

# 《諮商與輔導》

一、現實治療法 (Reality Therapy) 被廣泛運用在犯罪預防與矯治上，「控制」(control) 與「抉擇」(choice) 是現實治療法解釋行為問題的兩個重要概念，請申論之。另請說明現實治療法中如何運用「WDEP」系統 (The “WDEP” System) 來評估一位接受保護管束 (或在監獄服刑) 的案主，並加以諮商輔導的歷程。(25分)

命題意旨	理解考生對於現實治療是否能理解與實際運用。
答題關鍵	控制與抉擇於現實治療的意義，並且能透過「WDEP」系統評估受保護管束的案主。
考點命中	《高點「諮商與輔導」講義》第二回，金耀基編撰，第九篇：現實治療，頁 125-128、132-134。

## 【擬答】

「現實治療法」出現原因是因 W. Glasser 對於傳統佛洛伊德的精神分析學的宣稱感到失望，再加上精神分析學派將「患者」視為一個無用的人，故另開闢一種新的治療方法。以下茲就題意說明相關內容：

(一)「控制」與「抉擇」的意涵

### 1. 控制理論

受到 William T. Powers 的影響，故在現實治療中加入「控制理論」的概念。控制理論的內容注重人的行為均有其目的，且行為是源自個人的動機與選擇而來，這些行為是為了滿足生理與心理需求，而不是外在的環境力量。我們的大腦宛若一個控制系統，它持續監控著我們的感受，並決定著我們所做的努力能否滿足需求。所以治療師可以讓案主知道他是可以控制自己的行動。

### 2. 抉擇理論

Glasser 認為人應該為自己的選擇負責，負責的行為是能滿足一個人的「基本需要」，而人有時不願為自己的行為負責，有時是因為他在逃避責任或假裝生病。人所選擇的行為都被視為是「最好的抉擇」，這是因為 Glasser 認為人的每一種抉擇，都是經過大腦判斷而來，然後才被選擇用來滿足自我的內在需求。所以治療師可以讓案主知道他還是有選擇的。

(二)「WDEP」系統評估一位接受保護管束 (或在監獄服刑) 的案主

保護管束是防止行為人再犯的一種手段，關於以「WDEP」系統作為協助保護管束的案主，其方式如下：

1. 欲求 (want)：先詢問案主想要什麼，例如：想要自由？想要過回正常人的生活？目的在於釐清、探索與釐清當事人的各種需求。
2. 方向與行動 (direction/doing)：詢問的焦點為案主當下行為的方向與行動，明確告訴案主你的保護管束是因為你的罪責而來，如果你的行動仍是不改變，在獄中服刑只是你應得的結果。諮商師將可擴充更多的問題探索，並逐漸指出當事人行為的優點與缺點，以讓當事人體認一種有價值、愉悅的感受。
3. 自我評估 (evaluation)：引導案主對自我的行為進行評估，希望透過案主對自我所犯下的罪責之反省，重新協助他能獲得更不同的人生。
4. 計畫與行動 (planning/acting)：協助案主訂定不會再犯罪的計畫，並對此計畫做出承諾。

總的來說，現實治療者讓案主所建立的承諾層次，只是一個初步的狀況，還必須時時檢視當事人的狀況。因為有些案主一開始能量充沛，但過沒多久就開始萎靡。所以諮商師要讓案主明白自己的行為是透過「控制」與「抉擇」而來，沒有人能為另一個人擔過責，一切都是自己的選擇後果。此外，諮商師在治療過程必須要避免辯論、輕視、批判、貶低、鼓勵找藉口、挑剔及輕易放棄。

二、近年來跨國婚姻日漸普遍，新住民女性在親子關係、子女教養方式與生活適應等較為弱勢。二十五歲新住民阮氏嫁給阿原三年中，育有一子剛滿一歲常愛哭鬧，阮氏常被斥責與暴力相向，因而與婆家關係疏離，且對自己身為新住民女性身分極為自卑，個性又害羞內向，遇挫折亦常默默哭泣，有憂鬱及自殺傾向。請就當前多元文化適應模式、新住民阮氏輔導目標、主要輔導諮商策略等加以申論之。(25分)

命題意旨	理解考生是否能透過多元文化諮商以協助案主克服困難。
------	---------------------------

答題關鍵	如何以多元文化適應模式協助案主克服自卑，個性害羞與內向，遇挫折亦常默默哭泣，有憂鬱及自殺傾向等的問題。
考點命中	《高點「諮商與輔導」講義》第三回，金耀基編撰，第十三篇專業倫理及多元文化諮商，頁 101-106。

## 【擬答】

治療師是透過自己本身去幫助個案，但我們人的行為其實是受到價值觀與文化的影響。因此，治療師必須先行理解自己的價值觀和文化經驗會如何影響個案，而不僅是消極的避免文化隔閡。以下茲就阮氏的問題輔以多元文化適應模式予以治療：

## (一)多元文化適應模式

根據「多元文化諮商的指引」，多元文化能力的指引上主要包含：

1. 治療師需要覺察自我的文化價值與偏見。
2. 了解個案的文化價值與偏見。
3. 發展該文化適用的介入策略與技巧：參與相關課程或工作坊。

透過此指引的引導，針對阮氏的個性、婚姻等的問題，諮商師需要以多元文化的適應模式，不但要與阮氏保持溝通之外，其丈夫及其婆媳之間的關係，亦須是在此適應模式下一併整合，才有可能達到治療效果。

## (二)輔導目標

以多元文化適應模式協助阮氏，其輔導目標為：

1. 協助其找尋與建立教育孩子的觀念與方式。
2. 建立與夫家正常溝通的管道與關係。
3. 培育自己的信心，以克服自卑感、憂鬱與自殺。

## (三)輔導的策略

1. 提供阮氏台灣教育子女的方式供其參考

由於阮氏不熟悉台灣的教育方式，因此導致其孩子常哭鬧。諮商師可引介一些台灣的教育方式供其參考，讓她能更快適應台灣的教育文化。

2. 請阮氏的丈夫與婆婆一同學習溝通方式與理解阮氏家鄉文化

新住民女性離鄉背景遠嫁他鄉，心中的苦絕非三言兩語能說盡。為了舒緩丈夫與婆婆的不諒解與誤解，多元文化的諮商勢必須將其兩人一同納入，藉由溝通與諒解的方式，期望阮氏的丈夫與婆婆能對阮氏的處境有所同情，進而改善其負面的對待方式。

3. 建立阮氏的自信心

因為文化的隔閡所產生的不適應，這並非阮氏的問題，所以諮商師必須讓阮氏明白不是自己身為外籍女性的問題，要她不要輕言放棄自己，反而是要更多的鼓勵與激勵，讓她能以外籍配偶的身分於台灣文化中活出自己的榮耀。

綜合上述，一個多元文化的諮商員，應該要知道自己文化的假定與價值，所以當諮商師在為阮氏擬定治療計畫時，必須緊扣其所遭遇的困境與文化難題著手，方能讓阮氏克服文化差異，進而與婆婆、丈夫及孩子融洽相處。

三、請說明下列常用諮商技巧的意義，並舉司法或矯正體系中的實例，逐一說明應用的時機與方法：

「自由聯想 (free association)」、「例外問句 (exception questions)」、「洪水法 (flooding)」、「語意正確法 (sematic precision)」、「蘇格拉底對話 (Socratic dialogue)」。(25分)

命題意旨	理解考生對於諮商的技巧是否理解。
答題關鍵	依照各技巧實際運用於司法或矯正體系。 <b>重製必究!</b>
考點命中	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 《高點「諮商與輔導」講義》第一回，金耀基編撰，第二篇精神分析治療，頁 77：自由聯想。</li> <li>2. 《高點「諮商與輔導」講義》第三回，金耀基編撰，第十一篇後現代取向治療，頁 16：例外問句。</li> <li>3. 《高點「諮商與輔導」講義》第二回，金耀基編撰，第七篇行為治療，頁 52：洪水法。</li> <li>4. 《高點「諮商與輔導」講義》第二回，金耀基編撰，第八篇，頁 78：語意正確法。</li> <li>5. 《高點「諮商與輔導」講義》第二回，金耀基編撰，第八篇，頁 95：蘇格拉底對話。</li> </ol>

**【擬答】**

以下茲就題意說明相關技巧的意涵與使用時機：

**(一)自由聯想****1.意涵**

Freud 透過「神經學」的途徑而發展精神分析，在《夢的解析》一書中，他以「反射弧生理學」的原理對「失語症」、「小兒腦性痲痺」等病狀進行醫治。這樣的概念反映了他對哲學與心理學雙重學術的興趣，這也是他後來開展出「自由聯想」的契機。所謂「自由聯想」，是諮商師不加批評地，讓案主自由地說出心中的任何想法。

**2.應用的時機與方法**

要當事人不加審查，立即脫口說出當下湧現的想法。在自由聯想中所產生的斷裂，可將此視為某種伴隨焦慮所引發的線索。治療師必須向當事人解釋這些素材，引導其對潛在能量的探尋。詢問案主為何犯案，其動機為何？當案主不自覺地脫口說出某些關鍵與內容時，這些話語中其實深藏著諸多訊息。

**(二)例外問句****1.意涵**

例外問句是短期焦點解決治療的一種問句，目的在於讓案主理解事情有例外，絕非案主所設想的那般唯一。引導當事人去看到問題不發生、問題比較不嚴重的時刻，這些時刻是如何發生的。治療歷程不是一連串的邏輯活動，它具有彈性，得以讓治療師在問題/解決、過去/未來、個體/系統、目標/策略之間的對話來回應個案。

**2.應用的時機與方法**

當事人所抱怨的事一定有例外存在，只是被當事人忽略，治療師會要求當事人將之找出。例如：當事人總抱怨父親對他比較嚴格，對妹妹比較好，這時可以要求當事人細想總是如此嗎？沒有例外嗎？如果有，是發生在什麼時候，要他記住這樣的感覺，並予以反駁他當下所認定的親子關係。

**(三)洪水法****1.意涵**

「暴露治療法」(exposure therapies)是用來處理恐懼或其他類型的負面情緒反應，當事人會在治療者細心控制的條件下，去處理引發的各種問題。洪水法一種暴露治療的方式。讓當事人處於一段相當長時間的焦慮刺激的狀況，不論是採用「現場」或「想像」，就是要企圖讓當事人一直處於焦慮的狀態。

**2.應用的時機與方法**

「洪水法」最常被用來治療各種與恐懼或焦慮有關的事件。以下以現場洪水法為例說明，例如案主很怕蟑螂，於是便帶他一個有很多蟑螂的地方，讓他知覺麻痺後便不再害怕。

**(四)語意正確法**

1.屬於認知治療的一種技術，理情行為治療法具有高度的教誨性及指導性，對於想法與感覺都很重視，其假定是：認知、情緒和行為有明顯的交互作用，而且有可逆的因果關係。Ellis 的「理情行為治療」中的「行為」(behavior)，乃強調以語意法來修正個人生活信念的合理性及邏輯。

**2.應用的時機與方法**

Ellis 認為這些患者不只在年輕時被灌輸了不理性的想法，認為自己無用，這些情形促使他/她們往後的發展永遠不如所願，要協助這些人脫離，便需要對自我失敗的情形施以「積極性的命令」，並且使用「認知情緒行為」的治療方式，才能改善。例如：案主對學習一直沒有興趣，原因就是他的父母總有叫他小笨蛋，久而久之，在受到這些語言的影響下，讓他就認為自己是小笨蛋。改善的方式在於讓他重新建立自我的認知，小笨蛋不代表他的智商低，這只是一種說詞，不代表他這個人就是如此。

**(五)「蘇格拉底對話」****1.意涵**

Beck 發展出一個治療技術稱為「蘇格拉底式對話」(Socrates Dialogue)，他透過蘇格拉底這種「非教導的論證式對談」，來形容認知治療師以提問的方式，協助個案修正或改變錯誤認知。促成此種對話方式的重點在於「好奇心」，「蘇格拉底式對話」是一種「了解但不批判」的對話。治療師透過蘇格拉底的詢問以達到以下四種目的：

- (1)釐清與界定問題。
- (2)協助辨識思想與假設。

版權所有，重製必究！

(3)為案主檢視事件的意義。

(4)評估特定思想與行為產生的結果。

## 2.應用的時機與方法

應用的時機在於讓當事人確認自己的問題，如有案主說自己常和女友吵架，關係越來越不好，此時諮商師要問的是是多常？以及關係不好，是有多不好？透過認知治療的方式協助案主重新定義問題與對自我的看法。

四、社會興趣 (Social interest) 是阿德勒諮商與心理治療的重要概念，阿德勒進而根據社會興趣將人區分為四大類，請說明社會興趣的意義，高社會興趣者的特質，並請以父母離異又常被父親責罵因而逃學逃家、誤入幫派的案主家豪為例，說明諮商輔導人員如何運用四大類社會興趣類型之特徵予以諮商輔導讓歧途浪子重回正軌。(25分)

命題意旨	測試考生對於阿德勒社會興趣的掌握與應用。
答題關鍵	掌握阿德勒社會興趣中的四種類型，並予以運用到父母離異又常被父親責罵因而逃學逃家、誤入幫派的案主家豪身上。
考點命中	1.《高點「諮商與輔導」講義》第一回，金耀基編撰，第三篇阿德勒治療，頁 108。 2.《高點「諮商與輔導」講義》第四回，金耀基編撰，補充資料三阿德勒「生活型態」內容補述，頁 63。

### 【擬答】

阿德勒個體心理學的基礎信念在於：人們的成功與快樂大部分來自與社會互動的連結，因為我們是社會的一部分，所以我們無法脫離此背景脈絡而孤立地被理解。社會興趣是心理健康的指標，能促使我們有個歸屬感。以下茲就題意說明相關內容：

#### (一)社會興趣的意涵

主張人是受到社會興趣的影響而產生行動，行為是目標導向而非早年經驗所決定。性格特點是一個人的整體人格 (personality) 在獲取認同及意義時，所使用的工具和計策，其在人格中的存在就等於是生活「技巧」。

##### 1.支配--統治型

傾向支配與控制別人，缺乏社會意識，自我優越感強。此類人是藉由控制他人進而覺得自我的強大與有意義。

##### 2.索取型

很少努力去解決自我的問題，不會積極面對自我生活中的問題，依賴別人。

##### 3.迴避型

缺乏解決問題的信心，試圖通過迴避問題而避免任何可能的失敗。

##### 4.社會利益型

與人合作，為他人服務以及貢獻自我的力量，屬於高活動與高社會興趣。

#### (二)以社會興趣的概念協助阿豪浪子回頭

基於阿豪的特殊境遇，為了讓他能回到高活動的高社會興趣類別，必須針對其失溫的父子關係、師生關係等面向處理：

##### 1.阿豪的逃學與逃家是迴避型興趣作祟

阿豪不想面對與解決問題，只想逃避。諮商師對此情境，需告訴阿豪逃避是無法解決問題，且只會讓問題越來越嚴重，透過利害的分析讓他重拾自信。

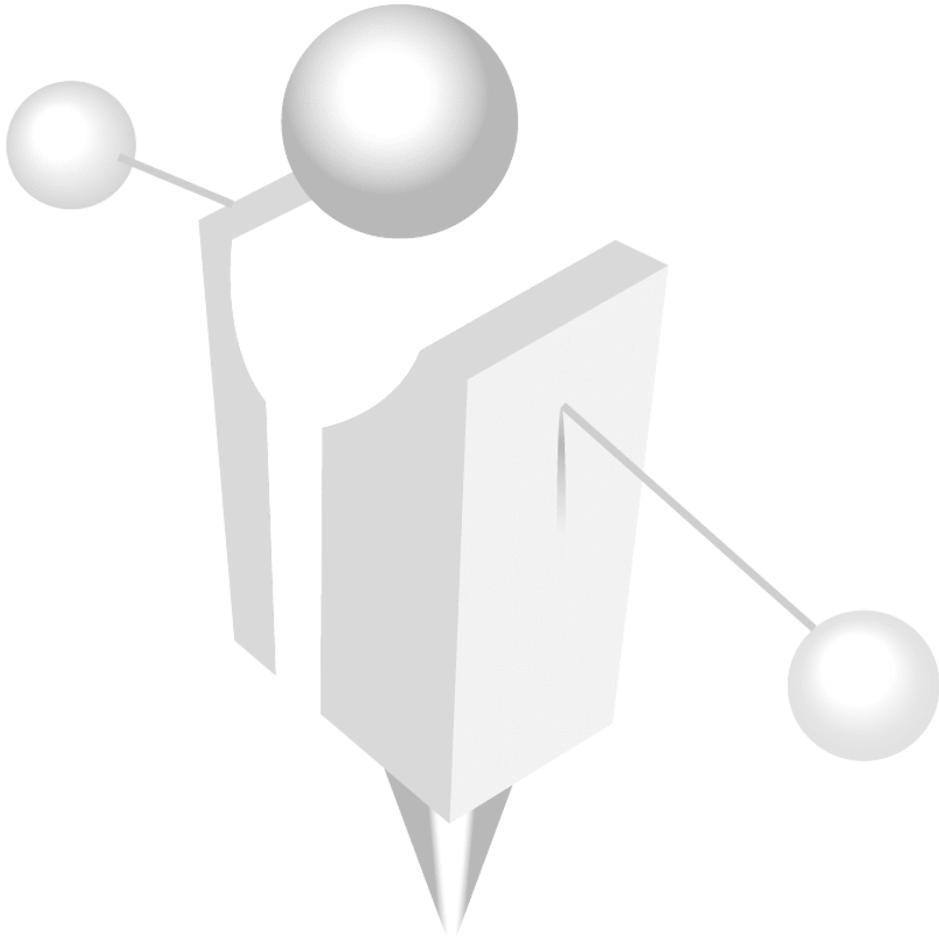
##### 2.阿豪的誤入幫派是索取型興趣

他不想努力但還是想獲得某些成就，因此諮商師可對此分析相關弊端使其明白加入幫派只能讓他快活一時，無法一輩子。若要求得長久與安定，脫離幫派才是正確的道路。

##### 3.協助阿豪轉向社會利益型

諮商師可以告訴阿豪，他還年輕，對社會還有貢獻，不要因為過去的錯誤而葬送大好前程。若能將加入幫派的那種狠勁轉換到對社會的幫助，不僅能改頭換面，甚至能贏回父子那喪失已久的親情。

在阿德勒的學說中，他將「社會興趣」置於最高的價值位置，認為人畢竟是社群的一份子，無法獨居。阿豪雖逃家逃學，但他終究屬於社會的一份子，依然可以被救贖。所以諮商師透過高活動的高社會興趣，協助他重返社會並努力為社會做出貢獻，是有可能的。



【高點法律專班】

版權所有，重製必究！