



輔導原理 與 個人成長

林維能 著

 三民書局

 cation

輔導原理 與 個人成長

林維能 著

 三民書局

Education

國家圖書館出版品預行編目資料

輔導原理與個人成長 / 林維能著. -- 初版一刷. --

臺北市：三民，2008

面；公分

ISBN 978-957-14-5081-0 (平裝)

1. 教育輔導 2. 心理諮商 3. 輔導人員

527.4

97015384

◎ 輔導原理與個人成長

著 作 人	林維能
責任編輯	林怡君
美術設計	陳健茹
發 行 人	劉振強
著作財產權人	三民書局股份有限公司
發 行 所	三民書局股份有限公司
	地址 臺北市復興北路386號
	電話 (02)25006600
	郵撥帳號 0009998-5
門 市 部	(復北店) 臺北市復興北路386號
	(重南店) 臺北市重慶南路一段61號
出版日期	初版一刷 2008年9月
編 號	S 520580

序 言

筆者在大學任教至今，教授過最多次的課程為「輔導原理」，前後應該已超過二十五次以上，同時在這十多年中，主要教授課程方向以培養中學或小學輔導專長的教師為主，另一方面，也曾經陸陸續續在各大學的諮商中心，參與輔導工作，例如：臺灣大學、臺東大學、臺灣科技大學、國立臺北教育大學、臺灣藝術大學、東吳大學、文化大學等。在這些經驗中個人常在思考的問題是：「什麼是心理輔導？」或是「心理輔導主要的目標是什麼？」。我們經常聽到許多人覺得自己沒有心理問題，所以不需要被輔導。其實筆者個人在過去的輔導相關經驗中，最大的體會是，每個人都有他要面對的問題，差別在於他是否覺察或是願意坦然面對。筆者相信，心理輔導主要的目標不只是解決心理問題，更重要的是幫助一個人成長。無法不斷成長的人，他的問題可能會經常的出現在他的生命歷程中，成為自己或他人的干擾。

筆者在寫作的過程中不只參與女兒——心牧從出生到入學的成長，還有另一半——麗媛在博士班的學習，自己在大學中也先後擔任不同單位的學校行政主管。在這些經驗中最大的感受是，一個無法成長的生命常成為他人的夢魘或咒詛，然而一個成長的生命卻常成為他人的祝福或幫助。對於個人成長的主題，本書除了提供不同治療學派的觀點，同時也在「觀念補給站」中從發展心理學的角度提供思考的空間。筆者盼望藉由此書，能提供他人成長的空間，讓更多人因此得到祝福。

林維能

二〇〇八年八月廿二日

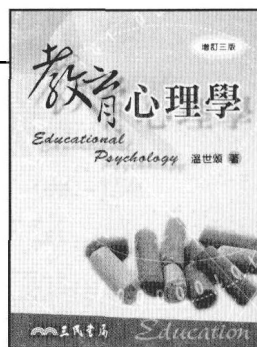


輔導原理與實務 劉焜輝／主編

本書的目的在協助讀者瞭解輔導的內涵，啟發讀者思考輔導的本質，其特點有下列三項：(一)內容的完整性；(二)資料的精確性；(三)立足於國情，改進國內相關書籍多重理論而忽略實務的介紹。本書可作為有志於輔導工作者之入門書籍，亦能補足現代教師和從事輔導工作者不可缺少之知識。

教育心理學 溫世頌／著

本書探討架構分為三大領域：(一)學生身心發展的特徵；(二)學習與記憶的歷程；與(三)教學策略與教學效果的增進、評鑑與溝通。透過作者對教育的全人關懷與真知灼見，將帶領所有關心教育者，重新審視與反思自身的教育觀點與做法。



心理學導論 溫世頌／著

本書首先從歷史發展的觀點簡介各心理學派的理論，並透過言簡意賅、生動活潑的文字，帶領讀者認識重要的心理學議題，以及心理學家個人小傳、思想主張與其重大影響。本書提供新近的研究資料與生活實例，搭配豐富的照片與插圖，是您學習心理學的最佳入門書。



三民網路書店

www.sanmin.com.tw

書種最齊全 · 服務最迅速

現在加入網路書店會員

憑通關密碼：**B4554**

首次購書即可享**15%**紅利積金

好康多多～

1. 滿\$350便利超商取書免運費
2. 平時購書享3%~6%紅利積金
3. 隨時通知新書及優惠訊息





輔導原理 與個人成長

目次

序 言



第一篇 基本概念篇

第一章 導 論

第一節 前 言	3
第二節 基本概念澄清	5
第三節 本書的結構	6
問題討論與思考方向	7
觀念補給站	8

第二章 輔導的功能與目的

第一節 基本立場	15
第二節 促進社會與環境的適應	16
第三節 自我的成長與開發	17
第四節 其他特殊的目標	18
問題討論與思考方向	19
觀念補給站	20



第三章 輔導者的角色與任務

第一節 輔導者的基本素養	25
第二節 輔導者的主要任務與其角色的 確立	29
第三節 角色與自我的協調	30
問題討論與思考方向	31
觀念補給站	32

第四章 問題的建構與不同觀照面的詮釋

第一節 問題的澄清與理解	35
第二節 問題的詮釋及其影響	36
第三節 從不同觀照面建構問題	36
第四節 有意義的理解問題	37
問題討論與思考方向	38
觀念補給站	39

第五章 心理的衡鑑

第一節 基本資料的建立	43
第二節 標準化測驗的運用	44
第三節 其他相關資料的蒐集	46
第四節 資料的結構化與解讀	47
問題討論與思考方向	47

2

第二篇 理論篇

第六章 心理分析取向的輔導觀點

第一節 基本概念及源起	51
第二節 對人的觀點及對發展的期待	54
第三節 對人心理問題形成的解讀	58
第四節 對問題處理的態度與方式	59
對本治療學派在心理輔導的使用與建議	61
問題討論與思考方向	62
觀念補給站	64
建議閱讀相關參考資料	72

第七章 人本學派取向的輔導觀點

第一節 基本概念及源起	73
第二節 對人的觀點及對發展的期待	75
第三節 對人心理問題形成的解讀	75
第四節 對問題處理的態度與方式	77
對本治療學派在心理輔導的使用與建議	78
問題討論與思考方向	79
觀念補給站	80
建議閱讀相關參考資料	85



第八章 行為及認知取向的輔導觀點

第一節 基本概念及源起	87
第二節 對人的觀點及對發展的期待	88
第三節 對人心理問題形成的解讀	89
第四節 對問題處理的態度與方式	91
對本治療學派在心理輔導的使用與建議	92
問題討論與思考方向	93
觀念補給站	95
建議閱讀相關參考資料	99

第九章 行動取向的輔導觀點

第一節 基本概念及源起	101
第二節 對人的觀點及對發展的期待	102
第三節 對人心理問題形成的解讀	103
第四節 對問題處理的態度與方式	103
對本治療學派在心理輔導的使用與建議	104
問題討論與思考方向	105
觀念補給站	106
建議閱讀相關參考資料	110

第十章 團體取向的輔導觀點

第一節 基本概念及源起	111
第二節 團體的規劃及其預備	111
第三節 團體發展的力量及其阻力	113
第四節 團體的領導者角色及成員常出現的角色	116

第五節 團體的發展階段	118
第六節 團體的歷程與影響評估	119
對本治療學派在心理輔導的使用與建議	120
問題討論與思考方向	121
觀念補給站	123
建議閱讀相關參考資料	128

第十一章 其他（藝術、遊戲或戲劇、肢體）的輔導觀點

第一節 基本概念及源起	129
第二節 藝術治療	129
第三節 遊戲治療或戲劇治療	132
第四節 肢體或舞蹈治療	133
第五節 總 結	134
對本治療學派在心理輔導的使用與建議	134
問題討論與思考方向	135
建議閱讀相關參考資料	136

3 | 第三篇 實務篇

第十二章 心理輔導在學校的落實——問題解決導向

第一節 基本概念澄清	141
第二節 在輔導室的落實	143
第三節 對導師的意義	144



第四節 在學校的角色與定位	146
問題討論與思考方向	148
觀念補給站	149

第十三章 心理輔導在學校的落實 ——自我成長導向

第一節 基本概念澄清	157
第二節 在輔導室的落實	158
第三節 對導師的意義	160
第四節 在學校的角色與定位	161
問題討論與思考方向	163
觀念補給站	164

第十四章 其他與心理輔導相關的議題

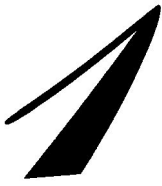
第一節 自我與他人	167
第二節 自主與親密	170
第三節 兩性之間	171
第四節 人與家庭	174
第五節 人的過去、現在與未來	176
問題討論與思考方向	179
觀念補給站	180
建議閱讀相關參考資料	188

第十五章 總 結

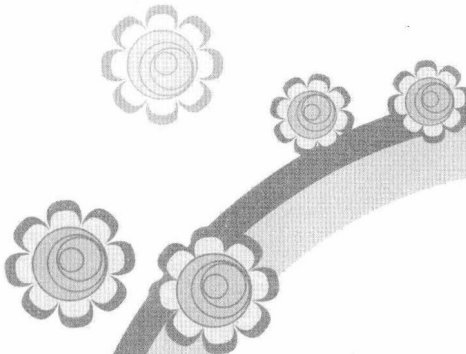
第一節 自我成長的再思	191
第二節 專業訓練的重要	192
第三節 生命的關懷	195
第四節 培養重要的生命特質	196
問題討論與思考方向	198
觀念補給站	199

參考資料

203



基本概念篇



- 第一章 導 論
- 第二章 輔導的功能與目的
- 第三章 輔導者的角色與任務
- 第四章 問題的建構與不同觀照面的
詮釋
- 第五章 心理的衡鑑

第一章

導 論

◎ 第一節 前 言

輔導工作在臺灣已有幾十年的歷史。從早期強調善心的助人取向，逐漸發展成專業的訓練與專業素養的養成。另一方面，也從權威的管教與直接的介入與指導，走向人性化的處理或強調人本的關懷及對人的尊重。然而由於整個轉變過程非常迅速，因而造成社會對於輔導工作常夾雜著不同的期待，或對輔導工作給予不同的定位。不僅造成輔導工作推動的困境，往往也使輔導工作人員承受許多不必要的挫折與壓力。事實上，從以下幾個常見的問題可清楚觀察到這種現象：

一、誰需要輔導

第一個我們要問的是「為什麼我們需要心理輔導？」常聽到的答案是因為我們有「心理問題」。然而第一個需要面對的是，誰決定「是否真的有心理問題？」是完全由自我主觀認定，或由他人或專家決定。這個問題的釐清很重要，因為常發現很多人覺得自己不需要輔導，因自認為沒有問題。或是有些人接受輔導幾次後，覺得已經沒有問題，就終止輔導關係。輔導不應該完全由當事人決定是否自己有「心理問題」，就像一個人生病是否已康復，並非完全由病人決定。他需要藉由醫務專業人員的檢驗，提出各種生理指標來確認。同樣的是否有心理的問題也一樣，須由不同的評量指標來確認。

其實有沒有「心理問題」的確認，背後反映出很重要的議題是——「什麼是人發展的目標或理想？」當我們覺得有問題時，表示我們無法達到一個目標，或維持理想的正常狀態，例如：我期待自己是個好父親或母親，可是卻經常作不到。對於人發展的目標或理想的議題，將在本書的後續篇章中，從不同理論架構提出多方面的澄清與探討。

二、輔導能給予我們什麼

另一方面我們也常發現，有人在輔導過程中期待輔導者幫他解決他認為的「心理問題」，例如：期待已變心的男（女）友回心轉意、或贏得父母的尊重與肯定、甚至希望讓世界更公平一點。事實上，這些問題可能已不是輔導人員所能處理，然而，許多人仍對輔導者有些不當的要求或期待。事實上，輔導的過程不應完全由被輔導者決定「我有沒有心理問題」，同時也不是由被輔導者決定「我的心理問題是什麼？」「你應該為我作什麼？」因為有些人只希望透過輔導的過程，讓自己覺得好過些，或心裡舒服一點。同樣的，這個問題反映輔導中一個很重要的主題是，「人需要什麼？」「這些需要能否從輔導中獲得？」這些議題也將在本書中藉由不同理論作進一步的討論。



圖 1-1 心理問題的發生可能來自於現在的突發狀況，也可能來自過去負向經驗的累積。

三、為什麼人有心理問題

我們常要面對的問題是，為何人會有「心理問題」。我們期待找出問題的癥結，或是說誰是造成這些問題的凶手，以便將它繩之以法，避免未來再發生類似問題。常見的是

人們容易將工作或課業的挫折與壓力，歸咎於早期的傷害、負向經驗破碎或失功能家庭，父母、老師、公司或政府相關主管就成為眾矢之的。因果關係是人思考的習慣，然而其背後忽略了，人並非完全被動，也不是任由環境決定一切發展的可能性，對於這個問題也將是本書中作重點探討的主題。如果能找到可能的原因，也許有助於未來心理疾病的預防。然而是否真的有清楚的答案或原因，則值得進一步思考。

「什麼是人發展的目標或理想」、「人需要什麼或輔導能提供我們什麼」，及「為什麼人會有心理問題」，是輔導工作中常得面對的基本問題，事實上，筆者認為上面這些問題常被誤解，其實正反映出社會大眾對輔導工作認知上的落差。因此本書期待藉由進一步的對話與說明，來澄清與瞭解這些落差，也同時期待透過更多的探討，來確定輔導的任務與定位，才能有助於未來輔導工作的推動與落實。

第二節 基本概念澄清

輔導的目的最少可以從兩方面來瞭解它，輔導主要的目的，除了試圖處理人的問題，更重要的是幫助個體改變或成長。因為當一個生命個體覺得心理有問題時，可能包含不同層面的意義，其中有些部分可能來自社會環境的改變，或新環境的期待與壓力，例如：進入新的學校或工作環境，面對許多陌生情境或狀況時，我們得重新學習調整自己；此外，周圍事物的改變，也常帶給我們更多要面對的問題，例如：家人生病住院、父親出差國外、家裡經濟狀況突然出問題。除環境改變的影響外，也可能來自他人的影響，例如：因著同儕的比較，父母或師長的期待，也常引起我們更多的問題。這些問題主要處理的是個人適應的問題。