

## 從書寫自我療癒到心理位移：談本土化諮商理論之創見與流變

王智弘\*

### 摘要

書寫的自我療癒功能被運用到心理諮商工作之可能嘗試，金樹人教授所創的心理位移日記書寫，顯然是此中最受到關切與注目的心理諮商與治療方法，其中蘊含了本土化諮商理論創見與流變之豐富歷程與內容。本期主題由金樹人教授來撰寫靶子論文，以分享其建構與發展本土化心理諮商理論「心理位移取向」的心路歷程，並請黃光國、林以正與張仁三位學者加以回應，並由金樹人教授撰寫再回應文。黃光國討論的焦點集中在本土化理論建構方法論上的探究，林以正則提出心理位移書寫過程與位格文字變化能所帶來心理流動與全局思維，張仁和則強調心理位移書寫效果不容懷疑、嚴謹作法不宜調整、療癒目標尋求「不移」。金教授在回應三位學者時表示後續將持續進行本土諮商心理學研究的意向，並說明靈山意象可能是華人集體潛意識的原始成分，並預告了「心理位移取向」未來發展會朝向建構「靈山理論」的方向邁進，金教授的研究歷程反映出本土化的三個層次：外學引入的在地化、文化融合的本土化、文化繼承的本土化，並且以文化繼承的本土化為未來理論建構的主要方向。

**關鍵詞：**心理位移、本土化、理論建構、本土諮商心理學

王智弘\* 彰化師範大學輔導與諮商學系 (ethicgm@gmail.com)

本土諮商心理學學刊一直持續規劃本土心理諮商理論建構的專刊，除了之前已推出的「基於周易思想的心理諮詢理論研究」（第 9 卷第 1 期）、「自性覺醒心理治療理論」（第 11 卷第 1 期）以及「人我關係協調諮商模式與儒家文化基督宗教取向諮商模式」（第 11 卷第 2 期），後續其他專刊仍在積極籌備與編輯中，為了推動心理諮商本土化或本土諮商心理學的發展，除了出了編輯期刊之外，透過在學術年會組織本土化論壇或者主辦不同規模的本土化學術研討會，也是持續努力的策略。不知何時，推動心理諮商本土化或本土諮商心理學似乎已成為我的一項日常工作，最早的行動可能是在 2013 年 3 月我以「台灣心理諮商季刊」主編的身分，邀請系上同事劉淑慧教授擔任專刊主編，推出了本土化的「生涯專題」專刊，並寫了一篇主編的話：「跨越國際：推動含攝華人文化的心理諮商研究風氣」（王智弘，2013），而在 2015 年我擔任台灣輔導與諮商學會理事長時推動學會成立了臨時的任務編組：「心理諮商本土化工作小組」（後來成為「心理諮商本土化研究委員會」的常設組織），接著在 2016 年 1 月彰化師範大學輔導與諮商學系創立了「本土諮商心理學研究發展中心」，並與台灣輔導與諮商學會、張老師基金會，在日月潭青年活動中心，合辦了「2016 本土諮商心理學國際學術研討會」（也就是第一屆的本土諮商心理學國際學術研討會），並在會中成立了「世界本土諮商心理學推動聯盟」，在此等心理諮商本土化運動與相關研究已較為蓬勃的情況下，提供發表園地越來越有其必要，因此，在 2017 年 3 月「台灣心理諮商季刊」改名為「本土諮商心理學學刊」（王智弘，2017），2017 年 12 月《中華輔導與諮商學報》則推出了「從復原力研究看本土諮商心理學發展」專刊（王智弘等，2017），隨著本土化運動從心理學領域擴展至社會科學領域，2018 年 11 月中華本土社會科學會則在彰化師範大學輔導與諮商學系正式成立，同時舉辦了「第一屆社會科學本土化學術研討會暨第二屆本土諮商心理學學術研討會」，學會的行動相當積極，幾乎每個月輪流在全台各大學籌畫小型學術研討會，再加上學會成立的宗旨是要推動台灣、亞洲與全世界社會科學本土化的發展，因此，從 2019 年的年會——「第二屆社會科學本土化學術研討會暨第三屆本土諮商心理學學術研討會」開始，就擴大以國際學術研討會的形式舉辦，今年已跨入第四年，每年的研討規模與參與人數不斷在增加中，跨領域與跨國際的交流也更多元蓬勃，由於學會理事長的任期跨度為四年，基於任務，今、明兩年我仍不免要為推動本土社會科學的發展而奔波。

在撰寫本期主題「心理位移書寫」主編的話時，我開始回顧自己投入心理諮商本土化研究主題的歷程，因為我注意到或許心理諮商本土化與我的邂逅可能比上述我自己認知到的時間更早，因為讓我想起了 2009 年我指導的碩士生王薇棻學位論文口試的經驗，她研究的是：「部落格網路書寫之自我療癒歷程敘說探究」，而當時論文口試委員會的主席是林以正教授，而論文的參考文獻金樹人教授（2005）的「心理位移辯證效果之敘事分析」國科會專題研究報告赫然在列。記得當時正是我在全心投入網路諮商研究的黃金十年（2000-2010），雖然衛福部「心理師執行通訊心理諮商業務核准作業參考原則」遲

至 2019 年才通過，大約 20 年前我們已開始對各種網路型態的助人功能皆加以探討，舉凡留言板、討論區、電子郵件、聊天室、即時語音與視訊等皆進行研究，當然也不放過當時當紅的部落格，並為此寫了一篇小文章——「網路上的『薄紗舞台效應』與宣洩治療功能：部落格現象的心理學解讀」（王智弘，2006）。網路書寫雖然與紙本書寫不同，但是仍會涉及書寫的自我療癒功能，Pennebaker（1997）是早期探討此一主題的重要學者，依其觀點，書寫的療癒功能首推情緒與壓力的釋放。而網路上的部落格書寫則不僅於此，由於加上了有網友互動的因素，除了自我的療癒之外也有了關係療癒的層面，同時會涉及社會需求與社會行動的滿足，以及個人議題的反思與重整（王薇棻，2009）。而無論是在個人的紙本日記或是網路的部落格，書寫的自我療癒功能被運用到心理諮商工作之可能嘗試，金樹人教授（2005，2010，2018）所創的心理位移日記書寫，顯然是此中最受到關切與注目的心理諮商與治療方法，其中蘊含了本土化諮商理論創見與流變之豐富歷程與內容。

本期主題很榮幸邀請到金樹人教授（2021a）來撰寫靶子論文，以分享其建構與發展本土化心理諮商理論「心理位移取向」的心路歷程，並請三位本土心理學研究的學者加以回應。在〈心理位移與靈山意象：本土心理位移取向建構的心路歷程〉一文中，金教授依序探討了從個人高度工作壓力與生活困頓中忽然憶起了高行健的「靈山」一書，被書中「你、我、他」位格轉換的書寫方式所吸引，而開始了心理位移日記書寫的嘗試，以及後續再工作坊與學校課程中的教學試驗，「心理位移書寫法」開始橫空出世，令人驚艷；接著金教授鬼使神差的踏入了「心理位移辯證效果之敘事分析」研究，「從『心理位移書寫法』的形式流變，移步到『心理位移現象』的思辨位階」上進行探討，金教授研究的發表引發了後續更多的學生與學者進行心理位移的研究；而金教授也開始了一系列的探討各種「心理位移書寫法」與形式與不同心理治療學派的心理位移現象，並更進一步去探索「心理位移現象」中的「靈山意象」以及背後可能的認識論與本體論，而能將之結合與應用於不同的治療型態與學派，或呼應心理諮商本土化的趨勢，而建構本土的「靈山取向」或「靈山論」的治療理論。其實「心理位移書寫法」的出現並非橫空出世，而更可以理解是金樹人教授一生學思歷程的重要事件或轉折點，戲劇性地出現在其學術生涯任務繁重的最高峰，不但是身心狀況需要安頓的轉捩點，也是理論發展靈光乍現的起始點，雖像是意外，其實是必然，是金教授修身與治學的天命之路、自然之道。

首位登場的回應人是心理學本土化與社會科學本土化運動的推動者與精神領袖：黃光國教授，黃教授在〈心理位移書寫的方法與理論：「自我」與「自性」的詮釋〉一文（2021）中，首先對金教授所創之「心理位移書寫」心理諮商與療癒方法表示肯定，並就本土化理論建構的觀點，以其所創的「自我的曼陀羅模型」（Hwang, 2011）與「自性的心理動力模型」（Hwang, 2018）為例，除了以之重新詮釋金樹人教授對心理位移與靈山意象的描述之外，黃教授主要討論的焦點則集中在本土化理論建構方法論上的探究，

並主張慎選「先驗性形式結構」是建構「含攝文化之理論」的必要基礎，並強調要建立本土化理論建構宜對西方科學哲學的典範轉移有相應之理解，而能達致以華人文化為體、西方科學哲學為用的理論建構成果。

第二位回應人是對心理位移書寫有深入研究的林以正教授（2021），則相當有創意的嘗試對心理位移書寫提出觀點的補充，其在〈動、見〉一文中，其認為心理位移書寫之所以能帶出書寫者的心理空間，是由於書寫過程與位格文字變化所帶來的心理流動，也就是因「鬆了就活絡起來的『動』」（p. 24），而此等心理流動能提供「『後退一步』的拉遠心理距離」（p. 46），而有了「多元與多重脈絡中的『看見』」（p. 24），林教授並以長期對華人文化經典中庸研究的理解，認為中庸所展現的是華人文化中具有全局思維的後設認知，此與西方文化中構念層次理論的分析思維有所不同，而心理位移書寫所可能帶出來的「動、見」，或許正是華人心理諮商可能開展華人當事人全局後設思維的重要途徑與療癒策略。

第三位回應人也是長期投入心理位移書寫研究的張仁和教授（2021），其在〈對心理位移書寫與現象之反思：效果「不疑」、調整「不宜」、理想「不移」？〉一文中，指出由過去心理位移書寫之研究所得，其具有情緒紓緩與心理健康的效果不容懷疑，惟若以技術操作的效能考慮而簡化心理歷程的探問或操弄位格的書寫程序，卻可能對當事人有強化負面情緒、否定自我概念，甚至對人我關係與心理健康帶來負面影響，因此，不宜任意調整，而心理位移所可能造成當事人從正負向情緒狀態中得到「平衡」（balance），以及在動態波盪中得到「平靜」（tranquility）的理想境地，似為心理諮商協助當事人以達「不移」的靈山境界，此等心理位移書寫方法所可能引發的「心理位移『現象』」（p. 53），可證明其不僅是一種書寫的「技法」，而是金教授整合東西方心靈療癒觀點的「心法」（田秀蘭、金樹人，2018）。也是本土化的心理諮商療法。

針對上述三位學者的回應文，金教授（2021b）則以「濁以靜之，安以動之：心理位移內在心理空間的流轉」一文加以回應，對黃光國教授（2021）的回應是在帶著懷舊氣息中透露著審慎莊重的學術研討風格，金老師認可了自己是本土諮商心理學的一員，預約要對啟發榮格的道家思維進行後續的探討，也回應了佛教文化蘊含四方位體先驗性形式結構的觀點，並對心理位移的「心理社會均衡」觀點做了補充，並以「如同《中庸》的扣其兩端，允執厥中」作為回應的小結（p. 60），並再就曹洞宗「五位趨中」修行次第加以論述，以回應黃教授的質疑，並以《壇經》、《金剛經》的教義與禪宗「出語盡雙，皆取對法」的教法以為說明，讓我們又欣賞了金樹人教授禪師上身的風采。在此等禪宗氛圍中，金教授對林以正（2021）與張仁和（2021）兩位教授的回應就充滿個溫柔與禪味了，金教授提及了師大心輔系質性研究團隊與台大心理系量化研究團隊的溫馨交會，對於「動、見」與「不移」的回應，金教授以《金剛經》的「無所住」以及《莊子》的「坐忘」來探討心理位移的「靈山現象」，並以《桃花源記》為例，說出「靈山意象乃是

華人集體潛意識最原始的成分，投射了從苦苦到離苦的渴望」(p. 65) 這一段話。我們似乎可以想見我們的樹人禪師已準備好要走上建構「靈山論」的旅程，要帶著諮商專業與當事人去探尋那療癒的桃花源。

從「心理位移日記書寫」開始，歷經實務與研究的淬鍊，金樹人教授對心理位移現象的探討似乎朝向建立本土心理諮商的「靈山理論」方向上移動，這是確實一條深具意義但可能充滿挑戰的道路，可望對台灣本土化諮商理論或世界心理諮商理論之發展帶來重要的啟發與影響。而本土諮商心理學研究的推動與發展有了金樹人教授、林以正教授與張仁和教授及其研究團隊的加入「心理位移日記書寫」的研究，而更顯得多元豐富、意蘊深遠，殊途同歸、陣容壯大。由於心理諮商的本土化有三個層次(王智弘，2016，2017，2019):(1)外學引入的在地化;(2)文化融合的本土化;(3)文化繼承的本土化，外學引入的本土化是將國外的心理諮商理論與技術透過在地化的轉譯與修正，以更適用於在地的民眾，也就是本土化的本土化;文化融合的本土化是將外地引入的心理諮商理論與技術，與在地文化相結合而晉升到本土化的層次，也就是中西合璧的本土化;文化繼承的本土化是在本土諮商心理學發展成熟的基礎下，本土專業人員能繼承自文化傳統(本)與植基於在地經驗(土)而與心理諮商專業相結合，以創建植基於本土文化的諮商理論與技術，也就是自地發展的本土化。金樹人教授的「心理位移日記書寫」一直被我們歸類為文化繼承的本土化範疇(王智弘，2019;王智弘等，2017)，不過，從金教授的分享中，我們發現對於深受西方心理諮商專業影響的華人諮商學者，在發展本土化理論時可能都都會經歷這三種本土化層次的歷程，金教授深厚的儒、釋、道涵養，特別是佛教禪宗的長期修為，似乎為攀登「靈山理論」配備了良好的裝備。

就如同我在文章一開始提到自己投入本土化研究的過程，每一個投入本土化研究的學者都有各自不同的過程與故事，有自己對專業的追求，也有自己生命成長的機緣，若真要說到我最早對本土化的覺察與行動，恐怕是要從我收起西裝而穿起中式風格服裝開始，服裝是文化的表現與載體，不同的地區的人們有不同的身材比例與文化風貌，因而發展出不同尺寸剪裁與美感表現的服裝，美感是有文化特色與文化差異的，對服裝的覺察是對文化覺察的好起點，穿著西方諮商理論服裝走進諮商室的諮商師，有沒有覺得不合身，有沒有覺得不自在，有沒有覺得不太能大展身手以好好幫助當事人，事實上缺乏騎在牛背的穿著需求之後，牛仔褲的穿著功能主要是時尚，所以破洞不再是因為磨損，而是一切為流行，助人專業人員在趕不同理論學派的流行之餘，自然要想想最合適我與當事人的專業打扮是什麼?在我與當事人心中可有一座「靈山」?換好文化的登山裝，跟著金樹人老師?或者跟著您的心?帶著專業、陪著我們的當事人去走一趟文化的「靈山之旅」吧!

## 參考文獻

- 王智弘 (2006)。網路上的「薄紗舞臺效應」與宣洩治療功能——部落格現象的心理學解讀。 *台灣心理諮商通訊電子報*, 192。
- 王智弘 (2013)。跨越國際：推動含攝華人文化的心理諮商研究風氣。 *台灣心理諮商季刊*, 5 (1), vi。
- 王智弘 (2016)。本土諮商心理學的目標。 *台灣心理諮商季刊*, 8 (4), vii-x。
- 王智弘 (2017)。探索本土諮商心理學的發展理路。 *本土諮商心理學學刊*, 9 (1), vii-x。
- 王智弘 (2019)。諮商本土化探索之路：從在地化的本土化、文化融合的本土化到文化繼承的本土化。 *本土諮商心理學學刊*, 10 (2), vii-xiv。
- 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。
- 王薇棻 (2009)。 *部落格網路書寫的自我療癒歷程敘說探究* [未出版碩士論文]。國立彰化師範大學。
- 田秀蘭、金樹人 (2005)。諮商心理學在台灣。載於蕭文、田秀蘭 (主編), *臺灣輔導一甲子* (391-443 頁)。心理。
- 金樹人 (2005)。 *心理位移辯證效果之敘事分析*。行政院國家科學委員會專題研究成果報告 (NSC93-2413-H-003-001)。
- 金樹人 (2010)。心理位移之結構特性及其辯證現象之分析：自我多重面向的敘寫與敘說。 *中華輔導與諮商學報*, 28, 187-229。
- 金樹人 (2018)。心理位移：位格特性與療癒效應研究之回顧與展望。 *中華輔導與諮商學報*, 53, 117-149。
- 金樹人 (2021a)。心理位移與靈山意象：本土心理位移取向建構的心路歷程。 *本土諮商心理學學刊*, 12 (1), 1-28。
- 金樹人 (2021b)。濁以靜之，安以動之：心理位移內在心理空間的流轉。 *本土諮商心理學學刊*, 12 (1), 56-66。
- 林以正 (2021)。動、見。 *本土諮商心理學學刊*, 12 (1), 42-49。
- 張仁和 (2021)。對心理位移書寫與現象之反思：效果「不疑」、調整「不宜」、理想「不移」？ *本土諮商心理學學刊*, 12 (1), 50-55。
- 黃光國 (2021)。心理位移書寫的方法與理論：「自我」與「自性」的詮釋。 *本土諮商心理學學刊*, 12 (1), 29-41。
- 衛生福利部 (2019)。 *心理師執行通訊心理諮商業務核准作業參考原則*。
- Hwang, K. K. (2011). The mandala model of self. *Psychological Studies*, 56(4), 329-334.
- Hwang, K. K. (2018). A psychodynamic model of self-nature. *Counselling Psychology Quarterly*, 32(3-4), 285-306.
- Pennebaker, J. W. (2011). Writing about emotional experiences as a therapeutic process. *Psychological Science*, 8(3), 162-166.

## **From Self-Healing Writing to Psychological Displacement: On the Creation and Evolution of Indigenous Counseling Theory**

Chih-Hung Wang\*

### **Abstract**

The self-healing function of writing can be applied to counseling work. "Psychological Displacement Paradigm in Diary-Writing (PDPD)," created by Professor Shuh-Ren Jin, is obviously the most concerned and noticed counseling and treatment method of indigenous counseling, which contains rich history and content of theoretical creation and evolution. In this issue, Professor Jin wrote a target paper to share his mental journey of constructing and developing the "PDPD" of the indigenous counseling theory. Kwang-Kuo Hwang, Yi-Cheng Lin, and Jen-Ho Chang were invited to be the commentators. The comment of Hwang's discussion focused on the exploration of the methodology of indigenous theory construction. Lin proposed the psychological flow and overall thinking brought about by the writing process of psychological displacement and personal character changes, and Chang emphasized that the effect of psychological displacement writing should not be doubted, the practice should not be adjusted, and the healing goal should be "unshifted." In response to the three scholars, Professor Jin expressed his intention to continue to research indigenous counseling psychology and explained that the image of Lingshan might be the original component of the Chinese collective unconsciousness, and foretells that the future development of the "psychological displacement orientation" will be towards the construction of "Lingshan theory." Professor Jin's research process reflects going through the three levels of indigenization: the localization of foreign studies, indigenization of cultural integration, indigenization of cultural inheritance, and the indigenization of cultural inheritance as the main direction of the construction of 'Lingshan theory' in the future.

*Keywords: psychological displacement, indigenization, theoretical construction, indigenous counseling psychology*

---

Chih-Hung Wang \*      Department of Guidance and Counseling, National Changhua  
University of Education (ethicgm@gmail.com)