

自我成長研習課程 — 「團體動力學」活動側寫

【文／編譯發展中心專案助理 彭佳宣】

今年 5 月 29 日參加了院內舉辦的「自我成長研習課程」，首堂研習「團體動力學」，由講師張志成老師（中華康輔教育推廣協會理事長）主導。乍看下，與一般講授課程無異，然而當講者啟動幽默的自我介紹後，旋即展開一連串緊湊而生動有趣的活動與討論，過程連結個人與團體的關係，激發參與者深層思考，從而使省察個人於工作角色之作為態度、與成員互動的相互影響，點出共同成長的重要性。

「團體動力」概念最早於 1930 年代，由德國場地論學者 Kurt Lewin 進行一系列團體行為研究時所提出，用以解釋複雜社會裡，團體成員彼此互動與相互影響的行為現象，相關研究陸續開展，1980 年代因高度重視生產力，致相關的團體動力研究蓬勃，舉凡團體的形成、發展、運作以及與團體內成員互動形式和過程等，皆為研究內涵。發展迄今，「團體動力學」由諸多理論架構而成，以嚴謹的科學研究方法和向度，探析團體中相關的各種行為現象，並為社會科學的重要領域。

單就「團體動力」"group dynamics" 一詞加以探查，"dynamics" 源自希臘語 "dynamis"，意指力量 "force power"；且由上述可知，團體是具有力量的，而團體的力量是導向積極正向、促進流動的延展，抑或走入消極、僵化停滯之途？團體特質及團體成員彼此互動及相互影響性，均具重要決定性指標。團體動力不僅於相關學術領域研究有成，其概念也廣泛地被轉化運用於職場、醫療組織與學校教學等層面。應用在職場上，成為企業組織思考如何形塑成功團隊的員工教育訓練素材，也為個體自我成長、終身學習的參考良方。

儘管「團體動力」的抽象概念可藉由嚴謹的研究分析形成論述，也能從相關書籍中自行閱讀而得，然而言傳不如意會，從親身體驗中汲取獲得的知識，往往印象深刻並帶來改變可能的行動力。本次課程，以實踐為本的體驗式學習，透過創意的研習規劃與主持人用心帶領，帶給參與者全新感受與新的學習。此外，來自不同業務單位參與者，能於非正式活動輕鬆氛圍下交流意見，瞭解彼此工作內容和立場，多一分體諒與包容，能化解並避免日後工作上的誤會，也為此研習活動意外收穫。

後記：本文未著墨於活動細節描述，係欲留待日後有機會參與者能親身體驗與體悟。