

Case Book of Brief Psychotherapy with College Students

大學生短期 心理治療之個案報告

Stewart E. Cooper, PhD, ABPP

James Archer, Jr., PhD, ABPP ◎編

Leighton C. Whitaker, PhD, ABPP

陳美君
陳美如 ◎合譯

大學生短期心理治療 之個案報告

陳 美 君

陳 美 如

合 譯

五南圖書出版公司 印行

國家圖書館出版品預行編目資料

大學生短期心理治療之個案報告／陳美君、陳美如
合譯．——一版．——臺北市：五南，
2004 [民 93]

面；公分

含索引

譯自：Case Book of Brief Psychotherapy with
College Students

ISBN 957-11-3497-X（平裝）

1. 心理治療 2. 高等教育—學生
3. 青少年—心理方面

178.4

92023357

大學生短期心理治療之個案報告

譯者	陳美君 陳美如
編輯	蔣和平

出版者	五南圖書出版股份有限公司
發行人	楊榮川

地址：	台北市大安區 106 和平東路二段 339 號 4 樓
電話：	02-27055066（代表號）
傳真：	02-27066100
劃撥：	0106895-3
網址：	http://www.wunan.com.tw
電子郵件：	wunan@wunan.com.tw

顧問	財團法人資訊工業策進會科技法律中心
----	-------------------

版刷	2004 年 4 月一版一刷
----	----------------

定價	480 元
----	-------

版權所有・請予尊重

Case Book of Brief Psychotherapy with College Students

Stewart E. Cooper, PhD, ABPP
James Archer, Jr., PhD, ABPP
Leighton C. Whitaker, PhD, ABPP
Editors

Case Book of Brief Psychotherapy with College Students has been co-published simultaneously as *Journal of College Student Psychotherapy*, Volume 16, Numbers 1/2 2001 and 3/4 2002.

COPYRIGHT © 2002 by The Haworth Press, Inc.

ALL RIGHTS RESERVED. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or any information storage and retrieval system, without permission, in writing, from the Publisher.

Chinese Translation Copyright © 2004 by Wu-Nan Book Inc.

譯者序

在注重時效的現代社會，如何快速有效地達成某項目標，一直是眾所追求的方向。心理治療也不例外。如何利用更有效快速的方法，幫助個案走出陰霾面對人生，也是心理治療師們努力的目標。短期心理治療正符合了此項需求。所謂的短期，在本書中的定義為低於二十次治療的心理治療，有些甚至是只進行一次的單次治療。或許有人認為短期治療只適用於某些特定的族群或問題，但也有人認為短期治療適用一切的狀況。不過，不論如何，短期治療都是值得我們多加認識的心理治療領域，這的確是不容置疑的。

本書的編者，費心挑選了十七位學有專精，並且在臨床上有豐富經驗的心理治療師、臨床諮商師，撰寫出精采詳實的個案報告。一般而言，專書探討短期心理治療者並不罕見，然而專書探討短期治療的個案報告者卻不多。個案報告的優點是幫助讀者能從實際的例證當中，將習得的理論印證於實務操作，使學習更加具體化，印象也更加深刻。因此，本書除了是一本對臨床工作者有益的專書之外，也是一本有益於學生學習的輔助參考書。

本書內容深入淺出，有關精神醫學名詞，大多參照DSM—IV（精神疾病診斷與統計手冊，孔繁鐘、孔繁錦編譯，合記出版社）的譯文，期使讀者在需要檢索時不致造成混淆。書末的索引，乃參照原書



儘量以精細的方式分類，相信對於需要檢索相關內文的讀者，必能有所助益。

雖然個案報告看似淺顯易懂，然而在翻譯上卻反而有其困難的一面。如何能讓譯文既符合原義，又能使文化相異的讀者能了解言詞之間的微妙之處，是譯者用心最多的地方。儘管經過多次斟酌與檢校，相信文中必然仍有許多缺失之處，希望諸位讀者先進不吝指正。

陳美君
陳美如 謹序

2003 年 12 月 5 日

編者簡介

Stewart E. Cooper, PhD, ABPP

諮商／研究方法論，印第安那大學。在過去十一年中是諮商中心主任，也是瓦培瑞索大學（Valparaiso University）心理學研究所所長與心理學教授。他在印地安那大學取得心理學學士學位與諮商碩士學位。在進入瓦培瑞索大學任教之前，是密蘇里大學羅拉分校的心理師。擁有美國專業心理學委員會（American Board of Professional Psychology, ABPP）諮商心理學認證資格（Diplomate in Counseling Psychology），並且是美國心理學會（American Psychological Association）第十三分會（諮商心理學）的會員。

他的研究焦點為在各種諮商心理學議題上多變數（multivariate）觀點的應用。發表了超過50篇的文章、合著書籍的分章，及預防、心理計量分析（psychometric analysis）、物質濫用（substance abuse）、雙生涯議題（dual-career issues）、組織性諮詢（organizational consultation）與性治療（sex therapy）有關的專題論述、大學主要人口及其問題等相關議題的專業論文。他與Archer合著了《校園諮商與心理衛生服務：當代實務手冊》（*Counseling and Mental Health Services on Campus: A Handbook of Contemporary Practices*, 1998）。現為《諮商心理學期刊》（*Consulting Psychology Journal*）的個案部編輯，曾為「心理學報導（Psychology Reports）」的評論者。

Cooper博士在1999年卸下「大學與學院諮商中心主任協會（Association of University and College Counseling Center Directors, AUC-CCD）」管理委員會之職務，現為美國心理學會第十七分會（諮商心理學）之組織聯絡人。他曾多次帶領並支持大學諮商中心的對外參觀



訪問，做過許多有關大學心理衛生的地區性與國際性演講。他是專業實務諮詢委員會第十七分會的一員，曾在1998年任APA大會第十三分會的總召集人。現在從事的工作有：臨床工作、督導、向外延伸之服務與顧問、行政工作、教授課程與專業研究等。

James Archer, Jr., PhD, ABPP

諮商心理學，密西根州立大學。佛羅里達大學的諮商員教育與心理學教授，曾任該大學之諮商中心主任長達十三年。在之前的十年，他是德拉瓦大學諮商中心的心理師與副主任。他在羅徹斯特大學主修歷史並取得學士學位，並於舊金山州立大學取得諮商碩士。領有美國專業心理學委員會諮商心理學的專業認證，也是美國心理學會第十七分會（諮商）的一員。

Archer 博士的主要專業興趣為大學生之心理諮商與預防。曾著作兩本書：《焦慮與壓力管理》（*Anxiety and Stress Management*, 2nd edition, 1991, Accelerated Development）與《大學生心理諮商》（*Counseling College Students*, 1991, Continuum）。並另有二本合著作品：《校園中的多文化關係》（*Multicultural Relations on Campus*, 1991, Accelerated Development）與《校園諮商與心理衛生服務：當代實務手冊》（*Counseling and mental Health Services on Campus: A Handbook of Contemporary Practices*, 1998, Jossey Bass）。他還曾著作過許多有關預防與大學生心理衛生之書籍內文章節與雜誌論文，並曾於1990年代任諮商中心之《諮商心理師》（*Counseling Psychologist*）期刊之專題論文合著作者。曾任《大學生發展期刊》（*Journal of College Student Development*）、《團體工作專家期刊》（*Journal for Specialists in Group Work*）、《諮商與發展期刊》（*Journal of Counseling and Development*）之編輯委員。

他曾為國際諮商服務協會會長、大學與學院諮商中心主任協會（AUCCCD）主席、大學諮商中心鑑定團隊成員、大學與學院諮商與心理衛生中心顧問。

Leighton C. Whitaker, PhD, ABPP

於私人診所執業。威德勒大學（Widener University）研究生臨床心理學會臨床教授助手。《大學生心理治療期刊》（*Journal of College Student Psychotherapy*）編輯、《美國大學健康專刊》（*Journal of American College Health*）之心理衛生顧問編輯。是人格銜鑑協會（Society for Personality Assessment）與美國大學健康協會（American College Health Association）的成員，同時也是該協會心理衛生部主席。他曾任科羅拉多大學健康科學中心（University of Colorado Health Sciences Center）之成人心理學副教授與主任；麻州大學心理衛生中心（University of Massachusetts Mental Health Services）教授與主任；史瓦斯摩爾學院心理中心（Searthmore College Psychological Services）主任；與美國勞工職業策劃部（U.S. Department of Labor's Job Corps Program）顧問。Whitaker 博士在史瓦斯摩爾學院取得學士學位，並於韋恩州立大學（Wayne State University）取得博士學位。擁有美國專業心理學委員會之臨床心理學專業認證。

他所發表的 80 篇著作包含臨床與社會等主題：《懷特克精神分裂病性思考指數》（*Whitaker Index of Schizophrenic Thinking*, Western Psychological Services, 1980）、《精神分裂性疾患》（*Schizophrenic Disorders*, Plenum Press, 1992）、《校園暴力》（*Campus Violence*, edited with J. Pollard, The Haworth Press, Inc., 1994）、《集體暴力》（*Collective Violence*, edited with H. Hall, CRC Press, 1999）、《暴力之理解與預防：人類破壞心理學》（*Understanding and Preventing Violence: The Psychology of Human Destructiveness*, CRC Press, 2000）。現從事大學生心理衛生、暴力預防與精神分裂病等領域之教學與著作。

作者簡介

Vivian Barnette (PhD, 西密西根大學) 是奧勒岡大學的資深心理師, 任團體與飲食性疾患的聯絡人與多文化研討會主席。她是多個專業學會會員, 在為數眾多的區域性或國際性諮商心理學研討會中貢獻良多。她在愛荷華大學完成實習課程, 主要的研究領域為憂鬱、焦慮、差異性與少數民族議題、危機介入、督導等。

Jeff E. Brooks-Harris (PhD, 俄亥俄州立大學) 是夏威夷大學瑪諾亞分校的諮商與學生發展中心心理師與實習聯絡人。他的專業興趣包括: 心理治療整合 (psychotherapy integration)、心理治療訓練 (psychotherapy training)、工作坊策劃 (workshop design) 與助長技巧 (facilitation skills)。其著作為《工作坊: 經驗性學習之促進與設計》(*Workshops: Designing and Facilitating Experiential Learning*, 1999, Sage Publishing)。

Edward A. Delgado-Romero (PhD, 聖母大學) 是佛羅里達大學諮商中心的臨床副教授、臨床學會的副主任、諮商心理學計畫 (Counseling Psychology Program) 的隸屬成員。他的主要研究興趣為大學院校中的多文化心理學, 特別著重於西班牙/拉丁美洲學生的問題。著有多篇作品並曾有關於種族、治療中種族意識模式之應用、生態心理學等議題之發表, 研究成果頗豐。

David A. Diana (MA, 戴頓大學) 是霍伯與威廉史密斯學院 (Hobert & William Smith Colleges) 之酒精與其他藥物計畫 (Alcohol & Other Drug Programs) 主任。是紐約酒精與物質關聯認證諮商師 (New York Credentialed Alcohol and Substance Counselor), 也是密西根州認證心理師 (Michigan Limited Licensed Psychologist)。目前主持



一項廣泛性物質濫用防治計畫。曾從事社區心理衛生工作，並主導密西根州阿奎那學院大急流分校（Aquinas College in Grand Rapids, Michigan）的諮商中心。他的專業興趣包括：降低大學生的酒精關聯性危害之短期介入、結合社會規範與降低傷害取向之臨床策略，以及心理衛生與物質濫用疾患之共存等。他與紐約州聯合贊助者、心理衛生辦事處、酒癮與物質濫用服務處等機構合作，持續改善對同時罹有精神疾患與物質濫用者的照護工作。

Steve K. Dubrow-Eichel（PhD，賓州大學）是私人診所之諮商心理師。RETIRN 機構的創立者之一。RETIRN 是一個專門處理在「狂熱團體」中受害的個人或家庭，包括具毀滅性的宗教狂熱。他的博士研究論文為他贏得了1990年約翰克拉克崇拜狂熱研究之優越成就獎學金的殊榮。他也是聖法蘭西斯少年之家（St. Francis Homes for Boys, Bensalem, PA）的督導心理師；切斯那特希爾學院（Chestnut Hill College, Philadelphia, PA）諮商心理學課程的助理教授。Dubrow-Eichel 博士擁有美國心理學會頒發之諮商心理學專業執照，亦是美國臨床催眠認可顧問協會之臨床催眠顧問。他的著作範圍廣泛，包括：創傷、成癮、催眠、短期與整合性心理治療，以及狂熱團體心理學等等。

Lynda D. Field（PhD，丹佛大學）為沙佛克大學（Suffolk University）助理教授。她的研究興趣相當廣泛，包括：多文化能力（multicultural competency）、混血青少年（biracial adolescents）、臨床督導（clinical supervision）、心理衡鑑（psychological assessment）與法律心理學（forensic psychology）。

Michael G. S. Gottfried（PhD，亞利桑那州立大學）在俄亥俄州立大學諮商與諮詢中心完成諮商心理學實習。現為瓦培瑞索大學學生諮商與發展中心副主任、諮商心理學碩士課程副教授。主要研究領域包括：男性角色發展與依附理論於諮商之應用。

Christopher Gunn（PhD，北卡羅萊那大學）身兼數職，包括督導、顧問、訓練講師、教師與治療師等職務。以優越的成績畢業於戴維森學院（Davidson College），並於陶森大學（Towson University）

完成實習課程。現為西卡羅萊那大學卡勒維、NC 分校諮商與心理中心及附屬發展部之副主任，並設有私人診所。曾於 1998 年以隨船心理師的身分與其子一同帶領 600 名大學生進行海上教學課程。

Brady R. Harnishfeger (PhD, 西密西根大學) 是印第安那大學健康中心 (Bloomington, Indiana) 之諮商心理與團體服務之心理師與聯絡人。主要從事社區心理衛生與大學諮商中心之事務。專業研究領域包括：男性議題、人際關係議題與人際溝通。針對大學生情侶則並用認知行為、問題解決焦點與經驗治療介入等方式進行諮商。

Dennis Heitzmann (PhD, 德州大學) 自 1984 年起即擔任賓州州立大學諮商中心主任及諮商與臨床心理學約聘教授。在任職於賓州州立大學之前，他曾是曼菲斯大學 (University of Memphis) 學生發展中心主任與羅德堡學院 (Rhodes College, Tennessee) 諮商中心主任。除此之外，他也持續擔任私人臨床諮商診療師、機構顧問、大學與學院諮商中心主任協會 (Association for University and College Counseling Center Directors) 會長、國際諮商服務協會 (International Association of Counseling Services, Inc.) 會長等職。除了寫作之外，他也是顧問、大學講師、以及各種心理衛生專題的計畫籌劃者。

J. Eugene Knott (PhD, 馬里蘭大學) 現為羅德島大學 (University of Rhode Island) 人類發展與家庭研究學系的副教授，並曾經擔任該大學之諮商中心主任。領有 ABPP 之專業認證，是諮商心理學會 (Academy of Counseling Psychology) 會員、私人診所兼任心理師，曾任死亡教育與諮商協會 (Association for Death Education & Counseling) 會長。擔任組織發展顧問與管理訓練講師及推薦者超過 30 年。目前研究與寫作的興趣焦點為成功領導計畫、學生發展與各種經歷死亡性失落的生還者的後遺症。

Philip W. Meilman (PhD, 北卡羅萊那大學教堂山分校) 是康乃爾大學諮商與心理中心主任、人類發展學的禮遇教授、臨床精神醫學之心理學副教授。他也是南伊利諾大學卡本代爾分校主導的「酒精與藥物基礎研究計畫」主持人之一。在任職於康乃爾之前，Meilman 博



士曾任威廉瑪麗學院 (College of William and Mary) 諮商中心主任，亦是該學院之心理學研究教授。曾發表多篇有關大學生之飲酒與大學心理衛生等研究報告，並與 Paul Grayson (PhD) 合著了《戰勝大學憂鬱》 (*Beating the College Blues*, Facts on File, Inc., 1999) 一書。

Tu A. Ngo (MA) 目前為羅德島大學臨床心理學博士候選人，擁有社會行為科學與保健服務之 MPH 資格，曾有兩年以貧民區高中生為對象的工作經驗。現為大學諮商中心之實習研究生，主要研究興趣為：亞裔美國人之心理衛生、亞洲社區之家庭暴力、文化對健康行為之影響等。

Paula Phillips (MS)，歐尼屋塔州立大學，紐約) 是富蘭克林皮爾斯學院諮商與人類發展中心主任。她是全國性認可執照之專業諮商師、新罕布夏合格心理衛生諮商師，也是第一位取得 NH 資格的酒精／其他藥物諮商師。早期主要從事有關酒精／其他藥物等問題。她不但是 NECAN (新英格蘭大學院校酒精／其他藥物聯合作業網，New England Colleges Alcohol/Other Drug Network) 的創辦者之一，同時也是新罕布夏大學院校聯盟酒精／其他藥物委員會 (Alcohol/Other Drug Committee for the New Hampshire College Consortium) 的創始者。近年來由於受到後現代取向的影響，而以賦權、關係、系統與建立意義等方向來討論各種議題。曾為助理教授，她所發表的論文涵蓋許多主題，範圍甚廣，包括：種族實務、物質濫用、家庭暴力、人類發展、治療技術與理論等等。

Harry L. Piersma (PhD)，普度大學) 是密西根州立大學諮商中心的資深心理師，擁有臨床心理學專業認證 (ABPP)，現為密西根州激流市某私立精神診療所之研究與心理學訓練部主任。目前從事大學生與研究生之短期／長期心理治療、督導準博士實習醫師與實習研究生、教學、進行研究等。他是人格衡鑑協會 (Society for Personality Assessment) 會員，著作領域廣泛，涉及心理衡鑑 (psychological assessment) 與治療成效 (treatment outcome) 等範圍。

Jeffrey W. Pollard (PhD, ABPP) 維吉尼亞大學) 是丹尼森大學健

康與諮商中心主任、心理學助理教授。目前為《大學生心理治療期刊》(*Journal of College Student Psychotherapy*)編輯委員之一,之前則曾任職於《諮商與發展期刊》(*Journal of Counseling and Development*)編輯委員會。曾發表過有關物質濫用與校園暴力之論文,並曾與 Leighton Whitaker (PhD) 共同編著《校園暴力: 種類、成因與治療》(*Campus Violence: Kinds, Causes and Cures*)一書。現為諮商心理學會 (Academy of Counseling Psychology) 會長候選人,這是一個 ABPP 的分支機構,倡擁諮商心理學。此外,他也是 ABPP 認證之諮商心理師。並領有美國心理學聯盟委員會州立大學專業心理學類酒精與其他精神作用物質使用治療的專業認證。

Jaquelyn L. Resnick (PhD, 佛羅里達大學) 是佛羅里達大學諮商中心主任與教授。在過去五年中,她是諮商服務國際聯盟主任委員會 (IACS, Inc.) 的前任主席,這是一個公私立大學/學院諮商中心之委任聯盟代理機構。曾參與大學/學院諮商中心主任聯盟的管理工作。研究興趣包括: 身體心像 (body image) 與飲食性疾患、性侵害/性虐待/性騷擾、女性主義治療法 (feminist therapy) 等。

Andrew Shea (PhD, 賓州大學) 於南康乃迪克州立大學取得家庭治療碩士學位; 費爾菲爾德大學取得心理學學士學位。現為印第安那大學健康中心 (Bloomington, Indiana) 諮商與心理服務處實習課程之聯絡人與心理師。曾任職於寄宿治療 (residential treatment)、醫院、社區心理衛生中心、居家治療計畫 (in-home treatment programs) 與多所大學諮商中心。他的研究興趣包括: 夫妻/情侶治療 (couple's therapy)、團體治療、督導與訓練等。在進行夫妻/情侶治療時,他深受 Bowen 的心理動力學與 Minuchin 之結構家族治療等學派的思想的影響,並結合 Gottman 的介入法。

Paul L. Toth (PhD, 印第安那大學) 擁有舊金山神學院 (San Francisco Theological Seminary) 神學碩士學位 (Master of Divinity) 與希望學院 (Hope College) 的 AB 學位。他是印第安那大學 (Bloomington, Indiana) 健康中心諮商與心理服務處之心理師與評估研究聯絡



人，同時也是諮商心理學系的兼任助理教授。此外，他也是愛荷華大學諮商系的助理教授。他利用認知／行為技術並遵循社會學習理論來進行夫妻／情侶諮商（couple counseling）。他運用的是問題解決焦點（solution-focused）、人際溝通（interpersonal communication）與 Gottman 的取向。著有團體諮商與大學生之哀傷與失落等相關議題之著作與書籍章節。

序 言

在過去十年中，有關短期治療書籍之出版有迅速成長的趨勢。這些書的主要焦點大多著重於某個特殊的理論、某項整合的短期治療取向、各種短期治療方法之彙整或短期治療的特殊適用範圍（飲食性疾患、憂鬱症等），極少去檢證短期治療在心理發展歷程中的應用。在這本特別的書中，我們將利用年輕成年人來檢證短期治療在發展議題上的應用情形。這些年輕人的臨床問題，大多與特殊的發展難題有關，或是起因於這些發展難題。

本書的目的乃以年輕成年人的個案報告為基礎，闡明短期治療方法的多樣性。書中的個案均為大學生，年齡層在17~25歲之間。我們將短期治療界定在20次或更少的治療次數，包括極短期的治療或甚至單次治療。我們選擇了各種不同的個案，包括男性、女性；不同膚色、種族；不同性別認同的人等等。在決定作者群時，我們儘量挑選大學諮商師或心理師，因為他們不但使用多種治療方法進行諮商，也定期與年輕人有所接觸。我們要求每位作者鉅細靡遺地在文中陳述自己的背景與現職，如同他們敘述自己所用的治療方法以及與個案有關的重要資訊一樣。我們同時也要求他們在個案討論中列入：(1)有關案主的描述；(2)問題現況；(3)社會／文化歷史／環境等背景；(4)評估／診斷（不論作者所用的標準為何）；(5)諮商目標；(6)治療計畫（如何達到治療目標）；(7)諮商過程（描述過程／互動）；以及(8)諮商成效／結案。我們同時要求作者提出二、三段治療紀錄的謄本，以闡明諮商的重要層面。

此外，我們也要求每一章的作者在著作前都必須先徵得個案同意，並且／或必須依據美國心理學會（APA）所規定的倫理規範，適