歡小孩→4. 有育兒經驗。  
參考謎底：保母
- (三) 1. 能吃苦→2. 體力好→3. 不怕黑→4. 在坑洞中挖寶。  
參考謎底：礦工
- (四) 1. 敢表演→2. 感覺敏銳→3. 愛用聲音傳達情感→4. 與音符有關。  
參考謎底：演唱家
- (五) 1. 反應快→2. 視力好→3. 愛操作機械→4. 有空中駕駛知識能力。  
參考謎底：飛行員
- (六) 1. 口齒清晰→2. 良好的溝通技巧→3. 需要對著麥克風說話→4. 傳播各種  
社會消息。  
參考謎底：電視記者
- (七) 1. 姣好的外表→2. 擅於裝扮→3. 用服裝傳達流行訊息→4. 大方的走上伸  
展台。  
參考謎底：模特兒
- (八) 1. 富正義感→2. 具有判斷、分析的能力→3. 重視社會秩序→4. 熟知法律條  
文。  
參考謎底：法官

附件七

## 成員檢核表

各位成員，從團體開始到今天，團體已經進行一半了。還記得第一次大家從陌生到彼此認識的過程嗎？第二次我們展開了「星際首航」，第三次及第四次則發現男女的不同，第五次和今天，我們試著了解許多的性別刻板印象。很希望，每一次的團體，都在你心中留下了痕跡.....。以下請你將這六次團體下來，依照你的想法、你的感覺，畫出符合自己的程度，也讓我 know 你在團體的狀況.....

船長 施周明

1. 這六次團體下來，我感覺與其他人的距離更接近了。

符合 ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 不符合

2. 經過了六次的團體，我覺得我開始信任我們的團體---「流星花園」。

符合 ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 不符合

3. 現在的我，更加清楚男女間有許多的不同地方。

符合 ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 不符合

4. 我開始發現，原來有些特質並非專屬於男生或女生。

符合 ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 不符合

5. 我慢慢敢在團體內表達自己的想法或感覺。

符合 ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 不符合

6. 我發現在團體中，我是自在的。

符合 ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 不符合

7. 我發現在團體外，我跟異性的互動也有了一些改變。

符合 ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 不符合

8. 在往後的五次團體，我會更認真參與。

符合 ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩ 不符合

我的大名：\_\_\_\_\_

※寫好後，記得收好，下次團體聚會要帶來喔！

附件八

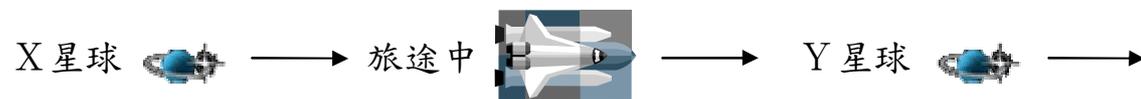
# 尋找外星人的行程圖



- 「東躲西藏」
- 「星際公約」
- 「棒打薄情郎」
- 「星際首航」
- 「補給大作戰」

- 「解剖外星人」
- 「芝麻開門」
- 「終極密碼戰」
- 「外星人迷思」
- 「打招呼」
- 「搶修太空船」

- 「小小記者」
- 「代理船長」
- 「動物模仿秀」

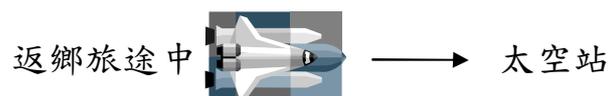


「外星人模仿術」

「流星雨來襲」

「特質拍賣會」

「我是外星人」



- 「混亂的訊息」
- 「星際劇場」
- 「一指乾坤」
- 「跨越黑暗銀河」

- 「我的航海日誌」
- 「外星人的願望」

附件九-A 招生宣傳單



兩性關係成長團體

為什麼老師和爸爸、媽媽總是說男生跟女生不一樣？

為什麼我總是和異性相處不好？

在他們眼中我又是一個怎麼樣的人？

如果你想瞭解男生與女生有什麼不同、想知道兩性之間如何相處，想瞭解別人對性別角色的看法、或是想知道我自己有什麼樣的特質？那麼就別懷疑，趕快填下報名表吧！等待你/妳的加入。

對象：六年級的小帥哥、小美女們

時間：每個星期一與星期四的早自修時間

次數	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
時間	10/2 (一)	10/5 (四)	10/9 (一)	10/12 (四)	10/16 (一)	10/19 (四)	10/23 (一)	10/26 (四)	10/30 (一)	11/2 (四)	11/6 (一)

(欲參加者需家長同意並全程出席，不得缺席。)

地點：三樓禮堂

次數：十一次團體

報名方式：請洽輔導室或三年4班導師索取報名表

附件九-B 報名表

流星花園~~兩性關係成長團體報名表

Ω 姓名：\_\_\_\_\_ Ω 班級：\_\_\_\_\_

Ω 座號：\_\_\_\_\_

φ 我想參加這個團體的原因是：

---

---

φ 我認為團體是：

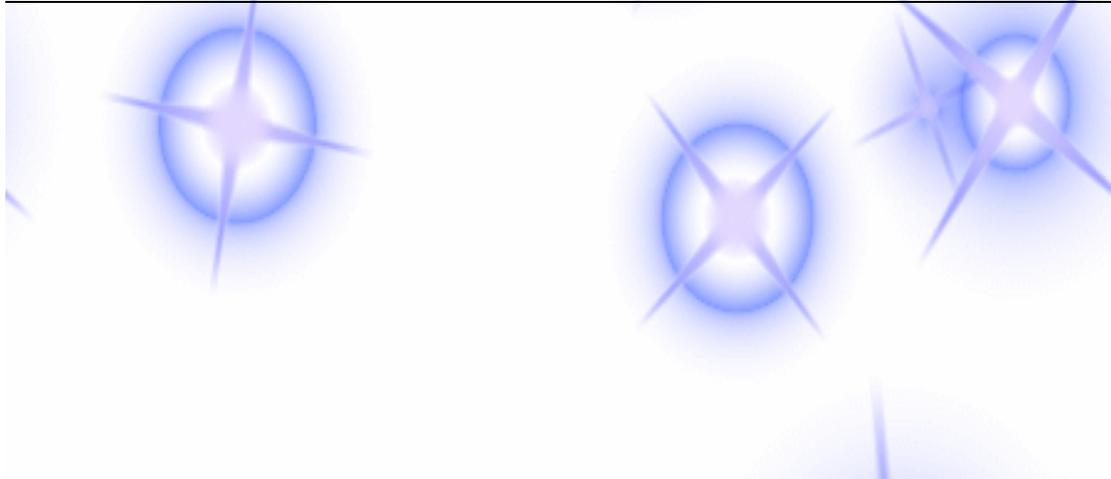
---

---

φ 介紹妳自己吧！

---

---



附件九-C 錄取通知單

親愛的\_\_\_\_\_：

很高興妳報名「流星花園~~兩性關係成長團體」，由於人數過多，經過抽籤方式，幸運的妳**被抽中了！**，為了歡迎妳的到來，探險隊的船長正在等妳哦！也希望妳別忘了我們的約定唷！☺

10月2日(一) 早自修時間，請到三樓禮堂  
請攜帶家長同意書與一顆愉快的心來喔！

探險隊船長 95.09.29

附件九-D 未錄取通知單

親愛的\_\_\_\_\_：

很高興妳報名「流星花園~~兩性關係成長團體」，由於人數過多，經過抽籤方式，很可惜妳**沒有被抽中！**，不過為了感謝妳的熱情參與，探險隊的船長還是要由衷的感謝你！祝福妳天天快樂！☺

探險隊船長 95.09.29

附件十 證書

# 證 書

瑞豐國小 年 班學生

參加 流星花園 兩性成長團體，在十一次  
團體期間，能夠配合團體活動，並分享自  
己經驗，實在難得。

特頒團體成員證明書

此證

流星花園 兩性成長團體 領導者 施周明



中華民國 年 月 日