

諮商本土化的實務探索之路：以一次單元督導模式為例

王智弘 楊淳斐*

摘要

本土化的一次單元諮商模式從 1990 年代初期發展至今已近 30 年，歷經應用於電話諮商、網路諮商與面談諮商的實務探索，也經歷理論建構與研究驗證之路，更嘗試了訓練工作坊開設與專書出版的發布與推廣工作，使用一次單元諮商模式的諮商人員人數漸多，在專業成長上需要有相應的督導，而使一次單元督導模式的實務需求與日俱增，因此，為更好的回應使用一次單元諮商模式諮商人員的實務需要，以提升其實務工作的專業性與有效性，發展本土化的一次單元督導模式有其專業與實務上的必要性。一次單元督導模式致力於以一次督導單元的成果為督導的努力目標，強調單次的督導單元必須是具有督導效果的，若有後續的督導單元亦能在此次督導單元的基礎上延續下去，以進一步延伸或擴展督導成果，每一個督導單元除保有與其他單元相結合的開放性之外，單元本身更具有完整自足的獨立性，因此稱為一次單元督導模式。一次單元督導模式以良好的督導關係為基礎，以問題解決導向的結構性督導程序為脈絡，以協助受督者發掘個人生命與助人專業的意義與力量為核心目標，亦即以問題解決為督導的表層目標、以建立個人生命與助人專業的意義與力量為諮商的深層目標，以求督導工作成果的最大化（王智弘、楊淳斐，2016）。一次單元督導模式的發展可說是本地諮商師推動諮商本土化過程中，融合外來諮商專業與本地文化所進行實務探索與理論建構的結果。

關鍵詞：一次單元督導模式、本土諮商心理學、一次單元諮商模式、含攝文化

王智弘 國立彰化師範大學輔導與諮商學系

楊淳斐* 國立台中科技大學通識教育中心 (psycf@nutc.edu.tw)

心理諮商的本土化會經歷實務探索與理論建構之路，因為心理諮商本土化有三個重要的目標，或者說本土諮商心理學有三個重要的研究層次（王智弘，2016，2017；王智弘、劉淑慧、孫頌賢、夏允中，2017；林幸台、王智弘，2018）：（1）外學引入的在地化或者說是在地化的本土化（*localization* 或者 *localizative indigenization*）：西方心理諮商理論與技術的引入會經過一個在地化的過程，透過在地化的轉譯與修正，以期能適用於在地的民眾，也就是西學引入的本土化；（2）文化融合的本土化（*acculturative indigenization*）：將外地引入的心理諮商理論與技術，經過成熟的實務運用與經驗累積，若能進一步與在地的文化傳統與生活經驗相結合即能產生新的本土化層次，包括運用實用主義的折衷，或者「雙差異折射理論」（李維倫、林耀盛、余德慧，2007）文化交互參引的折衷，也就是中西合璧的本土化；（3）文化繼承的本土化（*enculturative indigenization*）：在心理諮商專業發展成熟或本土諮商心理學發展成熟的基礎下，有利於本土心理諮商專業人員從事本土化心理諮商理論的建構，而能由繼承自文化傳統與植基於在地生活經驗的本土文化出發，以創建植出基於本土文化的心理諮商理論與技術，也就是自地發展的本土化。三種心理諮商本土化的目標或層次對本土諮商心理學的發展都很重要，都值得在地專業人員的投入。本文嘗試以一次單元督導模式為例，說明心理諮商本土化所經歷的實務探索與理論建構之路。

一次單元諮商模式發展於九〇年代，起初是源於實務上的困頓與需要，先後遭遇了兩次實務上的挑戰與衝擊，其一是來自電話諮商的挑戰：七成的電話諮商可能只有求助一次；其二是因為網路諮商的衝擊—當事人期待一次諮商能夠立即解決問題，傳統的諮商取向在面對電話諮商與網路諮商的當事人時，顯得有點捉襟見肘，為因應此等「媒體中介諮商」（*media mediated counseling*）的實務需要，在困頓中尋求出路，所謂「山重水複疑無路，柳暗花明又一村」，一次單元諮商模式（*Single Session Counseling Model, SSCM*）乃應運而生（王智弘、楊淳斐，2016）。但一次單元諮商模式理論建構的成熟則是來自本土心理學（*indigenous psychology*）運動所主張之含攝文化的心理學（*culture-inclusive psychology*）的啟發，本土心理學的知識論目標是主張依循文化心理學的原則：「一種心智、多種心態」，也就是含攝文化的心理學希望建構既能代表普世的人類心智，又能表現特定文化人群的特殊心態之本土心理學理論（黃光國，2011；Shweder, et al., 1998）。此等推動含攝文化心理學的理路亦適用於心理諮商領域，以開展含攝華人文化的心理諮商研究，而發展含攝文化的諮商心理學（王智弘，2013），此即是一次單元諮商模式的發展理路。也就是一次單元諮商模式在九〇年代初只有一個結

構性諮商程序的骨架，九〇年代末有了整合不同諮商理論與技術的血肉，千禧年之後才有了本土化的精神與靈魂（殷實，2016）。以至於 2016 年才有了專書的出版。

隨著一次單元諮商模式工作坊的開設與專書的出版，使用一次單元諮商模式的諮商人員人數漸多，在專業成長上需要有相應的督導，一次單元諮商模式也需要有相應的督導模式可以在實務上應用，建構一次單元督導模式的需求與日俱增，因此，為更好的回應使用一次單元諮商模式諮商人員的專業需求與實務需要，提升其實務工作的專業性與有效性，發展本土化的一次單元督導模式有其專業上與實務上的必要性。

秉持一次單元諮商模式的概念與精神（王智弘、楊淳斐，2004，2006a，2006b，2016，2018）：諮商師在諮商服務過程中，致力於以一次諮商單元的成果為專業服務的努力目標，亦即單次的諮商單元必須是具有諮商效果的，若有後續的諮商單元亦能在此次諮商單元的基礎上延續下去，以進行第二單元或後續單元，以進一步延伸或擴展諮商成果。因此，一次單元督導模式的督導師，也是要致力於以一次督導單元的成果為專業服務的努力目標，亦即單次的督導單元必須是具有督導效果的，若有後續的督導單元亦能在此次督導單元的基礎上延續下去，以進行第二單元或後續單元，以進一步延伸或擴展督導成果。

一次單元督導模式同樣要以良好的督導關係為基礎，以問題解決導向的結構性督導程序為脈絡，以協助受督者發掘個人生命與助人專業的意義與力量為核心目標，亦即以問題解決為督導的表層目標、以建立個人生命與助人專業的意義與力量為諮商的深層目標，以求督導工作成果的最大化（王智弘、楊淳斐，2016）。

一次單元督導模式是以一次督導單元達成的效果為督導目標，每一個督導單元除保有與其他單元相結合的開放性之外，單元本身更具有完整自足的獨立性，因此稱為一次單元督導模式。

由於一次單元諮商模式的建構，是折衷取向的諮商理論模式（王智弘、楊淳斐，2016），更是心理諮商本土化—含攝華人文化諮商理論建構的一種嘗試（王智弘，2014，2015a，2015b；王智弘、楊淳斐、劉淑慧、黃宗堅，2015），因此，一次單元督導模式同樣保有理論與技術的折衷取向，以及本土化的態度與精神，除了納入西方文化所發展的心理諮商督導的專業知識，也含攝華人文化的療癒智慧，包括開放彈性，接引源源不斷的文化智慧根源與學術發展新知，以保持多元發展與有機成長的可能性（王智弘、楊淳斐，2016）。

一、一次單元督導模式的主要概念

一次單元督導模式的核心概念強調結構性的督導程序、建立良好的督導關係、運用催化性與問題解決導向之語言文字、改變是督導的核心任務、發現受督者的個人生命與助人專業的意義與力量，以及找出具體且可增強受督者問題解決的行動方案等概念。謹進一步說明如下（王智弘、楊淳斐，2016，2018）：

（一）結構性的督導程序：一次單元諮商模式強調結構性諮商程序的觀點，主要受到一次單元治療（Talmon, 1990）概念所主張之結構性治療程序的啟發（王智弘、楊淳斐，2016）。一次單元督導模式，依循一次單元諮商模式的理路，強調按部就班、步步為營、目標明確、日起有功，並透過結構性的督導程序，使督導能有效率地進行，強調改變的課題與受督者個人生命與助人專業的意義與力量，使督導易於聚焦，朝向問題解決；具體可行的行動方案則能讓受督者得以在生活與諮商實務中落實改變的啟示與領悟，以達成受督者的自我成長與專業成長。

（二）建立良好的督導關係：一次單元諮商模式強調建立良好諮商關係的觀點，主要是受到當事人中心治療（Rogers, 1961）強調治療關係的啟發（王智弘、楊淳斐，2016）。一次單元督導模式，依循一次單元諮商模式的理路，強調督導者要能展現真誠、無條件積極關懷與正確的同理心，而與受督者建立良好的督導關係，亦即一次單元督導模式，強調督導師要透過良好的文字或口語互動，表達真誠、接納與同理的態度，並視督導關係為一次單元督導模式能否順利開展、朝向問題解決與提升受督者自我成長與專業成長的重要關鍵。

（三）改變是諮商的焦點任務：一次單元諮商模式強調改變是諮商焦點任務的觀點，主要受到焦點解決短期諮商（許維素等，1998；張德聰，1999）強調正向的例外、問題的重新建構與改變的積少成多等概念與作法的啟發（王智弘、楊淳斐，2016）。一次單元督導模式，依循一次單元諮商模式的理路，強調問題解決導向與改變的重要性，因此，在每一次督導單元中將會確認專業成長與改變的焦點，並著眼於小改變的獲得，以有利於形成具體且可增強受督者問題解決與專業成長的行動方案。

（四）催化性與問題解決導向之語言與文字運用：一次單元諮商模式強調催化性與問題解決導向之語言與文字運用的觀點，主要是受到敘事治療（White & Epston, 2001）

重視書寫的傳統、文件運用與問題外化等概念與作法的啟發(王智弘、楊淳斐, 2016)。一次單元督導模式, 依循一次單元諮商模式的理路, 強調催化性與問題解決導向之語言與文字運用的重要性, 協助受督者從造成問題與困境的舊故事中解套, 化危機為轉機, 重寫成有益於受督者自我成長與專業成長的新故事。

(五) 發現生命的意義與力量：一次單元諮商模式強調發現當事人的生命意義與力量的觀點, 主要是受到意義治療法與阿德勒學派治療法 (Corey, 2005; Frankl, 2008) 強調人之存在價值、自由意志及生命意義追求的啟發(王智弘、楊淳斐, 2016)。更將之與《黃帝內經》的上藥：精、氣、神的概念, 以及《易經》的「感而遂通」, 活出生命的不易原則相結合。一次單元督導模式, 依循一次單元諮商模式的理路, 強調督導師在督導單元中去鼓勵受督者去覺察其個人的正向特質、內在力量與資源, 並萌發生命的希望與價值, 以重新定向、採取行動、促成改變, 以實踐生命的意義與力量, 再透過對督導單元具體成果作法的落實, 建立追求生命意義與專業成長的勇氣與力量, 以提升受督者價值, 面對與解決目前所遭遇的問題。

(六) 全人療癒觀點—《黃帝內經》的三藥：一次單元諮商模式強調全人療癒的觀點, 主要是受到《黃帝內經》三藥觀點的啟發(王智弘、楊淳斐, 2016)。《黃帝內經》是我國最早的一部醫學經典, 將藥分為三等：下藥為針灸、百草, 中藥為五穀雜糧, 上藥為精、氣、神；亦即下藥在養病, 中藥在養生, 上藥在養命(王智弘、楊淳斐, 2016)。一次單元督導模式, 依循一次單元諮商模式的理路, 強調對前來求助的受督者而言, 督導師協助其解決問題為下藥；協助其發展出健康的生活方式與實務習慣為中藥；協助其啟發生命意義與專業願景為上藥。三藥並進, 以下藥為先、為表；以中藥次之、為體；以上藥為後、為主, 亦即表面先著眼於受督者個人與專業成長問題的解決與改善, 同時培養其健康的生活態度與生活方式以改善體質, 培養良好的實務工作習慣以調整效能, 此為《黃帝內經》「三分醫護, 七分調理」之要義。其實, 督導最主要也最重要的核心目標是在啟發受督者的生命意義與專業成長的勇氣與力量, 《黃帝內經·素問·上古天真論》「醫者不治已病治未病」的概念, 所啟示的是預防更勝於治療的觀點, 協助受督者完成問題解決雖然是督導師的工作項目, 但是協助受督者發展出正向的生命力量與健康生活方式與實務習慣才是督導的核心目標, 簡示如下(王智弘, 2009；王智弘、楊淳斐, 2016, 2018)：

中國人的養身之道：《黃帝內經》的三藥觀點

上藥：精、氣、神→養命→活出生命→發揮生命的意義與力量

中藥：五穀雜糧→養生→調整生活→發展健康的生活方式

下藥：針灸、百草→養病→解決問題→提升問題解決能力

因此，一次單元督導模式取法意義治療法強調追求生命意義與專業成長的勇氣與力量的觀點，是著眼於「養命」；在督導過程中藉由阿德勒學派治療法主張的「鼓勵」作法，強化受督者的信心、勇氣與力量，並結合焦點解決短期心理諮商的概念，獲致督導具體成果作法的逐步實踐，發展出健康的自我意象與生活方式以及良好的實務習慣以「養生」；而將受督導所遭遇自我成長與專業成長的問題化整為零，逐步解決，以不斷提升其問題解決能力與實務技巧，則是在「養病」。為落實對受督者生命意義的追尋以及專業成長勇氣與力量的發現，可著眼於受督者去達成小而近之問題解決與成長目標，隨著具體成果的發展，逐步進展至其他大而遠的目標，亦即隨著督導成果的進展，受督者的能力與勇氣提升，對自我內在與外在生活資源的掌握與運用，受督者將更有足夠的準備與力量去面對追求自由及改變時所要經歷的焦慮與挑戰，並展現生命的價值與意義。

簡單來說，一次單元督導模式主張「全人療癒觀點」，所要強調的是：受督者的問題解決是督導的表層目標，發展出健康的生活方式與實務習慣是督導的中層目標，啟發正向生命意義與專業成長的勇氣與力量才是督導的深層目標。

(七) 改變的智慧—《易經》的三易：一次單元諮商模式強調改變智慧的觀點，主要是受到《易經》三易原則的啟發（王智弘、楊淳斐，2016）。《易經》有變易、簡易與不易的三易原則，恰可對應《黃帝內經》的三藥觀點。首先是《易經》的不易原則，《易經·繫辭上傳》明言：「易，無思也，無為也，寂然不動，感而遂通天下之故，非天下之至神，其孰能與於此。」《易經》揭示的生命意義，是寂然不動的真理，人們要在一生中努力自我修為，不斷精進學習、參透，感而遂通天下萬事萬物之理，活出生命的意義，因此，活出生命在不易（王智弘、楊淳斐，2016）。其次是簡易原則：《易經·繫辭下傳》明言：「夫乾，確然示人易矣；夫坤，隤然示人簡矣。」《易經》透過簡易的八種大自然現象—八卦，以簡御繁，以簡易原則掌握大自然的變化。現代生活雖然多變，但是萬變不離其宗，人們要在大自然中食用自然的食材、過簡單規律的生活以調養身心，維持身心的平衡和諧，亦即調整生活在簡易（王智弘、楊淳斐，2016）。最後是變易原則：《易經·繫辭下傳》明言：「易，窮則變，變則通，通則久。」當人們遭遇困難問題，面臨山窮水盡之境，要解決問題不能一成不變，必須發展與應用各種問

題解決的技巧與方法，力求變通之道，尋求柳暗花明之途，是故，解決問題在變易（王智弘、楊淳斐，2016）。《易經》的三易原則可簡示如下（王智弘，2014b；王智弘、楊淳斐，2016）：

不易：活出生命在不易→寂然不動，感而遂通

簡易：調整生活在簡易→以簡御繁，萬變不離其宗

變易：解決問題在變易→窮則變，變則通

因此，一次單元督導模式的概念內涵所強調的追尋生命意義與發現生命力量以「養命」的觀點，是要活出「不易」的生命意義；發展出健康的自我意象與生活方式以及良好的實務習慣以「養生」的觀點，是要活出「簡易」的生活方式；而透過不斷去面對自我成長與專業成長的問題，提升問題解決能力與實務技巧以「養病」的觀點，是要活出「變易」的問題解決能力。

簡單來說，《黃帝內經》的全人療癒三藥觀點與《易經》的三易原則是一次單元督導模式的理論核心，督導者抱持存在意義取向之當事人中心治療法的助人態度與受督者建立良好的督導關係，運用意義治療法與阿德勒學派治療法的意義尋求與目標導向建立正向鼓勵的督導方向，以協助受督者活出「不易」的生命意義，「簡易」的生活方式與實務習慣，以及「變易」的問題解決能力。

（八）人劍合一、術德兼修的專業成長觀：一次單元督導模式強調人劍合一、術德兼修的專業成長觀，主要是受到區辨模式（Discrimination Model）的啟發（梁翠梅，1996；Bernard, 1979; Bernard & Goodyear, 1998）以及儒家助人思維與助人專業倫理雙元模型（The Duality Model of Professional Ethics for Helpers）的影響（王智弘，2013，2016，2018）。區辨模式提到督導時要看到受督者三個面向的技巧（梁翠梅，1996；Bernard, 1979; Bernard & Goodyear, 1998）：1.歷程技巧（Intervention skill, Process skill）：也就是諮商師用來催化諮商歷程的技巧，包括：（1）基本溝通技巧；（2）發展性技術與策略；（3）改變技術；（4）開啟與結束諮商的技術；2.概念化技巧（Conceptualization skill），包括：（1）對當事人形成概念；（2）對問題形成概念與處理策略；3. 個人化技巧（Personalization skill），包括：（1）個人之自我覺察；（2）諮商關係中之自我覺察；（3）諮商師之角色認同。其中從歷程技巧與概念化技巧面向，督導師可協助受督者探討其在諮商過程中展現之治療技巧，及對案主問題的評估與處理策略評估，以評估其個人專業知識與技術的發展狀況，而協助受督者解決其臨床實務上所遭遇之問題，並促進其專業成長；而從個人化技巧面向，督導師可協助受督者去看到受督者自

然我與專業我之統整與合一狀況，以及覺察受督者對專業倫理之認同程度、反省與身體力行的狀況；前者可助其發展「變易」的問題解決能力，而後者則可助其追求人（自然我）劍（專業我）合一的專業成長，以活出「不易」的生命意義。

一次單元督導模式也秉持助人專業倫理雙元模型（王智弘，2013，2016，2018）的精神，強調助人專業人員除了要遵守外在客觀的理性規範（法律、倫理守則、機構規定...），以保護當事人五大權益並善盡助人者三大責任之外，更要追求內在主觀的自我修為，先求盡己（自我要求）而後推己（善待當事人），而從儒家的觀點來看諮商與倫理（王智弘，2013，2016，2017，2018），諮商是諮商師成己之美而後成人之美，諮商是諮商師修己而後安人，而倫理是諮商師盡己而後推己，因此，諮商的本質即是倫理的實踐，倫理的展現即是諮商的功能，所謂諮商即是倫理、倫理即是諮商，儒家的助人哲學是強調「專業與倫理合一觀」，也就是強調術德兼修。因此，一次單元督導模式的核心精神，即在協助受督者發展其術德兼修的專業成長觀，以追求專業與倫理合一之生命意義實踐與專業成長目標。

二、一次單元督導模式的督導程序與重點

一次單元督導模式的結構性督導程序包含八個部分，基本上有先後順序，但並非是截然劃分與不可變動的，特別是在第一次督導單元中，次序性較為明顯，在第二次督導單元之後，程序的安排則有很大的彈性，主要是針對受督者需求與督導的進展來做自然的應用與調整。基本上，此程序進展的主要概念反映了一次單元督導模式的結構性與問題解決導向概念，亦即，前一程序的具體成果推動了下一程序的開展，而程序的順利開展催化了督導單元往達成督導具體成果的方向邁進。督導程序的節奏與步調，主要發自督導者的至誠，依循互動的自然節奏以達到協助受督者追求最大自我成長與專業成長的目標。

一次單元督導模式的八個程序，或稱七加一程序（即七個必要程序與一個選擇程序），依序為（王智弘、楊淳斐，2016，2018）：

（一）展現良好的督導態度以建立督導關係：督導師除了在一開始透過口語與文字表達，充分展現真誠、關懷與同理的態度，並持續在督導過程中維持、展現此態度的基調。展現良好的督導態度以建立督導關係是一次督導單元督導師最重要的任務。若進入第二次督導，除了要承接上次單元的程序：簡要回顧第一次督導單元的內容，確認

並肯定第一次督導單元的成果與後續在受督者生活中的發展，並向受督者說明每一單元的督導目標在於增進督導的具體成果，藉此進一步開展新的督導程序，使受督者與督導師共同為增進督導的具體成果而努力，並且持續展現良好的督導態度以維繫督導關係。督導師展現良好的督導態度，在於真心與受督者的生命交會，透過眼神接觸、身心的專注投入、慈悲關懷的生命態度，與受督者進行生命的互動，關照其身心的受苦與愉悅狀態，同步感受其目前的生命處境。基本的溝通技巧可協助督導過程的進展，使當事人能一步步打開心門，述說自己的生命故事與遭遇的問題。同理心的表達與情緒的接納是建立督導關係的重要工作，常見的用語是：「您覺得..(情緒形容詞)，因為..(事件描述)」、「因為..(事件描述)的發生，我可以感受到您..(情緒形容詞)」。

(二) 肯定受督者接受督導與面對問題的勇氣：肯定受督者此次接受督導的行為與面對問題的勇氣，因為接受督導與面對問題是良好改變與專業成長的必要條件。特別在受督者的第一次接受督導的經驗或第一次的督導單元，即要積極肯定當事人接受督導的行為已開展其追尋生命意義與有價值改變的過程；若進入第二次督導單元，則要積極肯定受督者願意繼續追求成長與面對問題的決心與勇氣，督導師願意與其一起為提升督導的具體成果而努力。督導師透過言語與行為表達對受督者接受督導行為的肯定，確認接受督導是勇敢的表現，面對問題就是解決問題的開始，而接受督導與面對問題的勇氣就是解決問題的原動力。此外，即使是非自願的受督者也會加以肯定，因為受督者亦是突破個人的心理掙扎以出現在督導者眼前，因此督導會據此加以肯定。表達肯定是此程序的重要工作，可行的用語是：「您選擇來接受督導就是正確的決定」、「當您決定要面對問題就是問題解決的開始」。

(三) 強調改變的可能性與對問題解決的信心：受督者因為遭遇自我成長與專業成長的問題而來，督導的目的是希望受督者經歷正向的改變而歸。督導師引導受督者對生活中發生（特別是最近發生）之「改變」經驗的體驗，或透過說明先前督導單元的改變成果，強調改變之可能性，並說明從過去督導師協助許多受督者成功改變的經驗，可以肯定督導的功能，若受督者對自己與督導有信心，願意面對問題加以解決，透過問題解決方法與技巧的學習與運用，即使一次單元督導亦能使受督者的問題獲得一定程度的改善，並且達到督導的具體成果。強化改變的動機與對督導的信心是此程序的重要工作，可行的用語是：「生命中隨時面臨改變，可能變好也可能變壞，當您在變壞時選擇來尋求督導就是變好的開始」、「禍兮福之所倚、福兮禍之所伏，危機就是轉機，

當您決定要面對危機就是轉變的契機」、「在您決定要來督導時即已踏上改變與專業成長之路，改變在督導之前已經開始，在督導之後也不會結束」、「督導的起步就是改變與專業成長的開始」。

(四) 找出督導焦點與選擇可解決的問題：受督者帶著問題解決與專業成長的期待而來，不管問題是來自臨床實務工作中遭遇的困境，或是個人專業成長的瓶頸，或是受督者成長過程中長期累積的負面經驗，或是環境中不可控制的系統問題，督導師一定要找出督導單元的焦點。督導焦點的選擇最好是能同時考慮受督者最想解決的問題、督導師最擅長解決的問題及最容易解決的問題，但宜以最容易解決的問題為優先，以集中火力、單點突破，在一次單元中獲致具體的督導成果，以期能累積問題解決的成功經驗，督導師在此階段可運用區辨模式以協助受督者辨識其所遭遇為何種技巧層面的專業成長問題（梁翠梅，1996；Bernard, 1979; Bernard & Goodyear, 1998）。透過歷程化技巧層面的督導以協助受督者改善其臨床實務巧、透過概念化技巧層面的督導以受督者對案主問題的評估與處理能力，以及透過個人化技巧層面的督導以協助受督者提升其自我修為，以邁向人劍合一、術德兼修的自我成長與專業成長目標。找出督導焦點與選擇要解決的問題是此程序的重要工作，可行的用語是：「在所有問題中您最想解決的是什麼？」、「在所有問題中您覺得最容易解決的是什麼？」

(五) 找出受督者的生命意義與力量：督導師應協助受督者找出生命意義與專業成長的勇氣與力量，因為受督者對自己的生命意義與專業價值感可能有造成其困境的假設，督導師應協助受督者重新建構自己的生命意義與專業價值感，這是一次單元督導模式的核心任務。在協助受督者尋求解決問題的過程中，督導師持續肯定受督者與問題共處歷程中所忍受的煎熬與付出的努力，以確認受督者的生命韌性與生存勇氣。督導師透過協助受督者找出生命中的正向例外與成功經驗，使受督者看到自己的優點與長處；透過同理受督者面對臨床實務挑戰或個人生活困擾的經歷與所展現出的容忍力，使受督者肯定自己的毅力與韌性；透過詢問受督者有何理由使其能因應生命成長過程與專業發展歷程中所經歷的挫折與打擊，使受督者發現自己生命的意義與從事專業工作的理由。督導師的努力目標是鼓勵受督者，即使眼前的問題造成巨大的困擾、生命的挫折帶來難受的打擊，受督者還是可以帶著勇氣、希望與重獲生命意義及力量的意志力來面對問題及生命。為增加受督者成功的機會，督導師可同時協助受督者找出可運用的外在資源與社會支持系統。此程序的重要工作是協助受督者找出生命意義與專業成

長的勇氣與力量，可行的用語是：「經歷了這麼多挫折與打擊，支撐您活下來與堅守專業的最重要理由是什麼？」、「經歷了這麼多的困難與痛苦，您賴以支撐的力量是什麼？」、「當您遭遇問題時，誰最為您感到難過？誰最願意為您伸出援手？」、「當您得到成功時，誰最為您感到高興？誰最願意為您喝采？」

（六）提出受督者可具體改變的任務與演練可能的解決方案：在確認與強化受督者生命意義與專業成長的勇氣與力量的同時，督導師需針對受督者選擇的問題與督導焦點，協助受督者提出有助於問題解決且成功機率極高的小型任務，也就是家庭作業，此等小型任務可能是要落實於臨床實務過程中的改變任務，通常可提出三個左右，也可能是針對其自我成長與專業成長所要面對的改變任務受督者只要完成一個即為成功。規劃完小型任務的可行方案後，若為可能，督導師與受督者可即時加以預演，以發掘可能遭遇的困難，並進行可行性的修正以逐步化解問題，同時應協助受督者發掘可運用的外在資源、專業與社會支持系統，以增加成功的機率。透過成功經驗的累積，可提升受督者的對問題解決的希望感，增加改變的信心。此程序的重要工作是選擇與演練有助於問題解決與專業成長的小型任務，可行的用語是：「您認為您可以做一件什麼事是有助於解決問題與專業成長且最可能成功的？」、「您認為您可以做一個什麼改變是有助於解決問題與專業成長且最可能成功的？」、「您認為找誰來幫忙最有助於解決問題與專業成長？」、「您認為誰是最願意幫您解決問題與專業成長的人？」

（七）肯定督導與受督者的努力成果：在即時督導情境中，最後可詢問受督者在執行改變任務上有無疑問，有疑問則當面釐清；在非即時諮商督導中，則可預擬可能產生之疑問加以釐清。若無疑問或釐清疑問後，再進行最後四步驟回饋：1.確認：說明受督者確實有必要尋求督導的理由；2.肯定：肯定受督者在本次督導中有關認知、情感與行為上的學習對解決問題與提升專業成長是有幫助的，以確認本次督導單元的成果；3.分析：以具積極意涵與可改變性的方式描述受督者的問題，並強調受督者的生命意義與專業成長的勇氣與力量；4.對策：提出具體的小型任務讓受督者在實務工作與日常生活中加以實踐。督導單元在完成最後回饋後結束，結束前督導師除表達祝福之意，亦可說明進行追蹤或進行下一單元督導的可能性。

督導師透過最後問題的釐清、最後四步驟的回饋、表達祝福及預告追蹤與下一單元，完成此一單元督導，以總結督導單元的收穫，確認此等收穫是督導師與受督者共同努力的成果，建立受督者對一次單元督導模式有效性的明確印象，預告可能會進行

後續的追蹤以確認受督者的小型任務是否達成，以鼓勵受督者於日常生活與實務工作中應用與落實督導單元中的學習成果，並歡迎與討論受督者進行下一單元督導的可能安排以進一步累積督導成果。此程序的重要工作是最後的總結與預告，可行的用語是：「您選擇來尋求督導是一個必要且正確的決定」、「在此單元中我們探討與分析了有關..的想法（認知），同時也探討與體會有關..的感受（情感），並探討與演練有關..的行動與小型任務（行為），這對解決問題與專業成長是很有幫助的」、「您確實遭遇到問題，雖然並不容易但是可以解決」、「讓我們從小型任務開始，練習問題解決」、「累積小小的改變就可以變成大的改變」、「我們會在..時候，透過..與您聯繫，希望到時候能聽到您的好消息」、「督導室的大門隨時為您敞開」

（八）追蹤或進行下一單元督導：一次單元督導模式在結束一次督導單元後，會進行追蹤及（或）進行下一個單元。督導師透過電話或郵件（傳統或電子）或其他與受督者約定好的通訊方式以追蹤受督者的小型任務執行狀況，無論受督者達成多少進展或遭遇任何挫敗與困難，都要積極肯定其生命意義與專業成長的勇氣與力量，肯定其付出的努力與改變的成果，如同尼采的名言：「有生存理由的人能忍受任何生存方式。」肯定受督者之生命意義與專業成長的勇氣與力量是絕對必要的，如同焦點解決短期諮商的正向觀點，一次單元督導模式的督導師在受督者有所進展時會說：「您是怎麼做到的？」來加以肯定，而在受督者遭遇挫敗時會說：「您是怎麼堅持過來的？」。凡事以正向角度看待，以積極樂觀的方式肯定與支持受督者是督導的基本立場。

一次單元督導模式不是一次督導模式，督導師在督導單元結束時會鼓勵與安排受督者預約下一個單元，若對受督者進行的是非機構內督導隸屬關係而以專家諮詢（*expert consultation*）為內涵的一次單元督導，督導師的態度是開放與尊重的，下一個督導單元是否進行主要取決於受督者的選擇；若對受督者進行的是機構內督導隸屬關係的長期督導，則依在機構脈絡下經告知督導過程（*due process*）所議定的督導關係與督導計畫，以進行後續的督導單元。其中，追蹤小型任務的執行情形是此程序的重要工作，若受督者執行小型任務有所進展、問題有所改善時，可行的用語是：「太棒了！您是怎麼做到的？！」並邀請受督者分享成功的心得與喜悅；若受督者尚未執行小型任務、問題尚未改善時，則會說：「沒關係，我們看看該怎麼動手開始」並與當事人討論如何執行小型任務；若受督者執行小型任務失敗、甚至問題變得更糟時，則會說：「您一定很難過，這些日子您是怎麼熬過來的？」並給受督者加油打氣，探討失敗的可能原因，尋求可能的解決之道，並鼓勵其再接再厲、再進行下一次的督導單元。無論結果

如何，督導應清楚說明「督導的大門永遠敞開」，積極邀請受督者在自覺有必要時歡迎其再求助或與督導者聯繫，以協助受督者化解困境或擴大督導的具體成果。

三、一次單元督導模式的督導策略

(一) 一次單元督導模式的單元目標與整體目標：一次單元督導模式以個別單元為工作重心，做好每一個督導單元是督導師的工作目標，但是一次單元督導並非是一次督導，雖然要有把每一次督導視為最後一次督導、抱持一定要把這次督導做好的決心，依然有其後續可能發展的計畫，因此，一次單元督導模式有其個別督導單元的目標，也有其督導計畫的整體目標：1.單元目標(王智弘,2009;王智弘、楊淳斐,2016,2018)：一次單元督導模式的單元目標是以達成每一督導單元的具體成果為手段。透過結構性的督導程序，由肯定受督者尋求督導的行為與勇氣拉開督導序幕，藉由良好督導關係的建立，開展受督者的問題探索與聚焦，進而確認問題的解決與設計改變的任務，並經由問題解決與改變任務的演練與修正，建立當事人對問題解決與改變的信心，也就是說，一次單元督導模式是透過達成每一督導單元的具體成果為手段，建立受督者對問題解決與改變的信心為目標。由於督導關係為三人關係，受督者所服務案主的福祉亦為督導過程中關注的焦點，因此，督導目標的達成乃有雙層目標的考量：一是臨床實務的督導目標：在協助受督者改善其臨床實務技巧，以及提升其對案主問題的評估與處理能力，以增進案主之福祉；二是專業成長的督導目標：在協助受督者提升其自我修為，以邁向人劍合一、術德兼修的自我成長與專業成長目標。

2.整體目標(王智弘,2014;王智弘、楊淳斐,2016,2018)：一次單元督導模式並非以一次督導單元為限，每一督導單元可能有後續發展，而接續的督導單元可累積先前督導單元的效果，以達成督導的整體效果，整體來說，一次單元督導模式的整體目標有表層、中層與深層三個層次：(1)表層目標：以受督者的問題解決為督導的焦點任務，督導的工作原則在「變易」，透過靈活的策略與多元的技巧來探討受督者問題的解決之道；(2)中層目標：以受督者的日常生活與實務工作型態改變為工作重點，督導的工作原則在「簡易」，透過仔細地探究以適切調整受督者的日常生活作息與實務工作習慣；(3)深層目標：以發現受督者之生命意義與專業成長的勇氣與力量為工作重點，督導的工作原則在「不易」，透過引發受督者的情感體會、認知啟發與行為實踐，以領悟生命意義與專業成長的勇氣與力量。

(二)一次單元督導模式的核心任務與實務策略：1.核心任務(王智弘，2014；王智弘、楊淳斐，2016，2018)：為達成督導的整體目標，需在督導過程中透過應用靈活的實務策略，以完成核心任務，而督導師要完成一次單元督導模式的核心任務，需透過結構性的督導程序，表現真誠、無條件積極關懷與正確同理心的態度，建立良好的督導關係以展開督導，運用催化性與問題解決導向之語言與文字，以問題解決導向與改變的任務為主軸，達成問題解決的表層目標(問題解決)與生活型態與實務習慣改變的中層目標(生活改變)；同時督導師相信受督者有能力做正向與建設性的決定，尊重受督者的存在價值、自由意志以及生命意義與專業成長的追求，以達成發現個人的生命意義與力量的深層目標(生命意義)。總而言之，督導師需整體考量應用三藥觀點與三易原則，協助受督者面對個人其臨床實務問題，或受督者個人自我成長與專業成長問題，以因應臨床問題，生活問題與生命問題的挑戰；2. 實務策略(王智弘，2014；王智弘、楊淳斐，2016，2018)：(1) 同理共情、始終如一：督導師透過真誠、關懷與同理的態度，與受督者建立良好的督導關係，示範良好的溝通技巧，提升其人際敏感與人際互動能力，並保持良好的督導關係直到督導結束。同理共情是自始至終、分分秒秒都要維持的督導狀態，同理共情是助人工作者專業服務的一種基本態度，是從專業服務開始到結束都不改變的一種態度。同理共情的技巧與態度，不只是在口語溝通層面、認知層面與感受層面，更是在心靈層面。因此，也就是說，同理心更深的意涵是生命經驗的修通與連結，是小我與大我的連結，是自己與他人生命的連結。口語的溝通與生命的感通是同理心的兩種過程、兩層境界，同時發生、相輔相成；(2) 解決之道、量身打造：督導師針對受督者的問題，無論是臨床實務問題或受督者個人自我成長與專業成長的問題，選擇合適的技術與技巧，甚至設計創新的方法與技巧以協助受督者，改善其對問題的認知與情緒困擾，或者透過具體的行動與措施去改變受督者的行為，撼動造成問題的環境因素，不過正如前文所述，所有助人技巧的選用要合乎重視全人療癒之預防醫學與健康促進的三藥觀點，以及蘊含改變智慧的三易原則，且以受督者及其當事人最大福祉為考量。以變易原則選用技巧，提升受督者的問題解決能力；以簡易原則化繁為簡、順應自然以調整生活，以協助受督者發展健康的生活方式；以不易原則發掘與感悟生命的意義與力量以活出生命，協助受督者發揮生命的意義與力量；(3) 明修棧道、暗渡陳倉：明在解決問題，實為提升希望。表面上，督導師透過深層關懷、積極參與，協助受督者評估其心理狀態，增進自我了解與洞察，探索問題的關鍵，激發其改變的動機，探討問題解決之道，以解決問題；實際上，是伺機鼓勵受督者覺察自身優點、力量與資源，肯定生命的希望與價值，特別是督導師應以個人對自我

生命的信心與勇氣做為示範，鼓勵受督導面對問題、採取行動、促成改變，肯定生命意義，此兩者互為表裡、相輔相成，當問題獲得改善與解決，受督者亦能提升個人自我評價與生命力量。在督導過程中，當督導師透過「鼓勵」受督者覺察其個人的正向特質、內在力量與資源，因而萌發生命的希望與價值時，亦有助於重新定向、採取行動、促成改變、解決問題，以實踐生命的意義與力量；生命意義與力量透過問題解決的過程，以獲得督導單元具體成果的作法加以落實，亦即，對個人生命意義的追尋與生命力量的發現，乃著眼於小而近的目標，隨著督導單元成果而進展至其他大而遠的目標；（4）師法自然、調整生活：督導師透過對受督者身體狀況、生活作息、飲食運動、休閒活動的了解，協助受督者評估其生活狀態、生理狀況與實務工作習慣，與受督者共同探討生理照護、作息調整、飲食運動規劃、休閒活動安排以及實務工作方式與習慣，基本上是希望能以更順應自然的方式，改變生活方式與實務習慣，增進生理健康、生活安適與最佳實務表現，此依循的是簡易原則，受督者如何因應大自然時序來作息、飲食，比如：養成健康規律的睡眠時間、攝取在地食物與當令蔬果、規劃適切的體適能活動、以及最佳實務工作習慣方式等，都是有助於促進健康及可以調整的生活方式；（5）禍福相倚、否極泰來：受督者的尋求督導時機若為其遭遇困難瓶頸或挫折困頓之際，督導師可引導受督者了解「禍福相倚」的生命處境，激發其危機即是轉機的改變動機，探討問題解決之道，而萌生股市觸底反彈之希望，以及「否極泰來、由剝反復」之生命力道；（6）覺照生命、感而遂通：督導師透過自身充分覺察「此時此地」、「活在當下」，以「全神貫注」的態度與受督者「會心互動」，催化受督者投入面對問題層面「當下現場」的覺察狀態、面對生活層面「全人整體」的覺知狀態，與面對生命層面「天人合一」的覺照狀態，方能井脈相連、感而遂通，肯定生命意義。督導過程表面上是語言的溝通，事實上是同時發生生命的感通，是小我與大我的連結，是督導師與受督者生命的連結。督導過程是兩個人共同學習的過程，在督導現場的存在感中，督導師與受督者的生命相會，並與大自然的生命力量相交，感而遂通天下萬事萬物之理，活出生命的意義，不只是受督者，督導師也能從中受益；（7）受苦意義、煩惱菩提：督導師透過自身的經驗分享與生命體悟與受督者探討「受苦有其意義」「煩惱即是菩提」的生命智慧，對生命中自身所不易與不能改變的狀態，賦予淬鍊生命成長的價值與意義，改變能改變的，接納不能改變的，更體認受苦與煩惱是生命成長與專業成長的重要課題與珍貴資糧；（8）人劍合一、術德兼修：一次單元督導模式會運用區辨模式（梁翠梅，1996；Bernard, 1979; Bernard & Goodyear, 1998）的歷程技巧與概念化技巧層面，以協助受督者探討其在諮商過程中展現之治療技巧，及對案主問題的評估與處理策略評估，

以協助受督者評估其個人專業知識與技術的發展狀況，以求專業成長的改進；而運用個人化技巧層面，以協助受督者去看到受督者自然我與專業我之統整與合一狀況，以及覺察個人對專業倫理之認同程度、反省與身體力行的狀況，；並運用助人專業倫理雙元模型與儒家觀點（王智弘，2013，2016，2017，2018）以進一步協助受督者評估是否合乎外在客觀的理性規範（法律、倫理守則、機構規定...），以保護當事人五大權益並善盡助人者三大責任，以及鼓勵受督者去追求內在主觀的自我修為，先求盡己（自我要求）而後推己（善待當事人），而能成己之美而後成人之美，修己而後安人，以成為術德兼修的助人專業人員。

如前文所述，一次單元督導模式不是一次督導模式，可運用於非機構內督導隸屬關係，而以專家諮詢（*expert consultation*）為本質的一次單元督導，其目標是以受督者的專業成長為焦點而同時兼顧案主的福祉，督導師的態度是開放與尊重的，下一個督導單元是否進行主要取決於受督者的選擇；若對受督者進行的是機構內督導隸屬關係的長期督導，其目標是以當事人的福祉為焦點而同時兼顧受督者的專業成長，則依在機構脈絡下經告知督導過程（*due process*）所議定的督導關係與督導計畫，以進行後續的督導單元。整體而言，一次單元督導模式的發展是因應一次單元諮商模式發展的自然成果，也是本地諮商師推動諮商本土化過程中，融合外來諮商專業與本地文化所進行實務探索與理論建構的結果。

本期的文章，都是針對外來的諮商理論與技術進行本土化的實務應用經驗加以探討，杜芝韻與許瑛珺（2019）所撰寫的〈家庭作業設計為核心要素：焦點解決短期諮商理論融入國小學童母親親職教育團體方案效果之研究〉乃在探討焦點解決短期諮商理論如何如入國小學童母親親職教育團體，透過實驗組與控制組設計所得量化資料與質性訪談所得的質性資料，以探索焦點解決短期諮商應用於親職教育團體的成效，這是本地諮商師在應用外來諮商專業理論技術所進行的移地運用與實務檢驗的過程，也是運用外來諮商理論與技術的必要過程，研究者在研究過程付出許多心力，值得肯定，美中不足的是在文化層面上的探討較少，雖然焦點解決短期諮商因其有去專家化的立場，被視為具有穿透文化藩籬的特質，但許維素（2017）仍針對焦點解決短期諮商於台灣華人文化的適用性提出四大項 25 小項的討論，非常值得參考，是本地諮商師對外來諮商理論與技術進行在地化的本土化過程實務探討的典範；相對而言，本期收錄的另一篇實務探索的文章是由呂美莉與孫頌賢（2019）所提出的〈諮商師學習情緒取向伴侶諮商中同理反映之經驗研究〉，研究目的在了解諮商師學習與運用情緒取向伴侶諮商（*Emotionally Focused Therapy, EFT*）的經驗，並針對學習上所遭遇的困難，以及如

何調整學習策略加以探討，此一研究的焦點亦是針對學習與運用外來諮商理論與技術時所經歷在地化的本土化過程之實務經驗，值得注意的是在此文最後的討論環節中，作者提出了對於引進外來諮商理論的本土化反省，作者寫到：「當代台灣諮商實務，幾乎都是從國外直接引進治療理論與技術，並且透過機構訓練發展，似乎較缺乏將一個學派放在學術領域中，做長期個案研究、臨床觀察，並從研究證據中取得其對台灣社會實質幫助的應證。」(p. 68) 因為，作者認為：「不同文化的情緒表達可能具有差異，而同理反映是一種情緒表達的歷程」(p. 68)，因此作者提出疑問：「EFT 的同理反映對台灣伴侶治療的實際成效究竟為何？在文化的差異性上，我們是如何將其融合運用在台灣社會？在本土化諮商的發展中，EFT 同理反映運用，是否需要做修正？或是不同性別、年齡、實務資歷的助人工作者，在此同理反映學習上是否有差異？甚至，可以增加個案觀點來進行研究，藉由個案與諮商師之間的交叉檢核，可能更能看到同理反映的效果與意義。這些都是值得進一步探討的議題。」(pp. 68) 作者所提出的本土化思索與反省非常重要，諮商師基於當事人福祉的考量，而將外來的諮商理論與技術，進行本土化的實務探索，是專業的必要考慮，也是倫理的必要考慮，因此，此等外學引入的在地化或者說是在地化的本土化之探討，不但可為文化融合的本土化與文化繼承的本土化奠定有利的基礎，更是助人專業人員以當事人福祉為核心，人劍合一、術德兼修精神的具體展現。本期兩篇實務探索的論文是一個很好的起點。

參考文獻

- 王智弘 (2009)。網路諮商、網路成癮與網路心理健康。台北：學富文化。
- 王智弘 (2013)。積極投入含攝文化理論建構：以助人專業倫理雙元模型為例。台灣心理諮商季刊，5 (3)，vi-xi。
- 王智弘 (2014)。含攝華人文化的心理諮商與心理治療觀：一次單元諮商模式的建構。台灣心理諮商季刊，6 (3)，vi-xv。
- 王智弘 (2015a, 5 月)。華人心理諮詢專業的發展方向：以含攝文化的心理諮詢作為心理諮詢本土化的重要策略。第 12 屆全國大學生心理健康教育與諮詢學術交流會。北京，北京航天航空大學。
- 王智弘 (2015b, 7 月)。從含攝文化觀點檢視性親密雙重關係的倫理議題。第四屆中國心理學會臨床與諮詢心理學會專業機構與專業人員註冊系統大會暨中國心理學會臨床與諮詢心理學分會 2015 年學術會議。北京，北京大學。

- 王智弘 (2016)。含攝儒家功夫論的本土專業倫理觀：從助人倫理雙元模型談儒家的倫理自我修為之道。**台灣心理諮商季刊**，**8** (2)，vi-xii。
- 王智弘 (2017)。探索華人本土諮商心理學的理论基礎：以儒家的諮商觀點為例。**本土諮商心理學學刊**，**9** (2)，vii-x。
- 王智弘 (2018)。諮商倫理議題的過去、現在與未來。載於 (蕭文、田秀蘭主編) **臺灣輔導一甲子** (335-368 頁)。新北：心理。
- 王智弘、楊淳斐 (2004, 12 月)。一次單元諮商模式。2004 心理治療與心理衛生年度聯合會。台北市，國立台灣大學。
- 王智弘、楊淳斐 (2006a)。一次單元諮商模式的概念與應用。**輔導季刊**，**42** (1)，1-11。
- 王智弘、楊淳斐 (2006b)。一次單元諮商模式的概念與應用：新的觀點。**台灣心理諮商通訊電子報**，199。
- 王智弘、楊淳斐 (2016)。一次的力量：含攝華人文化的一次單元諮商模式。台北：張老師文化。
- 王智弘、楊淳斐 (2018)。一次的力量：含攝華人文化的一次單元諮商模式 (第二版)。台北：張老師文化。
- 王智弘、楊淳斐、劉淑慧、黃宗堅 (2015, 5 月)。探討含攝華人文化之心理諮商理論建構。首屆華人應用心理國際研討會。新北，輔仁大學。
- 王智弘、劉淑慧、孫頌賢、夏允中 (2017)。文化脈絡中的危機、轉機與復原力：本土諮商心理學研究的方向、目標與策略。**中華輔導與諮商學報**，**50**，1-28。
- 李維倫、林耀盛、余德慧 (2007)。文化的生成性與個人的生成性：一個非實體化的文化心理學論述。**應用心理研究**，**34**，145-194。
- 杜芝韻、許瑛珩 (2019)。家庭作業設計為核心要素：焦點解決短期諮商理論融入國小學童母親親職教育團體方案效果之研究。**本土諮商心理學學刊**，**10** (2)，1-39。
- 呂美莉、孫頌賢 (2019)。諮商師學習情緒取向伴侶諮商中同理反映之經驗研究。**本土諮商心理學學刊**，**10** (2)，40-72。
- 林幸台、王智弘 (2018)。台灣輔導與諮商專業的繼承與開展：本土輔導與諮商專業發展的回顧與探索。**中華輔導與諮商學報**，**53**，1-22。
- 易經 (無日期)。

- 殷實 (2016)。認識一次單元諮商模式：當你和來訪者只有一次會談機會時，你會做些什麼？載於王智弘、楊淳斐著，*一次的力量：含攝華人文化的一次單元諮商模式*，153-160 頁。台北：張老師文化。
- 許維素 (2017)。焦點解決短期治療於台灣應用的文化適用性，載於陳秉華 (主編)，*多元文化諮商在台灣* (325-368)。台北：心理出版社。
- 許維素等 (1998)。焦點解決短期心理諮商。台北：張老師文化。
- 梁翠梅 (1996)。區辨模式在督導上的運用，*諮商與輔導*，**121**，28-34。
- 黃帝內經 (無日期)。
- 張德聰 (1999)。運用「焦點解決法」於「成人生涯轉換諮商」效果之研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所博士論文，未出版，台北。
- Bernard, J. M., (1979). Supervisor training: A discrimination model. *Counselor Education and Supervision*, 19(1), 60-68.
- Bernard, J. M., & Goodyear, R. K. (1998). *Fundamentals of clinical supervision*. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Corey, G. (2005). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (7th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Frankl, V. E. (2008). *活出意義來* (趙可式、沈錦惠譯)。台北：光啟文化。(原著出版：1946 年)。
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Talmon, M. (1990). *Single-session therapy: Maximizing the effect of the first (and often only) therapeutic encounter*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- White, M., & Epston, D. (2001). *故事、知識、權力* (廖世德譯)。台北：心靈工坊。(原著出版：1990 年)。

Exploration of the Practice of Indigenization of Counseling: Taking the Development of Single Session Supervision Model as an Example

Chih-Hung Wang Chun-Fei Yang*

Abstract

The single session counseling model has developed for almost 30 years since the early 1990s. Through practical application on telephone counseling, online counseling and face-to-face counseling, training workshops, and publication of monographs, single session counseling model is used more and more popular. The counselors of this model need supervision so that the practical requirements of the single session supervision model are increasing day by day. Therefore, to better respond to the practical needs of counselors using the single session counseling model, to improve the professionalism and effectiveness of practical work, the development of a single session counseling model has its professional and practical necessity. The single session supervision model is committed to taking the results of a single supervision session as the goal of supervision, emphasizing that a single supervision session must have a supervision effect. If there is a subsequent supervision session, it can continue based on this supervision session. To further extend or expand the supervision results, in addition to maintaining the openness of combining with other units, each session has a complete and independent effect, so it is called the single session supervision model. single session supervision model is based on a good supervision relationship, with a structured supervision process of problem-solving as the context, with the core goal of assisting the supervisee in discovering the meaning and strength of personal life and helping others. That is, problem-solving is the superficial goal of supervision, building the meaning and power of the personal life, and helping career as the profound goal of supervision. That is the goat to maximize the results of the supervision work (Wang & Yang, 2016). The development of a single session supervision mode can be said to be the result of the practical exploration of the

integration of foreign counseling professions and local cultures in the process of indigenization of counseling by local counselors.

Keywords: psychology indigenization, Employ Assistance Programs indigenization, indigenous psychology, indigenous Employ Assistance Programs, culture-inclusive

Chih-Hung Wang Department of Guidance and Counseling, National Changhua
Chun-Fei Yang * University of Education
General Education Center, National Taichung University of
Science and Technology(psycf@nutc.edu.tw)