

全球心理衛生 *E* 學刊

Global Mental Health E-Journal



ISSN : 2079-1291 (Print) ; 2079-1305 (Online)

第一卷 第一期

Vol. 1, No. 1

2010 年 2 月

Feb., 2010

WWW

國立彰化師範大學輔導與諮商學系台灣心理諮商資訊網 出版暨發行

Department of Guidance and Counseling,
National Changhua University of Education & Taiwan Counseling Net

<http://gmhej.heart.net.tw/>

出版者：國立彰化師範大學輔導與諮商學系台灣心理諮商資訊網

主編：(依姓氏筆劃序)

王智弘(彰化師範大學 輔導與諮商學系) 張景然(彰化師範大學 輔導與諮商學系)

編輯委員：(依姓氏筆劃序)

王沂釗(東華大學 臨床與諮商心理學系)	陳美香(中山醫學大學 職能治療學系)
王浩威(華人心理治療研究發展基金會)	黃宗堅(彰化師範大學 輔導與諮商學系)
余漢儀(台灣大學 社會工作學系)	葉光輝(台灣大學 心理學系)
李維倫(東華大學 臨床與諮商心理學系)	趙淑珠(彰化師範大學 輔導與諮商學系)
林玉華(輔仁大學 臨床心理學系)	鳳華(彰化師範大學 復健諮商研究所)
林清文(彰化師範大學 輔導與諮商學系)	劉世閔(高雄師範大學 教育學系)
林慶仁(台南大學 特殊教育學系)	劉珠利(東海大學 社會工作學系)
高淑貞(彰化師範大學 輔導與諮商學系)	劉淑慧(彰化師範大學 輔導與諮商學系)
馬長齡(屏東科技大學 社會工作學系)	劉嘉逸(長庚大學 醫學系)
張珏(台灣大學 衛生政策與管理研究所)	駱芳美(School of Criminal Justice and Social Sciences, Tiffin University, 美國)
張素鳳(台灣大學 心理學系)	謝毅興(彰化師範大學 輔導與諮商學系)
許育光(新竹教育大學 教育心理與諮商學系)	顏文娟(中山醫學大學 護理學系)
陳方(Department of Rehabilitation Psychology and Special Education, University of Wisconsin-Madison, 美國)	魏俊華(台東大學 特殊教育學系)

審查委員：(依姓氏筆劃序)

王沂釗(東華大學 諮商與臨床心理學系)	劉淑慧(彰化師範大學 輔導與諮商學系)
吳佩真(屏東教育大學 教育心理與輔導學系)	鄭彩鳳(高雄師範大學 教育學系)
李維倫(東華大學 臨床與諮商心理學系)	鄭麗芬(台南大學 輔導與諮商學系)
林妙容(暨南國際大學 輔導與諮商研究所)	駱芳美(School of Criminal Justice and Social Sciences, Tiffin University, 美國)
林清文(彰化師範大學 輔導與諮商學系)	謝毅興(彰化師範大學 輔導與諮商學系)
曹中璋(台北教育大學 教育心理與諮商學系)	魏俊華(台東大學 特殊教育學系)
許育光(新竹教育大學 教育心理與諮商學系)	
劉珠利(東海大學 社會工作學系)	

英文編輯顧問：林為慧(彰化師範大學 英語學系)

編輯助理：(依姓氏筆劃序) 張勻銘 鍾宇星

編輯說明：

- 一、本學刊創刊於民國九十八年，採電子形式出刊。稿件刊登順序，依審查完成日期排列。
- 二、本學刊聯絡方式—地址：彰化市進德路1號國立彰化師範大學輔導與諮商學系轉「全球心理衛生E學刊」編輯委員會；電話：04-7232105#2211；電子信箱：gmhej@mail.heart.net.tw

Published by: Dept. of Guidance and Counseling, National Changhua
University of Education & Taiwan Counseling Net

Editor in Chief:

Chang, Ching-Jan (National Changhua University of Education)

Wang, Chih-Hung (National Changhua University of Education)

Board of Editors:

Chang, Chueh (National Taiwan University)

Lin, Yu-Hua (Fu Jen Catholic University)

Chang, Sue-Hwang (National Taiwan University)

Liu, Chia-Yih (Chang Gung University)

Chao, Shu-Chu (National Changhua University of Education)

Liu, Chu-Li (Tunghai University)

Chen, Fang (University of Wisconsin-Madison, U.S.A.)

Liu, Shih-Min (National Kaohsiung Normal University)

Chen, Mei-Hsiang (Chung Shan Medical University)

Liu, Shu-Hui (National Changhua University of Education)

Feng, Hua (National Changhua University of Education)

Mar, Chun-Lin (National Pingtung University of Science and Technology)

Hsu, Yu-Kuang (National Hsinchu University of Education)

Shieh, Yi-Hsing (National Changhua University of Education)

Huang, Tsung-Chain (National Changhua University of Education)

Wang, Hao-Wei (Taiwan Institute of Psychotherapy)

Kao, Shu-Chen (National Changhua University of Education)

Wang, Yi-Chao (National Dong Hwa University)

Law, Fang-Mei (Tiffin University, USA)

Wei, Jun-Hua (National Taitung University)

Lee, Wei-Lun (National Dong Hwa University)

Yeh, Kuang-Hui (National Taiwan University)

Lin, Ching-Jen (National University of Tainan)

Yen, Wen-Jiuan (Chung Shan Medical University)

Lin, Ching-Wen (National Changhua University of Education)

Yu, Hon-Yei (National Taiwan University)

Board of Reviewers:

Cheng, Li-Fen (National University of Tainan)

Liu, Chu-Li (Tunghai University)

Cheng, Tsai-Feng (National Kaohsiung Normal University)

Liu, Shu-Hui (National Changhua University of Education)

Hsu, Yu-Kuang (National Hsinchu University of Education)

Shieh, Yi-Hsing (National Changhua University of Education)

Law, Fang-Mei (Tiffin University, U.S.A.)

Tsao, Chung-Wei (National Taipei University of Education)

Lee, Wei-Lun (National Dong Hwa University)

Wang, Yi-Chao (National Dong Hwa University)

Lin, Ching-Wen (National Changhua University of Education)

Wei, Jun-Hua (National Taitung University)

Lin, Miao-Jung (National Chi Nan University)

Wu, Pei-Chen (National Pingtung University of Education)

English Consultant: Lin, Lydia (National Changhua University of Education)

Assistant of Editors: Chang, Yun-Ming Chung, Yu-Hsing

1. Global Mental Health E-Journal has been published since 2009. It's an online form. Each article is published in the order of date when the manuscript was reviewed and accepted.
2. Contact us: Global Mental Health E-Journal Editorial Board, Dep. of Guidance & Counseling, National Chunghua University of Education. *Address: No. 1, Jin-De Road, Changhua City, Taiwan. R.O.C. Tel: 04-7232105#2211 Website: gmhej.heart.net.tw E-mail: gmhej@mail.heart.net.tw

目錄 (Content)

失業的心理社會衝擊與調適歷程及其諮商策略之探討

王大維 1

**Psychosocial Impact of Unemployment and its Adaptation:
Implications for Counseling.**

Ta-Wei Wang 22

碩二實習生對諮商實習課程與實務觀點之初探研究：以一次焦點團體
討論為例

邱珍琬 23

**Pilot Study of Second Year Graduates' Perspective on Counseling
Practicum Course and Practice: A Focus-group Discussion.**

Jane Chiu 45

失業的心理社會衝擊與調適歷程及其諮商策略之探討

王大維

摘要

近年來，經濟不景氣造成許多人民的失業，同時也引發了個人的身心健康與社會問題。過去台灣的失業文獻多著重於探究失業在社會結構層面的影響，忽略了失業對個人心理的衝擊。本文主要透過文獻探討，了解失業對個人的衝擊及其調適歷程。結果發現，失業對個人的衝擊包括生理健康、心理健康、社會關係及自我認同等四大層面。個人在面對失業的衝擊時，會經歷一段反覆的調適歷程，而個人因應資源、社會支持與關係及性別角色可能會影響失業的適應結果。然而失業並非全然是負面的影響，有些人可以從此經驗中得到正向成長。根據上述發現，本文也提出對失業者進行心理社會介入策略之建議，並呼籲心理諮商工作者，除了協助失業者謀職之外，也應協助失業者發展因應策略及韌性，並對失業經驗重新建構正向意義，如此才能有效克服失業所帶來的衝擊。最後，本文也對於未來進行失業的心理學研究提出建議。

關鍵詞：工作喪失、失業、調適歷程、壓力

王大維 國立彰化師範大學輔導與諮商學系博士候選人
(wangtwdavid@gmail.com)

壹、前言

近年來受到全球經濟不景氣的影響，許多人都面臨失業的危機，因失業而引發憂鬱症、自殺或家庭悲劇等社會事件更是時有所聞。失業不僅僅是經濟問題，更是社會與心理問題。國外的心理學相關領域已經累積大量有關失業與心理健康之間的關聯性之實徵研究與理論性文獻（如：Osipow & Fitzgerald, 1993），然而國內有關失業的文獻多集中在討論經濟與社會等鉅視層面，少有關注失業對個人心理層面的影響，而心理諮商與輔導領域中更是幾乎完全不見關於失業議題之討論。事實上，晚近的心理衛生（包括社工與諮商等）助人模式已逐漸重視多元文化主義與社會正義觀點，並呼籲助人工作者應該要將人類的行為發展置於更大的社會／文化／經濟／政治等脈絡之下來理解，同時也應致力於改變迫使個人身心狀況惡化的脈絡環境因素（Edwards, Rachal, & Dixon, 1999; Fondacaro & Weinberg, 2002）。失業正是受到大脈絡影響的社會現象，並對個人可能有著重大的衝擊。當個人因為失業所引發心理困擾而前來求助時，心理諮商工作者必須對於失業對人們生活衝擊的機制有所了解，包括失業對人們的心理社會衝擊為何，以及失業者及其家人又是如何因應此一重大壓力事件。有此認識之後，才有可能針對失業者提供更適切的心理諮商服務。

因此本文主要的目的即透過文獻探討的方法，搜尋有關失業對個人的衝擊與影響的文章，文獻搜尋的範圍包含心理學、社會學、社會工作、公共衛生、醫學、管理學等領域。經由文獻的閱讀、統整與分析，試圖整理出失業對人們的衝擊、調適歷程及其影響因素，最後並根據此發現提出對於失業者進行心理諮商的原則以提供相關心理衛生實務工作者參考。

貳、台灣失業問題的現況

本節主要對於台灣的失業問題進行描述性的探討，讓心理諮商工作者對此問題有一脈絡性的了解。根據國際勞工組織（International Labor Organization, ILO）的定義，失業是指在調查當時未從事有薪的工作，過去四週曾積極地尋找工作，並且能夠在一週內上班者。行政院勞委會（n.d.）根據 ILO 的定義，把失業（unemployment）界定為「年滿 15 歲同時具有下列條件者：(1)無工作；(2)隨時可以工作；(3)正在尋找工作或已找工作在等待結果」。根據行政院主計處（2009a）的統計（見圖 1），台灣的失業率在 1993 年時只有 1.45%，但到了 2002 年，失業率卻提高至最高峰的 5.17%。往後幾年失業率雖然逐漸下降，但是 2008 年全球的經濟風暴，使得失業率又急速攀升。2009 年的 8 月，失業率更是攀升至史上最高的 6.17%，估計約有 67 萬 2 千人失業人口（行政院主計處，2009b）。若把失業者的家庭及社會網絡也納入計算的話，失業所造成的衝擊可能有數百萬人。

不過學者推論通常實際的失業人口通常遠比官方數字要高，因為上述 ILO 的定義較為狹隘，而且不包括那些因為身心健康問題而無法積極尋求工作者，但

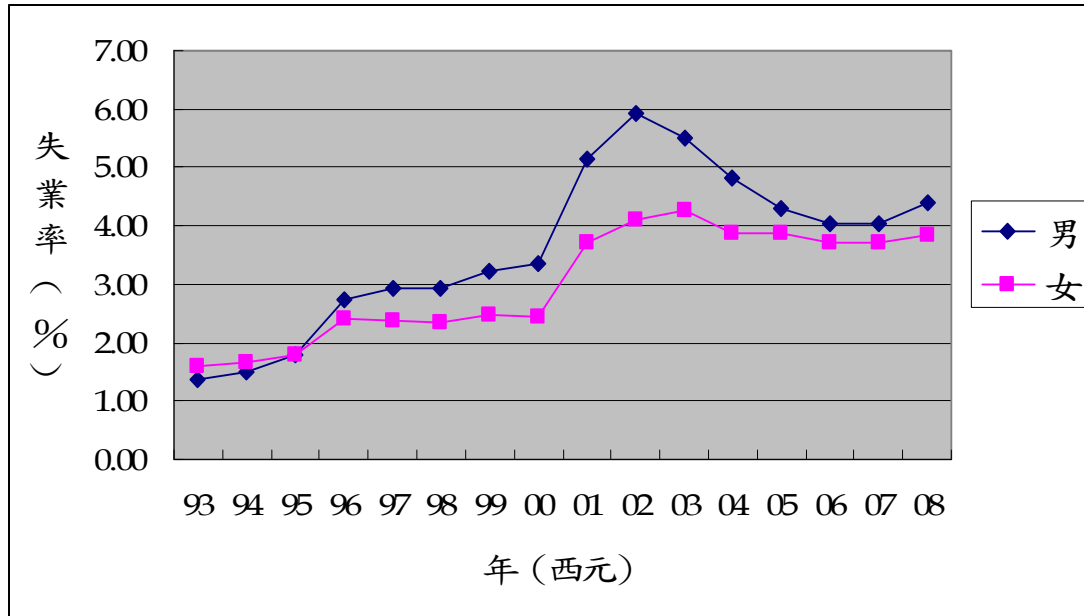


圖 1 台灣地區 1993 至 2008 年的失業率

這群人卻剛好是最弱勢也最需要協助 (Fryer, 2001)。此外有些人雖然可以找到工作而不被計算入失業人口中，但他們的工作卻是非正式或較不固定，學者提醒這類屬於「低度就業」(underemployment) 者所遭受的經濟的窘迫以及身心的衝擊也不亞於「真正」的失業者，因此可算是隱藏性的遭受失業衝擊的族群 (Pahl, 1987)。本文主要是以「非自願的工作喪失」(involuntary job loss) 來界定失業者，亦即「當個人原本有工作，但由於非自願性的原因 (例如遭雇主解雇、資遣、大規模裁員、半強迫的提前退休、結構性的景氣因素等) 所造成的工作喪失」稱之。

經濟學領域的學者多從大的結構面來探討失業的成因，例如詹火生 (2000) 認為國內失業率愈來愈高的原因包括：1. 結構性因素：由於產業結構的快速變遷，使得傳統產業的競爭力減弱，對勞力需求量大幅縮減，因此造成失業人口增加。2. 制度性因素：國內勞動條件缺乏彈性，對於產業的競爭性發展不利，而且國內產業結構快速轉型，傳統產業不敵鄰近國家或地區低廉勞動力的競爭，以致加速部分產業外移，間接造成從業勞工的失業。3. 政策性因素：政府在兩岸、產業、財經等政策方向不夠明確，降低國內外的投資意願，使得產業外移或關廠歇業，導致失業人口上揚。

辛炳隆 (2001) 亦從類似的觀點分析，認為景氣波動、產業結構調整與勞工政策法令是造成失業問題嚴重的原因，不同的是他加上了失業者個人屬性這一項，並提到了「附加工作者效果」(additional worker effect) 與「怯志工作者效果」(discouraged worker effect)。前者是指當家庭中原有工作者 (通常是男性) 因經濟不景氣而失業時，其他原本屬於非勞動力的家人 (通常是女性) 為了維持家計，而進入勞動市場尋找工作；後者則是指當經濟不景氣時，原本失業或想進入勞動市場求職者，因預期就業的機率低，而退出或不進入勞動市場。失業率的高低需

視此二者效果的力量之互動而定。

根據行政院主計處（2008）的調查，失業者自己所認定造成失業最主要的原因是「對原有工作不滿意」，佔所有失業人口的 33.01%；其次則是「工作場所歇業或業務緊縮」，佔 30.13%；接下來依序為「初次尋職者」（20.73%）、「季節性或臨時性工作結束」（9.85%）、「健康不良」（2.37%）；而「退休」、「女性結婚／生育」、「家務太忙」則各佔不到 1%。這些雖然是失業者自己回答造成失業的理由，與心理學研究慣用的因果關係思維中的「成因」可能有所不同。然而西方心理學家曾試圖回答為何有些人比其他人更容易陷入失業的危機，例如學者認為有一些個人與環境的特質會使得他們的處境較為不利，有很高的機率會被「選入」失業的行列，例如 Kokko、Pulkkinen 和 Puustinen（2000）發現低情緒自我控制（攻擊性）及行為的壓抑（被動與焦慮行為特質）都能有效預測個人失業的發生機率。不過，在這個變動急速的全球化社會中，引發失業的外在因素可能遠超過個人心理因素，而這樣的研究取向似乎暗示失業者本身必須對於失業的結果負責，反而可能對他們產生標籤化與病理化。由於深入探究失業的複雜成因並非本文的主旨，因此並不在此多做討論。

參、失業對個人的心理社會衝擊

國外的心理學與社會學已累積為數相當可觀的研究發現，證實失業經驗對個人造成相當大的負面衝擊。最早要從 1930 年代美國的經濟大蕭條開始，當時社會心理學家 Jahoda 就已進行了第一個失業的實徵心理學研究並提出了剝奪理論，她認為人們從工作中得以獲取下列五種經驗：時間結構、共同努力與目標、社會認同與地位、社會接觸、定期活動，然而失業卻剝奪了這些經驗，因此使得人們的心理幸福降低（Jahoda, 1982）。她的研究對於開啓了後續關於失業的心理學探究有很大的貢獻。

一、對生理健康的衝擊

當原本有固定工作的人突然失去了生活的重心，活動作息也改變時，生理的平衡可能會被打破，再加上失業者可能較缺乏經濟資源及健保福利，更可能惡化生理健康問題（Pahjola, 2001）。例如 Gerdtham 和 Johannesson（2003）在一項縱貫的研究發現，失業者的死亡率比非失業者高出一半，而 Sadava、O'Connorh 和 McCreary（2000）則發現失業對於健康狀態（是否有疾病症狀）及阻礙健康的行為（例如藥物使用、醫囑行為、飲食習慣、駕駛行為等）上有顯著的影響。國內的蔡淑鈴（2004）則發現失業率與死亡率及醫療資源的運用都有高度關聯。Gallo、Bradley、Siegel 和 Kasl（2000）在一項縱貫的研究發現，失業對於中老年人的生理功能有負面的影響，一旦這些失業者有機會重回職場，他們的健康情形也會提升並比持續未能再就業者要好。

儘管不少研究都指出失業與生理健康存在著高度的負相關 (Friedland & Price, 2003; Jin, Shah, & Svoboda, 1995)，然而受到方法學的限制，很難證實失業與生理健康之間存在著因果關係 (Bartley, 1988)。事實上生理疾病與失業之間是一個難分難捨的惡性循環，因為生理較不健康者，可能因為常請假或表現不佳等，有比較高的機率被革職，因此容易被「選入」失業的狀態之中；反過來說，失業者又因為生活作息的改變及缺乏健康照護資源而容易有更高的疾病風險 (Claussen, 1999; Korpi, 2001)。即使如此，Smith (1985) 認為不能因為無法確立因果關係而忽視失業者比有工作者有更高的健康問題的事實，並呼籲醫療人員應對失業者提供更完善的健康照護制度。

二、對心理健康的衝擊

失業不但會影響生理，更會影響心理的健康，國外也已累積了相當可觀的研究證實失業與心理健康之間的關聯性。例如 Price、Choi 和 Vinokur (2002) 進行了一項為期兩年的研究，追蹤訪談了 756 名剛失業者，分別在研究初期、六個月及兩年後測量他們的憂鬱、個人控制感、身體健康及情感功能。結果發現失業彷彿啟動了一個惡性循環的連鎖效應，由失業引發經濟負擔的壓力，進而使得個人對變動環境失去控制感，並陷入憂鬱情緒，同時也影響正常的情緒及身體功能。值得注意的是，失業的負向影響會持續困擾兩年以上，研究參與者即使在兩年後重新找到工作，但仍然有 71% 的人受到當初失業時一連串負面效應的影響。

不少研究都指出失業與憂鬱 (Stankunas, Kalediene, Starkuviene, & Kapustinskiene, 2006)、寂寞感 (Creed & Reynolds, 2001)、自殺 (Blakely, Collings, & Atkinson, 2003)、物質濫用與焦慮症 (Fergusson, Horwood, & Lynskey, 1997) 等心理症狀有關。Murphy 和 Athanasou (1999) 對十六篇失業與心理健康之間的關係之縱貫研究進行後設分析，發現無論是失業後對失業者心理健康之損害，或失業者再就業後對心理健康的助益，都有顯著的效果值。McKee-Ryan 等人 (2005) 也針對 104 篇實徵研究進行後設分析，並有一致的發現：失業者的身心健康都比有職業者來得差。他們同時也提出了一個模式來整理影響失業者身心健康因素，包括：(一) 工作角色的重要性、(二) 因應資源、(三) 認知評估、(四) 因應策略、(五) 人力資本與背景變項等五大類 (見圖 2)。

三、對社會關係的衝擊

失業的影響不僅展現在個人身心健康上，也會影響當事人的社會關係。最直接的衝擊就是社會支持的減少，原本職場上的朋友關係會因為失業而中斷，使其社會網絡結構呈現單一化的趨勢。由於失業常帶有負面意涵，使得許多人對於失業狀態感到羞愧，因此人際關係也更加退縮，進而使得社會網絡愈形狹窄與疏離。這對於重視人情的關係取向的華人社會來說，其衝擊性更大 (錢再見, 2005)。

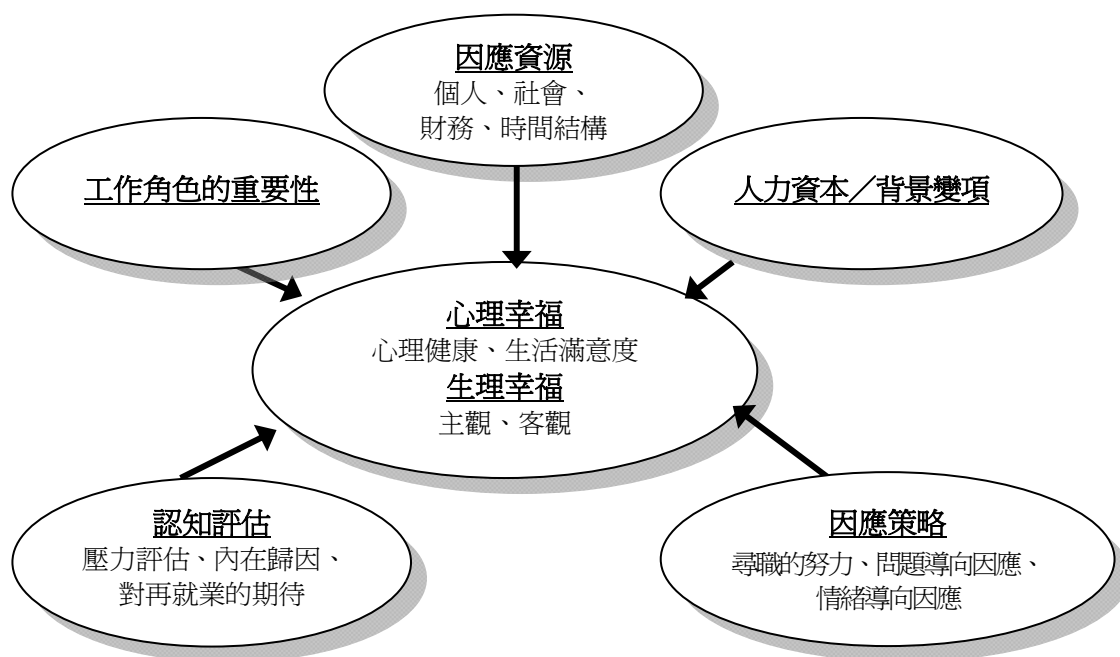


圖 2 影響失業後身心幸福感的因素

註：“Psychological and physical well-being during unemployment: A meta-analytic study,” by F. M. McKee-Ryan, Z. Song, C. R. Wanberg, & A. J. Kinicki, 2005, *Journal of Applied Psychology*, 90, p. 56.

而且如此一來他們要從社會網絡中得到經濟上、情感上及再就業的支持就更顯得困難（童小珠、鄭偉強，2006）。

另一個衝擊則是家庭關係的變化，特別是當失業者為已婚，失業常會對婚姻帶來危機。例如 Larson (1984) 發現丈夫失業的伴侶對於婚姻滿意度、婚姻溝通、及整體的家庭滿意度與和諧的評量，都比丈夫有工作的伴侶要來得低。Broman、Hamilton 和 Hoffman (1990) 研究一群因關廠而被解雇的員工，發現失業透過財務吃緊做為中介變項，會對家庭關係有負面影響。Vinokur、Price 和 Caplan (1996) 在一項縱貫研究中則發現失業不但會提高當事者的憂鬱感，其伴侶的憂鬱程度也會增加，使得雙方的社會技能受損，並進而減低彼此對關係的滿意度。上述這些結果並不令人意外，畢竟失業所引發的財務吃緊的狀況原本就是一個大的家庭壓力源，不但當事人感到緊繃，家庭功能的運作也會受影響 (Thomas, McCabe, & Berry, 1980)。國內的家族治療工作者董秀珠和楊連謙 (2002) 也從實務治療經驗中發現當男主人失業後，夫妻雙方均受到傳統性別角色的影響，家庭系統自然回形成一股力量想要使家庭功能回到之前的常態（即男主外女主內的分工），但此恆定力量卻也可能引發家庭的衝突。

四、對自我認同的衝擊

前面曾提及 Jahoda 的先鋒性研究已經提到失業會影響人們的自我認同感，Ezzy (1993) 更進一步地發現工作的失去其實代表了一種地位的轉換（status

passages)，從社會結構的一部份轉換到另一部份，並可能會有權力、特權、認同與自我感、及行為的消長。Price、Friedland 和 Vinokur (1998) 更進一步發現失業過程中的認同轉變包含三個面向：一是社會地位或角色及社會網絡的改變，使得失業者對自己的認定產生變化；二是因為幸福感的降低而使自己對於自我的精熟與控制感有負向的知覺；三則是因為社會對失業的烙印 (stigma) 會影響失業者的產生負向認同。多數的研究多集中探討失業對成人的衝擊，較少探究青少年後期的失業問題，但是由於青少年期的重要心理社會發展任務即為自我認同，並正要建立生涯的定向，若受到失業的影響，自我認同感可能會受挫，例如 Meeus、Decovic 和 Iedema (1997) 就發現有失業經驗的青少年，他們在正要踏入職業世界之際即受到挫敗，其自我認同中(包括工作承諾與工作探索等向度)也會受挫，有困難完成認同達成的發展任務。因此青少年的失業經驗也相當值得關注。

Amundson (1994) 更直接地認為整個失業及尋職的經驗其實就是一個認同再協商的過程，透過他人的支持、管理自我對話、自我行銷以及聚焦在持續的努力上等因素，失業者也重新建構自我認同。若此重新建構出現困難，也將導致其他生活層面的麻煩。王大維 (2008) 則從社會建構論的觀點探究了社會上對於失業者存在著強勢的病理化論述，失業者很容易將此論述內化，並以此建構自我認同。總之，工作者身份對現代人的自我認同建構扮演極為重要的角色，因此失業對認同的衝擊甚鉅 (Fryers, 2006)。

肆、失業的調適歷程與相關因素

失業雖然是個巨大的壓力源，但並非所有的失業事件都會造成負面結果，究竟哪些因素會導致較好的失業後的適應？其歷程又為何？以下將說明影響失業適應之因素以及失業調適的歷程，並探討失業可能帶來的正向成長。

一、影響失業適應的因素

過去已累積許多關於影響失業適應因素的研究，筆者將過去研究的發現整理出三大重要的影響因子：個人因應資源、社會支持與關係及性別角色，以下分別說明。

(一) 個人因應資源

許多個人的特質、能力等因應資源可能會影響失業的適應良好與否，例如 Blake、Kessler 和 House (1991) 發現自我概念與因應策略是影響失業適應的重要因素。Kinicki、Prussia 和 McKee-Ryan (2000) 則在一個追蹤研究中發現，失業者知覺前後的經濟差距、因應的資源、因應的策略，都會影響失業的適應。同時他們也發現，失業者初期可能尚未察覺經濟的差距很大，而也傾向採用問題導向的因應策略，然後到了後期知覺到經濟差距擴大，而使得情緒導向的因應策略

增加，而此二種因應策略都對後續的再就業適應有影響。延續壓力的認知理論 (Lazarus & Folkman, 1984)，研究也發現當對失業做比較正向的認知評估與歸因時，對於失業的適應是較有幫助的 (Thompson, 1997; Waters & Moore, 2002)。

(二) 社會支持與關係

失業並非是個人的事，前面曾提及失業會衝擊社會關係，而社會關係反過來也會影響失業的調適。其中最重要的因素即為社會支持，例如 Blake 等人 (1991) 發現當失業造成的財務吃緊對健康的負面衝擊時，社會支持得以扮演緩衝的作用，讓其失業所造成的痛苦減輕。朱柔若和童小珠 (2006b) 曾提出一個模式，他們將失業者所擁有的社會支持分成正式與非正式兩向度，將受訪者的社會適應經驗歸類為四類：1. 社會融入型 (正式社會支持高、非正式社會支持高)、2. 社會有援型 (正式社會支持高、非正式社會支持低)、3. 社會脆弱型 (正式社會支持低、非正式社會支持高)、4. 社會排除型 (正式社會支持低、非正式社會支持低)。那些缺乏正式與非正式的社會支持者，很容易進入社會排除的狀態中成為適應最困難者。

擁有一個好的親密關係品質也是減少失業衝擊並增加適應的因素之一。Howe、Caplan、Foster、Lockshin 和 McGrath (1995) 認為當伴侶之一失業時，兩人的互動關係在失業的調適過程扮演重要的角色。主要的機制包含兩部分，一為彼此的認知評價 (對找工作這件事以及對於兩人的關係) 與情緒、二為伴侶之間的互動 (維持尊重、開放的氣氛、問題解決風格、保持希望)。此兩因素可能會共同決定了失業者自己與配偶的憂鬱程度、失業者的求職動機與行為。

(三) 性別角色

在 1980 年以前有關失業的文獻中，幾乎都是在討論男性失業者，甚少將女性納入，主要的原因可能是直到近幾十年女性才逐漸投入職場，而且由於工作並非傳統女性生命中的核心，因此早期的研究也假設女性受到失業的波及比較不大，並不關注。然而隨著女性的勞動參與率愈來愈高，女性面臨失業的情形也相對增加，但由於男女兩性的生涯路徑與職場經驗仍然是有差異的，因此過往對於男性失業者的研究是否能適用於女性身上令人存疑。若從統計數據來看，似乎可以發現一些性別差異。台灣過去兩性的失業率一直不相上下，但自從 1996 年起，男性的失業率 (2.72%) 就開始高於女性 (2.42%)，此差異並在 2002 年達到高峰 (男 5.91%，女 4.10%)，而在近年又稍微趨緩。這樣的情形可能是因為女性就業市場上普遍仍比男性較為不利，所以當女性失業後為了生計，可能會更積極尋職，並願意考量現實而接受較不理想的工作，而暫時脫離失業狀態，因此女性的重新就業率可能會比男性高。然而，真正的原因還需要更深入的探究。

許多的社會科學研究都想要了解男女兩性在面對失業時是否有所差異。有一部份的研究發現失業對女性的衝擊較大，例如 Hamilton、Broman、Hoffman 和 Renner (1990) 在一向縱貫的大型研究中發現，女性的焦慮與憂鬱程度在各個階

段都比男性來得高，Winefield、Tiggemann 和 Winefield (1991) 亦發現女性失業者所報告出來的精神症狀比男性多，Fielden 和 Davidson (2001) 則是發現白領階級的女性管理人員在失業後所感受到的壓力比男性多，心理與生理健康也都比男性差，Perrucci、Perrucci 和 Targ (1997) 則發現女性失業者的經濟壓力與沮喪比男性高。失業對女性衝擊較大的原因可能是因為女性比男性更容易進入非傳統、較不穩定工時的工作形態，這對她們健康程度影響甚巨 (Menéndez, Benach, Muntaner, Amable, & O'Campo, 2007)，也可能是因為女性必須平衡家庭與工作等多重角色，因此當面臨失業衝擊，較容易出現心理困擾 (Hamilton et al., 1990)。

然而，卻也有研究認為失業對男性的衝擊較大，例如 Artazcoz、Benach、Borrell 和 Cortès (2004) 發現失業對男性的心理健康的衝擊要比女性來得大，特別是婚姻對於失業女性來說，是具有保護的作用，但對失業男性來說，卻可能加重其心理的困擾。Lahelma、Kangas 和 Manderbacka (1995) 則是發現男性比女性更有可能因為失業而引發的酗酒而導致健康的問題。陳莉、張豔萍、李文虎 (2004) 對一群中國大陸的失業者進行調查，也發現失業男性與女性在心理健康上有差異，男生在精神病性及焦慮程度是比女性要高。此種觀點的解釋是社會期待男性角色是建立在工作成就，而男性自我價值也根基於此，而女性的自我價值則較界定於關係與家庭的品質，因此當失業時，對男性的衝擊較大。另一方面，亦有學者發現男女失業者的心理反應雖然有些微的差異，但是差異並不大，兩性所感受到的壓力與衝擊是相當的 (Kulik, 2000)，只是男女在面對失業時會採取不同的策略 (Tartakovskaia, 2002)。

從上述發現很難得到結論究竟失業對男性或女性的影響孰大，然而當思考這樣的問題其實反而落入了本質論 (essentialist) 的迷思，認為男女有著生物學上的本質差異可以被探測。真正的問題可能不在性別的比較，而是男女的失業經驗可能受到社會的性別角色定義以及性別結構所影響。當代的性別研究已經跳脫出性別差異的思維，比較傾向從社會建構論來看看性別對人們的影響。從此觀點來看，失業的性別意涵可能是由於社會對於「個人擁有一份工作」有著一種支配的論述 (dominant discourse)，而這些論述又深受性別文化的影響 (例如男性經常被期待扮演家中的經濟負擔者)，因此當個人失業時，這些論述容易滲透入失業者的自我認同建構之中，並主宰其日常生活實踐 (王大維, 2008)。

二、失業的調適歷程

前述的研究指出了失業與心理健康的明確關係，然而這些關聯性並非是靜止，而可能是一個複雜的動態歷程，因此用發展的觀點來看待失業的調適或許會更有幫助。例如 Leana 和 Feldman (1988) 則提出了一個整合模式，認為因應策略、個人性格因素、情境因素與人口變項因素等決定了失業的適應及其後續身心健康的後果 (見圖 3)。

Raber (1996) 則是根據悲傷與失落的理論，認為失業者可能會經歷工作者的

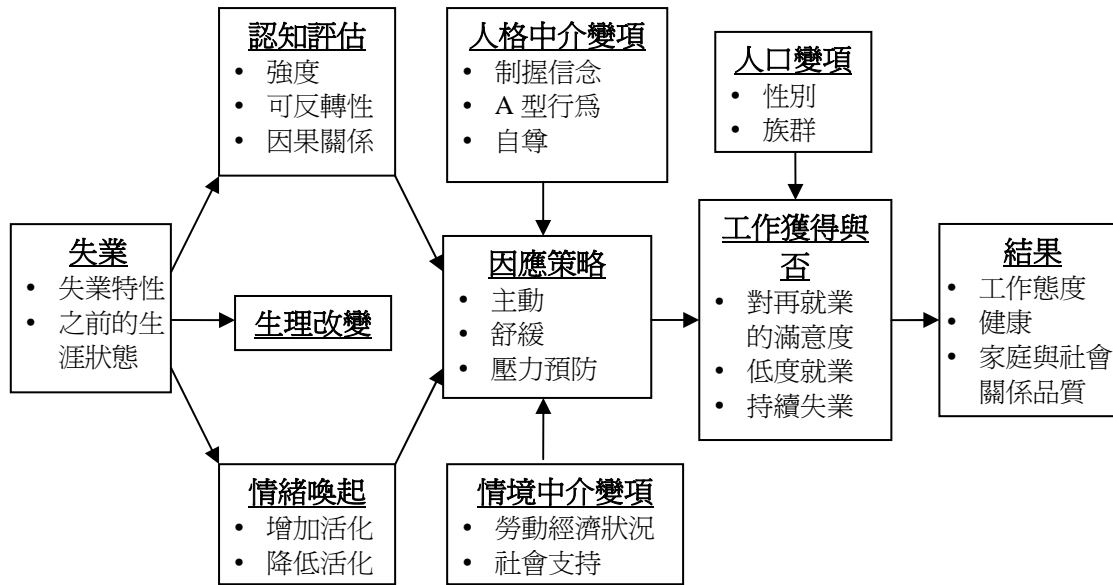


圖 3 失業適應的影響模式

註：“Individual responses to job loss: perceptions, reactions, and coping behaviors,” by C. R. Leana, & D. C. Feldman, 1988, *Journal of Management*, 14, p. 378.

角色、家庭提供者（養家者）角色、工作的大家庭、有生產的感覺、社會地位、驕傲與尊嚴及自尊等數種失落。Amundson 和 Borgen (1982) 則是以失落與悲傷研究學者 Kübler-Ross (1969) 的失落階段論，並結合生涯與職業輔導理論，提出了一個理論性的失業動力歷程（見圖 4）。他們認為失業後會大約經歷三大階段，第一階段為「哀傷歷程」期，包含否認、憤怒、討價還價、沮喪等。第二階段則是「尋找工作」期，開始接受事實，並對未來抱持積極態度。若經過一段時間仍未找到工作時，則會進入第三階段「耗竭」期，開始出現停滯與挫折，最後形成冷漠，而失業狀態也會持續下去。

如同其他失落事件一樣，真實人生很少有按照理論性的順序發展，而可能會在階段之間反覆來回或跳躍。為了對其理論架構提出實徵驗證，Borgen 和 Amundson (1987) 訪談了 26 位失業男性與 29 位失業女性，結果發現失業的歷程大致仍按照上述歷程，但是卻有年齡與性別的差異。他們歸納出三種特殊的模式，男性與女性成年人與青少年失業者各有其獨特的失業歷程，亦發現多數的女性失業者與上述模式不太一樣，她們的情緒高低起伏較小，也並未像男性一樣有跌落谷底的情形，這是否意味著女性對於重大壓力事件有較高的韌性與抗壓性仍有待證實。

由於在真實世界中人們對於失業的適應多半是非線性的過程，因此根據實證主義取向的量化研究就難以捕捉失業的面貌，而此種發生在真實社會中的情境也非實驗室可以加以操控的。因此社會科學中近二十年來有愈來愈多學者開始轉向建構主義或批判理論取向並採取質性研究典範來研究失業歷程 (Fryer & Fagan, 2003)。例如 Borgen、Amundson 和 McVicar (2002) 針對一群紐芬蘭的失業漁工

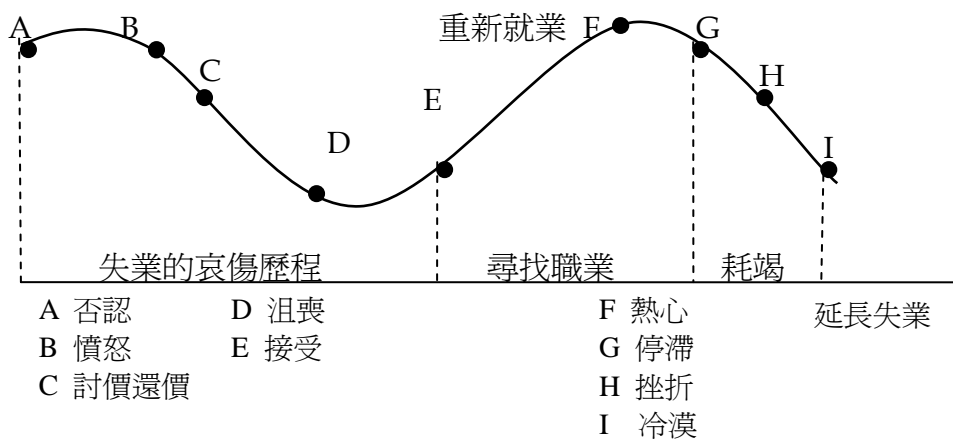


圖 4 失業的失落歷程

註：“The dynamics of unemployment: Job loss and job search,” by N. E. Amundson, & W. A. Borgen, 1982, *Personnel and Guidance Journal*, 60, p. 563.

(24 位男性、29 位女性)進行訪談，由於 1994 年的太平洋漁業協定限制漁獲量，造成大量紐芬蘭漁民的失業。他們發現失業後的阻礙因素包含：財務的考量、政府的無效能、在漁業沒有就業機會、搬家或遷移、參與福利制度受到歧視、缺乏動力行動、與家人、朋友與社區失去聯繫等。而有幫助的因素則包括：教育的福利、繼續在魚工廠工作、與家人、朋友及社區持續聯繫、財務上的支持、政府的支持。該研究最大的優點則是把當時的歷史／地理／政治／經濟等脈絡因素納入考量，來理解失業的適應。

國內亦有學者透過質性研究方式了解失業的心理歷程。例如朱柔若、童小珠 (2006a) 訪談一群高屏地區的失業勞工，根據他們尋求再就業的經歷，將之區分為「積極創新的求職者」、「時不我與的求職者」、「邊陲受榨型的求職者」及「孤立無望型的求職者」，而這四類失業者的適應情形各有差異。蔡素妙 (Tsai, 2006) 則是針對十位中年失業男性進行訪談，發現好的調適歷程與下列七項因素有關：(一) 覺察職業成就僅是生命中的價值之一；(二) 忽視傳統男性一定要成為養家者的社會角色期待；(三) 妻子能體貼與支持他們的當前處境；(四) 能維持最低的經濟情況要求；(五) 對於家庭的貢獻從經濟支持轉移到陪伴家人與分擔家務；(六) 對於失業經驗重新詮釋為新開始的契機而不再認為失業男人就是沒用的。(七) 維持人際的社會網絡而非孤立自己。

除了較為傳統的紮根理論的方法之外，洪瑞斌 (2005) 則是採取敘事探究針對一名男性失業者進行敘事探究，同時也對於自己身為一個失業者的兒子的經驗進行反思，而方孝鼎 (2001) 則是針對一群包含失業者在內的社會底層人們進行含有行動研究色彩的民族誌研究。這類的研究跳脫了傳統的實證主義的觀點，不但可以揭露出統計數字無法描繪的個人失業的經驗，同時也將個人失業的經驗置放在更大的政經歷史脈絡來檢驗，Fryer 和 Fagan (2003) 認為這類的研究典範更

符合社區心理學的精神，並能反映出失業的另類面貌。

三、失業後正向成長

雖然失業是一件不受歡迎的壓力事件，少有人會對它抱持正面的看法，甚至社會上普遍對於失業抱持著負面的態度，將失業視為一種社會的病理與個人缺陷，因此總是把失業描繪為一種悲苦的形象（王大維，2008）。然而近十年興起的正向心理學（positive psychology）對此現象批評，認為過度集中於探討負向問題，忽略去看到人們的正向力量（王沂釗，2005；Seligman & Csikszentmihalyi, 2000）。失業歷程的研究也深受影響，開始有學者去探究失業經驗對個人所產生的正面意義。Zikic 和 Klehe (2006) 提到失業雖然是一個負向衝擊的經驗，但有時候卻是一個契機提供個人一個省思的機會去檢視自己的價值觀與生命意義，如果失業者把握此機會並從事一些積極的生涯活動，將可能有助於找到新的職業並提升生涯的滿意度。

Latack和Dozier (1986) 試圖提出了一個模式來說明失業之後的生涯成長(見圖 5)。他歸納出三類因素得以促進失業後的成長：(一) 個人特性：包括尚未失業時個人對於工作的態度與參與程度是否較低、生涯發展階段是否位於建立期晚期、是否維持結構的日常活動。(二) 環境特性：包括財務資源、社會支持品質

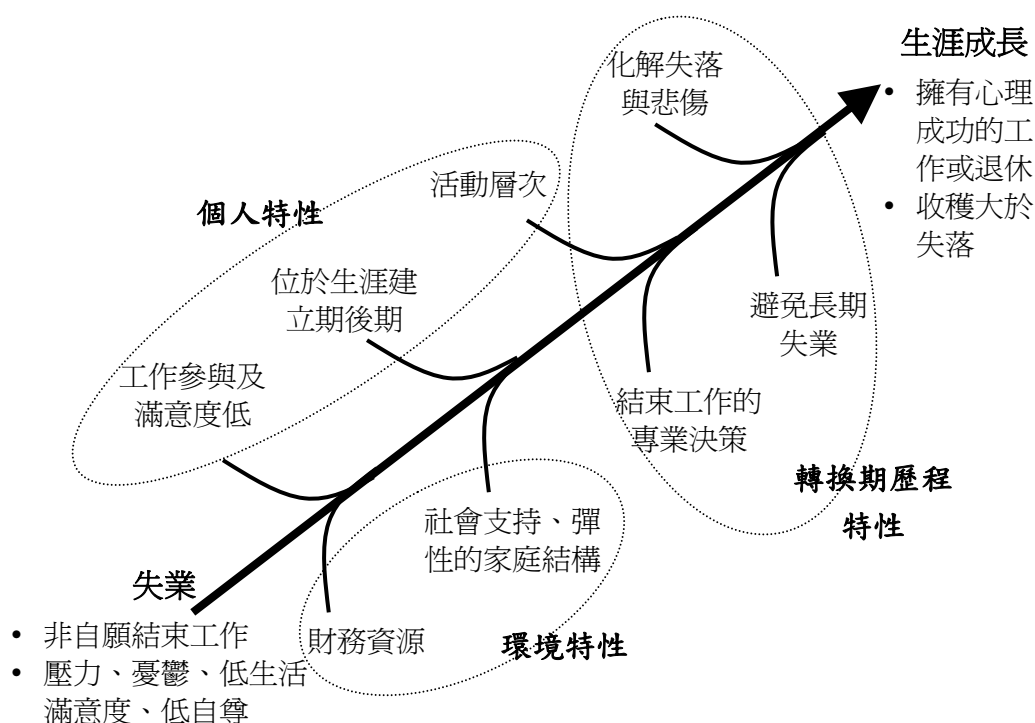


圖 5 失業後的生涯成長

註：修改自“After the ax falls: Job loss as a career transition,” by J. C. Latack, & J. B. Dozier, 1986, *Academy of Management Review*, 11, p. 381.

與數量以及家庭結構彈性。(三)轉換期歷程特性：包括組織是否採取專業的方式結束工作、化解悲傷與憤怒、積極避免長期處在失業狀態。Eby 和 Buch (1995) 透過實徵的研究對此模式進行檢驗也得到了支持。因此由此可知，當失業降臨生命之中，不必然等同於絕望與悲哀；這樣說並不在於否認它所帶來的壓力與困境，而是提供一個另類的觀點對於失業的經驗加以重新詮釋。失業者在初期雖仍然會倍感壓力，但終究是可以期待在經歷一段適應的歷程之後，生命反而會得到更大的成長。

伍、對失業者的心理諮商策略之意涵

國內心理諮商領域過去對於失業議題長期忽視，因此也尚未出現關於如何有效協助失業者的心理諮商模式之討論。本文根據上述的討論，試圖提出在對失業者進行心理諮商時的幾點實務建議。

- 一、從第二節的討論中，我們可得知失業深受經濟與社會結構等大環境的影響，並不必然是源於個人的心理缺陷。因此諮商師在面對失業者不宜將失業加以內在歸因、並扮演偵探的角色亟欲探究失業的原因，如此反而無法同理失業者的困境，必加深對他們的病理化。不過許多的失業者及其家人很可能都會有此想法，因此失業者如何運用認知的技術協助他們調整負向的歸因（例如：「都是因為我無能，才會被解雇」），並從另外的角度來詮釋並了解失業的現象，並能夠用比較理性的角度來接納此事件的發生。
- 二、從第三節的討論中，我們發現失業對人們的衝擊包括生理健康層面，因此諮商師必須對於失業者的生理功能保持關注，積極與失業者討論健康促進的活動與策略。由於多數諮商心理師缺乏關於生理的醫學訓練，可能容易忽略案主的生理症狀可能與失業有關，而把它當成一般的疾病。因此諮商師除了必須對失業者的生理健康保持敏感度之外，也應納入醫療照護人員共同參與治療計畫之中 (Ribton-Turner, 2005)。
- 三、失業對心理健康的衝擊，是諮商師比較熟悉，也是多數諮商師最能夠發揮介入之處。諮商的目標除了協助失業者找到工作之外，應把重點放在提升失業者的心理幸福並減少心理病理症狀。一般來說，傾聽、接納並同理失業者的挫折與痛苦是最基本的策略。不同的諮商取向介入方式不同，例如認知行為取向諮商師可以協助失業者改變對於失業的負向認知與歸因、提升當事者的因應技巧及問題解決能力，並發展改變行動方案。研究顯示認知行為治療對於失業者的心理健康與求職卻實有助益 (Proudfoot, Guest, Carson, Dunn, & Gray, 1997)。女性主義取向諮商師可能會以充權 (empowerment) 模式協助當事人，增強自我權能，同時進行與失業有關的性別角色分析，喚起失業者對自身可能被壓迫的弱勢處境產生自覺，並進而行動。
- 四、從失業對社會關係的衝擊，我們可以了解到將失業者的家庭與其他關係脈絡

納入諮商療程是必要的。因為即使個人改變，當他/她回到關係系統中，原本阻礙他/她的發展之互動模式並未改變，很容易重蹈覆轍。此外，其他家庭成員也可能受到失業波及而感到沮喪。因此採取系統取向的家族諮商，將可協助家庭成員有一個管道可以公開討論對於失業的影響及其看法，也鼓勵成員把對失業者的社會支持更加具體化，藉此機會凝聚家人的力量，提高改變的動力 (Hayhoe, 2006)。

- 五、從失業對自我認同的衝擊來看，諮商師必須與案主深入討論失業對其的意義為何，以及失業前後對於自我及人生的看法之轉變。當然，這個目標可能在諮商的後期比較適合，因為初期失業者急於找到工作，較有困難對此經驗進行反思。敘事治療 (White & Epston, 1990/2001) 的「外化」(externalization) 技術是一個有用的策略，協助失業者將失業事件與自我區隔開，讓案主能夠透過一個距離來看待自己與失業這個事件之間的關係，而此拉開的距離也才能讓他/她有足夠的空間允許新的論述進入，以重新建構新版本自我認同。
- 六、從第四節的失業調適歷程的討論，我們得知失業的調適是一個受到多重因素的歷程，並且是反覆的、而非線性的，因此諮商師必須有耐心陪伴失業者因應在不同的階段可能會遇到的問題。例如許多失業者可能都仍然卡在第一個哀悼階段，仍有很多的複雜情緒，如果沒有協助他們處理這些失落議題，就貿然催促他們找工作，其效果通常非常有限 (Huinbom & Smith, 2002)。此外，諮商師應把重點放在運用案主本身就已經擁有的正向力量因應資源，並且積極拓展周邊的社會支持力量，例如伴侶或家族治療及團體的形式會非常有益。諮商師也必須保持性別敏感度，避免再對案主強化性別刻板印象，而能與案主一同檢驗性別在其失業所扮演的角色。最後，諮商並不是在案主找到工作之後就結束，Meyer、Chope、Weisblatt 和 Knudson (2003) 認為失業者的諮商必須處理存在的議題，帶領案主回顧失業的經驗並找出對生命正向意義，這段經驗才有可能帶來成長而非留下創傷。

上述的諮商策略可能較適用於社區諮商的情境，除此之外，本文的結果亦可提供生涯諮商與企業諮商工作者參考。在生涯諮商服務方面，主流生涯發展理論多未將失業納入常態生涯發展週期之內，因此生涯諮商應更重視人生發展中各種重要轉折期（包括失業），並且視之為正常的一部份，將它納入案主的生涯規劃之中，以減輕對案主造成的意外衝擊 (Goodman, Schlossberg, & Anderson, 2006)。此外，過去的生涯諮商理論多偏重協助個人做理性的認知決策，但卻較少討論失業這類超乎個人控制的因素對案主的影響。晚近的生涯諮商學者呼籲應更從社會正義的觀點關懷這些社經狀況弱勢者的生涯發展，而不是把中產階級的生涯發展觀套用在他們身上 (Blustein, McWhirter, & Perry, 2005)。另外，在企業諮商方面，從人性化的觀點來看，雇主在解雇員工時應提供工作轉換 (displacement) 與轉職 (outplacement) 諮商的服務，以減低失業對於他們的衝擊，並協助他們能順利調適失業 (Rudisill & Edwards, 2002)。

陸、結論

本文透過文獻探討與整理，發現失業對人們在生理健康、心理健康、社會關係與自我認同等層面產生重大的衝擊。失業者在面對此壓力事件必須經過一段反覆的調適歷程，而此調適的過程與結果會受到個人因應資源、社會支持與關係及性別角色等因素的影響。在全球化的社會之下，多數人很難倖免躲過它。然而，失業雖然是一件不愉快的事件，但若能從此經驗中反思並找出正向意義，反而能夠從此得到正向成長。最後本文也根據上述發現對於失業者的諮商提出建議。然而礙於國內直接從心理學觀點探究失業問題的文獻並不多，其結果在本土的推論上可能有其限制。

除了實務的意涵之外，本文也希望能提供相關領域研究者致力於進行失業的心理學研究。根據上述的探討，未來台灣的研究者可以從事實徵性的研究，並將焦點集中於下列幾個方向：探討失業者的個人主觀的知覺經驗與感受，並了解失業的衝擊及其意義；了解失業者所處的關係脈絡所受到的衝擊，及其對失業歷程的影響；把失業視為一個發展歷程，而非靜止的單一壓力事件；採取縱貫法，在不同的時間點對於失業者進行訪談或評估，以了解失業調適的歷程；採取多元的研究典範與方法，以捕捉失業的複雜現象，例如透過質性研究呈現出失業者本身的建構與詮釋；進行不同取向失業者心理諮商與介入的歷程與成效評估等。

當前社會的經濟形態瞬息萬變，失業已不再是個距離我們很遙遠的問題。過往能夠謀得一個穩定職業直到退休的生涯形態已經不太常見，失業已逐漸成爲人生發展歷程中的常態壓力與共有經驗。心理學家與心理諮商實務工作者必須對此議題有更深入的了解，才能有效地協助受失業者及其家人提高生活的品質。

參考文獻

- 方孝鼎 (2001)。台灣底層階級研究：以台中市遊民、拾荒者、原住民勞工、外籍勞工爲例。東海大學社會學系博士論文，未出版，台中。
- 王大維 (2008)。論失業及其性別意涵之社會建構。弘光人文社會學報，9，177-200。
- 王沂釗 (2005)。幽谷中的曙光：正向心理學發展與希望理論在輔導上的應用。教育研究月刊，134，106-117。
- 朱柔若、童小珠 (2006a)。高屏地區勞工失業與再就業經驗探討。社區發展季刊，115，275-289。
- 朱柔若、童小珠 (2006b)。臺灣失業勞工的社會排除經驗探索。香港社會科學學報，31 (2)，1-26。
- 行政院主計處 (2009a)。97 年人力資源調查統計年報。2009 年 10 月 1 日，取自 <http://www.dgbas.gov.tw/ct.asp?xItem=23961&ctNode=3247>

- 行政院主計處 (2009b)。98 年 8 月人力資源調查統計結果。2009 年 10 月 1 日，
取自 <http://www.dgbas.gov.tw/ct.asp?xItem=25222&ctNode=3248>
- 行政院勞委會 (n.d.)。失業統計。2007 年 2 月 1 日，取自
<http://www.stat.gov.tw/public/Data/711016225971.doc>
- 辛炳隆 (2001)。當前失業成因之探討。中央研究院「當前失業問題研討會」，台北。
- 洪瑞斌 (2005)。尋覓嚟聲的畫眉：對「男性失業者」的理解與重構。輔仁大學
心理學系博士論文，未出版，台北。
- 陳莉、張豔萍、李文虎 (2004)。失業人員的心理健康狀況與應對方式的相關研
究。中國臨床心理學雜誌，12 (2)，183-185。
- 童小珠、鄭偉強 (2006)。失業勞工社會支持網絡的研究。永達學報，7(1)，96-109。
- 董秀珠、楊連謙 (2002)。丈夫經濟弱勢夫妻權力歷程的性別文化影響。中華心
理衛生學刊，17 (1)，25-56。
- 詹火生 (2000)。當前失業問題與對策。國政研究報告 (社會(研)089-001 號)。
2007 年 3 月 10 日，取自
<http://www.npf.org.tw/PUBLICATION/SS/089/R/SS-R-089-001.htm>
- 蔡淑鈴 (2004)。醫療利用、死亡與失業：在經濟不景氣下之實證研究。國立陽
明大學公共衛生研究所博士論文，未出版，台北。
- 錢再見 (2005)。論失業弱勢群體社會網絡的斷裂與重構。南京師大學報 (社會
科學版)，6，14-18。
- Amundson, N. E. (1994). Negotiating identity during unemployment. *Journal of
Employment Counseling, 31*, 98-104.
- Amundson, N. E., & Borgen, W. A. (1982). The dynamics of unemployment: Job loss
and job search. *Personnel and Guidance Journal, 60*, 562-564.
- Artazcoz, L., Benach, J., Borrell, C., & Cortès, I. (2004). Unemployment and mental
health: Understanding the interactions among gender, family roles, and social
class. *American Journal of Public Health, 94*, 82-88.
- Bartley, M. (1988). Unemployment and health: Selection or cause: A false antithesis?
Sociology of Health and Illness, 10, 41-67.
- Blake, J. B., Kessler, R. C., & House, J. S. (1991). Factors facilitating adjustment to
unemployment: Implications for intervention. *American Journal of
Community Psychology, 19*, 521-542
- Blakely, T. A., Collings, S. C. D., & Atkinson, J. (2003). Unemployment and suicide:
Evidence for a causal association? *Journal of Epidemiological Community
Health, 57*, 594-600.
- Blustein, D. L., McWhirter, E. H., & Perry, J. C. (2005). Toward an emancipatory
communitarian approach to vocational development theory. *The Counseling
Psychologist, 33*, 141-179.

- Borgen, W. A., & Amundson, N. E. (1987). The dynamics of unemployment. *Journal of Counseling and Development*, 66, 180-184.
- Borgen, W. A., Amundson, N. E., & McVicar, J. (2002). The experience of unemployment for fishery workers in Newfoundland: What helps and hinders. *Journal of Employment Counseling*, 39, 119-126.
- Broman, C. L., Hamilton, V. A., & Hoffman, W. S. (1990). Unemployment and its effect on families: Evidence from a plant closing study. *American Journal of Community Psychology*, 18, 643-659.
- Claussen, B. (1999). Health and re-employment in a five-year follow-up of long-term unemployed. *Scandinavian Journal of Public Health*, 27, 94-100.
- Creed, P. A., & Reynolds, J. (2001). Economic deprivation, experiential deprivation and social loneliness in unemployed and employed youths. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 11, 167-178.
- Eby, L. T., & Buch, K. (1995). Job loss as career growth: Responses to involuntary career transitions. *Career Development Quarterly*, 44, 26-37.
- Edwards, S. A., Rachal, K. C., & Dixon, D. N. (1999). Counseling psychology and welfare reform: Implications and opportunities. *The Counseling Psychologist*, 27, 263-284.
- Ezzy, D. (1993). Unemployment and mental health: A critical review. *Social Science and Medicine*, 37, 41-52.
- Fergusson, D. M., Horwood, L. J., & Lynskey, M. T. (1997). The effects of unemployment on psychiatric illness during young adulthood. *Psychological Medicine*, 27, 371-381.
- Fielden, S. L., & Davidson, M. J. (2001). Stress and gender in unemployed female and male managers. *Applied Psychology: An International Review*, 50, 305-334.
- Fondacaro, M. R., & Weinberg, D. (2002). Concepts of social justice in community psychology: Toward a social ecological epistemology. *American Journal of Community Psychology*, 30, 473-492.
- Friedland, D. S., & Price, R. H. (2003). Underemployment: Consequences for the health and well-being of workers. *American Journal of Community Psychology*, 32, 33-45.
- Fryer, D. (2001). Unemployment and mental health. In N. J. Smelser & P. B. Baltes (Eds.), *International encyclopedia of the social and behavioral sciences* (pp. 15948-15951). Amsterdam, Netherlands: Elsevier.
- Fryer, D., & Fagan, R. (2003). Toward a critical community psychological perspective on unemployment and mental health research. *American Journal of Community Psychology*, 32, 89-96.

- Fryers, T. (2006). Work, identity and health. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*, 2(12). Retrieved July 8, 2007, from <http://www.cpejournal.com/content/2/1/12>
- Gallo, W. T., Bradley, E. H., Siegel, M., & Kasl, S. V. (2000). Health effects of involuntary job loss among older workers: Findings from the health and retirement survey. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 55B, S131-S140.
- Gerdtham, U.-G., & Johannesson, M. (2003). A note on the effect of unemployment on mortality. *Journal of Health Economics*, 22, 505-518.
- Goodman, J., Schlossberg, N. K., & Anderson, M. L. (2006). *Counseling adults in transition: Linking practice with theory* (3rd ed.). New York: Springer.
- Hamilton, V. L., Broman, C. L., Hoffman, W. S., & Renner, D. S. (1990). Hard times and vulnerable people: Initial effects of plant closing on autoworkers' mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 3, 123-140.
- Hayhoe, C. R. (2006). Helping families in transition due to unemployment. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 13, 63-73.
- Howe, G. W., Caplan, R. D., Foster, D., Lockshin, M., & McGrath, C. (1995). When couples cope with job loss: A strategy for developing and testing preventive interventions. In L. R. Murphy, J. J. Hurrell, Jr., S. L. Sauter, & G. P. Keita (Eds.), *Job loss interventions* (pp. 139-158). Washington, DC: American Psychological Association.
- Huinbom, M. H., & Smith, B. (2002). Emotional barriers to successful reemployment: Implications for counselors. *Journal of Employment Counseling*, 39, 73-82.
- Jahoda, M. (1982). *Employment and unemployment: A social-psychological analysis*. Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Jin, R. L., Shah, C. P., & Svoboda, T. J. (1995). The impact of unemployment on health: A review of the evidence. *Canadian Medical Association Journal*, 153, 529-540.
- Kinicki, A. J., Prussia, G. E., & McKee-Ryan, F. M. (2000). A panel study of coping with involuntary job loss. *Academy of Management Journal*, 43, 90-100.
- Kokko, K., Pulkkinen, L., & Puustinen, M. (2000). Selection into long-term unemployment and its psychological consequences. *International Journal of Behavioral Development*, 24, 310-320.
- Korpi, T. (2001). Accumulating disadvantage: Longitudinal analyses of unemployment and physical health in representative samples of the Swedish population. *European Sociological Review*, 17, 255-273.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. New York: Macmillan.
- Kulik, L. (2000). Jobless men and women: A comparative analysis of job search intensity, attitudes toward unemployment, and related responses. *Journal of*

- Occupational and Organizational Psychology*, 73, 487-500.
- Lahelma, E., Kangas, R., & Manderbacka, K. (1995). Drinking and unemployment: Contrasting patterns among men and women. *Drug and Alcohol Dependence*, 37, 71-82.
- Larson, J. H. (1984). The effects of husbands' unemployment on marital and family relations in blue-collar families. *Family Relations*, 33, 503-511.
- Latack, J. C., & Dozier, J. B. (1986). After the ax falls: Job loss as a career transition. *Academy of Management Review*, 11, 375-392.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Leana, C. R., & Feldman, D. C. (1988). Individual responses to job loss: perceptions, reactions, and coping behaviors. *Journal of Management*, 14, 375-389.
- McKee-Ryan, F. M., Song, Z., Wanberg, C. R., & Kinicki, A. J. (2005). Psychological and physical well-being during unemployment: A meta-analytic study. *Journal of Applied Psychology*, 90, 53-76.
- Meeus, W., Decovic, M., & Iedema, J. (1997). Unemployment and identity in adolescence: A social comparison perspective. *Career Development Quarterly*, 45, 369-380.
- Menéndez, M., Benachb, J., Muntanerc, C., Amableb, M., & O'Campo, P. (2007). Is precarious employment more damaging to women's health than men's? *Social Science & Medicine*, 64, 776-781.
- Meyer, D. M., Chope, R. C., Weisblatt, S. E., & Knudson, K. (2003). Counseling the long-term unemployed. In G. R. Walz & R. L. Knowdell (Eds.), *Global realities: Celebrating our differences, honoring our connections* (pp. 127-137). Greensboro, NC: ERIC.
- Murphy, G. C., & Athanasou, J. A. (1999). The effect of unemployment on mental health. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 72, 83-99.
- Osipow, S. H., & Fitzgerald, L. F. (1993). Unemployment and mental health: A neglected relationship. *Applied and Preventive Psychology*, 2, 59-63.
- Pahl, R. E. (1987). Does jobless mean workless: Unemployment and informal work. *Annals of the American Academy of Political & Social Science*, 493, 36-46.
- Perrucci, C. C., Perrucci, R., & Targ, D. B. (1997). Gender differences in the economic, psychological and social effects of plant closings in an expanding economy. *The Social Science Journal*, 34, 217-233.
- Pohjola, A. (2001). Health problems and long-term unemployment. *Social Work in Health Care*, 34, 101-112.
- Price, R. H., Choi, J., & Vinokur, A. D. (2002). Links in the chain of adversity following job loss: How financial strain and loss of personal control lead to

- depression, impaired functioning, and poor health. *Journal of Occupational Health Psychology*, 7, 302-312.
- Price, R. H., Friedland, D. S., & Vinokur, A. D. (1998). Job loss: Hard times and eroded identity. In J. Harvey (Ed.), *Perspectives on loss: A sourcebook* (pp. 303-316). Philadelphia, PA: Taylor & Francis.
- Proudfoot, J., Guest, D., Carson, J., Dunn, G., & Gray, J. (1997). Effect of cognitive-behavioural training on job-finding among long-term unemployed people. *The Lancet*, 350(9071), 96-100.
- Raber, M. J. (1996). Job loss and dislocated workers: A stage theory model for treatment. *Employee Assistance Quarterly*, 12, 19-31.
- Ribton-Turner, L. (2005). *A qualitative study of the experience of unemployed mid-career adults*. Unpublished doctoral dissertation, Rand Afrikaans University, South Africa. Retrieved May 5, 2007, from <http://etd.rau.ac.za/theses/available/etd-10052005-092831/>
- Rudisill, J. R., & Edwards, J. M. (2002). Coping with job transitions. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54, 55-64.
- Sadava, S. W., O'Connor, R., & McCreary, D. R. (2000). Employment status and health in young adults: Economic and behavioural mediators? *Journal of Health Psychology*, 5, 549-560.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Smith, R. (1985). "I'm just not right": The physical health of the unemployed. *British Medical Journal*, 291, 1626-1629.
- Stankunas, M., Kalediene, R., Starkuviene, S., & Kapustinskiene, V. (2006). Duration of unemployment and depression: A cross-sectional survey in Lithuania. *BMC Public Health*, 6, 174. Retrieved March 8, 2007, from <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/6/174>
- Tartakovskaia, I. N. (2002). Gender aspects in the strategy of the unemployed. *Sociological Research*, 41, 26-45.
- Thomas, L. E., McCabe, E., & Berry, J. E. (1980). Unemployment and family stress: A reassessment. *Family Relations*, 29, 517-524.
- Thomson, N. F. (1997). Coping with job loss: An attributional model. *Journal of Psychology*, 131, 73-80.
- Tsai, S. M. (2006, December). *Factors affecting the adjustment and recovery of Taiwanese men from a mid-life unemployment crisis*. Paper presented at the 5th International Conference on Social Work in Health and Mental Health, Hong Kong.
- Vinokur, A. D., Price, R. H., & Caplan, R. D. (1996). Hard times and hurtful partners:

- How financial strain affects depression and relationship satisfaction of unemployed persons and their spouses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 166-179.
- Waters, L. E., & Moore, K. A. (2002). Self-esteem, appraisal and coping: A comparison of unemployed and re-employed people. *Journal of Organizational Behavior*, 23, 593-604.
- White, M., & Epston, D. (2001). 故事、知識、權力：敘事治療的力量（廖世德譯）。台北：心靈工坊。（原著出版於1990）
- Winefield, A. H., Tiggemann, M., & Winefield, H. R. (1991). The psychological impact of unemployment and unsatisfactory employment in young men and women: Longitudinal and cross-sectional data. *British Journal of Psychology*, 82, 473-486.
- Zikic, J., & Klehe, U. C. (2006). Job loss as a blessing in disguise: The role of career exploration and career planning in predicting reemployment quality. *Journal of Vocational Behavior*, 69, 391-409.

Psychosocial Impact of Unemployment and its Adaptation: Implications for Counseling

Ta-Wei Wang

Abstract

Recently economic stagnation resulted in many job loss, and mental health and social problems. Most literature on unemployment in Taiwan emphasized its influence on social structure, but neglected its psychological significance on individuals. This literature review attempts to explore the psychosocial impact of unemployment on individuals and the process of their adaptation. Results showed that unemployment impacted physical health, psychological health, social relationships, and self identity. The unemployed usually goes through a recursive process, and factors influencing the adaption include individual coping resources, social support and relations, and gender role. However, the impact of unemployment is not always negative; some people gained positive growth from the experience. The findings indicate that besides helping the employed find new jobs, counselors should help them develop coping strategies and resilience, and reconstruct positive meaning from the unemployment experience in order to better overcome its impact. Suggestions are made for future research on the psychological impact of unemployment.

Keywords: adaptation process, job loss, stress, unemployment

Ta-Wei Wang

Dept. of Guidance and Counseling, National Changhua
University of Education. (wangtwdavid@gmail.com)

碩二實習生對諮商實習課程與實務觀點之初探研究： 以一次焦點團體討論為例

邱珍琬

摘要

諮商實習課程已經是準諮商師證照考試之先備條件，而在諮商師培育的碩士課程中包含了課程實習與校外全職實習，也將兩者做了區分。諮商實習現場雖然已經有若干評估標準，但是實地訪談做深入了解，不僅可以突顯實習生實習的目的與內容，也可以作為諮商師養成課程的改進或修正參考。本研究乃是針對碩二生課程實習部分的臨床督導與實習經驗作探討與回顧，採用一次焦點討論的方式進行資料蒐集。研究結果包括：實習現場學習到的是督導與機構其他人士的協助與團隊合作、協助對象的特質與協助的有效方式、輔導或諮商業務是因人而治，發現不足的部份包含臨場觀摩督導時間較少，以及自身專業不足、需要學習更多。實習生認為自己需要挑戰的部分有：發現自己所學通而不精、要更多的人際的互動經驗與智慧、先前的準備功夫、與個案概念化技巧等。督導的特質包括真實呈現自我、達觀、謹慎細心、事必躬親、以身作則，督導方式有參與和陪伴、錄音檢視、叮嚀提醒、拋問題刺激思考、放手讓實習生去體驗實作等

關鍵詞：督導、課程實習、諮商實習

邱珍琬

屏東教育大學教育心理與輔導學系副教授 (chiujane@ms34.hinet.net)

壹、緒論

諮商師的養成過程重視實務與理論的結合，也就是在實際進入諮商現場做實習，才可以接觸第一手的經驗、並與課堂上所學理論做對照與校正，了解諮商實習現場學生的期待、實習過程與結果，不僅可以是實習效果的評估之一（加上在校實習督導與駐地督導的評估），而且其內涵會更豐富，也可以作為諮商師養成機構（包括學校與課程）一個很好的引領方向，用來修正課程與實習目標。

諮商實習已經是諮商師必備的臨床實務訓練課程之一，分為課程實習（*practicum*）與校外全職實習（*internship*），事實上大都是在校外機構或單位實習，目前碩士層級的諮商臨床實習基本上是在大學或是社區諮商中心進行，除了駐地督導（*on-site supervisor*）在臨床實務上的訓練之外，同時也在學校課程中設有實習課程，俾便實習諮商師可以做實務與課程的整合。本研究是探討參加課程實習的準諮商師到實際工作場合去接受訓練，到底與督導之間的互動情形如何？其學習成效又如何？這些都可以改進諮商實習課程俾便更滿足學生需求的參考。本研究乃針對碩二修習諮商實習課程的同學進行一次焦點團體的訪談，希望可以就諮商實習的一些關心面向做初步了解，本研究企圖了解碩二實習生對於諮商實習課程之期待、諮商實習的臨床所得、需要加強與挑戰的部分、以及實習生所經驗的督導特質與督導方式。許多研究針對實習督導方式與感受做探討，但是卻沒有進一步詢問實習生在經過實習階段之後發現自己需要努力的方向，而對於督導的方式也較少主觀的調查與體會，這是本研究企圖補足的部份。

貳、文獻回顧

關於諮商實習或是督導，過去研究著重在幾個面向，諮商實習經驗（如：卓紋君、黃進南，2003；許紹玲，2004）、諮商能力（如：劉淑慧，1999；謝麗紅，1999）、與督導模式（如：Clingerman & Bernard, 2004; Starling & Baker, 2000）。由於本文牽涉到諮商實習生與督導，因此在文獻回顧部份只就與本文最相關的督導與實習生兩個區塊做探討，包括督導功能、角色與方式、實習生的期待與擔心、實習學習與收穫等作回顧。

一、督導功能、角色與方式

督導在諮商師訓練過程中是相當重要的一環，不僅讓準諮商師得有機會在實際臨床工作中可以磨練、熟悉、運用與發展自己的專業，還可以在督導嚴密的監督、管理與協助下，可以更快速有效地習得專業知能。只是並不是每一位督導都接受過督導訓練（Gazzola & Theriault, 2007, p. 229）因此許多督導也頂多是以自己接受督導時的經驗來做傳承；有研究者以十三位博士研究生為研究對象，試圖了解其接受督導經驗與後來擔任督導工作兩者的關聯，發現「督導關係」與「體

驗學習」(experiential learning) 的重要性 (Nelson, Oliver & Capps, 2006, p. 29), 經過實際的體驗, 比較能夠了解督導的實務, 也因此增進督導關係。

Presbury、Echterling 和 McKee (1999, p. 146) 整理各家說法指出: 督導的功能是協助實習生發展在專業上的認同或身分, 使實習生可以做自我督導, 建立專業的自主性與充能感。爲了因應實習需求, 不同督導模式也因此應運而生, 著重實習生內在資源與合作關係的焦點解決策略 (solution-focused strategies) (Presbury et al., 1999), 或藉由互動方式、重新建構諮商經驗的反思模式督導 (reflective model) (Ward & House, 1998), 當然最常見的就是以不同諮商取向所衍生發展的督導取向等不一而足。

督導角色其實也說明了其功能。最常見的督導角色有教師、諮商師與諮詢者三種, 教師負責評估實習生的諮商過程、確認與教導適當的處遇方式、說明處遇背後的原則、與解讀諮商過程中的特殊事件; 諮商師角色則要探索實習生的感受、使用特殊技巧或處遇的感受、催化實習生的自我探索、協助實習生成長、也提供管道讓實習生可以處理自己的情緒或防衛機轉; 諮詢者或顧問的角色需要提供實習生其他可行的處遇之道、鼓勵實習生去開拓可用的策略或處遇、鼓勵受督導者討論當事人相關的問題或動機等、儘量滿足實習生的需求、或讓實習生建構督導時間 (Pearson, 2006, p. 246), 督導身兼教導、督導與諮商師三個角色與身份, 其功能與界限釐清很重要, 卻不容易 (曾端真, 2003); 督導有教導、協助與顧問的功能, 有時視督導與實習生之間的關係而定, 可能也與督導的個性、信念與督導模式有關。

一般也認爲對於初學諮商的學習者而言, 較有結構與方向的督導方式對實習生來說更爲實用, Curtis (2000) 也認爲督導應該利用「設定目標」(goal-setting) 的策略協助實習生的學習, 這樣可以讓受督導者較有方向, 只是在 Ladany 等人 (Ladany, Marotta, & Muse-Burke, 2001) 的研究中卻沒有發現實習生較偏愛「任務取向」的督導風格; 實習諮商師比較偏好合作、關係導向的督導模式 (Usher & Borders, 1993, 引自 Presbury et al., 1999), 或者說實習生喜愛的督導是有吸引力、對人際敏感、且任務導向的, 並不偏好某一類型 (Ladany et al., 2001)。

Pearson (2000) 同意 Borders 等人於 1991 年所說認爲督導應該要爲督導關係付責任, 因此特別就督導關係中可能產生的焦慮抗拒、移情現象與平行過程 (parallel process, 即受督導者以自己當事人的方式呈現在督導面前) 做了解說; 而 Neswald-McCalip (2001) 建議使用依附理論在督導關係裡, 可以讓實習者在安全關係中感受不到孤單、有人協助監控諮商進程、在需要時有便利可用的資源。督導關係會影響實習生的自我效能感與督導滿意度, 特別是「情感連結」的部份最爲顯著 (Ladany, Ellis, & Friedlander, 1999)。督導在督導過程中的自我揭露也影響著與實習生的關係, 而揭露內容以私人事務、諮商經驗與掙扎最多, 友善、溫暖的督導也會自我揭露較多 (Ladany & Lehrman-waterman, 1999); Gazzola 和 Theriault (2007, p. 239) 以初次參與課程實習的十名碩士生爲對象, 探索實習生與督導的關係, 發現督導的權力分配、挑戰與支持度、以及督導過程的建構等是有

助於關係的促進，而只批判卻不考慮脈絡、督導理論立場無彈性、以及被歧視或像學徒一樣的對待是損害督導關係的；實習生若是認為督導關係較平權，也較容易接受批判與回饋。正向經驗似乎可以協助實習生對自己、對當事人的頓悟、以及諮商師身份的認定更有幫助 (Howard, Inman, & Altman, 2006)。

督導方式運用較多者為：講解、個案報告、示範、利用錄音（影）帶（卓紋君、黃進南，2003，p. 194）。諮商初學者較為依賴、易依樣畫葫蘆、對於自我與他人較不能做適當覺察，在認知能力上較差 (Ladany et al., 2001, p. 204)，採用體驗式的取向讓初次實習者身歷其境做練習，也接收適當的回饋，對於準諮商師的自我效能與焦慮減輕有正面影響 (O'Connell & Smith, 2005)。督導運用的督導方式沒有太多差異，有些督導甚至會運用現場的督導 (live supervision)，可能是在實習生諮商現場的單面鏡後作觀察，或是以耳機或電話方式直接參與諮商運作，雖然刺激驚悚、讓實習生的焦慮遽增，也不失為有些督導喜歡運用的方式。

Starling 和 Baker (2000) 看同儕團體督導的效果，發現這樣的督導方式可以讓參與者在實習時：減少困惑與焦慮、對自己目標更清楚、自信增加、自同儕那裡獲得的回饋可以讓督導過程更精進；同儕督導的另一個收穫是可以從不同觀點看同一現象（或案例），發現不同處置方式與背後的推論。Clingerman 和 Bernard (2004) 運用電子郵件做為督導的補足方式，發現碩士級實習生在郵件中最常使用「個人化」(personalization) 訊息，即關於自身內在的一些感受與想法，而且求助於諮詢的次數也慢慢減少，也許減少了面對面的焦慮、也鼓勵了自我揭露。

二、實習生的期待與擔心

有些研究針對大學部學生的諮商輔導實習做調查了解（如：王文秀，2000；吳秀碧、王翠梅，1995；林素玉、陳秉華，2000），但是目前諮商師證照必需是碩士級以上才取得入門考照資格，加上大學部學生接受的諮商專業訓練不足，造成理論與實務上的連結不夠、也未有整合資訊做正確判斷的能力（林素玉、陳秉華，2000），真正面對當事人時容易有技窮與嚴重挫敗感（曾端真，2003），以目前培育諮商師課程來說，主要還是偏重在碩士層級以上的實習，因此本研究不針對大學部實習做探索，然而在文獻回顧部分，若干研究依然有參考價值，也在文中列入。

實習生或許因為資歷與訓練要求不同，在諮商實習的感受與獲得也有差異，然而也可以看出督導包含幾個重要面向（督導關係、督導架構與運作、專業發展與提升、督導資訊提供與個別化督導等）（卓紋君、黃進南，2003，p. 190）。

Liddle (1986，引自 Pearson, 2000) 提到實習生擔心被評估、表現情況與個人問題或未解決的衝突，Jordan 和 Kelly (2004) 查新手實習生的擔心可以歸類為十五項，第一順位是對於自己能力與效能的擔憂（佔三成六），其次為「符合實習要求與自己的準備度」，擔心自己的前途與實習地點更居次，而對於督導部分反而沒有什麼特別的焦慮。當實習生面對當事人時，有五個主題與專業成長最相關

也最突顯：專業身分、個人反應、能力、督導與諮商哲學，也就是實習生在實習過程中可以從自我內在覺察與他人互動中學習更多，也開始印證與試驗自己在專業上的表現，對於自己的專業身分發展相當重要 (Howard et al., 2006)；許韶玲 (2004) 的研究是很有趣的，從現象學角度來看實習生的看法，探索實習生在接受督導時「隱而未說明」的情況為何？她發現實習諮商師在督導過程中的焦慮與防衛最常見，不敢在督導面前道出的有疑問、情緒、對督導之評價（或感受）、需求或期待、體會與收穫、個人問題與狀況、遭遇的困難、以及與個案有關的資料 (pp. 114-116)，其內涵則以「與督導的互動」相關的資訊不談的最多，可能礙於督導者為評分者與專家（權力）的角色。

三、實習收穫與學習

實習生期待在校督導可以透過示範、角色扮演、與實際接案來豐富自己的諮商技巧，雖然最難學習的是「概念化技巧」，但是可以透過案例講解與個案紀錄的途徑來學習 (吳秀碧、梁翠梅, 1995)；劉淑慧 (1999) 的研究肯定學生在實習過程中諮商能力與時俱進，然而「諮商員角色」與「不適應特質」兩者與實習生個人的「個人化技能」與「人格特質」有極大相關，也可以看出實習生對於個人擔任諮商工作的期待與其個性有關；林素玉、陳秉華 (2000) 以焦點團體訪談方式進行過程研究，發現大四實習生會慢慢看見當事人的個別差異，雖然可以覺察到自己在諮商進行中的情緒，卻缺乏因應之道，而對於諮商理論與實務的結合、分析與統整當事人資料、進而設立治療目標等方面較為不足。

實習收穫可以分專業與個人兩部份 (王文秀, 2000; 卓紋君、黃進南, 2003)，如：加強實務經驗與專業態度和能力、增進自我成長等 (王文秀, 2000)。若是在學校機構實習，督導的項目涵括甚廣，程度多寡依序是：個諮與團諮、諮詢、生涯與發展、協調、評估，而督導們也發現實習生在行政協調方面能力最待加強 (Kahn, 1999)，這可能與學校單位要求輔導教師的職責有關，對照我國的中等學校輔導教師的工作若合符節；而有鑒於學校諮商師對於家庭系統運作與理論的不熟悉，可能會妨礙其在處理學生問題時缺乏巨觀角度，Van Velsor 和 Cox (2000) 因此還將「共同繪圖技巧」(Collaborative Drawing Technique) 運用在準學校諮商師身上，藉此讓實習生可以從技巧的運用了解家庭系統對於個人的影響。不少學者提議將一些現存理論運用在督導實務上，例如 Granello (2000) 提到準諮商師在經過實習階段的淬練之後，其在認知複雜度上應該是增進最多的，也就是可以表現在個案概念化、資料整合與了解人際溝通等面向上，因此他建議採用 Bloom 所發展的分類法 (理解、運用、分析、統合與評鑑) 來檢視實習生的認知發展。Ladany 等人 (2001) 的研究結果發現實習生在實際接觸當事人，並接受督導之後，最大的進展是表現在對複雜病因處置與概念化的統整，而接觸到特殊個案 (如精神分裂症) 與此能力無關。

碩班實習生隨著實習時間的進展，不僅在認知或概念發展上有長進，同時也

增加了自我效能感 (Halverson, Miars & Livneh, 2006; Ladany, Ellis, & Friedlander, 1999)，這也說明了實務經驗的確是諮商學習者的良師，只要願意接觸、自然對於專業知能有加分效果；實習經驗、熟悉當事人表現的特殊徵狀二者與實習生的個案概念化與統整有關，但是卻不能以此二者預測督導型態 (Ladany et al., 2001)，這是否暗示著督導型態的「速配性」不是影響學習最重要的部分？

碩士實習生在進入實務現場前有諸多擔心，包括：臨場表現不佳與自我議題未解而影響自我效能，無法結合理論與實務，害怕被評估的角色等；實習是與臨床做第一類的接觸場域，其收穫也有多面向，除了有機會結合專業上的理論與技術之外，最重要的是可以與不同的人互動與學習，拓展了專業視野與自我成長的深度。實習現場的督導最有功能性，實習生不只可以接觸不同取向與個性的督導、習得第一手經驗，也可以了解督導實務、對專業認同更進一步。

參、研究方法與過程

本研究乃針對台灣南部一大學選修諮商實習課程之研究所二年級學生為對象，探討其在實習期間的一些心得與發現，參與的實習生有八位，其中男生一位、女生七位，年齡介於 23-28 歲之間，且已經是第二次選修（校內）諮商實習課程（學校規定實習課程可以修習一次以上），其中三位在公立高中職擔任實習工作，兩位在私立專科學校實習，另三位則分別在南部公私立大專院校輔導或諮商中心實習，訪談時學生一學期的實習已接近尾聲。本研究乃採用一次焦點團體討論（focus groups）方式進行（訪談大綱見附錄）、臨場筆記（紀錄發言人、發言重點與可能的疑問），資料蒐集部分還加上平日上課時間的觀察與問答，輔以與駐地督導的幾次訪談與觀察印象及筆記，希望可以從不同角度來看學生實習的情況。焦點團體討論在九二年五月間舉行，訪談時間兩個半小時，參與者皆積極參與發言，研究者也針對訪談大綱所引發的延伸問題作詢問與釐清，以便探討議題更為深入、清楚。

雖然訪談時間設在實習接近尾聲時，就實習實務與回溯時間來說算是恰當，但是也由於也牽涉到期末評量時間，因此就時機上來說也有可慮之處，基本上成績評估只有五成是掌握在校內督導手上（另五成在駐地督導手上），而課程大綱中所明列的評估標準極為透明、清楚。然而，總體上來說，與實習學生在駐地督導、平日上課反應與臨場觀察情形相距不遠，因此可以得到較為翔實的資料，而這些資料不會影響到評分結果。採用焦點團體的原因主要是針對相性質的參與者對特定議題做深入分享，並且可以彼此回應意見與學習，也是就聚焦討論來提供質性資料 (Krueger & Casey, 2000/2003, pp. 4 & 12)，而採用焦點團體討論也可以讓參與者作一些「反思內省」(retrospective introspection) (Bloor, Frankland, Thomas, & Robson, 2001, p. 6)，此外由於實習可以是互動學習的良機，由一個問題的拋出、實習生之間可以相互刺激一些學習心得、或是未曾思考的部分，對於其進一步的學習會有遠瞻、協助其目標設定的輔助作用。當然資料蒐集者本身擔

任教學與若干評分責任，也許實習同學基於這樣的評鑑角色，未能暢所欲言，這也是研究限制之一。資料蒐集完畢之後，轉錄成逐字稿，研究者反覆聆聽錄音內容、對照當時情境與臨場紀錄，確定逐字稿無誤，並加註重要現場事件與研究者之疑問，先將逐字稿內容之有意義的重要字句標示、做最初級的開放編碼，然後將資料依照相關議題做歸類整理，在將相關議題做叢集歸類、納於一主題底下，資料呈現方式務期真實記錄參與者所言。

肆、資料分析與討論

資料分析的呈現，會將訪談內容做必要補足、刪除不重要部份，使讀來較為順暢。前三碼為參與者編號（如 T01），後三碼為發言序（如 001 表在團體中第一位發言）。

一、諮商實習課程的期待

在開始實際諮商實做之前，同學對於修習這一門科目有其期待（也是目標），以自己的期待去檢視後來在實習實務中的獲得，可以看出同學的學習成果，不外乎希望可以有機會去現場了解諮商實務實際運作的情況，有機會將課堂所學理論與實際做結合，也增加自己的專業知識與能力，包括：

（一）可以磨練自己的助人技巧與專業成長

「學習諮商技巧」(T01001)

「就是（在）學校有實務上的經驗之外，其實就是蠻值得的。因為我覺得有專業督導的話，可能會給我們一些技術啊，能夠更加地讓自己成長。」(T05016)

「蠻希望在實習裡面看到督導怎麼做，然後從他的經驗裡去學。」(T08018)

「我們督導給我們的回饋就會覺得說我們的經驗太青澀、太嫩了，所以可能這部分就是必須提醒自己多去接觸一些不同層次的人，或者說跟他們多做一些互動、然後多做一些學習，畢竟諮商輔導不是一個死的東西嘛，它必須真的是一個活的東西，當然書也是很重，可是我覺得經驗似乎好像更重要。」(T06124)

參與者希望自己可以經由直接經驗、與當事人接觸，獲得第一手的知能，可以從督導的示範或是技術層面的指導，讓自己的專業更臻成熟。只是參與者似乎將目標鎖定在技能上，沒有仔細去思索其他可能的學習，而且將督導的功能定得太高、甚至有「依賴」督導的意味，少了實習生需要更主動學習的寓意，也許實習生只是以初步對實習的目的做闡釋，雖然這已經是第二次的課程實習，同學似乎還是將焦點放在「諮商技巧」上的學習與熟練，不過也注意到經驗的重要性。

(二) 探索理論與實際的結合

「之前就是讀書嘛，可是用起來跟讀的東西不一樣，希望可以把書上的東西用出來這樣子、比較順一點。」(T04006)

期待結合理論與實際是實習生最簡單的意圖，但是也在實際操作中發現理論與實際間的確有差距存在，如何彌平這個落差？其實需要更多的實務運作、閱讀與反思。

(三) 了解諮商輔導的實務與現況

「自己更有機會去接觸一些實際的諮商經驗的東西，然後可以在接觸一些單位或者機構（之後），希望更了解輔導工作現在的一些狀況。」(T03008)

「未來要想要去學校服務嘛，也想透過這門課去了解一下學校的情況、了解學生—青少年的一些真實狀況，把所學看看能不能運用出來。」(T06012)

「有兩個目的，一個就是了解大專院校實務的狀況，以前都在外面看…因為以後是想走這方面層級的學校，所以我覺得我應該要去了解。第二是去練習自己喜歡的學校（派）。」(T02066)

可以進入實際現場、了解機構的組織與運作內容，的確是實習生的第一考量，而去更熟悉服務對象也是很重要的，再則希望可以將所學、或鍾愛的學派做運用與反思，也可以是實習階段的獲得。

(四) 經驗的重整與自我成長

「讓自己比較能夠面對，就是不管在團體（或單獨面對當事人），希望自己能夠更大方。」(T02002)

「大學學的是相關科系嘛，其實不是很充足，（若）在小學任教，甚至於在輔導機構擔任義工，會覺得說相關訓練蠻不足的，有必要再充實，藉由這門課就是說個人經驗的重整，然後也更加了解自己，也藉由這樣的經驗增長，從個案身上也學到一些不一樣的生命態度跟一些生命經驗，我覺得其實收穫蠻多的。」(T07015)

「另一個部分我覺得比較大的收穫是跟人的相處。…因為我以前是比較被動的人，比較不習慣主動去接觸（人），尤其從○○（指 T06），她會影響到我，從她跟人的應對方面，我有試著去（做）。」(T07114/115)

實習也可以是淬練自己的一個過程，諮商面對的是人，更需要與人相處的經驗與智慧，同學利用實習機會不僅可以訓練自己與人接觸可以更自在、有能力，還可以學會不同的生命經驗與態度。

實習生期待本課程可以讓他們有討論與回饋的空間，將駐地實習所看見或思

考做一些對照與印證，但是也可以發現到學生將問題答案轉到「實習的獲得」而不是對本課程的期待，也就是說明了在校的「實習」課程基本上只是一個連接點，沒有去仔細思考我們在這一堂課可以做些什麼？與我當初擬定課程大綱有相當的差距，基本上我是將實習課當成師生可以討論實習狀況的平台，也許是檢討實習現場的實務、與督導或同儕的互動、遭遇個案事件與處理的經過與困境，以及其他私人事件（當然也包含實習生與駐地督導互動情形）。我保留這個部份作呈現也是說明學生對於此問題的回應是基於「整體」，而不是單就課程而言。

對於實習課程的期待正好可以用來呼應後來的學習成果。參與研究的實習同學會期待自己可以在實習現場做理論與實務的結合，讓自己技巧與經驗更熟練豐富，可以直接與服務對象接觸、甚至與督導有第一手的接觸學習，了解機構之實務運作與流程，以及用來重整自我經驗、達到自我成長，顯現了對於實習的正向期待。他們希望可以從與人互動中（包括與督導、同業或當事人）學習的企圖很高 (Howard et al., 2006)。

二、諮商實習的臨床學習與不足

實際的實習經驗進行近三個月之後，實習同學提到自己在機構臨床實習之後的心得，也相對照自己之前的期待與目標，做一個比較。主要的實習項目包括個別諮商、團體諮商、班級輔導、輔導行政、以及心理測驗等。諮商實習的經驗有兩個部份，一是針對自己的收穫，二是實習場所與自我不足之處；以下列出五點，前三點屬於第一部分，後二點則為第二部分。

（一）督導與相關人士提供專業協助

「督導給我們專業上的協助蠻多，這是我當初始料未及的。……督導也談到可能要先陪我們一起加強我們的技巧，然後看我們程度到哪裡；在訓練專業技巧部份、還有對個案問題概念化這部份，督導給我們很多的協助。基本上輔導主任蠻支持我們，然後也很放手讓督導讓我們去做些事情。」(T06062)

「督導給我最大的協助在…他會跟我討論很多的技術的運用，…他提醒我保持對焦點運用的彈性。…他也覺得我好像會被這個技術綁死一樣，我自己也被老師提醒。他雖然沒有聽我的錄音帶，只有聽我的口頭陳述，他就可以看到整個部分。」(T05067)

「那邊主任會鼓勵我們去嘗試一些我想要去做的東西。」(T05069)

T05 與主任之間可能因為諮商取向的不同，對於諮商次數的長短看法不一，但是主任也願意放手讓他去做。沒有硬性要他做改變，所以他說：「我覺得至少這個部分讓我開始慢慢去學習怎麼去跟不同取向的督導溝通。」(T05070)、「她（輔導主任）完全把我們當作好像我們也是去幫他們，…叫我們儘量來這樣，所以我覺得這方面我也是看到輔導室主任很重要，因為她是對主管、對校長還是老

師那種（關係），如果她很願意讓我們去做一些事情的話，我覺得我們做事情就蠻順的。」(T05063)

參與者提到督導對他們的放手、信任以及適時協助與指導，另外也提醒新手諮商師「固著」於某一特定學派或取向的問題，但是還是願意讓實習生去經驗、而不是強加阻止，這也反映了「體驗學習」在諮商裡的重要性 (Nelson et al., 2006)，督導的放手就是信任的一種表現，也讓實習生可以在督導支持下、探索自己的未知與增進專業知能。

（二）了解學校運作方式與協助對象

學校輔導工作許多重點是放在其他方面，包括配合教育當局或學校政策所推動的一些活動，而相對地也讓諮商專業工作不那麼突顯其重要性，而輔導室不是單打獨鬥的單位，必須配合其他處室。如：

「我一開始沒有說要去了解一個學校的運作，可是我覺得這方面我也有學習到，還有就是多了解青少年的文化。」(T04032)

「在平常的時候，他有事沒事就會拿糖果啊、水果啊什麼的來給我們，然後就說『啊，這個糖果等一下給小朋友吃啊』因為他們說一定要滿足到他們那種被養育（即 be nurtured）的那種（需求）。」(T05126)

實習機構會有固定的行政與協助流程，也要重視團隊合作，這也破除了一般諮商初學者的迷思——認為諮商是治療是一個人的工作。此外，了解服務對象的次文化、如何去接近與接觸也是諮商關係建立的初步。

（三）知道不足，也刺激自我整理功夫與成長

「自己其實就發現自己接案的過程、還有跟老師討論過程裡面，就發現自己的一些個人部份，有做一些決定，就是要在未來的時候要先整理好自己的東西，因為才覺得這樣才能去協助個案。」(T07114)

在實際操作中也有反省工作，以前可能比較沒有意識到自己在諮商時的功能與行為，現在會去思考所謂的「專業行為」應該是怎麼一回事，如：

「我自己去實習完這個學期以後，就是在做的當中然後會邊去看，可是用起來還是不是很順耶。跟之前比有成長，因為至少說以前在面對一個個案，我是完全隨便聊，到現在我會去想說我講這句話到底…，就像好像會有後設的東西出來，有想過，我到底為什麼要講這樣子。」(T01046)

新手諮商師剛進入一個體系去擔任專業工作，不免會有「不足」的感受，儘管實習學校也放手讓這些準諮商師去做多方嘗試，但是因為經驗與知識上仍待磨練，不免運用起來還是心虛的，心虛也是努力的動力，如：

「個諮方面的測驗解釋我們都有做到，可是感覺上就是會覺得很心虛，因為個案來談的時間也不多，大家同學的時間也不多，然後測驗解釋還是利用下課十分鐘，而且一次還十幾個人。（就是）是有摸到，可是自己會覺得心虛。」(T02049/T02053)

危機處理的訓練不夠，在真正面臨到需要緊急處理的當事人，卻又沒有督導或其他老師在身邊，實習同學就只好運用當初在學校課堂上所學的、硬著頭皮去處理，如：「我上禮拜就接了一個躁鬱症的個案，他第一次來就跟我說他想要自殺，我聽到就有點嚇到這樣。後來我就跟他講，我就是要他保證就是下禮拜還可以看到他這樣子，然後我本來是打算這禮拜去的時候跟督導講這件事，可是又還沒有看到主任（督導）。…後來再去跟他諮商的時候，他笑笑跟我說『你有被我嚇到喔？』然後我就說『對呀』。」(T05089/093)。當然也有同學在這樣的認知下，會更督促自己多看多讀：「還是要多看書啊，因為我覺得就是愈學才會愈知道自己不足，會覺得去那邊真的會因為你一直給、你一定要補充啊！（如果）你給的東西都給完了，你還能怎麼給？…不過一般來講，讀書還是非常的被動。」(T04109/111)

參與者遭遇到第一次接觸的案例、或是需要危機處理的事件，會有驚嚇與恐慌，而督導的及時援助是最重要的，有時候卻不可能立刻得到協助；不少同學同意「書到用時方恨少」的意義，當要使用時總是覺得不夠或心虛，也可以逼迫自己更進一步去了解與學習某特殊議題。實習生面對當事人時不僅深刻意識到自己的諮商師專業身分、留意到自己處理個案時的反應、擔心自己能力有所不足 (Howard et al., 2006)，這三方面較為強烈，對於諮商哲學與督導可能反應方面較不突顯。

當然光是靠一個實習是不可能成就一個諮商師的，實習過程也讓實習生有機會思考自己所做的與其效果如何？自我覺察是專業成長的第一步，實習諮商師可以意識到這一點、警覺到自己統整功夫不夠，才有可能有進一步的改進動作。在接觸當事人的同時，也觸碰到自己未竟事宜，需要反身自省、做整理或處理，雖然在學校與實習機構偶而會受到提醒，然而自我覺察的敏銳度增加也是一得！唯有諮商師自我覺察、及行動改變的跟進，其效能感更能增加 (Halverson et al., 2006; Ladany et al., 1999)！

（四）觀摩督導臨床經驗不足

因為與督導談論的機會很少，有的幾乎很少見面，可能由於許多督導肩負行政與教學業務，倘若加上實習機構人手編制不足，督導時間自然會打折扣。如：「當然就是有接到個案、帶團體，我覺得真的比較可惜、比較欠缺的可能真的是跟督導討論的機會。」(T08024)基本上與督導的互動、尤其是個案討論，是實習學生認為可以收穫最多的。

「真的有一個人可以陪伴在你身邊，看你做一些什麼事情（很好），不過我覺得有一點可惜的部分就是督導在我們個諮的部分就是比較沒有這樣的一個協助，他在我們紀錄上有評（論），就是說在看我們的紀錄有跟我們分享一下怎麼寫就是了，不過在技術部份是比較少。」(T03056)
「我發現○○（學校名）他們應該蠻重視輔導工作的，學生數量很多，它（輔導室）跟學務處會來往很密切。另外一個我覺得很不錯，當然也

很熟悉的感覺就是他們那個輔導學生的流程。…連我們去實習也是一樣，他們有一個空間讓我們去做，讓我們在那邊有安定的感覺，可以專心地做自己的事情。」(T05069)

「我發現他們幾乎都是(做)行政工作，老實說他們真正在做專業諮商輔導工作(的機會)其實並不多，很多都是在開會啊、流程啊。」(T04078)

在大學機構實習的同學會面臨督導時間不夠的問題，而在高中職則是督導行政事務太多、實際擔任諮商實務機會有限，這當然也會影響督導品質與實習生的學習。學校對輔導或諮商工作的重視可以從主政者的態度與支持看出來，而若干學校會另外挪出空間給實習生，其實就是表示重視的一個指標。

(五) 學校輔導因人而治

有同學也發現學校的輔導工作與方向其實是很「人治」的，也就是得看一校之長的理念、學校輔導單位與之配合的程度而定，校長如果重視、也給予實質支持，輔導室的運作就可以較為自在彈性，如：「我覺得輔導室的整個模式，就是我接觸的部分、會比較朝向學校的目標去運作，而不是說主任想要怎麼做就怎麼做的東西。…我比較可以發現說其實學校的一個運作模式真的是蠻受到校長的影響，因為它是直接對校長負責，其實受到一些校長的期望(所影響)。不過我覺得很重要的一點就是即使這樣，自己在當一個輔導老師的時候，自己的心態也很重要，…因為如果說你可以跟上面做很好協調的話，我相信你要做什麼其實還是有很大的發揮空間，只是你要不要做而已。」(T05056)；儘管輔導工作似乎多所掣肘，但是也可以刺激不同的思考：「其實有時候也聽到老師會抱怨這方面(輔導行政)的事情，…就讓我有很大衝擊，我就在想我以後…其實我接下來想去小學，想去小學看一看這樣，我就蠻想去了解說一到底在我那麼多行政工作之下，我可以怎樣有效地去協助學生，去做好諮商跟輔導的工作？」(T04083)。

而這樣的對話其實也印證了一般主修諮商輔導同學在尚未進入真正工作場時，總帶有許多的迷思，甚至認為諮商輔導只是要針對學生做個別諮商或是團體諮商的服務而已，事實上當然不限於此！

原本以為學校輔導工作就是上下班制，沒有想到需要投入的還真多，包括時間與精神，如：「主任與我們督導常常都要待到七八點才能走人，幾乎每天喔，我很訝異耶！」(T03074)。真正接觸機構諮商工作，才知道諮商不是一個人的工作或是專業而已，還需要配合機構與主政人員的領導方向與意志，當然學校輔導主要對象是學生，因此較受到校長的態度影響，然而擔任主要輔導工作者也可以有更好的協商技巧與機制，與在上位者溝通協調，可以為學生爭取更多的權益、也讓諮商專業更受重視，因此「心態」很重要。

實習生在實習機構得到督導的支持與協助、或是感受到受督導關照的時間不多，了解自己需要學習與磨練的仍多，也會看到自我不足或需要整理的部份，此外也看到機構「人治」的不穩定，以及學習到服務對象的文化與建立關係的方式，可以歸類為「督導」、「自我成長」與「機構」三部份的學習，也可以含括在專業

(督導與其他人士提供的協助、觀摩機會不夠、了解機構運作方式與協助對象、學校輔導「人治」因素影響輔導的專業)與個人部分(知道自己不足之處、刺激自我充實與成長)(王文秀,2000;卓紋君、黃進南,2003),實習生覺察到自己的不足部份有測驗解釋、危機處理等。

三、需要加強與挑戰的部分

實習同學在實習過程中最大的發現就是自己的不足,自己需要學習的功課還有許多,包括:

(一) 需要學習與人接觸與互動的功課

「可能自己時間分配上的問題,我覺得在與人接觸上自己還沒多加去熟悉。」(T04032)

(二) 善用錄音來做自我改進依據

「因為自己時間上或各方面沒有辦法很努力,因為有時候我會錄音,可是其實都沒有紀錄。我覺得有錄音就是說,自己會提醒自己在說話的時候、在輔導個案的時候不能亂說,因為有錄音。」(T02034/T02036)。

(三) 準備工夫與有所取捨

此外同學的不積極也曾經讓督導不滿,同學反思道:

「我覺得之前的功夫是很重要,甚至我覺得必須要要求我們自己、我們自己真的要去思考說—你要實習就必須有自己的一些選擇跟放棄的東西,不然的話你就不要來實習。我覺得這也是好像(一種)自我提醒。」(T04106)

(四) 通而不精

也有同學認為雖然實習當中許多議題都碰觸到,但是自覺學藝不精,如:「都有摸到,可是自己會覺得很心虛。」(T03053)

(五) 需要加強「個案概念化」的部分

「我發覺我的個案概念化有點弱。」(T05067/5069)

參與者發現自己所學不足、應該可以更精進,有實習生也將實習當成「必要的功課」、沒有因此而刻意去拓展人際關係與學習,甚至還需要督導去提醒應該補強的部份,此外對於自己什麼都知道一點點卻無專精,也感到要學習的更多,也更清楚可以經由許多管道讓自己更圓熟。

四、督導特質與督導方式

督導的方式當然因人、因機構資源而異，主要是受督導者主觀的看法，基本上參與者根據督導所花時間、督導的現場督導或處理方式等作說明。關於督導的部份主要歸納為「督導特質」與「督導方式」兩項，前者為以下之第一至五點，後者為第六至十點。

(一) 督導以自己來影響他人

「你看他在跟學生相處、或是跟行政人員相處的時候，都會感受到他那種親切啊、溫暖，而且每個學生參加完他的團體或是個諮完後，反正就是跟他有接觸之後，都會自願地進來輔導室，就是有什麼問題他們就會自己進來，我覺得那種感覺真的很棒！」(T05134)

「有時候一個個案的問題，然後（要）我們想十個狀況來解釋，…他給我們一個很好的典範的感覺，我一直很謝謝他陪我們走過這一學期，然後讓我們可以看到原來諮商可以做得那麼棒！」(T01138)

督導的身教與示範其實是影響最深遠的，實習生可以從這裡看到督導的人性與諮商師的風範，也可以刺激實習同學去思考更多的可能性。

(二) 督導呈現真實的自己，激發實習生的自省

「我們督導他們有擱在心理面，他就是說對我們不滿，還好他也會直接講出來。雖然會覺得說督導好像有點情緒，可是我們也是蠻感謝他可以說出來，因為起碼這樣可以讓我們有機會去解釋、或者去知道他的感覺這樣。」(T03108)

「我們督導也是很直的人，就算有時候我會覺得很不好意思講，可是我覺得我們不講的話，對他來說可能沒有辦法建立較好的關係。」(T05129)

就如同實習生擔心督導「不滿意」，督導也會擔心影響督導關係而按捺住情緒、不直接表達，然而督導也是人且付有責任，看到實習同學的表現不如預期，甚至有可能會傷害到當事人，督導就直接說明，這不僅展現了督導的坦誠與人性面，也透露出督導對實習生的期許。

(三) 督導的事必躬親，樹立良好典範

「我們老師就是很用心，他會事必躬親，就是很體貼的事會去想、為輔導室做一些事情，他不覺得說這種小事情交給別人去做就好了，很多事情都自己來這樣。」(T04077/4078)

督導不是行政長官的身分來做「管理」，而是身先士卒、身體力行，這不僅打破了實習生對於官僚體制與專業的「位階」觀念，也傳達了諮商這門專業的「平權」與助人風格。

(四) 督導的達觀性格

「他比較少觀念上的協助，可是他就是那種很溫暖很陽光的那種感覺，讓你覺得在那邊不會很有壓力，比較有安全感、覺得親切，這是我們督導給我們的最大東西。」(T05127)

督導的個性與其諮商風格是相關的，督導也負責督導關係 (Borders, 1991，引自 Pearson, 2000)，因此督導的人格特質所展現出來的風格與影響力也會感染實習生。

(五) 督導的嚴謹與細心

「他(督導)真的給我們很多專業上的協助，…他帶我們去怎樣看個案問題，我有時候真的很欽佩他，就是我們在模擬練習的時候、我們在做錄音帶，我們想說自己練習，有時候沒講幾句就卡掉，(他)就把我們後面會講的全都摸得一清二楚，其實我們最怕的就是最後一個小時的督導，因為自己在做什麼都被他摸得一清二楚這樣子。老師(督導)很認真地督導，哪裡不好他就講什麼這樣，然後不好就立刻來(演練)，所以有時候我們都會嚇到。…後來慢慢接觸，其實發現老師很多很細心體貼的地方，因為他都會幫我們想很多事情。…甚至在團體裡面做什麼事啊、發生什麼事，他都直接跟我們分享，然後會一直問我們說『如果你，你要怎麼做?』」(T01137)

督導會注意到實習生忽略的問題，也以自己的專業經驗戮力協助實習同學，當然也不忘開發實習同學的潛能，要他們去思考解決策略與作法。

(六) 督導的參與與陪伴

督導一般說來沒有在諮商現場出現，倘若有也只是在團體諮商時由實習生擔任協同領導或是觀察員。如：

「個諮比較沒有(現場督導)，可是團體幾乎全程都包。」(T03028)

「比如說像團體輔導課，他也會從頭到尾陪著我們，會讓我們知道說有老師頂著這樣。」(T05129)

「在團體輔導方面…督導真的就是全程跟著我們參與」(T03105)

鑒於一般機構在設備上的不足、以及督導事務繁忙，實習同學比較不可能讓督導在諮商現場督導的機會，頂多只是個案研討可以出席、或是臨時有相關事務要請教時可以找督導，有些督導會特別讓實習生在團體諮商時擔任協同領導員，讓諮商初學者可以有第一手參與的機會。督導會出現在學生實習工作的場合，一來是維持秩序、有「鎮壓」與支持之效，二者是表現出對實習生的支持與提供必要協助，當然也可以藉此更了解實習生工作的情況。

(七) 督導建議將諮商全程錄音

「督導上學期提醒我的就是說，上學期我有寫逐字稿，他提醒我說有些

部分可能這學期可以再（加強）就是全程錄音，然後自己多聽幾遍。」

(T02037)

一般督導可能會要求實習生錄音或錄影，但是這也要花督導許多額外時間來聆聽或觀看，有督導提醒實習生自己看或聽自己的實際表現，可以檢視到更多。

(八) 督導的遠見與提醒

「有督導的話，可以幫我們檢視一些自己看不到的盲點，甚至於說有時候自己沒有想到的方法，督導都可以提醒我，比如說這學期督導他幫我規劃的就是從上學期延伸到這學期的長期個案。一個是家庭暴力、一個是性侵害的（個案）。可能是督導的遠見吧，他就是讓我長期去練習、接長期的個案，我覺得收穫蠻多，其實督導也有提到說，他覺得我的成長是跟著個案一起成長的。」(T03039/T03043)

督導會希望實習同學多花時間去參與相關活動，有位督導曾建議兩位同學在假日參加一個團體的觀察：「（我們）可能有自己的事情要做就不去這樣，我們督導就蠻生氣的。…他會覺得說我們實習的時候你就必須要專心實習，而且必須把這個放在第一位，所以之後他才有跟我們說他對實習的定義。」(T04106/107)其實這也是反映了實習學生本身對於臨床經驗的態度，一般的督導也會期待實習生較為主動自發，而不是被動、動輒掣肘。其他不是直接駐地督導也曾經在專業研習場合上提到這樣的建議，希望學校本身對於準諮商師的基本訓練完整之後，才讓學生做校外實習較佳，如：「他說沒有校內實習就丟出來校外實習，感覺就是學生好像還沒有學到什麼就被別人丟出去這樣。」(T03105)

督導以先學者的慷慨無私，協助實習生去檢視自己的盲點、也做適當的提醒，甚至耐心陪伴，讓實習生受益良多。如：

「督導他提醒我很多地方，而且我看到的是督導對我的感覺就好像我對個案的感覺，就是他願意耐心（地）、很溫柔（地）陪我慢慢走過那段歷程。個案回饋給我的也是這樣子，有時候我會覺得沒有做什麼，可是他就會覺得說他自己的轉變是因為有人在旁邊等著他。」

(T03043/T03044)

「（他）慢慢比較關心我們，就變成他就像我們一個學長的角色，他告訴我們說有哪些論文的東西可以去看，然後他又做了很多學術的研究嘛，他就會把他的 paper 給我們看、會幫我們找資料，然後有時候就會覺得很貼心。」(T01137)

督導會期待實習生在較為長期的個案身上學習到更多，特別是在學校機構，有時候因為人力與資源分配緣故，不太可能有長期個案的空間，因此在這裡可以看出督導的用心；此外，督導最大的功能就在於其經驗與洞見，可以看到實習生忽略的部份。督導與實習生在這裡呈現了「平行過程」(Pearson, 2000)，而且是一種正向的遷移與學習，是很棒的示範與身教。而督導也明白實習生接下來的論文壓力，願意以過來人的經驗協助。

(九) 拋出問題、刺激想法

「看到督導在帶青少年方面，我覺得給我們蠻大的啟發，因為像通常我們講話都是很直接的，就是（比如）說『你為什麼要這樣？』…（督導）他會拋問題拋回去給他，我覺得督導這個部分給我們很大的一個思考空間。」(T03105)

督導對於自己機構服務對象有相關了解，也會適時糾正或引導實習生看見服務對象的特質與需求，這樣的示範也是督導的經驗值與長處。

(十) 督導放手讓同學去嚐試，從督導處獲得肯定也喜歡自己

「他（督導）幫我很多，然後可以讓我現在很喜歡我現在的自己，然後我覺得他有繼續成長的空間，其實我督導給我很多發揮的空間，他讓我（接）團體、接個案之間，他都會跟我講說妳應該怎麼做—都是到了最後我們在做檢討的時候（說）；他這樣子在我帶（團體）的之中會有些困難，可是他覺得說他不要把他的模式套在我身上，所以我覺得我有很大的發揮空間，不過其實我督導還是有很多潛移默化的效果。」(T05134)

督導放手讓實習生去做，只在事後檢討時做一些提醒，但是有時實習生會礙於督導的權位或是評鑑角色，拿捏不到督導的真正意思，就會產生上面的陳述(前後段有明顯衝突)，原來實習生對於要進行的團體模式不嫻熟，督導自然就介入較多，但是實習生也提到督導不希望她沒有理論根據就去帶一個團體。

督導的這個部份，其實也多少反映出個別督導的風格與領導方式，雖然只有一位督導較堅持自己的諮商模式（T05）、甚至要實習生按照其取向操作，但是也讓實習生有無所適從的感受。大部分的督導還是尊重實習生的選擇與喜好，在旁輔佐與叮嚀，卻也讓實習生感受到支持、有自我成長與發揮的空間，也在其中展現自信。

伍、綜合分析與討論

在這個焦點團體討論之後，我針對參與同學的反應、督導回饋與平日觀察作對照，發現許多的「隱而未說」(許韶玲，2004)(包括個人未竟事業對於諮商實務操作的嚴重影響，與督導關係不良影響信心與工作，處理當事人發生危機卻經過一段時間才通報等)，當然每個人都愛面子，即便大家在同一個課程與團體，交情也夠，只是還是希望呈現在眾人面前是自己最好的一面。

即使是「校內學習」基本上是給專業較不成熟的學生可以有機會去磨練自己的臨床經驗，但是學生的準備度還是不夠的，需要駐地督導十分用心地帶領，雖說是實習學生去協助實習學校或機構，但是實習學校還是花費了較大的心思來協助這些實習同學更臻圓熟。學生對於新環境實習最初還是較為被動，有些實習單位會鼓勵學生多所嘗試，甚至提供許多機會讓實習學生練習，除非學生本身願意

多學一些，也珍惜這樣的機會，否則普遍說來都還是較為被動、消極的。

實習學生當然希望可以有機會接觸實際個案，增加自己的臨場感，但是學生在接案同時，不免還是有擔心害怕，督導們也發現學生的諮商模式較囿限於基本的傾聽與反應（學生稱之為「Rogerian」），比較不會視情況做較適當的策略運用、或是問題解決，而有學生也願意將自己鍾愛的學派技巧用在諮商場合，唯由於技巧與理念的搭配仍不嫻熟，使用起來容易碰到瓶頸（曾端真，2003；Jordan & Kelly, 2004），當然這也說明了諮商不是只是技術的運用而已，還需要去了解當事人適用的方式。此外也反映了在學校內的專業訓練課程的確不夠，比如修習了諮商相關理論若干學分就可以選諮商實習課，嚴格說來學生的準備度是嚴重不足的，不能就這麼推出去讓「駐地督導」去訓練，也可能會違反專業倫理（如對當事人有傷害）。實習獲得主要包涵專業與個人兩部分（王文秀，2000；卓紋君、黃進南，2003），本研究結果發現是：督導與相關人員的協助、刺激自己的整理與成長、了解學校運作方式與協助對象，覺得不足的是督導示範與討論時間不足、學校輔導工作是因人而定無系統化、自我統整功夫待加強（林素玉、陳秉華，2000）、也發現所學不足；此外實習生也看到自己需要與人多接觸、態度可更積極、接觸多面卻不專精，以及增進概念化功夫等需要努力的面向。督導的參與陪伴、身教與願意放手、督導的建議與提醒、拋出問題讓實習生去思考，以及個性的展現（達觀、細心、慷慨與事必躬親）都是實習生所觀察與感受到的。督導的放下身段並無礙於其專業（Howard et al., 2006），反而讓實習生可以更願意學習、體會到督導的平易近人與專業並不衝突。督導以其經驗與專業提供不同向度的思考（Starling & Baker, 2000），甚至鼓勵實習生激發不同想法，讓實習生願意提出不同意見（Pearson, 2006）、對自己的想法建立自信；實習生也在不斷的體驗中慢慢減輕焦慮、增加自我效能感（O'Connell & Smith, 2005）。一般督導運用的督導方式有個督與團督，以個案報告或是講解的居多，鼓勵實習生善用錄音帶檢視自己的諮商過程（卓文君、黃進南，2003），示範或是臨場觀摩較少。督導扮演的角色基本上著重在教導與諮詢兩項（曾端真，2003；Pearson, 2006），扮演諮商師的部份幾乎沒有被提到；而督導的個性顯然是實習生著墨最多的部份，是不是意味著督導個性與督導模式的重要關聯？而這也較少於研究文獻提及。

有些學生會將自己侷限在諮商室裡，甚至認為只有在諮商室裡的工作才是諮商，這可能是一個很大的誤解，諮商還是需要整合其他資源與協助，讓目標當事人可以過更好、自在的生活。走出諮商室是必然，實習同學也第一次接觸到機構的行政與運作體系，也開始去了解體制的運作方式與資源的尋求，這是學習最多的部分。甚至有些督導會鼓勵實習同學把握任何可以學習的機會，包括去校外參與一些研討會或是工作坊，但是實習生卻忙於自己課業或私人事務，寧可選擇最狹隘的實習方式，這也是研究者常常聽到駐地督導批評的「沒有用心」。

實習情況最佳的自然是那些願意主動去碰觸與學習的學生，當然學生也遭遇到一些專業倫理的問題，都可以適時得到協助與解決。研究者也發現：往往是那些願意主動學習的同學會碰到最多的問題，但是他們的學習經驗與領悟卻也是最

豐碩的！

學生的自省也是另一個收穫（王文秀，2000），在實際應用之中，不僅可以對照課堂上理論的學習，也可以作為自身「諮商人」的反思與省察（Howard et al., 2006），這些動作對於諮商員的養成教育當然是加分。由於學生都是第二次選修實習課程，而且是在學校系統擔任實習，可能會比較了解學校系統與其運作，但是高中職與大專院校的輔導室工作項目還是有區別，最大的分野在於高中職非自願個案較多、大專院校則是以自願個案居多，高中職的志願選填與升學輔導佔最重比率，所以實習學生也不得不協助許多推薦甄選、選填志願、興趣與性向測驗等工作，還要做固定的班級輔導，當然大學部門也有對於自我興趣與生涯仍然拿捏不定者，但是大學輔導中心處理較多的還是情感、人際關係、情緒困擾等問題。在高中職擔任輔導諮商工作，似乎投注在輔導行政方面的力氣較多，而在諮商實務上受到較大的協助與監督；在大專院校實習生則是自主性較高，但是也由於學校諮商督導權責不清楚，有實習學生簡直是協助校務（也就是幫助處理學生事務情況最多）而非擔任諮商實習。

陸、結論與建議

一、結論

學生對於實習課程的期待主要還是聚焦在實習現場的獲得，希望自己可以將理論與實務做結合、了解機構的諮商實務與對象、磨練自己的專業知能與個人成長。在實習現場學習到的是督導與機構其他人士的協助與團隊合作、協助對象的特質與協助的有效方式、輔導或諮商業務是因人而治，發現不足的部份包含臨場觀摩督導時間較少，以及自身專業不足、需要學習更多。實習生認為自己需要挑戰的部分有：發現自己所學通而不精、要更多的人際的互動經驗與智慧、先前的準備功夫、與個案概念化技巧等。督導的特質包括真實呈現自我、達觀、謹慎細心、事必躬親、以身作則，督導方式有參與和陪伴、錄音檢視、叮嚀提醒、拋問題刺激思考、放手讓實習生去體驗實作等。

二、建議

對於未來研究與實務的建議如下：

- （一）採用焦點團體的方式原本是希望參與者與研究者彼此之間可以開放溝通、對議題了解更深入，然而只是一次的焦點團體未必能得到飽足的資料，但是卻也是短期蒐集資料極為便捷的一種方式，也許未來研究可以就類似經驗的實習生做更多次的焦點團體討論，可以看到較為完整的拼圖。
- （二）鑑於國內目前許多諮商實習督導本身並未接受過專業的督導訓練，許多都

還是因襲本身受督導經驗而來，因此對於督導風格與模式，有需要進一步做探討研究，俾使諮商實習生可以獲得更有價值的經驗。

- (三) 目前有照的駐地督導人數增加很多，然而事實上還是有「供不應求」的問題，除了需要督導的學生較多之外，實際督導時間也受到限制。倘若駐地實習機構可以讓督導有更多時間（或是以減少業務或授課節數方式）運用在與實習生的督導實務上，相信不僅實習生的學習會更扎實，督導也較能在專業工作上更賣力。
- (四) 實習生在實習之前的期待主要是希望可以從實務與觀摩中學習、提升自我與專業效能，督導的回饋與提醒是相當重要的，然而也顯現出其被動性。學生進入機構實習的投入程度，也看機構與督導要求、還有自身的期許與努力，有些只是在實習時段出現，少了與機構或服務對象更多互動與了解的機會，相對地也可喪失了更多學習的可能性。
- (五) 實習生希望從臨床工作中多一些專業技巧的磨鍊，唯技巧是諮商專業居於次要的一環，不同取向的人性觀與哲學是最重要的，技巧也會應運而生、甚至後來可以自行創造研發。諮商的專業效能以技巧為軸的「迷思」似乎仍待突破。
- (六) 有些督導認為學生在校內學習不夠就進入實習現場，的確很危險，甚至是拿機構內的當事人做「實驗」，這也是在教授諮商實習課程時的一個兩難困境（到底該放手讓學生去嘗試、還是準備程度到哪裡才可以放手讓他們出去實習？），畢竟校內課程的時數有限，而又有太多的材料需要學習，即便是每堂課以三學分計算，可能還是不夠！唯一的方式就是教師在校內的示範觀摩學習、以及學生之間的演練，甚至鼓勵學生可以進入社區一些機構或學校先行見習或是擔任義工，來磨鍊自己的臨床實務。

參考文獻

- 王文秀（2000）。國小準輔導工作者「諮商實習」課程與被督導經驗調查研究。
中華輔導學報，**9**，25-55。
- 吳秀碧、梁翠梅（1995）。學士級準輔導員諮商實習經驗之探討。**中華輔導學報**，**3**，41-57。
- 卓紋君、黃進南（2003）。諮商實習生接受個別督導經驗調查：以高雄師範大學輔導研究所為例。**應用心理研究**，**18**，179-206。
- 林素玉、陳秉華（2000）。大四實習諮商員在個別諮商實習期間的諮商能力發展研究。**中華輔導學報**，**9**，131-167。
- 許韶玲（2004）。受督導者於督導過程中的隱而未說現象之探究。**教育心理學報**，**36**（2），109-125。
- 曾端真（2003）。諮商師訓練中的督導功能。**應用心理研究**，**19**，13-17。
- 劉淑慧（1999）。個別諮商能力評量表學生自評版本之發展暨自評能力變化之研

- 究。中華輔導學報，7，201-244。
- 謝麗紅（1999）。團體諮商實習課程對準諮商員團體諮商領導能力訓練效果之分析研究。中華輔導學報，7，245-272。
- Bloor, M., Frankland, J., Thomas, M., & Robson, K. (2001). *Focus groups in social research*. London: Sage.
- Clingerman, T. L., & Bernard, J. M. (2004). An investigation of the use of e-mail as a supplemental modality for clinical supervision. *Counselor Education & Supervision, 44*(2), 82-95.
- Curtis, R. C. (2000). Using goal-setting strategies to enrich the practicum and internship experiences of beginning counselors. *Journal of Humanistic Counseling, Education & Development, 38*(4), 194-205.
- Gazzola, N., & Theriault, A. (2007). Relational themes in counseling supervision: Broadening and narrowing processes. *Canadian Journal of Counseling, 41*(4), 228-243.
- Granello, D. H. (2000). Encouraging the cognitive development of supervisee: Using Bloom's taxonomy in supervision. *Counselor Education & Supervision, 40*(1), 31-46.
- Halverson, S. E., Miars, R. D., & Livneh, H. (2006). An exploratory study of counselor education students' moral reasoning, conceptual level, and counselor self-efficacy. *Counseling & Clinical Psychology Journal, 3*(1), 17-30.
- Howard, E. E., Inman, A. G., & Altman, A. N. (2006). Critical incidents among novice counselor trainees. *Counselor Education & Supervision, 46*(2), 88-102.
- Jordan, K., & Kelly, W. F. (2004). Beginning practicum students' worries: A qualitative investigation. *Counseling & Clinical Psychology Journal, 1*(2), 100-105.
- Kahn, B. B. (1999). Priorities and practices in field supervision of school counseling students. *Professional School Counseling, 3*(2), 128-136.
- Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2003). 焦點團體訪談（洪志成、廖梅花譯）。嘉義：濤石。（原著出版於2000年）
- Lanany, N., Ellis, M. V., & Friedlander, M. (1999). The supervisor working alliance, trainee self-efficacy, and satisfaction. *Journal of Counseling & Development, 77*(4), 447-455.
- Ladany, N., & Lehrman-waterman, D. E. (1999). The content and frequency of supervisor self-disclosures and their relationship to supervisor style and the supervisory working alliance. *Counselor Education & Supervision, 38*(3), 143-160.
- Ladany, N., Marotta, S., & Muse-Burke, J. L. (2001). Counselor experience related to complexity of case conceptualization and supervision preference. *Counselor*

Education & Supervision, 40(3), 203-219.

- Nelson, K. W., Oliver, M., & Capps, F. (2006). Becoming a supervisor: Doctoral student perceptions of the training experience. *Counselor Education & Supervision*, 46(1), 17-31.
- Neswald-McCalip, R. (2001). Development of the secure counselor: Case example supporting Pistole & Watkins's (1995) discussion of attachment theory in counseling supervision. *Counselor Education & Supervision*, 41(1), 18-27.
- O'Connell, W. P. & Smith, J. (2005). Finding the shoe that fits: Experiential approaches for first practicum. *Guidance & Counseling*, 20, 158-162.
- Pearson, Q. M. (2000). Opportunities and challenges in the supervisory relationship: Implications for counselor supervision. *Journal of Mental Health Counseling*, 22(4), 283-294.
- Pearson, Q. M. (2006). Psychotherapy-driven supervision: Integrating counseling theories into role-based supervision. *Journal of Mental Health Counseling*, 28(3), 241-252.
- Presbury, J., Echterling, L. G., & McKee, J. E. (1999). Supervision for inner vision: Solution-focused strategies. *Counselor Education & Supervision*, 39(2), 146-155.
- Starling, P. V., & Baker, S. B. (2000). Structured peer group practicum supervision: Supervisees' perceptions of supervision theory. *Counselor Education & Supervision*, 39(3), 162-176.
- Van Velsor, P. R., & Cox, D. L. (2000). Use the collaborative drawing technique in school counseling practicum: An illustration of family systems. *Counselor Education & Supervision*, 40(2), 141-152.
- Ward, C. C., & House, R. M. (1998). Counseling supervision: A reflective model. *Counselor Education & Supervision*, 38(1), 23-33.

附錄：訪談問題

- 1.在你/妳選修「諮商實習」課之前，你/妳期待在這堂課獲得什麼？你/妳的目標是什麼？
- 2.期末的檢視、回顧你/妳在上此堂課之前的目標，你/妳達成了哪些？有多少？
- 3.你/妳在實習場所學到了什麼？
- 4.在實習期間，讓你/妳印象深刻的事件是？這個事件給你的影響或省思是？
- 5.未來在諮商這個專業上，你/妳希望有所成長或改進的是？
- 6.駐地督導在這段時間提供了什麼協助或是學習？或是你/妳認為駐地督導最佳的表現是？
- 7.駐地督導的諮商型態或是專業特色，請做描述。
- 8.請說出你/妳在下一次實習期待的目標或方向。

Pilot Study of Second Year Graduates' Perspective on Counseling Practicum Course and Practice: A Focus-group Discussion

Jane Chiu

Abstract

The practicum is a required course in the counselor-in-training program (practicum and internship) for counselor trainees. Various methods can be applied to evaluate the performances of the trainees; however, interviews can enhance understanding of their performance and practicum experience, and facilitate the improvement or redirection of goals and priorities in the counselor-in-training program. This study investigated the perspectives of second year graduates following their counseling practicum. A one-time focus group discussion was used to gather data. The results showed that (1) students have learned to collaborate with supervisors and team members within the institution, identify the nature of client's needs, develop effective helping skills, and individualize guidance or counseling programs, (2) students felt dissatisfied with inadequate opportunities for observing their supervisors, their lack of personal experience, and inadequate amount of practice, (3) students were challenged by their lack of skills proficiency, interpersonal experience and wisdom, preparation and ability to conceptualize cases, (4) supervisors were self-disclosing, optimistic, careful, hands-on, and exemplary, and (5) supervision methods included participation and support, recorded observation, reminders, critical questioning, and hands-on experience for students.

Keywords: counseling practice, practicum, supervisor

Jane Chiu

Dept. of Educational Psychology & Counseling, National

Pingtung University of Education (chiujane@ms34.hinet.net)

「全球心理衛生 E 學刊」編輯委員會組織要點

- 一、「全球心理衛生 E 學刊」編輯委員會（以下稱本編委會）由「全球心理衛生 E 學刊」主編邀請組成之，任期為四年。
- 二、本編委會置主編二人，編輯委員九至二十七名，共同執行學刊之編輯與審查工作。
- 三、本編委會下置助理編輯一至三人，擔任本學刊編輯之行政工作。
- 四、本要點經本編委會會議通過後施行，修訂時亦同。

「全球心理衛生 E 學刊」編輯委員會編審工作要點

- 一、「全球心理衛生 E 學刊」（下以稱本學刊）為定期出版之學術性期刊。本季刊之編輯委員會為處理文稿編審相關事宜，特訂定本要點。
- 二、本學刊常年徵稿，每年二月、八月各出刊一期，每期刊出至少二篇，以文稿審查通過先後為序。主編於接到稿件後兩個月內進行審查作業。
- 三、本季刊審查作業採匿名制，季刊論文稿件經主編和助理編輯執行匿名作業後，再送交編輯委員提出審查委員推薦名單。如投稿人為編輯委員，於推薦該稿件之審查委員人選時，應迴避之。
- 四、依匿名審查者之審查意見決定稿件處理方式如下表 1 所示。
- 五、本學刊編輯委員另訂定文稿審查暨著作財產權處理要點，以俾利審查之進行。

表 1 「全球心理衛生 E 學刊」稿件審查處理方式一覽表

處理方式		第一位審查委員結果			
		同意刊登	修正後刊登	修正後再審	不宜刊登
第二位 審查 委員 結果	同意刊登	同意刊登	修正後刊登	修正後刊登 或再審*	送第三位複審
	修正後刊登	修正後刊登	修正後刊登	修正後刊登 或再審*	送第三位複審
	修正後再審	修正後刊登 或再審*	修正後刊登 或再審*	不予刊登 或再審*	不予刊登 或再審*
	不宜刊登	送第三位複審	送第三位複審	不予刊登 或再審*	不予刊登

*由主編依論文品質及審查意見裁量決定。

「全球心理衛生 E 學刊」徵稿通告

一、主旨

「全球心理衛生 E 學刊」由國立彰化師範大學輔導與諮商學系台灣心理諮商資訊網出版暨發行，採半年刊與電子形式出刊。本學刊以發表心理衛生、輔導、諮商心理、臨床心理、復健諮商、社會工作、精神醫學、精神護理、職能治療、語言治療、特殊教育等與助人專業相關學科之學術專論與實務專論為主。本學刊採審查制度，發行主要目的在於呈現學術的研究成果，鼓勵新進學者發表，以提昇學術研究風氣並促進跨國際與跨領域之學術發展與交流。

本學刊主要內容如下：

(一) 學術專論

包括心理衛生、輔導、諮商心理、臨床心理、復健諮商、社會工作、精神醫學、精神護理、職能治療、語言治療、特殊教育等與助人專業相關學科之相關實徵性研究報告、綜論性 (review) 學術論文、相關之理論或技術之論述。

(二) 實務專論

舉凡任何實務工作之方法或策略、實務經驗、方案設計與實踐之心得等。

二、稿件格式 (請參閱「全球心理衛生 E 學刊」投稿論文格式之說明)

本學刊接受全球之繁體中文、簡體中文與英文稿件之投稿。繁體中文，應附繁體中文與英文摘要；簡體中文，應附簡體中文、繁體中文與英文摘要；英文稿件，應附繁體中文與英文摘要。

學術專論稿長以一萬字到三萬字為原則，實務專論稿長以八千字到一萬五千字為原則，上述字數原則皆含表格、中英文摘要及參考文獻。稿件內容依序包括下列各項：(有關作者個人之相關資料，僅能於作者基本資料表中呈現)

(一) 作者基本資料表 (表格請至 <http://gmhej.heart.net.tw/> 下載)

填寫作者基本資料表，載明論文題目、全體作者之中英文姓名、任職機構中英文名稱、第一作者與通訊作者之地址、電話、傳真及 E-mail (通訊作者為本學刊為提供學術交流而設置，請作者於投稿時提供相關資料以利進一步學術對話之開展)。

(二) 中文摘要頁

以 600 字為限，含論文題目、摘要及關鍵詞 (以不超過五個為原則)。

(三) 正文

「實徵研究報告學術專論論文以包括「緒論」、「文獻探討」、「研究方法」、「結果與討論」、「結論與建議」、「參考文獻」與「附錄」之結構為原則。

綜論性學術專論論文與實務專論論文之結構可具彈性，但應有「前言」、「結論」與「參考文獻」。

(四) 英文摘要頁

以 600 字為限，含論文題目、摘要及關鍵詞（以不超過五個為原則）。

備註：上述為繁體中文稿件格式，若為簡體中文稿件則簡體中文摘要頁在正文之前，繁體中文摘要頁與英文摘要頁在正文之後。英文稿件則英文摘要頁在正文之前，繁體中文摘要頁在正文之後。

(五) 著作權授權同意書（表格請至 <http://gmhej.heart.net.tw/> 下載）

投稿文章之所有作者均需分別填寫一式兩份。

文稿格式、符號、標題、數字、圖表、引用書目及參考文獻等撰稿體例請參閱本學刊投稿論文格式與本學刊之內容，或依照「美國心理學會出版手冊」第五版 (*Publication Manual of the American Psychological Association, 5th ed.*) 規定（文稿格式不符者，本學刊將退回給作者，修正後歡迎再投稿）。

來稿請由左至右、直式橫寫電腦打字，註明頁碼（每頁印 38 行，每行 35 字，12 級字，段落距離 0 列，單行行距）為原則。

三、著作權授權條款

投稿論文經本學刊接受刊登，作者同意非專屬授權國立彰化師範大學輔導與諮商學系台灣心理諮商資訊網做下述利用：

- (一) 以紙本或是數位方式出版。
- (二) 進行數位化典藏、重製、透過網路公開傳輸、授權用戶下載、列印、瀏覽等資料庫銷售或提供服務之行爲。
- (三) 以非專屬授權方式，授權給學術資料庫業者，將本論文納入資料庫中提供服務。
- (四) 為符合各資料庫之系統需求，並得進行格式之變更。

四、審稿

本學刊收到稿件之後，由輪值主編確認內容、格式是否符合本學刊之原則，交由編輯委員推薦二位相關領域之專家進行匿名審查，審查意見與結果將主動回覆稿件作者。凡經審查委員要求修改之文章，於作者修改後再行刊登。凡曾在相

關研討會上發表過之文章、改寫的學位論文或研究經費的來源等，請於作者基本資料表之作者註一欄中加以說明。

本學刊接受中文繁體、中文簡體與英文稿件，採常年徵稿、先到先審制。請將稿件以電子郵件寄至 gmhej@mail.heart.net.tw，註明「投稿全球心理衛生 E 學刊」。著作權授權同意書請寄到中華民國（台灣）彰化縣彰化市進德路 1 號國立彰化師範大學輔導與諮商學系轉「全球心理衛生 E 學刊」編輯委員會收(*Global Mental Health E-Journal*, Department of Guidance & Counseling, National Changhua University of Education, No.1, Jin-De Road, Changhua City, 500, Taiwan, R.O.C.)或傳真：886-4-7276542；電話：886-4-7232105#2211；E-mail：gmhej@mail.heart.net.tw

「全球心理衛生 E 學刊」投稿論文格式

本學刊接受全球之繁體中文、簡體中文與英文稿件之投稿。繁體中文應附繁體中文與英文摘要，簡體中文應附簡體中文、繁體中文與英文摘要，英文稿件應附繁體中文與英文摘要。學術專論稿長以一萬到三萬字為原則，實務專論稿長以八千字到一萬五千字為原則，上述字數原則皆含表格、中英文摘要及參考文獻。

行文請由左至右、直式橫寫電腦打字，並以 Word98 以上版本格式存檔，正文中請勿使用任何排版技術。正文請採 12 級字，段落距離 0 列，單行行距，中文部份（含標點符號）請以新細明體與全形輸入，英文(include punctuation marks)請以 Times New Roman 與半型輸入為原則。左右邊界 3.17 公分、上下邊界 2.54 公分。

稿件格式請依下列規定：

一、標題層次

(一) 中文書寫者請依序使用

壹、(靠左，加粗，上下空一行)

一、(靠左，加粗，上下空一行)

(一) (靠左，加粗，上空一行)

1. (靠左，不加粗，不空行)

(1) (靠左，不加粗，不空行)

(二) 英文書寫者請依序使用

CENTERED UPPERCASE HEADING

(置中，加粗，上下空一行)

Centered Uppercase and Lowercase Heading

(置中，加粗，上下空一行)

Centered, Italicized, Uppercase and Lowercase Heading

(置中，加粗，上空一行)

Flush Left, Italicized, Uppercase and Lowercase Slid Heading

(靠左，不加粗，不空行)

Indented, italicized, lowercase paragraph heading ending with a period.

(置中，不加粗，不空行)

二、正文

(一) 行文原則

1. 一頁以 38 行、一行 35 字為原則，並註明頁碼。
2. 學術專論以包括「緒論」、「研究方法」、「結果與討論」、「結論與建議」、「參考文獻」與「附錄」之結構為原則；實務專論之結構可具彈性，但得有「前言」與「結論」。

(二) 標題與註解

1. 文內標題請依標題層次規定方式處理，體例如前述。
2. 附表、附圖，標題加粗，標題不大於 12 級字，標號則用阿拉伯數字，例如：表 1、圖 1、Table1、Figure1 等，圖表中的文字不大於標題，以 word 格式製作，美觀清晰為原則。
3. 表的標題置於表上方，圖的標題置於圖下方，資料來源請於圖表下方列示。以靠近正文引用處隨後出現為原則。
4. 正文當中使用註解時，請以阿拉伯數字標於相關文字的右上方，註解內容則列於頁尾之處，以註腳方式、新細明體 10 號字處理。

(三) 參考文獻與其它體例

1. 參考文獻依照中文、英文順序排列，前者依作者姓氏筆劃順序，後者依作者姓氏英文字母順序排列，同一筆資料自第二行起中文須內縮兩個字、英文須內縮 5 個字元。
2. 文稿格式、符號、標題、數字、圖表、文獻引用方式及參考文獻等撰稿體例請參考「三、撰稿體例說明」，未在體例範圍內請依照「美國心理學會出版手冊」第五版 (*Publication Manual of the American Psychological Association, 5th ed.*) 之規定或本學刊之內容。

三、撰稿體例說明

(一) 文獻引用方式

正文中引用文獻，以標示作者名(中文作者姓名全列，英文作者只列出姓)、出版時間(一律以西元年代表示)，中文引用使用全型符號，英文引用使用半型符號，範例如下：

1. 單一作者
 - (1) 中文，如：(袁志晃，2005)
 - (2) 英文，如：(Hsieh, 2003)
2. 兩位作者
 - (1) 中文，如：(劉淑慧、林怡青，2002)
 - (2) 英文，如：(Chang & Chu, 2001)
3. 三位以上作者

- (1) 中文，若在五位作者以內，第一次出現須全部列出，如：（賀孝銘、林清文、李華璋、王文瑛、陳嘉雯，2007），第二次出現則需簡稱，即（賀孝銘等，2007），若有六位以上作者，則第一次出現即需簡稱。
 - (2) 英文，引用規則如上述之中文文獻，如：（Wang, Ratnofsky, Troppe, & Fletcher, 2002），之後則為（Wang et al., 2002）。
- 4.翻譯本引用：請註名原作者姓名，以及作品及譯本之年代，如：（Johnson & Johnson, 2003/2005）、（Jacobs, Masson, & Harvil, 2006/2008）。
- 5.引用兩篇以上文獻以分號隔開（中文在前，英文在後，依姓氏或字母排序）
- (1)中文，如：（張虹雯、陳金燕，2004；郭麗安、李星謙、王唯馨，2005；黃宗堅、葉光輝、謝雨生，2004；趙淑珠、蔡素妙，2002）
 - (2)英文，如：（Huang & Huang, 2005; Kao & Landreth, 1997; Wu, 2003）

（二）參考文獻

中文文獻在前，英文文獻在後，需依中文筆劃與英文字母序依次列出。中文篇名、期刊名與卷期以**粗體字**標示；西文篇名、期刊名與卷期以**斜體字**標示，範例如下：

1.書籍

(1)中文

張景然（2004）。**團體諮商的觀念與應用**。台北：弘智。

高淑貞（2006）。親子共讀、怎麼開始？載於何琦瑜（主編），**家庭教育：贏的起點**（317-321頁）。台北：天下雜誌。

(2)英文

Corey, G., Corey, M., & Collanan, P. (1993). *Issues and ethics in the helping professions*. (4th ed.). Pacific grove, CA: Brooks/Cole.

Collie, R. K., Mitchell, D., & Murphy, L. (2000). Skills for on-line counseling: Maximum impact at minimum bandwidth. In J. W. Bloom & G. R. Walz (Eds.), *Cybercounseling and cyberlearning: Strategies and resources for the millennium* (pp. 219-236). Alexandria, VA: American Counseling Association.

(3)譯本

Jacobs, E. E., Masson, R. L., & Harvil, R. L. (2008). **團體諮商：策略與技巧**(程小蘋、黃慧涵、劉安真、梁淑娟譯)。台北：五南。(原著出版於2006)

2.期刊

(1)中文

賀孝銘、吳秀碧、張德榮、林清文、林杏足（2001）。諮商員「個案概念化」之能力結構與評量表之編製研究。**彰化師大輔導學報**，**22**，193-230。

謝毅興、柯慧貞、林彥鴻（2007）。憂鬱症、焦慮症、以及焦慮和憂鬱共病婦女對負面情緒的因應。**台灣精神醫學**，**21(2)**，117-126。

(2)英文

Hsieh, Y. H. (2003). Spatiotemporal characteristics of interaction between exogenous and endogenous orienting of visual attention. *Chinese Journal of Psychology, 45*(3), 227-241.

Kao, S. C., Lin, C. E., & Chiu, N. Y. (2006). A proposed e-care center for mental health interventions. *Journal of Psychiatric Practice, 12*(3), 180-186.

3.會議、研討會

(1)中文

陳均姝、王郁琮、王麗斐（2007年9月）。大學生成長團體與教育心理團體之治療性因素及其影響因素研究。台灣統計方法學學會2007年會暨第四屆統計方法學學術研討會，台北。

郭麗安（2004年9月）。同志與異性戀婚姻關係中的性別角色：諮商實務上的反思與實踐。台灣心理學會第四十三屆年會，台北。

(2)英文

Wu, T. (2004, July). *A comprehensive ethnic identity model for Chinese American women*. Roundtable session presented at the Annual Convention of the Asian American Psychological Association, Honolulu, HI.

Price, S. M., Potter, L., & Wang, Y. L. (2006, November). *Evaluating the role of VERB brand in influencing attitudes and behaviors*. Annual Conference of American Evaluation Association, Atlanta, GA.

4.學位論文

(1)中文

劉福鎔（1996）。小學教師的A型人格特質、師生關係與學生生活適應之研究。國立彰化師範大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，彰化。

(2)英文

Wu, T. (2003). *Chinese American women's ethnic identities: A qualitative study*. Unpublished doctoral dissertation, Alliant International University, CA.

5.專門研究報告

(1)中文

趙淑珠、程小蘋（2001）。中學行政主管人員性別意識之評估研究。行政院國科會研究計畫（NSC89-2413-H-018-031）。

(2)英文

Mazzeo, J., Druesne, B., Raffeld, P. C., Checketts, K. T., & Muhlstein, A. (1991). *Comparability of computer and paper-and-pencil scores for two CLEP general examinations* (College Board Rep. No. 91-5). Princeton, NJ: Educational Testing Service.

6.電子媒體

(1)中文

台灣輔導與諮商學會(2001)。台灣輔導與諮商學會諮商專業倫理守則。2007年9月25日，取自 <http://www.guidance.org.tw/ethic.shtm>

(2)英文

American Counseling Association. (2005). *ACA Code of Ethics*. Retrieved Sep. 25, 2007, from <http://www.counseling.org/Resources/odeOfEthics/TP/Home/CT2.aspx>
(文稿格式不符者，將退回給作者，修正後歡迎再投稿)

著作權授權同意書

論文名稱：_____（以下稱「本論文」）

一、若本論文經**全球心理衛生 E 學刊**(*Global Mental Health E-Journal*)接受刊登，作者同意非專屬授權予 國立彰化師範大學輔導與諮商學系台灣心理諮商資訊網 做下述利用：

1. 以紙本或是數位方式出版
2. 進行數位化典藏、重製、透過網路公開傳輸、授權用戶下載、列印、瀏覽等資料庫銷售或提供服務之行爲
3. 再以非專屬授權方式授權給學術資料庫業者將本論文納入資料庫中提供服務
4. 爲符合各資料庫之系統需求，並得進行格式之變更。

二、作者同意國立彰化師範大學輔導與諮商學系台灣心理諮商資訊網得依其決定，以有償或無償之方式再授權予其他資料庫業者，有償資料庫之權利金收入則歸【彰化師範大學】所有。

三、作者保證本論文之研究與撰寫過程中合乎相關專業倫理之要求，並爲其所自行創作，有權爲本同意書之各項授權。且授權著作未侵害任何第三人之智慧財產權。本同意書爲非專屬授權，作者仍對授權著作擁有著作權。

此致 國立彰化師範大學輔導與諮商學系台灣心理諮商資訊網

立同意書人(作者)簽名：

(共同著作之作品，須每位作者各簽署同意書一式兩份，授權才可生效。)

身份證字號(ID card number)：

電話號碼(Telephone)：

電子信箱(E-mail)：

通訊地址(Address)：

西元 年 月 日

Editorial Board Organization - Terms and Conditions

- The Board consists of one Chief Editor.
- The Editorial Board recruit ten to thirty reviewers with a four-year term to participate in the editing and review process
- The Editorial Board consists of one to two Assistant Editors for the administrative work involved in the editing of Global Mental Health E-Journal.
- The terms and conditions take effect as the date of the approval or amendment of the Editorial Board meeting.

Operational Guidelines for the Editorial Board

The Operational Guidelines are developed by the board members to facilitate the editing and review process of Global Mental Health E-Journal.

- Global Mental Health E-Journal is an academic journal published quarterly with at least three papers per issue. Papers are published in chronological order of acceptance. Submissions will be reviewed within 2 months of receipt.
- All submissions are reviewed under a process where both the authors and the referees are kept anonymous. Editorial board members shall refrain from making a recommendation of the referees for manuscripts authored by themselves.
- Based on the referees’ comments, the acceptance of the final the submission is outlined as follows:

Final Decision		Referee A			
		Accept as is	Accept after revision	Re-review after revision	Reject
Referee B	Accept as is	Accept as is	Accept after revision	Accept or re-review *	Include a third referee
	Accept after revision	Accept after revision	Accept after revision	Accept or re-review after revision*	Include a third referee
	Re-review	Accept or re-review after revision*	Accept or re-review after revision*	Reject or re-review *	Reject or re-review *
	Reject	Include a third referee	Include a third referee	Reject or re-review *	Reject

* *Decision rests with the Chief Editor based on the quality of the submissions and the referees’ comments.*

- Guidelines in regard to review and copyright issues shall be developed by the Editorial Board to facilitate the paper review process.
- Contributions of each issue shall be restricted to one paper per individual as the first author. Each volume of the journal shall include at least two research papers external to the staff papers.

Call for Paper

Global Mental Health E-Journal is a scholarly, electronic journal published twice a year Department of Guidance & Counseling at the National Changhua University of Education and Taiwan Counseling Net in Taiwan. The journal publishes contributions on many topics, such as mental health, guidance, counseling psychology, clinical psychology, rehabilitation, counseling, social work, psychiatry, Psychiatric nursing, occupational therapy, speech-language therapy, special education etc.. Our purpose is to represent the achievements of the academic research, encourage novice scholar and graduate student to submit, enhance the climate of academic research, and advance the transnational and interdisciplinary academic development and communication. We welcome previously unpublished empirical and review papers. Global Mental Health E-Journal publishes papers in the areas of

1. Academic monograph, including empirical research, review essay, theory or skill about mental health, guidance, counseling psychology, clinical psychology, rehabilitation counseling, social work, psychiatry, psychiatric nursing, occupational therapy, speech-language therapy, special education.

2. Practical monograph, including method or strategy in practical experiences, program design and practice.

Manuscript Preparation

Submission must include a title page, the submitted manuscript, two copies of Publication Form. Submitted manuscripts must be written in the style outlined in the Publication Format of Global Mental Health E-Journal and the Publication Manual of the American Psychological Association (5th edition). Any inconsistency with the format requirements will result in return of manuscripts. The authors are encouraged to correct the format and resubmit. All manuscripts must have Chinese and English abstracts both containing a maximum of 500 words (1,500 to 2,000 characters) typed in a separate page. Up to five keywords or brief expressions can be supplied with the abstract. A manuscript (including tables, figures, and both abstracts) should be limited to 12,000 Chinese words or 6,000 English words. If manuscripts have been presented in conferences, have sponsors, or are adaptations of academic degree theses, it should be addressed in cover letters.

The template of title page and Copyright Authorization Form can be found at <http://gmhej.heart.net.tw/>. All the identifying information of the authors should only appear on cover letters not on the title page. All authors must submit two copies of completed Copyright Authorization Form.

Manuscripts must be single-spaced and typeset in 12-point word size and printed on one side only of A4 paper with page numbers. Each page has 38 lines and each line with 35 Chinese words (not applicable if written in English.) There should be no line spacing between paragraphs. The author must supply all submitted materials on a CD in Word files (Word 98 or above).

Publication Policies

Upon acceptance for publication, the Department of Guidance and Counseling at the National Changhua University of Education has the right to:

- Publish the accepted manuscript in printed or electronic version
- Provide the accepted manuscript to commercial online databases for electronically storage, reproduction, offering access to read, download, or print.
- Allow the National Library or other database services to provide accepted manuscripts to their users
- Make editorial change in accepted manuscripts tailored to different format requirements of various database services

Review Process

Upon receipt of the manuscripts, the manuscript will be evaluated by the Chief Editor to ensure the manuscript content fit for the purpose of the journal. Then, the Editorial Board recommends two experts as reviewers to undergo a masked review process. Reviewer comments will be forwarded to the authors.

Submission

Submissions are accepted at all times. A review process starts shortly after receipt. Submission materials must include a title page, three copies of the manuscript, copies of completed Copyright Authorization Form (each author with two copies completed) and a CD with all the submitted materials. Please send all materials to:

Department of Guidance & Counseling
Attn. Editorial Board of Global Mental Health E-Journal
National Changhua University of Education
No. 1, Ji-De Road, Changhua City, Taiwan 500 R.O.C.
Tel:886-4-723-2105 Ext.2211
Email:gmhej@mail.heart.net.tw

Title Page

Manuscript Title:

Chinese:

English:

Key Words (maximum of five words):

Chinese:

English:

Author(s) and Affiliation(s):

(If more than one authors, please write in the order of authorship):

Chinese:

English:

Contact Information of the First Author and the Corresponding Author:

(Please include telephone and fax numbers, postal address, and email):

Author's Note:

(If applicable, need to mention sources of research funds, academic theses the manuscript adapted from, and/or conferences the manuscript has been presented)

Copyright Authorization Form

Manuscript Title: _____

(Will be addressed as this Manuscript throughout this form)

1. Upon acceptance of the Manuscript, the author, I, hereby transfer and assign to Global Mental Health E-Journal the copyright to:
 - A. Publish the accepted manuscript in print or electronic forms.
 - B. Provide the accepted manuscript to commercial online databases for electronic storage, reproduction, offering their users to read, download, and print.
 - C. Permit the National Library or other database services to provide accepted manuscripts to their users.
 - D. Adjust accepted manuscripts in order to fit different format requirements of various database services.
2. The author permits the Department of Guidance & Counseling at the National Changhua University of Education can grant the use of this Manuscript to other database services for free or for a cost. If it is for a cost, the money belongs to the National Changhua University of Education.
3. The author adheres to all related ethical guidelines throughout the process of completing this Manuscript. This Manuscript is an original piece of work by the author. The author has the right to transfer its publishing and proprietary rights. There is no plagiarism or violation of copyright. This form is the permission to publish this Manuscript. The author still holds the copy right of this Manuscript. If the Manuscript is prepared jointly with other authors, the completion of the authorization form for publication requires each author to complete this form separately and makes two copies of each. By signing this agreement, the author acknowledges the terms and conditions listed above.

Author's signature:

ID Number (or SSN):

Telephone Number:

Email:

Address:



全球心理衛生 *E* 學刊
Global Mental Health E-Journal

國立彰化師範大學輔導與諮商學系台灣心理諮商資訊網 出版暨發行

Department of Guidance and Counseling,
National Changhua University of Education & Taiwan Counseling Net

<http://gmhej.heart.net.tw/>