

國立臺灣師範大學教育心理學系
教育心理學報，民90，32卷，2期，71—102頁

短期諮商的效能因素與工作同盟之研究

張 娟 鳳

高雄醫學大學心理學系

本研究旨在探討人際困難案主接受短期諮商的人際內涵與結果，諮商「效能因素」與「工作同盟」的階段分析。研究針對九位案主，進行十至十二次的個別諮商與三至四次的事後訪談，期間並實施「貝爾客體關係量表」、「柯氏性格量表」、「諮商工作同盟量表」與「諮商感受量表」等四種問卷。事後訪談以「人際過程回憶法」搜集「效能因素」資料，以深度訪談搜集「工作同盟」資料，訪談內容全部謄成逐字稿，以作為質化分析的材料。研究結果發現：(一)短期諮商的效果呈現個別差異，但工作同盟未達明顯改變。(二)效能因素的整合與階段分析結果，顯示諮商員的風格偏向問題解決，但體驗的特色較不明顯；而「給建議」為本研究發現的文化特徵。(三)工作同盟的整合與階段分析結果，顯示「工作層面」較「情感層面」困難，「情感層面」呈遞增現象，但「工作層面」則呈忽高忽低現象，至於「工作策略的一致性」在第一階段為排序最高項目，在第四階段卻為排序最低項目。(四)案主與諮商員建立工作同盟的類型呈現個別差異。最後，研究者對於大專輔導工作應用短期諮商的提醒，諮商實務的應用，諮商倫理的考量，「發現式導向」的學術價值，以及未來進一步的研究，提出若干建議。

關鍵詞：人際困難、短期諮商、效能因素、工作同盟、人際過程回憶法

關於教育、輔導、諮商、心理治療的意義，吳武典、王文秀、李湘屏、周美伶、陳金定、陳明終、陳德華、溫怡梅、游慧卿、楊文貴、楊世瑞、鄭玄藏（民82）認為：四者目的皆在助人成長或解決問題，其功能與性質頗有重疊，但在範圍（服務對象）與程度上有所差別。研究者演繹其意：輔導偏向教育，屬於第一線心理衛生工作，由導師擔任；諮商偏向心理治療，屬於第二線心理衛生工作，由輔導老師擔任。

至於「個別諮商」的專業倫理方面；劉焜輝（民87）提到：心理輔導工作屬於專業領域，其一要重視專業倫理；專業工作被要求接受嚴格的訓練，確保服務品質，嚴守專業倫理規範。其二要尊重基本人權；諮商工作是助人的工作，尊重個人的價值與尊嚴，重視基本人權的保持與維護，此乃諮商工作者的基本信念。

而目前大專院校輔導中心的「個別諮商」工作現況如何呢？以「師大學生輔導中心評估方案」為例（陳秉華、廖鳳池，民81），發現的現象有：(1)個案絕大多數為極短期個案，來談次數一至二次就結束。(2)結束的個案有將近六成表示困擾有減輕，半數案主表示問題已解決或可以自己處理，將近五成的案主表示會談後情緒調整，自我瞭解增加，衝突矛盾減少，較知道該怎麼做。(3)訪談輔導員，發

現其對案主進步的觀察可印證案主所表示得到的收穫，然而只談一、兩次就結束，無法連續的現象感覺不滿意，認為諮商過程未進行完整。但若會談次數增加，輔導員會感覺無法掌握問題的主要方向，沒有把握要如何繼續下去。

國外研究也有類似的現象，如：Phillips與Fagan（1982）針對某大學輔導中心八年來二千九百二十二位個案記錄調查，發現百分之四十九的個案只談一次就中斷。

上述國內外研究結果反映出：學校輔導中心的個案多為極短期、中斷的模式。因此，輔導老師確實有必要瞭解「短期諮商」（short-term counseling, brief counseling, time-limited counseling）的特徵與效果。

短期諮商是為因應諮商與心理治療趨向普及化與大量需求而產生。許多研究者著眼於長期諮商（不限次數）與短期諮商（限制次數）效果的比較；多數研究結果支持「短期諮商可產生正確的療效，而且特別適用於大學生。」（Budman & Gurman, 1988; Burlingame & Berhman, 1987; Cummings, 1977; Gustafson, 1986; Johnson & Gelso, 1980; Keilson, Dworkin, & Gelso, 1979; Koss, 1979; Malan, 1976; Mann, 1973, 1984; May, 1988; Muench, 1965; Munro & Bach, 1975; Sifneos, 1987; Strupp & Binder, 1984; Wells, 1982）。於是，短期諮商的模式流行於大學輔導中心、社區心理衛生中心與醫院臨床工作。

學校輔導工作基於「學期制」，長期的個案輔導，可能需在期末暫時結案，也適合「短期諮商」的模式。而且，大學生的特質頗適合「短期諮商」，如：有高的改變意願與改變彈性，聰明、領悟力高，思考複雜度與內省能力都強，自我功能不錯，一般適應力良好，並且有與人建立關係的能力（陳秉華，民82）。為突顯研究主題，研究者嘗試將「動力取向短期諮商」的要素應用於案主人際問題的處理。

研究者認為：時下學校輔導工作的模式即是「短期諮商」，祇是未與學生在會談初期明白地討論諮商的次數與目標，因此容易造成二種流弊：(1)會談缺乏目標導向，不緊湊、不對焦，可能會變成「漫談」。(2)案主對「結束」未有心理準備，可能會產生「分離焦慮」或「中斷來談」。

而且，近年來，有關諮商與心理治療的研究偏向以短期為對象，其可能的因素有：(1)長期諮商與短期諮商有許多變項是共通的；(2)短期諮商的外在變項容易控制；(3)短期諮商容易安排與控制；(4)容易獲得健全與完整的諮商結果與過程的資料（Koss & Shiang, 1994）。

綜上所述，本研究的第一個動機是想評估大專院校執行「短期諮商」的實徵效果。由研究者擔任諮商員，與九位人際困難案主進行十至十二次短期諮商，並介入三至四次的事後訪談，蒐集案主對諮商的過程與結果的意見。

本研究第二個動機是想瞭解案主知覺到諮商的「效能因素」為何？「效能因素」亦稱為「治療因素」（therapeutic factors）或「協助因素」（helpful factors），指諮商與心理治療過程產生有效或治療的要素。Lambert與Bergin（1994）將效能因素分成「共同因素」（common factors）與「特殊因素」（specific factors）二部份討論。他們整理多篇研究結果獲知：各諮商學派共有的「共同因素」為支持因素、學習因素與行動因素三大類。而「特殊因素」係經由諮商員特殊的介入策略所造成的結果，Orlinsky, Grawe與Parks（1994）將之整理成：問題的呈現、專家的瞭解、諮商員的處理及案主的合作。

有關「效能因素」的研究方法是介入諮商各階段進行事後訪談搜集資料，並轉換成逐字稿進行質化內容分析，包括：架構、整合分析、階段分析、案主分析之出現頻率、排序與事例歸納等。至於歸類架構採Greenberg, Elliot與Lietaer（1994）所發展的「體驗諮商效能因素的主題分析」，其內涵包括：諮商員營造的正向關係，案主在諮商中的工作，諮商員使用諮商技術催化案主的工作，案主的改變或影響，諮商員使用非催化的諮商技術，案主在諮商過程引發相關的情緒等。研究結果希望得知：

本土案主所知覺之「效能因素」是否具有文化特徵？

此外，本研究的第三個動機是想瞭解「工作同盟」的內涵及發展階段。「工作同盟」的概念起源於心理動力學派早期的文獻，後來普遍為各種諮商學派所接受而成為諮商關係的重要因素。其名稱相當分歧，有「治療同盟」(therapeutic alliance)、「工作同盟」(working alliance)和「協助同盟」(helping alliance)等。其涵義是指諮商與心裡治療過程，案主與諮商員之間發展出情緒聯結(emotional bond)和相互投入(reciprocal involvement)的情形(Frieswyk, S. H., Allen, J. G., Colson, D. B., Coyne, L., Gabbard, G. O., Horwitz, L., & Newsom, G. E., 1986)。

Bordin (1979, 1980, 1989) 是研究「工作同盟」的先驅者，他所提出的「工作同盟模式」(a working model of the alliance) 受到相當多人的支持。本研究亦參考此派理論為研究架構，即：案主如果經驗到與諮商員正向的工作同盟，較可能產生成功的結果。初期工作同盟，通常指前三次諮商，會影響到中、後期的工作同盟，而第一次諮商的工作同盟若是負向，可能導致案主中斷來談。此外，諮商員的背景(如：專業技術、人際特質)與案主諮商前的個人內因素、人際間因素，也會影響雙方在諮商初期的工作同盟。

近年來，研究「同盟」最具有代表性的尚有：(1)Luborsky (1976) 和其同僚研究的「協助同盟」(helping alliance)。他們將同盟分成兩類：第一類型同盟(Type I Alliance) — 指案主感受到諮商員的溫暖、關懷與協助，而且相信諮商員或諮商能克服他們的問題。第二類型同盟(Type II alliance) — 指案主投入於合作的過程，且感受到與諮商員同等重要地分享責任的感覺。(2)Gaston (1990) 的多重向度「同盟」。這些向度包括：治療同盟、工作同盟、諮商員同理與了解的能力及諮商目標與工作的一致性。

基於上述文獻之描述，本研究之研究目的與研究問題如下：

(一)研究目的

1. 探討人際困難案主接受短期諮商的人際內涵與效果。
2. 探討人際困難案主接受短期諮商之效能因素的階段分析。
3. 探討人際困難案主接受短期諮商之工作同盟的階段分析。
4. 探討人際困難案主與諮商員建立工作同盟的類型。

(二)研究問題

1. 案主接受短期諮商的人際內涵與效果如何？
2. 諮商的效能因素有哪些？是否具有本土特徵？
3. 效能因素的階段發展為何？
4. 工作同盟之「情感層面」與「工作層面」的階段發展為何？
5. 案主與諮商員建立工作同盟的類型為何？

以下就本文相關文獻回顧如下：

一、短期諮商的發展

「短期諮商」之名稱是相對於傳統的沒有時間期限、長期的諮商而言的，也就是在有限的、短的會談次數內就結束或完成諮商的活動。在諮商與心理治療領域中，短期諮商並不是個新東西，直到二十世紀初，Freud (1966) 進行的心理治療也是在幾個月內完成的；後來精神分析為解決潛意識衝突的抗拒，逐漸加長時間，每週的會談次數也增加，於是形成長期的心理治療。

由長期諮商轉換為短期諮商，有其社會背景及專業需求的因素；一方面因為案主需求量增加，有限的諮商工作者需要對更多的案主提供服務，勢必就要縮短諮商時間；另一方面涉及保險公司只願意提供顧客有限的諮商費用。另外，社會變遷快導致許多人要求快速，在短時間內就要看到成效，沒有

耐心等，不願花長時間接受諮商等因素，使得短期諮商就流行起來了。

短期諮商有何特徵呢？據 Koss 與 Shiang (1994) 的描述，有下列三項：(1) 諮商的目標基於能夠使案主完成某些生活型態的改變 (life span changes)。如：盡快的消除症狀，重建先前的情緒失衡，使其了解現狀的阻礙，增加未來的適應能力；(2) 限制時間完成目標 (limited time)。短期諮商大多必須在一定的時間內達成某種程度的諮商目標，但是次數尚無固定的標準，通常以 25 次為短期諮商的上限；(3) 發展出工作同盟 (development of a working alliance)。尤其在心理動力取向的短期諮商中，正向移情作用是成功重要的因素。Satir 學派系統短期治療 (Satir's systemic brief therapy)，提到八項基本原則：(1) 保持一個清楚而具體的焦點；(2) 有意識地並謹慎地運用時間；(3) 設定目標；(4) 在當下的應對上工作；(5) 在治療處遇時，同時運用快速初步評估及整合評估；(6) 案主—治療師之間互動活躍；(7) 為案主情緒的表達與經驗，創造一個安全的環境；(8) 有彈性地運用不同的治療處遇技巧 (Banmen, 1999)。

因此，短期諮商在技術方面強調下列特性：(1) 對案主的選擇 (selection and exclusion criteria)。選擇的標準則包括案主行為的問題必須是在急性的初期也就是有迫切需要處理的症狀，必須有良好的心理或社會功能，良好的現實感，高動機等條件；(2) 儘早、儘快完成衡鑑工作 (rapid and early assessment in the initial interviews)。基於時間的限制，短期諮商更需藉由衡鑑工具來探查問題的所在及資訊的焦點以及了解案主的強處、弱點、人格型態、對諮商的期望及適合的諮商；(3) 諮商員的行動 (therapist actions)。使諮商產生改變的最有效的技巧行為包括：焦點的維持，找出問題的重點並持續注意，主動介入的諮商，針對問題主動提供協助。諮商員應敏銳地察覺何時介入、如何介入及對諮商結束的定位。

總之，短期諮商不論採取的理論架構為何，均有下列的基本原則：

(一) 期間：晤談次數可能會集中在數星期之間完成，也可能分配在好幾個月之中。有些案主談四十至五十次，仍然算是短期諮商。時間限制通常在事先就與案主設定好。

(二) 挑選個案：所有急性、慢性的困擾都可適用，甚至有嚴重精神病症的案主也可列為對象。有些只做動力短期諮商的諮商師深信對案主的挑選是絕對不可或缺的。

(三) 目標：再建構方面的改變對適當的案主來說，不但是必要的，而且也是可達到的目標，尤其若使用動力取向的諮商時，案主和諮商師雙方都有適當的動機和共同一致的目標，更易成功。

(四) 諮商員的主動性：相當高程度的主動性通常較理想。

(五) 諮商焦點：案主與諮商員雙方能協議出一個限定的焦點是很重要的。如果一個核心衝突可被界定，而案主也並不會過度防衛地去逃避它，就可考慮以此作為動力取向的諮商焦點。具有重要意義的則為一些移情現象，在某些系統中，這些現象具有相當大的重要性。

(六) 技術：所有折衷派的支持性、教育性、再建構性技術都可被運用。在從事動力取向諮商時，則包含了傳統移情分析的技術、抗拒的解析、夢和幻想的探索、和與移情有關係的遺傳決定因素。

二、諮商效能因素的研究

Lambert 與 Bergin (1994) 在「心理治療的有效性」(The Effectiveness of Psychotherapy) 一文中，將效能因素分成「共同因素」(common factors) 與「特殊因素」(specific factors) 二部份，茲討論如下：

(一) 共同因素：

此因素指非經由特殊的諮商技術所造成，而是由處遇設置 (treatment setting) 自然產生的效果，如：諮商員、案主、諮商三方面因素；這種因素在案主的進步上扮演重要的角色 (Butler & Strupp, 1986; Critelli & Neuman, 1984; Omer, 1989; Parloff, 1986)。其中以來自諮商員的影響特別多，譬如：諮

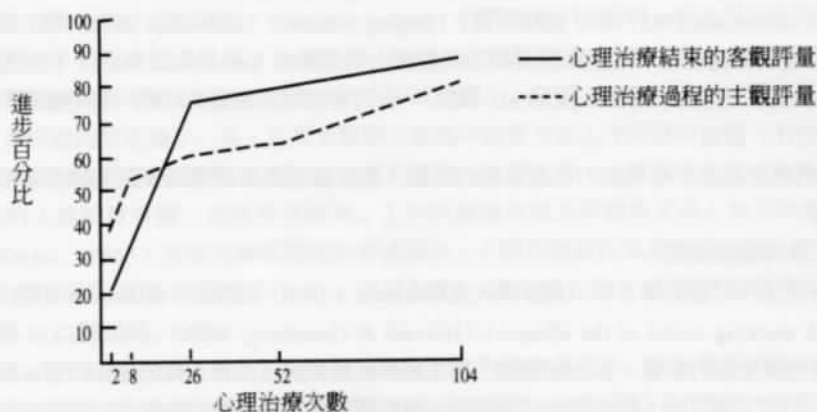
商員期待進步、勸告、溫暖和注意、了解以及鼓勵等。所以「共同因素」又稱為「非特殊因素」(non-specific factors)或「安慰劑」(placebo)。Barker, Funk與Houston (1988)以整合分析的方法比較諮商三組的成效-諮商組、安慰劑組和控制組，結果發現：諮商組與安慰劑組的效果都優於控制組，但諮商組的效果比安慰劑組多出兩倍。由此可看出：在諮商與心理治療範疇裡，「共同因素」(安慰劑)的效果仍不容忽視。

關於「共同因素」的研究偏重於三個學派：(1)個人中心學派 (person-centered approach)：此學派提到促使案主人格改變的充分必要條件是：正確的同理，正向的尊重及非佔有性的溫暖與真誠一致，幾乎所有諮商學派都同意此種觀點，即：諮商關係對諮商效果具有顯著的影響；同時，這也是工作同盟的基礎 (Lambert, 1983)。(2)心理動力學派 (psychodynamic approach)：此學派近年來研究諮商關係的重點偏在「治療同盟」，由案主、諮商員及臨床評分員評分；「治療同盟」的涵義屬於「共同因素」之一，但「同盟」是本研究另一個重點，將在後面討論。(3)其他學派 (other approaches)：其他學派使用行為和形容詞檢核表來研究諮商員對諮商效果的影響，如：Lorr (1965)讓五百二十三位接受諮商的案主使用六十五個可辨識的描述來形容其諮商員，最後經由因素分析，歸納成五個因素：瞭解、接納、權威 (指導)、鼓勵獨立和批評 (敵意)。其中了解和接納與案主及諮商員評定的諮商效果最有關聯。Lambert和 Bergin (1994)綜合各種學派的說法，將「共同因素」分成支持 (support factors)、學習 (learning factors) 與行動 (action factors) 三類；而 Karasu (1986)從案主的觀點檢測，認為其中以情感體驗、認知的精熟與行為的調適最為突顯。

(二)特殊因素：

此因素由諮商員特殊的介入策略所造成的效果；廣義而言，即「治療操作」(therapeutic operations)，Orlinsky, Grawe與 Parks (1994)將之整理成：問題的呈現 (presentation of problems)、專家的瞭解 (understanding of experts)、諮商員的處理 (treatments of counselors) 及案主的合作 (cooperation of clients)。

諮商是否有效？導致有效的因素有哪些？皆是值得關注的問題。Howard, Kopta, Krause與 Orlinsky (1986)利用整合分析法整理了過去三十年二千四百三十一個發表案例，發現心理治療次數與案主進步情形，呈現穩定的曲線型態，如圖一。



圖一 心理治療次數與進步百分比之相關圖

資料來源：Bergin, A. E., & Garfield, S. L. (1994). Handbook of psychotherapy and behavior change. New York: Wiley, p.148.

此項分析結果顯示：在第八次心理治療，約有一半案主主觀認為自己有進步，而百分之七十五的案主第二十六次心理治療時，在客觀量表上已明顯地表現出進步。上述資料可說明：短期心理治療的確使案主覺得有效。Howard等（1986）為反駁Eysenck（1952）「正向改變是由於自然恢復的效果」，另與未實施心理治療的對照組比較，發現對照組的進步顯然不如實驗組，證明進步量與比率的確是由心理治療造成的。

接著，研究者好奇的是：究竟何種因素造成二十六次以下的短期心理治療效果直線上升，而在二十六次以上的心理治療效果卻呈現緩慢的曲線。研究者假設：在心理治療初期，因安慰劑的影響，情感的渲洩，言語及雙方的互動等因素而產生神速、戲劇化的進步，其進步情形包括態度及行為方面的改變而少有人格重建的改變，可能為「共同因素」造成的效果。若是心理治療繼續進行，當那些習慣性的行為受到挑戰時，阻抗作用及移轉關係隨之產生，也容易減少或涵蓋掉症狀或行為方面的進步，此時案主真正的進步可能為「特殊因素」造成的效果，所以進步曲線緩慢。為證實這個說法，本研究將驗證短期諮商初期的「效能因素」，是否部份來自「共同因素」？

國內有關「效能因素」的研究，雖未直接以這個名詞出現，但相關的研究有二類：(1)諮商員反應、案主反應與諮商結果之間的關係（許秀惠，民82；李筱蓉，民84；黃鈺敏，民84；陳雅英，民84；呂承芬，民86；陳慶福，民84）；(2)諮商中的重要事件或好時機（陳斐娟，民85；謝淑敏，民82；黃鈺敏，民84）。

由上述研究的結果，可以綜合看到，相較於西方研究的結果，國內研究者發現的由諮商員得到建議、教導、明確的訊息等也列為重要事件是有不同的，這可能是反映出我們的諮商員除了協助案主自我探索、自我瞭解之外，也同時扮演教導者的角色，會教育、教導案主產生改變（陳秉華、蔡秀玲，民87）。

本研究以案主提供的「印象深刻事件」為「人際過程回憶」的體裁，目的之一在於所尋找之「效能因素」與上述國內學者的研究結果是否有互相呼應之處？

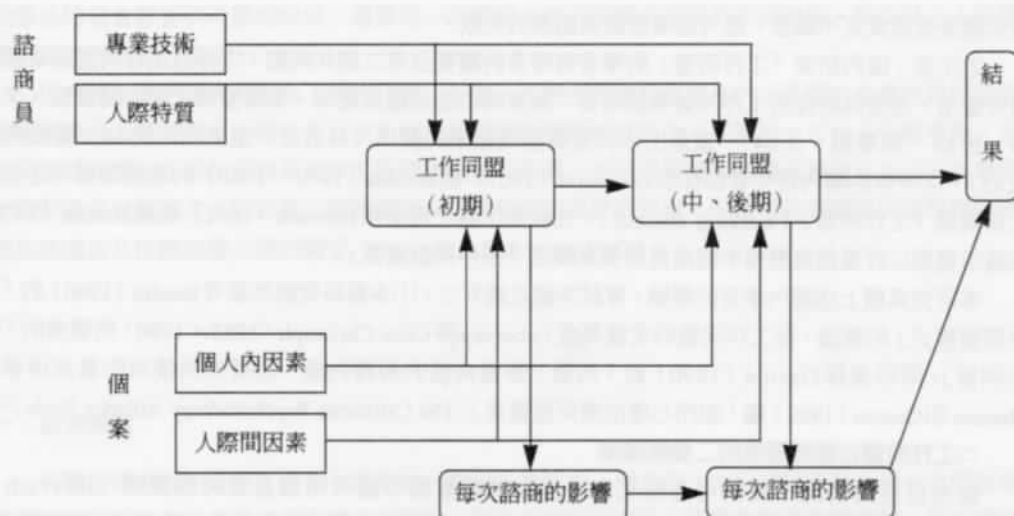
三、工作同盟在諮商中角色的研究

什麼是「工作同盟」(the alliance)呢？其名稱相當分歧，有「治療同盟」(therapeutic alliance) (Zetzel, 1956)，「聯結，工作，目標」(bond, tasks and goals) (Bordin, 1979)，「工作同盟」(working alliance) (Greenson, 1965) 與「協同盟」(helping alliance) (Luborsky, 1976) 等。簡單地說：它是諮商與心理治療過程中，案主與諮商員之間發展出情緒聯結 (emotional bond) 和相互投入 (reciprocal involvement) 的情形 (Frieswyk, et al., 1986)。研究者認為其涵義與我們一般所強調的「建立關係」、「分工合作」類似。

「工作同盟」的概念起源於心理動力學派早期的文獻，後來普遍為各種諮商學派所接受而成為諮商關係的重要因素。

（一）諮商初期工作同盟的形成

過去十五年研究工作同盟的學者中，相當多人支持Bordin（1980）的說法，即Bordin所提出「工作同盟的模式」(A working model of the alliance) (Horvath & Greenberg, 1994) (列於圖二)，說明了工作同盟對諮商歷程與結果的影響。Bordin提到：案主如果經驗到與諮商員正向的工作同盟，較可能產生成功的結果。初期工作同盟，通常指前三次諮商，會影響到中、後期的工作同盟，而第一次諮商的工作同盟若是負向，可能導致案主中斷來談。此外，在這張結構圖，亦可看出：諮商員的背景（如：專業技術、人際特質）與案主諮商前的個人內因素、人際間因素，也會影響雙方在諮商初期的工作同盟。



圖二 工作同盟的模式

資料來源：Horvath, A. O., & Greenberg, L. S. (1994).

The working alliance. New York: Wiley, p.123.

研究工作同盟的學者們，如 Horwitz (1974)，Luborsky (1976)，Marziali (1984) 皆強調：諮商初期工作同盟的形成，對往後諮商的發展與正向的諮商效果具有關鍵性的作用。Hartley 與 Strupp (1983) 則說「諮商初期是工作同盟的形成與預期諮商效果成敗的階段」。

有些研究者討論諮商初期工作同盟的形成，並非直接從工作同盟概念架構測量的，如 Ryan 與 Cicchetti (1985) 的研究則認為：案主諮商前的某些特質，如：客體關係、心理能力、對成功的渴望...等，會影響諮商初期工作同盟的準備度，而這些特質當中，從表達（即心理自由度）和合作（工作同盟的品質）兩方面而言，最重要的因素（約佔百分之四十左右）及客體關係，Lehrke (1977) 提到諮商初期工作同盟的形成，其實就是案主建構安全感與支持情境的間接表現，所以案主原本的客體關係及自我功能與此頗有關聯。Feldman (1989) 的研究進一步說明：案主對自己及對他人有清楚、統整的概念，較能與諮商員建立合作關係，態度上也較願意進一步的工作。國內學者陳慶福 (民84) 研究十四組諮商員和案主在四次諮商中的工作同盟變化，發現：工作同盟是呈現逐漸加強趨勢，且雙方對工作同盟的認定幾乎一致。此現象說明：諮商中的雙方在工作同盟的目標、工作與聯結皆逐漸增強。工作同盟既然是諮商歷程的雙方彼此互相關聯、共同工作，人際關係的情感反映，與案主、諮商員原來的人格特質有關；有些學者提到：工作同盟源自案主早期與父母人物正向的經驗 (Bowlby, 1988; Zetzel, 1956)，若案主有低程度的客體關係，人際型態較固執與缺乏流暢，都難以建立工作同盟。而諮商員的性格若是吸引人的、有經驗的、值得信任的，都較可能發展出工作同盟關係 (Horvath & Greenberg, 1989)。

Bottari 與 Rappaport (1983) 則從案主的能力與對諮商員的第一印象著手研究，他發現：案主在第一次諮商情境裡，知覺到諮商員的情感狀態與諮商風格，會影響到下列情形：(1)皆下來四次諮商裡案主與諮商員都認為症狀有改善；(2)八次諮商之後，案主的症狀直線下降。作者並強調關鍵時刻發生在諮商初期。

Saltzman, Leutgert, Roth, Creaser 與 Howard (1976) 對有關於工作同盟的形成發現：成功的諮商特質之一是，雙方有更深的相互尊重、關懷、溫暖和了解。他們同時也注意到諮商前三次的情境裡，若

彼此關係受損或互不滿意，都可能導致諮商結果的失敗。

近年來，國內研究「工作同盟」的學者有增多的趨勢且有二個共同點：(1)非以工作同盟為單獨的研究變項，而是同時採用工作同盟與諮商員、個案的口語反應為變項，來看變項之間的關聯性（李筱蓉，民84；陳慶福，民84），或是工作同盟與諮商結果的關係（林杏足、王沂釗，民84；陳斐娟，民85）。(2)所有的國內研究者都採取Greenson（1967）與Bordin（1979、1980）的理論架構，在名稱上皆稱為「工作同盟」（working alliance），在研究工具上皆使用Horvath（1981）根據Bordin（1979）理論所發展以評量諮商歷程中諮商員與個案間之「工作同盟量表」。

本研究累積上述國內學者的經驗，嘗試突破之處有二：(1)本篇研究雖然參考Bordin（1980）的「工作同盟模式」的理論，但工作同盟的定義著重Luborsky與Crits-Christoph（1983，1990）所發展的「協助同盟」，同時兼採Gaston（1990）對「同盟」多重向度的解釋內涵。(2)研究所使用的量表係參考Marmar和Gaston（1989）編「加州心理治療同盟量表」（The California Psychotherapy Alliance Scale）。

（二）工作同盟在諮商歷程的二個關鍵期

截至目前的研究，我們可推測工作同盟在諮商歷程可能有兩個重要的關鍵期（Horvath & Luborsky, 1993）。第一個關鍵期是工作同盟最初的發展，大約發生在諮商的前五次或前三次（Horvath, 1981; Saltzman, Lentgert, Roth, Creaser, & Howard, 1976）。在這個階段，合作與信任會建立到滿意的程度，案主必須讓諮商員加入他的諮商旅程，並和諮商員協議滿足何種需求，且對諮商員的程序與結構產生信心。第二個關鍵期發生於諮商員開始挑戰案主的症狀或病態模式。此時案主體驗到諮商員更主動的介入或處理，同時也減少同理與支持；可能引發案主過去功能不健全的關係信念或行為再現，而削弱或破壞工作同盟。若諮商想繼續下去，這段關係的惡化必須加以修護（Crits-Christoph, Barber, & Kurcias, 1991; Safran, Muran, & Wallner Samstag, in press）。

上述模式顯示：工作同盟可能在任何時刻或任何理由而遭到損害。當工作同盟失敗時，諮商就會受到影響；如：在諮商初期（第一個關鍵期），難以發展出支持的關係，雙方協議的諮商程序產生問題，案主不可能依附諮商歷程或可能中斷來談（Declericq, Goffinet, Hoyois, & Brusselmans, 1991; Horvath, 1991; Kokotovic & Tracey, 1990）。在諮商的中、後期（第二個關鍵期），當案主無法體驗到工作同盟受到干擾，可能就出現諮商「下滑」的情形（如：功能不健全的思想、情感或行為模式無法被挑戰）或案主對諮商員抱持不真實、理想的態度，無法使用諮商的當下感受來處理重要議題（如：出現正向的情感轉移卻未出現工作同盟）；於是，諮商形成週期循環，諮商歷程的事件規律地重複出現，反映出案主過去未解決的衝突（Henry & Strupp, in press），此時，若工作同盟遭到太嚴重地挑戰或未適當地留意，工作同盟的缺損將無法修護（Safran et al, 1990）。

工作同盟受損對諮商進行產生的影響，在其他學者的研究中也獲得支持，如：Luborsky（1976）、Bordin（1976）、Horvath（1991）與Safran和他的同僚（1990）提出；在諮商歷程中，工作同盟會遭到一次或多次的損害。Luborsky（1976）發現：動力取向的諮商中，第二類型工作同盟（Type II Alliance）與結果的品質相關。同時，Foreman與Marmar（1985）報導，諮商員處理諮商關係的衝突，可提昇工作同盟的程度。Gaston和他的同僚（1990）發現：諮商員定焦於案主有問題的關係比定焦於問題內容較能增進工作同盟。而Reandeanu與Wampold（1991）檢核高、低工作同盟組的諮商員與案主的口語互動，發現：高工作同盟組的案主面對諮商員的挑戰採取高參與、不反彈的態度，而低工作同盟組的案主則採取低參與、逃避的態度。雖然，這些研究因為樣本不夠多，受到質疑，但可明顯地反映：當諮商員定焦到衝突關係模式時，案主能以參與的態度面對挑戰，而非逃避，可增進工作同盟。

累積過去十五年來有關同盟的研究結果，證實同盟建構概念的實用性。未來的研究方向可進一步探討同盟在諮商改變歷程中的建構概念，相信會有更豐富的發現；尤其是案主在諮商歷程中對同盟的體驗，將如何預測改變模式。同時，為使同盟能有效地運用在實務工作上，我們不僅探討諮商前雙方

的哪些特質會影響到同盟的形成，還要進一步研究：在不同模式諮商的不同階段，諮商員介入何種技巧將有助於同盟的建立。

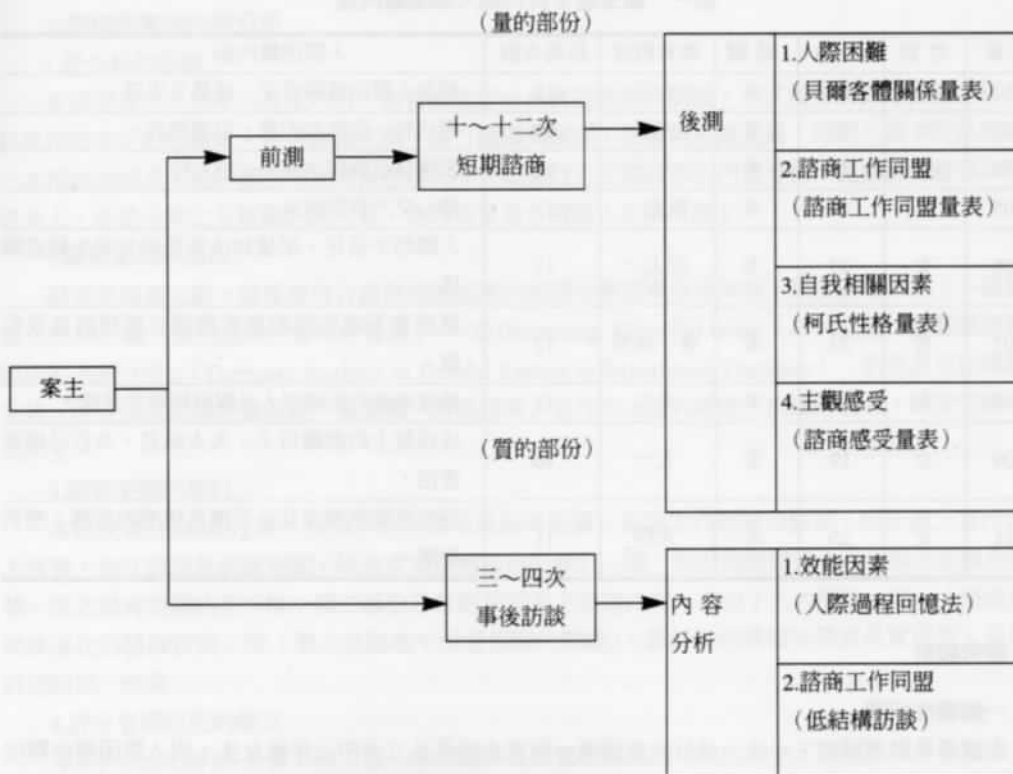
因此，未來的研究可朝向下列的目標：(1)進一步瞭解測量同盟概念的工具間的重疊性與相異性；(2)更精緻地分析諮商員的哪些介入技巧有助於同盟的發展或在諮商不同階段，可介入何種處理，有助於同盟的修護；(3)探討諮商員與案主對同盟描述的差異，並發現何種因素導致諮商員有不同的看法；(4)探討諮商員與案主人際特質之間的關係，以致發展出良好的同盟；(5)檢核諮商歷程同盟程度的高低與諮商獲益及後續改變之間的關係 (Horvath & Luborsky, 1993)。

方 法

一、研究架構

有關諮商過程的研究，通常有諮商員、觀察員與案主三個角度；本研究為確定立場，有關效能因素與工作同盟的資料搜集僅採取案主的觀點，因此研究材料直接分析事後訪談的逐字稿，至於諮商內容及諮商員的意見不列入本研究範圍。

本研究設計採質量並重，量的部份採單組前後測設計，質的部份採實驗過程介入四次訪談，進行內容分析，研究架構如圖三之說明。



圖三 本研究架構

二、研究對象

(一) 諮商員

為確保諮商效果不受到諮商員間差異的影響，本研究僅有一位諮商員，即研究者。諮商員，女性，三十九歲，已婚，從事大專院校的學生輔導工作十三年，目前在高雄醫學大學心理系擔任「諮商理論與技術」相關科目的教學工作。過去接案經驗侷限於大學校園的學生輔導中心案主，諮商次數均在六次以下，超過十次以上的案主有四位。

(二) 案主

本研究於某所大專院校張貼招募啓事，公開徵求研究對象，經面談確認案主的問題為人際困難，且有主動來談的動機，便予以錄取。為顧及專業倫理，擬具同意書（如附錄一），讓案主在事先被明白告知而同意的情況下接受諮商，以保障其權利（Corey & Callanan, 1993）。甄選研究對象的條件如下：

1. 目前發現人際相處有困難而令自己感到困擾，欲透過諮商做進一步探索。
2. 願意接受十二次諮商，及四次事後訪談。
3. 願意協助本研究進行，同意接受錄音。

本研究自八十四年十月至八十五年六月，共接受十一位案主，二位中途流失，有效案主合計九位（前半年五位，後半年四位）。茲將案主的基本資料與人際內涵列於表一。

表一 案主基本資料與人際困難內涵

個案	性別	年齡	婚姻	教育程度	諮商次數	人際困難內涵
S01	男	20	未	大三	11	想在人群中獲得肯定，疲累又失望。
S02	女	20	未	大三	12	想佔有一位室友的愛，但遭挫折。
S04	女	21	未	大三	10	苦惱自己為何迷戀另一位女性。
S05	女	21	未	夜大一	11	擔心交不到男朋友。
S06	女	23	未	夜大一	12	人際的不信任，困擾無法與男朋友發生親密關係。
S07	女	22	未	專一休學	12	處理當不成空姐的挫折與建立理想的自我形象。
S08	女	22	未	大二	11	希望適度的拒絕別人及與異性建立愛情。
S09	女	19	未	大一	10	成為班上的游離份子，失去訊息，令自己感到害怕。
S11	女	25	未	大四	11	不容易與同學深交，不擅長情感的表露，感到寂寞。

三、研究設計

(一) 前導性研究

由諮商員做預試案主一人，進行八次諮商。該案主為某私立高中三年級女生，因人際困難向醫院求診，經案主同意轉介至本研究。此外，三位訪談員在諮商期間介入事後訪談，並接受團體督導與討論。正式案主工作結束後，將預試案主訪談本當做內容分析的練習，以建立共識與評分者間信度。這些前導性的研究其目的在於確知實際做法的可行性。

為配合訪談的標準化，本研究在預試期間，對三位訪談員實施密集的訓練，方式是：先有被訪談的經驗，然後當其中一位訪談預試案主時，督導與另二位訪談員在單面鏡後觀察，隨後進行討論。

(二) 諮商

每位案主均接受為期三個月的十~十二次短期諮商，進行方式是每週一次，每次費時約五十分鐘。諮商目標以解決案主目前人際相處困難為主，並蒐集案主過去成長背景相關的資料，形成對案主焦點問題背後動力性心理衝突的了解，使案主能了解困擾背後潛藏的心理意義。每次諮商結束後，請案主填寫諮商段落回憶問卷（請參見附錄三），記錄二段與諮商目標相關且印象深刻的事件。

(三) 心理測驗

本研究有四種心理測驗，分別為「貝爾客體關係量表」、「諮商工作同盟量表」、「柯氏性格量表」與「諮商感受量表」，分別於個案接受短期諮商之第一次訪談及最後一次訪談進行前、後測，但貝爾量表與柯氏量表則提前於接案時填寫。

(四) 事後訪談

每位案主均接受三至四次事後訪談。訪談時間排在每隔三次諮商後一週內進行，每次約六十分鐘左右。訪談內容分成二部份：第一部份是依據六段印象深刻事件，以「人際過程回憶法」，蒐集案主對於諮商效能因素的描述，而「人際過程回憶法」的執行，是由訪談者播放第一段錄音帶，同時請個案觀看逐字稿後，再做回答；接著，再做第二段。第二部份是依事前歸劃好的六個問題，以低結構、開放性深度訪談（黃瑞琴，民80）方式蒐集案主與諮商員互動情形與諮商工作同盟的形成之資料。因本研究的焦點在於事後訪談，所有訪談內容全部謄成逐字稿。

(五) 效能因素的內容分析

1. 評分員的訓練

本研究自八十五年三月至六月，由督導對評分員實施密集的訓練，方式是先請評分員獨立評分，利用預試案主的訪談本，參考歸類大綱，進行編碼與歸類，然後再討論差異，得到共識，前後使用約十本預試訪談本，並計算百分比同質性達75%，始進行正式訪談本的內容分析。此部份的督導非研究者本人，而是另聘之有經驗的研究員，她的背景是台灣師大心輔所碩士。

2. 歸類架構的選取

研究者遍查文獻，欲蒐集符合諮商效能因素的歸類架構當做參考架構，最後選取二式，一為劉淑慧（民84）編「個別諮商的督導評量表」，一為Greenberg, Elliot與Lietaer（1994）編「體驗諮商效能因素的主題分析」（Thematic Analysis of Helpful Factors in Experiential Therapies）；前者為高結構評量系統，後者為低結構評量系統，為發現「其他因素」當作本土性的研究，故選擇後者，研究者將之譯為中文。

3. 歸類架構的修訂

本研究以Greenberg等（1994）的中譯本為參考架構。原譯本內容簡明扼要，但定義上互斥性並不清楚，故在訪談員訓練期間，研究者進行兩部份的修訂。第一部份是將原有十六小項之定義分割清楚，使之具有明顯的互斥性；第二部份是針對預試案主訪談內容，增加了二大項目，即：「諮商員使用非催化的諮商技術」與「案主在諮商中引發相關的情緒」。修訂後的歸類架構更具實用性，也算本研究另一成果。

4. 評分者間信度的建立

本研究此部份的評分員共有三位，她們當時是高醫心理系四年級的學生，前後半年各由其中二位進行評分，在正式樣本訪談資料進行內容分析時，分別建立前期（即先分析每一位案主的前兩本訪談本）與後期（全部訪談本評分完畢，從剩餘的訪談本中，隨機抽取十本）的評分者間信度，以了解一致性的程度及其變化情形。評分者間信度的計算方式，是將二位評分員獨立編碼歸類之同異質進行劃

記(如表二),然後代入Kappa值公式的考驗:

$$P_o = \sum_{i=1}^k P_{ii} \quad P_e = \sum_{i=1}^k P_{i.} P_{.i}$$

$$\frac{\Delta}{K} = \frac{P_o - P_e}{1 - P_e} \quad (\text{Kappa 值})$$

信度研究之詳細結果呈現於表三,依據Landis與Koch(1977)之標準,Kappa值0至.39為不佳(poor),.40至.74為佳(fair to good),.75至1.0為優(excellent)。由此觀之,本研究的評分者信度達「佳」的標準。

表二 效能因素評分者間信度歸類量記表(舉例)

編碼歸類		編號:七本訪談資料(共八十四碼)								
		評分員A							無法歸類	合計
		一	二	三	四	五	六	七		
評分員B	一	8	1							9
	二	3	20		8		3			33
	三	1				3				31
	四	1			4					5
	五					1				1
	六						1			1
	七									0
	無法歸類								4	4
合計	12	21	27	12	4	4	0	4	84	

表三 效能因素內容分析前後期之評分者間信度

資料來源	前半年五位案主訪談資料	後半年四位案主訪談資料
評分員	A,B 評分員	A,C 評分員
前後期		
內容分析前期 Kappa 值	.63	.68
內容分析後期 Kappa 值	.66	.73

5. 實驗材料內容分析與效度

每本訪談包含六段回憶段落,依「人際過程回憶」方法之二個標準化問題:「諮商員的協助」與「案主的反應」各編為一碼,實際情形如附錄四。至於效度方面,內容分析的結果是採「雙人重複評分」,即二位評分員獨立評分所有訪談本,然後再針對每一碼材料逐一討論,取得共識後才是答案。最後,整理成效能因素排序表,由研究者進行整合分析、階段分析與案主分析。

(六) 諮商工作同盟的內容分析

研究者將此部份的研究概念、編碼原則與一位評分員溝通後,就由該評分員獨立作業,這位評分員的背景是高醫行為科學研究所的研究生。

評分方式是先從事後訪談中工作同盟部份的逐字稿,找到六個問題與案主的回答,去掉贅字外,

保留案主使用的原始文字（如附錄四），然後在電腦上重新編輯成問答題（如附錄五）。接著依「案主的情感聯結與信任」、「案主的合作意願與責任」、「諮商員的了解與投入」、「工作策略的一致性」、「案主的工作能力」及「案主的承諾」六個主題各編為一碼：肯定為「1」，否定為「0」，沒有回答為「X」，未訪問為「-」，整理成諮商工作同盟次數統計表，然後由研究者進行整合分析、階段分析與案主分析。

(七) 諮商效果的評估

為評估諮商效果，以案主所填寫之三種心理測驗與「諮商感受量表」進行前後測比較，前三者並做t檢定，以了解這九位案主的團體分數傾向與案主間差異情形。效果評估的內涵包括：目前的人際困難是否改善（貝爾客體關係量表）？諮商工作同盟是否有變化（諮商工作同盟量表）？自我相關因素是否有差異（柯氏性格九個分量表）？及接受諮商主觀感受是否有變化（諮商感受量表）？

四、研究工具

(一) 修訂貝爾客體關係量表

本研究將此量表用於了解案主的人際困難程度，題目來源參考國外 Bell, Billington 與 Becker (1985) 的「貝爾客體關係量表」(The Bell Object Relations Inventory)，予以修訂並建立信效度。

研究者自國外論文所附原量表題目逐一中譯，然後進行項目分析、因素命名以及 α 信度、重測信度、效標關聯效度考驗等工作。

預試中譯量表以高醫、高師大 280 位大學生（男生 101 名，女生 179 名）為施測樣本進行修訂。輸入資料時，先將 1、8、20、24、35、39 等六題正面題意逆向計分，原四十四題經項目分析後發現有十三題的 item-total correlation (ITC) 低於 .16，刪除後量表的 α 係數為 .76，內部一致性中等。隨即對此量表進行探索性因素分析，以檢視可能向度和分類。因素分析採主成份分析，先以陡坡法決定因素的數目，再以極大轉軸法找出最終的因素結構，結果發現有二題題目因素負荷量低於 .30，另一題同時在三個因素上有負荷，皆超過 .30 且數字差異很小，便將上述三題予以刪除。經過雙重選題，正式量表剩下二十八個題目。

接著，針對正式量表進行因素分析，以刪題後的二十八題為變項，發現 Eigenvalue 大於 1.0 的有八個主成份，累計可解釋 53.9% 之變異量，顯然不是最佳的因素結構。遂以陡坡法，選擇前四個因素為最後的結構，可解釋 37.6% 之變異量。此四個因素分別為「不安全依附」、「疏離」、「自我中心」以及「異性社交不利」。

本量表之信度研究有二：將因素分析的四個量表進行內部一致性信度 (Cronbach α 值) 考驗，分別為 .66，.66，.51 與 .75；重測信度以高醫心理系 97 名學生相隔一個月後再測，結果分別為 .74，.76，.66 與 .82。

效度研究以柯氏性格量表九個有關自我功能與人際取向的量尺（疑心、離群、信心、自卑、焦慮、自我強度、獨立、親和型性格、同理心性格）為效標，獲得不錯的相關程度，即 36 組相關係數，有 29 組 P 值達 .05 的顯著水準。

(二) 諮商工作同盟量表

本量表原欲參考 Marmar 與 Gaston (1989) 編「加州心理治療同盟量表」(The California Psychotherapy Alliance Scales, CALPAS) 之原始量表與指導手冊進行編製，但未取得作者的回函，遂自行編製，依據「加州心理治療工作同盟量表」之相關文獻，編擬題目，然後進行項目分析。施測樣本取自陽明大學、台北師院、交通大學、新竹師院及高雄醫學院學生輔導中心之案主，共 49 人，其中男生 17 人，女生 32 人。填寫量表者具有接受連續二次以上諮商的經驗。

本量表由研究者參考國外量表五個部份的內容，編擬三十九個題目，作答仍採六點式 Likert 量表

方式，其中5、13、15、20四題輸入資料時逆向計分。收回四十九份預試問卷後，進行初步的項目分析，刪除二題item-total correlation (ITC) 低於.24的題目，刪除後量表的 α 係數為.91，內部一致性信度頗佳。接著進行因素分析的二次選題，發現題目負荷量全在.30之上，故未刪題。若某一題同時在二個以上因素有負荷，則考慮兩個標準以為抉擇：(1)負荷量的大小，以大為先；(2)該題目與該因素中其他題目的內在相關性或邏輯聯繫性，以關係強者為先。因素分析結果，發現Eigenvalue大於1.0的有10個因素，累計可解釋77.3%的變異量；再以陡坡法，選取Eigenvalue大於2.3的因素，可解釋54.0%的變異量。此四個因素分別命名為：「案主的承諾與投入」(Client's Commitment and Involvement)、「諮商員的同理與了解」(Counselor's Empathy and Understanding)、「雙方情感的聯結」(Emotional Connection Between Counselor and Client)以及「案主體驗到問題有所轉變」(Client Experienced the Changes of Problems)。

三、柯氏性格量表(民82)題本

本量表徵求柯永河教授同意，採用1994年題本及大學生常模。該量表分別於1974及1991年做過二次修訂工作，本研究採用第三次修訂本。原量表共含300個題目，分屬30個量尺，採六點量表計分，本研究選擇九個有關自我功能及人際取向的量尺，用於測量自我相關因素，分量尺內涵包括：疑心、離群、信心、自卑、焦慮、自我強度、獨立、親和型性格、同理心性格等，共計141題，有關內容之說明，請參閱柯氏性格量表修訂報告(柯永河，民82)。其信度資料分為內部一致性及再測信度，九個量尺的 α 值分佈範圍在：男生.73~.89，女生.60~.87；再測信度分佈範圍在.66~.90。大專男女在各分量表的得分平均值及標準差，可當作常模對照，並以因素分析的結果提供初步的因素效度(factorial validity)之驗證。

結 果

一、案主接受短期諮商的效果

表四、表五、與表六分別是九位案主之修訂貝爾客體關係量表、柯氏性格量表顯示與諮商工作同盟量表前後測t考驗的統計結果。由此三個表格所呈現的統計資料可知：案主在貝爾客體關係量表之「不安全依附」($t=-3.88$, $p<.01$)呈現明顯的進步情形。另外柯氏性格量表之「疑心」($t=-2.91$, $p<.05$)，「離群」($t=-3.22$, $p<.05$)，「獨立」($t=3.02$, $p<.01$)，「自卑」($t=-4.21$, $p<.01$)，「焦慮」($t=-3.25$, $p<.05$)等五種與人際相關的自我因素也呈現明顯的改善情形，但在諮商工作同盟的前後測比較上，則未達顯著差異。

本研究於第一次訪談與最後一次訪談時，讓案主填寫「諮商感受量表」，整理五題問答得知：九位案主都肯定接受短期諮商的進步與收穫。至於負面效應方面，則有：現在的思緒(S01)，只說不做(S02)，自剖的痛苦(S04)，害怕諮商結束(S07)與更不想改變(S09)。整體而言，不滿意的有：懷疑諮商的效果(S01)，或許自己可以再改變多一點(S02)，時間太趕，討論不夠完整(S07)，諮商員太希望得到某一定義或理論(S09)。至於前後測的比較，可發現後測累積的體驗比前測深入。

表四 修訂貝爾客體關係量表前後測比較結果

因素	前測平均數 (標準差)	後測平均數 (標準差)	後測與前測差距的平均數 (標準差)	t值
一、不安全依附	54.44 (15.15)	42.11 (8.42)	-12.33 (9.71)	-3.81*
二、疏離	77.11 (9.01)	67.33 (11.28)	-9.78 (13.31)	-2.20
三、自我中心	60.33 (12.07)	55.56 (11.28)	-4.78 (13.65)	-1.05
四、異性交往不利	54.00 (12.00)	48.00 (9.49)	-6.00 (9.00)	-2.00

p<.05*

表五 柯氏性格量表前後測比較結果

因素	前測平均數 (標準差)	後測平均數 (標準差)	後測與前測差距的平均數 (標準差)	t值
一、疑心	55.67 (18.78)	45.56 (12.49)	-10.11 (10.54)	-2.88*
二、離群	54.89 (11.26)	45.78 (9.85)	-9.11 (8.45)	-3.24*
三、信心	47.89 (9.28)	49.44 (9.71)	1.56 (11.66)	0.40
四、自卑	51.00 (10.77)	42.33 (9.51)	-8.67 (6.25)	-4.16**
五、焦慮	55.67 (8.40)	49.67 (9.49)	-6.00 (5.22)	-3.45**
六、自我強度	35.78 (14.33)	38.22 (9.55)	2.44 (11.62)	0.63
七、獨立	27.22 (10.00)	35.33 (7.97)	8.11 (8.05)	3.02*
八、親和型性格	46.33 (14.65)	49.89 (15.14)	3.56 (11.80)	0.90
九、同理心性格	52.00 (14.98)	49.44 (13.00)	-2.56 (7.47)	-1.03

p<.05* ; p<.01**

表六 諮商工作同盟量表前後測比較結果

因素	前測平均數 (標準差)	後測平均數 (標準差)	後測與前測差距的平均數 (標準差)	t值
一、案主的承諾與投入	55.89 (9.39)	49.56 (13.95)	-6.33 (15.13)	-1.26
二、諮商員的同理與了解	50.44 (10.74)	48.78 (14.93)	-1.67 (9.72)	-0.51
三、雙方情感的聯結	53.89 (10.95)	50.67 (13.08)	-3.22 (10.84)	-0.89
四、案主體驗到問題有所轉變	49.11 (10.07)	50.11 (12.09)	1.00 (9.91)	0.30

二、案主接受短期諮商之效能因素的階段分析

本研究原有十一位案主，但其中二位因故中斷，因此完整樣本只有九位案主。依諮商歷程穿插四次訪談，實得三十四本訪談資料（因其中二個案主僅作三次訪談），每本訪談包含六段回憶段落，每段段落皆依二個標準化問題編成二碼，合計四百零八碼，但其中五十五碼因蒐集不到資料或無法明確歸類，當作遺失資料，實得三百五十三碼。茲將四期訪談歸類之次數、百分比與等級序整理如表七。

表七 諮商效能因素排序表

項目	時期	諮商第一期			諮商第二期			諮商第三期			諮商第四期			四期合計(一)			四期合計(二)		
		次數	百分比	等級序	次數	百分比	等級序	次數	百分比	等級序	次數	百分比	等級序	次數	百分比	等級序	次數	百分比	等級序
一、諮商員營造的正向關係環境	工作同盟	2	2.2	8	2	2.2	8	1	1	9	4	5.9	5	9	2.5	10	57	16.1	3
	同理	3	3.2	7	3	3.3	7	8	7.8	3	4	5.9	5	18	5.1	5			
	支持	5	5.4	5	8	8.9	3	8	7.8	3	4	5.9	5	25	7.1	3			
	諮商員性格	1	1.1	9	3	3.3	7	0			1	1.5	8	5	1.4	12			
二、案主在諮商中的工作	參與	5	5.4	5	3	3.3	7	2	1.9	8	2	2.9	7	12	3.4	8	79	22.4	2
	自我開放	9	9.8	2	6	6.7	4	3	2.9	7	2	2.9	7	20	5.7	4			
	表達	9	9.8	2	11	12.2	2	9	8.7	2	9	13.2	2	38	10.8	2			
	探索	2	2.2	8	1	1.1	9	6	5.8	4	0			9	2.5	10			
三、諮商員催化案主	引導	32	34.8	1	26	28.9	1	25	24.3	1	14	20.5	1	97	27.5	1	114	32.3	1
	面質回饋	2	2.2	8	3	3.3	7	9	8.7	2	3	4.4	6	17	4.8	6			
四、案主的改變或影響	覺察體驗	1	1.1	9	5	5.7	5	4	3.9	6	1	1.5	8	11	3.1	9	52	14.7	4
	了解洞察	8	8.7	3	5	5.7	5	9	8.7	2	3	4.4	6	25	7.1	3			
	正向感受	2	2.2	8	4	4.4	6	3	2.9	7	6	8.8	3	15	4.2	7			
	表達改變後自我	0	0		0			0			1	1.5	8	1	0.3	15			
五、諮商員使用非催化的諮商技術	說明諮詢	0	0		0			0			0			0		24	6.8	6	
	給建議	4	4.3	6	4	4.4	6	5	4.9	5	5	7.4	4	18	5.1				5
	滿足自我需求	0	0		1	1.1	9	2	1.9	8	3	4.4	6	6	1.7				11
六、案主在諮商中引發的相關情緒	對諮商員負反應	6	6.5	4	2	2.2	8	8	7.8	3	4	5.9	5	20	5.7	4	27	7.6	5
	對情境負反應	0	0		1	1.1	9	0			1	1.5	8	2	0.6	14			
	溝通障礙	1	1.1	9	0			1	1	9	1	1.5	8	3	0.8	13			
	扭曲感覺	0	0		2	2.2	8	0			0			2	0.6	14			
合計	92	100		90	100		103	100		68	100		353	100		353	100		

由上述資料，可知：六個大項的出現頻率依序為：「諮商員催化案主」(N=114, 32.3%)，「案主在諮商中的工作」(N=79, 22.4%)，「諮商員營造的正向關係環境」(N=57, 16.1%)，「案主的改變或影響」(N=52, 14.7%)，「案主在諮商中引發的相關情緒」(N=27, 7.6%)，以及「諮商員使用非催化的諮商技術」(N=24, 6.8%)。上述情形表示就整合分析而言：諮商員與案主的表現同等重要、交叉出現，而本研究增加的二大項屬於出現頻率最少的二項。

至於二十一小項出現頻率的排序為：「引導」(N=97, 27.5%)，「表達」(N=38, 10.8%)，「支持」(N=25, 7.1%)，「了解洞察」(N=25, 7.1%)，「自我開放」(N=20, 5.7%)，「對諮商員負反應」(N=20, 5.7%)，「同理」(N=18, 5.1%)，「給建議」(N=18, 5.1%)，「面質回饋」(N=17, 4.8%)，「正向感受」(N=15, 4.2%)，「參與」(N=12, 3.4%)，「覺察體驗」(N=11, 3.1%)，「工作同盟」(N=9, 2.5%)，「探索」(N=9, 2.5%)，「滿足自我需求」(N=6, 1.7%)，「諮商員性格」(N=5, 1.4%)，「溝通障礙」(N=3, 0.8%)，「對情境負反應」(N=2, 0.6%)，「扭曲感覺」(N=2, 0.6%)，「表達改變後自我」(N=1, 0.3%)。

上述情形可觀察到兩種現象：一為「引導」、「表達」二種基本的互動技術比「面質回饋」、「覺察體驗」、「了解洞察」等較深層技術較容易為案主所覺知、領悟而視為效能因素；二為本研究增加的二大項中之「對諮商員負向反應」與「給建議」，可視為Greenberg未提及而本研究樣本群特殊的反應，即

本研究所欲尋求的「其他」的歸類，可視為本土性的發現，至於其意義則有待進一步澄清與探討。

表七資料中，各抽出四個階段出現頻率最高之前三項效能因素，整理如表八。

表八 諮商出現頻率最高之前三項效能因素

階段	排序第一	排序第二	排序第三
一	引導 (N=32, 34.8%)	表達 (N=9, 9.8%) 自我開放 (N=9, 9.8%)	了解洞察 (N=8, 8.7%)
二	引導 (N=26, 28.9%)	表達 (N=11, 12.2%)	支持 (N=8, 8.9%)
三	引導 (N=25, 24.3%)	表達 (N=9, 8.7%) 面質回饋 (N=9, 8.7%)	支持 (N=8, 7.8%) 同理 (N=8, 7.8%)
四	引導 (N=14, 20.5%)	表達 (N=9, 13.2%)	正向感受 (N=6, 8.8%)

四個階段之共同特徵為：「引導」、「表達」皆是出現頻率最高的二項效能因素，亦即從案主的觀點而言，「引導」與「表達」之重要性貫穿整個諮商過程。另外，四個階段之不同的重要因素，依序為：「自我開放」、「了解洞察」(階段一)，「支持」(階段二)，「面質回饋」、「支持」、「同理」(階段三)，「正向感受」(階段四)。此等現象是否隱含著階段性特殊意義，或代表諮商員特有的風格與介入的過程，亦值得詳加討論。

茲將九位案主之效能因素的出現頻率載於表九。

表九 案主之效能因素次數統計表

案主	諮商員營造的正向關係環境			案主在諮商中的工作				諮商員催化案主		案主的改變或影響				諮商員使用非催化的諮商技術			案主在諮商中引發的相關情緒					
	工作同盟	同理	支持	諮商員性格	參與	自我開放	表達	探索	引導	面質回饋	覺察體驗	了解洞察	正向感受	表達改變後自我	說明諮詢	給建議	滿足自我需求	對諮商員負反應	對情境負反應	溝通障礙	扭曲感覺	
S01	2	3	3				3		7	6	2	1	3	1		3		6				
S02	1	6	2		1	3	3		12	3	2	2	1			2	2	6				
S04			2		3	1		3	6	2		2	3				1	1		1		
S05	1	3	6	2	3	1	1		7	3		3	5			5	1	1	2			
S06	3	2	2	1		2	8	2	10	1		1				2	2	5		2		
S07	1	2	1	1	3	2	5	2	14		1	6	2			4						
S08	1	1	6			9	4	1	12			3	1									
S09	0	1	1	1	1	1	5		9	2	3	5				2						2
S11			2		1	1	9	1	20		3	2					1					
合計	9	18	25	5	12	20	38	9	97	17	11	25	15	1	0	18	6	20	2	3	2	

從表九之出現頻率，可觀察到三個特殊現象：第一、所有案主均以「引導」為出現頻率最高的項目。第二、「給建議」之出現頻率大多集中在三位案主；即S05 (N=5)、S07 (N=4)及S01 (N=3)；第三、「對諮商員負反應」之出現頻率大多集中在三位案主，即S01 (N=6)、S02 (N=6)及S06 (N=5)。此等現象是否代表著他們和諮商員的互動方式及工作同盟類型，則有待檢核案主訪談內容，進一步分析。

三、案主接受短期諮商之工作同盟的階段分析

本研究依諮商歷程穿插四次訪談，實得三十四本訪談資料（因其中二位案主僅作三次訪談），每次訪談包含一次諮商工作同盟的深度訪談。整理資料時，將逐字稿編輯成六個標準化問題，每個問題的答案編成一碼，共計二百零四碼。內容分析時，由某位評分員仔細閱讀工作同盟訪談逐字稿，將六個問題及案主的回答標記出，然後針對歸類大綱評分。若案主肯定回答，則劃記「1」；否定回答，則劃記「0」；沒有明確回答則劃記「×」；若訪員未問此問題，則劃記「-」。其中沒有明確回答的編碼共計十一碼，實得有效資料為一百九十三碼。諮商工作同盟次數統計載於表十，諮商工作同盟出現最高與最低因素載於表十一。

表十可看出，以整合分析而言：（一）「情感層面」欠缺12次，「工作層面」欠缺20次，此項結果表示「工作層面」的發展較「情感層面」困難；（二）六個工作同盟項目之欠缺情形依序為：「工作策略的一致性」（欠缺10次），「案主的工作能力」（欠缺8次），「諮商員的了解與投入」（欠缺5次），「案主的情感聯結與信任」（欠缺5次），「案主的承諾」（欠缺2次），「案主的合作意願與責任」（欠缺2次）；其中最難發展的二個項目仍屬「工作層面」。

以階段分析而言：「情感層面」之三個項目在前三個階段的變化情形，皆呈現遞增現象，但「工作層面」之三個項目則是忽高忽低現象（按，第四階段有二位案主未訪談，故不列入分析）。

以案主分析而言：呈現個別差異，欠缺情形依序為：S01（欠缺10次），S06（欠缺9次），S09（欠缺6次），S02（欠缺4次），S11（欠缺2次），S05、S07、S08（欠缺0次），此現象可能與案主的諮商滿意度及諮商結果相關。其中，S01與S02的個別狀態，也可能造成本研究情感層面大於工作層面的主因。

表十 諮商工作同盟次數統計表

案主/訪談次數	情感層面				工作層面				
	案主的情感聯結與信任	案主的合作意願與責任	諮商員的了解與投入	欠缺次數	工作策略的一致性	案主的工作能力	案主的承諾	欠缺次數	
S01	1	0	1	0	3	0	0	×	7
	2	1	1	1		0	1	0	
	3	1	1	1		1	1	1	
	4	1	1	0		0	0	0	
S02	1	1	1	1	0	1	1	1	4
	2	1	1	1		0	0	1	
	3	1	1	1		1	0	×	
	4	1	1	1		1	1	1	
S04	1	1	1	1	0	1	×	1	1
	2	1	×	×		0	1	×	
	3	1	1	1		1	1	1	
	4	-	-	-		-	-	-	
S05	1	1	1	1	0	1	1	1	0
	2	1	1	1		1	1	1	
	3	1	1	1		1	1	1	
	4	1	1	1		1	1	1	
S06	1	0	1	1	5	1	1	1	4
	2	1	1	1		0	1	1	
	3	1	0	0		0	0	1	
	4	0	×	0		0	1	×	
S07	1	1	1	1	0	1	1	1	0
	2	1	1	1		1	1	1	
	3	1	1	1		1	1	1	
	4	1	1	1		1	1	1	
S08	1	1	×	1	0	1	1	1	0
	2	1	1	1		1	1	1	
	3	1	1	1		1	1	1	
	4	1	1	1		1	1	1	
S09	1	1	1	0	3	1	×	1	3
	2	0	0	1		0	0	1	
	3	1	1	1		1	0	1	
	4	-	-	-		-	-	-	
S11	1	1	×	1	1	1	0	1	1
	2	0	1	1		1	1	1	
	3	1	1	1		1	1	1	
	4	1	1	1		1	1	1	
一期	7	7	7		8	5	8		
二期	7	7	8		4	7	7		
三期	9	8	8		8	6	8		
四期	6	6	5		4	6	5		
合計	29	28	28		24	24	28		
欠缺次數	5	2	5		10	8	2		

0: 無 1: 有 ×: 沒有回答 -: 沒有訪談

0的出現次數: 欠缺次數

表十一 諮商工作同盟出現頻率最高與最低因素

階段	排序最高	排序最低
一	案主的承諾 (N=8, 19%) 工作策略的一致性 (N=8, 19%)	案主的工作能力 (N=5, 12%)
二	諮商員的了解與投入 (N=8, 20%)	工作策略的一致性 (N=4, 10%)
三	案主的情感聯結與信任 (N=9, 19%)	案主的工作能力 (N=6, 13%)
四	案主的情感聯結與信任 (N=6, 19%) 案主的合作意願與責任 (N=6, 19%) 案主的工作能力 (N=6, 19%)	工作策略的一致性 (N=4, 13%)

由表十一四個階段呈現的最高、最低因素，可整理出三項結論：(一)四個階段排序最低項目均為「工作層面」；(二)四個階段排序最高項目皆包含「情感層面」；(三)「工作策略的一致性」在第一階段為排序最高項目，但在第四階段為排序最低項目。

四、案主與諮商員建立工作同盟的類型

研究者整理九位案主工作同盟之一百九十三碼段落文字，發現案主間呈現個別差異，茲依案主工作同盟類型予以說明。

(一)案主S01

案主認為諮商員的人格特質不符合期待，同時對自己在諮商中的表現感到焦慮，也有部份注意力集中在諮商技術的學習；在意得不到諮商員的情感支持與能力肯定，與諮商員陷入競爭的心理遊戲；在雙方感到挫敗的氣氛下，案主又引發多重的困擾與掙扎，一方面是回憶往事使思緒更糟，一方面是擔心影響諮商之外的師生關係。案主在四次訪談時都表示：意願不高，不知道該如何配合（按，案主在第九次會談時提出結束，諮商員與之商量再做二次）。

(二)案主S02

案主高度坦露自己的經驗，情緒相當激動，努力地尋找自己困擾的來源，亦尊重諮商員的意見。諮商末期，案主肯定諮商帶給她的效果，同時對自己與諮商員的表現感到滿意。在諮商技術方面，案主希望情緒能夠獲得更多的紓解與同理，而諮商員主觀的分析與解釋能夠降低；最後一次晤談的歸納與結束令她感覺不自然。

(三)案主S04

案主感情豐富，希望獲得諮商員的傾聽與情緒支持，嘗試尋找自己的困擾來源。雙方的關係由初期的觀望漸入佳境，後期案主與諮商員的情感聯結相當真誠，在訪談時案主表示：隨時在觀察諮商員的反應、興趣與專注，不喜歡諮商員開放的答案，希望得到直接的意見。

(四)案主S05

案主崇拜且無條件信任諮商員，感覺諮商員像母親，初期會擔心諮商員不能完全掌握她的訊息，在口語互動方面，依賴諮商員的引導，視諮商員為「專業的領導者」。雙方的情感聯結相當真誠，但在工作方面較為被動配合，有一次諮商員邀請案主主動提問題，案主急得哭了，害怕失去諮商員的喜愛，經過諮商員適時的解釋，雙方關係更為提昇。

(五)案主S06

案主覺得與諮商員的關係像朋友一樣，談話可以很輕鬆，每次來談時心情都很高昂，亦肯定諮商員有同理心。但在諮商過程中，仍擔心被評價為「有病」，也懷疑諮商員能掌握她的問題。案主較不

滿意的是雙方關心的話題不對焦，不信任諮商員性諮商的能力，以及最後幾次晤談一直在趕，有匆匆結束的感覺。

(六)案主 S07

案主完全信任諮商員，沒有任何負面的印象，認為諮商使其情緒與認知獲得紓解與滿足，覺得討論的時間不夠，害怕面臨諮商的結束。在口語互動方面，案主明顯地表現出依賴諮商員的意見，期待獲得答案。

(七)案主 S08

案主肯定諮商的專業效果，並信任諮商員的能力，認為在諮商過程獲得情緒的渲洩與引導思考，同時對於諮商員給予支持與尊重，印象深刻。

(八)案主 S09

案主困擾並不大，祇想來聽聽諮商員的意見，情感涉入不深，改變意願不高，對諮商目標亦無明確的期待。案主被訪談時經常用「應該」來描述自己的體驗與揣摩諮商員的意圖，言下之意，仍透露對諮商員的不信任。

(九)案主 S11

案主覺得諮商員真實、誠懇、理性、有同理心、值得信任。接受諮商讓自己更清楚問題的所在，已達成原先的來談目標。案主認為雙方關係輕鬆，談話悠閒，也符合其期待，祇是有時感受到諮商員的緊張、忙碌，意猶未盡也不敢多談。

討 論

一、案主接受短期諮商的效果之討論

九位案主在修訂貝爾客體關係量表與柯氏性格量表部份之t考驗達顯著差異水準，如：「不安全依附」呈現明顯的進步情形，而「疑心」、「離群」、「獨立」、「自卑」、「焦慮」也呈現明顯的改善情形，皆說明短期諮商的可達到效果。但是，本研究未設對照組或控制組比較，以驗證案主量表前後測差異是否確實由諮商效果所產生，是遺珠之憾。此外，將來類似的研究亦可增加追蹤測試，以提高研究的內在效度。

工作同盟的前後測t考驗則均未達顯著差異水準，此項結果與國外實徵研究相似。國外文獻提到工作同盟受到二群因素的影響：一群是諮商員與案主的諮商前特質，如：人際關係、心理能力、對成功的渴望，或案主早期與父母人物正向的經驗等（Bowly, 1988；Feldman, 1989；Horvath & Greenberg, 1989；Ryan & Cicchetti, 1985；Zetzel, 1956）。另一群是諮商初期工作同盟的形成，或案主對諮商員的第一印象（Horvath & Greenberg, 1989；Horwitz, 1974；Lehrke, 1977；Luborsky, 1976；Marziali, 1984）。因此，工作同盟是一種較穩定的變項，欲在短期諮商過程中產生明顯改變的可能性不大，所以本研究前後測分數未有明顯差異，符合此種現象。再者，根據本研究工作同盟訪談資料的質化分析得知：本研究在前三個階段所得工作同盟的「工作層面」變化忽高忽低，也是另一項佐證。

至於九位案主在「諮商感受量表」的研究結果，發現：案主都肯定接受短期諮商的進步與收穫，至於負向效應則有：因諮商引起的情緒痛苦與害怕結束諮商，不滿意的現象包括：懷疑諮商效果，或許可以再改變多一點及討論不夠完整等；皆可作為往後實施短期諮商的參考意見。

然而，本研究僅作諮商後的立即效果之評量，至於諮商維持效果之評量，則需要進一步做追蹤研究。

二、案主接受短期諮商效能因素的階段分析之討論

在效能因素的歸類架構中，本研究案主反映：「引導」、「表達」的出現頻率最高，其次為「支持」、「了解洞察」；由於前三者諮商技術屬於初層次，因此可能也涵蓋部份「共同因素」所造成的諮商效果。此與Howard, Kopta, Krause與Orlinsky (1986)利用整合分析，繪出案主的心理治療次數與進步情形（如圖一），發現：諮商二十六次以下的案主成直線進步情形類似，皆可能與「共同因素」產生的效果有關。

Greenberg, Elliott與Lietaer (1994)所發展的「體驗諮商效能因素的主題分析」之四大項十五小項分類架構完全是正向因素，在本研究「效能因素」內容分析時因事實需要遂增加了二大項：「非催化的諮商技術」（如：說明諮詢、給建議、滿足諮商員自己的需求），與「案主引發相關的情緒」（如：對諮商員的負反應、對諮商情境的負反應、溝通障礙、扭曲的感覺）。經內容分析結果：「給建議」（意即「輔導」或「勸告」）是出現頻率較突出的一項因素（排序第五），在另一篇研究設計類似的研究則排序第四（文榮光，民86）；再追蹤案主訪談資料所舉的例子，係指：諮商員提出參考架構或直接教導案主解決問題的策略或鼓勵案主對自己有信心，這是本研究在效能因素研究上異於Greenberg, Elliott與Lietaer (1994)的新發現，似乎可窺出下列端倪：國人接受諮商時，有希望獲得答案、增強自信心之直接暗示的需求；因此，支持—教育型的諮商可能較容易為案主所接受，此為本研究發現的文化特徵。上述發現與國內研究者（陳斐娟，民85；謝淑敏，民82；黃鈺敏，民84）的研究結果：本土案主希望由諮商員得到建議、教導、明確的訊息等，有互相呼應之處。

「案主傾向於諮商員給建議」亦見於國內數篇研究，可稱為本土案主異於西方案主之特質，推論原因有二：一為可能在本土的文化，多數案主傾向將諮商員投射為「老師或父母人物」，並且「依賴或服從權威」，而西方文化較重視「個人主義」，多數案主傾向將諮商員投射為「值得信賴的朋友」，雙方可以「互相討論」，但不一定「片面討教」。二為這幾篇研究的受試者多數為在學學生，更可能將「諮商關係」投射為「師生關係」。

本研究效能因素整合分析之前四項排序為：「引導」、「表達」、「支持」、「了解洞察」，依上述情形可推論諮商員的風格偏重主導目標與問題解決取向。而效能因素階段分析依序為：「自我開放」、「了解洞察」（階段一）、「支持」（階段二）、「面質回饋」、「同理」（階段三）、「正向感受」（階段四）。由此可見，諮商員介入策略仍偏向問題解決。依照諮商員自我覺察：個人所接受的訓練為體驗與關係學派，經常使用的諮商風格則為問題解決取向。由案主的反應得知：諮商風格確實為問題解決取向，但是有關體驗的部份較不明顯，可當作往後諮商風格改進的參考。

三、案主接受短期諮商工作同盟的階段分析之討論

依研究結果可看出：工作同盟的形成來自諮商員與案主雙方的貢獻與合作，而非偏重於任何一方的努力。而工作同盟整合分析結果，反映：「工作層面」的發展較「情感層面」困難，此現象與Luborsky (1976)之發現雷同。

此外，工作同盟階段分析結果，反映：「情感層面」呈現遞增現象，但「工作層面」則呈現忽高忽低現象，前者與Luborsky (1976)群體計劃之發現吻合，但後者卻不一致。此項結果與陳慶福（民84）研究之發現：諮商員與當事人在同盟之目標工作與聯結皆逐漸增強，略有出入。至於，「工作策略的一致性」在第一階段為排序最高項目，但在第四階段為排序最低項目。這可能為短期諮商的過度現象；即：諮商目標由初期到中期愈顯複雜，而使雙方的知覺落差加大，或許繼續諮商，目標到後期會趨於整合。

從本研究的「情感層面」遞增情形與工作同盟類型的分析，可支持Bordin (1980)「工作同盟模

式」的論點，即：初期工作同盟影響中後期工作同盟與諮商結果。

四、案主與諮商員建立工作同盟類型之討論

針對案主所云工作同盟的類型，研究者亦嘗試從諮商員的觀點描述工作同盟類型並反省自己的諮商風格如下：

(一) 諮商員態度真誠、值得信任，且有分析問題的能力。

諮商員個性率直，給予案主的印象是：真實、誠懇、理性、有同理心、值得信任，上述特質有利於諮商關係的建立。多位案主（S02、S04、S05、S07、S08、S11）表示：信任諮商員的專業能力，認為諮商員能協助其了解問題，澄清目標，進而找到解決的方向。

(二) 諮商員主導性偏高，採問題解決取向，忽略了案主的感受。

由「效能因素」的整合分析與階段分析，反應諮商員「引導」頻率甚高，介入策略呈現問題解決取向。在「適配性」上，弱勢案主（如：S05、S07）比強勢案主（如：S01、S02、S06）較易與諮商員建立關係，也反映諮商員的主導性。但二位案主（S02、S06）提到：諮商員結束的方式不自然，令他們不舒服。S02案主坦露真實強烈的情緒（如：痛哭、怨嘆、委屈）時，表示：得不到諮商員足夠的同理。凡此，都反映出諮商員忽略了案主的感受。尤其案主處在高度情緒渲洩的狀態，諮商員無法完全進入其主觀世界，可能與諮商員理智化、壓抑情緒的性格相關。

(三) 諮商員之諮商過程完成建立關係，深入探討，但對於疏通（working through）與行動取向（action-oriented）較未堅持。

本研究九位案主的諮商過程皆完成建立關係與深入探討二個階段的工作，但未進入最後階段訂定改變行為的合約，以催化案主「起而行」。此外，曾與三位案主（S04、S05、S11）展開疏通工作，但因其抗拒而未堅持。上述二種情形，仍有待改進。

(四) 諮商員未足夠覺察案主困擾問題對諮商關係的影響。

「對諮商員負反應」之三位案主之人際困難問題分別為：害怕被批評、希望成領導者（S01），希望獲得更多同學的喜愛、欲佔有特定對象的愛（S02）、不信任別人、害怕親密關係（S06）。三者在過去不順利的人際關係經驗裡，隱含著害怕自己不值得被愛，對別人防衛、敏感，在人際互動上不安全且不信任，皆屬於較不易與別人情感連結的案主，必須對諮商情境感到安全、溫暖而接納，諮商員值得信任而不評價，才有辦法展開諮商的工作。諮商員似乎未足夠敏感到他們困擾問題的嚴重，而讓對方覺得情感支持不夠，同理心不足，人際的不信任又發生在諮商情境中。

(五) 諮商員性格與反移情對諮商關係的影響。

對於S01、S02、S06案主之負反應，事後研究者反省：可能自己的性格偏重理性、問題解決導向，過早挑戰、質疑雙方的差異，容易讓案主感受到不信任與不舒服。諮商員未足夠敏感到案主此時此刻心理層面的脆弱與需求，而給予適度的情感滋潤與深度同理，因而失去建立良好關係的契機。再者，害怕被批評，不安全依附，不信任與害怕親密亦是諮商員人際部份未解決的衝突。可能由於諮商員在諮商情境未足夠自我覺察，對此類型案主產生抗拒、排斥的心理，遂為案主所感受到。

(六) 諮商員對於工作同盟失敗的案主需予以補救或提早轉介。

案主S01是明顯工作同盟失敗的案例，從其事後訪談中發現：案主對諮商員初期印象是不夠溫暖接納，未給予足夠的情感支持，在中後期的工作同盟資料，好轉的機會亦不大。再從其所反應效能因素的歸類為「面質回饋」，說明案主接收到的訊息為問題解決導向，但人際的情感連結、安全感與信任感似乎被忽略了。

案主S01工作同盟失敗之因可能有二：(一) 與其人格特質、來談動機複雜有關，(二) 先前雙方關係不佳影響到諮商關係。在諮商情境裡讓諮商員感受到競爭（「我不好，你也不好。」）、操縱（以「受害

者」自居)、攻擊(不合作、鬧彗扭)、虛假的撫慰(讚美給得快,收回得快),難以建立關係,也缺乏討論空間。

若以「溝通分析」(Transactional Analysis)的理論加以分析;雙方的溝通,維持「父母(parent)對兒童(child)」模式,造成二種情況交叉出現:「撫慰父母(nurturing parent)對適應兒童(adapted child)」與「批評父母(critical parent)對叛逆兒童(rebellious child)」。究其原因可能為:彼此存有預設立場、互相排斥,且夾雜負向的投射,如:案主對抗「冷漠的長輩」,諮商員厭惡「爭辯的異性」,而造成情緒性競爭的心理遊戲。

針對上述情形,諮商員未及時發現,給予補救是一項疏忽。當發現溝通並非理想狀態,可利用「立即性」(immediate)技術,讓雙方以「成人(adult)對成人(adult)」的溝通方式,澄清此時此刻關係與彼此的期待;若無法適配,可提早轉介,以免停滯於非建設性的關係。

結 論

本研究執行二十個月期間,共接受有效案主九位,進行一百次個別諮商與三十四次事後訪談,並實施三種量表與「晤談感受量表」的前後測。事後訪談以「人際過程回憶法」搜集「效能因素」資料,以深度訪談搜集「工作同盟」資料,訪談內容全部謄成逐字稿,質化內容分析結果得到「效能因素」有效資料三百五十三碼與「工作同盟」有效資料一百九十三碼,茲針對研究問題與相關議題提出結論。

(一)短期諮商的效果呈現個別差異,但工作同盟未達明顯改變。

九位案主接受三個月左右的短期諮商,在三種修訂量表及「諮商感受量表」的前後測比較發現:案主主要目標(目前的人際關係)、次要目標(自我相關因素)與工作同盟之進步或惡化情形,呈現個別差異,此與國內外多數諮商的實況類似。將案主團體分數進行t考驗,則發現:「不安全依附」、「疑心」、「離群」、「獨立」、「自卑」與「焦慮」有明顯的改善情形;證實短期諮商對於目前的人際關係與自我相關因素能產生效果。但是,工作同盟的前後測t考驗均未達明顯差異,與國外多數研究結果吻合;亦與本研究質化分析結果:工作同盟之「工作層面」變化忽高忽低也互相呼應。至於案主在「諮商感受量表」反應的意見,如:肯定接受短期諮商的效果與收穫,及認為諮商效果可以再改變多一點及討論不夠完整,都可作為往後實施短期諮商之參考。

(二)效能因素的整合與階段分析結果,顯示諮商員的風格偏向問題解決,但體驗的特色較不明顯;而「給建議」為本研究發現的文化特徵。

Greenberg, Elliott與Lietaer(1994)發展的「體驗諮商效能因素的主題分析」為本研究效能因素的歸類架構,發現尚有一些負向的因素,如「非催化的諮商技術」與「案主引發的相關情緒」加入之後,才算符合研究結果的完整架構。效能因素整合分析發現:「引導」、「表達」的出現頻率最高,其次為「支持」與「瞭解洞察」;由於前三者諮商技術屬於初層次,因此可能也涵蓋部份「共同因素」所造成的諮商效果,此項發現頗符合Howard, Kopta, Krause和Orlinsky(1986)所繪:心理治療二十六次以下的案主成直線進步之情形。此外,效能因素階段分析依序為:「自我開放」、「了解洞察」(階段一),「支持」(階段二),「面質回饋」、「支持」、「同理」(階段三),「正向感受」(階段四),與上述整合分析結果都顯示諮商員介入策略偏向問題解決,而體驗的部份較不明顯,此可做為諮商員往後諮商風格改進之參考。而「給建議」(意即「輔導」或「勸告」)為本研究異於西方「體驗諮商效能因素的主題分析」之項目,表示本土案主較容易接受支持—教育型諮商的文化特徵,此項發現與國內研究者(陳斐娟,民85;謝淑敏,民82;黃鈺敏,民84)的研究結果相呼應。

(三)工作同盟的整合與階段分析結果,顯示「工作層面」較「情感層面」困難,「情感層面」呈遞

增現象，但「工作層面」則呈忽高忽低現象，至於「工作策略的一致性」在第一階段為排序最高項目，在第四階段卻為排序最低項目。

本研究結果發現：工作同盟的形成來自雙方的合作，而非偏重於任何一方的努力。整合分析結果顯示「工作層面」的發展較「情感層面」困難，此現象與Luborsky (1976)之發現雷同。階段分析結果發現：「情感層面」呈遞增現象，此與Luborsky (1976)群體計畫之發現吻合，但「工作層面」呈忽高忽低現象，與Luborsky (1976)的研究結果「工作層面成水平穩定的發展」卻不相同。本研究之階段分析結果亦與國內學者陳慶福 (民84)之研究發現：雙方在工作同盟之目標、工作與聯結逐漸增強，仍略有出入。此外，本研究支持Bordin (1980)「工作同盟模式」的論點，即：初期工作同盟影響中後期工作同盟與諮商結果。至於「工作策略一致性」的變化，可能與諮商目標由初期到中期愈顯複雜，而使雙方的知覺落差加大有關。

四 案主與諮商員建立工作同盟的類型呈現個別差異。

整理九位案主之工作同盟段落編碼，發現案主間呈現個別差異，這些對話內涵，反映出諮商若干常見的現象，如：抗拒、依賴、自我探索、信任…等，皆可提供諮商員風格之反省。

五 提醒大專輔導工作使用短期諮商時應注意師生關係和結束時機。

本研究結果發現：在短期諮商情境中，案主對於諮商員的協助與自己的反應存有多樣訊息；此可提醒諮商員在諮商過程中多留意案主的肢體語言或沉默，適時關懷或詢問其此時此刻的感受，鼓勵其表達內心真實的想法，以提昇諮商的深度及廣度。

另外，本研究多位案主在目前人際困難獲得了解與啓示後，對於歷史回顧深入探討缺乏興趣；此項現象可能是這九位案主與諮商員互動產生的特定結果，也可能是大專輔導工作較適合採用十次以下的短期諮商。

由本研究諮商實況亦發現：對部份案主而言，仍離不開「師生關係」與「常模」的架構，較難進行單純的「諮商」。有些案主也表示：在自己就讀的學校坦露深層問題是不安全的；擔心留下記錄，形成「標籤」作用，或被老師、同學知道，對自己不利；以及此後再碰到諮商員，不知該如何面對。

上述各項發現，皆可提供大專輔導工作應用短期諮商時的參考。

六 本研究在諮商實務上可應用於諮商員的督導與訓練。

本研究涵蓋了一至十二次左右的諮商實況，與案主接受諮商的前後測量化資料及諮商情境以外的事後訪談，所得資料將可在日後諮商員的訓練與督導，提供實徵、細部的訊息。

李柏英 (民74)對國內大學生求助行為的研究報告指出，大學生遇到生活困擾的最主要求助對象為同儕或家人，專業機構 (如：輔導中心)往往是學生最後不得已的選擇。本研究清楚地指出專業諮商過程所產生的效能因素，有助於釐清諮商效果與一般人際聊天式的互動之不同，亦可作為宣導學生前來利用輔導資源的重要訴求。

雖然，諮商關係影響諮商結果，但一般人容易誤會諮商過程的「建立關係」為「人際關係」，而偏重情感聯結的經營。本研究對於「工作同盟」的實徵研究說明了工作同盟包含「情感層面」與「工作層面」；「工作層面」雖較難以發展，卻對諮商結果有重大的影響。上述發現可提醒諮商工作者在「工作層面」上要加強，以提昇效果。

七 諮商倫理的考量以案主的利益為前提。

Smith與Glass (1977)在諮商的整合分析研究裡提到：「案主的來源」是影響諮商效果的一項因素，種類包括：(1)為研究招募而來 (案主知道要做研究)；(2)機構例行案主 (有轉介者)；(3)主動來談 (案主不知要做研究，本來就是案主)；(4)不清楚；(5)其他。本研究的案主來源為第一項，動機較為複雜，在加入研究之初，研究者與之面談，簽訂同意書，由於「合約」之故，再加上「師生關係」，案主即使萌生退意，也不敢主動提出「結束」；或因「做研究」之故，而讓案主承受「錄音、

被觀察」的壓力與「表現焦慮」(performance anxiety)，都是確實存在而無法完全消除的。本研究發現二位案主(S01、S09)其實是勉為其難地進行諮商，明顯出現抗拒行為，諮商員因為顧及研究的進行，未及時、合理與案主面對此問題，在倫理上是有瑕疵的。

研究資料的呈現與報告的內容，為遵守「保密」原則，除同意書說明外，其他有關案主的隱私、錄音帶與逐字稿之處理，都以案主利益為優先考量。

(八)本研究採「發現式導向」的研究方式非傳統實驗取向的假設驗證可取代。

在研究設計上，本研究未採用傳統實驗取向的假設驗證(hypothesis testing)架構進行研究，而是依Mahrer(1988)的發現式導向(discovery-oriented)諮商研究觀點，若在諮商過程資料仔細地蒐集與整理，此種研究設計更能具體說明諮商中的改變機制(李筱蓉，民84)。

本研究應用「人際過程回憶法」與深度訪談法對於案主的逐字稿進行質化分析，精確地指認、描述、解釋諮商現象，歸納出共通的模式，是傳統的前後測量化結果無法蒐集到的資料。

依上述說明，發現式導向的研究，既可獲知諮商重要變項的形成與變化，是傳統的結果研究無法取代的，建議往後類似研究，可參考國內外有關質化研究方法進行。

(九)簡化「人際過程回憶法」的執行方法。

「人際過程回憶法」獲得的資料與事後心得有別，較能使案主定焦在諮商當下的情境做深度的表達。此種研究方法值得推廣，但在執行方面建議做些修正，如：本研究設計在十二次短期諮商過程中介入四次訪談，每次各做六段「人際過程回憶法」的訪問，在執行上如：截取錄音段落、抄寫逐字稿等，耗費甚多人力。建議往後在使用此法時，可減少訪問段落的次數。另外，訪談案主時，建議刺激的提供可以「看錄影帶」取代「聽錄音帶」的方式，相信獲得的訊息會更多樣化，且讓案主較不感覺枯燥。

「人際過程回憶法」的原意以不超過四十八小時的延宕為限(Elliot,1986)，本研究因實際情況延長為三週，是研究設計上的困難，建議往後的研究者在延宕時間的控制上多加留意。

(十)質化分析部份，宜增加「案主檢核效度」。

本研究在諮商過程中「效能因素」與「工作同盟」的研究方法採質化分析，其中架構、整合分析、階段分析、案主分析之舉例說明，係由研究者執行，兩位指導教授督導，具有「專家檢核效度」；但因時間有限，未與案主討論、詮釋，而缺少「案主檢核效度」，建議往後類似研究宜增加此種效度考驗。

綜合上述諸項結論，擬提出下列建議：

(一)短期諮商的確可達到效果，可多應用。

由案主的三種量表及「諮商感受量表」得分的情形，與事後訪談的質化分析結果，可確知：大學生接受短期諮商能達到效果，建議往後在大專輔導工作上，可多應用短期諮商。不過，本研究結果僅屬即刻效果，未來在相關研究，宜增加追蹤效果之評量，較能說明短期諮商成效之維持情形。

(二)諮商研究設計的擴充。

往後類似研究可採取多位諮商員或增加案主數，以進行組別比較(如：性別、諮商取向…等)；或延長諮商次數，以深入了解每個階段現象的差異。

(三)加強諮商支持與教育的功能。

依照本研究諮商效能因素得到「給建議」的新發現，建議往後在短期諮商實務工作上，為因應案主的心理需求，可加強支持與教育的功能。

(四)進一步探索「效能因素」與「工作同盟」的後設因素。

本研究將「效能因素」與「工作同盟」的文字資料，做類型的歸納，建議往後還可將這些文字整理成「脈絡圖」，以了解二者之形成與變化，以及隱含在字裡行間的後設因素。

(五) 針對Luborsky的協同盟架構進一步研究。

本研究對於工作同盟的研究採綜合模式，即：參考Luborsky (1983, 1990)、Bordin (1979, 1980) 與Marmar與Gaston (1989) 之學說重點，組合成研究架構。由於Luborsky對於同盟的研究有完整的理論、技術與評鑑工具，且將同盟定名為「協同盟」(helping alliance)，建議往後可針對此派架構進一步研究。

(六) 研究對象可擴展到「被性受害者」、「臨終病人」與「中輟生」等特殊樣本群。

本研究以「人際困難」案主為對象，近來，「性侵害諮商」、「安寧療護」、與「中輟生輔導」的需求量增高，上述三種特殊樣本群，亦可透過個別諮商的過程研究，以深入了解其隱含的本土特徵與特別處遇。

(七) 人際困難的諮商策略可轉換成溝通分析取向或團體諮商方式，進一步研究其效果之差異。

「人際困難」案主的諮商仍是研究者往後研究的興趣與焦點，為探索案主的社交動力，諮商方式可轉換成團體諮商，亦可採取「溝通分析取向」，介入於輔導策略中。

(八) 以「核心衝突關係主題法」進一步分析諮商內容。

本研究執行時將諮商與事後訪談均錄音，此項研究僅採取後者錄音謄成逐字稿加以分析。建議往後將諮商內容依「核心衝突關係主題法」(Core Conflict Relationship Theme Method; Luborsky, 1990, 1996) 抽出部份段落謄成逐字稿，以了解案主接受諮商的人際關係及諮商前後的心理變化情形。

參 考 文 獻

- 文榮光 (民86) 人際困難個案接受短期心理治療的過程與結果研究。國科會專題研究報告 (未出版)。
- 吳武典、王文秀、李湘屏、周美伶、陳金定、陳明終、陳德華、溫怡梅、游慧腳、楊文貴、楊世瑞、鄭玄藏 (民82) 輔導原理。台北，心理。
- 李柏英 (民74) 大學生之求助態度與求助行為及其相關變項。國立台灣大學心理學研究所碩士論文 (未出版)。
- 李筱蓉 (民84) 初期晤談工作同盟的建立——治療者的意圖與反應模式的分析。國立台灣大學心理學研究所碩士論文 (未出版)。
- 呂承芬 (民86) 諮商員與當事人概念適配性之影響研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導系碩士論文 (未出版)。
- 林杏足、王沂釗 (民84) 諮商過程中的諮商策略對工作同盟及諮商結果之影響與分析研究。諮商歷程與諮商效果之分析探討論文輯要，56-89頁。國立彰化師範大學輔導研究所印行。
- 柯永河 (民82) 柯氏性格量表修訂報告。教育部訓委會專題報告 (未出版)。
- 許秀惠 (民82) 諮商歷程中諮商員意圖與口語反應之分析研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文 (未出版)。
- 陳秉華、廖鳳池 (民81) 個別諮商方案評估——以師大學生輔導中心為例。(未出版)。
- 陳秉華 (民82) 動力取向的短期治療——應用於大學校園學生。八十一學年度落實諮商教育與諮商實務學術研討會論文集，55-66頁。國立彰化師範大學輔導研究所印行。
- 陳秉華、蔡秀玲 (民87) 國內十年來諮商歷程研究之回顧與展望。載於：中國輔導學會主編：輔導學大趨勢，123-163頁。臺北：心理出版社。
- 陳雅英 (民84) 印象深刻事件中當事人意圖知覺與當事人內隱反應之分析研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文 (未出版)。

- 陳慶福 (民84) 諮商員和當事人在諮商過程中的同盟, 口語反應模式與晤談感受之研究。國立彰化師範大學輔導研究所博士論文 (未出版)。
- 陳斐娟 (民85) 諮商歷程中的重要事件、工作同盟與諮商結果之分析研究。國立彰化師範大學輔導研究所博士論文 (未出版)。
- 黃瑞琴 (民80) 質的教育研究法。台北, 心理。
- 黃鈺敏 (民84) 第一次晤談的諮商結果與發生的重要事件、諮商員的介入及當事人的反應之分析研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導系碩士論文 (未出版)。
- 劉淑慧 (民84) 個別諮商督導評量表的修訂過程。國科會專題研究報告 (未出版)。
- 劉焜輝 (民87) 害群之馬—罔顧專業倫理的「諮商師」。載於「輔導線上」, 諮商與輔導月刊, 第151期。臺北, 天馬文化。
- 謝淑敏 (民82) 諮商歷程中好的時機之分析研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文 (未出版)。
- Banmen, J. (1999). Some basic principles of brief therapy. In J. Banmen (Eds.), *Satir's systemic brief therapy training program: Counseling practicum workbook for Taiwan professionals*. Taipei: Taiwan Satir Center.
- Barker, S. L., Funk, S. C., & Houston, B. K. (1988). Psychological treatment versus nonspecific factors: A meta-analysis of conditions that engender comparable expectations for improvement. *Clinical Psychology Review, 8*, 579-594.
- Bell, M., Billington, R., & Becker, B. (1985). A scale for the assessment of object relations: Reliability, validity, and factorial invariance. Unpublished manuscript.
- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory Research and Practice, 16*, 252-260.
- Bordin, E. S. (1980). Of human bonds that bind or free. Paper presented at the annual meeting of the Society for Psychotherapy Research, Pacific Grove, CA.
- Bordin, E. S. (1989). Building therapeutic alliances: the base for integration. Paper presented at the annual meeting of the Society for the Exploration of Psychotherapy Integration, Berkeley, CA.
- Bottari, M., & Rappaport, H. (1983). The relationship of patient and therapist reported experiences of the initial psychotherapy. *Psychotherapy, 20*, 355-357.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Budman, S. H., & Gnrman, A. S. (1988). *Theory and practice of brief therapy*. New York: Guilford.
- Butler, S. F., & Strupp, H. H. (1986). Specific and nonspecific factors in psychotherapy: A problematic paradigm for psychotherapy research. *Psychotherapy, 23*, 30-40.
- Burlingame, G. M., & Behrman, J. A. (1987). Clinician attitudes toward time-limited and time-nulimited therapy. *Professional Psychology: Research and Practice, 18*, 61-65.
- Corey, G., Corey, M., & Callanan, P. (1993). *Issues and ethics in the helping professions*. Pacific Grove, CA: Brooks / Cole.
- Critelli, J. W., & Neumann, K. F. (1984). The placebo: Conceptual analysis of a construct in transition. *American Psychologist, 39*, 32-39.
- Crits-Christoph, P., Barber, J., & Kurcias, J. S. (1991). *The accuracy of therapists' interpretations and the development of the therapeutic alliance*. Manuscript submitted for publication.

- Crits-Christoph, P., Coop, A., & Luborsky, L. (1988). The accuracy of therapists' interpretations and the outcome of dynamic psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 456*, 490-495.
- DeClericq, M., Goffinet, S., Hoyois, P., & Brusselmans, M. (1991). Crisis intervention in emergency: Project design and preliminary outcome data. Paper presented at the annual meeting of the Society for Psychotherapy Research, Lyon, France.
- Eysenck, H. J. (1952). The effects of psychotherapy: An evaluation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 16*, 319-324.
- Elliott, R. (1986). Interpersonal Process Recall (IPR) as a psychotherapy process research method. In L. S. Greenberg & W. M. Pinsof (Eds.), *The psychotherapeutic process: A research handbook*.
- Feldman, D. M. (1989). The object relations and the therapeutic alliance: *An empirical study*. Doctoral dissertation, Yeshiva University.
- Foreman, S., & Marmar, R. C. (1985). Therapist actions that address initially poor therapeutic alliances in psychotherapy. *American Journal of Psychiatry, 922-926*.
- Freud, S. (1966). The dynamics of transference. In J. Strachey (Eds.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*, 99-108. London: Hogarth Press.
- Frieswyk, S. H., Allen, J. G., Colson, D. B., Coyne, L., Gabbard, G. O., Horwitz, L., & Newsom, G. E. (1986). Therapeutic alliance: Its place as a process and outcome variable in dynamic psychotherapy research. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 54*, 32-38.
- Gaston, L. (1990). The concept of the alliance and its role in psychotherapy: Theoretical and empirical considerations. *Psychotherapy, 27*, 143-153.
- Greenberg L. S., Elliott, R., & Lietaer, G. (1994). Research on experiential psychotherapies. In S. L. Garfield & A. E. Bergin (Eds.) *Handbook of psychotherapy and behavior change*. New York: Wiley.
- Greenson, R. R. (1967). *Technique and practice of psychoanalysis*. New York: International University Press.
- Gustafson, J. P. (1986). *The complex secret of brief psychotherapy*. New York: Norton.
- Hartley, D. E., & Strupp, H. H. (1983). The therapeutic alliance: Its relationship to outcome in brief psychotherapy. In J. Masling (Eds.), *Empirical studies of psychoanalytic theories*, 1-38. Hillsdale, N J: Analytical Press.
- Henry, W. P., & Strupp, H. H. (in press). The therapeutic alliance as interpersonal process. In A. O. Horvath & L. S. Greenberg (Eds.), *The working alliance: Theory, research and practice*. New York: Wiley.
- Horvath, A. O. (1981). An exploratory study of the working alliance: Its measurement and relationship to outcome. *Doctoral dissertation*, University of British Columbia.
- Horvath, A. O. (1991). What do we know about the alliance and what do we still have to find out? Paper presented at the annual meeting of the Society for Psychotherapy Research, Lyon, France.
- Horvath, A. O., & Greenberg, L. S. (1989). Development and validation of the Working Alliance Inventory. *Journal of Counseling Psychology, 36*, 223-233.
- Horvath, A. O., & Luborsky, L. (1993). The Role of the therapeutic alliance in psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61*, 4, 561-573.
- Horvath, A. O., & Greenberg, L. S. (1994). *The Working Alliance: Theory, research, and practice*. New

- York: Wiley.
- Horwitz, L. (1974). *Clinical prediction in psychotherapy*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Howard, K. I., Kopta, S. M., Krause, M. S. & Orlinsky, D. E. (1986). The dose-effect representations and interpersonal relationships. *American Psychologist*, 41, 159-164.
- Johnson, H., & Gelso, C. (1980). The effectiveness of time limits in counseling and psychotherapy. *The Counseling Psychologist*, 9, 70-83.
- Karasu, T. B. (1986). Specificity versus nonspecificity. *American Journal of Psychiatry*, 143, 687-695.
- Keilson, M. V., Dworkin, F. H., & Gelso, C. J. (1979). The effectiveness of time-limited psychotherapy in university counseling center. *Journal of Clinical Psychology*, 35, 631-636.
- Kokotovic, A. M., & Tracey, T. J. (1990). Working alliance in the early phase of counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 37, 16-21.
- Koss, M. P. (1979). Length of psychotherapy for clients seen in private practice. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 210-212.
- Koss, M. P. & Shiang, J. (1994). Research on brief psychotherapy. S. L. Garfield & A. E. Bergin (Eds.), *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, 664-700.
- Lambert, M. J. & Bergin A.E. (1994). The effectiveness of psychotherapy. In A. E. Bergin & S. L. Garfield (Eds.), *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, 143-189. New York: Wiley.
- Lambert, M. J. (1983). Introduction to assessment of psychotherapy outcome: Historical perspective and current issues. In M. J. Lambert, E. R. Christensen & S. S. DeJulio (Eds.), *The assessment of psychotherapy* (pp.3-32). New York: Wiley.
- Lehrke, S. (1977). *Working alliance in early psychotherapy*. Doctoral dissertation, University of Lorr, M. (1965). Client perceptions of therapists. *Journal of Consulting Psychology*, 29, 146-149.
- Lorr, M. (1965). Client perceptions of therapists. *Journal of Consulting Psychology*, 29, 146-149.
- Luborsky, L. (1976). Helping alliance in psychotherapy: The ground work for a study of their relationship to its outcome. In J. L. Claghorn (Eds.), *Successful psychotherapy* (pp 92-116). New York: Brunner/Mazel.
- Luborsky, L. (1996). Awards for distinguished professional contributions: Lester Luborsky. *American Psychologist*, 5, (14), 321-32.
- Luborsky, L., Crits-Christoph, P., Alexander, L., Margolis M., & Cohen, M. (1983). Two helping alliance methods for predicting outcomes of psychotherapy. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 171, 480-491.
- Luborsky, L., Crits-Christoph, P. (1990). *Understanding transference: The core conflictual relationship theme method*. New York: Basic Books.
- Mahrer, A. R. (1988). Discovery-oriented psychotherapy research: Rationale, aims and methods. *American Psychologist*, 43, 694-702.
- Malan, D. H. (1976). *The frontier of brief psychotherapy*. New York: Plenum Press.
- Mann, J. (1973). *Time-limited psychotherapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Mann, J. (1984). The management of countertransference in time-limited psychotherapy: The role of the central issue. *International Journal of Psychoanalytic Psychotherapy*, 10, 205-214.
- Marmar, C. R., & Gaston, L. (1989). Manual of California Psychotherapy Alliance Scales. Unpublished manuscript.

- Marziali, E. A. (1984). Three viewpoints on the therapeutic alliance: Similarities, differences, and associations with psychotherapy outcome. *Journal of Nervous and Mental Diseases*, 172, 417-423.
- May, R. (1988). Brief psychotherapy with college students. *Journal of College Student Psychology*, 3, 17-38.
- Muench, G. A. (1965). An investigation of the efficacy of time-limited psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 12, 294-299.
- Munro, J. N., & Bach, T. R. (1975). Effect of time-limited counseling on client change. *Journal of Counseling Psychology*, 22, 395-398.
- Omer, H. (1989). Specific and nonspecific in psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 43, 181-192.
- Orlinsky, D. E., Grawe, K., & Parks, B. K. (1994). Process and outcome in psychotherapy—noch einmal. In A. E. Bergin & S. L. Garfield (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavior change*, 270-378. New York: Wiley.
- Parloff, M. B. (1986). Placebo controls in psychotherapy research: A sine qua non or a placebo for research problems? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 79-87.
- Phillips, E. L., & Fagan, P. J. (1982). Attrition: Focus on the intake and first therapy interviews. Paper presented at the 90th annual convention of the *American Psychological Association*, Washington, DC.
- Reandeanu, S. G., & Wampold, B. E. (1991). Relationship of power and involvement to working alliance: A multiple case sequential analysis of brief therapy. *Journal of Counseling Psychology*, 38, 107-114.
- Ryan, E., & Cicchetti, D. (1985). Predicting the quality of the alliance in the initial psychotherapy interview. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 173, 717-725.
- Safran, J. D., Muran, J. C., & Wallner Samstag, L. (1990). Resolving therapeutic ruptures: A task analytic investigation. In A. O. Horvath & L. S. Greenberg (Eds.), *The working alliance: Theory, research, and practice*. New York: Wiley.
- Saltzman, C., Leutgert, M. J., Roth, C. H., Creaser, J., & Howard, L. (1976). Formation of a therapeutic relationship: Experiences during the initial phase of psychotherapy as predictors of treatment duration and outcome. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 44, 546-555.
- Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (1993). *Abnormal Psychology*.
- Sifneos, P. E. (1987). *Short-term dynamic psychotherapy*. New York: Plenum Publishing Corporation.
- Smith, M. L., & Glass, G. V. (1977). Meta-analysis of psychotherapy Outcome studies. *American Psychologist*, 32, 752-760.
- Strupp, H. H., & Binder, J. L. (1984). *Psychotherapy in a new key: A guide to time-limited dynamic psychotherapy*. New York: Basic books.
- Wells, R. A. (1982). *Planned short-term treatment*. New York: Free Press/Macmillan.
- Zetzel, E. R. (1956). Current concepts of transference. *International Journal of Psychoanalysis*, 37, 369-375.

收稿日期：1999年12月10日

接受刊登日期：2000年12月8日

Bulletin of Educational Psychology, 2001, 32(2), 71-102
National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R.O.C.

A STUDY ON EFFECTIVE FACTORS AND WORKING ALLIANCE OF SHORT-TERM COUNSELING

CHUAN-FENG CHANG

Department of Psychology
Kaohsiung Medical University

ABSTRACT

This study focused on investigating the interpersonal conflict issue among college students in the context of Chinese culture, and examining the outcome and how these clients go through the therapeutic process in short-term counseling. It was designed to adopt an exploratory approach to study the counseling process. Over the 20 months study, 9 college students with significant difficulties in interpersonal conflict

completed 12 sessions of dynamic-oriented short-term counseling. Audio-tapes were used to record data of both the counselor's and clients' verbal contents, Interpersonal Process Recall (IPR) was administered every three sessions, and the selected interpersonal episodes from the counseling transcripts were evaluated by follow-up in-depth interview conducted by independent raters. Content analyses were also performed to assess effective factors as well as working alliance. The test scores on the counseling effect and the alliance were compared between the intake interviews and the post-therapy interviews. The major findings were as the following: (1) In general, the outcome at the end of counseling was quite satisfactory, with the majority marked improvement. (2) Among the various effective factors, 'guidance' was remarkable in that it may reflect the supportive and educational-oriented connotation in the counseling relationship. (3) The general analysis of working alliance showed that the working dimension was more difficult to develop compared to the affective dimension. (4) The working alliance patterns between the counselor and clients were characterized by individual difference. (5) The counselor's style was problem-solving oriented, which could be identified through IPR assessment, the validity of which could thus be appreciated. In conclusion, the preliminary findings were rather distinct and interesting from the cross-cultural perspective.

KEY WORDS : Working Alliance, Effective Factors, Short-term Counseling, Interpersonal Process Recall