

國立臺灣師範大學復健諮商所

碩士論文

指導教授：林幸台博士

角色楷模學習團體對認知障礙者自我概念
之影響研究

研究生：洪秋燕

中華民國 102 年 1 月

誌 謝

論文的完成，誠須感謝許多人一路來的支持、相挺與相陪。

有幸進入師大這知識殿堂濡沐教風，最要感謝幸台老師與慧玲老師；因為二位恩師的提攜與鼓勵，秋燕方有機會領略關於學術研究的美；問學與論述期間，尤須感謝幸台老師對慣喜隨興、資糧不足秋燕的無盡寬容，老師，您辛苦了!!

論述期間的心境，誠如人間詞話三大境界之所形容，亦如因緣詞意所彰顯，更如定風坡中寫意：燈火闌珊，紅塵人間，歸去，也無風雨、也無晴。想這流轉人生啊，流轉的是物換星移，恆常不變地，卻是心際切切叩向桃花源境的想望。

滿溢馨香的圖書館、領獲無盡藏幸台老師的研究室、同時成辦論文口試與團體的 230 教室、偶爾閑風登武兄的辦公室，處處在在，都乃秋燕受教期間最愛流連的師大校園角落。

由衷感謝參與團體六名夥伴的支持，因為有您，研究終能完成；感恩鳳華老師與國楠老師於口試時的提點教授；銘心感謝文豪、仁貴二位學長、宏生夫婦與秀蘭學妹的鼎力幫忙；謝謝宗莉協助翻譯、登武兄之諸多協助；寶貴、正凱、炳良、德風最夠義氣的相挺；福智智行春 2 班執事與同行的護持；問學期間，亭芳老師、滿艷老師、武典老師及華沛所長的傾囊相授；所辦心瑜及受限篇幅未及備載諸多友人的協助等，感恩這一路有您相陪、共同織綴美麗，回憶終值典藏。

最要感謝家人的支持!!因為有您們，秋燕才能任性、恣情悠游於心中的理想，謝謝您們，我心中最美的寶藏!!

中文摘要

本研究以 6 名類屬認知障礙之輕度智能障礙者為研究對象，嘗試提供八名成功智能障礙者的生命故事，導入十次角色楷模學習團體實驗課程進行研究。期透過運作田納西自我概念量表(成人版)前後測、團體課程檢核表及作業單等相關資料，據以了解該團體課程對於研究參與者自我概念的影響，進而了解課程內容對提升其自我概念的效益。

經由研究結果知悉，六名類屬認知障礙之輕度智能障礙者於參與團體課程學習後，透過田納西自我概念量表(成人版)前後測結果與團體成員學習歷程內容分析發現：

- 一、角色楷模學習團體課程內容，對於類屬認知障礙之輕度智能障礙者的自我概念確具提升促進作用，且以心理自我、自我認同與自我滿意三向度自我概念提升最多。
- 二、團體成員對於各主題課程內容多持以肯定與滿意，惟對於興趣探討、自我概念與戲劇體驗三主題課程略有修正建議。

最後，研究者依據研究結果，提出可豐富部份團體主題課程內容、必要時可適時酌增團體次數、及課程週期可進行調整安排等建議。

【關鍵詞】 認知障礙者、自我概念、角色楷模學習團體

Abstract

This study is trying to understand how six the mild intelligent disabilities can be affected on their self concept as well as evaluate how much their self concept can be advanced by learning group of role model. Life stories of eight successful cases of people with intelligent disabilities were introduced and ten lessons of learning group of role model were conducted. TSCS:2, group learning evaluation checklist, and relevant worksheets have been applied.

Through the study, we found:

1. Lessons of learning group of role model do help advance the self concept of the mild intelligent disabilities, especially at the three dimensions of PER, IDN, and SAT.
2. Members of the group show affirmative and satisfaction toward the lessons while at the same time suggest some corrections to three other subject-interest study, self-concept, and drama experience.

Finally, according to the study result, researchers would suggest enrich the content of lessons, increase meetings of group lessons, and adjust cycles of lessons.

【Keywords】

cognitive disabilities, self-concept, learning group of role model

目次

第一章 緒論	1
第一節 研究緣起與動機	1
第二節 研究目的予待答問題	9
第三節 名詞釋義	10
第二章 文獻探討	13
第一節 自我概念之理論與相關研究	13
第二節 角色楷模之理論與相關研究	29
第三節 學習團體之理論與相關研究	41
第三章 研究方法	47
第一節 研究架構	47
第二節 研究參與者	58
第三節 研究工具	50
第四節 研究步驟	72
第五節 資料處理	75
第四章 研究結果	79
第一節 團體成員個別學習歷程分析	79
第二節 主題課程團體學習內容分析	179

第三節	田納西自我概念量表(成人版)前後測結果分析	207
第五章	結論與建議	213
第一節	綜合結論	213
第二節	結論	219
第三節	建議	220
第四節	研究限制與省思	222
參考文獻		
中文部份		224
西文部份		228

表次

表 3-1-1	實驗課程運作綜融學理分析	52
表 3-1-2	角色楷模學習團體課程八角色楷模生命故事簡介	54
表 3-1-3	十次團體課程規劃內容	54
表 3-2-1	團體課程研究參與者之相關背景資料簡述	59
表 3-3-1	研究者之研究專業相關簡歷	60
表 3-3-2	團體課程表格設計與擬用時機	69
表 3-4-1	輕度智能障礙者之田納西自我概念量表預試結果	73
表 3-5-1	學習歷程內容分析資料源編碼彙整表	77
表 4-1-1	個別成員學習歷程分析擬用資料引處彙整表	80
表 4-1-2	大慈之自我概念分析內容	87
表 4-1-3	大慈參與團體學習對其自我概念向度之促進作用分析	95
表 4-1-4	大慈之田納西自我概念量表(前後測)結果	96
表 4-1-5	大喜之自我概念分析內容	105
表 4-1-6	大喜參與團體學習對其自我概念向度之促進作用分析	111
表 4-1-7	大喜之田納西自我概念量表(前後測)結果表	112
表 4-1-8	大仁之自我概念分析內容	120

表 4-1-9	大仁參與團體學習對其自我概念向度之促進作用分析	127
表 4-1-10	大仁之田納西自我概念量表(前後測)結果表	128
表 4-1-11	大勇之自我概念分析內容	135
表 4-1-12	大勇參與團體學習對其自我概念向度之促進作用分析	142
表 4-1-13	大勇之田納西自我概念量表(前後測)結果表	144
表 4-1-14	大智之自我概念分析內容	151
表 4-1-15	大智參與團體學習對其自我概念向度之促進作用分析	159
表 4-1-16	大智之田納西自我概念量表(前後測)結果表	160
表 4-1-17	大行之自我概念分析內容	168
表 4-1-18	大行參與團體學習對其自我概念向度之促進作用分析	175
表 4-1-19	大行之田納西自我概念量表(前後測)結果表	176
表 4-2-1	團體成員對於八角色楷模生命故事有感深刻之內容	180
表 4-2-2	團體成員擬建立向楷模學習之正向行為彙整表	183
表 4-2-3	透過楷模故事學習專注及發展個人興趣的重要	187
表 4-2-4	四位角色楷模自我概念分析演練資料彙整表	189
表 4-2-5	六團體成員自我概念分析練習資料表	192
表 4-2-6	團體成員共同討論所得之八名角色楷模成功特質	203
表 4-2-7	團體成員生命故事受楷模影響之內容彙整表	204
表 5-1-1	個別成員之自我概念前後測結果之差異分析	214

表 5-1-2	團體成員對於主題課程學習之相關回應	215
表 5-1-3	團體成員對於團體課程之相關回應	217
表 5-1-4	總體成員自我概念前後測總平均數結果差異分析	218

圖次

圖 3-1-1	角色楷模學習團體對自我概念影響之研究構念圖	48
圖 3-1-2	研究架構分析圖	49
圖 3-1-3	研究流程圖	49
圖 3-1-4	研究方法分析圖	50

第一章 緒論

第一節 研究緣起與動機

壹、緣起：

堅信不確定年代，更須擊劃願景、導航未來的大思維力
受全球金融風暴與經濟不景氣影響，除既有產業結構受到衝擊外，人力市場需求更起波瀾。面對失業率攀升、經濟發展與國民生活所得未達預期成長、財富分配與持有日趨兩極，加深民眾對於 M 型化社會來臨之恐懼感受等，政府雖力求多門、倡舉數策試圖補漏，但卻難弭一般人對於社會情勢的不確定感與對於個人未來發展的不安全感。尤其，政府為創就業績效，力推多種短期就業促進方案以因應；殊不知，該型就業，短期或能暫止失業率攀升、並稍緩社會輿論負向觀感，但整體就業生態，卻因就業者被迫須得迅速轉換職業內容、建立技能及加速職場環境適應等壓力，間或催化內在備遭傾軋感受，無形更深化一般民眾的不確定與不安全感；一般人尚且如此，更遑論長期居就業弱勢邊緣的身心障礙者。

林幸台（2007）認為，對身心障礙者而言，生活原就帶著艱辛晦澀的色彩，在現代社會愈趨複雜、變化愈趨急遽的情勢下，身心障礙者的生涯發展可能更為艱難、所受限制更大；故如何強化身心障礙者以正向性思維面對生涯與生活困境，協助其以有限的生命（力），創造無限的機會與

發展空間，除了是生涯發展的基本意義，也是探討身心障礙者生涯發展的基礎；並認為，有效的生涯輔導不僅可以提高身心障礙者的自信心、增進人際技巧與他人互動關係，從而在生活上獲得獨立自主能力與成功經驗，適當扮演生產者的角色，使能真正成為社會成員，參與社會活動及提升生活品質；更能減輕身心障礙者家屬的負擔，化解因家中有障礙者而衍生的家庭生活問題，甚至可能因有效的協助與支持，促進身障者、身障者家庭與社會人士建立和諧互動關係的機會。

狄更斯於《雙城記》中說：『*It was the best of times, it was the worst of times.*』，這是最好，也是最壞的時代。當智慧與愚昧、信仰與懷疑、光明與黑暗、希望與絕望、前途有無、天堂與否都同時並存時，或許，善轉信念心境、戮力充實個人實力，方能超越『山窮水盡疑無路』的悠悠恐懼，且唯有擊劃願景為導航未來而努力，才能驗證『柳暗花明又一村』的真實希望感受；因此，面對不確定年代、大時代的困境，有效運用生涯輔導強化身心障礙者學習以正向思維面對生涯與生活困境，諒是當前時勢之必然，更是趨勢所應然。

貳、投石：

從發現自我概念是人格形成與生涯發展的核心說起…

人格心理學家視「自我」為人格發展的核心。Rogers 認為，自我（self）是人格形成、發展與改變的基礎，更是

人格能否正常發展的重要標誌；每個人以其獨特的方式知覺世界，而產生對自己及其與相關環境關係之了解與看法，即為「自我概念」(引自陳文博，2001, pp.175-176)。Super 視「自我概念」為個人生涯發展的核心，認為個人一生所扮演的角色事實上都是自我概念的具體表現，工作滿意與生活滿意的程度，有賴個人能否在工作上、職場中，及生活型態上找到展現自我的機會(引自林幸台，2007: 41)。

Fromm 在《自我的追尋》一書中提到，人要想對價值獲得信心，則須了解他自己及他的本性是具有向善和自發創造的能力(孫石譯，2000: 5)；Horney 則於《自我的掙扎》一書中提到，研究自己是基本的道德義務與權利，當自我不具「心理症的強迫意念時」，我們就能自由成長，並自由地去喜愛與關懷別人(李明濱譯，1991: 16)。Maslow 主張，我們要忠實於自己的真實感受或「內在訊號」。每一次我們這樣做，就在接觸我們內在的自我，自我實現即是一種不斷發展自己潛能的歷程(引自莊耀嘉，1997: 131)；Maslow 認為，自我實現是一個人內在本性和潛能最充分、最正常的外露、展現和發揮的狀態，是人性的完美狀態，也是人類的終極價值(引自陳文博，2001: 387)。此除彰顯自我乃人格發展的核心，更強調一個人投入對自我的了解、實踐終至實現，確有其重要意義。

叁、問路：

看見認知作用對自我概念形成與人格、生涯發展的意義

William James 認為，從自我結構面分析，一個發展成熟的個人，其自我概念應包含：對自己身體及生理需要的認定（身體我）、對個人在社會生活中所擔任諸種角色的認定（社會我），及對某些信念、理想與價值體系的認定（精神我）三部分（引自郭為藩，1996：11）。生涯發展大師 Super 則認為，自我概念包括個人對自己的興趣、能力、價值觀念、人格特徵等方面之認識與認定，個人面對及完成發展任務的準備程度，即為生涯成熟的展現（引自林幸台，2007: pp.41-42）。Erikson 認為，若青少年時期的自我概念明確，所追尋的方向受到肯定，則能建立正向的自我認同感，進而助益其後續階段的良性發展；反之，則易因生活缺乏目標、時感徬徨迷失，而陷入角色混淆的發展危機（引自李淑娟，1994: 84）；隨著認同危機的逐漸解決，個體須在所處環境中建立一種自身的連續性與同一性，這樣的自我概念才能有助於個體未來之正向發展（引自陳坤虎、雷庚玲、吳英璋, 2005）。

社會認知論將負的自我概念定義為一個降低自我價值的傾向，而將正的自我概念定義為一個人積極評價自己的傾向（引自周曉虹譯，1995: 131），Bandura 認為，對行為產生強有利影響的正是行為主體對行為結果的期待性信念；人的信念、期待、意向、自我概念等認知因素往往強有力地支配並引導其行為；在「三元交互決定論」（即行為、個人與環境三者）系統中，強調思維或認知的處理過程構成行

為的重要調節因素，如果思維能力「被誤用」，將成為個人痛苦主因（高申春，2001）；理情行為治療（REBT）假設我們的情緒主要來自我們的信念、評價、解釋，以及我們對生活情境的反應；Ellis 主張每個人天生就有朝向自我成長與自我實現的傾向，但人們卻因為慣於扭曲思考之傾向，及從所學得來的自我挫敗模式，妨害自我朝向成長邁進（Ellis & Dryden, 1997；Ellis & Tafrate, 1997）；Ellis 並以 ABC 模式（A 表引發事件；B 為信念；C 乃情緒的後果）作為概念化情緒失調和脫序行為的工具（陳逸群譯，2001）；REBT 以教導人們改變造成情緒困擾的非理性信念為核心（Ellis, 1998；Ellis & Dryden, 1997）；鼓勵當事人分辨非理性與理性信念（Ellis, 1994）。

『*I think therefore I am.*』--我思，故我在，乃西方哲人笛卡兒的至理名言，此中彰顯，認知作用（思惟度、思考力）與人格自我發展及自我概念形成的關聯意義；林幸台認為，認知作用除在生涯決定歷程中扮演關鍵性角色，對於在生涯發展過程中因經歷種種阻礙與挫折而影響其生涯信念、生涯建構、自我概念及就業意願之身心障礙者而言更具有提升與重建意義（林幸台，2007: 58）。為能助益個體人格與生涯能成熟發展，強化個體的自我認同感受，唯有引導個體學習因應認同危機，協助其正向成長動機的發展，方能真正有效助益個體身心潛能的充分發揮。

肆、楔子：

當以良師典範為身心障礙者打造一座自我概念的希望橋

Piaget 認為，認知是個人與環境交互作用的知識系統，包括基模與心理運作二部份(引自陳李綢， 1999: 39)；認知乃連續發展的過程，在此過程中，經驗的內容與變化刺激了新基模的形成，人們會不斷努力以達成自身心理結構認知與環境的平衡；Festinger 則認為，認知是經驗的組織與意義解釋的過程，包括：思想、態度、信念及對行為的知覺(引自郭靜晃， 1994)；是些觀點與生涯發展大師 Super 認為探索活動經驗對於生涯成熟發展具重要意義的見解相仿。Super 認為，透過探索活動可促進個人對於自我及環境的了解與認知，助益其生涯成熟的發展；透過多方探索，可促使個人獲得豐富資訊，培養適當的興趣，形成適切的時間(因果)概念；而滿意的探索，可促使個人接觸到重要他人(良師、典範)，藉由探索過程中所建立的成功經驗，不僅可培養個人的自主與內控性格，發展健全的自我概念及對未來的掌握，從而形成具前瞻性的時間概念，強化個人對未來的規劃與抉擇能力(引自林幸台， 2007: pp.42-43)。此中所提的重要他人(良師、典範)概念，則與 Albert Bandura 所提的「觀察學習」及「替代經驗」(替代經驗乃自我效能獲得來源之一)論述觀點相當；Bandura 認為，人類的多數行為都是通過模仿而觀察學會，人們在實施任何行為之前，可以一種接近的形式向榜樣學習該如何做，以避免不必要的錯誤(引自周曉虹譯， 1995: 19)，個人藉由觀察與自身能力或特質相似者的表現及其結果(無論結

果成功與否)，不僅可作為個人評估自身能力的判斷參考，亦可取徑他人的完成經驗，作為個人完成任務的學習與激勵，進而提升其自我效能；Betz 與 Hackett(1986)將之應用於生涯上，認為自我效能乃指個人從事生涯抉擇任務或信心程度與效能感(引自林幸台，2007: 51)。

鑒於自我概念乃人格及生涯發展的核心，認知作用於其中具藥石推手功效，因此，若欲強化個體對於自我與環境的認知，進而助益其人格與生涯的成熟發展，強化其於探索活動的體驗、透過學習並豐富其成功經驗的建立，適時援引認知行為改變技術以導正個體的負向自我概念及信念，參酌社會認知論所持「觀察學習」與「替代經驗」具「示範作用」觀點，用於協助個體形成並建立正向自我概念，想定能助益個體人格與生涯發展的成熟。

伍、動機：

決補國內咸少以角色楷模強化自我概念實證研究之缺憾

生涯輔導的目的，無非乃以促進個人自我實現為生涯發展的最終目標。Bandura 認為，人類大多數的行為都是通過觀察模仿而學會，個人藉由觀察與自身能力或特質相似者的表現及其結果，不僅可作為評估個人自身能力的參考，亦可作為個人未來值遇相似情境、完成任務的執行參考，進而提升其自我效能，以助益其生涯抉擇與發展。

因此，若果有效的生涯輔導，是形成助益身心障礙者有效發展的重要契機，則投入既為人格發展基礎，且是生

涯發展核心的「自我概念」研究，便自然衍成動機。然而，「自我概念」的形成受認知作用所影響，對於受製成熟、經驗、社會傳遞與平衡作用等因素，而影響其認知發展的身心障礙者而言，研究並探討其「自我概念」之形成，想定深具意義存在，因此，研究對象的目標遂此產生。認知障礙者的自我概念為何？如何強化其正向自我概念的 formed 與建立助益其生涯發展？Super 的「探索」經驗與 Bandura 的「觀察學習」主張，是否適用於協助認知障礙者自我概念的發展建立？層層待解疑題催化成研究動力，激勵研究者矢志投入研究之決心。

覽觀國內目前相關自我概念之研究發現：相關議題研究迄今雖已逾千篇，然研究對象則多以一般人為主；以身心障礙者為研究對象者約近三十篇，但對象卻多以聽覺障礙者、肢體障礙者、多重障礙及綜合障礙者為主(e.g.,洪宜君, 2001；李美佳, 2007；吳玉琳, 2007；吳佩諭, 2011；周惠華, 2008；倪小平, 2003；徐玉恩, 2009；張詩青, 2011；黃筱喬, 2007；覺淑君, 2008)，且研究方法多以量化調查為主。以認知障礙者為研究對象者咸少(e.g.,王政茹, 2007；何佳靜, 2011；林金環, 2002；吳君瑋, 2010；陳兆君, 2002；陳國濱, 2005；陳菁菁, 2011)，研究方法仍以量化調查居多，但已有部分嘗試導入實驗課程進行研究(e.g.,陳國濱, 2005；陳菁菁, 2011)。然，從中並未發現有將角色楷模課程導入研究者。

鑒於認知障礙者受其認知功能所限，若能提供適性多

元的教材內容，輔以僅須少量記憶、過程可多演練示範及重複練習之學習方式，定可助益其學習成效，故而強化研究者擬依 Super 的「探索」經驗與 Bandura 的「觀察學習」主張，將角色楷模學習課程導入研究之決心。誠祈透過大師理論與前輩研究的加持，作為了解類屬認知障礙之輕度智能障礙者進行自我概念探討，期若能從中建立認知障礙者自我概念之適性探索與發展課程內容，應更能助益其人格與生涯的發展，並促其個人自我的實現。

第二節 研究目的與待答問題

壹、研究目的

鑒於自我概念乃人格發展與生涯發展的核心，Bandura 主張，人類大多數的行為都是通過觀察模仿而學會，進而提升其自我效能。為能助益認知障礙者的生涯發展，本研究以 6 名類屬認知障礙之輕度智能障礙者為研究對象，嘗試提供八名成功智能障礙者的生命故事，導入十次角色楷模學習團體實驗課程進行研究。期透過運作田納西自我概念量表(成人版)前後測、團體課程觀察記錄與相關評估資料等，據以了解該團體課程對於研究參與者自我概念的影響，進而了解課程內容對提升其自我概念的效益。

貳、待答問題

根據上述研究目的，本研究提出待答問題如下：

一、 角色楷模學習團體前後，研究參與者之自我概念(生

理、道德倫理、心理、家庭、社會、工作等自我概念分量尺及自我總分、自我認同、自我滿意與自我行動等分數)表現為何？有無差異？該差異與角色楷模生命故事學習的相關性為何？

二、研究參與者對於學習團體之課程內容與運作方式是否滿意？有無建議？

第三節 名詞釋義

一、認知障礙者(cognitive disabilities)

身心障礙者權益保障法對於身心障礙者之定義，係指：身體系統構造或功能，有損傷或不全導致顯著偏離或喪失，影響其活動與參與社會生活，經醫事、社會工作、特殊教育與職業輔導評量等相關專業人員組成之專業團隊鑑定及評估，領有身心障礙證明者，其中類屬於認知障礙類為智障、自閉症、精障、失智症及合併其一的綜合障者。

本研究為顧及研究者參與團體學習及團體運作執行成效，乃以 18-45 歲領有手冊之輕度智能障礙為主要研究對象。參酌中華民國 97 年 7 月 1 日行政院衛生署衛署照字第 0972800153 號公告修正之「身心障礙等級」定義；智能障礙者，乃指成長過程中，心智的發展停滯或不完全發展，導致認知、能力和社會適應有關之智能技巧的障礙稱為智能障礙。輕度者之智商界於該智力測驗（智商鑑定若採用魏氏兒童或成人智力測驗時，結果為 55-69；若採用比西智力量表時，為 52-67；或無法施測智力測驗時，參考其他發展

適應行為量表評估，或臨床綜合評量。)的平均值以下二至三個標準差(含)之間，或成年後心理年齡介於九歲至未滿十二歲之間，在特殊教育下可部份獨立自理生活，及從事半技術性或簡單技術性工作的輕度智能不足者。

二、自我概念 (self-concept)

自我概念乃指個人對自己多方面知覺的自我統合 (洪宜昀, 2002; 張春興, 1989)。是個人生涯發展歷程的核心，包括個人對自己的興趣、能力、價值觀念、人格特徵等方面的認識與認定，它是秉賦的性向、生理組織、觀察與扮演各種角色的機會，及長輩與同儕對其角色扮演所給予的評價等因素交互作用下的產物 (林幸台, 2007)。

本研究乃以研究參與者於林幸台、張小鳳、陳美光 (2004)「田納西自我概念量表(成人版)」上各分量表分數所得表現，包括：生理 (PHY)、道德倫理 (MOR)、心理 (PER)、家庭 (FAM)、社會 (SOC) 和工作 (ACA) 六個自我概念、自我認同 (IDN)、自我滿意 (SAT) 和自我行動 (BHV) 三個補充分數及整體自我概念 (TOT) 等。

三、角色楷模學習團體 (learning group of role model)

Bandura 以「示範作用 (modeling)」概念表示：人的大多數行為技能是在他人如師傅的指導下獲得的，認為：關於知識、行為技能或行為表現方式在不同個體之間的社會傳遞過程，可稱之為觀察學習 (observational learning)；並認

為：觀察學習之所以可能，是因為人具有以其類本質為基礎的替代（學習）能力，行為與結果之間的強化偶聯關係，對行為主體和觀察者具有資訊、動機等功能方面的等價性（高申春，2001）；吳武典（2010）分析團體具有：教育（資訊交流、相互模仿、檢驗現實等）、預防（了解自己及他人、接納自己及他人等）及診療（藉澄清與回饋獲得了解、紓解困擾等）之功能；學習團體中的成員得藉由結構性不高的團體運作，把握「此時此地」（here and now）的原則，學習如何學習（learn how to learn），經由團體成員彼此信任的發展與回饋，去除情緒障礙，促進個人成長（洪有義，2010）。

本研究由研究者帶領 6 名輕度智能障礙者參與為期三週共計十次之學習團體課程，透過團體中對於 8 名成功智能障礙者之生命故事探討，並依團體課程中之自我概念分項討論、戲劇體驗等主題進行研討，透過個人生命故事之編寫敘說、楷模正向行為之學習、團體觀察與相關評估及團體前後之田納西自我概念量表施測分析，用以了解該團體課程對於研究參與者自我概念之影響。

第二章 文獻探討

自我概念乃個人人格形成與生涯發展之核心，Bandura 認為，人的信念、期待、意向、自我概念等認知因素往往強有力地支配並引導其行為；且人類大多數的行為都是通過觀察模仿而學會，亦即觀察學習。故本章擬透過相關文獻研究，探討自我概念、角色楷模及學習團體之相關理論與研究內涵。

第一節 自我概念之理論與相關研究

壹、從自我概念是人格發展核心與生涯發展基礎說起

一、發現生涯發展趨勢與新輔導觀點

本世紀因著經濟結構之急遽變化（全球如金融危機）、工作型態的變化（派遣勞動市場與在宅經濟型態之崛起）等，「新生涯」概念隨之而生，並對部分既有生涯發展相關理論產生衝擊與修正。Savickas（1993）曾預言：21 世紀的生涯諮商輔導將從 20 世紀的生涯支持概念，轉為培養當事人的自我肯定；而 Maccoby 和 Terzi 則認為堅持自我實現倫理者求職時，將不再視工作為唯一或主要重心，而是會希望能兼顧對於家庭、社區、休閒及其他生活角色的參與實踐，許多人傾向「為生活而工作」，而非「為工作而生活」，人們將在多元的生活角色中，尋找生活的滿足與自我表現（引自彭慧玲、蔣美華、林月順 譯，2009）。

「自我」乃人格發展的核心。Rogers 認為，自我（self）

是人格形成、發展與改變的基礎，更是人格能否正常發展的重要標誌；每個人以其獨特的方式知覺世界，而產生對自己及其與相關環境關係之了解與看法，即為「自我概念」(引自陳文博，2001, pp.175-176)。Super 視「自我概念」為個人生涯發展的核心，認為個人一生所扮演的角色事實上都是自我概念的具體表現，工作滿意與生活滿意的程度，有賴個人能否在工作上、職場中，及生活型態上找到展現自我的機會(引自林幸台，2007: 41)。從而可知自我概念對於人格發展與生涯發展之重要意義。

二、自我概念乃人格與生涯發展的核心觀點

Super(1984)表示，生涯發展理論之發展與差異心理學、發展心理學、職業社會學及人格理論相關；之於人格理論上，則與 Rogers 的自我概念及 Snygg 與 Combs 的個人結構論對於人格形成、發展與轉變等論述有所關聯(引自林幸台，1997)。此可由發現自我概念共為人格心理學家 Rogers 與生涯發展大師 Super 發展理論之核心而所理解；然二者對於自我概念之詮釋觀點與應用則略顯差異。

Rogers 的自我概念是指個人認知到的自我，乃個人獨特的知覺、看法、態度和價值觀之總和，是個人對自己及其相關環境關係的了解與看法，且是自我知覺(或意識)與自我評價的統一體，主要結構包括個人對自己的知覺及與之相關的評價、個人對自己與他人關係的知覺與評價、個人對環境各方面的知覺及自己與環境關係的評價三部分；自我概念具

有四個特點：(1) 自我概念屬於對自己的認知範疇，包括對自己及有關人事物知覺的知覺總合；(2) 自我概念是有組織、連貫與有聯繫之知覺模型；(3) 自我只能表徵那些關於自己的經驗，並非指控其行為的主體，因此是覺知性與描述性的；(4) 雖然包括無意識的東西，但主要是有意識或可以進入意識的東西，通常可以為人所察覺；Rogers 認為個體自我概念的發展包括：(1) 自我認定或自我統合，即認定自我的存在；(2) 自我評價，即個人對自己價值的判斷；(3) 自我理想，即個人對未來自我的期望；一個人的現實自我與理想自我越接近，就越能感到幸福與滿足，此乃人格健康發展的標誌之一（車文博，2001）。

Super 視自我概念為個人生涯發展歷程的核心，包括個人對自己的興趣、能力、價值觀念、人格特徵等方面的認識與認定，它是秉賦的性向、生理組織、觀察與扮演各種角色的機會，及長輩與同儕對其角色扮演所給予的評價等因素交互作用下的產物；個人一生所扮演的角色都是自我概念的具體表現；個人面對及完成發展任務的準備程度，即為生涯成熟的展現（林幸台，2007）。

此知，個體對於自我的認定或統合(對自己的興趣、能力、價值觀念、人格特徵等方面的認識與認定)、自我評價(對自己的能力、價值觀念等方面的認識與認定)、自我理想(秉賦的性向、生理組織、觀察與扮演各種角色的機會，及長輩與同儕對其角色扮演所給予的評價) 等，可視為 Rogers 與 Super 對於自我概念之共通觀點。

William James 認為，從自我結構面分析，一個發展成熟的個人，其自我概念應包含：對自己身體及生理需要的認定（身體我）、對個人在社會生活中所擔任諸種角色的認定（社會我），及對某些信念、理想與價值體系的認定（精神我）三部分（引自郭為藩，1996：11）。張春興（1989）對於自我概念所下的定義是：個人對自己多方面自覺的總合，包括個人對自己性格、能力、興趣、慾望的了解，個人與別人和環境的關係，個人對事務處理的經驗，及對生活目標的認識與評價；郭為藩(1996)認為，自我概念的功能有 (1)自我維護：自我概念一旦形成，本身即能指引行為，盡最大力量來維持本身結構的穩定與整合，避免自我結構受到損傷或改變。(2)自我肯定：人的行為目標乃在維持或加強自己對個人價值知覺，此種作用即為自我肯定。(3)自我實現：乃現實我努力朝向理想我的過程，理想我為行為的主要動機，引導自我努力展現其潛力，以求逐步實現個人人生理想等三面向。而由於自我概念中理想我與現實我的對照，每個人皆有一種使自己成為真正想要成為的自己之潛在願望，因而表現奮發向上、自我塑造的力量，是這種自我實現的引導力量，使人類自強不息，進而成為自己命運的主宰。

金樹人（1997）認為生涯輔導重視自我概念的發展有：(1)視自我即歷程：從發展階段看，個體自出生以迄死亡，自我的客觀內涵，是不止息的在變化中；(2)視自我即概念：雖然客觀的自我內涵不斷因時空轉換而有豐富的變化，個人對其知覺係純然主觀的二層意義；生涯輔導若干理論中，認為

個人的生涯計畫或生涯決策行為是自我概念的一種實現，選擇一個「位置」，其之核心動力乃由自我概念所貫穿，故協助個人獲得明確的自我概念，是生涯輔導在協助個人選擇職業時之重要工作。

林宏熾（2000）根據文獻資料整理，認為生涯自我概念應包括：（1）生涯能力，係指個體對於從事某項職業時，對自己能力的瞭解程度；（2）生涯抱負，係指個體從事某項職業的志向與願望；（3）生涯興趣，指個體對某項職業的正面態度；（4）生涯價值，指個人憑其主觀判斷，認為某項職業對自己在生涯價值觀之社會、經濟與心理三層面上具重要與意義性者；（5）生涯調適，指個體從事某項職業時，能配合或改變自己以適應工作環境的要求，保持個體與環境之和諧狀態；（6）生涯評價，指個體對自己生涯能力與成就之評價；（7）生涯認識，指個體對工作世界或欲從事職業性質及該職業所需具備的條件、能力的認識程度。

綜此可知，James 認為一個發展成熟個人的自我概念，乃包括個人對於身體我、社會我及精神我三部分的認定；而此認定，與 Rogers 認為自我概念屬認知之範疇相當；該認定包括個人對自己、及與個人有關之他人及環境知覺等，涵涉個人之知覺認定、評價與理想層次；而因自我只能表徵那些關於自己的經驗，並非指控其行為的主體，因此是覺知性與描述性的、且通常是可以意識與覺察的；顯示，自我概念與認知作用之高度相關；而興趣則於其中位居重要地位。

林幸台（2007）綜合各理論分析：自我概念是個人生涯

發展歷程的核心，與 Super 強調個人的職業選擇乃個人自我概念的實踐、Holland 的「自我統整」(identity)、Krumboltz 的「自我觀察推論」(self-observation generalizations) 具有相同意義；社會認知論的自我效能預期 (self-efficacy) 及生涯信念 (career belief) 乃由認知角度觀察個人對自我發展的期許；此知，認知作用除在生涯決定歷程中扮演關鍵性角色，對於在生涯發展過程中因經歷種種阻礙與挫折而影響其生涯信念、生涯建構、自我概念及就業意願之身心障礙者而言更具有提升與重建意義；故認為協助障礙者從多方面探索中發展切實自我概念，誠乃生涯輔導之要務。

貳、從成熟人格、健康人格與生涯成熟顧盼自我概念之英姿

綜合人格形成與生涯發展觀點，皆可將成熟個人、健康人格、自我實現及生涯成熟等視為自我概念之充分發展藍圖。

James 認為，一個發展成熟的個人應包含身體我、社會我及精神我自我概念三面向之認定；Allport(1955)則認為，價值觀在人的成長過程中起著關鍵性作用，是個人說明未來的一種傾向，並構成對於人格更進一步成長之決定性影響；Allport 將安全感視為成熟人格七大標準之一，認為自我接納(或自我認可)是保持安全感之首要品質，所謂的自我接納，乃指個體對自身的一切優缺點等持有積極的接受態度(此乃構成成熟人格自我客觀化的基礎)；個人對於需求、欲望的壓抑及挫折等反應之挫折容忍力皆乃保持安全感之要件；個人能不僅關心自己且亦關心他人福利，將自我感擴展及具遠大目標、堅定

價值、與成熟道德心之統一人生觀等，亦屬成熟人格之標準內容；所謂成熟道德心乃由個人對自己和對他人的義務感與責任心所組成，其並可能深深紮根於宗教與倫理的觀念之中，因此 Allport 視個人對宗教的信仰為健康人格不可或缺的一部分（引自車文博，2001）。

Maslow 認為，承認自我的存在、讓自我顯露及傾聽自己的志趣與愛好等，都是通向自我實現健康人格的途徑內涵。Rogers 則認為，一個人的現實自我與理想自我越接近，就越能感到幸福與滿足，此乃人格健康發展的標誌之一；一個充分發揮機能者有：(1)自我實現是不斷進行的過程；永遠不是完成或固定的狀態，此目標引導著個體向前，進一步分化和發展自我的各個層面；(2)過程為困難乃至痛苦的；須經受各種壓力，考驗和挑戰，需極大勇氣及全身心之投入；(3)充分發揮機能者確實是實現他們的真實自我(或真我)；絕不隱藏在假面具或者門面後面等三個重點內涵。Rogers 認為，自我是人格的主人，方向的選擇、行為的表現乃完全由他們自己獨立的選擇，非依賴別人的規範和習俗的約束（引自車文博，2001）。

Super 主張的生涯成熟，是指個人面對及完成發展任務之於認知與情意兩方面之準備程度，包括個人對於職業態度、工作世界與個人所偏好之工作領域、決定職業技巧應用等的認知；以及個人對於生涯探索與計畫所持之動機與態度等情意表現。林幸台(2007) 認為，生涯成熟非憑空而來，探索活動於生涯發展歷程中占有重要地位；透過相關活動的參與不

僅可促進個人對於自我及環境的了解與認知，有助個人生涯發展；多方的探索可豐富其獲得資訊，培養適當興趣，形成適切因果概念；滿意的探索更可協助個人接觸到良師、典範等重要他人，而於過程中所獲致的成功經驗對其培養自主、內控性格及健全自我概念之發展與對於未來之掌握，以形成前瞻性規畫與抉擇能力都將有所重要影響。職此可知，透過探索經驗強化一個人的認知與情意經驗，除能豐富其之既有認知、培養適當興趣、形成適切因果關係，經由滿意探索之良師典範學習與成功經驗，對於培養自主內控性格、未來之掌握能力等，對於個人自我概念之健全發展、健康人格、與生涯成熟等發展皆堪屬重要。

叁、尋覓身心障礙者自我概念發展之桃花源

自我概念受認知作用所影響，既為人格形成之核心，亦為生涯發展的基礎。Super 的生涯發展理論強調，個人在不同發展階段，於家庭、社區、學校、工作場所四主要場所扮演包括兒女、學生、休閒者、公民、工作者、配偶、父母、家長及退休者等角色，每個角色的重要性，隨著個人生命的發展階段而有所不同（林幸台，2007）；要引導人生各階段的發展，必須促進個人能力與興趣的成熟，並協助個人發展自我概念，使在個人與社會因素，及自我概念與現實之間的統合或妥協，透過過程中之角色扮演與回饋學習（吳芝儀等譯，2005）；個人工作與生活的滿意程度，端賴其能否在工作上、

職場中及生活型態上找到展現自我的機會(林幸台, 2007), 亦即個人之能力、需求、價值、興趣、人格特質與自我概念方面是否能找到適當的發洩管道而定。(吳芝儀等譯, 2005)。

Rosenberg(1979)認為, 自我概念乃影響思想、情感與行為之要素, 且是預測一個人行為與成就的重要指標(Stangvik, 1979); 個體的自我概念, 影響當前行為的選擇及對於未來的期待, 並可作為解釋個體行為之有效依據(Burns, 1979)。Beane (1984) 認為, 積極的自我概念, 能導引個人趨向良好適應。正向自我概念有助於個人與他人進行更有效的互動, 而有較高自我概念者較具信心, 面對困難情境並少威脅感受(Fitts, 1972); 低自我概念的人, 心理健康則可能較差(Marshall, 1989)。

此知, 個人能依興趣找到自我充分展現的機會、了解並適當扮演每個階段角色之重要性、發展正向積極的自我概念等, 誠乃構成個人工作與生活滿意程度的重要關鍵。

然而, 身心障礙者的生涯發展歷程, 可能較常人受到更多諸如生活交觸層面較為狹窄、普遍缺乏角色扮演機會、關鍵時期學習經驗不足等, 致其能力明顯偏低, 對其生涯發展構成不利因素, 所經歷之種種阻礙與挫折, 將無形影響其生涯信念、生涯建構、自我概念及就業意願等(林幸台, 2007)。Krumboltz 認為, 興趣乃學習的結果; 是個人所偏好的活動與事務, 可以培養, 並隨著外在環境變遷或個人成長而改變(張添洲, 2007)。林幸台(2007)認為, 興趣是性格的具體反應,

直接影響一個人的職業目標，也是生涯發展的原動力；興趣的強度因人而異，強烈的興趣會引發個人行動的力量。

學習經驗不僅影響個人的生涯選擇，也與生涯自我概念息息相關，然而 Miller 等人（2007）卻認為成人身心障礙者之生涯發展，受早期探索經驗的限制、社會對身心障礙的態度導致身心障礙者負向自我概念，及受限於發展做決定能力的機會等三因素影響（引自蔡采薇, 2010）。

林幸台(2007)認為，協助身心障礙者獲致成功經驗，透過替代學習或口語回饋、調適障礙所帶來的困擾、增進其對自我的評價等，是協助其順利展開生涯發展之重要課題。故，若能提供各種角色扮演、促進個人學習經驗之工作與生活體驗活動機會、深入協助其進行個人興趣之探索、逐步培養其能力與信心，相信是乃協助身心障礙者自我概念與生涯發展之輔導重點所在。

肆、探勘自我概念之相關研究

由於自我概念受認知作用影響，與學習密切相關；是以，當前為數不多，與身心障礙者自我概念相關之研究，多偏好以非認知障礙者為研究對象；對於受制認知與學習障礙之認知障礙者，研究成果更形單薄。加諸自我概念內涵偏屬抽象主觀，是而於研究方法之採行上，則多以量化調查為主。

Rogers 對於自我概念所採之研究方式，乃先透過面談法搜集相關語意資料，後再以 Q 分類法作為測量自我概念的方

法（車文博，2001），茲將該運作方法分說如下。

1. 面談法(或訪問)：

將談話中所蒐集的資料記錄下來，通過語意分析，將資料中與自我有關的詞彙加以分類，以考察其自我概念的變化。

2. Q 分類法：

由 Rogers 之二位同事所創造，為自我概念測量方法之一，其實施之步驟為：

(1)先建立 Q 分類資料，一般多採用 60-120 張載有人格特質的卡片，如：我愛沉思、我常常焦慮等。

(2)將卡片交給受試者，請其依個人之現實自我與卡片上所描述的人格特徵相對照，依同意程度將卡片從最不像我至最像我分成數堆，並要求依一定比例分類，以使分類接近正態分布，兩端是最小比例，而多數卡片介乎兩極端之間；卡片被分到不同堆裡就獲得相應等級。

(3)以步驟(2)之相同卡片，請受試者依個人之理想自我對卡片進行分類，並獲得理想自我的分數。

(4)求現實自我與理想自我兩類分數之相關，如相關係數為正，表示兩者乃和諧一致；反之，代表較低自尊感與缺少人格價值，此乃適應不良的一種指標。

吳君瑋(2011)彙整相關研究，歸納目前針對心智障礙者自我概念的分析與評量方法大抵有：自陳量表、Q 排組法、投射與半投射法、訪談、檔案評量及觀察法等；考量認知障礙者之特性，吳君瑋建議施測工具內容與方式，應考量受測對象之適用性。研究者分析國內實徵研究採行之量表發現，多

採自編式評量方式居多，如：職業自我概念量表（侯瑞月，1986）、何麗儀（1990）及曹容勳（1994）分別依據侯瑞月之量表修訂等；應用於身心障礙者之量表則分別有：身心障礙者青年自我概念量表（林宏熾，2000）、生涯自我概念調查表（覺淑君，2009；周惠華，2009）、高職綜合職能科學生職業自我概念量表（陳兆君，2003）、高職綜合職能科學生自我概念與障礙覺察量表（吳君瑋，2011）及由林邦傑、賴淑華等人修訂及由林幸台、張小鳳、陳美光等人著手進行翻譯、全省測試、信效度研究之田納西自我概念量表等；然較正式、堪稱標準化測驗工具者，乃以田納西自我概念量表為代表。

田納西自我概念量表（TSCS：2）

該量表於 1999 年由測驗出版社取得授權後，即由林幸台、張小鳳、陳美光等人著手進行翻譯、全省測試、信效度研究、建立本土常模等相關工作。直至 2000 年年底完成相關作業後，提供台灣地區使用。

目前發行成人版與兒童版二種版本，成人版 82 題，兒童版 76 題，兩種版本題目皆為自我描述句，受試以五種反應類別：「完全不符合」、「大部分不符合」、「部分符合」、「大部分符合」及「完全符合」來描繪個人的自我圖像。兩種版本皆可以個別或團體方式進行施測，一般人能夠在 10-20 分鐘內完成。成人版（A 版）適用於具國中以上教育程度 18-49 歲成人，認知程度約十歲；兒童版（B 版）則適用於 11-18 歲國小四年級至高中（職）三年級學生。但成人、大專學生、高中（職）、

國中、國小各有不同的 T 分數對照剖面圖。

所得分數包括：(一) 四個效度分數（檢查反應偏向用）：不一致反應（INC）、自我批評（SC）、故意表現好（FG）和極端分數（RD）。(二) 二個摘要分數：自我總分（TOT）和衝突分數（CON）。(三) 六個自我概念量尺：生理（PHY）、道德倫理（MOR）、心理（PER）、家庭（FAM）、社會（SOC）和學業/工作（ACA）自我概念；及（四）三個補充分數（綜合量表中的基本題目，以反映測驗中原本的理論目的）：自我認同（IDN）、自我滿意（SAT）和自我行動（BHV）。

結果解釋與應用：(一) 生理自我概念（PHY）：代表受試者對自己身體、健康狀況、外貌、技能和性方面的看法。因此部分總是表現在外，無法避免他人的眼光，故身體外貌和橫跨個生命時期的整體自尊感有相當密切的關係；(二) 道德倫理自我概念（MOR）：從道德/倫理觀點自我描述，檢查自己的道德觀，對成人而言，包含對宗教信仰或缺乏信仰的滿意程度；(三) 心理自我概念（PER）：反映出自我價值感、個人的勝任感、及對自己性格或與他人關係的自我評估。可以充分反映個人的整體性格，特別是適應良好的人在量尺上將會得到高分；(四) 家庭自我概念（FAM）：反映對身為家中一份子，所感受到的勝任感及價值感，代表受試者目前對自己與周遭家人間關係的看法；(五) 社會自我概念（SOC）：反映一般情形下自己與他人的互動中自我的勝任感與價值感。各年齡層的社會自我和生理自我概念可能有關；(六) 學業/工作自我概念（ACA）：評量受試者對自己在學校和工作場

合的表現抱持何種看法，及認為在這些場合中，他人如何看待自己的表現等，國內目前有陳國濱（2006）將之用作探討，園藝活動對高職智能障礙學生自我概念及休閒效益之影響。

國內外有關增進自我概念之實徵研究，多著重於認知層面的介入，期透過認知經驗的重構，以扭轉個人非理性的思考或進行個人價值之澄清及自我效能感之提升等，採行內容包括理情團體諮商、價值澄清團體及自我肯定訓練等。而在增進自我概念方法中，則以戶外性之探索教育、冒險性課程、運動訓練及休閒活動之參與研究為多；國內持以團體課程運作方式，作為探討對於自我概念影響之研究除陳國濱（2006）導入園藝課程活動內容外，其他尚有吳佩諭(2011)導入藝術治療團體活動、黃筱喬(2007)之導入繪本團體研究、王政茹(2007)採以生命敘說、陳菁菁(2011)之以團體音樂治療、陸澤聿(2011)以戲劇教育課程、范雯蓓(2010) 社會性故事讀書治療方案、劉佩宜(2010) 生命教育課程設計、及張世琴(2009) 自我肯定訓練團體等；研究多採準實驗設計方式，除研究時之觀察記錄、研究者省思日誌等，並多數搭配有相關施測工具進行前後測，助益了解研究之成效。余紫瑛(2000)以探索教育活動對國中生自我概念與人際關係之影響研究結果，卻發現探索教育活動對增進國中生自我概念無顯著立即與延宕效果；Castagno(1991)以課後體育計畫對智能不足中學生自我概念之影響進行研究，以為期 12 週，每週一次，每次半小時之籃球訓練，結果發現，該計畫對智能不足中學生的自我概念具明顯提升效果。多數偏短期之實徵效果不佳，推論乃因介入不

足致自我概念無法有效建立故，Marsh 等人(1986)分析介入不成功之方法可能有未正確定義測量方法及受試者少二可能原因(引自趙曉美, 2011)。

綜合諸大家觀點知悉，自我概念受認知作用影響，學習扮演箇中要力，透過探索經驗的累積、以自我對話、自我評價和自我支持，轉負向認知行為為正向，皆屬重要可行方法。陳國濱(2005)爰引Diller等學者研究結果顯示，先前的成功經驗有助於正向自我概念之形成，而成功或失敗的經驗亦可能影響自我概念的改變，影響自我概念改變的因素很多，如：家庭父母的教養態度、學校教師的教學態度、同儕團體的互動關係、重要他人的回饋評價、及個人能力感的建立等。趙曉美(2010)經由文獻回顧發現，研究者多藉由如學習輔導、理性情緒課程、社交技巧訓練、參與身體活動等不同之訓練課程或活動策略來提升個人之自我概念，並歸納可透過介入認知發展(如認知行為改變、歸因再訓練)、社會化技巧(如行為演練)、身體活動(如正向的運動經驗)及學業成就(如教導有效的學習技巧或自我管理策略)等途徑以提升自我概念。

葉杏美(2009)以繪本討論為媒介進行研究發現，學童的整體自我、人際自我、個體自我、情緒自我、家庭自我概念獲得顯著提升；楊麗英(1991)以大學生為對象，實施「社會技巧訓練團體方案」，發現對於增加「心理自我」、「社會自我」、「自我行動」等自我概念有顯著的效果；Alfermann 與 Stoll(2000) 探討運動後對於身體自我的影響，結果發現運動後對於身體吸引力有顯著的改善，並且降低負向的身體自我價

值；鍾思嘉等人（1993）以認知行為策略的團體輔導活動設計，針對桃園少年輔導院少年進行輔導實驗，研究結果發現接受輔導的少年在認知和行為上均有正向的改變，尤其是在自我了解、自我肯定和自尊上有明顯的增進；趙曉美（2001）根據多向度階層結構的自我概念架構，以社會技巧訓練、歸因理論、訊息處理理論、學習策略理論、閱讀理解理論等，設計「提升自我概念課程」，研究結果發現此課程可提升整體的自我概念以及國語自我概念。

Craven等人（2003）回顧提升自我概念之相關研究結果發現，許多改善自我概念的策略未能奏效之主要原因，乃是介入的強度不足；很強的介入卻只運用在少數的受試者的身上，使效果在統計上不顯著；介入與欲改變的自我概念特定目標間未能相配合；沒有正確定義所使用的測量方法等方法學上的問題；並建議以內在回饋、歸因再訓練及自我對話的介入，乃未來最具自我概念提升潛力之策略。趙曉美(2010)建議在設計提升自我概念介入方案時，應審慎考慮：(1)介入策略的設計(如應依多層面階層結構加以規劃設計，先確立所要改變的部分，再據以設計內容，方易奏效)、(2)實施的方式(透過同儕間相互的回饋、須在團體中演練方易在生活中實踐、提供一個無威脅的團體氣氛、若為增加參與及發表的機會，團體人數則不宜過多)、(3)時間的安排(由於自我概念是相當穩定的特質，多數研究均建議應延長實驗課程實施的時間)等層面問題。

第二節 角色楷模之理論與相關研究

壹、範型力量大

Bandura 認為，人類的多數行為都是通過模仿而觀察學會，人們在實施任何行為之前，可以一種接近的形式向榜樣學習該如何做，以避免不必要的錯誤(引自周曉虹譯，1995: 19)，個人藉由觀察與自身能力或特質相似者的表現及其結果(無論結果成功與否)，不僅可作為個人評估自身能力的判斷參考，亦可取徑他人的完成經驗，作為個人完成任務的學習與激勵，進而提升其自我效能；Betz 與 Hackett(1986)將之應用於生涯上，認為自我效能乃指個人從事生涯抉擇任務或信心程度與效能感(引自林幸台，2007: 51)。

社會認知論將負的自我概念定義為一個降低自我價值的傾向，而將正的自我概念定義為一個人積極評價自己的傾向(引自周曉虹譯，1995: 131)，Bandura 認為，對行為產生強有利影響的正是行為主體對行為結果的期待性信念；人的信念、期待、意向、自我概念等認知因素往往強有力地支配並引導其行為；在「三元交互決定論」(即行為、個人與環境三者)系統中，強調思維或認知的處理過程構成行為的重要調節因素，如果思維能力「被誤用」，將成為個人痛苦主因(高春申，2001)；理情行為治療(REBT)假設我們的情緒主要來自我們的信念、評價、解釋，以及我們對生活情境的反應；Ellis 認為人是自我對話(self-talking)、自我評價(self-evaluation)和自我支持的(self-sustaining)(余鎮民等譯，2006)；主張

每個人天生就有朝向自我成長與自我實現的傾向，但人們卻因為慣於扭曲思考之傾向，及從所學得來的自我挫敗模式，妨害自我朝向成長邁進（Ellis & Dryden, 1997；Ellis & Tafrate, 1997）；Ellis 並以 ABC 模式（A 表引發事件；B 為信念；C 乃情緒的後果）作為概念化情緒失調和脫序行為的工具（陳逸群譯，2001）；REBT 以教導人們改變造成情緒困擾的非理性信念為核心（Ellis, 1998；Ellis & Dryden, 1997）；鼓勵當事人分辨非理性與理性信念（Ellis, 1994）。當信念正確且有架構時，人們會正確行動且逐步達成其生涯目標；反之，若信念不正確或基於有限制的信念，人們將會與其生涯目標產生衝突（施欣玫, 2006）。信念無好壞，但若受非理性信念、不適切信念等不當之負向性信念所牽制，則個人之發展就容易受到限制。Burns 指出自我認知系統會影響感覺走向，負向思考會導致不佳感受，故不正當信念就成了自我實現或自我挫敗的預言（Krumboltz, 1992）。Krumboltz 認為由於學習經驗與系統方法不足，會影響其所作出的生涯決定（林幸台，1987）。Erikson 認為，若青少年時期的自我概念明確，所追尋的方向受到肯定，則能建立正向的自我認同感，進而助益其後續階段的良性發展；反之，則易因生活缺乏目標、時感徬徨迷失，而陷入角色混淆的發展危機（引自李淑娟，1994: 84）；隨著認同危機的逐漸解決，個體須在所處環境中建立一種自身的連續性與同一性，這樣的自我概念才能有助於個體未來之正向發展（引自陳坤虎、雷庚玲、吳英璋, 2005）。

Merton(1957)指出，角色並非孤立，而是以「角色組」存

在。Allport(1961)認為，角色乃參與社會生活的一種結構性模式，是社會所期許於某個人在一團體中所要擔任的職位者；並認為，人們對同一角色的認定與行為可分角色期待、構想、接納與踐行四層面；郭為藩(1996)認為，一個人塑造自我形象，不僅用以肯定其角色人格身分地位，獲得別人的認同，且無形中影響其自我概念；個人長期旅行一個角色往往影響其人格而最終改變人格結構。

Super 認為，個人在不同發展階段，於家庭、社區、學校、工作場所四主要場所扮演包括：兒女、學生、休閒者、公民、工作者、配偶、父母、家長及退休者等角色，每個角色的重要性隨著個人生命的發展階段而有所不同（林幸台，2007）；要引導人生各階段的發展，必須促進個人能力與興趣的成熟，並協助個人發展自我概念，在個人與社會因素之間，及自我概念與現實之間的統合或妥協過程，透過角色扮演與回饋中學習（吳芝儀等譯，2005）。角色的學習與自我概念的形成都在社會化過程中進行；角色取代的現象是形成自我概念之主要關鍵，個人若缺乏正常角色的學習，其自我發展將始終停留在唯我中心階段；自我概念隨著角色踐行而可能繼續蛻變；自我概念決定角色的選擇、接受踐行的效果，而角色得行使又轉而改變自我概念，這是一個「反饋」的過程。當自我概念與角色期待相應合時，角色的行使必較為成功。接納角色是自我接納的一個條件，任何人惟有接納其角色，而後始能切實踐履其角色。角色行使是個人肯定其自我價值的重要途徑，只有在自我與角色調和下，個人才會有「自我

實現」的感受郭為藩(1996)。

于曉平(2006)針對高中數理資優女生施以角色楷模課程實驗之影響研究發現，導入優秀女性科學家經驗與女性主義等課程，對於高中數理資優女生具正向影響；而此亦有 Kerr 與 Robinson Kurpius(2004)提出以良師引導為主的 TARGETS 生涯介入方案結果可得證實。無論是良師典範或角色楷模概念，皆依 Bandura 所提之替代作用概念所衍生；Super 的生涯理論觀點強調，個人透過各階段生涯歷程，於家庭、學校、社區與工作場所各種生活空間中所扮演如子女、學生、休閒者、公民、配偶、家長、父母、工作者、退休者等角色機會乃形成生涯發展的構成面向(引自林幸台、田秀蘭，2010)。個人看待不同階段、不同角色的重要性，隨年齡與社會期望等消長；宋湘玲等人(1991)對角色所下之定義為：角色是社會團體期許某一特定類別的人所應表現的行為模式；多數學者將角色概念視為社會自我的部份，個人透過社會自我之角色期待，履行個人所認知之角色行為與期待；角色楷模是一種觀察學習，觀察他人而產生的模仿，會影響一個人的行為，也會影響人格(引自于曉，1994)。此知透過良師典範之引導，乃成個人之可學習之方向目標所在，是以，可見角色楷模的學習，有其重要功能與意義。

貳、重返認知學習的故鄉

Piaget 認為，認知是個人與環境交互作用的知識系統，包括基模與心理運作二部份(引自陳李綢，1999: 39)；認知乃

連續發展的過程，在此過程中，經驗的內容與變化刺激了新基模的形成，人們會不斷努力以達成自身心理結構認知與環境的平衡；Festinger 則認為，認知是經驗的組織與意義解釋的過程，包括：思想、態度、信念及對行為的知覺（引自郭靜晃，1994）；是些觀點與生涯發展大師 Super 認為探索活動經驗對於生涯成熟發展具重要意義的見解相仿。Super 認為，透過探索活動可促進個人對於自我及環境的了解與認知，助益其生涯成熟的發展；透過多方探索，可促使個人獲得豐富資訊，培養適當的興趣，形成適切的時間（因果）概念；而滿意的探索，可促使個人接觸到重要他人（良師、典範），藉由探索過程中所建立的成功經驗，不僅可培養個人的自主與內控性格，發展健全的自我概念及對未來的掌握，從而形成具前瞻性的時間概念，強化個人對未來的規劃與抉擇能力（引自林幸台，2007: pp.42-43）。

鄭麗玉(1993)對認知的下簡單定義為：知識的獲得與使用，涉及知識之貯存與記憶內容，及知識如何被使用或處理的歷程。皮亞傑認為影響認知發展有：成熟、經驗、社會傳遞及平衡作用四種因素。(1)成熟：由於年齡增長、個人生理變化、基因與環境作用，使個人的神經及內分泌系統產生變化，影響認知的發展。(2)經驗：個人透過成熟及經驗，而導致生理、身體與心理的變化。皮亞傑認為個人之身體動作發展在先，後發展心理動作，如此才能將身體動作轉化成思考活動。(3)社會傳遞：兒童在與他人交互作用中，被迫考慮別人對環境的觀點，並藉著語言能力的發展與人溝通，在社會

互動關係中，使兒童由自我中心的觀念轉換成非自我中心的觀念，並培養其道德認知及人際關係的價值觀念。(4)平衡作用：平衡是一種動態的、推展的自我適應歷程。由於個人認知結構與外界環境交互作用時產生不平衡，而試圖主動維持穩定狀態的一種同化及調適歷程，使個人學習動機與認知結構連結，以拓展個人認知結構，促進認知的發展。

叁、動轉認知障礙者學習的生機

林幸台(2007)認為，認知作用除在生涯決定歷程中扮演關鍵性角色，對於在生涯發展過程中因經歷種種阻礙與挫折而影響其生涯信念、生涯建構、自我概念及就業意願之身心障礙者而言更具有提升與重建意義（林幸台，2007: 58）。然對於受限認知發展者而言，如何協助其發展學習，以促進其自我概念與生涯發展便行重要；而投入研究認知發展遲緩之智能障礙者學習發展使促進個人之發展，想定更具深刻意義。

陳靜江(2003)認為，智能障礙者常出現有注意力不集中、注意廣度及無法持久等現象；並因注意力問題與缺乏組織及複習策略致易有短期記憶問題；因不擅組織複雜學習材料與有學習遷移上的困難；表達能力差致無法有效溝通；因不擅了解他人意思與情境變化致易生社會適應問題；由於長期經驗失敗致學習態度較被動、動機稍弱等心理與行為特性；建議每位智能障礙者因其障礙成因、程度、生活環境及接受教育或復健狀況不一，致其心理與行為特質亦有所差異，故須留意其個別差異。

林惠芬(2003)分析智能障礙者與學習有關的特徵有：(1)注意力：一個人對於所學習內容之注意程度影響學習成效，因此，學習成果與助益力有相當大關係。文獻指出，智能障礙者注意力集中時間(attention span)較短，較不容易集中注意力，以及選擇性注意能力(selection attention)較差。(2)介入策略：一般而言，成熟的學習者會以口頭練習、複誦、做標記、分類，用聯想或想像等方式處理有關之訊息。但有關研究指出，智能障礙者較一般人不會使用有效的技巧來組織訊息以作為日後之用(Spitz,1966)；同時，由於智能障礙者較傾向被動學習(Strichzrt & Gottlieb,1982)，故在使用介入策略上也有困難(Bray1979；Robinson & Robinson,1976)。(3)記憶力：智能障礙者於短期記憶上有困難，於長期記憶方面則和正常人相似(Belmont,1966)。Cohen(1982)指出，智能障礙者某些短期記憶上的困難與其不會使用介入策略有關。Baumeister 等人建議，透過指導智能障礙者如何以有組織、有計畫方式以處理訊息，則可改善他們的記憶力，該建議方法有：(1)遷移類化能力：智能障礙者在應用已有知識或技能到新情境的能力有缺陷(Stephens,1972)，尤其無法使用舊有經驗來形成規則以解決日後類似情形。(2)認知發展和抽象思考能力：智能障礙者從事須抽象思考或以抽象東西處理事務的能力相當有限(Stephens, 1972)，而此缺陷明顯與認知發展有關。一般認為智能障礙者之認知發展能力無法達到 Piaget 的形式運思期，即使已達成年階段，以具體操作時期之認知能力來操作事物之能力仍然有限(Polloway, Patton, Payne & Payne, 1989)，而中、重

度和極重度智能障礙者的認知能力則更有限(引自林惠芬，2003)。在訊息處理方面，智能障礙者的能力較一般人遲緩。文獻記載，智能障礙者在速度性工作(speeded tasks)如顏色命名、描述物體性質等均較同齡同儕反應慢(Kail, 1992)；智能障礙者大都認為其行為的結果，無論是正向或負向，均是由於命運、機運和超過其能力所能控制之因素所致，因而經常表現出以外在控制為主的行為。而此知覺與學習無助感很相似。智能障礙者在學習過程中由於經常面臨失敗，因而較易有預期失敗之感(Logan & Rose, 1982; MacMillan, 1982)。為了逃避這種不愉快的經驗，避免失敗情境發生，故對於自己會降低期望與標準(Zigler, 1973)，因而消極影響其學習動機與意願。智能障礙者可能因為對自己的能力不具信心及過去失敗經驗所致(Zigler, 1966)，通常依賴他人解決問題，故形成以外人為導向之學習型態。

因此，如何根據其學習特性，促進其學習動機，適時調整學習方法，引導其建立有效學習，並相形重要許多。

肆、探討觀察學習對自我概念與生涯發展之影響

Rogers 認為，自我概念乃個人對自己及其與相關環境關係的了解與看法，主要結構包括：個人對自己、與他人關係及環境關係的知覺與評價（車文博，2001）；Bandura 相信，來自自我評量之內在增強比由他人施予的外在增強更有影響力(引自 王文科、王智弘譯，2002)。Bandura 認為，人類的多數行為都是通過模仿而觀察學會，人們在實施任何行為之

前，可以一種接近的形式向榜樣學習該如何做，以避免不必要的錯誤(引自周曉虹譯， 1995: 19)，個人藉由觀察與自身能力或特質相似者的表現及其結果(無論結果成功與否)，不僅可作為個人評估自身能力的判斷參考，亦可取徑他人的完成經驗，作為個人完成任務的學習與激勵，進而提升其自我效能。而觀察學習之最大功能，應乃透過學習從模仿範型言行，經由認知作用，而自然建立個人行為，並且從中習得避免負向結果之功能意義；透過觀察者學習規則或原則後，能應用於示範情境以外的其他情境，受抽象示範之作用影響；抽象示範則包括觀察各種情境中的共同規則、從各種經驗中引出共同規則或原則、及運用這些規則與原則於新情境等三要項。Bandura 並認為，影響觀察學習的變項有注意、保留、製造、及動機等(王文科、王智弘譯， 2002)：

- 1.注意歷程，則應同時應留意示範事件與觀察者特質。
 - (1)示範事件(明顯度、情感值、複雜性、普及性、功能價值等)；
 - (2)觀察者特質(知覺能力、知覺心向、認知能力、激動層次、獲得的偏好等)。
- 2.保留歷程，受資訊取用與編輯及觀察者特質等因素影響：
 - (1)符號性編譯、認知的組織、認知的複誦、動作的複誦；
 - (2)觀察者特質(認知技能、認知結構)。
- 3.製造歷程，則受所觀察結果與回饋處理情形影響：
 - (1)認知表徵、動作的觀察、回饋的訊息、概念配對；
 - (2)觀察者特質(體能、因素次要技能)。
- 4.動機歷程，受內外誘因與觀察者因素所影響：

(1)外在誘因、感覺的、可觸知的、社會的、控制的、替代性誘因、自我誘因、可觸知的自我評價；

(2))觀察者特質(誘發性偏好、內在標準)。

Krumboltz 等人強調個人的性向、興趣、信念、價值與人格特質均可透過新的學習理論加以改變與拓展，個人也可藉與變動的環境互動而習得新經驗。故，每個人人生中獨特學習經驗所發展出之基本力量會影響個人的生涯決定（引自朱慧萍、饒夢霞，2000）。林幸台（2007）認為，在社會認知模式中，自我效能影響範圍及於興趣、目標的選擇、參與和表現之根源來自個人背景及整個情境，透過學習經驗的累積與先前實際表現回饋的觀點頗適用於身心障礙者；有諸多研究顯示，自我效能對生涯選擇有顯著影響，但又因自我效能受生涯探索行為、障礙程度、重要家長之介入決策等影響，身心障礙者除因身心障礙限制外，情境能否支持、有無適當的學習機會等，均成為影響其自我效能高低的重要因素，因此如何協助其獲致成功經驗，透過替代學習或口語回饋，調適障礙所帶來的困境、增進其對自我的評價，是順利開展其生涯之重要課題。

林幸台（2007）認為，生涯問題可由 Bandura 所提的自我效能預期（self-efficacy），亦即一個人對自己的能力及運用該能力將得到何種結果所持信心或把握程度加以解釋；個人對自己能否成功地達成任務的看法，是預測其行為的重要指標，實際的能力或既存的結果反而是次要狀態（Mitchell & Krumboltz,1996）。自我效能預期包括三個向度：（1）難度，指

個人對於任務所感受到的困難程度；(2) 強度，乃個人對於完成任務所具備的信心多寡；及(3) 推論性，個人預期成功的信念，能否由依情境或任務推論至其它 (Bandura, 1977)；林幸台 (2007) 認為，自我效能與結果預期等對於個人之行動、價值觀、興趣等皆扮演著相互影響之角色；「自我效能」是個人從事生涯抉擇任務或行為表現時之信心程度與效能感，指個人對自己是否有能力成功完成任務的信念，偏重能力問題；「結果預期」則是指個人表現某一特定行為後對其結果的期待，著重個人心像；正面的結果預期可促進個人於某方面之行動，此與個人價值觀有關；而興趣則影響未來從事活動的意圖或目標，並進而影響活動的選擇與參與，促成行為的表現；學習過程因著學習經驗的增加，將更進修正其之自我效能與結果預期，故興趣直接影響一個人的職業目標，進而與其所參與的活動及成就表現有關，而個人的自我效能與結果預期亦會影響個人興趣之發展。

研究者認為，身心障礙者早期因障礙所產生之多負向發展經驗，與面對當前多變時局所衍生之種種益加困難處境，或許亦可參考由 Baltes 等人所發表的「選擇、最佳化及代償」之 SOC 模式獲得因應啟示。該模式乃立基 Super 的「終身生涯」脈絡觀，提供一些決定特定脈絡方法，支持及提升對於成功發表之理解，可廣泛應用或符於特定領域之補救。此模式之基本論點在於選擇（人們發展出增益/損失的比例，以決定自己的行動計畫）、最佳化（目標將重點放在辨識及尋找增進個人生涯發展及工作表現的環境）及代償（目前尚無共識

性定義，涉及當一個人在技能與環境需求之間，存在者認知或客觀上的差距時，藉由投注更多時間或心力，利用潛在技能或培養新的技能，使行為的本質發生改變，而該改變可能朝向適應性達成或超過一般熟練的能力水準，也可能朝向不良的適應行為後果)；該理論指出，人們會傾向思考將議題與最佳化(如：投注精力與時間以取得職業技能或當面對困難目標時，效法某個成功的人等)及代償(如：擴大社交接觸面、投入更多心力與時間、培養新技能、尋求他人的協助等)作連結，最佳化的解決(作出選擇行為)就是提供一個最適合當前需要、應用資源以克服障礙的解決辦法；配合代償的選擇、最佳化的終身模式已被提議為一種普世的發展模式(Baltes & Baltes,1990；Marsiske et al.,1995)。另社會認知生涯發展理論鼓勵對於非預期事件的看重與經驗學習亦值得推廣。Krumboltz(1998)認為：每個人的生涯都深受許多無法預測事件的影響。計畫中的偶然模式目標，在於提供方法教導當事人製造、認知意外事件的機會，協助當事人學習製造及善用生涯當中的重要機會；透過鼓勵當事人討論過往的偶發事件，幫助當事人從自己的生命故事看見未規劃事件的正常，引導當事人相信其具備或建立採取因應未規劃事件，或能自其中獲益之行動計畫，強化當事人因應未規畫事件之勇氣，並培養處理因應未規畫事件的能力。相信該信念、勇氣與能力之養成，對於身心障礙者之生涯發展與復健歷程，或許將更具支持與重建意義。

第三節 學習團體之理論與相關研究

壹、試從人本主義觀點探看學習團體的功能意義

Rogers 的個人中心學派假設人是向上的、向善的，且人有解決問題的能力。人們傾向於朝向健康、積極和自我實現發展，因此能在領導者或催化員極少的協助下，找到自己的方向(洪有義，2010)。Rogers(1970)認為，人們透過密集的團體經驗以減輕他們的孤獨，鼓勵其成長、冒險及改變，並因而發生真實的人際關係。學習團體有如一學習的實驗室，其目標視領導者或成員之不同需要而有不同，但終極目的乃在促進成員個人成長。Rogers 強調領導者良好的人格特質而非領導技巧；團體氣氛開放而真誠、尊重與關懷，允許成員表達全部感受；成員在良好的治療氣氛下，感受到溫暖與接納，便會放棄他們的防衛性，朝向具有個人意義的目標努力，因而導致適宜、有益的行為改變(洪有義，2010)。由其發展之會心團體及依其理念所發展之相關團體運作方式，為學習團體之發展立下根基，朱甯興(1982)及林瑞欽(1993)皆將學習團體視為 T-Group，在國內通常以訓練團體、敏覺訓練、敏感性訓練、會心團體、人際關係訓練、同理心團體等名稱行之(林瑞欽，1993)。

洪有義(2010) 則將學習團體視為成長團體之發展支脈，認為，成長團體以小團體呈現，使成員在自由、安全的氛圍下彼此相互尊重與接納，坦誠交換解決問題的意見，或分享生活經驗，以促進個人成長，常見的成長團體有訓練團體、會

心團體、敏感度訓練團體及學習團體。並認為，學習團體 (learning group) 非源於單一理論，乃結合各種派別，吸收各種諮商理論的優點，如同會心團體一般，受到當事人中心治療理論、完形心理學、心理劇、團體動力及團體治療的影響。學習團體中的成員都是學習者的角色，在一種結構性不高的團體運作下，把握此時此地原則，學習如何學習，以增進自我了解，改善人際關係。學習團體乃強調以團體經驗為基礎的學習，經由團體成員彼此信任的發展與回饋，而去除情緒障礙，以促進個人之成長；Rogers 強調領導的態度重於技術，團體能提供具有明顯促進性的心理氣氛，成員便能自我了解，而改變他們的自我概念、態度與行為。領導者應具備真誠一致(尊重成員為獨立個體，與成員坦誠相對)、無條件積極地關切(以非批判的了解與回應成員)，及同理的了解(設身處地從成員的立場去體會成員的感受，準確反映給成員，以表達對成員充分的了解)等三項條件。

林瑞欽(1993)則認為，學習團體是一種密集性的小團體學習環境，參與者在人際互動的過程中，以成員經驗的分享和參與進行經驗性的學習，目的乃在增進自我的成長，精進人際關係的技巧，並了解團體動力的現象；強調學習如何學習，及把握此時此地的原則。回饋、自我表露、凝聚力、團體結構等，是團體過程中的重要變項。團體的領導者扮演的是團體成員學習經驗的催化員或協助者，主要乃在創造一有利於學習的氣氛，具有催化學習、保護成員免受傷害、平衡協助者/成員與專家之角色、引導團體朝目標前進及擔任必要之仲

裁者等特徵。

從中可知，團體領導者個人特質之重要性，具開放而真誠、尊重與關懷等特質，願意承認與接受成員解決自己問題的潛能，以使成員能充分探索自己的領導者特質，較能趨近學習團體對於領導者特質之期待，也認為如此之團體運作，較能促進團體成員之個人成長。

貳、銜接理論概念與執行面向間的距離

黃雪杏(1988)引 Kemp(1970)之概念認為，一般學習團體之目標有三：(1)發展行為的技巧、(2)發展個人對行為的後果有更好的知覺能力，並能從中學習、(3)發展對團體的功能及個人的價值與目標間之關係，有更清楚的了解。吳武典(2010)則從團體結構、成員素質、領袖素質、團體目標與互動方式等五面向分析影響團體效能的因素：

- 1.團體結構：在團體討論方面，小團體較大團體容易獲得參與的滿足，有名的「六六討論法」乃以六個人為一小組。
- 2.成員素質：有效能的團體成員特質為：合作的、勤奮的、理性的。而同質的團體通常也較有效能，若成員具有同樣或相近的價值、態度與興趣，則有助於形成穩定而持久的團體氣氛。
- 3.領袖素質：一個有效的領袖角色應是一個學習活動的組織者與指導者，言行影響著大家，自身能參與活動內容、與大家打成一片。
- 4.團體目標：團體有一致的目標，便容易取得團體成員的合作。

5.互動方式：合作性團體較競爭性團體更具效果，且對成員欲望滿足之程度亦高，團體成員間的親密友誼，能產生愉快的團體生活經驗，減少參與的束縛，增加溝通，因而增進團體效果。

趙曉美(2001)以Stangvik之自我概念多層面階層結構之驗證暨增進自我概念課程之實驗效果，彙整並歸納分析相關課程之實證效果，並對於相關課程內容設計等進行分析。趙曉美(2010)則更進以自我概念之發展與改變策略主題探討，分析相關實徵研究對於自我概念之影響，並據以提出建議；二者之觀點，雖皆同意自我概念須經長期養成，但亦肯定團體課程之介入效果。林瑞欽(1979)曾以國中女生為對象，進行敏感性訓練對其自我概念影響探討之實徵研究；研究對象乃以明倫國中20名學業最優國二女生為主，隨機分配於實驗與控制組中，每組各10人，並以國內李安德等人所譯訂的田納西自我概念量表為評量工具進行前後測；量表共有100個自我描述的句子，計分生理、道德倫理、心理、家庭、社交、自我認識、自我接受及自我行動等八個自我概念向度、一積極自我總分數及一自我批評或自我防衛分數。施測方式採團體施測，實驗組之敏感性訓練採結構性活動，每週一小時，共八次課程，自變項為敏感性訓練，依變相為受試者自我概念之表現情形，課程內容為：

第一次：透過空椅子遊戲進行相見歡，並說明團體目的與規則。

第二次：請受試者為自己重新命名，透過魔箱遊戲探討個人

能否接受打開魔箱後的改變。

第三次：身體感覺與肌肉鬆弛訓練，透過魔箱遊戲探討個人能否接受打開魔箱後的改變。

第四次：討論成員所提出參與敏感性訓練之目的問題探討，並以十天後將成為什麼樣的人進行主題探討。

第五次：人生畫像，用畫進行自我描述，邀請成員分享對畫的感覺，並請個人說明畫像的意義。

第六次：夢幻世界的旅遊活動。

第七次：盾形自我，請成員討論個人問題。

第八次：介紹自己、別人眼中的我、自我回顧與團體結束。

研究結果發現，敏感性訓練於自我概念的十方面均未達顯著差異。分析結果可能原因為：活動時間不夠、聚會間隔太久、受試者皆熟識、升學壓力影響、個別差異影響、文化差異影響及學業成就影響等。並針對受試者、實驗時間等提出建議：

1.受試者：

(1)綜合過去研究經驗發現，受試者參與訓練前平均較低自我實現層次之團體內在導向，自發性、超統性和親密交往方面較起初平均較高自我實現團體者顯著提升。

(2)性別不同或混合可能影響研究結果。

2.實驗時間：

(1)間隔時間可縮短。

(2)活動時間可延長為 1.5 小時；使活動之進行可有充裕時間。

(3)活動時間疑與學校各單位協調，避免被占用與干擾。

- 3.評量宜採多層次方法，不宜以單一測驗結果輕易推斷團體之成效。
- 4.受試樣本宜擴大。
- 5.宜減輕擔任催化員輔導教師之工作量，使有足夠從事研究心力。

林瑞欽認為，實驗結果雖顯示敏感性訓練對國中學生大多數自我概念無顯著差異，但自參與者之主觀心得報告中發現，該訓練之價值。

因此團體領導者於實務採行時如何落實學習團體之人本關懷、善化團體技巧、及留意自我概念之穩定性，改變通常需較長期，運作頻率、對於團體參與者特質之留意等，亦為團體成敗之重要關鍵，是為團體規劃時應留意事項。

研究者綜合第二節與本節內容發現，角色楷模學習有其深度意義，若能善用學習團體之功能應可提升並強化個人學習之目標，唯若考慮將之運用於類屬認知障礙者時，則應考慮認知障礙者之學習特性，善用引導技巧，以強化其學習效果。故 Bandura 於觀察學習內涵中所提之善用多元素材(故事、影片、圖片等)與情境方法等，留心結合觀察學習之學習歷程內涵，想便深具意義與功能在。

第三章 研究方法

本研究以6名設籍台北市18-45歲類屬認知障礙之輕度智能障礙者為主要研究對象，嘗試導入八名成功智能障礙者的生命故事於十次角色楷模學習團體進行實驗課程研究。透過運作田納西自我概念量表(成人版)前後測、團體課程觀察記錄、主題課程學習檢核與相關資料分析等，據以了解團體課程對於輕度智能障礙者自我概念的影響，進而了解團體課程對提升輕度智能障礙者自我概念之效益。

第一節 研究架構

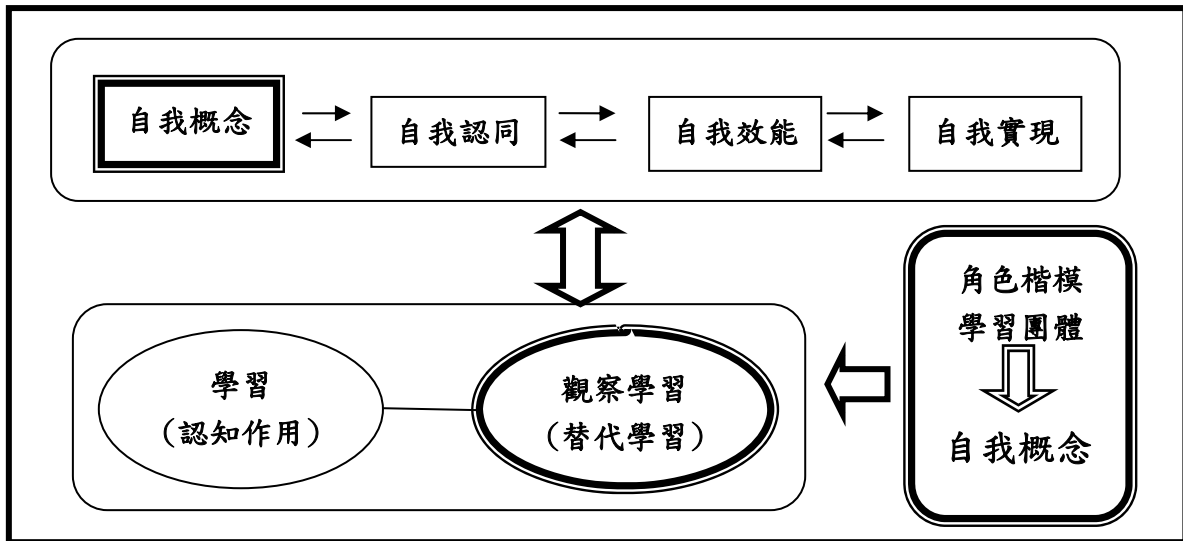
本研究旨在透過導入八名角色楷模生命敘說、自我概念與興趣主題探討及戲劇體驗活動等實驗團體課程內容之學習，藉由田納西自我概念量表(成人版)進行前後測、輔以課程觀察、主題課程學習檢核與相關資料，探討該實驗課程對輕度智能障礙者自我概念之影響。

針對本研究重點、所採理論觀點及研究方法設計等，分別以圖3-1-1、3-1-2、3-1-3說明研究構念、架構與流程等內容。

壹、研究構念

自我概念乃人格發展之基礎，亦是個人生涯發展的核心；與自我認同、自我效能、自我實現及學習（認知作用）間具攸關；Bandura認為，人類的多數行為都能通過模仿而觀察學會，研究者據此假設，角色楷模的學習對個人自我概念之形成應具重要影響。故，嘗試依據上述概念，製圖3-1-1以

說明：



自我概念	是人格發展與生涯發展之基礎；乃個人對自我形象與人格特質所持有的整合知覺與態度，為個人與社會互動交互關係中，所形成之自我知覺、態度與評價。
自我認同	隨著認同危機的解決，個體在所處環境建立一種自身的連續性與統一性，如此的自我概念才能有助於個體未來的正向發展。
自我效能	其根源來自個人背景與整個情境，透過學習經驗的累積及先前實際表現的回饋；屬於認知上的中介變項，對了解與預測生涯行為有相當的幫助。
自我實現	是一個人內在本性與潛能充分發揮的完美狀態，是人類終極價值之所在；生涯發展的最終目標都在實現個人的自我，而社會化過程中的點滴，都關係著個人的自我實現。
學習	有機體乃透過學習滿足需欲與順應變遷中環境的需求。
觀察學習	以示範作用（角色楷模）獲得行為及避免試誤。

圖 3-1-1 角色楷模學習團體對自我概念影響之研究構念圖

貳、研究架構

本研究旨在了解透過導入八名角色楷模生命敘說、自我

概念及興趣之主題探討與戲劇體驗活動等團體課程內容學習，藉由田納西自我概念量表(成人版)進行前後測、輔以課程觀察與相關主題課程檢核等資料分析，探討該實驗課程對輕度智能障礙者自我概念的影響。茲以圖 3-1-2 說明如下：

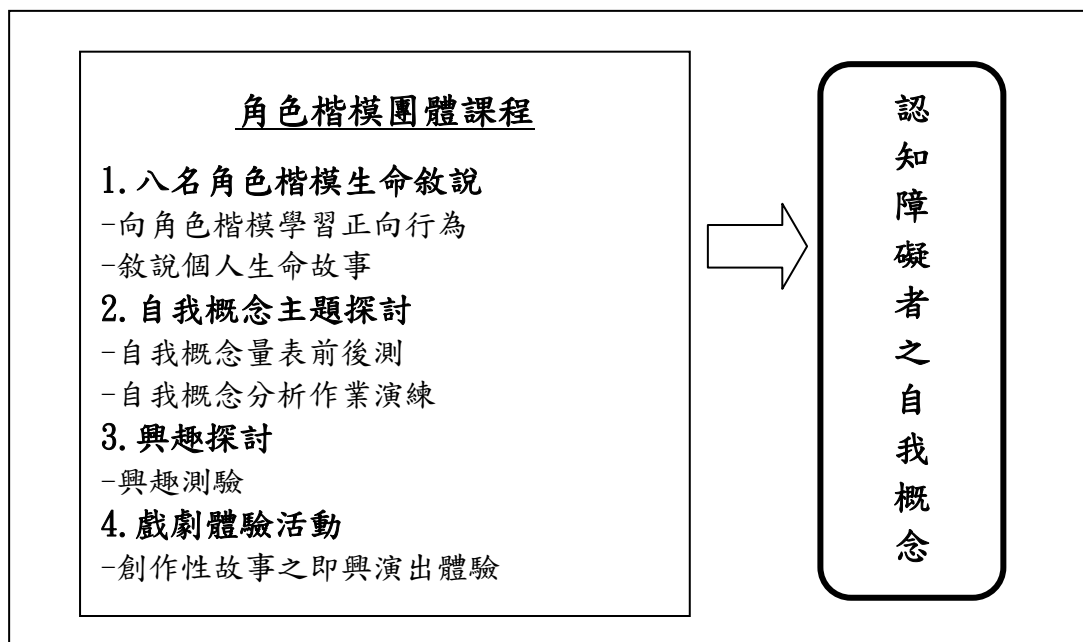


圖 3-1-2 研究架構分析圖

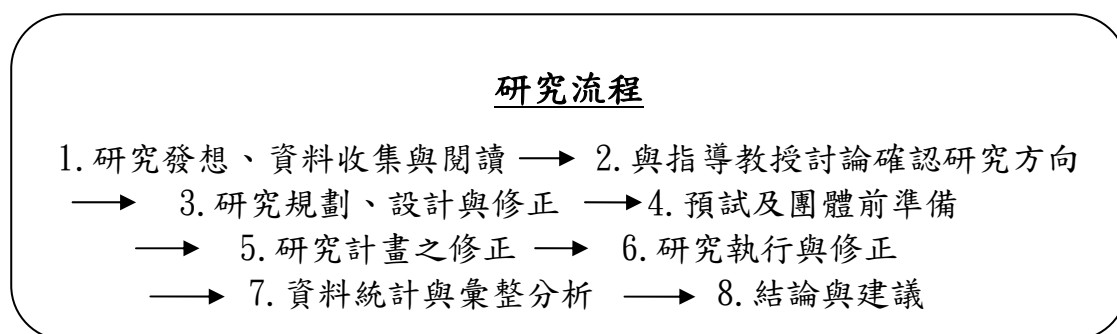


圖 3-1-3 研究流程圖

肆、研究方法

雖則自我概念須長時增進養成，通常非能透過短期性實驗團體成效即可扭轉既有認知，然，鑒於角色楷模之學習對於個人認知具正向啟發與促進作用，因此本研究擬導入團體課程實驗設計，透過對於研究參與者於團體內之反應觀察、學習檢核、滿意回饋及個人生命故事敘說等資料內容，比對田納西自我概念量表（成人版）前後測結果進行三角檢證分析，強化研究者對於研究參與者之參與實驗課程成效與對課程內容接受程度的了解。茲以圖 3-1-4 說明如下。

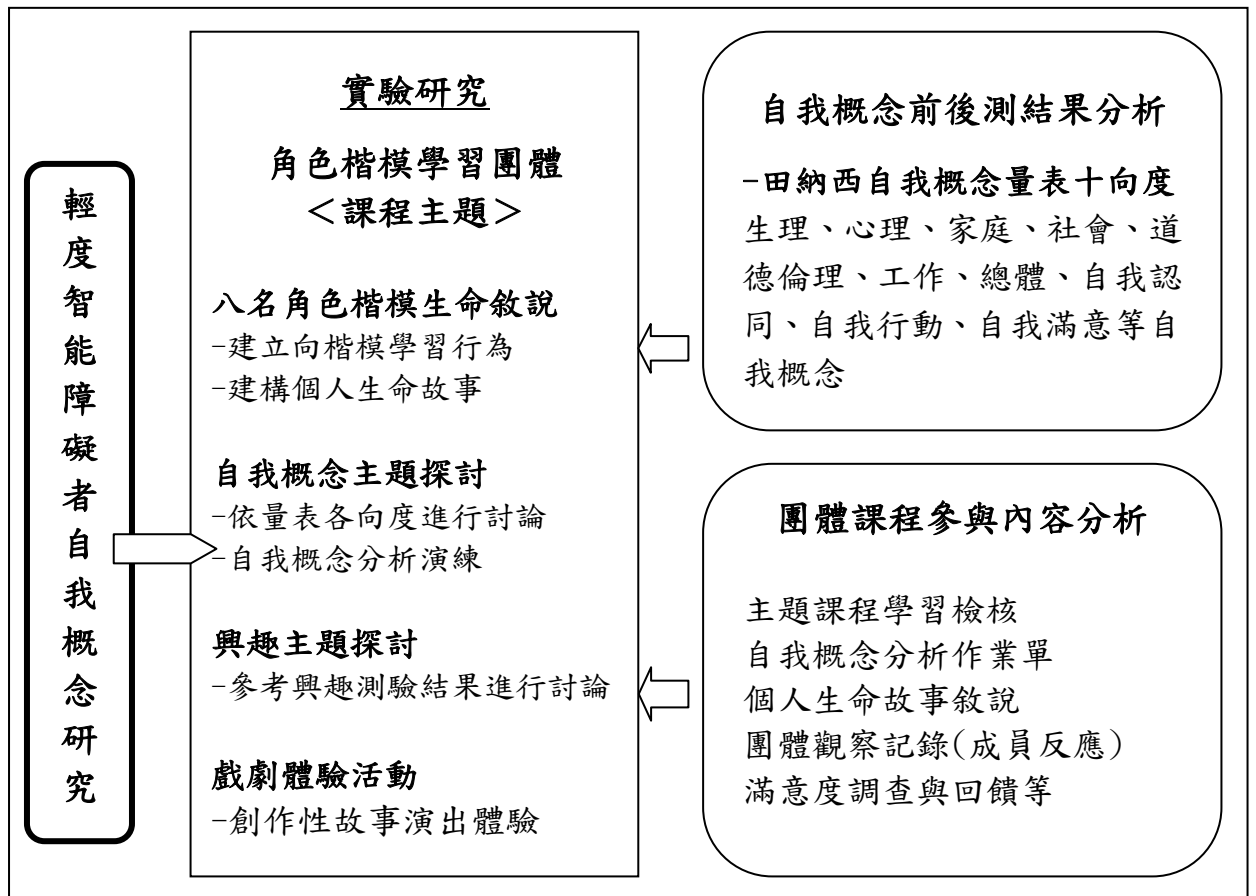


圖 3-1-4 研究方法分析圖

本研究採單一組前後測設計，規劃導入八名角色楷模生命敘說、自我概念及興趣主題探討與戲劇體驗等共計十次之角色楷模學習團體課程內容，透過田納西自我概念量表（成人版）進行前後測結果比對、輔以課程觀察、主題課程學習檢核與相關資料等分析，探討該實驗課程對輕度智能障礙者自我概念之影響。

(一)課程設計依據-理論觀點

人格心理學家視「自我」為人格發展的核心。Rogers 認為，自我（self）是人格形成、發展與改變的基礎，更是人格能否正常發展的重要標誌；每個人以其獨特的方式知覺世界，而產生對自己及其與相關環境關係之了解與看法，即為「自我概念」（引自陳文博，2001）。

Super 視「自我概念」為個人生涯發展的核心，認為個人一生所扮演的角色事實上都是自我概念的具體表現，工作滿意與生活滿意的程度，有賴個人能否在工作上、職場中，及生活型態上找到展現自我的機會；自我概念包括個人對自己的興趣、能力、價值觀念、人格特徵等方面之認識與認定，個人面對及完成發展任務的準備程度，即為生涯成熟的展現（引自林幸台，2007）。

Bandura 認為，人類的多數行為都是通過模仿而觀察學會，人們在實施任何行為之前，可以一種接近的形式向榜樣學習該如何做，以避免不必要的錯誤（引自周曉虹譯，1995），個人藉由觀察與自身能力或特質相似者的表現及其結果（無論結果成功與否），不僅可作為個人評估自身能力的判斷參考，

亦可取徑他人的完成經驗，作為個人完成任務的學習與激勵，進而提升其自我效能。

因此，本團體期能參酌社會認知論所持之「觀察學習」與「替代經驗」具「示範作用」觀點，強化個體透過探索活動的體驗、學習並豐富其成功經驗的建立，用於協助個體形成並建立正向的自我概念，適時援引認知行為改變技術以導正個體的負向自我概念及信念，助益個體人格與生涯的發展。

(二)課程設計依據-運作方法

本實驗課程乃參酌 Bandura 的觀察學習/替代經驗觀點所形成之角色楷模概念，嘗試導入八名於工作或社會表現堪稱傑出或值得嘉許學習，且與擬邀請研究參與者同屬智能障礙者之角色楷模生命故事，透過課程主題分享、討論、體驗活動等形式，依 Fitts 的多向度自我概念(生理、心理、倫理道德、家庭、社會、工作、自我總分、自我認同、自我滿意及自我行動等)內容，協助研究參與者進行個人自我概念之探索，課程活動安排參酌 Bandura 觀察學習四歷程(注意、保留、行為複製與觀察增強)概念，協助研究參與者學習並建立向楷模學習正向行為等方法進行團體運作。茲將本實驗團體課程所綜融之學理依據分析如表 3-1-1。

表 3-1-1 實驗課程運作綜融學理分析

主題	自我概念之了解與發展	學習成效之強化
方法	透過工具施測、角色楷模生命敘說、主題探討等、進行瞭解與發展	連結觀察學習四歷程以強化研究參與者之學習效果
學理	Fitts 多向度自我概念	Bandura 觀察學習四歷程
內容	生理： 個人對自己的身體、外貌與健康狀況的	一、注意歷程： 1.角色楷模生命激勵

看法。
心理：
個人對自我價值感、自我性格能力與他人關係的評估。
家庭：
個人對自己與家人關係的看法。
社會：
個人對自己與他人互動關係的看法。
道德倫理：
個人對自己道德觀的檢視。
工作：
個人對自己在工作場合表現的看法。
總體自我概念：
個人整體自我概念及自尊之高低。
自我認同：
個人對自己的基本認同度。
自我滿意：
個人對自我形象滿意與自我接受的程度。
自我行動：
個人對自己的行為，或對自己日常生活方式的看法。

2.賦能與探索體驗：
自我概念主題探索、
個人興趣探索、
戲劇體驗探索

↓

二、保留歷程：

- 1.多次複習、強化記憶、增益認知
- 2.多元體驗、深化練習、建立行為

↓

三、行為複製歷程：

- 1.建構個人生命敘說
- 2.學習角色楷模行為

↓

四、觀察增強歷程：

- 1.團體成員相互支持
 - 2.成功之探索經驗
 - 3.團體中之口語與實物鼓勵
 - 4.協助建立自我激勵與增強系統
-

(三)課程主題內容規劃重點

本實驗課程依角色楷模典範學習、自我概念探討、興趣探討、集體即興創作戲劇體驗活動、角色楷模深度探討、人人都是角色楷模等主題共計規劃十次課程主題內容，嘗試於活動中運用多元內容，協助研究參與者向角色楷模學習自我概念相關內容。

(四)課程目標

- 1.期透過八名角色楷模生命故事之敘說與介紹，引導團體成員進行自我概念及個人興趣之探索，從中學習並培養正向思考能力。
- 2.期成員於團體參與後，能建立 1-3 個於團體過程中向角色楷模所學習到的正向行為，並學會個人生命故事之建構。
- 3.期藉助團體動力、團體成員間所建立的自然支持，協助成員

之團體適應與學習。

(五)課程內容

1.敘說並介紹八名角色楷模生命故事，從中引導團體成員進行個人自我概念及個人興趣之探索，學習及練習實作角色楷模之正向行為，培養對於個人特質的正向觀感與生命經驗的正向思維力。茲將八名楷模之生命故事簡介表列如表 3-1-2。

表 3-1-2 角色楷模學習團體課程八角色楷模生命故事簡介

姓名	故事簡介
1. 盧蘇偉	第八屆熱愛生命獎章得主。到小學五年級才開始學會識字、國中讀了四年換了三所學校、勉強讀完高職電子科後，整整花了七年，考了五次才考上中央警察大學犯罪防治系。
2. 丁文彬	第三屆金鷹獎得主。智能障礙中度，接受職訓學一技之長、積極工作、擔任中心義工及終年無休協助社區居民倒垃圾。
3. 蘇玉恭	第四屆金鷹獎得主。智能障礙重度，笑臉迎人，工作認真、往來台南與高雄通勤工作、每天到過世母親牌位上香祭拜。
4. 湯萱君	第四屆金鷹獎得主。智能障礙中度，獲獎無數、手眼協調不佳卻贏得許多運動獎章。
5. 蘇平順	第七屆金鷹獎得主。智能障礙輕度，已婚、有妻小、打零工協助家計、擔任學校志工幫助學生與家長、化小愛為大愛。
6. 林春江	第九屆金鷹獎得主。智能障礙中度，堅持繪畫興趣與認真工作的小畫家，希望存錢買房子，把家人接來一起住。
7. 劉嘉尚	第十屆金鷹獎得主。智能障礙輕度，不受不如意工作之挫折、認真工作、高 EQ、樂於與人分享及謙虛學習。
8. 張煒生	第十一屆金鷹獎得主。智能障礙重度，通勤辛苦卻能規律準時出席、有工作後是家中經濟支柱，收入能負擔兩位妹妹的學費，並不再領低收入補助度日、工作認真及珍惜機會。

2.透過生命故事敘說、主題討論、戲劇體驗等活動內容，及藉由田納西自我概念量表與我喜歡做的事等測驗工具，協助團體成員進行個人自我概念及興趣之探索與釐清。茲將十次課程內容表列如表 3-1-3。

表 3-1-3 十次團體課程規劃內容

次	課程綱要
1	主題：相見歡與團體前測

	團體前測(田納西自我概念量表/成人版及我喜歡做的事興趣測驗)、相見歡(透過遊戲學習自我表達、促進人際互動)、簡介團體運作方式、共訂團體規範、簡介八位角色楷模生命故事、學習何完成個人的生命故事家庭作業等
2、3	主題：角色楷模典範學習（一）（二） 分享(及複習)4名角色楷模生命故事與學習、引導參與者依：生理/心理/道德倫理/家庭/社會及工作等方向進行討論，學習從角色楷模故事內容建立自我概念觀、設立個人向當次角色楷模的正向學習行為、分享團體參與心得與建議、滿意度調查
4	主題：興趣探討 分享個人的興趣、從8名角色楷模身上探看其興趣啟發、從興趣測驗結果對照個人興趣之發展、從他人經驗學習、分享團體參與心得與建議、滿意度調查
5	主題：自我概念探討 引導成員分享個人的生命故事、依生理/工作/社會/心理/家庭/倫理道德六面向複習8名角色楷模之生命故事與心得，並陪同成員探討個人自我概念面向及施測結果、分享向楷模學習正向行為的心得、設立個人向角色楷模的正向學習行為
6、8	主題：集體即興創作戲劇體驗活動（一）（二） 由專業老師透過熱身/說故事/半即興演出/演出後討論等過程引導成員進行戲劇體驗活動、分享團體參與心得與建議、滿意度調查
7	主題：角色楷模深度探討 深度欣賞與討論「盧蘇偉」楷模之生命故事、引導團體成員建構個人生命故事、設立個人向角色楷模的正向學習行為
9	主題：人人都是角色楷模 複習8名角色楷模之特色、興趣及自我概念二主題內容與心得、請成員分享個人之生命故事與期待、檢驗個人所設立之向角色楷模學習的正向行為總執行與學習心得，並與他人交流
10	主題：團體課程總復習及後測 複習並分享2次戲劇體驗課程之參與心得、請成員相互就個人對於其他成員於三主題之表現分享心得、建議與鼓勵、分享團體總參與心得與建議、總團體課程之滿意度調查、田納西自我概念量表（成人版）團體後測

(六)執行方式

為考量智能障礙者抽象思考能力較有限、注意力持續度較短、具外導性解決問題傾向、記憶力偏短期、遷移類化能力較弱等學習特性，及為降低損耗、歷史、成熟等內部效度影響程度，本實驗課程將採偏密集、雖長時(連續三週，五全日)但內容多元方式執行。

三、內部效度威脅的處理

評估實驗研究中內部效度威脅的可能性，研究者除力求將研究的情境標準化、汲取更多研究對象及相關研究細節資料以使威脅最小化外，另針對單一組前後測設計易發生之效度威脅因素採行因應如下：

(一)損耗

為期三週之團體運作，提供溫暖與鼓勵情境，期避免研究對象之損耗。

(二)地點

確定於國立臺灣師範大學博愛樓之教室執行團體課程，應能提供參與者溫暖、受支持、有安全感、避免受干擾之情境。

(三)測驗

採標準化測驗工具、以同一施測者執行施測，維持施測信度、前後測時間超過 2 週以上，力求能避免影響施測信效度因素。

(四)歷史

透過團體分享，留意有無可堪影響參與者思考之事件。

(五)成熟

實驗期間控制於一個月內，成熟威脅因素應不大。

(六)態度

研究者會力求留意個人於團體中對成員關注之一致性，避免影響參與者之態度反應。

(七)研究執行

由研究者擔任前後測施測者、主要團體帶領與觀察者，採單組設計進行，應可避免執行效度威脅；研究者並主動建立起

與研究參與者之重要他人，及刻正提供研究參與者服務或目前以智能障礙者為主要服務對象工作者之適時聯繫與必要支持提供，以期建立將相關研究執行之可能障礙降至最低；另為避免研究者進行個人研究所可能產生的偏誤，研究者另邀請三名已於台灣師範大學復健諮商所畢業之學長一起參與研究者於資料分析內容上之檢核工作，以利可達多元檢正之方向目標。

四、研究倫理

(一)知後同意

為顧及研究參與者權益，研究前將先說明研究相關計畫內容，邀請參與者加入研究，並於參與研究前，委請研究者先簽署參與研究同意書。

(二)個案資料保密

對於研就參與者參與研究過程之相關個人資料，本於倫理將力為保密，並將於團體進行時，強化尊重個人隱私、保密之重要，除委請研究參與者簽署團體規範書，並將調查研究參與者接受攝影之意願，倘有反對意見，過程即不予錄音、攝影，相關書面資料並須經研究參與者同意方能公開，以求力保個案隱私之保密原則。

(三)尊重研究參與者之參與自由

研究者對於研究參與者拒絕或因故未能繼續參與及隨時想退出研究之意願將給予尊重。

第二節 研究參與者

Super 的生涯發展認為，18-21 歲屬第二階段探索期的過渡期，該階段乃個人完成對自我概念及工作世界的認知、職業偏好的具體化等任務後，進入重視現實考量、企圖實現自我概念的職業偏好特殊化與實現職業偏好期；而由 25 歲進入尋獲適當職業起至 44 歲逐步穩定工作止，則為生涯發展階段的建立期。此知，倘依據 Super 生涯發展的階段分野，一般人的生涯發展應於 14 歲前完成自我概念的發展，於 21 歲前企圖實現自我概念，後續並據以完成探索、建立、維續、衰退等各階段所應發展的任務(參考林幸台，1997：88)；故知，15-45 歲，實乃個人進行生涯探索與建立及實現自我概念的關鍵時期。

本研究為顧及研究參與者學習特性之同質，並考量團體運作執行成效評估，擬邀請 4-6 名 18-45 歲領有手冊類屬認知障礙之輕度智能障礙者參與實驗課程研究。依據台北市政府社會局網站所公布的資料發現，截至 101 年 4 月底止，輕度智能障礙人口數為 3,168 人(占總智能障礙人數 39.1%)，其中 18-45 歲者有 1,885 人(占該年齡區間之總智能障礙者數 4,952 人之比率為 38.06%)；雖則智能障礙者占所有障礙者比例不高，然 18-45 歲輕度智能障礙者數卻於總智能障礙者數占有相當比例，對照 Super 生涯發展階段的任務內容，分析該階段乃屬個人投入就業職場進行探索與建立之黃金期，對於個人生涯發展具重要參照意義，故，本研究以該年齡區間之輕度智能障礙族群作為研究對象，諒應深具研究價值與意義。茲將

參與本實驗團體課程研究之參與者相關背景資料，簡介表列如表 3-2-1。

表 3-2-1 團體課程研究參與者之相關背景資料簡述

姓名	個人資料簡介
大慈	現年 25 歲，專科時就讀幼保科，畢業後賦閒在家年餘，後經職評建議安置於台北市某庇護職場擔任製作助理迄今逾三年。從小與父母分住，由祖母帶大，直至國中方返原生家庭與家人共住，從未接受特殊教育，但求學歷程因學習較同儕慢而缺乏自信。近來因與家人意見多分歧，及遇有未能突破工作技能精進的挫折感，而對個人的工作、家庭關係與生涯發展感到茫然。
大喜	現年 29 歲，高職時就讀綜合職能科，目前於某大學推廣中心擔任清潔員工作迄今近二年，總工作年資逾 7 年，過去曾有超商門市助理及速食店餐飲助理工作經驗，但因求學階段與過去就業經驗多負向，故較缺乏自信。
大仁	現年 18 歲，高職時就讀綜合職能科，目前於某汽車工廠從事洗擦車員工作迄今約 10 個月，個性樂觀，多時甚受上司與同儕歡迎。唯偶爾會因衝動控制困難致忽略工作細節與規範，影響職場人際關係與個人工作執行自信。
大勇	現年 19 歲，高職時就讀綜合職能科，目前待業中。就讀小學與國中時皆曾發生因課業程度不及同儕而遭排擠之負向經驗，凡事並多以聽從家人意見為主要參考，且因部份人際退縮而鮮少與他人外出，偏好家庭活動。個人有明確生活興趣，但對於如何轉化成個人職業與生涯發展方向則顯茫然。
大智	現年 26 歲，高職時就讀綜合職能科，因久未能媒合到個人所期待之行政助理職類工作，決定屈就某超商門市清潔助理人員一職，迄今約 9 個月；個性因長期就業不順遂而顯退縮，對於個人之生涯發展有感茫然。
大行	現年 43 歲，父親為某大專退休教師，小學時接受一般教育，但因學習嚴重落後同儕，五年級時曾重讀一年，國中時則接受學校老師建議就讀益智班。目前經職評建議安置台北市某庇護職場擔任廠務及門市助理迄今逾三年，平時與父親共同分擔照顧行動不便母親之生活起居，少有休閒活動，除家人、鄰居與目前庇護職場同事鮮少與他人互動，因此對於個人之人際社交能力較乏自信。

第三節 研究工具

鑒於「自我概念」的形成受認知作用所影響，對於受制成熟、經驗、社會傳遞與平衡作用等因素影響其認知發展的身心障礙者而言，除研究者本身對於輕度智能障礙者認知學習的特性應有所了解外，對於施測工具的選擇與研究執行，

更應顧及研究參與者對於測驗題意及課程內容的理解度，方能落實研究目的，並針對研究結果進行有效分析與探討。以下分別就研究者、所選施測工具、預試結果及擬採行施測方式等進行說明。

壹、研究者

研究者(施測者及實驗團體課程主要領導者)從事身心障礙服務計 18 年，其中以心智障礙者為主之服務年資超過 10 年，具相關服務與研究專業學習素養，曾辦理及帶領多場身心障礙者成長團體課程經驗，今彙整相關資歷內容如表 3-3-1 說明。

表 3-3-1 研究者之研究專業相關簡歷

主題	內容
服務身心障礙者相關工作資歷	1.以心智障礙者為主，從事成人及早療教保服務約 5 年；另具支持性與庇護性就業服務資歷約 5 年。 2.以視覺障礙者為主，從事就業準備與穩定就業服務約 3 年。 3.服務對象不分障別，從事職業重建個案管理工作逾 5 年。
服務相關專業進修養成	1.接受特殊教育知能研習 60 小時、員工協助方案專業人員訓練 48 小時、教保員初級及進階訓練共計 340 小時。 2.曾接受就業服務員初級及進階訓練計 57 小時、職業重建個案管理員訓練 36 小時及就業服務督導訓練 69 小時。 3.曾接受職業輔導評量員初級及進階訓練計 336 小時； 更進接受：田納西自我概念量表、職業興趣量表、生涯興趣量表、職業興趣組合卡、影像式職業興趣量表、工作氣質測驗、愛德華個人偏好量表、工作價值觀量表、青年生活適應量表、健康/性格/習慣量表等單測驗工具施測精進研習。
就讀研究所期間曾修學相關專業	1.曾修學：身心障礙者心理輔導專題研究、身心障礙者生涯諮商與就業安置、身心障礙醫療/心理與社會觀、身心障礙者生涯發展與轉銜專題研究、諮商理論專題研究、職業輔導評量專題研究及身心障礙者生涯輔導等生涯諮商與輔導與施測相關專業，建立並具備基礎知識涵養。 2.已修學：行為科學研究法、高等教育統計學、質性研究設計與實施等研究相關學科專業，具備基礎知識及研究執行倫理概念。
團體課程執	1.93-95 年間，以視障者為對象，規劃辦理三職前準備團體

行經驗	課程，並擔任該三團體課程協同帶領者，共計執行 32 次；另曾規劃辦理二就業知能講座課程，共計執行 20 次。 2.99 年修習復建諮商實習學分，於陽光汽車美容中心及心路基金會新北市職業重建中心，以心智障礙者為對象，規劃辦理三就業適應團體課程，並擔任該三團體課程帶領者，共計執行 18 次。
-----	---

貳、施測工具

本研究所採行之研究工具包括：擬作為比對評估角色楷模學習團體對於參與者自我概念影響成效之田納西自我概念量表(成人版)、用以協助了解研究參與者個人興趣之我喜歡做的事測驗工具及實驗研究執行過程中之各式觀察紀錄、學習檢核、意見回饋與個人生命敘說等質性資料記錄內容等。茲分說如下：

一、田納西自我概念量表(成人版)【TSCS：2】：

(一)原版測驗發展

Fitts 和田納西心理衛生部門於 1955 年開始田納西自我概念量表之發展工作，1965 年量表正式發行後，進行大量研究檢驗不同群體的反應，Fitts 和同事回顧系列論文，將摘要和千篇與此測驗相關之研究文獻放在 1988 年的田納西自我概念量表中，該版量表除原始題目及原始計分方式被保留，另加入少數研究分數；為重新發展田納西自我概念量表(TSCS：2)，乃將最近此測驗進行的研究、使用者的意見回饋、及心理衡鑑的一些重大改革都納入考量，於使用三組資料驗證後，最後進行新(82 題)舊(100 題)測驗題組得分相關分析，結果發現新較舊題組之再測信度與內部一致性高，加入一個學業/工作自我概念量尺，在得分的解釋說明上加以改進和擴充，參

考文獻隨之更新（引自林幸台、張小鳳、陳美光，2004）。

(二)國內修訂與授權應用

國內最早由李安德教授譯為中文作為諮商之用；民國 66 年後，有王振德、陳英豪、吳金香、盧欽銘及林邦傑等人修訂田納西自我概念量表為中文版；其中以林邦傑之修訂版受採用為研究工具的次數最多，量表版本 70 題，包括十個變項，適用於國中(12 歲以上)學生（引自林幸台、張小鳳、陳美光，2004）。測驗出版社於 1999 年取得田納西自我概念量表 (TSCS：2) 授權後，即由林幸台、張小鳳、陳美光等人著手進行翻譯、全省測試、信效度研究、建立本土常模等相關工作，直至 2000 年年底完成相關作業後，提供台灣地區使用。

(三)測驗內容

目前發行之成人版本題項共計 82 題，題目皆為自我描述句，受試以「完全不符合」、「大部分不符合」、「部分符合」、「大部分符合」及「完全符合」等五種反應類別來描繪個人的自我圖像。成人版(A 版)適用於具國中以上教育程度 18-49 歲成人；成人、大專學生各有不同的 T 分數對照剖面圖。

(四)施測方式

可以團體或個別施測，成人版受試至少須有小學三年級(約十歲)以上閱讀程度，在施測前應確定其了解指導語及量表前幾個題目，對有閱讀障礙的受試，可唸出其不了解的題目，並提供中性的說明-只說明題目的意思而非解釋題目；不鼓勵受試在任何一題目上花過長時間考慮，施測無時間限制，一般約需 20-30 分鐘；為顧及重測信度，兩次施測須間隔 1-2 週

以上為宜。

(五)計分方式

計分可使用手算(美國版)、電腦或透過測驗出版社代為處理。

(六)所得分數

所得分數包括：

1. 四個效度分數（檢查反應偏向用）：不一致反應（INC）、自我批評（SC）、故意表現好（FG）和極端分數（RD）。
2. 二個摘要分數：自我總分（TOT）和衝突分數（CON）。
3. 六個自我概念量尺：生理（PHY）、道德倫理（MOR）、心理（PER）、家庭（FAM）、社會（SOC）和工作（ACA）自我概念。
4. 三個補充分數（綜合量表中的基本題目，以反映測驗中原本的理論目的）：自我認同（IDN）、自我滿意（SAT）和自我行動（BHV）。

(七)結果解釋與應用

1.生理自我概念（PHY）

代表受試者對自己身體、健康狀況、外貌、技能和性方面的看法。生理自我的分數高（ $\geq 60T$ ）顯示對自己的外貌和健康狀況抱持正向看法。低生理自我得分（ $\leq 40T$ ）代表受試對自己的身體感到不滿意。

2.道德倫理自我概念（MOR）

從道德/倫理觀點自我描述，檢查自己的道德觀，對成人而言，包含對宗教信仰或缺乏信仰的滿意程度；此量尺得分

高（ $\geq 60T$ ）通常對其行為感到滿意，個人理想的道德觀和實際道德行為間並未經驗任何嚴重的衝突。此量尺得分低（ $\leq 40T$ ）或非常低（ $\leq 30T$ ）代表察覺自己的行為過於衝動，常無法符合對自己的道德期望，可能在衝動控制上有實際困難，或者反映出對自己或重要他人所抱持的道德標準過高。

3.心理自我概念（PER）

反映出自我價值感、個人的勝任感、及對自己性格或與他人關係的自我評估。心理自我的分數高（ $\geq 60T$ ），而在另一自我概念量尺上得分卻不高時，顯示低分的自我概念領域可能對他來說比較不重要。低心理自我分數（ $\leq 40T$ ）可能是受試自我概念不穩定所致，在自我定義和自我評估時，特別容易受當時所處的環境、他人的意見和行為所影響，尤其自我認同和自我總分也很低時，這樣的人也許會避開需冒險的情境和各種挑戰。

4.家庭自我概念（FAM）

反映對身為家中一份子，所感受到的勝任感及價值感，代表受試者目前對自己與周遭家人間關係的看法。高家庭自我分數者（ $\geq 60T$ ）對與家庭成員間關係感到滿意，覺得在家中得到了支持和照顧。若家庭自我得分低（ $\leq 40T$ ），則顯示在家庭中有疏離感或感到失望。

5.社會自我概念（SOC）

反映一般情形下自己與他人的互動中自我的勝任感與價值感。社會自我得分高（ $\geq 60T$ ），代表自己和別人都認為此人友善、容易相處，而且活潑外向。低社會自我得分（ $\leq 40T$ ）

代表自認缺乏社交技巧，顯示人際關係可能較差，也許在實際社交行為表現笨拙，或對社會互動抱有不切實際或過高的期望，覺得被孤立，但對於參與社交活動改善困境，又常猶豫不決。

6.工作自我概念（ACA）

評量受試者對自己在工作場合的表現抱持何種看法，及認為在這些場合中，他人如何看待自己的表現。工作自我得分高（ $\geq 60T$ ）通常對工作情況有自信，認為自己勝任愉快。低工作自我得分（ $\leq 40T$ ）認為在工作中的表現不佳，可能是實際表現水準較差，或對自己表現設定過高的期望。

7.自我總分（TOT）

反映出個人的整體自我概念以及自尊之高低。高自我總分（ $\geq 60T$ ）傾向於認為自己有能力、喜歡自己，感覺自己有價值、對自己有信心，同時根據這些感覺來從事各種行動。低自我總分者對自我價值感到懷疑，這不一定意味他們不喜歡自己，也許認為自己不受人喜愛，對自我的描述小心而保守，不太誇耀自己的長處，常感覺焦慮、憂鬱，較缺乏自信。

8.自我認同（IDN）

用來描述對自己的基本認同。若自我認同高於 50T 且顯著高於自我滿意的分數，代表期待改變，對自我的觀點有助於忍受過渡期所需面對的挑戰，進一步探討受試在追求改變上所擁有的潛能與智慧。若自我認同高於 50T 但自我總分低，顯示自我觀點夠穩固，足以因應低自我總分的壓力與改變。當自我認同和自我總分都低時，自我的觀點可能很容易受到

情境因素、他人反應與意見的影響。

9.自我滿意 (STA)

用來描述對個人自我形象的滿意程度，反映自我接受的程度。當自我滿意高於 60T 時，顯示在自我概念較差的領域中可能沒有動機去尋求改變。如果自我滿意分數高而自我總分低，受試可能對未來前景抱持宿命，也可能是自我防衛的表現，需先探討原因。

10.自我行動 (BHV)

用來測量個人對自己的行為，或對自己日常生活方式的看法。當自我行動低於 40T，而自我認同與自我滿意高於 60T 時，顯示很可能有衝動控制方面的問題，無法有效地掌控自己，同時在家庭自我和道德倫理自我上也可能偏低。

二、我喜歡做的事

(一)工具簡介

「我喜歡做的事」是民國 73 年行政院勞工委員會職業訓練局委託中國測驗學會修訂的一份興趣量表，主要用途是據以瞭解我國國中程度以上學生及成人的職業興趣。該量表以美國勞工部就業服務處所編製的 USES-Interest Inventory 為藍本，根據我國國情及時代需求，經過兩次預試及修訂後保留原量表 162 題中之 84 題，另加上 84 題，共含 168 個有職業活動的文句敘述。由受試者須依「喜歡」、「？」、「不喜歡」三點量尺判斷自己對各種活動喜歡的程度。施測簡單，作答無時間限制，約 20 分鐘可以完成作答。結果可反應受試者在：

「藝術」、「科學」、「動植物」、「保全」、「機械」、「工業生產」、「企業事務」、「銷售」、「個人服務」、「社會福利」、「領導」、「體能表演」等十二方面的分數，並可以參考百分等級，T分數常模及繪製興趣側面圖，以便對受試者的興趣作更多角度的分析與了解。

(二)計分方式

該量表備有人工計分及電腦計分兩種答案紙；答「喜歡」，者得一分，其餘不給分，各興趣範圍分別計分，由於每一興趣範圍都有 14 題，故最高為 14 分，最低 0 分。

(三)測驗內容

根據 168 個項目的回答，可以算出受試者對 12 個興趣範圍的喜歡程度，12 個興趣範圍分述如下：

1.藝術

具有此種興趣的人喜歡以創造性的方式來表達感受及意念。

2.科學

具有此種興趣的人喜歡發現、收集及分析自然界的事物，並且將科學研究的結果應用以解決醫學、生命科學及自然科學的問題。

3.動植物

具有此種興趣的人喜歡做農、林、畜牧、漁撈、狩獵等與動物及植物有關的事情。

4.保全

具有此種興趣的人喜歡為人保護生命及財產。

5.機械

具有此種興趣的人喜歡使用機器、手、工具及有關技術、把機械原理應用於日常生活中。

6.工業生產

具有此種興趣的人喜歡在工廠中做重覆、具體而有組織的工作。

7.企業事務

具有此種興趣的人喜歡做非常具體、組織化、需要注意細節及精確性的工作。

8.銷售

具有此種興趣的人喜歡用個人說服的方法及銷售的技術讓別人聽從自己的意見。

9.個人服務

具有此種興趣的人喜歡依別人的個別需要及期望以提供照顧性的服務。

10. 社會福利

具有此種興趣的人喜歡幫助人解決心理、精神、社會、生理及職業上的困難。

11. 領導

具有此種興趣的人喜歡用高等語文及數理能力來影響別人。

12. 體能表演

具有此種興趣的人喜歡在觀眾前面表演體能活動。

三、團體過程中使用各式觀察記錄、學習檢核等表單內容

研究者因應實驗課程設計多種表單資料內容，作為收集研究參與者參與與學習成效之檢核參考，以利後續與測驗工具施測結果，進行多元資料三角檢證分析，強化研究者對於研究參與者之參與實驗課程學習成效與對課程內容接受程度的了解。茲將各項表格設計擬用時機製表 3-3-2 說明如下。

表 3-3-2 團體課程表格設計與擬用時機

序	表單名稱	擬用時機	課程內容主題說明
1	團體規範書	第 1 次課程	相見歡
2	團體攝影同意書	第 1 次課程	相見歡
3	團體課程觀察記錄單	第 1-10 次課程	每次課程觀察使用
4	團體參與自我檢核與滿意度調查表	第 2.4.6.8 次課程	每全日團體二次課程結束之檢核調查
5	角色楷模主題課程學習自我檢核表	第 3 次課程	第 2.3 次角色楷模學習課程
6	個人興趣主題課程學習自我檢核表	第 4 次課程	個人興趣探討課程
7	自我概念主題課程學習自我檢核表	第 5 次課程	自我概念探討課程
8	自我概念分析作業單	第 5 次課程	自我概念探討課程
9	戲劇體驗主題課程學習自我檢核表	第 8 次課程	第 6.8 次戲劇體驗課程
10	楷模深度探討及人人是楷模主題課程學習自我檢核表	第 9 次課程	第 7.9 次課程楷模深度探討及人人是楷模課程
11	敘寫我的生命故事	第 9 次課程	人人是楷模課程分享
12	滿意度調查暨團體回饋單	第 10 次課程	團體課程總結束時

(一) 團體規範書

用於第 1 次課程時，透過團體規範書之內容與簽署，建立團體成員的團體共同意識與規範概念。

(二) 團體攝影同意書

用於第 1 次課程時，透過同意書徵詢團體成員對於錄影、拍照等事之意願，並形成決議，作為後續執行研究時之應遵倫理守則。

(三) 團體課程觀察記錄單

用於每次團體運作時之觀察，由研究者針對當次團體課程進行時之成員心情、參與情形及特殊事件等進行觀察與記錄，以作為修正團體運作及後續進行團體成員學習歷程分析時之參考。

(四) 團體參與自我檢核與滿意度調查表

用於第 2.4.6.8 次課程結束時，邀請團體成員針對當日二次課程之學習心得、滿意程度與建議進行抒發，助益研究者即時掌握並酌予修正，使能適時協助成員的適應，以利後續課程之順利執行。

(五) 角色楷模主題課程學習自我檢核表

用於第 3 次課程時，邀請團體成員針對二次角色楷模主題課程內容進行檢核，助益研究者了解團體成員對於楷模故事的喜歡、感動及擬學習行為方向等內容的學習概況，並作為後續進行資料分析與探討學習影響時之參考。

(六) 個人興趣主題課程學習自我檢核表

用於第 4 次課程時，邀請團體成員針對興趣探討主題課程內容進行檢核，助益研究者了解團體成員於該課程對於協助成員興趣釐清的效果與學習心得，作為後續進行資料分析與探討學習影響的參考。

(七) 自我概念主題課程學習自我檢核表

用於第 5 次課程時，邀請團體成員針對自我概念探討主題課程內容進行檢核，助益研究者了解團體成員於該主題課程對於協助成員進行自我概念分析之效果與學習心得與學習

概況，作為後續進行資料分析與探討學習影響時之參考。

(八) 自我概念分析作業單

用於第 5 次課程時，由研究者先以四位角色楷模故事，依自我概念十向度內容進行分析演練，建立成員對於自我概念分析的基礎，後邀請團體成員針對個人自我概念進行分析探討，期能因而提升成員對於個人自我概念分析的認知程度，助益研究者了解成員學習概況，並作為後續進行資料分析與探討學習影響時參考。

(九) 戲劇體驗主題課程學習自我檢核表

用於第 8 次課程時，邀請團體成員針對二次戲劇體驗主題課程之內容進行檢核，助益研究者了解團體成員於該主題課程教學方式、內容及學習心得與建議等的學習概況，並作為後續進行資料分析與探討學習影響時參考。

(十) 楷模深度探討及人人是楷模主題課程學習自我檢核表

用於第 9 次課程時，邀請團體成員針對楷模深度探討及人人是楷模二主題課程內容進行檢核，以利研究者了解成員對於楷模人格特質、擬向楷模學習方向及個人學習的助益，並作為後續進行資料分析與探討學習影響時參考。

(十一) 敘寫我的生命故事

用於第 9 次課程時，邀請團體成員參考角色楷模故事內容，彙整個人參與團體歷程之學習心得、融入個人的重要生命事件記憶、對於興趣的期待、自覺與楷模相似的特質及希望向楷模學習的內涵等，會融交織寫成個人至心感人的生命故事；想像自己即是楷模，於人人都是楷模主題課程裡與

其他團體成員共享，讓所有團體成員共同聆聽屬於您這獨一無二的楷模故事內容。研究者並依據成員的個別生命故事內容進行分析，作為探討角色楷模故事或課程內容對於成員自我概念與學習的影響。

(十二) 滿意度調查暨團體回饋單

用於第 10 次課程時，邀請團體成員針對十次課程的內容進行簡易回顧，針對個人受益最多、最喜歡與覺得尚須改善的課程主題、執行方式等回饋意見，並請依據此次學習團體的課程內容與執行方式為參照標準提供建議，以作為研究者檢核團體執行、進行總結分析與提供未來相關課程規劃之建議參考。

第四節 研究步驟

本研究經文獻閱讀、確定施測工具及相關研究方法後，擬採五階段方式執行研究。

第一階段：進行工具施測之預試

為能了解輕度智能障礙者對於施測工具題項內容之理解，並預擬未來施測之可能因應，本研究邀請 5 名非參與實驗課程之輕度智能障礙者參與預試，並根據預試結果，與指導教授共商後續因應處理。

1.田納西自我概念量表(成人版)

(1)執行方式：請與試者遇有不解題意內容，於該題題項打勾，並於內容不解處劃記。

(2)彙整預試結果如表 3-4-1。

表 3-4-1 輕度智能障礙者之田納西自我概念量表(成人版)預試結果

題項	不解內容	人數	擬施測修正： 遇答題不解時之口語解釋
82	自制	5 人	自我控制能力
56	閒話	4 人	私事,不重要的事
37.68	擅長	3 人	對什麼事情比較拿手
52	敏感	3 人	對什麼有特別敏銳的感覺
4.53	還不夠滿意	2 人	還不满意
5	無法覺得輕鬆自在	2 人	覺得不輕鬆自在
22	邋蹋	2 人	骯髒不整齊
23	舉止端正	2 人	合宜的行為態度
31	意志薄弱	2 人	意志不堅定
33	憎惡	2 人	討厭不喜歡
34	喪失	2 人	失去
39	難以相處	2 人	不好相處
44	從事	2 人	做什麼工作
74	輕而易舉	2 人	非常容易
81	閱讀	2 人	看讀書報
8	道德行為	1 人	有道德的行為表現
41	暴躁	1 人	脾氣不好
60	良心	1 人	正當善良的心意
63	勝任愉快	1 人	自己所能擔任的工作
76	上蒼	1 人	老天
79	陌生人	1 人	不認識的人

2.我喜歡做的事

研究者於 99 年時，曾針對某汽車美容中心 30 名智能障礙工作者施以該測驗以協助個人進行職業興趣探索，事後個別解釋探問發現，若於執行方式上，由施測者針對 168 題題項內容逐一報讀，同時提供文字與網路圖片版施測本，受測者能理解各題項內容，並依個人興趣作出適當決定。

第二階段：正式施測（團體前測）

於團體第一次課程開始時，施以「田納西自我概念量表（成人版）」及「我喜歡做的事」二工具測驗，目的乃為能收集並了解輕度智能障礙者之自我概念及職業興趣方向，並助

益團體課程主題探討之進行。

經由 12/16 第一次課程進行「田納西自我概念量表(成人版)」正式前測之結果發現，團體成員於施測時所提出之疑義題項內容共計七題，分別為 22(邇蹶)、31(意志薄弱)、33(憎惡)、34(喪失)、45(社交能力)、76(上蒼)、82(自制)等題項內容，比對預試結果明顯減少，且內容皆出其中，故研究者依據原擬進行施測解釋。

第三階段：實驗課程執行

本研究擬以 4-6 名設籍台北市 18-45 歲類屬認知障礙之輕度智能障礙者為主要研究對象，嘗試導入八名成功智能障礙者的生命故事於十次角色楷模學習團體進行實驗課程研究。擬透過運作田納西自我概念量表(成人版)前後測、團體課程觀察記錄、主題課程學習檢核與相關資料分析等，據以了解團體課程對於輕度智能障礙者自我概念的影響，進而了解課程內容對提升輕度智能障礙者自我概念之效益。

於第一次團體課程運作，進行團體課程規範書之說明與討論時，團體成員除原規範內容，另加訂上課時手機須關機，中午午休及下課可開機之內容；而對於參與課程活動准允攝影同意書內容之討論結果，六團體成員中僅二人完全同意拍照及錄影，考量其中有二名成員不同意錄影、一名成員僅接受必要時之取鏡等需求，研究者於團體課程中引導成員進行討論，並作出團體課程執行期間，完全不錄影、拍照及錄音決議。12/30 團體課程結束後，有部份成員邀請，經其他成員同意，以手機進行團體拍照，研究者於當場再次重申，該行

為乃屬經同意之個人行為，無須寄存研究者，並提醒成員應善留照片，以尊重個人肖像權之維護，並於現場取得所有成員允諾遵守。

第四階段：實驗研究參與者進行後測

於團體課程第十次結束時，針對實驗研究參與者施以「田納西自我概念量表（成人版）」後測，期透過後測結果及研究參與者之回饋，了解該團體課程對於研究參與者之自我概念是否具促進效益。

第五階段：資料統計分析與論述

擬將工具評估之量化所得資料，透過 SPSS 12.0 軟體進行分析，並將依據研究者於團體課程中對於研究參與者之觀察、檢核及回饋等資料進行彙整、分析解釋，以利研究結果之相互補充與檢證。

第五節 資料處理

擬將施測所得與觀察及檢核等結果，分別處理分析如下：

壹、量化資料處理與分析

對於研究參與者於『田納西自我概念量表(成人版)』之前後測結果，擬以敘述統計方法進行資料處理與分析。

貳、團體課程內容資料處理與分析

為力求保全研究參與者之參與記錄，將以所提供之主題課程檢核單、團體課程觀察記錄、參與者滿意度調查與回饋等記錄資料進行彙整、分析，以利多元檢證，助益研究者對

於研究參與者學習之了解。

一、資料之建檔處理

(一)擬先將個別成員於各主題課程檢核表或作業單、滿意度調查與相關回饋等資料進行建檔，並請個別成員覆核校正檢對，以充備資料內容之正確性。形成該資料之具體作為分二：

1.研究者於彙整完成各主題課程檢核表(C1、C3、C4、C6、C7)相關回應資料後，皆個別邀請團體成員針對各檢核單回應內容，進行正確性之覆核並予修正。

2.研究者於彙整團體課程運作時所自書的觀察記錄單內容(B1、B2)，或由成員所自書完成之向楷模學習正向行為工作單(C2)、自我概念分析作業單(C5)、個人生命故事(C8)等內容，倘遇疑義，則分別與個別成員進行再釐清與確認補正。

(二)彙整並建檔團體成員之個人資料、及研究者於團體課程之觀察記錄，並針對相關疑義，分別向個別團體成員本人或家屬、職業重建相關服務之提供者及雇主等重要他人進行資訊之釐清與再確認，以保全資料內容的真實性，並因應成員需求連結適當支持服務。形成該資料之具體作為分二：

1.學習團體運作前經會談所建立之成員個人相關資料(A1)，內容遇有待釐清部分，皆與成員家屬或提供服務之重要他人進行過確認、補正。

2.團體運作執行過程，對於成員所反映之與工作或生活相關議題，除現場與成員進行資訊之釐清與確認外，並視需要與成員家屬、提供職業重建相關服務之工作者、雇主等重要他人進行釐清，並因應成員需求連結相關服務。

(三)將已建檔完成之資料，針對相關資料主題名稱進行編碼，表列如表 3-5-1 學習歷程內容分析資料源編碼彙整表，以利研究者進行後續內容分析時，能加註相關引據來源，以協助佐證研究者之相關分析。

表 3-5-1 學習歷程內容分析資料源編碼彙整表

資料主題	資料內容或名單	編碼	資料形成
個人資料簡述	成員個人基本資料簡述	A1	研究者經與團體成員會談取得
課程觀察記錄	團體課程觀察記錄單	B1	研究者觀察課程中之成員表現
課程運作簡記	團體課程觀察記錄單	B2	課程運作中之成員反應與表達
團體自我檢核與滿意度調查	團體參與自我檢核與滿意度調查表	B3	團體成員於每次課程後親書
團體滿意調查與回饋	滿意度調查暨團體回饋單	B4	團體成員於第十次課程結束後親書
角色楷模主題課程學習歷程	角色楷模主題課程學習自我檢核表	C1	於角色楷模主題課程後由團體成員親書
角色楷模主題課程學習歷程	向楷模學習正向行為執行記錄工作單	C2	於角色楷模主題課程時請團體成員親書
興趣探討主題課程學習歷程	個人興趣主題課程學習自我檢核表	C3	於角色楷模主題課程後由團體成員親書
自我概念主題課程學習歷程	自我概念主題課程學習自我檢核表	C4	於角色楷模主題課程後由團體成員親書
自我概念主題課程學習歷程	自我概念分析作業單	C5	團體成員親書完成之家庭作業
戲劇體驗主題課程學習歷程	戲劇體驗主題課程學習自我檢核表	C6	於角色楷模主題課程後由團體成員親書
楷模深度探討主題課程學習歷程	楷模深度探討及人人是楷模主題課程學習自我檢核表	C7	於人人是楷模主題課程後由團體成員親書
人人是楷模主題課程學習歷程	敘寫我的生命故事	C8	為家庭作業，由團體成員親書完成個人生命故事，於人人是楷模主題課程時分享
成員自我概念了解	田納西自我概念量表前測結果	D1	第一次團體課程用作前測
成員興趣探索	我喜歡做的事興趣測驗施測結果	D2	第一次課程時進行施測用作興趣主題課程探討
成員自我概念了解	田納西自我概念量表後測結果	D3	第十次團體課程用作後測

二、內容之分析方式

- (一)以個別成員之化名(大慈、大喜、大仁、大勇、大智、大行)及其個人資料【A1】為基，彙整各團體成員角色楷模【C1-C2】、興趣探討【C3、D2】、自我概念【C4-C5】、戲劇體驗【C6】、楷模深度探討【C7】及人人是楷模【C8】等主題課程之檢核或作業資料，輔以參考每次團體課程觀察記錄及與意見回饋等資料【B1-B4】，比對『田納西自我概念量表(成人版)』之前後測結果【D1、D3】，進行個別成員之學習歷程內容分析，以檢核角色楷模學習團體課程對於團體成員自我概念之個別影響。
- (二)依據上述彙整資料，以各主題課程內容(角色楷模、興趣探討、自我概念、戲劇體驗、楷模深度探討、人人是楷模)為架構，進行團體成員之總體學習分析，進而檢核角色楷模學習團體課程對於團體成員自我概念之總體影響。
- (三)彙整『田納西自我概念量表(成人版)』前後測結果，參酌團體成員之個別學習與總體學習內容，分析角色楷模學習團體課程對於團體成員自我概念之影響。
- (四)綜合上述資料分析結果，責成本研究結論。
- (五)綜合本研究結論，參酌團體成員相關課程參與回饋與建議，會融研究者研究執行反思，責成對於未來相關課程設辦與研究發展之建議。

第四章 研究結果

本研究結果為力求保全研究參與者之參與記錄，將以所提供之主題課程檢核單、團體課程觀察記錄、參與者滿意度調查與回饋等資料進行彙整、分析，以利多元檢證，助益研究者對於研究參與者學習之了解。第一節擬針對團體成員之個別學習歷程進行分析，第二節乃以六主題課程為架構，針對團體成員之總體學習進行分析，第三節則綜融團體成員個別學習、總體學習及『田納西自我概念量表(成人版)』前後測結果進行分析，希望藉此了解角色楷模學習團體課程對於團體成員自我概念的影響。

第一節 團體成員個別學習歷程分析

為能了解角色楷模學習團體課程對於個別團體成員自我概念的影響，研究者擬彙整團體成員於各角色楷模、興趣探討、自我概念、戲劇體驗、楷模深度探討及人人是楷模等主題課程的檢核資料，輔以參酌每次團體課程之觀察記錄及意見調查與回饋等，比對『田納西自我概念量表(成人版)』前後測結果，進行個別成員學習歷程內容分析，以檢核角色楷模學習團體課程對個別團體成員自我概念的影響。

今以六名團體成員個人資料為基，參酌成員參與團體課程之相關檢核與觀察資料進行彙整，並責成個別學習歷程分析。為能詳實且多面性探討團體成員於參與團體期間，課程與情境對於成員自我概念之促進作用，研究者擬以六面向角度，為團體成員的學習進行分析，藉以瞭解個別成員的學習

歷程。

- 一、 先由團體成員個人資料(A1)內容瞭解成員當初參與團體之動機，輔參考成員於田納西自我概念量表之前測結果(D1)進行分析，以責成團體個別成員(女 A、女 B、男 A、男 B、男 C、男 D) 參與團體需求基礎。
- 二、 以各主題課程(C1-C8)為架構，參酌研究者的觀察(B1-B2)，簡要分析個別成員於各主題課程的學習內容，並於每主題課程中嘗試以研究者觀點分析，成員之學習內容與自我概念向度間的相關性。為能顯示進行內容分析時所引據之資料來源，研究者乃參酌表 3-5-1 學習歷程內容分析資料源編碼彙整表內容，將各主題課程擬參酌引據之資料源製表彙如表 4-1-1，以利檢證。

表 4-1-1 個別成員學習歷程分析擬用資料引處彙整表

主題課程名稱	擬引用參考之表格資料及期代碼名稱
角色楷模	角色楷模主題課程學習自我檢核表(# C1) 向楷模學習正向行為執行記錄工作單(# C2) 團體課程觀察記錄單(# B1、# B2)
興趣探討	我喜歡做的事興趣測驗施測結果(# D2) 個人興趣主題課程學習自我檢核表(# C3) 團體課程觀察記錄單(# B1、# B2)
自我概念	自我概念主題課程學習自我檢核表(# C4) 自我概念分析作業單(# C5) 團體課程觀察記錄單(# B1、# B2)
戲劇體驗	戲劇體驗主題課程學習自我檢核表(# C6)

	團體課程觀察記錄單(# B1、# B2)
楷模深度探討	楷模深度探討及人人是楷模主題課程學習自我檢核表(# C7)
	團體課程觀察記錄單(# B1、# B2)
人人是楷模	敘寫我的生命故事(# C8)
	團體課程觀察記錄單(# B1、# B2)

- 三、除各主題課程之學習，研究者另就團體期間對於個別成員的學習觀察另成主題進行彙整，期能增益成員學習歷程之內容分析。
- 四、彙整個別成員於學習團體各主題課程之學習內容，以形成團體成員之個別團體學習參與歷程分析。
- 五、針對團體成員於田納西自我概念量表前後測結果(D1、D3)進行分析，以作為驗證團體成員個別學習之成果分析。
- 六、最後，研究者彙整團體成員之團體參與需求、團體學習歷程及田納西自我概念量表前後測結果等分析內容，總成個別成員參與團體學習之歷程分析。

壹、成員一：期待走出當前工作與生活困境的女 A

一、個人資料簡述【# A1】

現年 25 歲，專科時就讀幼保科，畢業後賦閒在家年餘，後經職評建議安置於台北市某庇護職場擔任製作助理迄今逾三年。

從小與父母分住，由祖母帶大，直至國中方返原生家庭與家人共住，自小培養繪畫、彈琴等興趣，父母、姊姊及伯

父母都是可參與決策討論的重要支持者。求學歷程雖未曾接受過特殊教育，但因學習力較一般同儕弱而缺乏自信。自述現有工作符於個人對於藝文喜好的興趣，只是目前陷入個人無法突破技能精進的心理困境中。

近來因工作數年所漸生之個人意識，凡事自有主見，因而與家人意見多生歧異，如女 A 樂於與人互動社交，但家人卻因擔心其身為女性有安全之虞，而對其行動有較多的限制。

面對當前生活與工作的困境，及個人因缺乏其他專業技能所衍生的潛在焦慮，讓女 A 陷入對於個人生涯發展及不知如何改善與家人相處關係的茫然中。

分析女 A 於田納西自我概念量表(成人版)之前測結果【#D1】發現，女 A 於生理、心理、倫理、工作、家庭、社會等自我概念六向度，以社會 62 最高，顯示女 A 對於自己與他人的關係堪稱滿意；工作得分 22，反映女 A 對於個人目前之工作表現有感不滿意、挫折或無力情形；自我行動 33 分、自我總分與自我滿意皆 38，反映女 A 對於個人的日常行為表現、自尊感及自我接受度等皆尚有可提升空間；以前測結果比對女 A 之個人資料現況，堪稱相符；故擬於後續團體課程執行過程，關注女 A 於家庭、工作、心理、總體自我、生理、自我認同、自我滿意、自我行動等自我概念向度之學習情形，並適時提供必要的支持。

二、依團體課程主題內容，發現女 A 之相關學習歷程

研究者彙整女 A 於各角色楷模、興趣探討、自我概念、戲劇體驗、楷模深度探討及人人是楷模等主題課程的檢核資

料，參酌每次團體課程之觀察及相關資料，比對『田納西自我概念量表(成人版)』前後測結果，進行個別成員學習歷程內容分析，以檢核角色楷模學習團體課程對女 A 自我概念的影響。

(一) 課程主題：角色楷模典範學習

研究者彙整女 A 於角色楷模典範學習主題課程之學習歷程如下：

1. 女 A 自述個人自七角色楷模特質獲益良多。

經由女 A 於角色楷模主題課程學習自我檢核表回應內容，參酌研究者之團體情境觀察，彙整取得女 A 領受各楷模生命故事啟發之學習心得有：**【#B1、#B2、#C1、#C2】**

(1)盧蘇偉楷模：認為盧蘇偉楷模能懂得自己、了解自己的優缺點，相信自己、突破自己的障礙已是不容易，認為只要找到學習方法就是天才，堅持讀書，鼓勵所有人找到自己的學習方法，並且成立基金會協助有學習障礙的喜憨兒，實現助人的理想與精神則更不容易。感佩盧蘇偉楷模能為自己的人生開創無限可能，讓自己從白癡變成了天才的精神。

(2)蘇平順楷模：認為蘇平順楷模在學校擔任志工幫助學校情緒失控的學生、家長；而且他還有一老一小(岳父、自閉症的小孩)要照顧，負責與熱心助人的精神，實可令人學習。

(3)湯萱君楷模：對於湯萱君楷模不因個人先天上手腳協調差的缺陷而打擊努力的信念感到敬佩。

(4)林春江楷模：認為林春江楷模在工作之餘能堅持繪畫的興趣，終究還能出書，是非常值得個人學習的，對照自己一向

喜歡畫畫，更應學習楷模珍惜與堅持自己對繪畫的興趣。

(5)張煒生楷模：期待自己要有張煒生楷模如阿甘的勇氣、珍惜得來不易的工作機會，尤其楷模有工作後，不僅是家中的經濟支柱，收入還能負擔兩位妹妹的學費，並不再領低收入補助度日，精神令人感到欽佩。

(6)丁文彬楷模：認為丁文彬楷模長期擔任義工，幫鄰居倒垃圾，是一般人不容易做到的事情。

(7)劉嘉尚楷模：認為劉嘉尚楷模認真工作，在工作上遇到挫折也不退縮的精神值得自己學習。

2.女 A 透過角色楷模學習，為自己建立有八個正向行為目標。

女 A 回應透過楷模故事所為自己建立的正向學習行為有：**【#C2】**

(1)知道自己：不管從家裡或工作上別人告訴我的事情就要牢牢記住，記不住可以寫筆記，養成做筆記的習慣。

(2)協助同事、老師：行動不方便的同事，我都會幫他們倒水、拿東西，每次只要有客人來拜訪，我都會協助老師準備東西、整理展示櫃。

(3)努力奮發向上：像我對美容美髮、指甲彩繪有興趣，我就可以多去看美容方面的書，在家裡洗頭要洗乾淨，頭髮要整理清爽，希望將來可以考取證照。

(4)孝順媽媽：有空的時候，可以幫媽媽按摩、搥背，她提很重的東西可以主動幫忙拿。

(5)虛心學習：在讀書或看考試科目的時候，碰到不懂的地方可以做記號再去請教身邊的家人、師長、同學。

(6)珍惜工作的機會：現在失業的人口很多，有工作就要好好珍惜、認真工作。

(7)照顧阿嬤：有空的時候可以打電話去台南問候他，她上來台北的時候，可以幫她倒茶、拿外套給她穿、陪她聊天、看電視。

(8)堅持自己的夢想、理想：對畫畫、烘焙、裁縫有興趣可以上網看職業訓練的課程內容，再去上一些課程。

分析女 A 所自訂之擬向楷模學習行為發現，女 A 能自楷模故事中發現了解自己、堅持毅力與夢想突破困境等之重要內涵，並自期透過記筆記、閱讀及適當參與職訓學習等突破個人對既有技能建立與發展之困境，亦期待透過日常之陪伴、協助等行為改善與家人的互動關係。

研究者試分析該課程學習對於女 A 自我概念向度具促進作用者為：自我行動(記筆記、虛心學習/請教他人)、家庭及倫理道德(孝順媽媽、照顧阿嬤)、工作(珍惜工作機會、考慮參與職訓、協助老師同事)、心理(比較有方向感、希望能堅持夢想)、社會(職場人際)等。

(二)課程主題：興趣探討

研究者彙整女 A 於個人興趣探討主題課程之學習歷程如下：

女 A 自評自己目前的工作內容與個人之藝文興趣相符，只是目前正值個人遇到無法突破技能精進的困境，因此對於工作較缺乏自信，加諸對於個人尚可建立發展的職業方向不明，因而對於個人未來的生涯發展感到茫然。【# A1】

綜合女 A 於「我喜歡做的事」興趣測驗結果【#D2】發現，女 A 於藝術、企業事務、工業生產三項之得分排序最高，透過主題課程釐清，女 A 表示興趣測驗結果與個人的興趣方向可謂相符，透過研究者協助分析個人目前所從事的職務內容，類屬藝術設計綜融工業生產製作後，更確定乃個人興趣所在，原受個人工作技能困境未能突破的挫折感頓時稍緩，尤其受到多位楷模以毅力堅持、突破困境精神的身教感召，女 A 認為自己更應學會珍惜當前能獲得與個人興趣相符的工作機會，並以能從事與個人興趣相符的工作而感幸福。尤其當發現林春江楷模有著與自己相同的繪畫興趣，且經常透過工作之餘參與繪畫相關比賽，並完成漫畫書的出版時，益發策勵女 A 起而效尤；林春江楷模希望能買棟房子把家人接來共住的願望，更啟發女 A 對於能有家人陪在身旁投以支持與關懷是何等幸福的省思，進而自願修正認為家人的關心乃屬干預的非理性思惟，並樂於調整自己對於家人的態度與互動模式。【#B1、#B2】

而對於個人目前工作技能學習上的困境，女 A 表示自己應培養如盧蘇偉楷模記筆記的習慣，用以調整自己健忘的個性；透過多位參與職業訓練習得技能的楷模經驗，鼓勵女 A 或可延伸開展自己對於其他藝文興趣的學習，女 A 並因而自期，希望能透過經常閱讀、自學或請教他人以增益學習，藉由參與適當的職業訓練機會，開發並建立其他如：烘焙、美容美髮等職類興趣，進而取得相關證照增長專業、提升個人自信，並突破個人生涯發展的困境。【#C3】

綜此可知，透過角色楷模故事的學習，女 A 學得可以記筆記作為改善個人健忘陋習的方法、或可運用職業訓練資源，強化發展個人興趣，深化建立其他專業技能的機會，並期能透過強化專業學習的行動，增益個人自信與對於未來發展的希望感。而透過林春江楷模的故事，女 A 學得可更進發展個人繪畫興趣及珍惜與家人關係的概念，顯示女 A 對於當前個人所遭遇的工作障礙及對自我能力缺乏自信的部份，透過角色楷模故事的學習與個人興趣的釐清，似有轉化契機。

研究者試分析該課程學習對於女 A 自我概念向度具促進作用者為：心理(具與楷模相同的繪畫興趣、看見未來的希望感等)、工作(記筆記、擬用職訓資源等)、家庭(珍惜與家人關係)、自我行動(記筆記及學習)與自我滿意(工作與興趣相符、具與楷模相同的繪畫興趣)等。

(三)課程主題：自我概念探討

研究者彙整女 A 於自我概念探討主題課程之學習歷程如下：

研究者先行透過自我概念分析作業單，於課程中引導團體成員對於盧蘇偉、丁文彬、蘇玉恭、湯萱君等四位楷模進行自我概念分析演練，並邀請所有成員自行完成個人自我概念分析【#C5】。女 A 對個人自我概念之分析如表 4-1-2。

表 4-1-2 女 A 之自我概念分析內容

自我概念向度	自我概念分析演練
生理自我概念	輕度智能障礙，學習比較慢
心理自我概念	相信每個人只要肯努力，就會有成功的一天

倫理道德自我概念	笑臉迎人，會幫助老人過馬路
家庭自我概念	比較忽視家人、和家人缺乏溝通
社會自我概念	跟一般人沒什麼不同
工作自我概念	1.都會主動幫行動不方便的同事拿東西、買午餐。 2.幫忙公司整理垃圾、資源回收。
自我認同	笑臉迎人，積極開拓人際關係
自我滿意	笑臉迎人
自我行動	相信自己還有能力可以幫助別人
整體自我概念	1.相信自己的努力，終有一天一定會成功的。 2.追求有自尊的生活。

此中可見，女 A 認為個人的社會自我與一般人並無不同，顯示女 A 對於自己與他人的關係堪稱滿意，對照女 A 自我概念量表之社會自我前測結果堪為相符；而其願意省思個人與家人的互動關係，透過協助同事與公司事務發展職場人際關係，強化個人之工作功能，對於削弱個人工作技能較難突破之困境不無助益，代表女 A 已能自行於工作中發展代償行為；另對照之前所提偏向利己之記筆記、參與職訓等自我行動，女 A 於此則提出還有能力可以幫助別人之利他思維；於整體自我概念上並能運用相信自己終有一天一定會成功之正向自我暗示，及追求有自尊生活的自我期待；而若果女 A 將笑臉迎人視為個人的自我滿意向度，則對照女 A 於田納西自我概念量表後測結果之增進效果，可知透過團體成員表達對於女 A 確具笑臉迎人之正向印象感強化，對其則應具促進作用。

研究者試分析該課程學習對於女 A 自我概念向度具促進作用

者為：自我行動(協助同事與公司事務、會幫助老人過馬路、相信還有能力助人)、倫理(助人)、心理(相信努力、相信自己終有一天會成功)、整體自我(追求有自尊的生活)、自我滿意(多數團體成員對女 A 笑臉迎人印象之強化)等。

(四)課程主題：集體即興創作戲劇體驗活動

研究者彙整女 A 於戲劇體驗主題課程之學習歷程如下：

女 A 於第一次演出後討論時能善盡身為觀眾觀察之責，不僅不吝分享個人對於演出成員的觀察心得，更能主動提出修正建議，以協助演出者達成目標的支持；且於第二次課程體驗時，能積極爭取、並獲得其他團體成員支持共同演出其所希望成為烘焙師的夢想故事。

演出成為烘焙師的故事前，女 A 於原始演出時，皆能細心指導演出成員的角色與劇情台詞、動作表情與道具準備，此中透露女 A 對於個人夢想的守護與期待實踐的渴望。其中曾有二次飾演主角的其他成員因故未能達成女 A 成為烘焙師的希望，女 A 於演出後討論時，努力吸納其他觀眾成員對於主角如何順利成為烘焙師的修正建議，並在最終扮演達成烘焙師目標的角色時綻露興奮之情。【# B1、# B2】

女 A 表示，透過每次演出後的討論，可協助個人發現自己其他面向、學習自他人的觀點看待個人的行為，並有機會吸納他人提供對於達成烘焙師目標的支持建議，讓自己能在遊戲中學習，從中獲得練習達成目標可能遭遇的困難，學習突破困難的方法，並因而建立個人達成想望目標的自信度與希望感。【# C6、# B1、# B2】

女 A 對於戲劇體驗課程的分享，雖未具體提及是否受到楷模故事的影響，但藉由扮演個人期待角色的機會，預先練習達成目標可能遭遇的困難及可因應的修正方法，對於個人學習與自信心的建立皆有所助益。

另依研究者的團體觀察分析發現，女 A 於演出後討論時，對於其他團體成員們認為，小婷(該劇主角化名)並不胖，不要因男友嘲笑阻擋了自己想追的夢、想當烘焙師喜愛試吃麵包甜點本來就是正常的事、當烘焙師既然是小婷的夢想，如果男友因為小婷試吃變胖了而阻擋她當烘焙師或嫌她胖，這種男友不要也罷，換掉好了…等之心理強化，從中可發現女 A 對於個人的夢想受到支持及其他團體成員表達不覺其外型胖等感到無比歡喜。

研究者試分析該課程學習對於女 A 自我概念向度具促進作用者為：心理(看見未來的希望感)、自我行動(學習突破困境達成目標的方法)、自我滿意(在戲劇中達成目標)、社會(與其他成員之戲劇體驗互動)與生理自我(團體其他成員表示不覺其外型胖之正向感覺提升)等。

(五)課程主題：角色楷模深度探討

研究者彙整女 A 於楷模深度探討主題課程之學習歷程如下：

女 A 認為盧蘇偉楷模能找對學習方法並突破個人學習障礙的難能可貴，認為此不僅需有極大的個人堅持力，也須有值遇貴人幫忙的外在機會；並認為，或許對其他一般人而言，當一件事試了幾次失敗便想放棄，但單以報考大學這件事，盧蘇偉楷模卻願意花了七年、考了五次才終於考上，那種持

續與堅持，需要非常大的毅力與勇氣，女 A 希望自己未來也能如楷模一樣，哪怕只能相像一點點都好，因為終於自己現在面對工作技能無法突破的最大原因，就是不夠勇敢，不夠堅持毅力，所以經常學不會、學不好，有時因為自己不用心學，老師教了多次仍學不會，被兇了，就想放棄，一點願意堅持努力突破困難的勇氣都沒有，所以自己還有很多需要學習的地方，最需要的就是要有敢於面對困難的勇氣；楷模從小就有學習困難，學習歷程很辛苦，卻願意用七年的時間、考了五次才終於考取大學，那種努力突破困難、如鋼鐵般的堅強毅力實在令人感到佩服；而今楷模更聽從姊姊帶給他人希望的建議，持續就讀研究所中，雖然資料中並未強調他在學習上的辛苦，但透過結果可以想像，楷模一定付出了很大的心血與努力。這種精神與毅力是一般人很難可以真正做到的。【#B1、#B2】

而盧蘇偉楷模能有願意提供高度關心並給予肯定的父母家人，與大二時能遇到馬傳鎮教授這樣的貴人以協助楷模發現在學習上的優劣勢，並因找到自己的學習方法，發現了自己的天才，且始終相信自己是天底下最聰明的人的自信度，令女 A 非常羨慕，與自己遇到挫折容易退縮不前、面臨困難便缺乏自信的態度相較，女 A 認為自己尚有許多需要努力調整與改進的地方。【#B1、#B2】

女 A 表示，以前會以為自己平時是個樂意幫助同事與他人的人，但在發現盧蘇偉楷模成立基金會幫助學習困難的喜慙兒，及

影片中透

過騎獨輪車環島，幫助中途迷失的青少年學習與重建信心的
助人行為

相比，發現自己在助人方面還有許多可努力的空間。【#B1、
#B2】

女 A 認為，盧蘇偉楷模的成功，主要來自於個人的努力、
父母的養育與兄弟姊妹的支持，以及生命貴人馬傳鎮教授師
長教育的引導；了解自己、肯定自己、相信自己則是女 A 最
想向盧蘇偉楷模學習的地方，女 A 期待自己也能如楷模一
樣，發現自己的學習方法、建立自己的學習方式，透過持續
的學習開發自己的潛能，發現自己的天才，提升對自己的信
心度；而家人如楷模的家人一樣總是持續關心、不曾放棄過
自己，是女 A 期待自己珍惜與最感幸運的部份。【#C7】

此中可知，女 A 透過盧蘇偉楷模的故事發現，自己在助人方
面猶有努力空間，省思個人遇到挫折就退縮不前、面臨困難便缺
乏自信的態，希望自己能向楷模學習堅持努力與突破困難的勇
氣，並且期待能如楷模發現自己的學習方法，開發自己的潛能，
發現自己的天才，提升對自己的信心；另從女 A 能從中連結並發
現自己的家人亦不曾放棄過自己乃何等幸運等。

研究者試分析該課程學習對於女 A 自我概念向度具促進作用
者為：心理(楷模的成功與努力經驗、家人的未放棄、期學會發現
自己的天才)、家庭(感謝家人的未放棄)、自我行動(期能向楷模學
習堅持努力與突破困難的勇氣)與自我滿意(家人未放棄自己)等；
而其原自以為於助人行為上已屬不錯，然對照楷模之幫助喜憨兒

與青少年的行為後，發現自己上有努力空間，於自我認同上則可能因而略有削弱現象。

(六)課程主題：人人是楷模

研究者彙整女 A 於人人是楷模主題課程之學習歷程如下：

透過課程回溯諸角色楷模的故事建立楷模的成功特質分析，女 A 表示，對照楷模特質，發現自己具有樂觀積極與樂於助人兩項共通特質，並應強化個人孝順、工作認真、堅持毅力不怕困難的特質，期待自己能發展專長與興趣，開展忠於自我的人生。【#B2】

分析女 A 個人生命故事【#C8】的內容發現，相較於第一次相見歡課程的自我介紹，女 A 增加了與湯萱君楷模相仿的撰述方式如，國中的時候拿到美術優異獎、畢業的時候拿到全勤獎、鋼琴檢定 11.12 級證照、實用拼布的研習證書等個人得獎事蹟；及個人更明確的藝文興趣方向與平時可到圖書館閱讀相關書籍、藉由看電視或家人製作料理時的從旁觀摩學習，透過料理實作練習，邀請家人品嚐等具體維持興趣的方法；並陳述對於盧蘇偉、林春江二楷模的學習沒有學不會的，要找到適合自己的學習方法，及靠著自己的努力克服困難，堅持喜歡繪畫的夢想等內容。

此知，女 A 透過角色楷模生命故事的學習，重新發現了自己也曾有過努力培養專長的過程，並從中學習找回正失落中的個人自信，楷模們不畏困難堅持毅力為夢想努力的決心，亦在在激勵女 A 起而效尤學習。

研究者試分析該課程學習對於女 A 自我概念向度具促進作用

者為：心理(過去曾有的獎項肯定、具與楷模相同的繪畫興趣、看見未來的希望感等)、工作(應珍惜工作)、家庭(與家人之多互動)、自我行動(透過實作練習)與自我滿意(工作與興趣相符、具與楷模相同的繪畫興趣)、自我認同(過去多獎項、與成功楷模具共同特質)等。

三、對於女 A 課程參與之其他觀察【#B1】

誠如女 A 笑臉迎人，積極開拓人際關係的自我認同分析，女 A 於多次團體參與時都會自備水果與點心分享其他團體成員；因為女 A 習慣讀書時以色筆畫記重點，故當其他成員閱讀角色楷模故事擬畫重點時，多會主動向女 A 求援，並獲女 A 慷慨借用；因此其他成員於滿意度調查或課程學習心得回顧時，每每表達對於女 A 特質的喜歡與感恩，從而提升女 A 對於個人社交與自我心理的信心度。

參與團體期間，研究者建議女 A 可將角色楷模故事及團體之學習心得與家人分享，以促進與家人情感的交流，協助家人對個人學習內容的了解。女 A 接受建議行之後表示，發現透過與家人分享團體課程的學習內容，增進了與家人間的良好互動機會，並從中發現，能因此建立家庭共學的情感關係，如此不僅增益溝通關係的促進，並進而活絡家人情誼。

研究者試以觀察者角度分析女 A 於團體課程之參與，對其自我概念向度具促進作用者為：心理(於諸楷模生命故事之學習、看見未來的希望感、受團體成員肯定、擔任團體小老師協助另一同儕進行題項內容之報讀等)、家庭(透過團體課程分享與家人共學互

動)、自我行動(團體學習、助人)與自我滿意(因笑臉迎人態度友善之受同儕肯定)等。

四、彙整女 A 之於團體參與總體學習分析

彙整女 A 於團體之學習與參與發現,女 A 透過諸楷模故事的學習,認為一個了解自己、肯定自己、相信自己的人是重要的、學會可以記筆記方式克服個人的健忘、擬透過職業訓練強化個人專業技能、發現自己於職場中的處境地位,並不如個人所想的缺乏功能,發現能從事自己所喜愛的興趣工作是值得慶幸的事、且能主動幫助同儕與老師而重建個人自信心,努力培養並修補個人與家人間的關係、發現自己總是笑臉迎人,並相信自己是有能力可以幫助別的人等,顯示角色楷模學習團體課程,對於女 A 的學習確具提升作用。

研究者試以表列分析整體團體課程參與對於女 A 自我概念向度之促進,參如表 4-1-3 之相關彙整分析。

表 4-1-3 女 A 參與團體學習對其個人自我概念向度之促進作用分析

生理自我	團體其他成員表示不覺其外型胖之正向感覺提升
心理自我	比較有方向感、希望能堅持夢想、具與楷模相同的繪畫興趣、看見未來的希望感、相信努力、相信自己終有一天會成功、楷模的成功與努力經驗強化、家人未放棄、期學會發現自己的天才、過去曾有的獎項肯定、具與楷模相同的繪畫興趣、受團體成員肯定、擔任團體小老師協助另一同儕進行報讀

倫理道德	助人、孝順媽媽、照顧阿嬤
家庭自我	孝順媽媽、照顧阿嬤、珍惜與家人關係、感謝家人的未放棄、與家人之多互動、透過團體課程分享與家人共學互動
社會自我	職場人際、與其他成員之戲劇體驗互動
工作自我	珍惜工作機會、考慮參與職訓、協助老師同事、記筆記、
自我認同	過去多獎項、與成功楷模具共同特質
自我滿意	工作與興趣相符、多數團體成員對女 A 笑臉迎人印象之強化及受同儕肯定、在戲劇中達成目標、家人未放棄自己
自我行動	記筆記、虛心學習/請教他人、協助同事與公司事務、會幫助老人過馬路、相信還有能力助人、學習突破困境達成目標的方法、透過實作練習、團體學習、團體期間之助人行為

五、參酌田納西自我概念量表前後測結果進行女 A 學習成效之探討

茲將女 A 於田納西自我概念量表前後測結果【#D1、#D3】製如表 4-1-4，作為分析女 A 學習成效之驗證探討。

表 4-1-4 女 A 之田納西自我概念量表(前後測)結果

前 後 測	自 我 總	生 理 自	道德 倫理 自我	心 理 自	家 庭 自	社 會 自	工 作 自	自 我 認	自 我 滿	自 我 行
-------------	-------------	-------------	----------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------

	分	我	我	我	我	我	同	意	動	
前測	38	37	37	34	32	62	22	46	38	33
後測	42	44	33	40	33	62	27	45	40	41
差異	+4	+7	-4	+6	+1	0	+5	-1	+2	+8

增加 7 項：自總、生理、心理、家庭、工作、自我滿意、自我行動

減少 2 項：倫理道德、自我認同

不變 1 項：社會；衝突分數減少

自田納西自我概念量表前後測結果發現，女 A 於參加學習團體課程後，於自我總分、生理、心理、家庭、工作、自我滿意、自我行動等自我概念向度皆有所提升，且於生理自我(+7)與心理自我(+6)二項度提升最多，顯示女 A 在個人自尊感、對於個人健康或外在形象、自我價值感、與家人之互動關係、工作表現及自我接受與行為都具提升促進作用。

然倫理道德自我與自我認同之得分卻呈現減少現象，倫理道德自我(-4)、自我認同(-1)，顯示女 A 對於個人的道德感與自我認同度，於團體課程參與後略有消弱情形，衡諸女 A 於團體中曾自期強化個人助人、孝順期待，卻於施測結果呈現未強反弱情形，推論可能比對角色楷模們於孝順及助人上之較高自我要求表現，一時或短期反向凸顯女 A 之實質不足或力尚可逮處，而影響女 A 於施測時對個人相關倫理道德自我評估之觀感。

六、總結女 A 之團體參與需求、團體參與學習及量表前後測

結果分析

女 A 於參與團體課程學習前，因受困於個人對於工作技能精進、與家人關係及對個人之較缺乏自信等因素，透由田納西自我概念量表之前測結果反映可知，女 A 於家庭、工作、心理、總體自我、生理、自我認同、自我滿意、自我行動等自我概念向度確有提供支持以協助促進之需要。

女 A 於參與團體課程學習後，透過各主題課程之學習參與內容分析發現，女 A 認為，一個會了解自己、肯定自己、相信自己的人是重要的、學會可以記筆記的方式克服健忘、擬透過職業訓練強化專業技能、發現自己於職場並不如個人所想的缺乏功能，發現能從事自己所喜愛的興趣工作是值得慶幸的事、且能主動幫助同儕與老師而重建個人自信心，努力培養並修補個人與家人間的關係、發現自己總是笑臉迎人，並相信自己是有能力可以幫助別的人等，該課程內容對於女 A 家庭、工作、心理、自我滿意、自我行動、生理等自我概念多向度，都分別可有實質學習內容可資對應；輔以田納西自我概念量表之後測結果分析，女 A 於自我總分、生理、心理、家庭、工作、自我滿意、自我行動等自我概念向度結果，與前測相較皆有所提升，且於生理自我(+7)與心理自我(+6)二項度提升最多，顯示角色楷模學習團體之課程內容對於女 A 自我概念確具正向促進之影響。

貳、成員二：期待能走出不同心境光景的女 B

一、個人資料簡述【#A1】

現年 29 歲，就讀高職綜合職能科畢業，目前於某大學推廣中心擔任清潔員工作迄今近二年，總工作年資逾 7 年，過去曾有超商門市助理及速食店餐飲助理工作經驗；然求學階段與過去就業期間多有遭遇被同儕排擠或因工作技能學習需時較長、表現未符雇主期待等多負向經驗，因而長期處於對個人較無自信狀態。兩次待業期間，皆因退縮個性、未能主動對外求助而賦閒在家 1-2 年，最後母親與姊姊出面安排，被動接受機構就業服務支持資源；因個性乖順、工作認真、能服從家人與就服員安排及雇主指令要求，故職場適應除學習力確實較一般人慢，造成對工作之不利因素外，倘能值遇支持度較高的職場環境，給予較長適應時間，女 B 多能逐漸適應職場要求。

鑒於求學與工作之多負向經驗，女 B 的個性稍顯退縮，且因長期仰賴他人協助支持，凡事多採順服，因而較缺乏個人決策主見，只是若能與之建立正向互動支持關係，經由探問，女 B 則可簡潔回應提問並表達個人意見，並對他人展現親切溫和的態度；家庭經濟中上，自己與家人對於性別職業的發展並無刻板印象，值遇困境時，父母及姊姊都能提供支持協助並進行決策。

女 B 平時除與家人互動，偶爾會與少數友人外出逛街，對於個人潛能與興趣所在並不瞭解，對此雖稍感無力，卻也缺乏突破的勇氣；擔心個人既有工作的穩定，卻又不知可轉業發展的未來何在，故個人缺乏自信且對於生涯發展感到茫然，。

分析女 B 於田納西自我概念量表(成人版)之前測結果【#D1】發現，女 B 於生理、心理、倫理、工作、家庭、社會等自我概念六向度，以生理與倫理皆 47 最高，顯示女 B 對於個人的外在形象或健康及道德感較具正向觀感；但於心理 25、工作 27 及家庭 30 等自我概念三向度分數皆偏低，顯示女 B 對於個人的信心程度、工作表現及與家人的互動關係感到挫折無力或缺乏信心；自我總分 37、自我行動 43，得分反映雖非過低表現亦不高；自我認同 33、自我滿意 35，皆低於 50，且在 40 分以下，顯示女 B 的自我的接受與滿意程度堪偏負向，並有可提升空間；比對女 B 個人資料現況，除家庭分數略須更進觀察外，餘則堪稱相符；故擬於後續團體課程執行過程關注女 B 於心理、工作、家庭、自我認同、自我滿意及整體自我等自我概念向度之學習情形，並適時提供必要的支持。

二、依團體課程主題內容，發現女 B 之相關學習歷程

研究者彙整女 B 於各角色楷模、興趣探討、自我概念、戲劇體驗、楷模深度探討及人人是楷模等主題課程的檢核資料，參酌每次團體課程之觀察及相關資料，比對『田納西自我概念量表(成人版)』前後測結果，進行個別成員學習歷程內容分析，以檢核角色楷模學習團體課程對女 B 自我概念的影響。

(一) 課程主題：角色楷模典範學習

研究者彙整女 B 於角色楷模典範學習主題課程之學習歷程如下：

1.女 B 自述個人自角色楷模特質獲益良多。

經由女 B 於角色楷模主題課程學習自我檢核表回應內容，參酌研究者之團體情境觀察，彙整取得女 B 領受各楷模生命故事啟發之學習心得有：**【#B1、#B2、#C1、#C2】**

女 B 表示每名楷模的生命都有值得學習的地方，然而由於丁文彬楷模的念舊又熱心公益，和在公司與同仁相處融洽，從不抱怨工作勞累的特質最令其喜歡。女 B 覺得楷模念舊的特質與自己迄今，每年過年過節仍偶爾會主動拜訪及寫卡片問候接受過服務機構的老師一樣，女 B 表示，自己因為珍惜得來不易的工作機會，因此從來不曾抱怨過工作勞累，至於楷模熱心公益，和在公司與同仁相處融洽的特質，則是自己期待能夠學習建立的。

另張煒生楷模每天須從深坑搭車到五股工廠上班，雖是遠距離的通勤奔波，但都能規律的上下班，敬業態度值得自己學習，而楷模能擺脫請領政府低收入補助生活、成為家中的經濟支柱，更是女 B 期待學習的榜樣。女 B 認為，目前大環境的工作並不好找，自己也曾失業二次，因此特別能感受張煒生楷模對於所獲得工作的珍惜，家人雖不期待自己的薪水負擔家計，但她希望透過工作收入所得能幫家人添購些許生活雜貨細項、並有餘力幫家人或朋友購買禮物，或自己想要的小東西，那是種因為自己有能力為家人或朋友做點事的幸福感覺。

蘇玉恭楷模樂觀善良，積極奮鬥和吃苦耐勞的人格特質也深受女 B 敬佩，尤其同樣從事清潔工作，楷模連最難維護

的公廁都打掃的像自己房間一樣乾淨的工作態度，讓女 B 更加佩服，她想到了自己多時也努力如此。

2.女 B 透過角色楷模學習，為自己建立有三個正向行為目標。

女 B 回應透過楷模故事所為自己建立的正向學習行為有：**【#C2】**

- (1)每年過年過節會寫卡片給老師和朋友們，平時會幫家人買東西，例如會先問弟弟看有沒有需要買什麼，還有姐姐、媽媽看有沒有需要幫忙的。
- (2)學習適合自己的讀書方法，天天向上，看見自己的天才。
- (3)每天都很規律得準時上下班，連最難維護的公廁都像自家房間一樣乾淨。

分析女 B 所自訂之擬向楷模學習行為發現，女 B 能自楷模故事中發現，

希望能學習熱心公益、與同仁相處融洽、雖是遠距離通勤奔波卻能規律上下班的敬業態度、樂觀善良，積極奮鬥和吃苦耐勞等的人格特質；並因發現個人與楷模具有念舊、不抱怨工作勞累、珍惜工作機會等相同特質時甚歡喜；並期待個人能明確建構與從事同為清潔業之楷模將公廁清潔的如自家房間一樣之共同工作目標。

研究者試分析該課程學習對於女 B 自我概念向度具促進作用者為：心理(希望學習楷模樂觀善良，積極奮鬥和吃苦耐勞等特質、與楷模具有念舊、不抱怨及珍惜工作機會相同特質)、工作(雖遠距離通勤卻能規律上下班的敬業態度、廁所清潔之明確工作目標)、社會(希望能學習熱心公益、與同仁相處融洽)與自我認同(與楷模

具有念舊、不抱怨及珍惜工作機會等相同特質)等。

(二)課程主題：興趣探討

研究者彙整女 B 於個人興趣探討主題課程之學習歷程如下：

分析女 B 於「我喜歡做的事」興趣測驗結果【#D2】發現，女 B 於保全、科學、工業生產、體能表演等項得分最高，透過主題課程釐清，女 B 表示自己個性不擅與人社交，對於須經常維持過高密度互動關係的內容容易生排斥，個性偏好單純操作、容易學習、應變度不高的事務內容，因此經協助釐清後認為，工業生產興趣職類與個人特質較符合；對於得分最高的保全，女 B 表示，覺得保全可守護他人安全、抓壞人，讓她覺得這樣的工作很有成就感；至於得分第二高的科學，女 B 表示，從事研究是印象中覺得了不起的事，也是自己能力所難所勝任的；至於與工業生產得分相同的體能表演，女 B 則以欣賞高於實際作為。【#B1、#B2】

詢問女 B 未來有無希望從事的工作或想學習的興趣方向，女 B 回應：做小吃吧!!因為與人外出逛街時可看見各種小吃，如果做得好，可以有成就感；更進詢問鍾情何種小吃，女 B 思考良久後回答：都可以吧，滷味、麵攤都不錯。詢問認為自己如何建立相關技能？女 B 回應：不知道，就像幾個楷模一樣去參加職訓吧！【#B1、#B2】

釐清女 B 填具清潔工作符於個人興趣的原因【#A1】，女 B 表示很難分辨自己是否真喜歡清潔工作，過去在超商或速食店工作，都有清潔內容，但目前在學校推廣中心的清潔工

作相較簡單、不複雜，重複性高，職場的主管、同事及一起搭配工作的阿姨對自己都很好，若遇緊急需處理事件，通常會由阿姨自行或陪同處理，所以較不感須緊急應變的壓力，也因此喜歡職場支持環境的程度高於對職務內容的喜歡，嚴格說來，與其他二類清潔工作相比，較喜歡目前偏簡單操作的工作內容，因此不排斥清潔職類，後經釐清表示，現有工作不屬符於個人興趣。【#B1、#B2】

關心女 B 對於個人興趣的探索經驗，女 B 表示從以前並缺少探索機會，加上自己個性偏內向較少與人互動，因此對於個人的興趣與未來生涯可發展方向概念模糊，但所幸其個性乖順、服從度高，故對於家人或其他人的安排，只要是不會傷害到自己的，大抵都願意嘗試。而今透過角色楷模故事的學習，女 B 認為從楷模身上學習，發展個人興趣對於未來專業發展與生活的豐富性相對重要，且透過興趣發展、做自己喜歡做的事，應該更有成功機會，也較能從做中獲得成就感與自信心，生活應該也會因此更快樂些；至於學習的方式，女 B 表示，自己或可透過多觀摩社會的互動或參與職訓以培養。【#B1、#B2】

由上可知，女 B 對於個人的真實興趣方向仍有待探索與發展空間，但透過楷模故事學得對於興趣的堅持與努力及可學習方向，並建立未來或可透過觀摩社會互動或參與職訓培養技能，誠乃可喜與值得期待。

研究者試分析該課程學習對於女 B 自我概念向度具促進作用者為：心理(釐清對工作喜好)、工作(擬參與職訓培養技能)與社會

(觀摩社會互動)等。

(三)課程主題：自我概念探討

研究者彙整女 B 於自我概念探討主題課程之學習歷程如下：

研究者先行透過自我概念分析作業單，於課程中引導團體成員對於盧蘇偉、丁文彬、蘇玉恭、湯萱君等四位楷模進行自我概念分析演練，並邀請所有成員自行完成個人自我概念分析【#C5】。女 B 對個人自我概念之分析如表 4-1-5。

表 4-1-5 女 B 之自我概念分析內容

自我概念向度	自我概念分析演練
生理自我概念	輕度智能障礙，小時後動作比別人慢
心理自我概念	只要我努力向上，一定可以把工作做得更好
倫理道德自我概念	做事情很細心、認真
家庭自我概念	我會幫家人買東西，然後看看他們有沒有需要我幫忙協助的事情
社會自我概念	每天都帶著微笑去上班工作
工作自我概念	認真努力向上，把該做該完成的工作都做好
自我認同	在工作的時候有被稱讚過，有受到肯定的感覺
自我滿意	我覺得上成長團體課之後學到很多東西
自我行動	每天從北投搭捷運到古亭雖然累了點，但還是習慣了
整體自我概念	我終於學會主動關心別人了，也學會把不高興的事都說出來，不會悶在心裡，例如生氣的事。

從上可知，女 B 對於自己能為家人做些事情感到滿意，自述，

每天都帶著微笑去上班(雖經釐清清潔非個人興趣)，在工作的時候曾有被稱讚的經驗，因此有受到肯定的感覺，可想見女 B 應是喜歡既有工作環境的；女 B 於心理自我概念上能運用相信只要努力向上一定可以將工作做得更好之正向自我暗示，並表示，透過團體課程學會主動關心別人，及把不高興的事都說出來，而不會悶在心裡，顯示女 B 已開始學習表達個人真實情緒，並能更正向看待自己。

研究者試分析該課程學習對於女 B 自我概念向度具促進作用者為：心理(工作時曾被稱讚、相信只要努力向上一定可以將工作做得更好、說出不高興的事不悶在心裡)、家庭與自我滿意(能為家人做些事情感到滿意)、自我行動(為家人買東西、學會主動關心別人、說出不高興的事)、工作(曾被稱讚)與社會(透過團體課程學會主動關心別人)、自我認同(工作時曾被稱讚)、自我行動(因參與團體而感受益)、倫理道德(做事很細心、認真)等。

(四)課程主題：集體即興創作戲劇體驗活動

研究者彙整女 B 於戲劇體驗主題課程之學習歷程如下：

參與第一次戲劇體驗課程之演出時，女 B 因為扮演兒子的演員哭得逼真，立即當場答應其買貼紙，並在扮演阻礙者父親惡言相對阻止其同意兒子購買時，妥協於父親的意見。此於後續演出後討論時，女 B 表示此與個人的真實情境甚為相符，個人一向採取尊重、不反駁立場，無關個人權利表達，只希望情境順利通過，但若因此仍有人感不愉快時，女 B 表示則會遵從權力大或表達有理的決定。透過演出後討論，女 B 表示從中發現了自己的缺乏自信與主見，未來將朝學習如何

表達個人意見及堅持立場的方向努力。【#B1、#B2】

女 B 表示戲劇體驗課程協助自己發現個人缺乏自信與主見的另一面，並從中發現了自己未來將朝學習如何表達個人意見及堅持立場的方向努力。【#C6、#B2】

女 B 對於戲劇體驗課程的分享，雖未具體提及是否受到楷模故事的影響，但能透過演出練習發現自己缺乏主見，並發現後續可學習如何表達並堅持個人意見立場，對於個人的學習與自信心的建立，應皆有所助益。

研究者試分析該課程學習對於女 B 自我概念向度具促進作用者為：心理(發現後續可學習如何表達並堅持個人意見立場) 與自我行動(發現後續可學習如何表達並堅持個人意見立場)。

(五)課程主題：角色楷模深度探討

研究者彙整女 B 於楷模深度探討主題課程之學習歷程如下：

女 B 同意女 A 對於盧蘇偉楷模能找到學習方法突破個人學習障礙，花了七年、考了五次才考取大學，努力突破困難的堅強毅力感到佩服。另外對於楷模能值遇馬傳鎮教授的貴人事蹟，聯想起自己於超商工作時所遇的店長，願意包容初次工作、學習緩慢、經常出錯的自己，女 B 為自己能如楷模般遇見生命中的貴人感到幸福。而盧蘇偉楷模始終相信自己是天底下最聰明的人的自信，也是自己最需要建立與培養的，女 B 認為一個有自信的人，應該也是個肯定自己、疼惜自己，能夠充份發展自己能力的人，因此女 B 希望自己能成為一個有自信的人【#B1、#B2】。女 B 認為，盧蘇偉楷模的成功，

主要來自父母養育與師長教育引導，而要對自己有信心則是女 B 最想向盧蘇偉楷模學習的地方。【#C7】

從中可知，女 B 透過盧蘇偉楷模的故事學習，希望自己能學會相信自己、肯定自己的自信心，並從中憶起曾遇店長貴人值得感恩的經驗連結，此除祝福女 B 相信自己、建立自信的目標能盡早實現外，並期待曾發生的店長貴人事件的正向經驗，能逐漸消弭或轉化女 B 曾有的負向經驗感。另發現，女 B 總能主動建立楷模與自己共同的經驗，則是最值得肯定之處。

研究者試分析該課程學習對於女 B 自我概念向度具促進作用者為：心理(希望能學會相信自己、肯定自己的自信心)與社會(曾遇店長貴人)。

(六)課程主題：人人是楷模

研究者彙整女 B 於人人是楷模主題課程之學習歷程如下：

透過課程回溯諸角色楷模的故事內容，建立楷模成功特質分析，女 B 表示，對照楷模特質，發現自己具有孝順、工作認真、堅持毅力不怕困難的共同特質，並期能強化樂觀積極、樂於助人的特質；期待自己能發展專長與興趣，並開展忠於自我的人生。【#B2】

分析女 B 個人生命故事【#C8】的內容發現，相較第一次於相見歡課程時的自我介紹多了小學一年級時功課很好，成績優良拿過很多次的進步獎，無論功課或成績樣樣都好，對自己非常滿意；直至三年級，因為課程難度難很多，學業開始退步，後有每到下課都不能出去玩而須配合班級小老師學習，並因此遭遇同學

欺負；直至國中受到姊姊即兩個非常要好的朋友的照顧與陪伴，生活才開始有所光彩的內容，顯示同儕與家人支持關係對於青春期的女 B 而言，確實具有重要影響。

女 B 提及高職時在綜合職能科學餐飲與園藝，但因為餐飲老師人很好、有耐心，且因為有烘焙做麵包和蛋糕、餅乾可以吃因此喜歡餐飲，可知女 B 確實較易受人物的支持程度而影響喜好；其中對於迄今所從事之三個工作內容及遭遇多有描述，此與自我介紹時內容無多的女 B 殊異頗大，顯示女 B 對於此學習團體之信任，亦回應其於自我概念分析中所提較能表露個人真實情緒之陳述。綜觀女 B 個人的生命故事，並未特別提及個人興趣與受角色楷模影響之內容，但卻可由初始內容之偏負向轉以母親的正向鼓勵結尾發現，女 B 於面對挫折或困境心念的轉折已趨正向。

研究者試分析該課程學習對於女 B 自我概念向度具促進作用者為：心理(對團體較感信任故較能表達真實的自己)、工作(從挫折至今之逐漸穩定感)、家庭(母親與姊姊都曾給予支持)、自我行動(因為珍惜工作所以認真努力工作)、自我滿意(小學時曾有好學業表現時期)、自我認同與整體自我(於工作中獲得自我肯定) 與社會(師長與好友的支持)。

三、對於女 B 課程參與之其他觀察【#B1】

誠如女 B 做事情很細心、認真的倫理道德自我概念分析，女 B 於團體參與前期多維持沉默的認真學習態度，對於其他成員的問候多以微笑點頭回應，話不多，然對於提問都認真思考後回應。團體後期，則會主動對團體其他成員表達對其

部份行為的肯定，且於討論角色楷模故事相關內容時，多能參與表達個人看法並能主動連結個人與楷模相似的特質。

團體課程進行中，女 B 於 12/29、30 兩個下午皆因工作必須請假，除第二次戲劇體驗課程未能補課，12/30 下午之團體結束課程內容則分別於 12/29、30 其夜間工作休息晚餐時間及部分檢核委請其帶回家補全方式完成，女 B 對於只能簡便以麵包果腹及犧牲個人休息時間的方式，能毫無怨言配合，充份可見女 B 任怨耐勞、認真學習的態度。

12/30 下午的最後一次團體課程結束後，所有成員皆不捨離開，並堅持等到女 B 晚餐休息時間，全員到齊拍照，從旁觀察發現，女 B 因其他團體成員的熱情而深表感動呢!!

此中彰顯，透過團體課程的參與，除認真學習楷模特質，女 B 並多能主動連結個人與楷模的共同特質，增益個人對自我的認同與自信，透過團體成員間的共學互持，更實際提供女 B 於心理與人際情感的支持。

研究者試以觀察者角度分析女 B 於團體課程之參與，對其自我概念向度具促進作用者為：心理(於諸楷模生命故事之學習、發現與楷模具相似特質、受團體成員支持)、自我行動(團體學習、學會主動關懷他人、表達個人意見)、社會(與團體成員之良好互動)、自我認同(從工作中建立自信)等。

四、彙整女 B 之於團體參與總體學習分析

彙整女 B 於團體之學習與參與發現，女 B 透過諸楷模故事的學習，希望能學習楷模熱心公益、與同仁相處融洽、敬

業態度、樂觀善良，積極奮鬥和吃苦耐勞等的人格特質；並因發現個人與楷模具有念舊、不抱怨工作勞累、珍惜工作機會等相同特質時而歡喜。

女 B 自述從團體中學會主動關心別人、發現個人也曾遭遇貴人支持、重新連結小學學業成績良好時之個人滿意時期；透過興趣探索課程釐清現職雖非興趣，但因珍惜工作得來不易，卻總能以愉快心情上班並認真工作，肯定發展興趣的重要性，並自期未來能透過觀摩社會互動與參與職業訓練等方式發展個人興趣；女 B 表示透過團體之學習互動，學會比較敢表達個人情緒，說出心裡的話，並透過課程討論過程表達個人意見等，顯示角色楷模學習團體課程，對於女 B 的學習與心理支持確具提升作用。

研究者試以表列分析整體團體課程參與對於女 B 自我概念向度之促進，參如表 4-1-6 之相關彙整分析。

表 4-1-6 女 B 參與團體學習對其個人自我概念向度之促進作用分析

生理自我	×
心理自我	希望學習楷模樂觀善良，積極奮鬥和吃苦耐勞等特質、與楷模具有念舊、不抱怨及珍惜工作機會相同特質、釐清對工作喜好、工作時曾被稱讚、相信只要努力向上一定可以將工作做得更好、說出不高興的事不悶在心裡、希望能學會相信自己、肯定自己的自信心、對團體較感信任故較能表達真實的自己、於諸楷模生命故事之學習、受團體成員支持

倫理道德	做事很細心、認真
家庭自我	能為家人做些事情感到滿意、母親與姊姊都曾給予支持
社會自我	希望能學習熱心公益、與同仁相處融洽、觀摩社會互動、透過團體課程學會主動關心別人、曾遇店長貴人、師長與好友的支持、與團體成員之良好互動
工作自我	雖遠距離通勤卻能規律上下班的敬業態度、廁所清潔之明確工作目標、擬參與職訓培養技能、曾被稱讚、從挫折至今之逐漸穩定感、因為珍惜工作所以認真努力工作
自我認同	與楷模具有念舊、不抱怨及珍惜工作機會等相同特質、於工作中獲得自我肯定
自我滿意	能為家人做些事情感到滿意、小學時曾有好學業表現時期
自我行動	為家人買東西、學會主動關心別人、說出不高興的事、因參與團體而感受益、參與團體學習、表達個人意見
整體自我	於工作中獲得自我肯定提升個人自尊

五、參酌田納西自我概念量表前後測結果進行女 B 學習成效之探討

茲將女 B 於田納西自我概念量表前後測結果【#D1、#D3】製如表 4-1-7，作為分析女 B 學習成效之探討。

表 4-1-7 女 B 之田納西自我概念量表(前後測)結果表

前	自	生	道德	心	家	社	工	自	自	自
---	---	---	----	---	---	---	---	---	---	---

後測	我總分	理自我	倫理自我	理自我	庭自我	會自我	作自我	我認同	我滿意	我行動
前測	37	47	47	25	30	40	27	33	35	43
後測	45	46	55	37	37	50	32	43	45	45
差異	+8	-1	+8	+12	+7	+10	+5	+10	+10	+2

增加 9 項：自我總分、倫理道德、心理、家庭、工作、自我認同、

自我滿意、自我行動

減少 1 項：生理

依田納西自我概念量表前後測結果分析發現，女 B 於參加學習團體課程後，於自我總分、倫理道德、心理、家庭、社會、工作、自我認同、自我滿意、自我行動等自我概念向度皆有所提升，且於心理自我(+12)、社會自我(+10)、自我認同(+10)與自我滿意(+10)等項度提升最多，顯示女 B 在個人自尊感、對於個人健康或外在形象、道德感、自我價值感、與他人與家人之互動關係、工作表現、自我認同度及自我接受與行為都具提升促進作用；且於自我價值感、與他人的互動關係、自我認同與自我接受度提升最多。而該些提升內容，亦確實可自女 B 的學習歷程中充分感受。

然女 B 於對於個人健康與外在形像的生理自我概念，卻於團體課程參與後略有消弱情形，則不確知是否受團體成員女 A 之活潑外向、且總是笑臉迎人之外在形象所影響。

六、總結女 B 之團體參與需求、團體參與學習及量表前後測

結果分析

女 B 於參與團體課程學習前，因受困於個人過去多負向經驗，個性稍顯退縮，且因長期仰賴他人協助支持，凡事多採順服，因而較缺乏個人決策主見，透由田納西自我概念量表之前測結果反映可知，女 B 於心理、工作、家庭、自我認同、自我滿意及整體自我等自我概念向度確有提供支持以協助促進之需要。

女 B 於參與團體課程學習後，透過各主題課程之學習參與內容分析發現，女 B 希望能學習楷模熱心公益、與同仁相處融洽、敬業態度、樂觀善良，積極奮鬥和吃苦耐勞等的人格特質；並因發現個人與楷模具有念舊、不抱怨工作勞累、珍惜工作機會等相同特質時而歡喜，該課程內容對於女 B 心理、工作、家庭、自我認同及自我行動等自我概念多向度，都分別有實質學習內容可資對應；輔以田納西自我概念量表之後測結果分析，女 B 於自我總分、倫理道德、心理、家庭、社會、工作、自我認同、自我滿意、自我行動等自我概念向度結果，與前測相較皆有所提升，且於心理自我(+12)、社會自我(+10)、自我認同(+10)與自我滿意(+10)等項度提升最多，顯示角色楷模學習團體之課程內容對於女 B 多向度自我概念確具正向促進影響。

叁、成員三：家人期待能協助走出茫然、看見未來的男 A

一、個人資料簡述【# A1】

現年 18 歲，101.6 甫自某高職綜合職能科畢業，目前受僱高職實習職場，於某汽車工廠從事洗擦車員工作迄今約 10 個月，個性樂觀、活潑外向，秉性淳良，多時工作認真、隨和好相處，故大抵能獲得上司與同儕的肯定。

認知學習之聽理解能力優於讀寫，口語表達能力佳，加諸個性衝動、遇事偏直接回應而不喜須經審慎思考之認知方式，因此，對於須複雜性操作、長時記憶及須思考理解的內容，則多採消極抗拒學習的態度，致易令人產生敷衍、不用心、不懂裝懂等錯誤印象。

男 A 的個性大抵乖順可服從指令，唯偶爾會因衝動控制困難致忽略工作細節與規範，加諸生氣時偶爾會口不擇言，所表達的內容往往因過於直接而易引發他人不悅，因此偶爾會影響男 A 的職場人際關係與個人工作執行自信。

父親以開計程車為業，母親則於家中做代工，家庭經濟雖不寬裕，但無須請領政府相關補助。父親多積極參與學校有關家長應參與活動以表對於男 A 受教的支持，唯對男 A 所須的特殊學習方式與發展則力感未逮，父母、姊、弟皆樂於於必要時提供男 A 意見與決策支持。

男 A 的興趣廣泛，並隨個人心情、重要他人意見與當時情境隨時變換個人興趣方向，對個人喜好無顯著參考指標，對於個人生涯發展問題，則因不擅思考故而不想、也不願多想，而此卻也是男 A 父親對其最大擔憂所在。

分析男 A 於田納西自我概念量表(成人版)之前測結果【#D1】發現，

男 A 於生理、心理、倫理、工作、家庭、社會等自我概念六向度，以工作 46 最高，顯示男 A 對於自己的工作表現堪稱滿意；倫理道德得分 22，反映男 A 對於個人之道德感或價值觀似稍模糊，衝突分數高於 80，對照男 A 之日常行為表現，推論男 A 可能具有衝動控制困難傾向；其餘得分介於 39-42 間，自我總分 40、自我滿意 41，顯示男 A 於生理、心理、家庭、社會及自我滿意與自我總分等自我概念向度，大抵皆為堪可接受或滿意情形。相較自我認同 35、自我行動 31 則有偏低傾向，反映尚有提升促進之空間。比對男 A 之個人資料現況，堪稱相符；故擬於後續團體課程執行過程關注男 A 於倫理道德、自我認同、自我行動及其他自我概念向度之學習情形，並適時提供必要的支持。

二、依團體課程主題內容，發現男 A 之相關學習歷程

研究者彙整男 A 於各角色楷模、興趣探討、自我概念、戲劇體驗、楷模深度探討及人人是楷模等主題課程的檢核資料，參酌每次團體課程之觀察及相關資料，比對『田納西自我概念量表(成人版)』前後測結果，進行個別成員學習歷程內容分析，以檢核角色楷模學習團體課程對男 A 自我概念的影響。

(一) 課程主題：角色楷模典範學習

研究者彙整男 A 於角色楷模典範學習主題課程之學習歷程如下：

1. 男 A 自述自角色楷模特質獲益良多。

經由男 A 於角色楷模主題課程學習自我檢核表回應內

容，參酌研究者之團體情境觀察，彙整取得男 A 領受各楷模生命故事啟發之學習心得有：**【#B1、#B2、#C1、#C2】**

透過角色楷模生命故事學習，男 A 表示，最喜歡蘇玉恭、丁文彬及林春江三楷模的生命故事，對於丁文彬楷模的念舊及蘇玉恭楷模的熱心公益最有感覺，也最想學習。男 A 認為，最受湯萱君、劉嘉尚及張煒生三楷模的生命故事感動，尤其湯萱君楷模雖然手腳協調較差，卻能積極參與運動比賽得到許多獎牌，相信必然付出許多努力、突破許多困難才能克服自己的障礙，故覺得湯萱君楷模很了不起。男 A 表示，最想學習湯萱君、蘇平順、丁文彬等楷模的精神毅力，認為此三位楷模都是勇於追尋夢想、不怕困難、且熱心助人的人，很羨慕有人能找到自己的興趣、敢於追尋自己的理想；男 A 並認為，能朝自己的理想前進是件很好的事。

2.男 A 透過角色楷模學習，為自己建立有五個正向行為目標。

男 A 回應透過楷模故事所為自己建立的正向學習行為有：**【#C2】**

- (1) 每日下班後，星期假日，在公司與同仁相處融洽，從不抱怨工作很勞累。
- (2) 我要學習盧蘇偉楷模的精神去幫助需要的人，有能力的話也要向丁文彬楷模一樣到處去做義工。
- (3)我要學習湯萱君及林春江二楷模堅持自己的夢想與熱情。
- (4)我要學習蘇玉恭、蘇平順二楷模不斷的學習、不斷克服困

難及好

好孝順父母。

(5)我要學習嘉尚楷模總是自己主動去找人幫忙他解決問題，不管在

工作或讀書都要有虛心學習的精神、不恥下問。

3.男 A 於課程中受楷模助人故事內容影響，主動分享於公車上對伯伯讓位，因受到老先生的稱許，引發其希望自己未來能經常幫助老人或他人的動機。

分析男 A 所自訂之擬向楷模學習行為發現，男 A 能自楷模故事中發現，

楷模們的能發展個人興趣、發現夢想、堅持理想、不斷學習與克服困難的精神，在在激勵男 A 起而效尤的期待；受到諸楷模熱心助人、能化實際行動幫助他人的事蹟所感動與吸引，尤其透過搭公車讓座而受到讚遇的親身經歷，更激發男 A 期待自己未來行有餘力能幫助他人，顯示角色楷模的個人特質，對於男 A 確實引發學習效應。

研究者試分析該課程學習對於男 A 自我概念向度具促進作用者為：心理(學習楷模堅持自己的夢想與熱情、不斷學習與克服困難)、工作(與同仁相處融洽，不抱怨工作勞累)、社會(幫助需要的人、當義工、主動找人幫忙)、家庭(孝順父母)、倫理(孝順、助人)與自我行動(讓位助人、不斷學習與克服困難)等。

(二)課程主題：興趣探討

研究者彙整男 A 於個人興趣探討主題課程之學習歷程如下。

分析男 A 於「我喜歡做的事」興趣測驗結果【#D2】發現，男 A 於動植物、體能表演及銷售三項之得分排序最高，透過主題課程釐清，男 A 表示，個人對於動植物的喜歡，乃源於從小被教育應該愛護小動物之印象概念；個人確實較偏好與同學間的打球活動，對於表演活動也有興趣；銷售則因學校時安排有超商實習，且自己樂於與人溝通、聊天，故認為自己應是喜歡銷售的，惟高職於超商實習曾有負向經驗，故並不認為自己喜歡超商工作，對於能從事何種銷售職類則顯模糊；經更進釐清，男 A 表示，上述興趣方向只能類屬生活興趣，對於如何轉化作為後續職業發展顯得茫然。【#B1、#B2】

釐清認為現職之洗擦車工作未符興趣原因【#A1】，男 A 表示，認為工作即工作，不知為何須與興趣進行連結？於聽完角色楷模故事複習及其他團體成之分享後，男 A 表示對於自己能有工作感到珍惜，尤其透過過去多實習經驗對照，發現於執行目前職務內容較有成就感，且該職場環境對自己也相較為友善，因此個人會珍惜目前的工作機會，只是當研究者更進釐清，現職是否為個人興趣？男 A 則不願回應。推論男 A 可能受制個人認知學習能力，且於探索體驗上多負向經驗，因此未能真正了解個人興趣方向所在，加諸可能受負向經驗情緒影響而未能真實釐清個人興趣所在；由男 A 於現有職場仍可獲得成功經驗推論，若能了解對應男 A 認知理解方式，兼以提供實作或較大量口語引導支持作為訓練探索方式，或許可因而強化男 A 的學習動機，建立其學習成就感，

並協助男 A 釐清個人興趣所在。【# B1、# B2】

分析角色楷模故事與興趣探索課程對於男 A 的影響發現，男 A 對於能發現個人興趣並堅持個人理想的楷模故事給予正向支持肯定，透過課程探索釐清，男 A 的興趣受個人情緒與學習經驗影響，較難透過一時或短期釐清真實興趣方向，然而男 A 於檢核表【# C3】卻仍肯定課程、楷模故事等對其興趣釐清具正向助益，並肯定一個能在生活或工作上充份發展興趣的人會比較幸福的人，或許亦透露男 A 對於個人興趣釐清之潛在期待。

研究者試分析該課程學習對於男 A 自我概念向度具促進作用者為：心理(羨慕楷模能發展興趣)、社會(樂於與人溝通聊天、職場環境對自己較友善)、工作與自我行動(執行目前職務較有成就感)等。

(三)課程主題：自我概念探討

研究者彙整男 A 於自我概念探討主題課程之學習歷程如下：

研究者先行透過自我概念分析作業單，於課程中引導團體成員對於盧蘇偉、丁文彬、蘇玉恭、湯萱君等四位楷模進行自我概念分析演練，並邀請所有成員自行完成個人自我概念分析【# C5】。男 A 對個人自我概念之分析如表 4-1-8。

表 4-1-8 男 A 之自我概念分析內容

自我概念向度	自我概念分析演練
生理自我概念	自小智力便比正常人低
心理自我概念	努力做好本份，幫助每一個人
倫理道德自我概念	我可以當老師的好幫手

家庭自我概念	姐姐有幫我看寫的作業
社會自我概念	積極任事的表現，獲得上司的肯定與讚許
工作自我概念	要好好的努力工作不要偷懶
自我認同	忠於生活自我、自食其力
自我滿意	很努力做好本份
自我行動	愛打球
整體自我概念	有能力幫助更多的人

男 A 於檢核表【#C4】中自評表示，透過閱讀蘇玉恭、丁文彬、劉嘉尚、湯萱君、蘇平順等楷模的故事內容帶給個人自我概念之影響。

從中可見，男 A 對於個人自我概念之分析內容，有部分參酌湯萱君楷模之特色完成，如積極任事的表現，獲得上司的肯定與讚許、忠於生活自我，努力做好本份、有能力幫助更多的人、自食其力等，則是透過團體課程中綜融諸楷模故事之分享心得所成；顯示角色楷模故事的內容確實啟發男 A 之學習。

研究者試分析該課程學習對於男 A 自我概念向度具促進作用者為：心理(努力做好本份、有能力幫助更多的人)、家庭(姐姐協助功課)、倫理(努力做好本份、助人)、自我行動(有能力幫助更多的人、愛打球)、自我滿意(守本份) 與自我認同(自食其力)等。

(四)課程主題：集體即興創作戲劇體驗活動

研究者彙整男 A 於戲劇體驗主題課程之學習歷程如下：

透過戲劇體驗課程之學習發現，男 A 於二次戲劇體驗時皆積極爭取演出機會，並於活動課程中充分融入個人喜樂情緒、對所扮演的角色內容積極表現(有時略顯激動)，但對於演

出後討論則消極配合且未提供建議；男 A 興奮於其他團體成員對其具表演天份之肯定；對於所演出的內容非自己的故事全然不在意，甚且因為無須書寫小劇本而歡喜(推論可能與個人書寫認知理解困難有關)。**【 # B1、 # B2】**

男 A 對於戲劇課程之體驗回應很好玩、老師會帶我們做怪怪的熱身運動、老師會陪我們一起演、希望未來還能有戲劇體驗的課程、可以學到不一樣的東西及希望戲劇體驗課程能多一點等。**【 # C6】**

就學習的方式而言，可能因戲劇體驗課程的上課方式較活潑、且較無須應用文字認知理解，故受男 A 喜愛；且因男 A 的演出表現普遍獲其他團體成員之讚譽，因而有較高的成就感。故於團體課程參與討論時，研究者曾就觀察建議男 A 未來可多參與以戲劇體驗方式進行自我探索之成長團體課程，以助益增益個人之自我了解。

研究者試分析該課程學習對於男 A 自我概念向度具促進作用者為：心理(避免障礙困境獲得成功感)、社會(與其他成員共同演出)、自我行動(積極爭取並投入演出)、自我滿意(表演受其他成員肯定) 與自我認同(表演受其他成員肯定)等。

(五)課程主題：角色楷模深度探討

研究者彙整男 A 於楷模深度探討主題課程之學習歷程如下：

男 A 認同團體成員對於盧蘇偉楷模之諸多肯定，覺得楷模的父母不放棄他是很厲害的事，認為因此才有現在可幫助別人的盧楷模。男 A 肯定盧蘇偉楷模認為找到自己的學習方

法是非常重要的事；希望自己將來也能像盧楷模幫助有學習障礙的喜憨兒一樣去幫助別人；並認為，盧蘇偉楷模能遇見馬傳鎮教授協助發現對的學習方法非常幸運，也因此楷模才能有目前的優秀表現、且有能力幫助他人。男 A 認為盧蘇偉楷模真是了不起的人。【#C7、#B1、#B2】

從上可知，男 A 對於盧蘇偉楷模的父母及其個人表現持以正向肯定；對於盧蘇偉楷模能值遇馬教授表示羨慕，並希望能學習盧蘇偉楷模熱心助人的精神。

研究者試分析該課程學習對於男 A 自我概念向度具促進作用者為：心理 (羨慕找到學習方法、優秀表現、幫助他人)、家庭(因為楷模的父母不放棄)、倫理(助人)、自我行動(找到自己的學習方法、幫助他人)、自我滿意(楷模目前的優秀表現、且有能力幫助他人)、自我認同(楷模目前的優秀表現、且有能力幫助他人)與社會(羨慕楷模因馬傳鎮教授協助發現學習方法、幫助別人)等。

(六)課程主題：人人是楷模

研究者彙整男 A 於人人是楷模主題課程之學習歷程如下：

透過課程回溯諸角色楷模的故事內容，建立楷模成功特質分析，男 A 表示，對照楷模特質，發現自己具有樂觀積極、孝順、工作認真與樂於助人等共通特質，並且應強化個人堅持毅力不怕困難的特質，期待自己能發展專長與興趣，開展忠於自我的人生。【#B2】

分析男 A 個人的生命故事【#C8】內容發現，男 A 相較第一次相見歡課程的自我介紹多了如出生時得了腦膜炎(推用

詞乃學習盧蘇偉楷模)、興趣為打球、游泳、跑步，喜歡的原因乃可以長高、可以健身預防感冒、增加肺活量、讓自己瘦下來(減肥)等。

男 A 的個人生命故事，採條列式陳述，總共約僅有 8 小行，內容介紹個人姓名、年齡、工作內容、家中成員、並認為自己的個性很可愛等；嘗試分析男 A 的生命故事內容發現，與相見歡的自我介紹相較，男 A 此次所提的職業方向更具體舉出體能活動內容，且能更清楚闡述喜歡原因，顯示男 A 可能受團體其他成員之介紹內容影響，故對於個人喜歡興趣的理由已較前具象清晰。

研究者試分析該課程學習對於男 A 自我概念向度具促進作用者為：生理 (打球、游泳、跑步、可以長高、健身預防感冒、增加肺活量、讓自己瘦下來)、工作(洗車員)、家庭(雖腦膜炎，但父母不放棄)、心理(較明確興趣內容)、整體自我(自評特質為樂觀積極、孝順、工作認真與樂於助人)等。

三、對於男 A 課程參與之其他觀察【#B1】

男 A 於整體課程參與過程中，多能積極參與學習，惟偶爾受情緒過於亢奮或急於表達個人意見而干擾團體課程運作，若給予口頭提示可改善，惟每次課程約須給予叮嚀 3-5 次不等，因觀察團體其他成員大抵能包容未發異議，故研究者僅採消極口頭勸說提示處理。

男 A 個性開朗，多能主動與其他成員打招呼或表達個人意見，並能主動提供對於其他團體成員的幫助，故與其他成員關係堪稱和樂。

男 A 之團體課程參與，原由父親代為報名，開課第一天時，男 A 因心情不佳，表示下週後即不續參加團體課程，然中午用餐後，可能因用餐氣氛溫馨及用餐後可較充分休息約 1.5 小時等因素，男 A 能積極投入參與下午的課程活動，後並表示希望能全程參與後續課程，故請研究者與雇主聯繫討論 12/22 的准假問題。等候准假期間，男 A 幾乎每日電聯研究者，並多次向雇主表達期能准假意願，雇主多次透過電話與研究者聯繫，最後告知礙於工作量大不宜准假；男 A 雖失望，但仍能負責完成工作，並總是最早出席參與後續之課程活動。12/22 該日之課程內容，除請家人協助為男 A 報讀角色楷模故事外，餘則於 12/23 第六次課程結束後進行補課。

研究者於發現男 A 之聽理解學習方式後，為避免男 A 未能有效理解課程檢核內容，故自 12/23 第五次課程起，徵得女 A 同意，為安排由女 A 逐題報讀題項內容，並由男 A 自行完成回應之方式因應，其他課程內容則因執行方式偏說解、施測亦採逐題報讀方式，故堪可利於男 A 表達個人觀點及回應個人意見。

整體課程參與，男 A 偶爾或有干擾課程情形，但因個性開朗，能主動與團體其他成員互動及提供協助，加諸男 A 於戲劇體驗課程時之表演天份深獲其他成員讚賞，整體而言，男 A 並未因此遭遇其他成員排斥並能樂在學習當中。

研究者試以觀察者角度分析男 A 於團體課程之參與，對其自我概念向度具促進作用者為：心理(個性開朗、戲劇體驗課程時獲其他成員讚賞)、社會(能主動與團體其他成員互動及提供協助)、

自我滿意(戲劇體驗課程時獲其他成員讚賞)與自我行動(參與團體課程)等。

四、彙整男 A 之於團體參與總體學習分析

彙整男 A 於團體之學習與參與發現，男 A 透過諸楷模故事的學習，希望能學習楷模發展個人興趣、發現夢想、堅持理想、不斷學習與克服困難的精神、期待自己未來行有餘力能幫助他人。

自男 A 的自我概念分析內容可發現，男 A 之於自食其力的自我期許，透過戲劇體驗活動則可發現男 A 的表演潛能，於盧楷模生命故事的深度探討裡可發現，男 A 對於楷模的父母不放棄及能值遇馬教授協助其找對學習方法助益楷模目前的成功感到敬佩，或者也透露能有貴人協助其找到對的學習方法的隱然期待；雖則男 A 並未明白表示現職是否符於興趣，但透過課程釐清，男 A 較確認該職務內容符於個人能力所勝任、且職場對其包容度相對較高的發現，並於個人生命故事中有更明確之興趣方向及喜愛原因，顯示課程內容對於男 A 之正向影響；若依男 A 之戲劇體驗課程表現，除可自其熱情投入發現對該課程之喜愛程度外，亦從中發覺，若果男 A 的認知理解方式乃聽說優於書寫閱讀，透過戲劇體驗或治療方式協助男 A 進行自我探索開發，應可視為值得推薦與後續應用採行方法。

研究者試以表列分析整體團體課程參與對於男 A 自我概念向度之促進，參如表 4-1-9 之相關彙整分析。

表 4-1-9 男 A 參與團體學習對其個人自我概念向度之促進作用分析

生理自我	打球、游泳、跑步、可以長高、健身預防感冒、增加肺活量、讓自己瘦下來
心理自我	學習楷模堅持自己的夢想與熱情、不斷學習與克服困難、羨慕楷模能發展興趣、努力做好本份、有能力幫助更多的人、避免障礙困境獲得成功感、羨慕找到學習方法、優秀表現、幫助他人、較明確興趣內容、個性開朗、戲劇體驗課程時獲其他成員讚賞
倫理道德	孝順、助人、努力做好本份、
家庭自我	孝順父母、姐姐協助功課、因為父母不放棄、
社會自我	幫助需要的人、當義工、主動找人幫忙、樂於與人溝通聊天、職場環境對自己較友善、與其他成員共同演出、羨慕楷模因馬傳鎮教授協助發現學習方法、能主動與團體其他成員互動及提供協助
工作自我	與同仁相處融洽，不抱怨工作勞累、執行目前職務較有成就感、洗車員
自我認同	自食其力、表演受其他成員肯定、楷模目前的優秀表現、且有能力幫助他人、
自我滿意	執行目前職務較有成就感、守本份、表演受其他成員肯定、楷模目前的優秀表現、且有能力幫助他人
自我行動	讓位助人、不斷學習與克服困難、愛打球、積極爭取並投入演出、找到自己的學習方法、參與團體課程
整體自我	自評特質為樂觀積極、孝順、工作認真與樂於助人

五、參酌田納西自我概念量表前後測結果進行男 A 學習成效之探討

(一)茲將男 A 於田納西自我概念量表前後測結果【#D1、#D3】製如表 4-1-10，作為分析男 A 學習成效之探討。

表 4-1-10 男 A 之田納西自我概念量表(前後測)結果表

	前 後 測	自 我 總 分	生 理 自 我	道 德 倫 理 自 我	心 理 自 我	家 庭 自 我	社 會 自 我	工 作 自 我	自 我 認 同	自 我 滿 意	自 我 行 動
前測	40	41	22	40	39	40	46	35	41	31	
後測	40	43	28	42	39	40	38	37	40	34	
差異		+2	+6	+2			-8	+2	-1	+3	

增加 5 項：生理、倫理道德、心理、自我認同、自我行動
 減少 2 項：工作、自我滿意
 不變 3 項：自總、家庭、社會

依田納西自我概念量表前後測結果分析發現，男 A 於參加學習團體課程後，於生理(+2)、倫理道德(+6)、心理(+2)、自我認同(+2)及自我行動(+3) 等自我概念向度皆有所提升，且於倫理道德(+6)提升最多，顯示男 A 在個人健康或外在形象、自我價值感、自我接受及日常行動都具提升促進作用。

然工作自我(-8)與自我滿意(-1)之得分卻呈現減少現象，顯示男 A 對於個人的工作表現與自我接受度，於團體課程參與後略有消弱情形，推論可能乃受對照諸楷模及團體成員皆能

悠遊於個人興趣中，因而影響男 A 對於工作自我之看待。

六、總結男 A 之團體參與需求、團體參與學習及量表前後測結果分析

男 A 於參與團體課程學習前，受困因個性衝動、遇事偏直接回應而不喜須經審慎思考之認知方式，大抵可服從指令，唯偶爾會因衝動控制困難致忽略工作細節與規範，加諸生氣時偶爾會口不擇言，所表達的內容往往因過於直接而易引發他人不悅，因此偶爾會影響男 A 的職場人際關係與個人工作執行自信。透由田納西自我概念量表之前測結果反映可知，男 A 於倫理道德、自我認同、自我行動等自我概念向度確有提供支持以協助促進之需要。

男 A 於參與團體課程學習後，透過各主題課程之學習參與內容分析發現，男 A 希望能學習楷模發展個人興趣、發現夢想、堅持理想、不斷學習與克服困難的精神、期待自己未來行有餘力能幫助他人。該課程內容對於男 A 理道德、自我認同、自我行動等自我概念多向度都分別有實質學習內容可資對應；輔以田納西自我概念量表之後測結果分析，男 A 於生理(+2)、倫理道德(+6)、心理(+2)、自我認同(+2)及自我行動(+3) 等自我概念項度皆有所提升，且於倫理道德(+6)提升最多，顯示角色楷模學習團體之課程內容對於男 A 多向度自我概念確具正向促進影響。

肆、成員四：努力裝備、期待開步走出新心境界的男

B

一、個人資料簡述【#A1】

現年 19 歲，高職時就讀綜合職能科，目前因體能尚不足負荷持續 2 小時以上之勞務性作業內容，故目前待業中，後續擬先以強化體能優於就業安排。

男 B 出身高社經地位家庭，父母對其之教育甚為重視，從小學習鋼琴訓練手部協調及注意力，自述最拿手理查。克萊德門的相關表演作品；個性乖巧溫順，就讀小學與國中時皆曾發生因課業程度不及同儕而遭排擠之負向經驗，日常的課業學習，多仰賴母親一對一指導完成家庭作業進度，高職時為顧及男 B 的學習適應，由母親協助安排就讀綜合職能科，之後的學習經驗方趨正向。

然也因過去之負向學習經驗而偏好家庭活動，除學習上多依賴母親的個別指導，凡事並多以聽從家人意見為主而少個人決策主見，日常因害怕個人心裡受傷及不知如何與人維持適當互動，因而經常婉拒同學友人的邀約，致人際略顯退縮。

男 B 有明確彈鋼琴、跑跑步機強化體能等生活興趣，母親為並為其安排分擔部分家中清潔與照顧祖母之家務責任，以訓練作業能力及強化責任感，高職時曾接受過行政庶務與超商助理作業實習，但相關操作技能與產能速度恐未能符於一般職場進用標準，男 B 與家人對於其就業方向並無特殊期待，男 B 對於生活興趣如何轉化成為個人未來生涯發展方向有感茫然，並對於個人部份人際退縮致除家庭外之社交生活經驗須待強化部份力感未逮。

分析男 B 於田納西自我概念量表(成人版)之前測結果【#D1】發現，男 B 於生理、心理、倫理、工作、家庭、社會等自我概念六向度，以家庭自我 62 最高，工作 50 其次，社會、生理、心理等皆有 42-44 分，顯示男 B 非常滿意與家人的關係、工作分數鑒於過去實習經驗觀感亦維持正向期待，並對於個人的社交關係、外在形象、自信感受等持有相當正向觀感；道德倫理自我 33 分，顯示男 B 對於個人的道德觀與價值感受明顯稍弱；整體自我、自我認同、自我滿意與自我行動之得分皆介於 41-49 之間，此充分顯示，來自較高家庭支持力的男 B，整體自我概念，除道德倫理自我稍弱及自我行動 41 應多予關注外，大抵有相當之正向水準，然比對男 B 個人資料現況，其之真實心理、工作、自我認同及自我認同反映尚須投以更進觀察，故擬於後續團體課程執行過程關男 B 於心理、工作、自我認同及自我滿意等自我概念向度之學習情形，並適時提供必要的支持。

二、依團體課程主題內容，發現男 B 之相關學習歷程

研究者彙整男 B 於各角色楷模、興趣探討、自我概念、戲劇體驗、楷模深度探討及人人是楷模等主題課程的檢核資料，參酌每次團體課程之觀察及相關資料，比對『田納西自我概念量表(成人版)』前後測結果，進行個別成員學習歷程內容分析，以檢核角色楷模學習團體課程對男 B 自我概念的影響。

(一) 課程主題：角色楷模典範學習

研究者彙整男 B 於角色楷模典範學習主題課程之學習歷程如下：

2. 男 B 自述個人自四位角色楷模的故事中有所學習。

經由男 B 於角色楷模主題課程學習自我檢核表回應內容，參酌研究者之團體情境觀察，彙整取得男 B 領受各楷模生命故事啟發之學習心得有：**【#B1、#B2、#C1、#C2】**

男 B 表示最喜歡蘇玉恭楷模總是笑臉迎人、認真工作、熱心助人、且每天到過世母親牌位上香祭拜的孝順行為；因為覺得自己是個不太能與人分享事情的人，且有時會拒絕同學的邀請，因此對於丁文彬與劉家尚二位楷模的樂於與人分享及表達自己的想法部分，覺得很值得自己學習；感動於林春江楷模的認真工作並想為媽媽買一間房子的孝順想法；透過盧蘇偉的楷模的故事內容，最希望能學習疼惜自己、愛護自己，有話要勇於說出與家人討論；討論過程，研究者提醒男 B 平時在家會協助照顧祖母，具備與諸楷模一樣的孝順行為，男 B 表示認同並為此肯定感到欣喜。

2.男 B 透過角色楷模學習，為自己建立一個正向行為目標。

男 B 回應透過楷模故事所為自己建立的正向學習行為為：**【#C2】**

要疼惜自己和愛護自己，生氣或難過時，就不要放在心裡，

要把它說

出來跟家人說。

分析男 B 所自訂之擬向楷模學習行為發現，男 B 能自楷模故事中發現，

希望能學習笑臉迎人、認真工作、熱心助人、孝順等行為，並因平時多以尊重家人意見為主，因此期待自己能學會樂於與人分享及表達自己的想法。雖則男 A 尚無正式就業經驗，但能透過楷模們認真工作故事裡學習該特質概念，以作為後續就業準備之因應。

研究者試分析該課程學習對於男 B 自我概念向度具促進作用者為：

心理(希望學習楷模笑臉迎人、認真工作、熱心助人、孝順等行為，期待自己能學會樂於與人分享及表達自己的想法)、工作(希望學習楷模認真工作)、社會(希望學習楷模笑臉迎人、不立即直接拒絕同學邀約)、自我認同(平時會照顧祖母的孝順行為)、自我行動(學習表達個人意見與想法)等。

(二)課程主題：興趣探討

研究者彙整男 B 於個人興趣探討主題課程之學習歷程如下：

分析男 B 於「我喜歡做的事」興趣測驗結果【#D2】發現，男 B 於藝術、企業事務與社會福利等項得分最高，特別值得一提的是，男 B 於科學、動植物、機械、工業生產及個人服務等項完全勾選不知道或不喜歡，以致全無得分；透過主題課程釐清，男 B 表示對於題項內容不甚熟悉或感覺較不喜歡者以勾選(?)選擇，明顯不喜歡，則直接勾選不喜歡；男 B 認為職業興趣結果與個人特質頗為相符，只是不確定個人之相關就業潛力。藝文類興趣因與自小學習鋼琴、喜好音樂有關，但並不認為個人具備可從事鋼琴教學的能力；企業事務則因考量個人體能及特質，若能從事高職時之簡單影印、接

聽電話、收送信件等行政事務工作內容，個人確實較為偏愛，但於知悉相關作業內容與一般職場之行政助理職類工作仍有顯著差距時甚感失望；男 B 表示社會福利與個人之喜歡助人的感覺有關。男 B 表示，透過楷模的故事學習，期望自己未來或可透過職業訓練強化個人職業能力、發展專業興趣；研究者詢問是否考慮擔任義工時，男 B 表示因目前須照顧祖母，故時間上並不容易安排，未來有時間時不排斥考慮。【# B1、# B2】

關心男 B 對於個人興趣的探索經驗，男 B 表示於學校時雖曾經歷行政庶務及超商助理等職類實習，實習時並不特別覺得自己能力不佳，但後來透過求職前之職業能力評估，方知個人尚不具一般職場就業能力，一開始確實會感到難過，但受母親鼓勵，經過清潔能力訓練一段時間後，對於清潔職類亦不排斥，目前最重要的乃先以強化個人體能為主，另會配合母親所定之家務分擔強化個人技能訓練；男 B 在得知其他團體成員目前皆在職時，表示希望能先有個工作證明個人的存在價值；至於工作是否符於興趣？男 B 表示，透過角色楷模故事的學習，其認為仍如湯萱君或林春江楷模利用工作之餘維持興趣似也不錯。【# B1、# B2】

由上可知，男 B 對於個人的真實興趣方向仍有待探索與發展空間，但透過楷模故事學得可透過職業訓練強化個人專業技能、先求擁有工作機會，並於工作之餘持續興趣亦是不錯選擇；透過釐清，明白個人就業能力恐尚未達一班職場進用標準或者有所難過，且因其他團體成員皆為在職，更令其對於*擁有工作*有更多

期待，然男 B 亦深知個人當前應須以體能強化為要，故經現場其他團員共同給予鼓勵安撫後，男 B 則較能釋懷。

研究者試分析該課程學習對於男 B 自我概念向度具促進作用者為：

心理(希望能有工作證明個人之存在價值、透過楷模故事學習可透過職訓強化技能，並可利用工作之餘維持個人興趣、受到其他團員支持)、自我行動(當前先以強化個人體能為要、配合母親之家務分擔規劃練習)、工作(擬參與職訓培養技能)、生理(當前先以強化個人體能為要)與社會(獲得其他團員支持)等。

而透過課程釐清，男 B 了解個人真實工作技能尚不符一班職場標準，且對照其他團體成員皆為在職者而部份，可能因真實釐清而削弱男 B 之工作自我概念及自我認同二向度觀感，宜於後續更進觀察。

(三)課程主題：自我概念探討

研究者彙整男 B 於自我概念探討主題課程之學習歷程如下：

研究者先行透過自我概念分析作業單，於課程中引導團體成員對於盧蘇偉、丁文彬、蘇玉恭、湯萱君等四位楷模進行自我概念分析演練，並邀請所有成員自行完成個人自我概念分析【#C5】。男 B 對個人自我概念之分析如表 4-1-11。

表 4-1-11 男 B 之自我概念分析內容

自我概念向度	自我概念分析演練
生理自我概念	輕度(智能障礙)
心理自我概念	負責任，有禮貌

倫理道德自我概念	守本份、熱心服務
家庭自我概念	願意聽父母的話、孝順奶奶、友愛哥妹
社會自我概念	樂於助人
工作自我概念	×
自我認同	希望找到自己的興趣，讓自己更有信心
自我滿意	對於目前的狀況，父母均給予肯定
自我行動	希望我能找到工作
整體自我概念	希望能自食其力，受到大家的肯定

從上可知，男 B 認為自己是個負責任、有禮貌的人，能安守本分並熱心服務，在家多能聽從父母的話、孝順祖母並友愛手足，因為父母得肯定表現而感到滿意；希望能找到個人的興趣建立自信，並希望能找到工作、自食其力以獲得大家肯定。顯示透過楷模故事學習與興趣探索課程，興趣探索概念已逐漸深化建立於男 B 心中，此並可再次深刻感受男 B 對於獲得一份工作肯定自我價值之熱切期望。

研究者試分析該課程學習對於男 B 自我概念向度具促進作用者為：心理(希望能找到興趣建立自信及找到工作、自食其力獲得大家肯定、父母肯定表現)、家庭(家人關係互動良好、家人間支持度高)、自我滿意(父母肯定表現)、社會(希望找到工作獲得他人肯定)、自我認同(父母肯定表現)、倫理道德(守本分)等。

(四)課程主題：集體即興創作戲劇體驗活動

研究者彙整男 B 於戲劇體驗主題課程之學習歷程如下：

男 B 於二次戲劇體驗課程時皆積極爭取演出機會，尤其第一次課程所演出之劇本乃其真實故事(男 A 於過程中至少三

次以上強調該劇情為真實)，男 B 會積極扮演起劇導角色，要求演出成員配合其指導劇情演出，倘遇成員未能符於其表現期待時，男 B 會忍不住苦口婆心、再三勸說其他成員配合其演出，並在兩次扮演阻礙者之父親角色阻止母親讓其買貼紙時當場近乎逼真演出哭戲，令現場演出角色與觀眾難分真偽，男 B 並因此多次表達：我很會演、一向都很會演、因為這個劇本是真實的、真正發生過……雖則三次演出過程曾有一次因飾演協助者的母親因一時心軟同亦其購買貼紙成功，但有一次未成功，最後一次最終演出，乃妥協下可購買；於演出後討論時，男 B 表示多時為有條件購買之機會為多，尤其母親鼓勵其應於未來有就業收入時自行購買，男 B 表示同意母親之意見；並再次強調，演出過程當未能購買貼紙成功時之逼真哭戲，是因為自己真的很會演。【# B1、# B2】

男 B 肯定可以透過戲劇體驗課程與其他團體成員互動的機會、並表示以前從未能經驗戲劇體驗課程，覺得老師會陪同大家做暖身運動及演出的過程很好玩；後續討論時，男 B 認為，戲劇體驗課程可以協助自己達成希望購買貼紙的目標，且個人情緒在演出過程得以抒發，並滿足自己喜歡演戲的興趣。【# C6、# B2】

男 B 對於戲劇體驗課程的分享，雖未具體提及是否受到楷模故事的影響，但能透過演出與人互動、達成個人想購買貼紙的目標、抒發情緒並滿足個人對於演戲之興趣，對其個人之學習與心理支持度，想應皆能扮演正向支持作用。

研究者試分析該課程學習對於男 B 自我概念向度具促進作用

者為：心理(達成個人想購買貼紙的目標、抒發情緒並滿足個人對於演戲之興趣)、自我滿意(第一次演出為個人故事情節，在演出中獲得滿足)、社會(透過演出與人互動)、整體自我(第一次演出為個人故事情節)與自我行動(積極爭取演出機會)。

(五)課程主題：角色楷模深度探討

研究者彙整男 B 於楷模深度探討主題課程之學習歷程如下：

男 B 同意成員們表示，並為盧蘇偉楷模能找到學習方法突破個人學習障礙，花了七年、考了五次才考取大學，努力突破困難的堅強毅力感到佩服。盧蘇偉楷模始終相信自己是天底下最聰明的人、建議人應該疼惜自己、愛護自己對於自己都是很好的學習【#B1、#B2】。

。男 B 希望能向楷模學習相信自己肯定自我、永不放棄直至成功、了解自己的優缺點、腳踏實地努力不懈、感恩知足熱心助人等特質；因為楷模成立了基金會協助有學習困難的喜憨兒，因此男 B 希望楷模能教他學習的方法，以協助其找到自己的學習方法，並希望自己努力、永不放棄、好找到工作。

【#C7、#B2】

從中可知，男 B 透過盧蘇偉楷模的故事學習，希望自己能學會了解自己的優缺點、能學習楷模的教學方法，以找到自己的學習方法，希望能努力、永不放棄以找到工作等；依此得以想見，男 B 對於了解真實自己、找到工作與個人學習方法以建立個人自信之內在想望。

研究者試分析該課程學習對於男 B 自我概念向度具促進作用

者為：心理(希望能學會了解自己的優缺點、希望能透過工作與找到學習方法建立自信)與工作(工作動機的強化)。

(六)課程主題：人人是楷模

研究者彙整男 B 於人人是楷模主題課程之學習歷程如下：

透過課程回溯諸角色楷模的故事內容，建立楷模成功特質分析，男 B 表示，對照楷模特質，發現自己具有孝順、樂觀積極、樂於助人的共同特質；期能發展專長與興趣、強化堅持毅力不怕困難的特質；並期待未來能工作認真，並開展忠於自我的人生。【#B2】

分析男 B 個人生命故事【#C8】的內容發現，相較第一次於相見歡課程時的自我介紹多了出生時得了腦膜炎，醫生跟媽媽說：「我沒辦法活了」，媽媽就請醫生幫我救活，後來醫生就用腦部開刀又引流管，傷到左腦，所以影響到智商，但是我和媽媽都不氣餒，我每天都會把功課完成，即使到多晚媽媽都會陪我【研究者推論此處之描述方式受盧蘇偉楷模之故事影響頗多】；國小和國中時的學習過程很辛苦，曾被同學欺負和排擠，一直到高中比較好。另多了比較明確的彈鋼琴、跳舞、收集貼紙等興趣內容及喜歡的原因；並再次敘及希望透過工作收入購買貼紙，並養活自己及父母；並表達想與盧蘇偉楷模學習要疼惜自己和愛護自己，生氣或難過就不要再放在心裡，要把它說出來跟家人說，遇到挫折時也不要放在心裡也要跟家人說。及向丁文彬楷模學習不要逃避困難，試著去做，還有同學約我出去玩，我不能馬上說我不能去，要說我看一下那一天有沒有空等。此中顯示，無論是角色楷模的

特質、生命敘說方式及興趣主題探討課程都真實對於男 B 帶來啟發與影響。

研究者試分析該課程學習對於男 B 自我概念向度具促進作用者為：心理(希望能學習疼惜自己和愛護自己、維持個人興趣)、工作(工作動機的強化)、家庭(母親的支持、希望賺錢養活自己及父母)、自我行動(遇到挫折時不要放在心裡要跟家人說、不要立即拒絕同學的邀約)、整體自我(希望透過工作強化個人價值與自信)、社會(不立即拒絕同學的邀約)與倫理道德(孝順、希望自立)等。

三、對於男 B 課程參與之其他觀察【#B1】

誠如男 B 認為自己是個負責任、有禮貌的人之自我概念分析，男 B 於課程進行中總是認真學習，並仔細回應課程中回應問題，對於其負責導讀林春江楷模的故事內容，男 B 並能聽從建議於分享前先行上網收集相關資料並與團體成員分享，對於指定的作業單內容，男 B 都能認真完成，即連午間用餐時之欣賞機構活動影片，男 B 都能認真欣賞，且直至影片播畢，正式進入午休時間為止，整體團體參與過程，在在可見男 B 的認真與負責態度。

只是於討論過程中，或課後填具檢核單時，初期可見男 B 對於問題大抵須經多次提醒說明，透過引導方能切入相關問題回應，於中可見，男 B 多時缺乏獨立思考與決策能力、習慣仰賴引導之學習模式；研究者於發現男 B 之學習習慣後，建議其自行查閱楷模或課程相關資料，並多次告知並強化答案無對錯，只需依個人之想法回應即可，經執行多次，男終

於越來越能自主針對問題查詢擬答回應，並勇敢作答，顯示只需透過適度引導及削弱過度協助，男 B 的自主決策能力仍具被開發與建立空間。

男 B 於團體參與期間，總能主動協助研究者為其他團體成員開關門、或接聽中午便當之收送服務電話等，顯示男 B 的確實具備乖順、服從、負責的特質；團體期間，並都能與其他成員和樂相處，並主動分享個人所收集的貼紙，與平時會拒絕同學邀約之個性頗有不同，研究者經予釐清，男 B 表示是因為喜歡此團體課程內容、成員及受楷模故事影響，認為自己應學習適當與同學共遊互動學習、並應修正個人經常直接拒絕同學邀約的行為；且因為團體學習，學會了要了解自己、疼惜自己、能表達個人意見與想法的重要性等。

此中彰顯，透過楷模故事的激勵、團體學習與成員支持等，從中建立了男 B 的信任感及對於個人可學習之方向，顯示該團體課程及氛圍對於男 B 的學習，都確實具提升與促進作用。

研究者試以觀察者角度分析男 B 於團體課程之參與，對其自我概念向度具促進作用者為：心理(於諸楷模生命故事之學習、受團體成員支持)、自我行動(團體學習、學會與同儕的互動、學習表達個人意見)、社會(與團體成員之良好互動)、自我滿意(覺得在團體中有所學習)等。

四、彙整男 B 之於團體參與總體學習分析

彙整男 B 於團體之學習與參與發現，男 B 透過諸楷模故事學習，希望能學習楷模笑臉迎人、認真工作、熱心助人、

孝順、樂於與人分享及表達自己的想法的特質行為，渴望能透過工作強化個人的獨立感、建立個人的自信心，且透過楷模的故事發現應學會了解自己的優缺點及不立即拒絕同學的邀約等。

透過課程中多次表達希望能找到工作自立、購買自己喜歡的貼紙、找到個人價值自信、養活父母等的積極想望；期待能找到自己的學習方法、找到自己的興趣(可作為未來職業發展)，勇於表達個人意見之疼惜自己行為等，在在彰顯，男 B 潛在對於建立自信、自尊感之熱切期待。了解個人目前須先以強化體能為優先，團體成員目前皆有工作之就業動機催化、自楷模故事學得認真工作態度的重要、可透過職訓學得技能、先以保有工作為先，必要時透過工作之於發展興趣等，在在處處無非都在強化建立男 B 的就業準備度；而楷模們勇於突破困難的具體事蹟與作為，對於男 B 更隱然自成激勵，暗示男 B 未來面對困境時之應持態度，此更形成助益男 B 未來就業適應之預作準備。男 B 表示透過團體之互動學習，學會表達個人意見及對人的信任感等，顯示角色楷模學習團體課程，對於男 B 的學習與心理支持確具提升作用。

研究者試以表列分析整體團體課程參與對於男 B 自我概念向度之促進，參如表 4-1-12 之相關彙整分析。

表 4-1-12 男 B 參與團體學習對其個人自我概念向度之促進作用分析

生理自我	當前先以強化個人體能為要
心理自我	希望學習楷模笑臉迎人、認真工作、熱心助人、孝順等行為，

	期待自己能學會樂於與人分享及表達自己的想法、希望能有工作證明個人之存在價值、透過楷模故事學習刻透過職訓強化技能，並可透工作之餘維持個人興趣、受到其他團員支持、希望能找到興趣建立自信及找到工作、自食其力獲得大家肯定、父母肯定表現、達成個人想購買貼紙的目標、抒發情緒並滿足個人對於演戲之興趣、希望能學會了解自己的優缺點、希望能學習疼惜自己和愛護自己、維持個人興趣、於諸楷模生命故事之學習、受團體成員支持
倫理道德	守本分、孝順、希望自立
家庭自我	家人關係互動良好、家人間支持度高、希望賺錢養活自己及父母
社會自我	希望學習楷模笑臉迎人、不立即直接拒絕同學邀約、獲得其他團員支持、希望找到工作獲得他人肯定、透過演出與人互動、與團體成員之良好互動
工作自我	希望學習楷模認真工作、擬參與職訓培養技能、工作動機的強化
自我認同	平時會照顧祖母的孝順行為、父母肯定表現、
自我滿意	父母肯定表現、第一次演出為個人故事情節，在演出中獲得滿足、覺得在團體中有所學習
自我行動	學習表達個人意見與想法、當前先以強化個人體能為要、配合母親之家務分擔規劃練習、積極爭取演出機會、遇到挫折時不要放在心裡要跟家人說、不要立即拒絕同學的邀約、團體學習、學會與同儕的互動、學習表達個人意見
整體自我	第一次演出為個人故事情節、希望透過工作強化個人價值與

五、參酌田納西自我概念量表前後測結果進行男 B 學習成效之探討。

茲將男 B 於田納西自我概念量表前後測結果【#D1、#D3】製如表 4-1-13，作為分析男 B 學習成效之探討。

表 4-1-13 男 B 之田納西自我概念量表(前後測)結果表

前 後 測	自 我 總 分	生 理 自 我	道 德 倫 理 自 我	心 理 自 我	家 庭 自 我	社 會 自 我	工 作 自 我	自 我 認 同	自 我 滿 意	自 我 行 動
前測	49	44	33	42	62	42	50	44	48	41
後測	60	55	48	53	61	49	56	60	60	41
差異	+11	+11	+15	+11	-1	+7	+6	+16	+12	0

增加 8 項：整體自我、生理、倫理道德、心理、社會、工作、自我認同、自我滿意

減少 1 項：家庭

不變 1 項：自我行動

依田納西自我概念量表前後測結果分析發現，男 B 於參加學習團體課程後，除家庭(-1)、自我行動不變外，於整體自我、生理、倫理道德、心理、社會、工作、自我認同、自我滿意等自我概念向度皆有所提升，且於自我認同(+16)、倫理道德(+15)、自我滿意(+12)、整體/生理/心理三自我(皆+11)等向度皆提升超過 10 分以上，顯示男 B 在自我認同、個人價值感、自我接受與對個人之

外在形象、自信心與個人自尊感等，於參與學習團體課程後，委實具長足提升之促進作用；且於前測(33)時明顯稍弱之倫理道德經團體參與後，提升為正向概念值(48)，誠乃極大鼓舞。而男 B 所提升之諸多自我概念向度內容，確實可自男 B 的學習歷程中充分感受。

六、總結男 B 之團體參與需求、團體參與學習及量表前後測結果分析

男 B 於參與團體課程學習前，因受困於個人過去學習之負向經驗，個性稍顯退縮，且因長期仰賴他人協助支持，凡事多採順服，因而較缺乏個人決策主見，家人之高支持性，大抵能令男 B 之自我概念向度維持於正向水準中，透由田納西自我概念量表之前測結果反映可知，男 B 對於個人之價值感明顯稍弱，自我行動亦應稍予關注，然有鑒於男 B 尚無就業經驗，工作概念尚須提升；因過去負向經驗所形成之退縮行為，是否受制潛在自我認同、自我滿意、心理自我、整體自我等概念投射影響？誠乃研究者認為應投以關注之向度內容。

男 B 於參與團體課程學習後，透過各主題課程之學習參與內容分析發現，男 B 希望能學習楷模笑臉迎人、認真工作、熱心助人、孝順、樂於與人分享及表達自己的想法的特質行為，渴望能透過工作強化個人的獨立感、建立個人自信心，透過楷模的故事發現應學會了解自己的優缺點及不立即拒絕同學的邀約等，該課程內容對於男 B 自我認同、自我滿意、

倫理道德、心理及整體自我等自我概念多向度，都分別可有實質學習內容可資對應；輔以田納西自我概念量表之後測結果分析，男 B 於自我總分、倫理道德、心理、社會、工作、自我認同、自我滿意等自我概念向度結果，與前測相較皆有所提升，且於自我認同(+16)、倫理道德(+15)、自我滿意(+12)、整體/生理/心理三自我(皆+11)等向度皆提升超過 10 分以上，顯示角色楷模學習團體之課程內容對於男 B 多向度自我概念確具正向促進之影響。

伍、成員五：進退理想與現實維谷之間、期展開新局的男 C

一、個人資料簡述【#A1】

現年 26 歲，高職時就讀綜合職能科，過去曾擔任公部門之短期資料處理契約工，並受雇某大房仲公司因應義務進用開缺從事庶務助理職類工作，總工作年資約 4 年，日前因久未能媒合到個人所期待的行政助理職類工作，加諸待業期間，男 C 的母親為轉化其長期退縮在家所呈現之反應退化情形，故而勉強屈就某超商門市助理人員一職，對於現職，男 C 與母親因受制過去曾獲行政庶務相關工作機會及潛在職業階級概念影響，就業迄今雖已 9 個月，兩人卻仍期待以覓得其他行政庶務工作機會為主。

男 C 來自家庭社經地位不錯之家庭，父親常年於大陸工作，母親為家管，姊姊在學校擔任助教，母親可能因擔心男 C 的障礙，故對其相關事項都甚表關心，凡事經常參與並主導

意見決定。男 C 表示，深知個人的電腦作業、學歷與其他專業能力，若欲從事當前的行政助理職類工作恐有難度，亦知提升相關作業能力有其必要，但男 C 的母親因擔心其無法跟上一般職訓課程學習進度影響適應自信，因此對相關職業訓練或因課程確無適當或潛在之抗拒，參訓一事未能成行，男 C 對於個人之就業方向及是否接受職訓安排等，多採被動配合、並以尊重母親意見立場為優先。

男 C 表示對於個人相關事項，也曾期待能有自主決策能力，但鑒於過去個人之自主結果成功經驗無多，且聽從家人安排多能產生不錯結果，故為時既久便自然習以尊重家人意見為主，男 C 大抵能安於現狀，潛在卻也期待能有自主空間，只是不確知該空間之大小及應如何落位？潛在除對於個人的能力缺乏自信、也對於外在情境的不確定感有感茫然。

分析男 C 於田納西自我概念量表(成人版)之前測結果【#D1】發現，

男 C 於生理、心理、倫理、工作、家庭、社會等自我概念六向度，以家庭自我 57 最高，生理 54 其次，道德倫理 48、心理 42，顯示男 C 對於與家人的關係、個人外在形象觀感、個人價值觀及自信心等皆屬正向，惟社會與工作自我皆 37，略顯稍弱；整體自我 50、自我認同/滿意/行動三補充分數介於 44-54 間，顯示家庭之高支持力，致男 C 於個人自我認同、自我接受、表現行為與自尊感受等皆屬正向；然比對男 C 的個人資料，除工作與社會二向度應於後續團體課程參與給予較高關注外，心理、自我認同/滿意/行動等向度將持以更進觀察，關注其學習，並適時提供必要的支持。

二、依團體課程主題內容，發現男 C 之相關學習歷程

研究者彙整男 C 於各角色楷模、興趣探討、自我概念、戲劇體驗、楷模深度探討及人人是楷模等主題課程的檢核資料，參酌每次團體課程之觀察及相關資料，比對『田納西自我概念量表(成人版)』前後測結果，進行個別成員學習歷程內容分析，以檢核角色楷模學習團體課程對男 C 自我概念的影響。

(一) 課程主題：角色楷模典範學習

研究者彙整男 C 於角色楷模典範學習主題課程之學習歷程如下：

3. 男 C 自述個人自六位角色楷模的故事中有所學習。

經由男 C 於角色楷模主題課程學習自我檢核表回應內容，參酌研究者之團體情境觀察，彙整取得男 C 領受各楷模生命故事啟發之學習心得有：**【#B1、#B2、#C1、#C2】**

男 C 表示最喜歡也想學習丁文彬、湯萱君、林春江等楷模的認真工作態度；最感動於蘇玉恭、盧蘇偉、張煒生、劉嘉尚等楷模的生命故事，認為他們都是很有毅力與恆心的人，尤其感佩蘇玉恭楷模能每天到他母親的牌位上香，認為那需要很大的毅力與恆心才能真正實踐，男 C 覺得透過楷模故事的學習，學習最多的乃楷模們有毅力與恆心不怕困難，勇敢嘗試不怕挫折，認真工作的特質行為；男 C 表示，自己於家裡時也有如楷模能主動幫忙照顧阿公阿嬤的孝順行為。

4. 男 C 透過角色楷模學習，為自己建立一個正向行為目標。

男 C 回應透過楷模故事所為自己建立的正向學習行為為：**【#C2】**

要有毅力孝順父母，照顧家人，幫忙倒水、掃地、拖地，幫阿公阿嬤買東西，幫媽媽搬東西，例如搬桌椅、書桌、箱子，幫家人倒垃圾。

分析男 C 所自訂之擬向楷模學習行為發現，男 C 能自楷模故事中發現，希望能學習楷模工作認真、不怕困難、有恆心與毅力，對於楷模的孝順行為最為感佩，因此訂下希望能孝順父母、照顧家人、幫忙家務之具體可行目標。

研究者試分析該課程學習對於男 C 自我概念向度具促進作用者為：心理(希望能學習楷模工作認真、不怕困難、有恆心與毅力)、工作(希望能學習楷模工作認真)、家庭(望孝順父母、照顧家人、幫忙家務)、自我認同(有如楷模的孝順行為)與自我行動(訂定具體孝順父母、照顧家人、幫忙家務行為目標)等。

(二)課程主題：興趣探討

研究者彙整男 C 於個人興趣探討主題課程之學習歷程如下：

分析男 C 於「我喜歡做的事」興趣測驗結果**【#D2】**發現，男 C 於企業事務、個人服務、機械等項分數較高，但最高之企業事務為 7 分，個人服務與機械則分別僅 3 分、2 分，顯示男 C 除企業事務興趣分數明顯稍高外，餘則興趣不高；觀諸男 C 其他興趣分數，尚有藝術、科學、銷售、領導等項全然未得分；透過興趣探索課程釐清，男 C 表示確實對於企業事

務興趣較高，餘則難生興趣；個人服務乃因從事超商門市助理後漸生興趣，發現能適當回應客人需求，協助其解決找不到東西的困難似也是件愉快的事，但自己個性不擅與人互動，若能從事簡單重複性高的作業內容應屬不錯，只是若為工廠作業員則又似乎不頂好，總體而言，自評興趣測驗結果與個人特質堪稱相符。

研究者與釐清認為現有工作與個人興趣不符原因，男 C 表示之前持非屬行政庶務職類即未符興趣立場，讀過楷模生命故事後，認為若能如湯萱君楷模雖從事超商服務工作，但仍能利用公餘維持個人運動相關興趣，誠值得學習；因此個人學得或可考慮維持保有現職，並發展個人興趣；且若真實釐清個人能力，深知欲從事行政助理相關職類確有難度，當前能有工作又遠比待在家裡為佳，且自從從事超商助理工作後，發現工作內容堪稱有趣，若能適時幫助客人亦屬不錯，故職務內容應可符個人興趣；而今讀過湯楷模的故事，更肯定或可繼續；課程中並因其他成員建議可參與門市人員丙級資格檢定而高興，至於是否參與職訓強化個人電腦作業相關能力，男 C 表示或可考慮。

整體而言，男 C 肯定職業探索課程協助個人釐清興趣方向，認為透過楷模故事學習發現，多數成功楷模乃因能積極發展個人興趣，故認為若能從事自己喜歡的事應為迷人的事；但若未能從事個人興趣，透過職訓強化個人興趣的維持與建立，或先以保有工作機會，次利用公餘維持興趣應也可視為好方法；思及自己從事超商助理工作，透過既有工作發

現能有協助客人助人的機會，藉此培養個人興趣也不錯；最後，男 C 認為，認真工作獲得雇主肯定更重要。【#B1、#B2】

由上可知，男 C 對於個人的興趣雖有明確喜好程度之別，但透過楷模故事的學習可透過職訓的方法發展並建立興趣技能，或學得先以保全工作為先，並利用公餘維持興趣的方法；另透過課程釐清個人對於工作的興趣，及透過團體成員獲得可更進取得專業資格的資源方法等，相信於男 C 都應是不錯的學習。

研究者試分析該課程學習對於男 C 自我概念向度具促進作用者為：心理(透過楷模故事學習發現成功楷模多從事自己所喜歡的事、可透過職訓強化技能，並可透工作之餘維持個人興趣、受到其他團員支持提供資源)、自我行動(希望學習楷模認真工作)、工作(學習認真工作獲雇主肯定為主要)、社會(受到其他團員支持提供資源)與自我認同(釐清對自己現有工作的興趣)等。

(三)課程主題：自我概念探討

研究者彙整男 C 於自我概念探討主題課程之學習歷程如下：

研究者先行透過自我概念分析作業單，於課程中引導團體成員對於盧蘇偉、丁文彬、蘇玉恭、湯萱君等四位楷模進行自我概念分析演練，並邀請所有成員自行完成個人自我概念分析【#C5】。男 C 對個人自我概念之分析如表 4-1-14。

表 4-1-14 男 C 之自我概念分析內容

自我概念向度	自我概念分析演練
--------	----------

生理自我概念	輕度智障
心理自我概念	做事不怕辛苦、勞累
倫理道德自我概念	與人要和諧相處
家庭自我概念	要和諧相處，主動幫家裡面做事
社會自我概念	對待人要和諧
工作自我概念	要認真工作、專心工作
自我認同	要有毅力與恆心
自我滿意	做任何事都要想到別人的感受
自我行動	主動付出、關心別人
整體自我概念	做任何事不求回報，要忠於生活忠於自我

細觀男 C 的自我概念分析內容，較少自我分析，偏屬對於個人之期待；經與男 C 釐清表示，自己較少自他人處獲得關於個人的印象，因此對於個人印象較缺乏具體感受概念，相關分析內容多為自小受教、家人及此次參與課程因應學習所建立的個人期待自我概念內容；倘細究，主動幫忙家務、待人和諧、認真工作、做事不求回報可屬個人之對應概念，餘則偏屬個人期待較多；忠於生活與自我，是男 C 自湯萱君楷模故事所學習，也是個人當前最大期待，至於能如何做？表示尚無清楚概念，但透過楷模故事的學習，感覺上透過楷模具體事蹟一點一滴的學習，從中慢慢看見了可以學習的方法，似乎也慢慢有了可以做的方向。

研究者試分析該課程學習對於男 C 自我概念向度具促進作用者為：心理(期忠於生活與自我)、家庭(主動幫忙家務)、社會(待人和諧)、自我認同(期忠於生活與自我)、工作(認真工作)與倫理道德(認真工作、做事不求回報)等。

(四)課程主題：集體即興創作戲劇體驗活動

研究者彙整男 C 於戲劇體驗主題課程之學習歷程如下：

男 C 於二次戲劇體驗課程時雖未主動爭取角色演出，但對於成員或戲劇老師的邀約則能配合，初始參與演出時，男 C 以觀察為主，故對於情境一時難所投入，但經過演出後討論後，男 C 便能掌握劇情精神配合演出，惟演出時之肢體動作與聲調表情仍稍顯僵硬，經多次觀摩與親身演練雖能漸次改善，但仍明顯不習於大眾前釋放個人情感表現。第一次戲劇體驗扮演阻礙者的父親角色時，男 C 拿不出權威父親的威信感，只是溫吞以手指著主角表達：貼紙太多了，不應再買，那是浪費。後續於演出後討論時，則未多做個人意見表達。第二次戲劇體驗扮演協助者烘焙大師，男 C 非常努力配合主角指導與劇情排練，但動作仍略顯僵化，部分動作與聲調引來觀眾大笑，男 C 對此略顯尷尬，但並無不悅感覺，後續於演出後討論時，仍未多做個人意見表達。【# B1、# B2】

男 C 肯定可以透過戲劇體驗課程體會外面演員演出的心酸、幫助自我了解、透過演出後討論進行自我分析、透過戲劇的演出互動可以發現自己的潛能等。【# C6、# B2】

男 C 對於戲劇體驗課程的分享，雖未具體提及是否受到楷模故事的影響，但表示透過演出與人互動可發現自己的潛能、藉由戲劇體驗體會一般演員的工作心酸、藉助演出後討論進行個人自我分析，顯示男 C 認為戲劇體驗課程對其是有正向助益的。

研究者試分析該課程學習對於男 C 自我概念向度具促進作用者為：心理(透過演出與人互動發現自己的潛能、藉助演出後討論

進行個人自我分析)、社會(透過演出與人互動)、自我行動(透過戲劇體驗理解自我)。

(五)課程主題：角色楷模深度探討

研究者彙整男 C 於楷模深度探討主題課程之學習歷程如下：

男 C 表示，相信自己肯定自我、感恩知足熱心助人、正向思考自我實現是自己於盧蘇偉楷模的生命故事裡所學，男 C 認為透過楷模故事、興趣探索與戲劇體驗等課程的學習發現，能自我了解、相信自己與肯定自己是非常重要的，而楷模們熱心助人的行為，令其聯想自己可以由服務工作崗位有需要的客人開始；男 C 認為盧楷模的成功來自於自己的努力、父母養育及兄弟姊妹支持；從楷模的生命故事裡學到並且期待可以學習恆心與毅力；覺得楷模很偉大，且希望能學習楷模不懈的精神；男 C 並想對自己說：能學的，就盡量學；而此正也是男 C 母親對其參與團體的期待。【# C7、# B1、# B2】。

從中可知，男 C 透過盧蘇偉楷模的故事學習，希望自己能學會相信自己肯定自我、感恩知足熱心助人、正向思考自我實現；堅持恆心與毅力的不懈精神則是最希望能向楷模學習之處，遇有學習機會則盡量學，是男 C 與其母親對其學習態度之共同期待。透過楷模故事等課程學習，男 C 期待能自我了解、相信自己與肯定自己，推此亦應為男 C 心中之潛在想望。男 C 透過諸多楷模們的諸多熱心助人事蹟，學會可先從自己的工作崗位服務有需要的客人做起，顯示除內在自我了解、相信自己、肯定自己之期望投射，

男 C 能自楷模熱心助人事蹟中學習，建立從個人工作崗的實踐行為，想必男 C 定於楷模的故事行誼中有所學習與受益；對於男 C 與母親對於學習之共同期待……從中可知，男 C 母親對其之重要影響。

研究者試分析該課程學習對於男 C 自我概念向度具促進作用者為：心理(期待能自我了解、相信自己與肯定自己)、工作(擬從個人工作崗位協助有需要的顧客)、社會(幫助有需要的客人)、自我行動(擬從個人工作崗位協助有需要的顧客、能學盡量學)與整體自我(期待能肯定自我、自我實現)等。

(六)課程主題：人人是楷模

研究者彙整男 C 於人人是楷模主題課程之學習歷程如下：

透過課程回溯諸角色楷模的故事內容，建立楷模成功特質分析，男 C 表示，對照楷模特質，發現自己具有孝順、工作認真、樂於助人的共同特質；期能樂觀積極、發展專長與興趣、強化堅持毅力不怕困難並開展忠於自我的人生。【#B2】

分析男 C 個人生命故事【#C8】的內容發現，相較第一次於相見歡課程時的自我介紹多了在校期間成績優異、品學兼優，多次獲得模範學生獎狀及獎學金【撰寫方式受湯萱君楷模影響】，有具體的興趣方向與內容，

希望能向盧蘇偉楷模及國父學習有恆心、要有毅力不懈的精神、不放棄，

並舉列非常多希望能從楷模身上學習的特質，如：工作要認真、要學會照顧別人和自己、做對的選擇、克服障礙的方法、突破困

難的方法、感恩別人、避免再犯錯、跟家人相處、關心別人、忠於生活、實現夢想、幫助別人、禮讓別人、跟人互動、了解自己和別人、運用現在的環境做可以做到的等；此處明白表達期待有機會可以找找職訓機會充實自己的技能，突破現在的困境，並希望養成看書與收集資料的習慣等。此中顯示，無論是角色楷模的特質、生命敘說方式及興趣主題探討課程都真實對於男 C 帶來啟發與影響。

研究者試分析該課程學習對於男 C 自我概念向度具促進作用者為：心理(從楷模故事學習諸多正向特質)、工作(工作要認真、希望找職訓機會充實技能)、家庭(學習跟家人相處)、自我行動(希望找職訓機會充實技能、養成看書與收集資料的習慣)、自我認同與整體自我(期忠於生活、實現夢想)、自我滿意(在校期間成績優異，多次獲得模範學生獎狀及獎學金)、社會(學習關心別人、幫助別人)與倫理道德(避免再犯錯、助人)等。

三、對於男 C 課程參與之其他觀察【#B1】

誠如男 C 對於了解自我、相信自我及肯定自我的期待，團體期間，每每總能發現男 C 認真學習的態度。當研究者運用解說、提示、複習、分析、綜融等方法強化團體成員對於楷模特質、故事內容及成員與楷模共通特質之連結與日常可執行方法運用時，經常可見男 C 回應點頭、露出會心一笑及眉開眼笑等多神情，嘗試釐清男 C 的心情表示，透過自行閱讀，大抵只會看完故事內容並記住部份，許多部份其實似懂非懂，也不確定如何與自己的生活經驗產生連結，但透過課堂

的複習、分析、提示、聯想及大家的共同分享、腦力激盪，就會發現楷模的故事變得鮮活，從中建立楷模間共有的成功特質，並了解原來許多行為可透過日常執行；然後會很高興能從許多楷模的生命故事發現做事情與想事情的方法，並高興覺得只要用對方法，不怕困難堅持下去，原來成功是可以達到的，成功是有希望的，然後看到那麼多成功楷模的故事，就更覺得成功是可行的、是有希望的。

類如這樣的心境表達，有如男 C 於個人生命故事中努力堆疊自楷模故事裡所學到的所有良好特質用詞一般，彷彿所有用詞都覺受用、都想試行、並真心想與你分享自己的學習，真誠而未經思索修飾。

亦如男 C 於課堂中的諸多反應表現，話不多，但總能深刻感受其於課程中學習與參與的快樂；回答總是精簡，多時靦腆笑著，溫和地與人互動，偶爾與成員搭說幾句，但多時閑靜的看著、聽著團體成員間的互動，然後依然溫和的笑著、認真的學習著…這是男 C 於團體中所給予研究者的深刻印象。或者依如男 C 對於多了解自己、相信自己、肯定自己、忠於生活與自我、努力實現夢想的期待投射，男 C 希望能於楷模故事中學習，要工作認真、不畏困難、堅持到底、從工作中開始學習熱心助人、從孝順父母、照顧家人中學習與家人的互動。

此中透露，藉由楷模故事的激勵、團體學習與成員支持，男 C 從中建立了個人可學習的目標與內容，顯示該團體課程及氛圍對於男 C 的學習確具提升與促進作用。

研究者試以觀察者角度分析男 C 於團體課程之參與，對其自我概念向度具促進作用者為：心理(於諸楷模生命故事之學習)、自我行動(團體學習、與同儕的互動)、社會(與團體成員之良好互動)、自我滿意(覺得在團體中有所學習)等。

四、彙整男 C 之於團體參與總體學習分析

彙整男 C 於團體之學習與參與發現，男 C 透過諸楷模故事的學習，希望能學習楷模多了解自己、相信自己、肯定自己、忠於生活與自我、努力實現夢想、工作認真、不畏困難、堅持到底、從工作中開始學習熱心助人、從孝順父母、照顧家人中學習與家人的互動等行為特質。

透過課程確認或可透過職訓資源建立自己的技能、改善個人的困境、期待能建立看書與收集資料等習慣；藉由楷模的故事發現，多數成功事蹟來自做自己喜歡的事，能在工作與生活中完全實踐個人的興趣自然最好；如果不能，保全工作於生活中維持興趣也是方法；能從工作中發現興趣也不錯；因此男 C 決定先透過工作崗位幫助有需要的客人開始；透過興趣釐清發現，即使從事的非個人最期待的企業事務職類工作，超商工作，原來也未必與個人興趣不符，另透過團體成員提供可參加丙級資格考資訊的支持，發現個人專業成長的方向。顯示角色楷模學習團體課程，對於男 C 的學習與心理支持確具提升作用。

研究者試以表列分析整體團體課程參與對於男 C 自我概念向度之促進，參如表 4-1-15 之相關彙整分析。

表 4-1-15 男 C 參與團體學習對其個人自我概念向度之促進作用分析

生理自我	x
心理自我	希望能學習楷模工作認真、不怕困難、有恆心與毅力、透過楷模故事學習發現成功楷模多從事自己所喜歡的事、可透過職訓強化技能，並可透工作之餘維持個人興趣、受到其他團員支持提供資源、期忠於生活與自我、透過演出與人互動發現自己的潛能、藉助演出後討論進行個人自我分析、期待能自我了解、相信自己與肯定自己、從楷模故事學習諸多正向特質
倫理道德	認真工作、做事不求回報、避免再犯錯、助人
家庭自我	希望孝順父母、照顧家人、幫忙家務、學習跟家人相處
社會自我	受到其他團員支持提供資源、待人和諧、透過演出與人互動、幫助有需要的客人、學習關心別人、幫助別人、與團體成員之良好互動
工作自我	希望能學習楷模工作認真、學習認真工作獲雇主肯定為主要、擬從個人工作崗位協助有需要的顧客、工作要認真、希望找職訓機會充實技能
自我認同	有如楷模的孝順行為、釐清對自己現有工作的興趣、期忠於生活與自我、實現夢想
自我滿意	在校期間成績優異，多次獲得模範學生獎狀及獎學金、覺得在團體中有所學習
自我行動	訂定具體孝順父母、照顧家人、幫忙家務行為目標、希望學習楷模認真工作、透過戲劇體驗理解自我、擬從個人工作崗

位協助有需要的顧客、能學盡量學、希望找職訓機會充實技能、養成看書與收集資料的習慣、團體學習、與同儕的互動

整體自我 期待能肯定自我、自我實現、期忠於生活、實現夢想

五、參酌田納西自我概念量表前後測結果進行男 C 學習成效之探討

茲將男 C 於田納西自我概念量表前後測結果【#D1、#D3】製如表 4-1-16，作為分析男 C 學習成效之探討。

表 4-1-16 男 C 之田納西自我概念量表(前後測)結果表

前 後 測	自 我 總 分	生 理 自 我	道 德 倫 理 自 我	心 理 自 我	家 庭 自 我	社 會 自 我	工 作 自 我	自 我 認 同	自 我 滿 意	自 我 行 動
前測	50	54	48	42	57	37	37	54	45	44
後測	56	54	53	48	61	49	41	58	53	49
差異	+6	0	+5	+6	+4	+12	+4	+4	+8	+5

增加 9 項：整體自我、倫理道德、心理、社會、工作、自我認同、

自我滿意、自我行動

不變 1 項：生理

依田納西自我概念量表前後測結果分析發現，男 C 於參加學習團體課程後，除生理自我為不變外，其餘之自我概念向度皆有所提升，且於社會自我(+12)、自我滿意(+8)及心理與整體自我(+6)提升最多；於前測結果最需給予關注之社會與工作向度，於後測

結果皆提升，且研究者原擬更進觀察給予關注之心理、自我認同、自我滿意與整體自我等向度亦皆提升，顯示男 C 對於個人之外在形象、自信程度、價值觀、與家人之關係、與人互動關係、對於個人工作表現、自我認同、自我接受及對於個人日常行為表現與整體自尊感等，都普遍持以正向觀感概念，家庭自我(61)最高，顯示家人之高支持度，確實能給予男 C 穩定的正向感受。而男 C 參與學習團體課程後，確實可自學習的歷程中充分感受其於多向度自我概念之提升，顯示角色楷模學習團體對於男 C 多向度自我概念確實具備促進作用。

六、總結男 C 之團體參與需求、團體參與學習及量表前後測結果分析

男 C 於參與團體課程學習前，因受困於個人就業之未如期待及對個人決策度之缺乏自信，致對個人生涯發展產生茫然感，然因家人的高支持力，令男 C 的自我概念向度大抵能維持於正向水準中；透由田納西自我概念量表之前測結果反映可知，男 C 對於個人的工作表現及與人社交之互動能力須提升，故擬列入後續團體參與之關注。

男 C 於參與團體課程學習後，透過各主題課程之學習參與內容分析發現，男 C 希望能學習楷模多了解自己、相信自己、肯定自己、忠於生活與自我、努力實現夢想、工作認真、不畏困難、堅持到底、從工作中開始學習熱心助人、孝順父母、照顧家人、學習與家人互動等行為特質。

透過課程確認或可透過職訓資源建立自己的技能、期待

能建立看書與收集資料的學習習慣，並決定先透過工作崗位幫助有需要的客人開始助人行為；透過興趣釐清發現，即使從事的非個人最期待的企業事務職類工作，未必與個人興趣不符，另透過團體成員提供可參加丙級資格考資訊的支持，發現個人專業可成長的方向等，顯示角色楷模學習團體課程，對於男 C 的學習與心理支持確具提升作用，而該提升內容並皆有實質學習內容可資對應；輔以田納西自我概念量表之後測結果，可發現男 C 除生理自我未有變化，其餘的九向度皆有所提升，且於原須關注之社會自我向度(+12)進步最多，顯示角色楷模學習團體之課程內容對於男 C 多向度自我概念確具正向促進之影響。

陸、成員六：孝順負責、認真現狀，期能有豐富人生的男 D

一、個人資料簡述【#A1】

現年 43 歲，小學時接受一般教育，但因學習嚴重落後同儕，五年級時曾重讀一年，國中時則接受學校老師建議就讀益智班。

男 D 國中畢業後，即受雇鄰居從事雜貨買賣生意約 20 年，後因生意不佳結束，並因遭前雇主冒名被開諸多罰單及兩人間發生有借貸問題等，男 D 因此懷抱對於增加家人負擔愧疚感之負向經驗，潛在並因而對於就業想望萌生潛在恐懼；在多年僅單一就業經驗、學無專長且求職失利多重壓力下，致男 D 對於個人之職業生涯有感茫然。

男 D 接受職業重建服務後，經職評建議安置台北市某庇護職場擔任廠務及門市助理迄今已逾三年，男 D 認真負責、任勞任怨的特質，甚獲庇護職場雇主與同儕喜愛，庇護職場並多能視男 D 之學習情形酌予調整工作內容，因此無論是工作技能執行或職場人際適應，男 D 多能勝任與適應愉快。

男 D 的父親為某大專退休教師，母親行動不便多年，日常生活起居多由男 D 與父親共同分擔照顧責任；弟弟目前多於外地工作，較難共同分擔家務；男 D 下班後的生活，以照顧母親為主，平時少有休閒活動，除家人、鄰居與目前庇護職場同事鮮少與他人互動，因此對於個人之人際社交能力較乏自信。

分析男 D 於田納西自我概念量表(成人版)之前測結果【#D1】發現，

男 D 於生理、心理、倫理、工作、家庭、社會等自我概念六向度，以工作自我 47 最高，生理、倫理與家庭皆介於 42-43 間，顯示男 D 對於個人的工作表現、外在形象、個人價值觀及與家人之互動關係大抵能持正向看待。然心理 32、社會 33，顯示男 D 對個人之自信與人際關係有待提升；整體自我與自我行動皆 42，顯示男 D 對於個人之日常表現與自尊程度大抵維持正向；然自我認同 37 及自我滿意 34，顯示男 D 於個人之自我接受程度與自我認同度，應予關注，比對男 D 的個人資料堪與相符，研究者擬於男 D 參與後續團體課程時，對其心理、社會、自我認同及自我滿意等向度內容，關注其學習，並適時提供必要的支持。

二、依團體課程主題內容，發現男 D 之相關學習歷程

研究者彙整男 D 於各角色楷模、興趣探討、自我概念、戲劇體驗、楷模深度探討及人人是楷模等主題課程的檢核資料，參酌每次團體課程之觀察及相關資料，比對『田納西自我概念量表(成人版)』前後測結果，進行個別成員學習歷程內容分析，以檢核角色楷模學習團體課程對男 D 自我概念的影響。

(一) 課程主題：角色楷模典範學習

研究者彙整男 D 於角色楷模典範學習主題課程之學習歷程如下：

1. 男 D 自述個人自七位角色楷模的故事中有所學習。

經由男 D 於角色楷模主題課程學習自我檢核表回應內容，參酌研究者之團體情境觀察，彙整取得男 D 領受各楷模生命故事啟發之學習心得有：**【#B1、#B2、#C1、#C2】**

男 D 表示最喜歡湯萱君楷模雖手腳協調較差，卻還能拿到跳遠金牌，二十五公尺短跑壘球擲遠銀牌，充份顯示楷模勇於突破個人障礙、努力證實自己及克服困難的精神與毅力；希望學習丁文彬楷模之能與鄰里維持良好互動關係，男 D 思及平時照顧母親多仰賴鄰居幫忙，因此覺得與鄰里維持良好互動關係非常重要；男 D 對於蘇玉恭楷模每天前往母親牌位祭拜的孝順行為亦感佩服，想到了自己與父親共同照顧行動不便母親，具備與楷模一樣的孝順特質感到光榮。透過楷模故事學習希望能學習熱心公益與鄰里有良好的互動，孝順父母的行為，未來並希望自己能擔任志工，幫助比自己能力

差的同儕。

2.男 D 透過角色楷模學習，為自己建立七個正向行為目標。

男 D 回應透過楷模故事所為自己建立的正向學習行為為：**【#C2】**

- (1)學習盧蘇偉楷模，七年考了五次才考上中央警察大學的毅力來照顧媽媽，每持續不斷的照顧媽媽，抱媽媽到浴室洗澡、幫媽媽到尿盆。
- (2)學習蘇玉恭楷模，清潔公廁如自家房間一樣維護乾淨，兩地通勤上班及每天母親牌位祭拜的毅力。
- (3)學習蘇平順楷模，幫助行動不便的學生搭公車。
- (4)學習丁文彬楷模，敦親睦鄰與鄰里維持良好關係。
- (5)學習林春江楷模，利用時間募款出漫畫書。
- (6)學習劉嘉尚楷模，不怕失敗的決心。
- (7)學習張煒生楷模，以專注跨越障礙成為家中經濟支柱。

分析男 D 所自訂之擬向楷模學習行為發現，男 D 能自楷模故事中發現，

希望能學習楷模之堅持毅力突破個人障礙及用以照顧母親；有鑒於鄰里對於母親照顧的幫助，男 D 深刻體會並認同與鄰里維持良好關係確屬重要；男 D 對於諸楷模之孝順行為感同身受，並以自己平時照顧母親具備相同行為感到光榮；男 D 並以自己亦曾五股/木柵兩地通勤一年多，卻仍穩定出席工作，因與蘇楷模有著共同行為而感驕傲；男 D 另自期能學習諸多楷模之助人、清潔公廁如自家與往返兩地通勤卻能準時上班的認真工作態度、維持興趣、能堅持毅力突破障礙、不怕失敗、成為家中經濟支柱等特質與行

為。

研究者試分析該課程學習對於男 D 自我概念向度具促進作用者為：心理(期助人、維持興趣、能堅持毅力突破障礙、不怕失敗)、工作(認真工作)、社會(期助人、敦親睦鄰)、倫理(孝順、助人)、家庭(照顧母親)、自我認同(與楷模具備相同孝順及兩地通勤卻穩定出席之行為)、自我行動(照顧母親)、與自我滿意(與楷模具備相同行為)等。

(二)課程主題：興趣探討

研究者彙整男 D 於個人興趣探討主題課程之學習歷程如下：

分析男 D 於「我喜歡做的事」興趣測驗結果【#D2】發現，男 D 於社會福利獲得 13 分最高，其次於企業事務、個人服務、銷售等三項同為 9 分，為興趣測驗結果之優先志願順序。透過興趣探索課程釐清，男 D 表示對於助人之職類最感興趣，尤其自己平時受惠鄰里協助照顧母親甚多，目前又於社福基金會所辦之庇護職場就業，深刻感受助人行為的重要，因此對於楷模們的助人行為總是特別有感覺，未來甚至期待自己能夠當里長，服務里民、回饋鄉里；由於過去有 20 多年的銷售經驗，因此對於該職類自然懷有情感；目前的工作同時類屬個人服務及銷售職類，堪稱喜歡；至於為何喜歡企業事務？男 D 表示可能受家風影響，對於企業事務職類有所憧憬，自評應能勝任簡單的收發信件、收送公文與接聽電話等工作內容，但若須得電腦操作，自己則恐無法勝任，倒是因為期待未來能擔任里長為里民服務，故認為里長職務應

與企業事務有關，因此自然對該類職類感到喜歡；整體而言，男 D 認為興趣測驗結果可與個人特質相符。

與釐清何以填具現職與個人興趣未符？男 D 表示，自己曾失業多時而對自己缺乏自信，故對於能獲致目前工作機會感到珍惜，且因職場為非營利事業組織所辦，現場輔導老師多能提供頗高的支持，對於職場環境與職務內容，可算喜歡並無埋怨，只是，個人僅有二個工作經驗，喜歡之前可透過銷售日常擺飾機會偶爾與人互動的機會，因工作環境單純，僅鄰居老闆、自己及流動客人，銷售商品內容亦不複雜，且多由鄰居老闆主責銷售，故個人較喜歡且懷念該工作內容，但因經濟不景氣，且與鄰居老闆迸生後續之遭冒名開罰單及金錢借貸問題，致造成家人困擾，令自己甚感抱歉，潛在亦因該事件萌生對人及工作的陰影，因此一時較難將工作與興趣進行連結；今若真要釐清，現職內容應可謂符於個人興趣。

【#B1、#B2】

關心男 D 日常之生活休閒，男 D 表示多於照顧母親時聽聽音樂、唱唱歌、看看書報與電視等，偶爾鄰居來家作客時聊聊天，問及有無發展個人其他興趣的想法？男 D 表示目前以庇護就業及照顧母親為主，對於楷模及團體成員們能發展個人興趣部份，男 D 只是笑笑表示很好，未作更進回應，倒是肯定未來或可透過職業訓練方式培養技能；詢問男 D 是否想過如何當里長？男 D 表示目前會先從與鄰里維持良好互動關係，多關心地方事務開始。

由上可知，男 D 的興趣概念多由自身生活或就業經驗出發，

嚴格說來，關於個人的真實興趣方向仍有探索與發展空間，只是目前受制生活責任所需，男 D 恐亦無暇多思個人興趣發展相關議題；日常透過聽音樂、唱歌、閱讀等進行休閒紓解壓力，男 D 對於現況大抵能接受，並不敢多思改變。透過楷模故事學習，表示未來或可接受透過職業訓練強化個人專業技能；經釐清認為現職可符於個人興趣，至於擔任里長一事，因乃屬男 D 之於現實生活所懷抱的夢想，研究者擬給予可作夢空間的尊重，故未進行更進釐清。

研究者試分析該課程學習對於男 D 自我概念向度具促進作用者為：心理(懷抱當里長的夢想)、自我行動(與鄰里維持好關係、日常透過聽音樂、唱歌、閱讀等進行休閒紓解壓力)、工作(經釐清認為現職可符於個人興趣)、生理(日常透過聽音樂、唱歌、閱讀等進行休閒紓解壓力)、倫理(孝順、助人)與社會(與鄰里維持好關係)等。

(三)課程主題：自我概念探討

研究者彙整男 D 於自我概念探討主題課程之學習歷程如下：

研究者先行透過自我概念分析作業單，於課程中引導團體成員對於盧蘇偉、丁文彬、蘇玉恭、湯萱君等四位楷模進行自我概念分析演練，並邀請所有成員自行完成個人自我概念分析【#C5】。男 D 對個人自我概念之分析如表 4-1-17。

表 4-1-17 男 D 之自我概念分析內容

自我概念向度	自我概念分析演練
生理自我概念	輕度智障

心理自我概念	孝順、工作認真
倫理道德自我概念	守本份
家庭自我概念	每天下班照顧母親
社會自我概念	工作認真、熱心服務、樂於助人
工作自我概念	工作獲得老師(庇護職場就服員)肯定
自我認同	工作獲得肯定
自我滿意	工作熱心助人
自我行動	從家到政大走路 15 分鐘，下班照顧母親
整體自我概念	工作認真、熱心助人、孝順母親

從上可知，男 D 認為自己是個孝順、工作認真、熱心服務、樂於助人、守本份的人，工作上獲得庇護職場就服員的肯定，自己也認同個人的工作表現，規律的上班與下班後照顧母親乃成為男 D 對於日常生活行為之最佳註腳。

研究者試分析該課程學習對於男 D 自我概念向度具促進作用者為：心理(孝順、工作認真獲肯定)、家庭(照顧母親)、倫理道德(孝順、守本分)、社會(與鄰里維持良好互動關係)、自我認同(孝順、工作認真獲肯定)、自我行動(照顧母親、上班)與自我滿意(工作獲肯定)等。

(四)課程主題：集體即興創作戲劇體驗活動

研究者彙整男 D 於戲劇體驗主題課程之學習歷程如下：

第一次戲劇體驗課程，男 D 因父親有要事外出必得留於家中照顧母親而請假。第二次課程自暖身運動開始，男 D 便明顯受團體成員跟隨戲劇老師做出的動作與聲音所震撼，從旁觀察可發現，認真學習的男 D 正努力要求自己融入情境慢

慢學習與適應；演出前的故事創作，男 D 因尚未能領會戲劇老師說明的方式，便以觀察者角色傾聽其他成員分享故事；確定當次演出劇本，男 D 受主角之邀演出協助者烘焙大師時，仍處於尚適應中狀態；直至完成第一次演出後討論，進入第二次演出與演出後討論，男 D 終於了解戲劇課程之運作方式，並能參與討論提供建議。過程中可看見男 D 對於陌生情境的適應方式，與總是溫和觀察情境使慢慢適應進入情境的個性。【# B1、# B2】

男 D 對於戲劇課程之參與心得為，覺得透課程方式較靈活、過戲劇課程可以拉近與其他成員的關係、透過演出嘗試他人的經驗學習、也能藉此發現自己的另外層面等。【# C6、# B2】

男 D 對於戲劇體驗課程的分享，雖未具體提及是否受到楷模故事的影響，但能透過演出與人互動、自嘗試演出他人的經驗中學習、並藉此發現自己的另外層面等對其個人之學習與心理支持，想應具正向支持作用。

研究者試分析該課程學習對於男 D 自我概念向度具促進作用者為：心理(透過演出與人互動、自嘗試演出他人的經驗中學習、並藉此發現自己的另外層面)、社會(透過演出與人互動)與自我行動(參與演出)。

(五)課程主題：角色楷模深度探討

研究者彙整男 D 於楷模深度探討主題課程之學習歷程如下：

男 D 同意成員們認為盧蘇偉楷模能找到學習方法突破個

人學習障礙，花了七年、考了五次才考取大學，努力突破困難的堅強毅力感到佩服。及始終相信自己是天底下最聰明的人的自信【#B1、#B2】。

男D 希望能向楷模學習相信自己肯定自我、了解自己的優缺點、堅持理想勇於創新、正向思考自我實現等特質，且以相信自己肯定自我最想學；認為盧楷模的成功來自自己的努力及父母養育；透過楷模故事的深讀，男D 希望將來能當志工幫助人；「你好棒，不簡單」是男D 想對盧楷模說的話；想做的事則是男D 透過楷模故事，想對自己說的話。【#C7、#B2】

從中可知，男D 透過盧蘇偉楷模的故事學習，希望自己能學會了解自己的優缺點、相信自己肯定自己、勇於創新與自我實現等特質，可想見，男D 潛在對於肯定自我與實現自我的期待，透過楷模的故事希望未來能當志工幫助人，於此再次看見，亦可想之，期待助人此想望刻露於男D 心中的強烈程度，想必乃受個人經歷及諸多楷模之共同特質影響。

研究者試分析該課程學習對於男D 自我概念向度具促進作用者為：心理(希望能學會相信自己肯定自己、了解自己的優缺點、希望未來能當志工幫助人)與倫理(助人)。

(六)課程主題：人人是楷模

研究者彙整男D 於人人是楷模主題課程之學習歷程如下：

透過課程回溯諸角色楷模的故事內容，建立楷模成功特質分析，男D 對照楷模特質，發現自己具有孝順、工作認真、

堅持毅力不怕困難、樂於助人的共同特質；期能發展專長與興趣，並開展忠於自我的人生。【#B2】

分析男 D 個人生命故事【#C8】的內容發現，相較第一次於相見歡課程時的自我介紹多了內容更詳實的家庭(尤以照顧媽媽)及就業(與前鄰居老闆間)之相關資料內容，仍然強調了想當里長的興趣，並將興趣探索釐清時所提先從與鄰居建立良好關係開始準備作為內容寫入個人生命故事中，另提及唱歌可以讓心情變開朗的興趣內容；敘及過去跟從鄰居老闆到外地做生意時亦曾遭受被歧視待遇等，該些內容是研究者帶領成員們閱讀楷模的生命故事進行討論時，曾有成員提出，但未聽男 D 提過的部分，可想見，該些經歷感覺尚留存於男 D 心中，也謝謝男 D 定因對於團體成員之信任度故願意提出分享。整體而言，男 D 的生命故事著重於敘述過去與現在，但較難看出對於個人未來的展望與期待，或許受制現實中之須得照顧母親之主要生活內容，男 D 希望努力的是務實的耕耘現在，只是對於前課程所提之自我實現該如何協助其完成體現呢？此是個值得深思玩味的議題內容。另則男 D 的生命故事內容提及了曾看過鄭豐喜楷模故事的內容，思及男 D 亦曾將於捷運報上發現的二名肢體障礙楷模故事用來於課堂中與成員分享(且是貼心的為每人各影印一份資料，以備存檔)，此知亦可見，男 D 能主動自諸多身心障礙者之事蹟中自取激勵，並嘗試與他人分享。

研究者試分析該課程學習對於男 D 自我概念向度具促進作用者為：心理(紓解壓力、在楷模故事中學習獲啟發)、工作(抒發過往待業情緒、珍惜既有工作)、家庭(父親的支持、照顧母親)、自我行動(主動分享受楷模故事啟發之心得)、社會(與鄰里維持良好

互動關係、主動分享受楷模故事啟發之心得)與倫理道德(孝順、助人)等。

三、對於男 D 課程參與之其他觀察【#B1】

誠如男 D 認為自己是個孝順、工作認真、守本份的人一般，男 D 於參與團體課程期間，總能認真學習、細心思考、謹慎回應提問。舉凡楷模的特質乃具有孝順、工作認真、熱心助人事蹟的內容，男 D 多能如數家珍，仔細盤點楷模具體行為，當場猶如楷模上身，彷彿說的就是自己，並於研究者提問時，仔細比對楷模故事原文精準讀出段落，在在顯示男 D 的用功與事前預習準備投入的工夫。

男 D 於團體成員中的年紀稍長，因此團體開始初期，他總是靜靜旁觀成員的特質與互動氣息，對於較熱情成員的提問，他多以簡答回應，倒是因為與研究者稍熟，故當研究者提問時多能稍冗長積極回應，約第三次團體起，男 D 已幾乎能完全叫出所有成員姓名，並能照成員於相見歡自我介紹的部份資訊，並逐漸主動關心成員的交通、作業單完成與上班情形等，對於其他成員的提問亦稍能冗長回應。

男 D 的熱心與穩重讓他自然贏得團體成員的尊重，成員間或者因年紀皆還稍輕，認識不久便自然易成熟識，互動難免嬉鬧、並喜陶侃；但對於與男 D 說話時，態度與語氣便多能自動收斂，男 D 倒頗能神色自若、欣然應對。男 D 因照顧母親請假二次(一全天)返回團體上課意後，成員們多能主動分享課程進度，當場可充分感受男 D 對於團體氛圍的感動，後男

D 亦不吝分享自己於捷運報上所發現的莊雅青與蔣奇錕的故事，還貼心的自費為每人各自準備一份(二張) 影印資料，好讓大家能放入楷模書夾內(研究者為成員準備的活頁紙夾)仔細收藏。

男 D 目前於庇護職場就業，但他自覺過去與鄰居老闆銷售日常雜貨的經驗與一般身心障礙者經歷略有不同，因此當分享自己的生命故事時，他那誠懇傾心訴說過往的神情，讓在場聽書者自然靜心跟隨，男 D 述及遭鄰居老闆冒名遭開罰單及後期因借貸問題所衍生之諸多內容，對於在場聆聽者確實稍顯複雜，因此當在場有人提問打岔時，男 D 多能耐心回應解說，之後再接續未完故事情節繼續訴說。男 D 的 20 多年銷售經歷與目前主要照顧母親的細節內容，對於其他成員而言，仿如一名楷模親臨現場訴說個人的生命故事，故事才說完，現場掌聲自然響起，這是男 D 在團體現場自然成型的魅力。當其他的團體成員提及興趣是彈琴、畫畫、打球、偶爾逛街時，在非常極速的剎那間，彷彿可見男 D 稍縱即逝的羨慕與落寞神情迅速閃過，而後他會再度於楷模的孝順事蹟或他人讚譽、肯定其照顧母親的孝行中獲得支持打氣，彷彿正進行自我內在強化，告訴自己，應行當行即是如此。

男 D 既有的孝順、工作認真與態度誠懇特質，透過楷模故事的輝映。團體的學習與成員的支持，讓男 D 的生命故事受到團體成員的關注，而這份關注，應是男 D 於團體學習中最大與最意想不到的學習收穫。男 D 自楷模的故事中希望學習相信自己、肯定自己、堅持理想與自我實現等。顯示該團體課程的內容及氛圍

對於男 D 學習，仍然具有提升與促進的作用。

研究者試以觀察者角度分析男 D 於團體課程之參與，對其自我概念向度具促進作用者為：心理(於諸楷模生命故事之學習、受團體成員支持)、社會(與團體成員之良好互動)、自我行動(團體學習、分享其他楷模故事、表達個人意見)、自我滿意(覺得在團體中有所學習)、自我認同(與楷模具相同特質)等。

四、彙整男 D 之於團體參與總體學習分析

彙整男 D 於團體之學習與參與發現，男 D 過諸楷模故事的學習，希望能學習楷模相信自己、肯定自己、堅持理想不怕困難、熱心助人有機會當義工、自我實現等特質行為，懷抱未來希望能擔任里長為里民服務回饋鄰里的夢想，期待自己先以敦親睦鄰為根基為開始，透過為里民服務、將來當志工幫助比自己能力弱的人實現助人的理想；從諸多楷模之孝順、認真工作、守本份等共通特質裡，獲得自信強化，透過團體成員間的互動支持，強化對於人際社交的學習需求，顯示角色楷模學習團體課程，對於男 D 的學習與心理支持確具提升作用。

研究者試以表列分析整體團體課程參與對於男 D 自我概念向度之促進，參如表 4-1-18 之相關彙整分析。

表 4-1-18 男 D 參與團體學習對其個人自我概念向度之促進作用分析

生理自我	日常透過聽音樂、唱歌、閱讀等進行休閒紓解壓力
心理自我	期助人、維持興趣、能堅持毅力突破障礙、不怕失敗、懷抱

	當里長的夢想、孝順、工作認真獲肯定、透過演出與人互動、自嘗試演出他人的經驗中學習、並藉此發現自己的另外層面、 紓解壓力、在楷模故事中學習獲啟發、受團體成員支持
倫理道德	孝順、助人、守本分
家庭自我	照顧母親、父親的支持
社會自我	助人、敦親睦鄰、透過演出與人互動、主動分享受楷模故事啟發之心得、與團體成員之良好互動
工作自我	認真工作、經釐清認為現職可符於個人興趣、工作獲肯定、抒發過往待業情緒、珍惜既有工作
自我認同	與楷模具備相同孝順及兩地通勤卻穩定出席之行為、孝順、工作認真獲肯定、與楷模具相同特質
自我滿意	與楷模具備相同行為、覺得在團體中有所學習
自我行動	照顧母親、與鄰里維持好關係、日常透過聽音樂、唱歌、閱讀等進行休閒紓解壓力、上班、參與演出、團體學習、分享其他楷模故事、表達個人意見
整體自我	×

五、參酌田納西自我概念量表前後測結果進行男 D 學習成效之探討

茲將男 D 於田納西自我概念量表前後測結果【#D1、#D3】製如表 4-1-19，作為分析男 D 學習成效之探討。

表 4-1-19 男 D 之田納西自我概念量表(前後測)結果表

前	自	生	道德	心	家	社	工	自	自	自
---	---	---	----	---	---	---	---	---	---	---

後測	我總分	理自我	倫理自我	理自我	庭自我	會自我	作自我	我認同	我滿意	我行動
前測	42	43	42	32	42	33	47	37	34	42
後測	42	44	40	38	37	40	40	44	39	34
差異	0	+1	-2	+6	-5	+7	-7	+7	+5	-8

增加 5 項：生理、心理、社會、自我認同、自我滿意

減少 4 項：倫理道德、家庭、工作、自我行動

不變 1 項：整體自我

依田納西自我概念量表前後測結果分析發現，男 D 於參加學習團體課程後，除整體自我維持不變，於生理、心理、社會、自我認同、自我滿意等自我概念向度皆有提升，且以社會(+7)、自我認同(+7)及心理(+6)等自我向度提升最多，自我滿意(+5)亦相對提升不少，該提升內容並皆於團體課程內容分析中發現，可有相關學習內容與之對應，顯示男 D 之團體學習參與確實為其多向度自我概念帶來提升促進作用；惟道德倫理(-2)、家庭(-5)、工作(-7)、自我行動(-8)等向度卻呈現削弱現象，研究者試以旁觀者角度分析，推論男 D 可能因假日參與團體課程，需暫放照顧母親責任，而影響個人孝順倫理價值、須委由父親照顧及自己未能提供照顧行動之虧疚感等，而削弱了其於倫理、家庭與自我行動等向度之作用；另推論亦可能因個人生命故事之撰書，引發男 D 與前工作潛在之情感糾葛，以致於工作自我作用上呈現削弱現象。但研究者評估，工作自我之削弱現象，經由此次團體之抒發，男 D 之後續適應應能逐漸好轉，該部份研究者並以透過與庇護職場主管聯

繫，請其多與關照提供後續支持資源因應；對於倫理、家庭與自我行動等向度之削弱現象，於男 D 團體課程結束重返照顧母親崗位後應可漸次提升；而對照男 D 於前測結果之應關注自我認同、社會、心理、自我滿意等向度皆確有促進提升作用；另男 D 於團體中所表露之希望向楷模學習之相信自己、肯定自我、自我實現等特質內容，對照男 D 之於心理、自我認同、自我滿意等後測結果，皆確實可見具提升與促進效果，因此，雖則男 D 之前後測結果，顯示有四向度內容呈現可能短期削弱現象，但就提升向度內容之實質助益分析，仍分明可見應有內容之實質提升與促進作用，是故，依此推論，角色楷模學習團體課程內容，對於男 D 多向度自我概念確具提升與促進作用。

六、總結男 B 之團體參與需求、團體參與學習及量表前後測結果分析

男 D 於團體課程學習前，受困個人過去負向就業經驗而缺乏自信，平時亦受制須與父親共同負起照顧母親現實所需，而對於個人社交生活較缺乏信心，透由田納西自我概念量表之前測結果反映可知，男 D 之於社會自我、心理自我、自我認同與自我滿意等自我概念向度內容應予提升，研究者將之列入後續團體學習參與應關注內容。

男 D 於參與團體課程學習後，透過各主題課程之學習參與內容分析發現，男 D 希望能學習楷模相信自己、肯定自己、熱心助人、堅持毅力不怕困難與失敗，及堅持理想實現自我等特質內容，男 D 並希望透過團體學習強化個人自信與社交

能力，該課程內容對於男 D 自我概念，都分別可有實質學習內容可資對應；輔以田納西自我概念量表之後測結果分析，發現男 D 於心理、社會、自我認同、自我滿意等與前測相較皆有所提升，且分別於社會(+7)、自我認同(+7)、心理(+6)、自我滿意(+5)等向度自我概念皆有所提升，除滿足男 D 之參與團體學習期待，亦顯示角色楷模學習團體課程對於男 D 之自我概念確具正向提升與促進影響。

第二節 主題課程團體學習內容分析

若欲探討角色自我概念楷模學習團體對於輕度智能障礙者自我概念的影響，除應自團體成員個別學習歷程進行分析，成員參與團體之學習成效勢將影響其自我概念作用結果。鑒於學習團體乃視所有參與者皆為團體之學習者，是故，研究者除彙整團體成員於各角色楷模、興趣探討、自我概念、戲劇體驗、楷模深度探討及人人是楷模等主題課程之檢核資料，進行各主題課程團體學習內容分析，並嘗試於各主題課程內容導入研究者之自行研究反思與學習心得小結，期能以更多元觀點，探討團體課程內容對於團體成員自我概念作用之影響。

壹、角色楷模典範學習主題課程

執行時間：12/16 下午、12/22 上午

檢核資料：1.角色楷模主題課程學習自我檢核表(C1)

2.向楷模學習正向行為執行記錄工作單(C2)

檢核日期：12/22

一、彙整團體成員對於八角色楷模生命故事有感深刻之內容
如表 4-2-1。

表 4-2-1 簡記團體成員對於八角色楷模生命故事有感深刻之
內容

1	1.八歲時因患日本腦膜炎，部份腦功能受損，直到小學五年級才開 盧 始學會識字、勉強讀完高職電子科後，花了七年，考了五次才考上 蘇 中央警察大學犯罪防治系。
偉	2.大二時在馬傳鎮教授的協助下發現對於短暫記憶，數字學習，平 面空間等方面能力較差，卻在分析、整合、創造方面有很強的能力， 因而找到了合適自己的讀書方法。
	3.大學畢業時全系第三名，並以第三名考上高考司法行政觀護人、 現任板橋地方法院少年保護官。
	4.創辦世紀領袖文教基金會－創新教學方法，拯救那些被放棄的喜 憨兒。
	5.他曾受邀多國演講，並擠身為作家行列，出版過「看見自己的天 才」等三十多本著作，為自己的人生創造了無限可能。
	6.盧蘇偉表示：「沒有學不會的，只有還沒找到適合自己學習的方 法而已。」生命的獨特來自我們深入的看見自己。

2	1.國中畢業後智春暉啟能中心接受餐飲服務職業訓練、因為不適合 丁 餐飲服務工作，結訓後另找染布作業員工作。
文	2.常回春暉啟能中心幫忙當義工。
彬	3.終年無休協助鄰居倒垃圾，與鄰里保持良好關係。
	4.在公司與同仁相處融洽，從不抱怨工作勞累。

5.在丁文彬眼中，世界一切都是良善的，他努力做好本份，並長期擔任志工，用愛擁抱世界。

- 3 1.重度智能障礙者、擔任建南國宅管理中心職員(社區清潔)工作、
蘇 連最難維護的公廁都像自家房間一樣乾淨。
玉 2.笑臉迎人、工作認真是國宅住戶們對他的評價。
恭 3.88年玉恭的母親過世，他搬到高雄與父兄居住，每天轉乘公車通
勤高雄與台南上班。
4.每天到他母親的牌位前上香祭拜從不間斷。
-

- 4 1.中度智障且手腳協調較差、雖手眼協調不佳卻贏得許多運動獎
湯 章。
萱 2.擔任苗栗市統一超商職員工作。
君 3.從求學起即表現優良、獲獎無數。
4.工作積極表現獲上司肯定、忠於生活、忠於自我。
-

- 5 1.小學畢業、須肩負照顧一家老小重任、太太是中度智能障礙者、
蘇 唯一小孩為極重度自閉症、岳父年邁臥病在床且無法自理、目前四
平 處打零工維持家計。
順 2.工作認真獲老闆稱讚、回家須照顧家小、天天送小孩上下學、會
愛屋及烏照顧啟智班其他學生、鼓勵其他身心障礙學生家長樂觀面
對生命。
3.擅長園藝與木工、利用校園一角開闢啟智班的菜園、藉此啟發學
生職業潛能、主動幫學校修補壞的課桌椅、逆境中化小愛為大愛、
是特教班學生的好爸爸、更是老師眼中熱心的志工爸爸。
-

- 6 1.一個喜歡繪畫的中度智能障礙者、目前任職順廣家具製造工廠組
林 裝電腦桌椅工作。
-

春 2.繪畫豐富了她住在教養院的生活、經常參加各項繪畫競賽，獲諸
江 多獎項。

3.已出版一本彩色漫畫，書名：小家人，老闆贊助購買 100 本作為鼓勵。春江還計劃再出第二本、第三本，希望存錢買房子，把家人接來一起住。

4.投入職場工作近十年，中間曾轉換四個工作，但每個工作都秉持誠懇，認真踏實盡力完成任務的態度而深受廠方肯定。

5.在教養院合群負責，與同儕良好互動的生活態度，受到師長肯定

6.春江的座右銘是：畫畫讓我有夢想，也是點燃我夢想希望的小火苗。

7 1.從小鄰居常誇讚：有禮貌，嘴真甜；有問題會主動找人幫忙，請
劉 求協助、喜愛與人接觸的特質與樂觀的想法，成為他解決問題的最
嘉 佳利器。

尚 2.第一份中藥店的工作因技術不熟差點切掉手指頭，後由同學介紹進入汽修廠工作一個月卻遇老闆跑路未領薪水，媽媽協助到高雄市調色板協會接受職訓，職訓後進入超商負責將購物車推回定位工作、後因職業傷害轉任協助收銀員之收銀區助理迄今八年。

3.要求自己面帶微笑，認真而迅速整齊擺放客人的物品，高 EQ 獲得顧客讚賞，不吝與人分享的特質讓他獲得許多友誼、每次回協會會攜帶點心分享並積極幫忙好市多的同事及協會老師與同學介紹促銷專案。

8 1.重度智能障礙者、經過三年職業訓練，轉介到獅子油脂公司工作。

張 2.即使腳受傷仍堅持上班，每天須從深坑搭車到五股工廠上班，雖
煒 路途遙遠但仍不辭辛勞規律準時上下班。

生 3.媽媽是輕度智能障礙者，家中還有個 80 多歲的老祖母、沒有工作前，全家依靠政府補助過日子、有了穩定工作後，是家中經濟的支柱，收入能負擔兩位妹妹的學費，並不再領低收入補助度日。

4.領薪日是最開心與感驕傲的一天。

5.工作認真投入及按部就班，不因重複而不耐煩及敷衍了事的態度，深獲雇主與同事的讚賞。

6.煒生與家人從未放棄任何一個改變生活環境的機會，且珍惜得來不易的機會，為自己活出不平凡的生命。

二、彙整團體成員之課程學習檢核結果發現；

- (一)最喜歡湯萱君與丁文彬二楷模的故事，各得 3 票。
- (二)最想學習張煒生楷模，共得 4 票。
- (三)認為丁文彬楷模的故事最受感動，共得 4 票。
- (四)整體皆認為楷模的生命故事對於個人的學習有幫助。

三、彙整團體成員透過課程學習，擬建立向楷模學習之正向行為如表 4-2-2。

表 4-2-2 團體成員透過學習，擬建立向楷模學習之正向行為彙整表

學員	向楷模學習之正向行為	學習楷模姓名
女 A	1.知道自己：不管從家裡或工作上別人告訴我的事情就要牢牢記住，記不住可以寫筆記，養成做筆記的習慣。 2.協助同事、老師：行動不方便的同事，我都會幫	盧蘇偉、丁文彬、湯萱君、蘇玉恭、蘇平順、林春江、劉嘉

他們倒水、拿東西，每次只要有客人來拜訪，我都
會協助老師準備東西、整理展示櫃。

尚、張煒生、蘇
平順、林春江

3.努力奮發向上：像我對美容美髮、指甲彩繪有興
趣，我就可以多去看美容方面的書，在家裡洗頭要
洗乾淨，頭髮要整理清爽，希望將來可以考取證照。

4.孝順媽媽：有空的時候，可以幫媽媽按摩、搥背，
她提很重的東西可以主動幫忙拿。

5.虛心學習：在讀書或看考試科目的時候，碰到不
懂的地方可以做記號再去請教身邊的家人、師長、
同學。

6.珍惜工作的機會：現在失業的人口很多，有工作
就要好好珍惜、認真工作。

7.照顧阿嬤：有空的時候可以打電話去台南問候
他，她上來台北的時候，可以幫她倒茶、拿外套給
她穿、陪她聊天、看電視。

8.堅持自己的夢想、理想：對畫畫、烘焙、裁縫有
興趣可以上網看職業訓練的課程內容，再去上一些
課程。

女 B 1.每年過年過節我都會寫卡片給老師和朋友們，我
會幫家人買東西，例如我會先問弟弟看有沒有要買
什麼，還有姐姐、媽媽看有沒有需要我幫忙的。

丁文彬、盧蘇
偉、蘇平順、蘇
玉恭、張煒生

2.學習適合自己的讀書方法，天天向上，看見自己
的天才。

3.每天都很規律得準時上下班，連最難維護的公廁

	都像自家房間一樣乾淨。	
男 A	<p>1.每日下班後，星期假日，在公司與同仁相處融洽，從不抱怨工作很勞累。</p> <p>2.我要學習盧蘇偉的精神去幫助需要的人，有能力的話也要向丁文彬一樣到處去做義工。</p> <p>3.我要學習湯萱君、林春江堅持自己的夢想與熱情。</p> <p>4.我要學習蘇玉恭、蘇平順不斷的學習、不斷克服困難及好好孝順父母。</p> <p>5.我要學習嘉尚總是自己主動去找人幫忙他解決問題，不管在工作或讀書都要有虛心學習的精神、不恥下問。</p>	<p>盧蘇偉、丁文彬、湯萱君、林春江、蘇玉恭、蘇平順、劉嘉尚</p>
男 B	要疼惜自己和愛護自己，生氣或難過時，就不要放在心裡，要把它說出來跟家人說。	盧蘇偉、劉嘉尚
男 C	<p>照顧家人，幫阿公阿嬤買東西，幫媽媽搬東西，例如搬桌椅、書桌、箱子，幫家人倒垃圾。</p> <p>要有毅力孝順父母，幫忙倒水、掃地、拖地。</p>	<p>盧蘇偉、丁文彬、蘇玉恭</p>
男 D	<p>1.學習盧蘇偉七年考了五次才考上中央警察大學的毅力來照顧媽媽，每持續不斷的照顧媽媽，抱媽媽到浴室洗澡、幫媽媽倒尿盆。</p> <p>2.學習蘇玉恭清潔公廁如自家房間一樣維護乾淨，兩地通勤上班及每天母親牌位祭拜的毅力。</p> <p>3.學習蘇平順幫助行動不便的學生搭公車。</p> <p>4.學習丁文彬敦親睦鄰與鄰里維持良好關係。</p> <p>5.學習林春江利用時間募款出漫畫書。</p>	<p>盧蘇偉、蘇玉恭、丁文彬、林春江、劉嘉尚、張煒生</p>

6.學習劉嘉尚不怕失敗的決心。

7.學習張煒生以專注跨越障礙成為家中經濟支柱。

研究反思與學習心得小結

透過團體學員於閱讀角色楷模生命故事之回應，於有感處畫記，藉以了解角色楷模個人特質及故事內容與團體成員間的學習連結，並因而見證，透過楷模真實生命故事正向信念的傳遞與實際可效法行為的學習，除可避免團體學員對於抽象理解困難所產生的可能誤解，或因為缺乏心靈感動、或無實質可效法的作為目標，致無從生起效尤的學習障礙；加諸課程中所提供的乃與團體成員同屬智能障礙的角色楷模素材，相信此應是團體成員讀來能倍感親切、身感受用的最大由來，而此，透過團體成員的學習檢核資料，即能充分驗證成效。

研究者透過團體成員之於角色楷模主題課程的學習與反應評估，充份驗證學得，來自 Bandura 的示範作與自我效能理論，及 Super 生涯發展理論的真實受用。藉由具備良好特質或具體足為楷模標的，且同為智能障礙者的角色楷模，示範個人如何堅持信念與理想、突破困難、終能獲致成功、體現自我效能的發揮及傳遞生涯發展確實受生命連續與經驗的相互影響，借力角色楷模的成功經驗，作為使力指引團體成員認同自我、實現生涯自我目標的可達路徑，誠更具深刻意義。

貳、興趣探討主題課程

執行時間：12/22 下午

檢核資料：個人興趣主題課程學習自我檢核表(C3)

檢核日期：12/22

一、透過課程共同討論，彙整團體成員從楷模生命故事學習發現，做自己喜歡的事的重要性內容如表 4-2-3。

表 4-2-3 透過楷模故事學習專注及發展個人興趣的重要

1 盧蘇偉	堅持學習不放棄(終於找到自己的學習方法，發現自己的天才)與助人(擔任板橋地方法院少年保護官，並創辦世紀領袖文教基金會以創新教學法拯救被放棄的喜憨兒)。
2 湯萱君	雖手眼協調不佳卻贏得許多運動獎章。
3 蘇平順	擅長園藝與木工、利用校園一角開闢啟智班的菜園、藉此啟發學生職業潛能、主動幫學校修補壞的課桌椅、逆境中化小愛為大愛、是特教班學生的好爸爸、更是老師眼中熱心的志工爸爸。
4 林春江	繪畫豐富了她住在教養院的生活、經常參加各項繪畫競賽，獲諸多獎項，已出版一本彩色漫畫，書名：小家人。
5 丁文彬	雖接受餐飲服務職業訓練、但因為發現自己不適合餐飲服務工作，結訓後另找染布作業員工作，並樂在工作。

二、透過興趣測驗結果與個人資料所述內容進行釐清之結果

(一)有 3 人更確認現職與個人興趣確實相符(女 A、男 C、男 D)。

(二)1 人經釐清認為現職非興趣，個人喜歡的是職場支持環境(女 B)。

(三)1 人受制認知理解能力及探索經驗，興趣方向仍未明確(男 A)。

(四)1 人生活興趣明確(藝術)，但尚不足以轉為職業發展方向(男 B)。

三、彙整課程學習檢核結果發現：

(一)整體學員皆認為透過興趣探討課程，有助於個人更了解自己興趣所在、了解如何將興趣運用在生活或工作中。

(二)整體學員皆同意透過興趣探討課程發現，若能善加發展與運用個人興趣，則成功機會較大、自我滿意程度、自我的行動力、自我認同程度、自我的能力等皆會提升；且認為，一個能在工作或生活中盡情發展興趣的人，是一個幸福的人。

研究反思與學習心得小結

Super 將興趣視為個人自我概念發展的內容要件，而自我概念，更乃人格與生涯發展的核心基礎。倘若參照 Super 於生涯發展階段的分野，18-44 歲期間，早應完成自我概念的發展階段(14 歲前)，進入企圖實現自我概念，後續並據以完成探索、建立、維繫、衰退等各階段所應發展的任務時期。

然而課程運作期間，研究者面對團體成員或因個人探索經驗不足，致不瞭解個人興趣與生涯發展間的連結關係，或因不知如何將個人興趣與職業或生活進行實質連結，或因不明白可透過何種方式或資源發展、建立並維持個人興趣而產生的諸多迷惘，在在令研究者有感心疼。期待透過一次興趣

探索主題課程的學習，完成個人興趣與生涯發展間的大哉問習題，恐非易事、亦屬妄求；然而藉由課程學習檢核單明了團體成員確實認可興趣發展的重要，及透過興趣探討主題課程確能協助個人釐清興趣之回應，試想，若將該單次課程協助視為激勵引信，協助團體成員了解或釐清個人興趣所在，或可作為引發團體成員願肯更進探討個人自我概念與生涯發展、促進自我實現的契機。

叁、自我概念探討主題課程

執行時間：12/23 上午

檢核資料：1.自我概念主題課程學習自我檢核表(C4)

2.自我概念分析作業單(C5)

檢核日期：12/23

一、參考角色楷模故事，於課程中進行四名楷模自我概念分析演練如表 4-2-4。

表 4-2-4 四位角色楷模自我概念分析演練資料彙整表

	自我概念向度	自我概念分析演練
盧蘇偉	生理自我概念	8 歲罹患腦炎,智力低弱
	心理自我概念	相信只要找到學習方法，每個人都是天才
	倫理道德自我概念	守本分(熱愛讀書並且有成就)、 樂於助人(幫助行為偏差青少年及有學習困難的喜憨兒)
	家庭自我概念	感恩家人(父母、姊姊)
	社會自我概念	肯定每個人的價值(相信每個人只要找對學習方法都是 天才)、樂於助人

	工作自我概念	工作滿意，在工作中達成助人的理想
	自我認同	找到自己的學習方法、發現自己的天才、肯定自己的價值
	自我滿意	實現了自己想讀書與助人的理想
	自我行動	堅持努力讀書不放棄、幫助需要幫助的人
	整體自我概念	重視自我價值(相信自己的天才)、追求有自尊的生活(自助助人)
丁文彬	生理自我概念	自小智力較正常人低
	心理自我概念	努力做好本份(工作)、幫助每一個人(鄰居、中心)
	倫理道德自我概念	做好本份、樂於助人
	家庭自我概念	願意聽從父母的安排參加職訓、學習一技之長
	社會自我概念	最忠實的義工:幫鄰居倒垃圾，與鄰居維持良好關係
	工作自我概念	學習餐飲職訓，但覺得不適合，另外找了染布作業員的工作，在工作中，獲得極大滿足
	自我認同	相信努力做好本份、幫助每一個人
	自我滿意	在染布作業員工作中獲得極大滿足；樂在協助中心老師、同學；終年無休協助鄰居倒垃圾，並維持良好關係
	自我行動	工作:參與職訓、找到染布作業員工作並獲得極大滿足 生活:到中心協助老師/同學、終年無休協助鄰居倒垃圾
	整體自我概念	滿意工作、滿意生活、肯定自我
蘇玉恭	生理自我概念	重度智障
	心理自我概念	1.他很孝順，每天清晨都到他母親的牌位前上香祭拜 2.笑臉迎人，工作認真

	倫理道德自我概念	守本分與孝順
	家庭自我概念	父母從小重視他的教育、重視與家人之關係:從台南搬到高雄與家人同住、孝順：每天到他母親的牌位前上香
	社會自我概念	笑臉迎人，工作認真是國宅住戶們對他的評價
	工作自我概念	工作成果在實際表現上獲得肯定，贏得全體住戶們的尊重
	自我認同	重視親人關係、工作獲得肯定
	自我滿意	工作獲得肯定、受人尊重
	自我行動	就業：往返台南與高雄之通勤上班 孝順：到母親的牌位前上香、搬到高雄與父兄同住
	整體自我概念	工作獲得肯定、受人尊重、肯定自我
湯萱君	生理自我概念	中度智障且手腳協調較差
	心理自我概念	始終自食其力；多的數不清的獎牌，優異表現，是智障同胞的典範
	倫理道德自我概念	自食其力、優異表現，是智障同胞的典範
	家庭自我概念	×
	社會自我概念	在師長眼中始終是受人喜愛的學生；工作積極贏得上司的肯定；數不清的獎牌，優異表現，是智障同胞的典範
	工作自我概念	工作積極贏得上司的肯定
	自我認同	忠於生活、忠於自我
	自我滿意	屬不清的獎牌:追求自我肯定 工作積極贏得上司的肯定
	自我行動	參與各種比賽獲得肯定、手腳協調較差，但仍積極參與運動競賽、工作積極贏得上司的肯定

二、彙整團體成員個別自我概念分析練習資料，如表 4-2-5。

表 4-2-5 六團體成員自我概念分析練習資料表

	自我概念向度	自我概念分析演練
女 A	生理自我概念	輕度智能障礙，學習比較慢
	心理自我概念	相信每個人只要肯努力，就會有成功的一天
	倫理道德自我概念	笑臉迎人，會幫助老人過馬路
	家庭自我概念	比較忽視家人、和家人缺乏溝通
	社會自我概念	跟一般人沒什麼不同
	工作自我概念	1.都會主動幫行動不方便的同事拿東西、買午餐。 2.幫忙公司整理垃圾、資源回收。
	自我認同	笑臉迎人，積極開拓人際關係
	自我滿意	笑臉迎人
	自我行動	相信自己還有能力可以幫助別人
	整體自我概念	1.相信自己的努力，終有一天一定會成功的。 2.追求有自尊的生活。
女 B	生理自我概念	輕度智能障礙，小時後動作比別人慢
	心理自我概念	只要我努力向上，一定可以把工作做得更好
	倫理道德自我概念	做事情很細心、認真
	家庭自我概念	我會幫家人買東西，然後看看他們有沒有需要我幫忙協助的事情
	社會自我概念	每天都帶著微笑去上班工作

	工作自我概念	認真努力向上，把該做該完成的工作都做好
	自我認同	在工作的時候有被稱讚過，有受到肯定的感覺
	自我滿意	我覺得上成長團體課之後學到很多東西
	自我行動	每天從北投搭捷運到古亭雖然累了點，但還是習慣了
	整體自我概念	我終於學會主動關心別人了，也學會把不高興的事都說出來，不會悶在心裡，例如生氣的事。
男 A	生理自我概念	自小智力便比正常人低
	心理自我概念	努力做好本份，幫助每一個人
	倫理道德自我概念	我可以當老師的好幫手
	家庭自我概念	姐姐有幫我看寫的作業
	社會自我概念	積極任事的表現，獲得上司的肯定與讚許
	工作自我概念	要好好的努力工作不要偷懶
	自我認同	忠於生活自我、自食其力
	自我滿意	很努力做好本份
	自我行動	愛打球
	整體自我概念	有能力幫助更多的人
男 B	生理自我概念	輕度(智能障礙)
	心理自我概念	負責任，有禮貌
	倫理道德自我概念	守本份、熱心服務
	家庭自我概念	願意聽父母的話、孝順奶奶、友愛哥妹
	社會自我概念	樂於助人
	工作自我概念	無
	自我認同	希望找到自己的興趣，讓自己更有信心

	自我滿意	對於目前的狀況，父母均給予肯定
	自我行動	希望我能找到工作
	整體自我概念	希望能自食其力，受到大家的肯定
男 C	生理自我概念	輕度智障
	心理自我概念	做事不怕辛苦、勞累
	倫理道德自我概念	與人要和和睦相處
	家庭自我概念	要和諧相處，主動幫家裡面做事
	社會自我概念	對待人要和諧
	工作自我概念	要認真工作、專心工作
	自我認同	要有毅力與恆心
	自我滿意	做任何事都要想到別人的感受
	自我行動	主動付出、關心別人
	整體自我概念	做任何事不求回報，要忠於生活忠於自我
男 D	生理自我概念	輕度智障
	心理自我概念	孝順、工作認真
	倫理道德自我概念	守本份
	家庭自我概念	每天下班照顧母親
	社會自我概念	工作認真、熱心服務、樂於助人
	工作自我概念	工作獲得老師(庇護職場就服員)肯定
	自我認同	工作獲得肯定
	自我滿意	工作熱心助人
	自我行動	從家到政大走路 15 分鐘，下班照顧母親
	整體自我概念	工作認真、熱心助人、孝順母親

三、彙整團體成員之課程學習檢核結果發現：

(一) 團體參與學員皆認為楷模的故事提升了個人之生理、心理、倫理道德、家庭、社會、工作等自我概念及自我認同、自我滿意、自我行動與整體自尊感受。

(二) 彙整票選最高之楷模代表

- 1.提升生理自我之最佳的楷模為丁文彬與蘇玉恭，各得 2 票。
- 2.提升心理自我之最佳的楷模為丁文彬與盧蘇偉，各得 2 票。
- 3.提升倫理道德自我之最佳的楷模為丁文彬，共得 2 票。
- 4.提升家庭自我之最佳的楷模為湯萱君、丁文彬與蘇玉恭，各得 2 票。
- 5.提升社會自我之最佳的楷模為湯萱君及丁文彬，各得 3 票。
- 6.提升工作自我之最佳的楷模為蘇平順與蘇玉恭，各得 2 票。
- 7.提升整體自尊之最佳的楷模為盧蘇偉，共得 4 票。
- 8.提升自我認同之最佳的楷模為盧蘇偉，共得 3 票。
- 9.提升自我滿意之最佳的楷模為盧蘇偉與劉嘉尚，各得 2 票。
- 10.提升自我行動之最佳的楷模為蘇玉恭，共得 3 票。

研究反思與學習心得小結

有鑑於自我概念的印象內涵偏屬抽象，因此研究者決定參酌定義較為明確的 Fitts 多向度自我概念內容進行規劃，期透過引導團體成員自故事內容中實際演練、學習分析多向度自我『概念』，能有效化抽象概念為具象觀。鑒於記憶惟有透過重複操作練習方能深刻，故重複自楷模生命故事的內容進

行分析練習便為必要，所幸成員們認真學習的態度，透過進行四位楷模分析練習後逐漸成型，成員們似乎已漸能明白自我概念各向度所傳達的意義，該成果可自檢核資料與分析作業單中略微呈現；幸賴成員們的相互扶持，大家終於順利完成「將抽象化為寫實」的艱鉅任務；雖則成員們大抵學得吃力，但都肯定於課程學習的受益，有二位成員反應課程內容尚可提升改進的建議，研究者滿懷感激、並虛心受教，決定力思於後續對應作為相關課程規劃的建議。

肆、集體即興創作戲劇體驗主題課程

執行時間：12/23 及 12/29 下午

檢核資料：戲劇體驗主題課程學習自我檢核表(C6)

檢核日期：12/29

一、課程內容採四階段執行運作

(一) 熱身

由老師帶領學員進行肢體舒展及成員互為主體、相互模仿彼此心情之聲音與動作，一則為後續戲劇體驗課程暖身，再則為活絡成員間情感交流，以利後續體驗參與。

(二) 說故事

由每人以第三人稱各編寫一小則故事，並自訂故事主題，故事主角共計有目標執行者、阻礙者及協助者三角色。

(三) 半即興演出

由團體共同決定當次課程之體驗故事劇本，並由故事主說者指派該劇三角色成員，其餘擔任戲劇觀察者。

(四) 演出後討論

演出者於戲劇進行中，若達分派角色目標，即可喊卡，則該幕即暫止，所有成員(含演出者與觀察者)皆參與未達目標角色之討論，並對於未達目標者之未達阻力提出觀察或建議支持，以利其後續演出之成功順利；戲劇觀察者除觀察戲劇運作，參與每次演出小節討論，並具可能參演之備位資格；如此週而返複，直至每個故事成員角色都有機會達成目標，主動喊卡為止；或當成員擬結束當日課程體驗時，合力完成當日之最終劇情版本。

二、兩次戲劇體驗課程所採故事主題

(一) 12/23 下午：以男 B 之故事為題；故事名稱：我想買貼紙。

- (1)目標執行者：小則-以成功買到貼紙為主要目標。
- (2)阻礙者：父親-阻止小則買貼紙。
- (3)協力者：母親-協助小則完成購買貼紙目標。

(二) 12/30 下午：以女 A 之故事為題；故事名稱：成為麵包烘焙師。

- (1)目標執行者：小婷-以成為麵包師為主要目標。
- (2)阻礙者：男性友人-阻止其成為麵包師。
- (3)協力者：麵包名師-協助其達成麵包烘焙師的目標。

三、彙整團體成員之課程學習檢核結果發現：

(一) 團體參與學員皆表對於戲劇體驗課程的內容、進行方

式、老師的教學與指導方式等感到喜歡。

(二) 團體參與學員皆表透過戲劇體驗課程可協助更親近自己與了解自己。

(三) 團體參與學員對於戲劇體驗課程之心得分享有很好玩、編一個故事透過戲劇方式呈現、可以學到東西，讓自己變得比較敢講話、了解外面演員演戲的方式及體會他們不可告人的心酸、能表現不同的一面、可以了解自我、能嘗試扮演別人、演完短劇，老師會跟大家討論分析，讓整個故事的情境做修正再呈現出來、比較靈活不呆板、可以透過戲劇幫助自己另一面、透過演短劇的方式讓大家可以發揮潛能、可以比較有自信、可以跟大家一起互動、可以學到不一樣的東西，也比較有機會和成員們一起演戲說說話等。

研究反思與學習心得小結

Super 強調，個人透過各階段生涯歷程，於家庭、學校、社區與工作場所各種生活空間中所扮演如子女、學生、休閒者、公民、配偶、家長、父母、工作者、退休者等角色機會乃形成生涯發展的構成面向。個人看待不同階段、不同角色的重要性，隨年齡與社會期望等消長；郭為藩於『自我心理學』一書中，則從角色與自我及道德與自我等觀點討論自我與社會的關係；多名學者並多支持角色學習對自我概念形成的重要性，是以，研究者嘗試自故事與戲劇及角色間取得連結，因而產生進行戲劇體驗課程規劃的初心。

決定取材創作性故事即興演出之戲劇體驗內容，主要乃

假設成員故事的創作內容，大抵會依從個人經驗出發，設想若此，則故事內容的背後，亦應或多或少透露著些許與自我概念關聯的重要訊息意義；而即興演出方式下的行為表現與反應背後，亦應有其擬傳達或具體代表的意義；另藉由演出後的討論修正，則期待可作為強化導引目標行為達成的預習效果；故決定委請相關專業修學者合作該二次戲劇體驗課程的內容。

成員於故事題材的創作內容或參與戲劇演出的行為表現，大抵與當初假設相符；多數肯定戲劇體驗能強化互動關係、認同課程內容具教育性與活潑度，亦在預期；然而，肯定透過演出後的討論修正可協助成員進行自我了解，或透過目標行為達成的預習滿足自我實現的部分想像，及成員因而發現不同自我潛能的收獲等回應，則超乎研究者預期。對於成員們反應戲劇課程的次數內容可予增加的建議，研究者將於後續辦理規劃中建議。

伍、角色楷模深度探討主題課程

執行時間：12/29 上午

檢核資料：楷模深度探討及人人是楷模主題課程學習
自我檢核表(C7)

檢核日期：12/29

一、透過團體討論與影片欣賞，強化建立對於盧楷模生命的深入印象

(一)有了了不起的父母生育、養育：父母不放棄、恆以正向支持

陪伴。

(二)努力向上、堅持不斷的毅力：花了七年考了五次終於考取大學。

(三)大二有幸遇見生命中的貴人：發現自己的學習方法與天賦。

(四)從孩子的經歷想起印象深刻的記憶：10分吃雞腿、90分挨打。

(五)堅持正向個人信念：每一個人的內在都是天才，只是地方不一樣。

(六)成立基金會：幫助有學習困難的喜憨兒。

(七)續讀研究所：為鼓勵更多人，帶給更多人更大光明希望。

(八)始終相信：只要有信心、毅力、勇氣和永不放棄的態度，這世界就沒有困難的事情。

二、彙整團體成員之課程學習檢核結果發現

(一) 團體參與學員自評從盧蘇偉先生的生命故事裡學到：

- 1.樂觀向上積極進取(女 A、男 A)：2 人
- 2.相信自己肯定自我(女 A、女 B、男 B、男 C、男 D)：5 人
- 3.了解自己的優缺點(女 A、女 B、男 B、男 D)：4 人
- 4.感恩知足熱心助人(女 A、男 A、男 B、男 C)：4 人
5. 永不放棄直至成功(女 B、男 B)：2 人
6. 正向思考自我實現(女 B、男 C、男 D)：3 人
- 7.突破現狀超越自我(男 A)：1 人
- 8.腳踏實地努力不懈(男 B)：1 人

9.堅持理想勇於創新(男 D)：1 人

(二)團體參與學員希望能向盧蘇偉先生學習：

- 1.感恩知足樂於助人(女 A、男 C)：2 人
- 2.樂觀向上積極進取(女 A、男 A)：2 人
- 3.相信自己肯定自我(女 A、男 B、男 C、男 D)：4 人
- 4.了解自己的優缺點(女 A、女 B、男 B)：2 人
- 5.突破現狀超越自我(男 A)：1 人
- 6.永不放棄直至成功(男 B)：1 人
- 7.正向思考自我實現(男 C)：1 人

(三)團體參與學員覺得盧蘇偉先生的成功來自：

- 1.自己努力(女 A、男 B、男 C、男 D)：4 人
- 2.父母養育(女 A、女 B、男 A、男 B、男 C、男 D)：6 人
- 3.兄弟姊妹支持(女 A、男 A、男 C)：3 人
- 4.師長教育引導(女 A、女 B、男 A)：3 人

(四)團體參與學員皆認為盧蘇偉的故事，讓自己看見未來的希望。

(五)團體成員覺得從盧蘇偉先生的故事裡學到可以這麼做：

- 1.只要找到自己的學習方法，都可以變得很厲害。(女 A)
- 2.賞識自己、疼惜自己、愛護自己、發現自己、懂得自己。(女 B)
- 3.好好努力讀書，將來可以幫助更多人。(男 A)
- 4.我要好好的找到工作。(男 B)
- 5.要學習怎樣有恆心與毅力。(男 C)
- 6.當志工幫助需要幫助的人。(男 D)

(六) 團體成員想對盧蘇偉先生說：

1. 你很棒，想要去幫助學習比較慢的喜憨兒。(女 A)
2. 你是一個了不起的人，我要好好向你學習。(女 B)
3. 你很厲害。(男 A)
4. 可以教我你上課的過程嗎？(男 B)
5. 你好偉大，我要學習你不懈的精神。(男 C)
6. 你好棒不簡單。(男 D)

(七) 團體成員想對自己這麼說：

1. 其實妳很幸福，家人從沒放棄妳，要好好珍惜妳所擁有的。
(女 A)
2. 要努力向上。(女 B)
3. 你很會為自己打拼。(男 A)
4. 我要努力，永不放棄。(男 B)
5. 可以學習的，就盡量去學習。(男 C)
6. 毅力恆心等著我做我想做的事。(男 D)

研究反思與學習心得小結

進行該課程規劃時，原期能邀請楷模主角親臨現場與團體成員們進行現場心靈對話，透過與角色楷模的面對面論壇機會，滿足成員們完成類追星之心理情感投射，可惜經多方聯繫並未如願；所幸，該基金會人員仍善意寄來二份電視報導光碟內容與部份楷模的出書簡介資料，故除網路收集可得之諸多資料內容，另有影音素材，滿足塑造多元學習的期待。

成員們透過書面資料深入瞭解楷模近乎神奇的生命軌

則，強化對於楷模多正向行為與熱心助人信念的學習，每個人對於楷模花了七年、考了五次才考上大學、大二時值遇馬傳鎮教授發現個人學習專長，致後續成就諸多驚人之舉；楷模相信，每個人只要找對方法就能成為天才；楷模成立了基金會擬以創新教學法拯救被放棄的喜憨兒；楷模有一對永遠投以支持與抱以肯定的父母，及永遠相信自己是最聰明的個人信念等，成員隨討論皆能自然舉列，可想見透過角色楷模故事的深入學習，成員們已自然將楷模的信念及具體作為事蹟，內化成個人內在信念及具體行為目標；透過楷模告訴成員：了解自己、肯定自己、相信自己等很重要，成員們便直接奉為圭臬、決心信守；有效度遠比研究者苦口婆心、『唸』茲在茲，更強而有力與具體有效。

陸、人人是楷模主題課程

執行時間：12/30 上午

檢核資料：敘寫我的生命故事(C8)

檢核日期：12/30

一、透過共同討論分析八名角色楷模的成功特質如表 4-2-6。

表 4-2-6 團體成員共同討論所得之八名角色楷模成功特質

序	特質名稱	列舉具備該特質楷模	共計人數
1	工作認真	盧蘇偉、丁文彬、蘇玉恭、湯萱君、蘇平順、 林春江、劉嘉尚、張煒生	8 人
2	堅持毅力不怕困難	同上	8 人
3	樂觀積極	同上	8 人

4	發展專長與興趣	盧蘇偉、丁文彬、湯萱君、蘇平順、林春江	5 人
5	孝順	蘇玉恭、蘇平順、林春江、張煒生	4 人
6	樂於助人	盧蘇偉、丁文彬、蘇平順、劉嘉尚	4 人
7	忠於自己	盧蘇偉、丁文彬、湯萱君、林春江	4 人

二、彙整團體成員生命故事受楷模影響之內容如表 4-2-7。

表 4-2-7 團體成員生命故事受楷模影響之內容彙整表

學員	學員之生命故事內容	受楷模影響之學習內容
女 A	<p>在就讀國中的時候，拿到美術優異獎，畢業的時候，拿到全勤獎，職業探索營證書，讀高職幼保科的時</p> <p>候，有拿到鋼琴檢定 11.12 級的證照，電腦方面專業應用能力認證 Power Point2000、計算機概論，到了出社會，晚上念社區大學有獲得插畫、實用拼布的研習證書。</p>	<p>論述方式受湯萱君楷模故事影響，能舉列個人優良表現與得獎事蹟。</p>
	<p>我的特質和盧蘇偉、林春江比較像，我要向盧蘇偉學習的地方是沒有學不會的，要找到適合自己的學習方法而已。人人都有比較優勢的智能，而這優勢智能只是自己還每有被激發出來。</p> <p>我要向林春江學習的是，要靠著自己的努力克服困難，堅持喜歡繪畫的夢想。</p>	<p>自認個人特質和盧蘇偉及林春江二楷模相像，並明確舉列擬學習之處。</p>
女 B	<p>還記得小學一年級的時候我的功課很好，成績優良也拿到了多次進步獎，無論是國語、自然、甚至連數學都拿到滿分，不是九十幾分就是一百分，小學二年級也是一樣無論是功課或成績樣樣都好，都非</p>	<p>論述方式受湯萱君楷模故事影響，能舉列個人優良表現與得獎事蹟。</p>

	常自我滿意。	
男 A	我出生時得了腦膜炎，醫生跟媽媽說：「我沒辦法活了」，媽媽就請醫生幫我救活。	論述方式受盧蘇偉楷模故事影響，對出生之描述相同。
男 B	我出生時得了腦膜炎，醫生跟媽媽說：「我沒辦法活了」，媽媽就請醫生幫我救活，後來醫生就用腦部開刀又引流管，傷到左腦，所以影響到智商，但是我和媽媽都不氣餒，我每天都會把功課完成，即使到多晚媽媽都會陪我。	論述方式受盧蘇偉楷模故事影響，對出生之描述相同，且家人不放棄的內容亦相仿。
	我要跟盧蘇偉學習的地方，要疼惜自己和愛護自己，生氣或難過就不要再放在心裡，要把它說出來跟家人說，遇到挫折時也不要放在心裡也要跟家人說。	明確舉列擬向盧蘇偉及丁文彬二楷模學習之處。
	我要跟丁文彬學的地方，不要逃避困難，要試著去做，還有同學約我出去玩，我不能馬上說我不能去，要說我看一下那一天有沒有空。	
男 C	在校期間成績優異、品學兼優，多次獲得模範學生獎狀及獎學金	論述方式受湯萱君楷模故事影響，能舉列個人優良表現與得獎事蹟。
	我要學習盧蘇偉，要有恆心、要有毅力不懈的精神，不要放棄，要學國父的精神，國父十二次，第十二次才成功，要有學會照顧別人和自己，我學會做對的選擇，克服障礙的方法，要學習怎麼突破困難，要學會搬石頭，要學會感恩別人。	明確舉列擬向盧蘇偉楷模及國父學習之處。

<p>有機會可以找找職訓的機會，怎樣讓自己可以充實自己，善待自己，可以學習怎樣會充實自己的技能，突破我現在的困境，工作要認真專心去學習，努力不懈的精神，看到有需要幫助，就盡量去幫忙，我會幫家人倒垃圾、洗碗、掃地、拖地、把自己的環境弄乾淨整潔。</p>	<p>論述內容提及職訓，表示乃受丁文彬、劉嘉尚及張煒生故事中提及參與職訓養成技能之影響。</p>
<p>要學習力爭上游，積極奮鬥個性樂觀，平凡職業中展現不平凡的精神，要熱心，關心別人，積極向上，樂觀進取，不抱怨任何的困難，要勇於解決困難的能力。</p>	<p>論述觀點融合諸楷模故事內容之影響。</p>
<p>男 D 小時候看過一部電影叫汪洋中的一條船，敘述鄭豐喜出生就是小兒麻痺，無論他在求學或是出社會成家，有許多地方值得我去學習。</p>	<p>受其他楷模-鄭豐喜先生故事之精神啟發。</p>
<p>我的興趣，當里長可以為里民，大家都知道里長最重要的要和里民有很好的人際關係。</p>	<p>除受惠鄰里居民良多，亦受丁文彬楷模影響。</p>

研究反思與學習心得小結

研究者規劃擬請團體成員完成個人生命故事敘說課程時，乃參酌黃素菲 2006 年翻譯『敘事取向的生涯諮商』一書及吳芝儀 2005 年所發表『敘事研究的方法論探討』一文內容，作為概念成形與執行的基礎。原期藉由成員的個人生命故事內容，了解並分析角色楷模故事內容，影響團體成員敘說個人故事架構的能力；經由事後內容分析，確實能自成員們的故事論述內容，比對出受到楷模故事影響的痕跡。

然而部分團體成員，透過團體現場訴說個人生命故事時真實情感流露所引發之現場感染張力，則遠非研究者初心所能預料。或許是成員們已確實將受諸楷模故事感動的內容，內化而成個人生命故事建構的養料、或經由團體成員間已然建立成形的團體支持動力、或成員受當場溫暖情境的情緒感染所致，現場的感動張力，由女 B 以敘說個人學習經驗為軸心的生命故事作為起點，於男 D 以工作經驗為內容主軸的故事畫下終點，成員們安靜聆聽、臉上隨故事情節變化的表情投入，應是給予現場敘說者最大的鼓勵與支持，因此，每一位成員透過團體參與，在人人都是楷模的主題課程裡，圓滿實現成為楷模的夢想。

第三節 田納西自我概念量表前後測結果分析

本節將依團體成員經於田納西自我概念量表(成人版)前後測之結果，以敘述統計方式分析，角色楷模學習團體課程對參與團體輕度智能障礙成員自我概念的影響。

彙整參與團體之輕度智能障礙成員，於參與團體前後，分別施以田納西自我概念量表(成人版)之前後測結果，以 SPSS 12.0 進行敘述統計分析，所得出六名成員之前後測平均數結果如表 4-3-1。

表 4-3-1 學習團體六成員自我概念量表之總前後測結果

自我概念各向度	個數	總和	平均數	標準差	平均數前後測差值	備註
自我總分前測	6	256.00	42.67	5.57		

自我總分後測	6	285.00	47.50	8.38	+4.83	◎
生理自我前測	6	266.00	44.33	5.79		
生理自我後測	6	286.00	47.67	5.39	+3.34	
道德倫理自我前測	6	229.00	38.17	9.79		*
道德倫理自我後測	6	257.00	42.83	10.98	+4.66	
心理自我前測	6	217.00	36.17	7.05		*
心理自我後測	6	256.00	42.67	6.38	+6.50	◎
家庭自我前測	6	262.00	43.67	13.13		
家庭自我後測	6	268.00	44.67	12.80	+1.00	
社會自我前測	6	254.00	42.33	10.13		
社會自我後測	6	290.00	48.33	8.12	+6.00	◎
工作自我前測	6	229.00	38.17	11.55		*
工作自我後測	6	234.00	39.00	9.88	+0.83	*
自我認同前測	6	249.00	41.50	7.97		
自我認同後測	6	287.00	47.83	9.11	+6.33	◎
自我滿意前測	6	241.00	40.17	5.56		
自我滿意後測	6	277.00	46.17	8.57	+6.00	◎
自我行動前測	6	234.00	39.00	5.55		*
自我行動後測	6	244.00	40.67	5.96	+1.67	
有效的 N (完全排除)	6					

備註符號說明：

*：代表該向度平均數得分值低於平均值，顯示該向度概念偏負向，應予關注。

◎：代表後測平均數得分值提升較多者。

透由表 4-3-1 知悉，團體成員於田納西自我概念量表(成人版)各向度之前後測結果，後測結果皆高於前測，顯示團體成員於參加角色楷模學習團體後，於生理自我、倫理道德自我、心理自我、家庭自我、社會自我、工作自我、整體自我、自我認同、自我滿意與自我滿意之多向度自我概念皆有提升，由此知悉，角色楷模學習團體課程內容對於參與成員之自我概念皆具提升促進作用。且其中提升最多之前三名，分別為心理自我(+6.50T)為最高，自我認同(+6.33T)次之，社會自我及自我滿意各(+6.00T)更次，顯示角色楷模團體課程對於參與之輕度智能障礙成員的個人自我價值感、對於個人的基本認同、與人的互動關係及自我接受度之提升促進作用最佳。

其中，道德倫理自我 38.17T、心理自我 36.17T、工作自我 38.17T 及自我行動 39.00T 四向度自我概念之前測平均值皆低於平均值範圍，顯示未參與團體前，該六名輕度障礙成員對於個人的道德觀、自我的價值感、工作上的表現及對個人日常生活方式或行為之概念偏負向；然而透過團體課程參與後，該六名輕度障礙成員之自我概念，除工作自我 39.00T 稍落後平均值範圍外，其餘各向度之自我概念，則皆已提升落於平均值範圍內，此知，該角色楷模學習團體對於參與團體之六名輕度智能障礙成員確實具有正向提升與促進作用之影響。

另彙整個別團體成員之自我概念前後測結果如表 4-3-2，擬用以分析六名團體成員之自我概念提升向度情形。

表 4-3-2 個別團體成員之自我概念量前後測結果彙整表

	前後 測 差異	自我 總分	生理 自我	道德 倫理 自我	心理 自我	家庭 自我	社會 自我	工作 自我	自我 認同	自我 滿意	自我 行動
女 A	前測	38	37	37	34	32	62	22	46	38	33
	後測	42	44	33	40	33	62	27	45	40	41
	差異	+4	+7	-4	+6	+1	0	+5	-1	+2	+8
女 B	前測	37	47	47	25	30	40	27	33	35	43
	後測	45	46	55	37	37	50	32	43	45	45
	差異	+8	-1	+8	+12	+7	+10	+5	+10	+10	+2
男 A	前測	40	41	22	42	39	40	46	35	41	31
	後測	40	43	28	40	39	40	38	37	40	34
	差異	0	+2	+6	-2	0	0	-8	+2	-1	+3
男 B	前測	49	44	33	42	62	42	50	44	48	41
	後測	60	55	48	53	61	49	56	60	60	41
	差異	+11	+11	+15	+11	-1	+7	+6	+16	+12	0
男 C	前測	50	54	48	42	57	37	37	54	45	44
	後測	56	54	53	48	61	49	41	58	53	49
	差異	+6	0	+5	+6	+4	+12	+4	+4	+8	+5
男 D	前測	42	43	42	32	42	33	47	37	34	42
	後測	42	44	40	38	37	40	40	44	39	34
	差異	0	+1	-2	+6	-5	+7	-7	+7	+5	-8
差	+	4	4	4	5	3	4	4	5	5	4

異	0	2	1	0	0	1	2	0	0	0	1
數	-	0	1	2	1	2	0	2	1	1	1

由表 4-3-2 分析個別團體成員之前後測結果，比對六名團體成員之前後測結果發現，進步向度最多者為心理自我、自我認同與自我滿意三向度，六人中，分別有五人之後測結果較前測提升，顯示透過角色楷模團體參與，團體成員於個人自我價值、個人基本認同及自我接受度之提升促進作用最佳。

研究者就團體成員自我概念之前後測結果進行小結分析

透過表 4-3-1 六名團體成員之總施測結果平均數分析，可知所有成員之自我概念各向度平均數，後測皆優於前測結果，此知，成員經參與學習團體課程後，團體課程內容對其之自我概念個向度內容皆有提升並具正向促進作用。更進分析結果發現，成員於參與團體後，提升最多之自我概念向度內容有心理自我、自我認同、社會自我及自我滿意，顯示角色楷模團體課程對於參與之輕度智能障礙成員的個人自我價值感、對於個人的基本認同、與人的互動關係及自我接受度之提升促進作用最佳。

而若以表 4-3-2 分析個別團體成員之前後測結果進行比對發現，進步向度最多者為心理自我、自我認同與自我滿意三向度，顯示透過角色楷模團體參與，團體成員於個人自我價值、個人基本認同及自我接受度之提升促進作用最佳。

綜合上述，試以團體成員於田納西自我概念量表（成人版）之前後測結果，作為分析角色楷模學習團體對輕度智能

障礙者成員自我概念之影響，從中可知，參與團體課程之學習後，所有團體成員之總自我概念前後測結果平均數皆有所提升，顯示該團體對參與團體之輕度智能障礙成員的自我概念，確具提升與正向促進效果。

第五章 結論與建議

本章擬先依據第四章之研究結果，針對團體成員個別學習、主題課程學習及成員於田納西自我概念量表(成人版)之前後測結果進行研究發現分析，透過結論回應研究目的，並據以提出對於後續研究或相關團體課程設辦與執行之具體建議，並略抒研究之限制與省思。

第一節 綜合討論

本研究乃由研究者邀請六名類屬認知障礙類之輕度智能障礙者，參與由研究者所規劃辦理及擔任主要團體帶領者之學習團體課程進行研究。課程內容以導入八名成功智能障礙者之生命故事內容，作為角色楷模學習團體學習內容之主軸，過程除於六主題課程各設計有主題課程學習檢核單，以作為檢核團體成員於該課程內容之學習外；研究者並輔以田納西自我概念量表(成人版)進行前後測，透過分析團體成員於自我概念量表之前後測結果，作為評估團體課程對於團體成員自我概念之影響。

經由研究結果知悉，六名類屬認知障礙之輕度智能障礙者於參與團體課程學習後，透過田納西自我概念量表(成人版)前後測結果與團體成員學習歷程內容分析，研究者有以下發現：

一、透過學習內容分析，發現角色楷模學習團體課程內容，對於類屬認知障礙之輕度智能障礙學員的自我概念確具提升促進作用。

(一)依據團體成員之主題課程學習檢核資料、觀察記錄、參酌由研究者針對個別成員於各主題課程學習，嘗試進行課程內容對於成員自我概念之促進作用分析，最後參酌團體成員於田納西自我概念量表(成人版)之前後測結果，總成團體成員的個別學習歷程內容分析發現，團體成員的檢核資料內容、參與反應及後測多優於前測之自我概念測驗結果表現，顯示團體課程內容對於個別團體成員自我概念之提升促進作用；且以心理自我、自我認同與自我滿意三向度自我概念提升最多。茲列表 5-1-1 彙整個別成員於田納西自我概念量表前後測差異，試分析團體課程內容對於個別成員自我概念之影響。

表 5-1-1 個別成員之自我概念前後測結果之差異分析

成員	自我 總分	生理 自我	道德倫 理自我	心理 自我	家庭 自我	社會 自我	工作 自我	自我 認同	自我 滿意	自我 行動	加減向度數
女 A	+4	+7	-4	+6	+1	0	+5	-1	+2	+8	加 7；減 2；不變 1
女 B	+8	-1	+8	+12	+7	+10	+5	+10	+10	+2	加 9；減 1
男 A	0	+2	+6	-2	0	0	-8	+2	-1	+3	加 4；減 3；不變 3
男 B	+11	+11	+15	+11	-1	+7	+6	+16	+12	0	加 8；減 1；不變 1
男 C	+6	0	+5	+6	+4	+12	+4	+4	+8	+5	加 9；不變 1
男 D	0	+1	-2	+6	-5	+7	-7	+7	+5	-8	加 5；減 4；不變 1
+	4	4	4	5	3	4	4	5	5	4	增加共 52 向次
0	2	1	1	0	1	2	0	0	0	1	不變共 8 向次
-	0	1	1	1	2	0	2	1	1	1	減少共 10 向次

(二)透由主題課程彙整團體成員之學習內容發現，團體成員於檢核資料上或課程參與及相關作業單上，皆能具體表達並回

應對於課程學習之內容，顯示課程內容確具學習效果。

(三) 團體成員皆肯定透過角色楷模生命故事的學習，對其個人自我信念、自我了解、興趣發展、建立正向行為、自我概念分析、個人生命故事敘說等內容之促進提升有所助益。研究者觀察，分析團體成員之個人生命敘說故事內容（論述方式或內容）及課程參與反應等，大抵皆能從中發現角色楷模故事對成員學習之影響。而研究者發現，透過同為智能障礙者之楷模故事，更具激勵成員接受並實踐楷模故事內容所傳達之正向信念、行為目標、工作與生命態度等效果；部份團體參與者並已學習收集建立其他楷模生命故事內容，除充實個人學習，並學會可透過團體課程與其他成員分享。茲彙整團體成員對於主題課程學習內容之相關回應如表 5-1-2。

表 5-1-2 團體成員對於主題課程學習之相關回應

	角色楷模 學習	興趣 探討	自我 概念	戲劇 體驗	楷模深度 探討	人人 是楷模
課程受益	○	○	○	○	○	○
角色楷模影響	○	○	○	--	○	○
課程內容喜歡度	○	○	○	○	○	○
課程進行方式	○	△	△	△	○	○
建議	無	增次與 內容	可部份修 正/活潑	增次	增楷模	無

備註說明：○：團體成員感覺滿意

--：未發現相關

△：有建議事項

(四) 分析表 5-1-2 內容發現，團體成員對於各主題課程內容多持以肯定與滿意，惟對於興趣探討、自我概念與戲劇體驗三主題課程略有修正建議，試依團體成員建議內容與研究者觀察略述如下：

1. 團體成員因感戲劇體驗課程內容較活潑、可透過演出過程與人互動、藉由演出後討論修正個人目標達成之執行策略、實現達成想像目標之滿足、透過演出與分享發現個人另外層面等，因此建議宜增加該課程體驗次數。就研究者觀察，透過創作性故事內容可協助貼近了解成員之生活經驗，另藉由即興演出觀察，則能助益理解成員表現之具體行為或潛在動機意義。

2. 團體成員對於自我概念分析課程內容持滿意態度，惟認為重複自楷模故事內容學習自我概念方式略顯枯燥，因此建議課程之執行方式宜予修正。研究者觀察，鑒於自我概念內容偏屬抽象，若期能於短期協助團體成員建立相關概念意義，透過密集練習以強化，似乎乃必要選擇；但如何突破執行過程之枯燥化（如是否須密集於同一堂課中重複練習四名楷模自我概念內容）？則可力思因應策略，以作為後續執行修正建議。

3. 團體成員透過楷模故事學習皆肯定發展興趣之重要性，認為只透過一次課程進行興趣結果之釐清，內容稍顯不足；研究者觀察，乃多數成員因探索經驗之不足、或不知培訓資源管道、或不知如何於工作或生活中實踐興趣等，致影響個人興趣之實踐與發展。若能增益相關職業或生活興趣教育或探索

內容，或有可能補全該不足經驗之缺憾。

(五) 團體成員對於團體課程之相關內容、執行場地、辦理時間團體領導與氛圍等皆持以肯定，茲彙整團體成員對於主題課程學習之相關回應如表 5-1-3。

表 5-1-3 團體成員對於團體課程之相關回應

問題內容	評價	建議或備註
課程內容（主題課程內容）	非常滿意	
教材資料（楷模故事、檢核表等）	非常滿意	
設施設備	滿意	無建議
場地（臺師大博愛樓 230 教室）	非常滿意	假日幽靜、出入須門禁管制、有安全感
交通方式	滿意	公車便利、但捷運稍有距離
時間（三週、五全天假日）	滿意	1. 減少往來交通時間、午休可有充份時間補足體能，故喜全天方式。 2. 有 3 人因工作或家務各須請假 2 次，因無法全程感遺憾 3. 因連續舉辦，引發 1 名成員產生將照顧母親責任全移父親而略感焦慮
茶點、飲食	非常滿意	平時水果茶點、便當、披薩、麥當勞
領導者（研究者）	非常滿意	
戲劇課程老師	非常滿意	
團體成員(六成員)	非常滿意	
團體氛圍	非常滿意	

二、經由自我概念前後測結果分析發現，總團體成員之十向

度自我概念及個別成員於多向度自我概念表現，後測結果皆(或多)優於前測，顯示角色楷模團體課程對於團體成員自我概念確具正向促進作用。

(一) 總團體成員於十向度自我概念之前後測平均數表現，後測結果皆高於前測，從而知悉，團體課程內容對於參與團體之輕度智能障礙成員自我概念之提升促進作用；且以心理自我、自我認同、社會自我及自我滿意等向度提升最多。相關結果彙如表 5-1-4。

表 5-1-4 總體成員自我概念前後測總平均數結果差異分析

	自我 總分	生理 自我	道德倫 理自我	心理 自我	家庭 自我	社會 自我	工作 自我	自我 認同	自我 滿意	自我 行動
前測	42.67	44.33	38.17	36.17	43.67	42.33	38.17	41.50	40.17	39.00
後測	47.50	47.67	42.83	42.67	44.67	48.33	39.00	47.83	46.17	40.67
差異	+4.83	+3.34	+4.66	+6.50	+1.00	+6.00	+0.83	+6.33	+6.00	+1.67
排序				1		3		2	3	

(二) 分析表 5-1-4 內容發現，未參與團體前，該六名輕度障礙成員於道德倫理、心理、工作及自我行動等向度自我概念偏負向；然而透過團體課程參與後，除工作自我稍落後平均值範圍外，其餘各向度之自我概念，皆已提升落於平均值範圍內，此證，該團體課程對於團體成員之多向度自我概念確具正向提升與促進作用影響。

(三) 參考表 5-1-1 內容發現，若以六個別成員共計 60 向次自我概念前後測結果分析，發現雖有 8 向次之前後測結果維持不變、且有 10 向次之後測結果較前測稍弱，但共有 52 向次之

後測結果優於前測，顯示角色楷模學習團體課程內容對於團體成員之自我概念確具提升與促進作用。

第二節 結論

一、分析研究參與者參與角色楷模學習團體後，於生理、道德倫理、心理、家庭、社會、工作等自我概念分量尺及自我總分、自我認同、自我滿意與自我行動等自我概念分向度之表現發現：

(一)參與團體課程前，六名團體參與者之倫理道德、心理、工作及自我行動等向度自我概念偏負向；參與團體課程後，除工作自我稍落後平均值範圍外，其餘各向度自我概念，皆已提升落於平均值範圍內。

(二)依團體參與者十向度自我概念之總平均數表現比較，後測結果皆優於前測；且以心理自我、自我認同、社會自我及自我滿意等向度提升最多。

(三)參與團體課程後，每位團體參與者之自我概念向度多有提升，雖有部分參與者因故出現後測結果較前測稍弱（共計 10 向次）情形，但整體仍以提升促進者為多（共計 52 向次）。

綜此推論，角色楷模課程對於團體參與者之多向度自我概念確具提升促進作用。

二、透過分析團體參與者於角色楷模學習檢核、擬向楷模學習建立正向行為、興趣探討主題課程檢核與觀察、自我概念學習檢核與分析工作單、個人生命故事敘說之個別學習歷程與主題課程總體學習內容，處處可見角色楷模生命故事對團

體參與者之學習影響。

三、團體參與者對於團體課程各主題課程內容、執行場地、辦理時間團體領導與氛圍等皆持以肯定，惟對於興趣探討、自我概念與戲劇體驗三主題課程略提增加課次、強化內容及修正引導方式等修正建議。

第三節 建議

研究者擬依據研究發現與結論、參酌研究執行經驗，依課程規劃與執行及研究設計與執行二大面向提出建議，期能助益後續相關研究與團體規劃或執行時參考。

壹、團體規劃與執行

一、豐富部份團體主題課程內容，必要時適時酌增團體次數。

本實驗團體乃以十次團體期程規劃六大主題課程內容為主。若以既有研究對象與主題課程內容規劃作為建議內容之參照，則原主題內容皆可增加辦理次數為宜。

(一)角色楷模學習課程，宜輔以新學、複習、整合分析等方式同時介入，方能強化學習效果，若此建議每單次課程進度宜安排學習 2-3 位楷模故事內容進度即可。

(二)興趣探索課程，除強化既有楷模故事相關興趣內容之探討、協助進行施測結果釐清與分析，建議若能增益職業或生活興趣教育內容、體驗與實踐方法、培訓管道與履行經驗分享等，相信應更能增益探索經驗之價值功能與意義。

(三)自我概念探討課程，建議可稀釋於角色楷模課程學習內容中強化複習作用，經由多名角色故事內容及其他相關主題課程(如戲劇體驗)後，方進行主題性探討，或許可避免學習過程之枯燥感。

(四)戲劇體驗課程：因課程運作方式較生動有趣，建議可安排於下午當作醒腦課程；內容上則建議除既有創作性故事即興演出方式，尚可加入角色楷模故事或個人生命故事演出等內容，以強化成員對於角色故事的學習或重塑個人生命經驗之體驗。

(五)角色楷模深入探討課程：內容上建議視楷模個人故事或可取材資料之豐富性，彈性酌減單人次之課程內容，並適時增加可進行深入探討之楷模數，若能親邀楷模蒞臨現場進行面對面論壇，相信定能增益成員之學習成效。

(六)人人是楷模課程：建議可連結戲劇體驗或加入故事撰寫演練指導內容，除強化成員故事建構之表達能力，並助益內容之深化與豐富性。

二、課程週期安排可進行適時調整。

課程週期安排，建議可安排以每週或隔週一全天方式辦理，用以建構定期學習及給予參與成員安排個人時間彈性；另則亦可強化實踐自我概念須長期學習與建構之理論基礎。

貳、研究設計與執行

一、研究方法之修正：

1.本實驗團體課程，考量研究時間限制因素，雖則研究結果能

驗證課程內容對於六位研究參與者之自我概念確具提升與促進作用；然而僅採單一組別前後測之研究設計規劃，終非最佳研究設計，建議未來可參採準實驗設計方法，透過對照組之資訊比對，或許更能驗證研究成效，延伸開展其他研究發現或結果。

2.另建議於團體課程結束後增加事後追蹤或辦理焦點團體等，以追蹤並驗證研究影響效果或延伸其他更進研究內涵，並適時提供必要支持資源，以強化對於研究參與者之實質支持與回饋。

二、研究對象之增廣：

本實驗團體課程，為顧及團體成員學習特性，故僅以輕度智能障礙者作為單一障別研究對象；建議未來或可邀請其他障礙類別對象參與研究，以廣驗角色楷模學習團體課程對於自我概念之具體影響。

第四節 研究限制與省思

研究雖終於完成，然其間卻可見肇因研究者個人研究時間不足之限制下，所呈現之力有未逮、尚容補足的限制所在；研究執行過程中，對照學理與現實間之現象，研究者多有省思與感觸，特此略行發抒。

壹、研究限制

本實驗團體課程之研究方法依如上述之建議述及，因受限研究時間考量，未能適採準實驗設計，以收集未經團體參

與研究對象之參照資料進行比對分析，且未能於事後進行相關追蹤或更進研究(如辦理焦點團體)，誠乃此研究規劃與執行之缺憾。

貳、研究省思

研究者於團體課程研究期間，皆能於多主題課程中充份驗證

Bandura 與 Super 等大師理論之切合與適用性。

透過執行角色楷模學習主題課程運作，自所提供角色楷模故事之內容及研究參與者之學習中，體會 Bandura 示範作用與自我效能理論之切符實用，並深刻感受 Super 生涯發展理論所強調生涯乃連續且相互影響過程之受用。

於興趣與自我概念探討主題課程中發現，若欲比對 Super 生涯發展階段之任務分野，從研究對象之團體參與學習反應，及肇於相關探索經驗或有建構不足等因素，致應有階段任務之未能順達完成部份，令研究者有感心傷，真祈後續能有更多可資補全或輔益之策略因應。

至於，應如何促進研究參與者或其他身心障礙者有關個人興趣、自我概念與生涯之發展，助益其生涯自我之充分實現？應乃當來值得努力、也應戮力投入耕耘的方向。

參考書目

中文文獻

- 于曉平(2006)。高中數理資優女生性別角色、生涯自我效能與生涯發展之關聯及角色楷模課程實驗之影響研究。未出版博士，國立臺灣師範大學特殊教育學系博士論文，臺北市。
- 于曉平、林幸台（2010）。角色楷模課程對高中數理資優女生性別角色、生涯自我效能與生涯發展影響之研究。*教育科學研究期刊*，55(1)，27-61。
- 朱慧萍、饒夢霞（2000）。大學轉變科系生涯決定歷程。*教育心理學報*，32(1)，41-66。
- 李明濱（譯）(1991)。自我的掙扎（原作者：Karen Horney）。臺北市：志文。
- 車文博(2001)。人本主義心理學。臺北市：東華書局。
- 宋湘玲、林幸台、鄭熙彥（1991）。學校輔導工作的理論與實施（增訂四版）。高雄市：復文圖書出版社。
- 吳武典、洪有義、張德聰(2010)。團體輔導。臺北市：心理。
- 吳君瑋(2010)。高職綜合職能科學生自我概念、障礙覺察與相關因素研究。未出版碩士，國立臺灣師範大學特殊教育學系，臺北市。
- 吳芝儀（2005）。敘事研究的方法論探討。載於齊力、林本炫（主編），質性研究方法與資料分析（第二版），（145-188）。嘉義縣：南華大學教育社會研究所。

- 余紫瑛 (2000)。探索教育活動影響國中學生自我概念與人際關係之實驗研究。國立臺灣師範大學公民訓育研究所碩士論文，未出版，臺北市。
- 金樹人 (1997)。生涯諮商與輔導。台北市：東華書局。
- 林幸台 (1987)。生計輔導的理論與實施。臺北市，五南圖書公司。林幸台、張小鳳、陳美光(2004)。田納西自我概念量表指導手冊 (Tennessee Self-Concept scale;TSCS:2)。台北：測驗出版社。
- 林幸台 (2007)。身心障礙者生涯輔導與轉銜服務。臺北市：心理。
- 林幸台、田秀蘭、張小鳳、張德聰 (2010)。生涯輔導。臺北市：心理。
- 林宏熾 (2000)。身心障礙者生涯規劃與轉銜教育。台北市：五南。
- 周曉虹(譯) (1995)。社會學習理論(原作者：Albert Bandura)。臺北市：桂冠。
- 洪宜昀 (2002)。大學聽覺及肢體障礙學生自我概念與心理健康之研究。彰化師範大學特殊教育學系在職進修專班碩士論文，未出版。
- 高春申 (2001)。人性輝煌之路：班杜拉的社會學習理論。台北市：貓頭鷹出版。
- 孫石 (譯) (2000)。自我的追尋 (原作者：Erich Fromm)。臺北市：志文。
- 張春興 (1989)。張氏心理學辭典。台北市：東華書局。

- 莊耀嘉（編譯）(1997)。馬斯洛:人本心理學之父。臺北市：桂冠。
- 郭為藩(1996)。自我心理學。臺北市：師大書苑。
- 葉杏美（2009）。閱讀教學策略對國小中年級學童自我概念影響之研究。國立屏東教育大學教育學系碩士論文，未出版，屏東市。
- 陳坤虎、雷庚玲、吳英璋(2005)。不同階段青少年知自我認同內容及危機探索之發展差異。中華心理學刊，47卷，3期，249-268頁。
- 陳逸群譯（2000）。艾理斯：理情治療學派創始人（Joseph Yankura & Windy Dryden 著）。臺北市：生命潛能文化出版。
- 陳李綢（1999）。認知發展與輔導。臺北市：心理。
- 陳國濱(2005)。園藝活動對高職智能障礙學生自我概念及休閒效益之影響。朝陽科技大學休閒事業管理系碩士論文，未出版，臺中縣。
- 陳靜江、李崇信、邱滿艷(2003)。智能障礙者就業服務工作手冊。臺北市：行政院勞工委員會職業訓練局。
- 施欣玫（2006）。後天性視障者視覺損傷事件經驗知覺與適應之研究。未出版碩士，國立彰化師範大學輔導與諮商學系所，彰化縣。
- 修慧蘭、鄭玄藏等人譯（2006）：諮商與心理治療:理論與實務（COREY）。台北市：雙葉書廊。
- 郭靜晃、李淑娟、曾端真、陳淑琦、王淑芬、張惠芬、繆敏

- 志、黃志成、彭淑華、呂素美、簡維政、徐錦峰(1994)。心理學。臺北市：揚智文化。
- 彭慧玲、蔣美華、林月順譯(2009)。成人生涯發展：概念、議題及實務。臺北市：心理。
- 鄭麗玉(1993)。認知心理學：理論與應用。臺北市：五南。
- 楊麗英（1991）。社會技巧與認知行為取向訓練團體對高社會焦慮大學生輔導效果之研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士學位論文，未出版，臺北市。
- 蔡采薇（2010）。轉銜計畫的另一種選擇-個人中心計畫。*特殊教育季刊*，114，29-35。
- 鍾思嘉、修慧蘭、林青青、張志彰（1993）。認知行為策略在犯罪少年團體輔導的應用。*教育與心理研究*，16，313-347。
- 趙曉美(2001)。自我概念多層面階層結構之驗證暨增進自我概念課程之實驗效果，未出版博士，國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所論文。
- 趙曉美(2010)。自我概念之發展與改變策略。*臺灣教育發展論壇*，1，31-53。

西文文獻

Alfermann, D., & Stoll, O. (2000). *Effects of physical exercise on self-concept and well-being*. *International Journal of Sport Psychology*, 31(1), 47-65.

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ : Prentice-Hall.

Bray, N. W. (1979). *Strategic production in the retired*. In N. R. Ellis (Ed). *Handbook of mental deficiency: Psychological theory and research* (2nd ed. pp. 699-737) Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Beane, J. A. (1984). *Self-concept, self-esteem, and the curriculum*. Boston: Allyn and Bacon.

Burns, R. B. (1979). *The self concept*. New York: Longman.

Castagno, K. S. (1991). *A study of effect of after-school physical education program on the self-concept of middle school EMR students*. Unpublished Doctoral Dissertation, The University of Connecticut, CT.

- Ellis,A. (1994) .*Reason and emotion in psychotherapy revised*.
Secaucus,NJ : Birch Lane.
- Ellis,A.,& Tafrate,R.C. (1997) .*How to control your
anger-before it controls you*.Secaucus,NJ : Birch Lane.
- Ellis,A.,& Dryden,W. (1997) .*The practice of rational-emotive
therapy. (rev.ed.)* .New York : Springer
- Ellis,A.(1998).*How to control your anxiety before it controls you*.
Secaucus,NJ : Carol Publishing Group.
- Fitts, W. H.(1972). *The self-concept and performance*. Tennessee:
The Dede Wallace Center.
- Marshall, H. H.(1989). *The development of self-concept*. Young
Children,44(5),44-51.
- Mitchell, L.K. & Krumboltz, J.D. (1996) *Krumboltz's Learning
Theory of Career Choice and Counseling in Brown, D.,
Brooks, L. & Associates (Eds) Career Choice and
Development (3rd edition)*.San Francisco: Jossey-Bass
- Krumboltz, J. D. (1979). *A social learning theory of career*

decisionmaking. In A. M. Mitchel, G. B. Jones, & J. L. Krumboltz (Eds.), *Social Learning Theory and Career-Decision Making* (pp.19-49).Cranston, RI: Carroll Press.

Krumboltz, J. D.(1992). *Challenging troublesome career beliefs*. Ann Arbor, MI: ERIC Digest. Clearinghouse on Counseling and Personnel Services. (ERIC Document Reproduction Service No.ED347481)

Rosenberg, M.(1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books, Inc.

Spitz .H.H.(1966).*The role of input organization in the learning and memory of mental retardates*. In R.Eills(Ed).International review of research in mental retardation(Vol.2.pp.29-56).New York Academic Press.

Stangvik,G.(1979). *Self-concept and school segregation*. Goteborg, Universitatis Gothoburgensis, ACTA, Sweden.

Strichart,A.A.,& Gottlieb ,J (1982).*Characteristics of mild mental retardation*. In T.L.Miller & E.E.Davis(Eds).The mildly handicapped student (pp.37-65).New York:Grune &

Stratton.