



# 台灣心理諮商季刊

## *Taiwan Counseling Quarterly*

第三卷 第二期  
Vol. 3, No. 2

2011 年 6 月  
Jun. 2011

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

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

*Dept. of Guidance and Counseling, National Changhua University of Education & Taiwan Counseling Net*

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）  
 卓紋君（高雄師範大學 輔導與諮商研究所）  
 周文玫（Graduate Psychology and Counseling,  
 University of Mary Hardin-Baylor）  
 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）  
 洪莉竹（台北教育大學 心理與諮商學系）  
 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 心理學系）  
 桑志芹（南京大學 心理健康教育與研究中心）  
 張 珏（台灣大學 衛生政策與管理研究所）  
 張高賓（嘉義大學 輔導與諮商學系）  
 張素鳳（台灣大學 心理學系）  
 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）  
 陳尚綾（彰化師範大學 輔導與諮商學系）  
 陳易芬（台中教育大學 諮商與應用心理學系）  
 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）  
 劉明秋（台南大學 諮商與輔導學系）  
 劉淑慧（彰化師範大學 輔導與諮商學系）  
 蔡素妙（銘傳大學 諮商與工商心理學系）  
 鄧志平（彰化師範大學 輔導與諮商學系）  
 駱慧文（高雄醫學大學 醫學系）  
 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）

李仁豪（中山醫學大學 心理學系）  
 柯慧貞（亞洲大學 心理系）  
 洪素珍（台北教育大學 心理與諮商學系）  
 洪莉竹（台北教育大學 心理與諮商學系）  
 郎亞琴（大葉大學 師資培育中心）  
 袁志晃（彰化師範大學 輔導與諮商學系）  
 高之梅（中山醫學大學 心理學系）  
 高淑貞（彰化師範大學 輔導與諮商學系）  
 許瑛珺（銘傳大學 諮商與工商心理學系）  
 許鶯珠（交通大學 教育研究所）  
 陸雅青（台北市立教育大學 視覺藝術學系）  
 游淑瑜（台北市立教育大學 心理與諮商學系）  
 廖鳳池（高雄師範大學 輔導與諮商研究所）  
 劉同雪（輔仁大學 臨床心理學系）  
 藍菊梅（長榮大學 健康心理學系）  
 蘇完女（亞洲大學 心理系）

**英文編輯顧問：**

林為慧（彰化師範大學 英語學系）

**助理編輯：**林倩如

**編輯助理：**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#2208；電子信箱：tcntcq@gmail.com

**Publisher:** Dept. of Guidance and Counseling, National Changhua University  
of Education & Taiwan Counseling Net

**Chief Editor:** Wang, Chih-Hung (National Changhua University of Education)

**Board of Editors:**

Bai, Ya-Mei (National Yang-Ming University)  
Chang, Chueh (National Taiwan University)  
Chang, Chuan-Feng (Kaohsiung Medical University)  
Chang, Kao-Pin (National Chiayi University)  
Chang, Sue-Hwang (National Taiwan University)  
Chao, Shu-Chu (National Changhua University of Education)  
Chen, Chiung-Ling (Chung Shan Medical University)  
Chen, Fang (University of Wisconsin-Madison, U.S.A.)  
Chen, Shang-Lung (National Changhua University of Education)  
Chen, Yih-Fen (National Taichung University)  
Cho, Wen-Chun (National Kaohsiung Normal University)  
Chou, Wen-Mei (University of Mary Hardin-Baylor, U.S.A.)  
Deng, Chi-Ping (National Changhua University of Education)  
Hsiu, Hui-Lan (National Chengchi University)  
Hsu, Shao-Ling (National Chiao Tung University)  
Hsu, Wei-Su (National Taiwan Normal University)  
Hu, Chung-Yi (National Changhua University of Education)  
Huang, Shen-Kuei (Tunghai University)  
Hung, Fu-Chien (Chung Yuan Christian University)  
Hung, Li-Chu (National Taipei University of Education)  
Lee, Yu-Chan (National Taipei College of Nursing)  
Liao, Feng-Tsu (National Kaohsiung Normal University)  
Lin, Chao-Cheng (National Taiwan University)  
Lin, Mei-Feng (National Cheng Kung University)  
Lin, Miao-Jung (National Chi Nan University)  
Lin, Wei-Fang (Taipei Municipal University of Education)  
Liou, Ming-Chiou (National University of Tainan)  
Liu, Shu-Hui (National Changhua University of Education)  
Lo, Huei-Wen (Kaohsiung Medical University)  
Sang, Zhi-Qin (Nanjing University, P. R. C.)  
Shieh, Lih-Horng (National Changhua University of Education)  
Shieh, Yi-Hsing (National Changhua University of Education)  
Shie, Wen-Yi (Shih Chien University)  
Sze, Tat-Ming (University of Macau, Macau)  
Tsai, Su-Miao (Ming Chuan University)

Wang, Ching-Fu (Chung Shan Medical University)  
Wang, Hwa-Pey (National Taiwan Normal University)  
Wang, Ming-Hung (National Changhua University of Education)  
Wang, Nan-Mai (Chung Shan Medical University)  
Wu, Chih-Yi (National Chiayi University)  
Yang, Ming-Lei (Tamkang University)  
Yu, Hon-Yei (National Taiwan University)

**Board of Reviewers:**

Hsu, Ying-Chu (National Chiao Tung University)  
Hsu, Ying-Shao (Ming Chuan University)  
Hung, Li-Chu (National Taipei University of Education)  
Hung, Su-Chen (National Taipei University of Education)  
Kao, Chih-Mei (Chung Shan Medical University)  
Kao, Shu-Chen (National Changhua University of Education)  
Ko, Huei-Chen (Asia University)  
Lan, Chu-Mei (Chang Jung Christian University)  
Lang, Ya-Chin (Dayeh University)  
Li, Ren-hau (Chung Shan Medical University)  
Liao, Feng-Tsu (National Kaohsiung Normal University)  
Liu, Tung-Hsueh (Fu Jen Catholic University)  
Lu, Liona (Taipei Municipal University of Education)  
Su, Wan-Nu (Asia University)  
You, Shu-Yu (Taipei Municipal University of Education)  
Yuan, Chih-Huang (National Changhua University of Education)

**Translation Consultant:**

Lin, Lydia (National Changhua University of Education)

**Assistant Editor:** Lin, Chien-Ju

**Editor Assistant:** Chung, Yu-Hsing

- 
1. Taiwan Counseling Quarterly has been published since 2008. It's an online form. Each article is published in the order of date when the manuscript was reviewed and accepted.
  2. Contact us: Taiwan Counseling Quarterly Editorial Board, Department of Guidance & Counseling, National Chunghua University of Education. \*Address: No. 1, Jin-De Road, Changhua City, Taiwan. R.O.C. Tel: 04-7232105#2208 Website: tcq.heart.net.tw E-mail: tcntcq@gmail.com

## 3-2 目錄 (Content)

---

諮商中的同理心技術初探

吳紫仔 許竑彬\* 1

**Review of Empathy in Counseling**

Tzu-Yu Wu, Hong-Pin Hsu\* 14

生涯轉換心理量表之編製研究

韓楷樾\* 黃瑞峯 黃聖夫 15

**Development of Inventory for Adult Career Resources Transition**

Kai-Cheng Han\*, Jui-Feng Huang, Sheng-Fu Huang 35

## 諮商中的同理心技術初探

吳紫仔 許竑彬\*

### 摘要

本文整理國內外同理心相關文獻，目的在於呈現與釐清同理心的概念，以便助人工作者能對同理心的意涵、功能及限制有所認識與掌握，能夠在諮商關係中適切地運用同理心。

同理心的意涵包括：同理心是一種關懷的能力與態度、幫助當事人了解自己的映照、傳達與接收理解的循環歷程，以及幫助當事人覺察內在經驗的療癒性互動模式。它能夠協助當事人情感的覺察、創造安全的治療氛圍以增進治療關係、協助當事人自我認識並促成改變、以及催化當事人成為自助者。儘管同理心在促成當事人改變上有著必要非充分條件、缺乏具效度的量表以支持實徵，以及可能濫用等的限制，研究者認為同理心仍是諮商關係中不可或缺的要素。

### 關鍵詞：同理心、治療關係

---

吳紫仔 國立屏東教育大學教育心理與輔導學系研究生  
許竑彬\* 國立屏東教育大學教育心理與輔導學系研究生  
(orangecat750710@gmail.com)

## 壹、前言

不分任何的諮商理論取向，同理心皆是治療同盟關係形成的必要條件，且當事人在治療關係中經驗到諮商師對他的同理，就能預期有好的諮商結果 (Elliott, Bohart, Watson & Greenberg, 2011; Feller & Cottone, 2003)。相較於人本—經驗以及心理動力的治療取向，儘管行為取向的諮商師比較可能將同理心視為治療中的一項技術而非態度 (Carlozzi, Bull, Stein, Ray & Barnes, 2002)，然而不可否認地，同理心依然對治療效果有所影響。在一份以 185 位當事人參與認知行為治療 (Cognitive-Behavior Therapy) 團體的研究即顯示，當事人配合其認知行為療程並完成諮商師所指派的家庭作業，除了提升其憂鬱症狀的復原之外，當事人感受到諮商師的療癒性同理心 (therapeutic empathy) 是治療得以發揮成效的重要因素，原因在於治療關係的品質能夠大大影響當事人的復原程度 (Burns & Nolen-Hoeksema, 1992)。另外，在這個多元文化的世代裡，同理心幫助諮商師在與不同文化的當事人進行諮商或治療時，能夠建立諮商師本身的信譽，增進雙方的治療關係 (Chung & Bemak, 2002)。

可見，治療要能帶給當事人療效，首要考慮當事人與諮商師之間的治療關係是否穩固，而同理心在發展信任的治療關係中即扮演重要的角色。儘管同理心在促成當事人的改變上並不足夠，但卻是必要的先決條件 (Hill, 2007)。以 Hill 的助人三階段模式而言，雖然同理心充斥在整個諮商歷程中，然而她卻特別在探索階段強調同理心的運用，因為同理心讓諮商師能透過當事人的窗口看到他們的內在世界，了解當事人的所思所感，有助於投契關係的建立，以及後續的洞察階段和行動階段的進行，而促成當事人改變 (Hill, 2004/2006)。另一方面，諮商師的同理與接納能夠帶給當事人矯正性的情緒經驗，而這樣的經驗有別於治療之外的環境對當事人的固定反應模式，讓當事人不被看重的內在想法與感受，經由諮商師的同理，幫助他覺察自己被否認或壓抑的感覺，進而再度擁有這些感受，學習到適應性的行為，取代舊有僵化、無法因應現實狀況的不適應模式，達到人格上的改變 (Hill, 2007; Knight, 2005; Palvarini, 2010)。如此，同理心可謂治療的第一步，卻是很重要的一大步，當事人感受到諮商師的同理，而讓內在沉睡的感受甦醒時，治療才開始。

## 貳、同理心的意涵

治療者的首要任務是同理地瞭解當事人的經驗 (Elliott et al., 2011; Greenberg, Elliott, Watson & Bohart, 2001)。同理心常出現在助人歷程中，以下研究者整理相關文獻，將同理心之定義作簡略的陳述，並對同理心的意涵列出四項解釋：

### 一、同理心是一種關懷的能力與態度

Rogers (1957) 將同理心定義為：正確同理性地瞭解當事人其內在經驗的覺察，感受到他的內在世界，彷彿 (as if) 是自己的經驗，但沒有失去彷彿。Rogers 於1980年進一步提到，同理心是諮商師具敏感能力且有意願地從當事人的角度去瞭解其想法、感覺與困境，從當事人的內在參考架構進入其私人知覺世界，時時刻刻保持敏感，真誠地覺察到感受的意義，小心地隨其移動，不做評斷地暫時活在此人的生命裡 (Hill, 2004/2006)；諮商師能身同此心、心同此理地瞭解當事人的內在參考架構，並將所理解到的感受傳達給他知道，此時治療才展開 (Rogers, 1957)。

## 二、同理心是一種幫助當事人了解自己的映照

Carkhuff於1969年，提出同理心可分為初層次同理心 (primary empathy) 與高層次同理心 (advanced empathy)：前者常出現於諮商師與當事人建立關係的初期，藉由當事人所表達的感受、行為予以設身處地的反映；後者多發生於諮商師與當事人在治療關係穩固良好時，諮商師反映當事人所隱含的含意或尚未經驗的感受，催化當事人面對問題的真正感受並自我探索，對困擾有著真正的瞭解與進一步的處遇 (引自Egan, 1988/1992)。

## 三、同理心是一段傳達與接收理解的循環歷程

Barrett-Lennard 在 1981 年，提出同理心是由共鳴性同理 (empathic resonance)、表達性同理 (expressed empathy) 與接收性同理 (received empathy) 三成分構成，簡述於下：

- (一) **共鳴性同理**：治療者經驗到當事人的經驗並產生共鳴，對於當事人的內在歷程有著同理性的傾聽與共鳴性的理解。
- (二) **表達性同理**：藉由傳達諮商師對當事人的瞭解而出現的同理心。
- (三) **接收性同理**：當事人感受到被同理且此同理是出自於當事人個人經驗。

同理心的出現源自於上述的三項同理心依序的出現，過程中當事人能夠感受到諮商師對於己身經驗的理解與傳達，在共鳴性同理產生時，三個階段的同理心將循環性的出現 (Barrett-Lennard, 1981)。

Elliott等人 (2011) 認為同理是雙方互相創造，並非僅有諮商師提供的；這與Rogers (1957) 所提及之概念相近：「當事人改變的六大條件之一—當事人有不一致的感受而諮商師能真誠的接收理解並傳達給當事人知道，當事人覺知到諮

商師的理解與同理。」在當事人願意呈現其不一致後，諮商師方能從中介入並與當事人共同合作。

#### 四、同理心是一種幫助當事人覺察內在經驗的療癒性互動模式

同理心有以下三個模式 (Elliott et. al., 2011)：

- (一) **建立同理的投契 (empathic rapport)**：諮商師向當事人呈現同理的態度，從其內在參考架構試著說明瞭解當事人的經驗，以建立投契信任的關係以及有效的治療情境。
- (二) **彼此協調的溝通模式 (communicative attunement)**：諮商師需要表現主動，並且努力與當事人每一片刻的言語和經驗保持和調 (attuned)，向當事人傳達其經驗的感受，亦包含著當事人尚未呈現的經驗。
- (三) **個人化的同理 (person empathy)**：以貼近當事人經驗 (experience-near) 的方式來瞭解當事人的世界，從當事人過往或現在的經驗中試圖去瞭解。

研究者綜觀 Elliott等人 (2011) 所提出的同理心概念做以下的歸結：首先建立安全的關係，接收到當事人的經驗，並藉由來回地傳達理解來協助當事人重整、組織內在經驗感受，同理就此產生。

同理心的定義隨著不同學者而有所不同，而其中的概念皆於諮商師能正確地瞭解當事人的經驗並傳達給當事人知道，而當事人感知到諮商師的同理後，催化當事人的正向潛能、增進其自我探索，為諮商效能的必要條件 (廖本富，2000b；鄧宏瑜，2011；Elliott et al., 2011; Heck & Davis, 1973; Watson, 2007)。

#### 參、同理心的功能

許多學者強調同理心是建立治療關係的重要條件 (Elliott et al., 2011; Greenberg et al., 2001; Lesser, 1961; Rogers, 1957)，除了建立關係，同理心在諮商場域中發揮何種功能？依據相關文獻整理，歸納出同理心的以下四種功能 (Elliott et al., 2011; Greenberg et al., 2001; Hill, 2004/2006; Watson, 2007)：

##### 一、協助當事人情感的覺察

諮商師表達同理心，能夠協助當事人對其內在經驗標籤與象徵化，使其對於內在抽象模糊的情緒得以概念化，達到澄清與瞭解其情緒的意義，也經由文字來再現經驗以調整其情感反應，簡言之，同理心給予當事人不同以往的經驗，也

因為同理心回應提供了矯正性情感經驗，此幫助當事人強化自我與打破人際的孤立，並且培養當事人聚焦在自己的內在感受。有時，同理心幫助當事人表達了內心難言的感受，觸動到當事人內心封閉的深層情感，而有情感宣洩的效果。

## 二、創造安全的治療氛圍，增進治療關係

同理心能夠增進當事人對治療環境的信任與安全感，包括對諮商師和整個治療空間感到放鬆與安心，並且營造當事人與諮商師之間的正向關係，在治療關係中，感受到同理將會增加當事人的滿意度與對治療承諾之意願，也因為關係的安全感，當事人會更容易地自我揭露。治療情境當下，當事人內化了諮商師的態度，感受到來自於諮商師的接納與撫慰，漸漸地，當事人放鬆於治療中，有助於發展牢固的治療連結及增進當事人的自主性。唯有當事人感到安全時，才能卸下面具、呈現真實的自我，並在當事人願意表露自己時，改變便會慢慢地出現。

## 三、協助當事人自我認識並促成改變

同理心讓當事人內在經驗獲得確認與了解，在同理的推測下，將銜接到當事人的內隱世界，使其看見自己未曾感受的感覺，用客觀的視野來探索世界，進入更深層的經驗並且彈性地檢視其感覺；因為接納、一致性和同理，與當事人共事的同時，建立信任關係、催化當事人開放地與諮商師探索其經驗及意義的創造，增進其自我瞭解；在當事人對於認知歷程與情感面的自我調適增加後，改變的意念在當事人身上萌芽，改變的意願就此開始。

## 四、催化當事人成為自助者

諮商師運用同理心來幫助當事人覺察內在感受的同時，能夠幫助當事人練習傾聽與尊重自己內心的感受，增加當事人投入且更開放於治療過程；而治療目標也注重當事人在日常生活中與他人互動時，能維持著在治療情境中所獲取的自覺與自我調適能力，透過運用自我能量來療癒自己，成為發揮正常功能的個體。

## 肆、同理心的應用與限制

### 一、應用

建立治療關係的首要條件是同理心的運用，結合著積極關注與真誠，將會增加當事人的自我強度與催化更深層的探索。若諮商師要適當運用同理心，得先對同理心的要義有所了解與掌握，方能運用自如。在這裡會碰到的一個疑問是，同理心究竟是一種態度抑或技術？若將同理心視為助人工作中的一種技術，它的可

操作性和可運用性無庸置疑，但若沒有諮商師的真實情感作為同理心運用的基礎，同理心便會流於生硬、呆板，因此諮商師本身懷有同理的態度，以對當事人傳達同理的理解也相當重要。以下分別討論同理心的技術與態度兩層面，以及同理心在實務工作上的應用。

### （一）同理心的技術層面

一般而言，諮商師或諮商師大多以口語的方式表達對當事人的同理。黃惠惠（2005）提到同理心的表達包含了簡述語意（paraphrasing）與情感反映（emotional reflection），「簡述語意」是扼要簡單地表達當事人所說的內容或意義，用自己的方式說出而非重複地述說，用意在於讓當事人明白自己被足夠地瞭解並催化思考，使其能完整地探索問題的某個層面或是過去未思考過的面向；「情感反映」則根據當事人呈現的口語訊息及非口語訊息來回映當事人的感受，協助當事人澄清與更深入地表達感覺，亦可鼓勵情緒的宣洩。情感反映表達了諮商師對當事人的關心與同理，促使當事人進入他們的內在經驗（Hill, 2004/2006）。提供適切的同理後，將給予當事人一種安全的情境，使當其增加自我強度的同時，也因為對於環境的信任與安心，更能深入地探索自我，並催化當事人開放其個人經驗、發展出正向的希望感（廖本富，2000b；Elliott et al., 2011；Greenberg et al., 2001；Watson, 2007）。廖本富（2000b，頁 75-77）對於同理心的治療性運用，提出詳細的原則加以說明，包括：1.以具體、清楚、正向態度同理當事人；2.諮商師的表情、手勢、身體動作、語調和說話速度等非口語行為需配合當事人當下的情緒；3.諮商師透過對人性的了解，將當事人潛抑的、偽裝的情感同理出來；4.同理當事人所表現出來的不一致訊息以增進其自我覺察；5.同理當事人內在的矛盾衝突、需求或兩難困境，促進當事人對內心的情緒、認知與行為有所覺察；6.當對當事人內在世界或問題情境感到陌生時，能揣想自己或對方可能有的反應作為同理的材料；7.持續注意當事人的口語及非口語反應，以修正同理的深度與方向；8.留意當事人和諮商師在治療歷程中的互動情形，適時給予同理；9.暫時地認同當事人表達出來的訊息，並能隨諮商過程每一個當下的變化而調整對當事人的理解；10.諮商師能夠覺察個人的議題或需求，且能暫時予以懸置以確保對當事人客觀地反映，以認知的觀點取代去了解當事人。

綜合前述，同理心的表達，簡而言之，包括簡述語意和情感反映兩個層次，但對於此，研究者認為同理心不僅止於此層面。諮商師若要精準傳達對當事人的同理需要留意當事人在表情、動作、語調及口語內容所流露的情感訊息，以便調整自己的表情、動作和語調來與當事人的感受和調，此外還要關注當事人在諮商歷程中的互動情形與情感的變化，來調整諮商歷程每一個當下對當事人的同理；換言之，瞭解當事人當下透露的訊息，非僅止於鸚鵡似的重述，運用語言、情感、肢體等方式正確性的回應，傳達給當事人知曉，更重要的是治療者本著此態度與當事人共處，瞭解同理的基本核心態度，表達同理予當事人感知。諮商師能夠傾聽當事人的故事，在當事人的主觀與客觀世界之間進出自如，既能感受當事人的

感受，又不致陷入當事人的情緒之中，而對當事人的情緒有正確的理解並且反映給當事人知道，有助於催化當事人對於內在情感的覺察。有時，當事人難以形容內心複雜的感受，諮商師便需要透過自己的口語協助當事人將內在情緒概念化，深化當事人對感受的覺察。

黃惠惠（2005）和廖本富（2000b）均為「如何表達同理心」提供具體且實用的觀點，可看出同理心的運用可謂：諮商師根據當事人的口語表達內容，推敲當事人的內在感受，並且將感受再以口語方式傳達給當事人知道。若將同理心分析為簡述語意與情感反映兩部分，對於諮商師的運用相當方便，新手諮商師亦能夠依循這些原則，學習向當事人傳達精準的同理。分解同理心表達方式，可能免不了顯得公式化，但對新手諮商師而言卻最容易掌握；藉由公式般的句型，有助於新手諮商師留意當事人的語言和非語言訊息，以及這些語言和非語言訊息所流露的情感，一開始運用難免覺得生硬、彆扭，待累積豐富經驗之後，這套技術將會內化為諮商師的一部分，運用起來將自然許多。

## （二）同理心的態度層面

探討同理心的態度面，首要回歸創始人Rogers對同理心所下的定義，其中一段提到同理心係諮商師富敏感且有意願從當事人角度去瞭解其想法、感覺與困境，從當事人的內在參考架構進入其內在世界，持續保持敏感，真誠地覺察到感受的意義，不做評斷地暫時活在此人的生命裡（Hill, 2004/2006），且能身同此心，心同此理地瞭解當事人的內在參考架構，並將所理解到的感受傳達給對方知道（Rogers, 1957）。諮商師的「意願」是開啓同理心歷程的重大關鍵，也就是說，當諮商師本身想要進入當事人的內在世界時，才可能真正感受到當事人的所思所感，此時同理心成爲一種願意關心當事人內在參考架構，並將對當事人的現象場之理解傳達予其知道的態度。因此諮商師如何傳達對當事人內在感受的理解，以協助當事人對自己的感受有更深一層的覺察是同理的要義所在。當思考如何對當事人心理困境和感受傳達理解，一方面就如前面所述，可以選擇的方式之一，便是根據當事人的口語和非口語訊息，並且考量其問題的情境與脈絡使用簡述語意和情感反映。如此，簡述語意和情感反映其實可視爲一種表達同理的選擇之一，除此之外，是否還有其他的選擇可以傳達對當事人心理困境與感受的理解？

當同理成爲願意理解當事人的一種態度，諮商師便可選擇其他能夠彰顯同理心的替代方法，其效果與目的並不亞於口語的簡述語意和情感反映。在藝術治療工作中，有一種與當事人工作的方法稱作「回應性的藝術創作」（responsive art making），指的是諮商師依著當事人創作的圖像，細細體會其創作所傳達出來的訊息以及在自己身上所引發的感覺，並將這些感受也透過創作的方式表達出來以回應當事人的作品（Moon, 1998/2006）。這樣的方式對諮商關係帶來三項幫助：1.促進當事人與諮商師建立同理的（empathic）關係；2.提供諮商師一個表達的出口，以抒發其在治療過程中所引發之強烈感受；3.作爲與當事人進行想像性的詮釋性對話（imaginative interpretive dialogue）之起點（Moon, 1998/2006, p. 27）。

Moon認為使用回應性藝術創作的藝術諮商師並不仰賴口語協助當事人達到覺察與改變，藝術本身即提供一個表達內在感受的媒介。

藉由回應性的藝術創作，諮商師得以向當事人的處境表達同理，而不需倚賴當事人口語訊息使用簡述語意和情感反映的方式來回應，同樣能達到傳達理解、協助其對自我有所覺察的療效。進一步分析是什麼讓當事人感受到被了解，隱喻（metaphor）可能是其中一項元素。圖像隱喻傳達出一種「彷彿」的朦朧象徵，諮商師恰似當事人心理困境或感受的圖像創作，將當事人複雜難以言喻的內在情感描繪出來，當事人經驗到被了解，且覺察自己的掙扎與痛苦。另一方面，故事隱喻也可以達到同理的效果（王理書，2002）。將當事人的處境以另一種形象來比擬成爲一段故事敘說（例如，你和媽媽的關係好像兩隻刺蝟，彼此想靠近卻又怕傷害對方），不僅能夠同理當事人，還能促進當事人對自身處境的覺察。

綜合前述，若同理做爲一種態度，諮商師便能思考其他能將同理心彰顯出來的方法，如同回應性的藝術創作可以經由圖像而非傳統口語形式傳達對當事人的同理，故事隱喻的敘說也有同樣的效果。這是同理的態度與隱喻結合化爲非傳統形式同理心的一個例子，還有其他表達同理的方式等待開發。因此，研究者認爲同理是一種態度，只要將同理的精神內化，表達同理的形式便可不拘泥於單純的簡述語意和情感反映，當諮商師顯露出同理的氣質，即便只是與當事人沉默而坐，也能讓當事人感到諮商師與自己同在。

### （三）實務工作上的運用

將同理心運用在實際工作上，游淑華（2002）提出在伴侶治療上，當事人接收到諮商師對其同理後，學習並運用同理心在其父母身上，反覆循環使得當事人覺察到：自己在伴侶關係中之互動模式，源自於原生父母本身的個人背景以及雙方間的互動模式；故促進當事人伴侶接納彼此，也使其正確地理解在家族系統中的互動模式，使得當事人與諮商師能在治療中得到助益、彼此深入瞭解。國內也將同理心訓練運用在性犯罪受刑人身上，其結果顯示同理心訓練可以使團體成員在反社會性格的傾向減少、較不神經質、提升其自我肯定、抑制攻擊行爲的表現，皆顯示同理心訓練團體對性犯罪受刑人同理心提升的成效（邱惟真，2009）。在同理心訓練團體對大學生志工的同理心輔導效果也顯示，觀點取代（perspective taking）體驗團體可提昇大專志工的整體同理心，而認知同理心與表達同理心可見成效，唯獨情感同理心則因爲無法在短期內看到成效，故未達顯著效果（曾貝露、陳志賢、施彥州，2009）；由此研究反映出同理心的養成並非立竿見影，在當事人循序漸進地接觸下，同理心的功效便可逐漸展露。

Greenberg 等人（2001）提出同理心運用的注意事項：不同狀態的當事人需要不同程度的同理，對於脆弱的當事人而言，同理心對其有侵入性的感受；高防衛性的當事人會認爲同理心偏於指導性；有些當事人則對於聚焦「感覺」感到陌生，所以諮商師必須判斷與拿捏同理心回映的適當時機。在提供安全情境後，同理心可促進當事人對自我經驗的開放、更具彈性地檢視其感受、價值與目標，因

為在真誠一致、無條件的積極關懷接納與正確性的同理下，當事人經驗與學習到自己值得被尊重與聽見，感受到他們的感覺與行為是有意義的，故可以在關係中表達他們的情感與需求。

近年來多元文化諮商也正蓬勃發展，Chung 和 Bemak (2002) 認為多元文化在諮商中提供了整合與功能性兩項功能，前者指的是當事人對文化的價值觀與信念提供個體對自我認同之融合，後者是增進了當事人自我價值與歸屬感。當多元文化應用在諮商上時，有時會因為文化的差異而產生誤解與衝突，可能導致當事人結束諮商或是不願意進行諮商，研究者針對同理心在文化上的應用歸納出下列幾項諮商師需注意的要點 (Chung & Bemak, 2002; Corey & Corey, 2011)：

- (一) **瞭解不同文化視野與承認差異**：當事人與諮商師的信任關係將會因治療師瞭解其文化的差異而有所增加。
- (二) **不同文化價值觀對當事人的影響**：在集體社會的文化下，諮商師能瞭解個體的界限與精神上的獨立並不被重視，例如面對亞洲籍當事人時，瞭解家庭、社會對其經驗的影響，而非把諮商師自身的文化觀點加諸在當事人身上，當事人能從諮商師散發出的態度感受到更多的同理。
- (三) **區分文化的能力**：在表達同理心時，諮商師能保留個別的文化認同，當下同步地覺察、接受當事人的文化價值觀與信念，並非被兩者的文化價值觀混淆；諮商師檢視文化對己身造成的影響後，能以更開放的態度檢視當事人的文化，從此歷程來經驗當事人真實的世界。
- (四) **增進文化敏感度**：在傳達同理心時，增進諮商師對文化的敏察，在治療進行時，諮商師免於因對文化的無知或誤解而誤會當事人。
- (五) **瞭解亦能傳達**：這也是同理心的精神所在。除以寬廣的視野與當事人共事，瞭解彼此的世界觀及文化差異，而諮商師能正確地瞭解不同文化當事人的經驗外，亦包含將同理心傳達給當事人知曉，聯繫著人與人之間的瞭解與交流，進入穩定的治療關係中。
- (六) **不強加自身文化予當事人**：諮商師覺察到治療當下其反應的動機為何，時時內省並注意文化價值觀交流是否建立於滿足諮商師需求前提下，故諮商師需增加文化敏感度，並理解個別文化的差異；若因自身的個人議題或需求而回應與當事人，將造成其負擔與不適。
- (七) **嘗試貼近當事人經驗**：在諮商師未有如當事人的經驗時，運用情況相近的經驗去體驗以貼近其感受，以正確性地傳達同理心。

與不同文化當事人共同合作時，除上述注意要點外，諮商師也需協助當事人瞭解以下的態度與價值觀在諮商中文化的角色 (Chung & Bemak, 2002)：1.諮商師真誠地對學習其文化有興趣；2.諮商師能敏察到當事人部分的文化而不必然全盤理解；3.真誠地欣賞彼此的文化差異；4. 於諮商過程中應考慮符合當事人文化的尋求協助行爲、治療效果及期待。諮商師表露出上述的態度後，令當事人瞭解並感受到諮商師的真誠、同理，且願意瞭解當事人的文化脈絡，能使得彼此信任感加深。承如上述，諮商師跟當事人能彼此理解文化上的差異，並將文化隔閡降到最低，治療效果將會更有助益，而爲促進多元文化中的同理心應用，Chung 和 Bemak (2002) 提出六大面向：

- (一) **接納並瞭解來自不同文化背景的當事人受家庭、社群情境之影響**：此對強調社會家庭情境的集體文化尤其重要。
- (二) **盡可能將當事人文化中對於心理健康的既有概念融入治療歷程**：諮商師在對當事人表達同理時，須納入當事人文化架構對其情境所賦予的意義，可免於將個人價值觀強加於當事人身上，雙方共同合作並尊重彼此文化對健康心理概念的認定，將有助於同理心的正確性傳達。
- (三) **瞭解社會政治與歷史**：將使得諮商師能以更廣泛的面向來理解當事人，包含種族歧視、奴隸制度或民族屠殺，瞭解歷史將使得諮商師更能感同身受地同理當事人。
- (四) **因遷移所形成的社會心理調整**：遷徙至不同的地域會使得社會心理跟著變更與調適。
- (五) **高度敏覺於根深蒂固的文化錯覺**：在面對當事人生活於社會文化的偏見下，譬如對種族的壓迫、歧視以及種族的分類，此文化經驗爲諮商師帶來衝擊，使得諮商師的同理更爲深雋。
- (六) **增權賦能於當事人**：同理心可以賦能予未能享受適當權益的當事人，藉由諮商師提供社區資訊與服務、支持性的回應，讓當事人因受重視與尊重，進而更具信心與促進自我成長。

諮商師展現與表達同理心將對不同文化的當事人有所助益 (Chung & Bemak, 2002)，在過程中若諮商師沒有依文化給予同理性的回應，將會破壞治療關係，使得當事人倉促地結束治療，也讓當事人不但不能從治療中受益，反而危及當事人的權益。

## 二、限制

同理心對於治療關係的增進以及當事人對諮商師的信任具有很大的益處，卻也有其限制。國內外學者（廖本富，2000a；Duan & Hill, 1996; Samstag, 2007）對於 Rogers 所提的諮商員三大基本態度有不同的看法，整理如下：

### （一）改變上的必要非充分條件

Rogers (1957) 認為真誠一致、無條件積極關懷接納與正確性同理是治療成效的充要條件，可以催化治療歷程；同理心雖可讓治療關係更為緊密，但治療關係的建立僅是治療的第一步，這不會是為當事人帶來改變的單一條件，仍需要其他的因子共同促成改變。

### （二）缺乏具效度的量表以支持實徵

至今已發展出許多的量表測量同理心，但針對同理心難以實質地區辨，包含難以測量諮商師的同理究竟是同理的瞭解抑或同理的反應，使得不同內涵的同理心在測量上受到了限制。研究者對於同理心測量之效度受限、不易將此類測驗運用至實務測量感到可惜；然而國內學者發展出觀點取代故事同理心量表（趙梅如、鍾思嘉，2004），為同理心測量找到另一種評估形式，針對同理心確實效能之評估成為未來研究可拓展的領域。

### （三）同理心的濫用

諮商師認為應該要建立關係，使用同理心來拉近關係，沒有妥善運用同理心的時機，反而使得當事人不感貼近且與諮商師產生疏離；在與當事人不同文化或價值觀時，如何貼近與理解當事人的文化，在知曉當事人的文化背景並表達尊重與瞭解後，同理心才可正確性地感受與表達，若未依其文化予同理性回應，恐將令當事人停止治療，不願意繼續維持治療關係，此對當事人之福祉將有所損害。

## 伍、結語

在上述的評論中，雖見對於同理心的質疑與疑慮，但研究者認為諮商師賦予溫暖、真誠、安全的環境，運用同理心將能催化當事人感受自我，也因為其於此時此地接收到諮商師的無條件積極關懷專注、真誠一致，以及正確的同理，讓當事人感到受尊重與自我價值提升，其反應並不會受到責難或評價，自然而然地，當事人在諮商場域中便經驗了不同的感受，而在當事人再次經歷與過去類似的經驗時，對事件、情感和認知能以不同以往的感受性來重新架構，且在當事人再次經歷經驗，能對該經驗賦予不同的意義並接收到諮商師的正向回饋時，當事人對先前經驗的反應模式即可獲得轉化，漸漸地，當事人便學會以新的、較合乎現實

狀況的行為反應方式來過生活；即我們所期望當事人能獲得正向的回饋、經驗以帶至其日常生活中，運用自我的力量面對生活中的挑戰。

同理心在諮商中是個重要的技術，也是諮商師的基本態度，在建立關係、催化當事人探索自我、促進當事人洞察、感受到自己被接納與瞭解，此時治療將逐漸地展開與延續。諮商師也冀望當事人能運用同理心的力量，看到可以幫助自己的能力進而強化自我，讓諮商中學習到的同理心實踐於日常生活。

### 參考文獻

- 王理書 (2002)。隱喻故事治療團體結合敘事傾向與Eriksonian隱喻治療的嘗試 (上)。諮商與輔導，200，33-38。
- 邱惟真 (2009)。台灣○○監獄性犯罪受刑人同理心訓練模式之建立與成效評估。亞洲家庭暴力與性侵害期刊，5 (2)，159-180
- 曾貝露、陳志賢、施彥州 (2009)。觀點取代體驗團體對大專志工同理心輔導效果研究。大仁學報，34，147-160。
- 游淑華 (2002)。系統性的同理：同理心在伴侶治療上的應用。輔導季刊，38 (4)，55-59。
- 黃惠惠 (2005)。助人歷程與技巧。台北：張老師。
- 廖本富 (2000a)。同理心的迷思與澄清。國教世紀，191，67-78。
- 廖本富 (2000b)。同理心與焦點解決短期諮商。學生輔導，66，96-109。
- 趙梅如、鍾思嘉 (2004)。觀點取代故事同理心量表的發展。中華輔導學報，15，39-60。
- 鄧宏瑜 (2011)。探討諮商關係中的同理心。諮商與輔導，303，39-44。
- Barrett-Lennard, G. T. (1981). The empathy cycle: Refinement of a nuclear concept. *Journal of Counseling Psychology*, 28(2), 91-100.
- Burns, D. D., & Nolen-Hoeksema, S. (1992). Therapeutic empathy and recovery from depression in cognitive-behavior therapy: A structure equation model. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60(3), 441-449.
- Carlozzi, A. F., Bull, K. S., Stein, L. B., Ray, K., & Barnes, L. (2002). Empathy theory and practice: A survey of psychologist and counselors. *Journal of Psychology*, 136(2), 161-170.
- Chung, C. Y. R., & Bemak, F. (2002). The relationship of culture and empathy in cross-cultural counseling. *Journal of Counseling & Development*, 80(2), 154-158.
- Corey, M. S., & Corey, G. (2011). *Becoming a helper*. Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Duan, C., & Hill, C. E. (1996). The current state of empathy research. *Journal of Counseling Psychology*, 43(3), 261-274.

- Egan, G. (1992). *有效的輔導員* (王文秀、廖新春、陳美芳、嚴霽虹、蔡順良、曹中瑋譯)。台北：張老師。(原著出版於1988)
- Elliott, R., Bohart, A. C., Watson, J. C., & Greenberg, L. S. (2011). Empathy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 48(1), 43-49.
- Feller, C. P., & Cottone, R. R. (2003). The importance of empathy in the therapeutic alliance. *Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, 42(1), 53-61.
- Greenberg, L. S., Elliott, R., Watson, J. C., & Bohart, A. C. (2001). Empathy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(4), 380-384.
- Heck, E. J., & Davis, C. S. (1973). Differential expression of empathy in a counseling analogue. *Journal of Counseling Psychology*, 20(2), 101-104.
- Hill, C. E. (2006). *助人技巧：探索、洞察與行動的催化* (林美珠、田秀蘭譯)。台北：學富文化。(原著出版於2004)
- Hill, C. E. (2007). My personal reactions to Rogers (1957): The facilitative but neither necessary nor sufficient conditions of therapeutic personality change. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 44(3), 260-264.
- Knight, Z. G. (2005). The use of the 'corrective emotional experience' and the search for the bad object in psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 59(1), 30-41.
- Lesser, W. M. (1961). The relationship between counseling progress and empathic understanding. *Journal of Counseling Psychology*, 8(4), 330-336.
- Moon, B. L. (2006). *青少年藝術治療* (許家綾譯)。台北：心理。(原著出版於1998)
- Palvarini, P. (2010). Is the concept of corrective emotional experience still topical? *American Journal of Psychotherapy*, 64(2), 171-194.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21(2), 95-103.
- Samstag, L. W. (2007). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change: Reactions to Rogers' 1957 article. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 44(3), 295-299.
- Watson, J. C. (2007). Reassessing Rogers' necessary and sufficient conditions of change. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 44(3), 268-273.

# Review of Empathy in Counseling

Tzu-Yu Wu      Hong-Pin Hsu\*

## Abstract

We reviewed domestic and foreign literature on empathy aimed at helping counselors understand the meaning, function and limit of empathy so that they can appropriately apply empathy to therapeutic relationships.

Definitions of empathy included an ability and attitude of concern, a reflection that help clients understand themselves, a cyclical process of conveying and receiving understanding, and a pattern of therapeutic interaction that help clients become aware of their inner experience. The purpose of empathy included facilitating the emotional awareness of clients, creating a safe therapeutic environment conducive to therapeutic relationships, helping clients increase their self-knowledge to promote their transformation and empowering clients in self-help.

Although empathy alone is not a sufficient condition for change, and it lacks empirical support and is susceptible to abuse, we consider still empathy an essential component in therapeutic relationships.

*Keywords: empathy, therapeutic relationship*

---

Tzu-Yu Wu      National Pingtung University of Education  
Hong-Pin Hsu\*      National Pingtung University of Education  
([orangecat750710@gmail.com](mailto:orangecat750710@gmail.com))

## 生涯轉換心理量表之編製研究

韓楷樺\*      黃瑞峯      黃聖夫

### 摘要

本研究旨在探討成人生涯轉換之內涵，並編製一份適合評估國內大學成人學生生涯轉換心理狀態的評量工具，藉以協助成人知覺自我生涯轉換的心理資源。本研究以台灣地區中部三縣市 203 位 25 歲以上之大學成人學生為預試對象，經叢集抽樣 (cluster sampling) 方式抽取 596 位成人學生為正式樣本，將所蒐集到的資料進行信、效度分析。所編製後之「生涯轉換心理正式量表」，原本共計 25 題，採李克特式 (Likert) 五點量尺計分，共包括「期望實踐度」、「自信心」、「控制感」及「信任感」等四個分量表。而在正式量表之信效度驗證階段，研究者另將正式樣本再隨機分為 A、B 兩部分，其中 A 樣本-校正樣本 (calibration sample) 306 人利用 SEM 進行原始模式之驗證及修正模式，B 樣本-效度樣本 (validation sample) 290 人則進行模式的確認。最後確定本量表為 18 題，各分量表的信度 Cronbach's  $\alpha$  係數介於 .84 與 .92 之間，總量表則為 .94。組合信度依序為 .83、.88、.86、.79；四個潛在變項的平均變異抽取量分別為 .50、.59、.59、.49。顯示量表具有良好的信度與模式內在結構適配度。在建構效度方面，除採內部一致性分析方法，考驗各分量表間及與總量表的相關程度外，亦以「驗證性因素分析」(CFA) 對因素結構進行交互驗證，以及效標關聯效度之考驗。結果顯示所有分量表間的相關皆達顯著水準 ( $p < .01$ )，可知各分量表間具有內部一致性；「驗證性因素分析」後的資料模式適配度亦獲得支持，表示量表具有不錯的建構效度。而本量效標關聯效度之考驗結果亦具有不錯的同時效度。整體而言，本量表之信、效度堪稱理想。最後根據研究發現，提出量表實務上的應用及相關建議，以供參考。

**關鍵詞：**成人生涯轉換、生涯轉換資源、生涯評量

---

韓楷樺\*      國立台中教育大學諮商與應用心理學系副教授  
(kaicheng@mail.ntcu.edu.tw)

黃瑞峯      國立台中教育大學諮商與應用心理學系碩士

黃聖夫      國立台中教育大學諮商與應用心理學系研究生

## 壹、緒論

社會的快速變遷與科技的進步，不僅使得產業發生結構性的改變，亦影響了個體的生涯發展，隨之而來的是許多成人將面臨二十一世紀不可避免的職場趨勢－生涯轉換 (career transition) (黃瑞峰，2006；楊馨華，2008；韓楷檉，2008；Goodman, Schlossberg, & Anderson, 2006; Herr, Cramer, & Niles, 2004; Sharf, 2010)。工作中的成人，往往因為個人的選擇或外在環境的變化，而常面臨自願或非自願性的生涯轉換問題。類如行政院勞工委員會 (2003) 的統計，35-44 歲的勞工平均換過 3.7 個工作；99 年我國勞工有 25.3% 人打算轉職，其中壯年勞工占 29.4% (行政院勞工委員會，2010)；2011 年有 7 成 7 上班族計畫轉職 (夏之維，2011) 等現象即屬之。這些問題與改變使得一般成人更覺察到不斷成長、發展及終身學習的需要 (韓楷檉，2008；Rayman, 1999)。是故，一生只做一項工作的時代已不復存在，如何因應生涯發展中的生涯轉換問題，儼然已成爲個人生涯規劃中重要的課題，值得探究。

然而，可惜的是，對於成人生涯發展與諮商的研究，過去的十餘年中，所呈現的研究結果仍然相對較爲有限 (韓楷檉，2008；Herr et al., 2004; Niles, 2002/2009; Goodman et al., 2006; Yang, Wong, Hwang, & Heppner, 2002)。其中所涉及的問題之一，即在研究評量工具的設計與取樣，過於狹隘，而侷限了研究的領域 (Herr, 2009; Kirnan, 2009; Spencer-Rodgers & Cortijo, 1998)，或是生涯評量工具的發展，仍有不足所致 (梁庚辰，1999；Gysbers, Heppner, & Johnston, 2009; Spencer-Rodgers & Cortijo, 1998)。有必要發展出更多具文化效度且適合於不同成人群體的生涯評量工具和策略 (Gysbers et al., 2009; Kirnan, 2009; Yang et al., 2002)。

據此，本研究最主要的目的即在嘗試統整過去研究的結果與觀點，歸納出生涯轉換的重要本質與概念範疇，從生涯轉換心理資源的內涵與向度出發，探究有關於生涯轉換者存在於生涯諮商專業關係脈絡中的資訊，並編製較具心理計量品質的成人生涯轉換量表，期使諮商實務工作者能於生涯諮商與生涯規劃過程中提供更多的協助。

## 貳、文獻探討

### 一、成人生涯轉換的相關概念

生涯轉換影響的範圍甚廣，不單只是工作的改變，尙且包括個人熟悉的生活方式、作息時間或價值觀，都可能需要跟著調整方能適應新的生活型態 (Zunker, 2006)。因此生涯轉換相關的意涵，許多研究者依其不同的研究目的或角度，提出不同的主張或看法，如張德聰 (1999) 認爲生涯轉換是整個人生的改變，其中包括了工作或生活型態的改變。林美蓉 (1999) 則視生涯轉換爲一系列動態的歷

程，隨著個人的發展、成長及外在環境的改變，在工作或生活上產生不同的變化。Schlossberg (1984) 認為生涯轉換沒有終點，生涯轉換乃是從一階段轉換到另一階段的過程，是一個連續性的歷程。會因事件、抱負與期望，以及個人和環境等多方面的影響而有所不同。Super (1990) 從生涯發展階段的觀念說明生涯轉換的必要性，並認為在大循環中的任一階段進入到下一階段的前幾年即是生涯轉換，不同階段各有其特有的生涯轉換問題；生涯轉換為調整的觀念，亦即代表著開始進行另一種不同的生活目標。而 Heppner、Multon 和 Johnston (1994) 則指稱與工作相關的任務、職位、職業三者之一發生改變，即是生涯轉換。任何型態的生涯轉換皆可能受到環境及心理因素的影響，了解並善用自我正向心理資源與減少負向心理阻礙至為重要。

綜而言之，成人的生涯轉換可界定為，生涯發展過程中，個人因自願或非自願性地調整生活型態或與職業有關的工作、職務、職位時，以積極的態度和行動，結合個人與社會資源，克服阻礙，提高生涯改變成功機會，實現生涯目標的歷程。

## 二、生涯轉換的影響因素與相關研究

對於生涯轉換相關議題之研究，因不同的觀點，而有不同的研究方向。有的採深入訪談的方式，以了解生涯轉換的過程（王培瑾，1997；黃秀美，2002；楊馨華，2008；Donohue, 2006），有些將生涯轉換分成不同的類別，加以比較（林美蓉，1999；張德聰，1999；羅寶鳳，1993），另有研究著重在生涯轉換心理狀態的探討（黃瑞峰，2006；Eggerwein, Krieshok, Ulven, & Prosser, 2004；Heppner et al., 1994；Smart & Peterson, 1997；Thorne-Chan, 2009）。例如國內羅寶鳳（1993）在其成年婦女生涯轉換之相關因素研究中即以編修之「生涯動機量表」，探討大台北地區成年婦女的職業與其教育期望、完成任務的毅力、傾向選擇較有挑戰性工作及對生涯目標發展與投入的相關情形。林美蓉（1999, 2004）以包括五個生涯轉換層面之自編量表，探究 35 歲以上中年女性的生涯轉換信念與看法，結果發現願意生涯轉換的中年女性視生涯轉換為自我實現的表現、豐富人生經驗、提升自我效能或規劃遠景、減少倦怠；反之，則視生涯轉換充滿了不確定性，而不採取轉換。張德聰（1999）則以內含八個分量表之自編「成人生涯轉換量表」，調查 739 名空中大學學生生涯轉換的相關需求與問題。結果發現不同性別在「擔心生涯轉換的問題」上有差異、不同年齡在「自我掌控」上亦有差異，且已婚者的轉換次數比未婚者較為穩定。

國外在成人生涯轉換的研究亦方興未艾，早期 Schlossberg (1984) 提出的生涯轉換模式即說明轉換特徵、個人因素和環境三方面對轉換結果的影響，尤其該模式特別強調自我發展、人格、觀點、價值觀、對轉換的承諾、個人先前的經驗及其所形成的信念（如生涯自我效能）等相關心理因素，在生涯轉換結果扮演重要的角色。其後 Goodman 等人 (2006) 修正 Schlossberg 之前的轉換歷程模式，提出包括情境 (situation)、自我 (self)、支持 (support) 及策略 (strategies)

等四個 S 的因應資源 (coping resources) 架構系統，並將生涯轉換者有關自我的因應資源，分為個人的與人口統計特性的因素 (如性別、年齡、種族、社經地位與健康狀態等)，以及心理資源因素兩部分。其中因應資源即為評估成人生涯轉換的四個影響因素，亦為轉換時的潛在資源 (potential resources)。而轉換的心理資源 (psychological resources)，則指一種能幫助轉換者禁得起威脅的個人特質，其中包括如自我發展、樂觀、自我效能、對轉換的承諾和價值觀，甚至於包括靈性與愉悅等層面。該系統不僅可以用來了解影響轉換的原因，也可藉以檢視與評估轉換的優勢與劣勢，而有助於突顯成人需要協助的劣勢領域，以及可以有效轉型的因應資源與優勢領域。

簡言之，生涯轉換的發生，除應關注社會環境等外在條件的限制外，個人對未來期待之相關心理因素、對生涯轉換的看法，以及轉換之後的結果與成敗，亦不容忽視。

### 三、成人生涯轉換之評量

在許多專業領域中，尤其是生涯教育與生涯發展領域視轉換評量 (transition for assessment) 為職業評量與評鑑 (vocational assessment and evaluation) 之下的一種協助。其不僅在學習生涯中可能發生，特別是從學校畢業後的就業過程，甚至生涯的改變或是不同工作間的轉換也可能發生 (Leconte, 2006)。轉換之評量通常植基於兩個主要取向觀點：第一個取向，源於生涯輔導和諮商服務的觀點，特別是偏向於針對特定對象的職業評估與評鑑；其後的發展則是針對一些青少年與成人未接受過標準化評量，而可能面臨生涯或職業成功與否的重大挑戰時，或是以獲得實際工作或職業經驗為基礎的體驗時，而實施的評量。第二個取向，則源於傳統心理教育診斷 (psycho-educational diagnostic) 的觀點，以確定當事人是否具有接受特殊教育服務的資格，並進而建立個別化教育方案與計畫 (IEP)，提出必要的處遇建議 (Nadolsky, 1981)。

有關成人生涯轉換的評量研究與量表發展，國內如林美蓉 (2004) 曾根據中年婦女生涯轉換理論及中年婦女本身對生涯轉換的看法，以台灣地區 196 位中年婦女為樣本，編製完成五個分量表，共計 54 題的「中年婦女生涯轉換看法量表」。該量表採李克特式六點量尺計分。各分量表之信度 Cronbach's  $\alpha$  介於 .81 至 .95 之間；在效度方面，則以內部一致性分析方法計算各分量表間的相關，以建立其建構效度。該研究結果發現，除「轉換可規劃遠景，減少倦怠」與其他分量表未能達顯著相關外，其他分量表間之相關均達 .01 顯著水準。整體而言，該量表之信度堪稱良好，惟該量表未能呈現如因素分析結果的因素結構效度或其他效度資料，且該研究僅就預試樣本分析，亦未能進一步提供正式樣本的信效度考驗資料，殊屬可惜。在未來研究與使用上將受到限制，實務應用上也應審慎。而張德聰等人 (2004) 則針對國內 1117 位 18 歲以上之成人求職者為研究對象，建構其生涯轉換需求量表。該量表包括「自我了解」、「自我實踐」、「社會支持」、「自我

信心」、「自我掌握」與「自我決定」等六個分量表，共計 31 題。量表採李克特式四點量尺計分。各分量表之信度 Cronbach's  $\alpha$  介於 .61 至 .80 之間；量表效度則以探索性因素分析法建構其效度，經主成份因素分析，最大變異直交轉軸法 (varimax rotation)，所抽取之因素之其累積解釋變異量為 52.66%。由於該量表樣本選取自北、中、南、東，不同行職業之全國性成人求職者，在實務應用上，對於諮商師、個案管理人員，或是尋求協助的案主本身而言，在問題診斷、概念化與確立諮商方向上均具有一定之功能；惟因係針對失業中的求職者之特定需求而編製，其量表內涵與適用對象，亦有所限制，推廣性有再斟酌之處。

除上述國內量表外，其中相關量表的發展則以 Heppner 等人 (1994) 針對成人生涯轉換的心理因素進行探究，所編製之「生涯轉換量表」(Career Transition Inventory, CTI) 最具代表性。原量表有 6 個向度，每個向度 12 題，共計 72 題。其主要目的在發現成人生涯轉換的一些重要內在資源與阻礙轉換的因素，以提供不同機構使用此量表或是向當事人解釋測驗結果時所需之資訊，並彌補人格特質與職業適配間所欠缺的主動性。Heppner 等人原以 320 位研究樣本之資料，採主成份最小斜交因素轉軸法 (oblimin rotation) 抽取因素，但結果因為因素結構不穩定，後改以最大變異之直交轉軸法抽取因素，結果共抽取「準備度」(readiness)、「自信心」(confidence)、「控制感」(control)、「支持度」(perceived support) 與「做決定的獨立性」(decision independence) 等五個因素，全部因素的累積解釋變異量為 44.5%。個別因素的內部一致性  $\alpha$  係數為 .66 至 .87 之間，全量表  $\alpha$  係數為 .90；三週後的重測信度為 .55 至 .83。

其後 Ebberwien (2000) 曾以 Heppner 等人所編之量表針對接受諮商後的失業者進行研究。而 Smart 和 Peterson (1997) 則曾以 226 位澳大利亞的成人為研究對象，探討生涯轉換的心理狀態，並將其第二次生涯改變的狀態分成「想要改變」、「選擇一個新的職業領域」、「開始進行改變」與「完全的改變」等四種，以對應 Super 的生涯發展階段論，說明轉換者的壓力與自我資源。但是 Kirnan (2009) 則認為該量表的「控制感」分量表不論在 Cronbach's  $\alpha$  係數或重測信度均較不理想，因此建議改善或修正。

嗣後，Fernandez、Fouquereau 和 Heppner (2008) 亦曾以 1,042 位法國人為對象，使用試探性因素分析與驗證性因素分析，驗證「生涯轉換量表-法國版」(CTI-F) 之量表結構。該研究先以主軸因素分析 (principal axis factors)，最大變異之直交轉軸法抽取因素。經刪題後，結果確定法國版量表共計 19 個題項，其中包括「自信心」、「準備度」與「做決定的獨立性」等三個因素。該版本獲致可接受的內部一致性信度 ( $\alpha$  係數分別為 .87、.79 與 .66) 及不錯的重測信度。全部因素的累積解釋變異量為 45.98%。而驗證性因素分析結果亦支持法國版本的三個因素之分類。整體而言，該量表雖可供生涯諮商師與研究人員參考使用，惟為何某些因素在以法國人為對象的研究上無法確認且未獲得支持，Fernandez 等人認為有必要進一步驗證，不同國家的社會與職場環境系統之間在跨文化上的相似與相異處，並且與 Kirnan (2009) 都一致認為：原始量表之樣本代表性不足，

可能無法具體描述不同群體所面對的生涯阻隔問題，建議應考慮研究樣本在性別、社經地位與就業狀態上的更具代表性。

#### 四、成人生涯發展評量工具與議題受到重視

有鑑於生涯評量工具是診斷、了解生涯問題、選擇介入策略、提供生涯協助，以及由評量分數轉換為生涯諮商所需資訊的重要橋樑 (Whitfield, Feller, & Wood, 2009)。而美國諮商及相關教育方案認可委員會 (Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs, 2009) 2001 年與 2009 年的認可標準，以及 Gibson 和 Mitchell (2008)、Schmidt (2008) 的論著中亦均提到未來諮商專業的趨勢將愈來愈重視諸如成人生涯轉換的生涯諮商等特殊議題。因此許多協助成人生涯轉換的生涯諮商研究與實務得以被重視並迅速的發展 (Fernandez et al., 2008)。然而現存的諮商評量工具能夠聚焦在轉換的心理意義 (psychological means) 上者，仍有不足，不利於諮商實務工作者的使用與諮商研究的發展。類此許多研究者 (Fernandez et al., 2008; Gysbers et al., 2009; Herr et al., 2004) 均曾認為，過去生涯領域已經發展出許多相當不錯且具心理計量學理論基礎的測量工具，只是一直沒有發展出得以協助案主了解並評估其轉換的獨特內在反應，以及能讓生涯諮商師有效提供個人與生涯整體動態心理歷程發展的評量工具而已。另有其他研究者也曾指出，彼等量表無法有效了解並區辨不同特質屬性成人團體間的生涯特性 (彭慧玲, 2002; 韓楷樑, 2003; Flores, Spanierman, & Obasi, 2003)，且量表結構亦無法避免受到跨文化因素的影響 (Kirnan, 2009; Patton & McIlveen, 2009)。以至於在檢視生涯協助成效，研擬適當介入策略，以及規劃生涯輔導與協助方案時，仍有未竟其功之處。

相對而言，Gysbers 等人 (2009) 則認為 Heppner 等人所發展的 CTI，不僅是一個專為評量成人案主生涯轉換重要動態因素而設計的量表，亦是提供諮商師多元介入策略的典範工具。其後 CTI 也因此曾被翻譯並發展成適合不同國情需要的中文-台灣、阿拉伯文、韓文、義大利文、日文，以及法文等版本 (Fernandez et al., 2008; Gysbers et al., 2009; Heppner et al., 1994)，頗值得參考應用。

### 參、研究方法

#### 一、研究對象

基於國內參與大學的成人學生所占比例甚高，且此類成人的生涯問題，以及參與成人進修教育的心理與學習特質，均有著一般成人所具有的特性；其研究成果亦可提供大專院校心理諮商中心或生涯服務相關單位之實務工作者參考，故本研究以大學成人學生為研究對象。

本研究以台灣中部地區，包括大台中市、彰化縣及南投縣等三縣市之公私立

大專院校就讀進修學士學位班（含空大、空中學院）與碩士在職專班 203 位 25 歲以上之大學成人學生為預試對象。正式施測時則採叢集抽樣方式，抽取中部三縣市進修學士學位班與碩士在職專班之大學成人學生為研究對象。研究者總計發出 752 份，回收 703 份問卷，經刪除年齡 24 歲（含）以下者 65 份，填答不完整者或明顯心向反應 42 份，實際有效樣本份數共 596 份，占回收問卷數 79%。樣本分配情形如表 1。

## 二、研究程序

為了發展及驗證生涯轉換心理量表，本研究主要程序有四：（1）首先參考相關研究工具、文獻與實證研究，以及與三位具生涯轉換經驗之大學成人學生的訪談結果，並以 Heppner 等人 (1994) 所編之「生涯轉換量表」為架構，編擬完成「生涯轉換心理量表初稿」。（2）其次，經生涯輔導與諮商領域數位專家學者，對每一題項在文詞描述或歸類上的適切性，提供修正與補充意見，以確定預試題目，建立量表的內容效度。（3）之後選取 203 位預試樣本，進行項目分析及預試量表之信效度考驗。（4）最後抽取中部三縣市進修學士學位班與碩士在職專班之大學成人學生 596 位為正式樣本，進行量表之驗證性因素分析、關聯效度分析與信度考驗。其中驗證性因素分析部分，研究者另將正式樣本再隨機分割為兩部分，

**表 1 成人生涯轉換心理量表正式施測樣本人數分配表**

背景變項	組別	人數	百分比
性別	男	247	41.4
	女	349	58.6
年齡	25-29歲	239	40.1
	30-34歲	140	23.5
	35-39歲	100	16.8
	40歲以上	117	19.6
	婚姻狀況	未婚（含其他）	319
目前工作型態	已婚	277	46.5
	全職者	520	87.2
	兼職者	35	5.9
生涯轉換經驗	無工作者	41	6.9
	1-3次者	363	60.9
	4-7次者	142	23.9
	8次以上者	87	14.6
	無轉換經驗者	4	0.6
轉職態度	想轉換工作者	225	37.8
	尚未考慮者	371	62.2

其中 A 樣本-校正樣本 (calibration sample) 306 人利用 SEM 來修正模式，另一部分 B 樣本-效度樣本 (validation sample) 290 人則再用來確認最後的模式。

### 三、研究工具

#### (一) 生涯轉換心理量表

生涯轉換心理量表用於測量大學成人學生生涯轉換的心理資源程度。本研究初期編製的量表包含「準備度」(17 題)、「自信心」(11 題)、「控制感」(12 題)、「支持度」(12 題)和「決定獨立性」(9 題)等五個分量表，共計 61 個題項。計分方式採李克特式五點量尺方式填答，分別為「非常符合」5 分、「符合」4 分、「部分符合」3 分、「不符合」2 分、「非常不符合」1 分。預試階段的項目分析，共刪除 36 題；經驗證性因素分析最後確定的正式量表包含四個分量表：期望實踐度 (5 題)、自信心 (5 題)、控制感 (4 題)、信任感 (4 題)，共 18 題。得分愈高，代表成人在評估自我生涯轉換時之心理資源愈佳。

#### (二) 成人生涯自我效能量表

本研究使用過修齊 (2004) 編製之「成人生涯自我效能量表」作為效標，以考驗生涯轉換心理量表的效標關聯效度。該量表係修訂自田秀蘭和郭乃文 2000 年所編「成人認知量表」中的「生涯自我效能」量尺。該量表包括三個分量表：(一) 信心強度：個人對自己能成功地完成一件工作任務的信心程度；(二) 難度知覺：個人主觀知覺工作任務能夠完成的困難程度；(三) 推論性：個人認為在某些方面能力，推論到其他方面任務的主觀看法。共有 19 題，以李克特式五點量尺計分。其中分量表「難度知覺」各題項之得分乃採反向計分方式。在該量表得分愈高者表示生涯自我效能愈高。各分量表的內部一致性  $\alpha$  係數分別為 .82、.81、.91，總量表為 .88。經試探性因素分析後，共抽取三個因素，累積的解釋變異量為 58.46%。

### 肆、結果與討論

#### 一、預試量表分析

本研究經回收預試量表後，利用統計套裝軟體 SPSS for Windows 13.0，進行項目分析與信、效度考驗。

#### (一) 項目分析

研究者透過項目分析了解預試量表題目品質，並依據下列四項項目分析步驟與判斷的標準，共計刪除 36 題，保留 25 題：

1. 題項內部一致性效標法：依量表總分高低排列，分為三組，取前後各 27% 為

高、低分組，進行平均數差異之  $t$  考驗，求得決斷值 (CR)，未達 .05 顯著水準之試題予以刪除。

2. 題項相關分析法：計算各題項與該分量表及量表總分之校正後相關，相關係數未達 .30 以上或未達 .05 顯著水準者予以刪除；題項間相關若太高，則代表題項重疊或題意相近，予以刪除。
3. 刪除題項後分量表的  $\alpha$  值，以及刪除題項後總量表的  $\alpha$  值提高者，建議刪除。
4. 依據共同性或因素負荷量之高低：利用主成份分析法，在萃取最大成份下，其共同性未達 .40 以上或因素負荷量低於 .30 以下者刪除。

## (二) 信、效度考驗

預試量表之效度除具建立專家審題之內容效度外，亦採用試探性因素分析，以了解本量表之因素結構，並考驗本量表的建構效度。惟在因素分析之前先進行取樣適切性量數 KMO (Kaiser-Meyer-Olkin Measure) 檢驗以及 Bartlett 球型檢定，了解資料是否適合進行因素分析 (邱皓政, 2006)。經檢驗結果發現 KMO 值達 .94，接近 1。球型檢定卡方值為 9436.72，達顯著水準 ( $p < .001$ )，顯示研究資料取樣適當且適合進行因素分析。因素分析進行步驟首先以主軸因素分析 (principal axis factors)，反覆萃取因素，並依據因素架構，萃取特徵值大於 1 的五個因素；其後再以最小斜交因素轉軸法加以轉軸。結果顯示，所萃取之五個因素，共可解釋量表的變異量為 56.03%。由於刪題後之因素結構不甚穩定，因此重新檢視後，選擇萃取四個因素，並改以直交轉軸法加以轉軸，共可解釋總變異量的 56.29%。此外，因素分析結果也發現，因為「決定獨立性」因素與「支持度」因素的某些題項有些混淆或題意較為接近，故將之合併歸類 (陳正昌、程炳林、陳新豐、劉子健, 2004)，並重新命名為「信任感」。

經過試探性因素分析後的四個因素可以用來分別測量生涯轉換的不同向度，研究者依各因素中題目之特質分別命名為：因素一，「期望實踐度」，第 1 題至第 6 題，共 6 題；此因素是評成人在面對生涯轉換時意願、期望及願意付出努力的程度。因素二，「自信心」，第 7 題至第 14 題，共 8 題；此因素是評量對生涯轉換結果的信心及願意面對不確定感的程度。因素三，「控制感」，第 15、16、17、20 與 23 題，共 5 題；此因素是評量轉換過程中個人或外在環境所能控制或掌握的程度。因素四，「信任感」，第 18、19、21、22、24 與 25 題，共 6 題；此因素是評量面對轉換的負責態度，以及朋友、家人與重要他人的信任程度。經分析結果顯示，四個向度之特性與 Heppner 等人 (1994) 之生涯轉換構念特性頗為接近。至此，所形成的正式量表，共計四個因素 25 題。

在信度分析方面，本研究經內部一致性分析，結果顯示各分量表內部一致性 Cronbach's  $\alpha$  介於 .81 至 .93 之間，而總量表內部一致性  $\alpha$  則為 .96。根據 Ornum、Dunlap 和 Shore (2008) 的標準，顯示具有良好至極佳的信度範圍。

## 二、正式量表信、效度分析

### (一) 項目效度考驗

本量表以正式樣本的效度樣本進行題項分析，結果如表 2 所示，題項與總分相關之內部一致性係數為 .57 至 .79；題項與分量表相關之內部一致性係數為 .71 至 .85；而各分量表與總量表的相關則為 .81 至 .91 之間，且均達顯著水準 ( $p < .01$ )。可見本量表之內部一致性及分量表各題項間之同質性尚佳，本量表之建構效度得到一定程度的支持，大致符合 Heppner 等人 (1994) 的理論模式，但也因為不同文化、環境脈絡及樣本特性等因素，與法國版的生涯轉換量表 (CTI-F) 相同 (Fernandez et al., 2008)，其題項均略有刪減、修改或不同。

### (二) 信度分析

本研究首先使用內部一致性 Cronbach's  $\alpha$  係數進行正式量表之信度分析與考驗。結果顯示各分量表的內部一致性  $\alpha$  係數分別為 .83、.88、.85 與 .79 (介於 .79 至 .88 之間) 且總量表的  $\alpha$  係數為 .94 (如表 3)，符合良好至極佳的量表  $\alpha$  值範圍內 (Ornum et al., 2008)。而本研究預試與正式樣本的效度樣本前後兩次信度之交叉比較也發現，雖然可能因題項的特質產生暫時性的變動，或其他主觀知覺、認知等因素的影響，卻仍顯示題項間均具有相當的一致性。

其次再利用 SEM 的組合信度  $\rho c$  (composite reliability)，以及平均變異數抽取量 (average variance extracted,  $\rho v$ ) 來檢驗量表的信度。結果顯示四個一

表 2 成人生涯轉換心理量表之內部一致性分析摘要表

分量表	題號	題數	題項與 總量表相關	題項與 分量表相關	分量表與 總量表相關
期望實踐度	1.2.3.5.6	5	.57-.74**	.71-.80**	.85**
自信心	7.10.11.13.14	5	.71-.79**	.80-.85**	.91**
控制感	15.16.17.20	4	.71-.78**	.81-.85**	.88**
信任感	18.19.22.25	4	.58-.68**	.74-.83**	.81**
總量表		18	.57-.79**		

N=290      \*\*  $p < .01$

表 3 成人生涯轉換心理量表信度考驗之交叉分析摘要表

分量表	預試樣本 N=203			效度樣本 N=290		
	題號	題數	$\alpha$	題號	題數	$\alpha$
期望實踐度	1-6	6	.93	1.2.3.5.6	5	.83
自信心	7-14	8	.91	7.10.11.13.14	5	.88
控制感	15-17.20.23	5	.81	15.16.17.20	4	.85
信任感	18.19.21.22.24.25	6	.82	18.19.22.25	4	.79
總量表	1-25	25	.96		18	.94

階因素的組合信度依序為 .83、.88、.86、.79，指標值均大於 0.6，代表此等觀察變項反映所建構的潛在變項有優秀的系統性，亦即具有測量某個潛在變項或理論建構的理想組合信度。而在四個潛在變項的平均變異抽取量依序為 .50、.59、.59、.49，其中有三個大於 0.5 的標準。表示這四個測量指標變項被某個變項或理論建構解釋的量，高過於被測量誤差所解釋到的變異量。整體而言，模式內在結構適配度可稱理想，意謂量表之觀察變項能適當反映所建構的在變項。

### (三) 效度考驗

為考驗量表之心理計量品質，本研究除以「試探性因素分析」(EFA)確定量表之題項，「驗證性因素分析」(CFA)對因素結構進行交互驗證，以考驗建構效度外，亦採內部一致性分析方法考驗各分量表間的相關程度，以及建立量表之效標關聯效度。

#### 1. 驗證性因素分析

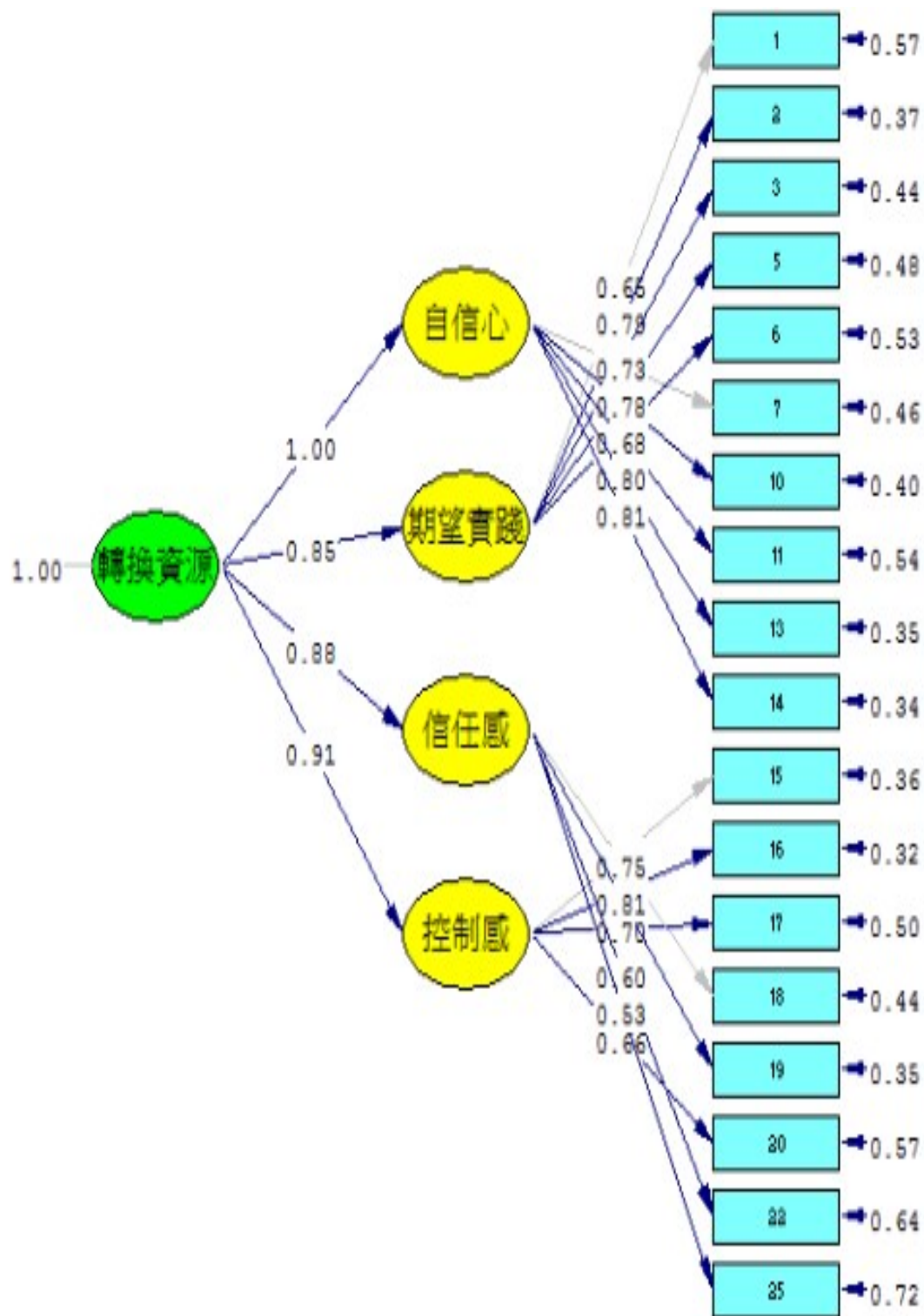
本研究以潛在變項模式對大學成人學生生涯轉換心理量表進行驗證性因素分析，進一步檢驗本量表的效度，並依據預試樣本進行因素分析所得之因素結構建構理論模式。資料分析以 LISREL 8.72 版套裝軟體，使用 SIMPLIS 程式撰寫語法檔，並以最大概似法 (maximum likelihood estimation, MLE) 進行參數估計。測量模式的適配度檢定，SEM 提供有多種適配度指標，本研究採用卡方值 ( $\chi^2$ )、均方根近似誤 (RMSEA)、適配度指標 (GFI)、標準化殘差均方根 (SRMR) 評估模式之整體適配度；以正規化適配指標 (NFI)、非正規化適配指標 (NNFI)、比較適配度指標 (CFI)、增值適配度指標 (IFI) 評估模式之比較適配度 (余民寧，2006；邱皓政，2005)。

本研究首先將正式樣本隨機分為 A (校正樣本)、B (效度樣本) 兩部份，依次以樣本 A 進行原始模式之驗證，結果顯示  $\chi^2 = 1061.40$  ( $P=0.0$ )， $GFI = 0.78 < 0.90$  (未符合標準)， $RMSEA = 0.098 > 0.08$  (未符合標準)， $NFI = 0.94 > 0.90$  (符合標準)， $NNFI = 0.95 > 0.90$  (符合標準)， $CFI = 0.96 > 0.90$  (符合標準)， $IFI = 0.96 > 0.90$  (符合標準)， $SRMR = 0.044 < 0.08$  (符合標準)。

由於顯示原始模式未達合理適配，本研究根據 LISREL 提供的修正指標 (modification index, MI)，將 MI 指標中任兩個建議殘差相關偏高的題目，依據因素負荷量與題意考量後，刪除較低的一題，並由 MI 最大的開始進行刪題。最後，研究者再刪除了 25 題版本中的第 4 題、第 8 題、第 9 題、第 12 題、第 21 題、第 23 題以及第 24 題，共刪除 7 題，保留 18 題 (如附錄 1)。

樣本 A 修正後的資料模式適配度如圖 1 所示， $\chi^2 = 331.87$  ( $P=0.0$ )， $GFI = 0.89$  (可接受標準)， $RMSEA = 0.071 < 0.08$  (符合標準)， $NFI = 0.97 > 0.90$  (符合標準)， $NNFI = 0.97 > 0.90$  (符合標準)， $CFI = 0.98 > 0.90$  (符合標準)， $IFI = 0.98 > 0.90$  (符合標準)， $SRMR = 0.037 < 0.08$  (符合標準)。

圖 1 樣本 A 在修正後生涯轉換心理量表之驗證性因素分析

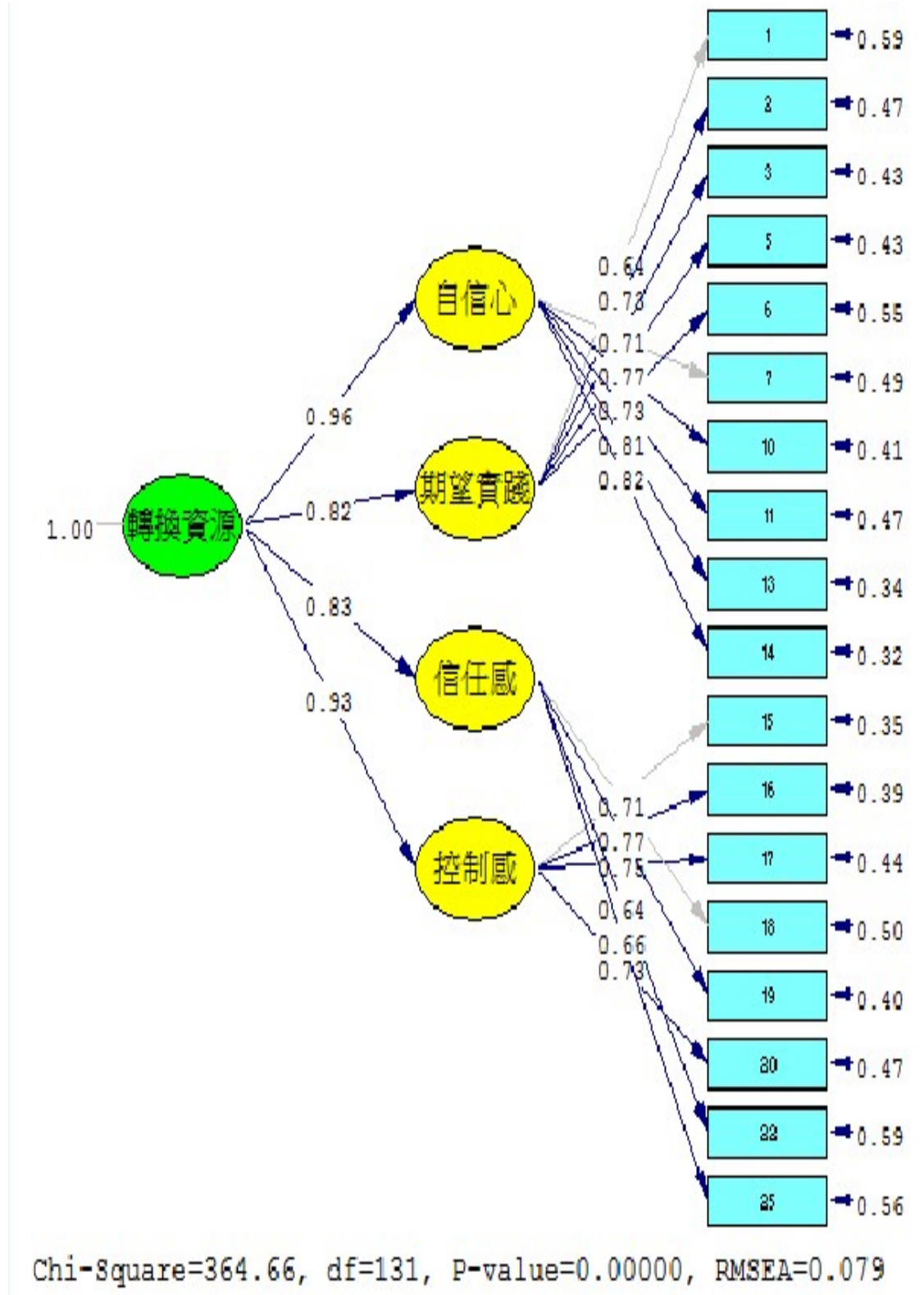


Chi-Square=331.87, df=131, P-value=0.00000, RMSEA=0.071

接下來，本研究再以 B 樣本進行修正後模式之驗證，得到的資料模式適配度如圖 2 所示， $\chi^2 = 364.66$  ( $P=0.0$ )， $GFI = 0.88$  (可接受標準)， $RMSEA = 0.079 < 0.08$  (符合標準)， $NFI = 0.96 > 0.90$  (符合標準)， $NNFI = 0.97 > 0.90$  (符合標準)，

CFI= 0.98 > 0.90(符合標準), IFI = 0.98 > 0.90(符合標準), SRMR = 0.046 < 0.08 (符合標準)。顯示本量表在驗證性因素分析結果下的資料與理論的模式相符, 並在嚴謹的統計考驗下獲得支持, 具有良好之效度。

圖 2 樣本 B 在修正後生涯轉換心理量表之驗證性因素分析



## 2. 因素間相關

爲了進一步確認量表結構的有效性，另以 B 樣本（效度樣本）分析各分量表與總量表之間的交互相關（intercorrelation），結果顯示各分量表間的相關係數介於 .53 至 .68；而各分量表與總量表之相關則介於 .81 至 .91，均達顯著水準（ $p < .01$ ），且其相關係數均高於各分量表之間的內部相關。足見其內部一致性頗高。

## 3. 效標關聯效度

本研究以過修齊（2004）編製之「成人生涯自我效能量表」作爲效標。經針對 290 位效度樣本以皮爾遜積差相關考驗生涯轉換心理的效標關聯效度，結果發現生涯自我效能總分與轉換心理總分之相關係數  $r$  值爲 .36，達顯著水準（ $p < .01$ ）；而轉換心理分量表「期望實踐度」、「自信心」、「控制感」及「信任感」與生涯自我效能總分之相關係數則分別爲 .19、.34、.29 與 .45，亦均達到顯著水準（ $p < .01$ ）。換言之，大學成人學生生涯自我效能愈高，則生涯轉換心理資源表現愈佳。此項結果符合 Goodman 等人（2006）及 Schlossberg（1984）的觀點。認爲生涯自我效能愈高者，愈能擴大個人的思考範圍，增加因應資源，並能平衡生涯轉換之中負向與正向的情緒，有助於適應生涯的轉換。足見本量表具有不錯的同時效度。

綜上觀之，本研究之資料模式適配度獲得支持，和已知的成人生涯轉換理論或模式，以及與 Heppner 等人（1994）、Fernandez 等人（2008）所建立的量表因素結構也大致相符。另由預試樣本與正式樣本的效度與信度分析結果整體觀之，本量表之因素架構亦堪稱明確而穩定，且具信效度，當可作爲評量成人生涯轉換時所具有的內在心理資源工具。惟不如 Fernandez 等人尚有聚斂效度的實證資料支持，以及 Heppner 等人與 Fernandez 等人曾進行再測信度的考驗。

## 伍、結論與建議

### 一、研究結論

#### （一）生涯轉換心理量表之效度獲得支持

爲確保本量表有良好的效度，本研究先透過項目分析與因素分析，檢驗量表題項的品質。在刪除不佳的題項後，顯示各題項均具有良好的同質性與鑑別度；然後再以試探性的因素分析將 25 個題項萃取四個因素。嗣後以結構方程模式對轉換心理量表進行驗證性因素分析（包括刪題與模式修正），進一步檢驗此量表的構念，結果顯示模式達到合理適配程度，表示生涯轉換心理量表最後定案的 18 個題項能分別被「期望實踐度」、「自信心」、「信任感」與「控制感」四個潛在變項所解釋，具有良好的效度。

#### （二）生涯轉換心理量表具有良好的信度

本研究針對正式樣本的效度樣本進行 Cronbach's  $\alpha$  內部一致性考驗，結果顯示本量表經因素分析所測得四個因素之  $\alpha$  係數介於 .79 至 .88 之間，總量表為 .94，具有高度的一致性，且在良好至極佳的量表  $\alpha$  值範圍內 (Ornum et al., 2008)。利用 SEM 的組合信度  $\rho_c$ ，以及平均變異數抽取量  $\rho_v$  來檢驗量表的信度，亦顯示模式內在結構適配度良好。

### (三) 生涯轉換中「決定的獨立性」因素未能突顯影響

所編量表經試探性因素分析結果共萃取出四個因素。原預試量表的「決定獨立性」與「支持度」因素，在某些題項上有些混淆或題意相近之處，且解釋變異量低於 5% (陳正昌等, 2004)，故將之合併為「信任感」因素。有可能因成人團體特性及樣本人數不同所致 (Fernandez et al., 2008; Kirnan, 2009)，而無法獨立形成一個因素，以凸顯其重要性。

### (四) 生涯轉換中自信與自我效能感仍具重要角色

大學成人學生的生涯轉換特色之一，即相信自我的努力有助於生涯轉換後的表現。因此，自信心或自我效能感在面對轉換過程中所發生的危機時，仍將扮演積極而重要的角色，這也是 Schlossberg (1984)、Heppner 等人 (1994)，以及 Goodman 等人 (2006) 在其生涯轉換模式中，一再所強調的重要心理資源因素。但描述統計分析的結果，顯示生涯轉換的題項上，「自信心」分量表卻占較多的低分群，這是諮商工作實務者應予關切的。

## 二、建議

### (一) 在實務應用上的建議

#### 1. 配合其他心理測驗與評量技術進行生涯諮商

本量表適合評量一般成人面臨生涯轉換或已進行生涯轉換時所擁有的心理資源與可能的阻隔。在實務上另可配合其他相關的量表分數加以對照解釋，或配合其他心理測驗與評量技術進行生涯諮商。此外，亦可結合量表上所獲得的資訊，以及其他類似質性評量、行為評量，以及當事人生活史、個人系統等評量技術，將更能徹底了解案主及其所關心的問題 (McMahon & Watson, 2008, 2009)。

#### 2. 建立不同型態的常模

Heppner (1998) 曾強調常模資料，對於不同成人生涯轉換心理狀態解釋的重要性，但後續的研究仍未能克服這方面的限制 (Kirnan, 2009)。在前述較嚴謹或較具規模的相關生涯轉換評量工具中，僅有張德聰等人 (2004) 所編製的「成人生涯轉換需求量表」建立了求職者的性別常模，若能建立不同年齡、職業、教育背景的量表常模，其不僅有助於成人生涯轉換需求之分析與生涯諮商時之問題診斷，對於案主之生涯探索與規劃，亦多有幫助。

#### 3. 對於量表施測結果的分析與運用應審慎

生涯轉換心理分量表或總量表的分數乃是個人目前心理資源的展現，可能會隨時間或空間的改變而有所不同，既非人格特質的描述及成功生涯轉換的保證，也不是轉換抉擇的依據 (Heppner, 1998; Kirnan, 2009)，諮商實務工作者應有所體認並審慎解釋施測結果。此外，轉換心理量表的設計除可協助個人與職業議題的整合外，亦提供成人實現其夢想或案主與諮商師之間對話的一個平台 (Heppner, 1998; Kirnan, 2009)，值得善加使用。

## (二) 未來研究之建議

### 1. 適用對象與常模建立之考慮

本研究之研究對象以 25 歲以上之中部三縣市大學成人學生為標的母群，然而，因母群為大學成人學生，並非一般社會成人、正規的大學生，或失業而接受就業協助方案者，故其適用性仍有其限制。未來若需應用於其他的地區、職群或不同年齡的成人族群，應重新考驗量表之信、效度，並在擴大評量對象後建立常模，以確立量表的適用性。

### 2. 繼續驗證「成人生涯轉換心理量表」之信效度

本量表預試完成後，除檢證其信度外，並以驗證性因素分析、各分量表與總量表間的交互相關，以及效標關聯效度考驗量表效度。惟在驗證效度時發現，本模式的適配度未臻理想，如卡方值達到顯著，RMSEA、與 GFI 雖差強人意但並未完全達到標準，而四個潛在變項的平均變異抽取量，尚有一個未達到 0.5 的標準，這表示本量表在構念上尚有改進的空間，後續可繼續驗證其信效度。

### 3. 建立本土化的量表並進行跨文化效益的評鑑

雖然國內已有數篇針對成人生涯轉換議題所進行之研究，但其評量之焦點與使用之量表則未全然一致。若有相當的資源與規劃，當可如 Fernandez 等人 (2008) 所言，進一步驗證不同國家的社會與職場環境系統間，其跨文化上的相似與相異處，以便對於生涯轉換資源量表的因素結構與應用有更多全盤性與全球化的理解 (global understanding)。

### 4. 進一步使用不同效度之驗證方法

本研究除使用試探性因素分析探討其因素結構外，亦依據預試樣本進行因素分析所得之因素結構建構理論模式，再以校正樣本進行潛在變項模式考驗量表之構念效度，惟其結果顯示模式未能達到預期的合理適配，經再以效度樣本驗證修正模式後才獲得支持。因此未來似可配合其他諮商評量工具，再行考驗該量表的區辨效度與聚斂效度 (Fernandez, et al., 2008; Gysbers et al., 2009; Heppner et al., 1994) 或從多層面角度，針對不同的成人團體評估不同因素結構的穩定情況。

## 參考文獻

王培瑾 (1997)。國中教師生涯轉換之分析研究 (未出版碩士論文)。國立台灣師範大學教育心理與輔導學系，台北。

- 行政院勞工委員會 (2003)。92 年勞工生活及就業狀況調查報告。台北：行政院勞工委員會。
- 行政院勞工委員會 (2010)。99 勞工生活及就業狀況調查報告。台北：行政院勞工委員會。
- 余民寧 (2006)。潛**在變項模式**。台北：高等教育。
- 林美蓉 (1999)。中年婦女的生涯轉換 (未出版博士論文)。國立政治大學教育研究所，台北。
- 林美蓉 (2004)。中年婦女生涯轉換看法量表編製之研究。測驗學刊，51 (2)，185-207。
- 邱皓政 (2005)。結構方程模式：LISREL 的理論與應用。台北：雙葉。
- 邱皓政 (2006)。量化研究與統計分析。台北：五南。
- 夏之維 (2011)。轉職大風吹，你搭上順風車了嗎？取自 <http://www.gvm.com.tw/Board/content.aspx?ser=17201>
- 張德聰 (1999)。運用焦點解決法於成人生涯轉換諮商效果之研究 (未出版博士論文)。國立台灣師範大學教育心理與輔導學系，台北。
- 張德聰、周文欽、張小鳳、林聯章、郭瓊灑、林丞增、…、張佳雯 (2004)。「成**人生涯轉換需求量表**」使用手冊。台北：行政院勞委會。
- 梁庚辰 (1999)。心理學門成就評估報告。人文與社會科學簡訊，2 (2)，29-38。
- 陳正昌、程炳林、陳新豐、劉子健 (2004)。多變量分析方法：統計軟體應用。台北：五南。
- 彭慧玲 (2002)。生涯輔導教育對多元文化的相關議題之探討。輔導季刊，38 (1)，23-32。
- 黃秀美 (2002)。國軍志願役中年男性退役軍官生涯轉換之分析研究 (未出版碩士論文)。國立高雄師範大學成人教育研究所，高雄。
- 黃瑞峰 (2006)。成人生涯自我效能與生涯轉換相關之研究：以大學成人學生為例 (未出版碩士論文)。國立台中教育大學諮商與應用心理學系，台中。
- 楊馨華 (2008)。一位生涯轉換成功者之復原力 (未出版碩士論文)。國立台中教育大學諮商與應用心理學系，台中。
- 過修齊 (2004)。國民小學教師生涯承諾、生涯自我效能與生涯協助需求相關之研究 (未出版碩士論文)。國立台中師範學院國民教育研究所，台中。
- 韓楷檉 (2003)。成人生涯協助量表之信效度研究－生涯協助的概念與測量。國立台中師範學院學報，17 (2)，35-62。
- 韓楷檉 (2008)。人口改變中的大學生涯服務工作之挑戰。教育資料與研究雙月刊，84，141-156。
- 羅寶鳳 (1993)。成年婦女生涯轉換之相關因素研究 (未出版碩士論文)。國立台灣師範大學社會教育學系，台北。
- Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs. (2009). *The 2009 Standards*. Retrieved from

<http://www.cacrep.org/doc/2009%20Standards%20with%20cover.pdf>

- Donohue, R. (2006). Person-environment congruence in relation to career change and career persistence. *Journal of Vocational Behavior, 68*, 504-515.
- Ebberwien, C. A. (2000). *Adaptability and the characteristics necessary for managing adult career transition: A qualitative investigation* (Unpublished doctoral dissertation), University of Kanakas, Lawrence, KS.
- Ebberwein, C. A., Krieschok, T. S., Ulven, J. C., & Prosser, E. C. (2004). Voices in transition: Lessons on career adaptability. *The Career Development Quarterly, 52*, 292-308.
- Fernandez, A., Fouquereau, E., & Heppner, M. J. (2008). The career transition inventory: A psychometric evaluation of a French version (CTI-F). *Journal of Career Assessment, 16*(3), 384-398.
- Flores, L. Y., Spanierman, L. B., & Obasi, E. M. (2003). Ethical and professional issues in career assessment with diverse racial and ethnic groups. *Journal of Career Assessment, 11*(1), 76-95.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2008). *Introduction to counseling and guidance* (7<sup>th</sup> ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Pearson Hall.
- Goodman, J., Schlossberg, N. K., & Anderson, M. L. (2006). *Counseling adult in transition: Linking practice with theory* (3<sup>rd</sup> ed.). New York, NY: Springer.
- Gysbers, N. C., Heppner, M. J., & Johnston, J. A. (2009). *Career counseling: Contexts, process, and techniques* (3<sup>rd</sup> ed.). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Heppner, M. J. (1998). The career transitions inventory: Measuring internal resources in adulthood. *Journal of Career Assessment, 6*(2), 135-145.
- Heppner, M. J., Multon, K. D., & Johnston, J. A. (1994). Assessing psychological resources during career change: Development of the career transitions inventory. *Journal of Vocational Behavior, 44*, 55-74.
- Herr, E. L. (2009). Career assessment: Perspectives on trends and issues. In E. A. Whitfield, R. Feller, & C. Wood (Eds.), *A counselor's guide to career assessment instruments* (5<sup>th</sup> ed., pp.13-25). Alexandria, VA: National Career Development Association.
- Herr, E. L., Cramer, S. H., & Niles, S. G. (2004). *Career guidance and counseling through the lifespan: Systematic approaches* (6<sup>th</sup> ed.). Boston, MA: Allyn and Bacon.
- Kirnan, J. P. (2009). The career transitions inventory: Reviewed. In E. A. Whitfield, R. Feller, & C. Wood (Eds.), *A counselor's guide to career assessment instruments* (5<sup>th</sup> ed., pp. 357-360). Alexandria, VA: National Career Development Association.

- Leconte, P. J. (2006). The evolution of career, vocational, and transition assessment: Implications for the summary of performance. *Career Development for Exceptional Individuals*, 29(2), 114-124.
- McMahon, M. L., & Watson, M. B. (2008). Systemic influences on career development: Assisting clients to tell their career stories. *The Career Development Quarterly*, 56, 280-288.
- McMahon, M. L., & Watson, M. B. (2009). Career psychology research challenges: A systems theory response. *South African Journal of Psychology*, 39(2), 184-194.
- Nadolsky, J. M. (1981). Vocational evaluation in the public school: Implications for further practice. *Journal of Vocational Education Special Needs Personnel*, 3(3), 5-9.
- Niles, S. G. (2009). 成人生涯發展：概念、議題及實務（彭慧玲、蔣美華、林月順譯）（第三版）。台北：心理。（原著出版於 2002）
- Ornum, W. V., Dunlap, L. L., & Shore, M. F. (2008). *Psychological testing across the life span*. Upper Saddle River, NJ : Pearson Prentice Hall.
- Patton, W., & McIlveen, P. (2009). Practice and research in career counseling and development: 2008. *The Career Development Quarterly*, 58, 118-161.
- Rayman, J. R. (1999). Career services imperative for the next millennium. *The Career Development Quarterly*, 48, 175-184.
- Schlossberg, N. K. (1984). *Counseling adults in transition*. New York: Springer.
- Schmidt, J. J. (2008). *Counseling in school: Comprehensive programs of responsive services for all students* (5<sup>th</sup> ed.). New York: Pearson Education.
- Sharf, R. S. (2010). *Applying career development theory to counseling* (5<sup>th</sup> ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Smart, R., & Peterson, C. (1997). Super's career stages and the decision to change careers. *The Journal of Vocational Behavior*, 51, 358-374.
- Spencer-Rodgers, J., & Cortijo, A. (1998). An assessment of the career development needs of international students. *Journal of College Student Development*, 39, 509-512.
- Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In D. Brown, L. Brooks, & Associates (Eds.), *Career choice and development* (2<sup>nd</sup> ed., pp. 197-261). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Thorne-Chan, J. M. (2009). *Effects of age and promotion in the use of psychological resources of promoted employees* (Unpublished doctoral dissertation), Western Michigan University, Kalamazoo, MI.
- Whitfield, E. A., Feller, R., & Wood, C. (2009). *A counselor's guide to career assessment instruments* (5<sup>th</sup> ed.). Alexandria, VA: National Career Development Association.

- Yang, E., Wong, S. C., Hwang, M., & Heppner, M. H. (2002). Widening our global view: The development of career counseling services for international students. *Journal of Career Development, 28*(3), 203-213
- Zunker, V. G. (2006). *Career counseling: A holistic approach* (7<sup>th</sup> ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

### 附錄 1 生涯轉換心理正式量表

非常符合=5 符合=4 部分符合=3 不符合=2 非常不符合=1

	5	4	3	2	1
1. 我覺得我現在想做生涯轉換。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 我樂於接受生涯轉換的挑戰。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 爲了獲得更好的未來，我會準備進行生涯轉換。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 有很多內在動力，讓我進行生涯轉換。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 就算生涯轉換需要冒很大的險，但我仍願意一試。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 我在心理上已準備接受生涯轉換。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 我有信心這次的生涯轉換會成功。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 我認爲自己能夠處理生涯轉換中預期發生的狀況。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我願意接受生涯轉換中的挑戰。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 對於生涯轉換後的工作，我有信心會比現在更好。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 就算時間重來一次，我還是會想再做這次的生涯轉換。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我認爲生涯轉換的結果，就是我所想要的。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我相信自己能控制生涯轉換相關的人事物。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 過去的經驗，對我目前進行的生涯轉換幫助很大。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 如果我盡力而爲，生涯轉換一定會成功。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 目前的資源，可能會因爲生涯轉換而耗盡，但我仍然堅持生涯轉換。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. 我的朋友支持我的生涯轉換決定。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. 我會爲我所做的生涯轉換負責任。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# Development of Inventory for Adult Career Resources Transition

Kai-Cheng Han\*      Jui-Feng Huang      Sheng-Fu Huang

## Abstract

This study aimed to develop an appropriate inventory to assess adult psychological resources and barriers in career transition. The Adult Career Transitions Resources Inventory (ACTRI) was administered to 596 adults students in transition, and its internal consistency, reliability and validity were established. The inventory comprised 18 items scored on a 5-point Likert scale. Results showed that (1) Four psychological resources available during transition were performance expectation, confidence, control, and trust; (2) The Cronbach's alpha coefficient was between .84 and .92, and the total scales alpha coefficient was .94. The four factors showed good composite reliability and average variance extracted; (3) The ACTRI was validated by confirmative factor analysis, inter-subscale correlations, and criterion-related validity analysis. In conclusion, suggestions for effective applications of the ACTRI were proposed for counseling and further research.

*Keywords: adult career transition, career transition resources, career assessment*

---

Kai-Cheng Han*	National Taichung University of Education (kaicheng@mail.ntcu.edu.tw)
Jui-Feng Huang	National Taichung University of Education
Sheng-Fu Huang	National Taichung University of Education

## 「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」第六版 (*Publication Manual of the American Psychological Association, 6th ed.*) 規定體例，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」第六版 (*Publication Manual of the American Psychological Association*, 6th ed.) 規定體例（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 [tcntcq@gmail.com](mailto:tcntcq@gmail.com)，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：[tcntcq@gmail.com](mailto:tcntcq@gmail.com)

## 「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, Boldface, Uppercase and Lowercase Heading**

（置中，加粗，每個單字字首大寫，上下空一行）

**Flush Left, Boldface, Uppercase and Lowercase Heading**

（置左，加粗，每個單字字首大寫，上下空一行）

**Indented, boldface, lowercase paragraph heading ending with a period**

（空四格，加粗，第一個字字首大寫，上下空一行）

***Indented, boldface, italicized, lowercase paragraph heading ending with a period***

（空四格，加粗，斜體，第一個字字首大寫，不空行）

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

（空四格，斜體，第一個字字首大寫，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」第六版 (*Publication Manual of the American Psychological Association, 6th ed.*) 之規定體例或本季刊之內容。

## 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：(林杏足，2002)

(2) 英文，如：(Hsieh, 2003)

#### 2. 兩位作者

(1) 中文，如：(謝麗紅、鄭麗芬，1999)

(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；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

王智弘、林清文、劉淑慧、楊淳斐、蕭宜綾（2008）。台灣地區網路諮商服務發展之調查研究。**教育心理學報**，**39**（3），395-412。

劉淑慧、林怡青(2002)。國三學生選擇入學學校之抉擇歷程與其影響因素。  
**中華輔導學報**，11，71-123。

(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

施映竹(2011)。兒童網路成癮評估模組之建構及其實徵研究(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學輔導與諮商學系，彰化。

(2)英文

Deng, C. P. (2006). *Development of an Occupational Classification and Basic Interest Scales* (Unpublished doctoral dissertation). The University of Illinois at Urbana Champaign, IL.

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。取自 <http://www.guidance.org.tw/ethic.shtm>

(2)英文

American Counseling Association. (2005). *ACA Code of Ethics*. Retrieved 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

## 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 Taiwan Counseling Quarterly.
- 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 Taiwan Counseling Quarterly.

- Taiwan Counseling Quarterly 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

Taiwan Counseling Quarterly is a scholarly, electronic journal published quarterly by 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. Taiwan Counseling Quarterly 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 (6th 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 300 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://tcq.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 Taiwan Counseling Quarterly  
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: [tcntcq@gmail.com](mailto:tcntcq@gmail.com)

## **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 Taiwan Counseling Quarterly 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:

吳紫仔 許竑彬  
Tzu-Yu Wu  
Hong-Pin Hsu

諮商中的同理心技術初探  
*Review of Empathy in Counseling*

韓楷樞 黃瑞峯 黃聖夫  
DKai-Cheng Han  
Jui-Feng Huang  
Sheng-Fu Huang

生涯轉換心理量表之編製研究  
*Development of Inventory for Adult  
Career Resources Transition*

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

*Dept. of Guidance and Counseling, National Changhua University of Education & Taiwan Counseling Net*