

臺灣諮商輔導人員知覺焦點解決短期治療之 文化合適性研究

張佳雯 許維素* 陳秉華

摘要

本研究旨在探討臺灣諮商輔導人員知覺焦點解決短期治療 (SFBT) 對案主的文化合適性，瞭解 SFBT 哪些信念或技術與案主所處文化價值信念相一致而具有有效性，或因互補作用而具有有效性。本研究採問卷調查法，經立意取樣邀請應用 SFBT 的 29 位諮輔人員，填答電子問卷；問卷內容涵蓋 SFBT 八項信念與 15 項諮商技術，以十點量表評定 SFBT 應用於臺灣案主之合適性及評定理由。研究資料以描述性統計分析各題項評定之組距、眾數與平均數，並以質性研究內容分析法分析填答者填寫的評定理由。結果顯示，23 題評定平均數在 6.18-8.45 之間，顯示臺灣諮商輔導人員知覺 SFBT 於臺灣／華人文化之合適性高。而評定理由可歸納出 16 個向度，並區分為三大類：(1) 具文化一致性且文化合適性高：如 SFBT 的目標導向、優勢觀點、聚焦可能性、重視關係及看重具體行動；(2) 具文化互補性且文化合適性高：如 SFBT 能拓展思維、強調自主、欣賞案主已做到之處、關注進展、成為自己生命的專家及促發兒少案主自我賦能；(3) 不具文化一致性且文化合適性低：如華人文化視例外經驗並非常態、看重他人影響與需要、希望直接獲得答案、自我要求高及不易回應未來導向問句。根據研究結果彙整出的臺灣／華人文化信念，深入討論 SFBT 之文化合適性：(1) SFBT 與「集體主義及相互依賴」信念具文化一致性及文化互補性；(2) SFBT 與「顧慮顏面」信念具文化一致性；(3) SFBT 與「孝道權威」信念具文化互補性。(4) SFBT 與「謙遜」信念具文化互補性。(5) SFBT 與「實用主義」信念具文化一致性。然華人看重務實而不易回應未來導向問句，且部分 SFBT 技術不具文化一致性。(6) SFBT 與「轉念」信念具文化一致性。最後，本研究提出未來研究與實務工作相關建議。

關鍵詞：文化合適性、焦點解決短期治療、華人文化、臺灣輔導諮商人員、諮商員知覺

張佳雯 國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系

許維素* 國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系 (weisuh@ntnu.edu.tw)

陳秉華 國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系

壹、緒論

一、心理諮商理論與技術於臺灣/華人區域合適性

諮商是以「人」為本的專業，因此凡是對個人有深遠影響之因素，例如文化、社會與家庭等，均會影響諮商關係、歷程與成效。近20年來，心理治療領域關於本土化（indigenous）的討論及研究蓬勃發展（Chan & Chung, 2017），文化影響心理治療中不同向度，包含心理疾病的盛行率、病因、現象學、診斷與衡鑑、因應風格、求助管道以及治療介入等（Hwang, 2006），若忽視文化因素的影響，將難以提供案主有效協助。Sue 與 Sue（2003）提及多數諮商理論根源於歐美，其價值觀、信念以及對諮商歷程的互動描述，不僅影響諮商輔導人員（以下簡稱諮輔人員）對案主評估與介入方式，甚至還會影響他們期待案主的反應表現應符合西方主流文化價值，常未考量不同文化的價值觀與信念差異之影響，倘若直接移植以歐美文化為基礎之理論，忽略案主的文化議題和特徵，除了其適宜與否備受挑戰外，亦影響諮商效能。

多元文化諮商與治療（multicultural counseling and therapy, 以下簡稱MCT）的興起，強調文化對人類心理與行為的影響，主張個人的行為需置放於所處的文化脈絡，才具有其意義（陳金燕，2017；Betz & Fitzgerald, 1993，引自劉安真，2006）。MCT關注案主的文化經驗，主張諮輔人員需採取符合案主的文化信念與生活經驗之理論與策略，以提高治療成果。另外，在諮商與心理治療工作中，語言是理解案主經驗的重要工具，過去語言被視為人際溝通的媒介，字詞用以代表客觀真實，現今語言則被視為建構的工具（Hoyt, 1996，引自陳佩鈺，2003），Botella 及 Herrero（2000）則認為語言中蘊含著文化歷史脈絡軌跡，得以讓經驗在共享的理解脈絡下開展並具意義，而諮商中的語言，是由諮輔人員和案主共同建構而來，因此，面對不同國家或是族群執行諮商與心理治療工作時，文化脈絡及語言是必然考慮的因素。

Hwang（2006）提及現今實務工作者在面對不同文化案主時，對於採取何種治療介入上面臨難題，其選擇包含（1）運用固有且以實證為基礎的治療（evidence-based treatments, 以下簡稱EBTs）方式？或是（2）調整EBTs使之與案主的文化相容，以更符合案主的需求？抑或（3）為不同族群文化的案主發展全新的、與文化信念相容的EBTs？然而在考量其治療成效及成本效益後，其中第（2）項為較適合的選擇。Debernardi 與 Wang（2008）的研究亦指出，若無適當之文化考量，將削弱諮輔人員與案主的合作關係，甚至導致過早結案的現象；反之，Huey 與 Tilley（2018）的研究提及，當諮輔人員採用與案主的文化規範、價值觀以及期待一致具文化回應（cultural responsiveness）的介入技

巧，將提升治療成效，以亞裔美國人心理健康的後設分析為例，若諮商理論或是介入技術能依其文化特質量身修訂時，其治療效果大過於以固有諮商學派介入的結果。

日益漸增的 MCT 文獻發現亞洲文化價值影響案主求助態度、諮商關係與歷程，Kuo（2004）曾提及無論是孝道、社會階級、角色期待、互惠性、集體主義、家族意識、成就取向、道德規範以及情緒控制等文化信念，均使得亞洲案主在諮商中的行為及反應，異於歐美的案主，而華人文化信念對諮商工作的影響，異於歐美文化為基礎的心理諮商及治療工作中，強調個體的獨特性、選擇與自我主張、自我實現等議題。陳秉華（2001）曾以「自我協調」（self-coordinating process）的概念，說明臺灣案主身處於西方看重自我獨立以及華人傳統重視關係和諧並存的雙重社會脈絡之中，當個體需要滿足自己的需求，但是與他人期待有所衝突，個體便會開始努力協調自我目標與他人期待，企圖兼顧二方面，與西方文化主張個人主義的內涵相當不同。諸如此類的差異與衝突常見於多元文化的研究中，但是，對於諮輔人員提出的具體建議卻相當有限（Kuo, 2004），然而，迥異的文化信念與特徵，勢必影響諮商理論與介入的合適性。

臺灣是多元文化並立之社會，許多傳統風俗與生活實踐傳承中國文化，但過去數十年來西方世界在社會、政策及經濟等層面滲入亞洲各國，亦為臺灣的文化價值與社會規範帶來明顯的影響。年輕世代開始接受西方價值，如平等、個人中心觀點和個人權力等，再加上移工來台與異國婚姻等因素帶來的文化移入，使得臺灣發展出與歐美迥異的文化信念、價值觀及風俗民情（Hsu & Wang, 2011; Leung & Chen, 2009）。具體而言，臺灣所隸屬的亞洲文化強調集體主義（Collectivism），不同於歐美的個人主義（Individualism）；其強調個體含蓄表達自己、重視社會群體合作與利益以及維繫家庭與社會中的互相依賴關係（Kuo, 2004）。除此之外，孝道（filial piety）為另一項在臺灣／華人社會中常被提及的文化信念，孝道是理解華人如何看待自我、他人與世界的重要成分（Hsu & Wang, 2011），其核心是指經由社會階層所建構之關係，父母、家族長輩及教師擁有較高的位階與豐富生活經驗，而期望年輕一代能尊敬與服從其要求（Chan & Chung, 2017; Ikels, 2004; Wang & Song, 2010）。在諮商與心理治療領域中，這些常見的臺灣／華人的文化信念，大為影響案主求助態度、諮商目標、問題解決風格以及因應壓力方式（Kuo, 2011），因此，源於歐美的諮商理論，對臺灣／華人地區案主的文化合適性如何？是實務工作者需反思與探究的議題。

以下研究與論述以文化信念為依據，提出適用於臺灣／華人文化的策略及介入。由於臺灣社會文化強調個體需依社會關係與家族階級角色而行動，以致於難以忍受關係中的角色模糊性，諮商關係亦是如此。臺灣案主普遍認定諮商為指導與輔導，預期雙方權力不對等，如同醫病關係一般（Chan & Chung, 2017; Chen & Davenport, 2005），另因高度信任與尊重專家，期待諮輔人員承擔權威角色（Ivey, Ivey, & Simek-Morgan, 2000），並以直接與結構化的方式進行諮商（Kim, Atkinson, & Umemoto, 2001）。Wong 與 Piran

(1995) 指出諮商初期若諮輔人員能對案主說明目標，並於後續提供忠告、建議、訊息以及解決方式來協助案主解決問題，將被視為是有效能的諮輔人員，而適用於臺灣／華人文化的諮商技術包含，引導性的封閉式問話、有指導性意味的建議以及共同經驗分享自我揭露等（陳金燕，2017；Lin, 2004）。此外，臺灣案主面對生活與生命挑戰時，親友支持以及靈性活動是其重要資源，例如，當需要協助時，他們往往優先選擇家人、師長、宗教人士或是本土療法的治療師，而非專業諮商人員或醫師（Kim, 2014），因此，與臺灣／華人文化中的案主工作時團隊策略亦是有效的方法（Yeh & Wang, 2000）。在因應壓力方面，Kuo、Roysircar 與 Newby-Clark（2006）認為與華人案主執行治療工作時，除了增加案主利用個人焦點因應策略（例如直接改變壓力源），亦需促進其考慮集體式或關係式策略，包含諮詢父母、手足、親戚以及其他權威人士的智慧與意見，或從諮商中學習他人如何面對相似壓力情境。

承上，為了提升心理治療取向與介入技術在臺灣／華人文化的合適性，洪莉竹與陳秉華（2005）以及 Kuo、Hsu 與 Lai（2011）等人強調，實務工作者需具文化敏感度，並考量因文化信念帶來的影響，是其必備的基本能力，如同 Pederson（1994）提及案主的困擾常是產生於特定文化脈絡的，因此，諮輔人員必須突破文化膠囊化（cultural encapsulation）的限制，才能依循文化脈絡在歷程中採取合宜的介入（引自簡文英，2009），並能進一步從諮商關係、歷程脈絡以及諮商效果層面以評估理論技術於案主所處文化之合適性（洪莉竹、陳秉華，2005；陳金燕，2003）。是以，愈來愈多的臺灣／華人諮商研究者提醒需以謹慎並具反思的態度，將北美學習而來的諮商理論與臺灣／華人本土心理學相結合，以發展適用於臺灣案主的諮商工作模式（郭崇信，2017；黃瑛琪，2004）。

二、 焦點解決短期治療在臺灣實務與研究的發展

焦點解決短期治療（Solution-focused brief Therapy，簡稱 SFBT）在過去 30 年來成為臨床工作者以及專業諮商訓練中相當普及的學派。因其優勢觀點以及簡明特性，使 SFBT 成為目前許多心理健康專業中常見的治療方式（Kim, 2014; MacDonald, 2007，引自 Gong & Hsu, 2017）。

SFBT 是一聚焦討論解決之道的取向，一改過往學派探究問題的做法，轉為關注案主的期待以及想要變得更好之處（Hogan, 2017），看重案主之潛能、復原力、主動角色與責任，並以提問問句取代解釋與指導來協助案主創造改變（許維素、游于萱，2017；Kim, 2014）。彙整 SFBT 基本信念，如以下八項：

1. 沒有一定的真理，案主如何看待世界才是最重要的。SFBT 屬社會建構理論（social construction），認為案主對世界的描述語言將影響其對問題與目標的看法，因此主觀詮釋才是最重要的（許維素，2017b）。

2. 問題症狀有時也具有功能。不以心理病理觀點探究案主的問題成因，強調以重新建構的角度看待問題多面性、功能性，並以階段性的發展觀點視之。
3. 案主與諮輔人員為合作關係。雙方共同建構目標，諮輔人員的任務是在「以案主為專家」前提下（洪莉竹，2018），採用「未知（not knowing）」以及「身後一步引導（leading from one step behind）」的姿態向案主學習，以邁向案主願景與目標的達成（Kim, 2014）。
4. 案主是解決其問題的專家，也是諮商室內的主角。SFBT 相信案主擁有對生活及問題的知識、優勢、技能以及洞察力（Kim, 2014）。強調尊重案主，主張其為諮商室內的主角。諮輔人員主要工作是借力使力，開發案主解決問題的正向資源與所欲未來。
5. 從正向的角度來進行諮商，強調案主的可能性而非病理（許維素，2014）。SFBT 是以優勢為基礎的取向（strength-based approach），聚焦於案主之所能，非其所不能；看重案主的潛能，而非限制。在諮商中大量運用案主帶來如盼望、優勢與能力等（Kim, 2014）。
6. 重新建構案主的問題，創造改變。諮輔人員將問題重新建構成一個得以解決的內涵取代當初帶進諮商室的膠著困境，聚焦於現在目標與未來願景，而非過去無法改變的歷史。
7. 探討問題的例外情境，形塑改變的解決之道。藉著探索案主的成功與例外經驗，使其發揮自身的能力，並強化自主權力與改變動機，鼓勵案主多做那些有助於目標的事情。
8. 看重小改變所帶來的價值，小改變帶來大改變。SFBT 認為當小改變發生時，所處的環境、系統就和原來不同，藉由一點一滴的小改變所帶來的正向回饋，鬆動問題僵局（洪莉竹，2018），最終發揮滾雪球效益聚集成大改變。

為落實 SFBT 的基本信念，其會談階段可分為以下五個部分（許維素、吳宛亭，2018；De Jong & Berg, 2013; Kim, 2006）：

1. 聚焦於案主對問題、影響和脈絡的主觀理解，以及現存因應方式。
2. 發展及建構目標，或藉由探討問題減少或消失的未來願景，以形成後續行動計畫。
3. 探尋與目標及願景相關的例外或成功經驗。
4. 晤談結束前給予回饋、讚美以及家庭作業，鼓勵案主於生活中嘗試有效解決行動。評估及發掘案主微小進展，並擴大化，使之能維持至改變發生。
5. 後續諮商中，持續利用上述階段循環，建構解決之道。

相較其他學派，SFBT 用更細微的方式來看待改變的歷程（Miller, 2000，引自 McCollum, Trepper, & Smock, 2003），並運用多種技術來協助與支持案主，如表 1 所示（許維素，2009；張佳雯，2010；Franklin, Trepper, McCollum, & Gingerich, 2011）：

目前，SFBT 的實務工作在教育、校園、督導、教練及企業領域均快速地成長，場域疆界已經超越美國國界，至歐洲、非洲、中南美洲以及亞洲（Hogan, 2017）。SFBT 的實務研究也日益增加，相關研究支持 SFBT 為案主帶來正向影響，例如當諮輔

人員若協助案主將目光轉移到所欲目標上，案主就會致力於其目標；當諮詢人員增加解決式談話時，案主也隨之增加，且於諮商歷程中強調案主的表 1

SFBT 重要諮商技術及說明

SFBT 重要諮商技術	技術說明
目標設定 (goal setting)	與案主共同設立符合期待、具體、可行與正向之目標。
例外問句 (exception)	詢問案主問題不存在的例外經驗，強化其信心與行動力，擴大例外經驗，建構解決方案。
假設問句 (suppose question)	引導案主思考未來美好情境，暗示問題是得以被解決。使其在建構解決方式時更有行動力和信心。
晤談前的進展 (pre-session change)	了解案主預約到前來治療間的改變，使其相信自發力量，而能持續做已存在的策略。
差異問句 (difference questions)	詢問案主在現況與例外、或現況與美好遠景、目標之間有何不同。
振奮性引導 (cheerleading)	利用鼓舞式語言及態度探問案主如何做到某個好行為或如何能讓例外經驗發生，以協助意識化有效策略。
評量問句 (scaling)	由案主以具體數字主觀評估不同向度的知覺，或具體勾勒願景、現況的相對位置與行動可行性等，藉此帶領其思考如何讓改變發生。
關係問句 (relationship question)	詢問案主其重要他人如何看待目前某特定狀況，使其擴大知覺，並與他人連結獲得支持。
因應問句 (coping question)	探問案主處於困境時的力量，鼓勵其多加運用如何能夠支撐下來之有效行動，並讓狀況不致於更惡化。
讚美 (compliment)	找出案主做過的努力、優勢與資源，表達欣賞與支持，並協助意識化。
重新建構 (reframing)	對於案主的陳述，賦予正向的、不同觀點與意義，瞭解其內心目標及提昇改變能量。
一般化 (normalizing)	針對案主特定負向情緒反應或想法，給予常態化的回應，而降低其擔憂程度。
循環問句 (circular question)	詢問案主當重要他人改變時，自己會接續出現的改變及其互動間的相互循環效益。
追蹤問句 (follow-up question)	於後續諮商詢問案主如何將晤談所得運用於諮商室外的生活中。
家庭作業／實驗任務 (task)	每次晤談結束時鼓勵案主進行與目標相關之微小行動，使諮商中討論的解決方案得以落實在真實生活中。

優勢則與好的治療結果有正相關 (Bonsi,2005; Kim,2014; Speicher-Bocija,1999)。隨著嚴謹設計的研究產出，SFBT 之有效性有了實證研究的支持，例如，Kim (2008) 針對 22 篇以隨機分配取樣之研究進行後設分析以了解 SFBT 在外顯問題、內向問題以及家族關係三大類議題中的介入效果，研究結果支持 SFBT 具有正向的治療結果，其中在處理內向問題（例如憂鬱、焦慮、自我概念與自尊議題）特別具有成效。除了 SFBT 的療效獲得證實之外，SFBT 於不同文化的應用結果也備受肯定。

1980 年代是 SFBT 傳至亞洲的時間，第二波的影響力則是在 2000 年左右，從一開始在非亞洲國家中對亞裔案主進行諮商，到現在亞洲各國與亞洲案主進行會談，如此迅速的發展，使得有關亞洲 SFBT 實務工作的研究更為急迫（Tuomola, 2017）。近年研究指出在華人社會（包含臺灣、香港以及大陸）運用上，SFBT 具有治療效果（Franklin, 2015; Gong & Hsu, 2017; Li et al., 2018），特別是校園輔導工作，Gong 與 Hsu（2017）針對 2000 年至 2014 年間 24 篇以 SFBT 團體諮商介入的相關研究進行後設分析研究，結果發現 SFBT 能有效處理學生問題，此外，Chen、Liu、Guz、Zhang 與 Franklin（2018）針對實務工作者進行調查，發現他們對於 SFBT 在校園輔導工作的普及性以及與文化的相容性，予以極高的評價，超過九成的研究參與者認同持續推廣 SFBT 是相當有意義之事，並期待在工作現場中有督導與專業人員支持。是以，SFBT 具有相當高的臺灣／華人文化合適性，能為案主帶來正向改變。

SFBT 自 1995 年引入臺灣諮商輔導界，已逾 20 年的時間，這段時間中，臺灣許多諮輔人員不斷地投入學習、應用及研究。林家興（2014）針對臺灣諮商心理師的執業調查，發現諮商心理師以 SFBT 為主要理論取向有提升的情況，在 2014 年的執業調查中，發現有 12.2%受訪者選擇他們作為主要理論取向。除了實務工作者投入外，在研究方面成果更是豐碩，在 1998 年到 2018 年之間，以 SFBT 為主題的期刊文章共計 131 篇（臺灣期刊論文索引系統：<http://readopacl.ncl.edu.tw/>），碩博論文約計 111 本（臺灣博碩士論文知識加值系統：<https://ndltd.ncl.edu.tw/>），由此可知 SFBT 是目前臺灣非常蓬勃發展的諮商學派。在碩博士論文部份，研究領域涵括校園、社區機構、醫療、教牧諮商、督導、軍隊、社工以及教育工作現場等，其中以學校諮商輔導為最多（約佔 64%），多數研究亦支持 SFBT 適用於臺灣校園輔導工作（許維素、游于萱，2017）。研究對象從兒童至成人階段均有，其中兒童和青少年的相關研究為最多，在青少年諮商工作部份，主題廣泛，包含人際關係、自尊心、復原力、中輟復學、網路沈迷、情緒管理、適應性問題、戒菸以及自傷等議題；在兒童部份，除與青少年研究相似議題外，另加上兒童期常見身心疾病議題，如學習障礙與注意力缺乏等，研究結果普遍支持 SFBT 的介入對於青少年與兒童工作具有成效，與美國運用經驗相似（Liu et al., 2015），研究主題部分以輔導效果研究為最多，約佔 72 篇，其餘則是諮商歷程分析、行動研究以及工作流程的建置。除學位論文外，期刊文章內涵更為豐富，除了與學位論文主題相似外，另增加以 SFBT 結合不同學派，如認知、阿德勒學派（李美遠，2010；林德慧、張宇平，2009）以及針對不同族群提供督導及治療的介入，將 SFBT 的諮商工作拓展到不同的實務現場。研究的豐富性，意味著臺灣諮輔人員及研究者對 SFBT 具高度興趣，多數研究結果也支持 SFBT 在臺灣社會中不同場域帶來正向的療效。從文化信念來看，SFBT 的基本信念與臺灣／華人文化中許多項信念具相容性，例如丟臉對臺灣案主來說是相當嚴重的事情，因其意味著家人也連帶會被批評，在尋求協助時，常因此而處於羞愧中（Kuo, Hsu, & Lai,

2011)，許維素（2017a）指出 SFBT 聚焦於如何前進以及改善，而非關注問題的成因，將能顧全面子、減少羞愧，帶來有效的工作；臺灣案主看重實用主義（pragmatism），期待有立即成效，與 SFBT 目標導向、解決問題的特性一拍即合（Chan & Chung, 2017）；而 SFBT 多種技術，包含「關係問句」、「假設問句」與「評量問句」在引導臺灣年輕成年案主重新思考父母的觀點時相當有效，進而有效地和父母互動或是協商（Hsu & Wang, 2011）。

然而，SFBT 哲學觀與臺灣／華人文化信念有其相容之處，但也有不少相異之處，例如 SFBT 看案主的優勢，但在臺灣／華人文化中，鼓勵個體要謙卑及反省；SFBT 視案主為專家，但臺灣／華人文化中強調服從權威。另外，臺灣諮輔人員在接受 SFBT 的訓練時，深受其正向眼光以及優勢觀點所激勵，但卻與文化中「嚴以律己」、「精益求精」及「做好是應該的」等為人處事原則相當不同（許維素，2003；陳秉華，2006）。陳秉華（2006）在探討 SFBT 於臺灣／華人文化之合適性時，是從文化相容性以及文化互補性兩個觀點進行探討。文化相容性是指 SFBT 認為自我是可以在人際互動中彼此相互影響，乃與臺灣／華人社會中關係取向的文化特徵有共通之處，因此具文化相容性。但是 SFBT 與臺灣／華人文化也深具文化互補性，因為臺灣／華人文化深受儒家文化影響，強調個人需要不斷反省，努力提升自我，而這樣嚴苛的要求，常帶來壓力，因此當諮輔人員運用 SFBT 時，案主則能對自己產生正向看法，經驗其內在資源與力量，並欣賞與接納自我；SFBT 所具有之文化互補性，可在華人社會發揮了解放案主社會角色、展現真實自我的功能（陳秉華，2006）。

如同 Tuomola（2017）所提及，雖然多數研究顯示 SFBT 在亞洲的實務工作具有一定療效，但實務工作者仍需進一步理解對他們服務的案主以及文化場域而言為何有效，而 Kim（2014）亦指出當諮輔人員對於特定族群的文化價值、危機或是保護因子有一定的知識時，將能提升他們身後一步引導的能力，並能依循案主的特定處境以及世界觀量身打造合適之介入方式，以促使良好的諮商關係及成效。許多臺灣或其他華人地區的研究均支持 SFBT 對案主有一定成效，但 SFBT 與臺灣／華人文化信念之間的關聯性有多種樣貌，而非全然一致，而且，現存於臺灣的諮商實務研究多數是基於案主的知覺、研究者與治療師同步觀察，少見連結臺灣／華人文化信念（Kuo, Hsu, & Lai, 2011），也較少從實務工作者角度探討 SFBT 運用經驗（Chen, Liu, Guz, Zhang, & Franklin, 2018）。為了進一步瞭解治療取向在不同文化中的文化合適性，以提高其可行性（feasibility）以及可轉換性（transferability），來自實務工作者的觀點是非常重要的（Ivey, D'Andrea, & Ivey, 2012）。因此，如能深入探究 SFBT 於臺灣／華人文化合適性，並在諮商中善用與文化相符的理論內涵與技術，將能使治療更具成效，且增加此學派於臺灣／華人諮商與心理治療領域的文化應用性（cultural applicability）。

當諮商理論與技術能具有文化合適性（**cultural compatibility**）時，將能提昇治療效果。然而，由於目前對應用諮商取向於不同文化中合適性之定義與內涵看法不一。除了 Huey 與 Tilley（2018）提及的一致性、以及陳秉華（2006）採文化相容性與文化互補性兩種觀點之外，Lee 與 Williams（2017）則以案主需求、文化合宜（**culturally appropriate**）、案主文化背景等向度的符合度來判讀方案介入的有效性，以能探究文化合適性。是以，研究者綜合彙整前述文獻，定義本研究探討的「文化合適性」涵蓋「文化一致性」或「文化互補性」；其中「文化一致性」是指特定諮商信念或技術與案主所處文化價值信念相一致而具諮商有效性；「文化互補性」則是指特定諮商信念與技術雖與案主所處文化價值信念差異或衝突，但因互補作用而具諮商的有效性。

本研究目的為：探討臺灣諮輔人員知覺 **SFBT** 之文化合適性並評估其觀點。研究問題則為：

- （一）哪些 **SFBT** 諮商信念與技術因具文化一致性，於臺灣／華人文化合適性高？其理由為何？
- （二）哪些 **SFBT** 諮商信念與技術因具文化互補性，於臺灣／華人文化合適性高？其理由為何？
- （三）哪些 **SFBT** 諮商信念與技術不具文化一致性，於臺灣／華人文化合適性低？其理由為何？

期望透過研究結果與討論，提供臺灣諮輔人員、訓練師及督導提昇 **SFBT** 應用及文化回應介入之相關實務與研究建議。

貳、研究方法

一、研究參與者

本研究採立意取樣，共計 29 位主觀認定自身諮商取向為 **SFBT** 之諮輔人員（其中 14 人具諮商心理師證照）參與問卷填答。研究參與者（**research participant**，簡稱 **RP**）中以女性（23 人）為主，年齡以 31 至 40 歲為最多（共 16 人），主要工作場域以校園為主（複選，約 69.84%），自陳接受 **SFBT** 訓練 1 至 16 年。相關資料如表 2。

二、研究工具

以電子表單形成「臺灣文化中諮商輔導人員運用焦點解決短期諮商之實務經驗」問卷，由RP評定SFBT各項信念及諮商技術於臺灣／華人文化之合適性及其理由，問卷內容涵蓋以下三大部分：

表2

RP背景資料表

變項	人數／人次	百分比
地區		
北部	26	89.66%
中部	2	6.90%
南部	1	3.45%
性別		
男	6	20.69%
女	23	79.31%
年齡		
26-30 歲	2	6.90%
31-40 歲	16	55.17%
41-50 歲	10	34.48%
51 歲以上	1	3.45%
職稱（複選）		
諮商心理師	14	38.89%
專業輔導人力	4	10.53%
專輔教師（含高中輔導教師）	12	33.33%
國中小兼輔教師	4	11.11%
教師	2	5.56%
諮商輔導年資		
3 年以下	10	34.48%
4-5 年	1	3.45%
6-10 年	9	31.03%
11-15 年	1	3.45%
16-20 年	5	17.24%
21 年以上	3	10.34%
諮商輔導訓練年資		
3 年以下	4	13.79%
4-5 年	3	10.34%
6-10 年	10	34.48%
11-15 年	7	24.14%
16-20 年	2	6.90%
21 年以上	3	10.34%
以 SFBT 為主之諮商輔導實務年資		
3 年以下	4	13.79%
4-5 年	3	10.34%
6-10 年	10	34.48%
11-15 年	7	24.14%
16-20 年	2	6.90%
以 SFBT 為主之諮商輔導訓練年資		
3 年以下	15	51.72%
4-5 年	6	20.69%
6-10 年	4	13.79%
11-15 年	3	10.34%
16-20 年	1	3.45%
主要工作場域（複選）		
國小	18	28.57%
國中	12	19.05%
高中職	7	11.11%
大專	7	11.11%
社區機構	6	9.52%
社福單位	4	6.35%
私人診所	1	1.59%
醫院	2	3.17%

其他	1	1.59%
主要工作對象（複選）		
兒童（10 歲以前）	16	31.37%
青少年（11-18 歲）	17	33.33%
大專以上學生	9	17.65%
成人	8	15.69%
其他	1	1.96%

（一）基本資料

包含工作地區、性別、年齡、主要工作對象、主要工作場域、職稱、諮商輔導實務年資、以SFBT為主之諮商輔導實務年資、諮商輔導訓練年資以及以SFBT為主之訓練年資共計十題為勾選與數字填答題目；其中主要工作對象、主要工作場域以及職稱三項為複選題。

（二）SFBT信念與技術於臺灣／華人文化合適性之評定

此部分針對 SFBT 八項信念（包含：沒有一定的真理，案主如何看待世界才是最重要的；問題症狀有時也具有功能；案主與諮商師需為合作關係；案主是解決其問題的專家，也是諮商室中的主角；從正向的角度來進行諮商，強調案主的可能性而非病理；重新建構案主的問題，創造改變；探討問題的例外情境，形塑改變的解決之道；看重小改變所帶來的價值，小改變帶來大改變）；以及 15 項諮商技術（包含：目標設定、例外問句、假設問句、差異問句、討論晤談前的進展、振奮性引導、評量問句、關係問句、因應問句、讚美、重新建構、一般化、循環問句、追蹤問句、實驗任務），以一至十分進行評分，分數愈高代表文化合適性越高，反之則表示文化合適性越低。

（三）SFBT信念與技術應用於臺灣／華人所經驗文化議題與文化合適性評定理由

此部分由RP以文字描述，其應用SFBT過程中常經驗之臺灣／華人文化議題，並針對應用SFBT各項信念及技術（共計23項）遇到文化議題，提出文化適用或不適用的理由。

三、研究程序

本研究之研究程序如下：（1）收集研究相關文獻資料；（2）擬定研究工具，包括研究邀請說明及電子問卷；（3）透過口頭、電子郵件及諮商心理師或輔導教師同儕提名推薦，向合乎本研究條件之諮輔人員提出邀請；（4）接獲受邀諮輔人員同意後，寄出電子問卷線上連結；（5）由受邀之諮輔人員完成問卷後，於線上自行送出；（6）整理問卷所收集之資料，進行資料彙整；（7）針對資料進行量化及質化分析；（8）撰寫研究結果報告。

四、資料分析

資料分析區分為量化及質化資料分析。量化資料採描述性統計，針對RP對研究工具中各項評定分數進行分析，呈現各項組距、平均數以及眾數。質性資料則彙整RP在問卷中寫出之針對各項信念與諮商技術評定理由之文字，依下列方法予以編號：Q01至Q29代表29位RP，I01至I23代表八項信念以及15項技術，R01至R02則為第幾段引用文字。資料分析則依據內容分析法進行資料分析，其步驟為：（1）針對每份文字稿，依據RP應用SFBT過程中常經驗之臺灣／華人文化議題，進行段落群集及意義摘述；（2）再依據文化一致性或文化互補性進一步聚集主題；（3）依據29份文字稿按照前述步驟，萃取出的共同主題後，適當引述RP的文本後撰寫研究結果。

參、研究結果

一、SFBT 信念與技術於臺灣／華人文化合適性之量化分析

（一）SFBT 信念部分

結果分析如下表，其中「看重小改變所帶來的價值，小改變帶來大改變」為平均分數最高的一項信念（8.14 分），而「問題症狀有時也具有功能」為平均分數最低的一項信念（6.72 分）。各項信念分數如下表 3。

表3

SFBT 八項信念於臺灣／華人文化合適性之評定

SFBT 之信念	最小值	最大值	眾數	平均數
沒有一定的真理，案主如何看待世界才是最重要的	4	10	6	7.07
問題症狀有時也具有功能	3	10	7	6.72
案主與諮商師需為合作關係	3	10	10	7.48
案主是解決其問題的專家，也是諮商室中的主角	2	10	7	6.86
從正向的角度來進行諮商，強調案主的可能性而非病理	5	10	8	7.97
重新建構案主的問題，創造改變	6	10	9	8.07
探討問題的例外情境，形塑改變的解決之道	3	10	7	7.52
看重小改變所帶來的價值，小改變帶來大改變	6	10	8	8.14

由各項信念評定之眾數來看，除「沒有一定的真理，案主如何看待世界才是最重要的」為 6 分外，其餘七項信念均高於 7 分，可知 RP 評定 SFBT 信念應用於臺灣／華人案主文化合適性高。

（二）諮商技術部分

結果分析如下表 4，其中「一般化」以及「讚美」技術為平均分數最高的第一及第二項技術（8.45 及 8.25 分），而「假設問句」以及「實驗任務」為平均分數最低的兩項技術（6.18 及 6.38 分）。各項諮商技術分數如下表 4。

由各項技巧合適性評定之眾數來看，除「假設問句」、「差異問句」以及「循環問句」技術落在 5 分至 7 分，其餘 12 項技術均在 8 分至 10 分，RP 評定 SFBT 技術對於臺灣／華人文化中的案主而言應用的文化合適性高。

表 4

SFBT 15 項諮商技術於臺灣／華人文化合適性之評定

SFBT 之諮商技術	最小值	最大值	眾數	平均數
目標設定	5	10	8	7.97
例外問句	5	10	8	7.38
假設問句	2	10	5/6	6.18
差異問句	5	10	6/7	7.03
討論晤談前的進展	5	10	8	7.38
振奮性引導	5	10	8	8.17
評量問句	4	10	10	8.24
關係問句	4	10	8	8.21
因應問句	5	10	8	7.83
讚美	5	10	9	8.25
重新建構	4	10	8	7.83
一般化	6	10	8	8.45
循環問句	3	10	7	6.62
追蹤問句	3	10	8	7.17
實驗任務	2	10	8	6.38

二、SFBT 信念與技術應用於臺灣／華人所經驗文化議題以及文化合適性評定理由之質化分析

研究結果針對 RP 應用 SFBT 過程中常經驗之臺灣／華人文化議題，以及應用 SFBT 各項信念及技術遇到文化議題，提出文化合適性高低的理由，彙整出 16 項主題。以下區分為：與臺灣／華人文化一致性高且文化合適性高、具文化互補性且文化合適性高、不具文化一致性且文化合適性低三大部分進行說明。

（一）文化一致性高且文化合適性高

1. 臺灣案主期待立竿見影效果；SFBT 目標導向、不強調問題歷史，貼近案主的期待：RP 在「目標設定」技術中提及，臺灣／華人文化講求實用性，短期而積極性的目標適合臺灣／華人社會中想儘速解決問題的案主，尤其校園輔導資源僧多粥少，速效更為重要。

RP 在「重新建構案主的問題，創造改變」信念中提到，臺灣民眾不太認識何謂諮商，求助初期意願不高，SFBT 強調現在與未來，不會因為探討過多問題過去歷史而使其壓力更大，可貼近期待，帶來立竿見影的效果，目標導向契合案主需求。例如：追求速效，所以有目標性的，具體可行的目標問句，適用於臺灣案主（Q06I09R01）。

2. 臺灣社會推崇轉念，重視困境中的韌性，與 SFBT 優勢觀點一致：RP 在「探討問題的例外情境，形塑改變的解決之道」信念以及「例外問句」技術中提及 SFBT 許多信念呼應臺灣社會文化中的生命哲學以及人生態度，包含轉念與對事物多元並立的看法，臺灣社會文化中有許多與「轉念」相關的諺語以及態度，例如山不轉路轉、事情有黑白兩面、十之八九、太極觀點等。

RP 在「從正向的角度來進行諮商，強調案主的可能性而非病理」之信念以及「重新建構」與「因應問句」等技術中提及，遭遇困境時，案主的轉念想法帶來改變，使之看見自己得以撐下去的力量以及內在資源，例如想到打斷筋骨顛倒勇，強調發揮己身力量不被困境擊敗。另外，RP 在「例外問句」技術中提到因文化強調不誇耀自己的長處以及習慣直接要答案等因素，使得案主不易想起例外經驗，當諮輔人員詢問時，他們一開始是驚訝的，但卻能因著這樣的「轉念」，發現更多自我的資源與力量，使之擁有能力與希望感。例如：有句話說臺灣案主的番薯精神，面對問題困境，通常第一個想法是：撐住，努力向上（Q06I16R01）。

3. 臺灣案主擔心因心理疾病或求助諮商被貼標籤，SFBT 聚焦其可能性與非病理化，讓他們減輕焦慮，投入諮商改變：RP 在「案主是解決其問題的專家，也是諮商室中的主角」信念提及，臺灣案主需要被尊重並希望自己是具有功能的，喜歡以「當家作主」的心態及方式來處理問題，RP 認為此信念與臺灣案主重視面子有關，當他們知道自己沒被看輕，更有意願去面對問題。另外，RP 亦在「從正向的角度來進行諮商，強調案主的可能性而非病理」、「問題症狀有時也具有功能」以及「重新建構案主的問題，創造改變」等信念中提到，臺灣社會文化容易讓案主覺得自己無價值，而 SFBT 相關信念讓案主理解自己只是「一時困住」了，使之相信自己是具有價值、充滿希望與可能性，因此適用於臺灣／華人文化。

RP 指出臺灣案主對於自己或家人是否罹患心理疾病相當焦慮，認為去諮商是有病的、有求於人的，並提及許多 SFBT 的諮商技術能減輕案主焦慮，適用於臺灣案主，包含（1）「一般化」讓案主覺得自己和他人一樣，感到安心；（2）「評量問句」則能協助案主具體化內在想法與情感，而非病理化其狀態；（3）「重新建構」則改變案主對求助的想法並能重新看待問題，以及使案主擺脫被視為罪魁禍首的焦慮；（4）詢問「例外問句」協助案主將視框轉移到問題未發生的情境，聚焦可能性，並從中找方法來建構解決之道。例如：臺灣文化重視「你有我也有」的一體感（或是普同感），比較不喜歡特別、孤立（Q06I23R01）。

4. 臺灣案主重視關係且從中得到滋養，並能增加多元眼光；SFBT 引導案主換位思考並促使其為自我賦能：RP 在「案主與諮商師需為合作關係」信念中指出，因集體主義及相互依賴的文化信念，臺灣／華人社會特別重視關係，諮商中的合作關係讓案主覺得被諮輔人員支持及關心，且 RP 在「關係問句」技術中提到，臺灣案主重視關係以及他人觀點，因此詢問重要他人對案主的看法比問自身的想法來得容易，尤其是兒童與青少年案主（以下稱兒少案主）。臺灣社會文化強調家人間的連結與互動，重視人際互動與系統合作，例如校園內導師、學生以及家長間的合作，因此探討關係互動以及他人觀點對臺灣案主來說是熟悉且適合的議題，可幫忙案主換位思考。RP 亦指出臺灣案主在遭遇困難時，常從身邊的人際關係獲得滋養以及支持，詢問「關係問句」時，能使案主獲得能量，因此於臺灣／華人文化合適性高。例如：注重人與人的關係以及家庭（Q08I15R01），案主會因為重要他人的眼光想法，而有改變的動力與動機（Q10I15R01）。
5. 臺灣／華人文化推崇務實態度，與 SFBT 看重具體行動以及累積小改變的信念一致：RP 在「看重小改變所帶來的價值，小改變帶來大改變」信念與「評量問句」與「討論晤談前的進展」技術中提及 SFBT 許多信念呼應臺灣／華人文化中一步一腳印的務實態度，文化中有許多俗諺語描述點滴累積的改變歷程，例如滴水穿石、千里始於足下、積沙成塔、聚少成多、以及滾雪球效應等，因此在面對追尋目標以及願景時，臺灣案主能一步步地完成。且 RP 在「探討問題的例外情境，形塑帶來改變的解決之道」信念中提及，詢問案主已存在的實際行為經驗因不涉及內省，容易思考及回答，因此適用於臺灣案主。例如：臺灣文化講求務實（Q25I06R01），文化中有許多成語彰顯小改變的價值（Q27I06R01）。

（二）具文化互補性且文化合適性高

1. 臺灣案主看重家庭倫理以及團體意見，易忽略自己的看法；SFBT 拓展案主思維，幫助案主建構個人目標並投入改變：RP 認為臺灣／華人文化強調集體主義，案主重視人際與家族互動，多以團體或家庭的期待為依歸，對於自己真正所想要的目標鮮少深入探索，RP 提及 SFBT 利用以下方式協助案主拓展思維：（1）運用「目標設定」、「重新建構」等技巧協助案主從不同的角度去看待問題；（2）詢問「例外問句」使之得以留意問題不存在的其他時刻，將焦點放在解決的可能上；（3）詢問「假設問句」協助案主展望未來並提升改變的動能，因此，上述 SFBT 相關諮商技術適用於臺灣／華人文化。例如：臺灣案主缺乏可能的想像，對於假想的好不容易進入。拓展另一個思維，讓案主看到其他可能性（Q27I11R01）。
2. 臺灣社會中集體主義文化仍為主流壓力；SFBT 強調案主自主，重視其看法與目標：因為臺灣是一個多元文化並立的社會，社會中充斥著各種說法與看法，所以相對沒有一定的道理與定論，RP 在「沒有一定的真理，案主如何看待世界才是最重要的」之信念中

提及，臺灣仍屬集體主義社會，多數人的意見及觀點對案主而言是重要的參考依據，但是 SFBT 的信念：很能幫助 CL 鬆綁於社會/團體的主流價值壓力，幫助滿足 CL 身為一個人在集體主義社會下仍具有的自主性需求（Q29I05R01）。

對許多案主來說，這樣的信念促使其為自我賦能，使之珍視自己的想法與需要，以致於能夠進一步投注心力，朝向實現自我需求的目標。

3. 臺灣社會文化強調反求諸己、精益求精，SFBT 則欣賞案主已做到之處，使之重拾面對困難的信心 RP 在「讚美」與「振奮性引導」技術中指出臺灣/華人文化強調謙卑，特別關注案主負向行為與不足之處，忽略優勢與已經存在的方法，且臺灣案主較少講出肯定自己的話語，對於被讚美感覺不自在，但從視之為專業人士的諮輔人員的讚美中獲得肯定的力量，有助於問題解決。另外，RP 在「看重小改變所帶來的價值，小改變帶來大改變」與「探討問題的例外情境，形塑改變的解決之道」等信念以及「例外問句」、「討論晤談前的進展」與「因應問句」等技術中指出聚焦於小改變帶來的價值以及有別於問題情境的例外經驗，有助於降低案主挫敗感，增加信心，看到自己已經做到的事情，同樣產生促進賦能效果，以採取具體行動向目標邁進。例如：社會價值上標準很高/既定的道德倫理或成就標準明顯，但若能感受到 CO 很深刻誠懇地欣賞自己，會很有療效，因為平常是不易得到的（Q29I17R01）。

4. 臺灣社會文化普遍重視結果輕看過程，案主忽視看見自身的努力，SFBT 關注其進展，讓案主在日常生活中落實諮商收穫：RP 認為臺灣社會文化「只問結果，不問過程」的務實特性，讓低潮中的案主常忽略其面對問題的努力，而臺灣/華人文化推崇刻苦自立的精神，使得案主常是獨自支撐面對困境，因此當詢問「因應問句」時，能聚焦於案主的努力，讓他們相當感動，也獲得持續前進的力量，另外，RP 關注晤談前的進展，聚焦成功經驗，幫助案主看到已存在的改變與有效策略，在諮商技術部份利用「讚美」、「例外問句」、「討論晤談前的進展」以及「追蹤問句」等技術引導案主具體找出自己面對問題的能力及策略，從正向行動看見進步，並得以於生活中落實諮商收穫，因此，上述技術均適用於臺灣案主。例如：臺灣案主較少發現自己做得好的部分...每個禮拜的檢核，讓他們更有動力也真的發現自己一步步地在前進（Q06I19R01）。

5. 臺灣/華人文化尊重權威，仰賴專業建議，SFBT 順應臺灣案主服從權威之習性帶來專家位置轉移，引發改變：RP 在「案主是解決其問題的專家，也是諮商室中的主角」信念中指出，多數臺灣案主因尊崇權威，剛求助時會視諮輔人員是專家，期待獲得解答，初期對於自己沒信心，無法相信自己可以是解決問題的專家，當 RP 一開始先坐在專家的位置上，再善用臺灣案主服從權威的特性，順勢促使其為自我賦能，得以轉換案主一開始的無價值感，逐漸看重自己並接受會談中的專家位置，雖此信念一開始無法適用於臺灣/華人文化，但經由諮輔人員的轉換，仍為臺灣案主帶來正向影響。另外，RP 在「重新建構」技術中則提及由於臺灣案主尊重權威的特性，且視諮輔人員為專家，其意

見與回應易被案主所接受，協助其產生不同觀點，有助於引發其後續改變。例如：對專家/他人提出的新觀點容易感到驚艷，而產生 insight 的功能，而引發 CL 改變的決心/堅持度（Q29I08R01）。

6. 臺灣社會親子關係緊密且父母過於保護子女，SFBT 促使兒少案主為自身賦能，運用其能力邁向改變：RP 在「案主是解決其問題的專家，也是諮商室中的主角」以及「從正向的角度來進行諮商，強調案主的可能性而非病理」等信念中指出臺灣父母與其他成人常低估兒少案主的能力，且文化中講求孝道順從，使子女常認同父母之看法，對於自身能力易感懷疑，而 SFBT 能讓兒少案主得以運用自身能力邁向改變，並能轉換系統中重要他人的看法，因此於臺灣／華人文化合適性高。

RP 認為臺灣／華人文化中親子關係及人際關係緊密，SFBT 中許多技術非常適合用來與兒少案主進行諮商輔導工作，包含，（1）詢問「關係問句」及「循環問句」，使兒少案主從重要他人角度思考自己；（2）「重新建構」問題狀態，使其獲得新觀點，擁有能量來面對困難；（3）「評量問句」、「例外問句」、「振奮性引導」、「讚美」與「因應問句」等技術均能引領他們實際區辨自我狀態並看見已經做到的事，藉此建立起維持好行為的模式。例如：因為親子、人際關係較為緊密，因此運用關係問句在青少年的案主身上是適合的（Q12I15R01）。

（三）不具文化一致性且文化合適性低

1. 臺灣／華人文化中案主受限於對問題的固定看法，認為例外經驗並非常態出現，與 SFBT 問題具功能與例外尋解之看法相異：RP 認為臺灣案主遵從權威意見，對於傳統教育中「事出必有因」以及「有問題就是做錯事」思維堅信不移，侷限其對解決問題的看法，如 RP 在「問題症狀有時也具有功能」信念中提到，臺灣社會易放大檢視問題，對事物狀態及自我看法多採取負面觀點，少去看其他面向，以致於花費力氣深究問題，而非解決問題。

RP 更提到在校園輔導工作時，當系統溝通不順利時，SFBT 的「問題症狀有時也具有功能」信念反而造成更多困擾，例如系統中的他人誤以為是輔導者要幫案主脫罪。另外 RP 在「探討問題的例外情境，形塑改變的解決之道」提及臺灣案主常用「全部」或「都」等以偏概全的語言描述困境，因此難以思考問題之外的其他經驗，即便有例外經驗存在，案主也認為那並非常態，RP 指出臺灣／華人文化中重視專家意見為權威且唯一方法的信念，讓案主不相信自己能解決問題，需要有專家來指導，因此於臺灣／華人文化合適性較低。例如：案主會認為問題就是完全負向的、毫無價值，而且會被責備的（Q19I01R01）。「當局者迷」常讓案主陷在思考的困境中無法跳出來看自己有能力之處（Q12I07R01）。

2. 臺灣案主看重他人的影響與需要，異於 SFBT 重視案主自主之信念：RP 在「循環問

句」技術中指出，由於相互依賴的文化特性，使臺灣案主與重要他人之連結是非常緊密的，因此認為對方改變，問題就能解決了，因此容易遇到案主抱怨他人或是覺得無能為力的狀況，且 RP 在「實驗任務」技術中提及身處集體主義文化中的臺灣案主，對於要執行與自己有關的事務時，常因群體的利益或是需要而擱置。例如：會讓當事人覺得自己的改變是掌握在其他重要他人（Q09I13R01）。在緊湊、需以群體需求為優先的文化中，往往被其他繁瑣的事情所牽絆，不見得有時間餘力好好的執行家庭作業，照顧自己的需求（Q07I20R01）。

3. 臺灣傳統信仰常讓人們弱化自我，期待被指導，因此不認同 SFBT 視其為專家之信念：RP 在「案主與諮商師需為合作關係」以及「案主是解決其問題的專家，也是諮商室中的主角」等信念中，提及臺灣案主尊崇權威，傳統信仰中常有求神問卜的儀式，因此而弱化案主自我決定或是處理問題的能力，RP 亦提及臺灣案主在成長中常被父母師長要求順從聽話，自主性較低，會因為服從長輩或是權威的思維以及遵守傳統規範，而選擇壓抑自我的想法。是以，身處臺灣／華人文化的案主會視諮輔人員為諮商室裡的主人，期待其提出專業建議。由於認定專業人士與權威才是解決問題的專家，因此不容易發展平等與合作關係。而 RP 在「沒有一定的真理，案主如何看待世界才是最重要的」信念中則指出，臺灣案主習慣遵循群體意見，有時忽略個人的想法，因此 SFBT 中後現代思維同時挑戰諮輔人員與案主的價值觀，例如文化重視孝道倫常，若案主的行為反其道而行，諮輔人員不一定能全然接納尊重與理解。而臺灣案主習慣聽師長以及權威的想法，對於多元信念以常感到無所適從。

另外，RP 在「實驗任務」技術提及臺灣案主求助時，常希望身為權威人士的諮輔人員可以予以直接答案來解決問題，對於討論諮商後的任務，臺灣案主覺得複雜、不確定而不願意執行。RP 亦在「例外問句」技術中指出，因詢問例外經驗喚起案主曾經做好的時刻，使之回想起過往與權威互動時，被期待「做好意味著需要更好」的經驗，反而未能成功引發案主的希望感，而是帶來壓力。例如：push 自己往前，而有抗拒之感；不太願意承認有例外，因為會有被期待「要努力往更大的光明面前進」的壓力（Q29I11R01）。

4. 臺灣案主從眾且自我要求甚高，異於 SFBT 後現代思維及優勢觀點，對於讚美常感到困窘：RP 在「從正向的角度來進行諮商，強調案主的可能性而非病理」之信念以及「讚美」與「振奮性引導」技術中提及，由於文化中宣揚「勝不驕，敗不餒」等謙遜信念，使得案主不敢為自己的成就感到開心，反之不斷檢討自身不足，且漠視已存在的能力與優勢，因此當 SFBT 諮輔人員聚焦於優勢討論時，案主常感到不習慣或是不安，對於被諮輔人員讚美、認可與欣賞也感到不自在。同時，RP 在「看重小改變所帶來的價值，小改變帶來大改變」的信念中提及，因臺灣／華人文化中強調謙遜或不自滿信念，使多數臺灣案主習慣「做好是應該的」，因而看輕小改變，尤其是校園輔導工作，老師

及家長常常期待學生有更大的改變，RP 需要說服他們看見學生的進展，因此於臺灣／華人文化合適性低。例如：臺灣文化過去流傳勝不驕敗不餒之名言，因此，對案主而言，要去思考自己的力量與優勢會稍覺困難（Q07I16R01）。

5. 臺灣／華人文化強調腳踏實地，與 SFBT 藉由未來願景引領改變的信念不一致，案主不易回應未來導向問題：RP 在「差異問句」與「假設問句」技術中指出，臺灣／華人文化講求務實，認為做人做事要實際，做幾分事講幾分話，好高騖遠被視為不好的心態，因此臺灣案主較難回答未來以及尚未發生的事情，亦使得案主難有多元性思考。例如：臺灣案主較務實，因此若案主有過多假設性的想像，會被視為是不切實際（Q10I11R01）。

肆、討論與建議

一、 SFBT 信念與技術於臺灣／華人文化具高度文化合適性

本研究結果指出 SFBT 八項信念以及 15 項諮商技術獲得多數 RP 的認同，在臺灣／華人文化具高文化合適性。信念部分，各項評定之眾數來看，除「沒有一定的真理，案主如何看待世界才是最重要的」、「問題症狀有時也具有功能」、「案主是解決其問題的專家，也是諮商室中的主角」以及「探討問題的例外情境，形塑改變的解決之道」等信念落在 6 至 7 分外，其餘四項均落在 8 至 10 分，整體合適性評估為中度偏高，其中合適性最高的三項為「看重小改變所帶來的價值，小改變帶來大改變」、「重新建構案主的問題，創造改變」以及「從正向的角度來進行諮商，強調案主的可能性而非病理」。諮商技術部分，合適性平均數高於 8 分者共有 5 項（佔總技術 33%），依序是「一般化」、「讚美」、「評量問句」、「關係問句」以及「振奮性引導」。而「假設問句」、「實驗任務」以及「循環問句」為平均分數最低的三項。

無論在信念或是諮商技術部分，各題合適性評定平均數在 6.18-8.45 之間，顯示 RP 認為運用 SFBT 於臺灣案主合適性高，此結果亦符合 SFBT 在亞洲、華人或是臺灣案主的應用經驗（Franklin, 2015; Tuomola, 2017），且在不同的文化系統有特別側重的介入方式（許維素，2017a）。各項信念及諮商技術平均分數雖有高低，但最高分均落在 10 分，亦即 29 位 RP 至少一人覺得該信念或諮商技術於臺灣／華人文化合適性極高，因此較低評分者，尚無法確定是異於文化而不適用或是在學習過程中對該信念或是技術有所誤解或誤用而導致。

二、 從臺灣／華人文化信念探討 SFBT 應用於臺灣／華人文化合適性評定理由

本研究質性結果共彙整 16 項議題，以下依 RP 提及其應用 SFBT 過程中常經驗之臺灣／華人文化議題（包含集體主義與相互依賴、顧及面子、孝道及服從權威、謙遜、實用主義以及轉念）與文化合適性理由進行討論，並呈現於表 5。

（一）

（二） 集體主義及相互依賴

研究結果中許多 RP 提及臺灣／華人文化看重集體主義與相互依賴的概念，強調家族及社會關係中的禮儀與互動聯繫，個人問題被視為家族或群體問題，對他人帶來影響。本研究發現因為臺灣案主容易從關係得到滋養，諮輔人員詢問「關係問句」能引領案主思考且從表 5

臺灣／華人文化信念對應 SFBT 信念與諮商技術文化合適性評定理由

文化信念	文化合適性 評定	文化合適性高		文化合適性低
		具文化一致性	具文化互補性	不具文化一致性
集體主義 相互依賴		<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣案主重視關係且從中得到滋養，並能增加多元眼光；SFBT 引導案主換位思考並促使其為自我賦能。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣案主看重家庭倫理以及團體意見，易忽略自己的看法；SFBT 拓展案主思維，幫助案主建構個人目標並投入改變。 ● 臺灣社會中集體主義文化仍為主流壓力；SFBT 強調案主自主，重視其看法與目標。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣案主看重他人的影響與需要，異於 SFBT 重視案主自主之信念。
顧及面子		<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣案主擔心因心理疾病或求助諮商被貼標籤，SFBT 聚焦其可能性與非病理化，讓他們減輕焦慮，投入諮商改變。 		
孝道權威			<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣／華人文化尊重權威，仰賴專業建議，SFBT 順應臺灣案主服從權威之習性帶來專家位置轉移，引發改變。 ● 臺灣社會親子關係緊密且父母過於保護子女，SFBT 促使兒少案主為自身賦能，運用其能力邁向改變。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣／華人文化中案主受限於對問題的固定看法，認為例外經驗並非常態出現，與 SFBT 問題具功能與例外尋解之看法相異。 ● 臺灣傳統信仰常讓人們弱化自我，期待被指導，因此不認同 SFBT 視其為專家之信念。
謙遜			<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣社會文化強調反求諸己、精益求精，SFBT 則欣賞案主已做到之處，使之重拾面對困難的信心。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣案主從眾且自我要求甚高，異於 SFBT 後現代思維及優勢觀點，對於讚美常感到困窘。

實用主義	<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣案主期待立竿見影效果；SFBT 目標導向、不強調問題歷史，貼近案主的期待。 ● 臺灣／華人文化推崇務實態度，與 SFBT 看重具體行動以及累積小改變的信念一致。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣社會文化普遍重視結果輕看過程，案主忽視看見自身的努力，SFBT 關注其進展，讓案主在日常生活中落實諮商收穫。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣／華人文化強調腳踏實地，與 SFBT 藉由未來願景引領改變的信念不一致，案主不易回應未來導向問題。
轉念	<ul style="list-style-type: none"> ● 臺灣社會推崇轉念，重視困境中的韌性，與 SFBT 優勢觀點一致。 		

中獲得力量。在研究結果中，RP 評定「關係問句」之平均數為 8.21，為 15 項技術中的第四名，呼應臺灣案主重視人際連結的需求，具文化一致性，因此文化合適性高。尤其是在校園輔導時，SFBT 強調系統合作，與許維素與吳宛亭（2018）提及在臺灣校園輔導工作，SFBT 讓專輔人員更有系統觀而能成功促進各次系統之間（學生、家長、教師三者之間）資源合作的功能一致；而 SFBT 所強調合作關係，亦使案主從諮商中獲得關心與支持。這些與 De Jong 與 Berg(2013)提及 SFBT 系統觀以及 Chan 與 Chung(2017)主張 SFBT 中與關係有關的諮商技術，非常適用華人文化的看法相同。

然而，研究中 RP 認為 SFBT 尊重案主獨特性以及自我決定之信念，與集體主義與相互依賴的觀點不盡然完全一致，但具文化互補性且文化合適性高。本研究發現臺灣案主行事作為如陳秉華（2000）以及 Kuo（2004）所提及，常依循他人期待與社會規範，並以群體合作與利益以及維繫家庭與社會中關係為優先，同時 RP 指出臺灣案主在意他人的想法以及普世價值，對事物看法常是單一眼光，以致於自我的獨特性與需求，在集體主義的文化中不容易被看見或重視，但運用 SFBT 多項技術可協助案主看見需求、關注自身的目標並拓展思維。而受限於集體主義與家族觀念下的臺灣案主，如同 Hsu 與 Kuo（2017）所提及，往往在追尋個人自主與重要他人肯定之間努力求取平衡，因此當諮輔人員運用 SFBT 重新建構案主在自我與群體間的衝突，使其看見自己對重要他人的善意與在意，反能因符合集體主義的內涵而逐漸看重自己的需求。本研究中多數 RP 認為此為 SFBT 為臺灣案主帶來的重要影響，藉由聚焦案主自身目標，促使案主看見自己的獨特與自主權益，以引發其改變的動機與力量，亦支持 Kim 與 Franklin（2015）所提及 SFBT 致力案主獨特且自我決定的目標，將使案主得以珍視自己的需求，進一步朝向改變之論述。

另一方面，本研究 RP 亦發現案主常認為自己與他人緊密相連，認為他人比自己對於問題解決有更大的影響力，因此，當詢問「循環問句」時，案主有時候會落入無力改變的狀態；而 RP 與案主討論「實驗任務」時，常發現若內容僅與自身相關時，案主不太容易討論或是執行，RP 認為上述技術不具文化一致性，且文化合適性低，此部分不知是

因 RP 對於 SFBT 應用經驗不足而致或是文化議題，值得未來更深入地探討，然此亦為學習 SFBT 時應多加注意之處。

（三）顧及與增加「面子」效益

「面子」意味著群體對個人擁有好的道德名譽之敬重（Yuan, 2013，引自 Chan & Chung, 2017），是臺灣／華人文化非常看重的事情。對臺灣案主來說，「沒有面子、丟臉」不只是對個人的羞辱，也意味著家庭或家族連帶會被批評，是很羞愧之事。

RP 提及案主求助諮商輔導時，常因為覺得自己有問題而有丟臉的顏面羞愧感。本研究結果發現 SFBT 去病理化觀點與臺灣／華人文化中「顧及面子」之信念一致，非常適合臺灣案主，藉此得以降低其求助時的焦慮，包含（1）以正向角度進行諮商、強調問題行為的暫時性與可解決性，不標籤化案主；（2）運用一般化技術形塑普同感，能為案主帶來安心感。而與 Kim（2014）主張 SFBT 以可能性取代病理化觀點，聚焦於改變，使案主無需因過於焦慮而否認他們的問題，以及許維素（2017a）指出 SFBT 聚焦於如何前進以及改善，而非關注問題的成因，將能顧全面子、減少羞愧之觀點有些微差異，差異之處在於，本研究結果中 RP 提及的「一般化」，是指藉著使臺灣案主理解與他人有相似情形，並不特別奇怪，以承接案主的焦慮情緒，與上述學者聚焦於改變取代問題而帶來的「一般化」方式有些許不同，然最終目的均是協助案主將力氣放在所欲目標。因「一般化」技術與臺灣／華人文化中「顧及面子」之信念一致，在本研究中各項諮商技術的文化合適性評分位居 15 項諮商技術中的首位，最適用於臺灣案主。

另外，RP 發現 SFBT 強調案主的資源能力之優勢觀點，能顧及顏面，甚至增加面子，亦與「顧及面子」之文化信念一致，適用於臺灣案主，藉由諮輔人員看見臺灣案主的「好」，使之肯定自身的價值，當案主被讚美後往往帶來力量，更能投入改變。如同 Kim 與 Franklin（2015）所提及，SFBT 讚美帶來潛在影響力，因其引發案主正向情緒，而更能聚焦於正向行動上，並藉由增加案主對復原力的感受（sense of resiliency）持續投入改變，相關信念及技術包含（1）致力於建立合作關係，讓案主運用自身優勢能力以解決問題；（2）運用「讚美」、「振奮性引導」、「例外問句」、「因應問句」以及「諮商前的進展問句」等技術表達對案主能力、優勢與已存在的正向行動之肯定。對於臺灣／華人文化中的案主來說，當其優勢、能力或是已經做到的事，被具專家角色的諮輔人員看見，並以欣賞角度提出時，是非常值得驕傲的時刻，這讓重視面子的臺灣案主覺得顏面有光，甚至榮耀家人。在研究結果中，RP 評定上述五項諮商技術，均與臺灣／華人文化信念一致，其文化合適性分數之眾數為 8 分或 9 分，相當適合臺灣案主。

（四）孝道權威

孝道是理解臺灣案主如何看待自我、他人以及世界的重要成分（曹惟純、葉光輝，2017；Hsu & Wang, 2011），父母、長輩及社會權威人士被視為位階較高且擁有豐富經驗，因此要求年輕一代要尊敬與服從（Chan & Chung, 2017; Ikels, 2004; Wang & Song, 2010），本研究中的 RP 提及臺灣案主多半服從權威，難有自己的意見與想法。本研究結果發現 SFBT 尊重案主自主以及視之為專家的信念，與孝道信念具文化互補性，文化適用性高。

首先，研究中有 RP 指出多數臺灣父母認為照顧孩子為重大責任，尤其在兒童期以及青春時期，父母的力量遠大於孩子，較多保護色彩，不易看見孩子擁有能力解決問題，如同 Yeh（1997）所提及父母對於其重大事務，例如選擇科系、生涯、交友甚至伴侶的選擇介入較多，期望子女能尊敬與服從其要求，本研究結果指出兒少案主在父母的影響下，容易忽略自己的想法，缺乏獨立思考的能力，較難依自己的想法做決定。因此 Hsu 與 Wang（2011）表示，SFBT 藉以聆聽案主的故事、接納情緒表達與同理其掙扎，而非指責他們低自我認同或是缺乏自主，容易與之建立關係，支持其完成目標之研究結果與本研究發現相同。另如許維素與吳宛亭（2018）所提及的 SFBT 不同於以往問題解決模式，試圖導正兒少案主的失敗、錯誤，而以正向積極與樂觀觀點，聚焦於他們已經做到之處，對於正在發展自我認同的兒少案主，能提昇其自我效能並練習為自己的抉擇負責，本研究 RP 認為 SFBT 與臺灣／華人文化中孝道信念具文化互補性，能促使臺灣兒少案主為自身賦能，使其逐漸發展自主。

再則，服從權威以及依賴專家意見等因素，影響案主對於諮商的期待。本研究中的 RP 提及臺灣案主求助諮商，往往期待諮輔人員予以直接、有效與專業的引導，因此當 RP 運用「重新建構」技術提供意見與回應因具文化一致性，易被案主所接受，有助於產生不同觀點，引發其後續改變，因此文化合適性高，此與 Kim 等人（2001）提及在亞洲或是臺灣／華人社會中，案主常期待諮輔人員是以權威的方式指導他們之論述相似。因服從權威的習性，一部分的 RP 認為臺灣案主較難相信諮商關係是合作與平等的，如同 Chen 與 Davenport（2005）提及臺灣／華人文化中的案主普遍視諮商為指導，認為諮商關係如同醫病關係，是權力不對等的，因此 SFBT 以案主為專家的信念不具文化一致性，文化合適性低。

但另一部分的 RP 提出不同觀點，其認為 SFBT 視案主為專家之特性與臺灣社會中順應權威、尊重專家的信念具文化互補性，諮輔人員於諮商初期運用其身為專家的權威性建立信任關係，再借力使力，對案主授權賦能，逐漸將專家位置移轉至案主身上，使其能掌握專家權力，因而文化合適性高。此研究結果與 Kim 等人（2001）以及 Wong 與 Piran（1995）指出諮商初期若諮輔人員能對華人案主說明目標，並以直接與結構化的方式進行諮商，將被視為是有效能的論述相似，未來研究可以再深究上述提及諮輔人員將專家權力轉移至案主的歷程。

另一方面，本研究部分 RP 提及傳統教育中存有是非對錯原則，使得臺灣案主認為有問題就是錯的，需找出原因才能解決或是避免，不易看到問題的例外情境，更難認定例外情境已經存在解決方式，且少部分的 RP 亦提到由於臺灣案主過往與權威相處的經驗，時常被期待「做好意味著需要更好」，當 RP 探問「例外問句」時，即便案主同意例外經驗存在，仍無法引發案主的希望感，反而帶來壓力，討論諮商後的「實驗任務」時，也因不符合案主想直接獲得答案的期待，而難以討論，RP 認為此為 SFBT 與臺灣／華人文化中「尊崇權威」信念不一致之處，不適用於臺灣案主。上述技術評定分數，因 RP 看法分歧，尚不知是因 RP 對於 SFBT 應用經驗不足而致或是文化議題，值得未來更深入地探討，此為學習 SFBT 時應多加留意之處。

（五） 謙遜

在臺灣／華人社會中，謙遜是被推崇的美德，個體若能展現謙遜行為，意味著家教良好，並能榮耀父母。本研究結果發現，由於看重謙遜信念，臺灣案主傾向努力完成其職責任務，而文化中鼓勵「勝不驕，敗不餒」等謙遜態度，關注於不足之處，使得案主常自我要求甚高，看不見自己的能力，且許多案主在成長的過程經驗到鼓勵與稱讚時常伴隨「好還要更好」的期許，因此，面對讚美常感不習慣或是不安，諮輔人員需依 Berg 與 Miller (1992) 所提醒，依文化特性調整其呈現讚美方式（引自 Thomas, 2016），未來可再深究如何調整，此為學習 SFBT 應用於臺灣案主諮商工作時相當重要的部分。

本研究結果指出 SFBT 欣賞案主已做到之事以及現存的有效策略雖與謙遜信念相異，但具文化互補性，文化合適性仍高。因社會文化的影響使案主著眼於自身的不足，往往帶來很大的挫敗感，聚焦於除錯和改正，容易忽略有效且已經存在的解決方式，時間一久，使其累積無力感而放棄改變，而 SFBT 轉而關注正向、案主優勢以及有希望感之處，能為其帶來力量，支持 Berg (1994) 提及 SFBT 是以賦能為基礎的實務工作 (empowerment based practice) 的觀點（引自，許維素，2003），藉著促發案主自我賦能，將提升希望感，不被困境擊垮。

研究結果發現，由於臺灣／華人文化存在「謙受益，滿招損」的自我期許，當案主感受到 RP 的讚美時，雖有驚訝但仍是欣喜，並為其帶來力量，使之持續努力並支撐下去，此結果與 Speicher-Bocija (1999) 提及諮商歷程中強調案主的優勢與好的治療結果有正相關之研究結果相似，而在本研究結果亦發現，「讚美」與「振奮性引導」等諮商技術經 RP 評定兩者的平均分數皆超過 8 分，特別適用於臺灣案主。另外，研究結果亦指出「例外問句」、「討論晤談前的進展」與「因應問句」等技術均立基於案主已做到之事與面對挑戰的行動，這些介入能引發案主看見已存在的好，使其安心投入改變，本研究結果再次驗證 Hsu 與 Kuo (2013) 針對臺灣受督者進行 SFBT 督導之研究；發現臺灣

受督者較難接受直接的稱許，但當督導轉為了解系統中他人對其看法與受督者對自身工作的實質評價，反而能使他們為自身賦能。

上述論述與本研究結果雖支持 SFBT 的讚美以及關注已經做到之事，因具文化互補性而適用於臺灣案主，然讚美的語言內涵與形式仍需依臺灣案主情況進行調整，例如 Thomas (2016) 認為間接讚美比起直接讚美更具有文化敏感度，更適用於臺灣／華人文化，或許能降低案主在接受讚美時的不自在；而 Hsu 與 Kuo (2017) 提出在對的時機給予臺灣案主讚美是非常重要的，且須注意讚美的內涵，例如可讚美案主體貼他人或是在意重要他人的意見等，此部分因符合臺灣／華人文化中儒家思想內涵，而具高文化合適性。因此，予以讚美時，語言的轉換似乎特別重要，此部分值得未來更深入地探討，並於學習 SFBT 時多加留意。

(六) 實用主義

本研究 RP 認為臺灣案主看重實用主義，在諮商中期待獲得實際及快速的解決方式，此期待與 Chan 與 Chung (2017) 以及 Chaudhry 與 Li (2011) 提及 SFBT 目標導向及解決問題等特性一致，因此，SFBT 於臺灣／華人文化中的合適性高。且研究結果指出臺灣／華人文化中許多俗諺語肯定務實的態度，鼓勵具體行動，例如滴水穿石、千里始於足下、積沙成塔以及滾雪球等，因此，SFBT 中「看重小改變所帶來的價值，小改變帶來大改變」信念具文化一致性，為本研究 RP 評定文化合適性最高分之信念，非常適合臺灣案主。

然而因強調實用主義，部分 RP 提到臺灣案主特別在意事情的結果，以致於輕忽過程中的努力，或對改變沒耐心，然 SFBT 部分技術具文化互補性，反而適合臺灣案主，包含 RP 運用「例外問句」、「評量問句」與「討論晤談前的進展」等技術關注朝向改變的每一小步 (small steps to change)，使案主能專注於當下的具體行動，看見自身的投入與進展，而對目標完成抱持正向態度與希望感，呼應 Berg 與 Dolan (2001) 提及 SFBT 強調希望與實用等核心信念 (引自許維素，2017a)。

本研究中 RP 亦指出多數臺灣案主的情緒較為收斂，另因文化中推崇勤勉務實的人格特質且受語言結構的影響，臺灣案主不易思考尚未發生之事，因此難以回答「差異問句」與「假設問句」，此為 SFBT 中不具文化一致性且文化合適性低之諮商技術。似乎在與臺灣案主工作時，語言的轉換特別重要，如 Kim (2014) 提及當與亞洲案主工作的時候，有些諮商技術須必須依循文化信念調整介入方式，例如「假設問句」以及給予「讚美」的方式，然此部分未來值得更深入地探討，並在學習 SFBT 時，應多加留意。

(七) 逆境轉念

臺灣為多元文化並立的社會（陳秉華，2017），因此對事物概念不具極端判斷，本研究發現文化中有許多與轉念相關的諺語與思考態度，例如山不轉路轉、事情有黑白、十之八九以及太極觀點，RP 指出「一般化」、「重新建構」、「因應問句」以及「例外問句」等技術，乃和轉念概念相似，具文化一致性，特別適用於臺灣案主，符合許維素（2017a）提及相較於美加地區 SFBT 文獻，在與臺灣／華人案主進行心理諮商工作時，較常運用「一般化」與「重新建構」此兩項技巧之情形。在研究結果中，RP 對上述四項諮商技術評定合適性分數高（眾數均為 8 分），代表多數 RP 認為此在臺灣／華人文化的合適性極高。

另一方面，由於尊崇轉念信念，強調在逆境時，人的韌性可使之不被擊敗，許多成語及俗語傳遞相關概念，例如堅忍不拔、不屈不撓、絕處逢生、發揮臺灣人蕃薯精神以及打斷筋骨顛倒勇等，使臺灣案主在困境中不自怨自艾，轉而發揮自身力量，致力於改變，SFBT 的「因應問句」技術與此文化信念一致，呼應 Hsu 與 Kuo（2017）提及當詢問臺灣案主「因應問句」時，使其得以將眼光放在自己有能力及已做到之處，亦能降低其焦慮，轉而運用較佳策略來因應困境，而適用於臺灣／華人文化。

三、 結論

本研究探討臺灣諮商輔導人員知覺 SFBT 對案主的文化合適性，以下摘述本研究發現與結論。

- （一）臺灣為集體主義及相互依賴的社會，SFBT 強調合作關係與系統觀等信念具文化一致性，且文化合適性高。然處於集體主義文化中，臺灣案主較難主張自我觀點及需求，SFBT 尊重案主以及專注於其目標等特性具文化互補性，使案主得以珍視自己的需求，投入改變。
- （二）臺灣案主顧慮顏面，SFBT 非病理化觀點能化解求助的羞愧感，因具文化一致性，適用於臺灣案主；而 SFBT 優勢觀則能凸顯案主的能力，亦與「顧慮顏面」信念一致，文化合適性高。
- （三）臺灣／華人文化看重孝道，且尊崇權威，SFBT 強調案主自主以及視之為專家的信念具文化互補性，文化合適性高，包含 SFBT 聚焦兒少案主的優勢以及已做到之事，提升其自我效能；同時諮輔人員順應臺灣案主服從權威習性，初期先處於專家位置，再使案主適應 SFBT 視其為專家的核心信念。

- (四) 臺灣／華人社會文化表揚謙遜行為，強調反求諸己以及精益求精，使案主往往著眼於自身的不足，而深感挫敗，而 SFBT 看重案主優勢與資源的信念，轉而關注正向以及有希望感之處，能為其帶來力量，因此具文化互補性，適用於臺灣案主。
- (五) 臺灣／華人文化講求實用主義，SFBT 目標導向與聚焦解決特性具文化一致性，文化合適性高。然看重務實使案主不易回應未來導向與假設問題，使 SFBT 部分技術因與實用主義文化信念不一致，不適用於臺灣案主。
- (六) 臺灣／華人文化強調轉念智慧，SFBT 中「重新建構」及相關技術與轉念概念相似，具文化一致性且文化合適性高。尤其是身處在困境中的臺灣案主，能因著重新建構的思維遠離問題，聚焦於自身能力並建構解決方法。

四、 研究限制與建議

(一) 研究限制及對未來研究建議

1. 本研究 RP 之工作地區、工作領域、年資以及服務對象較為集中，因此未能探討不同情況下，應用 SFBT 之經驗。由於北部地區諮輔人員人數較多（以諮商心理師為例，截至 107 年底為止，執登台北、新北、桃園以及新竹四縣市有 1,460 人，約佔全國 54.94%），本研究之 RP 工作地區亦多為北部，服務場域及對象多為校園學生，然不同服務對象與場域之 RP 使用 SFBT 技術頻率高低，可能有所不同，因而影響 RP 對 SFBT 熟悉度及對文化合適性之評定。建議未來研究可廣泛邀請不同地區與類型諮輔人員，以能更完整地瞭解 SFBT 在臺灣本土應用情形。
2. 目前國內並無 SFBT 諮輔人員認證準則，因此本研究並無訂定 RP 接受 SFBT 訓練與督導的時數或形式，本研究 RP 為主觀認定其諮商取向為 SFBT 的諮輔人員，建議未來研究可以組委員會審核 RP 之 SFBT 諮商逐字稿等方式，以確保 RP 資格。在本研究之量化資料中，各信念及諮商技術合適性評定分數落差極大，分數範圍從 2 分至 10 分均有，但因本研究採問卷調查方式，未能深入了解 RP 的想法以及探討可能因素。建議未來研究可以深入了解實務工作者對不同信念及技術的看法。
3. 有部分 RP 提及初期使用 SFBT 時，認為某些技術或是信念與文化合適性不高，然經過實務工作中調整後，可適用於臺灣案主，限於本研究資料收集方式，未能深入探討其中的轉折歷程。建議未來研究可以針對此部分進行探討，以深入了解 RP 在面對 SFBT 信念及技術與文化信念有差異時之因應方式與調整歷程。

(二) 對未來實務工作之建議

本研究發現：**SFBT** 多數信念與諮商技術於臺灣／華人文化合適性高，部分合適性較低之信念與技術，未來可探討如何依據臺灣案主特性調整其語言形式與內涵，以增加**SFBT** 文化應用性。以下針對實務工作、督導以及訓練提出建議。

1. 未來進行 **SFBT** 訓練以及督導時，建議將臺灣／華人重要文化信念納入其中，針對 **SFBT** 運用於臺灣案主的合適性進行討論，以提升諮輔人員的文化敏感度。進一步可探討如何依據臺灣案主特性調整其語言內涵，包含臺灣案主服從權威習性，諮輔人員如何借力使力讓案主轉換位置成為諮商中的專家，以及讚美案主時同時考量到文化中的謙遜需求等，以增加 **SFBT** 於臺灣／華人區域之文化應用性。
2. 諮輔人員在應用 **SFBT** 時，需注意臺灣案主對於介入技術或語言之反應，進而修正以符合其需求與反應。由於 **SFBT** 貼近臺灣／華人文化信念，其中「一般化」、「讚美」、「評量問句」、「關係問句」以及「振奮性引導」等技術特別適用於臺灣案主，於實務工作時可以多加使用。另研究結果發現臺灣／華人文化強調含蓄與務實，以及受語言結構的影響，多數案主不易思考未發生的事，因此難以回答「假設問句」，同時，臺灣案主看重他人需求與易受影響等特性，亦使 **SFBT** 中的「實驗任務」以及「循環問句」等技術有效性較低。未來建議可以彙整資深 **SFBT** 實務工作者、督導或訓練師的經驗，探討如何依據臺灣案主特性來調整其語言內涵，以增加 **SFBT** 文化應用性。
3. 在訓練素材部分，建議未來 **SFBT** 訓練師與督導可多使用本土案例及對話錄資料來說明 **SFBT** 介入方式，並聚焦在因應文化信念而調整的部分，協助諮輔人員運用合宜的方式與臺灣案主進行會談。
4. 本研究發現 **RP** 評定同一項 **SFBT** 信念或技術在臺灣／華人文化的合適性分數落差極大，推論除了文化因素外，亦可能是對 **SFBT** 的誤解或是誤用，建議未來督導及訓練者面對實務工作者提及 **SFBT** 不適用於臺灣案主時，除了納入文化因素考量外，需進一步了解運用歷程，排除誤用等因素，提升實務工作者對 **SFBT** 精熟度，進一步增加 **SFBT** 於臺灣／華人文化的應用性。

參考文獻

- 李美遠（2010）。阿德勒學派與焦點解決法在督導技術上的整合。**諮商與輔導**，**293**，21-25。DOI: 10.29837/CG.201005.0006
- 林家興（2014）。臺灣諮商心理師執業現況與執業意見之調查研究。**教育心理學報**，**45**（3），279 - 302。DOI: 10.6251/BEP.20130227
- 林德慧、張宇平（2009）。恐慌症治療之折衷取向的初探--以認知行為取向融合焦點解決取向為例。**諮商與輔導**，**280**，9-13。DOI: 10.29837/CG.200904.0005
- 洪莉竹（2018）。**SFBT**在校園輔導工作的應用。載於洪莉竹等著，**希望鍊金術：焦點解決取向在校園輔導的應用**（8-37頁）。臺北：張老師文化。

- 洪莉竹、陳秉華（2005）。臺灣諮商人員對西方諮商文化與華人信念衝突的轉化經驗。**教育心理學報**，**37**（1），79-98。DOI: 10.6251/BEP.20050818.2
- 張佳雯（2010）。焦點解決短期諮商（Solution-focused Brief Therapy）在女性戒菸議題上之應用。**諮商與輔導**，**300**，46-49。DOI: 10.29837/CG.201012.001
- 曹惟純、葉光輝（2017）。孝道觀念在多元文化諮商中的應用。載於陳秉華（主編），**多元文化諮商在臺灣**（175-214 頁）。臺北：心理。
- 許維素（2003）。**焦點解決短期治療的應用**。臺北：天馬。
- 許維素（2009）。焦點解決短期治療高助益性重要事件及其諮商技術之初探研究。**教育心理學報**，**41**，諮商實務與訓練專刊，271-294。
- 許維素（2014）。**焦點解決短期治療：理論與實務**。臺北：心理。
- 許維素（2017a）。焦點解決短期治療於臺灣應用的文化適用性。載於陳秉華（主編），**多元文化諮商在臺灣**（325-368 頁）。臺北：心理。
- 許維素（2017b）。**焦點解決短期治療入門手冊**。臺北：心理。
- 許維素、吳宛亭（2018）。焦點解決短期治療訓練對國中專任輔導教師之成果研究。**教育心理學報**，**50**（2），315-340。DOI: 10.6251/BEP.201812_50（2）.0007
- 許維素、游于萱（2017）。輔導教師之焦點解決督導員訓練成效研究。**中華輔導與諮商學報**，**49**，147-182。DOI: 10.3966/172851862017080049006
- 陳佩鈺（2003）。**僧侶自我轉化經驗及其自我觀之敘事研究**（未出版碩士論文）。國立彰化師範大學輔導與諮商系，彰化。
- 郭崇信（2017）。多元文化諮商風潮：回顧多元文化諮商的過去、現在、未來，及其對臺灣諮商的啟示。載於陳秉華（主編），**多元文化諮商在臺灣**（27-50 頁）。臺北：心理。
- 陳秉華（2000）。短期心理治療的誕生與發展：兼論心理治療派典的轉移。**中華輔導學報**，**9**，169-197。
- 陳秉華（2001）。華人「人我關係協調」之諮商工作架構。**測驗與輔導**，**167**，3511-3515。
- 陳秉華（2006）。焦點解決理念的文化分析與對話。載於李玉嬋等著，**焦點解決短期諮商的多元應用**（443-466 頁）臺北：張老師文化。
- 陳秉華（2017）。臺灣是多元文化的社會。載於陳秉華（主編），**多元文化諮商在臺灣**（3-26 頁）臺北：心理。
- 陳金燕（2003）。自我覺察，文化體驗的起點•權力傲慢的終點。**應用心理研究**，**9**，24-26。

- 陳金燕（2017）。諮商者的多元文化能力。載於陳秉華（主編），**多元文化諮商在臺灣**（83-122 頁）臺北：心理。
- 黃瑛琪（2004）。諮商師教育訓練中「多元文化的諮商能力」與諮商倫理議題之探討。**輔導季刊**，**40**（4），1-8。DOI: 10.29742/GQ.200412.0001
- 劉安真（2006）。諮商師訓練的新挑戰：論多元文化諮商能力與訓練。**人文社會學報**，**4**（1），167-185。doi: 10.29933/SHSS.200605.0009
- 簡文瑛（2009）。諮商跨文化經驗的跨文化衝擊與省思。**諮商與輔導**，**151**，22-25。
- Bonsi, E. (2005). *An empirical investigation of the usefulness of solution talk in solution-focused brief therapy* (Unpublished doctoral dissertation). University of Nebraska-Lincoln. Lincoln, NE. doi:10.4324/9781315808475
- Botella, L., & Herrero, O. (2000). A relational constructivist approach to narrative therapy. *European Journal of Psychotherapy, Counselling, and Health*, *3*, 1-12. doi:10.1080/13642530010012048
- Chan, Simon T. & Chung, Ada Y. L. (2017). Chinese cultural values and solution focused therapy. In D. Hogan, D. Hogan, J. Tuomola, & A. K. L. Yeo (Eds.), *Solution focused practice in Asia* (pp. 20-25). New York, NY: Routledge.
- Chen, H., Liu, X., Guz, S. R., Zhang, A., & Franklin, C. (2018). The use of solution-focused brief therapy in Chinese schools: A qualitative analysis of practitioner perceptions. *International Journal of School Social Work*, *3*(1), 1-12. doi: 10.4148/2161-4148.1030
- Chaudhry, S., & Li, C. (2011). Is Solution-Focused Brief Therapy for Muslim American Counselees? *Journal of Contemp Psychother*, *41*, 109-113. doi:10.1007/s10879-010-9153-1
- Chen, S. W. H., & Davenport, D. S. (2005). Cognitive-behavioral therapy with Chinese American clients: Cautions and modifications. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, *42*(1), 101-110. doi:10.1037/0033-3204.42.1.101
- De Jong, P., & Berg, I. K. (2013). *Interviewing for solutions* (4th ed.). Belmont, CA: Thomson Brooks/ Code.
- Debernardi, N., & Wang, C. D. (2008). *Help seeking attitudes: Exploring the role of attachment and ethnic identity*. Poster session presented at the 2008 American Psychological Association annual convention, Boston, MA.
- Franklin, C. (2015). An update on strengths-based, solution-focused brief therapy. *Health & Social Work*. *40*(2), 73-76. doi: 10.1093/hsw/hlv022

- Franklin, C. G. S., Trepper, T. S., McCollum, E. E., & Gingerich, W. J. (2011). *Solution-focused brief therapy: A handbook of evidence-based practice*. New York, NY: Oxford University Press.
- Gong, H., & Hsu, W. S. (2017). The effectiveness of solution-focused group therapy in ethnic-chinese school settings: A meta-analysis. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(3), 383-409. doi: 10.1080/00207284.2016.1240588
- Hogan, D. (2017). Introduction to solution focused practice in Asian: Creative applications across diverse fields. In D. Hogan, D. Hogan, J. Tuomola, & A. K. L. Yeo (Eds.), *Solution Focused Practice in Asia* (pp. 1-6). New York, NY: Routledge.
- Hsu, W., & Kuo, B. C. H. (2013). Solution-Focused supervision with school counsellors in Taiwan. In F. N. Thomas, *Solution-focused supervision: A resource-oriented approach to developing clinical expertise* (pp. 197–204). New York, NY: Springer Science+Business Media.
- Hsu, W., & Kuo, B. C. H. (2017). Working with Taiwanese mother-daughter relational conflict using the solution-focused brief therapy framework: A practice-based reflection. In D. Hogan, D. Hogan, J. Tuomola, & A. K. L. Yeo (Eds.), *Solution Focused Practice in Asia* (pp. 73-77). New York, NY: Routledge.
- Hsu, W., & Wang, C. D. C. (2011). Integrating Asian clients' filial piety beliefs into Solution-Focused brief therapy. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 33, 322–334. doi: 10.1007/s10447-011-9133-5
- Huey, S. J., & Tilley, J. L. (2018). Effects of mental health interventions with Asian Americans: A review and meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 86(11), 915–930. doi: 10.1037/ccp0000346
- Hwang, W. C. (2006). The psychotherapy adaptation and modification framework: Application to Asian Americans. *American Psychological*, 61(7), 702–715 doi: 10.1037/0003-066X.61.7.702
- Ikels, C. (2004). Introduction. In C. Ikels (Ed.), *Filial piety, practice, and discourse in contemporary East Asia* (pp. 1–15). Redwood City, CA: Stanford University Press.
- Ivey, A. E., Ivey, M. B., & Simek-Morgan, L. (2008). 諮商與心理治療：多元文化觀點(陳金燕、劉淑慧校閱)。臺北：五南。(原著出版於 2000)
- Ivey, A. E., D'Andrea, M. J., & Ivey, M. B. (2012). *Theories of counseling and psychotherapy: A multicultural perspective* (7th ed.). Washington, DC: SAGE.

- Kim, B. S. K., Atkinson, D. R., & Umemoto, D. (2001). Asian cultural values and the counseling process: Current knowledge and directions for future research. *The Counseling Psychologist*, 29, 570 – 603. doi: 10.1177/0011000001294006
- Kim, H. (2006). *Client growth and alliance development in solution-focused brief family therapy* (Unpublished doctoral dissertation). State University of New York, Buffalo, NY.
- Kim, J. S. (2008). Examining the effectiveness of solution-focused brief therapy: A meta-analysis. *Research on Social Work Practice*, 18, 107–116. doi: 10.1177/1049731507307807
- Kim, J. S. (2014). Solution-Focused brief therapy and cultural competency. In J. S. Kim (Eds.), *Solution-Focused brief therapy: A multicultural approach* (pp. 1–13). Los Angeles, CA: Sage. doi: 10.4135/9781483352930.n1
- Kim, J. S., & Franklin, C. (2015). Understanding emotional change in solution-focused brief therapy: Facilitating positive emotions. *Best Practices in Mental Health: An International Journal*, 11(1), 25-41.
- Kuo, B. C. H. (2004). Interdependent and relational tendencies among Asian clients: Infusing collectivistic strategies into counseling. *Guidance and Counseling*, 19, 158–162.
- Kuo, B. C. H. (2011). Culture's consequences on coping: Theories, evidence, and dimensionalities. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42(6), 1084-1100. doi: 10.1177/0022022110381126
- Kuo, B. C. H., Hsu, W., & Lai, N. (2011). Indigenous crisis counseling in Taiwan: An exploratory qualitative case study of an expert therapist. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 33(1), 1–21. doi: 10.1007/s10447-010-9108-y
- Kuo, B. C. H., Roysircar, G., & Newby-Clark, I. R. (2006). Development of the cross-cultural coping scale: Collective, avoidance, and engagement strategies. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 39, 161–181. doi: 10.1080/07481756.2006.11909796
- Lee, K. C. K., & Williams, M. W. M. (2017). The effectiveness and cultural compatibility of a guided self-help cognitive-behaviour programme for Asian students in New Zealand. *New Zealand Journal of Psychology*, 46(2), 23–34. doi: 10.1016/j.vaccine.2011.06.120
- Leung, S. A., & Chen, P. H. (2009). Counseling psychology in Chinese communities in Asia: Indigenous, multicultural, and cross-cultural consideration. *The Counseling Psychologist*, 37, 944–966. doi:10.1177/0011000009339973
- Lin, Y. N. (2004). The application of converged counseling themes with Taiwanese clients. *Counseling Psychology Quarterly*, 17, 209–222. doi: 10.1080/09515070410001728271

- Li, Y., Solomon, P., Zhang, A., Franklin, C., Ji, Q., & Chen, Y. (2018). Efficacy of solution-focused brief therapy for distress among parents of children with congenital heart disease in China. *Health & Social Work, 43*(1), 30-40. doi:10.1093/hsw/hlx045
- Liu, X., Zhang, Y.P., Franklin, C., Qu, Y., Chen, H., & Kim, J. S. (2015). The practice of solution-focused brief therapy in mainland China. *Health & Social Work, 40*(2), 84-90. doi: 10.1093/hsw/hlv013
- McCollum, E. E., Trepper, T. S., & Smock, S. (2003). Special section: Solution-focused Brief Therapy for Alcohol and Substance Abuse. *Journal of Family Psychotherapy, 14*(4), 27-41.
- Speicher-Bocija, J. D. (1999). *Comparison of the effect of solution-focused and problem-focused interviews on clients' immediate verbal responses* (Unpublished doctoral dissertation). University of Akron. Akron, OH.
- Sue, D.W., & Sue, D. (2003). *Counselling the culturally diverse: Theory and practice* (4th ed.). New York, NY: John Wiley & Son.
- Thomas, F. (2016). Complimenting in solution-focused brief therapy. *Journal of Solution-Focused Brief Therapy, 2*(1), 1-22.
- Tuomola, J. (2017). Introduction to solution focused practice in therapeutic settings in Asia. In D. Hogan, D. Hogan, J. Tuomola, & A. K. L. Yeo (Eds.), *Solution Focused Practice in Asia* (pp. 9-13). New York, NY: Routledge.
- Wang, C. D., & Song, Y. (2010). Reconceptualization of adult attachment from the Chinese cultural context. In P. Erdman & K. M. Ng (Eds.), *Attachment: Expanding the cultural connections*. OX14 4RN, Abingdon, UK: Taylor and Francis.
- Wong, D. N. C., & Piran, N. (1995). Western biases and assumptions as impediments in counseling traditional Chinese clients. *Canadian Journal of Counselling, 29*, 107-119.
- Yeh, C. J., & Wang, Y. W. (2000). Asian American coping attitudes, sources, and practices: Implications for indigenous counseling strategies. *Journal of College Student Development, 41*, 94-103.
- Yeh, K. H. (1997). Changes in the Taiwanese people's concept of filial piety. In L. Y. Cheng, Y. H. Lu, & F. C. Wang (Eds.), *Taiwanese society in the 1990s* (pp. 171–214). Taipei, Taiwan: Institute of Sociology, Academia Sinica.

The Cultural Compatibility of Solution-Focused Brief Therapy Perceived by Taiwanese Counselors

Chia-Wen Chang Wei-Su Hsu* Ping-Hwa Chen

Abstract

The study aimed to investigate the perceived cultural compatibility of Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) by Taiwanese counselors. In the current study, ‘cultural compatibility’ is defined as ‘cultural consistency’ and ‘cultural complementation.’ The concept of ‘cultural consistency’ refers to the phenomenon that the adopted counseling beliefs and techniques are consistent with the belief and value systems of the clients’ and their home cultures and therefore are perceived to be effective; the concept of ‘cultural complementation’ refers to the phenomenon that the adopted counseling beliefs and techniques, though diverge from and conflict with, appear to be effective because they complement the clients’ home cultures. A survey method was conducted by delivering online-questionnaire to 29 community and school counselors in Taiwan with purposeful sampling. The questionnaire, designed by the researchers, includes 23 items that cover eight core beliefs and 15 fundamental techniques of SFBT. A ten-point scale was utilized in the questionnaire to collect quantitative data on the cultural compatibility of the beliefs and techniques of SFBT perceived by these Taiwanese counselors. Qualitative data were solicited by inviting participants to provide reasons why they give the specific rating to each of the items. The interval, mode, and mean of each item were obtained using descriptive statistical analysis. The results revealed means were ranged from 6.18 to 8.45 for the 23 items and showed the moderately high cultural compatibility of SFBT perceived by Taiwanese counselors. Among all items, ‘valuing small changes and believing that big changes derived from small changes,’ ‘reframing problem-talks to bring changes,’ and ‘placing emphasis on possibilities rather than pathologies from a positive standpoint’ are ranked the top three beliefs (all above 7.97), and ‘normalizing,’ ‘complementing,’ and ‘scaling question’ the top three counseling techniques in terms of their compatibility to the local context (all above 8.24). On the other hand, ‘there’s no absolute truth but the client’s subjective worldview,’ ‘symptoms and problems have their own functions,’ and ‘clients are the experts in their problems and should take the leading role in counseling relationship’ are the lowest-ranked

beliefs, and ‘suppose questions,’ ‘tasks,’ and ‘circular questions’ the lowest-ranked counseling techniques (all below 6.62). Qualitative entries from the participants were analyzed with content analysis. Reasons for effectiveness evaluation of the cultural compatibility of SFBT beliefs and techniques revealed 16 themes and could be categorized into three groups: (1) counseling beliefs and techniques that are consistent and therefore compatible with the Chinese culture, including goal-oriented approach, strength-based perspective, focusing on possibilities, valuing interpersonal relations, and valuing concrete actions; (2) counseling beliefs and techniques that are complementary to and therefore compatible with the Chinese culture, including expanding client’s perceptions, emphasizing personal autonomy, appreciating what clients have achieved, attending small progress, clients were guided to perceive themselves as experts, facilitating children and teenager clients to cultivate self-empowerment; (3) counseling beliefs and techniques that are inconsistent and therefore incompatible with the Chinese culture, including Taiwanese clients have difficulty in identifying exceptions, emphasizing influences and needs of others, hoping to gain direct answers, high self-demands, and having difficulties to respond to future-oriented questions. Research results revealed how and in which dimensions SFBT is compatible with Chinese/Taiwanese cultural beliefs as follows: (1) SFBT is consistent with and complements the Collectivism and interdependence of Chinese culture; (2) SFBT is consistent with the belief in ‘face preservation’ in Chinese culture; (3) SFBT complements the cultural ideology of filial piety and authoritarianism; (4) SFBT complements the cultural practice of humility and modesty; (5) SFBT is consistent with the pragmatism of Chinese culture. However, clients have difficulties responding to future-oriented questions. In the same line, some SFBT techniques are inconsistent with Chinese culture; (6) SFBT is consistent with the ‘mind-changing’ belief in Chinese culture. Finally, suggestions on future practices and research were proposed at the end.

Keywords: Chinese culture, counselor’s perception, cultural compatibility, solution-focused focused brief therapy, Taiwanese counselors

Chia-Wen Chang	Department of Educational Psychology and Counseling, National Taiwan Normal University
Wei-Su Hsu*	Department of Educational Psychology and Counseling, National Taiwan Normal University (weisusu@ntnu.edu.tw)
Ping-Hwa Chen	Department of Educational Psychology and Counseling, National Taiwan Normal University

