

## 行動督導運用於動態治療模式初探

本研究藉 Antony Williams (1995) 行動督導，運用於 Donna Little 及 Nonie Lyon (2015) 動態治療模式 (The Dynamic Therapeutic Model) 進行初步探究。

督導模式包括以督導者所認定的諮商理論取向為基礎的督導模式，例如心理動力取向、個人中心取向、認知行為取向、完形取向等諮商督導模式，或不以督導者的諮商理論為督導架構，而是以諮商師個人的諮商取向，融合個別差異發展的跨諮商理論督導模式，督導以其諮商關係及專業發展為焦點，例如 Bernard 取向、自我覺察督導模式等 (徐西森、黃素雲，2007；陳金燕，2003；張玉鈴、蔡秀玲，2012；游淑瑜、李維倫，2015)。其中，Williams 所倡導的視覺及行動督導模式 (1995)，屬於跨諮商理論的督導模式，重視臨床智慧、督導者的四種角色、督導的六個焦點，依個人及團體督導的形式，創發出個人督導時具象化的視覺督導，及運用團體進行的行動督導。其中行動督導技術以 Moreno 理論取向為基礎，結合身體評估、社會計量、空椅、角色扮演、角色交換、社會原子等方式，試圖運用創造力、行動技術來協助助人者，開展治療情境的新觀點 (Williams, 1995)。

研究者認為，行動督導、完形取向、經驗取向督導 (游淑瑜、李維倫，2015) 皆有其運用行動技術、重視身體經驗等特性。唯完形取向督導以完形治療為基礎，經驗取向督導以經驗學派、心理劇擬態扮演的的方式為基礎，行動督導與此兩種取向相異之處，在於 Williams 提供跨諮商理論的督導視野，並非以心理劇理論為限。

而行動督導的發展，研究者認為亦不應以團體督導為限，因為目前心理劇行動技術不僅可運用於團體工作，已所多運用於個別工作 (王行，1992；胡嘉琪、黃士鈞，2004；涂俊宇，2013；陳信昭等，2012；曾素梅，2004)，因此，本文所提的行動督導，亦可應用於個別督導之中。

### 臨床智慧

Antony Williams 的行動督導取向，強調助人者的「臨床智慧」。臨床智慧指的是諮商關係及督導關係中，助人者所發展出含蓋文化的提醒，以及技術、問題解決的能力。臨床智慧包括理論與技術知識、程序性知識、判斷、先知灼見等四個面向 (Williams, 1995)。

首先，「理論與技術知識」是指對人類發展與行為的洞察，能夠理解、比較與連結當事人的言談，精熟於理論，熟悉工作所需的技術，並具有理解、結構當事人困難議題的良好能力，能整合治療理論等。第二，「程序性知識」是指助人工作者以做決定、覺察生活的責任與限制，能進一步運用專業技巧，並彈性運用

王振圍 (2015 年 6 月)。行動督導運用於動態治療模式初探。壁報論文發表於 2015 全國輔導與諮商碩博士研究生學術研討會，南投縣：國立暨南大學。

理論於實務工作之中。第三，「判斷」指的是助人者具有對困難生活問題的高品質判斷、理解及評論能力，運用自我知識，並覺察自我的限制，並能作出良好的倫理判斷。第四，「真知灼見」指的是助人者能直覺性的、系統性的去理解與進行解釋，理解當事人的敘事，並知道為何有這樣的敘述，對人有很傑出的洞察，系統性地理解人的行為、信念及感覺，並能看見人在系統與環境中的脈絡及位子，並能自發地協助他人面對生活中的重要衝突 (Williams, 1995)。

## 督導角色

Williams 將督導區分為教師、促進者、諮詢者及評估者四種角色，各有其功能及規範 (Williams, 1995)：

一、教師：能理解受訓者目前為止合適的工作；能給予精微技巧的建議或提供整體當事人的意見；訓練治療師能安全地在督導中「重覆地說」；清楚未來階段的目標；給予介入的建議；示範介入技巧；解釋介入的理由；鼓勵受訓者解釋採取行動背後的理由；詢問受訓者帶著什麼樣的知識與想法；安排與討論特定主題的讀物；解釋治療歷程的特定事件。以避免曖昧不明、避免營造太快整理好的氣氛、聚焦、重覆詢問行動背後的理由、了解自己理論的轉換、具體比較、鼓勵成人式的學習等作為教師角色的原則。

二、促進者：能提供情緒支持；當受訓者在當事人中受挫時，給予機會去經驗自己的感覺；當受訓者意識到過度認同當事人時，給予機會去經驗自己的感覺；探索對於當事人不知情的認同；與受訓者難以組織當事人時工作。以尊重受訓者的意義系統、建立信任、示範關係技巧、傾聽、有組織地、保留空間、參與其中等為促進者角色的原則。

三、諮詢者：能參與在治療師及當事人的系統之中；發現治療師作為對動力系統的潛在影響；不只是教師角色的介入治療策略；共同合作如何解決問題；允許治療師有空間去結構化歷程；經驗不同的評估與介入方式；提供選項而非給予回答。以考量系統、考量時間、考量結構、考量語言、記得自己的位置及考慮策略為諮詢者角色的原則。

四、評估者：留意在督導契約中所設定、含蓋的目標；留意治療師是否在目前歷程中有不合適的介入；跟上當事人的階段；給予治療師理論知識、治療專業及個人特質的回饋；幫助受訓者辨識強處與弱點；定時關注目前到什麼階段了；在合適的時候給予面質；監督治療師的倫理行為。以發現受訓者在諮商或督導歷程的什麼位子、鼓勵自我評估、標示出改變的部分、運用於複雜當事人、面質等作為評估者角色的原則。

## 督導焦點

行動督導將督導焦點關注於六個面向。前三個面向屬於諮商系統，分別為治

王振圍 (2015 年 6 月)。《行動督導運用於動態治療模式初探》。壁報論文發表於 2015 全國輔導與諮商碩博士研究生學術研討會，南投縣：國立暨南大學。

療師的陳述、治療師的作為、治療歷程；後三個面向屬於督導系統，分別為受督者的陳述、督導歷程及督導者的經驗 (Williams, 1995)：

在治療系統中：

1. 治療師陳述：治療師有關當事人的故事，以及當事人的故事。聚焦於當事人。
2. 治療師作為：治療師對當事人做了些什麼，包括企圖、實務及介入。聚焦於治療師。
3. 治療歷程：探討治療關係中的互動，或歷程中的動力。聚焦於治療師及當事人。

在督導系統中：

4. 受督者陳述：在督導歷程中治療師所呈現的二手資訊，包括受訓者卡在什麼地方，及受訓者感到的挫敗。主要是在督導系統中作為受督者的陳述，而非作為治療師的陳述。
5. 督導歷程：在督導者與受訓者之間的關係，以及可能在督導歷程中與治療歷程中的平行歷程。
6. 督導者經驗：來自治療師陳述或受督者陳述中，作為督導者感覺到怪怪的感覺，或是未被充分表達的部分。

治療系統

督導系統

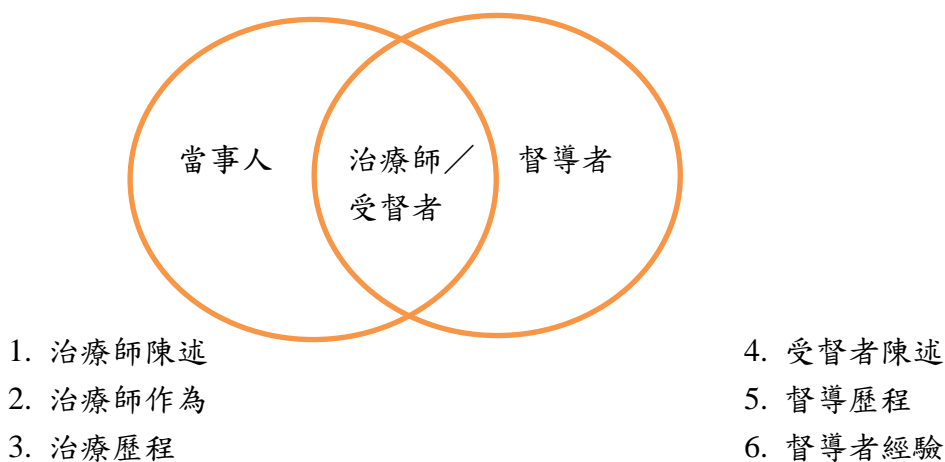


圖 1：六焦點取向

賴念華<sup>1</sup>認為，在治療系統、督導系統的外圍，應加上「文化」，關注社會文化脈絡，即外在系統對諮商關係、督導關係的影響。因為外在文化系統的力量是強大的，甚至會高過於助人者的角色，在協助當事人時，應看見當事人背後的文化影響，同時也要關注助人者，包括督導者來自於什麼樣的文化，才更有可能在

<sup>1</sup> 本段內容摘自王振圍 2015 年 2 月 5 日參與臺灣心理劇學會舉辦，由 Donna Little 帶領的社會計量與督導工作坊筆記。

王振圍 (2015 年 6 月)。《行動督導運用於動態治療模式初探》。壁報論文發表於 2015 全國輔導與諮商碩博士研究生學術研討會，南投縣：國立暨南大學。

系統中提供合宜的協助。Little 指出，職場及機構的文化亦會影響助人者及督導者在治療關係或是督導關係中的表現。

行動督導終究是來自西方的經驗與觀點，需要有本土社會文化脈絡的理解與運用。在 Moreno 取向中，關注「文化貯藏」如何影響個人的「自發性」與「創造性」，而諮商工作面對各種複雜的議題，是一個很重視諮商自主、創造性的工作，因此更需對本土的文化議題、脈絡有更深入的了解，了解社會文化系統究竟如何影響諮商工作研究者將此二系統概念重新繪為下圖：

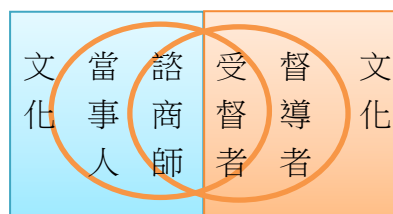


圖 2：外在文化系統與治療系統、督導系統中的角色

此六個面向，搭配督導的四種角色，可發展出 24 格的角色焦點矩陣，供督導者行動督導的參考 (Williams, 1995)。

		角色 Roles			
		教師	促進者	諮詢者	評估者
焦點 Focus	治療師陳述				
	治療師作為				
	治療歷程				
	受督者陳述				
	督導歷程				
	督導者經驗				

圖 3：角色－焦點矩陣

## 行動技術

Williams (1995) 認為，與其給予受訓者不符合「個人世界觀的地圖」的建議，不妨改行動技術來幫助受訓者打開眼睛，去面對現實及責任。運用戲劇化及敘說的方式協助受訓者面對治療中的困難，進一步探索其在治療關係中的親近、界線、位置。

在運用行動技術的開始，要在督導關係中塑造一個「行動文化」的氛圍。在形成督導目標的時候，可以先放一張椅子代表「來到這個督導關係的你」，然後讓受督者先說明期待；或是放兩張椅子，一張椅子代表「現在的你」，一張代表「督導結束的你」，可以讓受督者在這兩張椅子間開始對話；或是邀請受督者直接用肢體，或運用團體成員代表不同的督導目標，並和每一個目標進行對話

王振圍 (2015 年 6 月)。行動督導運用於動態治療模式初探。壁報論文發表於 2015 全國輔導與諮商碩博士研究生學術研討會，南投縣：國立暨南大學。

(Williams, 1995)。

在行動技術運用的過程中，協助不同角色在幫自己暖身，用「我」作為敘述的開始，運用象徵去傳達這個角色的信念、喜好、恐懼及想對他人的回應，直接在此時此刻演出來，並嘗試將這些表現展現得更大、更清楚。如果有團體成員參與其中，可以鼓勵說出這個角色未明說，但感覺到事情 (Williams, 1995)。

Williams 指出，行動技術運用於督導之中，可以讓治療師，或是扮演當事人的治療師，運用光譜式社會計量的方式自我評估。當受督者進入治療師的角色，或是當事人的角色時，剛開始需要進行入角的訪問，詢問這個角色會怎麼做、怎麼說、這個角色相信什麼、這個角色會感覺到什麼、這時候這個人會怎麼互動、這個脈絡是什麼等。過程中，當一個角色有一些對話或移動時，也可以詢問其他角色會有什麼移動會改變。在行動督導的歷程中，需要留意是否有角色過度發展，或是過低發展，並確切地了解一個角色對其他角色的影響。在團體督導的過程中，亦可透過團體的力量，讓每個角色由不同團體成員扮演；在治療師感到困難時，進行角色訓練，幫助治療師學習不同的因應方式及策略，運用團體彼此對不同角色進行反省與回饋 (Williams, 1995)。

## 動態治療模式

Donna Little 及 Nonie Lyon 結合「心理統合三角」及「Karpman 戲劇三角」兩個三角形，發展出動態治療模式（又稱為 Little Lyon 模式）。該模式在中心軸線上，有隔離、超然、投入、過度涉入四個位置。隔離及過度涉入兩個位置往下繪置倒三角形，在三角形的底端為犧牲者角色，下面的倒三角形運用 Karpman 戲劇三角的概念。在超然、投入兩個位置，往上繪置三角形，上面的三角形則運用心理統合三角，在三角形的頂端為存在的位子。

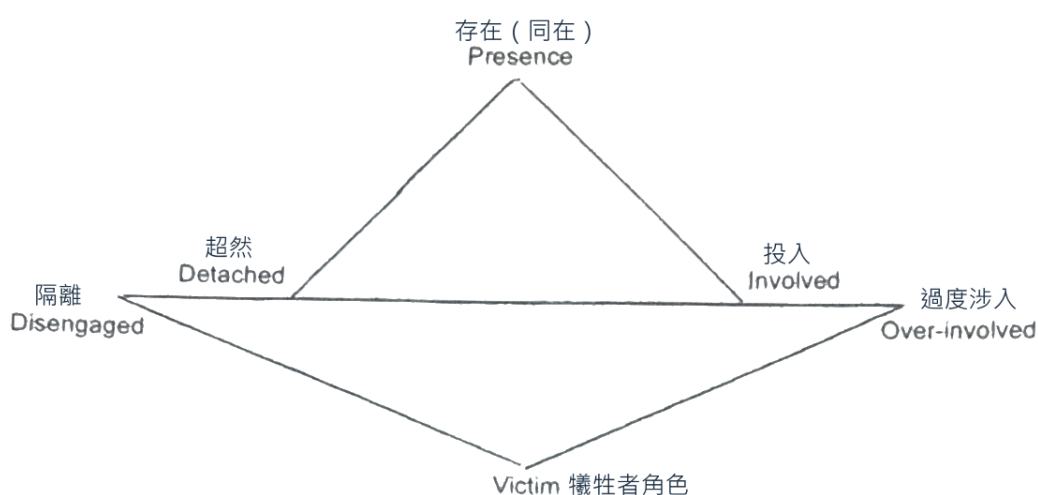


圖 4：動態治療模式概念圖

王振圍 (2015 年 6 月)。行動督導運用於動態治療模式初探。壁報論文發表於 2015 全國輔導與諮商碩博士研究生學術研討會，南投縣：國立暨南大學。

1990 年代，最早是由 Nonie Lyon 及 Donna Little 在心理劇訓練團體中，運用於行動督導，發展出此模式。Little (2015) 分別對動態治療模式中的不同位子作出以下解釋：

**存在的位置：**存在能將「應該怎麼做」，或是某種「可預測的成就慾望」，此類先入為主的偏見放開一邊。存在這個位子的挑戰是同時既要投入又保持超然，保持了這兩極的平衡。在導演、治療師或團體領導者的角色中，面對我們自身的需求、偏見等挑戰，盡可能使自己自在而擺脫他們的影響。這個觀點來自於每個人的神聖觸發的信任，進而能與主角同在，使其故事得以繼續開展，接納與尊重主角和他們的故事是存在的一部分。

**投入的位置：**代表與當事人連結、同理、理解的感覺。

**超然的位置：**代表能看見這個情境中的模式與動力。

**過渡涉入的位置：**這是一個拯救者的位子，會有擔憂、想帶當事人回家、或照顧他們的感覺。

**隔離的位置：**這是一個恐懼、憤怒、受傷，也許是攻擊或逃跑的反應，以及想要把當事人推開，或放走當事人的渴望。

**犧牲者的角色：**這個是無可指責及無助的角色。

在這個模式之中，存在（同在）的角色，較像是行動督導中「臨床智慧」的位置，意味著能看清、同時能保持良好的覺察、情感連結的工作狀態，這也是較能「活在當下」的角色，與當事人保持不即不離的角色。受督者剛開始需要評估自己與當事人的關係，通常是在投入、超然、過渡涉入、隔離或犧牲者的角色中，而不會是在「存在」的角色。

受督者落在上面三角形的三個位置，屬於比較好的諮商狀態。在「投入」或「超然」的位子時，通常受督者仍會感到某種程度的自在，只是需要多一點「超然」或「投入」來平衡自己與當事人的關係，以利諮商關係的發展。

如果受督者落在下面三角形的三個位置，則需陪伴受督者從其陳述的訊息中，檢視當事人的故事、助人者的故事及諮商歷程，什麼促使受督者落在這三個位置上，並加以演出、敘述。

行動督導運用於動態治療模式時，使受督者有機會在這些位置上去移動他或他們的身體，當他或他們移動的時候，感受這些位置的感覺。使受督者在不同位子中暖身，展開督導的學習。在行動督導過程中，受督者進入自己在治療系統中的助人者角色與當事人角色，面對自己的內在衝突或不足，目的在促進受督者於過程中獲得諮商系統三個面向更多的覺察，幫助受督者由內在力量發展諮商系統的領悟與面對當事人的新視野。

透過受督者擬態扮演當事人，受督者能深刻理解當事人的狀態，更理解當事人所談的問題；亦有助於受督者反思自己的諮商歷程，重新理解當事人，轉化治

王振圍 (2015 年 6 月)。行動督導運用於動態治療模式初探。壁報論文發表於 2015 全國輔導與諮商碩博士研究生學術研討會，南投縣：國立暨南大學。

療行動的介入（游淑瑜、李維倫，2015）。

在受督者角色扮演的過程中，亦可協助受督者辨識自己究竟是被什麼議題「卡住」，適時運用教師角色提供教導，或以諮詢者的角色，協助受督者運用不同的方式來面對當事人。如果過程中，發現反移情、平行歷程或是個人其他重要議題時，適時以評估者角色介入，讓受督者覺察自己的情形，或以評估者的角色協助受督者停留與經驗身體、情緒線索，幫助受督者提昇對自我議題的覺察。如果受督者能區辨個人議題對諮商關係的影響，則能進一步探索未來如何與當事人工作，如果當事人明白自己的議題導致無法協助當事人繼續諮商，甚至可能帶來傷害，必要時予以轉介。

在行動督導運用於動態治療模式的實施程序上，研究者將其區分為九個階段。首先，由督導者簡介行動督導，將運用角色訪談、角色扮演、角色訓練等於督導過程中；第二，將動態治療模式的六個位置標示在督導空間的地板上，向受督者簡介動態治療模式中不同的位置與意義；第三，邀請受督者簡單敘述目前遇到的助人困境；第四，邀請受督者評估自己的困境，屬於該動態治療模式的哪個位置，將身體移動到該位置；第五，詢問受督者期待在本次督導後，期待的改變，形成督導目標；第六，對受督者進行角色訪談，發展行動督導歷程，過程中，需要把受督者提及的角色、重要因素放到空間裡面來進行訪談與對話；第七，協助受督者在角色扮演後，覺察自己內在動力治療位置的移動；第八，在受督者獲得領悟與新視野後，協助受督者重新面對當事人，必要時輔以角色訓練，拓展在諮商處遇介入的策略，或提昇受督者重新面對當事人的諮商專業效能；第九，督導的經驗分享、受督者的自我檢核與回饋。

透過行動技術將督導議題具象化，並加以探討。行動督導能快速地促進受督者獲得諮商師、當事人或成員、諮商關係及策略，以及個人議題等整體性的覺察。本研究建議督導過程可透過行動技術，結合動態治療模式，促進督導歷程，提昇受督者對此時此刻、存在、自我覺察、自發性及創造力，以提昇服務當事人的效能。

王振圍 (2015 年 6 月)。行動督導運用於動態治療模式初探。壁報論文發表於 2015 全國輔導與諮商碩博士研究生學術研討會，南投縣：國立暨南大學。

## 參考文獻

- 王行 (1992)。個人式心理劇進行的原則與技巧。《諮商與輔導》，79，37-40。
- 胡嘉琪、黃士鈞 (2004)。心理劇與隱喻故事的交會——在個別諮商中之應用。《諮商與輔導》，225，41-44。
- 徐西森、黃素雲 (2007)。《諮商督導理論與研究》。台北市：心理。
- 涂俊宇 (2013)。以任務分析法建構個人式心理劇處理重要他人議題之理念模式。國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商研究所碩士論文，未出版。
- 張玉鈴、蔡秀玲 (2012)。完形取向督導中受督者知覺之督導重要事件與督導者之介入的初探分析。《教育心理學報》，2012，42(3)，591-612。
- 陳金燕 (2003)。自我覺察在諮商專業中之意涵：兼論自我覺察督導模式。《應用心理研究》，18，59-87。
- 陳信昭、林淑華、梁俊文 (譯) (2012)。《心理劇在個別及家庭治療的應用》(原作者：M. G. Knittel)。台北市：心理。(原著出版年：2009)
- 曾素梅 (2004)。個人式心理劇中「空椅」與「鏡照」技巧的轉化與運用。《諮商與輔導》，222，13-14。
- 游淑瑜、李維倫 (2015)。經驗取向督導受督者經驗歷程研究——心理劇導向擬態扮演方式的運用。《中華輔導與諮商學報》，42，63-92。
- Little, D. (2015). The Dynamic Therapeutic Model. *Psychodrama Network News*, 2015 Winter, 4-7.
- William, A. (1995). *Visual & Active Supervision*. NY: Norton.