

敘事諮商歷程與敘事結構特徵中生活目標改變之 詮釋分析

黃素菲*

國立陽明大學人文與社會教育中心

本研究的分析文本是研究參與者經過 25 次敘事諮商的逐字稿，採取現象學取向的方法，根據 Van Kamm 的七個步驟進行逐字稿文本分析。共獲得六個研究結果：一、描繪使她活成「沒有自己」的那個世界的特徵。二、經由鬆動主流故事，看到隱藏的故事線，以「離」開被建構的生活目標。三、釐清共寫與重構故事的歷程。四、探討經由敘事視框轉變如何浮現出主體性的生活目標。五、整理出生活目標在敘事結構中的改變特徵，包括：1. 被建構的敘事：受制狀態的敘事結構特徵；2. 解構的敘事，鬆動狀態的敘事結構特徵；3. 重構的敘事，重寫狀態的敘事結構特徵；4. 生活目標是在「前置經驗」與「接續選項」組成螺旋狀的敘說循環過程中生成。六、提出敘事結構特徵與敘事視框轉變的心智循環空間模型。其中研究目的：一：了解社會文化脈絡如何形塑生活目標，由研究結果一、二回答；研究目的二：探討以生活目標為主訴的諮商工作其敘事視框的轉變，由研究結果三、四回答；研究目的三：探討生活目標在敘事諮商歷程中的敘事結構之改變特徵，由研究結果五回答；研究目的四：釐清敘事文本詮釋與知識生產，由研究結果六回答。最後，根據研究結果提出研究與應用的建議。

關鍵詞：生活目標、敘事結構、敘事諮商、詮釋分析。

* 通訊作者：黃素菲，台北市北投區立農街二段 155 號，email：sfhuang@ym.edu.tw，電話：02-28267000-7317

DOI: 10.3966/172851862018040051005

壹、緒論

物的心理傾向，May（彭仁郁譯，2010/1969）對意向性提出的定義是：賦予經驗以意義的結構，和構成生命意義的能力。Allport（危芷芬譯，2014/2012）則認為人類偉大的成就來自目標的達成而非降低驅力（drive-reduction），追求目標會刺激個體去行動，人對某個特定目標的意向性，會使人的注意力與行為導向與此目標有關的焦點上。生活目標（life goal）在日常生活語言可以作為指稱詞和主體詞兩種不同的指涉。「生活目標」作為指稱詞，是將生活目標當作語言場所的語詞，供人們確定自己與社會生活的關係，「生活目標」成為人在社會生活與社會活動範疇中所使用的語言。作為語言的「生活目標」離開了生活現象場，進入語意或語境的脈絡裡，此時「生活目標」成為生活世界的說明，「生活目標」從現象場轉置於語言的論述空間。以其使用場所的脈絡為其意義，意即「生活目標」被當作顯意之物（The manifested）。

一、生活目標做為指稱詞

生活目標在實證取向的研究中，大多是被視為指稱詞，生活目標是用來描述一個人的適應的指標或追尋方向，或是當作描述適應良好與否的一個指標，Zuckerman（1979）研究指出，當控制人口統計學預測因子時，男、女的生活目標能有效地被自尊與自我概念所預測。陳敬淑（2006）研究指出，自尊的「正面肯定」能有效預測行為適應。林慧姿與程景琳（2006）研究發現，國中小學生的自尊與生活適應呈顯著正相關。賴英娟、陸偉明與董旭英（2011）探討台灣大三學生的正向特質與正向情緒對憂鬱情緒之效應。李宥萱（2005）以通勤家庭未通勤婦女的生活目標、配偶依附風格與幸福感間的關係來探討國內通勤家庭未通勤婦女的生活品質。

生活目標也被視為是一種動機或趨力。Rogers（宋文里譯，2014/1961）認為個體根據主觀經驗對現象場作整體、系統的反應，個體的行為是為了滿足他在知覺場所經驗的欲求，同時人有追求自我實現的傾向；Maslow 在 1965 年提出（危芷芬譯，2014/2012）的需求階層論（need-hierarchy theory），及 1970 年再提出匱乏動機（deficiency motivation）和存在動機（being motivation）的不同，將需求視為趨力；Snyder（2000）主張目標乃引導個人心智活動的標的，亦即能帶領個體邁向目標以達成任務；May（石明、龔卓軍譯，2013/1981）提出「人的性格主要具有意向性（intentionality）」的說法，認為意向性是指意欲了解事物的意義與意欲趨近某些事

關於意向性，以存在一人本（*existential-humanistic*）取向看人類發展的德國心理學家 Bühler（1961）認為任何的價值或目標，不是恰好與一個特殊的需要相互關聯，大部分人類的期許與希望本質上是很複雜的，所以她說：一個人的知覺是由與目標設定不可分割的成分所組成，再次說明了生活目標具有意向性；Bühler（1968, p.340-341）強調：「我們必須在生活中做出選擇並訂定目標，這樣才能描繪出這個人未來發展的脈絡」。Bühler（1967）認為設定目標人們就有潛力去獲致更高水平人格整合，和優化自己朝向成長、健康和實現的條件。但是 Bühler（1964）認為特定的目標與特定的動機之間的關係，可能是很多動機聚合成一個力量（*force*），而導向某一個目標，每個人之間決定聚合目標的因素具有個別差異性。

就此，目標定位在「引導的」、「帶領的」、「驅動的」、「未來的」等具有意向性的位置上；也就是目標在人的生活中形成一種「拉」的力量，是帶著人在生命歷程中往前走下去的一個力量與方向。就像 Adler 在 1922 年（危芷芬譯，2014/2012）所說的：當人為自己設下目標，將會帶出希望，所有的行為將會凝聚在這個希望的周圍，活出意義來。他稱之為「夢幻目標」（*fictional finalism*）。Erich Fromm（危芷芬譯，2014/2012）也說我們需要一個獻身的目標，超越我們的孤獨生存狀態，及其所造成的一切疑慮與不安感，並且滿足我們尋求存在之意義的需要。

二、生活目標做為主體詞

生活目標在現象學心理學或敘事治療也可以當作主體詞，用來說明、指出個體在生活現場的意義。這時「生活目標」被視為個人自身的生命意涵，提供自己在生命世界的理解。語詞的現身，事實上賦予社會生活某種秩序，亦即 Heidegger（孫周興譯，1993/1959）說的語言的出現乃是該文化賦予語言對某種經驗的過渡（*language undergoing experience*），使人們能夠在日常生活指認出其意義，而在指認的當下，語言完成理解自身。此時一個人的「生活目標」直接指這個人的「生活目標」。Heidegger（王慶節、陳嘉映譯，2002/1927）提出在世存有（*being-in-the-world*），意即人早已存在並鑲嵌於世界之中，而「在世存有」探究「存在」必須透過語言。Heidegger（孫周興譯，1994/1950）也認為語言的本質就是語言本身，探討語言本質，並不是要尋求寄託於語言之上的「其他事物」，研究語言的唯一方向，就是要瞭解「語言的存在」本身。

余德慧（1994）認為文化為人類早已說明自己為人的根本依據，以「寓居於

世」為起點，說明文化心理學的主體為「者」，「者」就是「瞭解我自身於行動中」，區隔了「自我」、「角色」、與「人格」等觀念的老路。Savickas (2012) 服膺後現代諮商理路強調生涯主觀意義，認為後現代生涯是個性化的生活設計 (life- design)，「我要創造怎樣的人生？」取代了傳統的提問：「我要選擇甚麼生涯？」對於個人的生活目標注重自我建構與自我塑成。如果把目標放在主體詞的位置，將目標視為個人自身的生命意涵，供自己在生命世界的理解，在日常生活中指認出其意義，而在指認的當下完成了理解自身。

生活目標在語詞上和方法上都可以重新定位。在語詞上可以從以前將生活目標作為指稱詞，加深為主體詞。前者是將生活目標視為動機或趨力、視為對職場或生活的分類、視為適應良窳的指標，後者重視生活目標對人的主觀意義。在諮商歷程中，案主幾乎是經過探索、嘗試、挫折、重新再定位等複雜而曲折的過程，才慢慢浮現他要走的人生的路，而這些歷程涉及複雜而緩慢的自我重整過程。在方法上從追求客觀知識，加深為追求主體經驗的在地知識。前者重視因果關係與邏輯推論，後者重視社會文化脈絡與實踐理性。

三、敘事諮商的本質

敘事 (narrative) 是人類思考和組織知識的基本方法，我們常以敘事方式進行思考、表達、溝通並理解人類與事件。我們生活在故事裡，故事像文化事件，它表達或再現文化本身。Ricoeur (1987) 說：「未能全盤地作為我們生命的作者，我們學著成為自身故事的敘說者」。我們在敘說生命過往的事件時，並不是隨機的提取或歸納類，而是會將這些過去的事件編織成一個個故事。Freedman 和 Combs (易之新譯，2000/1996) 敘說者對於故事安排與主角特性具有主導性，並會在故事串接過程中推論事件的因過關係，使得看起來混亂、隨機、無序的生活現場，顯現出秩序與意義。

事件記憶 (episodic memory) 是瞭解自我知識的基本概念，事件記憶的基本單位是事件或情節，每一個事件都是特殊時間、空間下的產物 (金樹人，2011)。事件記憶是由人的生活實踐所累積，也透過跨時空的經驗來驗證，敘說是一連串過去發生過的事件組織、串接成具有敘說者獨特解釋意義的過程。

敘事諮商 (narrative counseling) 有廣義和狹義之分。廣義的敘事諮商是指以後現代敘事思想為理論基礎的心理治療理論與實踐，包括精神分析、敘事評估、敘事藝術治療等；Spence (1984) 將佛洛德稱為「敘事傳統的大師」，因為他善於將案主「支離破碎的聯想、夢和回憶的片斷」編織成連貫完整的故事，用來理

解本來毫不相關的經歷和記憶。狹義的敘事諮商特指由 White 和 Epston (廖世德譯, 2001/1990) 提出的敘事諮商理論和模式, 透過他們所提供的對話技巧, 能在實務工作中幫助案主敘說並豐富生命故事, 從中找到亮點、理出意義, 為過去或當下的問題提供出口, 發展出其他新的可能性; Freedman 和 Combs (易之新譯, 2000/1996) 則將敘事/故事的解構與發展作為心理治療的脈絡。

故事敘說是藉由幫助人們說自己的生命故事, 主動去建構其生命歷程。Heinz (2002) 認為敘事諮商的工作是幫助案主完成自傳故事的形塑與推理, 經由案主現在的敘說, 將過去事件與當前議題, 建構成有意義的連結, 以主體目標 (subjective goal) 引導自我方向與個人責任。就此, 案主是故事敘說者, 專家變成故事的編輯, 意義是成為藥方。Mink (1972) 認為案主描述自己的經驗及心理師回應的對話過程, 是所有諮商理論藉以寄生理論意義之所在, 諮商的有效性循環地驗證了諮商理論的正確性。

四、敘事諮商的工作地圖與敘事結構

White (黃孟嬌譯, 2008/2007) 的後期著作「敘事治療的工作地圖」以結構圖示法呈現諮商歷程, 讓敘事諮商與治療更具體。敘事諮商的對話使得原先視為理所當然的理解, 移動到新的觀點, 然而這兩者之間仍存在一個缺口。治療師的責任在於提供一個能協助案主跨越缺口的「鷹架對話」。White (2007) 引用維高斯基的概念, 稱為「潛在發展區域」。這類型的社會合作給案主開啟了一個空間, 使他們能退後一步, 反思那些過去生命中被忽視的事件, 邀請案主與偏好的故事建立鏈接, 探索和評估問題的影響, 以及替代方案的可能性。Heather (2008) 針對 White (2006, 2007, 丁凡譯, 2012/2011) 提出的鷹架對話, 採用量化研究分析治療師與學童的對話, 與學童的自我概念形成, 研究結果支持 White 的鷹架對話模式是可以讓治療師在治療歷程中有效幫助學童建立自我概念。

Ray 和 Keeney (1993), 引用過關儀式的隱喻發展出故事性治療三幕劇, 三幕劇的每一個階段有各自獨立的目的, 故事向前移動到下一個階段之前需要由過渡歷程釐清, 以便於發展替代故事。Duvall 與 Béres (黃素菲譯, 2016/2011) 引用三幕劇的概念, 提出敘事諮商概念地圖的第一部: 開始思考對話的型態; 概念地圖的第二部: 從問題故事移動到替代故事情節, 幫助案主們朝向他們所偏好的自我邁進; 概念地圖的第三部: 重視背景脈絡與論述對意義與自我認同的發展造成影響, 以確保治療師與案主之間的對話中不受到政治與社會脈絡的影響。

這些對話鷹架、定位地圖、工作地圖、概念地圖、故事三幕劇等, 都是一種

敘事架構，目的是要替案主開啟一個空間，使他們能退後一步，反思那些過去生命被忽視的事件，建立偏好的故事；或是提供案主往前推進的路徑，地圖能協助塑造故事並更完整的發展故事。敘事結構是一種對話的骨架，支撐出空間，指出方向，協助案主在故事中能有所依循地往前推進與移動。

綜上，本研究將藉由敘事諮商為主的個案諮商文本，將研究參與者視為心理主體，以詮釋分析方法貼近其語言與心理處境脈絡，關注研究參與者如何在諮商歷程中浮現出生活目標，並據以探討敘事諮商的敘事視框轉變和敘事結構特徵。

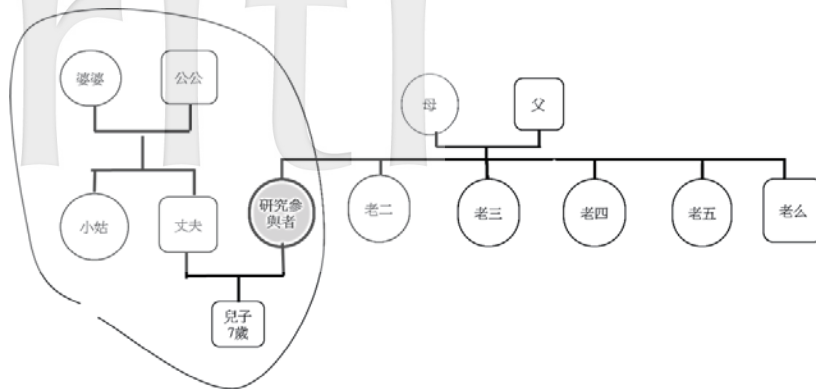
貳、研究方法

一、研究參與者

本研究之研究參與者／案主（以下一律稱為研究參與者）：女性，37 歲，大學畢業，任職於私立高中。已婚 8 年，育一子 7 歲，丈夫是獨子，有一個妹妹。研究參與者婚後與公婆同住，諮商中期受同事影響開始接近基督教約半年。係經朋友介紹前來政府設立之心理諮詢機構求助，主述是失眠，不快樂，緊張，壓力大，在乎別人的眼光，想找到理想的生活目標等。她是長女，下有四個妹妹，老六是弟弟（詳見圖一）。父母重男輕女，成長過程有許多被忽視與疏離的經驗，無法在與父母的關係中滿足自己的需求，現實環境使她對自己的需要，大多是採取壓抑或否認的態度，由於同時在乎別人對她的看法，這使她對自己的人生想要什麼，不是那麼容易清楚看見。

整體而言，她是一個不快樂、不自在的人，置身在人群間她覺得處處置肘、左右受限。總使在乎別人的眼光，以別人－尤其是權威者－的期待為準則而行事的人。她不敢有自己的意見和行動，她覺得她的人生都是為別人而活，沒有為自己而活，欠缺「瞭解我自身於行動中」的反思性，也匱乏做為文化心理主體「者」的能動性。

研究者係研究參與者前來求助之機構的約聘心理師，本研究在該機構完成全部諮商過程。研究參與者無過去精神醫療病史，初步了解研究參與者主述後，提出全程錄音的邀請，並說明內容將作研究之用，經研究參與者同意，簽署協同研究同意書，開始進入諮商。諮商學派以後現代敘事諮商為主。



圖一 研究參與者家庭圖

二、研究者

本研究之心理師、研究者、分析者為同一人，獲諮商心理師證照、心理學碩士及諮商心理學博士。為了提升研究分析中的客觀性與可信度，首先，本研究在時間上區分為三個階段（1）諮商階段；（2）文本分析階段；（3）研究撰稿階段，以降低角色混淆，並提升研究效度。在 1.諮商階段，研究者只專心扮演心理師，在時間上「心理師」角色和「研究者」角色盡量分開出現，以減少角色混亂。其次，在研究步驟 1-4，邀請另一位心理諮商所博士班研究生擔任協同研究者，分別摘錄「意義單位」、「核心主題」一致者保留，不一致者進行討論直到獲取共識為止。最後，在 3.研究撰稿階段，研究者將兩種文稿交還研究參與者核對，一為原始文本，另一份為「個人的紋理描述」，請研究參與者確認是否有錯誤或遺。一個月後當面聽取意見，研究者依據研究參與者意見更正及修改完畢，研究參與者沒有給予評分。經由以上步驟以提升研究分析的客觀性與可信度。

三、研究倫理

為提高對本研究的研究參與者權益保障，（1）本研究在諮商階段，心理師每進行 2-3 次諮商接受一次諮商督導，以確保研究參與受到最少不利因素，提高最大福祉；（2）在諮商過程，完全以案主福祉為優先考量，沒有加入研究需要與意圖；（3）工讀生閱讀謄稿說明書並簽名，強調保密的原則；（4）研究錄音檔案在研究結束時永久刪除，紙本文本在用畢後以碎紙機銷毀，文本與文字分析之電子檔加密儲存。

四、研究文本

本研究所採用的研究資料是諮商中案主與心理師的諮商對話逐字稿，諮商歷

時約一年半。共進行 25 次諮商。其中第 1、2、3 次沒有錄音無法謄稿，最後 24、25 次，研究者已經開始文本分析階段，不予採用，本研究以 20 次晤談錄音與謄寫的逐字稿，作為文本分析與詮釋的素材。

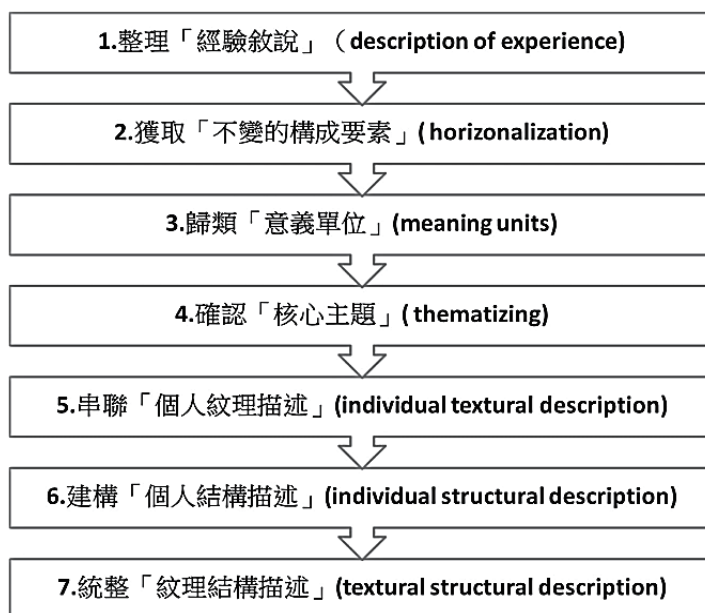
五、研究目的

本研究以個案研究將諮商歷程與經驗統整，對生活目標進行系統的思考，經由文本詮釋與分析，來完成下列研究目的：

- (1) 了解社會文化脈絡如何形塑生活目標。
- (2) 探討以生活目標為主訴的諮商歷程，其敘事視框的轉變。
- (3) 探討生活目標在敘事諮商歷程中的敘事結構之改變特徵。
- (4) 釐清敘事文本詮釋與知識生產。

六、研究方法與步驟

在分析文本上，採取現象學取向的分析，主要根據 Van Kamm (Moustakas, 1994) 的分析步驟。他提出七個步驟（如圖二）。Van Kamm (Moustakas, 1994) 的分析方法，提供了很好的外在架構和步驟去分析資料，至於「個人紋理描述」、「個人結構描述」和「紋理結構描述」等分析視角則將加入詮釋學和社會體制脈絡的觀點加以整合。



圖二 詮釋分析的步驟

(一) 資料整理說明

本研究所採用的分析資料，共有 20 份由錄音帶謄寫的諮商對話文本。編碼時仍從 1001 編至 20001，即以 1 為第一次文本資料，編碼以 1 起頭，第一句談話次序碼為 1001。20 為第 20 次文本資料，編碼以 20 起頭，第一句談話次序碼為 20001。

(二) 資料分析步驟

1. **第一步驟完成「經驗敘說」文本。**陳列晤談資料，將錄音帶內容轉謄為逐字稿。

2. **第二步驟找出「不變的構成要素」。**以「確定不變的構成要素」為原則，實際進行整理時，是依據下列三個具體做法：**a.**以她的經驗世界為主，不做任何修改或增刪；**b.**諮商中有談及其他事件經驗，而與原先的事件經驗無關，則另訂主題做摘要；**c.**諮商中不同時間出現同一事件經驗則予以連結合併。為了符合不變的構成要素及她的主觀經驗的完整性，有些對話不宜切割，因此某些對話會重複在兩個不同的事件經驗中出現。

3. **第三步驟是歸納出「意義單位」。**將不變的構成要素歸類（clustering）並主題化（thematizing）。共獲得 15 個意義單位，分別以：A-婆媳；B-夫妻；C-父女；D-母女；E-母子；F-升學主義；G-成績掛帥；H-好人；I-師生；J-同事；K-老師角色；L-搬家；M-手足；N-她的改變；O-角色楷模等來表示。

4. **第四步驟是確認「核心主題」。**核對所有主題，歸納出兩大類核心主題，包括：**a.**與案主生活世界有關的社會情境主題：家庭體制的社會脈絡、聯考制度的社會脈絡、「好」人的社會脈絡；**b.**與案主個人議題有關的主題：被干涉被打擾受牽制；別人強勢我弱勢；很厭煩想逃離；內疚自責不安、防衛依賴；我比以前好太多了；憐憫與寬諒；說出自己的想要；活自己的樣子。

5. **第五步驟是串聯「紋理描述」。**將核心主題融入研究者的視角：**a.**她的生活中世界，由哪些成分組件而成？**b.**社會文化脈絡如何形塑了她？整理出案主在諮商歷程中敘事視框的轉變。

6. **第六步驟是建構「個人結構描述」。**也就是依據上一步驟的「紋理描述」，整理出案主生命故事的敘事結構的特徵。

7. **最後，整體建構出「紋理結構描述」。**進行敘說內容的整合性詮釋，詮釋敘說者「生活目標」的意涵。最後提出提出敘事結構特徵的整合模型。

參、結果與討論

根據諮商的原始文本，和研究者針對文本所進行的整理，整理出六個研究結果並進行討論，分別是：（1）描繪使她活成「沒有自己」的那個世界的特徵；（2）經由鬆動主流故事，以「離」開被建構的生活目標；（3）釐清生命故事敘說與共寫歷程；（4）探討經由敘事視框轉變如何浮現出主體性的生活目標；（5）整理出生活目標在敘事結構中的特徵；（6）提出敘事結構特徵與敘事視框轉變的心智循環空間模型。

一、使她活成「沒有自己」的那個世界的特徵

本段就家庭體制、聯考制度、「好」人的社會脈絡等三個核心主題（表一、圖三），來理解社會文化的生活現場，如何形塑了她，使她做很多「對的」或「應該做的」事和角色行為，卻不一定是她真的想做的事，透過她故事敘說來理解文本脈絡中的社會文化體制，如何塑造了他的主流故事。

（一）有關家庭體制的社會脈絡

「如果真的大家不搬走，那我覺得...至少找...我們把樓上蓋起來好了啦！因為我覺得這樣不行。因為其實他已經不懂得如何過生活了。他的眼睛一直盯著我們。他沒有辦法過生活了，你怎麼叫我...我說我不理會，完全不理會，啊！那對女人來說太困難，尤其婆媳（1019）。」

「我是覺得他（丈夫）真的是跟個孩子一樣，他沒有辦法去體諒...他只是個小孩，他自己是小孩，小孩沒有辦法去照顧小孩，他沒有辦法體諒，他沒有辦法體諒我（12011）。」

在「家庭體制的社會脈絡」下，又包含了婆媳關係、夫妻關係等子脈絡。生活經驗中，例如：她曾盡力討好婆婆可是無功而返；早餐事件婆婆邀功她不以為然；婆婆會來敲門打擾她使她有受制感；洗澡事件她能體諒婆婆的挫折感；她想要自己去租屋最好是搬家；她不願意代替丈夫陪公婆；她認為她丈夫應該提出搬家之事；她丈夫總是悶悶的，她想要離婚、想要有男友；她覺得生活中處處她都被迫要做照顧者等。

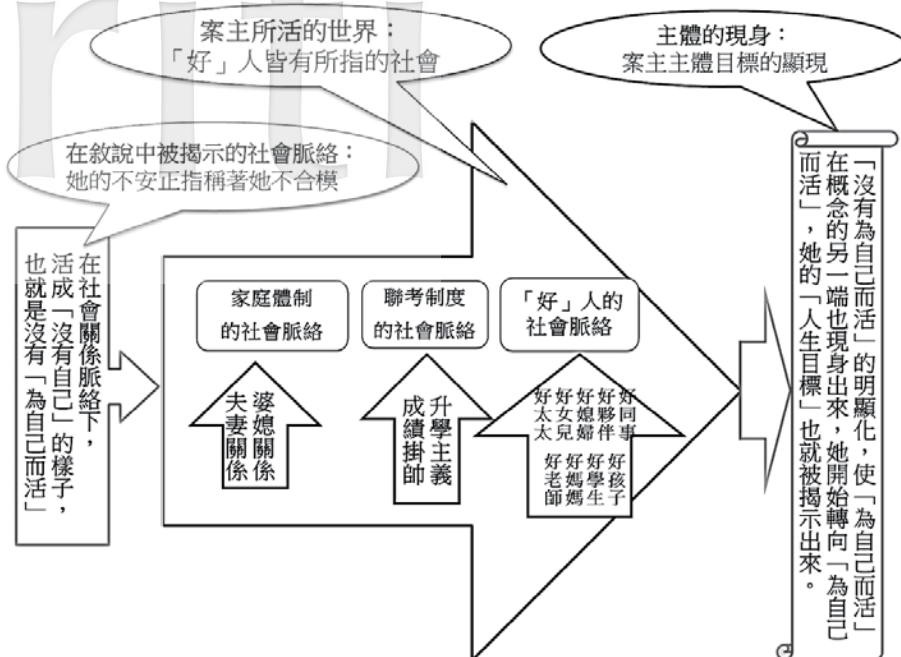
根據她的故事大致可以看見兩主題：一、她被卡在「婆媳關係」裡。二、她在「夫妻關係」脈絡中，以為倚賴她丈夫才得以出頭。

婆媳不睦一直都是國人根深蒂固的集體敘事劇本，而她跟婆婆的敘事，映照了這劇本。她跟婆婆為了孩子的早餐而起的爭執，表面上看起來是一杯高蛋白飲料，其實是：「你不要管我」的權力鬥爭。「子孫同堂」底下一串的家庭價值，

包括：兒子婚後跟父母同住，表示父母「很有福氣」，獨生子更具有「孝順反哺」的應盡責任。而婆婆的「權力與支配」也對應出來，媳婦應該「乖巧、孝順、聽話」的角色劇本。她就是在這種「家庭價值」之下，進入「婆媳關係」的集體敘事。這是「使她這樣活的世界」，她「活的樣子」是很煩、受打擾、被干涉、不能開冷氣、不能放鬆、處處都會被管等。

表一 她所活的世界的主流價值

主流價值（核心主題）	相對應的日常生活經驗（意義單位）	
	婆媳關係	夫妻關係
家庭體制的主流價值	*她曾經想要討好婆婆	*不願意代替丈夫陪公婆
	*早餐事件婆婆邀功	*該由丈夫提出搬家之事
	*婆婆會來敲門打擾她	*想要離婚、想要交男朋友
	*洗澡事件婆婆很挫折	*丈夫總是悶悶的
	*想要自己去租屋、想搬家	*被迫要做照顧者
	*婆婆不讓她做乖巧的孩子	*逼丈夫說實話
	*婆婆會藏錢	*為找不到車位而吵架
	*她不能隨意用冷氣、電話	*丈夫剪不斷擠帶
	*婆婆偏袒自己的兒子	*沒熱水事件
	*想搬出去住	
聯考制度的主流價值	升學主義	成績掛帥
	*她爸說她很沒有用	*她是不學無術
	*她覺得她自己很笨	*她不能教升學班
	*教課只是雕蟲小技	*蜀中無大將廖化作先鋒
	*教育是攀升社會地位的階梯	*他們班考差了，主任問她會不會有壓力
「好」人的主流價值	「好孩子」、「好學生」、「好夥伴」、「好老師」	
	*學生被記過	
	*學生違規	
	*她小時後被忽視，自覺不是父親眼中的「好」孩子	
	*不想做「好」女兒，繼續按月拿錢回家	
	*在乎別人的眼光	
	*訓育組長說她八珍	
*同事都不顧情面		
*弟弟妹妹都很了不起		



圖三 在敘說中被揭示的社會脈絡指出案主所活的世界

她敘說的「婆婆」是具有社會語意的名詞，「婆婆」是在「婆媳」社會結構中被賦予特定屬性的角色。是這個「婆媳」的社會結構給了婆婆去依附在兒子、媳婦身上的正當性。而她的婆婆正是在「婆婆」的社會結構已經事先賦予的權力上，進行與其媳婦的互動。她對婆婆的敘說，如「我婆婆不該來干涉我」中的「婆婆」，可以遞換成使她活成如此的那世界的「它」。是「它」所指稱的社會關係脈絡中的「婆媳關係」，所賦予的「規範與價值觀」給了「婆婆」一個可以那樣說話的位置。而她對抗的是經由「婆婆」發聲的那個隱而不見的、被遮蔽著的世界，那個被遮蔽的世界，經由她的「很煩、被打擾、被干涉、想脫離」的說出，而照見了那個使她之所以成為「不合模的媳婦」的世界。那世界一直在那裡，是她回首反思的「說話」，帶著我們看見她所處身的社會脈絡。

(二) 有關聯考制度的社會脈絡

「我只是僥倖，我覺得那都不是我能力得來的，我可能是比別人更加花很多心思得來的，不是靠我的聰明得來的，因為我一直覺得我自己很差勁，很笨（5032）。」

「跟那些一直以來都成績比我好的人相比，讀第一志願的高中、上公立大學、步上『康莊大道』的人，我只能算是『旁門左道、勉強掛勾上岸的人』（5078）。」

「聯考制度的社會脈絡」，包含了升學主義、成績掛帥等子脈絡。例如：她爸媽覺得她很沒有用、她一直覺得她自己很笨、她是不學無術的、把課教好只是雕蟲小技而已、她不會讀書所以不能教升學班、她在學校是不學無術，蜀中無大將，廖化作先鋒、她們班成績考差了，主任問她會不會有壓力，意思是她是能力不好的老師。

她出生在民國 50 年代末，九年國民教育並沒有減少升學壓力，她生活在那個以升學為導向，以成績掛帥的聯考體制的價值文化中。有關聯考體制的脈絡以兩部分進行討論：（1）升學主義的主流價值使她活成自我否定的人；（2）成績掛帥的社會指標，使她說出「覺得她很笨」、「教育是她攀升地位的階梯」、「教課只是雕蟲小計」等敘說。

她認為她讀的是高職，然後再走技職路線，考上沒有名氣的二專，插班考上私立大學，再次轉學才僥倖從公立大學畢業，他說：「也不是啥熱門科系，沒人去讀才會落到我有機會插班進去就讀（5031）。」她一路往上爬，力爭上游到國立大學畢業，也覺得自己夠不上「好」，她覺得「那算不了什麼，那不算是成功的經驗（5035）。」不是那種一路順遂，一飛沖天，光彩奪目的成就。即使她在工作崗位上，都一直備受肯定，但是她覺得那只是僥倖，她一直覺得「我是一個不學無術的人，書讀不好，就好不起來了（5059）。」雖然勉強攀附上了升學之梯，但是她仍覺得沒有得到肯定與認可。

（三）有關「好」人的社會脈絡

「好」人的社會脈絡下指出一個「好」人是：寬宏大量、宅心仁厚、體諒別人、不拘小節、並且要能善盡職責，認真盡力等。她在小時候被期待是「好孩子」、「好學生」，在同儕之間成為「好夥伴」，甚而籠統的被期待成為「好人」。對她而言「好」與「不好」是既熟悉又矛盾的現象，她的敘說提供研究者理解到使她自覺「不好」所來自的社會脈絡，也同時理解到一直沒有在她的行動世界現身的「好」，使她認為自己「不好」。她的情緒浮沉，其實是她在體制規範中的「好」與「不好」相生相長的浮沉。

她覺得自己「不好」，那是對著一個已經存在的「好」而說的，她的不好正指出「好」的存在。她一直在她所活的世界中，活成一個「好人」，這裡說的「好人」，包括她說過的「好媳婦」、「好女兒」、「好太太」、「好媽媽」、「好老師」、「好同事」等合模的角色行為內涵。這種「好人」符合別人眼中的期待，通常會抑制自己的需要，也就是她說的「為別人而活」，所以會活成「沒有自己」

的樣子。在那個「為別人而活」的世界，她總是在乎著她跟婆婆的爭執，她認為如果她夠「好」就不會起爭執，她也認為如果她夠「好」就足以贏得父母對她的注意、關心與認可。這些她渴望得到的注意、關心與認可，卻又一直缺乏，也爭取不到，使她認為自己夠不上是「好」人。

一直到自身經驗發生斷裂，理解到自己與「好人」之間的關係位置，她才開始「看到」自己，並重新看待「好人」的內涵，從而與社會脈絡的合模規範產生對話與鬆動。這種社會關係脈絡下的合模規範，沒有清晰可辨的生活法條，卻是在敘說文本中可觀、可感、可羅織的規約。經由敘說凸顯出「社會脈絡的主流價值」對主體的建構與「主體現身與目標揭示」的解構。

（四）從「社會建構的生活目標」轉變到「敘說建構的生活目標」

研究參與者踴躍不安的感受，日以繼夜的呼應出她所活的世界，也就是建構個人生活目標的世界。Berger 和 Luckmann (1967) 主張現實是由社會建構的，他指出個人和群體在社會系統中互動，行動者會將這些概念展現在彼此關係脈絡中，而成為慣性的角色模組。當這些角色滲透到其他成員並且表現出來，相互交流就開始制度化，在這個過程中人類對現實的知識和對現實的概念和信念就深植於、鑲嵌於社會體制結構中。

Crossley (2004) 指出敘事諮商服膺社會建構取向，強調「自我」與「社會建構」之間的關係，尤其是「自我」與「語言」之間的關聯。敘事諮商認為現實是基於互動與語言所建構 (Guterman & Rudes, 2005)。這些慣性的角色模組、互為主觀的互動，構成了社會的集體敘說 (Collective narrative)，成為具有支配性論述 (dominate discourse) 的主流故事，使得個人的自我認同經常是被社會建構的。

研究參與者的自我概念和信念鑲嵌於社會體制結構中，她被社會建構而產生「好人」的自我認同，她的「不安」卻指出她在社會系統中的「不合模」，她活在體制脈絡中想要得到「好人」的認可，卻處處失利、處處受挫，所以她才會憤怒、內疚、自貶、不安。Gergen 和 Gergen (1984) 認為敘說不只是使人將生活現狀帶來秩序和意義，也反過來提供我們自我概念的架構，我們對自己和別人訴說自己的生命故事，同時經由敘說而建構出「敘說認同」，她在她所說的關於自己的故事中認識自己。她敘說她的不安，同時她也看見這些不安來自長期責全自己符合社會建構的目標—成為大家認為的「好人」，卻不是符合自身的生活目標。從「社會建構的自我認同」轉變到「敘說建構的敘說認同」，指出敘事諮商治療

本身就是將生命經驗意義化的過程。

二、鬆動主流故事，以「離」開被建構的生活目標

生活目標的解構與建構過程，含「離」開的過程，和「建」立的過程。也就是說人既然很難自外於他所處的社會脈絡，又必須活出他自己的，也就是必須有「離」社會脈絡的過程，是因為「離」的發生，她才重新聚合自己，建構出自己的生活目標。

（一）鬆動主流故事中的生活目標

在前段論述使她活成「沒有自己」的那個世界，也使她看不見自己想要的未來，那個世界的「目標」曾高懸在她的生活中，在她的生活中處處向她招手。小時候是經由父親的態度，她知道她應該要以「名列前茅」為目標。結婚之後，從她丈夫的態度，她讀到要以「隱忍為懷做個識大體的好媳婦」為目標。在學校教書她從同事、主任的計較心態，解讀到要以做一個「認真負責的好老師」為目標。即使這些目標藏身在隱晦的生活言談和瑣碎的小事之中，卻絲毫不妨礙她去接受這些目標，也就是 Heinz（2002）所揭示的文化在生活中理所當然又習焉不察的滲透在日常互動裡。

Yalom（侯維之譯，2000/1986，p.282）說：「目標？目標是在文化裡，在空氣裡，妳呼吸到它們，跟我一起長大的每一個年輕男孩，都呼吸到了同樣的目標，我們全部都想要爬出猶太人的貧民區，在世界上如旭日般升起，去實現成功、財富與名望，那就是每一個人想要的！我們沒有一個以刻意挑選目標來著手——它們就在那裡，我的時代、我的族人、我的家庭自然而然的後果。」

那使她沒有自己的正是她從小到大都在呼吸著的世界，一旦她開始回首，在諮商中她所敘說的過往生命歷史，和那從小到大她呼吸直著的世界都與她決裂。決裂是存在的裂縫，是分手也是離開，離開舊世界，同時開展新世界的視域。她所活的世界建構她的方式，在她的敘說中顯現出「離」的過程，許多隱藏的故事線逐漸浮現，以便接軌她的目標建構的過程。

家可以指涉三種概念，分別是 house（住屋）、family（家庭）、home（家）（畢恆達，2000），住屋指的是物理空間。家庭指的是成員或結構，雖然家庭成員包括她跟丈夫、小孩三個之外，還有公公、婆婆、小姑共六人。她在這家庭中還有不同的單位連結，她跟孩子最緊密，是一個最小單位的成員連結。她不想讓她婆婆說是她搶了她的兒子。次一單位連結是三個人，她跟她丈夫還有孩子。再放大一點的家庭單位是把公公也放進來。她除了跟公公在心理連結上較為緊密，

公公也同時提供了比較接近家人似的關懷與支持。

在 home 這個家的概念上，她想要的是隨她心意去擺佈，隨她喜歡不受干擾的展現她自己，所以她想搬出去。可是「我丈夫一直阻止我說不行，因為我婆婆就會說買這麼小的，就是故意不讓他們跟小姑來住（3006）。」她覺得任何事情都她婆婆都要限制，她跟公婆一起住的情況是：「我睡覺開冷氣，就說我太會享受了，電費以前是我婆婆在付，電費一增多我婆婆就罵我，我婆婆說除了我在開冷氣、浪費電還有誰（3038）？」她就想自己另外裝一個電表，她公公會生氣說：「幹嘛分那樣子啊！」。她會感嘆說：「我會夢見漂亮的燈，我希望能把家弄得漂漂亮亮的，可是，我公公婆婆不可能，他們跟我不一樣啊（14044）！」

對她而言，這三個「家」概念的關係，是彼此重疊交錯的，女人嫁過去別人「家」，她自然而然成為那個 family 的一份子，丈夫的家人也就成為她的家人，丈夫的住屋也自然成為她的 house，但是對她而言那不是她的「家」，她沒有回家的感覺，家應該是可以放鬆，可以隨意愛怎樣就怎樣，回家就有安全，隱私感和放鬆感，她覺得她在廚房洗個碗、切個水果都不自在：「洗碗的時候，我婆婆就在那邊運動，走路走來走去，走過我洗碗的地方，又要看看我洗碗，水是不是放得很大！」、「我婆婆會出聲音，她就砰砰砰砰走過來，砰砰砰砰又走過去，我懶得理了，就當作沒看到，我就站這樣洗，切水果她也要過來看，我就站這樣切（背對婆婆站），可是還是覺得她很煩（2051）。」

即使回家她也沒有休息的感覺，也不能真正放鬆，「我丈夫發燒請假回家休息，我就開冷氣，這樣他比較好睡，我婆婆就一直唸浪費電」、「我本來想偷懶，我想回家，可是我覺得我不能偷懶，我想回家，可是...我回家又怎麼樣，回家還是累（3038）」，她是在很多「不對」和「不要」的生活經驗中，才知道那不是她的「家」。她說：「我覺得經過太多年的忍耐，用了5年甚至10年的時間在煎熬，完全沒有自由的感覺，我覺得我什麼事都被管，連開個冷氣都要受約束。我覺得真的是很無奈，我覺得怎麼都被干擾到。我在這個家裡待得很難過，可是我又走投無路，我不能離家出走，因為我離家出走不知道要去哪裡，我不想讓我媽知道，我也跟丈夫說過：不然我帶我的孩子走好了，可是我覺得孩子又很需要父親（3044）。」

那 house 也不是她要的住所，她想要搬離另找住所。她丈夫跨兩個 family，既是她公公婆婆那個家庭的兒子，又是她的丈夫和兒子所組成的家庭的男主人。這雙重困難—離開原住所和重組家庭成員，使得她很困難理出她對家（home）

的實質概念，過去的經驗都是「我沒有資格要求什麼、我不好意思去要、我不算什麼(3056)」、「十年了，我想要自己一個家，我覺得到最近兩三個月開始來跟老師談話之後，我才覺得我有一點自主權，我想要有一個家，我想要有一個自己真正、完整的一個家(14032)。」她帶孩子的方式受管，不能開冷氣，不能在房間裡看電視，但是解決無方，家不能搬、婚不能離、不能帶著孩子走，幾乎是無路可走。當她對家概念的突顯與完成，才緊扣出她對「家」的具體行動—「搬家」。這「搬家」的離開，是從不要「那個夫家」到重新建立一個她要的「家」。

(二)「離」開被主流故事所建構的生活目標

被社會建構的生活目標—「沒有為自己而活」的明顯化，使得敘說認同中的主體性生活目標—「為自己而活」在概念的另一端也現身出來，她開始轉向「為自己而活」，她的「生活目標」也就被揭示出來。她轉向「為自己而活」的「生活目標」符合 Gattiker 和 Larwood(1986)提出的主體性生涯(subjective career)，不重視客觀的成功生涯標準，不依循大多數人的生涯模式，而追尋獨特的生涯主題與意義。

她想要自己找個房子，她想要有外遇，她想要離婚，都是一種「離開」，離開不能放鬆自在的家，另外尋找可以自在做主的家。她主要「離」的脈絡包括：

(1) 從「家庭體制」中離開，具體來看她用「離婚」來離開家庭體制，用「搬家」這個支線故事來離開傳統上給女人在結婚之後的夫家，用對「養兒防老」的不屑，離開傳統家庭的觀念。(2) 從「婆媳關係」中離開，她以「情緒自主」離開婆婆的干擾，以「重構角色」的支線故事離開順從的位置。(3) 離開「夫妻關係」中她不要的負擔，她想要有外遇是想離開照顧者的枷鎖。(4) 從使學生成績優異的「好老師」的刻板印象中離開。(5) 從「人性本惡」的位置中離開，想離開自私比較的人際紛爭而增加關心體諒這個替代故事。(6) 離開「夫家」重新建立她自己的家。(7) 離開「應該」回到自己的「想要」。這個離的過程在敘說中是來來回回穿梭出現，並非一刀兩斷似的截然劃分。它是在敘說她自己時，看見她所活的世界，才在回首反思的斷裂中經由敘說再敘說，「離」才在心理上的發生作用，而「離」的作用也接軌了她後期的敘事視框的轉變。

三、共寫與重構故事的歷程

對案主而言，諮商之外的日常生活是行動世界，諮商的現場是敘說世界，是對行動世界的回首反思。對心理師而言，諮商現場是行動世界，對諮商過程的紀錄與評估，則是心理師的敘說世界，是對行動世界的回首反思。對研究者而言，

對諮商逐字稿文本進行分類、摘要、串聯與詮釋是行動世界，將敘說文本創作成與學術社群對話的論文，則是其敘說世界，也是對的行動世界的回首反思。

她把心理師當作一個她外射出來的客體，這客體足以作「監控自我」(self-monitory)的角色，諮商情境提供了她回首反思自己過往生活經驗的場域。就文本內容，可以看到她如何讓心理師對她的世界產生作用，而重構新故事。

(一) 經由心理師與她的關係動力而共寫 (co-author) 故事

諮商得以有效，是因為案主願意讓心理師的說話對他產生作用。她願意賦予心理師發言的權力，心理師才能與她一起共寫故事。她十分信賴諮商關係，包括對心理師的情感依附，得以獲得宣洩、支持，也包括心理師與她對話，產生了視框轉移的共寫歷程。這個信賴關係是情感的也是認知的。

就治療機轉而言，是她賦予心理師有了說話產生作用的權力，最後心理師再把權力又交回她手上，完成權力讓渡與轉回的過程(圖四)。這個權力轉置的特性是：(1) **建立信任與合作的關係**：她將權力交給心理師，這時她依賴諮商關係；(2) **案主授予心理師發言權**：心理師運用在手的權力，去聚合她的成功經驗，賦能給案主；(3) **共構新的故事**：拓展多元觀點、多重故事敘說、描繪隱藏故事、尋找隱藏的故事線；(4) **鋪排權力轉置歷程**：處理諮商關係的焦慮，也就平行處理了她的人際焦慮，她在諮商關係中的自主，將同時啟發她的人際關係自主。

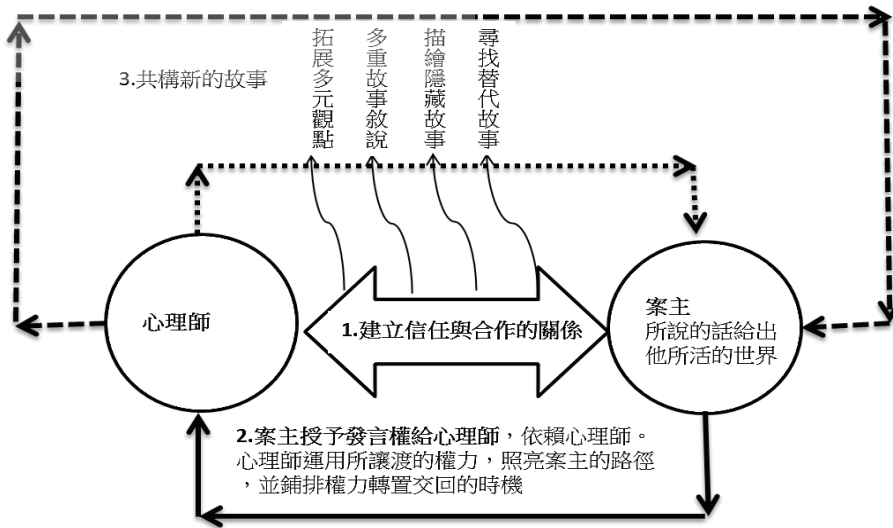
(二) 經由敘事的問話「重構新的故事」

心理師透過敘事的問話來重構新的故事：(1) **拓展多元觀點**，經由提問點明她說話所在的社會體制脈絡視框：「你婆婆期待你是一個怎樣的媳婦？她是怎麼『學會』要這樣來期待你？」、「你說說看怎樣是一個好老師？」(2) **多重故事敘說**，鬆動她所置身的角色狀態，婆媳關係的角色模組：「你會說你是一個怎樣的媳婦？」、「如果有一種妳滿意的婆媳關係，那會是怎樣的關係？」；(3) **描繪隱藏故事**，開啟心理空間，拓展她的知覺場域的廣度和深度，網織她婆婆的行為意圖使之現身：「你猜這樣跟你說話的婆婆，她是怎麼想像自己的？或是怎麼想像你的？」；(4) **尋找替代故事**，使「不在」經由對話成為「在」，本來是她在婆媳的體制脈絡和角色中，她的自己「不在」場在對話中成為「在」場：「如果不是從媳婦的角色來行動，這個情況『你』會說什麼或做什麼？」。

Gergen 和 Gergen (1984) 認為敘說結構是從日常的社會互動中發展出來的社會建構，是人們共享的理解世界的方式。研究參與者的敘說帶來她的日常生活

經驗，他與心理師的對話，穿梭在日常生活經驗跟體制之間，讓對話把具象的日常生活跟隱遁的社會脈絡的交織，成為一條可能會帶她開展視野的新路線。

4.心理師把權力交還給案主，還原案主的主體性



圖四 心理師與案主的關係動力而產生共寫與重構新故事

四、敘事視框轉變浮現出主體性的生活目標

本節的論述重點是她的敘事視框轉變，藉由討論 Scheibe (1986) 敘說者的三個空間中的第二個空間，即在誰在說話 (by someone)，整理研究參與者的敘事視框轉變，而梳理出生活目標的質變。她同樣在說婆婆的事情，不同的時候用著不同的視框敘說，表示那個在說話的「她」，已經是不同的「她」。她的敘說處於不同敘事結構狀態，也一樣代表著「她」已經有所轉變，是不一樣的「她」在說話。從一個「我沒有資格要求什麼、我不好意思去要、我不算什麼 (3056)。」轉變到「我想要有一個家，我想要有一個自己真正、完整的一個家 (14032)。」主體性生活目標因敘事視框轉變而浮現。

關於她的目標建構過程，發現敘事本身就流露出她的敘事視框的轉變，研究者只是去發現出來而已。例如她在敘說她的弟弟活得不像他自己，一直活在她爸爸的期望之下，這同時她也理解到，她自己也是活的不像自己，這使得她更清楚在她說她弟弟的故事的同時，她自己也再度脈絡化。研究者是在看見文本資料中研究參與者的視框轉變，才理解到敘事結構改變特徵在研究步驟中的重要性，這可以說是研究者自身的再脈絡化過程。

Scheibe (1986) 提出 move (移動) 的概念, 當個人處在 Adventure 時, 他在意義面上發生冒險 (risk), 所以故事才能成形。當個人開始回首重定、篩檢與重組已成過去的生活細節開始形成故事, 而整個故事的框架是一種證成。框架是個人故事的起點, 同時也已經是結語, Scheibe 是直接把「敘說是什麼」, 當作認識「人為什麼敘說」的起點。

但是 Quine (1960) 的說法是, 把起點放在「行動世界」的「看見」(principle of seeing), 也就是起點是建立在「看事情的視框」。用現象學的用語是「加了括符」, 「行動世界」與「敘說」之間的差別是, 前者沒有括符, 後者加了括符。例如, 在行動世界裡她婆婆站在她旁邊看她切水果, 她把身子側一邊, 那是她存有主體的「有感」, 當她說:「我婆婆站在我旁邊看我切水果, 我覺得很煩(2051)」, 她用語言指出她的「有感」, 這是她的敘說。她在主體的行動世界裡是當下的感受, 語言的敘說是在不同的敘述範疇, 在「指出之前」到「敘說」乃至「對別人說自己的事」之後, 分屬三個構作的層面, 「指出之前」(pre-figured world) 是存有主體當下所感, 「敘說」是 Ricoeur (1981) 所謂的「共指的世界」(con-figured world), 「對別人說自己的事」是另一種承接與互動性的了解, 可稱之為「轉指的世界」(trans-figured world)。

在諮商中她和心理師的焦點是她的「敘說」的「共指的世界」和「對心理師說」的「轉指的世界」。弔詭的是諮商是一直連續的心理運作與變化的過程, 她對心理師的敘說, 是螺旋狀的詮釋循環過程, 她每次的起點都是帶著新的或是不同的「看事情的視框」, 才進入當次的「敘說」。也就是每一次「轉指的世界」發生的事情, 向前的去重構了「指出之前」存有主體的「有感」。經由每一次的「敘說」的差別, 也可以清楚看到她發生視框轉換, 猶如 Sarbin (1986) 說我們不只是把一連串的事件加以歸類, 我們會把這些事件編織成一個故事。故事擁有本體論的地位, 我們永遠被故事所圍繞, 敘說之於人就向大海之於魚。

下面就她的三個主題的視框轉變所變浮現出生活目標為例來做討論: (1) 人際關係的視框轉變; (2) 婆媳關係的視框轉變; (3) 教師角色的視框轉變等來作說明。她在人際關係這個主題上的視框發展軌跡如下: (1) 經驗到自己是一個在乎別人眼光的人; (2) 嘗試進行「不要在乎」別人的生活實踐; (3) 聽她自己的聲音, 以自己為指引; (4) 發展新的情緒迴路; (5) 接受「安」是起起伏伏的事實; (6) 找到一把人際關係的金鑰匙; (7) 最後浮現出「自在做主」的人際關係為生活目標等。

再以「婆媳關係」這個主題為例，婆婆仍然在她的生活範疇中，但是隨著她敘說可以看到他視框的轉換，依序如下：（1）我覺得很煩、我被婆婆打擾、壓力很大；（2）我能忍耐、我可以控制我自己；（3）她有困難，她沒有辦法；（4）她不是故意的，她沒有能力；（5）她不再影響我了，我自己有時候會悶；（6）她沒有能力要求也沒用；（7）最後浮現出「我有關照的能力，能了解、評估、選擇自己的行為反應」的生活目標。

這敘說視框的轉換，也就是她形成她自己自我知識的過程。有關她的「老師角色」的視框，可以看見四個視框的轉變，分別是：（1）我沒有能力教升學班，不會做經師，又擔心連人師也做不好；（2）我不會教學術知識，我只會教生活知識；（3）我會掌握關鍵，我喜歡分享人生體驗；（4）最後浮現出「我了解到是聯考分數的主流價值使我焦慮，並且增加自我主控感」的生活目標。

在諮商中她在上述主題都出現了視框移轉而浮現的生活目標，這些視框轉變提供研究參與者進入新的敘說認同，扣著她的主體性目標而浮現。由「受制的」狀態，或被社會體制否認的「我不好」的狀態，或「在乎別人」的眼光的狀態，走到「自在做主」、「自我主控感」、「做出自主性的合宜反應」等她想要的目標。

當她視框轉移時，她就置身在不同於她之前的世界，也就離開了她原來的世界。這種回首敘說產生的視框轉移，正是她邁向她的主體性目標的歷程。她的敘說不是孤立的語言產品，而是歷經詮釋循環的脈絡過程（余德慧，1992，p.456）。她在諮商中的敘說是將前敘述的行動世界，把日常生活中的經驗投向「敘說」的語言活動，諮商時她是在論述空間中完成敘說。而她在論述空間的視框轉變，是她在行動世界反思的照見，這時她的「要」才得以被看見，行動世界並不因為她在進行諮商而終止，行動世界繼續對她開展，使得她帶著新的視框回到諮商中，重新敘說她的行動世界，使她的「敘說」也隨之質變，這是一個詮釋循環的過程。也就是從「指出之前的世界」的開放，凝聚到「共指的世界」，而又隨著「未指出的世界」的變化，使「共指的世界」解開又凝聚。

五、生活目標在敘事結構的改變特徵

前述敘事視框轉變，是經由敘說的詮釋循環脈絡過程而生成自我知識，這個自我知識的循環脈絡，可以整理出她的敘事結構的改變特徵。此處的「敘事結構」是針對本研究之研究參與者在敘事治療歷程中生活目標的現身與改變所整理出的「敘事結構的改變特徵」，用來描述三個敘事元素和九個主題意義（圖五、六、

七)。這九個主題意義大致具有次序性，但是在她的敘說中，某些事件經驗偶而也會出現倒置出現。分述如下。

(一) 被建構的敘事：受制狀態的敘事結構特徵

第一個敘事元素是被建構的敘事，生活目標在受制狀態的敘事結構特徵，主要是「與問題故事有關」的叢集（圖五）。前面「使她活成『沒有自己』的那個世界」，主要是家庭體制的脈絡所施予她的受制感，這個大脈絡底下，又包含了婆媳關係、夫妻關係等子脈絡。她被卡在「婆媳關係」、「婚姻關係」、「同事關係」、「主流價值」裡，「卡住」的過程又包括：（1）「我被干涉、被打擾、受牽制」，她曾經想要討好婆婆，但得不到善意的回應而放棄，覺得婆婆打擾她的生活作息、干涉她的自主權，使她沒有回家的感覺。她學校同事以學生表現互相較勁的心態，也讓她覺得處處制肘。（2）「別人強勢，我弱勢」，婆婆有權當家作主，有時是明的干涉，有的是暗示。爸爸總是不看重她，使她覺得自己很笨。她自己覺得不會讀書，也無法教升學班，她也覺得會讀書的人很了不起，而她自己是不學無術，只能做人師不能做經師，她甚至懷疑連人師都做不好。（3）「很厭煩、想逃離」，她想脫離婆婆，不想入媳婦角色。她希望丈夫能給她一個家，可是這丈夫總是悶悶的，什麼話也不說，也不跟她商量家計，所以她也想要藉由離婚或交男朋友，獲得支持感及脫離婚姻體制。

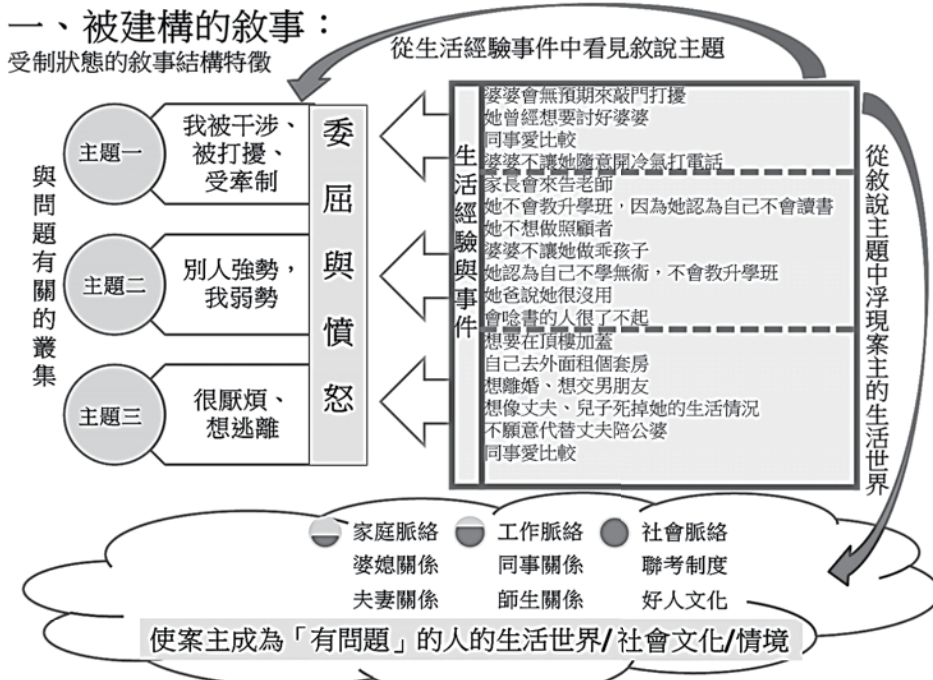
(二) 解構的敘事：鬆動狀態的敘事結構特徵

第二敘事元素是解構的敘事，生活目標在鬆動狀態的敘事結構特徵，主要是「矛盾與衝突有關」的叢集（圖六），從中浮現出隱藏的故事線，大多是與主流價值不合模的隱而未顯的支線故事，通常也是研究參與者自身不確定的模糊狀態。Bruner（1986）強調心理事實是經由人們與世界溝通時，以心理歷程為基礎所運用的獨特的語言或知識系統而展現出來。

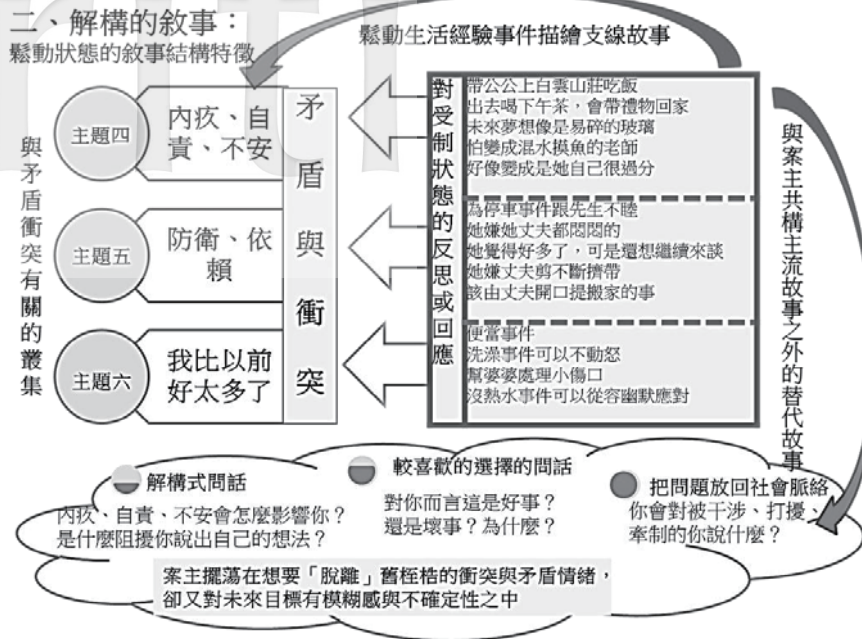
首先，可以由她的敘說經常反覆出現「內疚、自責、不安」等語言，脫離主流價值的情緒擺盪看出。例如：她說自己是一個異類老師，她注重生活教育甚於課業成績的老師，她擔心人家說她是在混水摸魚。或者她終於跟婆婆開口說她要搬出去住時，她會有內疚、不安，她不習慣為自己爭取權益，謀自己的福利好像是她很過分。其次，她也會出現「防衛、依賴」等衝突的情緒經驗，想要依賴丈夫而不可得時，她會生氣說她丈夫畏縮沒有擔當，剪不斷臍帶，軟弱無能又慵懶。第三，時而她會感覺到「我比以前好多了」的正面經驗，像她對於婆婆厲聲厲色的罵她，她不予回應，後來是她婆婆自己很不好意思，她經驗到新的婆媳

氛圍；沒熱水時丈夫煩擾她，她很快就脫離困境；像安慰一個小孩一般地，她可以幫婆婆處理小傷口。但是，同時又不相信自己會持久「好」下去，學習著要與不安共存。擺蕩在想要「脫離」舊桎梏的衝突與矛盾情緒，卻又對未來目標有模糊感與不確定性之中。

心理師在諮商中嘗試以具有啟發性與開創性的假設性問話，可以創造出她過去生命歷史中未曾發生的經驗。例如：「那這些（記的諮商筆記上的）話怎麼變成在妳的那個...學校的時候，面對那些人的時候有效呢？」、「所以妳對於她的想要，怎樣是你滿意的回應？」、「如果妳幫忙了，照顧到妳老公了，可是又不累，妳會怎麼做？」。這些問話可以帶她去兩個她沒去過的空間，一個是：自我照顧的世界。讓她把焦點從「別人的期待」轉回「自己」去照顧自己的需要；第二個是：改變反應方式的世界。當她以不同於過往的方式去回應她所熟知的生活情境時，她的身心會經歷到愉悅、自在、快樂、滿足等興奮感，這種新身心經驗對她而言有點陌生。這兩種狀態，開啟過去生命歷史中未曾發生的經驗，讓她的世界產生質變。



圖五 被建構的敘事：受制狀態的敘事結構特徵—與問題故事有關的叢集



圖六 解構的敘事：鬆動狀態的敘事結構特徵—與矛盾衝突有關的叢集

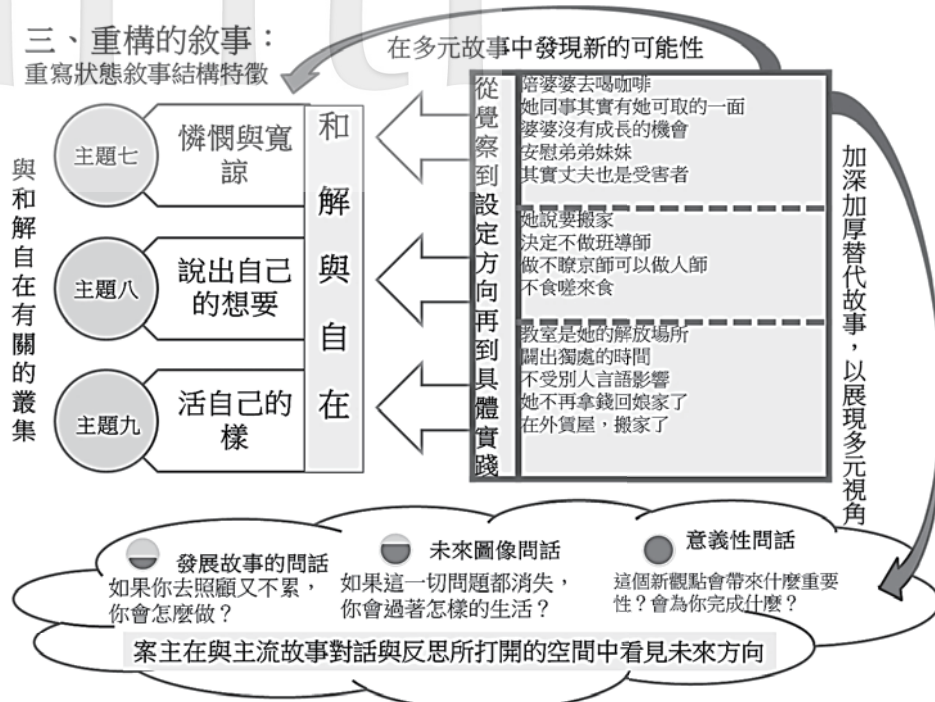
(三) 重構的敘事：重寫狀態的敘事結構特徵

第三個敘事元素是重構的敘事，生活目標在重寫狀態的敘事結構特徵，主要是「和解與自在有關」的叢集（圖七）。作為一個學校教師，不再受同事之間的比較，而能做一個異類老師，她對她自己的教師角色和教師身份的同事關係，是最早出現的重寫。她說：「學校老師的眼光已經不會影響我了，可是家裡的那雙眼光還是很干擾（16021）」接著婆媳關係的重寫開始著出現，穿插的她會說她她丈夫跟她的齟齬，當她重寫了她與婆婆的關係之後，她會在她的人際應對中實踐她的新體驗，對她的其他同事、對法國的妹妹，對失戀的弟弟都嚐試在跟他們的對話過程中，重新再脈絡化她自身的經驗。

Polkinghorne（1988）主張敘說意義是將我們的經驗組織成暫時性的意義化段落之歷程，敘說可視為是創造故事的過程，將各種事件組織成意義成為個人的論述型式（discourse type）。一次又一次重說她自己故事的過程，使她愈來愈離開她的「不要」愈來愈靠近她的「要」活成自己的樣子。重寫狀態的生活目標特徵有三，分別是：（1）憐憫與寬諒；（2）她說出自己的「想要」；（3）她開始活出自己的樣子。

她在被建構的敘事與解構的敘事階段時，是來來回回的說，她的重寫階段與解構階段，也是交互重疊出現而非截然劃分的。甚至在有些生活目標的重寫階

段，還會出現新的被建構的受制狀態之敘說。



圖七 重構的敘事：重寫狀態敘事結構特徵—與和解自在有關的叢集

(四) 生活目標在「前置經驗」與「接續選項」組成螺旋狀敘說循環過程中生成

她在日常生活中每一步「前置經驗」成為與下一步「接續選項」的踏腳石，她「就讀職業學校」是「考二專」的「前置經驗」，而去「考二專」是「就讀職業學校」的「接續選項」；同樣的，「插班大學」是「就讀二專」的「接續選項」，而「就讀二專」是插班大學的「前置經驗」。

在她敘事結構特徵中，也同樣可以看見類似的接續而成的「目標選定」和「目標移轉」模式，敘事結構中的「被建構的敘事」（圖五）有三個被建構的目標，其中「被干涉、被打擾、受牽制」是「別人強勢，我弱勢」的「前置經驗」，而「很厭煩、想逃離」是「別人強勢我弱勢」的「接續選項」，也就是說「很厭煩、想逃離」是她的目標選項，當時鋪排在她意識場中的是想離婚、想交男朋友、想自己去租個套房等等敘事主題，這些敘事主題是當時她的目標選項。

接著，她的敘事結構走入第二個敘事狀態，即「解構的敘事」（圖六）。「被建構的敘事」是「解構的敘事」的「前置經驗」，而「解構的敘事」是「被建構

的敘事」的「接續選項」。如果她沒有浸泡在她所存活的世界中感覺到受制感，我們就看不到她回首反思時的「被建構的敘事」，而沒有她的「被建構的敘事」作為其敘說的「前置經驗」，就不可能出現「解構的敘事」。同理，她若沒有經歷敘說歷程中的「解構的敘事」，以作為她當下的「前置經驗」，她就看不到、也說不出下一步作為她跨足的方向。

「解構的敘事」中的主題意義的敘說本身，形成了豐厚但又不同於「被建構的敘事」中的心理與情境脈絡，這新的「前置經驗」帶引著她走入下一步的「接續選項」，即敘說結構中的「重構的敘事」（圖七）。她的第二個敘說結構「解構的敘事」，是她能夠走到「憐憫與寬諒」、「說出自己的想要」、「活自己的樣子」等生活目標的「前置經驗」，敘說結構中「重構的敘事」的「接續選項」，是沿著她想脫離受制感，而在生活中實踐她的想要，並得到自主的目標選定與實踐。

人是處在自身的「前置經驗」的社會脈絡中，看到了自己下一步的「接續選項」，而這下一步的「接續選項」成了她當下可視見、可選定的生活目標。因此生活目標是要放置在她在當時生活實踐歷程來理解，以她的求學歷程為例，可以說是是一連串接續而成的目標選定和目標移轉的過程。

六、敘事結構特徵與敘事視框轉變的心智循環空間模型

諮商對話就是一個心理返身性的詮釋與理解過程。心理師在諮商過程中不是以她主觀的專業理論和知識來幫助她，而是「去聽」、「去看」她的經驗世界，與她共處在「經驗之中」，心理師去理解她是怎樣在說話，為什麼這樣說？說給誰聽？心理師保持 White 與 Epston（廖世德譯，2001/1990）主張的「不知道」（not knowing）的好奇立場，進入她「沒有目標」的心理世界，及這個「沒有目標」狀態所指出的世界，而不是落在分析她「沒有目標」的因果關係或她該如何因應。也就是心理師關注她所活的世界如何使她成為一個「沒有自己目標」的人，那是一個怎樣的世界？這世界如何建構了她的故事？進而在諮商對話過程共寫與再建構。

White（廖世德譯，2001/1990；丁凡譯，2012/2011）主張敘事諮商的重要假設之一是認為案主是自己問題的專家，案主願意賦予心理師發言的權力，最後心理師再把權力交還給案主，開啟案主的能動性，拉開心理師與案主的空間。本研究針對研究的資料進行詮釋分析，除了發展出「三階段敘事結構」的特徵，同時浸泡在詮釋分析與對於敘事視框轉變和敘事結構分析之啟發，最後整理出：敘事

結構與敘事視框轉變的心智循環空間模型（表二）。

案主敘事視框轉變從「指出之前」到「共指的世界」再到「轉指的世界」，經歷了一再重複的螺旋狀的視框轉移現象，從而整理出三個敘事結構的元素：（1）**被建構的敘事：受制狀態的敘事結構特徵**。從生活經驗事件中看見敘說主題，並從敘說主題中浮現案主的生活世界。（2）**解構的敘事：鬆動狀態的敘事結構特徵**。案主擺蕩在想要「脫離」舊桎梏的衝突與矛盾情緒，卻又對未來目標有模糊感與不確定性之中。（3）**重構的敘事：重寫狀態敘事結構特徵**。案主在與主流故事對話與反思所打開的空間中看見未來方向（表二）。

諮商過程中三個敘事狀態都經歷了一再重複「前置經驗」與「接續選項」組成的螺旋狀的轉移現象，歷經詮釋循環的脈絡過程。

她在敘說她的故事時，不單只是事件的呈現，她並非經由語言去「再現」（representation）事件發生的情況，她回首重述她自己的過往時，是一種夾敘夾議的語言行為，這種語言的「構作」（mimesis）不但會產生事情，也可以指出事情，也就是事件不斷的被再脈絡化（recontextualization）與再情節化（re-employment）。

諮商現場是她夾敘夾議的構作，也是以敘說認同產生自我知識的草擬現場，她從覺察到自己從「社會建構的自我認同」重新重寫出「敘說建構的敘說認同」，能將這個經驗轉到身邊的人身上，例如弟弟也是在與社會（爸爸）認為對的價值觀對抗，她已經理解到「人不該被強迫活成她不想成為的樣子」，她同時面對站在家庭體制中，給了父親那樣個位置的現實發聲：「我覺得我爸不能那樣教孩子」，其中的「我爸」換成「社會」，她意指「社會不能這樣教孩子」。到此她說這話也是對自己而說：「我爸不能那樣教『我』」，也就是「社會不能這樣教我」。

她能夠根據自己的經驗來理解他者的處境，她把自己的經驗與他者的經驗交織，並經由重新構作而對自己產生新的理解。她進入「人—在一世界」的狀態，談自己，談別人也被別人談，再回來談自己。這過程她已進入她自我知識的建構歷程。目標不是一個固定在未來的標的物，而是自我知識形成的心智生態區，給她回到行動世界作為她走人生之路的扶手。生活目標是主體詞，不能經由別人指定或由外在指標來決定，而是必須經由人貼近自己的探索歷程，才能找到安身立命之道。

表二 生活目標在敘事視框轉變與敘事結構特徵的心智循環空間整體模型

案主敘事視框轉變	心理師與案主關係	敘事結構特徵
「指出之前」：是主體當下所感，是案主「看事情的視框」。	1.建立信任與合作的關係。案主對心理師的情感依附，得以獲得宣洩、支持。	1.被建構的敘事：受制狀態的敘事結構特徵 生活目標在受制狀態的敘事結構特徵，主要是「與問題故事有關」的叢集。從生活經驗事件中看見敘說主題，並從敘說主題中浮現出使案主成為「有問題的人」的生活世界／社會文化／情境
「共指的世界」：語言的敘說是 Ricoeur 所謂的「共指的世界」	2.案主授予發言權給心理師，共構新的故事。心理師運用所讓渡的權力，照亮案主的路徑，並鋪排權力轉置交回的時機	2.解構的敘事：鬆動狀態的敘事結構特徵 生活目標在鬆動狀態的敘事結構特徵，主要是「矛盾與衝突有關」的叢集。案主擺蕩在想要「脫離」舊桎梏的衝突與矛盾情緒，卻又對未來目標有模糊感與不確定性之中
「轉指的世界」：是指「對別人說自己的事」之後，所發生的承接與互動性的了解	3.還原案主的主體性，心理師把權力交還給案主。在多元故事中發現新的可能性，加深加厚替代故事，以展現多元視角。	3.重構的敘事：重寫狀態敘事結構特徵 生活目標在重寫狀態的敘事結構特徵，主要是「和解與自在有關」的叢集。案主在與主流故事對話與反思所打開的空間中看見未來方向
「前置經驗」與「接續選項」組成螺旋狀的敘說循環過程		

肆、結論與建議

本研究得到四個研究結論：

一、研究目的一：了解社會文化脈絡如何形塑生活目標，由研究結果一、二回答。

本研究結果強調整使案主產生問題故事的社會脈絡特徵（研究結果一），並鬆動主流故事，看到隱藏的故事線，以「離」開具有支配性的主流故事（研究結果二），兩者是敘事諮商的要務。敘事諮商強調去協助案主從「社會建構的故事／認同」重寫為「敘說建構的故事／認同」，指出敘事諮商治療本身就是生命經驗意義化的過程。

二、研究目的二：探討以生活目標為主訴的諮商工作其敘事視框的轉變，由研究結果三、四回答。

本研究發現敘事諮商中案主的視框轉變，是經由心理師與她共寫與重構故事的歷程（研究結果三），諮商的關係結構中，權力是由研究參與者賦予心理師，而心理師又將權力交還給研究參與者自身的過程，也就是她由信賴到自主的過程，開啟案主的能動性，拉開心理師與案主的空間。當她視框轉移時，她就置身在不同於她之前的世界，也就離開了她原來的世界，這種回首敘說產生的敘事視框轉變，而浮現出主體性目標（研究結果四）。

三、研究目的三：探討生活目標在敘事諮商歷程中的敘事結構之改變特徵，由研究結果五回答。

本研究經由以生活目標為例的敘事諮商歷程，整理出敘事諮商的敘事結構之改變特徵有三個元素（研究結果五）：

（一）**被建構的敘事：受制狀態敘事結構特徵**。第一個敘事元素是被建構的敘事，生活目標在受制狀態敘事結構的特徵，主要是「與問題故事有關」的叢集。

（二）**解構的敘事：鬆動狀態的敘事結構特徵**。第二個敘事元素是解構的敘事，生活目標在鬆動狀態敘事結構的特徵，主要是「與矛盾衝突有關」的叢集。

（三）**重構的敘事：重寫狀態敘事結構特徵**。第三個敘事元素是重構的敘事，生活目標在重寫狀態敘事結構的特徵，主要是「與和解自在有關」的叢集。

四、研究目的四：釐清敘事文本詮釋與知識生產，由研究結果六回答。

本研究發現諮商對話就是一個心理返身性的詮釋與理解過程，故事敘說是自我知識形成的心智生態空間，諮商現場是夾敘夾議的構作，是以敘說認同產生自我知識的草擬現場。這種語言的「構作」不但會產生事情也可以指出事情，也就是事件不斷的再脈絡化與再情節化，在「前置經驗」與「接續選項」組成螺旋狀的敘說循環。浸泡在詮釋分析與對於敘事視框轉變和敘事結構分析之啟發，最後本研究提出：敘事結構特徵與敘事視框轉變的心智循環空間模型（研究結果六）。

本研究的受限於單一個案研究，研究推論性受到局限。本研究本研究之心理師、研究者、分析者為同一人，建議未來研究最好區分開來，以降低角色混淆，以利於提升研究研究可信步與客觀性。

在研究方面的建議是：（1）對於本研究得出的敘事結構的改變特徵，值得進一步以實徵研究驗證其臨床實踐的可行性與有效性；（2）本研究諮商文本以生

活目標為諮商議題，廣義的說可以列為生涯諮商範疇，建議以後可以嘗試以不同諮商議題／範疇進行研究分析，以檢驗是否不同議題／範疇存在一樣的敘事結構的改變特徵。

在諮商應用方面的建議是：（1）敘事諮商的心理師，對於社會脈絡中的主流故事需具有敏覺性，並能經由對話鬆動主流故事、重構替代故事；（2）對於生活目標的諮商必須回到案主自身敘說認同產生自我知識的草擬現場；（3）敘事諮商中案主的視框轉變，是經由心理師與她的關係動力而共寫故事；（4）建議進一步釐清三階段敘事結構的改變特徵，各需要那些敘事的諮商介入技術，以便在教學與訓練上更具實用價值。

參考文獻

- 丁凡譯（2012）：**敘事治療的實踐：與麥克持續對話**。台北：張老師文化。White, M.(2011). *Narrative Practice: Continuing the conversations*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- 王慶節、陳嘉映譯（1994）：**存在與時間**。台北：桂冠圖書公司。Heidegger, M. (1927) *Sein und Zeit*. Tübingen: Niemeyer.
- 石明、龔卓軍譯（2013）：**自由與命運**。台北：立緒。May, R. (1981). *Freedom and Destiny*. New York, NY: W W Norton & Company.
- 危芷芬譯（2014）：**人格心理學**。臺北：雙葉書廊。Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2012). *Theories of Personality*. (10th ed.). Belmont, CA: Wadsworth/Cengage Learning.
- 余德慧（1994）：**文化心理學的詮釋之道**。「中央研究院民族學研究所主辦之社會科學研究法—檢討與前瞻，第二次科際研討會」發表之論文，台北。[Yu, D. H. (1994). *The Hermeneutic way of cultural psychology*. Paper present at the Social Science Research Methods - Review and Prospects, secondary interdisciplinary seminar. Sponsored by Academia Sinica's Institute of Ethnology. Taipei, Taiwan.]
- 余德慧（1992）：**敘說資料的意義—生命視框的完成與進行**。收入「中國人的心理與行為—理念及方法篇」, 441-475。台北：桂冠圖書公司。[Yu, D. H. (1992). *The meaning of narrative data - completion and progress of life frame*. Collected In "Chinese psychology and behavior- Concepts and methods" p.441-475.

- Lauréat Publications, Taipei, Taiwan.]
- 李宥萱 (2005)：通勤家庭未通勤婦女的生活目標、依附風格與幸福感關係之研究。國立政治大學心理學研究所碩士論文，未出版，台北。[Li, Y. X. (2005). *Research on The relationship between life goal, attachment style and happiness of non-commuter female in commuter families*. Unpublished master's thesis, National Chengchi University, Taipei, Taiwan.]
- 宋文里譯 (2014)：成為一個人：一個治療者對心理治療的觀點。台北：左岸文化。Rogers, C. (1961). *On Becoming a Person: a Therapist's View of Psychotherapy*. Boston : Houghton Mifflin.
- 金樹人 (2011)：生涯諮商與輔導 (重修版)。台北：東華書局。[Jin, S. R. (2011). *Career counseling and guidance*. (3rd ed.)Taipei, Taiwan: Don-Hwa Publication.]
- 林慧姿、程景琳 (2006)：國小六年級學童自尊、情緒調節與友誼之相關研究。教育心理學報，38 (2)，177-193。[Lin, H.Z., & Cheng, J. L. (2006). The Relationships among Self-Esteem, Emotion Regulation and Friendship in Sixth-Grade Students. *Bulletin of Educational Psychology*, 38 (2), 177-193.]
- 易之新譯 (2000)：敘事治療—解構並重寫生命的故事。臺北：張老師文化公司。Freedman, J., & Combs, G. (1996). *Narrative Therapy: The Social Construction of Preferred Realities*. New York: Norton.
- 孫周興譯 (1993)：走向語言之途。台北：時報出版公司。Heidegger, M. (1959). *Unterwegs zur Sprache*. Neske: Pfullingen.
- 孫周興譯 (1994)：林中路。台北：時報出版公司。Heidegger, M. (1950). *Holzwege*. Klostermann, Frankfurt a. M.,
- 畢恆達 (2000)：家的意義。應用心理學研究，8，55-56。[Bi, H. D. (2000): The meaning of home. *Research in Applied Psychology*, 8, 55-56.]
- 黃孟嬌譯 (2008)：敘事治療的工作地圖。台北：張老師文化。White. M. (2007). *Maps of Narrative Practice*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- 黃素菲譯 (2016)：敘事治療三幕劇：結合實務、訓練與研究。台北：心靈工坊。Duvall, J. & Béres, L.(2011). *Innovations in Narrative Therapy: Connecting Practice, Training, and Research*. W. W. Norton & Company.

- 陳敬淑 (2006) : 青少年依附、自尊與行為適應之相關研究。大葉大學教育專業發展研究所碩士論文, 未出版, 彰化。[Chen, J. S.(2006). *The Relations among Attachment, Self-Esteem, and Behavioral Adjustment in Adolescence*. Unpublished master's thesis. Da-Yeh University, Changhua, Taiwan.]
- 彭仁郁譯(2010) : 愛與意志。台北: 立緒。May, R. (1969). *Love and will*. New York, NY: W. W Norton & Company.
- 侯維之譯 (2007) : 當尼采哭泣。台北: 張老師文化。Yalom, I. D. (1991). *When Nietzsche Wept*. New York, NY: Basic Books/Harper.
- 廖世德譯 (2001) : 故事、知識、權力: 敘事治療的力量。臺北: 心靈工坊。White, M., & Epston, D.(1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- 賴英娟、陸偉明、董旭英 (2011) : 以結構方程模式探討台灣大學生自尊、生活目標、希望感及校園人際關係對憂鬱情緒之影響。教育心理學報, 42 (4) , 677-699。DOI: 10.6251/BEP.20020618.4 [Lai, Y. C., Lu, W. M., & Tong, Y. Y.(2011). The Effects of Self-esteem, Life goals, Hope, and Campus Interpersonal Relationships on The Depressive Mood of College Students in Taiwan. *Bulletin of Educational Psychology*, 42 (4), 677-699. doi: 10.6251/BEP.20020618.4]
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1967). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Garden City, N.Y: Doubleday.
- Bruner, J. (1986). *Actual Mind: Possible World*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bühler, C. (1961). The goal structure of human life. *Journal of Humanistic Psychology*, 1(1), 8-9.
- Bühler, C. (1964). The human course of life in its goal aspects. *Journal of Humanistic Psychology*, 4(1), 1-18.
- Bühler, C. (1967). Human life as a whole as a central subject of humanistic psychology. In James F. T. Bugental (Ed.), *Challenges of Humanistic Psychology* (pp. 82-91). New York: McGraw-Hill.
- Bühler, C. (1968). The Integrating Self. In C. Bhhler & F. Massarik (Eds.), *The Course of Human Life: a Study of Goals in the Humanistic Perspective*. (pp.

- 330-350). New York: Springer.
- Crossley, N. (2004). Not being mentally ill: Social movements, system survivors and the oppositional habitus. *Anthropology & Medicine, 11*(2), 161-180. doi: 10.1080/13648470410001678668
- Freedman, J., & Combs, G. (1996). *Narrative Therapy: The Social Construction of Preferred Realities*. New York: Norton.
- Gattiker, U. E., & Larwood, L. (1986). Subjective career success: A study of managers and support personnel. *Journal of Business and Psychology, 1*(2), 78-94.
- Gergen, K. J., & Gergen, M. M. (1984): The Social Construction of Narrative accounts. In Gergen, K. J., & Gergen, M. M. (Eds.), *Historical Social Psychology*. (pp. 173-190.) Hillsdale (NJ): Erlbaum.
- Guterman, J. T., & Rudes, J. (2005) A Narrative Approach to Strategic Ecclesiastics, *Journal of Mental Health Counseling, 27*(1), 1-12.
- Heather, R. (2008). *A Sequential Analysis of Externalizing in Narrative Therapy with Children*. *Contemp Fam Ther* (2009) 31: 262–279. doi: 10.1007/s10591-009-9095-5.
- Heinz, W. R. (2002). Transition discontinuities and the biographical shaping of early work careers. *Journal of Vocational Behavior, 60*(2), 220-240.
- Mink, L. O. (1972). Interpretation and narrative understanding. *The Journal of Philosophy, 69*(20), 735-737. doi: 10.2307/2024670
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological Research Methods*. California: SAGE Publications, Inc.
- Polkinghorne, D. (1988): *Narrative knowing and the Human Science*. Albany, NY: State University of New York.
- Quine, W. V. O. (1960). *Word and Object*. Cambridge (MA): MIT Press.
- Ray, W. A., & Keeney, B. (1993). *Resource focused therapy*. London, UK: Karnac Books.
- Ricoeur, P. (1981). The narrative function. (J. B.Thomson Trans.) *Hermeneutics and the human sciences* (pp.274-294). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Ricoeur, P. (1987). Life: A story in search of a narrator. (J. N. Kraay & A.J. Scholten

- Trans.) In M. C. Doerer & J. N. Kraay (Eds.) *Facts and values: Philosophical reflections from Western and non-Western perspectives* (pp.121-132). Dordrecht, Martinus: Nijhoff. doi: 10.1007/978-94-009-4454-1_9
- Sarbin, T. (Ed.) (1986): *Narrative Psychology: The Storied nature of Human Conduct*. New York: Praeger.
- Savickas, M. L. (2012). Life design: A paradigm for career intervention in the 21st century. *Journal of Counseling & Development*, 90(1), 13-19. doi: 10.1111/j.1556-6676.2012.00002.x
- Scheibe, K. (1986). Self-narrative and adventure. In Sarbin, T. (Ed.), *Narrative Psychology: The storied nature of human conduct*. (pp. 111 - 125). New York: Praeger.
- Spence, P. D. (1984). *Narrative Truth and Historical Truth: Meaning and Interpretation in Psychoanalysis*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Snyder, C. R. (2000). Genesis: The birth and growth of hope. In C. R. Snyder (Ed.), *Handbook of hope: Theory, measures, and applications* (pp.25-38). San Diego, CA: Academic Press.
- White, M., & Morgan, A. (2006). *Narrative Therapy with Children and their Families*. Adelaide, South Australia: Dulwich Centre Publications.
- White, M. (2007). *Maps of Narrative Practice*. New York: W. W. Norton & Company
- Zuckerman, M. (1979). Attribution of success and failure revisited, or: The motivational bias is alive and dwell in attribution theory. *Journal of Personality*. 47(2), 245-287.

收件日期：105年09月11日
複審一日期：105年11月15日
複審二日期：106年03月30日
複審三日期：106年05月03日
通過日期：106年09月03日

Hermeneutics Analysis of Life Goals Change within Narrative Therapy Process and Narrative Structure Feature

Su-Fei Huang*

National Yang-Ming University

The life goal in everyday life can be used both as an alleged word or a subjective word. If life goal use as an alleged word, it is a communication tool for people to refer their relationship with social life. People in social activities use it as a tool function. If life goals use as a subjective word, life goal has left from social life field and enter into the subjective context or episodic memory field, life goal become a description of the person's life world. Life goal turned to be a subjective meaning space. Life goal is treated within personal meaning context in which it is as a manifested. According to the research title, purpose and research methods, literature review lists to discuss four themes: First, life goals as alleged word; Second, life goals as the subjective word; Third, the nature of the narrative psychotherapy; Fourth, narrative therapy work map and narrative structure.

The text for research is based on 25 counseling sessions within 18 months by narrative psychotherapy method. In this research try to integrate therapy process and experience by case study, and systematically explore life goal change and narrative elements in therapy process. There are four research purposes: First, is to understand how the social and cultural context shapes life goals. Second, is explored life goal setting as chief complaint in therapy, how are the narrative perspective changed. Third, to clarify the life goals change in narrative therapy process how is the narrative structure emerged. Fourth, is to engage text interpretation and how the knowledge be produced.

Phenomenological approach was applied as analyze method which is according to Moustakas' modified van Kaam method for analysis (Moustakas, 1994). This

* Corresponding author: Su-Fei Huang, sfhuang@ym.edu.tw

hermeneutic analysis method includes seven steps: 1. description of experience: listing and preliminary grouping, 2. horizontalization: reduction and elimination, 3. meaning units: clustering and thematizing the invariant constituents, 4. thematizing: final identification of the invariant constituents and themes by application, 5. individual textual description: construct for each co-researcher an individual textual description, 6. individual structural description: construct for each co-researcher an individual structural description, and 7. textural-structural description: construct for research participant a textural-structural description of the meanings and essences of the experience.

Six findings will be addressed below. First, depicting the characteristics of the world that made her live "without herself". Second, by de-construct the dominate stories to reveal alternative stories and "away from" constructed life goal. Third, clarify co-authoring and stories reconstruction process. Fourth, to explore how narrative frames transform that would emerge subjectivity life-goal. Fifth, sorting out the change features of life goal in narrative structure, which include: 1. Be-constructed narrative: the restricted narrative structure features; 2. De-constructive narrative: the release narrative structure feature; 3. Re-constructive narrative: the rewriting narrative structure feature; 4. Life goal is generate within "previous experience" and "continued options" which consist a narrative spiral. Sixth, proposed the mental circulation space model and the transform features of narrative structure. The first research purpose is to understand how social and cultural context shape life goals which could be answer by first & second results. The second research purpose is to exploring narrative frame transform that was based on narrative counseling by life goal as chief complain which could be answer by third & fourth results. The third research purpose is to explore narrative structure features changing in narrative counseling for life goals which could be answer by fifth result. The Fourth research purpose is to clarify narrative text analysis and knowledge production which could be answer by sixth results.

The contribution of this study is found that the narrative structure of narrative therapy contain with three elements: 1. Beconstructed Narrative Structure— restricted state. The first narrative element is the cons tructed narrative structure. Stories about

life goal in restricted narrative structure state mainly cluster of stories related with the problem stories. 2. Deconstruction Narrative Structure—release state. The second narrative element is the deconstruction narrative structure. Stories about life goal in releasing narrative structure state mainly cluster of stories related with conflict stories. 3. Reconstruction Narrative Structure—Rewriting state. The third narrative element is the reconstructed narrative. Stories about life goal in rewriting narrative structure state mainly cluster of stories related with the reconciliation stories. Finally, suggestions are offered and limitations of the study are explained.

Keywords: Hermeneutic analysis, life goal, narrative counseling, narrative structure.