

# 當靈性與心理諮商相遇—諮商師的觀點\*

陳秉華\*\*

范嵐欣

詹杏如

范馨云

國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系

過去二十年來，西方心理學界越來越肯定宗教／靈性帶給人超越的力量及生命意義感，諮商心理學研究也顯示諮商師認為在諮商中與案主探討靈性議題是合宜的、採用靈性介入的方法能夠為個案帶來好的諮商效果。這樣對宗教與靈性持正面與開放的態度，為諮商師在諮商工作中開啟了一個新的視野。近年來在台灣的諮商界，一些有宗教／靈性背景的諮商師，也逐漸會把宗教／靈性放在諮商中與案主工作，因此本研究的目的即在探討有宗教／靈性背景的台灣諮商師在諮商中的靈性工作經驗。本研究以16位有宗教／靈性背景的諮商師為研究參與者，其中四位為基督徒，四位為天主教徒，四位為佛教徒，四位為具有新時代靈性觀或是兼具認同新時代與佛教的諮商師。研究者透過半結構的個別訪談收集資料，以主題分析的方法分析資料。研究結果發現七個主題：諮商師的靈性取向、結合靈性與諮商發展的心路歷程、融入靈性於諮商之使用時機、靈性介入的方法、肯定靈性介入的正向結果、成為融入靈性的諮商師之意義、融入靈性的諮商倫理。研究的討論與建議於文末提出。

**關鍵詞：**融入靈性的諮商、靈性。

## 壹、緒論

人在遭遇健康問題、身心痛苦或重大壓力事件時，會比平時更渴求宗教及靈性力量 (Koenig, 1998, 2004; Larson & Larson, 2003; Pargament, 1997; Pargament, Koenig, & Perez, 2000; Tepper, Rogers, Coleman, & Malony, 2001)；和神聖 (sacred) 有關的信念、行為、儀式似乎有種超越性的力量，能夠有效回應人對存在處境的困惑、混亂與恐懼，並提供終極意義、秩序與平安感 (Pargament, Magyar, & Murray-Swank, 2005)。

在諮商中，雖然宗教與靈性議題不常是當事人求助的主要原因，但卻可能潛藏在主訴

\* 本研究獲國科會經費補助 (計劃編號：NSC102-2410-H-003-012-MY2)。初稿曾口頭發表於輔仁大學天主教學術研究中心主辦之第五屆基督宗教諮商輔導研討會—憂傷與盼望的諮商輔導。

\*\* 通訊作者：陳秉華，e-mail: phchen@ntnu.edu.tw

問題背後，在諮商歷程中伴隨心理問題的討論逐漸浮現（Knox, Catlin, Casper, & Schlosser, 2005; Walker, Worthington, Gartner, Gorsuch, & Hanshew, 2011）。西方的諮商研究顯示，多數當事人同意宗教與靈性主題適合於諮商脈絡中討論（Rose, Westefeld, & Ansley, 2001），也有意願在諮商中探討靈性議題（Knox et al., 2005; G. Miller, 1999; Rose et al., 2001），對於有高宗教背景或靈性認同的當事人，會傾向將心理諮商視為深化靈性的方式，並期待諮商師能協助增加靈性覺察（Gockel, 2011; Mayers, Leavey, Vallianatou, & Barker, 2007; Walker et al., 2011; Worthington & Sandage, 2001）。而實徵研究亦顯示諮商師對於有宗教背景的當事人使用靈性介入，能產生正向治療效果（Hook et al., 2010; Smith, Bartz, & Richards, 2007）。

反觀國內，長期以來諮商師受到諮商倫理中需要維持價值中立信念的影響，避免在諮商中與案主討論宗教／靈性議題，也會擔心遭到主流諮商師的不贊同，而不會公開的與其他諮商師討論將信仰、靈性融入於諮商這個話題（陳秉華、詹杏如、范嵐欣、Mullahy, 2013），使得有信仰的諮商師在諮商實務工作中是如何與案主在靈性層面工作，成為長期以來被忽略的議題。在當前宗教／靈性的主題開始被心理學與諮商界重視的時刻，國內諮商界實有必要探討有宗教／靈性的諮商師將宗教／靈性融入於諮商的實務經驗。本研究以有不同宗教／靈性背景的諮商師為研究對象，探究他們在諮商中融入宗教／靈性的經驗，具體的研究問題包括諮商師的宗教／靈性取向及對諮商工作的影響為何？諮商師在哪些情況下會使用宗教／靈性的介入？諮商師會使用哪些靈性介入方式？靈性介入的結果如何？靈性介入的倫理考量為何？不同宗教／靈性背景的諮商師在以上的研究問題上是否會顯現出不同的樣貌？

### 一、宗教與靈性的定義

Spirituality（靈性）的起源是拉丁文“spiritus”，意思是呼吸或生命力；宗教的拉丁字起源為“Religio”，是人對神聖的信仰與崇拜之意。The American Heritage Dictionary of the English Language（Soukhanov, 1992）界定靈性為一種在世存在的方式，承認存在的生命是想要與一個超越的或更高的力量有連結，靈性使人能夠朝向希望、愛、超越、連結、與慈悲的方向，而宗教是指人透過社會或是機構、組織表達出他的靈性。Richards 與 Bergin（1997）指出宗教的表達涉及宗派的、外顯的、公開的，而靈性是個人內在的、自發的、也是私有的，兩者有些區別。有些人透過宗教追尋靈性，也有些人追尋靈性但是不涉入宗教，宗教與靈性雖然意義不全然相同，但兩者之間是有重疊的（Golberg, 1998; Miller, 2003; Sperry & Shafranske, 2005）。

根據 2012 年國際自由宗教報告，提到 2005 年內政部宗教輔導科所進行之調查，台灣人口中有 35% 自視為佛教徒，33% 自視為道教徒；研究人員與學者估計，有 80% 的人口信奉某種形式的傳統民俗宗教，有小部分人口（5%）自認是新教徒、羅馬天主教徒或回教徒（美國國務院，2012）。一項大規模的台灣社會宗教變遷調查中，顯示台灣地區有 56.3% 的人口自認其信仰為道教或民間信仰、19.7% 的人口自認為佛教徒、5.5% 的人口自認為基督教徒或天主教徒（傅仰止、杜素豪，2010）。由以上的數據顯示，台灣民眾大多數都有宗教信仰或宗教行為，當他們一旦進入到諮商關係，呈現在諮商師面前的不僅是困擾問題，他們所持有的宗教／靈性信念也很可能會交織著影響他們看待所遇到的心理與人際問題、遇到困難採取因應的方法，甚至他們帶入的困擾問題就與宗教／靈性有關（Barnett & Johnson, 2011）。

## 二、宗教／靈性與心理諮商

從心理學發展的歷史脈絡可看到：在中古世紀前宗教與靈性曾被視為核心，到十八世紀的啟蒙運動後，理性取代信心，宗教被排斥忽略，到二十世紀初，是心理學專業成長的時期，但宗教與靈性被科學的心理學繼續排斥甚至歧視，直至當今宗教與靈性又被重新認可，靈性在心理健康專業中被視為一種力量，也肯定靈性對心理健康有正面影響（Faiver, Ingersoll, O'Brien, & McNally, 2001; Frame, 2003; Gold, 2010; Hayes & Cowie, 2005; Hicks, Houseley, & Wages, 2000; Miller & Delaney, 2005）。心理學與助人專業領域在過去十數年開始持續增加與宗教／靈性相關主題的專業期刊書籍及研究的出版（Cashwell & Young, 2005; Richards & Bergin, 2005）。透過探討生命目的、社會支持、及心理狀態與感恩、饒恕及憐憫等靈性議題，肯定了宗教與靈性對個人福祉及心理健康的價值和助益（Hodges, 2002; Joseph, Linley, & Maltby, 2006）。

受到心理學與諮商發展的影響，基督教會也在 1930 年代在教牧工作中融合了神學、心理學與心理諮商，發展出教牧諮商的專業服務方式，幫助來談者朝向整全健康的方向成長；教牧諮商工作者需要具備神學與心理學、心理諮商兩種專業背景，使用靈性的資源與心理學對人的了解，從事對案主的醫治與成長工作（Eliason, Hanley, & Leventis, 2001; Foskett, 1992; Richards & Bergin, 2005; Woodruff, 2002）。教牧諮商工作者帶著有神的信仰，並且與教會及靈性的資源連結，他們的工作立基於聖經的基礎（張宰金，2005；Tan, 2001, 2009），並會運用聖經經文、禱告、邀請神在會談中引導、接受聖靈的醫治、對案主分享信仰（Garzon, 2005; Pan, Peng, Tsai, & Yuan, 2013; Tan, 2001, 2009），也同時會運用心理學的方法來幫助個案（Woodruff, 2002）。自 20 世紀之後，越來越多的學者認為宗教

與心理學不應再站在對立的立場，而主張彼此開始展開對話，對宗教與心理學的關係也有了多元的論述（張宰金，2005；Johnson & Jones, 2000; Richards & Bergin, 2005）。雖然基督教信仰與心理學之間可以如何整合，不同學者彼此仍有歧見，但是如 Tan (2001, 2012) 指出神學與心理學的整合，可以從三個方向進行：原則的整合（整合理論—概念與研究）、臨床實務工作的整合、以及個人的整合，在這些不同方向整合的努力之下，相信會為未來心理諮商工作中如何融入宗教／靈性有更多的啟發。

### 三、諮商師對融入宗教／靈性的諮商工作之經驗

研究者透過文獻回顧，發現近年來國內外陸續有一些研究探討有宗教信仰的諮商師的實務工作經驗（Bray, Egan, & Beagan, 2012; Crossley & Salter, 2005; Frazier & Hansen, 2009; Hathaway, Scott, & Garver, 2004; Johnson, Hayes, & Wade, 2007; Mcvittie & Tiliopoulos, 2007; Vandenberghe, Praco, & Camargo, 2012）。例如 Crossley 與 Salter (2005) 發現心理師受訪者在治療情境中表示會瞭解信仰對案主的重要性，並尊重案主的信仰信念，雖然會有不同的做法，但都會與案主的信仰保持和諧。Hathaway 等人 (2004) 調查 25 名心理專業工作者對於把宗教／靈性融入在實務工作中的情況，結果顯示研究參與者對於案主的靈性知覺是高的，約半數的研究參與者會問案主的宗教。Mcvittie 與 Tiliopoulos (2007) 訪談六位心理治療師，也發現受訪者同意靈性信念是重要的，並對於案主的宗教／靈性信念有覺察，惟受訪者普遍認為心理諮商專業訓練缺乏宗教／靈性的教育。Johnson 等人 (2007) 使用訪談法探討 12 位心理治療者與有靈性議題困擾案主工作的經驗，受訪者們不僅認為在治療中探討靈性議題對案主有幫助，研究也發現心理治療中處理靈性議題，包括治療師的取向／哲學、靈性問題的評估、治療歷程、與治療結果等四個重要範疇。在治療師的取向／哲學的部份，治療師雖有自己的信仰，但多採取多元取向的靈性觀，也都尊重案主有不同的信仰背景。

國內相關碩博士學位論文研究（王泰傑，2012；李佩璇，2012；林怡君，2009；胡丹毓，2011；姜雨杉，2009；郭思慧，2011；謝筱梅，2009；簡睿瑛，2011）透過小樣本深度訪談有宗教／靈性背景的諮商工作者，瞭解宗教／靈性對其專業工作的影響。綜合其結果發現諮商師的宗教／靈性對個人及諮商工作的影響，從諮商員的專業角色定位、人性觀與價值觀、到諮商員如何面對諮商困境，都可能與諮商師個人宗教／靈性相關，涵蓋整個諮商工作的現象場。

回顧治療師在治療歷程使用靈性介入的相關文獻，研究發現治療師認為最重要的宗教／靈性介入態度與行為包括：對案主的宗教／靈性信念表達積極的尊重態度、重視對有高

度宗教／靈性投入案主的信念系統、當個人的宗教／靈性價值觀與偏見對治療造成負面影響時會加以評估、主動尋求案主對於治療的回饋、即使案主的宗教／靈性觀與治療師不同，也與案主探討宗教／靈性議題，以促成案主的自主與自我決定、自我評估的能力等。常見治療師會運用的靈性介入方法，包括冥想、禱告、閱讀經文、或引述與個案議題相關的特定經文等（Frazier & Hansen, 2009; Hunter & Yarhouse, 2009; Mcvittie & Tiliopoulos, 2007）。

#### 四、使用融入宗教／靈性的諮商工作的倫理

隨著近十多年來對宗教與靈性的議題越來越重視，美國諮商學會（American Counseling Association [ACA], 2005）修定的倫理守則以及美國心理學會（American Psychological Association [APA], 2010）的倫理守則中，都提到案主的宗教信仰與靈性是人的多樣性的一個元素，與人的發展與成長不可分割；但是諮商師在諮商過程中使用宗教／靈性的介入處理時也需要合乎倫理的使用，以免出現誤用、濫用、或不當使用。Frame（2003）提到靈性處遇時，諮商員需要注意以下的原則：（1）清楚自己的宗教觀與世界觀，以避免不自覺的傷害案主；（2）使用前要評估案主的宗教靈性背景，需要在案主預備好對宗教層面開放時才使用；（3）要與案主建立好信任真誠的關係，且選擇使用的靈性處遇需要尊重案主的信念系統；（4）在使用靈性處遇前要取得案主的知後同意；（5）要注意工作場域是否容許使用靈性處遇；（6）注意不將自己的信念強加在案主身上；（7）諮商員在使用自己不熟悉的靈性處遇時需要接受督導；（8）諮商員要探討案主的家庭、社區、宗教／靈性資源；（9）注意使用靈性處遇時的禁忌。

Hodge（2011）提出在使用宗教／靈性處遇時需要考慮的四個倫理原則：首先，他認為需要尊重案主對宗教／靈性的興趣、偏好、開放程度，尊重案主有拒絕諮商師對他們使用靈性處遇的權力，諮商師在使用靈性處遇前需要充分告知並與案主討論，獲得案主的同意，也讓案主明白諮商師使用的每個處遇背後諮商師的靈性價值與信念。其次，諮商師需要瞭解有好的研究基礎的靈性處遇，使用有嚴謹研究成果的靈性介入，是對案主負責的態度；再者，治療師在對案主提供靈性處遇前需要接受過足夠的訓練；最後，諮商師要對有宗教／靈性傳統的案主展現出文化的能力，除了對自身的靈性世界觀與偏誤有覺察、對案主的靈性世界觀有認識、也要有能力提供符合案主靈性世界觀的靈性處遇。Garzon（2005）、Tan（2007）特別提出諮商師使用經文與禱告時需要有的倫理考量，Richards 與 Bergin（2005）也針對雙重關係、取代宗教領袖、強加宗教價值於案主、違反工作場所的界線、超越專業能力執業等產生違反倫理的情況詳加討論。

綜合以上文獻，可見諮商師在使用靈性處遇需要注意的倫理包括：清楚自己的宗教／靈性觀、評估案主對於宗教／靈性的重視程度與在諮商中探討靈性議題的意願、尊重案主的靈性信念與價值觀、即使與案主的宗教／靈性態度不同，也持接納開放的態度與案主探討宗教／靈性議題，不強加自己的宗教／靈性價值觀於案主、諮商師需要使用自己熟悉的靈性處遇、在使用靈性處遇之前需要與案主充分討論等。

## 貳、研究方法

本研究採用質性研究的主題分析法 (thematic analysis)，其知識論的基礎為實在論 (realism) 的典範，重視提供事實的資料，目的在於發現研究參與者的經驗、意義、與知覺到的現實 (Braun & Clarke, 2006; Vaismoradi, Turunen, & Bondas, 2013)。本研究旨在探討諮商師將宗教／靈性融入於諮商中的知覺與經驗，探究其動機、態度、內在經驗到的事實，因此主題分析法適合用於本研究。

### 一、研究參與者

本研究透過公開招募與心理師同儕提名推薦，邀請自認會將宗教／靈性納入在諮商中工作、有意願參與本研究、且至少有五年諮商工作經驗的心理師參與本研究，心理師之年齡、性別、宗教背景、工作機構的性質不拘。經上述方式，本研究共有 16 位研究參與者，男性 2 人，女性 14 人；年齡介於 37-63 歲之間，平均年齡 48 歲；學歷背景有 8 位博士，8 位碩士；在專業背景上，14 位具諮商心理專業背景，2 位具臨床心理專業背景；專業工作年資在 13-30 年之間，平均年資為 17 年；在宗教／靈性的背景上，有 4 位基督徒 (研究參與者 B、C、F、I)，4 位天主教徒 (A、E、G、J)，4 位佛教徒 (K、L、N、O)，2 位新時代背景 (M、P)，2 位同時具有佛教與新時代背景 (Q、R)；他們接觸其宗教或靈性的時間介於 4-57 年之間，平均年數為 25 年。16 位研究參與者之主要工作場所，有 8 位在社區諮商機構，6 位在學校擔任諮商師、輔導人員或教師，1 位在醫療單位，1 位同時在社區與學校從事諮商工作。

### 二、研究團隊

本研究團隊共四人，第一作者具有諮商心理學博士學位，在大學任教心理諮商與研究方法課程，具有豐富的質性研究經驗，其餘三位作者為心輔所碩士與心輔所博士班研究生，皆具質性研究經驗。在信仰背景上，除第二作者為佛教背景外，其餘作者皆為基督

徒。四位作者認同將宗教／靈性觀點融入諮商的重要性，相信人的身心靈不可分且相互影響，對重視宗教／靈性的案主而言，在諮商中不能忽視案主的靈性，亦可視其靈性為重要資源，加以運用。

### 三、研究工具

研究者事前備妥研究同意書及訪談大綱。訪談大綱如下：(1) 請簡要說說您的宗教／靈性與諮商背景；(2) 您對於宗教／靈性的定義為何？(3) 您的宗教／靈性如何影響您及您的諮商工作？(4) 您認為何謂「在諮商中融入宗教／靈性」？您會在諮商中融入宗教／靈性嗎？是怎麼開始的？這麼做有多久了？您會在何種情況下對案主提供融入宗教／靈性的諮商？何以您要這麼做？(5) 您認為哪些議題是宗教／靈性議題？您如何發現案主有宗教／靈性議題？您在諮商中處理過哪些案主的宗教／靈性議題？您認為案主何以會有這些宗教／靈性議題？(6) 您在諮商中有多常使用宗教／靈性的介入處遇？您常用的宗教／靈性介入是些什麼？(7) 您認為在諮商中使用宗教／靈性的介入處遇是重要的嗎？原因為何？(8) 您在使用融入宗教／靈性的諮商時會遇到的困難？(9) 您認為要對案主提供融入宗教／靈性的諮商需要具備哪些知能？需要有哪些倫理考量？(10) 您認為宗教／靈性處遇的效果如何？哪些因素會促成有效的宗教／靈性處遇？(11) 您會繼續使用融入宗教／靈性的諮商嗎？為什麼？(12) 您認為自己在進行宗教／靈性處遇的角色定位為何？(13) 使用融入宗教／靈性的諮商對您是一種怎樣的經驗？(14) 使用融入宗教／靈性的諮商對您及您的工作有何影響？(15) 成為一位融入宗教／靈性的諮商師對您的意義是什麼？

### 四、研究程序

本研究之研究程序如下：(1) 組成研究團隊，收集研究相關資料。(2) 準備研究工具，包括研究參與同意書、訪談大綱、招募研究參與者 DM。(3) 透過網站公告、電子郵件、及心理師同儕提名推薦，招募研究參與者，或向合乎本研究條件之心理師提出邀請。(4) 接獲心理師之回函同意後，進一步與其約定訪談時間與地點。16 位研究參與者之訪談地點，有 6 位在其工作場所之晤談室，8 位在第一作者任教大學之晤談室或小型會議室，2 位在其住所之會客室。(5) 在訪談開始前，研究者請研究參與者閱讀並簽署研究同意書，獲得其同意後開始訪談並錄音。訪談時間在 1 小時至 2 小時 45 分鐘之間不等，平均每次訪談時間約 1.5 小時；16 位研究參與者中有 14 人接受一次訪談，2 人接受兩次訪談。(6) 將訪談錄音檔轉謄為逐字稿。(7) 研究團隊進行資料分析。(8) 研究參與者提供資料分析結果之回饋意見。(9) 撰寫研究結果報告。

## 五、資料分析步驟

本研究資料分析之步驟如下：(1) 將訪談錄音轉謄為逐字稿。(2) 將原始逐字稿予以編號，以英文字母代表每位研究參與者，再以三位數字代表其在個別訪談中的發言次序，例如編號 C001，代表研究參與者 C 在訪談中的第一次發言；接受過兩次訪談者，則在其代碼後加上 1 或 2，代表第一次或第二次訪談，例如編號 L2-005，代表研究參與者 L 在第二次個別訪談中的第五次發言。(3) 研究團隊針對每份訪談逐字稿，先各自閱讀、進行段落之意義摘述，再定期聚會討論各自之意義摘述與概念提取，並將相似概念聚集為主題。對各別分析結果意見不一致之處，充分討論至達成共識。資料分析持續六個月，每週 1-2 次，每次 3-4 小時。(4) 每份逐字稿依以上步驟形成主題後，將跨逐字稿的主題匯聚為七個共同主題。(5) 研究者根據萃取出的共同主題，適當引述研究參與者的文本，撰寫研究結果。

## 六、研究的信實性

為確保本研究之品質與嚴謹度，提升研究之可信實性 (trustworthiness)，本研究採用以下方式，在可信賴性 (credibility)、可轉換性 (transferability)、可靠性 (dependability) 與可確定性 (confirmability) 四個指標 (Lincoln, 1995) 上予以把關：

### (一) 可信賴性

研究團隊長期投入在心理諮商與靈性之研究，對於此主題有一定程度之熟悉；研究團隊與研究參與者對融入靈性之諮商皆有高的認同，使得研究參與者在訪談中能真實、開放、自在的表達其觀點及經驗；研究團隊在資料分析過程充分討論，並將研究結果提供給每位研究參與者檢核。

### (二) 可轉換性

在研究結果的呈現上透過厚實描述、適量佐以研究參與者文本資料，以利讀者能更充分了解。

### (三) 可靠性

為取得可靠的資料，研究者在進行訪談時全程錄音，轉謄為逐字稿後，再次進行逐字稿與錄音檔之核對，經確認無誤後始作為資料分析之文本；研究者亦具體交代研究參與者之背景、研究程序、資料分析過程等，使讀者清楚了解研究者如何得到研究結果。

### (四) 可確定性

研究團隊透過省思，對自身的價值觀、宗教／靈性背景、可能有的盲點與偏誤有覺察

與了解；在資料分析階段，以團隊方式進行，增加資料分析的多元視角，達到同儕檢視之作用；研究結果初稿撰寫完成後，以電子郵件的方式交由研究參與者進行檢核，對結果呈現之正確性提供回饋意見。有 10 位研究參與者認為研究者的分析與結果撰寫符合其經驗，有 6 位針對部分文字及語意作出修改，研究者已根據其意見做調整。

## 七、研究倫理

本研究經國立臺灣大學行為與社會科學研究倫理委員會之倫理審查通過後執行。研究參與者在接受個別訪談前，先閱讀研究同意書，對研究參與者之權益、參與益處與風險、將經歷之流程、研究之保密性等充分了解後，簽署研究同意書，進行正式訪談。研究參與者之個人資料，在本研究中以匿名處理，訪談過程中若提及真實案例，在資料分析與結果呈現時會隱藏可供辨識之個人資料，以保障其隱私。

## 參、研究結果

本研究發現七個主題，分別為諮商師的靈性取向、結合靈性與諮商發展的心路歷程、融入靈性於諮商之使用時機、靈性介入的方法、肯定靈性介入的正向結果、成為融入靈性的諮商師之意義、及融入靈性的諮商倫理，在每個主題之下分別有次主題，依序呈現如下：

### 一、諮商師的靈性取向

諮商師的靈性取向對於諮商師有全面性的影響，包含諮商師的靈性觀、對身心靈關係的看法、諮商師的靈性生活、以及對諮商的影響。

#### (一) 諮商師的靈性觀

研究參與者都認同人具有非物質的靈性層面，但是對於靈性的看法會依其不同的宗教／靈性背景而有不同。基督徒諮商師相信靈界與聖靈存在，聖靈從神而來、是超自然的力量、超越人的能力與知識，可帶給人啟示（A、C、I），例如 I 說：「靈的部分祂有一個 holy ghost，那是需要被區別的，因為那是另外的個體，就是神自己。」（I023）佛教諮商師 L 認為靈性是人共通的，但人不一定會意識到，而宗教或靈修的方法可幫助開發靈性。新時代諮商師則相信宇宙有高靈，是一種能量人格體，而每個人亦具有內在神性（M、P、Q）。

不同宗教／靈性背景的諮商師對靈性亦有相近的看法，基督宗教與佛教的諮商師皆指出，靈性使人與至高者、自然、人、自己有關連，是人與這些關係的和諧精神狀態（A、F、

L、K)，例如 K 說：「我比較採納的是從連結的觀點來看，我們跟超越者的關聯、我們跟其他人的關聯、我們跟我們自己、我們跟萬事萬物的關聯。」(K049) 佛教與新時代諮商師都相信人的生命因著有輪迴而是無限的，不同的是佛教以因緣果報解釋今生際遇 (L、N、O)，新時代靈性觀則相信每一世的際遇，都是靈魂在投胎轉世時的靈魂會議同意並承諾要去體驗的生活，是其靈魂功課，也是人活在今生的目的 (M、P)。

### (二) 對身心靈關係的看法

無論諮商師的宗教／靈性背景為何，他們多持身心靈彼此互有關連、為一整體相互影響的看法，靈性會透過人的心理、情感、情緒、意志表現出來，靈性也可以提升心理的狀態 (B、C、G、I、K、L、M、P、Q)。例如基督徒諮商師 C 提到靈性幫助肯定人的價值，她說：「你可以有一個很平靜寧靜的地方，那個地方你知道是屬於你的，你是被愛被接納、很有價值的。」(C020) 同具佛教與新時代背景的諮商師 Q 說：「身心靈的靈性觀就是講到身心靈，生理的一些 sign，比如胃腸不好可能代表你現在的焦慮跟壓力。」(Q072)

### (三) 諮商師的靈性生活

不同宗教／靈性背景的諮商師都重視靈性，對靈性有體驗，實踐靈性的生活，並影響其生活態度、與人、與自己的關係。他們在靈性的操練上有其相似性，會藉著靈修或修行、閱讀靈性書籍，提升自己的靈性。基督徒諮商師重視與神的關係，透過祈禱、靈修與神接觸，建立與神親密的關係，經驗神的愛與平安；對聖經有認識，重視靈性生活的實踐，活出信靠順服神、聖潔的生活 (A、E、I)，例如 A 說：「拜聖體跟讀經合起來差不多兩小時，然後就完全找到安靜，我整天都會活在一個神聖的氛圍裡的感覺。」(A257) 佛教諮商師透過禪修、練心、打坐，體會生命中自己的變化、幫助心的穩定；研讀佛書，佛法成為生活中重要的部分；想到生命無限的輪迴與因果，與人的交往會有更多的善意和善行 (L、N、O)，例如 O 說：「它對我的意義就是在學習一個心不被境轉、跟心轉境的能力。」(O136) 新時代諮商師以靜心冥想操練靈性、與指導靈接觸、閱讀新時代如賽斯奧修書籍、運用心靈法則改變未來；受新時代靈性觀影響變得樂觀，相信人有內在靈性，可以感受善，與善連結，往善的方向行 (M、P、Q)。

### (四) 諮商師的靈性觀對諮商的影響

諮商師的宗教／靈性觀與靈性經驗，與諮商工作會有密切的關係，可以從以下四方面看到對諮商的影響：

### 1. 提供靈性的視野理解案主的問題

不同宗教／靈性背景的諮商師，幾乎都提到他們的靈性觀與靈性體驗提供了一個靈性的視野來理解個案的問題（B、F、J、K、L、N、O、P、M），有諮商師形容這樣的視野是更深刻、更完整的（B、L）。例如佛教背景的 N 用諸行無常的概念來理解個案的執著所形成的困境，她會把無常的觀念透過生活化的語言介紹給案主，讓他知道所有的事都會有改變，突破案主固著的想法；新時代背景的 M 會透過排列工作帶領個案一同理解問題發生的原因，及在這個事件上靈魂想學習與經歷的事。

### 2. 相信自己與案主都有靈性資源

不同宗教／靈性背景的諮商師，皆因相信有更大的靈性力量或更高智慧的存在、且人與這更高力量有連結，而肯定自己和案主都是有資源的，對諮商工作更有信心（B、C、K、M、Q、R），例如佛教背景的 K 提到，有時她會靈光一閃而說出案主收得下的話，這來自於她的自性、內在智慧，也是更高力量給的智慧。諮商師也能從正向的眼光看案主，即使在苦難中仍能看到案主正面之處，相信案主有能力透過與內在神性或更大力量的連結而幫助自己（C、Q），例如基督教的 C 說：「他們很感動，他們跟你在一起的時候會覺得經驗到好像別人看不到的部分的他們。」(C024)

### 3. 從靈性觀點看到案主問題的出路

因著諮商師在看待案主問題時，有來自靈性的解釋系統，因此能從靈性角度看到案主問題的出路（G、L、M、N、Q）。例如天主教的 G 相信案主的痛苦與其呼召有關，因此會與案主探討痛苦的意義及生命前進的方向，她說：「怎麼從痛苦裡找到他的召叫，怎麼去詮釋這個意義，…那個詮釋可以是指向人更好的發展。」(G038) 又例如佛教的 L 看到不執著、轉心念，能帶來不同的視野，讓案主從問題中位移，帶來改變，她說：「如果我能看到的東西是一個更完整的視野時，其實他那個動彈不得裡頭怎麼樣可以位移，機率大太多了。」(L1-184)

### 4. 與案主之間有靈性層面的連結

有宗教或靈性信念的諮商師會相信他們與案主不僅是一段諮商關係，且在靈性層面也是相連的（K、M、N、Q），例如佛教的 N 說：「我會解讀彼此的關係是個因緣、緣分很深，我會很珍惜，很多時候我會很盡力的想要留住每一個個案。」(N048-049) 有佛教與新時代背景的 Q 亦說：「每一個案主來到我生命裡一定有某種機緣，某種能量的相碰觸，…有一種生命的連結。」(Q375-376)

## 二、結合靈性與諮商發展的心路歷程

多數諮商師肯定靈性與諮商各有功能，他們也走過一段隨著諮商環境的改變，把靈性從諮商隔離或被質疑，走向結合靈性與諮商的心路歷程。

### (一) 靈性與諮商的關係

有宗教／靈性背景的諮商師雖然肯定諮商的功能，但也認為加入靈性觀點可以提供案主更大更久的改變。基督徒諮商師肯定諮商的功用，也肯定靈性的存在與功用（B、C、F、I），例如 B 認為靈性與諮商可以相互補足對人的理解與改變，她說：「我覺得心理學跟神學是很好的互相補充。」（B076）佛教諮商師認為諮商與佛法不同，但殊途同歸，都是要解決人的煩惱；但是佛法涵蓋從生到死後，諮商則是處理短暫、現世的問題（L、O），例如 O 說：「諮商跟佛法有一個共通點，它們都在解決人的煩惱，…只是它的差異是諮商只能解決這一輩子的煩惱。」（O012-013）新時代諮商師認為心理觀點的諮商加上新時代具靈性觀點的理論與方法，有助於為人們帶來真正的改變（P、M）。

### (二) 走向融入靈性於諮商之心路歷程

一些基督徒諮商師過去受到諮商界保持價值中立的影響，即使認為靈性重要，但不將靈性帶入諮商；直到近年來大環境對靈性變得開放，人們對靈性的需求變高，諮商界逐漸重視靈性對人的重要，他們才開始學習將靈性的討論與工作方法更多放入諮商中（C、E、G、I、J），甚至因工作經驗的累積而對使用靈性介入有更多信心與熟練感，例如 J 說：「這個是心路歷程，從不行到大概可以，到應該要這樣，到很享受在其中。」（J149）佛教諮商師提到在諮商中會加入佛教的語言或觀念（L、N、O），有人從開始接觸佛教後就會放在諮商中（L、N），有人會從肯定靈性的心理學派中學習（K），K 說：「我慢慢開始去看課堂上比較沒有去談的這些學派，其實裡面有很多心理學家一直都在談靈性。」（K449-450）新時代的諮商師使用非傳統諮商的思維與方法，例如家族排列、賽斯動力排列、牌卡等（M、P、Q、R），其中也有諮商師提到曾經歷過諮商環境對他們把靈性放入的質疑，認為他們的工作方式是「不正統」的（P、Q），但同樣因著大環境對靈性的態度轉變、從案主的回饋看到效果，使其得以繼續前進，甚至起而倡導，影響更多人接受靈性的眼光。例如 P 說：「從擔心、不確定，好像小孩剛學走路，到慢慢站穩了，然後現在好像可以有一些能力去帶領別人一起來進入這個世界。」（P021）

## 三、融入靈性於諮商之使用時機

諮商師對於使用融入靈性的諮商，會依案主對靈性的開放與需求、對案主的靈性評

估、案主的議題、案主是否有相同信仰、及諮商場所談靈性的正當性來決定。

### (一) 案主對靈性的開放與需求

不同宗教／靈性背景的諮商師，都指出案主對於靈性的開放度是重要的，案主表達出有興趣、有意願、有需求、覺得宗教／靈性的討論會有幫助時，諮商師就會從宗教／靈性的角度來與個案討論。基督徒諮商師都指出在案主覺得有需要、主動、對靈性開放時，他們會在諮商中帶入靈性（A、B、C、E、I），例如I說：「我會按照他的期待去做程度上的拿捏。」(I141)類似的，佛教諮商師也指出要視個案的興趣、需要、意願、準備度而定（L、N、K），N說：「個案需要，且我覺得我所理解的宗教跟靈性處遇對他有幫助，這個時候我才會帶進來。」(N219)新時代諮商師也認為案主的意願、準備度、主動、開放是重要的（P、M、R、Q），例如P說：「在使用任何介入的時候，其實我都會詢問對方的同意。」(P040)

### (二) 對案主的靈性評估

基督徒諮商師會帶著靈性的眼光評估案主的靈性狀況，包括靈性成熟度、靈性發展階段、分辨是靈性議題還是心理議題（B、E、I、J），例如E說：「先評估他的靈性上跟這個信仰已經發展到什麼樣的階段。」(E019)相較之下，佛教與新時代背景諮商師較少提到對案主靈性評估，只有少數指出會視案主特質（L）、改變的動機（P），來決定如何使用靈性介入，例如佛教的L說：「那個判斷就是這個人在這樣的處境中，他的心如果要轉，他的靈活跟彈性夠不夠。」(L234)

### (三) 案主的議題

不同宗教／靈性背景的諮商師對何謂與宗教／靈性有關的議題有相近的看法，包括：死亡（如喪親、自殺）、疾病、意外、創傷、苦難、生命意義、宗教議題（如修行）、或與靈的接觸有關（如被靈界干擾、有靈異經驗、求籤算命）。基督徒諮商師指出靈性議題包括苦難與生死議題（B、C、F、G、J），J說：「只要提到生命，從生到死，都有這種靈性的議題。」(J353)佛教諮商師也認為苦難、生死議題、創傷、失落哀傷（K、N、O）都屬靈性議題；新時代諮商師將死亡、疾病、失落、愧疚、生命意義、愛、修行、有靈異經驗或能力等視為靈性議題（P、M、R、Q），更有甚者，P與M相信所有議題都與靈性有關，有來自靈性的訊息與意義，例如M說：「我會說無一不是，小到他把腳踝扭傷，大到現在真的有一個過世的親人讓他很掛懷，全部都是靈性議題。」(M145)

#### (四) 與案主信仰背景相同

有基督徒諮商師提到，當案主與自己有相同信仰背景時，因著對案主的信仰有了解，會比較主動做靈性的探討，探討的內容也會更為豐富（B、E、I）。例如E說：「基督徒的靈性經驗大概是我所熟悉的…也可能是我比較理解的，所以我就會比較主動的去做這個事情」。(E036)

#### (五) 諮商場所談靈性的正當性

有基督教或佛教背景的諮商師會提到諮商場所對靈性的接納，可以在機構提供融入靈性的諮商的正當性需要的（B、G、I、N）。例如基督徒的B說：「諮商所從事的地方，他們對靈性諮商是抱持一個很正向很歡迎的態度的時候，我就會很自由的使用。」(B015) G亦說：「我們這裡是一個有基督信仰的機構，所以他們當講這個議題的時候，他們自然而然會談起來，那我就會談起來。」(G023)

### 四、靈性介入的方法

諮商師靈性介入的方法有其多樣性，不同宗教／靈性背景的諮商師使用的方法也有歧異之處。分述如下：

#### (一) 依不同宗教／靈性理念幫助案主理解問題與找出路

基督徒諮商師會引導案主從靈性角度看生命的意義、痛苦的意義，並擴充案主的靈性眼光（C、G、J）。佛教諮商師會用三世因果、輪迴、福報、死後世界等觀念來幫助案主擴大對問題的視野，及從宗教中找問題的出路，幫助案主離苦得樂（L、N、O），O說：「佛法裡是一個無限生命的概念，它是一個輪迴，這輩子的遺憾你還有機會可以去彌補，這對喪親的人非常重要。」(O032) 新時代諮商師會引導案主從遇到的問題中尋找靈魂想要經驗與學習什麼，視問題為靈魂為自己安排的挑戰；也因相信創造法則覺得人可以被困境所擾，視困境為一種祝福，更多看到危機後的轉機（M、P、Q），Q說：「上帝是會跟著創造法則來造出事情的，困境帶給我們的是一種祝福，一種破壞後的建設。」(Q401)

#### (二) 澄清案主對神、靈性、或宗教的認識

無論何種宗教／靈性背景的諮商師，都會在需要時與案主澄清對神、靈、或宗教的認識是否正確。基督徒諮商師會與案主澄清對上帝的認識、釐清案主信仰中的矛盾之處、討論教義（B、G、I），例如I說：「我會跟個案做…信仰上對神的看法、跟神的關係、神在你身上的工作，你的理解。」(I050) 佛教諮商師會與案主區辨正信佛教與民間信仰的不同、釐清對宗教錯誤的理解（L、N），例如L說：「他自認是佛教徒，可是用的是民間信仰的

方法，我會幫他區辨一下。」(L2-189) 新時代諮商師會與案主釐清對宗教的理解是否有錯誤、透過談話鬆動案主不正統的宗教靈性信念 (R、Q)，例如同具佛教與新時代背景的 R 提到，他會與想遵照某宗教體系價值生活的案主討論其對此宗教價值的理解是否正確。

### (三) 與神、靈、或更高力量的連結

基督徒諮商師肯定有神、靈的存在，因此會在諮商中幫助案主促進與神的關係和連結 (E、G、I)，例如 I 會透過認罪、寬恕、赦免，促進案主與神的關係，他說：「在我跟他陪伴的狀況當中一起去尋找神跟他之間的關係，…透過他跟神之間的接觸、禱告來處理他的問題。」(I159) 佛教諮商師 K 會鼓勵喪子的案主與亡靈說話、連結，表達道別與思念。新時代諮商師相信人有神性，會協助案主恢復與內在靈性的連結或心電感應的能力 (M、Q、R)，Q 說：「你就給他一個冥想，讓他相信上帝其實還愛著他，…去喚起他與生俱來跟神、跟好的能量連結的能力。」(Q296)

### (四) 諮商中經歷神、靈、或能量的同在

基督教諮商師認為案主的改變是神的工作，他們在諮商中會經歷到神的引導與同在 (B、C、E、I)，例如 B 說：「我好像是上帝的同工，上帝在那個談話當中做一些很神奇的工作，我在旁邊只是配合著。」(B086) 佛教的 K 認為融入靈性的諮商效果來自更大力量的滋養，她說：「如果有效的話不是我這個人有效，我覺得是因為那個更大的力量在背後滋養。」(K695) 新時代諮商師則感受到在諮商中有能量的傳遞與流轉 (P、R)，例如 P 指出當她運用能量工作時，因她本身就是管道，自己會先被接引的能量滋養，再透過她傳遞給案主，這使她在工作中常感到能量充滿。

### (五) 與神或靈對話

因著肯定有神、靈、或更高力量的存在，基督徒諮商師會幫助案主聆聽神的聲音、或運用空椅技術與神對話 (C、I)；佛教諮商師在面對不同宗教的案主時，會從案主的信仰觀點出發，問他在其困境中，神會如何告訴他 (K)，K 說：「你相信的是什麼，從你的宗教觀點來看的話你的神會怎麼告訴你？」(K427)；新時代諮商師也會以多樣方式幫助案主與更高力量或內在靈性對話，幫助案主在目前的困境中獲得來自靈魂的啟示 (P、Q、R)，例如 Q 以與神對話的角度看待傳統文化中的抽籤，她說：「去聆聽他的籤怎麼解讀，他怎麼看他這個籤，籤可能就是他跟神的對話，神在告訴你什麼，你在告訴神什麼。」(Q310)

### (六) 讀經禱告

與其他宗教／靈性背景的諮商師相較，引用聖經、幫助案主從經文中得安慰、與案主

一起禱告、或在諮商室外為案主禱告，是基督徒諮商師獨特會用的靈性介入方法（A、B、G、I），例如G說：「如果他是基督徒，…特別是結束時會問他要不要幫他禱告，或是他願不願意禱告。」（G023）B說：「從那時開始，我就比較多跟基督徒的案主去讀一些合適他的經文。」（B115）

#### （七）結合靈性與諮商的問題

無論何種宗教／靈性背景的諮商師都會應用有靈性觀點的諮商問話，引導案主增加靈性的思考、探討靈性對他的幫助、如何使靈性成為其幫助等（B、E、J、K、L、M、N、O、P、Q、R）。例如佛教諮商師O說：「想自殺的個案我大概一定會跟他談死後去哪裡。…我會用他的信仰去跟他討論。」（O032）新時代諮商師P說：「我會帶一些不同的觀點，這件事情何以發生？你的靈魂可能想要體驗、學習什麼？」（P005）

#### （八）宗教語言的轉換

不同宗教／靈性背景的諮商師都使用了宗教語言的轉換，包含了將宗教轉換為一般生活用語來表達、及不同宗教／靈性語言之間的轉換，用意在於使案主容易接受或領會。例如天主教的J會使用白話文、格言、隱喻方式與案主分享聖經；佛教諮商師會使用文化或生活化的語言與案主談論佛法概念（L、N）；新時代諮商師會依案主的宗教／靈性背景，轉換諮商中所使用的語言（P、Q），例如Q提到神、菩薩、天使等對她而言都是同樣的正向能量，她會選擇接近案主背景的語言來使用。

#### （九）分享信仰或靈性觀念

不同宗教／靈性背景的諮商師都會向案主分享信仰或靈性觀，有些諮商師也會告訴個案他的靈性工作理念。基督徒諮商師會與案主分享自己的信仰、靈性信念、工作理念（F、G、J），例如F說：「我就是去愛你，可是當有機會的時候我一定會告訴他們我是基督徒，我有時會透過這樣去跟他們談他們的東西。」（F032）佛教諮商師會向案主分享佛法觀點或自己的靈性信念（L、N、O），例如對於沒有宗教與靈性信念的案主，O會先徵求他是否想了解佛教或其他信仰的看法，若案主同意則分享自己在佛教的經驗及看法，並提供其他宗教的觀點來讓案主思考他的議題，讓他尋找自己想要的宗教。新時代諮商師會介紹新時代的靈性觀，也會幫助案主去理解諮商師所採用看問題的靈性眼光（M、P）。

#### （十）放鬆冥想

不同宗教／靈性背景的諮商師都提到會融合宗教／靈性於冥想技術，但使用的方式、目的及普遍性有異有同。例如天主教諮商師E會運用類似天主教中歸心祈禱的方式帶領冥

想，幫助案主安定情緒、與神相遇，她說：「我們會做一點冥想，帶入聖經的話語，有蠻多次個案就會在這裡感受到他們跟神的相遇。」(E022) 佛教諮商師 N 會對焦慮的案主使用冥想、正念、觀想，協助案主情緒的平復與放鬆。相較之下，新時代諮商師會更多運用呼吸、內觀、冥想等幫助案主情緒穩定、覺察自己的身心狀況，或是碰觸自己的情緒與內在靈性 (M、P、Q、R)。

#### (十一) 討論生命意義與苦難

苦難是個案的常見議題，不論何種宗教／靈性背景的諮商師都在苦難的議題中看到與靈性的關聯，陪伴案主從苦難中看到意義。基督徒諮商師邀請個案從靈性眼光詮釋苦難與生命的意義，看生命如何走下去 (C、F、G)，C 說：「我們靈性裡面，對苦難有那種超越性的價值，回到那意義的治療，那苦難的意義已經是不一樣的。」(C026) 佛教諮商師陪伴遭逢苦難的案主去走意義追尋與意義重構的歷程 (K、N、O)，例如 O 提到案主都在尋找為何悲劇會發生在自己身上的答案，諮商師提供一面鏡子讓案主去整理他的經驗，而找答案的歷程要靠案主自己。新時代諮商師亦從靈性角度與案主探討存在與生命的意義、受苦經驗，領會苦難為生命中有意義的安排 (M、P、Q)。

#### (十二) 靈性媒材或工具、牌卡、家族系統排列、賽斯動力排列的使用

佛教與新時代諮商師會使用靈性媒材工具來幫助案主。佛教徒諮商師 K 會請案主以曼陀羅的方式畫下自己的夢與情緒，幫助案主了解自己，並從畫作的轉變看到案主的成長改變；新時代諮商師則更多使用這些媒材工具，如牌卡、曼陀羅、色彩脈輪、天使靈氣、靈性彩油、花精等 (P、Q)，P 說：「包括有些神諭的指引的牌卡，甚至包括我也做曼陀羅的帶領，我從他的繪畫過程當中會看到一些他目前靈魂功課的主題。」(P013) 諮商師 R 透過家族系統排列將家庭的動力呈現出來；M 則發展出賽斯動力排列的工作方法，會帶領案主排列出生前會議、疾病與案主的關係等。

### 五、肯定靈性介入的正向結果

不同宗教／靈性背景的諮商師都肯定靈性介入帶來的正向結果，包括對案主身心靈的改變、帶來諮商師與案主的共鳴經驗，及諮商師的成長。

#### (一) 案主身心靈的改變

諮商師看到靈性介入可幫助案主情緒穩定、情緒調節，經驗到身心靈合一 (B、C、E、L、N、R)，例如佛教的 L 在提到禪修時說：「這個一致的狀態時間久了，人就定下來了，…是人身心合一的狀態，身心合一的時候人的穩定度出來了。」(L2-180) 透過靈性介入案主

也因增加了靈性觀點或經驗，改變其生命與人生方向，而不僅是困擾或症狀的解除（K、M、O），例如新時代的 M 說：「那個效果有時候會比較全面性的，是這個人的生活或生命觀就此不同，而不只是他那時候來找我的睡不著、自律神經失調。」(M262)

## （二）諮商師與案主的共鳴經驗

基督徒諮商師指出在諮商中會與案主共同經歷神的同在（B、C），甚至 C 提到即使是和不同信仰的案主，他們超越宗教的談話仍能在靈性上有很深的共鳴，因為靈性是人的共同需求，她說：「會看他的美好，那個從他的信仰支撐他走下去的那部分，我們談到那部分時是很深可以共鳴的。」(C012) 佛教諮商師 K 回想融入靈性後在諮商工作的整體經驗說到：「那個經驗是感動的，是同時之間的，他感動我也感動，或是他領悟我也同時領悟。」(K723) 新時代諮商師亦提到使用靈性介入方法時與案主同步感受、同步受益的深層共鳴（P、R），例如 R 提到透過家族系統排列出的故事，在每個人深層內在都會有共鳴，使所有參與其中的人都能得到情緒的釋放與新的理解。

## （三）諮商師的成長

靈性介入的結果也帶來諮商師的成長（J、R）。天主教的 J 說到當她帶著靈性的眼光與敏感度與案主探討靈性，也擴充了她內在的靈性寬度，讓她的靈性有成長，她說：「…那就擴充了我的內在，在諮商裡面我自己的內在 capacity，我內在的寬度就慢慢的出來。」(J1-248) 同具佛教與新時代背景的 R 提到排列工作引導他內在成長，讓他看到他需要了解的東西，他說：「我們在場域裡面，好像這個場域也在幫助我們內在的成長。」(R266)

# 六、成為融入靈性的諮商師之意義

## （一）成為融入靈性的諮商師有高的意義感

基督徒諮商師不約而同的指出，成為融入靈性的諮商師使他們感覺自己更完整、自由、寬厚、一致，靈性獲得成長與滿足，能實踐愛人的信仰價值，能在諮商中與神同工，感受來自神的幫助與力量，因所做的事與神有關而感到喜悅，能幫助人走向靈性的自由，幫助人回到神的面前（B、C、E、F、G、I、J）；亦視這樣的工作為神給予的，有使命感，以此角色事奉神，活出神的呼召（A、B、F、G、I），例如 G：「我怎麼把諮商師這個召叫好好的活出來，我一定要有靈性的角度，…不管我是做什麼，我覺得都是努力活出我信仰的東西來。」(G036) 佛教徒諮商師把助人工作視為修行，使自己實踐佛法幫助人、使案主有長遠生命的幫助，而不僅是解決現世此刻的問題（L、N），例如 L：「那是我修行的一部分，…佛法本身，就像佛陀，祂也幫很多人的忙，一樣的道理。」(L1-376) 新時代諮商師

感覺融入靈性的工作讓自己接近更大的力量、被能量滋養、把案主帶到靈性的層次、幫助案主體會生命的完整性，在這樣的工作中感到美好、樂此不疲（P、Q、R）。

## （二）靈性的助人者角色定位

基督徒諮商師認為自己不但是諮商師，也是神使用的工具，與神同工，透過自己傳遞出基督的愛（B、E、F、I），例如 B 把自己定位為是關心案主心理與靈性的諮商師，她說：「是個諮商師，…我會說我對人的靈性健康也有深切關懷，我對案主的一些關心是很發自生命的，或者對靈魂的一種關切。」（B111）佛教諮商師認定自己是助人工作者、諮商師，是在修行、要幫助更多人（L、N）。新時代諮商師 P 定位自己是光的訊息者與傳遞者，她說：「把更多的光跟更多美好的能量帶到人間，我自己就是那個管道，…一個光的訊息使者或光的傳遞者。」（P049）

## 七、融入靈性的諮商倫理

### （一）告知並獲得案主的同意

不同宗教／靈性背景的諮商師都強調在使用靈性介入時，需要向案主清楚說明介入的方法，獲得案主的同意，讓案主自己做決定（A、M、N、P、R），例如天主教的 A 說：「我會跟他們核對，如果他們願意我幫忙就幫忙，如果他們覺得有遲疑，我就尊重他們。」（A128）新時代的 M 說：「我今天邀請你走一個路線，我會把裡面所有遇到的困難，還有可能有的好處都告訴你，你自己決定要不要走。」（M203）

### （二）對不同宗教／靈性的案主抱持包容尊重的態度

諮商師普遍認為面對不同宗教／靈性背景的案主要持尊重、包容、接納的態度。基督徒諮商師尊重、包容、接納案主的信仰（C、G、I、J）、會鼓勵案主使用自己的靈性資源（A、G），例如 A 說：「我就會介紹他們回到他們的系統去做。」（A128）佛教諮商師也鼓勵案主使用自己信仰的靈性資源、對不同宗教尊重與開放、並使用與案主信仰相合的靈性介入（K、L、O）。新時代諮商師也提到會了解案主的宗教、使用與案主宗教相合的語言和案主工作、尊重不同靈性背景的案主（M、R、Q），例如 Q 說：「你要從他的宗教信仰中給他協助，回到他的信仰價值裡協助他。」（Q276）

### （三）諮商架構的維持

諮商師在諮商中使用靈性介入工作，是否還是維持諮商的架構？不同的諮商師有不同的作法。基督徒諮商師 B 仍重視諮商架構的維持，她說：「當它是一個所謂的靈性諮商的時候，我就會覺得那個諮商的架構要在。」（B058）而具新時代背景的諮商師在諮商中有較

多靈性介入的使用，不一定會謹守傳統諮商的架構，例如 M 提到她會大量使用賽斯動力排列在諮商中，約三到四分之一的時間；R 表示他的諮商工作中，約有一半的比例會融入宗教或靈性；P 亦大量運用靈性介入，有時為談話的輔助，有時可能貫穿整個工作歷程。

## 肆、討論與建議

### 一、討論

#### (一) 諮商師的靈性取向及與諮商工作的關係

本研究的結果顯示無論諮商師的宗教／靈性背景為何，都認同靈性存在且重要，他們的靈性觀會影響其世界觀、待人處世的態度、對身心靈是互有關聯成為一體的看法，也都重視並有靈性生活的實踐。

不同宗教／靈性背景的諮商師因著他們信仰的不同，會進而影響到諮商，包括對案主問題的理解、對案主問題出路看法、以及與案主的關係。例如不同宗教／靈性背景諮商師對於苦難看法的不同，影響他們對於案主問題的理解，他們也用這樣的苦難觀，幫助案主理解所遭遇的困難。

不同於一般諮商，本研究有宗教／靈性背景的諮商師相信在諮商中有神、靈、更超越的力量、能量同在，相信這樣的力量介入在諮商中；他們也會運用這些靈性的力量或資源，幫助案主與超越的力量接觸、連結、對話，產生身心靈的改變。諮商師也相信自己或案主都有靈性資源，都能夠與靈性連結，因此他們帶著正向的眼光看案主，以及在靈性層面也是與案主有連結的關係，而產生共鳴的經驗。

本研究結果呼應過去文獻也發現諮商專業工作者自身對於靈性的重視 (Frame, 2000; Hickson et al., 2000; Osborn, Street, & Bradham-Cousar, 2012)，並且心理工作者的宗教／靈性取向與他們實務工作間的關係密切，心理工作者會帶著靈性的眼光看案主帶來的問題，而採取的介入也會與個人的宗教／靈性信念息息相關 (Shafranske & Malony, 1990)。

#### (二) 融入靈性的諮商之介入與作法

本研究諮商師對於何時使用靈性介入有多方的考量，會視案主對靈性的開放與需求、案主的靈性狀態、案主帶入的議題、是否與案主有相同的信仰背景、及諮商場所是否對宗教／靈性開放有關。本研究諮商師一致認為，當案主的議題與生死、苦難、生命意義有關時，他們都會從死亡觀、死後的世界、超越現世的視野帶案主來看問題，是一般諮商無法

觸及的。諮商師的靈性介入需要考量案主的意願與開放度，支持過去文獻所指出，這樣做才能夠為諮商帶來好的結果 (Frazier & Hansen, 2009; Johnson et al., 2007)。

本研究結果也支持西方諮商文獻中常提到的傳統基督宗教導向的靈性介入方法，例如讀經、禱告、討論屬靈書籍、默想 (Miller, 2003; Richards & Bergin, 2005)；此外，本研究還發現不同宗教／靈性背景的諮商師用了多樣化的靈性介入方法幫助案主。因著諮商師的宗教／靈性背景，他們相信諮商的現場是有神、靈、或能量的同在，因此有諮商師會採用一些與神、靈、或能量接觸、對話的作法。新時代的諮商師會運用牌卡、賽斯動力排列、天使靈氣、催眠、靈性彩油、花精等新時代的靈性方法。在諮商文獻中，還未見這些靈性介入與諮商結合的作法，這些靈性介入方法對案主帶來的影響是需要探討的。Hodge (2011) 從證據導向的實務 (evidence-based practice) 角度，提出合乎倫理與專業的靈性介入原則，包括需要尊重案主的興趣與偏好、需要有嚴謹的實徵研究的支持、具備臨床實務的訓練與能力、以及需要符合案主的文化 (包括案主的宗教／靈性傳統)。Tan (2009) 引述 Gingrich 與 Worthington 五方面的整合：預設 (覺察與整合個人的世界觀與價值信念)、理論整合 (個人的人格理論、病理觀、治療與健康觀)、介入的整合 (概念化、評估、介入技巧)、在治療關係中與個案談宗教／靈性、個人的整合 (成為靈性整全的人)，並強調在督導中協助受訓者在以上五方面進行整合，發展出靈性介入與諮商整合的能力。從本研究發現一些諮商師會使用非傳統的靈性介入方法，除了諮商師個人對這些靈性方法的認同與熟悉，還需要在理論層面、介入層面、治療關係層面提出論述，並且透過實務、督導、訓練、研究，使這些方法的運用合乎倫理。

### (三) 肯定靈性介入的正向結果

本研究諮商師肯定靈性介入的諮商會為案主、諮商關係、甚至為諮商師帶來正面的影響，對照過去台灣諮商界小樣本的質性研究結果 (李正源、紗娃·吉娃司, 2010; 邱雅萍, 2007; 陳秉華、何紀瑩, 1998; 陳秉華、蔡秀玲、鄭玉英, 2011; 陳珮怡, 2007; 賈紅鶯, 2011)，本研究結果是能夠相互呼應的。西方諮商界已累積出相當多量化與質化的研究，整體的發現為宗教／靈性的介入是有效的；進一步與無宗教／靈性介入的研究做比較，結果也發現有宗教／靈性介入的效果比較好，支持融入靈性的諮商效果，且某些宗教／靈性介入會對某些症狀帶來特定的成效 (Hook et al., 2010; Smith et al., 2007; Worthington, Hook, Davis, & McDaniel, 2011)。未來在台灣的研究除了小樣本的質性研究，還需要有較嚴謹的實驗設計的研究。

#### (四) 成為融入靈性的諮商師之意義

近年來有一些國內的論文以探討諮商師的靈性與其專業角色定位的關係為題材，發現對參與研究的諮商師而言，他們的專業角色定位與其靈性定位相互關連，他們視諮商為神聖的使命（胡丹毓，2011；姜雨杉，2009；郭思慧，2011；簡睿瑛，2011）。本研究也有類似的發現，諮商師們肯定成為融入宗教／靈性的諮商師帶給個人很高的意義感，使自己的靈性成長，成為更完整的人，也有的諮商師視自己為傳遞愛、傳遞光的管道。

#### (五) 結合靈性與諮商的工作之倫理議題

本文的文獻指出：諮商師需要合乎倫理的在諮商中使用宗教／靈性介入處理，包括諮商師需要覺察自己的價值信念、不應該強加自己的價值信念於個案、需要取得個案的知後同意等（ACA, 2005; APA, 2010; Hodge, 2011）。從本研究的結果看到：諮商師一致指出他們認同諮商倫理中尊重不同宗教／靈性背景案主的價值觀、需要徵得案主的同意才使用靈性介入這些倫理價值觀、雖然諮商師有自己的宗教／靈性取向，但是他們對於案主的宗教／靈性背景是有敏感度的，對於有不同宗教／靈性的案主，他們會去理解、尊重、或轉換宗教／靈性語言，使能與案主的宗教／靈性相容，這樣的研究發現與 Johnson 等人（2007）的研究結果一致。

但是本研究也發現，有的諮商師體會到宗教／靈性的重要後，他們就在諮商工作中融入了這些宗教／靈性觀，但是他們不使用宗教的語言，案主也不見得會發現諮商師用到了宗教／靈性信念。這就像文獻中指出諮商師會用隱性的諮商介入（Frame, 2003; Tan, 1996），他們不會在諮商中直接明顯的使用靈性介入方法，而隱藏自己的靈性信念，在案主不覺察的情況下影響案主。研究者認為這樣的作法會引起倫理上的爭議，諮商師在使用靈性觀點與介入時，案主需要在被充份告知並且獲得案主同意之後才得使用，才是合乎倫理的行為（Corey, Corey, & Callanan, 2007; Frame, 2003; Hodge, 2011）。

本研究也發現有的諮商師提出對諮商中放入靈性工作是否合乎諮商倫理、是否合乎諮商師的工作角色、是否應該向案主收諮商費用等有疑慮。他們是靈性工作者？還是在諮商中融入靈性的諮商工作者？兩者的角色趨於模糊，有的諮商師的靈性工作脫離了諮商的架構與工作方法，而大量的使用靈性療癒的方法，他們還算是在進行諮商工作嗎？這樣做合乎諮商師的角色與工作倫理嗎？在諮商界對多元宗教／靈性漸持開放態度之後，這是本研究從受訪者訪談中浮現出的一些問題，這些諮商倫理與專業議題，是需要未來諮商界，包括專業學會與團體關注與討論的（Chappelle, 2000; Consiorek, Richards, Pargament, & Mc-Minn, 2009）。

## 二、結論

本研究以 16 位具有不同宗教／靈性背景的諮商師為研究參與者，透過深度個別訪談，了解他們在諮商實務中使用宗教／靈性的情形。研究結果發現：因著宗教／靈性背景不同，諮商師確實都有各自的靈性取向，反映在靈性觀、對身心靈關係的看法、自身的靈性生活、及對諮商的影響上。

多數諮商師結合靈性與諮商有其發展的歷程，有些諮商師從把靈性從諮商中隔離，轉變到對宗教／靈性抱持開放與肯定，逐漸發展出或使用靈性介入的工作方法；不同諮商師把宗教／靈性帶入諮商中的樣貌不同，有的維持諮商的整體架構，僅在認為必要時放入靈性介入，也有的諮商師越來越走向靈性諮商，而放棄傳統的心理諮商，認為這樣才能為個案帶來真正的改變。

不同宗教／靈性背景的諮商師一致的提到，對於在諮商中使用靈性介入，會依案主對靈性的開放與需求、對案主靈性發展狀態作靈性評估、案主帶來的議題、視自己與案主是否有相同信仰來決定；也有些諮商師提到會依諮商場所對靈性的開放與接納來決定。面對案主有不同宗教／靈性背景，諮商師普遍都會抱持尊重、開放、與包容的態度，並會徵得案主的同意才進行融入靈性的諮商。

本研究發現諮商師的靈性介入方法是多樣性的，使用的介入方法也會與諮商師的宗教／靈性背景有關。諮商師會用自己宗教／靈性裡對何以人會有困擾或苦難的概念，幫助案主從宗教／靈性角度去理解問題，並從宗教／靈性角度協助案主找出路或提供介入處理。

不同宗教／靈性背景的諮商師都肯定靈性介入帶來的正向結果，他們也都認為成為一個融入宗教／靈性於諮商工作的諮商師是有意義的，諮商師帶入了宗教／靈性的工作，但都仍把自己定位為諮商師、助人工作者。

## 三、研究限制

本研究有三個主要的研究限制，一為研究團隊主要為基督宗教信仰者，雖然在佛教與新時代的靈性有些接觸，但是與基督宗教相較，所知仍然相當有限，這會影響到對本文資料的解讀、以及研究結果討論的深度。二為研究參與者多元背景的限制，本研究參與者絕大多數都是女性，男性僅有兩位；在宗教／靈性背景方面，缺少帶有道教或傳統民間信仰的諮商師，使得本研究結果的應用性會有限制。三為本研究為小樣本，且多數研究參與者透過研究者認識的管道及滾雪球的方式獲得，在研究結果的推論上會受到限制。

#### 四、未來研究的建議與實務的應用

未來的研究可包含更多有宗教／靈性背景的女性諮商師、及更多元不同宗教／靈性背景的諮商師作為研究對象、增加訪談者人數、增加研究團隊中不同宗教／靈性背景的成員，以更深入理解研究資料；未來也可以探討接受靈性處遇之案主的諮商經驗，從案主的角度了解諮商師所提供的靈性處遇對他們的幫助與適切性。

本研究以有宗教／靈性背景的諮商師為研究對象，發現諮商師的確都在諮商中融入了自己的宗教／靈性，對何時可與案主帶入靈性議題是有考量的，也將不同靈性介入方法放在諮商中。但是無論在諮商實務界或學界，對於此主題的公開討論仍然不多，對於如何提供諮商師融入宗教／靈性的訓練及成效研究也很少，這是未來可努力的方向；此外，探討諮商師如何合乎倫理的將宗教／靈性帶入諮商，也是在未來實務訓練與研究上有待探討的議題。

#### 參考文獻

- 王泰傑 (2012)：資深諮商工作者的靈性關懷。國立臺中教育大學諮商與應用心理學系碩士論文，未出版，台中。[Wang, T. C. (2012). *The spiritual care of six expert counselors in Taiwan*. Unpublished master's thesis. National Taichung University of Education, Taichung, Taiwan.]
- 李正源、紗娃·吉娃司 (2010)：心理治療中的靈性召喚經驗：一位案主的觀點。諮商輔導學報，22，31-67。[Lee, C. Y., & Ciwas, S. (2010). Awakening the true nature in psychotherapy: A client's perspective. *Journal of Counseling and Guidance*, 22, 31-67.]
- 李佩璇 (2012)：基督徒諮商員在同志諮商信仰與諮商專業之觀點與實踐。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北。[Li, P. S. (2011). *The viewpoints and practice of Christian counselors in counseling with LGBT*. Unpublished master's thesis. National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]
- 林怡君 (2009)：基督信仰對諮商工作的影響之研究。中國文化大學心理輔導研究所碩士論文，未出版，台北。[Lin, Y. C. (2009). *The effect of Christian's faith on counseling*. Unpublished master's thesis. Chinese Culture University, Taipei, Taiwan.]
- 邱雅萍 (2007)：宗教心理治療暨意義治療對精神官能症效應之研究。佛光大學宗教研究所碩士論文，未出版，宜蘭。[Chiu, Y. P. (2007). *The effect of religious psychotherapy and Logo therapy on neurosis*. Unpublished master's thesis. Fo Guang University, Yilan, Taiwan.]

- 胡丹毓 (2011): 基督徒心理師之信仰對諮商工作的影響。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文, 未出版, 台北。[Hu, T. Y. (2011). *The impact of Christian counselor's faith on counseling works*. Unpublished master's thesis. National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]
- 姜雨杉 (2009): 基督徒諮商師的靈性經驗對其諮商專業的影響。國立彰化師範大學輔導與諮商研究所碩士論文, 未出版, 彰化。[Chiang, Y. S. (2011). *The effect of Christian counselor's spiritual experience on professional counseling*. Unpublished master's thesis. National Changhua University of Education, Changhua, Taiwan.]
- 美國國務院 (2012): 2012 年國際宗教自由報告 (台灣部分)。取自 <http://www.ait.org.tw/zh/officialtext-ot1304.html> [United States Department of State. (2012). *2012 Annual report on international religious freedom-Taiwan*. Retrieved from <http://www.ait.org.tw/zh/officialtext-ot1028.html>]
- 陳秉華、何紀瑩 (1998, 10 月): 信仰與心理的整合歷程——一個默觀祈禱的經驗。「世界心理衛生與輔導研討會」發表之論文, 台北。[Chen, P. H., & He, J. Y. (1998, October). *Integration of Christianity and psychology—An experience of contemplative praying*. Paper presented at the World Mental Health and Counseling Conference held by Chinese Mental Health Association and Chinese Guidance and Counseling Association, Taipei, Taiwan.]
- 陳秉華、詹杏如、范嵐欣、Mullahy, M. J. (2013, 6 月): 從束縛到自由—基督徒諮商師融入靈性於諮商的實務經驗。「輔仁大學天主教學術研究院主辦第四屆基督宗教諮商輔導研討會—自由與束縛的諮商輔導」發表之論文, 台北。[Chen, P. H., Chan, S. R., Fan, L. H., & Mullahy, M. J. (2013, June). *From bondage to freedom: Christian counseling psychologists' practice experience in integrating spirituality into counseling*. Paper presented at the 4th Christian guidance and counseling conference: From bondage to freedom held by Fu Jen Catholic University Academia Catholica, Taipei, Taiwan.]
- 陳秉華、蔡秀玲、鄭玉英 (2011): 心理諮商中上帝意象的使用。《中華輔導與諮商學報》, 31, 127-157。[Chen, P. H., Tsai, S. L., & Cheng, Y. Y. (2011). The use of image of God in counseling. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 31, 127-157.]
- 郭思慧 (2011): 宗教經驗對一貫道諮商師的成長影響之研究。國立屏東教育大學教育心理與輔導研究所碩士論文, 未出版, 屏東。[Guo, S. H. (2011). *The religious experience of I Kuan Tao counselors' development*. Unpublished master's thesis. National Pingtung University of Education, Pingtung, Taiwan.]

- 張宰金 (2005)：教牧諮商：改變生命的助人模式。台北：華神出版社。[Chang, T. C. (2005). *Pastoral counseling: A helping model for changing life*. Taipei, Taiwan: China Evangelical Seminary.]
- 陳珮怡 (2007)：基督徒諮商心理師運用祈禱在諮商工作中的脈絡探討。臺北市立教育大學心理與諮商學系碩士論文，未出版，台北。[Chen, P. Y. (2007). *Research of Christian counselors using praying in the counseling process*. Unpublished master's thesis. Taipei Municipal University of Education, Taipei, Taiwan.]
- 傅仰止、杜素豪主編 (2010)：台灣社會變遷基本調查計畫第五期第五次調查計畫執行報告。中央研究院社會科學研究所 (編號：C00157\_2)。DOI: 10.6141/TW-SRDA-C00157\_2-1 [Fu, Y. C., & Tu, S. H. (Eds.). (2010). *Taiwan social change survey: Year 5 of cycle 5*. Taipei, Taiwan: Research Center for Humanities and Social Sciences, Academia Sinica. (C00157\_2). doi: 10.6141/TW-SRDA-C00157\_2-1]
- 賈紅鶯 (2011)：家族治療的文化脈絡與靈性議題：家暴的困境、轉變與反思。中華輔導與諮商學報，30，124 -149。[Chia, H. Y. (2011). Cultural contexts and spiritual issues in family therapy: Predicaments, change and reflections from a domestic violence family. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 30, 124-149.]
- 謝筱梅 (2009)：個人宗教信仰在諮商工作中的呈現與實踐：以佛教背景諮商心理師為例。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所博士論文，未出版，台北。[Hsieh, H. M. (2009). *The effects of the religious beliefs of counseling psychologists on counseling: Buddhist experience*. Unpublished doctoral dissertation. National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]
- 簡睿瑛 (2011)：基督徒諮商員在學習諮商過程信仰與諮商之間的衝擊與因應。國立屏東教育大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，屏東。[Chien, J. Y. (2011). *How Christian counselors react to the differences between their faith and counseling in their learning processes: The impact and the response on the Christian counselors*. Unpublished master's thesis. National Pingtung University of Education, Pingtung, Taiwan.]
- American Counseling Association. (2005). *Code of ethics*. Alexandria, VA: Author.
- American Psychological Association. (2010). *Code of ethics*. Retrieved from <http://www.csulb.edu/psy301/apaethicsco.html>
- Barnett, J. E., & Johnson, W. B. (2011). Integrating spirituality and religion into psychotherapy: Persistent dilemmas, ethical issues, and a proposed decision-making process. *Ethics and Behavior*, 21(2), 147-164. doi: 10.1080/10508422.2011.551471

- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*, 77-101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Bray, K. E., Egan, M. Y., & Beagan, B. L. (2012). The practice experience of evangelical Christian occupational therapists. *Canadian Journal of Occupational Therapy, 79*(5), 285-292. doi: 10.2182/cjot.2012.79.5.4
- Cashwell, C. S., & Young, J. S. (2005). Integrating spirituality and religion into counseling: An introduction. In C. S. Cashwell & J. S. Young (Eds.), *Integrating spirituality and religion into counseling: A guide to competent practice* (pp. 1-10). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Chappelle, W. (2000). A series of progressive legal and ethical decision-making steps for using Christian spiritual interventions in psychotherapy. *Journal of Psychotherapy and Theology, 28*(1), 43-53.
- Consiorek, J. C., Richards, P. S., Pargament, K. I., & McMinn, M. R. (2009). Ethical challenges and opportunities at the edge: Incorporating spirituality and religion into psychotherapy. *Professional Psychology: Research and Practice, 40*(4), 385-395. doi: 10.1037/a0016488
- Corey, G., Corey, M. S., & Callanan, P. (2007). *Issues and ethics in the helping professions* (7th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Crossley, J. P., & Salter, D. P. (2005). A question of finding harmony: A grounded theory study of clinical psychologists' experience of addressing spiritual beliefs in therapy. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research, and Practice, 78*, 295-313. doi: 10.1348/147608305X26783
- Eliason, G., Hanley, C., & Leventis, M. (2001). The role of spirituality in counseling: Four theoretical orientations. *Pastoral Psychology, 50*(2), 77-91. doi: 10.1023/A:1012262314487
- Faiver, C., Ingersoll, R. E., O'Brien, E., & McNally, C. (2001). *Explorations in counseling and spirituality: Philosophical, practical and personal reflections*. Belmont, CA: Brooks/Cole Wadsworth.
- Foskett, J. (1992). Ethical issues in counseling and pastoral care. *Journal of Guidance and Counseling, 20*(1), 39-51. doi: 10.1080/03069889208253608
- Frame, M. W. (2000). Spiritual and religious issues in counseling: Ethical consideration. *Family Journal, 8*(1), 72-74. doi: 10.1177/1066480700081011
- Frame, M. W. (2003). *Integrating religion and spirituality into counseling*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Frazier, R. E., & Hansen, N. D. (2009). Religious/spiritual psychotherapy behaviors: Do we do what

- we believe to be important? *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(1), 81-87. doi: 10.1037/a0011671
- Garzon, F. (2005). Intervention that apply scripture in psychotherapy. *Journal of Psychology and Christianity*, 33, 113-121.
- Gockel, A. (2011). Client perspectives on spirituality in the therapeutic relationship. *The Humanistic Psychologist*, 39, 154-168. doi: 10.1080/08873267.2011.564959
- Golberg, B. (1998). Connection: An exploration of spirituality in nursing care. *Journal of Advance Nursing*, 27, 836-842. doi: 10.1046/j.1365-2648.1998.00596.x
- Gold, J. M. (2010). *Counseling and spirituality: Integrating spiritual and clinical orientations*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Hathaway, W. L., Scott, S. Y., & Garver, S. A. (2004). Assessing religious/spiritual functioning: A neglected domain in clinical practice? *Professional Psychology: Research and Practice*, 35(1), 97-104. doi: 10.1037/0735-7028.35.1.97
- Hayes, M. A., & Cowie, H. (2005). Psychology and religion: Mapping the relationship. *Mental Health, Religion and Culture*, 8(1), 27-33. doi: 10.1080/13674670410001666589
- Hickson, J., Housley, W., & Wages, D. (2000). Counselors' perceptions of spirituality in the counseling process. *Counseling and Values*, 45, 58-66. doi: 10.1002/j.2161-007X.2000.tb00183.x
- Hodge, D. R. (2011). Using spiritual interventions in practice: Developing some guidelines form evidence-based practice. *Social Work*, 56(2), 149-158. doi: 10.1093/sw/56.2.149
- Hodges, S. (2002). Mental health, depression and dimensions of spirituality and religion. *Journal of Adult Development*, 9(2), 109-115. doi: 10.1023/A: 1015733329006
- Hook, J. N., Worthington, E. L., Jr., Davis, D. E., Jennings, D. J., II, Gartner, A. L., & Hook, J. P. (2010). Empirically supported religious and spiritual therapies. *Journal of Clinical Psychology*, 66(1), 46-72. doi: 10.1002/jclp.20626
- Hunter, L. A., & Yarhouse, M. A. (2009). Considerations and recommendations for use of religiously based interventions in licensed setting. *Journal of Psychology and Christianity*, 28, 159-166.
- Johnson, C. V., Hayes, J. A., & Wade, N. G. (2007). Psychotherapy with troubled spirits: A qualitative investigation. *Psychotherapy Research*, 17(4), 450-460. doi: 10.1080/10503300600953520
- Johnson, E. L., & Jones, S. L. (Eds.). (2000). *Psychology and Christianity*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.
- Joseph, S., Linley, P. A., & Maltby, J. (2006). Positive psychology, religion and spirituality. *Mental*

- Health, Religion & Culture*, 9(3), 209-212. doi: 10.1080/13694670600615227
- Knox, S., Catlin, L., Casper, M., & Schlosser, L. Z. (2005). Addressing religion and spirituality in psychotherapy: Clients' perspectives. *Psychotherapy Research*, 15, 287-303. doi: 10.1080/10503300500090894
- Koenig, H. G. (1998). *Handbook of religion and mental health*. San Diego, CA: Academic Press.
- Koenig, H. G. (2004). Religion, spirituality and medicine: Research findings and implications for clinical practice. *Southern Medical Journal*, 97, 1194-1200. doi: 10.1097/01.SMJ.0000146489.21837.CE
- Larson, D. B., & Larson, S. S. (2003). Spirituality's potential relevance to physical and emotional health: A brief review of quantitative research. *Journal of Psychology & Theology*, 31, 37-51.
- Lincoln, Y. S. (1995). Emerging criteria for qualitative and interpretive research. *Qualitative Inquiry*, 3, 275-289. doi: 10.1177/107780049500100301
- Mayers, C., Leavey, G., Vallianatou, C., & Barker, C. (2007). How clients with religious or spiritual beliefs experience psychological help-seeking and therapy: A qualitative study. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 14, 317-327. doi: 10.1002/cpp.542
- Mcvittie, C., & Tiliopoulos, N. (2007). When 2-3% really matters: The (un)importance of religiosity in psychotherapy. *Mental Health, Religion and Culture*, 10(5), 515-526. doi: 10.1080/13674670601005471
- Miller, G. (1999). The development of the spiritual focus in counseling and counselor education. *The Journal of Counseling and Development*, 77, 498-501. doi: 10.1002/j.1556-6676.1999.tb02478.x
- Miller, G. (2003). *Incorporating spirituality in counseling and psychotherapy: Theory and technique*. Hoboken, NJ: Wiley.
- Miller, W. R. (2003). Spirituality, religion, and health: An emerging research field. *American Psychologist*, 58(1), 24-35. doi: 10.1037/0003-066X.58.1.24
- Miller, W. R., & Delaney, H. D. (2005). Psychology as the science of human nature: Reflections and research directions. In W. R. Miller & H. D. Delaney (Eds.), *Judeo-Christian perspectives on psychology* (pp. 291-308). Washington, DC: American Psychological Association.
- Osborn, D., Street, S., & Bradham-Cousar, M. (2012). Spiritual needs and practices of counselor education students. *Adultspan Journal*, 11(1), 27-38. doi: 10.1002/j.2161-0029.2012.00003.x
- Pan, J. D. P., Deng, L. Y. F., Tsai, S. L., & Yuan, S. S. J. (2013). Issues of integration in psychological counseling practice from pastoral counseling perspectives. *Journal of Psychology and Christianity*, 32, 146-159.

- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York, NY: Guilford Press.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology, 56*, 519-543. doi: 10.1002/(SICI)1097-4679(200004)56:4<519::AID-JCLP6>3.3.CO;2-T
- Pargament, K. I., Magyar, G. M., & Murray-Swank, N. A. (2005). The sacred and the search for significance: Religion as a unique process. *Journal of Social Issues, 61*, 665-687. doi: 10.1111/j.1540-4560.2005.00426.x
- Richards, P. S., & Bergin, A. E. (1997). *A spiritual strategy for counseling and psychotherapy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Richards, P. S., & Bergin, A. E. (2005). *A spiritual strategy for counseling and psychotherapy* (2nd ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- Rose, E. M., Westefeld, J. S., & Ansley, T. N. (2001). Spiritual issues in counseling: Clients' beliefs and preferences. *Journal of Counseling Psychology, 48*, 61-71. doi: 10.1037/0022-0167.48.1.61
- Shafranske, E. P., & Malony, H. N. (1990). Clinical psychologists' religious and spiritual orientations and their practice of psychotherapy. *Psychotherapy, 27*(1), 72-78. doi: 10.1037/0033-3204.27.1.72
- Smith, T. B., Bartz, J., & Richards, P. S. (2007). Outcomes of religious and spiritual adaptations to psychotherapy: A meta-analytic review. *Psychotherapy Research, 17*, 643-655. doi: 10.1080/10503300701250347
- Soukhanov, A. H. (Ed.). (1992). *The American heritage dictionary of the English language* (3rd ed.). Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Sperry, L., & Shafranske, E. P. (2005). *Spiritually oriented psychotherapy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Tan, S. Y. (1996). Religion in clinical practice: Explicit and implicit integration. In E. P. Shafranske (Ed.), *Religion and clinical practice of psychology* (pp. 365-390). Washington, DC: American Psychological Association.
- Tan, S. Y. (2001). Integration and beyond: Principled, professional, and personal. *Journal of Psychology and Christianity, 20*, 18-28.
- Tan, S. Y. (2007). Use of prayer and scripture in cognitive-behavioral therapy. *Journal of Psychology and Christianity, 26*, 101-111.
- Tan, S. Y. (2009). Developing integration skills: The role of clinical supervision. *Journal of Psychology*

- and Theology*, 37, 54-61.
- Tan, S. Y. (2012). Principled, professional, and personal integration and beyond: Future reflections on the past and future. *Journal of Psychology and Theology*, 40(2), 146-149.
- Tepper, L., Rogers, S. A., Coleman, E. M., & Malony, H. N. (2001). The prevalence of religious coping among persons with persistent mental illness. *Psychiatric Services*, 52, 660-665. doi: 10.1176/appi.ps.52.5.660
- Vaismoradi, M., Turunen, H., & Bondas, T. (2013). Content analysis and thematic analysis: Implications for conducting a qualitative descriptive study. *Nursing and Health Sciences*, 15, 398-405. doi: 10.1111/nhs.12048
- Vandenberghe, L., Prado, F. C., & Camargo, E. A. (2012). Spirituality and religion in psychotherapy: Views of Brazilian psychologists. *International Perspectives in Psychology: Research, Practice, Consultation*, 1(2), 79-93. doi: 10.1037/a0028656
- Walker, D. F., Worthington, E. L., Jr., Gartner, A. L., Gorsuch, R. L., & Hanshaw, E. R. (2011). Religious commitment and expectations about psychotherapy among Christian clients. *Psychology of Religion and Spirituality*, 3, 98-114. doi: 10.1037/a0021604
- Woodruff, C. R. (2002). Pastoral counseling: An American perspective. *British Journal of Guidance and Counseling*, 30(1), 93-101. doi: 10.1080/030698880220106546
- Worthington, E. L., Jr., Hook, J. N., Davis, D. E., & McDaniel, M. A. (2011). Religion and spirituality. *Journal of Clinical Psychology*, 67(2), 204-214.
- Worthington, E. L., Jr., & Sandage, S. J. (2001). Religion and spirituality. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(4), 473-478. doi: 10.1037//0033-3204.38.4.473

收件日期：103年08月07日

複審一日期：103年12月01日

複審二日期：104年01月24日

複審三日期：104年07月01日

通過日期：104年08月19日



## When Spirituality Meets Counseling: The Counselor's Perspective

Ping-Hwa Chen Lan-Hsin Fan Shing-Ru Chan Hsin-Yun Fan

National Taiwan Normal University

In the past twenty years, Western psychology research increasingly affirms that religion/spirituality can bring people transcending power and meaning in life. Counseling psychology research also supports the exploration of the client's spirituality in counseling as beneficial and can bring about effective counseling outcomes. Some counselors in Taiwan also incorporate religion/spirituality into their counseling works. However, it rarely has been researched. The purpose of the present study was to explore the experiences of counselors who included religion/spirituality in their practice. Sixteen research participants with different religious/spiritual backgrounds participated in the study. Among them, four were Christians, four were Catholics, four were Buddhists, and four were New Age believers or individuals who integrated New Age with Buddhism. Semi-structured individual interviews were conducted for data collection. Thematic analysis was employed for data analysis. Themes that emerged from the data included: (a) counselor's spiritual orientations, (b) the developmental process of incorporating spirituality into counseling, (c) the timing for incorporating spirituality into counseling, (d) using the spiritually incorporated counseling interventions, (e) positive outcomes of incorporating spirituality in counseling, (f) the meaning of being a counselor who incorporates spirituality in practice, and (g) the ethics of conducting spiritually incorporated counseling. Suggestions for future studies were discussed.

**Keywords:** spirituality, spiritually incorporated counseling.

