

表達性藝術治療團體對提升僑生人際關係與正向情緒之效果

研究生：王慰兒

指導教授：陳志賢博士

中文摘要

本研究旨在探討表達性藝術治療團體對僑生人際關係與正向情緒之提升效果。研究方法採混合方法研究，以量化研究為主，質性研究為輔進行。研究對象以十名僑生為對象，分為兩組，各組人數為五人，實驗組進行為期五週，每次三小時，共十五小時之表達性藝術治療團體，而控制組則未接受任何介入。在量化分析方面，本研究以「大學生人際關係量表」及「正向情緒量表」作為方案介入前、後測的測量工具，所得量表之數據將以單因子共變數分析。此外，團體單次回饋單與團體總回饋單資料則是以描述性統計進行分析；質性資料部分則是以半結構個別訪談方式向實驗組僑生收集，運用分析歸納法進行分析。

本研究結果顯示僑生參與五週的表達性藝術治療團體後，在人際關係方面，總量表、社會接納與親密友誼未達顯著，但是同儕關係具有明顯的差異；透過分析質性資料發現，成員參與團體後覺察到和同儕溝通的重要性，也發覺溝通中適時向他人表達自身情緒是重要的，過程中也能透過成員的分享，使他們有機會覺察反思自身人際關係狀態，有助於僑生發展更良好的同儕支持網絡。在正向情緒方面，量化分析結果顯示未達顯著輔導效果；在質性分析方面，實驗組僑生雖覺得團體對促進正向情緒有限，訪談過程中當談及參與團體經驗時，實驗組僑生意識到團體經驗對自身正向情緒有些正面的影響。在成員回饋方面，僑生對於團體之安全性，包容性及互動品質給予高度滿意評價。

最後，研究者根據研究結果提出了研究建議，供實務工作者與未來相關研究參考。

關鍵詞：僑生、表達性藝術治療團體、人際關係、正向情緒