

## 法務部矯正署綠島監獄 111 年度生命教育課程暨壓力調適班

111 年 4 月 20 日不孤島團體輔導-人際關係團體

本次課程為本年度「不孤島」第二階段人際關係團體輔導的第1次團體，此次成員除了以往的舊成員外，加上了新的3位成員，在團體的一開始先向成員們介紹了團體的主題以及進行方式。

為了要認識彼此，成員們選擇與自己相像的年輕人像卡，向分組的夥伴介紹自己，回到大團體後再由夥伴向所有成員介紹自己，在活動進行中成員們發現，有時候單看外表，其實無法了解對方，甚至會產生誤解，還是要經由人際互動才能真正的認識對方。

接下來為了讓團體順利進行，我們瞭解了團體公約的重要性，並由每一位成員親自簽署了團體公約。

最後的活動，我們寫下了時空膠囊，上面寫著我們對於參加完團體後希望能得到的收穫和成長，鼓勵成員們好好思考並寫下對自己的期許，最後邀請成員們填寫回饋單，瞭解每個成員這次的參與狀況，以及對於團體的滿意度、回饋及建議。

課程照片



課程照片

