

第十五章 輔導與諮商

第一節 輔導的意義與內涵

一·輔導的意義

輔導是一種協助的歷程	輔導是一種互信的關係
輔導是一種服務的工作	輔導者須具備專業知能

二·輔導的內容

從服務的方式分			
衡鑑服務	資訊服務	諮商服務	諮詢服務
Appraisal service	Information service	Counseling service	Consultation service
定向服務	安置服務	延續服務	研究服務
Orientation service	Placement service	Follow-up service	Research service
從學校輔導工作的內涵分			
生活輔導	教育輔導	生涯輔導	
從學校輔導的本質分			
預防性輔導	發展性輔導	治療性輔導	

三·輔導與其他助人專業的觀念

教育>>>輔導>>>諮商>>>心理治療

四·輔導的基本原則

以了解學生為基本前提	以人格發展為第一要務	輔導的目的在助人自助	預防重於治療
輔導室溝通的工作	輔導方法強調合作，不用強迫	輔導要順應時代潮流	適應個別差異
輔導尊重個人的尊嚴、價值及選擇權		輔導是持續的教育歷程	

五·學校輔導的基本策略

學校輔導計畫基本模式

第一級稱為初級預防 (primary prevention)	第二級稱為次級預防 (secondary prevention)	第三級稱為診斷預防 (remediation and prevention)
一般預防、著重發展性、心理衛生座談 (直接式)、教師輔導知能研習(間接式)	早期發現與矯治直接治療(個諮、同儕輔導、團體諮商、心測)，親職講座	危機調適，安置在特殊環境，輔導專家直接以個別診治(心理治療)

輔導策略的運用

- 第一向度問題與需要(治療性、預防性、發展性)
- 第二向度方式(課程設計、團體輔導、個別輔導)
- 第三向度涉及助人的基本策略

關注	回饋	閱讀治療	認知改變	行為練習	行為改變
Positive regard	Feedback	Reading theory	Cognitive change	Behavior exercise	Behavior modification
角色扮演	示範作用	同儕輔導	家族治療	改變環境	自我管理
Role-playing	Modeling	Peer guidance	Family therapy	Environmental change	Self-mangement

第二節 學要輔導工作組織

一．學校輔導工作組織型態

集中式輔導組織		分權式輔導組織	
設輔導單位，統一作業		無聘專任輔導，校長統領教師操作。	
優點	缺點	優點	缺點
組織有系統，功能與權責分清楚。	輔導工作無法容納較多教師參與，影響全校普遍性推展。	全校教師參與	缺乏專業

二．我國各級學習輔導組織及工作目標

國民小學--「國民教育法」

前項專任輔導教師員額編制如下：

- 一、國民小學二十四班以上者，置一人。
- 二、國民中學每校置一人，二十一班以上者，增置一人。

前項規定自中華民國一百零一年八月一日施行，於五年內逐年完成設置。

國民小學及國民中學得視實際需要另置專任專業輔導人員及義務輔導人員若干人，其班級數達五十五班以上者，應至少置專任專業輔導人員一人。

直轄市、縣（市）政府應置專任專業輔導人員，視實際需要統籌調派之；其所屬國民小學及國民中學校數合計二十校以下者，置一人，二十一校至四十校者，置二人，四十一校以上者以此類推。輔導組織

國民小學

- 一、校長：每校置校長一人，專任。
- 二、主任：各處、室及分校置主任一人，除輔導室主任得由教師專任外，其餘由教師兼任。
- 三、組長：各組置組長一人，除文書、出納及事務三組組長得由職員專任或相當職級人員兼任外，其餘教師兼任。
- 四、教師：每班至少置教師一·五人，一百零一學年度提高至每班一·五五人，一百零二學年度提高至每班一·六人。全校未達九班而學生人數達五十一人以上者，另增置教師一人。
- 五、輔導教師：
 - （一）專任輔導教師：學校班級數二十四班以上者，置一人。
 - （二）兼任輔導教師，由教師依下列規定兼任：
 1. 學校班級數二十三班以下者，至少置二人。
 2. 學校班級數二十四班至四十八班者，除依前目置專任者一人外，至少置兼任者一人。
 3. 學校班級數四十九班至七十二班者，除依前目置專任者一人外，至少置兼任者二人；七十三班至九十六班及九十七班以上者之兼任輔導教師人數，以此類推增置。

國民中學輔導工作目標(國民小學輔導活動實施要領)

(一) 專任輔導教師：學校班級數二十班以下者，置一人，二十一班以上者，置二人。

(二) 兼任輔導教師，由教師依下列規定兼任：

1. 學校班級數十班以下者，除依前目置專任者一人外，置兼任者一人。
2. 學校班級數十一班至二十班者，除依前目置專任者一人外，置兼任者二人。
3. 學校班級數二十一班至三十五班者，除依前目置專任者二人外，置兼任者一人。
4. 學校班級數三十六班至五十班者，除依前目置專任者二人外，置兼任者二人；五十一班至六十五班及六十六班以上者之兼任輔導教師人數，以此類推增置。

三．輔導新體制：教學、訓導、輔導三合一整合實驗方案

教學、輔導與訓導的關係

輔導與訓導的差異				
	教育觀點	立場	工作範圍	重點
訓導	外表	法治	常規	全體規範
輔導	內發	外顯行為&內在衝突	心測	個性差異
訓輔合一關係				
預防性功能	提早發覺	建立程序	協助班經	建立規範
輔導與教學的關係				
獨立作業，相輔依存	教務>教學目標；輔導>蒐集資料提供教師補救教學		輔導室協助教務處更科學	

教學、訓導、輔導三合一輔導新體制

實施新制之理由—無法充分利用資源

方案目標

系統規劃教師輔導學生職責	增進學校教師有效教學措施
統整訓輔行政組織運作模式	建構學校輔導網路

方案內容

成立學生輔導規劃組織	落實教師輔導知能
統整訓輔組織運作模式	強化教師教學輔導知能
結果社區輔導網路資源	

主要精神

- 帶好每位學生—實現帶好每位學生的教改願景
- 整合教訓輔功能—結合社區資源發揮學校教訓輔功能
- 孕育最佳互動模式—建構師生最佳互動模式與內涵
- 闡揚教師大愛—激勵教師善盡教學輔導學生職責

學校輔導的策略

初級預防	初級預防的工作重點	次級預防
改善教育環境，進行有效教學，做好班級輔導，開法學生潛能	心理衛生計畫	鑑別與選定學生進行諮商。
次級預防的工作重點	診斷與治療	診斷與心理治療
教師諮詢	發現問題嚴重的學生，則安置在在特殊的情境。	透過輔導專業技術

第三節 學校輔導工作的原則與內容

一·學校輔導工作計畫原則

與校務計畫相配合	爭取全校教職員的參與	以全體學生為對象	考慮學校的條件	讓參與者瞭解
----------	------------	----------	---------	--------

二·學校輔導工作計畫的種類

總計畫	年度或學期工作計畫	單項工作計畫
-----	-----------	--------

三·落實全人輔導

生活輔導

校園生活適應	問題行為輔導	人際關係輔導
休閒生活輔導		品德陶冶

學習輔導

- 資賦優異學生的學習輔導
- 身心障礙學生的學習輔導

生涯輔導

生涯輔導的內涵

自我覺察	教育認知	生涯認知	經濟覺察
生涯決策	工作態度	工作技能	工作意義與價值認知

生涯輔導常用策略

➤ 在個人生涯輔導方面

優勢(strength)	劣勢(weakness)	機會(opportunity)	威脅(threat)
--------------	--------------	-----------------	------------

➤ 在班級或團體生涯輔導方面

四·當前輔導重點工作

性別平等教育

內涵與目標

明瞭兩性身心異同，進而互相尊重及充分發展潛能	明瞭兩性權益與相關議題
破除性別角色刻板印象	學會健康的兩性溝通與互動

性別平等教育教學主題

兩性身心特質發展	性別偏見與歧視	性知識	生涯發展
兩性交往	性騷擾與性侵害	其他須融入各層面探討的概念	

性別平等教育教學策略

結合案例故事與戲劇表演	善用影片媒體教學
討論教學運用得宜，可收實效	善用文章閱讀分享，「小兵立大功」之效

生命教育

講授	角色扮演活動教學	親身經驗活動教學	社會機構參訪活動
好書導讀	隨機教學	影片欣賞討論	

情緒與壓力調適教育

情緒(emotion)的性質

情緒為刺激所引起	情緒是主觀意識經驗	情緒狀態不意自我控制	情緒與動機有連帶關係
----------	-----------	------------	------------

社會—情緒的發展

➤ 兒童早期 3-6

重要因素的心理需求，父母親的教養方式以及同儕的關係與友誼。

➤ 兒童中期--國小學童

在言語和行動方面很衝動、互相衝突、心情常容易浮動、希望有滿足感、缺點被批評很敏感、對自己身體，認知及社會等方面的發展常感到焦慮不安

➤ 青少年期

它們非常重視別人對他們的看法	他們有興趣追溯過去
他們會試驗各種角色	他們傾向於以感情來行事，並表達意見和信念

情緒與壓力調適教育的內涵

情緒與壓力調適教育的教學目標

情緒與壓力調適教育的教學主題

情緒經驗辨識	情緒管理	壓力調適
時間規劃及管理技巧	放鬆練習	自我肯定與歸因練習
防衛機轉的認識與辨識	人際溝通	問題解決能力訓練

情緒與壓力調適教育的教學策略

小團體輔導	情境教學	分組討論	戲劇表演	角色扮演
-------	------	------	------	------

輔導網路與社會資源

結合「多元化」及「全方位」

中輟生輔導

■ 定義---不明原因未到校三日以上者

■ 通報流程---學校>政府>鄉鎮市區強迫入學委員會>三日內警政署>警政單位>通知學校

■ 中輟生離校原因探討

課程沒吸引力	班經不佳	升學主義領導教學	未實施有效輔導
--------	------	----------	---------

■ 輔導策略

預防性措施	輔導性措施	延續性措施
-------	-------	-------

■ 中途學校與中輟生輔導

友善校園總體營造

■ 計畫緣起

學生輔導體制	性別平等教育	人權教育	生命教育
--------	--------	------	------

■ 計畫目標

體現生命價值的安全校園	建立開放的平等校園	建構和諧關懷的溫馨家園
營造尊重人權的法治校園	創造普世價值的學習環境	

■ 校園霸凌

- 定義—個人具有下列行為形象者，可稱霸凌

具有欺負他人的行為	具有故意傷害的意圖	造成生理或心理上的傷害
兩造勢力(地位)不平等	其他經校園霸凌氾又小組討論後認定者	

- 類型

	類型	影響
關係霸凌	排擠弱勢同儕、散播謠言、中傷	最常見、易忽視
言語霸凌	譏笑、謾罵、取綽號、威脅恐嚇	心理創傷大
肢體霸凌	毆打、搶財物、剃頭、吐痰	最令孩子恐懼
性霸凌	嘲笑身體、侵犯身體	男人婆、娘娘腔、波霸、飛機場...
反擊霸凌	受虐者欺負弱勢者	受害、加害一線間
網路霸凌	藉網路散播威脅或謠言	速度快、管大多、殺傷大

- 輔導策略

訪談受凌者	教師著急涉入霸凌學生進行會談		解釋問題
共享責任	請團體提出想法或建議	郊遊團體處理	再次會談

第四節 諮商理論與技術

一· 諮商的意義

諮商(Counseling)乃由受過專業訓練的諮商員，在面對生活適應有困難的當事人時，建立溫暖、了解、接納、尊重和專業諮商關係，透過語言及非語言的同理心，協助個人學習如何在日常生活中解決問題、作決定，定能思想、情感與行動上作積極改進，以便適應、發展與自我成長的助人歷程。

二· 諮商的目標

拜尼(Byrne, 1963)將諮商目標依據諮商過程分成三類

立即(短期)目標	中介(中程)目標	終極目標
----------	----------	------

三· 諮商理論

心理動力取向(psychodynamic approach)

精神分析學派(psychoanalytic adaptations)

理論概述

Freud 的反理性旨意，著重人的潛意識動機、衝突、象徵...

經濟上的假設(economic premise)	發生性假設(genetic premise)	結構性假設(structural premise)
--------------------------	------------------------	---------------------------

人具有「生的本能」(綿延創造)以及「死的本能」(攻擊驅動力)，一切心理動機的根源為「慾力(libido)」

治療技術

自由聯想	夢的解析	移情分析	抗拒分析	闡釋
Free association	dream analysis	Analysis of transference	Analysis of resistance	Interpretation

阿德勒學派(Adlerian adaptations)

理論治療

- 又稱為「個體心理學」，反對佛洛伊德過度重視病原學，他人為人的出生、養育、奈致生活，都是在一個特定的家庭、社會、語文戶的背景下，因此應已不可分割的整體來了解人格，被尊稱「現代自我心理學之父」。

- 強調個體是由社會責任和成就需求所激發，而非天生的本能。

人具有主動性	內在思維邏輯	目的取向	自卑與超越
生活方式	社會興趣	出生順序與手足關係	

治療技術

- 建立關係—信任與合作的互動
- 分析評鑑—探索生活的結構與動力
- 剖析自我—鼓勵對方了解自己
- 引導協助—自我決策的歷程

■ 體驗和關係取向(experiential and relationship oriented)

■ 存在主義治療法(existential therapy)

➤ 理論概述

人生在苦海難言，應把握當下，創造有意義和有目的的人生，身為人是獨特的，找尋生命的目標與價值。羅洛梅(R. Mox)認為輔導者應喚起當事人潛在生命力的歷程。

➤ 治療技術

- 存在主義沒有完善的治療流程，根據人類存在的基本哲學觀，反對把真實複雜現象簡化成基本趨力，鼓勵當事人嚴肅地去面對自己對於世界的主觀經驗，也要求對自己「現在」所選擇的世界負責。
- 存在主義治療者通常稱當事人為所謂的「受限制的存在個體(restricted existencce)。這些當事人只能對自己產生極少數的察覺，對自己問題的本質常混淆不清。

■ 個人中心治療法(person-centered therapy)

☀ 或稱當事人中心理論(client-ecentered counseling)、「自我理論」、「飛指導學派」或「羅吉斯式諮商學派」。

☀ Rogers 做了較其他學派(行為學派外)更多的實證研究工作，對於自我理論的基本原則，也作了許多發展性、敘述性與驗證性的探討。

☀ 人的本質是可以信賴的，具有不需要治療者協助就能了解及解決自己困的潛能，也具有積極及建設性態度的發展傾向。

➤ 理論概述

人性觀	自我實現		自我
諮商師的角色	當事人本身	要了解自己在自我觀念上可能有的矛盾現象	
		有意願向諮商員坦承自己的感受	
	當事人與諮商員之間的關係	當事人相信諮商員，並有充分的安全感	
		諮商員具有專業素養並能適當表露在助人的歷程中	
	諮商員本身	真誠一致	
		無條件積極關注(unconditional positive regard)	
同理心(empathy)			

➤ 治療技術

傾聽真實感受	營造溫暖情境	建構信任關係	開創自我能力	激發自我實現
--------	--------	--------	--------	--------

■ 完形治療法(gestalts therapy)

☀ 培爾茲(F. S. Perls, 1893-1970)，他從察覺與統合的觀點著手，強調的是當事人此時此刻的覺醒。

☀ 治療目標是在於勇於接受生活中應負責，並在此刻中直接體驗，而非僅表面地談論，同時幫助當事人面對逃避、僵局及未竟事務。

➤ 理論概述

- 完形治療與存在意義有密切關聯，但仍有其獨精神。存在主義注重人如何「經驗」自己當前的存在；而完形心理學討論人如何「知覺」本身目前的存在，並認為「行為乃是有組織的、統整的整體，而非特殊分離的部分。

強調人類整體性行為，提高自覺，適應生活	重視非語言及身體語言，在人類行為表現上的意義
認為人的目的、價值與存在是人類衝突的根源，要自己負責	將過去的識見與情感用「現在」的情境解決或完成
強調當事人須自行決定諮商內容、目標，由須主動參與諮商過程	

➤ 治療技術

Perls: 「力量存在於現在」(power is in present)

建立關係	當事人呈現問題	諮商員確認問題	諮商員處理問題
------	---------	---------	---------

✚ 行動治療取向(action therapies)

■ 溝通分析治療法(transactional analysis therapy)

➤ 理論概述

- 簡稱 TA 是一種認知行為取向的心理治療與諮商方法。由柏尼(E. Berne, 1910-1970)在 1950 年所創立，最大的特徵是從個人內在的人格結構(自我狀態)去探討團體中的人際關係與溝通型態，所以兼具團體輔導與個別輔導。
- 1964 年發表了《人間遊戲》(Games People Play)
- 人生下來都是好的，「你好，我也好」是人最基本的態度，此屬於意識的、語言的決定。
- 人有能力了解以前的決定，且能重新選擇期望的生活方式。
- 人在面臨情緒困擾時，其理性仍是存在，仍然有能力了解困難的所在，進而解脫困難。

✚ 結構分析(structural analysis)

- 「我是誰」、「我為甚麼這樣做?」、「我怎會這樣?」結構分析是以一種自我狀態(ego states)為基礎，以上述問話方式來分析個人思維、感覺和行為的方式。自我狀態可以說是一種人格結構:

父母自我狀態	成人自我狀態	兒童自我狀態
Parents ego state, P	Adult ego state, A	Child ego state, C

✚ 溝通分析(transaction analysis)

- 人際間的溝通是以彼此的自我狀態，進行刺激與反應的關係，當一個人開始溝通時，他可以選擇他的任何一種自我狀態來刺激與反應:

互補式	交錯式	曖昧式
指某人的刺激行為(S)和對方的反應行為(R)，互相平行。	只對某人的刺激行為表現出非預期中的反應，溝通的路線成交錯。	個體表面說一件事，裡面還有另一個意思。
此種溝通是開放的，每個反應都在預期中，因此雙方能不斷地相互溝通。	個體經驗到痛苦的人際關係，可能採取退縮的方式或逃避對方，甚至轉換溝通方式。(故障)	此種溝通涉及兩個已是狀態，一種是表面，另一種是隱藏的溝通，兩者則通常以行為言語來表達。

☀ **生活態度(life position)**

- 生活態度是因個體自我發展的過程不同，而使個人在心理上對自己和別人形成不同的認定，產生四種生活態度

我不好，你好(I'm not OK, You're OK)	我不好，你不好(I'm not OK, You're not OK)
我好，你不好(I'm OK, You're not OK)	我好，你好(I'm OK, You're OK)

☀ **腳本分析(script analysis)**

腳本分析是在分析一個強迫性的演出生活中的戲劇。分析人與人之間的互相扮演的角色。卡普曼三角關係(Karpmmman Triangle)，往往以悲劇收場，每個人具有扮演三種角色的能力。



➤ **治療技術**

溝通分析的基本目標是在幫助當事人對其生命計畫作一新的決定，使個人能察覺到早期而不當的決定，並能放棄不適目前生活或不合理的生活方式。

行為觀察	諮商契約的訂定	結構分析	溝通分析
心理遊戲分析	時間結構分析	腳本分析	角色訂立

■ **現實治療法(reality therapy)**

現實治療法是對傳統心理治療的存疑，葛拉賽(William Glasser, 1925~)認為傳統心理治療患者在治療期間不需要為自己的病情負責，故容易助長患者逃避責任的消極心態，於是規畫出一種強調責任、重視存在、關注與承諾等原則的輔導方式。

- **理論概述**---所謂現實治療法是一種協助個體個人獲得成功認同，並維持和增進成功和認同的方法。

- 人類的行為是目標導向的，是為滿足基本需求而引發發行動。
- 認為個體先天就具有尋求刺激、邁向成長的潛力，進而規劃合理與負責的行為模式
- 人可自我決定行為，亦即掌握自我決定權
- 個人的行為及人格受其主觀經驗所影響，人性具有主觀性
- 治療的成功與否，需視預定計畫與自我滿意的程度是否達成而定

➤ **治療技術**

Glasser 認為必須在共榮的關係中，以負責(responsibility)正確的態度分辨對錯(right)及合於現實(reality)的行為。(3R)

現在	責任	意識
強調現在的行為，因為在人所有的行為中，最容易改變的是行為。	強調能為自己行為負責的人，才是心理健康的人。	不允許當事人以前亦是動機來作為自己行為藉口或不負責任的藉口。

■ 輔導歷程

慾望>>>方向與目前的行為>>>評估>>>規劃與承諾

■ 行為治療法(behavior therapy)

矯正精神分析學派，行為是由認知、行動與情緒反應所組成，它包含外顯及內顯行為。

➤ 理論概述

- 主要派別有 Pavlov 古典制約、Skinner 操作制約、Bandura 社會學習論，Cormier 與 Hackney(1987)歸結行為學派的共通性：

目標取向，重視行為的結果	以行動為導向，要化為實際行動才可	致力於行為的改善
--------------	------------------	----------

- 以行為主義為基礎配合人本主義發展，重視認知的行動導向治療。

以制約學習為理論基礎	以消除惡習，重新調適為治療歷程
重視可觀察、可測量的具體行為	重視自我成長的教育功能

➤ 治療技術

界定問題>>>了解與問題有關的背景資訊>>建立具體可行的目標>>>確定改變的計畫

諮商員解釋目標	當事人明確敘述物來改變的程度	諮商員與當事人共同訂目標	共同討論目標的實際性	共同分析優劣
鼓勵當事人實踐	共同檢討成效	治療者調整輔導目標	增強與支持	完成一切目標行為

■ 理性情緒治療法(rational-emotive therapy)---RET

創始者艾里斯(Ellis, 1913~)，Ellis 重視認知、情緒和行為間的交互作用，他遵循古代希臘多葛斯學派(stoic)哲學家艾皮科蒂塔(Epictetus)所說的一句名言：「人們的困擾不是來自事情的本身，而是來自他們對事情的看法。」

➤ 理論概述

■ 人性觀

人性亦善意呢，人兼具理性、正值思考及非理性、扭曲思考的潛能。

假設 1: 人們的困擾是受到自己制約的結果，而不是受到外在因素的制約。

假設 2: 人有生物上與文化上的傾向去紐取思考與不停地困擾自己。

假設 3: 每個人在製造困擾信念方面都不太一樣，並且部會不斷地讓自己受困於自己所製造出來的問題。

假設 4: 人有能力改變自己的認知、情緒和行為，以處理繁亂的情緒。

■ 人格的 ABC 理論

A(activating event)	B(belief)	C(consequence)
引發的事件	個人的信念系統，指個人對 A 事件的自我語言、定義、解釋	結果

Ellis 駁斥的歷程包括

偵測-detecting	辯論-debating	分辨-discriminating
當事人要學會偵測他們非理性的信念，特別是絕對性的語句。	使自己和這些功能障礙的信念「辯論」，進行理性與驗證性的質疑。	最後當事人學習去「分辨」理性和非理性的信念

➤ 治療技術-減少當事人自我挫敗的看法，以獲得更實際的生活哲學

■ 步驟

- 讓當事人明白自己擁有太多的非理性觀念，並學會區分理性及非理性觀念
- 指出當事人的情緒困擾是源於持續的非理性觀念所致
- 治療者以說服、駁斥、教導的方式，讓當事人修正其思考並放棄非理性的信念
- 激勵當事人去發展理性的人生哲學

■ 諮商技術

駁斥非理性觀念	改變個人的語言	應用行為治療的技術
---------	---------	-----------

■ 評價

貢獻	限制
<ol style="list-style-type: none"> 1. 理情治療是認知導向的行為治療，為認知治療的先驅，影響貝克的認知治療及梅陳寶的認知行為改變技術。 2. 重視認知層面，強調把新獲得的洞察付之行動。 3. 強調綜合認知、情緒和行為的技術的使用，是折衷的治療練習。 4. 可藉由聽演講等方式進行 5. 非決定論的立場 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 對智能差或是重度情緒困擾及極度迷惑地當事人不適用。 2. 高指導性，治療者居於面值和指導的地位，治療者的訓練、知識與技術、知覺與判斷的準備度很重要。 3. 諮商員若無專業訓練，會淪於主觀認定誤導當事人。

■ 認知行為治療法(cognitive-behavioral therapy)

重視「自我談話」視為行為的一個因素。認知(cognition)因素在人類行為中扮演重要的角色。因此去除不合理的思考及內在語言，重新建立合理的內在對話，有助於良好的適應行為的建立。

➤ 貝克的認知治療(Beck's cognitive therapy)

- 貝克的認知治療是一種強調認知並改變負向思考與不適當信念的治療法。若要了解情緒困擾的本質，必把焦點放在個人對引起困擾事件的反應，或思考時的認知治療內容上，當事人的內在對話主宰了行為。
- 以「基模」說明一個人是如何藉著自己的認知結構來組織起自己的經驗與行為。
- 個體再引發情緒前會有一些「自動化的思考(automatic thought)」模式，藉此對周遭人與事物做反應。
- 貝克歸納一班適應不良者常見的「認知謬誤」

選擇性的簡化	斷章取義	過度類化
Selective abstraction	Arbitrary inference	Overgeneralization
過度誇大或低估	個人化	兩極化思考
Magnification and minimi-zation	personalization	Dictotomous thinking

➤ **治療技術**

貝克的認知治療強調找出不良的思考模式，改變其「規範」及「認知謬誤」，使當事人能夠以較客觀理智的態度來面對自己及他人。利用蘇格拉底式對話的應用。

定義用語	確定規則	找到證據
Defining your terms	Deciding your rules	Finding your evidence
要求當事人將他所使用的語詞，尤其是關鍵詞，定義清楚以澄清觀念。	及採當事人推理所運用的前提，分析前提的正確性，進而了解友觀念是否有所偏差。	以便檢驗其所運用的規則是否真實可靠，需不需要修正。

➤ **梅晨堡的認知行為治療(Meichenbaum's cognitive-behavior modification, CBD)**

- 此派認為一個人的情緒或行為是受其「內在對話」(internal communication)的內容所影響，通常負面較多。
- 認知—行為的觀點，在確認和改變人們的自我語言而非解釋他們的不合理信念。
- 其自我教導訓練(self-instructional training, SIT)已成為行為治療者重視個體認之因素的主要依據，自我教導訓練是一種認知重建的形式，主要在改變當事人的自我語言(self-verbalizations)。
- Meichenbaum 認為諮商是一種認知重建的過程。在此過程重新檢視基本假設和態度以攻擊自挫思想。
- 認知諮商策略有包含行為學派的技巧及生理功能的回饋，最常見的如「壓力免疫訓練」，是指輔導人員針對針對令當事人感到壓力的事件，經過「教育」、「演練」及「應用」以克服壓力。

✦ **自我教導訓練(self-instructional training)**首先要設計出正向語言，以做為訓練的主要內容，一自我控制的內言設計，二對抗負向的內言設計。

■ **過程及步驟**

1	認知示範	Cognitive modeling
2	外在的領導	Overt, external guidance
3	外顯的自我引導	Overt self-guidance
4	逐漸去除外顯的自我引導	Faded, overt self-guidance
5	內隱的自我教導	Covert self-guidance

☀ **壓力免疫訓練法(stress inoculation training)**綜合自我教導訓練及行為治療技術，發展出一種因應技術組合，稱之為壓力免疫訓練法。

■ 壓力因應技術訓練主要在針對壓力情境脆弱者，改變其生理調適，及其對壓力情境的知覺，因而能對自我生理喚起解釋，及對自己的內在認知容加以處理。

■ 目的是在促使患者能主動克服壓力，獲得熟練技術，並提高自信心。

教育階段	演練階段	應用訓練
Educational phase	Rehearsal phase	Application training
由治療者以通俗語句，向當事人說明壓力事件造成她的困擾的原因及歷程。	由治療者提供各種適合當事人在因應歷程各階段中可用的因應技巧。包括各種因應設計演練及正向內言的設計修正等。	一旦治療者認為當事人以熟練了必要的因應技術，就是建議當事人在實際的壓力情境去試驗及應用他們的因應技術，以使當事人能夠確實地自行處理所面對的壓力情境。

其他綜合取向

■ 遊戲治療

➤ 諮商員的角色

信心	接納	尊重
----	----	----

➤ 遊戲治療的基本技術

■ 遊戲媒介(media)基本考慮耐用性、不昂貴、安全三面向。

Geldard (1997)認為媒介或活動的選擇要考慮下面三個因素:

兒童發展年齡	使用在個別或團體方式	諮商目標
--------	------------	------

■ 反應(response)

在遊戲治療過程中，諮商員最常用的技術就是反應。

➤ 遊戲治療過程

階段一	階段二	階段三	階段四
情緒困擾兒童表現散漫、不分化、敵視、焦慮和退化的態度很廣泛在遊戲是表現出來。	敵視的態度逐漸尖銳化和具體化。生氣的表達具體化。	兒童感覺的表達不那麼負面的，生氣的對象仍是具體的，友善的衝突會被接納而強度減少。	正面的感覺隱約出現。兒童會更合乎實際的看自己及「他與別人」的關係。

■ 圖書治療(Bibliotherapy)—故事諮商(story book counseling)

➤ 圖書治療的價值

心理衛生機構都是以書來治療的方法。

➤ 圖書治療的基本過程

認同主角>>>發洩情緒>>>頓悟以解決學習

■ 藝術治療法

即在協助兒童，透過非語言的藝術活動，打破自我的居素，釋放潛意識的衝動和慾望，使兒童透過藝術表現的途徑，宣洩自己不願或無法用語文表達的思想和情感。

藝術治療一直作為精神科醫生理解潛意識的方法，Margaret Naumberg 和 Edith Kramer 均依 Freud 的心理分析論，建立藝術治療價值。

■ 功能

- ✓ 藝術涉及感官與之能的應用。
- ✓ 治療可得知過去、現在、未來的投射，諮商員可觀察平時觀察不到的觀點。
- ✓ 藝術是一種憤怒、敵視感覺的發洩。
- ✓ 藝術是一種自發與自控的行為，基本精神是原創性的。
- ✓ 藝術媒體、藝術的過程及完成的作品，提供小孩自我成就，能加強自我功能
- ✓ 藝術對於抗拒和沉默的孩童，是建立良好關係與治療關係的有效方法
- ✓ 藝術治療提供治療者從中獲得孩童潛意識素材

■ 治療技術

■ Allan 的「引導是藝術諮商」

Allan 年在曾介紹「系列畫」(series drawing)的藝術諮商技術，在此法中諮商源和個案每周碰面-15-20 分鐘，持續 6-10 周。此法就是以榮格(C. Jung)的理論為基礎，榮格認為意識只是人類心靈的一小部分，當個人面對壓力時，常會把這些壓力向內壓抑，成為潛意識的一部分，於是潛意識的內容—原型(archetypes)即成為具心理成效的象徵性目標。

✓ 步驟

開始的接觸>>>使用 H-T-P 投射測驗法>>>引導式繪畫>>>自由畫
(H(home)-T(tree)-P(person))

■ Roosa 的「畫我家、話我家」

羅莎(L. W. Roosa, 1981)所提出的「畫我家、話我家」的藝術諮商技術，希望透過兒童自己的家庭，以故事方式敘述家人相處的情形，來了解兒童的家庭資料與動力。在使用此技術前，蒐集個案的家庭組織及其改變(父母離婚或死亡)事實性資料是很重要的!

■ 哀傷治療

➤ 對死亡的概念與輔導

兒童和成人一樣，對於所愛的人長久分離或死亡，都必須經歷一段哀傷的過程，兒童如成人一樣，遭遇親人死亡時會導致一些行為的改變。

➤ 創傷後壓力症候群(PTSD)---posttraumatic stress disorder

可能當事人親身經歷重大變故，也有可能是間接接觸到這些變故造成身心受傷。可分為急性(acute)與延宕(delayed)兩種

「創傷後壓力症候群」症狀如下

- 創傷事件的影像、思考和感受屢次重複出現在腦海和惡夢中。
- 彷彿常感受到此創傷經驗或事件又再度經歷。
- 當面類似創傷事件的相關情境會引起強烈的心理痛苦或生理反應。
- 個人會持續避免接觸與創傷有關的事物，且無法回憶創傷事件的重要片段。
- 過度警覺反應，以致無法入眠，注意力不能集中和易發怒。

✚ 1980 年代以後諮商的新觀點

■ 多種模式與折衷諮商

- 使用多模式(multimodal)諮商基本上也是一種折衷取向，例如 Keat(1990)發展 HELPING 輔導模式-H(Health), E(Emotion), L(Learning), P(Personal), I(Imagination), N(Need to know), G(Guidance to Behavior)。

■ 短期諮商-SFBT

➤ 基本假設

天生我材必有用	建構正向的解決之道	釋出並非定有因	改變是無法避免的事
---------	-----------	---------	-----------

➤ 諮商流程

設定正向的目的>>>找尋潛能>>>擬定並實現計畫>>>進步的追蹤

■ 發展性諮商

提升現代人的生活品質	預防發展歷程出錯	增加成功的發展任務及挑戰的機會	減少發生心理病變的機會
------------	----------	-----------------	-------------

第五節 輔導與諮商活動—技巧訓練

一· 諮商歷程與技巧

階段	催化技巧	短期諮商和危機調適技巧
建立關係階段	專注技巧 傾聽技巧 反映 核對知覺	支持 評估 使安心
探討問題階段	問問題 集中問題或確認問題 做摘要	控制 指導(directing) 檢視可行方法
採取行動階段	提供資訊 發展可行方法 選擇可行方法 面質 妥協 建議	表現樂觀 調適 安慰 核對進步
結束階段	支持 評估關係	轉介(需要時) 追蹤

✚ 關係建立階段

Rogers 特別強調諮商關係的重要，其具影響諮商成效的關鍵因素。

■ 傾聽(listening)

只專注主動的聽，包含心理與行為上。

- 傾聽的目的：辨別、尊重、增強、激發反應。
- 行為上的傾聽：諮商員在行為上表現一種「參與」的姿態。
- 心理上的傾聽：諮商員主動傾聽當事人的非語言訊息與語言訊息。

■ 結構的技術(structuring skills)

稱作「場面構成」，也就是每次諮商過程的程序、計畫或範圍的界定，這是諮商員出其所以要達到的。

場所	時間或日期	限制	倫理
動機	自由	責任	費用

自我探索階段

此階段當事人開始回顧自己的問題，諮商員以一些「反應」的技巧引導當事人去回顧、去感受、去覺知、去思考個人問題，協助當事人對本身問題有更深入的探討及澄清。

■ 初層次同理心(primary level of empathy)---信任、關心、接納

要能真實呈現當事人的感受，情緒反應(emotional reflection)

■ 真誠(genuineness)

不局限於專業角色	自發性	非防衛性	一致性	自我分享
Professional role	Spontaneity	Nondefensiveness	Consistency	Self-sharing

■ 具體化的技術(concrete skills)---具體化論述

自我了解階段

■ 高層次同理心(advanced level of empathy)

將當事人所暗示的那一部分說出來	協助當事人確認問題	協助當事人探討他的問題，但均被輕輕帶過
-----------------	-----------	---------------------

■ 自我表露(self-disclosure)

諮商員有類似經驗說出來。

■ 面質(confrontation)

➤ 三重點

■ 幫助當事人探討他目前很不願意探討的感覺、經驗與行為。

■ 幫助當事人了解其破壞性行為和一些尚未利用的方法。

■ 幫助當事人如何面質他自己。

➤ 注意

秉持高度同心的態度	用假設的態度	用投入的態度	用漸進的方法
-----------	--------	--------	--------

■ 立即性(immediacy)---立即、公開、坦承、直接

■ 解釋的技術(interpreting skills)—敘述、詢問、比喻

行動計畫階段

■ 轉介的技術(referring skills)

■ 終結的技術(terminating skills)

➤ 結束一個話題的技巧

■ 摘要反應(summary reflection)

■ 抑止技術(capping technique)

➤ 結束一次會談的技巧

■ 提示時間限制

■ 作總結(summarizing)

■ 提及未來的會談(reference to the future)

二· 諮詢(counseling)

✚ 諮詢的意義

- **當事人:** 以困難的個人、組織、單位。
- **需求諮詢者:** 想要解決該問題或困難的人。
- **諮詢者:** 協助需求者以解決當事人問題的人。

✚ 諮詢的目的

- 諮詢的基本目標不但要當助被諮詢者解決目前的問題，且幫助他改善技巧，使將來更能有效的處理類似問題。

✚ 諮詢模式

■ 諮詢類型

心理健康取向的諮詢工作	行為取向的諮詢工作	組織發展取向的諮詢工作
-------------	-----------	-------------

■ 學校常用的諮詢模式

技術諮詢模式	合作諮詢模式	催化諮詢模式
心理健康諮詢模式	行為諮詢模式	過程諮詢模式

三· 個案研究

✚ 意義

在教育體系中，個案研究的意義是只針對一個人進行深入研究，此一研究過程需透過各種方式及管道蒐集足夠的資料，並對各方面資料作一彙整、分析，以便解決個案所呈現的問題，以促進個人的發展。

✚ 目的---(1)解決問題 (2)透過討論了解問題 (3)研究小組討論，教師相互交流

✚ 個案研究的基本步驟

1.確定問題，蒐集資料	2.問題成因的診斷及分析	3.訂定輔導目標
4.進行輔導	5.評量輔導結果	6.撰寫研究報告

四· 生涯輔導

✚ 生涯輔導的目標

增進兒童的自我覺察	培養兒童正確的職業觀念	讓兒童理解教育與未來職業之間的關係	
培養兒童正確的工作態度	了解社會經濟概況	增進人對工作世界的認識	學習做決定的基本進巧

✚ 生涯發展的理論基礎

■ Super 的生涯發展理論

強調生涯發展的歷程極為個人自我觀念發展的歷程，而自我觀念的發展原本就是中小學輔導工作中的重要一環。

成長期	探索期	建立期	維持期	衰退期
0-14	15-24	25-44	45-65	65-

■ Gottfredson(1981)的職業期望理論

大小及權力取向階段	性別角色階段	社會評價階段
3-5	6-8	9-13

■ Holland(1985)的職業類型論

職業	人格坦率
實際型	順從、坦率
研究型	好期、理性、獨立
藝術型	敏感、友善
社會型	仁慈、友善、負責
企業型	冒險性、侵略性
傳統型	條理、守分、合作

✚ 學校生涯輔導的重點及主要內容

■ 生涯輔導的八大重點

對整個生涯發展的概況有個初步認識	了解經濟方面的一些跡象
自我覺察的程度，能了解自我的各種層面	了解技巧的重要性並開始培養各方面的能力
探索個人對自我及對他人的態度	培養社交及溝通方面的能力
學習做決定的技巧	了解教育與各種生活角色之間的關係

■ 學校生涯輔導工作的主要內容

在認識環境方面	在了解工作世界方面
在了解人與人之間的個別差異方面	在增進自我覺察的能力方面
在了解教育與工作之間的關係方面	

五· 個別諮商

✚ 個別諮商的內涵

- 意義—諮商是一個互動的過程，諮商員運用一些策略或態度協助當事人去學習如何做決定，並改變其決定、情緒或想法。
- 目標—個別諮商的主要目標是紓解情緒、引發思考、問題解決，也就是一般諮商常講得讓當事人認知、情緒和行為上有所成長。
- 對象—個別諮商對象可依發展階段來分，也可依照問題行為。
- 方式—通常個別諮商是指一對一以對面的方式進行諮商，在諮商過程中，諮商員與當事人共同針對問題進行評估與解決。

✚ 個別諮商歷程

場面構成>>>建立關係>>>蒐集資料>>>評估診斷>>>訂定計畫>>>採取行動>>>結束諮商

六·團體諮商與輔導

團體諮商的意義

強調人與人之間的互動學習，使能在有安全信賴的氣氛下，達到個人教育生涯的發展，以及團體任務的完成。

團體的種類

社會團體類型

主要與次要團體(primary vs secondary groups)	內團體與外團體(in-group vs out-group)
心理性與社會性團體(psychosocial group)	封閉性團體與開放性團體(closed vs continuous groups)

教育與心理領域的類型

	團體輔導	團體諮商	團體治療
目標	增進生活知能	獲得思想、態度、情緒與行為的改變	獲得人格改變
性質	預防性、發展性	預防性、發展性與治療性	治療性
對象	正常人	正常人	精神病人或研究情緒困擾者
人數	20-40人	6-8人	4-6人
重點	意識的認知活動	意識的思想、情感和行為	深入潛意識世界的分析與解釋
過程	較不注重團體動力	非常注意團體動力	注重團體動力
領導者	記錄或諮商員(學士到碩士程度)	諮商員(修過團體課程的碩士程度)	精神科醫師或臨床心理學家(碩士或博士程度)
技術	與一般教學技術相似，主要在協助成員獲得知識	與一班諮商技術相似，主要在催化成員分享經驗，溝通意見，自我探索	與一班諮商技術相似，但主要在深度分析、解釋與支持
機構	學校或社會機構	學校或社會機構	醫療院所
期間	由領導者依資料決定時間	自數周至數月	自數周至數年(長期)

訓練團體

訓練團體(training group)，簡稱 T-團體(T-groups)，又稱實驗室訓練(laboratory training)，此為實驗室訓練方法的應用在團體工作上，他企圖創造一個小型社會，強調成員在團體中行為的探索，和實驗的過程。練習人際關係與發展領導能力。

敏覺性團體

敏覺性訓練(sensitivity training)原指 NTL 所實施的小團體訓練的一般性術語，著重成員的互動，目的在個人價值的澄清、增進對己對人的敏覺性和接納、增進個人的良好適應。目的是促進個人的發展和自我的改變。

會心團體

會心團體(Encounter Group)源自訓練團體，主要代表是 Rogers 的基本會心團體和 W. C. Schutz 的開放會心團體。

強調促進個人的成長發展及人際溝通能力。--延伸馬拉松團體

支持團體

此種團體的目的是成員互相分享經驗，及彼此提供支持和鼓勵。

➤ 其他的團體

教育團體	討論團體	任務團體
Educational groups	Discussion groups	Task groups

■ 諮商團體的運行

輔導/心理教育團體(Guidance / Psychoeducation Group)	諮商/心理治療團體(Counseling / Psychotherapy Group)
任務/工作團體(Task / Work Group)	支持/成長團體(Support/Growth Group)

✚ 個別諮商與團體諮商的比較

相同點	相異點
<ol style="list-style-type: none"> 1. 團體與個別諮商的主要目標經常相似。 2. 均強調接納、允許的氣氛已去除當事人的防衛心。 3. 均強調諮商員的技術 4. 服務對象均是遭受正常發展困難的人們 5. 強調隱私性與保密性 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 團體經竟可以馬上進行與人交往的練習與互動 2. 當事人不僅接受幫助，也幫助別人 3. 團體諮商較難

七· 親職教育(parent educaiton)

✚ 意義與功能

成人教育的一部分，以父母為對象，藉增進父母管教子女的知能、子女該盡的本分和改善親子關係為目標，由非正式或正式學校的親職專家所開設的終身學課程。

✚ 內容

■ 初級預防的研習課程

是指在孩子問題與親子衝突尚未發生以前所做的預防工作。

■ 次級預防的研習課程

指在孩子問題與親子衝突發生以後的努力。

良好溝通能力	問題解決能力	正確管教態度	情緒自我控制能力
了解子女能力	有效管教子女能力	自我覺察能力	

■ 三級預防的研習課程

只有嚴重親子問題和子女衝突的家庭所做的努力。

較為個別化服務，家訪指導或是個別指導等。

✚ 家庭經驗與傳承

■ 家規與價值觀

包括家庭規則、價值觀、協助家事、口頭告誡與限制、道德觀、隱私權等。

■ 協助孩子學習

➤ 了解孩子的不同思考習慣或形態

獨斷式(monarchic)	階級式(hierarchic)	寡頭式(oligrchic)	無政府式(anarchic)
----------------	-----------------	----------------	----------------

➤ 適度的文化刺激

➤ 有效學習

➤ 培養孩子的創造力

八・「情緒管理」訓練

✚ 感覺與情緒

- 感覺是由內在狀況和外在事件而引起，相當主觀。
- 情緒具有「動機」性質，像是生理反應等。

✚ 情緒管理課程

「情緒處理」或「處理感覺」

察覺情緒	察覺他人的感受	表達感覺
自己的感覺、標示感覺和察覺感覺與事件的關聯。	同理心	語言化(verbalization)表達、昇華活動和體力運動。

✚ 「情緒管理」輔導活動課程

學習我如何感覺>>>告訴他人我的感覺>>>傾聽他人>>綜合溝通技巧

九・「社會技巧」訓練

近年來的發展趨勢:

1.重視發展、教育和預防	2.重視技巧訓練的調適	3.重視「諮詢」的工作角色
--------------	-------------	---------------

✚ 社會能力的建構

Merrell(1994)認為社會能力是複雜的、多向度的。她包括行為、認知和情感三個面向。

Gresham(1986)認為社會能力包括三個次領域(subdimension): 示意行為、社會技巧、友伴關係。

✚ 社會技巧訓練的意涵

- 定義--基於事先安排好的一系列主題，目的是為了改善目標母群體人際濃的一種調適方法。
- 實施對象--社會技巧最初的實施對象是慢性心理疾病病患的醫療院所與矯治機構，後來實施在學校。
- 內涵--確認和表達感覺、與他人有效的溝通、自我管理

✚ 社會技巧訓練的方法

■ 葛達(Gazda, 1989)提出「生活技巧」的訓練過程:

簡短說明	領導式示範	楷模演示	成員的角色扮演和練習	回饋	家庭作業
------	-------	------	------------	----	------

■ 高斯登(Goldstein, 1993)等認為結構性治療或技巧學習的重要元素:

楷模	角色扮演	回饋	練習遷移
----	------	----	------

第六節 青少尼問題與輔導

一·青少年的意義

- ☀ 青少年期通常是指兒童期繼續生長和發展，直到進入成人期之前的一個人生階段，也就是由兒童期到成人期的中間所經過的時期。
- ☀ Hall 提出四階段：兒童期、幼兒期、少年期、青少年期。
- ☀ Hall 特別重視青少年研究，青少年的成長發展階段，他以狂飆期(storm and stress)來形容這個身心發展最不平穩的過渡階段。

二·友伴關係的發展

✚ 友伴關係的重要性

友伴關係的發展與其日後人格，社會適應和是否犯罪息息相關。
青少年期維持友誼關係：相似性、互惠性、共處、結構性、角色模塑。

✚ 友伴(同儕)關係發展

- 嬰兒時期與幼兒時期：相互靠近
- 學齡兒童期：同性玩再一起。
- 青少年期：異性關係逐漸發展，易受環境影響。
- 成年期：友誼與性關係混在一起。

三·青少年問題的意義與內涵

✚ 異常

✚ 有害：適應困難、求助呼聲

✚ 青少年的偏差行為可定義為，由情緒障礙而發生知違規或困擾的偏差行為，足以妨礙身心發展或給家庭學校、社會帶來困擾。

違反社會行為規範	無法適應社會生活	危及國家社會安危
----------	----------	----------

四·青少年問題的行為特徵

✚ 缺乏自我導向

在行動上沒有預定的方向，在生活上缺乏目標及理想，在價值觀念缺乏獨立判斷的是非標準。

✚ 表現病態行為

缺乏自我認同產生的行為表現			病態行為的外顯徵狀看		
逃避現實	反抗現實	脫離現實	心因性的病態	用藥品自我麻醉	社會角色混亂

✚ 反抗社會規範

在家反抗父母、在校不守校規、在社會部遵守秩序。

✚ 趨向極端主義

獨立與依賴的衝突、反抗與順從的衝突、縱慾與克己的矛盾。

五·青少年問題成因的探討

✚ 偏差行為與青少年人格

■ 獨立自主和衛星理論

長大之後就想要「脫離衛星化」：重新衛星化、試著贏得地位、對工作或任務進行探索。

■ 一般人格狀況

青少年階段由於身心急速改變，因此個人的壓力增加，敵意與焦慮也高。

■ T型人格

- T型人格(type T personality)被認為與青少年偏差行為及犯罪行為密切關連的人格因素。
- 查克曼(Zuckerman, 1984)系列研究主題，查克曼認為個體生來有「刺激尋求」(sensation-seeking)的基本需要，青少年階段尤其是刺激尋求青向最高的時期，男生又高於女生。
- 法利(Farley, 1986)研究顯示，T型人格對於刺激有較強烈的生理與心理反應，他們的創造力較高、活動強，但相對地卻容易違反社會規範，有可能導致偏差行為。

✚ 青少年問題的社會學分析

■ 青少年社會發展的主要特性---發展自我、追求認同、尋求獨立

■ 同儕團體對青少年的影響

希望受到同儕歡迎、關切同儕對他們的看法、同儕團體成為期行為原則的來源、從重行為，「去個人化」

Rogers(1997)更把青少年同儕團體的功能歸納為九項：

雷達功能(radar function)	取代父親的功能	支持獨立的功能
建立自我的功能	心理依附(psychic attachment)的功能	價值取向的功能
地位設定(status setting)	負向認定(negative identity)	逃避成人的要求

■ Becker 的標籤理論

■ 大眾傳播的負功能

➢ 魔彈理論(Magic Bullet Theory)

皮下注射理論(Hypodermic Needle Theory)或稱機械反應理論(Mechanistic S-R Theory)，此種理論是以媒介效果強大信念為基礎，強調效果廣大的刺激，不僅獲得社會大眾成員的一致注意。

➢ 文化常模理論(Culture Norm Theory)

文化常模理論倡議者認為，大眾傳播媒介透過選擇性得呈現或強調，刪掉某主題方式，來塑造一般民眾對環境不同角度印象。

✚ 青少年問題的文化學分析

■ 青少年次文化的涵意

青少年次文化乃指整體社會文化中，青少年附屬團體所持有的生活格調與行為方式。

■ 柯恩的青少年次級文化理論---用次文化討論青少年犯罪問題。

六·青少年問題的輔導

操作制約取向行為矯正法

- 操作性增強理論，在青少年輔導上的應用
- 良好行為的塑造

正增強:簡單行為的建立	行為塑造:複雜良好行為的塑造	後向連鎖反應:複雜型為建立的另類方法
-------------	----------------	--------------------

反應制約取向行為治療法

消弱	區別增強	隔離	餓足(嫌惡刺激)	懲罰
----	------	----	----------	----

外向行為問題的輔導

刺激替代法	刺激漸隱法	刺激類化(或轉換)法	刺激控制法	洪水法(內瀑法)
-------	-------	------------	-------	----------

欺騙行為成因與輔導策略

- 初級預防策略
誠實教育，發展說真話、面對問題、真誠負責的美德。
- 次級預防
防微杜漸，避免學生養成說謊欺騙的行為習慣。
- 矯治治療

偷竊行為成因與輔導策略

過度矯治法、反應代價法、內隱敏感法、分化性增強法。

暴力成因與輔導策略

暴力行為的類型

非社會性攻擊行為	社會攻擊行為	多樣化攻擊行為
憎恨(敵意)性的暴行(hate violence)	表達性的暴行(expressive violence)	工具性的暴行

暴力傾向的輔導策略

認知和情感的自我反應/自我監控策略	角色取替訓練
人際問題解決訓練策略	生氣控制訓練
	行為管理訓練

內向行為問題的輔導

焦慮行為的成因與輔導策略---課堂表現焦慮、學業成就焦慮、社交焦慮

主要因素

缺乏相關經驗或曾有過不好的經驗	生理上易於激動
對於結果有過度嚴重的評價	對於自我能力有過低的評價
對自我有過高的要求	

輔導策略

放鬆訓練	自我教導訓練	系統減敏感法	社交技巧訓練與練習
------	--------	--------	-----------

拒學行為的成因與輔導策略

不當的親子依附關係所種因	觀察學習所學得	同時事件連結形成	不當後果所強化	情境因素所造成
--------------	---------	----------	---------	---------

拒學行為的輔導策略依三級預防的層次區分

- 初級預防---兒童的主要照顧者應給予兒童安全的依附環境，並鼓勵訓練兒童自主及處理人際問題的能力，使其能夠在離開父母上學時感到安全，期待接觸新環境。

- **次級預防**---學校應對學生對校園的觀感、師生關係、學生間的同儕行為及學生的家庭狀況經常加以關懷了解。
- **矯正預防**---學童出現拒學行為時立即積極處理，了解拒學行為的詳細狀況，找出原因並加以介入處理。

輔導管教辦法

民國 86 年通過「教師輔導與管教學生辦法」