

敘事治療應用在犯罪青少年之 「治療因子」分析研究

Analysis the Therapeutic Factors of Application of Narrative Therapy in the Delinquent Juvenile

楊秀宜¹、曾貝露²
Hsiu-I Yang¹, Bei-Lu Tseng²

摘要

本研究目的在探討對於犯罪青少年接受敘事諮商有助益的因素，稱為治療因子，研究者採用重要事件取向收集資料，以瞭解敘事諮商的治療因子。研究者在每一次諮商結束後，先蒐集個案所知覺的重要事件，接著，以簡短結構性回憶法（BSR）訪談諮商師，蒐集諮商師在諮商過程中做了什麼的相關資料後，以持續比較法進行資料分析。經過資料分析後，結果發現有助益的治療因子如下：一、發現諮商師所知覺有助益的治療因子有十四項，這些治療因子透過治療過程對話來呈現。二、在人不是問題，問題才是問題，有一項治療因子，協助小風看清楚他與壞心情的關係。三、在諮商師與個案的合作關係有五項治療因子，分別是（一）諮商師「接納」小風的經驗；（二）諮商師對小風的問題，抱著「好奇」的態度；（三）諮商師貼近小風的心情感受；（四）諮商師抱持幽默的態度；（五）諮商師知覺小風對他有信任感。顯示合作的治療關係對雙方都是重要的治療因子。四、解構個案的問題故事有三項治療因子，分別是（一）協助小風鬆動「家裡事不能說」的文化；（二）尋找「有同學關心他」的獨特經驗；（三）加入「家人」的觀點，來影響他的觀點。也呈現出解構個案的問題故事亦是重要的治療因子。五、豐厚生命故事有三項治療因子，分別為（一）協助小風理解與建構「他想要照顧家人的生命故事」；（二）協助小風豐厚「偏好的人際關係」的支線故事；（三）協助小風豐厚「獨立與懂事」的支線故事。而重新建構偏好故事有二項治療因子，分別為（一）協助小風從「家人」的觀點，看到自己的改變；（二）運用老師和家人的見證，看見「新小風」的故事。

關鍵詞：敘事治療、犯罪青少年、治療因子

¹明陽中學 輔導教師

²國立高雄師範大學 教育學系 助理教授

通訊作者：楊秀宜，（824）高雄市燕巢區正德新村6號 明陽中學，E-mail：counsee@yahoo.com.tw

註：本文修訂自楊秀宜之博士論文，論文名稱為「暴力犯罪青少年接受敘事諮商之改變歷程研究」。在論文中，從治療師與當事人雙方觀點相互建構出改變歷程，而本文僅從「當事人所認為的重要事件」中，來看治療師觀點的治療因子。



壹、前言

敘事治療認為人們產生困擾是因文化差異而產生的問題，是個人非主流與社會主流論述的矛盾衝突。且犯罪青少年的成長環境中，部分家庭成員有暴力傾向，雙親也以暴力權威方式管教，使得他也習慣了以暴制暴的行為方式。陳毓文（1999）提出少年的暴力行為受到暴力環境影響相當顯著。這些重重的標籤貼在身上，對他們無疑是沈重的負荷。他們成長在「問題環境中」，被視為「問題製造者」，對自己也充滿了負向及偏差的自我認同。因此，適合少年犯的諮商理論必須為他們撕去這些標籤，並引導他們與問題保持距離，視他們為問題解決的專家。

敘事諮商是透過諮商師與個案雙方互相建構的歷程，透過「問題外化」的對話，幫助個案與受主流文化影響的「問題故事」分開，將習慣的行為模式與自己分開，藉由將問題客觀化，讓他們知道這些行為不等於他，為問題內化的想法解套（黃夢嬌譯，2008），重新建構出令自己滿意的偏好故事，使個案與問題故事之間的關係產生變化。許多文獻提出敘事治療有效的原因（林杏足，2013；徐可馨，2016；趙燕，2019），透過訪談個案來了解治療過程中，個案認為的助益性事件。然而，敘事是一個相互建構的過程，故本研究先了解個案認為的重要事件，再訪談諮商師看治療過程中促使個案改變有助益因素為何？也促進諮商師覺察在敘事治療過程中，何時出現適當且有效介入的因

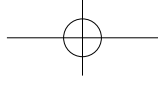
素，有助於未來諮商師了解應多介入在哪些部分較有效，以提供個案最適切的協助。

貳、名詞釋義

治療因子：係指諮商歷程中，諮商師知覺有助於暴力犯罪青少年改變的要素。Elliott（1985）認為療效是諮商師的特定回應，對當事人有立即效果的作用。本研究參考Elliott（1985）定義，認為治療因子為諮商師知覺暴力犯罪青少年接受敘事諮商後，對其改變有助益的因素。本研究之「治療因子」是每次諮商結束後，對諮商師進行簡短結構性回憶法，針對當事人所知覺到的「重要事件」，訪談諮商師知覺有助於當事人改變的要素，並配合諮商訪談的逐字稿，來標記對當事人有助益的相關段落作為分析的依據，以找到諮商師知覺促使當事人改變的相關影響要素。

參、研究方法

本研究想要了解的「治療因子」，係先蒐集個案所知覺的重要事件，接著訪談諮商師做了什麼重要、有幫助的介入？了解諮商師所知覺的有助益因素。訪談方法是採簡短結構性回憶法（BSR），深入主題，蒐集更多深刻的資料。希望藉由諮商師提出的心理治療歷程介入方法，找到個案改變的因素，可以讓實務的諮商師了解如何更有效協助個案。



一、研究過程

本研究邀請一位具博士學位且以敘事為主要學派的諮商師，為個案進行4次諮商，每次60分鐘，每週一次，諮商過程全程錄影，並於結束後會讓個案立即填寫「當事人重要事件回憶表」。

然後於48小時內讓諮商師觀看錄影帶並進行重要事件訪談，了解諮商師知覺的有助益因素，並全程錄音、謄寫成逐字稿，作為後續資料分析使用，研究過程如下圖1所示。

小風（化名），男，21歲，高三，所犯案名為強盜殺人，判刑10年以上，由老師推薦，他很有意願想要參與研究，想處理家庭與人際問題，困擾程度有9分。

諮商目標為協助小風處理家庭與人際問題。諮商前困擾程度9分，諮商後困擾程度3分，小風認為諮商後困擾問題改

善許多。

二、資料分析

（一）研究者在資料分析前先與2位協同分析者進行討論，然後各自分開進行編碼，接著聚在一起討論彼此不一致之處，待達到共識後才進行正式的分析。

（二）研究者將諮商與訪談的資料，謄寫成逐字稿，並將諮商與訪談的資料進行編碼（鈕文英，2017）。本研究的分析單位是依照話題的完整性，分成有意義的單位，即Lincoln和Guba（1985）所謂之單位化資料，將資料切割成有意義的話題單位，並參考Bogdan和Biklen（2007）所提出的「持續比較法」步驟，進行資料分析。

透過上述資料分析方式，研究者將所蒐集的有助益因素，整理分析為治療因子，透過敘事治療相關文獻來呈現，如下一段落「治療因子」分析。

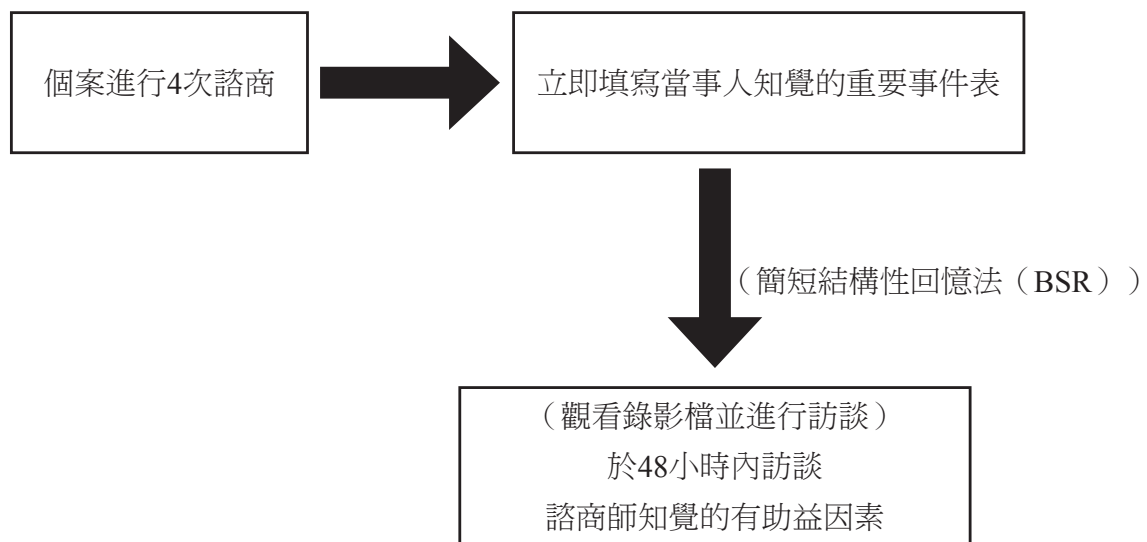


圖1 資料收集過程



肆、諮商師知覺個案接受敘事治療的「治療因子」

敘事治療認為世界沒有所謂的真實，知識及真實都是由人們的瞭解所建構出來的多重真實（金樹人，1997）。社會文化中存在著權力的不平等，主導語言發聲權者成為社會中的主流論述，決定並壓迫個人用何種角色和立場敘說自己的故事（廖世德譯，2001）。其中包含許多的應該與必須，使人們受到主流意識所壓迫。

本研究個案小風在家庭方面排行次子，自小父母離異，家境清寒，母親離家，父親被關，雙親未盡到扶養的責任，姊姊為植物人，自幼年起，由伯父照顧他，伯父的收入也很不穩定，二人相依為命。

小風遇到挫折事情，情緒容易衝動會有暴力攻擊的行為，班上教師認為他在班上人際關係不佳，班上沒有朋友，常常因為人際衝突或是發生口角而違規，共有四次違規經驗。他希望藉由此次諮商改善自己的人際關係，自願參與此諮商研究。

一、人不是問題，問題才是問題

主流文化把有「偷竊問題」的人視為「小偷」，使這個人成為「問題人物」。若是將人與問題分開，人不代表就是一個「問題人物」，而是對這個「問題」最熟悉的「專家」，可以提供建設性的意見，來改善這個「問題」，人與「問題」就會發生變化（黃素菲，

2018）。敘事治療透過問題外化讓個案與問題拉開距離，為重寫對話創造空間。

在本研究中，與問題外化有關的治療因子有一項：協助小風看清楚他與壞心情的關係。在第一次諮商中，諮商師幫助他看到自己有忍耐的時候，他是有力量去操控壞心情的，藉由問題的外化，改變個案與問題的關係。

（一）協助小風看清楚他與壞心情的關係

第一次諮商中，小風敘述他過去情緒爆發，看到人就打的經驗。

CL：對啊，我就爆炸了，已經爆開了你知道嗎？不管三七二十一，諮商師也是一樣啊！我看到人就打就對了。就好像火藥爆炸一樣，一股氣要趕快洩出來，看到誰就打誰。

CO：所以現在還會遇到這種情況嗎？（有，還是會有。）所以你生氣起來，就是控制不了自己？（對啊）那有沒有可以控制自己的時候？

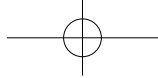
CL：有啊，我就是遇到一個人噲說他要滿期了，然後他就欺負我，我還是忍下來，有一次真的快忍不住了，我就不理他啊！

CO：所以你說有時候是可以忍耐下來，有時候忍不下來？（對啊）

第一次諮商後訪談，諮商師的意圖是幫小風看清楚自己與壞心情的關係，強化他忍耐與操控壞心情的力量。

InCO：所以這個部份是想要做甚麼？

CO：這個部份我是要詢問他什麼時候忍耐會來，什麼時候爆炸會來。我當下還搞不清楚他的樣子，我就是要先得知道那個狀態，貼近到我能夠



形成一個比較清楚的圖像，才會試圖去作某些引導……，就是試圖去貼近他的感受、他的想法。」

InCO：所以諮商師這時候，為什麼想要讓他多說忍耐時候的想法？

CO：因為我覺得那個部份應該是可以找到一些力量吧，而且我覺得就是讓他找回一些非主流的力量吧。……，就是能夠忍耐跟控制的故事，那故事好像很容易就被掩蓋過去。

二、諮商師與個案的合作關係

在敘事治療歷程中，諮商師不是高高在上的「專家」，對個案的生命故事抱持著「不知道」（not knowing）的態度與立場（周和君譯，2008），提供人們打開經驗及多重敘說的空間，以尊重、好奇的態度傾聽個案的問題故事，協助個案說出「未說出的話」。諮商關係是「正確的同理」、「積極關懷」與「無條件接納」為基礎（Rogers, 1957），使個案能更信任並投入諮商過程，也影響到個案是否會改變。

在本研究中，與諮商師合作關係有關的治療因子有五項：（一）諮商師「接納」小風的經驗；（二）諮商師對小風的問題，抱著「好奇」的態度；（三）諮商師貼近小風的心情感受；（四）諮商師抱持幽默的態度；（五）諮商師知覺小風對他有信任感。諮商師與個案是彼此合作的諮商關係，每一段諮商都是由獨特的個案、諮商師、時間、地點與脈絡所建構出來的諮商關係（McNamee & Gergen, 1992）。

在第一次諮商中，諮商師抱著接納與好奇的態度，沒有評論小風看到影像的經歷，並關心他的問題。在第三次諮商中，諮商師瞭解並用貼近小風心情感受的語言，且運用幽默，讓諮商氣氛變得較輕鬆，也使諮商關係更好一些。在第四次諮商中，諮商師知覺小風對他產生信任感，兩人之間的互動不錯。

（一）諮商師「接納」小風的經驗

第一次諮商中，小風敘說他靜坐時看到一個穿裙子女生的影像，還有朋友對他描述的懷疑與不信任。

CL：就是我們靜坐五十分鐘啊，我坐沒多久就聽到聲音，看到旁邊有人啊！

CO：每次靜坐都看得到，還是只有那一次而已？（每次都有看到。）…長什麼樣子，有沒有印象？

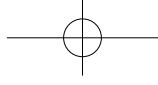
CL：長頭髮，然後穿的就是那種白色棉裙那種蓬蓬的。

CO：…這件事你有跟誰說嗎？（跟朋友說過。）跟朋友說過？（對啊…，他跟我說你是不是在耍我啊？）

CL：然後有一次比較嚴重，那我來這也是被別人欺負，有一次晚上，她起來跟我說話。（誰在說話啊？）那個影像在跟我說話。

CL：（影像在跟你說話？）對啊，我有聽到聲音，這一次真的有聽到聲音，是女生的，說很久。」

第一次諮商後訪談，諮商師認為他在聽小風敘說看到影像的經歷，沒有評論，而且接納、關心他的問題，讓他可以放心說出來，引發他說更多經驗。



CO：我這樣子看，覺得是我接受他，沒有去評價他，而是在關心他。我就是讓他說，而且我覺得他心裡面悶著一件事情，沒有人談的時候會不舒服，講完之後，會有舒一口氣的感覺。

（二）諮商師對小風的問題，抱著「好奇」的態度

第一次諮商中小風敘述，他看到一個女生的影像，跟他說話的經歷。

CL：我好像看到有一個人在我的旁邊，跟我打招呼，一眨眼又不見了，過一下子又有了。（CLb1006）

CO：這是第一次看到這樣嗎？（嘿啊）以前都不曾這樣子過？（不曾）那有聽到聲音嗎？（沒有）。

第三次諮商後訪談，諮商師因為好奇，詢問小風看到影像的情境，想要瞭解以前是否出現過，還是第一次出現，以釐清影像與他的關係及影響。

InCO：這裡為什麼會想去了解他看到的影像？

CO：這個也是因為好奇啊，因為不曉得他看到甚麼、聽到甚麼。我那時候想要看他與這件事情的關係……聽他對這件事情的感受和觀點吧！

（三）諮商師貼近小風的心情感受

諮商師貼近小風的心情感受：第三次諮商中，小風敘述他本來不想談話，覺得心情很不好。

CO：所以你本來是要跟我說，你今天不要來了？

CL：對，我昨天就想要跟她說了，但是找不到她的人，人不知跑哪去了。

（你昨天就要說了？）我昨天就要說了，心情很鬱卒。

CL：（昨天就鬱鬱的了？）稍微鬱鬱的了，我也跟朋友說心情不好。

CO：你像這樣心情不好來找你麻煩，多久會來一次？（就看情形。）這算是比較嚴重的嗎？颱風有分輕度、中度和強烈颱風，我們今天算什麼？（中度耶。）

第三次諮商後訪談，諮商師的意圖，是去瞭解小風的心情感受，發現他雖然心情不好，但是願意與諮商師談話。

CO：因為我覺得這是個好時機，我覺得一個人心情不好的，其實更需要有人去傾聽跟去了解啦，所以我覺得那個時機是好的，……當然我也尊重他啦，如果他真的不想談也沒有關係，可是就這樣一直談下去了啊。

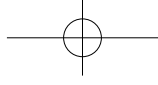
InCO：所以他雖然說今天不想講，不過你們也是講很久？

CO：對阿，我覺得說我的判斷是沒錯啦，就是他心情不好的時候，其實更需要有人去談，聽他講講話的。

（四）諮商師抱持幽默的態度

第三次諮商中，諮商師以幽默的態度問他，是不是都放他進來找麻煩？小風也以幽默的口吻回應說「順風而來，逆風而去」，讓諮商氣氛變得較輕鬆、緩和。

CO：嗯，你有辦法提早把他趕走，叫他不要來嗎？叫他回去，你不要在這惹我麻煩，你有辦法把他擋在外面叫他不要進來惹你嗎？（沒有吧。）



CO：沒喔，你都讓他來找你麻煩，你都放他進來就對了（臺語）？（對啊！順順啊來）就讓他來就對了？（順風而來，逆風而去）（臺語）。

第三次諮商後訪談，諮商師覺得運用一些玩笑，可以讓諮商氣氛變得較輕鬆、緩和，也會使諮商關係更好一些。

CO：我覺得我們談了一下，關係好像還不錯，我有好幾個地方，會跟他開些小玩笑，因為我覺得開玩笑可以讓整個諮商的氛圍比較緩和。比較不會那麼緊張，也使我們的關係比較好一點。

（五）諮商師知覺小風對他有信任感

第四次諮商後訪談，諮商師感覺小風對他信任，兩人之間的互動不錯，而且諮商師能看到他的正向故事，所以諮商師知覺小風對他有產生信任感。

CO：我覺得彼此溝通挺好的，他很信任我，我們兩個人互動的還不錯，那種關係其實還蠻融合的。這次讓我看到很多，他是一個還蠻容易信任諮商師的人，可能也是剛好我有尋找到一些東西，讓他覺得蠻信任我的。……再者我好像也會盡量去看到正向的故事，他有很多不被別人看見的故事都會被看見。

三、解構個案的問題故事

敘事治療透過故事的解構與重新建構，幫助犯罪青少年產生認知上的改變，並改變看待自己的角度。陳振盛（2004）的研究發現，少年犯的改變包括家庭、同儕的解構及矯正學校的建構

過程。使他們改變看待自己的故事，也產生新的偏好故事。

在本研究中，與解構個案的問題故事有關的治療因子有三項：（一）協助小風鬆動「家裡事不能說」的文化；（二）尋找「有同學關心他」的獨特經驗；（三）加入「家人」的觀點，來影響他的觀點。由於個案認知及想法上產生改變，使他們與家人及同儕間的關係也跟著改善，也漸漸增加偏好的人際互動的故事。

在第二次諮商中，諮商師幫忙鬆動小風家裡事不能說出來的信念，讓他身邊能有一些資源的幫助。接著，諮商師幫他尋找，身邊願意跟他講話與關心他的人，這樣的獨特經驗，能夠幫他找到被遺忘的認同。並且幫助小風從親人的觀點，來影響他對自殘的觀點，使他的觀點產生變化。

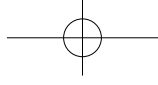
（一）協助小風鬆動「家裡事不能說」的文化

第二次諮商中，小風認為家裡事不能說出來，有事情都會壓抑在心裡，不願意說出來。

CO：你在別人面前都這樣笑笑地，其實心裡都在難過。為什麼要這樣呢？為什麼不能跟別人講你心裡很難過？

CL：沒必要，這是我家的事，為什麼要跟別人講自己家裡的事情，這種事沒必要跟別人講。……（這幾天有什麼老師或朋友曾經對你說過什麼話？）

CL：有，我朋友。（你朋友，他怎麼跟你說啊？）他說你這樣搞的話，不是害了老師就是害了你自己啦！對



啊，我想也對啊！

第二次諮商後訪談，諮商師問話的意圖，是希望找到誰是可以說的，試圖鬆動小風的信念，讓他身邊有資源的幫助，使他的信念產生些彈性與移動的可能。

InCO：在這個段落諮商師問他，如果心裡有事情有可以對誰說，這樣的問話是想要幫助他甚麼？

CO：因為他前面提到自己的事情不能說給別人聽，可是我覺得這樣的信念對他是有影響的，所以我想是不是能找到一些漏洞，他可能會跟誰說，就一路問可能跟怎樣的同學或老師說。我的意圖是其實不是通通不能說，當然基本上很多人不能說，…但是有些人還是可以說。

InCO：所以這樣問是想要幫助他思考什麼？

CO：我是想鬆動他剛剛的那個信念。對他來說自己家裡的事情，不能說給別人聽。可是他沒想到這想法對他可能造成傷害，當他說出來可能是好事。

（二）尋找「有同學關心他」的獨特經驗

第二次諮商中，小風敘述他認為自己是沒有朋友的，心裡有事也沒人可以說。

CO：那你有跟那個朋友說嗎，那個朋友他怎麼會知道？（同房的朋友）是你主動告訴他，還是他主動來關心你的？（是他問我的。）

CO：他怎麼會沒事來問你，你有說什麼嗎？

CL：他看我悶悶地，我們很好，我脾氣變很差，跟他吵架。（那你跟他吵完他就問你說，你在兇什麼就對了？）

CL：對啊！他就跟我說難怪我會這樣。…對啊！我們都是過去就算了，不會去計較這個。

第二次諮商後訪談，諮商師的意圖是幫他尋找，身邊願意跟他講話與關心他的人。這樣的獨特經驗，能夠幫他找到被遺忘的認同。

InCO：這段落諮商師想要怎麼幫助他？

CO：在這邊如果只聽他的認知，他對自己的評價是，他是一個沒有朋友的人，在裡面、外面都沒有朋友的，可是再細問下去他是有的，還是有人可以跟他說，不然那個人怎麼回應他，他還是有個人，還是關心他的…。

InCO：還是有人關心他的？

CO：對，這是一個例外經驗，有時候你忽略的例外經驗，沒辦法放到主流架構的自我認同裡面。所以多談可能會幫忙他，把這個自我認同放進來。發現他還是有人可以談的，有朋友的。而且這一段話……代表有人在乎他的。

（三）加入「家人」的觀點，來影響他的觀點

第二次諮商中，小風敘述因為遭遇挫折想要傷害自己，也可能因此違規。

CL：對啊！我有一次想到家裡的事，就跟我的朋友說，你那邊有刀片嗎？他說沒有啊！要做什麼，我說沒啊！他說你不要亂來。



CO：哦！你本來是想找刀片來割自己？
（對啊！）看會不會輕鬆一點？
（對啊！）不過你要傷害自己，也會被辦違規，不會嗎？（會啊！）你傷害自己，知道的人可能也會覺得難過，像你伯父知道你難過到想自殘，他心裡會怎麼想？…

CL：他不知道！知道了他會難過啊！可是不能讓他知道啊！

第二次諮商後訪談，諮商師的意圖是幫助小風從親人的觀點，來看自殘這件事，來影響他的觀點，因為從自己的觀點會覺得無所謂。

InCO：想要問諮商師在他這個部分，是想要做甚麼？

CO：就是讓他從重要他人來看這件事情。因為我從他的眼光，看他大概覺得無所謂，他看到是自殘的好處，自殘的好處是心裡面的情緒可以得到紓解。所以你問他自殘有甚麼壞處他大概都不太會說，他說不太出來。所以這時候，我就是想拉他身旁重要的人，假裝他在會怎麼去說。

四、豐厚生命故事

個案是自己生命歷程的主角（McAdams, 1987），在過去、現在與未來的時序中遷移，透過社交與人際互動共同建構，尋求身分認同。Bruner（1990）指出事件交雜於脈絡中，每個人的生活情境和人際關係都會對自我認同產生重大的影響。因此，敘事治療重視蒐集問題故事線外的其他線索，不同時序、不同生活情境的線索，幫助個案

一起豐厚這些線索，進而重新建構偏好故事。

在本研究中，與豐厚生命故事有關的治療因子有三項：（一）協助小風理解與建構他「想要照顧家人的生命故事」；（二）協助小風豐厚「偏好的人際關係」的支線故事；（三）協助小風豐厚「獨立與懂事」的支線故事。

在第二次諮商中，諮商師幫小風探索不能照顧阿伯，覺得自己很不孝順，是出於渴望照顧家人的心情；在第一次諮商中，諮商師幫小風回憶過去阿伯對他好的成長經驗，是美好、獨特的人際互動經驗，豐厚他偏好的人際關係的支線故事。在第四次諮商中，諮商師協助小風去豐厚他獨立、懂事的認同，幫他看到自己在貧困環境熬過來的正面力量。這些偏好的人際關係與獨立、懂事認同的支線故事，都有助於重新建構他的偏好故事。

（一）協助小風理解與建構他「想要照顧家人的生命故事」

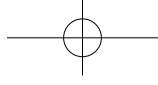
第二次諮商中，小風敘述他聽到阿伯要開刀，感覺心情很不好、很不孝，因為不能在他的身邊幫忙。

CO：你聽到他要開刀時，心情如何？
（眼淚流下來啊。）是想到什麼讓你很難過，是想到什麼？

CL：沒有人照顧他，沒有人打理事情，他在醫院誰要弄飯給他吃？醫院的飯我不知道…，我以前住過醫院。……

CL：可是...我覺得自己很不孝。

CO：所以你很自責，覺得自己很不孝，沒有辦法照顧他，在他身邊幫忙打理一切。（對啊！）



第二次諮商後訪談，諮商師的意圖，是幫小風理解這個事件的內在意涵與價值觀，發現他不能照顧阿伯，覺得自己很不孝順，是出於渴望照顧家人的心情。

CO：那時候就有感受到，他對這件事情的感受和背後的價值和信念，會試著去多問問看。有感受到他是有點自責啦，他不能出去照顧阿伯，就感覺自己很不孝。他一直強調這件事情，很擔心阿伯一個人在醫院的起居。那時候聽到這些，我會感覺到個案的內心是很照顧家人，很渴望照顧家人的。」

（二）協助小風豐厚「偏好的人際關係」的支線故事

第一次諮商中，小風敘述阿伯小時候照顧他的情形，很疼他要買什麼就買給他。

CO：所以是阿伯把你帶大的？（對啊）阿伯是爸爸的親哥哥？（對啊）哦，所以還好還有阿伯，看起來他對你很重要哦？（對啊，要不然我就真的要餓死了。）

CO：小時候阿伯怎麼對你好？

CL：我阿伯也是很照顧我。他這個人跟我一樣，也不認識幾個字（嗯），他很直爽就是說你要吃飯你就吃，不要吃你就丟著。……他就是很古板的人就是了，但是他疼我的時候就是很好。

CL：（你還記得他都怎麼疼你嗎？）我知道，就是小時候我要什麼他都買給我，他可以就盡量買給我。

第一次諮商後訪談，諮商師的意圖，是讓他回憶過去阿伯對他好的成長經驗，是美好、獨特的人際互動經驗，可以豐厚他偏好的人際關係支線故事。

InCO：這個段落諮商師想要談什麼？

CO：我本來前面聽到的是，他想到阿伯好的一些經驗，看起來他很懷念那一段阿伯對他好的經驗，然後我就讓他多說一點，就是他跟人互動還不錯的故事。阿伯其實是蠻兇的，可是他還是留下一些比較感念、美好互動的記憶。

（三）協助小風豐厚「獨立與懂事」的支線故事

第四次諮商中，小風敘述一位老師勸他不要拿阿伯的錢，讓他思考要靠自己，而決定獨立。

CO：所以你說有個轉變是在進來第三年的時候，有一個老師說阿伯賺錢很辛苦，要你不要再跟他拿錢。那時候你怎麼會聽那老師的話，是為了什麼事？

CL：他跟我說你這樣做的話，對你家也好，你出去以後要靠自己生活，你不可能一輩子靠阿伯養你。

CL：（所以這句話有影響到你？）這句話有道理而且我也想了很久，它的涵義是什麼？一輩子要靠阿伯是不可能的，因為他會老，靠阿伯這樣是很不孝的，而且日後他過世了，剩你一個要怎麼辦。所以這個問題我有想過，而且我覺得做得到的那種感覺很好。

第四次諮商後訪談，諮商師的意圖，是要豐厚他獨立、懂事的認同，幫他看到自己在貧困環境熬過來的正面力



量，對他也是一種磨練的經驗。

InCO：這段話是想用甚麼樣的方法幫助他？

CO：我覺得是去豐厚他新的正向認同，所以用各種可能去豐厚。這部份看到他在那麼惡劣的環境下，他還不跟家人拿錢，在磨練自己。然後，我讓他看到一般人不太容易看到的這些面向。

CO：他的同學可能只是看到他小氣或是可憐的一面，沒有人看到他，其實是透過這方式慢慢的改變，他已經在改變了，已經不像過去那個樣子，我有試圖用一些故事，讓他豐厚更多新的正向認同故事。

五、重新建構偏好故事

敘事治療運用假設語句，讓個案從重要他人的觀點，來看不被問題故事囊括的經驗，就能納入別人的看法當成自己的觀點，從而提供發展更偏好故事的開端（易之新譯，2013）。常常會對個案的生活產生真實的影響與改變。

在本研究中，與重新建構偏好故事有關的治療因子有二項：（一）協助小風從「家人」的觀點，看到自己的改變；（二）運用老師和家人的見證，看見「新小風」的故事。在第四次諮商中，諮商師幫小風看到他的改變，可以靠自己了，而小風也認同自己有改變，反而覺得自己過去很可笑。在第四次諮商中，諮商師透過更多見證人，看到新小風的故事，讓阿伯及學校的老師，能夠看見他的改變。透過這些生命中重要他人的視角看當下的自己，有助於他的

偏好故事及他的內在力量更穩固。

（一）協助小風從「家人」的觀點，看到自己的改變

第四次諮商中，小風敘述他不跟阿伯拿錢，阿伯可能對他的期待，期待他長大、懂事。

CO：所以阿伯聽到你不跟他拿錢的時候眼眶就泛紅了，你想他心裡面想到的是小風不一樣了，好像懂事了。還有呢，你想他會怎麼想？

CL：他會想說我會不會有改變，這次進來我會不會有改變。

CO：真的有啊，你就做給他看，因為你之前都有跟他拿錢，現在卻說不拿他的錢……。

CL：剛進來的時候我也是會拿錢啊，可是後來，我就會覺得以前所作所為很可笑，覺得自己真的很可笑。

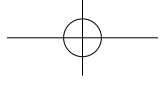
第四次諮商後訪談，諮商師的意圖，是要幫小風看到他的改變，可以靠自己了，而小風也認同自己有改變，反而覺得自己過去很可笑。

InCO：這段落諮商師想幫他甚麼呢？

CO：我想到其實他沒有錢，在這邊是很難生活的，可是他仍然撐過來了。我感覺那一個孩子長大、懂事了，就是 he 會跟家長講說我可以靠自己了。我就回頭來問他，阿伯是不是也會一樣，認為他有不一樣了。

（二）運用老師和家人的見證，看見「新小風」的故事

第四次諮商中，小風敘述他期望阿伯和師長能夠看到他改變，認識新的小風，是重新來過，浪子回頭的樣子。



CO：這個新的小風真的不容易，連你都喜歡這個新的小風，懂事不會讓人擔心，會替人著想。還有誰有看到認識這個新的小風？（很少啦，還沒人看見。）你最希望誰看到這個新的小風？（就家人啊。）

CO：改天有機會怎麼把這個新的小風介紹給阿伯認識？

CL：怎麼介紹我？就是可以讓他知道我有改變，不要讓我受到從前的影響，拋棄過去重新再來，出去就是重新再來，也就是浪子回頭這樣。（如果有一天你出去外面了，終於有自由之身了，你最想看到誰？）

CL：除了阿伯以外，我想看見的差不多有三位還是四位吧！就楊老師、諮商師、周老師，還有那個之前很信任的老師，就這四個。

第四次諮商後訪談，諮商師的意圖，是透過更多見證人，看到新小風的故事，讓阿伯及學校的老師，能夠看見他的改變。

InCO：這段話是想用甚麼方法幫助他？

CO：我就是問他說，那他期待誰會看到或者想要讓誰知道，他說沒有。大概在這部份追問下去，他希望誰看到這個新的小風的樣子，誰會喜歡看到這個小風？要讓他這個故事能夠在更多地方被見證。如果在外面的諮商，可能會邀請阿伯來，然後把新的小風介紹給他，不知道那是一個怎樣的情況？

伍、結論

本研究以一位犯罪青少年接受敘事

治療的經驗，透過相互建構的過程，了解在個案的重要事件中，諮商師的意圖及做了什麼有助益的介入，造成個案的改變。研究者分析諮商後的訪談逐字稿，共整理出十四項有助益的「治療因子」，在治療因子的命名參考敘事治療相關文獻（易之新譯，2013；陳振盛，2004；黃素菲，2018）。

研究者發現，犯罪青少年的諮商過程中，治療關係是重要的，諮商師先透過接納、好奇的態度、貼近小風的心情感受、抱持幽默的態度及與小風建立信任關係等。在資料分析中發現，就有五項諮商師與個案合作關係的「治療因子」。由於他們在生活中時常受到周遭人的否定，對人充滿不信任感，因此諮商關係建立是不容易的。

接著，諮商師開始鬆動他家裡事不能說的文化，尋找他偏好人際關係的獨特經驗，解構他的問題故事，讓他看到自己是有人關心的。最後，幫他豐厚支線故事，建立他是獨立、懂事的人的支線故事，豐厚他偏好的人際關係故事。並透過重要他人見證的力量，幫助他漸漸發生改變，並產生其偏好的形象。

研究者將十四項治療因子整理如下表1所示。

因此，在協助犯罪青少年的治療過程中，敘事諮商運用循環問句，讓他們釐清其生命故事的內在意涵，提供個案一個新的架構來看待自己，讓他們建構自己的偏好故事，使其在真實生活中發生改變。小風現在已出校多年，雖然之前在校內有多次違規經驗，但是出去後工作穩定，已經結婚生子，還會抽空回來學校看看老師，並對過去在校的生活及接受諮商的經驗，抱著感謝的心。

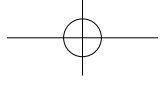
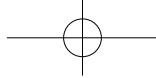


表1
諮商師知覺個案接受敘事治療的「治療因子」

類別	治療因子
一、人不是問題，問題才是問題	1.協助小風看清楚他與壞心情的關係
二、諮商師與個案的合作關係	1.諮商師「接納」小風的經驗
	2.諮商師對小風的問題，抱著「好奇」的態度
	3.諮商師貼近小風的心情感受
	4.諮商師抱持幽默的態度
	5.諮商師知覺小風對他有信任感。
三、解構個案的問題故事	1.協助小風鬆動「家裡事不能說」的文化
	2.尋找「有同學關心他」的獨特經驗
	3.加入「家人」的觀點，來影響他的觀點。
四、豐厚生命故事	1.協助小風理解與建構他「想要照顧家人的生命故事」
	2.協助小風豐厚「偏好的人際關係」支線故事
	3.協助小風豐厚「獨立與懂事」的支線故事。
五、重新建構偏好故事	1.協助小風從「家人」的觀點，看到自己的改變
	2.運用老師和家人的見證，看見「新小風」的故事。

參考文獻

- 周和君（譯）（2008）。合作取向治療：對話·語言·可能性（原作者：Anderson, H.）。臺北市：張老師文化。（原著出版年：1997）
- 易之新（譯）（2013）。敘事治療—解構並重寫生命的故事（原作者：Freedman, J. & Combs, G.）。臺北市：張老師文化。（原著出版年：1996）
- 林杏足（2013）。敘事諮商中當事人自我認同轉化歷程之研究。中華輔導與諮商學報，37，209-242。
- 金樹人（1997）。生涯諮商與輔導。臺北市：臺灣東華書局股份有限公司。
- 徐可馨（2016）。說故事就能達到療癒效果？—以敘事治療為例。諮商與輔導，367，30-32。
- 陳振盛（2004）。矯正學校學生與矯正人員對矯正行為的建構（未出版之博士論文）。國立中山大學，高雄市。
- 陳毓文（1999）。論少年暴力行為與暴力環境之相關性。臺大社會工作學刊，1，1-33。
- 鈕文英（2017）。質性研究方法與論文寫作（二版）。臺北市：雙葉。
- 黃素菲（2018）。敘事治療的精神與實踐。臺北市：心靈工坊。
- 黃夢嬌（譯）（2008）。敘事治療的工作地圖（原作者：White, M.）。臺北市：張老師文化。（原著出版年：2007）
- 廖世德（譯）（2001）。故事、知識、權力：敘事治療的力量（原作者：White, M. & Epston, D.）。臺北市：心靈工坊。（原著出版年：1990）
- 趙燕（2019）。敘事治療在諮商實務中的應用—以重要關係失落青少年個案為例。輔導季刊，55（3），61-67。



- Bogdan, R. C., & Biklen, S. (2007). *Qualitative research in education. An Introduction to theory and methods*. (5th ed). Boston: Allyn and Bacon.
- Bruner, J. (1990). *Acts of Meaning*. London: Harvard university press.
- Elliott, R. (1985). Helpful and nonhelpful events in brief counseling interviews: An empirical taxonomy. *Journal of Counseling Psychology*, 32(3), 307.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Newbury Park, CA: Sage.
- McAdams, D. P. (1987). A life-story model of identity. *Perspectives in personality*, 2, 15-50.
- McNamee, S., & Gergen, K. (1992). *Therapy as social construction*. San Francisco: Sage Publications.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality changes. *Journals of Consulting and Clinical Psychology*, 21, 95-103.

