

## 當靈性與心理諮商相遇—案主的經驗\*

陳秉華\*\*

范嵐欣

朱美娟

國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系

台灣是一個有高宗教人口且宗教多元的社會，因此諮商中很有可能會遇到有宗教／靈性背景的案主。過去文獻支持案主的宗教／靈性背景會影響他們對在諮商中討論靈性議題以及接受靈性介入的期待（尤其是對宗教／靈性投入的案主），而案主的問題也會與背後的宗教／靈性觀相互交織，因此宗教／靈性議題在諮商中是需要被重視的。本研究旨在探討案主對接受融入靈性的諮商的經驗，包括案主對接受融入靈性諮商的期待、態度、在諮商中提出的宗教或靈性話題、接受融入靈性的諮商介入處理、經驗到的諮商結果等。本研究 10 位研究參與者都有接受融入宗教／靈性諮商的經驗，且有多樣性的宗教／靈性背景；10 人中 1 位為男性，9 位為女性。研究者透過半結構個別訪談收集資料，以主題分析方法分析資料。研究結果發現七個主題，分別為：有宗教／靈性背景的案主都對接受融入宗教／靈性的諮商有動機與期待，但也有顧慮；在諮商中出現多樣化的宗教／靈性議題；諮商師對宗教／靈性議題的探討與介入是多元的；宗教／靈性話題在諮商中能否展開與持續受到案主與諮商師雙方的影響；接受融入宗教／靈性的諮商為案主帶來自我與宗教／靈性上的成長與轉變；大多數案主對接受融入宗教／靈性之諮商持正向態度；以及案主認為實施融入宗教／靈性之諮商須有倫理。本研究的討論與建議於本文末提出。

**關鍵詞：**案主的經驗、融入宗教／靈性的諮商。

\* 本研究獲國科會經費補助（計劃編號：NSC102-2410-H-003-012-MY2）。

\*\* 通訊作者：陳秉華，台北市和平東路一段 162 號，e-mail: phchen@ntnu.edu.tw；(02)7734-3786

DOI: 10.3966/172851862018040051002

## 壹、緒論

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，靈性不僅可以成為人對問題因應或促進心理健康的途徑，人也有努力追尋與達到靈性目標之內在驅力，包括渴望認識靈性力量、與靈性力量建立和維繫關係、在日常生活中操練靈性信念、自我超越等(Emmons, 1999, 2005; Emmons, Cheung, & Tehrani, 1998)。有鑑於宗教與靈性這兩個名詞易有混淆，過去許多學者試圖為靈性和宗教作出定義，並闡釋其中的相似和相異(Hage, Hopson, Siegel, Payton, & DeFanti, 2006; Hodges, 2002)，但至目前為止仍難有一個共識，足見其複雜和豐富性(Plante, 2008; Richards & Bergin, 2005; Zinnbauer & Pargament, 2005)。雖然如此，Post 和 Wade (2009) 在進行相關文獻回顧後發現，一般學者們多認為具有宗教信仰者，會隸屬於一個有組織性的宗教，肯定、隨從其神學教義和信條；至於靈性則往往指個人與生命超然面向的聯繫，有靈性者未必會屬於某個宗教信仰。Zinnbauer 與 Pargament (2005) 探討宗教和靈性定義的演變，主張不應將宗教與靈性二分，以免忽略兩者所具有的重疊部分，他們指出較多數人視自身同時有宗教和靈性，靈性是個人或團體對於神聖的追求，而宗教則是在一個有組織性的信仰傳統中追求神聖。

一項大規模的台灣社會宗教變遷調查，顯示台灣地區超過80%的人口自認有宗教信仰(傅仰止、杜素豪，2010)，另一研究也發現有85.5%的民眾同意信仰宗教可以協助人們找到內在平靜和喜悅，有84%的民眾同意信仰宗教可以協助人們在煩惱或痛苦的時候得到安慰，有69.2%的民眾同意自我成長應該包含一個人的靈性成長(傅仰止、章英華、杜素豪、廖培珊，2015)，從這些數據我們可以肯定宗教信仰和靈性對於臺灣人民的重要性。而根據宗教調查報告，台灣地區的宗教具多元性(內政部民政司，2014)，美國研究機構 Pew Research Center(2014)之宗教與公眾生活計劃報告指出，在全球宗教多樣性指數最高的國家中，台灣名列第二。

Barnett 與 W. B. Johnson (2011) 指出，有宗教／靈性背景的案主進入到諮商室時，呈現的不僅是困擾問題，他們所持有的宗教／靈性信念也很可能影響他們看待所遇到的心理與人際問題以及因應困難的方法、甚至可能他們帶入的困擾問題就與宗教／靈性有關，因此諮商師需要瞭解有宗教／靈性背景案主的世界觀和對生命意義的詮釋。但是在宗教人口眾多的台灣社會，諮商研究並不多探究宗教／靈性這個主題，更少探討案主接受在諮商中融入靈性的經驗，此乃本研究的

主要研究旨趣。

回顧過去案主接受融入宗教／靈性之諮商經驗的相關文獻，發現有宗教信仰的案主在尋求諮商時，對傳統不碰觸靈性或信仰層面的心理諮商有不信任感，他們認為沒有信仰的諮商者無法回應與他們切身相關的議題，也會傾向選擇與自己有相同信仰的諮商者（Carter, 1998; Keating & Fretz, 1990）。Mayers、Leavey、Vallianatou 與 Barker（2007）的研究發現有宗教／靈性的案主向非宗教機構的諮商中心求助時，會有猶豫與矛盾的心情，害怕諮商師反對、忽略他們的宗教／靈性信念，一旦案主覺知他們的宗教／靈性信念是被諮商師尊重與接納時，就會愈樂於在諮商中表露並討論靈性議題，諮商也就會順利的進展；當案主發現諮商師是評斷的，或是會強加本身信仰在案主身上，亦或過早提出靈性議題，案主都會覺得沒有幫助（Knox, Catlin, Casper, & Schlosser, 2005; G. Miller, 1999; Rose, Westefeld, & Ansley, 2001）。

研究發現案主的宗教投入程度與他們希望在治療中討論宗教議題的期待呈正相關（Knox et al., 2005; Walker, Worthington, Gartner, Gorsuch, & Hanshew, 2011）。對靈性有高認同的案主，在接受靈性處遇諮商時會傾向將心理諮商視為深化靈性的方式，期待諮商師能夠協助增加靈性覺察、認為靈性是整合在有效的諮商改變歷程中，也是治療關係的關鍵，他們認為有效的諮商師會瞭解也會對案主的靈性需要作反應，也會因為諮商中缺少靈性的整合而離開（Gockel, 2011; Mayers et al., 2007; Walker et al., 2011; Worthington & Sandage, 2001）。台灣的研究也指出有基督信仰的案主對於在諮商中沒有討論信仰的議題與他們的期待是有落差的（潘正德，2010；Pan, Deng, Tsai, & Yuan, 2013）。

過去文獻也支持案主的來談議題會與宗教／靈性有關。一些研究指出在諮商中，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問題背後，在諮商歷程中伴隨心理問題的討論逐漸浮現（Knox et al., 2005; Walker et al., 2011）。C. V. Johnson 與 Hayes（2003）調查美國大學公私立諮商中心的案主，發現有20%的受試者表示他們近乎臨床顯著程度的心理困擾是與宗教／靈性問題有關。研究結果提醒諮商師需要對來談案主的宗教／靈性議題有高的敏感度，並對其可能有的宗教／靈性問題作出評估。

在案主對於在諮商中接受靈性介入的態度上，過去文獻支持，絕大多數的案主認為在諮商中探討靈性議題是合宜的，他們都願意在治療中談到靈性的主題，並且認為這是帶來改變與成長的重要力量（C. V. Johnson & Hayes, 2003;

Morrison, Clutter, Pritchett, & Demmitt, 2009)。Martinez (2004) 的研究發現有高度宗教／靈性認同的案主比低宗教／靈性認同的案主認為宗教／靈性處遇更合宜；另一些研究也發現案主認為諮商師在諮商室內使用靈性處遇（例如為案主禱告），比諮商師要案主在離開諮商室後自行使用靈性處遇（例如案主在生活中自己禱告）較為有效。案主認為最有幫助的靈性介入是諮商師教導宗教／靈性原則、諮商師自我揭露宗教／靈性議題、案主被鼓勵寬恕、引用聖經話語等（Martinez, Smith, & Barlow, 2007; Morrison et al., 2009）。

在臺灣，近十年來已陸續有在諮商與心理治療工作中結合宗教／靈性的相關研究，其中，有融入宗教／靈性於諮商之課程設計與督導的相關研究（陳秉華、范嵐欣、程玲玲，2014；陳秉華、范嵐欣、詹杏如，2016；陳秉華、程玲玲、范嵐欣、莊雅婷，2013；詹杏如、陳秉華、范嵐欣、范馨云，2015）。從諮商師之觀點或經驗出發的研究有：諮商師的宗教／靈性對個人及諮商工作的影響（王泰傑，2012；林怡君，2009；胡丹毓，2011；姜雨杉，2009；郭思慧，2011）、諮商師的信仰與專業的衝突與整合（黃郁琄，2011；簡宇卿，2010；簡睿瑛，2011）、諮商師結合宗教／靈性與諮商工作之實務經驗（李佩璇，2012；陳秉華、范嵐欣、詹杏如、范馨云，2017；陳秉華、詹杏如、范嵐欣、Mullahy，2015；陳珮怡，2007；謝筱梅，2009）。綜合以上研究結果，發現對於重視宗教／靈性的諮商師而言，來自宗教／靈性的影響涵蓋專業角色定位、人性觀與價值觀、如何看待案主的困擾議題、運用的處遇方式以及如何面對諮商困境等。從案主之觀點或經驗出發之研究有：案主接受融入基督宗教／靈性於諮商（陳秉華、蔡秀玲、鄭玉英，2011；Pan et al., 2013; Pan, Deng, Tsai, & Yuan, 2015）、易經占卜諮商（洪鑑昌、許忠仁，2015）、接受靈性召喚的案主經驗（李正源、紗娃·吉娃司，2010）、運用塔羅牌於諮商中（江宛凌、陳慶福，2008；黃俊翰、連廷嘉、林俊德，2013）、運用新世紀思潮於諮商中（龔靖淳，2006）。整體而言，案主接受融入宗教／靈性處遇之諮商的經驗是正向的，除了能獲得自我覺察、心理成長、正向的靈性與情緒經驗，也能夠從靈性觀點來轉化對困擾問題的看法，並有助於案主的賦能。

回顧過去文獻，發現西方在宗教／靈性主題的諮商研究已經進行了 20 年（Hook, Worthington, Davis, Jennings, & Gartner, 2010; Smith, Bartz, & Richards, 2007），對於有宗教／靈性背景的案主在諮商中接受靈性介入的態度與經驗都有了一些了解，唯這些研究主要來自於基督教立國的北美社會，研究對象主要都是清教徒（Worthington, Kuru, McCollough, & Sandage, 1996）。台灣民眾的宗教

／靈性背景多元，也非以基督宗教為主，因此有需要在台灣社會探討多元宗教／靈性背景案主的諮商中經驗。此外，近年來學者們認為探討案主對於諮商經驗的觀點，能夠提供諮商歷程重要有效的訊息（Elliott, 1985; Elliott & James, 1989; Heppner, Rosenberg, & Hedgespeth, 1992; Lietaer, 1992），因此案主的觀點越來越受到重視，這也是本研究採取案主觀點進行研究的原因。目前國內雖然已有數篇以案主觀點的靈性諮商研究，但是主要是想透過案主的觀點了解靈性介入的效果，本研究則想要更全面深入探討案主在接受融入宗教／靈性諮商歷程的經驗，不僅是介入的效果。

Pargament (2007, p. 176) 對融入靈性的諮商的定義是：這是一種認可並看重當事人的靈性、治療師的靈性、以及改變歷程的靈性因素的治療取向。這個定義被其他學者認為具最大的包容性、能夠涵納不同宗教／靈性背景的諮商師提供給不同宗教／靈性背景的當事人，以及使用不同的治療取向和靈性處遇（Sperry, 2012），研究者認為以上的定義很合適本研究所指稱之「融入宗教／靈性的諮商」。承接本研究的旨趣，研究目的即在探討案主對接受融入宗教／靈性之諮商的經驗，具體的研究問題包括：案主尋求融入宗教／靈性諮商的期待為何？在諮商中的宗教／靈性議題有哪些？在諮商中接受哪些宗教／靈性介入處遇？諮商的效果如何？哪些因素會促成或阻礙在諮商中的宗教／靈性對話？以及案主對融入宗教／靈性諮商倫理的看法。本研究的發現會有助於未來融入宗教／靈性的諮商師教育訓練以及諮商的實務。

## 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。主題分析法的目的乃透過分析研究參與者的經驗、意義、與知覺到的現實等的質性資料，辨識和組織出資料的重要意義模式（Braun & Clarke, 2006; Joffe, 2011; Vaismoradi, Turunen, & Bondas, 2013）。Joffe (2011) 認為主題是分析資料中的意義的特定模式，Braun 與 Clarke (2006) 則認為主題能夠捕捉分析資料中與研究問題有關的重要內涵，並呈現出在文件中某程度的模式或意義。Daly、Kellehear 與 Gliksman (1997) 認為主題分析法在於指出對所研究的現象的描述有哪些主題是重要的。綜合以上，本研究的主題為分析資料中重要的意義模式。Joffe (2011) 也指出主題分析法特別適合用於探討人們對特定社會現象的觀點和經驗，本研究旨在探討接受融入宗教／靈

性之諮商的案主在諮商中的知覺、經驗、動機、態度、情緒以及內在經驗到的事實等，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、滾雪球、及透過諮商師協助向合乎本研究條件的案主提出邀約等方式，邀請年滿 20 歲以上，性別、宗教／靈性背景不拘，曾在諮商中與諮商師談及宗教／靈性議題之案主參與本研究。經上述方式，共邀請到 10 位研究參與者，其個人背景及其靈性觀點見表一。

### 二、研究團隊

本研究團隊共三人，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，具豐富的質性研究經驗，為基督徒；第二作者具諮商心理學碩士學位，參與宗教／靈性諮商研究有多年經驗，曾多次擔任此類研究主題之訪談者，在本研究中亦擔任訪談員角色，為佛教背景；第三位作者為心輔所博士班研究生，具備結合宗教／靈性與諮商工作之實務經驗，為基督徒。

### 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：（1）您認同自己是有宗教或是靈性的人嗎？您認為宗教／靈性是什麼？（2）您有過哪些與宗教／靈性有關的諮商經驗？（3）您會期待諮商師是有宗教或重視靈性的人嗎？為什麼？（4）您會期待諮商師對您提供有宗教／靈性觀點的諮商方法嗎？在何種情況下，您會如此期待？（5）您會在諮商中提出宗教／靈性的話題嗎？在何種情況下，您會在諮商中提出宗教／靈性話題？您曾在諮商中提過哪些宗教／靈性的話題？（6）諮商師對您提出的宗教／靈性話題反應如何？合乎您的期待嗎？（7）諮商師曾經對您提供過有宗教／靈性觀點的諮商方法嗎？是在什麼情況下發生的？（8）諮商師如何對您進行有宗教／靈性觀點的諮商方法？使用過哪些方法？（9）您認為有宗教／靈性觀點的諮商方法的效果如何？何以您會這樣認為？（10）您認為諮商師在使用有宗教／靈性觀點的諮商方法時需要注意些什麼？（11）當諮商師對您使用有宗教／靈性觀點的諮商方法，與不使用這樣的方法，您的經驗有何不同？（12）整體而言，您對於諮商師所提供的有宗教／靈性觀點的諮商，感覺如何？

表一 研究參與者背景資料與靈性觀點

代號	性別	年齡	學歷	宗教/靈性	接觸此宗教/靈性之年數	諮商師之宗教/靈性	宗教/靈性處遇	接受融入宗教/靈性諮商的次數、期間	訪談與諮商相隔時間	接受諮商服務的場所	靈性觀點
C	男	20-29	學生	基督教	21-25	基督教	基督教/靈性處遇	50-60次，歷時3年	約4-5個月	一般大學諮商中心	人是有靈性的。靈性是人和另一個世界的連結與渴望 (C013)。
E	女	40-49	大專	基督教	21-25	基督教	基督教/靈性處遇	9次，歷時10週	約2個月	基督教諮商機構	靈性是人因著宗教產生的內在力量，會影響人的生命與行為 (E015)。
F	女	20-29	大專	無興趣且無接觸宗教或靈性	0	新世紀	賽斯動力排列	12-13次，歷時半年	約1年8個月	一般社區諮商中心	靈性很玄，是那種沒有科學根據，但你又不能說它真的沒有的那種，我就會覺得它是靈性 (F054)。
G	女	20-29	學生	佛教 統一教	1-5	佛教	運用多元靈性觀點 (合併使用佛教、新世紀等靈性觀點作處遇)	6次，歷時1.5月	約1個月	一般大學諮商中心	每個人都有靈魂，每個靈魂都有其存在的靈性，人是有靈性的 (G091-092)。

表一 研究參與者背景資料與靈性觀點 (續 1)

K	女	30-39	大專	無特定宗教，但對靈性有興趣有接觸	1-5	無特定宗教，但對靈性開放	運用多元靈性觀點	50-60 次，歷時 2 年	截至訪談時諮商商仍持續	一般社區諮商中心	靈性是人不只活在身體裡，而能超越身體感官的限制 (K044-046)。
M	女	30-39	碩士	佛教新世紀	6-10	無特定宗教，但對靈性開放	薩滿療癒	2 次，歷時 2 週	約 3-4 個月	個人工作室	靈性是一個人的心靈成長，是每個人本來就有的向上的特質 (M002)。 每個人身上都是無邊無量的靈性，所以有人死靈生這句話 (N001)。每個人的靈性在前世結下的因緣使我們在今世第一次相遇時就有好的或不好的感覺 (N033)。
N	女	20-29	學生	佛教	1-5	佛教	佛教靈性處遇	16-18 次，歷時 4-5 個月	約 2 年	一般社區諮商中心	萬物皆有靈 (O178)。 靈性指的是靈魂不斷投胎，六道輪迴，能成為人是非常珍貴的機會 (O168-177)。
O	女	40-49	大專	佛教	1-5	佛教	佛教靈性處遇	歷時 6 年，總次數難回想	約 2 年	一般社區諮商中心	

表一 研究參與者背景資料與靈性觀點 (續 2)

P	女	20-29	碩士	佛教	1-5	基督教	未採用 特定的 靈性處 遇	約 10 次, 歷 時 2-3 個月	約 1.5 年	一般社 區諮商 中心	靈性是一種生活哲學或 生活方式, 是如何看待世 界與自己的眼光, 也是正 確的觀念和知見 (P068-070)。靈性無區 別性、無教派之分 (P082)。
R	女	40-49	博士	基督教	6-10	天主教	基督宗 教/靈 性處遇	5-6 次, 歷 時 1 年	約 4-5 個月	天主教 諮商機 構	每個人都有靈性, 靈性需 要自己去追求 (R001)。 靈性是與更大力量做結 合的途徑, 以基督宗教而 言, 意謂著學習基督的樣 式、跟神和好、可將勞苦 重擔交託給神 (R005)。

#### 四、研究程序

研究程序說明如下：（1）組成研究團隊，收集研究相關資料及執行研究。（2）準備研究工具，包括研究招募邀請函、研究參與同意書、訪談大綱。（3）透過網站公告、電子郵件、滾雪球等方式招募研究參與者；同時透過有提供融入宗教／靈性諮商的心理師協助向合乎本研究條件之案主提出研究邀請。（4）接獲有意願之案主回覆後，進一步與其約定訪談時間與地點。10 位研究參與者之訪談地點，有 8 位在第一作者任教大學之晤談室或小型會議室，1 位在其工作場所之晤談室，1 位在其就讀學校之晤談室。（5）訪談開始前，請研究參與者閱讀並簽署研究同意書，獲得其同意後始進行訪談並全程錄音，每位研究參與者之訪談時間介於 1-2 小時之間，平均訪談時間為 1 小時 26 分。10 位研究參與者之訪談日期自 103 年 10 月至 104 年 5 月，共歷時八個月。（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

資料分析之步驟如下：（1）將訪談錄音轉謄為逐字稿，再重新聽錄音檔校對逐字稿，確認逐字稿的準確性。（2）反覆閱讀逐字稿文本並寫下與研究問題有關的初步印象。（3）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別，例如編號 E001，代表研究參與者 E 在訪談中的第一次發言。（4）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並且編碼，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。資料分析持續八個月，每週一次，每次約 4-6 小時。在資料分析過程中，研究團隊來回檢視意義單元、概念、主題，探索研究參與者呈現出的重要的意義模式，並形成共同主題，以上各個過程均歷經「整體—部分—整體」的循環。（5）研究者根據萃取出的共同主題，適當引述研究參與者文本，撰寫研究結果。以下節取一段文本說明資料分析過程，見表二。

#### 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，對於此主題熟悉；研究團隊對融入宗教／靈性之諮商認同其重要性及持開放的態度，使得研究參與者在受訪過程中能真實、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，使能確實掌握研究參與者的表達意涵；最後並將研究結果提供給研究參與者進行檢核。

表二 資料分析步驟示例

文本	意義摘述	概念	次主題	主題
R081 要看個案他不是也 是也想用這種方法，也是 有些人他說欸你不要 這時候跟我講神哪，我 想要解決的是我眼前的 困難。	諮商師需了解 案主是否有意 願使用融入靈 性的諮商方法	諮商師需留 意與詢問案 主對宗教／ 靈性介入的 意願	諮商師在 提供宗教 ／靈性介 入方法時	融入宗教 ／靈性之 諮商須符
N054 我覺得是可以使 用的，但前提是我要知道 有這件事情，應該 說...先大概講一下。	諮商師提供融 入宗教／靈性 的諮商方法前 需先說明，讓案 主有預備	諮商師會清 楚解釋要進 行的宗教／ 靈性介入方 法	需先與案 主溝通並 徵詢意願	合專業諮 商倫理

### (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 5 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 4 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；1 位無法聯繫上。

## 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，以保障其隱私。

## 參、研究結果

本研究發現七個主題，分別為：有宗教／靈性背景的案主都對接受融入宗教／靈性的諮商有動機、有期待，但也有部分有顧慮；在諮商中出現多樣化的宗教／靈性議題；諮商師對宗教／靈性議題的探討與介入是多元的；宗教／靈性話題在諮商中能否展開與持續同時受到案主與諮商師雙方的影響；接受融入宗教／靈性的諮商為案主帶來自我與宗教／靈性上的成長轉變；大多數案主對接受融入宗教／靈性之諮商持正向態度；以及融入宗教／靈性之諮商須符合專業諮商倫理。在每個主題之下，分別有其次主題。分述如下：

### 一、有宗教／靈性背景的案主都對接受融入宗教／靈性的諮商有動機、有期待，但也有部分有顧慮

#### (一) 帶著宗教與靈性的需求去尋求諮商

大多數研究參與者會去尋找融入宗教／靈性的諮商，是遇到了與宗教／靈性相關的議題（E、G、K、M、P），或是想就自身的宗教／靈性來談所面臨的問題（C、E、R）。例如有基督信仰的 E 說：「我覺得比較多可能還是在自我形象那部分，我會期待他是用一個有靈性的諮商方法（E053）。」

#### (二) 對諮商師在宗教／靈性層面有不同面向、不同程度的期待

案主對於諮商師在宗教／靈性成熟度、是否提供融入宗教／靈性的諮商、對宗教議題的立場、宗教／靈性的自我揭露等面向上有不同程度的期待，分述如下：

### 1. 期待諮商師兼具諮商專業與宗教／靈性成熟度

因著研究參與者對宗教或靈性的認同和重視，他們對於諮商師的宗教／靈性背景也抱持著期待，包括期待諮商師有虔誠宗教或重視靈性（E、G、K、N、P）、期待諮商師與自己有相同宗教／靈性背景或在宗教／靈性上有共鳴（C、E、G、O、P、R）、期待諮商師是靈性成熟的人（C、E、M、R）、期待諮商師能在諮商專業與宗教／靈性上兼具成熟度，在諮商中同時注重心理與宗教／靈性層面（C、K、R）。例如佛教與新世紀背景的 M 說：「如果說今天我已經設定就是要做靈性諮商，我當然希望諮商師是有靈性的人。而且我會去審視他的靈性的理念跟概念是不是品質夠好（M018）。」

### 2. 期待諮商師提供融入宗教／靈性的諮商

絕大多數的研究參與者皆表達希望諮商師能提供有宗教／靈性觀點的諮商（C、E、G、K、M、P、R）。他們期待能在諮商中探討宗教／靈性議題（E、G、K、P），或從宗教／靈性的角度來探討面臨的困境，獲得宗教／靈性的解決方法（C、E、P、R），例如信仰佛教的 P 說：「如果我的諮商師可以有這樣的靈性觀點去做一些處理或支持的話，我覺得那對我來算是會最有效果啦（P420）。」亦有部分研究參與者提到，若諮商師不與他們談宗教／靈性議題，他們可能會提早結束諮商，或另外尋求會融入宗教／靈性觀點之諮商師的協助（C、G、K），例如信仰背景為統一教與佛教的 G，因其遇到的困擾與宗教／靈性相關，她表示：「如果進去發現沒有（指諮商師無法與她談宗教／靈性議題），可能我會有一個比較極端的方法就是趕快結束（G374）。」

### 3. 期待諮商師沒有宗教的預設立場

少部分研究參與者表示，他們在諮商中會期待諮商師真實地理解他們的脈絡和困境，而不是帶著宗教的預設立場直接給予回應或建議（E、P）。例如基督信仰的 E 說：「當我遇到一些困難或是當我跟老師分享我的挫折的時候，我會期待他是真實的能夠知道我遇到的衝撞，而不是只是告訴我說：『你就要禱告啊、你就要有信心啊，你就要抱著期待啊』怎樣怎樣，我覺得那個東西對我來講很虛假（E023）。」佛教信仰的 P 亦說：「諮商是一個安全的環境或是說沒有那麼多預設立場，...我也期待說他是一個比較能夠包容不同的觀點的人（P347-350）。」

### 4. 期待諮商師有宗教／靈性的自我揭露

一些研究參與者期待諮商師能分享自身的宗教／靈性背景或經驗（E、F、G），F 本身雖無宗教信仰，但期待諮商師多分享靈性的經驗，她說：「我會期

待你跟我多分享，因為我很喜歡聽（F062）。」；信仰統一教與佛教的 G，期待諮商師能與她分享自己在靈性上的看法或心得，她說：「就覺得這樣的諮商師更真實，而且是更加...就是有立體感（G310）。」

### 5. 不期待或不強求諮商師提供融入宗教／靈性的諮商

有少部分研究參與者在進入諮商前，並沒有對諮商師在宗教／靈性有特定的期待，而是進入諮商後才發現諮商師有提供融入宗教／靈性之諮商（F、N、O）。亦有研究參與者雖然期待能在諮商中談宗教／靈性議題，但抱持著不強求的態度（K、P）。例如無宗教但對靈性有興趣的 K 說：「如果一個諮商師他就不接觸靈性，你硬要他去（指去談宗教／靈性議題）...我覺得也太強人所難了吧（K227）。」

#### （三）顧慮提出的宗教／靈性會被諮商師評斷或沒有合適引導

有些研究參與者對於求助融入宗教／靈性的諮商有顧慮，包括擔心諮商師不理解或評斷自己的信仰或宗教經驗（E、G、P）、擔心諮商師探討問題的方向與自己的期待不符（E、K）等。例如 K 在要與諮商師談及鬼壓床的經驗前，會擔心諮商師是否會用心理的角度來解釋而無法理解她的靈的經驗，她說：「一開始會想說，你會不會直接說我壓力太大。我會有一點這樣的擔心（K234-235）。」

## 二、在諮商中出現多樣化的宗教／靈性議題

研究參與者帶入諮商中的宗教／靈性議題相當多樣化，有些與宗教／靈性直接相關，有的則屬於心理議題，但在諮商中會被諮商師以宗教／靈性的觀點或方法來探討、處理。

### （一）直接與宗教／靈性相關之議題

研究參與者帶入諮商的議題中，有的直接與宗教／靈性相關，包括：與靈魂有關或遇到不好的靈（G、K、M），例如想了解自己的前世或遇到無法解釋的靈異經驗；以及死亡議題（O），例如對死亡的恐懼。

### （二）因宗教／靈性引發的心理或人際議題

有的研究參與者因宗教引發人際或情感議題來尋求諮商（E、G、P），例如教會的人際議題、與伴侶因宗教或靈性的因素而產生相處困境或必須分手等。

### （三）以宗教／靈性觀點來探討或處理心理議題

有的研究參與者帶入諮商的是心理議題，例如：自我形象與自我認同（C、E）、家庭議題（C、E、R）、人際關係與情感議題（C、E）、情緒與創傷議題（K、O）等。但在諮商中，研究參與者和諮商師會從宗教／靈性的觀點來探討

與處理這些議題。例如 R 在諮商中處理與父親相處的議題，她說：「這樣子就產生了一些靈性的掙扎，因為對基督徒來說孝順父母是第一條帶應許的誡命，... 就會覺得說神到底怎麼看我？我明明是基督徒可是我沒有辦法做到孝敬 (R043)。」

值得一提的，對信仰虔誠的研究參與者，他們認為信仰與自我、與生活密不可分，所有遭遇到的議題都與其信仰相關，或都期待能從信仰的角度來理解、來獲得解決 (C、P、R)。例如 C 說：「我覺得宗教／靈性對於基督教信仰來說，我的定義是認為它就是涉及我本身。所以談到任何有關我的事情，其實都跟信仰有關 (C065-066)。」

### 三、諮商師對宗教／靈性議題的探討與介入是多元的

研究參與者提到他們的諮商師對宗教／靈性議題的探討與介入是多元的，包含會探究案主宗教／靈性的資料、會運用宗教／靈性觀點探討案主的議題、會使用多元的宗教／靈性介入方法。

#### (一) 會探究案主宗教／靈性的資料

多數研究參與者所遇到的諮商師，會主動探詢、了解他們的宗教／靈性背景、宗教／靈性觀、及信仰狀況 (C、E、F、G、O、R)，會關注案主所遇到的議題與其宗教／靈性背景的關聯性，使其所提供的諮商貼近研究參與者的宗教／靈性脈絡。

#### (二) 運用符合案主的宗教／靈性觀點探討案主的議題

多位研究參與者皆提到，諮商師會運用符合研究參與者背景之宗教／靈性觀點來探討所面對的議題，包括：運用基督信仰觀點帶領基督徒案主看待自我形象、關係、與自身遭遇 (C、E、R)，例如 R 說：「關於我的困惑，她也會用屬於我們那個宗教的觀點來說明：神是怎麼看這些事情的，還有神怎麼看我這個人、神怎麼看你的問題 (R036)。」；諮商師會運用佛教觀點看待今生際遇與創傷 (G、O)，例如 O 說：「後來我就覺得為什麼我會有這麼多的創傷，反正就是還債嘛...你就不會怨恨，...你知道這一些你就會比較釋懷吧 (O453-458)。」

#### (三) 運用多元的宗教／靈性介入方法

研究參與者表示諮商師使用的宗教／靈性介入方法具多樣化：有的方法與特定的宗教／靈性背景有關，例如運用基督信仰靈性處遇的諮商師，會結合詩歌、聖經經文、禱告等方式於諮商中，並幫助案主與神親近 (C、E、R)；運用新世紀靈性處遇的諮商師，會將牌卡、能量工作、賽斯動力排列融入於諮商工作中 (F、

K)；還有諮商師結合薩滿療癒與藝術治療，運用儀式、催眠、冥想、多元創作等諸多元素帶領案主做探索(M)。不少諮商師會使用宗教／靈性自我揭露(E、F、G、K、N、O)、給案主宗教／靈性的家庭作業(E、M)、帶領冥想與想像(K、R)、介紹可運用的靈性資源(K、N)等。此外，也有諮商師會結合宗教／靈性元素於內觀、空椅法、夢的討論等介入方法(C、K、O)。

#### 四、宗教／靈性話題在諮商中能否展開與持續同時受到案主與諮商師雙方的影響

在研究參與者所經歷之融入宗教／靈性的諮商歷程中，有些因素會促進諮商中宗教／靈性話題的開展與持續，有些因素則會帶來阻礙，這些因素有些與案主有關有些則與諮商師有關。

##### (一) 促進因素

##### 1. 案主的期待開放與主動探究

研究發現當案主諮商的主要目標是為了探討宗教／靈性議題(E、G、P)、案主有高的改變意願與自我期待(C、M)、案主對靈性議題開放、有敏感度、會主動探問(F、K、M、N)、好奇或願意嘗試諮商師運用的宗教／靈性介入方法(F、K、M、N、O)、及案主能自我觀察、反思、與應用(C、E、M)時，對於宗教／靈性話題在諮商中的開展與持續是會有幫助的。例如 N 提到：「我不太確定她那時候是不是每一次都有跟我談到(宗教)，但是後來她如果沒有談到的話我會自己問她，所以她也知道我是有興趣的(N084)。」

##### 2. 案主在諮商中有靈性的體驗

基督徒受訪者提到能在諮商中感受或印證有神的同在與引導，是促使宗教／靈性議題能持續開展的因素(E、R)，例如 E 說：「我回頭去看我一開始設定諮商要談的題目，那東西是 match 的。我覺得是可以有一個印證，證明說神真的現階段的心意是這個(E087-089)。」

##### 3. 諮商師支持陪伴與接納信任的關係

諮商師的支持與陪伴，讓研究參與者感受到被接納、被肯定、安全與信任，是諮商中靈性話題能夠開展與持續的重要因素(C、E、F、G、K、N、O、P、R)，例如 N 說：「我覺得有滿強的依附感，雖然說不是很熟悉的一個人，但是有一種...就是她真的能夠幫你些什麼的感覺...就覺得是個很溫暖的人，有一種親切感(N090-091)。」

##### 4. 諮商師能夠提供適當的宗教／靈性介入

與諮商師有關的促進因素還包括了：諮商師對宗教／靈性議題善於催化與引

導（C、E、G、K、N），例如基督徒 C 說：「我被諮商的方式是一種反思的過程，...她帶出了一個我認為的觀點，她就用這觀點延伸讓我思考，...思考這個問題跟我的生活、我的信仰有什麼樣的連結，或是我可以做什麼樣的突破（C043）。」；諮商師使用的宗教與靈性介入方法能被案主認同（C、E、G、M）、諮商師不評斷案主的信仰或靈性經驗（K、O、P）、及諮商師提供談宗教／靈性議題的空間（M、P）。

## （二）阻礙因素

### 1. 無宗教／靈性背景案主難以理解與融入宗教／靈性介入方法

在本研究中，無宗教信仰的 F 因過往未接觸任何宗教或靈性，對於諮商師使用的宗教／靈性介入方法難以理解和融入，她說：「如果跟那種想像的，或者是...靈性有關的方式，我就會比較跟不上吧（F076-080）。」。無宗教但對靈性有興趣的 K，也曾有過因無法融入諮商師所提供的「能量傳遞」，而覺得無特別感受。

### 2. 諮商師無法滿足案主在宗教／靈性層面的期待或避而不談

少數研究參與者提到與諮商師相關的阻礙因素，包括：諮商師無法提供與案主宗教／靈性背景相同的宗教／靈性處遇（P）；諮商師對宗教／靈性話題避而不談或不引導探究（C、P）。這些因素有的是發生在過往的一般心理諮商經驗中，有的則是發生在本研究關注的融入宗教／靈性的諮商中。例如佛教信仰的 P 期待在其來談主題上能融入佛法的觀點，然其諮商師為基督徒，無法提供融入佛法觀點的討論或諮商方法，她說：「我的諮商師因為可能宗教不一樣，所以比較沒辦法給予我這個方面的支持...，如果說他能使用符合我宗教或靈性觀點的諮商方法，那對我來說我會對未來更有信心（P407-409）。」；P 亦提到她感受諮商師對於其所陳述事件中的宗教意義，會給予較為保守的回應或不正面回應，她說：「就是我覺得他（諮商師）可能沒有正面回應我，比如說這件事我覺得很困擾的地方是說，就是當然我也不希望...（發生的事件與感受，略），但是對我來說，跟師父講話這件事情我一定是會放在更優先的位置（P230-231）。」。

## 五、接受融入宗教／靈性的諮商為案主帶來自我與宗教／靈性的成長與轉變

接受融入宗教／靈性的諮商，為研究參與者帶來成長與轉變，包括：自我的改變、靈性的成長、學習從宗教／靈性的觀點來了解自己與思考問題、帶動行為與生活的改變、會運用靈性與心理資源等。

### （一）自我的改變

多數研究參與者提到，在接受此段融入宗教／靈性的諮商後，對自我產生很

大的改變，包括：內在有力量（E、G、O、R）；提升自我完整感與內在平衡（C、M）；增進自我了解（C、G、K）；人格整體的改變與成熟（C、G）；提升自我認同與接納自己（C、E、K），例如 K 說：「你比較會去知道說你有那些情緒，然後內觀覺察就是在培養一種你能全然接納自己的態度（K254）。」。

## （二）靈性的成長

研究參與者透過融入宗教／靈性的諮商，對信仰或宗教儀式有了不同的認識（E、M、O）、能更堅定地運用信仰與靈性觀點生活（G、P）、在生活中更能與神連結（E、R），例如 M 說：「我終於意識到儀式它不是一個虛有其表的東西，它是一個你將內心的感受去表達出來的方式，所以你用儀式來代表內在的感動，就感受到儀式的神聖性（M041）。」；能更堅定地運用信仰與靈性觀點生活（G、P）；在生活中更能與神連結（E、R）。

## （三）學習從宗教／靈性的觀點來了解自己與思考問題

多位研究參與者提到，他們學習到如何從宗教／靈性的觀點來了解自己、理解所遇到的問題或困境（C、E、M、R），例如 R 說：「她會幫助我去看到在這過程當中，神要我學到什麼？...的確可以幫助我更有力量去面對這些 suffer（R045）。」；擴充其在宗教／靈性層面的思考方向和能力（C、K）、會在生活中運用諮商中學習到的宗教／靈性方法來處理負向情緒（E）。

## （四）帶動行為與生活的改變

有研究參與者提到，融入宗教／靈性的諮商為他們帶來具體的方向和做法，而帶動行為的改變，包括更能處理人際與家庭關係（C、E、O），例如 C 說：「我看重別人的敏感度變得很不同，可能我會特別去同理別人，或是我會特別用諮商師教導我的眼光，也同樣去看待別人（C178）。」；會將諮商中透過抽牌卡得到祝福與提醒帶進生活中去練習（K）。

## （五）會運用靈性與心理資源

少數研究參與者提到，他們從這段諮商經驗中學習到如何在生活中運用靈性資源（例如禱告）與心理資源（例如文字書寫）來協助自己（M、R）。例如 R 說：「會更知道怎麼去運用我靈性的資源，在我沒有去諮商的時候，我覺得就是一個最大的效果（R072）。」

## 六、有宗教／靈性背景的案主，對接受融入宗教／靈性之諮商持正向態度

### （一）肯定融入宗教／靈性的諮商能帶來靈性與全面成長

因著對宗教／靈性的重視與認同，絕大多數的研究參與者皆提到了融入宗教

／靈性的諮商有其優勢，能帶出比一般諮商更好的效果，這些優勢包括：可自由討論靈性話題（G、O）、有更多情感性的經驗（K、R）、增加靈性觀點處理問題（M、O、R）、能與神連結共同解決問題（R）、更有力量且更快速（C、M、R）、更能協助案主結合諮商與生活（C、E）、能帶來全面、根本、更高層次的改變（G、K、N）、能帶來靈性提升（N）。

本研究中，僅有一位無宗教信仰的 F 提到雖然她對諮商師將宗教／靈性的觀點和方法帶入諮商持開放態度，也樂於嘗試，但因她對宗教／靈性較無概念，對諮商師的提問或使用的�方法難有感受，難以確定對她的幫助。她說：「效果我不知道欸（笑），對啊，因為我是覺得...這種東西就像是跟你我講鬼，我不知道它是真的假的，我就是聽...我不知道那個效果到底怎麼樣算有效果(F223-229)。」

### （二）肯定諮商師運用宗教／靈性介入方式帶來幫助

研究參與者在此段融入宗教／靈性的諮商中，接受諮商師所提供多元的宗教／靈性介入方法，大多數的研究參與者肯定這些方法為他們帶來了幫助（C、E、G、K、M、R）。例如基督教背景的研究參與者，對於諮商師運用禱告、經文分享、邀請神同在等方式感受到釋放焦慮、被同理、有感動、協助自我釐清等（C、E、R），E 說：「老師也會跟我分享經文，...我也覺得那對我來講是幫助很大的（E048）」；接受薩滿療癒的 M 亦肯定薩滿療癒與藝術治療相結合的方式，她說：「我覺得藝術治療方式讓薩滿療癒有延伸，而且變得更落實。...經由藝術創作的�方式讓你再去跟那個經驗互動一次，...你會重新再去思考一次，有點像說你主動再去經歷一次這個療癒（M040）」。

### （三）對諮商師在宗教／靈性方面的自我表露有正向感受

多位研究參與者提到他們對於諮商師的宗教／靈性自我揭露其態度是正向的。有的研究參與者會期待聽到諮商師分享自己的宗教／靈性背景或經驗，甚至會主動詢問（E、F）；有的肯定諮商師的宗教／靈性自我揭露為她們帶來幫助（E、G、K），讓她們覺得在與一個真實的人交流互動、覺得有共鳴、不孤單，例如 E 談到教會服事的困境時，諮商師的自我揭露為她帶來幫助，她說：「我覺得她知道我在講什麼，也覺得說不是我自己一個人，而且我也不會覺得我是被指教（E075）」。有的表示對於諮商師分享自身的宗教／靈性覺得可以接受、可自在聆聽（O）。也甚至有研究參與者因諮商師的宗教／靈性自我揭露而受吸引，開始接觸並進入諮商師所分享的信仰（N、O）。

## 七、融入宗教／靈性之諮商須符合專業諮商倫理

### (一) 諮商師不能強加宗教／靈性價值或經驗於案主身上

許多研究參與者都提到，諮商師應對不同宗教／靈性抱持尊重的態度，不強加個人的宗教／靈性價值或經驗於案主身上（C、G、K、N、R）。例如 K 說：「就是說不把他自己的那個判斷加在我身上吧！...可能他自己有一套他認同的方式，比如說他可能在學靜坐，如果他覺得說靜坐就是一切，我就會覺得說好難溝通（K207-209）。」

### (二) 諮商師要理解案主的宗教／靈性脈絡

多位研究參與者認為，諮商師需要對案主的宗教／靈性背景、信仰狀態、投入度、成熟度、對宗教／靈性所持的態度等有所了解，並願意聆聽案主的宗教／靈性經歷，即使是與諮商師相同信仰，也要深入了解他的信仰內涵，不因與自己有相同信仰而忽略差異性（C、E、F、G、N、O、R）。例如 R 說：「雖然一樣的宗教，但是也許在有一些教義、有一些不一樣，或是有一些方法上會不一樣，我覺得可能需要去敏感跟尊重（R077）。」

### (三) 諮商師在提供宗教／靈性介入方法時需先與案主溝通並徵詢意願

許多研究參與者認為，諮商師在提供宗教／靈性的介入方法時，需要先與案主溝通，包括諮商師要能夠清楚解釋要進行的宗教／靈性介入方法（F、N、R），N 說：「我覺得是可以使用的，但前提是我要知道有這件事情，應該說...先大概講一下（N054）。」；要留意與詢問案主對接受此方法的意願及時機（F、K、O、R），R 說：「要看個案他是不是也想用這種方法，也是有些人他說欸你不要這時候跟我講神哪！我想要解決的是我眼前的困難（R081）。」；以及諮商師需使用案主熟悉或可接受的靈性介入方法（E）。

### (四) 諮商師要尊重案主開放的意願、隱私、與自我決定

一些研究參與者提到，諮商師在宗教／靈性議題上，要尊重案主願意開放的意願與程度，能尊重案主自由意志與自我決定（G、K、M）。例如 M 說：「我覺得有時候是在沒有專業心理諮商素養下的諮商師可能會犯這樣的錯誤，或是他們自以為好心去做的一些，不管是建議或做的一些事情，都可能有意無意侵犯到當事人自己的意願、隱私或自由意志等等，我覺得這是要注意的（M088）。」

### (五) 諮商師須謹慎提供宗教／靈性建議與答案

一些研究參與者提到，他們認為在融入宗教／靈性的諮商中，很重要的一點是諮商師在提供宗教／靈性的建議或答案時，須要非常謹慎（C、E、K、M）。

有基督徒的研究參與者提到，諮商師不應太快要求或教導案主要符合教義，或給予靈性操練的建議（C、E），例如 C 說：「我覺得要非常小心的是，應該說避免造成一種非常教條或律法式的灌輸（C233-238）」。

也有研究參與者也提到，當諮商師運用牌卡、接引能量與訊息等工作方式時，應引導案主內在狀態與這些訊息的連結，或判斷這些訊息是否符合真善美的原則，而不是直接給予絕對性的答案（K、M）。

#### （六）諮商師須謹慎處理多重角色的諮商關係

少數研究參與者提到了在融入宗教／靈性的諮商中，與諮商師之間會出現多重角色之諮商關係的議題（C、N、O）。基督信仰的 C 與其諮商師在校內宗教性社團結識，先有社團內的師生關係，後進入諮商關係，對 C 而言，他認為與諮商師先前在信仰上的認識和熟悉度，幫助他在進入諮商關係後更容易去談深層的議題。N 與 O 一開始與諮商師是單純的諮商關係，但後來經諮商師的信仰自我揭露與引介，也接觸了諮商師的靈修方式及佛教信仰，而與諮商師成了師姐妹的關係，但諮商師會有所考量而避免在信仰的場合與案主有較密切的接觸，在諮商關係結束後，雙方偶爾會在信仰場合碰面交流，但頻率不高，N 說：「由於是案主與諮商師的專業關係，所以在我入門後，老師將我交由其他兩位師姐來帶著我參加禪行活動（N171）」。

#### （七）諮商師對自己宗教／靈性與使用方法須有覺察及專業知能

研究參與者對於諮商師在運用融入宗教／靈性的諮商時需要注意的地方，還提出了以下看法，包括：諮商師要清楚自己的宗教／靈性與使用的宗教／靈性方法（K、M），K 說：「諮商師要有所經歷過，如果沒有所體會，你可能不確定你會帶你的個案到哪裡（K083）」。

諮商師對其自身的宗教／靈性帶來的偏見要有覺察（R），R 提到基督徒諮商師在面對同性戀的個案時，要敏覺自己的信仰背景對同性戀的偏見，她說：「我覺得這個就是需要注意的部份，免得帶著自己的偏見去傷害到個案，或者帶著一個改變的觀點，認為說我就是需要去改變他們，這樣對他們好像也不是那麼公平（R079）」；諮商師做宗教／靈性的自我揭露需在合適的時機（N、O）；以及在諮商中宗教／靈性的討論要與案主的議題相關（C）。

### 肆、討論與建議

以下根據研究發現分別進行討論，並提出研究限制、未來的研究建議與對諮

商師教育與實務的建議。

## 一、討論

### (一) 有宗教／靈性背景的案主，對諮商師的宗教／靈性背景及提供有宗教／靈性觀點之諮商有期待

本研究發現大多數研究參與者因本身的宗教／靈性背景與認同，使他們在求助時，會期待諮商師要有宗教／靈性背景，並能提供有宗教／靈性觀點的諮商，這樣的研究結果與國外研究相似(Knox et al., 2005; Rose et al., 2001; Sperry, 2012; Walker et al., 2011)；甚至有部分案主表示若諮商師不能夠與他們談宗教／靈性議題，他們可能會提早結束諮商，這樣的發現也與過去文獻(Belaire & Young, 2002; Belaire, Young, & Elder, 2005)發現類似。

本研究也發現部份研究參與者對於求助於宗教／靈性諮商有顧慮，他們期待諮商師能夠理解或接納自己的宗教信念或經驗，而不帶著預定的宗教／靈性答案或對宗教／靈性有預設立場作回應。這樣的發現呼應過去文獻指出有宗教信仰的案主，無論諮商師是否具相同宗教信仰，都會期待諮商師敏感與接納他們所關心的宗教／靈性議題與信念(Belaire et al., 2005; Magaldi-Dopman, Park-Taylor, & Ponterotto, 2011; Mayers et al., 2007)。因此諮商師需要針對案主在宗教／靈性層面的特定期待，提供合宜的有宗教／靈性觀點的諮商，即使諮商師與案主有相同的宗教／靈性背景，也要仔細了解其宗教／靈性脈絡。

### (二) 信仰虔誠的案主，期待從宗教或靈性的觀點探討與處理心理與人際議題

案主在諮商中提出的議題是多樣性的，有直接與宗教／靈性有關的死亡、靈魂等議題，也有因宗教／靈性引發的人際相處議題，也有的看似與宗教／靈性較無關係的心理或人際議題；不同於一般心理諮商的是，案主會希望諮商師從宗教／靈性觀點與他們探討心理議題，因為對他們而言，宗教／靈性與心理議題是交織在一起的，對於信仰虔誠的案主更是如此。

陳秉華等人(2017)從諮商師的觀點發現，不同宗教／靈性背景的諮商師都同樣指出：死亡、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(如被靈界干擾、有靈異經驗、求籤算命)都包括在靈性議題。本研究從案主的角度也得知，即使案主提出的是與靈性看似無直接關係的心理或人際議題，案主仍然會期待以宗教／靈性觀點來探討。對照這兩篇研究結果，可發現諮商師處理心理的議題會帶入靈性的觀點來理解，而案主也會期待諮商師從靈性觀點來協助他們探討與理解心理議題，顯示心理與靈性的議題彼此有交織的關

係，因此特別在面對宗教／靈性認同高的案主，諮商師有必要從宗教／靈性觀點與案主探討靈性或心理人際議題，才能夠滿足案主的期待。

### (三) 融入宗教／靈性的諮商介入方法具有多樣性

本研究發現案主經驗到諮商師在對案主的宗教／靈性議題進行探究時，不同於一般心理諮商，他們會收集與詢問案主的宗教／靈性資料、會運用符合案主宗教／靈性的觀點與他探討議題。在做介入處理時，有的諮商師會使用自己宗教／靈性背景的介入方法，例如基督徒諮商師使用詩歌、禱告、運用經文，新世紀背景的諮商師會使用牌卡、能量工作，也有的諮商師會結合宗教／靈性與心理諮商的介入方法，例如空椅法、夢的討論，其靈性介入是多樣化的。

對照過去相關文獻，宗教／靈性介入在諮商中確實相當多樣化。西方文獻多以基督宗教為基礎，在諮商中有隱性的宗教／靈性介入，例如為案主默禱，有顯性的宗教／靈性介入，例如與案主一起禱告；有的是諮商歷程外的介入，例如請案主在生活中閱讀宗教／靈性書籍，有的是在諮商歷程內的介入，例如在諮商中與案主一起討論經文 (Frame, 2003; W. R. Miller, 2003; Richard & Bergin, 1997, 2005)。台灣的文獻則顯示出諮商師會將不同宗教／靈性傳統的靈性介入方法運用在諮商中 (江宛凌、陳慶福, 2008; 李正源、紗娃·吉娃司, 2010; 洪鑑昌、許忠仁, 2015; 陳秉華等人, 2011, 2015, 2017; 黃俊翰等人, 2013; Pan et al., 2015)。

### (四) 有助於或阻礙宗教／靈性話題在諮商中持續開展的因素，有與一般諮商相似之處，但也有特定與宗教／靈性有關的因素

本研究發現在諮商中促進展開與持續宗教／靈性話題的因素，包括案主的改變意願、對探討議題的開放度、願意嘗試諮商師提供的介入方法、能夠進行自我觀察與反思、感受到諮商師的支持與陪伴，諮商師能夠為案主營造一個安全與信任的環境等，這與過去文獻指出一般諮商的促進因素有許多相似 (Levitt, Butler, & Hill, 2006; Paulson, Truscott, & Stuart, 1999)，而 Martinez 等人 (2007) 也指出諮商師在使用宗教／靈性處遇與一般諮商所需要的能力有許多重疊之處。但除了上述相似的部分，本研究也發現一些特定與宗教／靈性有關的促進因素，例如諮商師使用的宗教／靈性介入方法能夠被案主認同、諮商師不評斷案主的信仰、在宗教／靈性議題上具有催化與引導的能力等，顯示出諮商師在進行宗教／靈性諮商時，除了需要具備一般諮商能力，還需具備提供案主宗教／靈性諮商處遇的能力 (詹杏如等人, 2015; Burke et al., 1999; Council for Accreditation of Counseling and

Related Educational Programs, 2001; G. Miller, 1999)。

在阻礙因素方面，過去研究指出案主認為諮商中阻礙因素有：案主對於敞開自己有焦慮感、難打開話題、治療師太被動、提供的引導與介入太少、諮商缺少架構和行動計劃等 (Lilliengren & Werbart, 2005)；本研究則發現一些特定與宗教／靈性相關的因素，例如當案主無法理解或融入諮商師的宗教／靈性介入方法、諮商師無法提供與案主宗教／靈性相符合的介入方法、或諮商師避而不談宗教／靈性話題、不作引導或深究等，都會阻礙諮商的進展，甚至案主可能從諮商中退出。這些發現支持諮商師需要看重案主在宗教／靈性層面的需要，當案主帶著探討宗教／靈性議題的期待時，諮商師不可迴避不談，諮商師也需要提供與案主宗教／靈性相融的處遇方法，這也與宗教／靈性諮商相關的倫理原則互相呼應 (陳秉華等人，2017；American Counseling Association, 2005; American Psychological Association, 2017; Frame, 2003; Hodge, 2011)。

#### (五) 對有宗教／靈性背景的案主，融入宗教／靈性的諮商會帶來正面的諮商經驗與結果

本研究中對靈性有興趣或有宗教／靈性背景的研究參與者，他們肯定接受融入宗教／靈性的諮商優於一般心理諮商，也肯定宗教／靈性的介入帶來心理與靈性的成長與幫助。這樣的研究發現與過去的文獻吻和 (陳秉華等人，2011, 2015, 2017；Hodges, 2002; Joseph, Linley, & Maltby, 2006; Hook et al., 2010; Smith et al., 2007; Pan et al., 2015)。

本研究只有一位無宗教／靈性背景的研究參與者表示不確定接受宗教／靈性諮商的效果，這一位研究參與者沒有特定的宗教／靈性背景，對於接受宗教／靈性諮商也沒有特定的期待，對於諮商師提供的宗教／靈性介入雖持開放態度，但因為不了解所以也無法在諮商中有融入感。這提醒諮商師在提供宗教／靈性介入時，需要了解案主的宗教／靈性背景及其來談的需要，當案主沒有宗教／靈性背景與需要，而諮商師主動提供靈性介入，對案主很可能並無幫助。

此外，本研究多位研究參與者也都提到他們對於諮商師所做的宗教／靈性自我揭露態度是正向的，他們會期待諮商師的自我表露，會在聆聽中感覺與諮商師有共鳴。Knox、Hess、Petersen 與 Hill (1997) 研究發現案主認為治療師的自我揭露能帶來新的思考方式、感受和行為，使得治療關係更加平等，感受到他們的議題也是其他人會經歷的而受到安慰，也促使他們更加願意敞開自己、討論自己面對的困難，但也有研究發現諮商師的自我表露不一定都對案主有幫助 (Farber,

2006)，例如 Wells (1994) 發現一些案主認為諮商師的自我揭露使得他們受到鼓舞和認同，但另一些案主則覺得造成他們對諮商師的信任感減低，阻礙了他們敞開的意願。因此諮商師宗教／靈性自我揭露的效果，仍然需要未來更多的研究繼續作探討。

#### (六) 實施融入宗教／靈性的諮商需要符合專業倫理

案主認為實施融入宗教／靈性的諮商是需要符合倫理的，包括諮商師不強加宗教／靈性價值或經驗給案主、需要理解案主的宗教／靈性脈絡、獲得案主的知後同意、尊重案主的隱私與開放的意願、謹慎提供案主宗教／靈性的建議與答案、諮商師要對自己的宗教偏見有覺察、在作宗教／靈性的自我表露時要注意時機，這些都是在過去文獻中被指出的 (Corey, Corey, & Callanan, 2007; Frame, 2003; Hodge, 2011)。本研究發現研究參與者對於與諮商師同時在諮商與在宗教領域有接觸的多重角色關係並不認為是一個問題，這可能與他們的諮商師也小心與案主維持界線有關，例如當開始諮商關係之後，會限制自己與案主在宗教團體場合的接觸。本研究發現有時諮商師與案主的多重角色是很難避免的，例如諮商師與案主同在一個宗教團體，當出現這樣無法避免的多重角色之後，諮商師如何做角色界線的拿捏，例如維持諮商師的角色，而謹慎自己與案主在宗教團體場合的接觸，這是一個需要關注的倫理議題。而過去西方文獻 (Richards & Bergin, 2005) 指出：諮商師需要謹慎同時扮演諮商師與宗教教師兩種身分，諮商師並不宜取代宗教教師的角色，這也是給有多重角色的諮商師的提醒。

## 二、研究限制

(1) 本研究僅 10 位研究參與者，雖有考慮到納入不同宗教／靈性背景的案主，但每種宗教／靈性背景的案主數量相當少，且男女人數差異也相當大，因此本研究發現會受限於本研究參與者特性的影響。

(2) 研究未探討案主是否在具有宗教背景的機構接受諮商還是在一般機構接受融入靈性的諮商，這會影響案主接受融入宗教／靈性諮商的經驗。

## 三、建議

### (一) 對未來諮商師的實務與教育訓練建議

基於本研究結果，建議諮商師在初談或會談開始時，就需先了解案主的宗教／靈性背景，以及案主對於諮商師宗教／靈性背景、對諮商中使用宗教／靈性方法的期待，以判斷自己是否能夠提供案主期待的諮商。諮商開展之後，要能夠與案主建立支持陪伴的關係，幫助案主在安全信任的環境中討論靈性議題，要能從

案主宗教／靈性的觀點討論案主帶入的議題，並能提供與案主宗教／靈性背景相容的宗教／靈性介入。對於沒有興趣或無宗教／靈性背景的個案，諮商師在提供靈性介入時更需要仔細評估其需要性，以免成為無效的介入。

諮商師在提供融入宗教／靈性的諮商時需要符合諮商倫理，包括不強加自己的宗教／靈性、理解與尊重案主的宗教／靈性脈絡、知後同意、注意提供靈性介入的時機等。相較於過去有關於融入宗教／靈性的諮商員教育訓練研究（陳秉華等人，2013，2016；詹杏如等人，2015），本研究結果也凸顯出可從「諮商歷程」的角度來培養諮商師的靈性處遇能力，從初談時了解案主期望、繼而在諮商中能與案主展開靈性議題的談話、提供與案主靈性相符的介入處理等，都是在未來的靈性諮商教育訓練中可加強的一環。

本研究結果肯定目前國內的諮商師接受融入宗教／靈性諮商知能訓練的必要性，使諮商師能夠有能力回應有宗教／靈性背景案主的需要，這樣的知能訓練可融入於一般的諮商師教育課程，或單獨成為一門課程，或在諮商師的繼續教育中強化。此外，未來也需要增加融入宗教／靈性之諮商督導的訓練，才能協助實習諮商師有能力處理有宗教／靈性議題的案主。諮商相關學會也需要在諮商師的繼續教育課程裡規劃短期的課程或工作坊，使諮商師能夠在這主題上有繼續進修的管道。

## （二）對未來研究的建議

本研究僅以 10 位案主為研究參與者，當考慮含括不同宗教／靈性背景之案主後，每種宗教／靈性背景的研究參與者人數就更少，因此在未來的研究增加研究參與者，或採取大樣本問卷調查是需要的。未來研究也可探討哪些案主的改變與心理介入有關，哪些與靈性介入有關，或探討靈性諮商改變歷程中的重要事件。此外，雖然本研究的研究參與者絕大多數都對於接受宗教／靈性諮商抱持正向肯定的態度，認為比接受一般諮商更具優勢，也認為這樣的諮商帶給他們心理與靈性的成長，但是未來的研究也可探究對於接受宗教／靈性諮商案主的負向經驗，了解負面經驗是如何產生的，可作為提供宗教／靈性諮商工作者的提醒與借鏡。

## 參考文獻

內政部民政司（2014）：台灣地區宗教類別統計說明。取自 [http://www.moi.gov.tw/dca/02faith\\_001.aspx](http://www.moi.gov.tw/dca/02faith_001.aspx) [Department of Civil Affairs,

- Ministry of the Interior (2004). *Statistics of religion in Taiwan*. Retrieved from [http://www.moi.gov.tw/dca/02faith\\_001.aspx](http://www.moi.gov.tw/dca/02faith_001.aspx)
- 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.]
- 江宛凌、陳慶福 (2008) : **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**。中華輔導與諮商學報，24，107-145。[Chiang, W. L., & Chen, C. F. (2008). An analysis of significant events and session impact in counseling with low self-esteem undergraduates by using tarot. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 24, 107-145.]
- 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. doi: 10.6308/JCG.22.02]
- 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. (2012). *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.]
- 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. (2009). *The effect of Christian counselor's spiritual experience on professional counseling*.

- Unpublished master's thesis. National Changhua University of Education, Changhua, Taiwan.]
- 洪鑑昌、許忠仁（2015）：易經諮商的實務操作與案例。輔導季刊，51（3），1-8。[Hong, Y. C., & Hsu, C. J. (2015). I-Ching counseling: Its practice and case study. *Guidance Quarterly*, 51(3), 1-8.]
- 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.]
- 陳秉華、范嵐欣、程玲玲（2014）：融入基督宗教／靈性的諮商督導團體成果研究。教育心理學報，46（1），93-115。[Chen, P. H., Fan, L. H., & Cheng, L. L. (2014). Supervisees' perceptions of the effectiveness of a Christian-based spiritually integrated counseling supervision group. *Bulletin of Educational Psychology*, 46(1), 93-115. doi:10.6251/BEP.20131231]
- 陳秉華、范嵐欣、詹杏如（2016）：融入宗教／靈性的基督徒諮商員教育課程之成果評估。教育心理學報，47（4），501-523。[Chen, P. H., Fan, L. H., & Chan, S. R. (2016). Teaching a course on integrating religion/spirituality into counseling for Christian counselors. *Bulletin of Educational Psychology*, 47(4), 501-523. doi: 10.6251/BEP.20150407]
- 陳秉華、范嵐欣、詹杏如、范馨云（2017）：當靈性與心理諮商相遇－諮商師的觀點。中華輔導與諮商學報，48，5-36。DOI: 10.3966/172851862017040048001 [Chen, P. H., Fan, L. H., Chan, S. R., & Fan, H. Y. (2017). When spirituality meets counseling - the counselor's perspective. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 48, 5-36. doi: 10.3966/172851862017040048001]
- 陳秉華、程玲玲、范嵐欣、莊雅婷（2013）：融入基督信仰的靈性諮商課程暨成果評估。教育心理學報，44（4），853-874。[Chen, P. H., Cheng, L. L., Fan, L. H., & Juang, Y. T. (2013). Teaching a course on integrating spirituality into counseling. *Bulletin of Educational Psychology*, 44(4), 853-874.]
- 陳秉華、詹杏如、范嵐欣、Mullahy, M. J.（2015）：基督徒諮商師融入靈性的諮商實務經驗。教育心理學報，46（4），565-587。DOI: 10.6251/BEP.20140826

- [Chen, P. H., Chan, S. R., Fan, L. H., & Mullahy, M. J. (2015). Christian counseling psychologists' practice experiences in integrating spirituality into counseling. *Bulletin of Educational Psychology*, 46(4), 565-587. doi: 10.6251/BEP.20140826]
- 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.]
- 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。中央研究院人文社會科學研究所（編號：C00157\_2）。[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 (C00157\_2). doi: 10.6141/TW-SRDA-C00157\_2-1]
- 傅仰止、章英華、杜素豪、廖培珊主編（2015）：台灣社會變遷基本調查計畫第六期第五次調查計畫執行報告。中央研究院人文社會科學研究中心（編號：C00310\_2）。[Fu, Y. C., Chang, Y. H., Tu, S. H., & Liao, P. S. (Eds.). (2015). *Taiwan social change survey: Year 6 of cycle 5*. Taipei, Taiwan: Research Center for Humanities and Social Sciences (C00310\_2). doi: 10.6141/TW-SRDA-C00310\_2-1]
- 黃俊翰、連廷嘉、林俊德（2013）：應用塔羅技術融入阿德勒取向青少年人際困擾諮商之任務分析。台灣遊戲治療學報，3，67-91。DOI: 10.6139/JTPT.2013.3.7 [Huang, C. H., Lien, T. C., & Lin, J. D. (2013). Task analysis of tarot skills merged with Adlerian theory and applied to teenager interpersonal problems. *Journal of Taiwan Play Therapy*, 3, 67-91. doi: 10.6139/JTPT.2013.3.7]
- 黃郁琄（2011）：基督徒諮商師信仰與諮商專業之整合經驗研究。臺北市立教育大學心理與諮商學系所碩士論文，未出版，台北。[Huang, Y. H. (2011).

*Research for Christian counselors integrating Christian belief and counseling.*  
Unpublished master's thesis. Taipei Municipal University of Education, Taipei,  
Taiwan.]

詹杏如、陳秉華、范嵐欣、范馨云(2015)：心理諮商的宗教／靈性處遇培訓課程之成果評估。*中華輔導與諮商學報*，44，1-35。[Chan, S. R., Chen, P. H., Fan, L. H., & Fan, H. Y. (2015). Teaching a course on integrating religion/spirituality into counseling. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 44, 1-35.]

潘正德(2010, 6月)：基督教教牧輔導與諮商輔導的對話與會通：選修教牧輔導研究生的受輔經驗之反思。輔仁大學天主教學術研究中心主辦「基督宗教諮商輔導研討會」發表之論文，台北。[Pan, J. D. (2010, June). *Dialogue between pastoral counseling and psychological counseling: Reflections on counseling experiences for graduate students enrolled in a pastoral counseling course*. Paper presented at the Christian Faith-based Counseling Conference held by Fu Jen Academia Catholica, Taipei, Taiwan.]

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.]

簡宇卿(2010)：諮商師宗教信仰與助人專業的衝突與因應經驗探討。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。[Chien, Y. C. (2010). *A study of counselor's experience in facing and coping with the conflict between counselor's religion and helping profession*. Unpublished master's thesis. 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.]

龔靖淳(2006)：新時代思潮在諮商上的運用－以一個高中案主之歷程分析為例。

- 國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系在職進修碩士班碩士論文，未出版，台北。[Kung, C. C. (2006). *The application of the new age ideology in counseling: Case analysis with one senior high school student in Taiwan*. Unpublished master's thesis. National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]
- American Counseling Association. (2005). *ACA code of ethics*. Alexandria, VA: Author.
- American Psychological Association. (2017). *APA Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct*. Retrieved from <http://www.apa.org/ethics/code/ethics-code-2017.pdf>
- 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
- Belaire, C., & Young, J. S. (2002). Conservative Christians' expectations of non-Christian counselors. *Counseling and Values, 46*(3), 175-187. doi: 10.1002/j.2161-007X.2002.tb00211.x
- Belaire, C., Young, J. S., & Elder, A. (2005). Inclusion of religious behaviors and attitudes in counseling: Expectations of conservative Christians. *Counseling and Values, 49*(2), 82-94. doi: 10.1002/j.2161-007X.2005.tb00255.x
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77-101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Burke, M. T., Hackney, H., Hudson, P., Miranti, J., Watts, G. A., & Epp, L. (1999). Spirituality, religion, and CACREP curriculum standards. *Journal of Counseling and Development, 77*(3), 251-257. doi:10.1002/j.1556-6676.1999.tb02448.x
- Carter, T. M. (1998). The effects of spiritual practices on recovery from substance abuse. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 5*(5), 409-413. doi: 10.1046/j.1365-2850.1998.00153.x
- Corey, G., Corey, M. S., & Callanan, P. (2007). *Issues and ethics in the helping professions* (7th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs. (2001).

- CACREP accreditation manual*. Alexandria, VA: Author.
- Daly, J., Kellehear, A., & Gliksman, M. (1997). *The public health researcher: A methodological approach*. Melbourne, Australia: Oxford University Press.
- Elliott, R. (1985). Helpful and nonhelpful events in brief counseling interviews: An empirical taxonomy. *Journal of Counseling Psychology, 32*(3), 307-322. doi: 10.1037/0022-0167.32.3.307
- Elliott, R., & James, E. (1989). Varieties of client experience in psychotherapy: An analysis of the literature. *Clinical Psychology Review, 9*(4), 443-467. doi: 10.1016/0272-7358(89)90003-2
- Emmons, R. A. (1999). *The psychology of ultimate concerns: Motivation and spirituality in personality*. New York, NY: Guilford Press.
- Emmons, R. A. (2005). Striving for the sacred: Personal goals, life meaning, and religion. *Journal of Social Issues, 61*(4), 731-745. doi: 10.1111/j.1540-4560.2005.00429.x
- Emmons, R. A., Cheung, C., & Tehrani, K. (1998). Assessing spirituality through personal goals: Implications for research on religion and subjective well-being. *Social Indicators Research, 45*, 391-422.
- Farber, B. A. (2006). *Self-disclosure in psychotherapy*. New York, NY: Guilford Press.
- Frame, M. W. (2003). *Integrating religion and spirituality into counseling: A comprehensive approach*. Belmont, CA: Thomson/Brooks-Cole.
- Gockel, A. (2011). Client perspectives on spirituality in the therapeutic relationship. *The Humanistic Psychologist, 39*(2), 154-168. doi: 10.1080/08873267.2011.564959
- Hage, S. M., Hopson, A., Siegel, M., Payton, G., & DeFanti, E. (2006). Multicultural training in spirituality: An Interdisciplinary review. *Counseling and Values, 50*(3), 217-234. doi:10.1002/j.2161-007x.2006.tb00058.x
- Heppner, P. P., Rosenberg, J. I., & Hedgespeth, J. (1992). Three methods in measuring the therapeutic process: Clients' and counselors' constructions of the therapeutic process versus actual therapeutic events. *Journal of Counseling Psychology, 39*(1), 20-31. doi: 10.1037//0022-0167.39.1.20

- Hodge, D. R. (2011). Using spiritual interventions in practice: Developing some guidelines from 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, E. E., Jennings, D., II, & Gartner, A. L. (2010). Empirically supported religious and spiritual therapies. *Journal of Clinical Psychology, 66*(1), 46-72. doi: 10.1002/jclp.20626
- Joffe, H. (2011). Thematic analysis. In D. Harper & A. R. Thompson (Eds.), *Qualitative research methods in mental health and psychotherapy: A guide for students and practitioners* (pp. 209-223). Chichester, England: Wiley-Blackwell.
- Johnson, C. V., & Hayes, J. A. (2003). Troubled spirits: Prevalence and predictors of religious and spiritual concerns among university students and counseling center clients. *Journal of Counseling Psychology, 50*(4), 409-419. doi: 10.1037/0022-0167.50.4.409
- 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
- Keating, A. M., & Fretz, B. R. (1990). Christian anticipations about counselors in response to counselor descriptions. *Journal of Counseling Psychology, 37*(3), 293-296. doi: 10.1037/0022-0167.37.3.293
- Knox, S., Catlin, L., Casper, M., & Schlosser, L. Z. (2005). Addressing religion and spirituality in psychotherapy: Clients' perspectives. *Psychotherapy Research, 15*(3), 287-303. doi: 10.1080/10503300500090894
- Knox, S., Hess, S. A., Petersen, D. A., & Hill, C. E. (1997). A qualitative analysis of client perceptions of the effects of helpful therapist self-disclosure in long-term therapy. *Journal of Counseling Psychology, 44*(3), 274-283. doi:10.1037/0022-0167.44.3.274
- Levitt, H., Butler, M., & Hill, T. (2006). What clients find helpful in psychotherapy: Developing principles for facilitating moment-to-moment change. *Journal of*

- Counseling Psychology*, 53(3), 314-324. doi:10.1037/0022-0167.53.3.314
- Lietaer, G. (1992). Helping and hindering processes in client-centered/experiential psychotherapy: A content analysis of client and therapist postsession perceptions. In S. G. Toukmanian & D. L. Rennie (Eds.), *Psychotherapy process research: Theory-guided and phenomenological research strategies* (pp.134-162). Beverly Hills, CA: Sage.
- Lilliengren, P., & Werbart, A. (2005). A model of therapeutic action grounded in the patients' view of curative and hindering factors in psychoanalytic psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 42(3), 324-339. doi:10.1037/0033-3204.42.3.324
- Lincoln, Y. S. (1995). Emerging criteria for quality in qualitative and interpretive research. *Qualitative Inquiry*, 1(3), 275-289. doi: 10.1177/107780049500100301
- Magaldi-Dopman, D., Park-Taylor, J., & Ponterotto, J. G. (2011). Psychotherapists' spiritual, religious, atheist or agnostic identity and their practice of psychotherapy: A grounded theory study. *Psychotherapy Research*, 21(3), 286-303. doi:10.1080/10503307.2011.565488
- Martinez, J. S. (2004). *Spiritual interventions in psychotherapy: Client perspectives*. (Doctoral dissertation). Available from ProQuest Dissertation & theses database. (UMI No. 3148999)
- Martinez, J. S., Smith, T. B., & Barlow, S. H. (2007). Spiritual interventions in psychotherapy: Evaluations by highly religious clients. *Journal of clinical psychology*, 63(10), 943-960. doi: 10.1002/jclp.20399
- 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
- Miller, G. (1999). The development of the spiritual focus in counseling and counselor education. *The Journal of Counseling and Development*, 77(4), 498-501. doi: 10.1002/j.1556-6676.1999.tb02478.x
- 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

- Morrison, J. Q., Clutter, S. M., Pritchett, E. M., & Demmitt, A. (2009). Perception of clients and counseling professionals regarding spirituality in counseling. *Counseling and Values, 53*(3), 183-194. doi: 10.1002/j.2161-007X.2009.tb00124.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*(2), 146-159.
- Pan, J. D. P., Deng, L. Y. F., Tsai, S. L., & Yuan, S. S. J. (2015). Using Kollar's solution-focused pastoral counseling for bereaved clients: The process of empowerment from Clients' perception. *Psychological Reports: Mental & Physical Health, 116*(1), 127-148. doi: 10.2466/02.PR0.116k10w1
- Pargament, K. I. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. New York, NY: Guilford Press.
- Paulson, B. L., Truscott, D., & Stuart, J. (1999). Clients' perceptions of helpful experiences in counseling. *Journal of Counseling Psychology, 46*(3), 317-324. doi: 10.1037/0022-0167.46.3.317
- Pew Research Center (2014). *Global religious diversity*. Retrieved from <http://www.pewforum.org/2014/04/04/global-religious-diversity/>
- Plante, T. G. (2008). What do the spiritual and religious traditions offer the practicing psychologist? *Pastoral Psychology, 56*(4), 429-444. doi: 10.1007/s11089-008-0119-0
- Post, B. C., & Wade, N. G. (2009). Religion and spirituality in psychotherapy: A practice-friendly review of research. *Journal of Clinical Psychology, 65*(2), 131-146. doi: 10.1002/jclp.20563
- 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*(1), 61-71. doi: 10.1037/0022-0167.48.1.61

- Smith, T. B., Bartz, J., & Richards, P. S. (2007). Outcomes of religious and spiritual adaptations to psychotherapy: A meta-analytic review. *Psychotherapy Research, 17*(6), 643-655. doi: 10.1080/10503300701250347
- Sperry, L. (2012). *Spirituality in clinical practice: Theory and practice of spiritually oriented psychotherapy* (2nd ed.). New York, NY: Routledge.
- Vaismoradi, M., Turunen, H., & Bondas, T. (2013). Content analysis and thematic analysis: Implications for conducting a qualitative descriptive study. *Nursing and Health Sciences, 15*(3), 398-405. doi: 10.1111/nhs.12048
- Walker, D. F., Worthington, E. L., Jr., Gartner, A. L., Gorsuch, R. L., & Hanshew, E. R. (2011). Religious commitment and expectations about psychotherapy among Christian clients. *Psychology of Religion and Spirituality, 3*(2), 98-114. doi: 10.1037/a0021604
- Wells, T. L. (1994). Therapist self-disclosure: Its effects on clients and the treatment relationship. *Smith College Studies in Social Work, 65*(1), 23-41. doi:10.1080/00377319409517422
- Worthington, E. L., Jr., Kurusu, T. A., McCollough, M. E., & Sandage, S. J. (1996). Empirical research on religion and psychotherapeutic processes and outcomes: A 10-year review and research prospectus. *Psychological Bulletin, 119*(3), 448-487. doi:10.1037/0033-2909.119.3.448
- Worthington, E. L., Jr., & Sandage, S. J. (2001). Religion and spirituality. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 38*, 473-478.
- Zinnbauer, B. J., & Pargament, K. I. (2005). Religiousness and spirituality. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (pp. 21-42). New York, NY: Guilford Press.

收件日期：105 年 03 月 27 日

複審一日期：105 年 05 月 12 日

複審二日期：105 年 08 月 26 日

複審三日期：105 年 10 月 19 日

通過日期：106 年 03 月 03 日

## When Spirituality Meets Counseling: The Clients' Experiences

Ping-Hwa Chen\*    Lan-Hsin Fan    Mei-Chuan Chu

National Taiwan Normal University

Recent large scale surveys of religions in Taiwan showed over 80% of the surveyed subjects identified themselves with religious beliefs, 85% of the subjects agreed religion can help people find inner peace and happiness, and ease the pains and discomforts. 2014 American Pew Research Center's Religious and Public Life Program reported Taiwan ranked second on the Global Religious Diversity Index. All the data indicated Taiwan has a high population in religion and is a multi-religious society.

Western counseling researches and literatures showed that clients with religious/spiritual backgrounds brought problems into the counseling embedding their religious/spiritual perspectives and copings towards their problems. Counselors need to inquire and understand how these clients viewed their problems spiritually so that they could integrate religious/spiritual interventions into counseling to serve religious/spiritual clients more effectively. However, such research is rare in Taiwan, there is a need to conduct researches to call Taiwanese' counselors attentions to the topic.

The purpose of the present study was to explore the experiences of clients who had received counseling incorporating religion/spirituality. The research questions included to explore the clients' expectations and attitudes towards receiving spiritually integrated counseling, the religious/spiritual issues raised and the religious/spiritual interventions received in the counseling sessions, and the reported counseling outcomes.

Ten research participants with different religious/spiritual backgrounds and having experiences of receiving spiritually integrated counseling were recruited and

---

\*Corresponding author: Ping-Hwa Chen, e-mail: pcchen@ntnu.edu.tw

participated in the study. Among them, three were Christians, three were Buddhists, two identified themselves with having multiple religion/spiritual backgrounds, and two identified themselves with no specific region/spiritual backgrounds. Among the ten, one was male and nine were females.

Semi-structured individual interviews were conducted for data collection. Interviewed questions included the religious/spiritual identities the interviewees were holding, the spiritually integrated counseling experiences received, the expectations towards the counselors' religious/spiritual backgrounds and the counselors' integrated counseling approaches, the religious/spiritual issues raised in the counseling sessions, the counselors' responses and the religious/spiritual interventions used in the counseling, and the resulting counseling outcomes. Thematic analysis was employed for data analysis.

Seven themes were identified as the research finding. These seven themes were: clients with religious/spiritual backgrounds had motives, expectations, and concerns of receiving spiritually incorporated counseling, multiple religious/spiritual and psychological issues were intertwined and presented in the counseling sessions, clients received various religious/spiritual interventions from the counselors in the counseling sessions, facilitating and hindering factors which influenced the clients and /or the counselors to initiate and continue the religious/spiritual topics were identified, spiritually integrated counseling resulted in clients' spiritual and psychological growth, most clients showed positive attitudes of receiving spiritually integrated counseling, and clients claimed the ethical principles of practicing the spiritually integrated counseling.

The discussions were focused on five points: 1. It is important to explore the specific expectations and concerns of clients with religious/spiritual backgrounds. Clients hold specific expectations on counselors' religious/spiritual backgrounds, integrating religious/spiritual interventions in counseling, and counselors' openness towards their personal religious/spiritual experiences. 2. Highly religious/spiritual devoted clients expect counselors to help them understand their encountered personal or interpersonal problems with both psychological and religious/spiritual perspectives. 3. Taiwan is a multi-religious society, and clients may come from various

religious/spiritual backgrounds. Counselors can better serve clients with religious/spiritual needs if they are equipped with various religious/spiritual traditions and interventions. 4. Both common and religious/spiritual specific factors identified which facilitate and hinder the initiation and continuation of the religious/spiritual topics between the interaction of counselors and clients. Common facilitating factors relate to the trusting and supporting relationship the counselors created, and clients' readiness to change, openness to self-disclosure. Common hindering factors relate to clients' high anxiety of disclosing self, counselors' passivity, lack of direction, structure and counseling plans. Specific facilitating factors relate to counselors' acceptance of clients' religious beliefs, counselors' competencies in facilitating religious/spiritual conversations, and clients' recognition of the religious/spiritual interventions used. Specific hindering factors relate to clients' un-comprehension to the religious/spiritual interventions used, counselors are unable to provide religious/spiritual interventions clients needed, and counselors avoid religious/spiritual topics. 5. Religious/spiritual clients' counseling experiences and outcomes are positive when counselors integrate spirituality into counseling. However, counselors should not impetuously impose religious/spiritual interventions to those clients without religious/spiritual interests or backgrounds.

Two suggestions were proposed in the end. Firstly, the result highlights the necessity of integrating religion/spirituality into counselors' practices. Thus, students and counselors need to acquire the competencies of practicing spiritually integrated counseling through counselor education courses, supervisions, and continuing education. Secondly, future researches on counselors' attitudes and perceived competencies of practicing spiritually integrated counseling, the positive and negative experiences of clients' receiving spiritually integrated counseling, and the effectiveness of practicing spiritually integrated counseling interventions are all needed for enhancing the knowledge of this new area of spiritually integrated counseling.

**Keywords: Clients' experiences, spiritually integrated counseling**