

107 年公務人員特種考試司法人員考試試題

考試別：司法人員

等 別：三等考試

類科組：觀護人、家事調查官、監獄官

科 目：諮商與輔導

一、現實治療法（Reality Therapy）被廣泛運用在犯罪預防與矯治上，「控制」（control）與「抉擇」（choice）是現實治療法解釋行為問題的兩個重要概念，請申論之。另請說明現實治療法中如何運用「WDEP」系統（The “WDEP” System）來評估一位接受保護管束（或在監獄服刑）的案主，並加以諮商輔導的歷程。（25 分）

【擬答】

(一)現實治療法的核心概念：

1. 重要理論：

- (1) 1980 早期，Glasser 找 William Powers 學習控制理論，直到 1996 年，Glasser 開始認為這個理論的改變很大，再叫控制理論會讓人誤解。遂將名稱改為抉擇理論以反映其觀點。
- (2) 現實治療的基本精神是，我們為要所選擇做的事負責。其基本假設是，我們每個人真正能掌握的就是現在（此刻）的生活。
- (3) 抉擇理論解釋人們為何以及如何發揮功能？現實治療則提供一套訊息傳輸系統來幫助案主更有效地掌握自己的生活。心理治療主要目的是在教導案主，如何在生活中處理與他人的關係時，做出更有效的抉擇。
- (4) 現實治療者相信所有案主的潛在問題都是相似的，他們不是陷入目前不滿意的關係中，就是缺少所謂的關係。案主越能與他人產生連結，就越有可能經驗到快樂幸福。

2. 人性觀：

- (1) 每個完整的行為永遠都是我們嘗試去獲取所需要（want）以滿足需求（needs）。完整的行為（total behavior）所要教導的是所有的行為是由四個無法分割，但卻各據一方的成分組成：行動、思考、感受及生理，即行為需伴隨我們的行為、思考及感受。
- (2) 抉擇理論（choice theory）假設我們並非出生時就是一個白板，等著我們週遭世界的外在力量驅使。而是我們出生就具有五個編入遺傳的需求碼：生存、愛與隸屬、權力、自由及快樂，這些驅動著我們所有的生活。
- (3) 抉擇理論基本假設為：我們每個人都是社會性的生物，所以有彼此接納與關愛的需求。Glasser 深信「愛與隸屬的需求」是人類最基本的需求，此一需求也最難被滿足。

(二)以現實治療的 WDEP 系統評估協助在監獄服刑之案主：

1. 問題概念化：對於在監獄服刑之案主，需要給予具體的方向與目標，WDEP 非常適用。
2. WDEP 系統的諮商輔導歷程：現實治療的 WDEP 系統可描述為：「有效的、實際的、有用的、有理論做基礎的、跨文化的，且是以人類普世法則所建立起來的系統。」
 - (1) 期盼及想要（Wants）：探索案主（受容人）的各種需求、期盼與知覺：治療者會幫助案主看出自己的需求與期盼，所有的期盼都與五大基本需求有關，其中愛與隸屬，家庭的支持與聯繫非常重要。
 - (2) 方向及實行（Direction/doing）：現實治療著重於目前行為，以及對案主行為確實有影響的過去事件，聚焦在目前是現實治療者常問的問題特色「你正在做什麼？」、「現在的行為對於自己的價值跟意義性為何？」
 - (3) 評鑑（Evaluation）：要求案主做以下的自我評鑑「目前的行為是否能讓你得到所要的，以及這是否帶你到所想要的方向？」評估包括案主對自己的行為方向、特定行動、期盼、知覺、新方向與計畫之檢核。
 - (4) 計畫與行動（Planning/Action）：諮商歷程的重要工作還包含協助案主確認具體的方式，以滿足他們的需要及需求。

(三)小結，現實治療的過程有八大步驟與 WDEP 訂定時的 SAMIC³：

1. 建立共融關係。	S=簡單 (sample)
2. 探討目前的行為而非情緒。	A=可獲得的 (attainable)
3. 對當前的行為做評價。	M=可測量的 (measurable)
4. 訂定計畫。	I=立即的 (immediate)
5. 對計畫的承諾。	C=可由計畫者控制 (controlled by the planner)
6. 沒有藉口。	C=承諾 (committed to)
7. 沒有懲罰。	C=持續去做 (continuously done)
8. 永不放棄。	

二、近年來跨國婚姻日漸普遍，新住民女性在親子關係、子女教養方式與生活適應等較為弱勢。二十五歲新住民阮氏嫁給阿原三年中，育有一子剛滿一歲常愛哭鬧，阮氏常被斥責與暴力相向，因而與婆家關係疏離，且對自己身為新住民女性身分極為自卑，個性又害羞內向，遇挫折亦常默默哭泣，有憂鬱及自殺傾向。請就當前多元文化適應模式、新住民阮氏輔導目標、主要輔導諮商策略等加以申論之。(25分)

【擬答】

(一)問題概念化：

跨國婚姻日漸普遍，在用字遣詞上也用「新住民」取代早年的「外配、外籍新娘」，新住民女性在親子關係、子女教養方式與生活適應等較為弱勢。案主是25歲的新住民，嫁來台灣約三年，育有一子剛滿周歲。主訴問題是常被斥責與家暴、又因較無支持系統與對其新住民身分較為自卑，目前有憂鬱與自我傷害傾向。

(二)多元文化適應模式觀點：

1. 成為有效諮商員的歷程，學會讓自己保持多元的彈性，以便能在諮商實務工作中切合當事人的世界。若諮商員希望自己的介入能與當事人的文化價值一致的話，發展文化差異的敏感度是一種倫理上的義務。
2. 諮商員不把當事人的社會及文化脈絡納入考量，想要明瞭當事人的內在掙扎的本質是不可能的。而諮商員能夠覺察來自不同文化的當事人如何看待治療者，及如何看待求助這件事情是很重要的。
3. 文化 (culture) 就是一群人所共有的價值與行為。文化不單只是種倫理或是種族的遺產，而是存在不同的年齡、性別、信仰、性傾向、生理及心理能力，以及社經地位等等。
4. 具備多元文化諮商的能力的三個層面：
 - (1) 善於多元文化諮商員的信念與態度
 - (2) 善於多元文化諮商員的知識
 - (3) 善於多元文化諮商員的技術及介入策略

(三)對此案例的輔導目標與諮商輔導策略 (以女性主義治療理論)：

今日的女性主義者相信，性別因素是無法和種族、少數族群、社經地位、性傾向等自我認同相關因素分開考量的。多元文化取向諮商與女性主義治療有諸多雷同之處：均提供系統性的觀點、讓治療者認識行為背後的社會脈絡、社會改變是影響個體的重要因素。

1. 治療目標：

- (1) 目標包括：對阮氏賦權、重視與肯定差異、努力促成改變時勢，而非加以順應、平等、拿捏獨立與相互依賴性、社會改變，以及自我充電等。協助阮氏去審視自身作為自我與他人的行動者。
- (2) 賦權是女性主義治療的核心，也是治療關係所追求的長遠目標，透過賦權，阮氏得以從社會化性別角色中解放自我，更進一步挑戰體制的壓迫。涉及到自我接納、自信、愉悅、自我實現等目標。
- (3) 根據 Worell 和 Remer (2003)，女性主義治療者對當事人的幫助有以下幾項：
 - 意識到他們自己的性別角色社會化歷程。
 - 辨認他們已經內化了的壓迫訊息，並以自身的建設性信念取代之。
 - 了解對他們有負面影響的性別及壓迫的信念是如何運作的。
 - 獲得改變環境的技巧。

- 重構體制以擺脫它的歧視性作為。
- 發展出更廣泛的、能自由選擇的行為模式。
- 評估社會因素對當事人生命的衝擊。
- 開發對個人與社會權力的敏感度。
- 認識關係與聯繫當中的權力。
- 信任自己的經驗與直覺。

2. 諮商輔導策略：

- (1) 女性主義治療者重視案主當下的情緒，樂意在治療的時刻裡分享自我，示範主動積極的行為表現，致力於自我意識提升的歷程。治療關係是以「賦權」與「平等」為基礎。
- (2) 治療者要積極引導案主注意到自己在治療關係中擁有的權力。去除諮商關係的神秘性，他們讓案主主動參與診斷或透過自我揭露，與案主分享對於彼此互動過程的感受。
- (3) 案主是治療歷程中的主動參與者，女性治療者努力使女性轉變，不再維持被動而依賴的角色，重要的是，案主能說出他們的故事與經驗並表達其意見。
- (4) 協助阮氏去探索以往性別角色社會化過程加諸自身的限制，更加意識到自己在表達情感方面所受到的侷限性。
- (5) 自我肯定訓練：這個技術能幫助阮氏意識到她們的人際權利（interpersonal rights），超越刻板性別角色，改變負向的信念，並於日常生活中付諸實踐。治療者和當事人會去思考，什麼是文化所應允的；而當事人要決定何時去表現出自信，及如何去表現出自信，權衡在當事人所處環境脈絡之中，表現出自信的利弊得失。
- (6) 重構與再標籤：重構（reframing）包括了要從問題地位在內部，並「怪罪受害者」的方向，轉換到去考量當事人問題所處環境中的社會因素；重構並不是往內心去尋找病因，而是把檢驗的焦點著重於外在的社會與政治層面。再標籤（relabeling）則是用來改變某些行為特質的標籤或評價。

三、請說明下列常用諮商技巧的意義，並舉司法或矯正體系中的實例，逐一說明應用的時機與方法：「自由聯想（free association）」、「例外問句（exception questions）」、「洪水法（flooding）」、「語意正確法（semantic precision）」、「蘇格拉底對話（Socratic dialogue）」。（25 分）

【擬答】

(一) 「自由聯想（free association）」

1. 自由聯想定義：是分析治療最重要的核心技術。基本上就是要案主不加審查，立即脫口說出當下湧現的任何念頭與感受。傾聽自由聯想時，不僅要聽懂其表面內容，更要聽出其潛隱的意義所在，此種對潛意識語言的覺察能力，又名為「第三隻耳—心靈之耳來聆聽」（listening with the third ear）。
2. 使用自由聯想，假定潛意識資素材會影響行為，以及可以藉由自由聯想帶入有意義的知覺。分析師傾聽潛意識的意義、以及停頓與連結，因為這些表示潛意識素材可能會引發焦慮。分析師可經由對病人的認識（可能的話）其行為（如果適當的話），並會與病人分享其詮釋。
3. 自由聯想技術的應用：藉由要求當事人應用自由聯想於他們正在知覺的任何事物，治療師便可由此去檢驗潛意識的素材。自由聯想的內容可以是身體的知覺、感覺、幻想、想法、記憶、最近發生的事件。之所以讓當事人躺在躺椅，是因為較坐在椅子上更能產生自由流動的關聯物。

(二) 「例外問句（exception questions）」

1. 例外問句定義：例外事件就是在當事人過去的生活當中，認為問題應當發生，但是卻沒有發生的經驗。這些沒有問題的時候就叫做例外事件（exceptions）。焦點解決治療者會問例外問句（exception questions），去引導當事人看到問題不存在時候，或是問題沒有那麼嚴重的時候。
2. 例外問句技術的應用：

Cl：「我覺得自己就像一座孤島，孤立無援，沒有人拯救跟接受。」

Co：「所以你一直努力在你所謂的孤島上求生，期待被拯救？」

Cl：「對啊，都沒有船隻經過，就算有，可能也不太會注意到我...」

Co：「所以你注意到可能有船隻經過，只是可能沒有注意到你，在荒島上如何更顯眼？」

Cl：「我也不知道，生火弄煙或是寫很大的字？」

Co：「很棒啊，我覺得你很有創意，有船隻經過表示可能是航道，試圖讓自己被看見也很重要，所以船隻沒注意到你，可能不是你不重要，而是沒有機會注意到遠方的你。」

Cl：「可能喔，所以不是被拋棄，而是我沒有用對方法。」

Co：「嗯嗯，你雖然期待有人來幫忙你，但是我也覺得你能自己待在孤島上求生也很不容易，你是怎麼幫助自己在這座島嶼上存活下來的呢？」

(三)「洪水法 (flooding)」

1. 暴露治療法是用來處理恐懼或其他類型的負面情緒反應，案主會在治療者謹慎控制的條件下，面對引發問題的情境。暴露治療法有許多種形式，減敏感法只是其中一種，傳統的系統減敏感法有兩種變形：現場暴露法與洪水法。
2. 現場暴露法 (in vivo exposure)，案主不僅是去想像恐懼情境而已，而是要面對真正的現場實境。治療者會與案主依據面對現場實境的困難程度，擬定情境階層表，令案主暴露於一系列恐懼事件之前，時間很短而且是漸進式的。實施這種走出治療室療程時，治療者必然要注意安全問題，拿捏適當道德尺度，而在一些實際生活場合裡，治療者沒有辦法陪伴案主時，可以改用自我管理式的現場暴露法。
3. 洪水法 (flooding)，讓案主在一段相當長的時間下暴露於激發焦慮的刺激，不論是採用現場實境或想像的方式。所有暴露治療都有一項特色，就是讓案主處在焦慮情境中，但他們所害怕的後果卻不會發生。但使用洪水法的前提是治療者跟案主之間有穩定的信賴關係，且要小心避免再次傷害，所以在實務上多數以系統減敏感法取代洪水法居多。

(四)「語意正確法 (semantic precision)」

1. REBT 的基本假設是：情緒主要來自於我們的信念、評價、解釋，以及對生活情境的反應。透過治療歷程，案主學到一些技術來找到，並駁斥那些從自我建構和自我灌輸的非理性信念 (irrational beliefs)。
2. REBT 很重視思考、駁斥、辯論、解釋、解說和教導。幫助案主持續改變情緒和行為，最有效的方法是去改變他的想法。而語意區分法的概念是語言能形成思考，影響到情緒跟行為，換言之就是用正確的語言取代非理性的認知，
3. 語意正確法的相關舉例：
 - (1) 駁斥非理性信念，認知重建的方式。
 - (2) 執行認知家庭作業，家庭作業是追蹤案主內化的自我訊息中所蘊含的「絕對」、「應該」和「一定」的方式。背後理論是：案主時常創造出一種負面的自我應驗預言 (self-fulfilling prophecy)，實際上也會讓他們失敗，因為他們已經預先告訴自己會失敗。
 - (3) 改變個人的語言，案主可以學習用「較喜歡」來取代「一定」、「必須」和「應該」。

(五)「蘇格拉底對話 (Socratic dialogue)」

1. 蘇格拉底式的對話之定義：蘇格拉底式的對話 (Socratic dialogue) 又被稱為「引導性之發現」，幫助案主改變不適應的信念與假設，諮商員透過發問一系列的問題，使用已存在的資訊去挑戰其信念，引導案主發現新的思考與行為的方式。
2. 而一系列的三個問題目的在於幫助案主修正負向的思考，藉由對負向信念的進一步詢問而帶來更客觀的思考。三個問題的技術如下：
 - (1) 信念的證據是什麼？
 - (2) 對此情況，你有其他的解釋嗎？
 - (3) 如果那是真的，這表示什麼？
3. 蘇格拉底式的對話之舉例運用：

Co.1：你剛說因曾吸毒過，所以你的家人再也不可能會原諒你。對此念頭你的證據是什麼？

Cl.1：我沒有任何證據，我就是有這種感覺。

Co.2：就是有這種感覺...，你還可以怎樣看待這個情況？

Cl.2：我不知道，但是如果我家人真的愛我，應該不會不理我。

Co.3：如果有人會不理你，這表示什麼？

Cl.3：我猜我應該無法獲得大家的諒解，只要我家人還願意給我機會就好了。

四、社會興趣（Social interest）是阿德勒諮商與心理治療的重要概念，阿德勒進而根據社會興趣將人區分為四大類，請說明社會興趣的意義，高社會興趣者的特質，並請以父母離異又常被父親責罵因而逃學逃家、誤入幫派的案主家豪為例，說明諮商輔導人員如何運用四大類社會興趣類型之特徵予以諮商輔導讓歧途浪子重回正軌。（25分）

【擬答】

(一)阿德勒心理治療的社會興趣之分類（社會興趣的高低與其活動量的多寡）：

1. 控制型（controlling）：此類型的人既想控制自己，亦想控制他人，是屬於社會興趣低而活動量高者，為了要達到自己的目標，往往不擇手段；若對自己亦採高標準，則會流於僵化，缺乏彈性。
2. 取悅型（pleasing）：此類型的人一心一意想博取他人的好感以免被拒絕，是屬於社會興趣高而活動量低者，為了要達到自己的目標，往往擺出低姿態，易依賴別人，久而久之可能阻礙自己的成長，並且形成人際的疏離。
3. 舒適型（comfort）：此類型的人不願對自己或他人負責任，無論是社會興趣或活動量均低，為了要達到自己的目標，不會去取悅他人，亦不想重視自己的能力，易喪失自己的生產力，也會遭到他人的鄙視。
4. 卓越型（superiority）：這類型的人有能力、有理想與抱負，亦有領導才能，無論是社會興趣或活動量均高，但若是表現太過於突出，可能會對別人造成壓力，自己亦容易因過度的完美主義傾向，而給自己更大的壓力。

(二)問題概念化：

案主家豪，因為父母離異而受到影響，後又被責罵而逃學逃家、誤入幫派。顯然家豪有歸屬感的需求，而在社會興趣向度可以得知，家豪屬於社會興趣高且活動量高者，只是如何讓助力不要成為阻力則是未來方向之一。

(三)如何運用四大類社會興趣類型之特徵協助家豪：

1. 社會興趣（social interest）表示與個人的「社區一體感」相應的行動，包括個人對世界上所有他人抱持正向的態度。社會興趣就是與人合作並作出貢獻的能力。
2. 社會興趣是教導、學習與運用而來的。Adler 將社會興趣等同於認同感及對他人的同理心，而我們所能與他人分享及關懷他人的程度，就是心理健康程度的指標。
3. 阿德勒治療的社會興趣之分類，是以社會興趣的高低與其活動量的多寡區分。家豪個性應該是偏向第四類的卓越型，但是近期家中出現較多非他現今所能應付之狀況，壓力漸增而開始從幫派中獲取歸屬認同。阿德勒認為若不能落實歸屬感，焦慮便隨之產生，唯有歸屬感獲得滿足，個體才有勇氣去面對並處理自己的各種問題。
4. 阿德勒治療的目標為發展案主的歸屬感，進而協助家豪做出具有社會興趣與社群感特徵的適應行為。協助家豪了解自己獨特的生活型態，幫助他學會如何去關心自己、他人及外在世界，並且具有勇氣及社會興趣去從事與自己生命任務相符之活動。
5. 鼓勵是 Adler 學派治療程序中最具特色的部分。鼓勵意味著信任當事人，期望他們能為自己的生活負責任，並肯定他們本有的價值。鼓勵是激發並強化案主社會興趣的關鍵所在。