

# 以塔羅牌為諮商媒介所引發低自尊當事人之 重要事件與晤談感受初探研究

江宛凌

陳慶福

國立聯合大學  
生涯發展與諮商輔導中心

國立屏東教育大學  
教育心理與輔導學系

## 摘 要

本研究旨在探討應用塔羅牌於低自尊大學生之諮商段落中，低自尊大學生所知覺之重要事件與晤談感受、自尊變化，及塔羅牌、重要事件與晤談感受三者間之關聯。本研究透過自尊量表及面談，篩選出三位低自尊當事人，進行每周一次每次原則六十分鐘、持續進行八次諮商。當事人在每次諮商結束後由一位訪談員透過晤談感受量表及訪談大綱蒐集當事人在諮商中之重要事件與晤談感受相關資料。

本研究主要發現如下：當事人認定的重要事件可分為十類。其中正向重要事件為八類，包括：同時性現象、獲得頓悟和了解、開放個人資料、獲得諮商師所提供的明確訊息等；當事人所認定負向重要事件為：訊息與感受的接收或表達困難與未被處理的自我。三位當事人在晤談感受的順暢性、深度性、正向性與激動性上大致呈現波動趨勢，在經過八次諮商後在自尊量表得分上均有提昇；本研究最後就塔羅牌、重要事件與晤談感受三者間之關聯作進一步分析與說明。

註關鍵詞：自尊、重要事件、晤談感受、塔羅牌

---

註：本文係江宛凌提國立屏東教育大學教育心理與輔導研究所之碩士論文的部份內容，在陳慶福教授指導下完成。

感謝彰師大黃宗堅教授與兩位匿名審查委員對本文提供寶貴的建議與修正意見，使本文更加完善。研究者也要同時感謝本研究之參與者，方家銘、李明晉及陳凱婷老師，在訪談與資料分析上之協助。

## 壹、緒 論

塔羅牌在諮商中的運用是一個尚待探究的領域，Gallop（1981）指出塔羅牌的哲學觀相信人具有自我成長的潛能，透過冥想或詮釋牌卡可以促進自我覺察，朝向自我實現。在 Jung 的分析心理學中強調集體潛意識，而牌卡的解釋過程中，因為圖案象徵集體潛意識中的原型，因此會有潛意識的內容浮現，塔羅牌經由意識中象徵的、非理性的圖案顏色激發當事人對問題困擾的心智運作，如同夢的運作是經由接觸與詮釋夢境內容來反映出個案的潛意識焦點，並且所抽取牌卡與問題之間會有所關聯或意義（陳偉文，1998；Arrien, 1997; Gallop, 1981），Rosengarten（2000）曾提及過去雖有文獻論述塔羅牌與心理學或諮商的关系，但仍欠缺實徵性研究，值得進一步探究。

在諮商歷程中，以何種方式介入或引導，對於諮商會產生如何的影響及效果，一直是諮商師企圖想探討及了解的，在諮商歷程中經常被探討的變項如重要事件（significant events）、晤談感受（session impact）等。重要事件是指諮商師和當事人在每次諮商段落後對諮商過程留下某些深刻的印象，以及諮商帶給諮商師和當事人一些衝擊和影響，即重要事件是諮商過程中的重要段落，這些段落是由諮商師與當事人互動造成的，是諮商師與當事人對在諮商中所發生，且認為重要或有影響力的事件（陳斐娟，1996）。重要事件有助於諮商師從諮商歷程中了解怎樣的處理方式是有效的，屬於歷程變項（process variable），而晤談感受係指諮商段落的立即影響，包含了諮商師與當事人對諮商段落的評價，以及他們在晤談之後的情緒狀態（Stiles & Snow, 1984a, 1984b），屬於短期結果變項（outcome variable）。本研究主要探究塔羅牌運用在諮商中，當事人所經驗諮商的歷程及其影響。自尊在治療系統中視為是心理健康的要素之一，在治療過程中亦被視為重要的部分，與自尊相關的議題一直有文獻探討，且針對不同的年齡為研究對象，但多以青年族群為主（王艾雯，2001；劉樹斐，2000）。林杏足（1998）亦認為在大學生的問題困擾中，低自尊是普遍存在的議題，由文

獻可知，自尊相關議題在大學生諮商中的重要。

綜合上述，本研究以低自尊大學生為對象，將塔羅牌運用於諮商段落中，探討當事人所知覺到之重要事件與晤談感受，及其三者之關聯，並評量當事人在接受諮商前後其自尊之變化。

## 一、塔羅牌與分析心理學的關聯

傳統塔羅牌共 78 張，分為大阿爾克那(Major Arcana)與小阿爾克那(Lesser Arcana)兩部分。第一部分為主牌，共 22 張，稱為大阿爾克那，名稱如下(Kaplan, 1971)：0 愚者、1 魔術師、2 女祭師、3 皇后、4 國王、5 教皇、6 戀人、7 戰車、8 力量、9 隱士、10 命運之輪、11 正義、12 吊人、13 死亡、14 節制、15 魔鬼、16 高塔、17 星星、18 月亮、19 太陽、20 審判、21 世界。第二部份為副牌，共 56 張，稱為小阿爾克那，牌分四組，包括劍、幣、杯子、權杖，每一組牌又分數字牌 10 張(1 到 10)與宮廷牌(國王、皇后、騎士、隨從) 4 張。

在塔羅牌中大阿爾克那代表生命基本議題的圖像，每一張牌皆描繪古老的原型及影響生命的力量。愚者是 0 號，表示著起點，也象徵著個體缺乏面對生命的經驗狀態，強調冒險與未知。餘下的卡片依序從 1-21 分三排排列，在第一列是 1-7，代表力量或潛能；第二列 8-14 是代表著法律或是主使權(agency)的象徵；第三列 15-21 則是情況或效果，關聯說明如下：牌卡 1(魔術師)代表的意義是正向的力量及主動，運用了力量，即使用牌卡 8(力量)所代表的行動及勇氣來影響牌 15(魔鬼)所隱涵的束縛與物慾，且大阿爾克那與希伯來文 22 個字母相對應，每張卡片都有基本與相對的意義(Gallop, 1981)。

塔羅牌的起源紛紜，包括希伯來、埃及、義大利、中國、法國、印度等，並沒有一致說法(蕭薇琪, 2003; Gallop, 1981; Kaplan, 1971)。一般坊間使用塔羅牌以占卜為主，首先針對問題發問，讓求卜者洗牌切牌，並把牌卡同扇形般展開抽牌(單張或牌陣)，占卜者針對牌義解讀並給予建議，現今也有透過冥想，將其視為自我了解或靈修的工具(清風, 2004; 盧娜譯, 2002/2005; Gallop,

1981; Kaplan, 1971)。

Wang (1978) 指出「塔羅牌是一套啓蒙 (enlightenment) 的系統，目的是幫助個體了解他跟宇宙的關係 (p.33)。」，因為其保存並傳遞了有關靈性的神祕思想，並且使用的人都能藉此引發來自更深意識的情緒與智性反應。

Jung 在《原型與集體潛意識》一書中提到塔羅牌是源自轉化的原型 (archetypes of transformation)，其中主牌可以明顯與原型相對應，例如國王象徵阿尼瑪斯、皇后象徵阿尼瑪 (Wang, 1987)，且塔羅牌是一種潛意識上的象徵，當事人會透過牌卡投射出內心深層的情緒及想法，包括對於牌卡上文字、顏色、象徵或圖像等，意即塔羅牌的詮釋是需要當事人經由投射，透過積極性想像，並且經由諮商師加以探索及解釋，而對個體內在的心理狀態有更多的了解與頓悟 (Arrien, 1997; Gallop, 1981)。Gallop (1981) 說明最後七張主牌，每一張都與 Maslow 需求階層的描述配合，透過冥想可朝向自我超越。諮商師運用其所蘊含的視覺隱喻 (visual metaphor)，以個案的主觀詮釋為主，可做為自我探索及自我超越之用 (Arrien, 1997)。

牌卡象徵具有以下特色：(1)直覺性的表達，以代替無法完全以邏輯或文字的表達；(2)深層心靈訊息的承載以傳遞到意識層面，擴大創造意識內涵；(3)運作以同時性原則為主，故對於當事人所關切的事物具有類似、一致、同時性的關聯性，在圖像、數字及顏色上提供可能探索的方向 (Gwain, 1994)。Rosengarten (2000) 與 Gwain (1994) 指出塔羅牌之所以能反映出心靈狀態，其運作原理就是同時性，亦即牌卡本身提供的圖像數字顏色、人們關切的問題，以及外在世界發生的事件背後，存在著有意義的關聯，此即為同時性的原則。在牌卡的詮釋風格上，本研究採取治療式風格 (The therapeutic style)，以自我探索為目標，催化當事人進行個人化的聯想及情緒現象的體驗，牌卡傳統既定的象徵意義便較不被鼓勵用來強加解釋當事人狀況 (Rosengarten, 2000)。

研究者參考陳偉文 (1998)、Arrien (1997)、Rosengarten (2000) 和 Wang (1987) 所論，將塔羅牌與分析心理學的關聯整理如下。

表一  
分析心理學與塔羅牌的對應表

Jung 理論	塔羅牌相對應 概念或牌卡	說明、舉例
原型	大阿爾克那	整體是生命的法則、普世的原理。 阿尼瑪斯 (Animus) — 國王；阿尼瑪 (Anima) — 皇后；智慧老人 — 隱者；英雄 — 戰車；Self — 戰車、命運之輪、月亮、太陽、世界。
同時性	大阿爾克那 小阿爾克那	牌卡均具有同時性的特性。即牌卡與問題之間，看似隨機事件，卻有情感意義的秩序及關聯，心靈與客觀世界之間存在高度相似性。
自我的不同 面向	小阿爾克那	整體是常見的情結或個體面臨的挑戰與天賦。 劍組一個體的認知模式或信念；杯組一個體的情緒狀態、感受；杖組一行動的象徵、生命力、夢想、未來願景；幣組 — 健康、經濟、工作、創造力與關係、物質世界或享受。
心理功能類型	小阿爾克那 之類別	杖組 — 直覺型；幣組 — 感官型；杯組 — 情感型；劍組 — 思考型

表一說明了塔羅牌與 Jung 理論的對照關係，包括在原型、同時性、自我的不同面向及心理功能類型等的關聯，以及塔羅牌與分析心理學的關聯。

綜合上述文獻，依據 Jung 積極性想像，結合運用冥想、視覺化等方式，以治療式風格來協助當事人詮釋牌卡內容 (Gallop, 1981; Jung, 1997; Wang, 1978)，並參考一般坊間占卜過程，保留洗牌抽牌等程序，但增加接觸、聯想及共同詮釋牌卡等階段，形成塔羅牌引導語 (見附錄一)。增加的程序著重在透過積極性想像、視覺化及冥想的過程，引導當事人投射出內心深層的情緒與想法，而對個體的心理狀態有更多了解與頓悟，且共同詮釋的階段著重於自尊議題，在此重新整理及建構出個案的自尊、正面資源及能力，產生新的行動與看法，因此可與當事人接受諮商前後自尊變化作對照及討論。

## 二、重要事件的相關研究

學者 Cummings、Martin、Hallberg 和 Slemon (1992)、Elliott (1985)、Mahrer、Stalikas、Fairweather 和 Scott (1989)、Mahrer 和 Nadler (1986) 以及 Marmar (1990) 等都強調探討重要事件有助於了解當事人改變的歷程及機轉。

過去不少研究發現，重要事件的一致程度與諮商效果有關 (Cummings et al., 1992; Kivlighan & Arthur, 2000; Martin & Stelmaczonek, 1988)，重要事件的特徵與晤談的深度性對話有關聯，且使用想像式的、隱喻的語言出現較多的結論導向，意即重要事件的特徵可視為深度性、精緻性及結論取向。深度性指的是關於潛藏的意義與意義的解釋；精緻性是關於使用例子、示範、心像以及隱喻等精緻化的方法；結論取向則是關於對個案的情緒認知行為，做成解釋、假設或詮釋 (Cummings et al., 1992; Martin & Stelmaczonek, 1988)。亦有文獻提及重要事件的類別可能有不同的情緒喚起反應，而且跟諮商師的介入方式有關，不同的介入往往導致不同類別 (Mackay, Barkham, & Stiles, 1998; Mahrer et al., 1989)，而在塔羅牌的運用上，Rosengarten (2000) 認為塔羅牌所蘊含的視覺隱喻有助於作更多的自我探索，過程中亦強調情緒的重要，認為讓當事人盡可能多接觸情緒感受，有助於晤談的進行。而 Kivlighan 和 Arthur (2000) 的研究則發現，諮商員與當事人所認定的重要事件一致程度會隨晤談次數的增加而呈現直線增加之情形，過去文獻中有關重要事件的研究似乎較強調探討重要事件的類別 (Anderson & Niles, 2000; Cummings et al., 1992; Hoffman & Hill, 1996; Wilcox-Matthew, Ottens, & Minor, 1997)，較少去關切諮商晤談中當事人所知覺重要事件之內涵、評價及其情緒感受 (Mackay et al., 1998)。

## 三、晤談感受的相關研究

晤談感受係指每次諮商晤談的立即影響，是諮商短期效果的指標 (Stiles & Snow, 1984a, 1984b)。過去文獻多探討諮商師與當事人在晤談感受得分上的差異，研究多發現，諮商師與當事人間，在正向性與激動性評分一致性較低，在

深度性或順暢性的一致性則較高 (Cummings & Barak, 1995; Mallinckrodt, 1993; Reynolds et al., 1996)。Mackay、Barkham、Stiles 和 Goldfried (2002) 的研究即指出情緒是諮商治療處理的重點，而能激起當事人情緒激動的諮商比較有積極正向的效果。Stiles 等人 (1994) 建議將晤談感受跟微觀的諮商現象，如重要事件，或鉅觀的諮商現象，如數次諮商間的改變，一併深入探討，將可更完整的了解諮商中各因素緊密相連的現象。

#### 四、自尊的相關研究

依 Maslow 需求階層論觀點，建立自尊是達成自我實現的條件，而諮商歷程中自尊的提升是重要的治療指標 (林杏足, 1998)。翁嘉英 (1997) 提到自尊的定義及內涵眾說紛紜，Branden 認為：

「在自尊的成分中自我效能是相當重要的內涵，即個體對自身的心智運作、思考能力、理解力、學習力及決斷力所抱持的信心」(引自周奕伶, 2002, 頁 7)。

Wells 和 Marwell 整理各家學者說法，提出四個向度來闡釋自尊的定義，分別視自尊為態度、理想我與現實我的符合程度、心理感受與人格功能，此外亦有研究視自尊是生活適應的條件 (引自謝蕙春, 2002)。根據 Norris 和 Connel 的分類，自尊可分為：(1) 基本自尊；(2) 功能性、情境性自尊；(3) 防禦性，假性自尊三種型態 (引自賴倩瑜、陳瑞蘭、林惠琦、吳佳珍、沈麗惠, 2001, 頁 116)，不論自尊的定義及內涵為何，自尊的變化是重要且被關切的。

Maslow 的自我超越理論與塔羅牌的基本哲學觀都相信人具有自我成長的可能，透過冥想牌卡更可以促進自我覺察，朝向自我超越 (Gallop, 1981)，所以本研究探討以塔羅牌為媒介之諮商中自尊的變化。

研究者根據文獻回顧與研究動機，擬定下列研究目的：

- (一) 應用塔羅牌於諮商段落中，探討當事人在諮商前後評量之自尊變化。
- (二) 應用塔羅牌於諮商段落中，探討當事人所知覺之重要事件。

- (三) 應用塔羅牌於諮商段落中，探討當事人所感受之晤談感受。
- (四) 應用塔羅牌於諮商段落中，探討塔羅牌、重要事件與晤談感受三者的關聯。

依據上述研究目的，研究問題如下：

- (一) 應用塔羅牌於諮商段落中，當事人在諮商前後評量之自尊變化為何？
- (二) 應用塔羅牌於諮商段落中，當事人所知覺之重要事件為何？
- (三) 應用塔羅牌於諮商段落中，當事人所感受之晤談感受為何？
- (四) 應用塔羅牌於諮商段落中，塔羅牌、重要事件與晤談感受三者的關聯為何？

## 貳、研究方法

以下分研究參與者、研究工具及研究程序作說明。

### 一、研究參與者

#### (一) 當事人

研究者首先對高屏地區大專院校輔導中心進行公開招募，經說明後進行「自我喜愛感與自我能力感量表」(Self-Liking and Self-Competence Scale, SLCS-R)「普通版」(劉樹斐, 2000)的施測，且大學生當事人在量表分數須低於大學生常模平均數(48.32分)1個標準差(9.3分)，再進行後續面談決定成為研究之當事人。研究分為試探性研究及正式研究兩部分，當事人基本資料如表二。

表二  
當事人基本資料

當事人編號	性別	年級	諮商次數	問題性質	諮商前自尊 評量分數	諮商後自尊 評量分數
試探性研究	女	一	四次	人際關係困擾	41	50
正式研究 A	男	五	八次	自我探索	39	44
正式研究 B	女	三	八次	人際關係困擾	31	46
正式研究 C	女	一	八次	家庭困擾	40	53

## (二) 諮商員

第一位研究者為某大學諮商輔導領域碩士班三年級研究生，曾修習過相關課程，並在諮商實務中，藉由諮商實習的機會，將塔羅牌運用在實際的諮商情境中約數十人次，催化個案對問題、情緒及感受更深的表達及覺察。諮商中透過諮商的錄影帶與轉錄逐字稿與第二位研究者討論，並尋求第二位研究者督導，修正下次諮商的介入方式，提升當事人在研究中的諮商獲益。第一位研究者向國內對塔羅牌有研究，且任教於某大學諮商領域之學者，請教塔羅牌如何與諮商結合，並且第一位研究者也透過參加工作坊及與同好互相切磋塔羅牌的運用方法，進一步閱讀相關資料增進塔羅牌的知能與使用技巧。第一位研究者在研究中擔任個案招募與篩選、諮商員及資料處理與分析者。

## (三) 訪談員

本研究共有兩位訪談員，N1 為諮商輔導領域碩士，N2 為某大學諮商輔導碩士班研究生，研究者在兩位訪談員正式訪談當事人前，先向其說明研究目的、程序、訪談大綱與訪談需注意事項，彼此對訪談議題做意見交換及討論，達成訪談實施之共識，並且實際以非研究個案熟悉與修改訪談程序與訪談大綱。正式研究 N1 訪談員訪談當事人 A，N2 訪談員訪談當事人 B 與當事人 C，訪談員每次諮商段落結束後對當事人進行晤談感受量表評量，並使用訪談大綱進行重要事件及晤談感受的訪談（見附錄二），訪談過程予以錄影、錄音，作為往後分

析之依據。

#### (四) 重要事件協同分類者

重要事件協同分類者為諮商輔導研究所碩士，曾撰寫重要事件研究之碩士論文。在試探性研究中，研究者與協同分類者先進行重要事件的分類訓練，透過研讀相關資料，與協同分類者共同討論，以確定重要事件各類別涵義、關鍵描述，以建立標準一致的重要事件分類依據。再針對試探性研究中重要事件的諮商段落的逐字稿與訪談逐字稿，依前述分類依據，將試探性研究的四次諮商及訪談資料進行分類，分類時兩人各自分類，之後再一起比對分類的結果，分類不一致的重要事件由兩人共同討論，決定該重要事件最適合歸為分類系統中何類別。如果兩人共同討論之後，仍無法一致歸類時，則尋求本研究第二位研究者指導，為最後分類上的參考。如果兩人共同討論之後，無法在原分類系統給予適當歸類時，兩人共同進行開放編碼，以形成適合類別。

## 二、研究工具

本研究所使用的研究工具如下：(一) 塔羅牌與引導語；(二) 訪談大綱；(三) 重要事件分類表；(四) 晤談感受評量問卷；(五) 自我喜愛感與自我能力感量表「普通版」。

(一) 塔羅牌與引導語：本研究所使用的塔羅牌是由 Hay House 公司所出版的先知塔羅牌 (The Oracle Tarot)。大阿爾克那共 22 張，先知塔羅與傳統偉特牌是相似的，但希望更強調正向、創意及追求時代精神，所以修正了傳統塔羅牌部分卡片的名字，將傳統塔羅牌之「祭師」、「死亡」、「魔鬼」及「最後審判」等名稱改為「傳統」、「改變」、「束縛」及「審判」，小阿爾克那共 40 張，亦以杯子、權杖、幣及劍等四個元素為代表。先知塔羅的圖案較為模糊、流線，不似傳統偉特牌圖案清晰，顏色上也較為豐富。Cavendish (2003) 認為先知塔羅牌對自我成長具有正向積極，重新給予力量的效果，強調導引

正向的感受以提升個體的自尊，並採用藍黑色絨布為桌布。引導語分成七部份，且研究者在碩二下學期及暑假期間，已經嘗試運用塔羅牌的引導語於諮商中並加以訪談大綱之訪談，過程中不斷的修訂引導語及訪談大綱，並於試探性研究後，正式確認塔羅牌引導語（見附錄一）。

- （二）訪談大綱：訪談大綱分成兩部分，第一部分蒐集重要事件，第二部分為晤談感受，本研究參考陳斐娟（1996）、蔡惠菁（2005）的訪談大綱且於試探性研究中修正及確立（見附錄二）。
- （三）重要事件分類表：參考陳斐娟（1996）「重要事件分類表」加以編碼分類，若無法歸類則進行開放編碼。
- （四）晤談感受評量問卷：Stiles 和 Snow 於 1984 年發展第三版晤談感受評量問卷（The Session Evaluation Questionnaire, SEQ），Stiles 等人於 1994 年發展第四版，均獲得良好的信效度。中文版的信度考驗上，陳慶福（1995）對晤談感受評量問卷進行專家效度考驗，依「深度性」、「順暢性」、「正向性」、「激動性」四向度進行歸類，發現與原問卷的一致性分別為 .97、.97、.87、.96，顯示對晤談感受評量問卷的四向度之歸類與原量表相當一致。
- （五）自我喜愛感與自我能力感量表 SLCS-R「普通版」：自我喜愛感與自我能力感量表，是由劉樹斐（2000）翻譯 Tafarodi 與 Swann 在 1995 年所發展的自尊量表，具有良好的信效度，以 16 題總分來測量整體單向度的自尊，也可以區分成兩組各 8 題的分量表，分別估計雙向度的自尊。

### 三、研究實施程序

正式研究於九十四年十二月至九十五年四月間進行，篩選當事人三位。

諮商中每位當事人的諮商過程均進行全程錄影、錄音，每次諮商後先由一

位訪談員對當事人進行晤談感受量表施測。休息約半小時，再由訪談員針對諮商的內容與當事人進行半結構式訪談，全程進行錄音。訪談員依照訪談程序說明，解說重要事件的定義，請當事人自由回憶重要事件並確定發生哪些重要事件，加以列舉出來。訪談者按照順序利用錄影帶請當事人自行決定第一個重要事件發生的段落的起始點及重要性評分，當該重要事件的段落被確定後，觀看該段落幫助當事人回憶，接著請訪談者針對當事人第一個重要事件的內在經驗，依照訪談大綱進行訪談。之後進行第二個重要事件的訪談，直到陸續完成該次諮商所有重要事件的訪談。之後訪談當事人在該次諮商的晤談感受的經驗。訪談資料由訪談者記錄於訪談札記上。

逐字稿依統一格式整理編碼為文字檔案，個案以英文編號代表，如 A、B……，而內容中 1 代表諮商第一次，R 代表諮商師；N1、N2 分別代表兩位訪談員，而 QA 代表當事人 A 的訪談。根據上述原則如 A-1-003 代表 A 個案在第一次諮商的第三句對話；QC-2-045 代表 C 個案在第二次訪談的第 45 句對話。

研究者參考 Martin、Paivio 和 Labadie (1990) 等人的四個原則，加以標定重要事件，針對重要事件的分類，採內容分析歸類，內涵說明則採質性取向之逐字稿說明。每次諮商後對當事人進行晤談感受評量問卷施測，訪談結束後進行計分，並以 SPSS 12 版進行資料分析，另外在第一次諮商前與第八次諮商後，由諮商員對當事人進行 SLCS-R「普通版」之評量，自尊與晤談感受評量表評量之量化分析。本研究針對當事人在諮商中之塔羅牌、重要事件與晤談感受三者間之關聯，另以表列對照方式呈現。

## 參、結果與討論

### 一、三位當事人在諮商前後評量之自尊變化

表三顯示當事人自尊量表分數之變化，本研究採 Jacobson 與 Truax 提出「改變可靠性指數」(reliable change index, RC)，作為評估個案之行為是否確有改變

的計算方法（引自吳裕益，2004），而 RC 結果顯示當事人 B 與當事人 C 在諮商介入後，即使有測量誤差，在前後評量結果上仍有顯著差異（ $p < .05$ ），即當事人 B 與當事人 C 的自尊程度在諮商後，確實有顯著提升。當事人 A 同樣在自尊分數有上升，但未達統計顯著差異。

表三  
三位當事人自尊分量表上之分數變化

當事人 代 號	諮商前評量分數		諮商後評量分數		諮商後評量 分數／諮商 前評量分數	總差異 分 數
	自我喜愛感	自我能力感	自我喜愛感	自我能力感		
A	18	21	23	21	+5/0	5
B	19	12	25	21	+6/+9	15
C	20	20	27	26	+7/+6	13

## 二、三位當事人所知覺之重要事件

研究發現當事人認定的重要事件共有 54 個，可分十類，其中正向重要事件包括：同時性現象（21 個）、獲得頓悟和了解（13 個）、開放個人資料（4 個）、獲得諮商師所提供的明確訊息（4 個）、諮商需求與目標的確立（2 個）、描述和探索個人情感（2 個）、表達對治療外生活情境的強烈情感（2 個）、重要訊息的出現（1 個）；負向重要事件則為訊息與感受的接收或表達困難（4 個）、未被處理的自我（1 個），以下舉例說明部分重要事件的內涵。

### （一）同時性現象

同時性現象指當事人主觀表達牌卡與其心理狀態或問題間有意義的巧合或關聯，且牌卡對個人內在心理激起有意義的情緒或感受。

當事人 C 在第三次諮商段落改變牌卡中，圖像是一個下半身有著蛹的女人，背上有著紅色的翅膀，好像迎風飛著，右邊是黑色的背景，左邊則是較淡的綠。下半身有著蛹的女人象徵自己，右邊黑色的背景象徵過去，不夠開心的

回憶，左邊較綠的象徵未來，似乎表示可以有所選擇，牌卡中看見自己的蛻變及過去，回憶起小時候一直渴望長大的夢想，以及對於父親不開心的回憶，反映當事人一直希望可以與過去分離，不要有不開心的過去，而可以自己決定自己的生活，希望有自主控制的能力，如：

因為覺得小時候的生活，不會讓我感覺很快樂或是什麼，很希望可以趕快長大，可以做很多自己想做的事（QC-3-063）期待長大過的日子是跟小時候不一樣的（QC-3-093）很遺憾小時候沒有多去看一些，好的一面，只想到不好的部分（QC-3-107）

## （二）描述和探索個人情感

當事人 A 第一次諮商段落中，描述劍 7 牌卡中女人所穿的高跟鞋，讓當事人 A 感覺高跟鞋的存在是不適合的，在如此窘迫的環境裡，卻穿著高跟鞋，過程中探索到較為深層的想法，自己一直在心理不服輸，希望跟別人一樣，可以自由的行動、獨力完成事情，所以一直期待自己是如此的跟別人互動，如同 Maslow (1996) 的自尊需求，希望證明自己是有能力的，而根據 Norris 和 Connel 的自尊型態，如同第三類防禦性或假性的自尊，為個體的保護機轉，理想與現實差距過大而產生的（引自賴倩瑜等，2001），也如同 Jung (1982) 人格面具的部分，希望符合個人的目標與抱負，但事實卻是不切實際且困難的，如：

反映出自己的矛盾……及行動不便（A-1-110~111）我覺得，他的下半身被刺 4 枝劍，分別是他的兩隻腳，左腳又被刺接近腳踝的地方，然後他的手跟眼睛快要被劍刺到，感覺他是已經被束縛住了，然後……還有不知道為什麼，我對這高跟鞋一直很介意，我總覺得高跟鞋有什麼……（A-1-112）那種感覺像是，他雖然已經被束縛住，但他不要輕易脫下他的鞋子，就像是我自己比如說，我雖然身體狀況並不是那麼的可以跟人家相比，可是我心裡還是，我想心裡口服心不服，還是不想輸別人（A-1-115）我覺得失落的部分應該是，……恩！在意跟別人比較吧！（QA-1-270）可是有時候，可能……可能……自己

的自尊並不是這麼必要存在的，因為那是不實際的想像……（QA-1-284）

### （三）重要訊息的出現

當事人 A 第三次諮商段落中討論杖 1 牌卡，牌卡中是一個藍色裸體的女孩，拿著一個棒子，當事人表示自己是那個被揮舞的魔法棒，而揮動的女孩則可能是自己之前的女友及伴讀的同學，在討論的過程中，慢慢覺察自己隱藏自己其實不夠獨立的事實，如同 Maslow（1996）的自尊需求，希望證明自己是有能力的，可以自己照顧自己的需要，也如同 Jung（1982）人格面具的部分，希望自己是獨立的，不需別人的幫助，但卻過度認同面具。而根據 Norris 和 Connel 的自尊型態，如同第三類防禦性或假性的自尊，為個體的保護機轉，理想與現實差距過大而產生的（引自賴倩瑜等，2001），是一種隱藏及保護個體的機制，如：

因為我，以我想的話，就是她是施魔法，那我這根棒子，一定要有她揮動我才有效力（A-3-117）如果我是那個棒子，然後可能會覺得這個女生帶給我力量，可是……可是……。可是……可是棒子可能不會覺得自己重要吧（A-3-166）它（魔法棒）覺得是別人給它力量，而不是……，它不能做些什麼（A-3-167）我需要一點、需要一點能量吧（A-3-168）因為我一直希望自己是獨立的，那時我意識到自己還是需要別人的幫助，我並沒有自己以為的可以不是那個魔法棒，覺得失望，我還是需要別人來幫助我（QA-3-202）讓我意識到這個部分，以前就算真的有，我也沒有太去注意到，有一點像是被自己的主觀意識給騙了一樣（QA-3-204）

### （四）訊息與感受的接收或表達困難

當事人 A 在第三次諮商段落中，討論問題為「讓我更多了解自己」，審判牌卡是一個向上爬的人，但是樓梯下卻是一個哭泣的臉孔，此牌卡讓當事人感覺聯想困難且難以討論，對於牌卡有較多不明、困惑及恐懼之感受。在 Cavendish（2003）牌義中提到此牌是指陰影的影響，意指個體可能逃避或未解決的議題，

如同 Jung 的陰影，是一些我們寧願否認存在我們身上的東西，常以一個低劣或原始的人形象出現在夢裡，帶有令人不愉快的特質（龔卓軍譯，1999）。對於陰影的討論是困難的，而且必須有相當的準備度，所以也許可以解釋為何當事人 A 冥想此卡片時，其相當困惑且有恐懼的感受，如：

似乎想帶我去了解自己比較沒有意識到的部分（A-3-221）我只是覺得那個臉，好可怕（A-3-228）樓梯下的臉代表的可能是障礙（A-3-236）不知道為什麼，我看到那個臉就覺得很不好受，因為我覺得它讓我蠻不舒服的（QA-2-386~388）

當事人 A 在第五次諮商段落中，主要是為了討論恐懼的臉孔（審判牌卡），傳統牌卡是一個背對的女人，看不清楚臉孔，當事人卻在冥想牌卡時困惑且有恐懼的感受，甚至感覺身體不適。同審判牌卡的討論，當事人 A 亦有困惑及恐懼的感受，甚至在過程中有生理不舒服之反應，Jung（1997）提到在積極性想像中有可能造成當事人承受負荷過大的情緒、衝動、影像等潛意識的內容，因此潛意識與意識功能相當的當事人才適合使用，也許當事人 A 的生理不適即是反應積極性想像的危險，是牌卡使用上必須注意的，如：

在聯想引導方面造成我身體不適，整個沒有辦法有正面回應的回答，而且在情緒上也有一些起伏（QA-5-006）我在做這兩張牌卡的聯結，因為我那時說了這兩張牌卡給我的感覺，我聯想到他們的臉是相似的（QA-5-024）就是好像，我也不會形容，就是那時候很多情緒亂在一起，然後變得有一點，快要克制不了一樣（QA-5-121）

##### （五）獲得頓悟和了解

當事人 C 在第二次諮商段落中冥想魔術師牌卡時，覺得自己渴望成為魔術師，討論中意識到在美術上的天分及力量、潛能，只是被隱藏且不被當事人 C 所知覺，這部分讓當事人了解自己必須更多自我肯定，而在 Gallop（1981）指出主牌中 1-7 的牌卡象徵力量或是潛能，而魔術師代表的意義是正向的力量及

主動，與當事人自我詮釋的意義很類似。當事人 C 在第三次諮商段落中討論幣 3 牌卡，圖像讓當事人聯結三個輪子而且不同大小，分別象徵父親、母親與姊姊，而且大小不同象徵愛的不均等，而自己則是牌卡中的女孩，張開手臂的樣子，讓當事人了解自己必須學習接納，對於父親的表達方式及父親與母親的關係，也更有動機願意去與父親互動。

在 Cummings 等人（1992）研究結果顯示，高達三分之二比例的當事人能夠回憶出具有隱喻本質的事件，顯示隱喻對於當事人較為特殊，也易被視為重要事件，隱喻容易被視為重要事件與 Martin 和 Stelmacznek（1988）的研究結果相符。

本研究中，請當事人自行判定此重要事件是否與塔羅牌有關聯，研究結果發現與塔羅牌有關聯的重要事件，佔全部重要事件的 80%，與文獻吻合，即以塔羅牌為媒介，其圖案顏色會引發當事人的情緒感受，亦同隱喻或心像的使用，易被當事人回憶及視為重要事件。負向的重要事件為未處理的自我及訊息與感受的接收或表達困難，在本研究中訊息與感受的接收或表達困難，均是因為與牌卡聯結有困難而形成，亦即諮商員引導當事人與牌卡接觸及感受時，當事人不知如何表達感受，及回應諮商員的問題。Mahrer 等人（1989）的研究發現某些好時機的類別是與某些情緒層次有明顯的搭配出現關係，依據訪談逐字稿可以明顯發現，同時性現象的出現，較多伴隨正向及好的情緒，建議之後研究可以進一步探討。

文獻中提及重要事件的特徵可視為深度性、精緻性及結論取向（Cummings et al., 1992; Martin & Stelmacznek, 1988）。本研究中，當事人 A、當事人 B 與當事人 C 三者均認為對於抽牌問題的解答，是其認定重要事件的依據，與文獻中提及重要事件特徵對照，屬於結論取向；而同時性現象的類別屬於本研究中新增的類別，分析訪談逐字稿及參酌諮商逐字稿後，發現此類別對照文獻中提及重要事件的特徵，可能分別屬於深度性、精緻性、結論取向或同時具有上述三類。當事人 B 認定重要事件的類別中，諮商師提供明確的訊息，屬於結論取

向。當事人 C 認定的類別中，獲得頓悟與了解則是屬於深度性。

**表四**

**三位當事人在八次諮商段落中重要事件個數、屬性及其重要性評分平均分數**

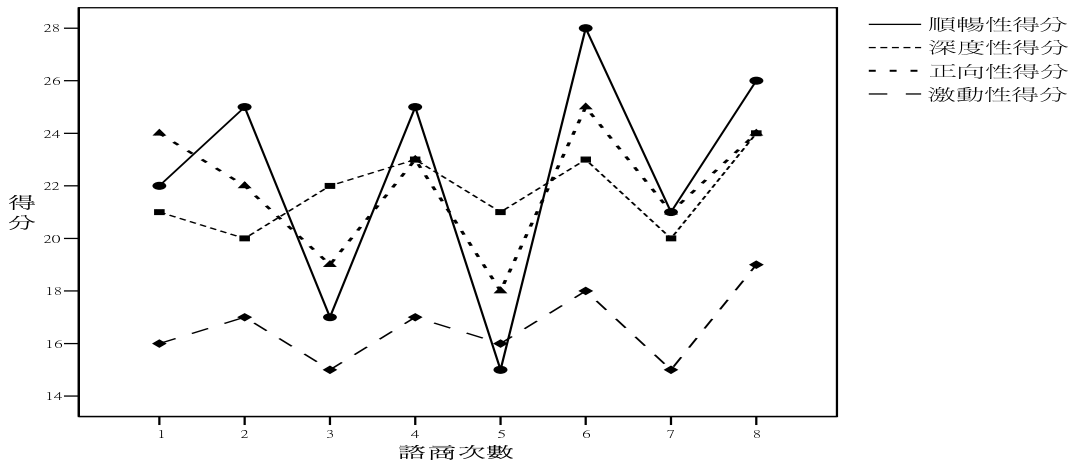
當事人	諮商次數	重要事件個數	重要事件屬性		重要性評分 總平均分數
			正向	負向	
A	8	18	14	4	67.71
B	8	16	16	0	80.00
C	8	20	20	0	80.50

在訪談中，請當事人對每次諮商中的每一個重要事件評分及判斷每個重要事件是正面或負面的，表四顯示當事人 A 重要事件個數比當事人 B 多，但其重要性評分平均分數少於當事人 B，且認定有負向的重要事件，對照表三比較當事人 A 與當事人 B 在自尊分數的變化上，顯示當事人 B 的自尊程度在諮商後確實有顯著提升，因此研究者認為重要性評分及重要事件的屬性可能比重要事件個數更能說明自尊變化，且三位當事人在重要事件類別與重要性評分低中高等級有明顯差異，同時性現象和獲得頓悟和了解較多出現在中高等級的評分，且重要事件正負屬性與重要性評分低中高等級有明顯差異，即重要事件屬正面時其評分較高，顯示重要性評分有其指標上的意義。

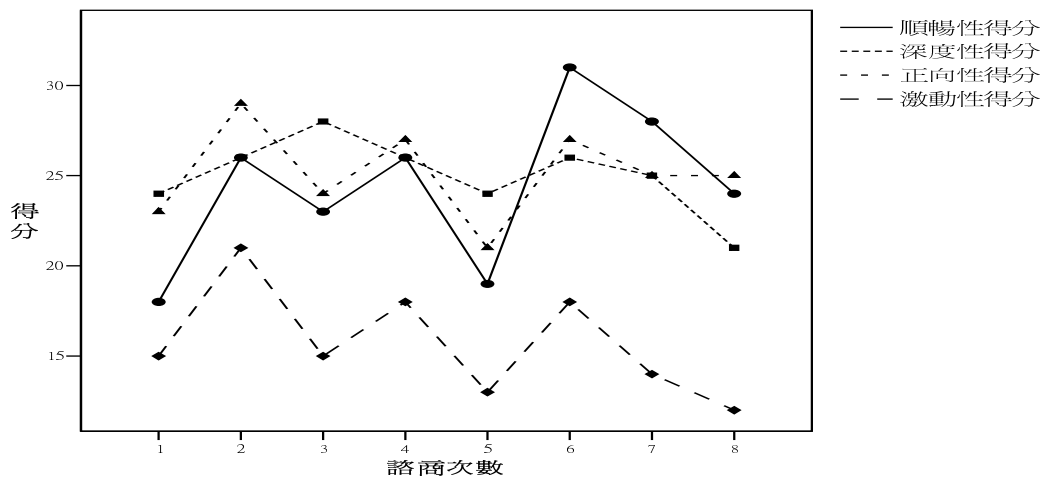
綜合上述說明，本研究中當事人認定的重要事件共 10 類，當事人認定與牌卡有關的重要事件，具有視覺隱喻且能引發當事人情緒感受的功能，同時性現象是新增的類別，在重要事件的特徵上具有深度性、精緻性及結論取向。重要事件的評分可能比重要事件個數更能說明自尊變化，建議之後研究多加探討。

### 三、三位當事人對八次諮商段落所知覺之晤談感受

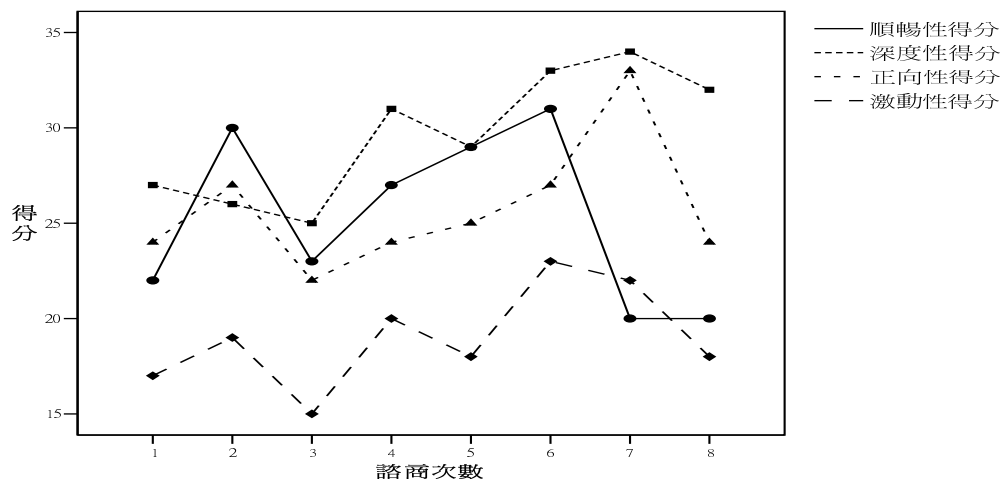
圖一至圖三顯示三位當事人對八次諮商段落所知覺之晤談感受。



圖一 當事人 A 對八次諮商段落晤談感受得分變化



圖二 當事人 B 對八次諮商段落晤談感受得分變化



圖三 當事人 C 對八次諮商段落晤談感受得分變化

由圖一、圖二與圖三可知，三位當事人的變化情形有上下波動，變化趨勢並不明顯，對照諮商逐字稿及訪談逐字稿發現，上下波動來自於當事人當次的諮商主題及對於牌卡的感受及聯結，若牌卡引發當事人較好的聯結及較好的情緒感受，當次晤談感受較高，反之則晤談感受較低，也與當次討論的主題有關。

表五

三位當事人在八次諮商段落中晤談感受的平均分數

當事人	順暢性	深度性	正向性	激動性
A	22.38	21.75	22.00	16.63
B	24.38	25.00	25.13	15.75
C	25.25	29.63	25.75	19.00

表五顯示三位當事人在八次諮商段落中晤談感受的平均分數，當事人 A 在順暢性、深度性與正向性得分普遍低於當事人 B 與當事人 C，研究者認為可能與當事人討論的主題及內容較為有關，主題的模糊及對於牌卡的感受困難，反應在其重要性類別及評分、晤談感受量表及訪談逐字稿，顯示諮商晤談對於其

改變及影響並不明顯。當事人 B 與當事人 C 在順暢性、深度性、正向性向度上八次諮商平均分數都比當事人 A 高，唯在激動性上八次諮商平均分數，只有當事人 C 比當事人 A 高，而當事人 B 與當事人 C 晤談感受分數較當事人 A 高，其在自尊得分變化上也較佳，兩者具有方向上的一致性。

當事人 A 第三次與第五次是分數明顯下降的段落，並且有痛苦、不舒服及不想面對的情緒，對照諮商逐字稿及訪談段落晤談感受的說明，研究者認為當事人 A 正經驗 Jung(1982)所提原型中的陰影，是當事人 A 很難知覺及面對的，是其寧願否認的部分，意即當事人對於其身體障礙部分（弱視、肢障）的憤怒及無力，自己無法完全獨立及必須依賴他人，這些都讓當事人 A 擁有較低的自尊。在諮商中問題聚焦於自我概念、自我了解及他人對自己的看法，但有三次諮商對於牌卡有訊息難以接收及表達的感受，影響當次的晤談感受，也影響當事人在自尊議題的討論深度及改變，同時反映在自尊分數變化也較低。

從 Jung 陰影的角度看，當事人 B 在第二次諮商後的訪談意識到自己從小便不願意看見及否認的部分，即自己因為五官中兩眼大小不一，從小便不被疼愛及被認為是不可愛的，所以當事人 B 會有習慣自己雙手交叉抱著自己的姿勢，是一種自我疼惜及自我撫慰，卻也相對代表與他人聯結較少，當事人 B 在其親密的家人或朋友上可能較缺乏關心及注意，其個人議題上對照 Maslow (1968) 需求階層中，代表其愛與歸屬的需求較不被滿足，在諮商過程中，當事人重新建構自己與他人互動的關係，學習更正向的預期及行為，並且看見自己的價值及能力，不全是別人的肯定產生，這些反映在個案的晤談感受，且自尊分數有較明顯的改變。

當事人 C 在第三次的晤談感受量表分數最低，當次討論的主題是聚焦在與父親的關係上，過程中當事人 C 情緒起伏較大，研究者對照諮商逐字稿認為當事人 C 其所面對的陰影即是單親家庭的負面評價及其自我否定的羞愧，並且也許在其潛意識中，會認為父親必須對家庭的分離負起責任，所以這次議題的討論是相當重要的，讓其重新從不同的角度看見並了解父親對其的在乎及疼惜，雖然在單次諮商後期可以重新看見改變卡片的正向力量，但對於單親家庭的困擾是個案主要的求助議題，也是其相當重要的陰影部份，所以在晤談感受的得

分最低。當事人 C 在諮商中，著重在單親家庭的討論、自信與認知模式等探討，讓個案對於自我概念有更正向的看法，同時反映在自尊變化。

## 四、塔羅牌、重要事件與晤談感受三者的關聯

### (一) 當事人 A

表六顯示主牌中審判及傳統皆引起負向的重要事件，即訊息與感受的接收或表達困難，且與較低的「順暢性」、「正向性」有關。此重要事件表示當事人若較難聯想與感覺卡片時，會覺得諮商晤談的感受較不舒服，對該次諮商晤談的順暢性評價會較低，而且若卡片的圖案讓當事人不喜歡或害怕，則會引起情緒上波動，而且無法有較正向的感受及想法。Wang(1987)說明主牌可以與 Jung 原型相對應，且 Cavendish(2003)牌意中提到審判牌是指個體可能逃避或未解決的議題，如同 Jung 的陰影，也許可以說明在當事人試圖接觸其深層的集體潛意識時，在積極性想像中當事人承受負荷過大的情緒、衝動、影像等潛意識的內容(Jung, 1997)。

劍組引起的重要事件類別共有 5 類，同時性現象是出現較多的類別，且與較高的「順暢性」、「深度性」及「正向性」有關，對於當事人而言，牌卡可以反映出當事人的心靈狀態(Rosengarten, 2000; Gwain, 1994)，通常有助於諮商的進行及較精緻的探索，且當事人通常會有較自信及高興的感受，並且通常伴隨一些情緒狀態的改變，如活力及興奮感。劍 5 引起的重要事件為表達對治療外生活情境的強烈情感，其重要性評分相當高，且與較高的「順暢性」、「深度性」、「正向性」及「激動性」有關。

表六

## 當事人 A 在八次諮商段落中使用的塔羅牌、重要事件與晤談感受

抽牌問題	牌卡	重要事件／重要性評分	正向 負向	晤談感受			
				順	深	正	激
一 我討厭自己嗎？	劍 7 世界	1. 表達對治療外生活情境的強烈情感／90	正向	22	21	24	16
		2. 未被處理的自我／50	負向				
		3. 同時性現象 *／30	正向				
		4. 描述和探索個人情感 *／70	正向				
二 怎麼樣的自己才是適合自己？	杯 9 劍 10	1. 諮商需求與目標的確立／50	正向	25	20	22	17
		2. 獲得頓悟和了解 *／70	正向				
		3. 開放個人資料 **／80	正向				
三 讓我更多了解自己？	杖 1 審判	1. 諮商需求與目標的確立／60	正向	17	22	19	15
		2. 重要訊息的出現 *／50	正向				
		3. 訊息與感受的接收或表達困難 **／70	負向				
四 在自我了解的道路上，我遇到什麼障礙？	幣 1 幣 2	1. 獲得頓悟和了解／60	正向	25	23	23	17
		2. 獲得頓悟和了解／80	正向				
五 對於牌卡的臉孔，我恐懼的是什麼？	幣 9 傳統	1. 訊息與感受的接收或表達困難 **／80	負向	15	21	18	16
六 別人怎麼看待我？	杖 9 劍 6	1. 同時性現象 *，**／70	正向	28	23	25	18
七 對稱的卡片對我的意義？	劍 10 幣 1	1. 訊息與感受的接收或表達困難 *／50	負向	21	20	21	15
		2. 訊息與感受的接收或表達困難 **／50	負向				
八 對於諮商的結束，給一張牌卡？	世界 劍 5	1. 同時性現象 **／80	正向	26	24	24	19
		2. 表達對治療外生活情境的強烈情感 **／90	正向				

註：1. 第一張牌卡由當事人抽取，第二張牌卡則由諮商員抽取。2. 重要事件係按發生順序排列。3. 「\*」是當事人視之為與牌卡相關的重要事件，牌卡是由當事人抽取，是第一張卡片；「\*\*」是當事人視之為與牌卡相關的重要事件，牌卡是由諮商員抽取，是第二張卡片。4. 重要性評分，由當事人主觀判定，1分表示最不重要，100分表示最重要。

## (二) 當事人 B

表七顯示當事人 B 認定主牌均引起同時性的重要事件，但與晤談感受的得分上沒有較為顯著的部份。劍組也出現較高的同時性類別，且與較高的「順暢性」、「深度性」、「正向性」及「激動性」有關。杖組亦出現較多的同時性類別，且與較高的「順暢性」及「正向性」有關。在第七次諮商段落中，幣 6 同時引起兩個重要事件，且與較高的「順暢性」有關，表示在一次的諮商段落中，塔羅牌可能引起一個以上的重要事件。

表七

當事人 B 在八次諮商段落中使用的塔羅牌、重要事件與晤談感受

	抽牌問題	牌卡	重要事件／重要性評分	正向 負向	晤談感受			
					順	深	正	激
一	特定同學對我的看法？	杖 5 女祭師	1.開放個人資料 */75 2.同時性現象 **/85	正向 正向	18	24	23	15
二	為什麼別人要傷害我？	愚者 劍 9	1.同時性現象 **/90 2.獲得諮商師所提供的明確訊息/85	正向 正向	26	26	29	21
三	我有那麼討人厭嗎？	劍 5 杖 2	1.同時性現象 */70 2.獲得諮商師所提供的明確訊息/85	正向 正向	23	28	24	15
四	新室友對我的感覺？	月亮 劍 6	1.同時性現象 */80 2.同時性現象 **/75	正向 正向	26	26	27	18
五	我在別人眼中是什麼樣的人？	杯 7 劍 5	1.獲得頓悟和了解 */75 2.獲得諮商師所提供的明確訊息/75	正向 正向	19	24	21	13
六	如何讓我的人際關係，發展的更好？	杖 2 劍 8	1.同時性現象 */85 2.獲得頓悟和了解 **/75	正向 正向	31	26	27	18
七	在人際關係上，我能做些什麼？	傳統 幣 6	1.開放個人資料 **/80 2.獲得頓悟和瞭解 **/85	正向 正向	28	25	25	14
八	怎樣說話才讓人家覺得舒服？	星星 杖 7	1.同時性現象 */80 2.同時性現象 **/80	正向 正向	24	21	25	12

### (三) 當事人 C

表八顯示在當事人 C 所認定的重要事件中，主牌引起最多的為同時性的類別，且與較高的「深度性」及「正向性」有關，其次為獲得頓悟了解，且與較高的「順暢性」有關。劍組的同時性類別亦較多，但與晤談感受的得分上沒有較為顯著的部份。杖組的同時性類別與較高的「深度性」及「正向性」有關。

表八

當事人 C 在八次諮商段落中使用的塔羅牌、重要事件與晤談感受

	抽牌問題	牌卡	重要事件／重要性評分	正向 負向	晤談感受			
					順	深	正	激
一	為什麼我的家庭 沒辦法跟人家一 樣幸福美滿？	劍 6 世界	1.同時性現象 * /90 2.開放個人資料 * /80 3.獲得頓悟和瞭解** /60	正向 正向 正向	22	27	24	17
二	如何增加自己的 自信，肯定自己的 選擇？	命運之 輪 魔術師	1.同時性現象 * /60 2.獲得頓悟和瞭解 ** /80 3.獲得頓悟和瞭解 ** /90	正向 正向 正向	30	26	27	19
三	如何拉近與父親 的距離	改變 幣 3	1.同時性現象 * /75 2.獲得頓悟和瞭解 ** /70 3.獲得頓悟和瞭解 ** /80	正向 正向 正向	23	25	22	15
四	我們會在一起嗎？	幣 7 杖 7	1.同時性現象 ** /80 2.獲得諮商師所提供的明確訊 息 ** /85	正向 正向	27	31	24	20
五	為什麼會把事情 想的那麼負面？	劍 1 節制	1.同時性現象 * /88 2.同時性現象 ** /85	正向 正向	29	29	25	18
六	為什麼沒辦法跟 ** (地名) 的 * * (社團名) 感覺 那麼貼近？	力量 愚者	1.同時性現象 * /88 2.描述和探索個人情感 ** / 85 3.獲得頓悟和瞭解 /87	正向 正向 正向	31	33	27	23
七	他是不是一個值 得等待的人？	杖 10 審判	1.同時性現象 * /70 2.同時性現象 ** /90	正向 正向	20	34	33	22
八	如何找到知心朋 友？	高塔 公平	1.同時性現象 * /75 2.獲得頓悟和瞭解 /85	正向 正向	20	32	24	18

綜合上述，主牌引起的重要事件在當事人 A 均為訊息與感受的接收或表達困難，且與較低的「順暢性」、「正向性」有關，文獻中提及主牌多是生命中重要的議題與阻礙，所以在聯想及詮釋上較為困難，過程中可能也負荷過大的情緒、衝動、影像等潛意識內容（Jung, 1997），當事人無相對的心理功能，所以認定此事件為訊息與感受的接收或表達困難，也造成較低的順暢性與正向性；當事人 B 與 C 則多為同時性的類別，且當事人 C 評定較高的「深度性」及「正向性」。劍組在三位當事人中，引起的重要事件多與同時性類別有關，當事人 A 與當事人 B 均評定較高「順暢性」、「深度性」及「正向性」。杖組引起的重要事件在當事人 B 與當事人 C 中，多為同時性之類別，且多評定較高的「正向性」。

文獻中 Rosengarten（2000）與 Gwain（1994）明確指出塔羅牌之所以能反映出心靈狀態，其運作原理就是同時性，同時性現象新類別的增加，是使用塔羅牌為媒介中特有的發現，且同時性為塔羅牌提供圖像數字顏色、人們關切的問題，以及外在世界發生的事件背後，存在著意義的關聯，而使當事人多評定同時性重要事件的類別有較高的深度性及正向性。

研究結果顯示以塔羅牌為媒介之諮商過程中，塔羅牌會影響當事人所認定的重要事件，而同時性現象與訊息與感受的接收或表達困難則似乎較為直接受到牌卡之影響，影響的部分多呈現在視覺化或積極性想像的過程中。且在主牌的討論上，多數觸及較為深層的議題（原型），可能帶來較大的頓悟與改變，也可能會有無法負荷過大的情緒衝動，所以在主牌引發的重要事件與晤談感受上，會因接觸牌卡的感受不同而有迥異的差異。其他類別則似乎較為間接受到牌卡之影響，無論主牌或副牌皆有同時性的現象產生，且副牌的部份，杖組象徵較多未來的遠景及生命力（杖 7、杖 2），引發的重要事件多為同時性現象。

本研究認為塔羅牌、重要事件與晤談感受三者之可能關聯為：以塔羅牌為媒介之諮商中，塔羅牌、當事人、諮商員及彼此之交互作用可能會直接或間接引發諮商過程中重要事件的產生；而當次諮商當事人的重要事件則會影響當次其晤談感受，塔羅牌、重要事件與晤談感受之間的關聯較似乎呈現線性的關

係，而連續八次的諮商短期結果（晤談感受）促成當事人自尊的改變與提昇。

## 肆、結論與建議

依據研究所得結果，本研究之結論與對未來諮商實務及研究建議如下：

### 一、結論

當事人在諮商後自尊評量的分數均有提昇，而可靠性指數亦顯示當事人 B 與當事人 C 的自尊評量前後得分達到統計顯著差異。

三位當事人所認定的重要事件為十類，而以同時性現象所佔重要事件比例最高；其次為獲得頓悟和了解。由牌卡所引發之重要事件為八類，同時性現象與訊息與感受的接收或表達困難均由牌卡引發。重要性評量及重要事件的屬性似乎較重要事件個數更能說明當事人自尊的變化情形。當事人在重要事件類別與重要性評分低中高等級有明顯差異，同時性現象和獲得頓悟和了解較多出現在中高等級的評分。當事人在重要事件正負屬性與重要性評分低中高等級有明顯差異，即重要事件屬正面時其評分較高。當事人所知覺重要事件中，與塔羅牌有關聯之比例相當高，所佔類別多為同時性現象與獲得頓悟和了解，且塔羅牌可被視為能引起當事人心像及隱喻的方式。

三位當事人在順暢性、深度性、正向性與激動性上的變化情形呈上下波動，整體變化趨勢並不明顯。當事人 B 與當事人 C 在順暢性、深度性、正向性向度上八次諮商平均分數都比當事人 A 高，唯在激動性向度上八次諮商平均分數，只有當事人 C 比當事人 A 高，整體而言，與自尊變化具有方向上的一致性。

在塔羅牌、重要事件與晤談感受三者之關聯上，主牌引起的重要事件在當事人 A 均為訊息與感受的接收或表達困難，且與較低的「順暢性」、「正向性」有關；當事人 B 與 C 則多為同時性的類別。劍組在三位當事人中，引起的重要事件多與同時性類別有關，當事人 A 與當事人 B 均評定較高「順暢性」、「深度

性」及「正向性」。杖組引起的重要事件在當事人 B 與當事人 C 中，多為同時性之類別，且多評定較高的「正向性」。無論主牌或副牌皆有同時性的現象產生，主牌討論多觸及較為深層的議題，在引發的重要事件與晤談感受上，會因接觸牌卡的感受不同而有迥異的差異。

## 二、建議

在諮商實務上：

- (一) 諮商師如何讓當事人可以表達對於牌卡的感覺，而不會有模糊及困惑是相當重要的，因此諮商師往後在運用塔羅牌為媒介諮商的引導及對問題的界定上應更小心及謹慎。
- (二) 當當事人無法作聯想或感受到牌卡的特別象徵或意義時，諮商師適時對當事人的心理建設是重要的，諮商師可適時協助當事人釋懷及自我接受，降低當事人在諮商段落中產生過度負向感受。

在未來研究上：

- (一) 本研究僅探討當事人八次諮商段落的重要事件與晤談感受，建議往後研究可針對 Jung 積極性想像的部份繼續探討，瞭解積極性想像對當事人可能帶來的影響。
- (二) 同時性現象是本研究中新增的類別，建議之後研究可以著重了解塔羅牌與同時性現象間的關聯，作更深入地探討。
- (三) 建議之後研究，可以分別針對塔羅牌的圖像、顏色及數字，分別討論其所引起的視覺隱喻有何不同，作更深入的討論。
- (四) 過去若干文獻中曾提及重要事件的類別可能有不同的情緒喚起反應，建議之後的研究可以針對應用塔羅牌於諮商中，其重要事件類別的情緒反應為何作探討。
- (五) 本研究的重點在探討當事人在諮商段落中的重要事件及晤談感受，之後可探討當事人的改變歷程中之其他重要變項或主題（如隱而未

說的話語、夢的闡析等)。

- (六) 未來研究可考慮增加諮商次數，進一步瞭解研究變項隨著諮商階段的改變是否呈現更明確或特定的變化趨勢。
- (七) 本研究的對象是低自尊大學生，未來可考慮以國、高中生，或是社會人士為對象，建議對其他適應問題如，人際關係、感情困擾、親子衝突等議題進行研究。
- (八) 建議增加諮商員及當事人人數，在變項資料的蒐集上宜多累積數量，增進研究結果之推論性。

針對本文之任何回應、回饋或意見，請直接聯繫：江宛凌，苗栗市恭敬里聯大一號，e-mail: wangling@nuu.edu.tw，國立聯合大學生涯發展與諮商輔導中心，037-381130。

收件日期：96年02月27日

複審一日期：96年07月26日

複審二日期：96年10月10日

通過日期：96年12月18日

## 參考文獻

- 王艾雯（2001）。自尊對生氣歷程及生氣滿意度之影響。中原大學心理學研究所碩士論文，未出版，桃園。
- 吳裕益（2004）。特殊教育文集。台北：教育部特殊教育小組。
- 林杏足（1998）。諮商中當事人自尊改變歷程之分析研究。國立彰化師範大學輔導學研究所博士論文，未出版，彰化。
- 周奕伶（2002）。焦點解決短期諮商對低自尊個案復原力之建構。國立彰化師範大學輔導與諮商學系碩士論文，未出版，彰化。
- 翁嘉英（1997）。失能慢性病患之自我評價歷程與自尊感對其初期因應策略之影響。台大心理學系博士論文，未出版，台北。
- 清風（2004）。第一次塔羅占卜就上手。台北：城邦文化。
- 陳偉文（1998）。挖掘艾略特荒原中現代人的心理狀態。靜宜大學英語學系碩士論文，未出版，台中。
- 陳斐娟（1996）。諮商歷程中的重要事件、工作同盟與諮商結果之分析研究。國立彰化師範大學輔導學系博士論文，未出版，彰化。
- 陳慶福（1995）。諮商員和當事人在諮商過程中的同盟、口語反應模式與晤談感受研究。國立彰化師範大學輔導研究所博士論文，未出版，彰化。
- 蔡惠菁（2005）。當事人在諮商歷程中的重要事件與晤談感受之研究。國立台中師範學院諮商與教育心理研究所碩士論文，未出版，台中。
- 劉樹斐（2000）。自尊的多面向對大學生憂鬱與攻擊行為的影響。國立政治大學心理學系碩士論文，未出版，台北。
- 賴倩瑜、陳瑞蘭、林惠琦、吳佳珍、沈麗惠（2001）。心理衛生。台北：揚智文化。
- 盧娜譯（2005）。玩出塔羅趣味。台北：生命潛能。Abadle, M. J. (2002). *Tarot For Teens*.

- 謝蕙春 (2002)。焦點解決短期諮商對低自尊個案之影響研究。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。
- 蕭薇琪 (2003)。探究塔羅牌的藝術—命運、預言、想像與象徵。國立臺灣師範大學美術系在職進修班碩士論文，未出版，台北。
- 龔卓軍譯 (1999)。人及其象徵：榮格思想精華的總結。台北：立緒文化。Jung, C. G. (1964). *Man and his symbols*.
- Anderson, W. P., & Niles, S. G. (2000). Important events in career counseling: Client and counselor descriptions. *The Career Development Quarterly*, 48(3), 251-263.
- Arrien, A. (1997). *The tarot handbook: Practical applications of ancient visual symbols*. New York: Jeremy.
- Cavendish, L. (2003). *The oracle tarot*. Carlsbad: Hay House.
- Cummings, L. A., & Barak, A. (1995). Session helpfulness and session evaluation in short-term counselling. *Counselling Psychology Quarterly*, 8(4), 325.
- Cummings, L. A., Martin, J., Hallberg, E., & Slemon, A. (1992). Memory for therapeutic events, session effectiveness, and working alliance in short-term counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 39, 306-312.
- Elliott, R. (1985). Helpful and unhelpful events in brief counseling interviews: An empirical taxonomy. *Journal of Counseling Psychology*, 32, 307-322.
- Gallop, M. K. (1981). *Maslow and the Tarot: Self-actualization in theory and practice*. Unpublished masters dissertation, State University California of Professional Psychology. London: Macmillan.
- Gwain, R. (1994). *Discovering your self through the tarot: A Jungian guide to archetypes & personality*. Rochester: Destiny Books.
- Hoffman, M., & Hill, C. (1996). The relationship between in-session significant events and session outcome for prepracticum. *Counselor Education & Supervision*, 36(1), 25.
- Jung, C. G. (1982). *Aspects of the feminine*. London: Ark.

- Jung, C. G. (1997). *Jung on active imagination*. London: Routledge.
- Kaplan, S. R. (1971). *The encyclopedia of Tarot*. New York: Games Systems.
- Kivlighan, D. M., Jr. & Arthur, E. G. (2000). Convergence in client and counselor recall of important session events. *Journal of Counseling Psychology, 47*, 79-84.
- Mackay, H. C., Barkham, M., & Stiles, W. B. (1998). Staying with the feeling: An anger event in psychodynamic-interpersonal therapy. *Journal of Counseling Psychology, 45*(3), 279-289.
- Mackay, H. C., Barkham, M., Stiles, W. B., & Goldfried, M. R. (2002). Patterns of client emotion in helpful sessions of cognitive-behavioral and psychodynamic-interpersonal therapy. *Journal of Counseling Psychology, 49*(3), 376-380.
- Mahrer, A. R., & Nadler, W. P. (1986). Good moments in psychotherapy: A preliminary review, a list, and some promising research avenues. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 54*, 10-15.
- Mahrer, A. R., Stalikas, A., Fairweather, D. R., & Scott, J. M. (1989). Is there a relationship between client feeling level and categories of "Good Moments" in counseling sessions? *Canadian Journal of Counselling, 23*(3), 219-227.
- Mallinckrodt, B. (1993). Session impact, working alliance, and treatment outcome of brief counseling. *Journal of Counseling Psychology, 40*, 25-32.
- Marmar, C. R. (1990). Psychotherapy process research: Progress, dilemmas, and future directions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 58*(3), 265-272.
- Martin, J., & Stelmaczek, K. (1988). Participants' identification and recall of important events in counseling. *Journal of Counseling Psychology, 35*, 385-390.
- Martin, J., Paivio, S., & Labadie, D. (1990). Memory-enhancing characteristics of client-recalled important events in cognitive and experiential therapy: Integrating cognitive and experiential and therapeutic psychology. *Counseling Psychology Quarterly, 3*, 239-256.

- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. New York: Van Nostrand Reinhold.
- Maslow, A. H. (1996). *Future visions: The unpublished papers of Abraham Maslow*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Reynolds, S., Stiles, W. B., Barkham, M., Shapiro, D. A., Hardy, G. E., & Rees, A. (1996). Acceleration of changes in session impact duration contacting time-limited psychotherapies. *Journal of Counseling and Clinical Psychology, 64*(3), 577-586.
- Rosengarten, A. (2000). *Tarot and psychology: Spectrums of possibility*. Minn: Paragon House.
- Stiles, W. B., Reynolds, S., Hardey, G. E., Rees, A., Barkham, M., & Shapiro, D. A. (1994). Evaluation and description of psychology sessions by clients using the Session evaluation Questionnaire and the Session Impact Scale. *Journal of Counseling Psychology, 41*, 175-185.
- Stiles, W. B., & Snow, J. S. (1984a). Counseling session impact as viewed by novice counselors and their clients. *Journal of Counseling Psychology, 31*(1), 3-12.
- Stiles, W. B., & Snow, J. S. (1984b). Dimensions of psychotherapy clinical session impact across sessions and clients. *British Journal of Clinical Psychology, 23*, 59-63.
- Wang, R. (1978). *An introduction to the golden dawn tarot*. Maine: Samuel Weiser.
- Wang, R. (1987). *The Qabalistic Taro: A textbook of mystical philosophy*. Maine: Samuel Weiser.
- Wilcox-Matthew, L., Ottens, A., & Minor, C. W. (1997). An analysis of significant events in counseling. *Journal of Counseling & Development, 75*(4), 282-292.

## 附錄一

### 塔羅牌引導語

#### 一、建立諮商關係及了解當事人問題困擾及需求階段：(約 6 分鐘)

第一次諮商開始，將會先進行場面構成及關係建立。每次諮商開始時，諮商師邀請個案先談主要困擾，描述其中事件、想法、情緒及行爲。以及進行塔羅牌的使用。

在牌卡抽取前，兩套牌卡統一放在諮商師旁邊。

「○○，請你談談這次想要來談的問題？」

「對於這個困擾，你曾有過哪些想法與情緒？」

「對於這個困擾，你過去曾做過哪些因應的方式？」

#### 二、介紹牌卡階段：(約 1 分鐘)

諮商師拿出一套塔羅牌向當事人介紹，並且請當事人閉上眼睛聆聽。

「這是一套崇尚正向啓發、個人價值、自我提昇時代精神的塔羅牌，我們相信這副牌反映人類的內在心靈世界，因此藉由抽牌，對牌冥想及自己對牌卡的詮釋，你可以透過所抽的牌，更認識自己，覺察問題，進而自我了解及自我實現。」

附註：如果當事人在此對牌卡提出疑問，諮商師回應方式如下：

「我知道你對這個問題很有興趣，我會在諮商後半部分的共同詮釋階段回答你。」，在二到五階段若當事人有疑問皆統一如上回應。

#### 三、抽取牌卡階段：(約 3 分鐘)

「請你把你剛剛的困擾，用一句話說出來。」

諮商師口頭再複誦該問題一次。

「等一下我們將爲你剛剛所說的困擾各抽一張牌」

「請在手上洗這副塔羅牌。洗牌時，必須閉上眼睛，持續在心裡一字不漏的默念你剛說的困擾。洗牌的時間長短由你決定。」

「在洗牌過程中保持安靜，洗好後張開眼睛，把牌放在你左手邊的桌布上，若諮商師還在洗牌，請勿出聲干擾，等到諮商師洗牌結束。」

此時諮商師與當事人各自拿一套牌卡在手上洗牌。諮商師先示範用右手將牌卡攤開。

「請你跟我一樣，用右手將牌卡攤開。」

諮商師先示範用左手，依直覺選一張牌卡，由牌卡上方抽出，將牌卡翻開置於旁邊。

「請你跟我一樣，用左手，依你的直覺選一張牌卡，由牌卡上方抽出，將牌卡翻開置於旁邊。」

諮商師與當事人共同將其餘牌卡收於卡盒內，放置於旁邊。

#### 四、接觸牌卡階段：(約 6 分鐘)

「請你先用眼睛看著牌卡，接著再用左手把牌卡拿在手上觸摸並感覺它。」

「整體來看，你覺得牌卡帶給你什麼感覺？」

「請你描述牌卡中的人或物正在做什麼？」

「人或物有什麼樣的心情或感受？」

「牌卡什麼部分最能引起你的注意？」

「這個部分讓你有什麼感覺？」

「若你像是牌卡中的某一部分，你會是什麼？」

「身為牌卡中的那個部分是什麼樣的感覺？」

附註：如果在此階段個案對接觸牌卡有困難，則回到抽取牌卡階段重抽一張牌卡。

#### 五、聯想牌卡階段：(約 10 分鐘)

請個案先閉上眼睛，放鬆的靠在椅背上，回想自己所抽的牌卡，並接觸自己的內在。

「先記住你抽的牌卡圖案，再請你閉上眼睛，放鬆的靠在椅背上」

「在腦海裡持續回想牌卡的圖案。」

等待個案回想牌卡，諮商師避免出聲干擾並認真觀察個案表情變化。

「當你覺得你準備好要聯想牌卡時，點頭讓我知道。」

「接下來的聯想，都請你閉著眼睛，專注在你的內心感受上。」

「在聯想過程中，你腦海中剛剛浮現什麼念頭、想法、聲音或影像？」

「你覺得牌卡跟你的問題有什麼關聯？」

「你覺得牌卡跟你對自己的看法有什麼關聯？」

「你覺得牌卡給你什麼樣的啓示？」

附註：1.如果在此階段個案對聯想牌卡有困難，則回到抽取牌卡階段重抽一張牌卡。2.從第二階段到第五階段必須對當事人的口語及非口語行為進行觀察。3.從第二階段到第五階段，若當事人對諮商師的指導語有疑問時，回應方式如下，擇一回答。

「你想說什麼都可以，我都很歡迎。」；再重複原來的問句一次。

#### 六、共同詮釋階段：(約 30 分鐘)

讓當事人觀看諮商師所抽的牌卡並冥想牌卡，再請當事人加以詮釋，過程如第五階段的冥想。

「請你試著從牌卡的圖案，來體會牌卡對你的啓示是什麼？」

「接下來我們開始共同討論你的問題與所抽牌卡的關聯。」

接著諮商師與當事人共同針對當事人困擾及兩張牌卡的接觸與聯想內容，進行共同建構或交互敘說，如同典型的談話諮商。引導的方向如下：

- 1.從牌卡內容，去整理出個案有哪些自我概念及自尊程度如何。
- 2.從牌卡內容，去建構出個案有哪些正面的能力、表現或個性。
- 3.從牌卡內容，去建構出個案還需要什麼樣的資源與行動來迎向問題。

#### 七、晤談結束階段：(約 4 分鐘)

針對此次諮商進行摘要。

「○○，今天諮商將結束了，我們今天談了……」

接著諮商師與當事人約定此次諮商後的訪談，及下次諮商事宜。

## 附錄二

### 訪談大綱

進行方式：

說明：這個研究想要了解你在諮商過程中你所認為的重要事件及晤談感受。重要事件的定義是指：你覺得這次諮商中對你有幫助或沒有幫助甚至阻礙的重要對話段落或事件，通常也是你記憶較深刻，或對你心理造成衝擊或影響的對話或事件。晤談感受的定義是指：此次諮商後的立即影響，包含了你對此次諮商的評價，以及你在諮商之後的情緒感受。

訪談進行的方式分成兩部分，包括重要事件的訪談及晤談感受的經驗。第一部份針對重要事件，先詢問你在諮商過程中的重要事件，並且透過諮商錄影帶，由你決定所有重要事件開始的時間點及結束的時間點，過程中我們會重新觀看每一個重要事件，再開始訪談，每一個重要事件都會詢問第壹部份的問題，所有重要事件訪談結束，再進行第貳部分。

第二部分主要想了解你在諮商結束後對此次諮商的評價及你所感受的情緒經驗。

接下來的訪談大約需要一個半個小時左右，訪談過程中，希望你按照自己當時真實的感受來回答，因為資料整理的需要，我們的談話會錄音下來，我也會作一些記錄。

感謝你參與本研究，你的認真參與將對本研究有莫大助益

#### 壹、重要事件的訪談

重要事件定義：

你覺得在這次諮商中對你有幫助或沒有幫助的，或者是對你的心理產生衝擊及影響的重要的、關鍵的對話段落或事件。

一、在整個諮商過程中，對你而言，你所想到或認為的重要事件有哪些？請一

- 一、列舉出來，並清楚具體的描述。
- 二、針對每一個重要事件，請你依重要性的高低，以 1 到 100 分來評分，1 分是最不重要，100 分是最重要，請簡要說明給分的依據為何。
- 三、是什麼原因／理由／想法讓你當時覺得這事件／段落是重要事件？
- 四、這個重要事件發生當時，你內心有什麼感受？
- 五、這個重要事件發生當時，帶給你什麼樣的影響／改變／衝擊？
- 六、你覺得當時這個重要事件之所以發生，與所抽取的牌卡是否有關係／關聯？  
有什麼樣的關係／關聯？
- 七、針對這個重要事件還有什麼其它想說的或想加以補充的？

## 貳、晤談感受的訪談

晤談感受是指此次諮商後的立即影響，包含了你／妳對此次諮商的評價，及在諮商之後的情緒感受。

晤談深度性 (**depth**) 是指諮商後感受諮商談話的深度、力量或感覺諮商的價值；順暢性 (**smoothness**) 是指感受到諮商進行愉快及舒服的程度；正向性 (**positivity**) 是指諮商後感覺有自信的程度或清晰、高興的感受；激動性 (**arousal**)：是指諮商後產生有活力與興奮的感受，包括情緒上的波動。

訪談內容：

- 一、你覺得這次晤談的深度性如何？理由為何？
- 二、你覺得這次晤談的順暢性如何？理由為何？
- 三、你覺得這次晤談的正向性如何？理由為何？
- 四、你覺得這次晤談的激動性如何？理由為何？
- 五、對這次諮商或訪談還有什麼其它想說的或想加以補充的？

# **An Analysis of Significant Events and Session Impact in Counseling with Low Self-Esteem Undergraduates by Using Tarot**

Wan-Ling Chiang

Ching-Fu Chen

National United University

National Pingtung University of  
Education

## **Abstract**

The purpose of this study was to investigate the clients' perceptions of significant events, session impact and self-esteem, and the relations of significant events and session impact in counseling process with low self-esteem undergraduates by using tarot. Three clients were recruited from one university by SLCS-R (The revised Self-Liking and Competence Scale) and interviews. The interviewer collected the data about client's significant events, and session impact was measured after each session using the Session Evaluation Questionnaire. Generally, every client went through eight counseling sessions per week.

The major findings were as follows: All clients identified 10 significant events. The positive significant events were synchronicity, expression of insight and understanding, disclosing personal information, and receiving the clear information from counselor. The negative significant events, were obstruction of information and feeling, and unexplored ego. Regarding session impact, three clients' perceptions of session smoothness, depth, positiveness and arousal changed extensively during the sessions. The patterns of change were fluctuating. Three clients' self-esteem was improved after counseling by using tarot. The researchers further explored the relations of tarot, significant events, and session impact.

**Keywords: self-esteem, session impact, significant event, tarot.**