



論導商諮

黃月霞/著

論 導 商 諮

黃 月 霞 著

輔大應用心理系教授

五南圖書出版公司 印行

國家圖書館出版品預行編目資料

諮商導論 / 黃月霞著, --二版, --臺北
市：五南, 民90
面： 公分

ISBN 957-11-2366-8(平裝)

1. 諮商
2. 輔導(教育)

178.4

90001706

1B70

諮商導論

作 者 黃月霞⁽²⁹²⁾
編 輯 胡文玲



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
郵政劃撥：0106895-3
網 址：[//www.wunan.com.tw](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 1995年 9月 初版一刷
1999年 7月 初版三刷
2001年 2月 二版一刷
2002年 11月 二版二刷

定 價 525元

版權所有・請予尊重

序言

諮商是一種助人專業，它的產生和存在是因應社會的需求，然而，由於時代的變化和社會需求的增加，諮商工作者也逐漸改變其角色功能。換言之，諮商活動從二十世紀初年，以提供學校年輕人職業輔導為主，擴展到今日，強調人生各階段的多樣性服務。同時其工作市場也日漸偏離傳統的環境和對象，更重要的是，其專業性已經、且會日益受到大家的承認。

本書是為「諮商和輔導概念」課程而設計的一本教科書。它的內容包含相當的廣泛和完整，因為它不僅詳述了諮商員所有的基本活動，且對特殊母群和重要機構的諮商也做了概略的討論。因此，本書為相關學門的學生；提供了他們對「諮商服務」廣泛性的瞭解。而對一般的讀者，能讓他們瞭解「諮商員」為社會做些什麼工作。至於主修諮商者，除了本課程外，他們還需要選些更深入且特殊化的其他課程。

本書 17 章分成三大部份：Ⅰ 諮商員的基本活動，Ⅱ 特定機構的諮商，和Ⅲ 特殊化母群（服務對象）的諮商。

部份Ⅰ：諮商員的基本活動，即指諮商員在各種機構和特殊化對象所共同提供的重要活動（第一章到第十一章）——首先是諮商與輔的歷史發展，接著是「怎樣才是心理健康的人？」；「助人關係（個別諮商）」；「諮商理論架構」；「諮商策略和技術的應用」；「諮商員的團體技術——團體諮商和班級輔導」；「標準化測驗和人類的衡鑑」；「人類的評量和非標準化技術」；「生

涯輔導和諮商——生涯發展，規畫和決定」；「諮詢」和「預防和健康」等共十一章。

部份Ⅱ：特定機構的諮商（第十二章到第十四章）——這三章不僅介紹傳統的教育機構——初、中、高級和大專院校的共同和特殊重點工作，也包括社區心理衛生中心的諮商工作；工商與其他機構——醫療、矯治、復健等諮商服務。

部份Ⅲ——特殊化母群諮商（第十五和十六章）。由於人生每個階段有其特殊的需求、發展特徵和任務，因此，這二章指出兒童和青少年和老人諮商的特殊技術。其次討論到家族諮商，因為個人問題和家族成員產生重要的關連。最後是藥物濫用者的諮商。本書以諮商員的一般倫理和法律原則做為結束。

雖然筆者以前後約四年的時間完成這本書，但還是發現有不盡完美之處。在此筆者建議，也常實際要求學生做各機構諮商與輔導工作的訪問，以瞭解國內各機構的實際工作狀況，藉以補充本書的不足。

最後我要感謝家人的支持與體諒。因為為了本書的完成，筆者投入教書外的所有時間，不免影響到對家人的照顧時間與品質。

本書付印倉促，錯誤難免，尚祈學者先進不吝指正。

黃月霞 謹識

於輔仁大學應用心理系

民國 90 年 1 月



目錄

I 諮商員的基本活動（服務或工作）

1. 諮商與輔導的歷史發展

- 4 ☐ 二十世紀前諮商概念的發展
- 6 ☐ 二十世紀早期（1900～1930 年代）的發展
- 9 ☐ 跨學門運動的影響
- 11 ☐ 有組織的學校輔導模式
- 13 ☐ 從輔導到諮商：1940、1950、1960 年代
- 16 ☐ 專業化的時代（1970、1980 和 1990 年代）和未來趨向
- 22 ☐ 當前諮商的趨勢

2. 怎樣才是心理健康的人？

- 30 ☐ 心理健康界定的困難原因
- 31 ☐ 心理健康的指標

3. 助人關係——個別諮商

- 38 ☐ 助人關係是什麼？
- 39 ☐ 助人關係的過程與階段
- 43 ☐ 什麼是有效諮商員的特質或態度

46 ☐ 諮商技巧—綜合觀點

53 ☐ 短期諮商

55 ☐ 危機諮商

58 ☐ 重要技巧的實例

4. 諮商理論架構

69 ☐ 諮商理論與協助他人改變行為

70 ☐ 諮商理論觀點的分類

72 ☐ 重要的諮商理論取向

91 ☐ 折衷（統整）諮商：今日的諮商趨勢

94 ☐ 發展適合個人的諮商格調

5. 諮商策略和技術的應用

100 ☐ 策略和三個主要問題領域

101 ☐ 心理功能：一種概念的架構

105 ☐ 如何使用諮商技術和調適方法

116 ☐ 處理個案的互動類型和關係—改變互動類型和關係

6. 諮商員的團體技術：團體諮商和班級輔導

126 ☐ 團體諮商的發展史、種類及重要性

131 ☐ 治療性團體：定義、種類和背景

138 ☐ 團體諮商理論

139 ☐ 團體諮商組成的考慮因素

142 ☐ 團體領導者：特質和技巧

- 144 ☐ 團體的治療性元素 (*Therapeutic Factors in Group work*)
- 147 ☐ 團體過程或階段
- 151 ☐ 團體輔導活動
- 156 ☐ 社會技巧訓練—結構性團體
- 163 ☐ LST 單元實例—矯治性

7. 標準化測驗和人類的衡鑑

- 177 ☐ 標準化測驗的爭議
- 179 ☐ 標準化測驗分數的意義
- 185 ☐ 測驗分數的呈現
- 191 ☐ 選擇測驗—何種標準
- 194 ☐ 標準化測驗的種類

8. 人類評量的非標準化技術

- 210 ☐ 人類衡鑑的指引
- 212 ☐ 成人的評估和使用的技術—觀察法
- 219 ☐ 自我報告評量
- 223 ☐ 友伴的評量—團體衡鑑技術

9. 生涯輔導與生涯諮商

- 233 ☐ 生涯協助的重要性和關切
- 236 ☐ 生涯發展和生涯決定理論
- 244 ☐ 人生各重要階段的生涯發展
- 246 ☐ 生涯輔導—促進學生的生涯發展、計畫和決定

250 ☐ 生涯諮商架構

255 ☐ 電腦化的生涯協助系統

258 ☐ 非學校機構的生涯諮商

260 ☐ 學校生涯協助工作的實例

10. 諮 詢

269 ☐ 諮詢的定義

270 ☐ 諮詢的目標（目的）

273 ☐ 諮詢的階段

276 ☐ 諮詢的種類（或模式）

283 ☐ 社區心理衛生機構的諮詢

286 ☐ 諮詢在學校機構

11. 預防與健康

298 ☐ 初級、次級和第三級預防

301 ☐ 初級預防策略的效果探討

305 ☐ 預防計劃的發展原則

307 ☐ 壓力管理

311 ☐ 完整的健康

314 ☐ 完整健康計劃如何實施於學校

317 ☐ 工商機構的預防和健康服務

320 ☐ 營養和健康

II 特定機構的諮商工作

12. 學校諮商與輔導

- 330 ☐ 學校諮商員的訓練與資格認定
- 333 ☐ 學校諮商員的角色與功能
- 338 ☐ 各級學校的共同服務
- 341 ☐ 各級學校的輔導與諮商重點
- 345 ☐ 各級層教育機構諮商計劃的考慮要素
- 351 ☐ 簡短諮商：創新的學校諮商方式
- 356 ☐ 趨勢和未來方向

13. 社區心理衛生諮商

- 364 ☐ 美國社區心衛生的歷史
- 367 ☐ 心理衛生諮商員的訓練
- 368 ☐ 社區心理衛生諮商的重要工作
- 373 ☐ 私人開業

14. 工商和其他機構的諮商

- 380 ☐ 工商諮商
- 384 ☐ 復健諮商
- 387 ☐ 矯治機構的諮商工作
- 389 ☐ 醫院和療養院諮商
- 390 ☐ 未來方向

III 特殊化母群的諮商

15. 兒童和青少年諮商

398 ☐ 兒童和青少年諮商考慮要項

403 ☐ 兒童的諮商策略

409 ☐ 青少年的諮商策略

416 ☐ 家庭諮商／諮詢

16. 家族諮商、老人和藥物濫用諮商

426 ☐ 夫婦、家族諮商

431 ☐ 老人諮商

434 ☐ 藥物濫用諮商

17. 一般倫理和法律原則

449 ☐ 倫理的性質

449 ☐ 倫理問題

452 ☐ 諮商員和法律

453 ☐ 諮商員和法律事件

454 ☐ 能力和不適治療法

附 錄

458 ☐ 一、中國輔導學會會員專業倫理守則

473 ☐ 二、團體輔導實例—情感教育：感覺與情緒教育課程

478 ☐ 三、社會技巧訓練實例：溝通技巧訓練課程

I



諮商員的基本活動

(服務或工作)

自從七〇年代以後，諮商員的服務從傳統的學校機構，移向非教育機構的市場服務。雖然各種特定機構的服務重點有些不同，但是各機構諮商員的傳統或基本活動是相當類似的。

換言之，本部份重點在回應一個問題——諮商員做些什麼？他們所做的工作，有時被標示為「活動」、或「服務」；或「元素」（*element*）其意義是相同的，即強調諮商員在各種特殊母羣和特定機構的核心工作。這些工作包括：個別諮商、團體諮商與團體輔導、測驗的應用——標準化與非標準化評量工具、生涯協助——生涯輔導與諮商、安置與追蹤。目前這些傳統的活動已經擴展且包括諮詢、研究與預防。預防的調適再次受到關注。

最後，諮商是一種專業，其實務工作必須建立在紮實的理論上，才能發揮其工作效果。因此本部份以檢視「諮商運動的歷史發展」為開始，並以二章的篇幅介紹「諮商的理論」，以及「諮商策略與技術的實際應用」。

第 1 章

諮商與輔導的歷史發展

諮商是一種特殊技巧，是輔導服務中的重要項目，更是輔導工作的核心部份。雖然輔導是二十世紀的產物，然而，諮商被認定為是一種助人專業是最近的觀點。

假如視諮商為「勸言」的提供或「忠告」，則自從有人類以來它就存在，因為父母、情人、朋友和社會領導者一直提供忠告給有此需求者。更進一步而言，男人和女人長久以來，不斷的關心自己的心理和生理健康狀況。在早期的歷史資料和每個時代文獻中，都發現有心理偏差的報告。

由於人類文明的進步，生活品質不斷的提高，我們所關切的諮商功能也會因應社會的需求而增加，換言之，諮商和其他的輔導服務也因時代的變化和需求而改變其角色功能。因此本章分四部份探討其歷史發展：(1)二十世紀前，(2)二十世紀初期，(3)從輔導到諮商——一九四〇至一九六〇年代，(4)近代和未來發展趨勢。

二十世紀前諮商概念的發展

由於諮商專業的多樣化，因此難以確認它是何時開始的。有些人（如，*Gibson & Mitchell, 1990*）企圖將柏拉圖（*Plato*）和亞理斯多得（*Aristotle*）和此專業的根源產生聯結，因為他們對人類功能早期的洞察，同時也提出生涯發展的觀點——柏拉圖的共和國一書。*Belkin*（1975）也認為諮商專業的起源是在此時期。無疑的，柏拉圖、亞理斯多得、和一些早期的西方哲學家都提出

個體如何學習和發展，並在某些情況下，企圖類化他們的思想到實務過程，諸如，教學和諮商。他們的哲理仍可在此專業發展的脈絡中發現。

雖然諮商的起源與希臘哲學家的連結是薄弱的，但是比較明確的歷史連結應該是中世紀的歐洲。Zytowski (1972) 指出一些書籍——專門幫助人們做生涯選擇，尤其與青年的職業安置有關。其中一本： *The Mirror of Men's Lives*，描述十五世紀中，有關教會的行業和技能生涯。後來幾十年下來，又有其他出版品，這些都是今日思想的先驅。其中一本是 Juan Huartis 的書「 *The Examination of Men's Wits*」 (1575)——解釋 Plato 的信念——人們有不同的能力，和另一本書 *Powell's Tom of All Trades* (1631) 和 *Pathway to Preferment* (1631)，這些都類似於今日有關職業資訊的細節描述。到一七〇〇年代，又有十本類似的書出版。Zytowski (1972) 報告，這種與生涯有關的書陸續出版到十九世紀至少有六十五種。其中有些在美國出版。

十九世紀影響此專業的發展很大，其影響還是以生涯輔導為重點。但是還有外力對其後來的影響更大。馮德建立第一個心理實驗室 (1879)。還有 Stanley Hall 開始建立心理實驗室專注於兒童的研究。這二個實驗室對於美國的科學心理學影響很大。一八九〇年 Freud 開始治療 (treatment) 心理病患，他使用心理分析法為主。心理學成為獨立的學門，對於以心理學為基礎的「諮商」專業的出現是很重要的。它研究個別差異，並發展衡鑑工具都有利於諮商的專業服務。

精神醫學成為醫學的特殊領域在此時期隱約出現——此亦為重要發展之一。這時不再以道德處理心理偏差，因為精神醫學主

張，由有機體導致的，應該從有機體處理。

當十九世紀末，美國進入二十世紀時，社會有極大的變化，其中人口大量湧向大都市，歐洲大量的移民，工業分工日趨精細，童工和青少年求職等問題。這些現象產生很大的社會問題。此時不但職業選擇受到關切，其他如教育問題、技巧的匱乏、與人們自我的衝突（無法做決定）、與他人的衝突（人際關係問題）、缺乏自我的認識，和環境資訊的匱乏等功能也受到關切。此時很多成人轉向傳統的資源人物，如家庭醫生、神職人員、或雇主尋求忠告與輔導或諮商。然而，二十世紀考慮以真正科學方法，來滿足人類需求的時機已成熟，同時，也該是發展諮商和其心理學取向的服務，以因應這些需求的時候了。

二十世紀早期（1900～1930年代）的發展

諮商和輔導運動開始的確實日期很難認定，但是它正試開始於二十世紀初年是大家所公認的。從上節看出，一種真正的專業絕非突然的產生，它的起源和發展可以追溯到以前的年代。但是這個專業達到成熟，也受到其他學科的強化而受益。諮商的發展受到一些重要的歷史事件和跨學門的影響，例如：社會的革新運動、政府的立法、出版品、專業組織、訓練課程計劃、專業標準和文化的變化。另外，在此時期它還受到其他有關連的運動所影響，例如：職業輔導，心理衛生、心理測驗和進步的教育等運動。在這些影響之下，使得諮商與輔導在本世紀正式誕生並蓬勃