

駐地實習諮商心理師對諮商關係的覺察與 反應歷程

李明峰*

鄭麗芬

臺南市學生輔導諮商中心 國立臺南大學諮商與輔導學系

本研究旨在探討駐地實習諮商心理師對諮商關係的覺察及反應歷程，採現象學取向，透過半結構深度訪談對五位受訪者進行資料蒐集，並以「整體一部份—整體」的分析法，歸納、統整所蒐集到的訪談資料。研究結果發現對諮商關係的覺察與反應歷程在晤談初期有「缺乏晤談方向的關係對自己心情產生干擾」、「關係不穩定導致界線分不清」、「關係的建立需花費精神」、「關係的靠近有賴真誠」以及「關係易建立，互動美好自在」；在晤談中期有「將負面感受置心中，保持鎮靜與一致性」、「彈性拿捏及釐清與個案的界線」、「諮商關係如同鏡子般映照出彼此的人際議題」、「對關係的知覺受到議題發酵及假期的影響」、「關係停滯不前徒增內心負面感受」以及「檢視互動關係及視框改變使諮商關係轉為輕鬆自在」；在晤談末期有「諮商關係結束的方式會有不同的面貌」。意義及影響為「自我有所成長，拓展看待人事物的角度」及「學習歷程中摸索前進，啟發未來諮商專業」。

關鍵詞：反應歷程、諮商關係、駐地實習諮商心理師、覺察

壹、緒論

一、覺察在諮商關係中的角色

諮商關係的重要性在任何取向的諮商學派中，都曾被提出來做相關的討論，而關係／經驗取向的諮商師更是強調與當事人互動關係在諮商歷程中的地位（Corey, 2005）。諮商關係的品質已經被證實是諮商歷程中一個重要的因素，更是可以預測諮商效能的指標（許育光，2005；Kelly, 1997；Rayle, 2006），所以保持具療癒性的諮商關係是重要的。而為

* 通訊作者：李明峰，臺南市和緯路一段2號，e-mail：a87362@gmail.com；06-2521083。

了預防諮商關係的變質，諮商師需要隨時察看 (monitor) 兩人關係的變化 (林家興、王麗文, 2003a)，所謂的察看是指看關係的變化、諮商師及當事人在諮商中的狀態，也就是對諮商關係的覺察 (陳金燕, 2003)。覺察的層面包括諮商師與當事人價值觀的差異 (洪莉竹、陳秉華, 2005；陳金燕, 2003)；移情、反移情及工作同盟 (林家興、王麗文, 2003b；陳登義譯, 2003/2000；Bennett, Parry, & Ryle, 2006；Fauth & Hayes, 2006；Goldman & Anderson, 2007；Hintikka, Laukkanen, Marttunen, & Lehtonen, 2006；Nelson-Jones, 2002；Schönberger, Humle, & Teasdale, 2006；Tobin & McCurdy, 2006)、諮商目標及適合當事人的介入策略 (Hutchins, 1989)、性別與權力的議題 (唐訢雅, 2007；Anne, 2000；Devoe, 1990；Jones, 2003；Marie, 1996；Stepleman & House, 2006)。

進一步而言，覺察在諮商關係中所扮演的角色是重要的。諮商師提升覺察的能力是為諮商專業把關一個重要的關鍵點 (陳金燕, 2003)，而且促使諮商師在諮商專業中的行動是經過思考後才去進行的 (翁開誠, 2004)。透過這樣的方式，諮商師覺察到自己在生活中的自我模式、諮商過程中自己的諮商模式、態度和反移情 (許育光, 2005；劉怡君, 2004；顏璉璋, 2006；Carlin, 2006)，而不使自己以控制或是帶著未經覺察的個人議題進入諮商歷程當中且傷害到了當事人 (蘇益志, 2003；Huprich & Rudd, 2004)。

二、影響諮商關係建立之相關因素的探討

探究諮商關係時，真誠、同理及無條件的積極關懷這三種態度是一再被討論的焦點，這三項在諮商關係中所呈現的態度可以由 Rogers 和 Gloria 的對話中看到 (Moon, 2007)，Gloria 事後回憶到這段有意義的談話讓她可以自我接納，而且她也感受到被當成一個「人」，從這段談話中，諮商教育者和學習者可以重新檢視 Rogers 的個人中心治療並不只是技術而已，而是和當事人互動的態度佔據重要的地位 (Wickman & Campbell, 2003a)。

Clark (2004) 進一步提到同理心的三種內涵，包括有主觀的、人際的與客觀的同理心。在這三種內涵中，特別重要的是諮商師同理當事人的同時必須留意到自己的同理是不是站在當事人的內在觀點出發，否則諮商師的同理可能會混雜著自己未解決的衝突和個人議題而產生偏誤。而研究指出諮商師對於當事人瞭解所產生的偏誤可能跟反移情有關 (林淑君、陳秉華, 2002)。

諮商關係中的移情和反移情通常被視為一體的兩面，因為諮商師可以透過自己對於當事人的所有感受來了解到當事人的移情 (黃淑清, 2005；謝珮玲, 2002)，甚至，藉由移情和反移情可以使諮商師和當事人了解到彼此的情緒 (Ackerman, 1959)。因此就算你不是偏向心理動力取向的諮商師，仍然需要去檢視諮商關係中有關移情與反移情的現象 (林家

興、王麗文，2003b)。有關於移情的研究是比較稀少的，因為移情主要是存在於當事人的心中，較為困難研究，大多仍是透過諮商師的知覺去解釋當事人的移情（黃淑清，2005；Davis, 2007）。因此有關於移情的研究比較偏向概念性的探討為主（Ackerman, 1959; Kwawer, 1980）。相對於移情，反移情主要是來自於諮商師的內在心理動力，與當事人的移情是相對的（陳登義譯，2003/2000）。由於反移情來自於諮商師的內在心理動力，所以比移情更容易覺察及認知，在相關的研究上較移情多，而不只是停留在理論概念的論述上（林淑君、陳秉華，2002；Carlin, 2006; Tobinc & McCurdy, 2006）。諮商師對於當事人的感覺有正向也有負向，正向的反移情有助於諮商的進展，反之則會阻礙諮商的進行（陳登義譯，2003/2000）。若反移情太過於強烈且負面，會使諮商師沒辦法客觀地看待當事人的困擾。諮商關係也是較為緊張的，而造成諮商的提早結束（吳秉衛、陳慶福，2006）。

除了移情和反移情外，工作同盟也被當作是影響諮商關係的一個因素。工作同盟的概念是由 Bordin 於 1979 年所提出的（引自 Bordin, 1994），包括了連結、目標及任務三個主要的概念，簡單地來說就是諮商師跟當事人彼此有共同的諮商目標並知道如何做才能達到諮商目標。而 Bordin 根據工作同盟的三個概念所發展出的工作同盟量表（Working Alliance Inventory, WAI）已經廣泛被用來檢視諮商成效的依據（李偉斌，2001；吳秉衛，2005；Schönberger et al., 2006; Hintikka et al., 2006）。Goldman 和 Anderson（2007）的研究指出在初期的晤談當中，如果當事人和諮商師有安全依附關係的話，對於兩人之間的諮商關係是有幫助的而且當事人也較不會中途終止諮商。而 Hietanen 和 Punamäki（2006）也指出治療師和當事人建立安全的依附關係有助於使兩人能建立穩固的諮商關係及強化工作同盟的建立而使當事人能從治療中獲益。所以諮商關係中工作同盟的強度與否跟諮商效能有密切的關係，從連結、目標及任務的三元素概念可以讓諮商師以這三種向度來評估諮商關係的建立。

另外一個部分，諮商關係中的性別和權力議題也是會影響諮商關係建立的因素（邱珍琬，2006；唐新雅，2007），在相關的論述當中認為權力的議題可能是導致當事人產生困擾的因素之一（Jones, 2003; Marie, 1996; Maye, 1994），所以諮商師適度的自我揭露可以維持與當事人間的平等關係（Corey, 2005），減少當事人被壓迫的感覺。在有關不同性別與女性當事人工作的探究上，大部分認為女性諮商師最適合跟女性工作，因為她會了解女性的處境並進而提供相關的協助（邱珍琬，2006；畢恆達、洪文龍，2006；Corey, 2005; Devoe, 1990），不過仍須留意自身的觀點是否複製了傳統貶抑女性的想法。男性諮商師與女性當事人工作可能會備受爭議，不過男性諮商師的自主性、權力及有主見對於女性當事人而言是一個很好的角色示範（邱珍琬，2006；Devoe, 1990）。除此之外，有關性別與諮商關係界線的拿捏上，研究指出女性諮商師與男性當事人晤談時會強調彼此間的界線，並

進而去駁斥男性當事人錯誤的認知觀念；男性諮商師則是因為自己的性別而較維持一定的界線（林雯雯，2007；唐訢雅，2007）。

三、駐地實習諮商心理師的專業發展階段與特性

民國九十年心理師法通過之後，規定碩士班學生必須修過規定的相關學分並經實習一年才有資格參加諮商心理師執照考試，因此有關駐地實習的修課內容與要求受到廣大的討論（林家興，2005）。國內已有累積對於駐地實習的關注和討論（吳雅慧，2005；許韶玲、劉淑瑩，2008；黃佩娟、林家興、張吟慈，2010；劉盈弘，2007；顏璉璋，2006），從中可以看見駐地實習經驗的內涵、實習生的困境及專業成長。不過國外的駐地實習已實行了一段時間，因而有較多的探究，從相關文獻（Guinee, 1998; Kaslow & Rice, 1985），可以發現在駐地實習階段的諮商師對於自己會比較沒有自信且內心壓力較高，因而會影響到諮商效能，雖然這樣的一個處境對於實習生會有很多內在的衝擊，不過在實習結束都能自我統整並獲得專業的成長。而在這個階段的諮商師會有的特性，研究提到駐地實習諮商心理師在諮商關係中常常會受到干擾而呈現不穩定的狀態，大部分跟自己的個人議題有關（Tobinc & McCurdy, 2006）。Carlin（2006）則提到駐地實習諮商心理師在諮商關係中對於當事人會有過度同情跟憐憫的現象。Huprich 與 Rudd（2004）研究不管是主修臨床、諮商或是學校心理的實習生因為駐地實習所會產生的危險因子會使其增加很大的心理壓力。

回顧國內有關駐地實習的研究，目前有實習生的專業成長與發展（劉盈弘，2007；顏璉璋，2006）、實習困境與因應（吳雅慧，2005）、實習經驗與現況（許韶玲、劉淑瑩，2008；黃佩娟等人，2010）、諮商專業能力（林欣嫻，2010；徐楓婷，2009）、督導經驗與諮商效能（胡景妮，2007；謝政廷，2009）等議題。除了陳祺杰（2010）探討諮商中的情緒反應與諮商自我，及顏禎慧（2009）探討與個案及督導互動經驗跟諮商專業成長的關聯外，較少看到以諮商關係的覺察為主題的研究。所以，本研究的研究目的為將焦點放在駐地實習諮商心理師對諮商關係的覺察與所呈現的反應歷程之樣貌，及與個案的諮商關係對自身的意義和影響。根據吳雅慧（2005）的研究提到於實習結束後進行訪談，受訪者很多經驗已有遺忘而難描述，再者許韶玲、劉淑瑩（2008）提到不同的實習階段值得進一步探究。因而本研究聚焦於受訪者在實習的上學期對諮商關係的覺察與反應歷程此經驗。

根據以上，本研究的研究問題有二，一為駐地實習諮商心理師對於諮商關係的覺察與反應歷程為何？二為與個案的諮商關係對駐地實習諮商心理師產生的意義和影響為何？對諮商關係的覺察是指駐地實習諮商心理師對彼此互動關係的覺察；反應歷程是指駐地實習諮商心理師與當事人互動的心理想法和感受、外在反應。

貳、研究方法

一、研究取向

本研究主要是以駐地實習諮商心理師為主體，探究其對諮商關係的覺察與反應歷程之經驗本質，因此採用質性研究中的現象學取向為研究取向。研究者採取半結構深度訪談方法並輔以訪談大綱收集研究所需的資料，而在研究分析方法上，研究者採用 Giorgi (1997) 所提出的分析方法，以發現駐地實習諮商心理師對諮商關係的覺察與反應歷程的經驗本質。

二、研究參與者

本研究採取兩種方式招募受訪者，立意取樣是研究者認識且主動邀請的；而滾雪球則是請願意接受訪談的受訪者將研究邀請函轉寄給認識並符合資格的人，總共邀請到 5 位正式受訪者。其中除受訪 A 在醫院進行駐地實習外，其餘皆在大專院校進行駐地實習；受訪者 E 為男性，其餘皆為女性。由於受訪 A 在醫院進行駐地實習，並無所謂的寒假，因而學期制分野的影響不如其他受訪者來得明顯，所以受訪 A 的經驗描述較無特別分上學期或下學期，而是以整體來描述，這是實習單位的不同所造成對於本研究的影響。

表一 受訪者基本資料表

	性別	實習地點	訪談日期	訪談次數	訪談地點	訪談時間	加入研究途徑
受訪A	女	醫院	97.03.01	1	咖啡廳	165分	滾雪球
受訪B	女	大專院校	97.03.03	1	學校諮商室	60分	立意取樣
受訪C	女	大專院校	97.03.09	1	學校教室	80分	立意取樣
受訪D	女	大專院校	97.03.13	1	受訪家裡	100分	滾雪球
受訪E	男	大專院校	97.03.30	1	校園	60分	滾雪球

三、研究工具

(一) 研究者

研究者為本文第一作者，於碩士班期間修習過「諮商與心理治療理論研究」、「諮商心理學研究」、「諮商與心理治療技術研究」、「諮商研究法」、「諮商實務」、「諮商實習」及「質的研究法」等課程。並曾參加過兩場現象學與諮商的研習，增進用現象學方法研究論文的知識和能力。

（二）協同分析者

本研究邀請一位協同分析者與研究者共同擔任資料編碼及命名的資料分析工作。協同分析者為輔導與諮商研究所碩士，於就讀碩士班期間修習研究方法等課程，對於質性及量化研究均有涉獵。

（三）訪談大綱

由於本研究是採取事後回溯的方式去研究駐地實習諮商心理師對諮商關係的覺察與反應歷程，因此會去詢問有關與個案的諮商關係中駐地實習諮商心理師的覺察和反應。因而訪談大綱的設計理念參考陳金燕（2003）中有關自我覺察督導模式的問句所擬定而成，因這些問句是在增進接案的諮商心理師對於先前與個案的諮商關係之覺察，詢問背後的理念與本研究的目的有相似之處，因而作為擬訂訪談大綱的依據。後續經過兩次前導訪談及兩次與一位資深諮商心理專家（本文第二作者）討論後修訂而成。在正式訪談的過程中以訪談大綱為訪談的依據，並根據受訪者的回答再進一步提出問題，茲將訪談大綱列於下：

1. 請問你上學期總共接了幾個個案？
2. 請你談談你跟你的個案從一開始關係建立到結束的過程中，你們的諮商關係。
3. 請問在諮商關係中，你覺察到什麼？你是怎麼覺察到的？
4. 當覺察到你所說的時，你當下的想法與感受如何？你外在的行為與反應如何？
5. 當你現在重新回顧這段諮商關係，你覺得整個歷程是否有產生變化？如果有，變化在哪裡？你現在如何去看待這段諮商關係？
6. 上半學期實習已經結束，你如何看待這半年來所建立的諮商關係？對你的意義和影響為何？

四、資料整理與分析

在資料整理上，研究者邀請兩位逐字稿謄寫者協助謄寫受訪 A 及 B 的部分，並在謄寫前告知逐字稿謄寫的方式及須遵守的倫理議題，而受訪 C、D、E 的逐字稿謄寫由研究者獨立完成。五位受訪者逐字稿謄寫完後，均由研究者進行資料檢核的工作以確認是否正確將受訪者的口語表達轉換為文字描述。

在資料分析上，本研究是採取 Giorgi（1997）所提出的現象學分析方式為本研究主要的分析方法。因此對於訪談逐字稿採取「整體－部份－整體」的分析方式，在進行的過程中，「整體－部份－整體」的概念是會不斷循環的，而主要有幾個階段，茲分述如下：

(一) 反覆地閱讀逐字稿，直到對於受訪者的經驗產生整體的印象

在這個階段當中，研究者將謄寫完的逐字稿每一頁分出三分之一的空白，並在空白處寫下受訪者在每個段落所要表達之對於諮商關係的覺察與反應，藉由這樣的方式產生對於每位受訪者的整體印象，此部分協助研究者對於要分析的逐字稿形成初步的印象，茲將操作過程舉例於下：

表二 初步分析

逐字稿	初步分析
Aa022：因為他的狀況始終沒有穩定下來過【嗯。】，所以， 嗯，我發現我也對他都在那種很不放心，很不穩定的狀態，【嗯。】 然後·我也覺得在那樣不穩定的狀態下，其實有很多～反應我沒有辦法出來。【嗯。】 …我會到，就是我發現到可能要在某一個··我覺得我們關係到某一定程度的穩定之後，【嗯。】 有些～ㄗ～不，就是比較屬於我個人對他～可能可能或許會有一些負向出來的部分或者說有一些··面質的部份我才會放出來。【嗯哼。】 然後～·可是～因為我一直覺得我跟這個個案從來都還沒有那這樣子的關係。【嗯。】 所以，…有些～話我就沒有說，有些負面情緒我可能就沒有講， 然後使得我跟他的界線，我一直··一直拉不出來	◎跟個案的諮商關係沒有很穩定，所以有一些負面的回應或是面質就不會表達出來 ◎在諮商關係中沒有表達負面的情緒，因而和個案的界線拉不出來

(二) 突顯出跟研究主題有關的意義單元並進行編碼和命名

在這個階段當中，研究者必須再次閱讀逐字稿，找出跟研究主題現象有關的意義單元，並把這些意義單元給予標示出來且編碼和命名。

表三 意義單元的編碼與命名舉例

編碼	意義單元	命名
Aa022-03	因為他的狀況始終沒有穩定下來過，所以， 嗯，我發現我也對他都在那種很不放心，很不穩定的狀態	自身狀態隨個案而不穩定
Aa022-04	然後·我也覺得在那樣不穩定的狀態下，其實有很多～ 反應我沒有辦法出來	不穩定的狀態使反應出不來
Aa022-05	我覺得我們關係到某一定程度的穩定之後，有些～ㄗ～ 不，就是比較屬於我個人對他～可能可能或許會有一些負 向出來的部分或者說有一些··面質的部份我才會放出來	自覺關係須穩定， 面質部分的介入才出現

(續表三)

編碼	意義單元	命名
Aa022-06	可是～因為我一直覺得我跟這個個案從來都還沒有那這樣子的關係。所以，．．有些～話我就沒有說，有些負面情緒我可能就沒有講，然後使得我跟他的界線，我一直．．一直拉不出來	不穩定的關係，界線拉不出來
Aa025-01	可能我會等到我們關係我覺得應該到某一個程度之後，我才會提出嗯～可能某些面質的部分，某些挑戰的部分或者說ㄛ嗯～反應比較～有一些負面情緒的部分讓他知道	須等關係到某種穩定後，才挑戰或是反應負面情緒
Aa025-02	因為那個對關係一開始來說都是很挑戰的	因為那個（面質、負面情緒）對諮商關係是挑戰

(三) 持續的閱讀以浮現出主題，並將相關主題結合在一起以萃取出核心主題

進行完上個階段後，研究者已將每個編碼進行命名完畢。接著，再回到逐字稿中進行再次閱讀並配合之前所寫下的初步分析，以此為基礎進行編碼及意義群聚，以萃取出核心主題。在這個階段當中，如對於主題的浮現有模糊不清之處，研究者會持續閱讀相關文獻，並再次閱讀原始逐字稿及聆聽訪談錄音檔，使主題命名能貼近受訪者所描述及其經驗。

表四 意義單元群聚過程舉例

編碼	意義單元	命名	主題	核心主題
Aa022-03	因為他的狀況始終沒有穩定下來過，所以，嗯，我發現我也對他都在那種很不放心，很不穩定的狀態	自身狀態隨個案而不穩定	不穩定的關係，反應出不來而未能釐清界線	關係不穩定導致界線不清
Aa022-04	然後．我也覺得在那樣不穩定的狀態下，其實有很多～反應我沒有辦法出來	不穩定的狀態使反應出不來		
Aa022-06	可是～因為我一直覺得我跟這個個案從來都還沒有那這樣子的關係。所以，．．有些～話我就沒有說，有些負面情緒我可能就沒有講，然後使得我跟他的界線，我一直．．一直拉不出來	不穩定的關係，界線拉不出來		

(續表四)

編碼	意義單元	命名	主題	核心主題
Aa022-05	我覺得我們關係到某一定程度的穩定之後，有些～ㄗ～不，就是比較屬於我個人對他～可能可能或許會有一些負向出來的部分或者說有一些．．面質的部份我才會放出來	自覺關係須穩定，面質部分的介入才出現	穩需等關係穩定，面質及挑戰才出現	
Aa025-01	可能我會等到我們關係我覺得應該到某一個程度之後，我才會提出ㄟ～可能某些面質的部分，某些挑戰的部分或者說ㄗㄟ～反應比較～有一些負面情緒的部分讓他知道	須等關係到某種穩定後，才挑戰或是反應負面情緒		
Aa025-02	因為那個對關係一開始來說都是很挑戰的	因為那個（面質、負面情緒）對諮商關係是挑戰		

(四) 信效度檢核

研究者挑選受訪 A 之訪談內容逐字稿與協同分析者分別進行編碼，研究者與協同分析者較為不一致處是督導對受訪者的影響，後來雙方再針對逐字稿的檢視與討論，發現督導會影響到受訪 A 對於諮商關係的覺察，例如：「就是在督導的過程裡面…督導的點點醒的部份啦」(Aa015-03)，於是決定督導對於受訪者的影響也須納入編碼範疇中。之後再分別進行編碼及命名，直到兩者達 .92 及 .91 後，研究者即獨立進行後續的分析；五位受訪者之描述文撰寫完畢後，根據受訪者描述文之主題命名的部分及描述文語句通順與否的部分和資深諮商心理專家討論並進行修改；修改完之描述文分別請五位受訪者進行檢核及確認，受訪 A 及受訪 B 共檢核兩次，其餘受訪者皆檢核一次，研究者並依據受訪者的意見進行描述文的修改，最後評定的結果皆為 90%～100%，顯示五位受訪者之描述文符合其對諮商關係的覺察與反應歷程的經驗。

五、研究倫理

質性研究者應該要能夠敏銳地感知其中潛在的各種倫理議題，唯有具備如此細膩的敏感度，才算得上是一個稱職的質性研究者。研究倫理的考量包括一般性的考量，以及視個別情境的特殊考量（李政賢譯，2006/1999）。茲以告知與徵求同意、匿名保護、研究者和

受訪者關係的維持和結束以及資料撰寫與呈現四點說明本研究在研究倫理的做法與考量。

(一) 告知與徵求同意

1. 招募受訪者時，會根據受訪者提供之聯絡方式進行接洽，即使從人際網絡中得知受訪者其他聯絡的方式，未經其同意，並不會貿然使用之。
2. 在訪談進行前，會告知受訪者參與本研究須注意的重要事項及權利，並在受訪者完全明瞭之下且簽下研究同意書之後，才會進行正式的訪談。

(二) 匿名保護

1. 本研究資料收集的主要方式是根據訪談的錄音內容來謄寫逐字稿及資料分析，待研究結束之後，有關錄音內容的部分會進行銷毀。
2. 研究者會將有關受訪者的個人資料以匿名方式處理。當資料分析結束之後，另請受訪者進行檢核，受訪者有權在檢核的過程中，刪除或是修改本身不想呈現出的相關內容。

(三) 研究者和受訪者關係的維持和結束

在進行正式訪談時，會使受訪者知道之後直至描述文完成，研究者會有一段時間不會連絡受訪者，並於檢核正確無誤之後，研究者才會進行論文撰寫及口試，而正式論文完成之後，同樣會收到本論文的完成版。

(四) 資料撰寫與呈現

現象學的研究中，真實地將現象還原並將本質呈現是非常重要的，因此研究者須保持客觀的心態看待受訪者的個別經驗，不使自己的觀點做過度的涉入。因而在撰寫描述文時，研究者必須進入受訪者的經驗當中，感受其中的脈絡、情感，至於研究者在研究過程中所形成的個人反思不應呈現在其中，會在研究札記中書寫出來，以作為資料分析參考用。

參、研究結果

本節主要是綜合五位受訪者對於諮商關係的覺察與反應歷程進行綜合分析。五位受訪者同時處於碩三駐地實習的階段，對諮商關係的覺察與反應歷程是在實習的過程當中會遇到的經驗，雖五位受訪者的經驗各有不同的內涵，不過也有些許相似的地方。根據五位受訪者對於諮商關係的覺察與反應歷程，研究者統整歸納如圖一，由圖中可以看到分為兩個部分，分別是駐地實習諮商心理師對諮商關係的覺察與反應歷程、意義及影響，進一步說明於下：

駐地實習諮商心理師對於諮商關係的覺察與反應歷程

晤談初期

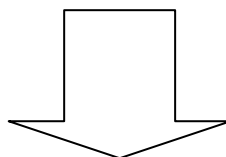
- * 缺乏晤談方向的關係對自己心情產生干擾
- * 關係不穩定導致界線分不清
- * 關係的建立需花費精神
- * 關係的靠近有賴真誠
- * 關係易建立，互動美好自在

晤談中期

- * 將負面感受置心中，保持鎮靜與一致性
- * 彈性拿捏及釐清與個案的界線
- * 諮商關係如同鏡子般映照出彼此的人際議題
- * 對關係的知覺受到議題發酵及假期的影響
- * 關係停滯不前徒增內心負面感受
- * 檢視互動關係及視框改變使諮商關係轉為輕鬆自在

晤談末期

- * 諮商關係結束的方式會有不同的面貌



意義及影響

- * 自我有所成長，拓展看待人事物的角度
- * 學習歷程中摸索前進，啟發未來諮商專業

圖一 駐地實習諮商心理師對於諮商關係的覺察與反應歷程、意義及影響圖

一、駐地實習諮商心理師對諮商關係的覺察與反應歷程

此部分根據受訪者的經驗分為晤談初期、晤談中期及晤談末期來呈現駐地實習諮商心理師對諮商關係的覺察與反應歷程的現象。而在晤談階段的區分方面，由於晤談的分期會因為各個諮商理論的觀點不同而有所不同，尤其是在晤談中期的部分（Corey, 2005），而且每段諮商關係的進程也有所不同。因而本研究在晤談分期上，初期是指在跟個案建立關係及諮商目標的覺察和反應，末期是指與個案諮商關係結束的覺察和反應，其餘會歸類在晤談中期。

（一）晤談初期

此部分是指駐地實習諮商心理師在諮商關係建立初期對於諮商關係的覺察與反應歷程。根據圖一，總共有五個主題，其內涵有「缺乏晤談方向的關係對自己心情產生干擾」、「關係不穩定導致界線分不清」、「關係的建立需花費精神」、「關係的靠近有賴真誠」以及「關係易建立，互動美好自在」。

1. 缺乏晤談方向的關係對自己心情產生干擾

個案如缺乏想改變自己的動機而只是想來抱怨，這樣的諮商期待會使駐地實習諮商心理師出現無力感。

「我記得他一來他來他來的目的就是要抱怨很多的東西，那包括房東啦！老師啦！同學啦！等等等這樣子」(Da002-32)，「在抱怨的時候其實我可以感覺到他要我去改變別人，但是他不要改變，那這一點會讓我還蠻無力感的」(Da002-33)。

除了抱怨型的個案之外，只是想來看看學輔中心的資源，而無明顯諮商目標的個案同樣也會影響到駐地實習諮商心理師的情緒，甚至反感個案來談的目的。

「喔有一個就是還蠻特別的對阿，因為他當初進來的時候他就沒什麼目標、沒什麼目標，就來只是想要來談談」(Ea055-01)，「那會一直挑起我的一些情緒，就會想把他巧丫掉」(Ea055-04)，「其實就會覺得甚至會有點反感說你到底要來做什麼嘛」(Ea068-04)。

2. 關係不穩定導致界線分不清

受訪 A 因為與個案的關係不穩定，因此很多反應出不來，因而使得她與案主的界線拉不出來。

「然後，我也覺得在那樣不穩定的狀態下，其實有很多～反應我沒有辦法出來」(Aa022-04)，「可是～因為我一直覺得我跟這個個案從來都還沒有那樣子的關係。所以，…有些～話我就沒有說，有些負面情緒我可能就沒有講，然後使得我跟他的界線，我一直…一直拉不出來」(Aa022-06)。

3. 關係的建立需花費精神

受訪 B 覺察到與個案的關係不緊密，因而需要花費精神去聆聽案主所說；受訪 D 則是覺察到個案不容易相信自己，因而花費較多精神建立信任關係。

「另外一方面可能就是真的我跟還沒有很熟悉，對，所以這也算是諮商關係還沒有說建立得很緊密的時候」(Ba032-04)，「所以所以變得說我我要花很多時間、還有很多很多精神去聽說，他到底是在講什麼」(Ba032-05)。

「嗯～我有一個個案是我印象比較深刻的是因為那個關係非常難建立，那到現在我覺得還不能全然地說已經算是非常信任的關係」(Da002-01)，「那我會覺得在這關係裡面我需要很費力」(Da002-25)。

4. 關係的靠近有賴真誠

受訪 E 覺察到以真誠的態度跟個案互動，彼此的關係會慢慢靠近。

「那其實你會發現說你越是真誠的去跟那個案主去談的話，到後來其實那關係會慢慢慢慢地靠近」(Ea005-02)。

5. 關係易建立，互動美好自在

受訪 A 遇到容易建立關係的個案，會覺得感動及美好。

「然後一直始終的告訴我說～…ㄟ～原來關係也有可能可以到這麼美好的一個地步這樣子，然後可以有這麼…這麼令人溫馨感動的接觸」(Aa099-07)。

受訪 D 認為當個案對人無防衛心時，關係是容易建立的；並進而覺得關係會因為來談者的不同而有所不同。

「然後他對人也沒有什麼防衛心，所以跟他互動起來就可以有自然的有真誠的關係自在的關係」(Da060-04)，「然後…嗯…我覺得那種諮商關係就會因著來談者是不一樣」(Da053-05)。

(二) 晤談中期

此部分是指駐地實習諮商心理師在與個案晤談過程中對於諮商關係的覺察與反應歷程。根據圖一，總共有六個主題，其內涵有「將負面感受置心中，保持鎮靜與一致性」、「彈性拿捏及釐清與個案的界線」、「諮商關係如同鏡子般映照出彼此的人際議題」、「對關係的知覺受到議題發酵及假期的影響」、「關係停滯不前徒增內心負面感受」、「檢視互動關係及視框改變使諮商關係轉為輕鬆自在」。

1. 將負面感受置心中，保持鎮靜與一致性

在與個案晤談的過程中，駐地實習諮商心理師多少會有負面的感受，不過會保持鎮靜，盡量不影響到晤談。

「反正就是人一個坐在那裡，然後呢～，不管焦慮的半死，然後反正就是力持平穩的。就假裝呢他很優雅的回應完了」(Aa100-02)。

「我好像在諮商室裡面不管聽到什麼事就會立，就是保持鎮靜」(Ba066-01)。

另外，受訪 E 在聽到個案想學習分析人時，內心很想把個案扒下去，但是外在有所隱忍，然後好奇個案的內在需求。

「然後聽了就更想扒下去」(Ea062-03)，「外在行為喔！就忍住阿」(Ea064-01)，

「你怎麼會想要就是那個就是還是會去好奇說他怎麼會有這樣的算需求對阿需求，是為了什麼」(Ea064-02)。

2. 彈性拿捏及釐清與個案的界線

在晤談過程中，跟個案的界線問題也是駐地實習諮商心理師會碰到的課題，受訪 A 覺得自己與個案的界線需要做釐清，之後才知曉說不是只有自己要負起晤談的責任。

「在這樣的關係裡面～那個…信任的關係的建立不全然是得我去負完全的責任的」(Aa011-10)，「然後也能夠漸漸把自己跟個案的責任區分開來」(Aa010-12)。

而在面對個案需要手機號碼以確認彼此關係的受訪 D，在思考過諮商倫理與對晤談的助益後，她選擇將手機號碼給個案。

「所以對於這個個案在專業倫理的那些東西跟他的需要有時候我會需要有一些比較彈性的做法或者是有一些嘗試」(Da002-91)，「那他也知道諮商倫理的這個東西，因為上個諮商師都跟他談過了」(Da005-07)，「比如說手機通常不會給，不過這個個案要的時候我有給」(Da002-85)。

3. 諮商關係如同鏡子般映照出彼此的人際議題

駐地實習諮商心理師會透過諮商關係而進一步看到彼此的人際議題。受訪 A 提到自己在諮商關係中看到了個人議題及自己的需求；受訪 B 則是提到個案將現實與人相處的模式反應到諮商關係中；受訪 C 則是看到自己想要解決他人問題的心態影響到自己晤談中的狀態。

「從他們～那樣子～…反應出來的過程裡面，他其實也會勾動很多我個人…的一些～嗯～從來沒有想過的～乜～人際的議題。或者說，個人的議題或者說個人的需求的部份」(Aa011-15)。

「就好像是我後來想一想我覺得好像每當我跟他更拉近一步的時候，他就會先逃開一陣子」(Ba074-01)，「在他跟我說說了這這些東西的時候，我才發現到～原來有時候他的那個來不來與不來，其實是跟人的關係也有關係」(Ba076-05)。

「然後你就看到自己的議題，就是好像，當看到你又是想幫你解決問題的這個議題，覺得好像沒辦法，然後我也不想做，就會有這樣的狀況這樣子」(Ca040-03)。

4. 對關係的知覺受到議題發酵及假期的影響

受訪 E 提到隨著談論議題的發酵，諮商關係會有一些起伏。另外，他也提到寒假的中斷也會影響彼此的互動關係，會有不知如何維持之前關係的深厚感；而另一種情形是，個案在假期後會與自己的關係變得靠近，因而思索可能是假期的沉澱，使得自己能較為理解案主。

「然後有一些議題的話其實，隨著那個議題發酵阿，那這種諮商關係也會有一些起伏吧！對，這個諮商關係會受到一些影響」(Ea005-05)。

「因為過了一個寒假回來，因為過了一個寒假回來就不曉得說是要怎麼再去接續說之前的那種諮商關係的那種深厚的感覺吧」(Ea024)。

「但是後來…後來我也不知道怎麼變的，大概過了一個寒假，然後他回來之後就突然就發現說這個個案跟你變得很靠近」(Ea068-06)，「沉澱一段時間比較可以懂、懂他這個人」(Ea069)。

5. 關係停滯不前徒增內心負面感受

駐地實習諮商心理師提到與個案關係無法前進時，會產生負面的感受，受訪 A 因為個案未出席而感到生氣；受訪 C 提到與個案的關係在原地打轉且感到無力；受訪 D 則因為與個案的關係無法前進，而感到疲累且也對諮商關係感到困惑。

「一次兩次沒來呢～就包容，後來想就放棄歐～歐～好啦！你不來也好。我可以做一點事或幹麻，然後～後面呢其實會有一點就生氣了」(Aa068-05)。

「所以你會覺得在那個關係裡面，好像都是在轉阿轉」(Ca062-10)，「可是我發現我沒有陪他一起走，我在很前面，你快點、你快點，然後他拉不動，ㄟ～我好無力」(Ca014-02)。

「然後會覺得說沒有辦法去，前進所以又有重擔就很累這樣」(Da017-02)，「那所以我也不曉得他在那在那樣的諮商關係其實我總是覺得有一些困惑的」(Da007-09)。

6. 檢視互動關係及視框改變使諮商關係轉為輕鬆自在

受訪 B 表示當覺察到關係好像在繞圈子，她選擇談論彼此的關係，之後關係變得較為輕鬆自在。

「我有一次就是有跟他談我們的關係，對，就是大概也是在四五次那時候吧，因為覺得說如果這樣子一直繞圈子也不是辦法」(Ba035-01)，「對，然後從那一次之後就是開始有一些轉變，就是後來就變成說它比較輕鬆啊比較自在這樣子」(Ba035-04)。

而受訪 D 則是提到在晤談的當下反應個案正向的部分，而使諮商關係呈現正向的循環互動，也會使得彼此的關係比較像是朋友的關係。

「因為我突然發現他呈現的方式，他談論事情的方式，那個如何是不同的時候，我不曉得為什麼我突然就有點亮光的感覺」(Da002-51)，「然後…其實比較有正面的循環，就是因為我真的是感受到跟他互動很愉快然後我感覺他也比較愉快」(Da020-02)，「然後那一天是感覺比較輕鬆的那個關係好像變得好像比較像朋友，算互相 share 一些～，覺得就是不錯的地方阿」(Da018-03)。

(三) 晤談末期

此部分是指駐地實習諮商心理師在與個案晤談末期對於諮商關係的覺察與反應歷程。根據圖一，總共有一個主題，其內涵有「諮商關係結束的方式會有不同的面貌」。

1. 諮商關係結束的方式會有不同的面貌

受訪 A 因為和案主的時間無法配合，因而結束諮商關係；而受訪 B 的經驗則是因為個案太過忙碌，無法晤談因而就中斷了或是個案自覺可以進行自我復原的動作而想結案，於是選擇接納並尊重個案的選擇；而受訪 D 與個案的結束，則是個案帶著滿意離開。

「所以那時候我鬆的很快，…我們…因為他是跟我 complain 說那個時間他覺得，他辦不到。然後我們在協議完時間之後，…發現我們兩個的時間都不允許，所以就決定結束」(Aa072-27)。

「到了期末的時候，比較可惜的是，因為他是，嗯，在討論生涯，對，所以他就是開始很忙，然後很忙他就說他沒有辦法再繼續接受諮商，對，那我們諮商就中斷了」(Ba007-11)，「然後他就決定他就自己跟我說他覺得他自己想要試試看用自己的力量去做一些嘗試和一些自我復原的動作」(Ba058-03)，「那我覺得既然他願意相信他自己的力量的話，那我們就可以先暫時結束」(Ba058-04)。

「對這個個案蠻順利因為其實他是帶著滿意離開的」(Da059-01)。

二、意義及影響

此部分是指駐地實習諮商心理師自覺與個案的諮商關係對自己的意義與影響，五位受訪者各有其經驗到的不同面向，大體來說可分為兩個內涵，一為「自我有所成長，拓展看待人事物的角度」；另一為「學習歷程中摸索前進，啟發未來諮商專業」，茲進一步敘述於下。

(一) 自我有所成長，拓展看待人事物的角度

在經歷過與各種不同類型個案的諮商關係後，雖然有些時候在關係中受挫，有時卻在關係中更肯定自己，然而這整個過程會使駐地實習諮商心理師這個「人」獲得成長，而可以用較為寬廣的角度面對現實所發生的事情。受訪 A 提到她會更細緻地面對自己，而且變得比較有能量去面對現實的人際關係；而受訪 D 覺得如果自己的視框不同，看待個案的角度也會不同，而且自我期許能成為一個真心陪伴生命的人。

「沒有那麼…快，就略過中間很多步驟。變得比較細緻啦！把自己的行為切得比較細緻，把想法切得比較細緻，把情緒也切得比較細緻一點」(Aa130-06)，「我比較有耐心去～而且比較能夠…有力量去面對…不管我做不做反應，別人的看法跟說法會是什麼，而不會那麼快就被動搖或是說那麼快的就去對這些事情…做出反應」(Aa132-01)。

「所以那個東西…除非說平時啦平時很能夠對各樣的人很能夠用一個很廣闊的用不同的視野去看他喔，然後也成為一個習慣，然後自己也受到鍛鍊吧，就是己總是能看到他人的優點，然後成為自己的習慣進入那個諮商室的時候我覺得對那樣對他的諮商關係會比較自然的呈現」(Da030-04)，「對我來講是如何讓自己在生活當中就是慢慢的成為一個……我不太知道用什麼形容詞，不過真的是成為一個真的是對人有興趣然後也願意陪伴生命的那樣子的人，是要真心願意去願意去這樣子做的」(Da066-07)。

(二) 學習歷程中摸索前進，啟發未來諮商專業

對於駐地實習諮商心理師而言，駐地實習算是在成為正式諮商師之前的初體驗，很多時候自己就像塊海綿需要不斷吸收及學習，並從中慢慢將之前學到的知識運用出來。受訪 B 提到接觸不同類型的個案幫助自己思考未曾想過的問題；受訪 C 覺得應以個案需求為考量，而不是當個案有臨床上的症狀就認為諮商領域不適合接；受訪 E 覺得諮商關係對自己是學習的歷程，從中看到自身的變化，對未來的諮商專業是有幫助的。

「也許有些事情是我從來就沒有想過的，對，那經由他們就是可以讓我去思考這些問題」(Ba100-02)。

「可是在個案那時候他需要這些，你會去聽他說話，你會去同理他，了解他，他那時候需要是這個」(Ca088-03)，「可是那時候我覺得我應該針對個案的需要來去做一些處理，而不是針對諮商或是怎樣而不適合接這樣，黑，我覺得我現在會來看這個」(Ca088-06)。

「我覺得諮商關係對我來說也是一個就是自己學習的歷程吧」(Ea047-01)，「那就越能夠覺察自己在裡面的變化的話，那其實對於自己之後在走諮商這條路上面會是有多一些的幫助吧」(Ea086-06)。

肆、討論與建議

根據上述的研究結果，研究者綜合歸納提出幾點有關駐地實習諮商心理師對諮商關係的覺察與反應歷程會有的現象。

一、討論

(一) 關係建立初期若無明確的晤談目標會使駐地實習諮商心理師產生負面情緒

從 Wickman 和 Campbell (2003b) 的研究可以知道工作同盟的建立跟諮商專業經驗有關係；而洪雅鳳 (1997) 研究 48 位諮商員及 82 位當事人的諮商歷程也發現當事人的晤談感受與工作同盟的建立有顯著相關。因此如果專業經驗較為豐富的話，可以與當事人建立較為良好的工作同盟關係，並進而使當事人來談感受較佳。不過，吳秉衛 (2005) 的研究指出實習諮商心理師在與當事人建立工作同盟確實效能不佳，吳雅慧 (2005) 的研究也發現到駐地實習諮商心理師較難與當事人建立工作同盟並因此會影響到實習諮商心理師的情緒。

本研究發現到當事人來晤談一直抱怨別人或者是沒有明顯的晤談目標而只是想來看看，這兩類當事人會引發駐地實習諮商心理師的負面情緒和觀感。洪莉竹 (2007) 提到如果個案不願意深入自我探索或是沒有想要改善的目標，對於諮商進展都會造成阻礙，這對於諮商的目的是改變自己的觀點會產生衝突且會引起駐地實習諮商師負面的情緒。

(二) 關係建立初期因來談者的不同而使駐地實習諮商心理師出現不同的反應

個案在整個諮商關係中扮演重要的角色，會影響到與諮商師的關係以及諮商結果 (劉英蘭譯, 2007/1998)。在與個案關係建立初期，個案可能會出現抗拒行為 (曾正奇，

2004)，也有因為個案的人格異常而出現諮商關係難建立的情形（Dimaggio, et al., 2006; Levy, et al., 2006），這些都會使得駐地實習諮商心理師出現不同的反應。

本研究發現駐地實習諮商心理師在關係建立初期有出現界線不清楚的現象、需花費精神跟個案建立關係、以真誠的態度就可建立關係或是互動關係美好自在。可以看到諮商關係會因為來談者的不同而有所不同，這個部分除了諮商師和個案適配性外，也跟個案的人格穩定度、願意尋求改變以及能自我反思有關（劉英蘭譯，2007/1998）。由於諮商關係是由諮商師跟個案共同交織而成的，彼此會互相牽引，所以諮商師對於關係的感受以及諮商關係的品質會受到個案的影響（Rayle, 2006）。

（三）晤談中駐地實習諮商心理師會彈性拿捏及釐清與個案的界線

吳雅慧（2005）指出駐地實習諮商心理師與個案的諮商關係會出現界線分不清的情形，這樣的情形會使其出現負面的情緒且與個案的人我界線不清楚。許育光（2005）指出諮商關係的建立常常在維持界線與靠近之間擺盪，說明了在諮商關係中諮商師需要靠近當事人以建立彼此的關係，但同時需要維持彼此的界線以免違反諮商倫理。因此除了與個案建立關係以使晤談有所進展外，界線維持清楚是重要的，否則可能會有違反諮商倫理的情形。不過如果以個案福祉為首要考量的話，界線有時須保持彈性（林惠萍，2004）。

本研究發現駐地實習諮商心理師會去釐清與個案間的界線以分清楚彼此的責任；另外，雙重關係的避免在諮商倫理議題上是被留意的，因為可能對於諮商關係及當事人會產生風險（吳欣蕙，2009）。因此私人的聯絡方式是不太會留給個案的，除非是面對有自我傷害之虞的個案才會有這樣的選擇（管貴貞，2007），即便如此也是需要經過掙扎跟考量的。本研究發現駐地實習諮商心理師考量到諮商關係的維持及諮商倫理的議題，將自身手機號碼給個案的彈性做法。

（四）檢視互動關係及正向看待個案會使得諮商關係有所轉變

黃宜敏（1997）提到當與個案的晤談出現僵局時，選擇與個案談論彼此的關係，讓彼此去檢視諮商關係並表達自己的感覺，會使晤談有所進展。而 Rayle（2006）從社會心理學的角度來觀看諮商關係，可知在諮商關係中，諮商師跟個案都是其中的主角，而他們所形成的關係是動態的而且在其中流動著。因此諮商關係是共同屬於諮商師及個案的，共同去討論流動於彼此之間的情感或是其中的狀態對於諮商關係的維持是有益的。另外，林俊德（2006）的研究提及賦能會讓當事人看到自己有力量的部分及有能力的地方，而且也會讓彼此間的關係比較輕鬆有趣。而洪莉竹（2007）也提到以正向眼光來看待抱怨型的個案可以有助於諮商關係及目標的建立。

本研究發現到當駐地實習諮商心理師開始和個案討論彼此的諮商關係或是以正向的眼光看待個案這個人時，會使得諮商關係變得輕鬆自在。而受訪 D 所提的當下諮商關係的轉變類似於諮商歷程中的好時機（張淑芬，2007），當好時機出現會使得諮商晤談是有效能的。

（五）諮商關係停滯不前會使駐地實習諮商心理師有負面的感受

Garcia（1995）以佛洛伊德的性心理發展來比喻諮商的歷程，以呈現出諮商關係在每一個階段的情形。由此觀之，諮商關係有它發展的歷程及階段任務，如果階段任務沒有完成，會使得關係卡住。當關係如果卡住就會出現晤談中的僵局（黃宜敏，1997），當諮商關係互動不佳多少會使諮商師出現負面的感受（鄭家雯，2004）。吳雅慧（2005）的研究指出駐地實習諮商心理師不擅處理移情跟反移情議題、動機低落的個案、及無法掌握諮商方向，這些晤談中的狀況都會引發駐地實習諮商心理師的負面感受。

本研究發現當個案來晤談的頻率不穩定以及諮商關係無法前進時會引發駐地實習諮商心理師的負面感受。如果個案沒有穩定出席會使晤談無法連續的現象發生，如此會使諮商架構受到影響（林家興、王麗文，2003a），而這個部分會使駐地實習諮商心理師產生負面情緒。另外，個案的移情和諮商師的反移情皆會影響到對於諮商關係的維繫（黃淑清，2005），只是移情和反移情的處理是駐地實習諮商心理師比較不擅長的，且對於自身的反移情大都以壓抑的方式來因應（Carlin, 2006）。如果與個案的互動關係不佳，會產生諮商師的無力感且會出現很多困惑（李花環，2000；鄭家雯，2004）。

（六）諮商關係會以各種不同的方式結束

Garcia（1995）指出諮商有它發展的歷程，當談到諮商關係的結束意謂著當事人的問題已獲得解決。不過除了當事人有明顯改變而結案的方式外，還有其他各種方式（劉英蘭譯，2007/1998）。李佩珊（2002）研究大專院校學生的結案經驗中可以看到結案類型可分成四種，分別是完滿的結案、過早的結案、不成熟的結案以及被迫的結案。吳秉衛、陳慶福（2006）進一步提到過早結案與工作同盟未穩固建立有關，而高祺淳（2012）指出個案如果對諮商成效或諮商師不滿意就會選擇以不告而別的方式結束諮商關係，黎麗貞（2009）則提到來自諮商師本身的因素也會使得晤談提早結束。

本研究發現駐地實習諮商心理師四種不同的結案方式，分別是晤談時間未能互相配合而結束、個案太過忙碌而結束、個案想用自己的力量復原而結束及個案帶著滿意離開而結束。除了最後一個符合李佩珊（2002）所提到的完滿的結案外，另外三種是屬於不成熟結案，高祺淳（2012）的研究指出不成熟結案跟負向的諮商關係有關。根據受訪 A 的經驗可

以看到與個案的關係始終不佳，縱使受訪 A 在關係中努力及嘗試，但始終不見成效，某部分跟個案有關，另一部分與鄭家雯（2004）所提之諮商師接案的無力感有關。而當事人自願結案但其問題未完全獲得解決某部分跟抗拒改變有關（劉英蘭譯，2007/1998）。

綜合以上，可以得知駐地實習諮商心理師與個案在晤談的不同階段對於諮商關係的覺察與反應。在晤談初期駐地實習諮商心理師會遇到的狀況是面對不同的案主會有不同的反應以及缺乏諮商目標會有負面的情緒，Garcia（1995）指出在關係建立初期，諮商師需要提供養分給當事人，當事人在其關係中是安全且信任諮商師的，才会有足夠的空間進行探索。然而每個當事人需要的養分都不同，因而影響到駐地實習諮商心理師需要採取不同的方式與其建立關係。但以專業發展階段來說，駐地實習諮商心理師在諮商關係建立或是與當事人的工作同盟礙於專業經驗較為不足，因而會遇到困境（吳秉衛，2005；顏璉璋，2006），並因而產生負面的情緒。

而在晤談中期駐地實習諮商心理師嘗試運用一些方式試圖使彼此的關係有所轉變，但同時也有諮商關係產生停滯的現象而出現負面情緒的情形。吳雅慧（2005）指出駐地實習諮商心理師比較無法掌握諮商的方向，而李佳儒（2004）的研究也發現到，駐地實習諮商心理師在進入諮商的現場時，常常都會牽引出自己的個人議題並且影響到諮商關係的建立跟發展。另外，如果以 Prochaska 的跨理論改變模式來看待當事人在諮商關係的變化（Rochlen, Rude, & Baron, 2005），我們可以發現當事人處於沉思前期（precontemplation）時，可能會是抗拒改變的或是拒絕承認他們有問題需要解決，由此可知，諮商關係的改變與否，除了因為駐地實習諮商心理師的本身因素之外，當事人本身是否準備好要改變也是一個主要的影響因素，也因此使得諮商關係會有各種不同的樣貌。

而在晤談末期駐地實習諮商心理師會發現諮商關係的結束有各種不同的方式，Garcia（1995）提到關係結束時，都會對諮商師跟當事人有些許影響，彼此都需有所處理且往前邁進。諮商關係如能好好說再見對於諮商師和個案都是很好的，不過有時可能不是每段諮商關係都能如此，可能來自諮商師無力維持或是個案本身因素而無法繼續晤談，這樣的情形對於諮商師和個案都會造成情緒上的衝擊。對於諮商師來說是一段關係的結束，而對於個案來說，則是與諮商師關係的終點，不過也是開啟自己人生的另一段起點（吳秉衛、陳慶福，2006）。李佩珊（2002）的研究進一步提到當與個案結案時會有四種情形，分別是完滿的結案、過早的結案、不成熟的結案以及被迫的結案。在本研究主要發現的結案類型主要有完滿的結案及不成熟的結案兩種。除了因為駐地實習諮商心理師的專業經驗較為不足外（吳雅慧，2005；顏璉璋，2006；Wickman & Campbell, 2003b），個案是否願意有所改變（劉英蘭譯，2007/1998）以及跟個案在改變階段的哪一部分（Rochlen et al., 2005）

都有關。由於上述相關的因素，而使得諮商關係的結束有不同的類型產生。

另外，以整體的變化歷程而言，本研究大致發現到四種情形，第一種為諮商關係易建立，過程順利，個案的改變是快的，結束的時候是圓滿的；第二種為諮商關係建立花了一些時間，過程因為駐地實習諮商心理師運用不同的介入方式而使得諮商關係有所轉變，個案也有不同的改變和覺察；第三種為諮商關係是容易建立的，過程中因為駐地實習諮商心理師或是個案的因素而使得諮商關係有所停滯；第四種為諮商關係難建立，過程也不順利，到最後是不歡而散的。會有這幾種不同的變化歷程除了先前所討論因為駐地實習諮商心理師的專業經驗及個案改變的意願之外，也跟諮商師和個案的適配性有關係（劉英蘭譯，2007/1998），諮商成效主要是諮商師和個案間交互影響的，諮商師和個案兩個人對於諮商成效都負有責任，如個案人格是良好的且有想要解決問題，而諮商師的諮商介入方式如也符合個案的期待，則諮商效能越有可能提高。

（七）與個案的關係對駐地實習諮商心理師會對個人及諮商專業產生意義及影響

Tobin 與 McCurdy（2006）從督導的觀點來看待駐地實習諮商心理師與諮商關係，發現到駐地實習諮商心理師在諮商關係覺察自己不曾發現到的議題，並做相關的調整然後再投入諮商關係當中，並逐漸地成為有效能的諮商師且發展專業上的認同。顏璉璋（2006）也指出諮商關係的檢視跟覺察對駐地實習諮商心理師而言是一個關鍵性的事件也是導致專業成長的來源之一，因為藉由對於諮商關係的覺察而看到屬於自己的議題以及自己與當事人互動的狀態，這是諮商理論內化的一個重要過程。吳麗娟（2003）更進一步談論到諮商員的成長是一個人的成長過程。由此可知，和個案的關係不只對駐地實習諮商心理師造成諮商專業上的成長，更因為投入於諮商專業中，也使得人獲得成長。

本研究發現駐地實習諮商心理師與個案的諮商關係對自己的意義與影響有自我有所成長，拓展看待人事物的角度以及學習歷程中摸索前進，啟發未來諮商專業。前者偏向自我的成長，後者則是諮商專業的成長。諮商專業工作是個高度跟「人」工作的職業，因而在跟個案晤談期間，常常思索人我之間應維持怎樣的界線才是恰當的（洪莉竹、陳秉華，2005），許育光（2005）提到諮商師與個案的諮商關係主要會擺盪在維持界線和靠近之間，因此從個案的關係裡不只看到了個案，也看到了自己，學習重新思考自己的性格、特質及與人的關係。另外，對於駐地實習諮商心理師而言駐地實習是從事諮商專業的開始階段，很多時候是抱著懵懵懂懂及探索的心態一步一步往前邁進，在過程當中，受到實務、理論及自己內心的衝擊，才從內心去體會到何謂助人工作（李花環，2000；顏璉璋，2006），而 Halstead、Wagner、Vivero 及 Ferkol（2002）從另一個角度來說諮商專業認同，研究指

出關懷的態度在諮商關係中是動態的，同時來自諮商師和當事人，所以關懷對於諮商新手和當事人都是很有意義的，因為當事人不只可以從中獲益，而諮商新手更可將此經驗當作一個立基點以發展專業認同且建立諮商專業實務的哲學基礎。

二、建議

(一) 對未來研究的建議

本研究設定為探究上半年駐地實習諮商心理師對諮商關係的覺察與反應歷程的經驗內涵，把訪談時間點設定為下半年開學時，雖五位受訪者的訪談內容尚稱豐富，不過有些細微的部分因為時間的因素已記不太清楚。未來可考慮採取多位受訪者並用歷程研究的方式來探究此議題，以使研究的議題呈現較細緻的部分且增加研究的豐富性。

(二) 對諮商實務及諮商師教育、訓練的建議

1. 根據研究結果，駐地實習諮商心理師會因為諮商關係呈現不好的狀態或是遇到阻礙時，懷疑自己的能力並自責等情形而增加內心壓力，而從研究結果可得知諮商關係來自諮商師及個案的影響，因此駐地實習諮商心理師於進入駐地實習前須先做此部分的心理建設並明瞭當諮商關係出現困境不光是自己的問題，也有可能受到個案因素的影響，並於實務現場遇到諮商困境時，先不要過度自責，須停下來思考關係中發生什麼事情及自己與個案在諮商關係中的互動行為模式。
2. 從五位受訪者的分析結果，可以看到個人議題對於整個反應歷程的影響程度不同，也沒有每一個人都有提到這個部分，以本研究為例，受訪 A 及受訪 C 明顯提到這個部分，相較之下，受訪 A 對於個人議題較有深入地了解而受訪 C 透過後續對歷程的省思察覺到自己的自我覺察能力較為不足，而使個人議題影響到諮商關係，因此提升自我覺察是必要的。駐地實習諮商心理師可以透過個別諮商、實習札記的書寫與省思去進行自我的覺察或是參加身心靈整合的課程提升覺察的敏感度。也可在督導時提出來，透過督導澄清自己進行諮商的盲點與不足，從中進行自我反思，藉由此方式看到諮商關係中自己的模式並釐清，以看到屬於個案及自己的責任，減輕過度的負面情緒困擾。
3. 從研究結果中可以發現諮商關係會受到駐地實習諮商心理師及個案的影響，除了提升自我覺察外，也須針對人際之間互動方式的多樣貌進行學習。因此在碩士班學習或是督導中協助駐地實習諮商心理師運用人際取向的思維協助駐地實習諮商心理師覺察晤談室中的人我關係。另外，也須鼓勵駐地實習諮商心理師於諮商關係有所停滯或是遇到困難時，可以主動跟個案談論彼此的互動關係，以使關係能有所進展。

參考文獻

- 李花環 (2000): 諮商員專業發展歷程之質性研究。國立彰化師範大學輔導與諮商學系博士論文, 未出版, 彰化。
- 李偉斌 (2001): 網路即時諮商中工作同盟、晤談感受與諮商員口語反應之歷程分析。國立屏東師範學院教育心理與輔導研究所碩士論文, 未出版, 屏東。
- 李佩珊 (2002): 大專院校學生個別諮商結案之分析研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文, 未出版, 高雄。
- 李佳儒 (2004): 小樹之歌~ 諮商學習者在專業實習中心路歷程之敘說研究。國立臺北教育大學教育心理與輔導學系碩士論文, 未出版, 臺北。
- 李政賢譯 (2006): 質性研究 - 設計與計畫撰寫。臺北: 五南。Catherine, M., & Gretchen, B. R. (1999). Designing qualitative research (3rd ed.). CA: Sage.
- 吳秉衛 (2005): 過早結案/共同決議結案的個案—諮商員所知覺工作同盟、晤談感受差異之研究。國立屏東教育大學教育心理與輔導學系碩士論文, 未出版, 屏東。
- 吳秉衛、陳慶福 (2006): 為什麼個案不再來?—諮商不成熟結案現象與其因應之道。輔導季刊, 42 (3), 61-71。
- 吳雅慧 (2005): 碩士層級諮商新手於全職實習的諮商困境與因應。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士論文, 未出版, 臺北。
- 吳麗娟 (2003): 一個諮商員的專業成長: 一個「人」的成長 - 從 Human “doing” 到 Human “being”。中華輔導學報, 14, 1-30。
- 吳欣蕙 (2009): 諮商關係的「為」與「守」~「叔本華的眼淚」一書讀後感。輔導季刊, 45 (2), 61-67。
- 邱珍琬 (2006): 女性主義治療 - 理論與實務運用。臺北: 五南。
- 林家興 (2005): 心理師執業之路。臺北: 心理。
- 林家興、王麗文 (2003a): 心理治療實務。臺北: 心理。
- 林家興、王麗文 (2003b): 諮商與心理治療進階 - 心理分析取向的實務指南。臺北: 心理。
- 林俊德 (2006): 焦點解決短期諮商對當事人賦能形成之分析研究。國立彰化師範大學輔導與諮商學系博士論文, 未出版, 彰化。
- 林淑君、陳秉華 (2002): 心理治療者的反移情研究。教育心理學報, 34 (1), 103-122。
- 林惠萍 (2004): 從當事人的經驗反思諮商關係。諮商與輔導, 228, 4-6。
- 林雯雯 (2007): 諮商心理師與性受虐兒童在諮商中的治療性界限之分析研究。國立臺南大學諮商與

輔導學系碩士論文，未出版，臺南。

林欣嫻（2010）：**團體諮商歷程中重要事件之分析研究：駐地實習諮商心理師的觀點**。國立臺南大學諮商與輔導學系碩士論文，未出版，臺南。

洪雅鳳（1997）：**當事人依附、工作同盟與晤談感受之相關研究**。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，彰化。

洪莉竹（2007）：**稻草變黃金 - 焦點解決諮商訓練手冊**。臺北：張老師。

洪莉竹、陳秉華（2005）：**臺灣諮商人員對西方諮商與華人文化信念衝突的轉化經驗**。*教育心理學報*，**37**（1），79-98。

胡景妮（2007）：**全職實習諮商員的督導支持、諮商焦慮與諮商自我效能之相關研究**。國立臺南大學諮商與輔導學系碩士論文，未出版，臺南。

翁開誠（2004）：**當 Carl Rogers 遇上了王陽明：心學對人文心理與治療知行合一的啟發**。*應用心理研究*，**23**，157-199。

唐祈雅（2007）：**年輕女性諮商師對諮商晤談中性別與權力的覺察與重構**。國立彰化師範大學輔導與諮商學系碩士論文，未出版，彰化。

徐楓婷（2009）：**實習諮商心理師個案概念化能力之分析研究**。國立臺南大學諮商與輔導學系碩士論文，未出版，臺南。

高祺淳（2012）：**不告而別 - 不成熟結案當事人之內在經驗**。國立交通大學教育研究所碩士論文，未出版，新竹。

陳金燕（2003）：**自我覺察在諮商專業中之意涵：兼論自我覺察督導模式**。*應用心理研究*，**18**，59-87。

陳登義譯（2003）：**心理治療入門**。臺北：心靈工坊。Anthony, B., Dennis, B., & Jonathan, P. (2000). *Introduction to psychotherapy-an outline of psychodynamic principles and practice*. London: Routledge.

陳祺杰（2010）：**實習諮商心理師在諮商時之情緒反應及諮商中自我之探究**。國立高雄師範大學輔導與諮商所碩士論文，未出版，高雄。

許育光（2005）：**切斷與復合 - 一段治療關係的敘說、反思與探究**。*輔導與諮商學報*，**27**（2），33-52。

許韶玲、劉淑瑩（2008）：**實習諮商心理師駐地實習經驗之內涵**。*教育心理學報*，**40**（1），63-84。

畢恆達、洪文龍（2006）：**GQ 男人在發燒**。臺北：女書。

黃宜敏（1997）：**治療關係中的僵局**。*諮商與輔導*，**139**，10-14。

黃淑清（2005）：**一位精神分析取向治療師的移情認識之分析**。國立台灣師範大學教育心理與輔導學

- 系博士論文，未出版，臺北。
- 黃佩娟、林家興、張吟慈（2010）：諮商心理師全職實習現況之調查研究。*教育心理學報*，42（1），123-142。
- 張淑芬（2007）：重要事件法在諮商歷程研究之應用。*諮商與輔導*，264，34-38。
- 曾正奇（2004）：諮商初期來談者抗拒行為之分析研究。國立高雄師範大學輔導所碩士論文，未出版，高雄。
- 管貴貞（2007）：諮商人員處理自我傷害個案經驗之分析研究。國立彰化師範大學輔導與諮商學系博士論文，未出版，彰化。
- 鄭家雯（2004）：走出心靈迷霧：諮商師調適與因應接案無力感經驗之研究。國立屏東教育大學教育心理與輔導學系碩士論文，未出版，屏東。
- 劉怡君（2004）：我與我的反轉移 - 心理治療實務工作者的自我探究與實踐。東吳大學心理學碩士班碩士論文，未出版，臺北。
- 劉盈宏（2007）：全職駐地實習諮商師的實習經驗與專業成長之相關研究。國立暨南國際大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，南投。
- 劉英蘭譯（2007）：諮商與心理治療。臺北：五南。Irving, B. W. (1998). *Principles of Psychotherapy*. NY: John Wiley & Sons.
- 黎麗貞（2009）：遊戲治療未成熟結案之歷程研究 - 遊戲治療師觀點之探究。國立彰化師範大學輔導與諮商學系博士論文，未出版，彰化。
- 謝珮玲（2002）：心理治療師在心理治療歷程之反移情經驗研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導學系博士論文，未出版，臺北。
- 謝政廷（2009）：實習諮商師接受沙盤督導之經驗探究。國立暨南國際大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，南投。
- 顏璉璋（2006）：駐地實習諮商心理師專業發展：關鍵事件之分析研究。國立新竹教育大學教育心理與諮商學系碩士論文，未出版，新竹。
- 顏禎慧（2009）：實習諮商心理師與個案及督導互動經驗與其諮商專業成長之分析研究。國立高雄師範大學輔導與諮商所碩士論文，未出版，高雄。
- 蘇益志（2003）：「接納」與「控制」～一個輔導工作者的自我覺察。*輔導季刊*，39（2），73-76。
- Ackerman, N. W. (1959). Transference and counter-transference. *Psychoanalysis and Psychoanalytic*, 46(3), 17-28.
- Anne, C. (2000). Teaching feminist counselor responses to novice female counselors. *Counselor Education and Supervision*, 40(1), 47-58.

- Bordin, E. S. (1994). Theory and research on the therapeutic working alliance: New directions. In A. O. Horvath, & L. S. Greenberg (Eds.), *The working alliance: Theory, research and practice* (pp.13-37). NY: John Wiley & Sons.
- Bennett, D., Parry, G., & Ryle, A. (2006). Resolving threats to the therapeutic alliance in cognitive analytic therapy of borderline personality disorder: A task analysis. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 79*, 395-418.
- Carlin, N. S. (2006). A letter to mom during CPE. *Journal of Religion and Health, 45*(1), 147-150.
- Clark, A. J. (2004). Empathy: Implications of three ways of knowing in counseling. *Journal of Humanistic Counseling, Education and Development, 43*, 141-151.
- Corey, G. (2005). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (7th ed). CA: Brooks/Cole.
- Davis, T. (2007). The relevance of the Freudian concept of ‘transference’ to existential psychotherapy. *Existential Analysis, 18*(2), 348-357.
- Devoe, D. (1990). Feminist and nonsexist counseling: Implication for the male counselor. *Journal of Counseling & Development, 69*, 33-36.
- Dimaggio, G., Fiore, D., Lysaker, P. H., Petrilli, D., Salvatore, G., Semerari, A., & Nicolo, G. (2006). Early narcissistic transference patterns: An exploratory single case study from the perspective of dialogical self theory. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 79*, 495-516.
- Fauth, J., & Hayes, J. A. (2006). Counselors’ stress appraisals as predictors of countertransference behavior with male clients. *Journal of Counseling & Development, 84*, 430-439.
- Garcia, J. L. (1995). Freud’s psychosexual stage conception: A developmental metaphor for counselors. *Journal of Counseling & Development, 73*, 498-502.
- Giorgi, A. (1997). The theory, practice, and evaluation of the phenomenological method as a quality research. *Journal of Phenomenological Psychology, 28*(2), 235-260.
- Goldman, G. A., & Anderson, T. (2007). Quality of object relations and security of attachment as predictors of early therapeutic alliance. *Journal of Counseling Psychology, 54*(2), 111-117.
- Guinee, J. P. (1998). Erikson’s life span theory: A metaphor for conceptualizing the internship year. *Professional Psychology: Research and Practice, 29*(6), 615-620.
- Halstead, R. W., Wagner, L. D., Vivero, M., & Ferkol, W. (2002). Counselors’ conceptualization of caring in the counseling relationship. *Counseling and Values, 47*, 34-47.
- Hietanen, O. M., & Punamäki, R. L. (2006). Attachment and early working alliance in adult psychiatric inpatients. *Journal of Mental Health, 15*(4), 423-435.

- Hintikka, U., Laukkanen, E., Marttunen, M., & Lehtonen, J. (2006). Good working alliance and psychotherapy are associated with positive changes in cognitive performance among adolescent psychiatric inpatients. *Bulletin of Menninger Clinic, 70*(4), 316-335.
- Huprich, S. K., & Rudd, M. D. (2004). A national survey of trainee impairment in clinical, counseling, and school psychology doctoral programs and internships. *Journal of Clinical Psychology, 60*(1), 43-52.
- Hutchins, D. E. (1989). Improving the counseling relationship. In W. Dryden (Eds.), *Key issues for counseling in action* (pp. 53-62). NY: John Wiley & Sons.
- Jones, L. S. (2003). Power and women in the counseling relationship. In M. Kopala & M. A. Keitel (Eds.), *Handbook of counseling women* (pp. 31-39). London: Sage.
- Kaslow, N. J., & Rice, D. G. (1985). Developmental stresses of psychology internship training: What training staff can do to help. *Professional Psychology: Research and Practice, 16*(2), 253-261.
- Kwawer, J. S. (1980). Transference and countertransference in homosexuality-changing psychoanalytic view. *American Journal of Psychotherapy, 34*(1), 72-80.
- Kelly, E. W. (1997). Relationship-centered counseling: A humanistic model of integration. *Journal of Counseling & Development, 75*, 337-345.
- Levy, K. N., Clarkin, J. F., Yeomans, F. E., Scott, L. N., Wasserman, R. H., & Kernberg, O. F. (2006). The mechanisms of change in the treatment of borderline personality disorder with transference focused psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology, 62*(4), 481-501.
- Marie, H. R. (1996). Gender: Issues of power and equity in counselor education programs. *Counselor Education and Supervision, 36*(2), 104-112.
- Maye, T. (1994). Gender and power in counseling and supervision. *British Journal of Guidance and Counseling, 22*(3), 319-326.
- Moon, K. A. (2007). A client-centered review of Rogers with Gloria. *Journal of Counseling & Development, 85*, 277-285.
- Nelson-Jones, R. (2002). *Essential counseling and therapy skills-the skilled client model*. London: Sage.
- Rayle, A. D. (2006). Mattering to others: Implications for the counseling relationship. *Journal of Counseling & Development, 84*, 483-487.
- Rochlen, A. B., Rude, S. S., & Baron, A. (2005). The relationship of client stages of Chang to working alliance and outcome in short-term counseling. *Journal of College Counseling, 8*, 52-64.
- Schönberger, M., Humle, F., & Teasdale, T. W. (2006). The development of the therapeutic working

- alliance, patients' awareness and their compliance during the process of brain injury rehabilitation. *Brain Injury*, 20(4), 445-454.
- Steplemann, L. M., & House, A. S. (2006). From the ground up: Building a psychology of women internship track. *Professional Psychology: Research and Practice*, 37(4), 423-429.
- Tobin, D. J., & McCurdy, K. G. (2006). Adlerian-focused supervision for countertransference work with counselor-in-training. *The Journal of Individual Psychology*, 62(2), 154-167.
- Wickman, S. A., & Campbell, C. (2003a). An analysis of how Carl Rogers enacted client-centered conversation with Gloria. *Journal of Counseling & Development*, 81, 178-184.
- Wickman, S. A., & Campbell, C. (2003b). The coconstruction of congruency: Investigating the conceptual metaphors of Carl Rogers and Gloria. *Counselor Education & Supervision*, 43, 15-24.

收件日期：101年11月5日

複審一日期：102年2月5日

複審二日期：102年4月22日

通過日期：102年9月12日

A Study on the Awareness of Counseling Relationship and the Process of Reaction for Counseling Psychology Interns

Ming-Feng Li

Tainan Student Counseling Center

Li-Fen Jeng

National University of Tainan

The purpose of this study was to explore the awareness and reaction process of counseling relationships for counseling psychology interns. According to the phenomenology research approach, the data was collected by semi-structured interviews from five interviewees. In the initial stage of counseling, five themes were identified, (a) interns feel emotionally disturbed due to no clear counseling goals and directions, (b) unstable therapeutic relationships cause unclear boundaries between interns and their clients, (c) establishing therapeutic relationships require efforts and energies, (d) relationship closeness depends on genuineness, and (e) interns feel comfortable to interact with their clients when it's easy to establish the therapeutic relationship. In the middle stage of counseling, six themes were identified, (a) interns remain calm and consistent while holding negative emotional arousal during counseling sessions, (b) interns flexibly deal with therapeutic relationship and make clear their professional boundary with clients, (c) therapeutic relationships reflect clients enacting their interpersonal patterns toward interns, (d) interns increase their awareness of their client's interpersonal patterns through understanding more about their clients' issues during and between sessions, (e) interns who feel stuck in therapeutic relationships experience an increase in their negative emotions, and (f) examining their therapeutic relationship and putting emphasis on the positive character of client make their therapeutic relationship free and easy. In the final stage of counseling, interns had different aspects regarding the meaning and influences of termination. That is, (a) interns feel a sense of personal growth and broaden their perspectives toward people and things and (b) interns explore and learn from this process and become inspired to become a professional helper in the future.

Keywords: awareness, counseling psychology interns, the process of reaction, therapeutic relationship