



台灣心理諮商季刊

Taiwan Counseling Quarterly

第一卷 第一期
Vol. 1, No. 1

2009 年 3 月
March, 2009

國際標準期刊碼
ISSN: 2077-2440 (On-line)
ISSN: 2079-469X (Print)

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：王智弘（國立彰化師範大學 輔導與諮商學系）

編輯委員：(依姓氏筆劃序)

王南梅（中山醫學大學 語言治療與聽力學系）

王敏行（彰化師範大學 復健諮商研究所）

王華沛（台灣師範大學 復健諮商研究所）

王慶福（中山醫學大學 心理系）

白雅美（陽明大學 醫學系）

余漢儀（台灣大學 社會工作學系）

吳芝儀（嘉義大學 輔導與諮商學系）

李玉嬋（台北護理學院 生死教育與輔導研究所）

周文玫（Graduate Psychology and Counseling, University of Mary
Hardin-Baylor, 美國）

林妙容（暨南國際大學 輔導與諮商研究所）

林梅鳳（成功大學 護理學系）

林朝誠（台灣大學 醫學系）

林蔚芳（台北市立教育大學 心理與諮商學系）

施達明（澳門大學 教育學院，澳門）

洪福建（中原大學 心理學系）

胡中宜（彰化師範大學 輔導與諮商學系）

修慧蘭（政治大學 心理系）

張 玨（台灣大學 衛生政策與管理研究所）

張娟鳳（高雄醫學大學 心理學系）

許維素（台灣師範大學 教育心理與輔導學系）

許韶玲（交通大學 教育研究所）

陳 方（Department of Rehabilitation Psychology and Special Education,
University of Wisconsin-Madison, 美國）

陳均姝（彰化師範大學 輔導與諮商學系）

陳瓊玲（中山醫學大學 職能治療學系）

黃聖桂（東海大學 社會工作學系）

楊明磊（淡江大學 教育心理與諮商研究所）

廖鳳池（高雄師範大學 輔導與諮商研究所）

趙淑珠（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）

鄧志平（彰化師範大學 輔導與諮商學系）

謝文宜（實踐大學 社會工作學系）

謝毅興（彰化師範大學 輔導與諮商學系）

謝麗紅（彰化師範大學 輔導與諮商學系）

審查委員：(依姓氏筆劃序)

白雅美（陽明大學 醫學系）

周文玫（Graduate Psychology and Counseling, University
of Mary Hardin-Baylor, 美國）

林妙容（暨南國際大學 輔導與諮商研究所）

林梅鳳（成功大學 護理學系）

張 玨（台灣大學 衛生政策與管理研究所）

許維素（台灣師範大學 教育心理與輔導學系）

陳易芬（台中教育大學 諮商與應用心理學系）

劉嘉逸（長庚大學 醫學系）

鄧志平（彰化師範大學 輔導與諮商學系）

編輯助理：(依姓氏筆劃序) 張勻銘 郭思琪 鍾宇星

編輯說明：

- 一、本季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、本季刊聯絡方式—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「台灣心理諮商季刊」編輯委員會；電話：04-7232105#2211；電子信箱：tcq@mail.heart.net.tw

1-1 目錄 (Content)

國民小學高年級兒童社交技巧團體之看見：我與一群活蹦亂跳兒童的
相遇

林麗珊 1

曼陀羅創作在冥想中的運用

許智傑 謝政廷 施玉麗 8

一次單元諮商模式在電話協談的應用

蕭高明 18

網路團體諮商之發展

郭思琪 28

國民小學高年級兒童社交技巧團體之看見

~我與一群活蹦亂跳兒童的相遇

林麗珊

摘要

本文為筆者帶領國民小學高年級社交技巧團體的實務經驗分享，筆者所帶領的社交技巧團體，參與對象以班級老師推薦情緒衝動不易控制、行為有偏差和干擾老師上師等外顯行為居多。因此，筆者針對其外顯行為而被老師轉介，將其命名為「活蹦亂跳」兒童，整理與歸納筆者在實務經驗中：一、團體形成前的準備：包括成員的招募與篩選、成員的性質、團體方案的設計；二、團體過程中所看到的現象與因應之道；三、團體結束後的持續追蹤；最後為筆者在與這些兒童互動過程中的個人的省思，與兒童相關工作者分享。

關鍵詞：國小兒童、社交技巧、團體

林麗珊 國立彰化師範大學輔導與諮商學系 lesan23@yahoo.com.tw

壹、前言

國民中小學社交技巧訓練團體使用範圍相當廣泛，內容也會依對象不同的需求而有所不同，筆者搜索國內的碩博士論文有關社交技巧訓練團體，研究對象有針對行為不當的兒童、具攻擊性的兒童、社會孤立與退縮兒童、不受歡迎、被拒絕或被忽視兒童、一般人際關係訓練等等，但研究結果皆不一致，顯示其不一定具有輔導效果（王櫻芬，1997；林佩琪，2000；邱瓊瑩，2003；姜錢珠，1993；劉永福，1994；蔡麗芳，1992；盧佳嘉，2007；謝應珍，1987）。筆者從大學修習團體諮商實習課程到現今，在國民小學的教育現場上，不管是領導者、協同領導者或觀察員的角色，大約有六到七個帶領國民小學高年級兒童社交技巧團體的經驗，主要的對象以班級老師推薦情緒衝動不易控制、行為有偏差和干擾老師上師等外顯行為居多，因此，筆者主要針對其外顯行為而被老師轉介，將其命名為「活蹦亂跳」兒童，整理與歸納筆者在實務經驗中，從團體形成前的準備、團體過程中、團體結束後，筆者的看見，包含所遇到的問題與因應之道，與兒童工作者分享；最後為筆者在與這些兒童互動過程中的個人的省思。

貳、團體形成前的準備

一、關於成員的招募與篩選

國民中小學帶領的社交技巧團體的兒童，經常都是經由班級導師轉介至輔導室，以非志願兒童居多，老師的轉介理由，大致可以分成幾種原因：1. 嚴重干擾老師上課的行為，包含上課不專心、走動、講話、不遵守秩序；2. 與同學的人際衝突：包含肢體暴力、語言攻擊；3. 來自於家庭狀況的相關因素；4. 參與幫派等等。因此，可能是帶給老師困擾的兒童才進入團體當中。田秀蘭、陳淑琦、劉玲君和王櫻芬（2003）研究中指出，一般教師對於團體的概念，認為是有問題的孩子才適合參加，因而會推薦自己覺得難以處理的孩子參加團體。筆者在教育現場上發現確實是如此，也面臨了一些限制與挑戰，包括：兒童的同質性過高的成員放在同一個團體更容易造成衝突、非志願的個案導致參與的意願不高、家長未經告知所延伸的相關問題等等。因此，筆者認為在團體準備過程中，領導者事先篩選成員，會有利於團體的運作。以下提出筆者認為較恰當的具體作法。

（一）與經由老師轉介的兒童面談和家長的知後同意權

筆者在過去的經驗中，在團體進行前，先與兒童有所接觸，是一個建立關係的開始，並且告知成員參與團體的用意與進行方式，邀請參與，增加成員參與的動機與意願。除此之外，也可以從面談過程中，過濾可能不適合參與團體的兒童，田秀蘭等人（2003）指出若學生不明原因，或抗拒參與團體，則容易形成團體發展和成員個人成長上的障礙。

由於國民小學屬於未成年，基於諮商專業倫理的知後同意權，需要告知家長，但經常被忽略，而延伸一些相關問題，包含家長認為兒童被貼上標籤、團體進行中有成員的流失、對團體的誤解等等，因此，事先以簡單的書面通知或是電話訪談，讓家長了解團體的性質，雖然可能也因此而遭受拒絕，影響兒童參與團體的權利，而基於尊重的立場，筆者認為事先告知家長仍有其必要性。

因此，筆者認為，團體準備期時，透過老師的轉介理由、與兒童事先面談、告知家長的知後同意權，三方面都可以達成共識，方能提供給兒童在團體中有利的學習。

(二) 成員的性質：異質性為宜/人數不宜過多

成員的特性會影響團體的互動關係，在團體成員的選擇會有一般性的考量與特殊性的考量，一般性考量包括成員的身心健康、參與的意願、無法全程參與、是否有接受其他的個別諮商或治療等；特殊性的考量，例如：某些定性質的團體，關於成員的性別、年齡與偏差行為等皆需要有特別的考量。因此，因應著不同的團體性質，團體成員的選擇會有不同的考量（徐西森，2004）。筆者在實際帶領兒童社交技巧團體中關於成員的特性中發現幾點：1. 性別上，幾乎都是以男生為主；2. 皆為班上老師認為有偏差行為與干擾老師上課的兒童；3. 人數過多等；在這樣團體成員的特性組合之下，筆者帶領過程中倍感挫折。在有一次帶領團體的經驗中，團體成員的組合有被老師轉介與自願參與團體為班級中楷模的兒童，性別有男有女，讓筆者有不同的體會，思考社交技巧訓練團體的目標，是讓兒童學習以正向的方式與同儕或成人建立良好的互動，而就社交技巧團體本身類似行為矯治的特殊性質團體，徐西森（2004）指出，理想上行為矯治團體之成員篩選以正向力量（非偏差行為者）大於負向力量（偏差行為為原則），一方面可以增加有效的團體動力，一方面也可以減少團體的負向標籤。田秀蘭等人（2003）研究中指出，關於同質性或異質性團體的決定，不少學校經常將違犯傾向的兒童放在同一個團體當中，領導者很難帶領之外，部分成員可能因為參與團體反而在團體的情境中造成衝突，而喪失社交技巧團體的用意。根據徐西森（2004）提出的特殊性考量與相關帶領經驗，筆者認為「楷模」在國民小學高年級兒童發展階段，有重要的影響力，因此，在社交技巧的團體中，正可以反應班上的真實情況，建議有下列的作法：1. 異質性團體：不要把同樣類型的兒童放在一起，要有楷模的學習對象，而楷模對象可能成為部份成員攻擊的對象，領導者需謹慎考量與處理；2. 性別平均：在團體過程中讓兒童觀察男生和女生在人際應對上的相似與相異處；3. 盡量不要把班上的死對頭的兒童置入同一個團體當中，避免更容易造成衝突等等。關於人數的多寡，就筆者的經驗，人數不宜超過八人，以確保領導者可以掌握每位兒童的狀況，兒童也可以在團體中有充裕的時間分享與學習。

二、團體方案的設計

社交技巧可以經由學習獲得與帶給兒童幫助，Wilkison 和 Canter (1982) 提出社交技巧訓練內容可視對象及訓練目的之不同而決定。因應對象與訓練目的，筆者在兒童社交技巧團體的實務經驗，以結構性具體明確的方式與結合行為改變技術的相關技巧作為考量；團體形成前的準備，在依據兒童的特性與兒童所缺乏、不當和需要學習的社交技巧擬定方案。Bulkeley 和 Cramer (1994) 的研究即指出，針對兒童個別特質及情況而編製的社交技巧訓練，其效果較一般標準化的訓練為佳。然而在筆者在幾次高結構的方式帶領經驗中的困難在於，經常無法如方案設計進行。張景然 (2001) 在團體中的迷思指出以為團體諮商就是數個活動的累積而產生的幾個問題，在帶領兒童社交技巧團體中也確實發生。因此，筆者認為，規劃團體方案，對於尚在學習階段的筆者仍有其必要性，更重要的是要在規劃中隨著團體的進展有彈性調整。除了如張景然 (2001) 所強調的，活動本身不是重點，活動後的分享才是團體的重點與強調的「此時此地」。另外，在實務帶領過程中也發現，由於時間上的限制與成員的性質等等，在每一次的團體，往往只需要一個活動的進行與活動結束後的回饋與分享就已足夠，無須擔心沒有足夠地準備團體活動。

參、正式進入團體

筆者所帶領的社交技巧訓練團體平均以八次為主，如同上面所敘，皆有事先設計團體方案，並且配合團體發展的幾個階段：初期、轉換、工作與結束階段 (Corey, 1995/1999)，筆者在這一部份主要是歸納在社交技巧團體常見的特殊事件說明之：

一、成員在言語中不斷出現髒話與性的字眼

幾次帶領國民小學高年級兒童的社交技巧團體，不約而同經常在團體中聽到成員出現髒話與帶有性的語言，干擾團體的活動進行，以至於筆者原先所規劃設計的活動受到阻礙。筆者思考每位成員所處的家庭狀況、老師轉介的理由、事先與兒童和家長的溝通以及與督導的討論，這些兒童真實的反應在團體外的狀況到團體中來，因此，與其透過社交技巧的內容所設計的相關活動，例如：「專注力訓練」、「不打斷他人說話」、「傾聽」與「遵守規範」等等，倒不如把兒童出現的不雅語言帶入活動「此時此刻」的討論會更有意義，例如：兒童是否了解這些不雅語言的意思？說這些不雅語言的用意是什麼等等，筆者在這樣的過程中發現，這些孩子的不雅語言，學習來自於家庭、同儕等，出現這些語言往往是為了吸引注意力，因此，筆者經常在活動的進行與出現不雅語言的處理拿捏時間，有時融入活動討論，有時採取忽略，使其削弱；成員若有正向語言的表達，給予肯定與

鼓勵，協助兒童辨識自己的行為反應與可能的結果，修正以適當的方式引起注意力，效果不錯。

二、團體規範執行的困難

不管在任何年齡階段的成員，在團體的第一次經常會擬訂團體規範，經由老師轉介兒童的社交技巧團體中，發現擬定規範和實際執行都有其困難性，因為所擬定的規範往往是兒童要在團體中學習的，例如：我不攻擊別人、在團體中我不罵髒話、發言前要舉手、不隨便起來走動、不能說別人的秘密、專心聽別人說話等，然而成員在團體中卻經常無法做到，造成無法遵守團體規範。Gresham, F. M. 和 Elliott, S. N. 於 1990 年指出社交技巧是指社會上所能接受之令個人與他人互動時，促使正向反應發生，且協助避免負向反應發生(引自邱瓊瑩, 2003)。Bandura (1972) 及 Skinner (1953) 指出一個人知道其願望或需求可以經由某種行為來達成，即造成增強作用。在一次的團體經驗中，筆者在與督導討論之後，嘗試採取具體的記分板進行加減分，以加分的增強方式，增強孩子好的表現，扣分的削弱方式，讓其不當行為頻率降低，以外在增強，配合領導者口頭給予正向回饋，筆者發現，比擬訂團體規範要其遵守更發揮其效果。而國小高年級的兒童正進入尋求自我認同的階段，希望可以獲得注意力，以行為改變增強的策略，讓孩子在團體過程中，學習以適當的方式引起注意力，違反規範時，「此時此地」立即性的與兒童討論，更有實質上的意義；另外，於活動結束之後給予獎勵回饋，滿足兒童的需求，也提高了行為學習效果的動機。

三、成員肢體衝突與結盟和排擠現象

筆者帶領的社交技巧團體，幾乎以男性為主，同質性很高，這些孩子在團體中出現互相攻擊，甚至有肢體衝突，不令人意外。在帶領同質性如此高的社交技巧團體，需要有協同領導者的協助，一位領導者繼續帶領團體進行，另一位領導者，處理衝突事件的突發狀況，否則易造成失控。另外，由於班級老師可能將班上的死對頭一起轉介而來，未經過事先的篩選，造成成員在團體中的針鋒相對，干擾團體的動力。因此，如前面篩選成員所述，班上的死對頭皆不適宜放在同一個團體當中，應將其安置在不同的團體或是針對特定還未準備好的成員可能需要接受個別諮商。

另外，團體成員當中，若有志願參加的楷模成員，一方面可以成為學習的對象，另一方面，領導者需要留意該成員可能會在團體中成為其他成員排擠的對象，因此，領導者需要在團體進行之前先告知該楷模成員可能發生的狀況，以避免在團體中造成傷害。相對於排擠，就是成員彼此之間的結盟，聯合起來攻擊某一位成員或干擾團體的進行，就筆者過去的經驗，對於成員的結盟現象，若能轉變為在團體中發揮正向的影響力修正不適當的行為，可以使團體的動力獲得不錯

的效果。

肆、團體的結束

筆者所進行的兒童社交技巧團體，屬於結構性質的團體，高度結構的團體中，於每一次團體活動後的分享才是重點所在（張景然，2001），然而，在實際帶領兒童社交技巧團體中發現，活動能否順利都有其困難性，更毋須談論到活動後的分享與探索。因此，理想狀況下，領導者會在每一次團體結束之後給予每位成員回饋與成員自己的自我回饋；如果無法在每一次活動結束後回饋或分享，領導者在下一次團體的一開始，把前一次在團體中觀察到兒童的進步寫在一張紙條上給每一位兒童，可以有不錯的效果。

Elliott, S. N. 和 Gresham, F. M. 於 1987 年提出概念化評估兒童社交技巧的應包括：1. 教師、父母和同學評價；2. 教師、父母和同學訪談；3. 觀察；4. 行為角色扮演；5. 社會計量；Sheridan, S.M. 和 Walker, D. 於 1999 年認同上述五種評估方法，此外，認為自陳法也是可供評估的標準之一（引自邱瓊瑩，2003）。筆者在實習時所帶領的團體，在團體的最後一次，會發給每一位兒童一本檔案夾，回顧每一次團體進行的活動與在活動過程中的學習，也邀請兒童給自己在這幾次活動中打分數，並且說明理由，類似自陳法作為評估標準，筆者發現，這些兒童的可愛之處在於很誠實的反應自己在團體中的表現；另外，如果理想狀況下，透過教師、父母、同儕對兒童的評估，可以瞭解兒童在團體之外的表現。筆者認為社交技巧的選擇應是對孩童及其環境中的重要他人有意義的，如此才能幫助他們長久的保持這些技巧；筆者曾對於一個團體的兒童，透過電話訪問進行持續追蹤，瞭解兒童在團體結束之後的狀況，父母對於孩子的參與團體經驗表達肯定，雖然在研究上，「成效追蹤」常會在研究建議被提出，卻也成為研究中的限制與困難所在，筆者在執行上也確實發現有困難，包括時間因素、家長與學校的配合度不高等。筆者認為兒童在團體中所學習的經驗，要能類化的實際日常生活中與持續性，除了有賴兒童本身；家長、學校老師和同儕之間的協助，方能發揮較佳的效果。

伍、結語及省思

上述為筆者帶領兒童社交技巧團遇到的問題與因應之道之實務經驗，與相關兒童工作者分享。最後，筆者提出與這些兒童的互動過程中的省思，一群在老師或家長眼中很頭疼的兒童，若能抱持著彼此尊重的態度，給予這些兒童不同其他人看他們的經驗，會成為一個改變的契機。因此，筆者認為，個人專業學習的理論基礎、專業訓練與技巧在帶領兒童團體固然重要，而領導者的態度與對孩子的關心更是重要，融入與傾聽孩子的內心世界，以多元角度來看兒童的問題，也可以降低自己的挫折感與焦慮。因此，筆者在關於兒童諮商專業的學習路上，會繼

續抱持著一個謙虛與學習的心，善用個人俱備的特質，覺察自己的專長與限制，實際的在與兒童的互動過程中，修正經驗與接受督導，提升自己的專業能力，感謝這群活蹦亂跳的兒童帶給我珍貴的禮物，因為你們，我看到自己的不足，因為你們，讓我有成長，是個具有挑戰與美麗的相遇。

參考文獻

- 王櫻芬 (1997)。社交技巧訓練對國小攻擊傾向兒童之攻擊行為、社交技巧與自我效能之影響效果研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版。
- 田秀蘭、陳淑琦、劉玲君、王櫻芬 (2003)。兒童團體輔導能力的內涵與評量研究。中華輔導學報，14，89-116。
- 林佩琪 (2000)。社交技巧訓練對國小「退縮-被拒絕」兒童之社會技巧、同儕接納與社會自尊影響之實驗研究。國立東華大學教育研究所碩士論文，未出版。
- 邱瓊瑩 (2003)。社交技巧訓練團體對國小兒童社交技巧與人際關係之影響研究。國立新竹師範學院輔導教學碩士論文，未出版。
- 姜錢珠 (1993)。社會技巧訓練對增進國中生社會技巧、社會自尊與人際關係效果之研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，未出版。
- 徐西森 (2004)。團體動力與團體輔導。台北：心理。
- 張景然 (2001)。準團體諮商員的迷思與衍生的問題。諮商與輔導，185，2-7。
- 劉永福 (1994)。認知取向與社會技巧訓練團體對社會畏縮兒童輔導效果研究。國立台灣師範大學教育心理及輔導研究所碩士論文，未出版。
- 蔡麗芳 (1992)。社交技巧訓練策略對國小兒童社交技巧、問題行為及同儕接納之影響效果實驗研究。國立台灣師範大學教育心理及輔導研究所碩士論文，未出版。
- 盧佳嘉 (2007)。社交技巧訓練方案提升國小兒童社交技巧與社會自尊效果之研究。國立新竹教育大學人資處輔導教學碩士論文，未出版。
- 謝應珍 (1987)。國中二年級學生接受社會技巧訓練對其人際關係之影響。文化大學兒童福利研究所碩士論文，未出版。
- Corey, G. (1999). 團體諮商的理論與實務 (張景然、吳芝儀譯)。台北：揚智。(原著出版於 1995 年)
- Bandura, A. (1972). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bulkeley, J. R., & Cramer, D. (1994). Social skill training with young adolescents: Group and individual approaches in a school setting. *Journal of Adolescent*, 17(6), 521-531.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York, NY: Macmillan.
- Wilkison, J., & Canter, S. (1982). *Social skills training manual: Assessment, Program design and management of training*. New York, NY: John wiley & Sons.

曼陀羅創作在冥想中的運用

許智傑

謝政廷

施玉麗*

摘要

本文旨在介紹曼陀羅與冥想的結合運用。首先就曼陀羅的定義與起源進行闡述，並就曼陀羅與心理治療的關聯進行探討。再者，本文亦整理創作曼陀羅的功效，發現其功效包含：協助個人獲得專注與放鬆、宣洩與紓壓、探索意義、個人成長、整合意識與潛意識與靈性經驗等六項功能。最後，本文深入介紹創作曼陀羅以及運用曼陀羅冥想的步驟，創作曼陀羅的七個步驟主要是：選擇適當的環境、媒材的準備、靜心與專注、畫一個圓、進行創作、命名並寫下日期、催化安排；而創作完曼陀羅之後運用在冥想的五個步驟主要是：看著曼陀羅找出顏色、數字或圖形、保持輕鬆、冥想、自我書寫。同時於文末分享個人創作經驗，以呼應本文的主旨。

關鍵詞：曼陀羅 (Mandala)、冥想 (meditation)

許智傑 國立暨南國際大學輔導與諮商研究所

謝政廷 國立暨南國際大學輔導與諮商研究所

施玉麗 國立嘉義大學輔導與諮商學系 yulis@mail.ncyu.edu.tw

壹、前言

現代人生活在繁忙的社會與資訊爆炸的環境中，往往疲於應付外在的事務而缺乏對於自我內在需求的照顧，以致於產生更多的壓力或是對於生命的無意義感，導致心中會有一個渴望來透過靈性的成長開發自我。想要開發內在的自我可以藉由「曼陀羅」(Mandala) 的創作來達成。「曼陀羅」是種圓形的圖騰，除了應用於宗教的儀式之外，也適用於個人內在的探索與統整，尤其是曼陀羅所創作的作品能帶領自我進入冥想的過程以促進個人的自我成長，進而達到靈性的經驗層次。本文主旨在於介紹曼陀羅及其在冥想中的運用，並透過具體步驟的說明以有助於實務界的應用。

貳、曼陀羅的定義與起源

曼陀羅是來自梵語的Mandala，是指神聖的圓輪、軸心的意思 (Bucgalter, 2004; Wikipedia, 2008)。現今曼陀羅泛指圓形所構成的圖形。

曼陀羅最初是由印度的密宗所發明。在密宗裡，曼陀羅是指修行密法的冥想場所或是宇宙世界的縮圖，因此當時主要是用在極為重要的冥想或是儀式當中。曼陀羅可以運用泥土或是細砂創作之，創作結束之後進行冥想，當冥想結束之後，便將曼陀羅抹去。由於曼陀羅是創作者當下獨一無二的作品，經過一番辛苦的創作之後便將之抹去實為可惜，因此後來的創作者為了使曼陀羅可以保存下來，便開始在紙張或布料等可以保存較久的材料上製作曼陀羅(正木晃, 2007)。

然而，雖然曼陀羅起源於印度的密宗，實際上曼陀羅是一個跨文化的圖形，從許多古文明的圖騰，例如法國的沙爾特大教堂 (Chartres Cathedral) 的迷宮圖案、中國的太極圖，到當今生活中的週遭事物，例如地面上磁磚的圓形圖騰、廟宇裡的雕飾等，經常可見曼陀羅的圖形。所以，曼陀羅來自印度卻在各地文化中具有普遍性的特質。

參、曼陀羅與心理治療

一、榮格分析取向的心理治療

曼陀羅起初是被用在宗教的冥想或儀式上，後來瑞士的分析心理學家榮格，依據自己創作曼陀羅的經驗並觀察自己創作的曼陀羅中圖案的變化，發現曼陀羅中的圖畫往往能夠反映自己的心境且能進入潛意識探索自我並了解個人獨特性的力量，因此便將曼陀羅的創作過程應用到心理治療中。

曼陀羅是內在心靈透過圖像外化表現出來的象徵 (Finacher, 1991/2008; Snyder, 1999)，所以，榮格將曼陀羅比擬為內在自我人格的核心，即本性 (Self)。當曼陀羅越完整 (wholeness)，即表示個人的內在狀態愈呈現和諧的現象

(Finacher, 1991/2008)。另外，榮格也認為曼陀羅象徵著目標的核心，曼陀羅的創作過程可以視為是一種朝向新的人格中心產生的過程，也就是榮格所謂的個體化（individualization）歷程；依據榮格學派的分析治療師David Fontana認為曼陀羅能夠幫助個人進入較深層的潛意識，當個人進入潛意識之後便會開始產生各種形式的神秘經驗，進而幫助個人將各種形式的經驗整合，最後讓內在的小宇宙達到和諧的狀態（Wikipedia, 2008）。

榮格在他的精神病患個案的夢中也發現了曼陀羅。榮格依據臨床的個案做夢的經驗指出在夢中，曼陀羅是一個創造者與保存者的象徵，蘊含著許多潛能，能夠推動人格走過混亂狀態，並邁向統整的狀態（Capuzzi & Gross, 2006）。榮格發現，曼陀羅是在個人的內在心靈失去平衡之後，在精神重新整合的過程中自然地產生的；曼陀羅能夠在個人精神狀態處於混亂時，具有調節的功能，它是心靈整合和完整性的原型（Moacanin, 1986/1999）。此外，每個人所創作出來的每一幅曼陀羅都是獨一無二的，正如每個人的自我都是獨特的，因此曼陀羅代表的是創作者當下的自我內在狀態，曼陀羅中的圓可以視為自我，而自我的狀態更是個人朝向自我實現的依據，也因此我們可以透過曼陀羅去達到個人的成長與自我實現（Finacher, 1991/2008）。

因此榮格將曼陀羅運用在內在本性整合的工作中，隨著曼陀羅的創作過程，我們可以進入自己的內在深層的世界，進而探索自我、洞察自我，最後達到自我整合的狀態。

二、藝術治療

曼陀羅運用在藝術治療的領域中，也可以追溯至榮格的概念。榮格將曼陀羅想像為整體自我的核心，認為繪畫曼陀羅具有探索內心世界的力量，曼陀羅因而被轉換成藝術治療的方法之一（吳垠慧，2007）。藝術治療是指藉由藝術創作來達到心理治療的效果。在藝術治療一直有兩個主要取向，其一為「藝術結合心理治療」，其二為「藝術即治療」，前者認為藝術是心理治療的媒介，藝術只是心理治療的輔助工具；而後者則認為藝術的創作過程本身就是一種心理治療的過程，創作者在過程中即會獲得療癒（陸雅青，2005）。

藝術治療強調創作，而曼陀羅本身就是一種藝術創作。在創作曼陀羅的過程中，創作者可以表達自我的內在狀態，所以，曼陀羅可以被用來當作心理治療的媒介，也能協助個人獲得自我統整與療癒。因此無論從「藝術結合心理治療」的觀點或「藝術即治療」的觀點來看，曼陀羅是兩個取向兼具的治療方式，因為它不僅可以使用來輔助心理治療目標的達成，同時在創作曼陀羅的過程中，也可以獲得治療的效果。藝術治療師利用藝術的創作形式、媒材來引導個案進行曼陀羅創作，協助個案表達內在想法與統整內在，進而達到治療的效果（林政宜，2008）。

由於曼陀羅的創作不會過於複雜，簡單容易上手，因此許多心理治療工作者都試圖將曼陀羅整合進入他們原本的實務中甚至作為自我照顧的好方法

(Premal, 2007)。曼陀羅的繪畫創作是自發性的、不必經過特別訓練的，且在各種不同文化的兒童中所繪畫的曼陀羅亦見大同小異 (Finacher, 1991/2008)，因此曼陀羅在藝術治療中，常被使用來當作協助各種年齡層的個案探索內在心靈與自我整合的方法 (Artheal, 2008)。

三、創作曼陀羅

創作曼陀羅的媒材與方式相當多元，用在冥想的時候也會因為不同人而有不同的冥想方式。筆者整理相關文獻，以水彩／蠟筆／彩色筆，圖畫紙／素描紙等媒材為基礎，創作曼陀羅可以參考下列的過程，主要的步驟如下所述 (Bucgalter, 2004; Finacher, 1991/2008; Snyder, 1999)：

(一) 選擇適當的環境

創作曼陀羅是一個與自己內在自我相互交流的歷程，因此需要尋找一個安靜的環境，至少是一個不會被打擾的環境，讓自己可以舒服的在這個環境中進行創作，與自己的內在自我進行交流。值得一提的是，在創作過程，創作者可以視自己的需求加入適當的媒介營造出自己感到舒適的環境來催化自己的創作，例如輕音樂、燈光或蠟燭等。創作曼陀羅是一個自由的歷程，因此這些媒介的使用全視創作者的需求可以自由選擇。只要對自己的創作有所幫助的媒介，都可以適當的加入。

(二) 媒材的準備

在創作前除了需要找尋適當的環境之外，要進行創作時不可或缺的便是媒材的選擇。創作曼陀羅的媒材有許多種如細砂、蠟筆、彩色筆、紙張、布、泥土、牆壁等。不同的媒材有不同的效果，創作者可依照自己的需求與愛好選擇適當的媒材。本文以水彩／蠟筆／彩色筆，圖畫紙／素描紙等媒材為基礎進行創作流程說明。

(三) 靜心與專注

當準備好適合自己的媒材之後，便可以開始放鬆，讓自己的心情平靜，接下來專注於自己的內在感受，專注地聆聽自己內在的聲音在告訴自己什麼，最後便可以專心的自由創作屬於自己的曼陀羅。

(四) 畫一個圓

在創作曼陀羅時，需要先在紙張上選擇一個自己喜歡的位置，畫一個圓。值得注意的是，創作者需要在圓內進行創作，不要超出圓圈外。

(五) 進行創作

畫完圓之後，創作者需要從圓的內部開始進行創作。創作者盡量隨性的去創

作，想到什麼就畫什麼。任何創作都是好的，都是可以接納，沒有所謂的美醜對錯，只要是自己創作的曼陀羅，即是屬於自己獨特的創作品。此外，創作者應盡量開放自己的心胸去與創作的作品接觸，並試著在創作過程與內在的自我進行對話與溝通。

（六）命名並寫下日期

由於曼陀羅是屬於自己當下（此時此刻）獨特的創作品，代表著當下自己的心靈狀態，因此創作者完成之後，可以試著將所完成的曼陀羅取一個名稱，並註明創作的日期。為當下的創作留下一個紀錄。

肆、曼陀羅與冥想的結合

一、曼陀羅與冥想

所謂的冥想 (meditation) 是指一種個人與內在心靈溝通的方式，個人透過冥想的方式減少理智與外在刺激的干擾，讓自己在意識十分清楚的狀態下進入潛意識層面，進而開發潛意識的層面，同時透過冥想的方式，協助個人回歸自己的內在心靈，進而與自己內在心靈的智慧進行溝通以獲得成長 (Garwain, 2002)。

曼陀羅最初即是被用來當作冥想、內省的輔助工具，同時它也是用來說明特定心靈實現的圖案。由於曼陀羅是由創作者在專注、平靜的狀態下進行創作而產生，因此透過此創作的歷程，能夠協助創作者將內在狀態表現出來，亦能夠使個人能夠專注地觀照內在自我，一方面透過曼陀羅了解內在的意義，一方面透過曼陀羅的創作過程產生不同的秩序，最後達到和諧完整的狀態 (Finacher, 1991/2008; Premal, 2007)。所以曼陀羅可以被運用來當作是一種協助冥想的外在媒介，個人能透過曼陀羅進行內在的冥想及內省，引導較完整且深入地覺察自己的內在心靈狀態。

透過曼陀羅的冥想，不僅可以使個人從中獲得獨特的意義，也可以使個人的心靈達到統整的效果 (Snyder, 1999)。曼陀羅已經被證明是一種具有洞察力與治療性的體驗，從曼陀羅的創造過程到創作成品的賞析，都能夠協助個人獲得洞察性與治療性的體驗 (正木晃, 2007; Finacher, 1991/2008)。每個人的曼陀羅都是無數的主題和象徵性的暗示，從曼陀羅中可以很明顯地看出創作者透過作品表達對外在世界與內在經驗整合的經驗 (Bucgalter, 2004)。也正是因為曼陀羅有如此特性，因此十分適合用來進行冥想。

二、運用曼陀羅冥想的步驟

依照前述步驟創作完成的曼陀羅可以用來進行冥想。茲將運用曼陀羅冥想的步驟整理如下 (Bucgalter, 2004; Finacher, 1991/2008; Garwain, 2002; Snyder,

1999)：

(一) 看著曼陀羅找出顏色

進行冥想前，創作者可以看著完成的曼陀羅，試著從不同的角度觀看自己的作品，尋找曼陀羅所透露的心靈訊息。首先可以先找出顏色，找出自己最喜歡與最不喜歡的顏色、想著自己第一個／最後一個使用的顏色是什麼、主色與輔助色各是什麼，最後可以聯想這些顏色對自己的意義或感覺是什麼。

(二) 數字或圖形

找完顏色之後，創作者可以開始計算曼陀羅內圖形的數目、找出自己喜歡／不喜歡的圖形是哪個部份、哪一個圖形讓自己覺得最特別、有沒有重複出現的圖形、重複出現幾次，最後開始思考每一個數字、印象深刻的圖形對自己的意義是什麼。

(三) 保持輕鬆

找出顏色、數字與圖形之後，創作者可以保持輕鬆，以一個自己感到最舒服的姿勢進行冥想，可以是盤坐、也可以是躺著，盡量讓自己感到輕鬆與自然。

(四) 冥想

找到舒服的姿勢之後，閉上眼睛。開始想著顏色、數字、圖形告訴自己的意義，將這些意義與自我的內在狀態做連結。同時，創作者也可以把曼陀羅的命名加入冥想的過程中，找出曼陀羅要告訴自己的意義。透過這樣的冥想過程，讓自己與內在自我溝通，獲得獨特的自我成長意義與經驗。

(五) 自我書寫

冥想完之後，創作者可以睜開眼睛，將剛剛冥想所獲得的意義與經驗，以簡單的幾句話寫在曼陀羅的背面，如此即完成整個曼陀羅的創作與冥想的步驟。

伍、創作曼陀羅的功效

曼陀羅的創作是以圓形為基礎，對西方人而言，圓代表的是界限，是個人內在整體的核心；而在中華文化裡，圓被視為是圓融、圓滿的象徵。因此曼陀羅不管對西方人或是華人來說都具有特別的意義。正因如此，創作曼陀羅的功效相當多樣，會因為創作者本身的目的不同而有不同的效果。但大致而言，筆者整理相關文獻，歸納出創作曼陀羅可以有列的功效(正木晃, 2007; Finacher, 1991/2008; Snyder, 1997; Snyder, 1999; Premal, 2007)：

一、個人成長

曼陀羅是以圓為基礎，因此曼陀羅最外圍的圓形也許可以被視為是一道保護線。在這道保護線內，個人可以自由的創作，不會有任何的侷限；同時創作者因為有保護線與保護範圍，可以較容易開放心扉，探索內在的自我，不必擔心是否過度溢出。創作後，再對著曼陀羅作品，進行冥想的想像過程，更可以幫助個人打開自己的內在空間，以更寬廣的視野來看待週遭的事物，獲得個人成長 (Finacher, 1991/2008; Snyder, 1999)。

二、整合意識與潛意識

在創作曼陀羅的過程中，由於創作者處於一個專注、安全與平靜的狀態，因此許多平日埋藏在潛意識底下的訊息便能夠得以浮現；創作出來的曼陀羅作品，更可以視為是潛意識訊息的投射象徵。因此創作曼陀羅可以整合內在的意識和潛意識，透過具體的曼陀羅圖像將平日肉眼看不到的潛意識訊息外化出來，即所謂的潛意識意識化 (unconscious conscious)，讓個人能夠透過表達的方式加以整合意識與潛意識的訊息 (Finacher, 1991/2008; Premal, 2007; Snyder, 1999)。

三、靈性經驗

曼陀羅是由心靈內在自然地生成，因此曼陀羅的創作及可視為是心靈的象徵。由於在創作曼陀羅的過程中，有時候因為內在的一些議題與矛盾現象表現在曼陀羅的創作中，因此曼陀羅會出現對立、掙扎、相互矛盾、衝突和妥協的狀態，透過這樣浮現的歷程，個人能夠經驗到從分裂到整合的過程，同時也能夠讓個人任意將內在的想法與訊息透過曼陀羅表達出來。由此可知，曼陀羅不僅能幫助個人恢復秩序，同時也能夠協助創作者達到和諧的狀態。個人能夠藉由曼陀羅的創作展現內在的直覺與洞察力，最後獲得靈性的成長 (Snyder, 1999; Premal, 2007)。

四、專注與放鬆

在創造曼陀羅的過程中，需要創作者集中注意力才得以完成，因此創作者若能以專注的態度進行創作，便可以讓心靈獲得沉澱。也由於曼陀羅外圍的圓形可以聯想到孕育胎兒的子宮，圓圈內的环境猶如子宮內是一個充滿安全與滋養的環境，能夠讓創作者產生安全感，同時也能夠獲得心靈平靜的效果，因此能夠協助創作者達到放鬆的效果，促進治療的達成 (Premal, 2007)。

五、宣洩與紓壓

在創作曼陀羅的過程中，個人可以享受到放鬆與平靜的感覺，因此不僅能夠獲得生理與心理上的調適，同時也能夠協助個人領會到自己與他人彼此的獨特性。若是個人能夠定期彩繪曼陀羅，自我療育的效果會特別顯著(正木晃, 2007)。尤其當個人在情緒紊亂的時候，曼陀羅更能夠讓個人從創作過程中獲得宣洩，進而釋放壓力 (Premal, 2007)。

六、探索意義

曼陀羅的創作過程可以反映創作者創作時的心靈狀態，創作者可以與自己的內在心靈進行交流，因此在創作曼陀羅的過程中，可以平靜地與自我的內在相處，經驗自己內在的感覺。透過曼陀羅的創作過程與創作出來的曼陀羅作品，可以將自己的期待或需求表現出來，進而了解自己內在追求的意義 (Finacher, 1991/2008; Snyder, 1999; Premal, 2007)。

陸、經驗分享

就三位筆者親身體驗創作曼陀羅的過程當中，共同的經驗便是最先在構圖時經驗到專注集中的感受，接著從著色彩繪的過程中體驗到能量的釋放，會感覺到輕鬆。在專注創作的同時，腦海中會不經意的浮起過去的事件或片段。最後，在作品完成之後，仔細回顧作品的每個部分，再藉由冥想整合自己的感受、作品與腦中浮起的事件，會經驗到一種舒適愉悅的感受。然而有時也會在冥想之後，經驗到悶、沮喪、生氣等負向情緒，但是經歷創作與冥想整合的過程也能夠對引起負向情緒的事件或自我的狀態更多的覺察。以下為筆者所創作的曼陀羅圖（圖1、圖2。）。

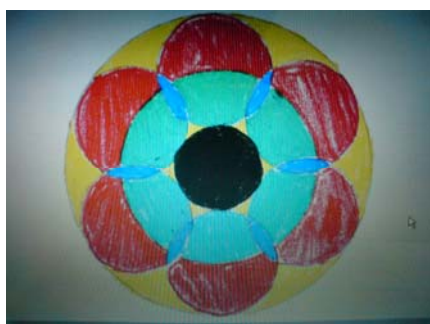


圖1. 筆者創作的曼陀羅之一



圖2. 筆者創作的曼陀羅之二

上述兩幅曼陀羅作品中，第一幅曼陀羅是運用圖畫紙、蠟筆、彩色筆等媒材創作而成；第二幅則是運用壁報紙、彩色細砂等媒材所創作而成。從兩幅圖中可

以發現，曼陀羅的創作並沒有一定的方式，創作者可以運用各式各樣的媒材以及發揮自己的創意來創作。因此不同的媒材所創作出的作品，會有不同的風格；此外，若再增添上創作者的想法與創意，創作出的曼陀羅作品更會因為具有反映個人的內在狀態的效果而使每幅曼陀羅呈現多元的樣貌。

柒、結語

從印度密宗發展出來的曼陀羅圖形，不僅具備有宗教和藝術的價值，同時也有自我探索、整合與成長的功能，加上曼陀羅的創作與冥想的過程簡單方便，只需要一個安靜的空間和少許的媒材就能夠讓自我與內在進行整合交流，達到靈性經驗的層次，能夠滿足現代人對於心靈方面需求，同時達到紓壓放鬆的效果。因此，無論是創作曼陀羅或是透過曼陀羅進行冥想，都可以使個人獲得獨特的意義與經驗而達到自我成長。

參考文獻

- 正木晃 (2007)。曼陀羅心靈彩繪。台北：非馬。
- 林政宜 (2008, 3 月)。藝術治療中的心靈能量轉化—由曼陀羅創作談起。中華民國能量醫學學會第四屆第九次學術研討會，高雄。
- 吳垠慧 (2007)。曼陀羅繪畫 和自己對話。中時電子報。2008 年 9 月 16 日，取自 <http://tw.news.yahoo.com/article/url/d/a/071126/4/oub6.html>。
- 陸雅青 (2005)。藝術治療第三版。台北：心理。
- Artheal (2008)。靈性再現—曼陀羅藝術治療團體。2008 年 9 月 16 日，取自 http://arts.imagenet.com.tw/modules/newbb/viewtopic.php?topic_id=70&forum=2
- Capuzzi, D. & Gross, D. R. (2006). *Counseling and psychotherapy: Theories and intervention, 4/e*. Pearson Education. NJ: Prentice Hall.
- Fincher, S. F. (2008)。曼陀羅小宇宙—彩繪曼陀羅豐富你的生命 (游琬娟譯)。台北：生命潛能。(原著出版於 1991 年)。
- Garwain, S. (2002). *Meditations: Creative visualization and meditation exercises to enrich your life*. CA: New World Library.
- Moacanin, R. (1999)。榮格心理學與西藏佛教：心理分析曼荼羅 (江亦麗、羅照輝譯)。台北：台灣商務印書館。(原著出版於 1986 年)。
- Premal (2007)。曼陀羅~內在的旅程。2008 年 9 月 16 日，取自 <http://www.enlightcenter.com.tw/m-68-mandala.htm>
- Bucgalter, S. I. (2004). *A Practical Art Therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Snyder, B. A. (1997). Expressive art therapy: Healing the soul through creativity. *The Journal of Humanistic Education and Development*, 36, 74-86.
- Snyder, B. A. (1999). Mandala: Art as healer. *Guidance & Counseling*, 15(1), 30-34.

Wikipedia. (2008). *Mandala*. Retrieved Sep. 17, 2008, from <http://en.wikipedia.org/wiki/Mandala>.

一次單元諮商模式在電話協談的應用

蕭高明

摘要

電話諮商最早 1953 年由英國設立自殺防制專線—「薩馬利亞電話」開始，之後世界各地相繼成立生命線，對於自殺防制有很大的貢獻。電話諮商可運用於自殺防制、情緒支持、戒菸、作為進一步尋求諮商的踏腳石、及資源的諮詢與轉介的管道。

由於電話諮商只有少數幾次的諮商機會，一次單元諮商模式非常適用於僅有一次或少數幾次晤談的極短期諮商，以及危機處理之服務型態。此模式除了每一次的協談可以達成其單次目標外，不同的協談單元可以相結合以達到更深入、更廣泛的目的，而且具有易懂、易用、易教的優點，很適合運用於電話協談。一次單元諮商模式包含七個必要程序與一個選擇程序，本文以筆者電話協談實務經驗與觀點，說明一次單元諮商模式如何應用於電話協談上。

關鍵詞：一次單元諮商模式、電話協談

蕭高明 國立彰化師範大學輔導與諮商學系 padhama@yahoo.com.tw

壹、前言

電話諮商最早 1953 年由英國設立自殺防制專線－「薩馬利亞電話」(The Telephone Samaritans) 開始，到 1963 年澳洲設立生命線服務中心，之後世界各地相繼成立生命線，對於自殺防制有很大的貢獻。電話諮商可運用於自殺防制、情緒支持、戒菸、作為進一步尋求諮商的踏腳石、及資源的諮詢與轉介管道。國內張德聰、潘瑞香與張景然（2006）以戒菸專線服務中心 307 位個案為對象，探討單次與多次電話諮商之戒煙成效發現：經歷完整電話諮商歷程的個案和只接受過一次電話諮商的個案在戒煙成效上有顯著差異。Zhu 等人（1996, 2000）的研究也有同樣的發現：只有靠戒煙自助手冊幫助的個案，戒煙成效小於有戒煙自助手冊加上電話諮商的幫助；接受過一次電話諮商的個案即有一定的效果，而且只接受過一次電話諮商的個案的成效小於接受多次電話諮商的個案，可見電話協談有其不可忽視的重要性。

然而電話協談也有其限制，相關限制包括（李玉嬋，1994；Fish, 1987; Mclennan, Culkin & Courtney, 1994）：個案容易隱藏真實自我造成角色的幻想和誤解、缺乏非語言訊息的傳遞、諮商的型態較不正式、進展緩慢、諮商過程易受當事人通話地點及外界事務的干擾、諮商員受限於問題解決壓力、諮商內容保密上的困難、及諮商員的個人生活被干擾等（王智弘，2007）。

筆者由於在台北市生命線協會當電話協談志工，服務了 15 年，從 20 歲到 40 多歲，正是人生最有生產的時期，投入了許多時間和精神，也獲得許多豐盛的收穫，如今雖然因為生活繁忙離開了生命線助人的行列，但是對生命線的人、事、物還是會關心和眷戀。依據筆者在生命線接線時的經驗，和個案電話協談往往只有單次的協談機會，除了同理心和溫暖支持外似乎很難在單次的協談中給予個案較為有效的幫助，如何能在一次的諮商中給予個案更好的幫助常是筆者想找的答案。國內雖然有些學者發表過電話協談相關的論文但數量非常有限，尤其是有系統、有架構、而且比較實務性的文章更是少見，剛好這學期在彰師大修習「網路諮商」課程，接觸到王智弘、楊淳斐（2006a）發展的一次單元諮商模式，覺得很適合運用於電話協談，因而希望結合以往在生命線電話協談的實務經驗，將這個模式以更實務的方式介紹給有興趣的朋友，希望能對從事電話協談的朋友有些許的幫助，尤其是還留在生命線為徬徨的人伸出援手的志工。

貳、一次單元諮商模式的應用

一次單元諮商模式所受的理論或技術的啟發概略有：結構性的諮商程序、焦點解決取向短期諮商法、敘事治療法、個人中心治療法、意義治療法與阿德勒學派以及黃帝內經的三藥觀點（王智弘、楊淳斐，2006b）等，共包含八個程序，或稱七加一個程序，亦即包含七個必要程序與一個選擇程序。這八個程序可以分為三大階段，第一階段為建立工作平台階段，包括：1. 展現良好的治療態度以

建立治療關係；2. 肯定當事人的求助行為與面對問題的勇氣；3. 強調改變的可能性與強化當事人對問題解決的信心。第二階段為正式工作階段，包括：1. 找出此次諮商焦點與選擇可解決的問題；2. 找出當事人的生命意義與力量；3. 提出當事人可具體尋求改變的任務與演練可能的解決方案。第三階段為鞏固成果階段，包括：(1) 肯定諮商與當事人的努力成果；(2) 追蹤或進行下一單元諮商（可能進行或不進行）。

傳統的諮商與心理治療多透過長期的面談諮商加以實施，王智弘、楊淳斐（2006a）認為：「一次單元諮商模式係指：諮商員在諮商服務過程中致力於以一次諮商單元的成果為專業服務的努力目標，以良好的諮商關係為基礎，以問題解決導向的結構性諮商程序為脈絡，諮商的重心則以協助當事人發掘出其生命的意義與力量為核心目標，亦即以問題解決為諮商的表層目標、以建立生命意義與力量為諮商的深層目標，使單一諮商單元能同時致力於此兩層目標的達成。」

一次單元諮商模式結構性的諮商程序及問題解決導向的取向是為了配合電話協談的短期諮商特性，每一諮商單元除保有與其他單元相結合的開放性之外，單元本身更具有完整自足的獨立性，因此稱之為一次單元諮商模式。後文即以一次單元諮商的程序（王智弘、楊淳斐，2006a，2006b）描述，輔以筆者的個人電話協談實務經驗與觀點，加以說明一次單元諮商模式如何應用於電話協談上。

一、建立良好的治療關係

絕大多數的心理諮商學派都相信治療關係是諮商所以會有效果的重要基礎，如果協談者和個案之間不能形成良好的工作同盟，任何的的心理諮商技巧大概都不容易發揮。近年來許多學者鼓吹技術折衷主義應用於需要更有效率處理個案問題的短期諮商，其要點在於沒有任何一個單獨學派的技術可以適用於所有個案的所有問題，關於技術折衷請參考許韶玲（1997）所撰之「諮商理論的發展趨勢：現況與困境」一文。當然也有學者對技術折衷主義有不同的看法，此外技術要如何折衷在不同學者間也有許多爭議，但以「工作同盟」作為不同技術發揮的平台幾乎得到所有學者的共識，有些比較重視體驗性的學派，如存在主義學派、意義治療學派或個人中心學派，更視治療關係是促成諮商成功充分且必要的條件。

良好諮商關係的建立並非只是協談初期的任務，協談者在整個協談過程都應該和個案維持有功能的諮商關係，但是，如果能在協談一開始就和個案建立良好的關係，將會讓個案產生信任感，願意把自己的困擾提出來和協談者一起探討，提高繼續求助的意願。

電話協談中雙方無法面對面看到彼此，良好關係的建立除了談話的內容外，協談員更要注意說話的聲調、語氣和速度，例如：協談員談話的聲調是否因為掛慮其他事而顯得漠不經心、是否因為緊張而愈講愈快。電話協談中關係的建立有賴於協談員以開放、真誠、接納的態度去面對個案，而其具體的技巧主要為專注、

傾聽及同理心。在電話協談初期協談員最主要的工作是以專注、傾聽，試著去了解個案的心情及個案面臨的問題，並同理的回應我們的瞭解給個案，不必急著給個案建議或者是急著想幫個案解決問題。有些電話協談員一開始還能記得要有同理心，隨著協談的持續便漸漸的忘了同理個案，此時在協談桌前貼上提醒自己的小抄會很有幫助。

面對挑釁的個案是影響協談關係另一個重要的挑戰，個案也許因為過去不愉快的求助經驗，也許是想測試協談員是否真心想幫助他或者有能力幫助他，有意無意的表現出挑釁的言行，此時協談員更應以真誠開放的心胸面對，避免被激怒而陷入和個案對立的狀況。

二、肯定個案求助行爲

人們遭逢困難時，首先會向自己的親朋好友求助，當找不到其他資源時最後才會想到向陌生的專業機構求助。個案打電話來求助時往往下了很大的決心，這份勇氣值得我們喝采。求助與面對問題是良好改變的必要條件，特別在當事人的第一次諮商求助經驗或第一次諮商單元，協談員更要積極肯定當事人的求助行爲，如果是進行第二次的諮商，則要積極肯定當事人願意繼續追求成長與面對問題的決心與勇氣（王智弘、楊淳斐，2006a）。對個案打電話求助行爲的鼓勵，可以減低他求助的猶疑並加強共同合作解決問題的決心。例如：

即使妳現在非常迷惑跟痛苦，我仍然可以感受到妳那股「澆不息的勇氣」，妳願意打電話來就已經踏上解決問題的第一步，謝謝妳願意把妳的心事和我分享，這是需要很大的勇氣，妳是否願意多告訴我一些妳的事嗎？

三、強調改變的可能性與強化當事人對問題解決的信心

許多打電話來求助的個案往往在生活中遭遇過許多挫折，對自己以及對問題解決的可能性早已經喪失了信心，打這通電話也有可能是他們給自己最後的希望，若我們能幫個案找到有用的資源、激發他問題解決的可能性，便是為個案灌注希望增加其信心，有助於問題的解決。

王智弘、楊淳斐（2006a）認為，透過對生活中所發生（特別是最近發生）之「改變」經驗的體驗，或是先前諮商單元的改變成果或個人體驗，強調改變之可能性。強調從過去諮商員協助許多當事人成功改變的經驗，可以肯定諮商治療的功能，若當事人能對自己與諮商有信心，願意去面對問題加以解決，即使一次單元的諮商亦能使當事人的問題獲得一定程度的改善與達致諮商的具體成果。

有些個案雖然打這通求助電話，但並不一定相信電話協談會對他有任何幫助。例如：

個案：其實我並不認為你可以幫助我什麼，但是我也不知道還能作什麼，而且我也沒有其他人可以說。

協談員：也許你會懷疑這通電話會對你有任何幫助，但是我非常高興你還是打電話過來，就算不見得可以馬上解決你的問題，許多個案確實因為打了這通電話而找到了努力的方向，在你和我協談的過程中，可以重新整理你的思緒，找到許多新的可能性，至少將心裡的話說出來，心情也會比較舒坦，我很願意和你一起瞭解你的困擾。

四、找出此次諮商焦點與選擇可解決的問題

經過前面三個程序協談員和個案建立了良好的關係、燃起了個案的希望、也加強了個案求助的動機及合作的決心，為後續正式的問題解決階段拉起了序幕。即使協談員的角色只是作到給個案溫暖、同理和支持，許多個案也能從協談中抒發情緒、降低壓力並且找到再出發的力量；有些個案則在協談員的傾聽中整理了自己的問題，由千頭萬緒中找到方向。但是對有些個案，協談員如果無法進一步幫助他們從千絲萬縷的愁緒中找出本次協談可以處理的問題焦點，個案可能會對協談效果感到失望。

基本上每次協談處理的問題不要太複雜，也不必太深入，尤其是初次協談的焦點選擇，最好是個案有能力處理，如此可以使個案對自己的能力產生信心，提高自我效能。王智弘、楊淳斐（2006a）建議協談員可協助當事人在描述完問題的同時，為此一問題作一標題的命名（比如進退維谷、前途茫茫、山窮水盡疑無路、我是一個可憐蟲），以此命名和個案協商，並作為本次協談的焦點。這是一個種將問題外化的技巧，其基本精神在於個案本身是沒有問題，但是受到外在問題的影響而受苦。既然問題是由外來的，我們就比較容易去處理。

個案的問題可能千頭萬緒，要找那一個問題為處理焦點呢？一方面協談員可依據自己的理論取向或自己較有把握的部份，一方面也必須和個案共同討論決定。例如：

我們已經談了……分鐘，我歸納出你的困擾似乎有：想離婚但捨不得小孩；擔心不知如何一個人生活；和父母的爭執；……。由於協談的時間有限，你可否由其中找出你今天最想處理的問題或者其他我沒提到而對你很重要的問題作為接下來我們一起探討的主題，其他的問題也許可以下次再處理。

至於我們何時要開始和個案歸納出本次協談的焦點呢？可能有以下三個時機：個案的問題重覆出現、協談員認為個案的問題已經明顯的浮出、或由個案直接提出他這次想處理的問題。

五、找出當事人的生命意義與力量諮商員應協助當事人找出生命的意義

王智弘、楊淳斐（2006a）一再強調協助當事人發掘出其生命的意義與力量是一次單元諮商模式的核心，問題解決導向的結構性諮商程序與脈絡只是要達成

發掘出生命的意義與力量的手段或是表層目標。要在一次的協談中找到命的意義與力量並不容易，王智弘、楊淳斐（2006a）認為如果個案能從他充滿失敗故事的人生中找到正向的例外，必然有助於個案重新思考自己的人生繼而為生活找到新的意義。筆者以前在生命線和個案協談時，

遇到丈夫外遇或者遭受家暴的婦女因為放心不下子女，猶疑於該不該離婚的婦女，常有以下的問話

「假使妳繼續這樣的生活過了5年後，你的人生會是什麼樣子？這是妳要的生活嗎？」、「如果又過了5年你的人生會是什麼樣子？這是妳要的生活嗎？」、「妳對生命的期許是什麼呢？這是妳要的人生嗎？」

讓個案去思考她生命的意義與核心價值，以幫助她作出是否繼續這段婚姻的重要抉擇。

筆者認為人出問題的根源可以分為三個範疇：此三個範疇會相互影響

1. 存在的議題（虛無、死亡、孤獨）
2. 發展受挫議題（基本需求不滿足）
3. 危機事件議題（地震、失業、親人死亡）

在電話協談中面臨處理個案存在的議題（虛無、死亡、孤獨），也許協談員能給的最好禮物就是陪伴、真誠、傾聽，並信任個案有能力去找到自己的意義，而非試圖以任何方法去處理或減輕焦慮。正視它、面對它、安忍它，可能是較好的方式。

六、提出當事人可具體尋求改變的任務與演練可能的解決方案

根據王智弘、楊淳斐（2006a）的研究指出，透過網路媒體中介求助的個案更強調實質問題解決的需求，這也就是一次單元諮商模式雖然同意生命的意義是一次單元諮商模式的核心，但卻必須以問題解決為導向才能留住個案的心。王智弘、楊淳斐（2001）提出了許多在網路諮商中可行的之理論取向，如敘事治療取向、焦點解決取向、多重模式取向、認知行為取向。及實務技巧，如情緒深化技巧、關係增進技巧、文本呈現技巧等，有興趣的讀者可以參考。

在一次電話協談中協談員如何協助個案，處理由前面程序所設定的焦點問題，視問題的性質、個案的人格特質、協談員的背景、訓練、能力等複雜因素影響，很難有一個標準的步驟可以遵循，例如：認知行為取向的家庭作業、角色扮演、找正向的例外、作抉擇技巧等都是電話協談中可以使用的技巧。協談員如果能在平時多熟悉這些技巧，協談時就更能得心應手協助個案處理他的問題。

打電話到生命線求助的個案，所帶來的求助問題可以說是林林總總、種類繁多，但是這些求助問題仍可以被歸類於幾個較常出現的類型，以我以前在台北市生命線的經驗，這些問題中以感情問題、家庭問題、外遇問題、人際問題、精神疾病問題為主，其中精神疾病問題在近年來尤為嚴重，台北市生命線特別針對常出現的問題類型，要求協談志工每年必須選一項問題類型作個案研討，這是很好

的作法。協談員可就上述幾類問題事先研擬屬於自己的處理方式，以便在協談時彈性運用。我在生命線執勤時，私人檔案夾裡就備有各式各樣問題類型的協談策略，在實際的電話協談中發揮了很大的效用。

七、肯定諮商與當事人的努力成果

這個程序可以視為鞏固前面協談成果的重要步驟。協談員可以藉由：1. 確認：說明當事人確實有必要來求助的理由，2. 肯定：肯定當事人在本次諮商中有關認知、情感與行為上的學習是對解決問題有幫助的，3. 診斷：以具積極意涵而可加以改變的方式來描述當事人的問題，4. 處方：提出具體的任務讓當事人在生活中加以實踐（Talmon，1990；引自王智弘、楊淳斐，2006a）。

協談結束前重新回顧與確認本次諮商的成果非常重要，有些時候協談員和個案在協談中作了許多事，但是如果沒有將這些協談所獲得的成果以簡要的話摘述，許多重要成果可能在協談結束後就成為過眼雲煙。電話協談結束前協談員可以邀請個案將今天協談過程中所獲得的心得或結論，以個案自己的話摘述一遍，同時協談員可以在個案摘述過程中適時的補充。例如：

今天我們探討了許多關於你的困擾，也獲得一些寶貴的心得，最後能不能請你用自己的話將今天的收穫作個簡單的摘述？

此外，協談員也可以請個案談談一談本次協談的未竟事宜、進一步協談的必要性及可能性，給個案可以在協談外作的家庭作業。例如：

今天的協談已經快到尾聲了，有些還沒處理的事我們可以留待下次，最後你還有什麼在這次協談中很想說而還沒有機會說的話？

八、追蹤或進行下一單元諮商（可能進行或不進行）

電話協談的服務模式要追蹤個案的協談成果比較困難，不過仍然可以請個案在協談員執班的時間打電話來，告知個案計劃執行的情形以及所面臨的問題。這樣的叮嚀可以讓個案感受到協談員的關心，覺得自己不是一個人孤單奮戰，因而更加強執行計劃的決心。例如：

如果你願意，可以在我執班的時間打電話告訴我你計劃執行的情形以及所面臨的問題，我會很有興趣瞭解。

尤其對於有自殺傾向的個案，一定要告訴他：如果一有自殺的念頭一定要打電話給我們。如此，可以使個案在自殺念頭升起時想起要打求助的電話，因而打電話來打消了自殺企圖。例如：

如果你又有想死的念頭，你一定要先打電話給我們，即使我不在，也還會有其他志工幫忙你，你一定要記得，這是我們的約定。

基本上，一次單元諮商模式共包含八個程序，或稱七加一個程序，亦即包含七個必要程序與一個選擇程序（王智弘、楊淳斐，2006a，2006b）。這八個程序

可以分爲三大階段，其中；第一階段－建立工作平台階段，包括：

1. 展現良好的治療態度以建立治療關係
2. 肯定當事人的求助行爲與面對問題的勇氣
3. 強調改變的可能性與強化當事人對問題解決的信心

建立好的工作平台才能讓協談員和個案有一個穩固的基礎來開始他們的工作。即使，電話協談員只作到這個階段，許多個案也會覺得自己的心聲被聽見；自己的正向行爲被鼓勵；憂鬱的情緒得以紓解，並從協談中整理了自己的問題，找到新的希望，這對個案已經有很大的幫助。當然，有些個案會很希望協談員幫助他們解決實質面臨的問題，那麼就必須進一步進入正式工作階段。

第二階段－正式工作階段，包括：

4. 找出此次諮商焦點與選擇可解決的問題
5. 找出當事人的生命意義與力量
6. 提出當事人可具體尋求改變的任務與演練可能的解決方案

程序 4、程序 5、程序 6 是一個彼此相依，互相循環的歷程。一次單元諮商模式的核心目標在於幫助個案找到生命的意義與力量，但其手段是透過一點一滴可以對焦、可以操作，更重要的是個案有能力處理的問題著手，讓個案找到信心並累積成功的經驗。在這個歷程中問題的焦點可能會改變，例如：個案可能在協談一開始拋個假問題，等到確認協談員值得信賴而且有能力的處理他的問題時，才會說出他真正遭遇的難題；有些個案經歷一段協談時間後，才抓到自己真正的問題所在。至於應該使用什麼方法處理個案的問題，也是由個案與協談員在協談過程中不斷的嘗試、協商中才浮現出較佳的處理方案。也就是說協談的焦點和解決方案會在這個階段不斷的改革和循環。

第三階段－鞏固成果階段，包括：

7. 肯定諮商與當事人的努力成果
8. 追蹤或進行下一單元諮商（可能進行或不進行）

其目的在於，再次的提醒個案此次協談的成果，提供協談外個案可以自我幫助的家庭作業、提供個案可以尋求的資源、及探求另一次協談的必要性與可能性以進一步鞏固協談成果。

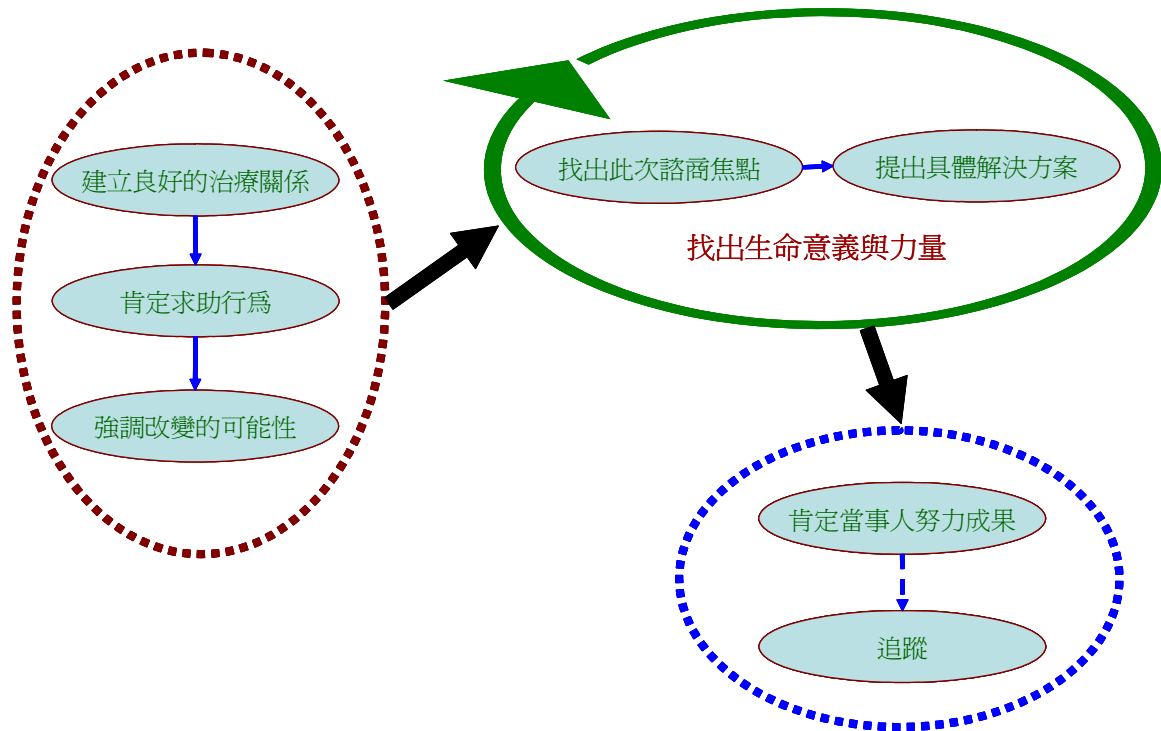


圖 1. 一次單元諮商模式三大階段

參、結論

一次單元諮商模式非常適用於媒體中介之諮商服務型態、次數受限之諮商服務型態，僅可能有一次或少數幾次的極短期諮商；以及危機處理之諮商服務型態。除了每一次的協談可以達成其單次目標外，不同的協談單元可以相結合以達到更深入、更廣泛的目的，而且此模式具有易懂、易用、易教的優點，很適合運用於電話協談。希望透過筆者的介紹，有興趣的機構可以進一步發展此模式作為協談志工的訓練方案，有興趣的電話協談員可以將此模式作為自己協談的架構，也期待有興趣的研究者透過實徵研究探討此模式運用於電話協談的有效性。

參考文獻

- 王智弘 (2007)。電話諮商之探討。《台灣心理諮商通訊》，208。
- 王智弘、楊淳斐 (2001)。網路諮商中可行的之理論取向與實務技巧。《輔導季刊》，37 (4)，20-27。
- 王智弘、楊淳斐 (2006a)。一次單元諮商模式的概念與運用。《輔導季刊》，42 (1)，1-11。
- 王智弘、楊淳斐 (2006b)。一次單元諮商模式的概念與應用：新的觀點。《台灣心理諮商通訊電子報》，199。

- 李玉嬋 (1994)。函件輔導的原則與技巧。《諮商與輔導》，104，32-34。
- 張德聰、潘瑞香、張景然 (2006)。單次與多次電話諮商戒菸成效之比較：以戒菸專線服務中心為例。《中華心理衛生學刊》，19 (3)，213-230。
- 許韶玲 (1997)。諮商理論的發展趨勢：現況與困境。《輔導季刊》，33(3)，29-41。
- Fish, S. L. (1987). *Therapy on telephone: The decentralization of traditional therapy*. Paper presented at Annual Convention of the American Psychological Association. (ERIC Document Reproduction Service No. ED 297 195)
- McLennan, J., Culkin, K., & Courtney, P. (1994). Telephone counselors' conceptualising abilities and counseling skills. *British Journal of Guidance and Counseling*, 22(2), 183-195.
- Talmon, M. (1990). *Single-session therapy: Maximizing the effect of the first (and often only) therapeutic encounter*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Zhu, S. H., Stretch, V., Balabnis, M., Rosbrook, B., Sadler, G., & Pierce, J. P. (1996). Telephone counseling for smoking cessation: Effects of single-session and multiple-session interventions. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 64, 202-211.
- Zhu, S. H., Tedeschi, G., Anderson, C. M., Rosbrook, B., Byrd, M., Jonson, C. E., & Gutierrez-Terrell, E. (2000). Telephone counseling as adjuvant treatment for nicotine replacement therapy in a "Real-world" setting. *Preventive Medicine*, 31, 357-363.

網路團體諮商之發展

郭思琪

摘要

網際網路科技日新月異影響人們生活的各個層面，心理諮商領域亦因網際網路的影響而發展出網路諮商。本文旨在檢視當前網路團體諮商進行的方式和種類，瞭解其優缺點以及對於團體催化者在網路團體諮商的角色做概念性的探討。透過文獻的探討發現，網路團體諮商因為科技的發達，在形式上已接近傳統面對面的團體諮商，但也因為網路這個中介媒介，在團體的進行上有其優缺點。此外，網路團體諮商師/領導者除了需要有團體諮商的理論知識之外，還需熟悉網路媒介的操作以及針對網路特性調整其角色，結合網路的特性和團體諮商理論技巧，如此才能帶領好網路團體諮商。

關鍵詞：網路、團體諮商

郭思琪 國立彰化師範大學輔導與諮商學系 sammymomo_ma@yahoo.com.tw

壹、前言

網際網路的發展影響人們生活的各個層面，包括接受訊息、收集資料、學習、交易等各方面。健康照護的領域也因網路的發達，而逐漸發展出電子化照護 (e-care)。心理健康為健康照護的一環，已有許多學者針對利用網路的形式進行遠距諮商的研究，提出了許多支持網路諮商成效的研究結果。網路諮商可以說已成為一種可被接受的諮商形式。國外有關網路諮商的研究，已累積豐富的研究，在國內網路諮商也漸漸受到重視。

隨著網路諮商研究的成效逐漸受到重視，網路團體諮商也開始受到矚目，在國外已出現各種網路支持性團體或諮商/治療團體，研究也逐漸在累積當中，但國內在網路團體諮商的研究尚在起步當中，可搜尋到的文獻只有三篇（吳倩儀，2004；吳淑楨，2005；張景然，2003）。

本文的目的在於檢視網路團體諮商進行的方式和種類，瞭解其優缺點以及對於團體催化者 (energizer) 在網路團體諮商的角色做概念性的探討。

貳、網路團體諮商的種類

網路團體諮商不同於一般傳統面對面團體諮商，其最大的不同點在於網路團體可以有許多種形式，視其所選擇的媒介而不同。Colón (2001) 指出常見的網路團體進行的方式有三種：網路聊天室 (chat group)、佈告欄 (bulletin board) 和電子郵件名單 (mailing list)。網路聊天室是以即時 (real-time) 的方式進行，成員在同一個時間進入網路聊天室一起進行溝通，例如使用 MSN 或者特殊的電腦程式介面。佈告欄或留言版的形式是成員們可在一個網路空間裡隨時張貼，或回應訊息給其他成員或閱讀訊息。電子郵件名單是以寄發郵件給所有成員的方式進行溝通。

除了以上的三種進行方式之外，尚有視訊會議 (videoconferencing) 的方式。透過視訊會議，成員們可以看到團體領導者的即時影像，成員們也可以直接互相對話 (Bellafiore, Colón, Rosenberg, 2004)。eGetgoing.com 結合了各項網路科技提供視訊型式的藥物及酒精成癮網路諮商團體，團體領導者（諮商師/治療師）可以透過 eGetgoing.com 所提供的介面，進行各種治療方案。eGetgoing 所提供的網路科技如下 (Bellafiore, et al., 2004)：

1. 音訊會議：音訊會議可以讓所有成員們互相對話，就像是一般傳統的會議一樣，成員們可以同時發言。
2. IP 視訊會議：諮商師的影像可以即時傳送到每個成員的電腦，但成員的影像並不會被其他成員或諮商師看見，以保有匿名性。
3. 休息室 (breakout rooms)：在休息室區裡另有一位諮商師，萬一成員有需要個別的關照時，這個區裡的諮商師可以和成員互動。休息室也供成員們分組討論之用。

4. 評估和投票：提供問卷和評估成員的進展。
5. 團體前後測：可進行團體前後的資料收集。
6. 白板 (whiteboard)：白板即螢幕，提供成員輸入文字或繪圖，所有成員皆可看見。諮商師亦可透過白板播放簡報。
7. 回饋和意見：成員們可在自己的電腦上按下代表「是」或「否」的按鍵回答問題。他們也可以按下代表「舉手發言」的按鍵，此動作會將成員們放在等候發言的清單上。
8. 多媒體工具：可播放簡報/幻燈片和影片。
9. 個別成員的網頁：加入團體的成員都擁有一個個人專區，必須有個人密碼才能進入，此專區有個人資料、家庭作業、線上評估的資料以及群組電子郵件。
10. 私人日誌：成員的網頁區裡亦提供日誌的功能。
11. 家庭作業：諮商師可以在成員的網頁裡提供家庭作業，並給予回饋。

以上的功能讓網路團體諮商的形式非常接近傳統面對面的團體諮商。因為使用網路為媒介，使得網路團體諮商不同於一般團體諮商，Page (2004) 亦認為不應用傳統面對面團體諮商的種類來區分網路團體諮商的形態，因為網路團體諮商是透過科技媒介來進行的，其歷程反映出網路的本質、價值和文化。Page 提出以同步性 (synchronicity)、科技 (technology) 和領導方式 (leadership) 三面向來劃分網路團體的種類。以同步性來區分的話，可將網路團體分為同步 (synchronous) 及非同步 (asynchronous)。同步性的團體在同一時間一起進入網際網路的某一空間裡進行即時 (real-time) 的互動。非同步性團體則在不同的時間內各自進入某一共用的網站或空間張貼或傳送訊息。網路團體的互動是透過文字、聲音、影像等科技技術來進行溝通，因此有 e-mail 團體、聊天室團體、BBS 團體、留言版團體、線上即時團體等等。許多網路團體並無諮商專業人員的參與，網路團體的領導者的角色可能為電子郵件的發送者 (listserv owners)、留言版版主、團體催化員、支持性團體的領導者或主持人。他們的功能範圍從維護科技到專業領導者。然而，若要帶領真正的網路團體諮商則團體領導者必須為專業的諮商人員，而非只是網站架設者或留言版版主等非諮商專業人員。專業領導者除了能夠使用科技作為團體諮商工具以及協助成員使用科技之外，還包含傳統面對面團體領導者該有的功能。

若在網路上以 online group therapy 或 online group counseling 為關鍵字搜尋網站的話，出現的網站多半是以提供支持、資訊和社群為主 (Page, 2004)，真正提供網路團體諮商/治療並不多。而目前較為廣泛使用的網路團體諮商形式是以文字為主的網路諮商團體 (Bellafiore, et al., 2004; Page, 2004)，研究的議題很廣，包括各種不同的主題（例如應用憂鬱症團體、藥物成癮）和形式（e-mail、BBS）。不同的主題和型式組成各種的研究團體，例如佈告欄形式的癌症支持性團體 (Bellafiore, et al., 2004)、即時線上失落及哀傷的網路支持團體 (Gary & Remolino, 2000)、即時網路高憂鬱學生輔導團體（吳淑楨，2005）。

參、網路團體諮商的優勢及限制

相較於傳統面對面團體諮商的模式，網路團體諮商有以下的優點 (Bellafiore, et al., 2004; Finn, 1996; Page, 2004; Weinberg, Schmale, Uken, Wessel, 1995)：

1. 非同步的網路諮商團體的成員可以在任何時間進入網路空間參與討論或閱讀訊息。
2. 成員可隨時進入網路空間進行情緒上的宣洩而不必打擾到其他人。
3. 對於不能參加面對面團體諮商的人來說，網路諮商團體是一項很好的選擇。
4. 那些比較不情願或較少分享的成員，可在一個低風險的環境下獲得可用的資訊。
5. 訊息可被儲存，方便研究之用。
6. 打字的速度比面對面時講話的速度慢，成員正好可利用等待的空檔對其他成員所張貼的訊息進行思索。
7. 匿名性讓成員有安全感，能進行較深度且誠實的自我揭露。因為匿名性而激發去抑制化的行爲 (disinhibited behavior)，成員會較願意在網路空間裡說或做一些在現實世界不敢說或做的事。

網路團體諮商亦有其本質上的限制或執行上的困難 (Bellafiore, et al., 2004; Finn, 1996; Page, 2004; Weinberg, et al., 1995)：

1. 若使用非同步的方式，如留言版或電子郵件，成員所張貼的訊息可能會較晚獲得回應，甚至無回應。
2. 可能會出現欺騙或破壞性的互動，例如攻擊或叫罵。
3. 成員可能會出現依賴網路溝通，而減少實質性的社會互動。
4. 對無法接觸網路或不使用網路的人來說，無法進行網路團體諮商。
5. 以文字為主的網路團體諮商缺乏視覺和聲音的線索。

綜合以上的優劣點，網路團體諮商雖然有其本質上的限制，但方便性和經濟性為其獨特的優勢，提高網路團體諮商的可行性。此外，有許多研究亦發現網路團體諮商的有效性。King (1994) 研究一個透過 BBS 張貼訊息的網路支持性團體，這個網路團體是作為「嗜酒者互誠會」的輔助團體，研究發現成員每個星期在 BBS 的回應率與其在嗜酒者互誠會的復原效果成顯著性的正相關。許多研究指出，在以文字為主的網路諮商團體中，成員所張貼的訊息大部份是支持性，此為支持性網路諮商團體的一大特色。另外，網路團體諮商的研究也發現了 Yalom 所提的療效因子，特別是普同性 (universality)、凝聚力 (cohesion)、灌注希望 (provision of hope) (Page, 2004)。

目前網路團體諮商最受到批評的限制是缺乏視覺和聲音的線索，然而隨著科技的進步，這些限制是可以改善的。例如上述的 eGetgoing.com 結合各種網路科技提供藥物及酒精濫用的網路團體諮商，讓團體形式可近似於一般傳統的團體諮商，又可以有網路所提供的不受時空限制的便利性。

此外，在網路也可以透過特殊的設計來「看」出團體的動力，例如 The Palace (<http://www.palacetools.com/>) 的 2D 聊天室提供一種虛擬的空間，可以顯示成員們的圖像，成員可以移動圖像到任何位置，透過此種功能，就可以看出成員喜歡靠近哪個成員（見圖 1.）。

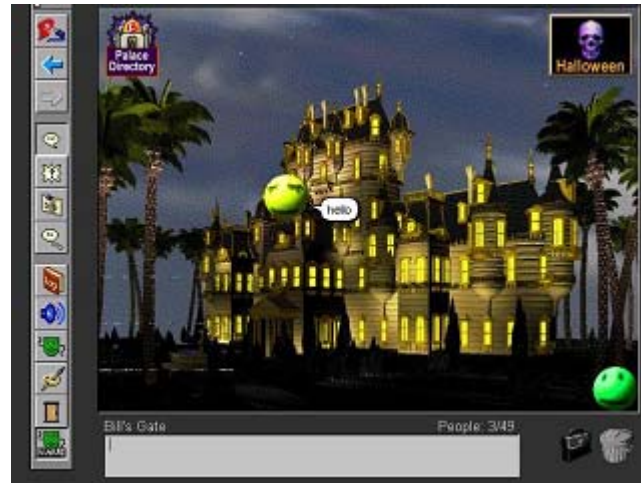


圖 1. The Palace

Page (2004) 指出目前已有高科技以及高品質的網路團體，雖然這些技術目前無法普及於一般大眾，但隨著科技的進步，成本會逐漸降低，這些高科技產品最後都會普及化，屆時，網路諮商團體的歷程就可以和面對面的諮商團體一樣，而且可以觸及到更多有需要的人。

肆、催化者的角色

網路團體諮商的催化者須對網路科技有所瞭解，如此才能針對團體選擇適合的溝通平台和技術。除了與傳統面對面的團體催化員一樣需篩選適合的成員、決定團體形式之外，網路團體諮商的催化者還需決定溝通的管道，例如使用 BBS 或是 MSN 或者其他的介面。此外，網路團體諮商的催化者因為網路的特性，使其必須調整其角色。張景然（2003）在其研究中即指出團體諮商員的角色和工作有別一般的面對面團體諮商，其不同點如下：

1. 成員自發性和支持他人的意願相當明顯，因而領導者的角色比較像是催化團體進行的參與者。
2. 網路上文字互動的節奏較慢，領導者可以得到較充裕的時間思索介入的方式。
3. 團體的約束力較低，成員容易分心或離開。
4. 成員之間容易出現插話，以致於出現模糊的溝通狀態。
5. 領導者的權力較低，不容易控制團體秩序或全然掌握成員的參與度。
6. 網路聊天室的「悄悄話」功能有助於臨場督導或協同領導者溝通之用。

另外，亦有學者 (Bellafore, et al., 2004) 指出在以文字為主的網路團體諮商中，團體催化員必須對文字有較高的表達能力，其文字不僅要能表達內容還要能傳達出語氣。因為催化員的語氣會影響團體的調性，因此催化者須用文字協助團體營造出信任及安全舒適的氣氛。文字為主的網路團體諮商中，因為缺乏視覺和語言線索，因此催化員必須格外「傾聽」成員的語言，要能從成員的文字中分辨出他們的感受。催化員也需要規律地送出訊息，以免被成員誤認為不存在。因為網路匿名的效果，成員較願意自我揭露以及討論更為私密的事，也較容易出現幽默或諷刺性的言論，催化員要能知道何時介入並化解衝突。

網路團體諮商的領導者必須是專業的諮商人員，亦即領導者必須具備專業的諮商知識、接受過專業的訓練以及遵守諮商倫理。一般的專業諮商人員若要帶領網路諮商團體則必須有網路的知識、熟悉網路的操作並且對於網路諮商倫理有所認識。

伍、結語

科技在進步，諮商的形式也跟著在改變。傳統面對面諮商要求求助者在一定的時間內到達一定的地點，這種不便性讓許多人放棄諮商，然而隨著網路的無遠弗屆，讓許多有心的求助者可以隨時利用諮商來解決其困擾。團體諮商因為不是一對一，所以相對的在利用網路科技時困難度會比個別諮商更高，但科技不斷地在進步，網路團體諮商的許多限制會一一地被克服，現代的團體諮商師是不能漠視此一潮流的。因此，除了要對傳統的團體諮商的運作有其了解之外，也應對網路團體諮商的方式有所涉略。

參考文獻

- 吳倩儀 (2004)。網路團體諮商方案對國小高年級害羞兒童輔導效果之研究。台南師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版。
- 吳淑楨 (2005)。運用即時通訊網路團體諮商對高憂鬱向學生輔導之研究。國立台灣師範大學社會教育學系在職進修碩士班碩士論文，未出版。
- 張景然 (2002)。網路團體諮商掃描。中華心理衛生學刊，15(4)，31-47。
- Bellafore, D., Colón, Y., & Rosenberg, P. (2004). Online counseling groups. In R. Kraus, J. S. Zack, & G. Stricker (Eds.), *Online counseling: A handbook for mental health professionals* (pp.197-216). New York, NY: Elsevier Science.
- Colón, Y. (2001). Online bereavement support. *Innovations in End-of-Life Care*, 3 (3). Retrieved June 10, 2007, from <http://www.edc.org/lastacts>
- Finn, F. (1996). Computer-based self-help groups: On-line recovery for addictions. *Computers in Human Services*, 13(1), 21-41.
- Gary, J. M., & Remolino, L. (2000). Coping with loss and grief through on-line

- support groups. In J. W. Bloom & G. R. Walz (Eds.), *Cybercounseling and cyberlearning: Strategies and resources for the millennium* (pp.95-114). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- King, S. (1994). Analysis of electronic support for recovering addicts. *Interpersonal computing and technology: An Electronic Journal for the 21st Century*, 2(3), 47-56.
- Page, B, J. (2004). Online group counseling. In J. L. Delucia-Waack, D.A. Gerrity, & C. R. Kalodder (Eds), *Handbook of group counseling and psychotherapy* (pp.609-620). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Weinberg, N., Schmale, J.D., Uken,J., & Wessel, K. (1995). Computer mediated support groups. *Social Work with Groups*, 17(4), 43-54.

「台灣心理諮商季刊」編輯委員會組織要點

- 一、「台灣心理諮商季刊」編輯委員會(以下稱本編委會)由「台灣心理諮商季刊」主編邀請組成之，任期為四年。
- 二、本編委會置主編一人，編輯委員十至三十六名，共同執行季刊之編輯與審查工作。
- 三、本編委會下置助理編輯一至三人，擔任本季刊編輯之行政工作。
- 四、本要點經本編委會會議通過後施行，修訂時亦同。

「台灣心理諮商季刊」編輯委員會編審工作要點

- 一、「台灣心理諮商季刊」(下以稱本季刊)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、本季刊常年徵稿，每年三月、六月、九月、十二月各出刊一期，每期刊出至少三篇，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、本季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 「台灣心理諮商季刊」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。

「台灣心理諮商季刊」徵稿通告

一、主旨

「台灣心理諮商季刊」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，採季刊與電子形式出刊。本季刊以發表心理衛生、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。本季刊採審查制度，發行主要目的在於鼓勵新進學者與博碩士班研究生發表，以擴大學術交流，提昇學術研究風氣。

二、稿件格式（請參閱「台灣心理諮商季刊」投稿論文格式之說明）

本刊歡迎海內外中英文稿件，中文稿件以正體、簡體投稿皆可。來稿請參考「美國心理學會出版手冊」第五版(Publication Manual of the American Psychological Association, 5th ed.)體例，每篇以五千至一萬兩千字為原則。請勿一稿兩投。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://tcq.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 300 字為限，含論文題目、摘要及關鍵詞（以不超過三個為原則）。

（三）正文

正文之段落標題可有彈性，但宜有前言、本文、結論、以及參考文獻等之結構。

（四）英文摘要頁

以 300 字為限，含論文題目、摘要及關鍵詞（以不超過三個為原則）。

（五）著作權授權同意書（表格請至 <http://tcq.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，本季刊將退回給作者，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

投稿論文經本季刊接受刊登，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

本季刊收到稿件之後，由主編確認內容、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。

本季刊採常年徵稿、先到先審制。請將稿件以電子郵件寄至 tcq@mail.heart.net.tw，註明「投稿台灣心理諮商季刊」。著作權授權同意書請寄到 50007 彰化市進德路 1 號國立彰化師範大學輔導與諮商學系轉「台灣心理諮商季刊」編輯委員會收或傳真：04-7276542；電話：04-7232105-2211；E-mail：tcq@mail.heart.net.tw

「台灣心理諮商季刊」投稿論文格式

本季刊以發表心理衛生、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專論為主。接受全球之繁體中文、簡體中文與英文稿件之投稿。稿長以五千字到一萬字為原則。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。

(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.) 之規定或本季刊之內容。

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：(鳳華，2005)

(2)英文，如：(Hsieh, 2003)

2.兩位作者

(1)中文，如：(金樹人、許宏彬，2003)

(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

施陳美津、蘇純瑩、張志仲、陳秋蓉、吳明宜 (2004)。精障者電腦化就業媒合模式之研究，**勞工安全衛生季刊**，**12** (3)，195-210。

張秀玉、曾華源、賴玫凰 (2004)。發展遲緩兒童之家庭特質與資源運用狀況：早期療育個管中心本籍與東南亞籍女性配偶家庭之比較。**兒童及少年福利期刊**，**7**，13-18。

(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

江巧琴（1996）。母親經歷新生兒死亡的經驗與感受：質性回溯性研究。長庚大學護理學研究所碩士論文，未出版，桃園。

(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)

「台灣心理諮商季刊」作者基本資料表

| | | |
|------------------|---|------|
| 篇名 | 中文： | |
| | 英文： | |
| 關鍵詞 (以 5 個為限) | 中文： | |
| | 英文： | |
| 姓名 (註一) | 中文： | |
| | 英文： | |
| 任職單位與 職稱 (註一) | 中文： | |
| | 英文： | |
| 聯絡電話 | 第一作者(O)： | (H)： |
| | 手機： | |
| | 通訊作者(O)： | (H)： |
| | 手機： | |
| 聯絡地址 | 第一作者： | |
| | 通訊作者： | |
| 電子郵件 | 第一作者： | |
| | 通訊作者： (此 E-mail 將列於稿件首頁註腳處，作為學術交流之用) | |
| 作者註 (註二) | | |

註一：超過兩位以上者請依序編號排列填寫於本欄。通訊作者請於姓名右上角打星號（*）以為標示。ex: (1)王智弘 (2)張景然* (3)謝毅興

註二：有關本篇文章相關的訊息說明，例如：研究的經費來源(如：本論文獲國科會補助，計畫編號：○○○○)、改寫自哪篇學位論文(如：本論文係○○大學○○研究所之碩(博)士論文的部分內容，在○○教授指導下完成)、於研討會發表(如：本論文曾發表於○○研討會)等訊息，將以括弧列於本文之後、參考文獻之前。

著作權授權同意書

論文名稱：_____（以下稱「本論文」）

一、若本論文經台灣心理諮商季刊(Taiwan Counseling Quarterly)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

林麗珊

國民小學高年級兒童社交技巧團體之
看見~我與一群活蹦亂跳兒童的相遇

許智傑 謝政廷 施玉麗

曼陀羅創作在冥想中的運用

蕭高明

一次單元諮商模式在電話協談的應用

郭思琪

網路團體諮商之發展

台灣心理諮商季刊
Taiwan Counseling Quarterly

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