



認識諮商研究

Doing Counselling Research

John McLeod◎著

蕭文◎校閱

連廷誥、連廷嘉、連秀鸞◎譯



心理出版社

認識諮商研究

蕭文 校閱

連廷誥、連廷嘉、連秀鸞 譯

John McLeod 著

認識諮商研究 / John McLeod 著；

連廷誥, 連廷嘉, 連秀鸞譯. --初版.--

臺北市：心理, 2006 (民 95)

面；公分. -- (輔導諮商；59)

參考書目：面

含索引

譯自：Doing counselling research, 2nd ed.

ISBN 978-957-702-956-0 (平裝)

1. 諮商--研究方法

178.4

95019359

輔導諮商 59 認識諮商研究

作 者：John McLeod

校閱者：蕭文

譯 者：連廷誥、連廷嘉、連秀鸞

執行編輯：李晶

總編輯：林敬堯

出版者：心理出版社股份有限公司

社 址：台北市和平東路一段180號7樓

總 機：(02) 23671490 傳 真：(02) 23671457

郵 撥：19293172 心理出版社股份有限公司

電子信箱：psychoco@ms15.hinet.net

網 址：www.psy.com.tw

駐美代表：Lisa Wu Tel：973 546-5845 Fax：973 546-7651

登記證：局版北市業字第1372號

電腦排版：臻圓打字印刷有限公司

印刷者：中茂分色製版印刷事業股份有限公司

初版一刷：2006年11月

本書獲有原出版者全球繁體中文版出版發行獨家授權，請勿翻印

Copyright © 2006 by Psychological Publishing Co., Ltd.

定價：新台幣 400 元 ■ 有著作權・侵害必究 ■

ISBN-13 978-957-702-956-0

ISBN-10 957-702-956-6

● 作者簡介 ●

John McLeod

Abertay Dundee 大學諮商系教授，《諮商與心理治療研究》（*Counselling & Psychotherapy Research*）期刊主編，著作：《諮商實務工作者的研究》（*Practitioner Research in Counselling*）（Sage, 1999），《諮商與心理治療質性研究》（*Qualitative Research in Counselling & Psychotherapy*）（Sage, 2001）。

● 校閱者簡介 ●

蕭文

學歷：美國密蘇里大學諮商心理學博士

現職：國立暨南國際大學輔導與諮商研究所所長

經歷：中國輔導學會理事長

國立彰化師範大學輔導與諮商學系教授、系主任

● 譯者簡介 ●

連廷誥

學歷：國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士
國立彰化師範大學輔導與諮商學系博士候選人
經歷：國小教師
現職：遠東科技大學通識教育中心講師

連廷嘉

學歷：國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士
國立高雄師範大學輔導與諮商研究所博士
經歷：國小教師
屏東高中專任輔導教師
台東縣政府諮商心理師
現職：國立台東大學教育學系助理教授

連秀鸞

學歷：國立台灣師範大學教育心理與輔導學系學士
國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士
國立彰化師範大學輔導與諮商學系博士候選人
經歷：台北義務張老師、高雄義務張老師督導
高雄市家扶中心諮商心理師
國立高雄師範大學輔導與諮商研究所諮商實習課督導
現職：高雄市長中山國中專任輔導教師

● 作者序 ●

本書最主要的目的，是為了幫助助人工作者能夠對諮商與心理治療的本質和目的進行批判性的思考與反思，在全書當中，「諮商」、「心理治療」、「治療」等名詞交替出現，但是在本質上它們都是用來描述相同的助人活動與過程，因為我們相信，「諮商」和「心理治療」的不同點，其實只是在於專業社群與組織的差異而已，並非個案需求類別或治療師策略的不同。

這本書對於想進行諮商研究的人，或者是那些想要藉由研究而有助於諮商實務工作的人來說，應該都是很有價值的。本書的第一章到第七章介紹了過去經常應用於諮商與心理治療研究的一些方法，而第八章與第九章則是試圖檢驗這些研究方法應用在歷程研究與效果研究上的情形，第十章則是討論了在進行諮商研究時可能會遇到的倫理兩難問題，最後一章總結說明了諮商研究方法學上的重要主題與議題探討。

這本書是透過跨學科的觀點而撰寫的，我們認為諮商是一門應用科學，它是從神學、哲學、社會學與人類學等人文學科，以及更相關的心理學和醫學等學科吸取養分，而形成相關的理論與技術，而這些不同來源的學科也造成了諮商研究方法論上的多元與歧異。

即使是一個幾乎和諮商都不相干的人都會明瞭到，諮商其實是一件高度複雜的工作，表面上看似很簡單的諮商師與個案所進行的對話，卻是可以從不同的層次和向度獲得了解。本書反映了

真實的多面性，那就是在諮商研究上並沒有一個唯一絕對正確的方法，相反的，卻允許將更多元的方法與技術運用在諮商研究上。就本書的篇幅而言，是無法提供足夠多的資訊以便讓讀者立即按圖索驥的採取行動而完成一篇研究；然而，本書希望透過介紹各種已經或是可以被運用在諮商研究的方法和技術，以及提供進一步的讀物，以幫助那些更有興趣深入了解的讀者能夠找到相關的資料，希望這些內容能夠為諮商與方法學之間搭起溝通的橋梁。

讀者將會發現本書有三個主要的部分，首先，本書提供與研究有關的基本技術，包括文獻回顧、測驗使用、資料分析等技術；其次，也提供一些實例說明這些技術是如何運用在諮商研究上；最後，進行有關認識論的爭辯，認識論是哲學領域的一部分，它是探討有關於「我們是如何獲得知識？」這方面的問題，這部分主要是在探討各種不同諮商研究類型中所隱藏的一些哲學假設。以上這三個部分交織而成本書的主要內容，也反映了研究過程的本質所在。

除了本書之外，作者另外還有兩本諮商研究的相關著作，都是由Sage公司出版的，分別是《諮商實務工作者的研究》（*Practitioner Research in Counselling*）（McLeod, 1999）和《諮商與心理治療質性研究》（*Qualitative Research in Counselling and Psychotherapy*）（McLeod, 2001），前者涵蓋了與本書相同的主题，但是更加強調實務工作者所進行的諮商研究類型，而後者則是介紹了各種質性研究的方法，這也是許多諮商師特別感到興趣的，除此之外，它也探究了和諮商研究有關的哲學、社會議題。

我要感謝在撰寫這本書的過程與不同階段中，曾經對我提供許多幫忙與協助的人，這些人包括：Lynne Angus、Sophia Bala-

moutsou、Michael Barkham、Tim Bond、Sue Cowan、Robert Elliott、Kim Etherington、Joerg Frommer、Stephen Goss、Soti Grafanaki、Kevin Hogan、Kate Kirk、Dave Mearns、John Mellor-Clark、Chris Phillipson、Krishnasamy Puniamurthy、Peter Reason、David Rennie、John Sloboda、Jane Speedy、William West 和 Sue Wheeler 等人。有關於書中所出現的任何錯誤或誤解都是我自己一個人的。此外，我也想要感謝在 Sage 出版社的 Alison Poynor，他是一位能夠提供支持而且很有耐心的編輯。最後，我要特別感謝我的妻子，Julia，以及我的女兒，Kate、Emma 和 Hannah，如果沒有她們的愛，在我身上所有的感受與想法都將不可能存在。

● 校閱者序 ●

1995 年我在博士班開授諮商歷程專題研究這門課而首度接觸到本書的第一版（1994），當時只不過將其中的第八章和第九章列為學生的必讀參考資料，然而與學生於課堂討論之後，即發現這本書不止是一本研究法而已，其中所提出的許多在研究上所面臨的哲學反思與對科學概念的批判，使人驚覺到過去在諮商研究法的運用上，不過是把研究法當作是完成研究設計與達成結果的工具而已，這本書從此開啟了我對從事任何一項諮商研究時，必須從研究對象的脈絡來反思研究法的採用是否得當。

2003 年這本書發行了第二版，內容有了一些變動，但大體上仍與第一版類似；由於多年來指導學生論文的過程中，多次發現研究生雖然能「寫」論文，但卻寫不出一篇好的論文，尤其在研究方法的邏輯概念上，變成用研究方法去操縱研究對象和事件，研究變成研究法的考驗和再複製。如果一篇研究未能以研究的對象與事件為主體，反而以研究法為主體的話，就諮商與心理治療的本質而言，正如同在心理治療的過程中，治療師一直在思考「我有什麼好方法可以用在個案身上」，結果變成治療師不過是在驗證他是否具有某種專業治療能力而已，至於個案仍一無所得，成為一次無效的治療。帶著一個這樣的思考，在一次非正式的討論裡，本書譯者之一，連廷誥先生，極為贊同這樣的思考，正巧廷誥的弟弟和妹妹，連廷嘉和連秀鸞，亦分別就讀於高雄師範大學和彰化師範大學輔導與諮商研究所博士班，乃一致決定翻譯本書，

並由本人擔任校閱的工作。

再一次深刻的閱讀本書，對於本書原作者 John McLeod 撰寫的思維有了更深一層的認識。這本書雖然原文只有兩百頁左右，舉凡諮商研究所可能應用的研究方法都清楚的提出討論，然而 McLeod 不止是介紹研究方法，他從多元社會與時間歷史的發展序列，不僅說明什麼叫作有效的諮商研究，也貼近了社會發展的脈絡與思維。對國內的諮商實務工作者而言，尤其在國內日漸增多的諮商心理師的情況下，閱讀本書將有助於實務工作者以貼近自己的工作場域進行務實的研究，為我國諮商心理研究提供更多、更貼近本土個案的學術研究。最後，我要特別感謝心理出版社對本書出版的支持與協助。

蕭文 2006 年 6 月

於國立暨南國際大學

● 譯者序 ●

和本書最早的接觸是來自於蕭文教授的推薦，當時發現本書對於諮商研究的各種概念與方法，有非常精闢又詳盡的介紹，特別是所舉的各種深入淺出的實例，都是心理諮商研究與實務上各種有趣的議題，非常符合諮商實務工作的需求。這對當時正苦於如何進行諮商研究的我們，不啻是一本天降甘霖的好書，可以解答許多諮商研究方法方面的疑惑並得以融會貫通。再加上當時國內並無特定針對諮商研究法（質性、量化研究並重）概論的書籍，於是興起翻譯的意念，希望能早日譯成中文，分享給在諮商研究上同行的同好。只是沒想到，這件事從孕育一直到誕生，總共耗費四、五年的歲月，中間還歷經了原書的改版，所幸只有第十一章增加較多篇幅，其餘章節，只是微幅增補內容。在三人分工合作，互相討論及修改中，總算逐漸完成本書翻譯的工作，在這幾年內，廷誥及秀鸞也都從博士班新生成為博士候選人，廷誥也喜獲麟兒，而廷嘉更是順利取得博士學位，在邁進生命另一階段的同時，也有本書相伴，雖是負擔，卻是甜蜜的負擔。

本書共分為十一章，內容詳盡而有系統，對於從研究目的與研究問題的選定，包括進行諮商研究過程的研究問題選定、批判性文獻閱讀、研究階段與可能遇到的問題、質性研究與量化研究的進行方法、歷程與效果研究的介紹，以及諮商研究倫理議題等，可以作為諮商研究方法與諮商歷程的課程教材與教科用書。各章內容的最後皆提供建議閱讀書籍，以便讀者查詢相關資訊。本書

最主要的目的是幫助助人工作者能夠深入了解諮商與心理治療的本質和目的，與進行批判性的思考與反思。

本書能順利完成，特別要感謝國立暨南國際大學輔導與諮商研究所所長蕭文教授，不禁令人讚嘆其聰明、睿智的智慧以及積極樂觀有活力的人生態度，對於 John McLeod《認識諮商研究》一書的大力推薦與全心全力進行辛苦的校閱潤飾工作，字字斟酌、句句推敲，以求達到「信、達、雅」的目標。其次，感謝心理出版社林敬堯總編及李晶小姐，非常耐心地等待與協助出版事宜，以及瑛琪、昕瀚、瑛真的校對，在此一併致謝。雖然譯者在翻譯期間，已力求完美檢閱過多次，然仍可能有疏漏不足之處，懇請讀者及先進不吝指正。

最後，願意將這本書獻給辛苦持家的卿如、可愛的可新以及最敬愛的父母親，一路以來，他們是我們永遠的精神支柱與人生道路上的導師，祝他們永遠健康快樂！

廷誥、廷嘉、秀鸞

2006 年 6 月

於台南老家

目 錄

CHAPTER 1	認識諮商研究	1
CHAPTER 2	閱讀文獻：形成研究脈絡	15
CHAPTER 3	研究的過程：階段、任務與陷阱	35
CHAPTER 4	量化方法的運用	65
CHAPTER 5	測驗、評定量表及問卷調查	89
CHAPTER 6	傾聽心理治療的故事：從質性研究到人類科學	115
CHAPTER 7	如何對個案進行有系統的研究調查	161
CHAPTER 8	諮商效果的評估	191
CHAPTER 9	探討治療的內涵：歷程研究的方法及策略	237
CHAPTER 10	研究實務的倫理守則	273
CHAPTER 11	諮商研究的重要議題	291
參考文獻		319
索引		349

（正文旁所標示之數碼，係原文書頁碼，供索引檢索之用）

認識諮商研究

本書主要是為兩種諮商師而撰寫，一種是想進行諮商研究的人，另一種則是那些想要藉由研究而有助於諮商實務工作的人。在過去五十年諮商專業的成長過程中，已經逐漸發展出一些有效促進助人關係歷程與效果研究的策略和方法，本書的目標即在於呈現能夠為案主提升服務品質的系統化諮商與心理治療研究方法。由於諮商與心理治療在工作上有相當多的重疊部分，為了本書的方便撰寫，在本書中仍然有許多例子是取材自心理治療歷程與效果的研究。從現有的實際情況來看，儘管諮商師與心理治療師在工作的地點、處理的案主對象以及專業的組織上有所不同，然而他們所從事的工作內容基本上是類似的。如果要為諮商研究訂定一個和心理治療不同的研究程序和定義，那可能會引起相當的爭議；況且，目前有關心理治療研究的數量與影響力仍然主導了整個研究領域（McLeod, 1994a），最明顯的現象即是，以心理治

001

療為名的研究計畫比起諮商研究來說，較容易獲得研究的補助。因此，雖然實際上諮商研究的案例數量，應該明顯超過心理治療的研究，但遺憾的是，學術期刊的文章大都仍然以「心理治療」為標題來發表。



為何研究對諮商師是重要的？

針對美國的諮商師和心理治療師的調查研究，有相當多的證據指出（Cohen et al., 1986; Morrow-Bradley & Elliott, 1986），心理治療的實務工作者既不閱讀研究論文，也不認為研究和他們的工作有關，有關研究與實務鴻溝產生之因在第十一章將有更詳盡的討論。儘管這些研究呈現出懷疑主義者對於研究價值的懷疑，然就整體而言，探討研究在諮商中所扮演的角色是有幫助的。以下即從五種不同的觀點來說明為何諮商研究是重要的。

002 1. **獲得更寬廣的視野（gaining a wider perspective）**：諮商是一種非常私人的活動，而且是在保密的情境下進行，諮商研究的結果可以讓諮商師有機會學習其他治療者的工作模式，也可以讓諮商專業藉此機會進行全球化的知識與經驗的交換。

2. **可靠性（accountability）**：諮商工作的推動有一大部分是來自於社會公共的資金，因此諮商專業有責任向社會交代，究竟它能帶給案主怎樣的幫助。諮商師不能用一句模糊的「案主從治療中得到許多協助」來回應社會對諮商工作的質疑，嚴格地說來，客觀的證據是有必要的。例如，最近幾年由於受到 Masson（1988）研究的影響，越來越多的研究發現案主在治療中受到治

療師不正當的對待，這樣的結果引發了許多研究接續去了解這類事件發生的原因和流行率，也有一些研究者對於案主是否能夠在治療中獲得利益提出了嚴厲的批判。如果諮商要維持一個良好的公共形象，並且持續吸引來自政府機構、健康提供者和雇主的資金資助的話，那麼有效、可信賴的研究系統是有必要的。

3. 發展新觀念和新方法 (developing new ideas and approaches) : 諮商和心理治療是一個新興的專業領域，而且持續在理論與技術上茁壯與創新。直到 1930 年代，唯一存在的心理治療模式就只有精神分析學派，而如今卻有許多建構完整的諮商理論和學派。諮商大都是先由實務工作者在工作中提出創新的想法，然後再由研究者進一步對其效果進行評估，這樣的發展過程和醫學恰恰相反，醫學是先由研究者在實驗室發展新的藥物和新的醫學技巧，然後謹慎小心地在病人身上進行實驗，同時也藉由法律的保護，禁止醫院將不成熟的實驗結果應用在病人身上。然而對諮商來說，在研究進行檢視之前，新的方法或是新的觀念已經藉由諮商師的實務工作被應用在案主身上了。有證據指出，治療的介入可能是有所助益的，但也有可能是傷害的 (Lambert, 1989)，因此，藉由研究去檢核諮商方法的有效性是不可或缺的。

4. 諮商在新領域的運用 (applications of counselling in new areas) : 隨著新的諮商技術不斷地發展，其應用的對象也擴及到不同的案主及新的領域。在過去十年，諮商的應用已擴及到企業組織、醫療照顧，以及對創傷和災難的案主提供有效的協助，將既有的諮商模式應用在新對象上的有效性和關聯性，正是值得去研究的重要主題。

5. 個人和專業的發展 (personal and professional development) :