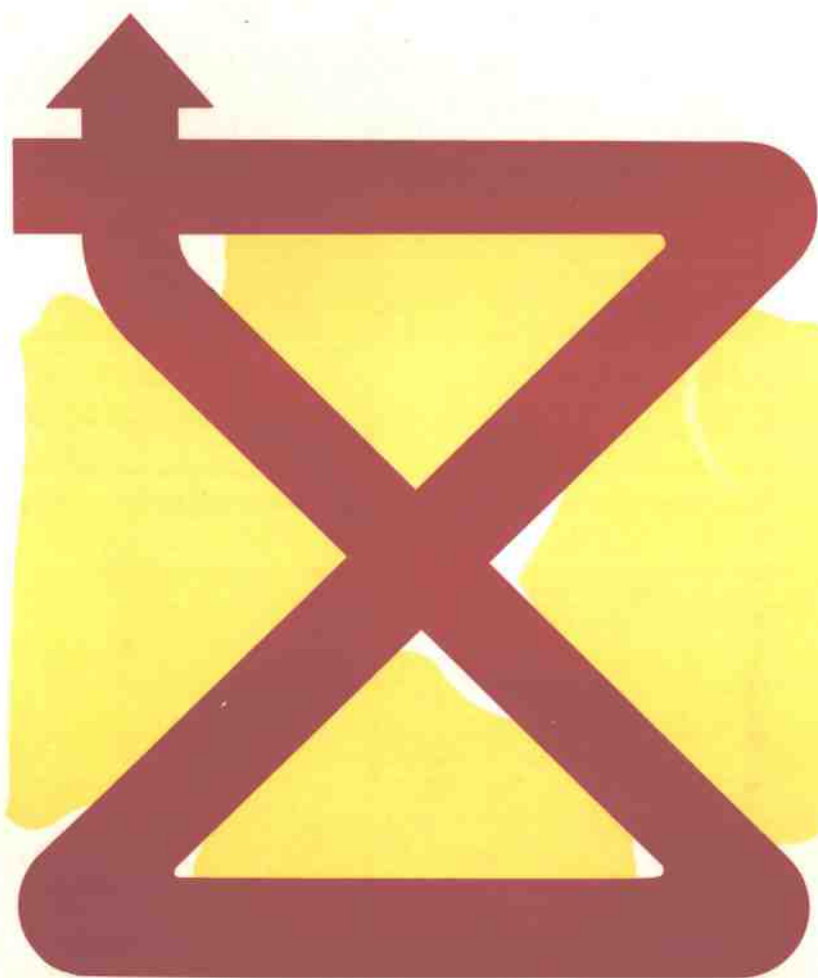


輔導與諮商叢書

諮商理論與技術

劉世輝編著



輔導與諮問叢書 1

諮商理論與技術

劉焜輝編著

天馬出版社

0151.1
L612

關於「輔導與諮商叢書」 近年來，「輔導與諮商」已經成為教育、醫療、社會福利、司法、企業各部門最熱門的一環。

輔導的目的，既然在幫助個人充分發展其潛能，正常的學校教育必須以輔導工作為核心，不待冗贅。各機關在消極方面要矯治個人的行為偏頗，積極方面要使個人發揮其個性，必須加強輔導工作。

實際從事輔導工作者，每感空談理論，無濟於事，闡明實施輔導工作的途徑也許是我國當前最迫切需要的課題。然而，實踐的背後，必須有健全而透澈的理論依據，這是不容忽視的問題。

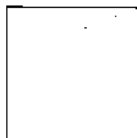
本社深感於此，發行「輔導與諮商叢書」，網羅輔導與諮商理論及實施之文獻，彌補國內之不足。深信可以獲得國內關心輔導工作者的支持與愛護。



諮商理論與技術

輔導與諮商叢書 1

版權所有 • 翻印必究



定價

新臺幣 150 元整

發行

中華民國65年9月初版 73年9月十版

編著者

劉焜輝

發行人

黃芳華

出版者

天馬出版社（郵撥 109162）

臺北市羅斯福路3段244巷2弄22號之1

電話：3411795 3516855

印刷者

瑩欣打字印刷有限公司

臺北市貴陽街二段32號

電話：3710370

內政部登記證

局版臺業字第1413號

前 言

近年來，輔導工作積極推展之後，諮商已成為社會人士所關心的一門新知識。嚴格地說，諮商在我國，尚停留在「起步階段」。因為有組織的、客觀的諮商，必須有充分的文獻供諮商員之參考，無可諱言，我國在這一方面仍然是一片沙漠。

正因為諮商的普及迅速、需要迫切，附帶產生一種不良的現象，即對於諮商理論未加以深入的探討，就熟衷於批評各派諮商的得失，甚至主觀地固執己見，排斥其他見解，這種偏狹的態度，不僅將阻礙了諮商的發展，並且將使諮商研究與實踐，裹足不前。

筆者認為我們當前所需要的，就是集合國內外學者的力量，共同充實諮商文獻，這等於是施肥、灌輸，唯其如此，諮商才能萌芽、生長、開花、結果。本書的付梓，即基於此觀點，書中對於指導派諮商、來談者中心諮商、折衷派諮商以及行為諮商，就其原理與實施，做扼要的介紹。讀者從本書可以獲得的，與其說是某派諮商理論的奧秘，毋寧說是各派諮商理論的概要。學習諮商，首先要瞭解全貌，然後從這些諮商的礦脈中，決定自己所要採礦的一座山，按部就班，埋首開採，理論與實踐兼顧，假以時日，必然有所獲。

充實諮商文獻的工作，非一、二人能力所能勝任，希望本書能收到拋磚引玉之效。天馬出版社既有發行「輔導與諮商叢書」的計劃，對於今後學習諮商者而言，將是一個好消息。又本書的繕稿、校對工作分別由張淑容、徐芳華小姐幫忙，并此誌謝。

民國65年教師節前夕於臺北

六 刷 感 言

本書的推出，係由於教學上的需要，當時鑒於國內缺少諮商書籍，曾經殫心勃勃，以充實這一方面的文獻為己任，沒想到幾年下來自己仍然藏了一張白卷。不到四年之間，本書竟有六刷的記錄，非始料所及。每刷一次，汗顏一次。

幾年來，國內輔導工作相當受到重視，從事輔導工作者日漸增多，年輕朋友鑽研輔導學術也逐漸增加，尤其自去年暑假國立台灣師範大學、彰化教育學院同時設置輔導研究所之後，我國輔導學術的研究將邁入新的紀元。眼看國內輔導界諸先進多年來的理想——成為現實，怎不令人興奮！

筆者認為輔導觀念的普及和輔導機構的增加固然是一件可喜的現象，輔導專業制度遲遲未能建立確是值得憂慮的事實。就以諮商而言，各輔導機構所提出的實例充分顯示諮商在我國並未紮根，學校如此，社會輔導機構更是如此。原因何在，值得我們冷靜深思。

本書等於是諮商的概論，祇能提供幾派諮商理論的概要，原來的構想是希望繼本書之後對各派諮商理論分別做更深入的介紹，俾讀者對於諮商理論與實際能循序以進，窺其深奧。目前，我國在這一方面的工作仍然是一片處女地，有待輔導界的先進共同開發。這不是一件容易的事，可是總得有人播下種子，才能開花結果。

趁本書六刷的機會，把國內若干文獻列入附錄，旨在方便教學，謹對於諸位原作者致最高的敬意與謝意，並略述所感，做為筆者個人今後努力的目標。

民國62年5月

於國立台灣師範大學

本版書暨經銷書目錄（直接函購按九折優待）

天馬出版社：郵撥109162號

現代心理學叢書

心理學名著12選 南博編 劉煥輝譯 特價150元

心理學是近年來發展最迅速的一門學問，其應用領域之廣，是有目共觀的事實。本書從心理學史上精選十二本名著，包括高爾頓、詹姆斯、華森、霍爾、巴夫洛夫、佛洛依德、楊格、馮特、柯勒、勒溫、羅吉斯、皮亞傑等人的代表作，可以了解其人其事，閱讀本書等於做了一次「心理學王國」的遊歷，確是一本良書。

當代心理學家一生平與學說 劉煥輝 藍三印編著 特價160元

本書介紹當代心理學家——包括皮亞傑、霍爾、赫伯、斯金納、瓦布納、紐侃、薩斯頓、麥獨孤、肯得勒、西修、斯皮爾曼、埃立克遜、斯皮茲、墨非、莫雷、阿爾海姆、柯皮茲、費西拜恩、薩斯蘭德、哥格爾、馬斯洛等人——的生平與學說，是國內介紹當代心理學家的唯一的書籍。

廣告心理學 藍三印、羅文坤 著 （精）250元

國內第一本廣告心理學巨著，博採國內外專家的見解，廣泛蒐集歐美日文獻，以國內資料為主，外國資料為輔，與坊間翻譯之類書迥然不同。

本書最大特點是各章以流程方式闡述，附有專題分析，列舉廣告史上各種聞名個案，網羅珍貴廣告圖片多達200餘幀，出書後洛陽紙貴新聞界權威學者徐佳士教授特別撰序推介，誠為不可多得的一本好書。

諮商與心理治療 Rogers, C.R. 著 劉焜輝譯 特價 120 元

本書乃羅吉斯名著，為學習諮商者不可不讀的良書，尤其對於諮商技術的學習有幫助。

團體輔導研究 劉焜輝著 特價 200 元

團體輔導是我國當前指導活動上被誤解最多的一端。本書闡明在輔導的過程中應如何利用團體輔導方法，並指出在各種場合可能發生的問題及其對策作系統的介紹，可資參考。

天馬文庫

現代人的心理衛生 劉焜輝編著 特價 120 元

本書內容，在縱的方面，順着發展心理學的階段，敘述嬰幼兒、小學生、中學生、大學生的心理衛生；在橫的方面，從家庭生活、學校生活、社會生活、職業生活各方面討論心理衛生的重要性，並附有「心理衛生參考文獻目錄」。

青年問題面面觀 劉焜輝編撰 特價 70 元

本書從各種角度討論青年問題，包括生活計劃、交友問題、感情生活、戀愛與婚姻、人生觀等問題，不僅為青年必讀，亦為師長父母所必讀的良書。

近代西洋音樂思潮 洪祖顯著 特價 70 元

本書敘述 19、20 世紀的音樂思潮，從浪漫派到前衛派的思想特徵，作者為旅日學人，對音樂之造詣甚深，本書圖文並茂，誠為認識西洋音樂最好之入門書。

中學生一性的基本知識

Guttmacher 著 劉焜輝譯 特價 70 元

青年需要性的知識，然而我國在這一方面提供給青年的實在太少。本書把性的基本知識闡明得恰到好處，希望家長、老師、學生都能閱讀，把神聖的性的問題建立在崇高的人格之上，瞭解它、珍惜它、重視它。

性教育 間宮武著 劉焜輝譯 特價 150 元

關於性教育，國內尚乏系統的介紹，教師與父母也避開不談，流弊所及，青少年對於性的問題一知半解，反而有害。本書是一位心理學家從教育的觀點敘述性的基本知識，並且按中小學各發展階段提出質問與回答，立刻可以應用，彌足珍貴。

幼兒教育法 蒙特梭利、波多野勤子著 劉焜輝編譯 特價 150 元

蒙特梭利法舉世聞名，本書第一部介紹蒙特梭利幼兒教育的理論；第二部介紹波多野勤子的幼兒教育法，乃是東西方幼兒教育法的比較，頗富參考價值。

推薦給中學生的一百本好書（第一輯） 劉焜輝編 特價 100 元

本書是數十位中學教師的集體創作，從龐大書籍中選擇最適合中學生閱讀的 100 本好書，介紹每本書的內容摘要、推薦理由，並註明適合那一類學生閱讀，許多學校均指定為課外讀物之一，甚受國內青年朋友歡迎。

推薦給中學生的一百本好書（第二輯）

劉焜輝 張淑貞編 特價 100 元

自從「一百本好書」第一輯出版之後，立刻引起廣大的回響，讀者紛紛詢問第二輯何時出版，可見本書受歡迎的程度，第二輯推薦「一千個春天」等 45 本書，體例仍舊，分內容摘要與推荐理由，讀者可以花最短的時間得到最廣泛的知識。

從睡相看個性 劉焜輝 藍三印譯 特價 70 元

「睡相」過去很少受人注意。本書作者係精神醫學家，從精神分析的臨床經驗，證實了睡相與個性有密切的關聯。這是世界上討論睡相的第一本專著，本書告訴我們如何從睡相去了解自己，了解別人，如何從睡相去診斷夫婦的感情，去預測未來婚姻的美滿與否，圖文並茂，可讀性甚高。

生活中的心理學 乾 孝著 劉焜輝 藍三印譯 特價 70 元

本書原名為「有趣的心理學」，作者把日常生活中與心理學有關的知識，以深入淺出的敘述加以說明，內容充實興趣盎然，不但可以增加您的心理學知識，並且可以使您的觀察力更加敏銳，談話內容更加豐富。

企業家的創業秘訣 渡邊茂編 劉焜輝 張烽民譯 特價 70 元

現代人很注重創造性思考，本書是 21 位企業界的頂尖人物把他們成功的秘訣公諸於世，他們力求新觀念，奮鬥不已的精神，躍然紙上，本書可以做為現代人——尤其是青年人的人生指針。

現代人的生活秘訣 梅德·謝立夫著 張烽民等譯 特價 70 元

近年來企管叢書日漸充實，生活在現代的人，如果不能有效利用時間，提高工作效率、鬆弛工作上的緊張，達成良好的人際溝通，建立自己的信心，培養可靠的部屬，必將成為時代的落伍者，本書可供現代人的生活指南。

茶餘飯後 楊兆禎編 特價 40 元

愉快的氣氛是任何家庭，任何場合所必需的，本書作者是著名的音樂家，他搜集許多小小故事，可增加你的生活情趣，融洽朋友情感，提高工作效率，它可以使你周圍的人會心一笑，確是「茶餘飯後」的良伴。

口吃最新療法 黃金源著 特價 60 元

口吃是怎樣來的；口吃能治療嗎？口吃要怎樣治療？本書分三大部分，一為揭開口吃之謎，對於口吃做深入淺出的學理探討；二為對症下藥，提出矯治口吃的有效方法，三為對父母、教師及口吃者的建議。

我國選舉制度之研究 劉裕猷著 定價 60 元

我國自實施地方自治以來，舉行歷屆公職人員的選舉，本書作者曾兩次參加競選，對政黨提名制度有突破性建議，可謂對選舉制度之理論與實務均有深入之涉獵，本書出版後受到各方矚目，良非偶然。

難忘的歲月 劉裕猷著 定價 70 元

本書副題為「縣長隨筆」，作者曾任南投縣長兩屆，現任台灣省政府民政廳廳長，全書收 66 篇隨筆，均為作者在縣長任內對事對人有感而發，篇篇精彩，見解獨到，發人深省，本書雖為隨筆，實具人生哲理，可讀性甚高。

愛情與星座 門馬寬明著 馬友群譯 特價 70 元

西洋占星術告訴我們自己的個性、職業、財運、戀愛、婚姻、健康方面可能的命運，本書闡明十二星座的人際關係，讀者開卷，在異性交友與同性交友方面將有一番嶄新的觀念，充實你的人生，開創你的人生。

世界各國學校教育新貌 沖原豐編 歐用生 陳樹銘譯 特價 120 元

增進國際間的了解是現代教育的重要課題，本書對美國、英國、西德、法國、瑞典、蘇聯、澳洲、韓國、泰國、印度、印尼、沙烏地阿拉伯、以色列、巴西各國的教育制度、課程內容、教學法、師生關係等作系統的敘述，內容輕鬆有趣，閱讀本書，有如遊歷各國，並能瞭解各國教育趨勢。

本版書暨經銷書目錄（直接函購按九折優待）

天馬出版社：郵撥109162號

青年修養叢書

①奮鬥的人生 松下幸之助著 劉焜輝譯 特價 70 元

松下幸之助所著「奮鬥的人生」一書，字裏行間，瀰漫人生的睿智，細加咀嚼將獲益無窮，譯稿曾在中央副刊連載。

②讀書的方法 島影盟著 劉焜輝譯 特價 80 元

懂得讀書方法，可使人事半功倍，本書收集數十篇討論讀書方法的文章，具體而實用。

③幸福之路 島影盟著 劉焜輝譯 特價 50 元

企求幸福而不能獲得幸福，這是追求幸福的方法有誤。必須先明瞭幸福是什麼，改正自己的人生態度，才能走向幸福大道。

④幸福的人生 武者小路實篤著 劉焜輝譯 特價 50 元

本書內容包括人生、青春、戀愛與結婚、美與愛、藝術、友誼等篇，譯稿曾在中央副刊連載。

⑤青年·人生 安德烈·莫洛著 劉焜輝譯 特價 50 元

本書是莫洛氏「寫給青年的公開信」，其慧眼與睿智，其大膽的論述，深入剖析，充滿字裏行間，令人感銘至深。

⑥愛的真諦 杜佛威著 劉焜輝譯 特價 45 元

對於戀愛的因素、男人的心理、戀愛的秘訣、母愛等，有具體而深入的敘述。乃青年男女必讀的良書。

⑦講演技術 後藤優著 劉焜輝譯 特價 60 元

本書係後藤優所著，對於講演術做深入淺出的介紹，保證對於你的人生將有好的影響。

⑧愛與孤獨的世界 堀秀彥著 劉焜輝譯 特價 60 元

面對真實的人生，從古今世界名著引用實例闡明愛情、友誼、青春、孤獨的主題。唯有堀秀彥才能寫出這本名著。

※附錄：生日名言

從 1 月 1 日到 12 月 31 日，有那些名人誕生？他們獻給您怎樣的名言呢？這是最理想的生日禮物，最實用的良書。

⑨生活的技術 安德烈·莫洛著 劉焜輝譯 特價 45 元

本書分思考的技術、愛的技術、工作的技術、領導的技術、年老的技術，篇篇精闢，是人生的生活智慧，閱讀本書，獲益無窮。

⑩邁向成功之路 希爾·史通著 劉焜輝譯 特價 50 元

本書的原題為「積極的心理態度導致成功」，本書不僅告訴你成功的途徑，並且鼓起你勇往邁進的心理態度，確是影響一生的良書。

⑪一日一生 內村鑑三著 劉焜輝譯 特價 70 元

本書內村鑑三的思想精華與聖經的精華所凝結而成。一日有如一生，要過得有價值、有意義。保證這是令你愛不忍釋的精神糧食。

⑫創造的奧秘 山本通隆著 劉焜輝譯 特價 70 元

本書透過著者的思索與體驗闡明創造的過程，國內尚乏類書，附錄有發明家小傳，頗富啟發性。

⑬愛與性報告 白石浩一著 劉焜輝譯 特價 80 元

對於青年來說，這是一面鏡子，可以看到別人，也可以照到自己；對於父母來說，本書更可以提供瞭解子女所需要的資料。

⑭穩健的婚姻 杜佛威著 劉焜輝譯 特價 70 元

本書是以即將結婚的少女為對象，對於結婚、戀愛與性都有詳盡的說明，閱讀本書，獲益無窮。

諮商理論與技術

前 言

第一章 序 論

- 一 諮商的涵義..... 1
- 二 諮商的歷史..... 7
- 三 諮商的分類.....10
- 四 諮商的對象與限制.....15

第二章 指導派諮商

- 一 諮商的涵義.....18
- 二 基本觀點.....19
- 三 基本原理.....20
- 四 諮商技術.....22

第三章 來談者中心諮商

- 一 理論基礎及其發展.....28
- 二 基本原理.....38
- 三 諮商技術.....49

6 目 錄

四 諮商過程	56
五 諮商效果的評鑑	81

第四章 折衷派諮商

一 諮商的涵義	89
二 諮商目的	91
三 來談者的心理準備	93
四 諮商技術	95

第五章 行爲諮商

一 行爲諮商的涵義	105
二 行爲諮商的理論基礎	109
三 古典制約的諮商	115
四 工具制約的諮商	134

第六章 諮商員的問題

一 諮商員的資質	156
二 諮商員的基本態度	161
三 諮商員的養成及其資格	163
四 諮商員倫理	182

第七章 諮商的應用

一 學校諮商	186
二 司法機關及感化機關的諮商	189
三 醫療機構及諮商	191
四 社會福利與兒童福利機構的諮商	193
五 企業界的諮商	193

參考文獻	196
------	-----

附 錄	203
-----	-----

I 諮商員的態度	203
II 諮商實例	207
III 諮商情境練習問題	210
IV 同理心練習	214
V 諮商關係問卷	240
VI 諮商情境練習	255
VII 鬆弛訓練指示語	269

第一章 序 論

一、諮商的涵義

1. 語 義

諮商 (counseling) 的 counsel，乃由拉丁語 consilium (會議、考慮、忠告、商量、智慧) 及古代法語 conseiller (拉丁語 consiliari，來商量) 而來，現在在形式上仍繼承語源的意義。

counselor (英 counsellor) 一語，起先是用在律師方面，從本世紀初葉，職業輔導 (vocational guidance) 的思想開始導入教育界。

把諮商用作現在的意義，始自威廉遜 (Williamson, 1939)。威廉遜在其所著的學生諮商 (How to Counsel Students) 一書中，把諮商列為人事工作 (Personnel Work) 的一個階段，此後，諮商一語除人事工作 (personnel work) 之外，與輔導 (guidance)、心理治療 (psychotherapy) 等諮商或晤談活動逐漸發生關連。目前，諮商的內容與功能因研究者的立場而有些許的差異。

2. 意 義

諮商的定義為「受過專門訓練的援助別人之專家，與有適應上的問題而需要得到援助去解決問題的個人晤談，藉語言為手段，給予心理上的影響，幫助其解決問題的過程」。上列定義中，需要得到援助的個人稱為來談者 (client

或 counselee)，給予援助的專家稱為諮商員 (counselor)。諮商有廣義的解釋，也有狹義的解釋，由於立場不同，其內容也有所不同。

威廉遜 (Williamson and Foley, 1949) 對於諮商採取廣義的解釋，他所下的定義為「A與B兩個人面對面的情境，由受過訓練、具有技能、得到對方信賴的A，幫助需要解決適應上的問題之B的過程」。A即諮商員，B為來談者。

羅吉斯 (Rogers 1912) 對於諮商採狹義的見解，即「諮商是與個人的繼續而直接的接觸，藉此幫助個人改變其行為與態度」。

3. 諮商的派別

如前所述，對諮商所採的見解因人而異，這是由於諮商的觀念及立場不同所致。以下扼要介紹諮商的主要派別：

(1) 來談者中心諮商 (client-centered counseling)

來談者中心諮商乃是羅吉斯 (Rogers, C. R.) 所倡導的方法，其基本的觀點乃是重視來談者的情緒方面，認為來談者內在的企求成長與適應之衝動是最重要的。此派立場不重視生長時的家屬關係、外傷經驗等資料，而重視來談者現在所面對的問題，並加以排除診斷。

諮商過程首先是由來談者敘述問題。來談者與諮商員企求對問題有充分的了解和洞察。然後來談者與諮商員談到今後應走的方向，最後來談者也作自我決定。

此派對於來談者不給予指示，故又稱為非指導派諮商 (non-directive counseling)；又因其具有存在的特徵，亦稱為存在諮商 (existential counseling)。

(2) 指導派諮商 (directive counseling)

本來並無指導諮商學派的存在，乃只是主張非指導派諮商者稱其他立場者為非非指導 (non-nondirective)。此派最具代表性的是梭恩 (Thorne, F. C.) 的指導派心理治療 (directive psychotherapy) 以及威廉遜與達利