

生涯與諮商之脈絡主義行動理論： 人在脈絡中展開生涯行動的經驗

Contextualist Action Theory of Career and Counselling: People's Experiences in Carrying out Career Actions in Context

張瑋珊¹、曹訓嘉²、劉淑慧³

Wei-Shan Chang¹, Xun-Jia Tsao², Shu-Hui Liu³

摘要

生涯諮商雖受到後現代思維而將個人生涯發展之關注焦點，從內在能力、特質轉而探索外在環境之影響，但缺乏具體策略與操作建議。因此作者以脈絡主義為焦點，介紹Young等人（2002, 2005）、Young與Domene（2012）、Young與Mundy（2023）所提出之「生涯與諮商之脈絡主義行動理論」（Contextualist Action Theory of Career and Counselling，以下簡稱CATCC），包括其重要概念，並結合劉淑慧（2023）以現象學我-他關連串連之p-CATCC理解架構、曹訓嘉等人（2023）矯正學校青年之訪談資料與發現，以劉淑慧（2023）之p-CATCC理解架構試分析曹訓嘉等人（2023）其中一個參與者小毅之研究結果與訪談資料，提供生涯諮商過程中的理解視框。最後，作者也提出CATCC對實務運作之啟發與貢獻，供後續生涯實務工作者參考。

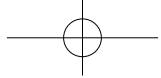
關鍵詞：生涯諮商、現象學、生涯與諮商之脈絡主義行動理論、脈絡主義、生涯發展

¹國立彰化師範大學輔導與諮商學系 博士生

²國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商研究所 博士生

³國立彰化師範大學輔導與諮商學系 教授

通訊作者：劉淑慧，（500）彰化市進德路1號，國立彰化師範大學，輔導與諮商學系，
Email: shl.intheworld@gmail.com



壹、楔子：脈絡與脈絡主義在理解生涯上的重要性

生涯諮商理論受到後現代思潮的影響而重視社會建構觀點，從關注個體能力、特質轉而多關注其所置身之生活脈絡。然而，「脈絡觀」雖在生涯諮商理論中廣為運用，但較僅於概念而未有具體策略。尤其若以傳統的適配、發展、學習觀點進行生涯諮商，容易朝向改變「個人」，而忽略個體與所處時間、空間之互動。因此，本文將介紹Young等人（2002, 2005）、Young與Domene（2012）、Young與Mundy（2023）所提出之「生涯與諮商之脈絡主義行動理論」（在之前其他文章也稱contextual action theory、CAT，如Valach & Young, 2017; Young et al., 2021），說明如何以此架構理解生涯議題與促成生涯行動，並運用於實務中。

一、脈絡與脈絡主義

「脈絡」一詞在中文含義上，不僅是血管的統稱，亦為條理之意，如元代劉壘之《隱居通議》中「蓋古人作文，俱有閒架，有樞紐，有脈絡，有眼目」（教育部，無日期），亦即上下文連貫、條理分明。西方對於「脈絡」（Context）之定義源自於拉丁詞根—*texere*（編織）一詞，脈絡是將多個行動、過程或行為部分交織成一個整體（Young et al., 2002）；國內心理學家張春興（2007）則將脈絡解釋為，由影響個體行為變化的各種刺激，所構成的特殊情境。無論從血管、編織等具體象徵，到文本之條理與連貫、影響個體行為之情境，都指出「脈絡」所強調的相互

關聯性、交織的部分構成的複雜整體。

「脈絡主義」（Contextualism）即是根據脈絡的複雜性和相互關聯性來解釋世界，重視的不是單獨的或片斷的行為，而是鑲嵌在其背景中的行為（Young et al., 2002）。脈絡主義者是一種互動的、動態的世界觀，關注與他人互動產生的經驗準備和共享意義（Young et al., 2002）。以編織掛毯為例，許多社會科學研究和理論，包括關於生涯的研究和理論，都是將現象分解成其個別組成部分，以便理解和分析它們，但對於脈絡主義者而言，分析事件不同的串連部分就是解開掛毯的開始（Young et al., 2002）。因此，脈絡主義不著眼於事件的個別現象，而是重視現象之間的關聯，以及關聯所形成的整體樣貌。

二、生涯諮商理論、研究與實踐對脈絡的解釋

「脈絡」一詞在生涯理論中並不陌生，Young等人（2002）回顧生涯諮商理論時發現，「脈絡」已被Holland生涯類型論、Krumboltz社會學習論、Lent與Hackett社會認知生涯理論、Leong和Seráfica生涯成熟與文化適應理論、Savickas生涯建構論等重要理論所認可並以各種方式概念化。這些生涯諮商理論通常會支持一個或多個脈絡屬性（Young et al., 2002）：1. 多元性與複雜性：強調生涯世界的複雜性、需適應的制度結構，以及在影響生涯發展的各種變數（Bimrose & Brown, 2016; Hooley & Godden, 2022; Young et al., 2021）；2. 不可分割性：生涯如連鎖系統般，系統與次系統間的相互關聯，是脈絡與人的動態互動，特別是多元文化與生涯觀點的相互影響（Fouad & Byars-Winston, 2005; McMahan & Patton, 2018）；3. 事件或現



象的意義：以Brown（2002）價值觀方法和Cochran（1997）敘事方法，透過處理意義而將脈絡納入其中。Young並整合了其他生涯理論，處理各變數的多樣性、變數之間的相互作用以及它們對個人和群體的意義，據以主張，我們關注的不應僅是「生涯是什麼（what）」，更應是「人如何（how）處於生涯過程中，內在歷程與外在環境之間如何相互影響」。

然則，誠如Richardson（2001）所言，儘管心理學家、心理師都關注人們生活的重要情境，理應支持脈絡主義者，但實際理論卻尚未用脈絡主義一詞對脈絡進行概念化。有鑑於既有生涯理論尚未能具體闡明脈絡主義，Young等人（2002）提出一個綜合理論，將生涯的三個領域（生涯是什麼、生涯知識生成過程、生涯實踐）、三個屬性（多元性與複雜性、不可分割性、事件或現象的意義）整合至脈絡主義的解釋中，以「脈絡」一詞之交織與關聯意義、「脈絡主義」之互動與動態觀點為核心概念，結合「行動理論（Action Theory）」之基礎，擴展生涯理論中的脈絡特色，形成一個綜合框架—CATCC，並由劉淑慧（2023）拓展為「以現象學我-他關連串連之CATCC理解架構（phenomenology-CATCC，以下簡稱p-CATCC）。以下就CATCC理論與p-CATCC理解架構進行介紹與說明，接著應用該架構來闡明矯正學校離校青年之生涯發展歷程，最後提出其對實務運作之啟發與貢獻。

貳、理論視框：CATCC的重要概念

一、整體理論架構

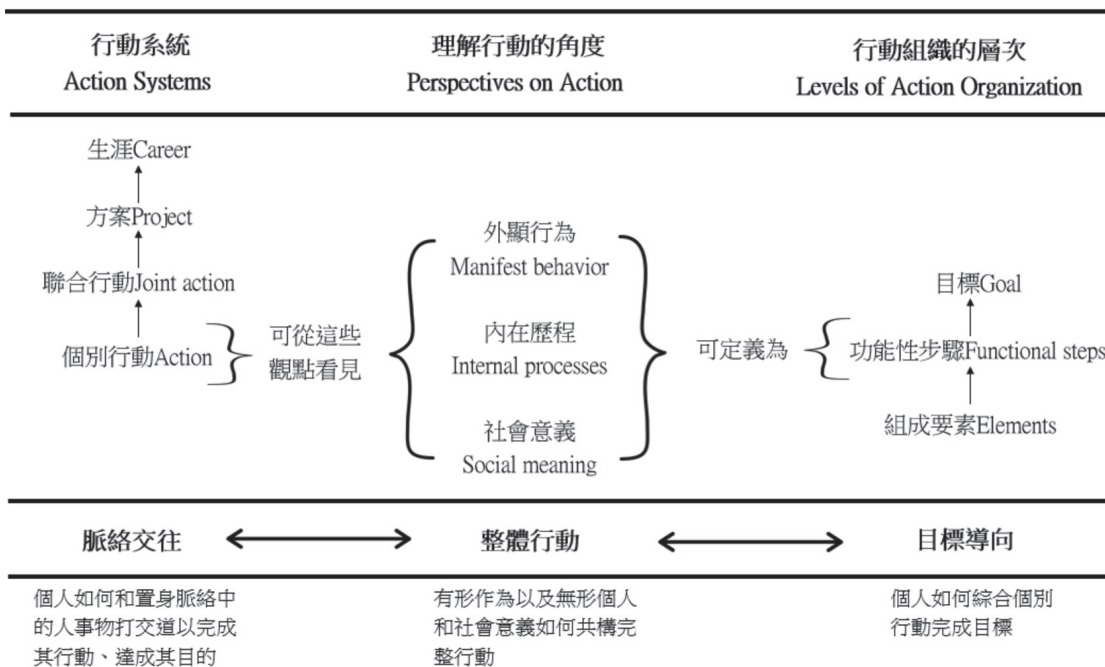
CATCC主張，「行動」是人類或其他生物體在空間中的運動或活動，其具有目的性和意義性。生涯發展歷程中所展現出來的一系列行動，必須從個人與脈絡之互為主體加以理解，一方面，生涯固然建立在「以目標導向的行動」與「有意圖的行為」上，但這些生涯目標、計畫與意圖需置於脈絡中才能彰顯其意義；另一方面，唯有真正了解個人意圖、目標，其相對應的生涯行為與脈絡才具有實質的功能性與意義性（Young et al., 2002, 2021; Young & Mundy, 2023）。表1為Young等人（2002）所發展之CATCC之主要概念，圖1為劉淑慧（2023）的p-CATCC架構。下文先逐一說明CATCC的3個向度以及3者如何與「我-他關連」相互串連成p-CATCC整體架構。

在CATCC的主要概念中，本文以實務運作觀點出發，首先說明「理解行動的角度」，包括外顯行為、內在歷程與社會意義，作為理解當事人生涯行動的關注點；其次再說明「行動組織的層次」，包括組成要素、功能性步驟與目標，此部分乃將生涯行動拆解為不同層次，以理解其豐富意義；最後再說明「行動系統」，從個別行動、聯合行動，在形成方案與生涯目標，以理解當事人如何與脈絡互動而完成其生涯行動。

二、理解行動的角度：社會意義→內在歷程→外顯行為

對於個體在脈絡中的任何一個行動，都需要從三個角度來形成綜合性、整體性的理解：1. 外顯行為：包含語言與非語言之可觀察行為，是個人為了達成其個人目的而對脈絡中人事物展開的實

表1
CATCC的主要概念



註：整理自Young等人（2002）

際交往舉動；2. 內在歷程：是伴隨或引導此行動的認知和情感運作，可反映出個人賦予此行為的個人意義；3. 社會意義：涉及社會群體或成員認為該行為所具有的目標或意圖，也就是該行為被社會所賦予的意義（Young et al., 2005），亦即當事人知覺他者對當事人行為的看法、評價與詮釋。而外顯行為、內在歷程、社會意義三者之間並無特定順序（Young et al., 2002）。但若以此觀點理解當事人的生涯行動，不僅可以看見外顯行為受到內在歷程的影響，更能理解其所處之脈絡對個人形成之社會意義，有助於對當事人抗拒學習的深入認識。

三、行動組織的層次：組成要素→功能性步驟→目標

在CATCC中，行動是以目標為導向，因此由圖2可了解行動的三個層次：組

成要素、功能性步驟、目標，由要素組成功能性步驟，再組織而成目標（Young et al., 2002）。

行動的「組成要素」是可觀察、可測量的，屬於行動的最低層次，如：身體和言語行為，例如單詞、短語、動作和環境結構等，組成要素不會單獨存在，必須結合脈絡才能找到其潛在意義（Young et al., 2002, 2005），如：「收集租屋資料」這個想了解租屋行情的動作，對一個準備在外租屋的人，與一個想出租房子的屋主，意義是不同的。「功能性步驟」是指一個行動的組成要素可以置於脈絡中，成為一系列連續行為，用於實現目標並呈現運作的流程和順序（Young et al., 2002, 2005）。如：對於一個準備離家生活的畢業生，收集租屋資料、打電話詢問房東、參觀租屋環境等組成要素，則成為其功能性步驟—找房子，此步驟是實現目標的行為之一。

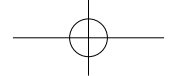
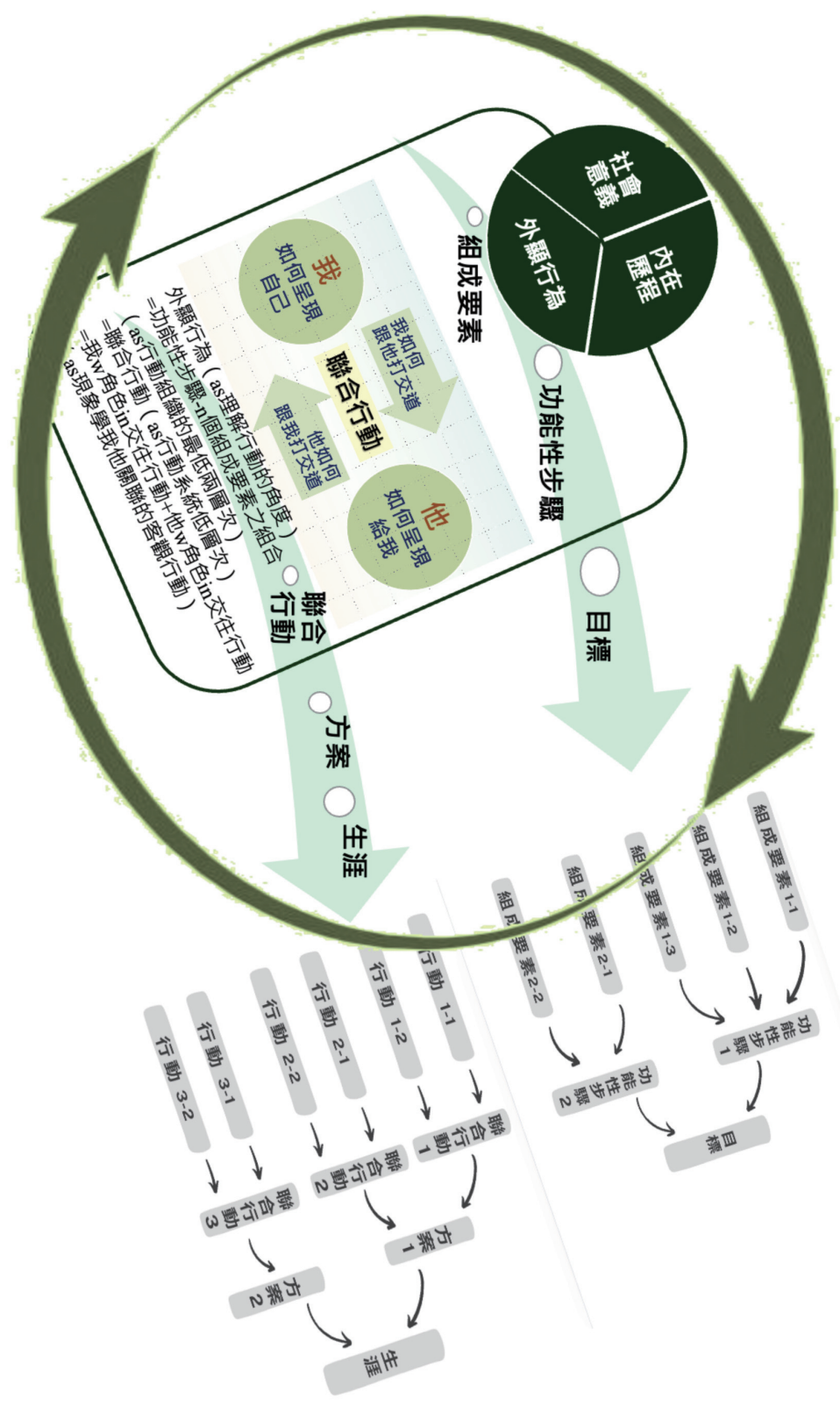


圖1
p-CATCC：以現象學我—他關連串連之CATCC理解架構



註：引自劉淑慧 (2023)

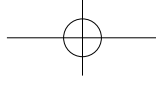


圖2
行動組織的層次

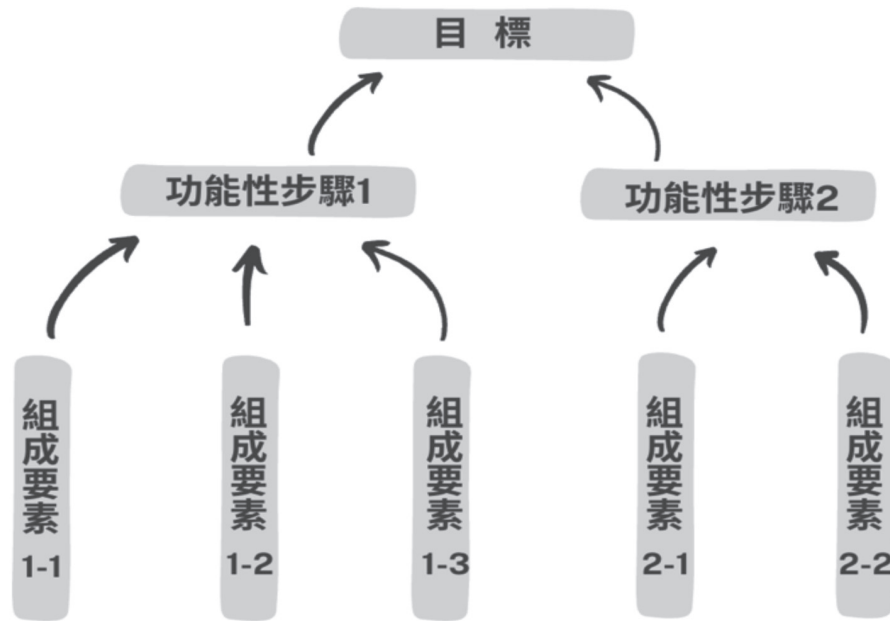
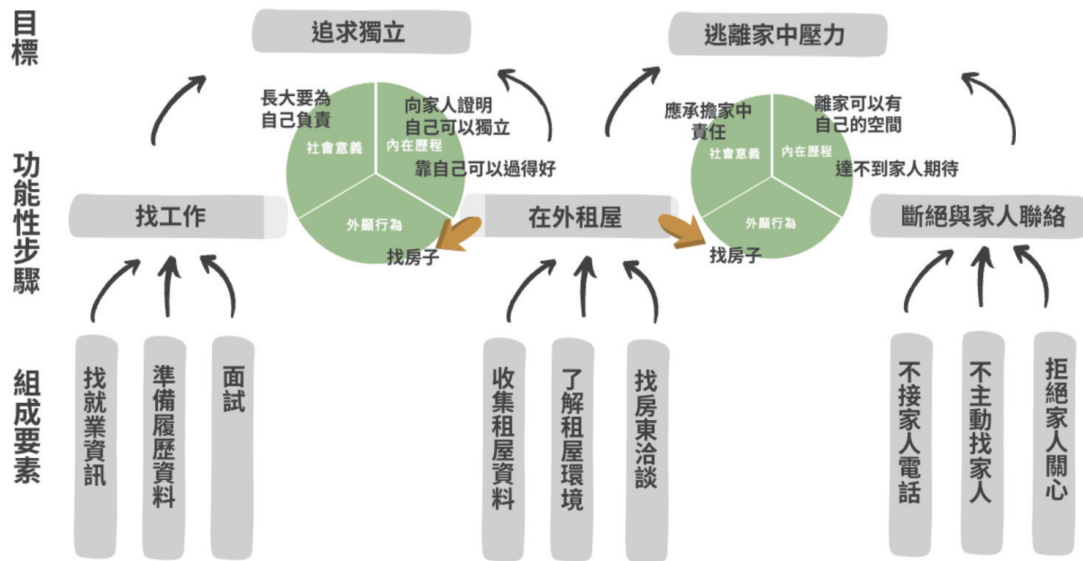
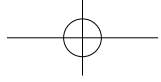


圖3
找房子之行動組織層次



「目標」代表行動過程中個人或者群體行動的整體意圖，如何評估目標，受到個人意義的建構、參與者與觀察者理解的一致性以及社會常規與習俗所影響

(Young et al., 2002, 2005)，亦即當事人綜合考量自己之「內在歷程（情緒、意圖）」和「他看我行為-社會意義」之下最後做出抉擇，賦予自己方案之目標。



如：無論是在外租屋或尋找工作，都是一位畢業生想實現追求獨立的目標。透過行動組織層次可清楚看見，組成要素、功能性步驟與目標息息相關，且須結合行動三個角度來進行理解，才能深入行動的豐富意義。

四、行動系統：行動→聯合行動→方案→生涯

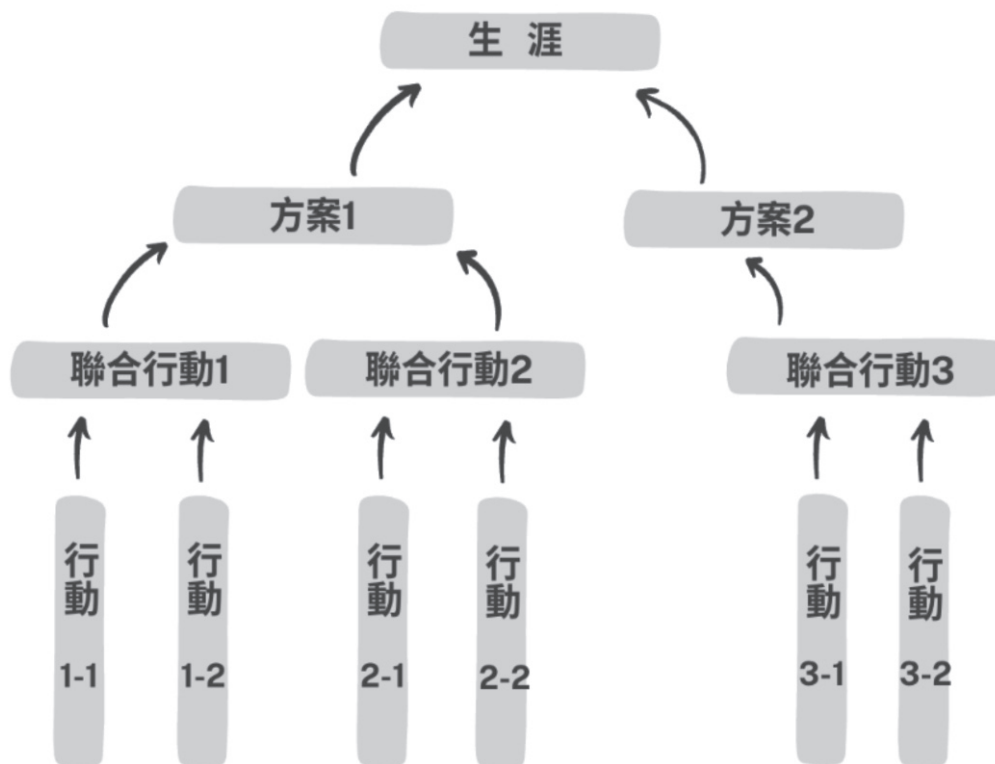
上文已經提到行動組織的層次，個人會組合不同行動元素以達成預期的功能與目標；也提到理解行為的角度，理解行為不僅要觀察其外顯行為，還要探究個人選擇與執行該外顯行為的內在歷程，以及身邊人與社會大眾賦予該外顯行為的意義。然則，以上分析都還只是聚焦在脈絡中的個人，Young等人（2002）提出的行動系統則具體描述個人如何

在與脈絡中的人事物打交道中完成其個人行動（圖4）。

圖中的「聯合行動」一詞是指人們共同採取的行動，其實看似僅屬於個人的行為往往是個人與相關他人共同完成的，參與行動的個人儘管都有自己的意圖，但兩人或團體也會共同發展共同目標和聯合行動（Young et al., 2002）。「方案」則是行動系統中的上層結構，在聯合行動中的每個人各自有其外顯行為、內在歷程和社會意義，在互為主體的相互影響中形成方案的共同目標與任務（Young et al., 2002）。

相對於「行動」與「聯合行動」的短期目標、「方案」為中期目標，「生涯」則為長期目標（Young et al., 2005），「生涯」與「方案」皆屬於行動系統中的上層結構，生涯比方案持續的時間長，也會包括更多的個人行動（各行動

圖4
行動系統





均有其內在歷程、社會意義、外顯行為)，並因為這些行動在多重人際網絡中的相互影響而展現出複雜的動態聯合行動。因此，生涯作為最上層結構，同樣鑲嵌於社會意義的網絡中，透過多方的共同參與行動，以達成長期的目的與意義（Young et al., 2002）。

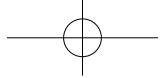
五、以現象學「我-他關連結構圖」統合CATCC

依照上述CATCC觀點，生涯即是在「自我」與「他人」關係中展開（Valach & Young, 2004），與現象學的我—他關連概念相通。劉淑慧等人（2019）統整現象學相關文獻指出，欲理解人類生活經驗，需著眼於在世存有的三個相扣環節：1. 世界如何存有；2. 人如何存有；3. 人如何與世界之中的他者（周身人事物等存有者）共同存有於世。劉淑慧（2023）將上述存在現象學之處境結構結合於CATCC中，進一步形成p-CATCC之理解架構（圖1），不但透過我他關連更細緻描述聯合行動中各方的相互構成，說明了如何理解生涯中的「自我」、「他人」及「我他互動關係」，也提供一種串連表1三個向度的方法。其中，「我如何呈現自己」（人如何存有）是指個人角色、對自我看法；「他如何呈現給我」（世界如何存有）是指周身人事物的樣態、運作方式。「我如何跟他打交道」與「他如何跟我打交道」（人如何與世界之中的他者共同存有於世）是指個人與周身人事物如何互動與彼此影響。一方面，形成個人行動的組成要素、功能性步驟，從而達成個人欲求的目標（行動組織），另一方面，也逐步完成聯合行動、方案與生涯之短中長期目標（行動系統）。

六、解釋與敘事

「解釋」與「敘事」是理解個人與協助其建構生涯方向的重要方式。「解釋」指人們理解自己行為和所處脈絡的過程，不同人對同一行為的理解往往因各自意圖與目標而有不同（Young et al., 2002; Valach & Young, 2004）。在諮商中，可邀請當事人闡述自己對過去已發生事實、未來可能發生事件、問題何以存在等主題的看法，從而理解他對聯合行動中自己與他人行為之內在歷程、社會意義，以及行動者之意圖與目標（Valach & Young, 2004; Young et al., 2002），幫助當事人與心理師了解此行動背後更為豐富的意義。

在生涯諮商對話中，最好讓當事人在做解釋時帶入個人「敘事」，讓人們互動中的交織行為置於空間脈絡與時間框架中，呈現出事件的發展脈絡，而且往往在整體事件的敘事中勾連著帶出常被忽視的聲音和事件細節（Collin, 2006; Young et al., 2002）。而且，說者敘說的並不是單純重現的客觀事實，而是說者主觀地檢選與編織出來的故事（Young et al., 2002; Valach & Young, 2004）。一方面，說者根據自己認為他人需要知道什麼而建構（Young et al., 2002; Valach & Young, 2004），另一方面，歷史、社會、關係和語言也微妙地影響著說者如何建構（Collin, 2006; Young et al., 2002）。透過邀請當事人敘說生涯行動與經驗時，可得知他如何將獨立的、不相關的行為加以連結，形成具有一致性與連貫性的過去生涯故事，從而導引他藉由一連串行動來達成預期功能與目標，在與人聯合行動中完成各種未來生涯發展方案（Young et al., 2002），從建構的過程中重新看見自己生涯的過去方向與未來可



能性。

七、情緒的角色

在CATCC中，除了理性理解當事人在脈絡中的想法與行動，同時也強調關注當事人置身其中的情緒感受並提供同理與支持。Kidd (1998) 在生涯理論、研究和實踐中，提出「情緒不是內在的，是具高度人際關係和脈絡性」的論點。它與認知同樣引導著行動的內在歷程，且與人際與脈絡有關，因情緒有助於激發行動、調節和控制行為、方案與生涯，因此也是敘說方案與生涯的關鍵。Young等人(1997)發現父母和青少年的情緒反應能夠影響對生涯選擇和發展的看法，情緒的表達可以啟發或阻礙生涯的探索，並影響個體對生涯的信心和興趣。因此，助人者在生涯諮商中應重視情緒因素，在當事人解釋與敘說時，宜觀察其情緒線索、情緒流動，並適時反映，協助當事人理解情緒背後潛藏的想法，並幫助他覺察情緒如何引導自己做出各種生涯決定與行動。

八、整體生涯

以CATCC觀點與p-CATCC理解架構來理解當事人的整體生涯，可看見其生涯中的自我、他者、自我與他者所共構的行動角度（外顯行為、內在歷程、社會意義）、行動系統（聯合行動、方案與生涯）、行動組織（組成要素、功能性步驟、目標），呈現出織網般的密切交錯關聯。在理解過程中，可以透過解釋與敘事方法，以情緒作為指引，貼近當事人的感受與觀點，從其中一項功能性步驟為出發點，檢視其行動角度的三個面向，再從行動組織拆解其組成要素

，並歸納出其目標，最後將行動置於脈絡中，以行動系統理解聯合行動所形成之方案與生涯。

如此理解呼應Young等人(2002)所倡議的生涯諮商理論之脈絡屬性：1. 多元性與複雜性；2. 不可分割性；3. 事件或現象的意義，最後透過價值澄清、敘事方法，可讓當事人更了解自己與他人對生涯意義的想法以及有機會重新建構整體生涯，無論從當事人的個人層面、與他人關係層面、他人層面，均有促進改變之可能性。

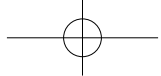
參、應用p-CATCC理解矯正學校離校青年之生涯發展

為了具體說明p-CATCC如何闡明生涯在脈絡中之整體發展樣貌，下文將以曹訓嘉等人(2023)矯正學校青年之訪談資料與發現為例，試分析其中一個參與者小毅，如何在法制世界與野地世界間游移的四個生涯發展階段。

小毅因父母離家工作，從小與祖父母一起生活。國中時期為了逃避課業壓力，開始接觸校外人士與毒品而走上犯罪之路，之後因販毒、參與犯罪組織從事違法行為，兩度進入少觀所。小毅在少觀所期間受到老師鼓勵而決定讀書與考大學，回到校園卻感到學用落差、與同學難融入、受老師威脅而灰心，大三辦理休學，展開新的職業生涯。

一、朝向野地契機：為了關係營生而移動出法制規則世界

此階段的小毅，因父母工作長期不在家，小毅由祖父母帶大，為了符合祖父母期待，盡力扮演好孫子的角色。但升上國中後無法符合祖父母對學業的要求，開始逃離家裡與學校的壓力，轉而



在外交友、賺錢，但因接觸毒品而被學校要求離開。採用p-CATCC理解架構來描述這個轉折即得到圖5與圖6。

根據p-CATCC理解架構的精神，心理師與小毅互動的過程，可讓小毅依時間順序敘說在國中小銜接過程以及離家前後所遭逢的人、事、物與其互動關係，邀請小毅嘗試從自己的角度與他人的角度來解釋與照顧者關係的改變、在學校卻不做學生、被學校體制排除在外、選擇離家離校對小毅的意義、可能的影響等，心理師可在此過程中留意小毅在敘說過程中的情緒流動並幫助小毅覺察這些情緒如何影響自己與遭逢的人、事、物，對其行動、方案與生涯轉折帶來怎樣的變化。

二、在野地中成長：從野地世界開展自我價值、興趣與生涯風格

此階段的小毅，經歷了販毒、進少觀所、保護管束期間遊走在野地與法制兩世界之間，他認為自己是個講義氣的朋友、有賺錢能力的孫子與兒子、被看重的及假裝安分守己的少觀所少年、聽話的幫派小弟，作者採用p-CATCC理解架構來描述這個轉折即得到圖7。

心理師與小毅互動的過程，可讓小毅依時間順序敘說在野地世界與法制規則世界間中所遭逢的人、事、物與其互動關係，透過小毅對自身與他人角度的解釋，看見在此過程中的生涯抉擇如何受到互動關係的影響，如：因義氣而參與工作外的違法行動、第一次進少觀所增強兄弟營生認定，離開少觀所自由後裝正常，私下持續朝朋友圈尋歸屬、在與父親工作營生與朋友關係營生選擇，小毅選擇與朋友的關係營生。其中，心理師可特別邀請小毅敘說自己「何以選擇（內在歷程）」與「如何實現（聯合

行動）」：「在自由後既裝正常給法官看又繼續違法營生」以及「選擇朋友放棄父親之關係與營生」，幫助小毅了解自己的價值選擇、我他交往策略。同樣地，在小毅的敘說過程中，心理師可留意其情緒的流動，透過情緒的線索幫助小毅覺察在此階段仍選擇於野地世界中生活，是如何受到自身與他人互動關連之影響，並用自身的話語闡釋此選擇對其生涯的意義。

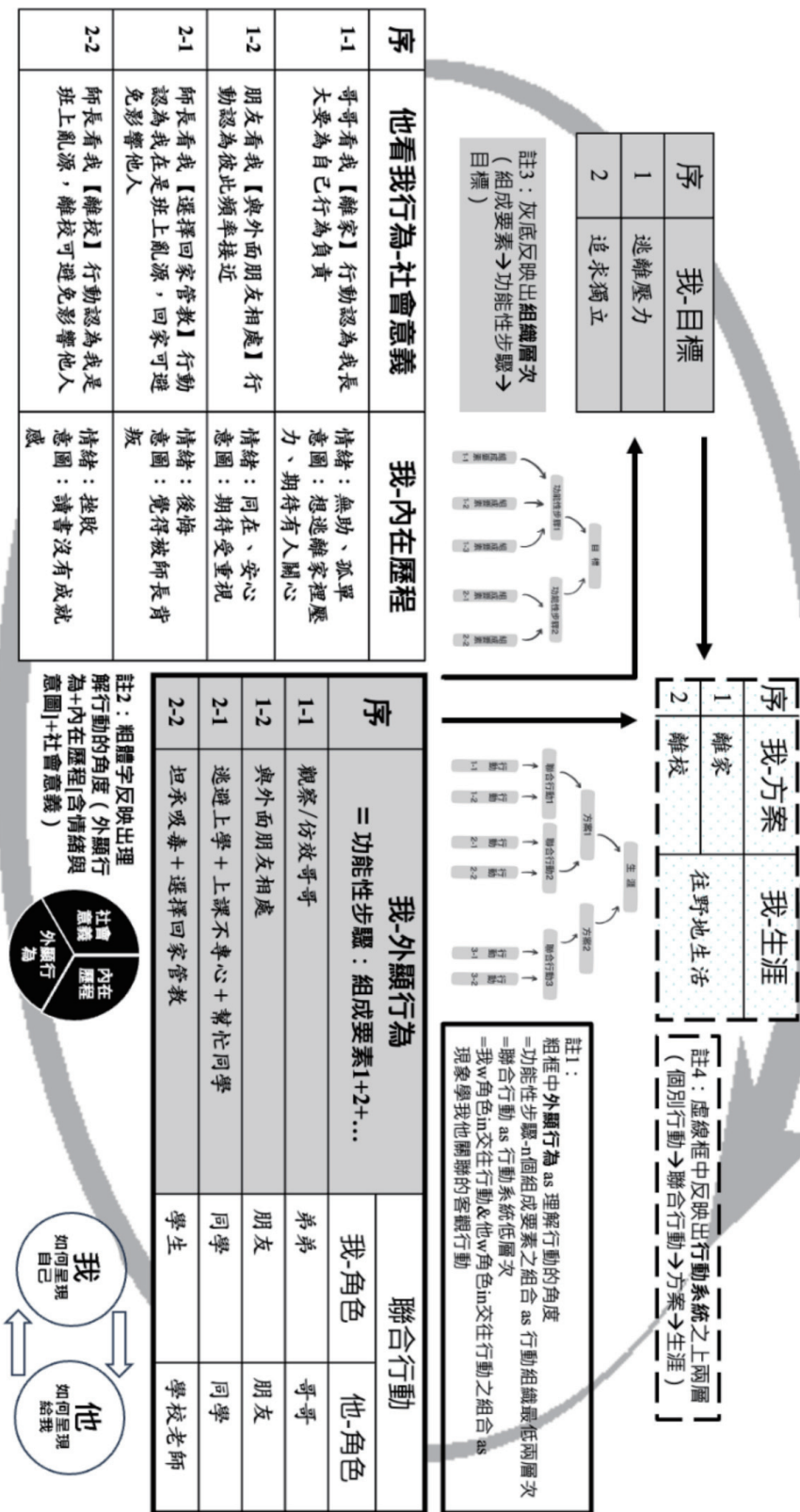
三、轉變：考量身邊關係期待讀書，重新建構法制規則成功經驗

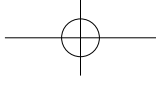
此階段小毅認為自己是個受祖父母關心的孫子、沒有自由的受刑人、能看完一本書的人、容易與人衝突的同學、受到鼓勵的學生、有讀書動力的考生、受鼓勵的男友，作者採用p-CATCC理解架構來描述這個轉折即得到圖8。

在生涯諮商進行過程，心理師與小毅互動的過程，可讓小毅敘說在此轉變階段所扮演的多元角色，與在這些角色所相對應關係之互動與影響，透過小毅對自我與關係之解釋，理解其對身為失去自由的受刑人之覺醒、不再具有人際優勢之省思、對祖父母與女友關心之回應、在矯正學校信任與鼓勵氛圍中朝向升學目標。其中，心理師可特別邀請小毅比較自己之所以前後兩次理解與回應矯正體系的態度與行動截然不同，究竟與哪些個人因素、脈絡因素有關，自己如何在我他互為主體、相互交織中展開不同的生涯發展。在小毅敘說過程中有較明顯的情緒變化時，可停留在當下讓小毅對情緒有更深一層的覺察，了解情緒對轉變行動、考大學方案與未來穩定生活籌劃之影響。



圖5
p-CATCC理解架構：小殺離家轉向野地生活





我-生涯經驗=階段性經驗1+階段性經驗2+.....階段性經驗n

我-階段性經驗1=方案1（離家）+方案2（離校）
 經驗命名：往野地生活
 整體目標：追求獨立的生活

我-方案1		我-方案2	
我 如何理解 自己	他 如何理解 我	我 如何理解 自己	他 如何理解 我
社會歷程 內在外顯 行為		社會歷程 內在外顯 行為	
外顯行為1-1 -功能性步驟-n個組成要素：觀察/仿效哥哥離家 -我w角色+交往：弟弟+效法哥哥離家 -他w角色+交往：哥哥+示範離家獨立		外顯行為2-1 -功能性步驟-n個組成要素：逃避上學+上課不專心+幫忙同學 -我w角色+交往：同學+幫忙同學 -他w角色+交往：同學+認可當事人的義氣	
內在我-情緒：無助、孤單 內在我-意圖：想逃離家裡壓力、期待有人關心 他看我行為-社會意義：哥哥看我自己行為負責		內在我-情緒：挫敗 內在我-意圖：讀書沒有成就感 他看我行為-社會意義：同學看我【幫忙同學】行動認為我像大俠一樣酷	
外顯行為1-2 -功能性步驟-n個組成要素：與外面朋友相處 -我w角色+交往：朋友+情感相挺 -他w角色+交往：朋友+給予支持		外顯行為2-2 -功能性步驟-n個組成要素：坦承吸毒+選擇回家管教 -我w角色+交往：學生+相信師長 -他w角色+交往：師長+威脅通報吸毒或回家管教	
內在我-情緒：同在、安心 內在我-意圖：期待受重視 他看我行為-社會意義：朋友看我【與外面朋友相處】行動認為彼此頻率接近		內在我-情緒：後悔 內在我-意圖：覺得被師長背叛 他看我行為-社會意義：師長看我是【選擇回家管教】行動認為我在是班上亂派，回家可避免影響他人	

註1：外顯行為（理解行動的角度之一）=功能性步驟-n個組成要素之組合（行動組織的最低1、2層次）=我w角色+交往之組合（行動系統的聯合行動）；現象學我他關係的客觀行動）

註2：粗體字反映出理解行動的角度（外顯行為+內在歷程（含情緒與意圖）+社會意義）

註3：灰底反映出行動系統（個別行動→聯合行動→方案→生涯）

圖6

p-CATCC理解架構：小毅離家轉向野地生活

圖7

p-CATCC理解架構：小毅在野地中成長

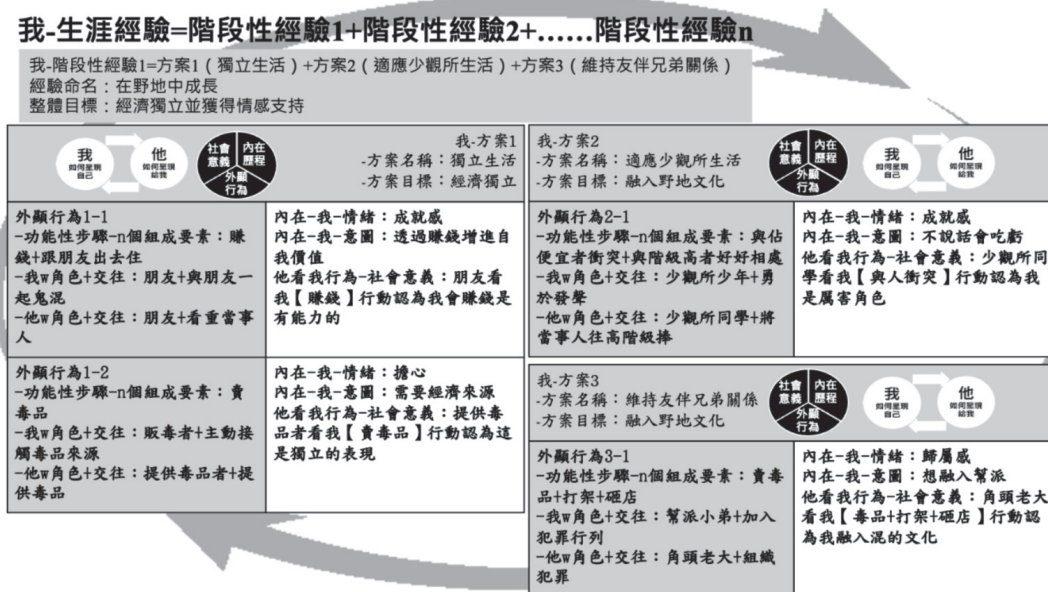
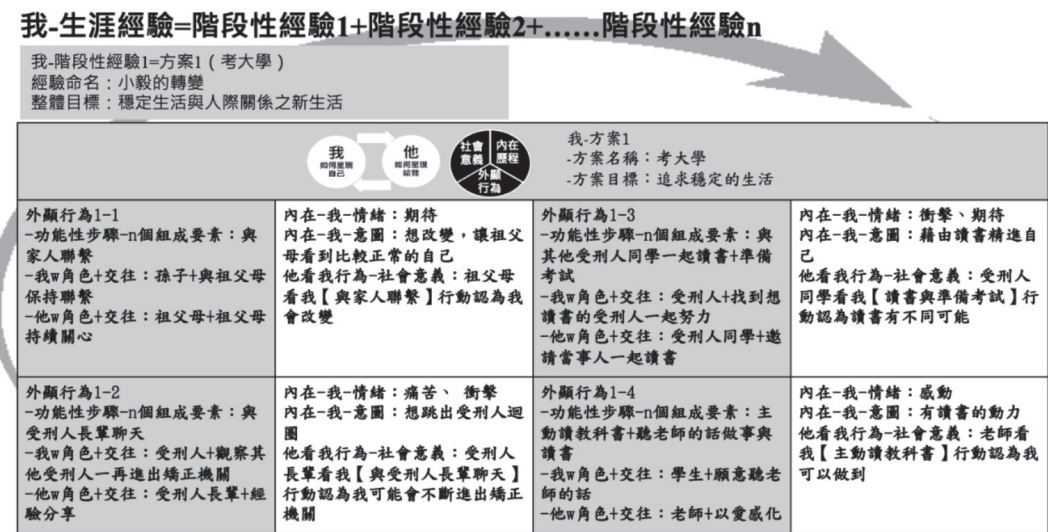


圖8

p-CATCC理解架構：小毅的轉變



四、整合與發現：落差中整合不同生活世界經驗，發展獨有生涯籌劃

此階段，小毅認為自己是個比大學同學成熟、學習期待有落差的學生、受到祖父母關心的孫子、與父母關係有改

善的兒子、有成就感的員工、自律的人，作者採用p-CATCC理解架構來描述這個轉折即得到圖9。

在此階段，心理師與可讓小毅敘說在大學生活所遭逢的人、事、物與其互動關係，包括他對各種挑戰的內外在多

圖9

p-CATCC理解架構：小毅的整合與發現



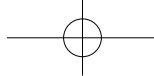
元理解和因應策略：大學生活落差、與父母關係的轉變、自信與自律的養成等。心理師可依循小毅的情緒線索，進一步鼓勵小毅覺察潛藏於情緒中對自身與他人想法，對休學行動的影響，以及如何朝向自己想要的未來開展。

五、賞析：與傳統生涯理解相比較

Young與Mundy (2023) 指出，儘管CATCC非全新的概念，但它為生涯理論提供了一個重要的替代方案：傳統的生涯發展理論從個體差異 (Holland, 1985)、發展 (Super, 1957) 和社會認知 (Lent & Brown, 2019) 等角度關注個人生涯，在兼顧這些方法的同時，CATCC更強調在生涯過程的社會性、關係性、建構主義和系統性方法。

以小毅為例，傳統的生涯理解會從小毅的人格類型與環境的適配性 (Holland, 1985) 進行分析，提出小毅適合發展的生涯方向；但若加入CATCC觀

點與p-CATCC理解架構，則會更敏察小毅如何受到互動關係中他人觀點影響、如何在不同階段選擇往野地、法制生活世界、灰色地帶發展而非留在所謂的「正常」環境中。傳統的生涯理解也可以從發展論 (Super, 1957) 分析小毅的生涯發展階段及如何協助其達成發展任務；若加入CATCC觀點與p-CATCC理解架構，更能循著小毅獨有的生涯脈絡，理解其每一次生涯轉折之複雜個人與脈絡因素，其前進 (如考大學) 或退後 (如休學) 都具有其行動意義，小毅如何聯合他人的共同行動來發掘與實現新的生涯方向。傳統的生涯理解嘗試改變個人內在認知、自我效能，以影響其生涯目標 (Lent & Brown, 2019)；加入CATCC觀點與p-CATCC理解架構後，則可看見某些學校對違規學生的標籤化，讓小毅自我效能低落，這類學校甚至在小毅的離校過程發揮關鍵推力，而矯正學校的正向人際互動，如何讓小毅受到接納與鼓舞，對生涯產生新的認知與期待。



以CATCC視角理解小毅的生涯，除了可以兼顧傳統生涯理論之分析與個人協助策略，更能因為改善小毅與他人之互動關係，以及適時減少其重要他人、家庭、學校制度與生活環境等之負向影響，使小毅的生涯發展有不同的樣貌。

肆、p-CATCC與CATCC對實務運作之啟發與貢獻

CATCC三個屬性：脈絡、多樣性、交織功能，同時關注生涯本身的意義、生涯實踐的知識生成，及人們所採取的行動，有相當大的適用範圍（Young et al., 2002）。進一步以p-CATCC理解架構來理解當事人的整體生涯，可看見其生涯中自我與他者所共構的行動角度、行動系統、行動組織，呈現出生涯在脈絡中之整體發展樣貌。以下就p-CATCC與CATCC對於生涯諮商實務運作的啟發與貢獻進行說明：

一、在脈絡中理解生涯樣貌

（一）從文化脈絡理解生涯

生涯與文化息息相關，生涯中的計畫、意圖、目標和行動具有時間、空間之特殊性，在提供生涯服務時，因面臨種族的多樣性，生涯的多元文化觀點益顯重要（Young et al., 2002; Young et al., 2007）。傳統生涯觀點強調自力更生、自我掌控，容易關注個人的責任，較少考慮環境與文化的影響（Young et al., 2021），而CATCC重視文化特殊性，可以進行跨文化的解釋，如行動細節與特定時間、地點有關，增進個人覺察生涯如何受到文化、社會與制度的影響，進而改變受壓迫處境（Young et al., 2007），也可以避免在傳統科學研究中，要進

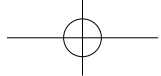
行因果關係的普遍性推論證明所衍生的挑戰（Young et al., 2002）。在小毅的生涯發展過程中，文化、社會與制度的影響無所不在，例如：以學業成就為主的校園文化，可能造成小毅的價值感低落，選擇在面臨學業壓力與挫折時另覓生活空間；另一方面，也讓小毅犯罪後想維持學生身份，以向法官證明自己是主流觀點中的「好學生」來換取自由；而回歸大學生活中的小毅，看似符合了社會重視學習的價值，卻面臨校園中可能存在的學用落差而再度適應不良。當心理師以p-CATCC與CATCC架構理解小毅所謂的偏差行為，更能敏感其所處社會文化的影響（如：過度重視學業成就等單一價值），一方面協助小毅肯定自我價值，亦能促進系統合作，促進小毅多元發展的可能。

（二）從性別脈絡理解生涯

生涯是一種性別建構，性別與生涯的結構、功能、社會意義密不可分（Young et al., 2021）。CATCC將性別視為脈絡因素之一，能理解個人的性別建構從何而來，其如何影響生涯行動。小毅身為男性，男性在社會中常被期待是獨立、有出息的，正如小毅祖父母對他的期待，讓小毅想以「賺錢」來證明自己，不惜鋌而走險；少觀所肉弱強食的階級文化，形塑了小毅陽剛、衝動與勇敢表達的個性。心理師在p-CATCC與CATCC架構下，除了意識到小毅所處生活環境如何建構其性別角色，理解小毅生涯如何受到性別建構的影響，更能進一步協助小毅覺察在生涯發展過程中為了符合社會與他人所期待的男性角色，可能朝向或限制了某些生涯選擇。

（三）從世代脈絡理解生涯

不同世代對於生涯的定義可能有所差異，Young和Valach（2000；引自



Young et al., 2002) 對生涯重新概念化，使CATCC可運用於解釋新興職業與傳統職業之工作形式，從由組織、企業、機構對生涯的官方定義，轉變為由社會、人際連結所形塑的生涯定義。p-CATCC與CATCC將個人與其關係互動置於世代變化中進行理解，其不同的社會意義對個人生涯行動的影響將具體展現。在小毅所成長的世代，與祖父母、父母、師長、法官等成長的世代，對生涯的看法可能有所不同，心理師與小毅可從重要他人的期待中，釐清因世代差異對生涯定義的變化（如：長輩與小毅認為一份好的工作的定義有何不同），讓小毅理解生涯在其成長的全球化、網路化等變遷下，相較於過去傳統產業時代，可能有更多元的選擇。

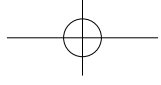
（四）從家庭脈絡理解生涯

家庭屬於脈絡的一部分，對生涯扮演了舉足輕重的角色。Collin (2006) 從生涯理論與系統的觀點，提出以家庭為核心的「家庭友善生涯」(the family-friendly career) 概念，說明了文化規範、工作場所的育兒政策、當地交通等輸入，壓力或孩子的逃學等因素於家庭系統中的相互影響。而父母與其他系統（如：學校、雇主、祖父母）之交互作用產生了複雜的整體，即CATCC之交織與關連的概念。Young等人(2001)也曾以CATCC之架構理解促進家庭生涯發展的向度，如：共同目標、溝通、達成目標步驟的一致性，發現家庭成員間的關係、認同、養育、文化因素，影響了家庭生涯能否順利發展。Young等人(2008)探討青少年在邁向成年的轉換歷程中，特別關注家庭關係、權力移轉與生涯發展之間的動態互動。在小毅生涯發展過程中，可看見他與家人形成的聯合行動（如：父母疏於關心與小毅的疏遠、

祖父母的關心與小毅的牽掛），心理師可讓小毅看見他們如何彼此交織、互為影響，哪些成為生涯發展的助力與阻力，以及小毅與家人如何互動、溝通，以朝向共同的生涯目標。

二、將生涯諮商脈絡化之實務方法

p-CATCC與CATCC架構運用解釋與敘事方法，將生涯諮商脈絡化。在生涯諮商過程中，心理師可運用以下方式進行解釋：1. 對當事人及其生涯之概念化與建構；2. 幫助當事人了解他們如何建構生涯；3. 支持當事人運用自身的建構；4. 在不捨棄自身建構的前提下，拓展其他更科學或具療效的建構方式（Young et al., 2002）。例如心理師在理解小毅生涯發展的過程中，可以讓小毅闡述當他與他人產生互動行為（如：與師長辯論）時之內在歷程（如：小毅期待真正理解知識），以及此行為所彰顯的社會意義（如：小毅認為大學老師角色不是只教考試）。而敘事則能協助當事人重新建構過去與未來，產生不同行動，對於行動的建構相當重要（Young et al., 2002）。在生涯諮商中使用敘事時，心理師和當事人可以尋找多個主題、目標或意圖，有助於創造織毯般的脈絡化模式，特別可以留意那些非宏大敘事所關注的獨特生活故事與脈絡細節，當當事人敘述著失功能的問題故事，心理師應將其解釋為當事人的生活敘述，以及在諮商過程中如何發揮功能，並關注當事人與其他人在相關事件中的對話，如此將能建立心理師與當事人間的聯合行動，成為生涯長期目標的方案之一（Young et al., 2002）。例如心理師可以邀請小毅敘說自己「何以選擇」與「如何實現」，幫助他了解自己的價值選擇（如：賺錢



是「為自己活」，而不是為了證明什麼）、其他交往策略（如：投入工作世界，在關係中營生），以及他如何看待自己從過去到現在的生涯過程（如：整合過去野地生活經驗與矯正經驗，產生新的理解）、對未來的想望（如：更清楚營生與家庭定位，發展出自我價值），讓小毅與心理師共同看見其生涯行動背後的意義，進而擬定未來的生涯目標。

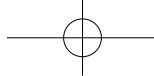
p-CATCC與CATCC架構強調，除了理性理解當事人在脈絡中的想法與行動，同時也關注當事人置身其中的情緒感受並提供同理與支持，因此心理師可在此過程中邀請當事人關注自己的情緒流動線索，助其覺察這些情緒如何影響自己與遭逢的人、事、物，對其行動、方案與生涯轉折帶來怎樣的變化，並協助其用自身話語闡釋此選擇對其生涯的意義。例如小毅談到在少觀所讀書的衝擊時，心理師可邀請其分享讀書帶來的新鮮感、成就感，如何引發他想繼續升學的動力。透過上述之實務方法，當事人就可運用p-CATCC來理解自己何以展開特定生涯行動，以及自身生涯發展如何與所處脈絡息息相關，成為既能發揮主體性又有脈絡契合度的生涯人。

伍、結論

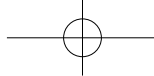
本文所介紹之CATCC，從早期運用於職業、生涯之理解與行動中，到拓展至心理諮商、親子互動、自我傷害等議題，在國外已有相當豐富之研究，而國內目前較缺乏運用CATCC於生涯或相關議題之研究。作者期待藉由理論介紹、實例之說明拋磚引玉，提供對CATCC有進一步的認識，並透過研究豐富此理論於本土之實踐與發現。

參考文獻

- 教育部（無日期）。重編國語辭典修訂本。<https://dict.revised.moe.edu.tw/>
- 張春興（2007）。張氏心理學辭典。東華。
- 曹訓嘉、許育光、劉淑慧（2023）。覓情與營生交融開展：矯正學校離校青年再求學生涯發展之現象學探究。中華輔導與諮商學報，66，41-80。<https://doi.org/10.53106/172851862023010066002>
- 劉淑慧（2023）。生涯理論導讀—連結力：生涯與諮商之脈絡主義行動理論、生涯家族圖：以矯正學校離校青年之生涯發展歷程為例。未出版。
- 劉淑慧、夏允中、王智弘、孫頌賢（2019）。自我及其在生活世界中的運作：從存在現象學處境結構觀之。中華輔導與諮商學報，55，1-26。<https://doi.org/10.3966/172851862019050055001>
- Bimrose, J., Mulvey, R., & Brown, A. (2016). Low qualified and low skilled: The need for context sensitive careers support. *British Journal of Guidance & Counselling*, 44(2), 142-157. <http://dx.doi.org/10.1080/03069885.2016.1145190>
- Brown, D. (2002). The role of work and cultural values in occupational choice, satisfaction and success: A theoretical statement. *Journal of Counseling and Development*, 80(1), 48-56. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2002.tb00165.x>
- Cochran, L. (1997). *Career counseling: A narrative approach*. Sage Publications, Inc.
- Collin, A. (2006). Conceptualising the family-friendly career: The contribution of



- career theories and a systems approach. *British Journal of Guidance & Counselling*, 34(3), 295-307. <https://doi.org/10.1080/03069880600769225>
- Fouad, N. A., & Byars-Winston, A. M. (2005). Cultural context of career choice: Meta-analysis of race/ethnicity differences. *The Career Development Quarterly*, 53, 223-231. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2005.tb00992.x>
- Holland, J. L. (1985). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments* (2nd ed.). Prentice-Hall.
- Hooley, T., & Godden, L. (2022). Theorising career guidance policymaking: watching the sausage get made. *British Journal of Guidance & Counselling*, 50(1), 141-156. <https://doi.org/10.1080/03069885.2021.1948503>
- Kidd, J. (1998). Emotion: An absent presence in career theory. *Journal of Vocational Behavior*, 52, 275-288. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1997.1629>
- Lent, R. W., & Brown, S. D. (2019). Social cognitive career theory at 25: Empirical status of the interest, choice, and performance models. *Journal of Vocational Behavior*, 115, Article 103316. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2019.06.004>
- McMahon, M., & Patton, W. (2018). Systemic thinking in career development theory: Contributions of the Systems Theory Framework. *British Journal of Guidance & Counselling*, 46(2), 229-240. <https://doi.org/10.1080/03069885.2018.1428941>
- Richardson, M. S. (2001). New perspectives for counseling psychologists. *The Counseling Psychologist*, 29, 271-278. <https://doi.org/10.1177/0011000001292006>
- Super, D. E. (1957). *The psychology of careers*. Harper.
- Valach, L., & Young, R. A. (2004). Some cornerstones in the development of a contextual action theory of career and counselling. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 4, 61-81. <https://doi.org/10.1023/B:IJVO.0000021138.12299.cf>
- Valach, L., & Young, R. A. (2017). Action: A bridge between vocational and mental health counselling. *British Journal of Guidance & Counselling*, 45(5), 519-531. <https://doi.org/10.1080/03069885.2017.1370628>
- Young, R. A., & Domene, J. F. (2012). Creating a research agenda in career counselling: The place of action theory. *British Journal of Guidance & Counselling*, 40(1), 15-30. <http://dx.doi.org/10.1080/03069885.2011.620603>
- Young, R. A., Domene, J. F., Botia, L. A., Chiang, M. M. J., Gendron, M. R., & Pradhan, K. (2021). Revitalising decent work through inclusion: Toward relational understanding and action. *British Journal of Guidance & Counselling*, 49(2), 166-176. <https://doi.org/10.1080/03069885.2020.1857334>
- Young, R. A., Lynam, M. A., Valach, L., Novak, H., Brierton, I., & Christopher, A. (2001). Joint actions of parents and adolescents in health conversations. *Qualitative Health Research*, 11, 40-57. <https://doi.org/10.1177/104973201129118920>
- Young, R. A., Marshall, S. K., Domene, J. F., Graham, M., Logan, C., Zaidman-Zait, A., Mart, A., & Lee, C. M. (2008).



- Transition to adulthood as a parent-youth project: Governance transfer, career promotion, and relational processes. *Journal of Counseling Psychology, 55*(3), 297-307. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.55.3.297>
- Young, R. A., Marshall, S. K., & Valach, L. (2007). Making career theories more culturally sensitive: Implications for counseling. *The Career Development Quarterly, 56*(1), 4-18. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2007.tb00016.x>
- Young, R. A., & Mundy, A. K. S. (2023). Action and the active life: The contribution of contextual action theory to current career development challenges. *Australian Journal of Career Development, 32*(2) 85-93. <https://doi.org/10.1177/10384162231172514>
- Young, R. A., Paseluikho, M. A., & Valach, L. (1997). The role of emotion in the construction of career in parent-adolescent conversations. *Journal of Counseling & Development, 76*(1), 36-44. <https://doi.org/10.1002/j.1556-676.1997.tb02374.x>
- Young, R. A., Valach, L., Ball, J., Paseluikho, M. A., Wong, Y. S., DeVries, R. J., McLean, H., & Turkel, H. (2001). Career development in adolescence as a family project. *Journal of Counseling Psychology, 48*(2), 190-202. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.48.2.190>
- Young, R. A., Valach, L., Collin, A. (2002). A contextual explanation of career. In D. Brown, et al. (Eds.), *Career choice and development* (4th ed, pp. 206-250). Jossey-Bass.
- Young, R. A., Valach, L., & Domene, J. F. (2005). The action-project method in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology, 52*(2), 215-223. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.2.215>
- Young, R. A., Valach, L., Paseluikho, M. A., Dover, C., Matthes, G. E, Paproski, D. L., & Sankey, A. M. (1997). The joint action of parents and adolescents in conversation about career. *The Career Development Quarterly, 46*(1), 72-86. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.1997.tb00693.x>
- 投稿日期：113年04月14日
第一次修改：114年02月11日
第一次修改：114年05月13日
通過日期：114年06月04日

