

## 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 7 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4次團體，在團體開始前，成員們分享了最近的想法和感受。

此次團體我們一起玩了「侃侃而猜」桌遊，在遊戲過程中成員們提供了自己對於題目的經驗和描述，讓猜題者藉由大家的回應來做答，遊戲結束後成員們一起討論在遊戲中讓猜題者能更快速猜到題目有哪些方式，成員們認為要多說一點、多給一點提示外，如果是猜題者更能理解或知道的提示就更容易猜出來，這也提醒成員們這就像與人溝通一樣，當站在對方的立場想想或者用對方更能理解的語言、方式來溝通，溝通就會更順暢，接著我們開始討論起健全的人際關係中該有哪些元素，並邀請成員們寫於白板。

最後我們填寫回饋單並發下「哥吉拉事件」同理心學習單，請成員們在下次上課之前完成學習單，並會在下次的團體中一同討論。

課程照片



課程照片

