

## 本土諮商理論之發展：以辯證存在生命生涯模式為例

劉淑慧\*

### 摘要

辯證存在生命生涯模式（DEL 模式）是伴隨筆者在世界大歷史中開展的個人小歷史而發展出來的產物，在一次次的困頓轉彎中，綜合嘗試過多種本土化策略，從而展開了生涯專業之本土化。DEL 模式援用西方現象學（在世存有；我他相互構成；事實性與籌劃性相生相成；多重生活世界相互環扣；抉擇既是自由也是責任；過去現在未來同時綻放；存有持續超出自己；由死而生成生命意義；聆聽良知呼喚而朝向本真開展；為我為他雙向超越；詮釋循環與視域融合）和東方易經（乾之掌控主導、積極有為、自強不息；坤之悅納不爭、自然無為、厚德載物；和諧化辯證；天地人三元共構和諧；適時順勢而動；知幾憂患、原始反終；以道立命、以術安身）作為後設理論架構（空間性、時間性、可能性、循環性、目的性、趨向性、方法性、律動性之中的和諧化辯證），用以轉化與應用西方現代與後現代兩類生涯論述與實務運作，形成一套生涯發展本質論述與輔導運作模式之初發想。DEL 模式作為本土化成果，既是無心插柳，也是有心栽花；既是我的，也是眾人的。從該模式之發展經驗反思本土社會科學理論之發展，可知社會科學理論發展猶如人之生涯發展，均在後設理論架構的 8 個向度之和諧化辯證中，故寄望本土社會科學之未來發展方向與策略均朝向和諧化辯證開展，從而完成順應天地之德性。

**關鍵詞：**本土諮商、生涯輔導、存在現象學、和諧化辯證、易經

劉淑慧\* 國立彰化師範大學輔導與諮商學系（shl.intheworld@gmail.com）

## 壹、緣起

「寫寫你的理論」，每當聽到這樣的邀請，我總是不由自主的退後幾步，相關的文稿也總是一拖再拖，心猶豫著：「我那東西符合理論的標準嗎」。不過，呼應黃光國、王智弘、夏允中、陳復幾位對研發本土理論的熱情倡議，我決定拋磚引玉，從自己這個正在成形中的理論構想來談談理論之建構，也正因為它正在萌芽、尚未成熟，它的過去、現在與未來更有許多值得作為理論建構議題討論的素材。

此文所介紹的辯證存在生命生涯模式 (Dialectic Existential Lifecareer Model, 以下簡稱 DEL 模式。最早名之為頂天立地的生涯發展模型，劉淑慧、王智弘，2014；the model of career development touching the sky yet grounded, TSG, Liu et al., 2014；後來更名為德性存在生涯模式，Liu et al., 2015, Virtue Existential Career Model, VEC)，是援用現象學和易經作為後設理論架構，用以轉化與應用西方生涯理論論述與實務運作，從而滋生的生涯發展本質論述與輔導諮商運作模式。它是道道地地的混血產品，既繼承了西方文化的智慧，並因應本土文化而調整西方理論之論述與應用；也繼承了東方文化的智慧，用以啟發、轉化本土生涯論述與實務之實踐；既致力追求概念化之學術知識建構，也立志貼近芸芸眾生之當下生活。

溯本追源，DEL 模式來自我年少時對生命的探問：「活著為了什麼？要如何活？而今活成了什麼？」如此懸念引領我一路七彎八拐、跌跌撞撞，成為今天撰寫本文之我。因此，下文先從我個人小歷史說明 DEL 模式如何隨著我的起心動念、生涯開展而滋長，再說明 DEL 模式的內涵與應用之蛻變歷程，最後並邀請所有讀者結伴投身無涯學海，為自己也为他人回答人生大問。但願這一路，為學日益、為道日損。

本文包含下列幾個部分：(1) 活在世界大歷史中的個人小歷史：說明理論研發者投入諮商專業之整體生涯發展歷程，以及投入本土生涯理論建構之緣起、挑戰與轉折；(2) 從本土脈絡中長出的 DEL 模式：說明本土生涯理論在不同面向的翻轉與突破；(3) DEL 模式之和諧化辯證觀點：以筆者之個人生涯發展與本土化理論發展，闡明 DEL 模式之空間性、時間性、可能性、循環性、目的性、趨向性、方法性、律動性論述；(4) 從 DEL 模式展望本土社會科學理論之辯證化和諧發展：有鑑於社會科學理論發展猶如人之生涯發展，寄望本土社會科學理論未來之發展方向與策略均朝向和諧化辯證開展。

## 貳、活在世界大歷史中的個人小歷史

### 一、在困頓與轉彎中展開個人生涯歷程

成為大學老師是我在即將完成博士學位時才冒出的生涯可能性，那我為什麼會去念諮商博士呢？這要從長長的年少故事說起。

在 22 歲大學畢業之前，我的生涯籌劃核心是蟄伏等待來日圓夢。上大學前，每天的上學、做功課，是過給父母和社會的，過給自己的是文學世界散文、詩詞、小說，以及書報雜誌上的生物醫學知識。當時覺得自己是封建社會的受壓迫者，一心等著上大學以獲得自由。上了大學，我「自由地」翹課，全心投入服務性社團是我給自己的、暫時的「活著為了什麼？要如何活？」期待的是，未來畢業後就可以更有錢、更有能力去做更好的助人工作。為了不要被現實生活所宰制，當時我勾勒的理想畢業後生活是：「白天有份穩定的工作以維持生活，晚上和周末自由去學東西、做助人義工」。

扭轉夢想方向的是前面提到的機緣巧合。大學聯考時我真正想讀的是心理系，也確實依此目標做「計畫」，填寫了志願卡，但誰都「沒想到」我會栽在一向很有把握的作文上，更妙的是，沒考上心理系反而是「因禍得福」，實際接觸助人專業之後，我才發現自己真正有興趣的是輔導與諮商，當初要真考上心理系，恐怕反而會因為實驗心理學、認知心理學之類的課程落荒而逃，根本沒心情再接觸輔導與諮商（劉淑慧，1999c）。

大學畢業後去讀輔導碩士的「計畫」，當然是為了一圓學習輔導與諮商的心願，但當年只想做義工的我根本沒必要到學術圈中去學輔導，之所以理所當然地往升學之路走，壓根兒沒想過考碩士與讀碩士的艱辛，其實是因為我「正巧」生長在「唯有讀書高」的家庭，又正巧系上學姊考上我從沒聽過的「輔導研究所」，因此轉彎展開碩班學習（劉淑慧，1999c）。

就讀碩士階段，我心目中真正渴望、關切的是實務能力，修課與做論文則是達成目標的手段，奈何人際交往一向不是我的優勢所在，在實務學習上艱辛前行之際，卻「附帶地」、「意外地」發現做學問居然可以有無比樂趣，還得到生平從未有過也未曾設為目標的第一名成績，這些樂趣與肯定正巧與家傳的「讀書高」信念相呼應，遂引發我繼續深造、投身研究的念頭，「就讀博士」是我生平第一次把讀書本身當成目標，也是第一次在生涯規劃中出現成就取向的色彩（劉淑慧，1999c）。

取得博士之後到大學任教看似尋常的生涯發展路徑，但我之所以踏上這條路其實也是誤打誤撞，我當時真正想的是要找個在台灣做諮商研究的職業，我當時想得到的能夠提供如此機會的只有大學老師之職，就挑了幾個系所投遞了履歷表，然後竟然非常幸運地，僅是投遞履歷就被錄取了。實際成為大學教師之後，我才開始意識到大學老師更多數的時間需要花在教學，雖然我也愛教學，但它其實不是我當初選擇投入教職的理由。

而今在望六之年，回顧前半生學習、後半生工作，這一路是「安穩」與「享變」的交錯開展。表面上主導方向的是「安穩」，藉由目標與因應目標而來的行動，企圖鎖定人生方向與意義實踐。但，實際生涯樣貌從來不只是當初計畫的「付印」，我如何與蘊藏在脈絡中的因緣巧合共舞，如何覺察、體驗、回應生涯發展中無可避免也無法被掌控的諸種「不確定性」，這樣的「享變」之道，刻劃了我的實際生涯紋理以及我對實際生涯的所思所感（劉淑慧，2013）。

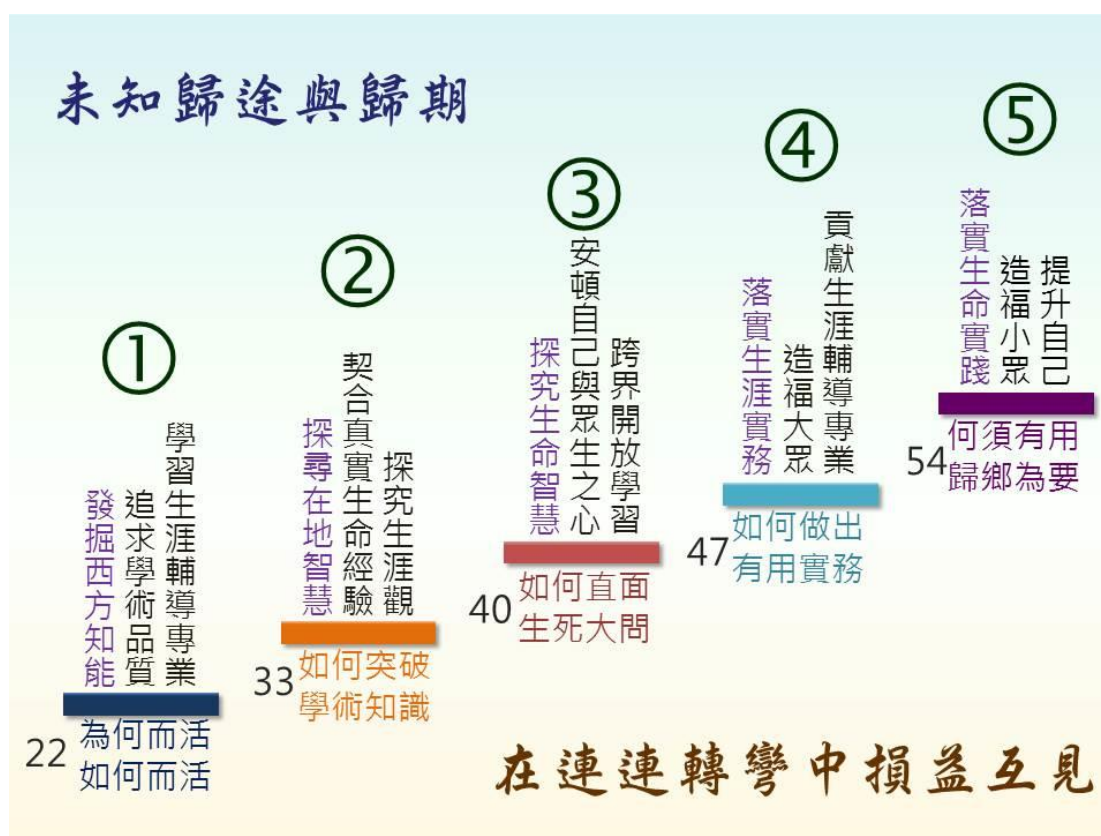
不確定性為何物？它來自環境之變動不居，也來自人心難測（劉淑慧，1996，1999c；劉淑慧、朱曉瑜，1998）。不確定性的根源在時間，時間帶來無常、未知，每一當下存在總在轉瞬間成為過去，從一個片刻到另一個片刻的差異，有微若細胞更迭者，也有大若星象變遷者。更深刻的不確定性根源在個人的有限性，人看自己或置身處境，既是「身在其中」的主體，又是「超乎其外」的客體，觀照與被觀照之間相互糾結，連「是否確定」都無法確定。綜此，生涯發展是在不確定中展開個人生命事業的冒險歷程，生涯規劃之道亦即「應變之道」，悅納不確定性的智慧與勇氣決定了人生的滋味（劉淑慧，1999c）。

## 二、混用多重本土化策略而展開生涯專業之本土化

儘管實際生涯發展脈絡是網狀交錯的、或快或慢的多線開展，但為了方便說明，下圖姑且過度簡化地化約成五階段來呈現我的個人專業發展小歷史。

圖 1

劉淑慧的個人小歷史



改編自劉淑慧（2019）

回顧個人專業發展小歷史並反思「DEL 模式是怎麼生成的」，我發現這模式是個標準的混血產物，融合著分別取自李維倫（2017）所謂本土化運動四路徑的成果。儘管實

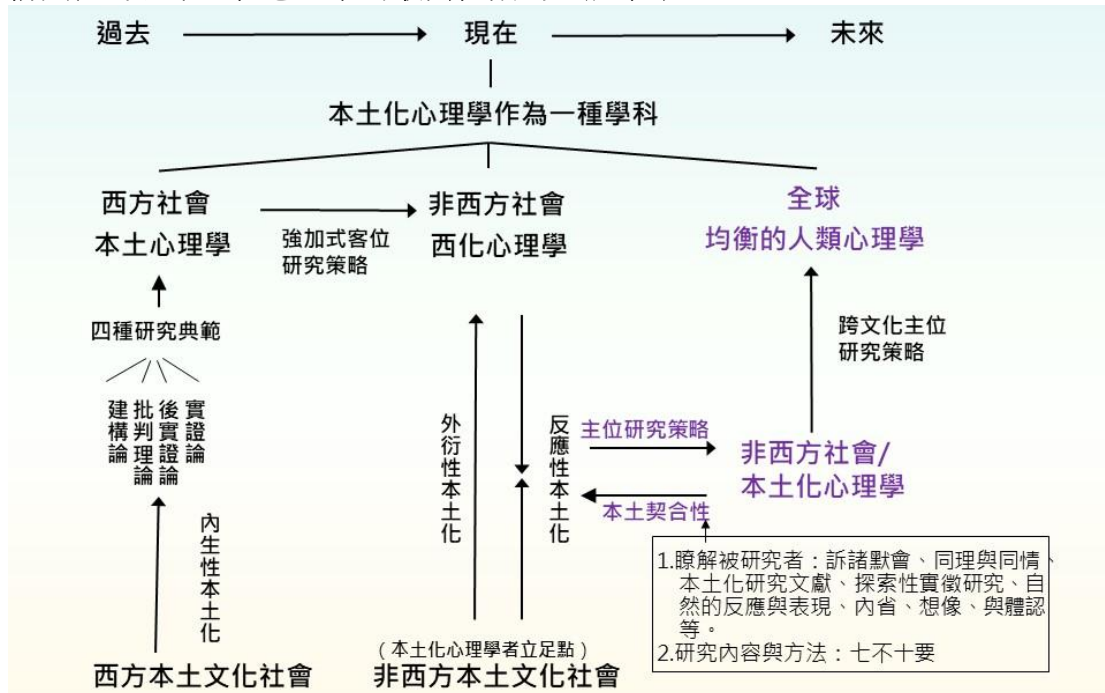
際理論發展脈絡是網狀交錯的，不同階段會綜合使用多種本土化路徑，但同樣為了方便說明，下文姑且過度簡化地僅僅針對各階段的主要路徑做說明。

李維倫（2017）將台灣心理學界三十年來的本土化運動歸納為四條路徑（參考下面四張圖）。其中，楊國樞和黃光國這兩條路徑都指向由西方回歸東方的水平式思路運動，提出解決不同文化間心理學差異之道。楊國樞（1993，1997，1999，2005）以本土契合性判準及全球心理學目標，提出「如何凸顯本土化」之具體作法，建構了「以本土化心理學為最高位階的主體策略」。黃光國（1995，2011a，2011b）以理論競爭性判準與含攝文化的普世心理學目標，建構了「以科學哲學進行理論建構來挑戰西方學術霸權的主體策略」。他所標榜的本土化理論，既可描述出「普遍性人類心智深層結構」，也可描述出「特定文化中殊異性心智運作」（即 Shweder 所謂「一種心智，多種心態；普世主義，考量分殊」，引自黃光國，2011a）。他並主張，「心理學本土化運動」已經邁向完全成熟，下一步應該往「修養心理學」的方向發展（黃光國等，2016）。

相對地，余德慧和宋文里這兩條路徑都指向由學術世界回到生活世界的垂直式運動，提出解決各個文化中心理學失根之道。宋文里（2006，2007，2014）以他者論、負顯化（negative epiphany）、大巫之道進行現代漢語的溯源，建構了「漢語文化心理學的主體策略」。他鼓勵本土心理學者透過返身性（reflexivity）的思考操作，讓自己這個人成為說話主體，找出自己的語言，來敘說自身的心理經驗，亦即，藉由面對與靠近作為他者的西方心理學，觀看被他者語言所揭露的事物以及所遮蔽的事物，從而返回理解自己原來知道與原來不知道的「自己」。此外，宋文里也應用與儒家「成聖之道」近乎一體兩面的「大巫之道」，藉由任意圖（自由素描）經驗，突破現代漢語的「失語」狀態。綜此，宋文里以說話者當下的說話處境為核心，消解了普遍或殊異知識議題。余德慧（1996，1997，1998，2001a，2001b，2002）以破裂法、雙差異折射理論等現象學方法，建構了「從語言到存在的主體策略」。余德慧藉由詮釋現象學與存在現象學，在存有論的層次上思考人的語言經驗、文化經驗、身體經驗，他提醒人文心理學家要「避免被語言蒙蔽（2001a）」，在語言破碎之處，例如災難、喪親、殘疾、絕症、臨終、受苦等等生無言之處，穿透說出來的（the said）「被看到的對象」（the known object，下文簡示為 KO），從而看見支持事物被如此看見、說出的基礎（background knowing，下文簡示為 BK），這個是由 KO 到 BK 的「詮釋循環」，亦即是由所說（the said）到能說（the saying）還原理解（余德慧，1996，2001b），在心理學概念尚未給出之處，重新提出具有本土社會感的心理學概念（余德慧，1997），並藉由不同的文化各自展現出的內部差異邏輯之比較，不求同也不存異，直觀洞悉文化之「化」，即生成的歷程（李維倫等，2007）。

圖 2

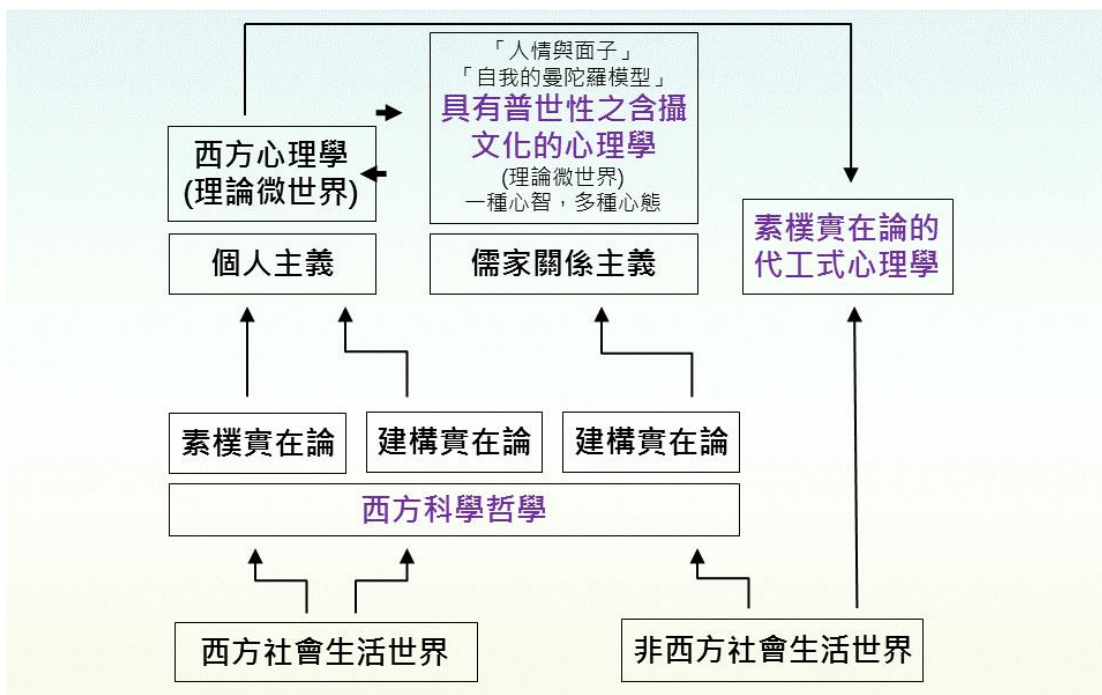
楊國樞的以本土化心理學為最高位階的主體策略



(改編自李維倫，2017)

圖 3

黃光國的以科學哲學進行理論建構來挑戰西方學術霸權的主體策略

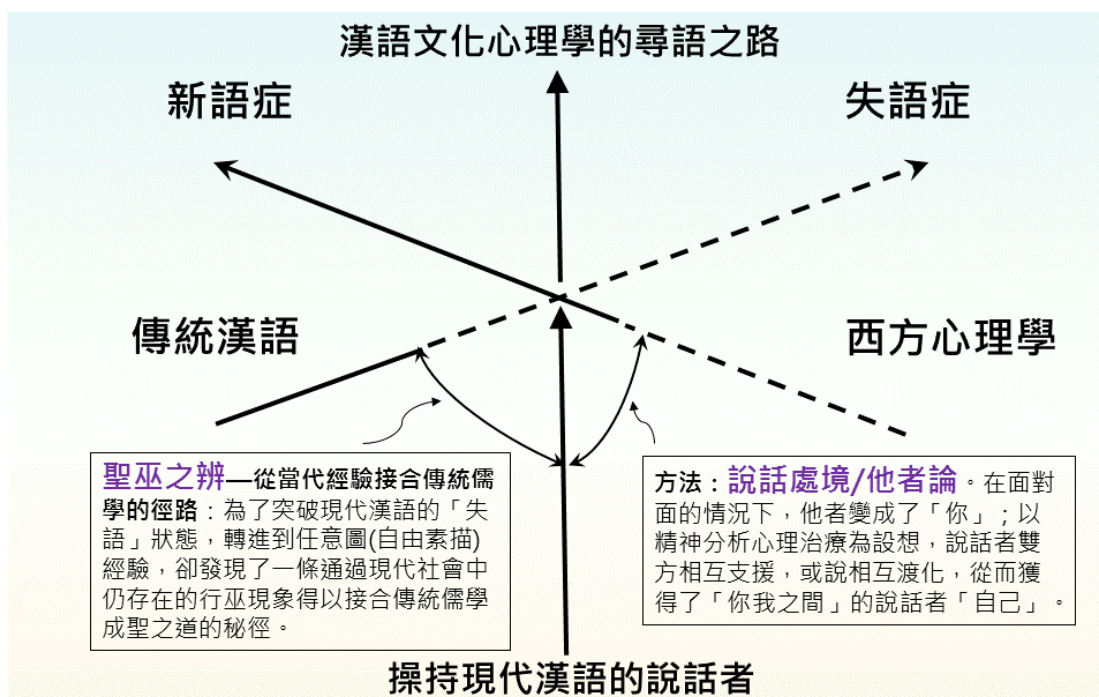


改編自李維倫 (2017)

圖 4

宋文里的漢語文化心理學的主體策略

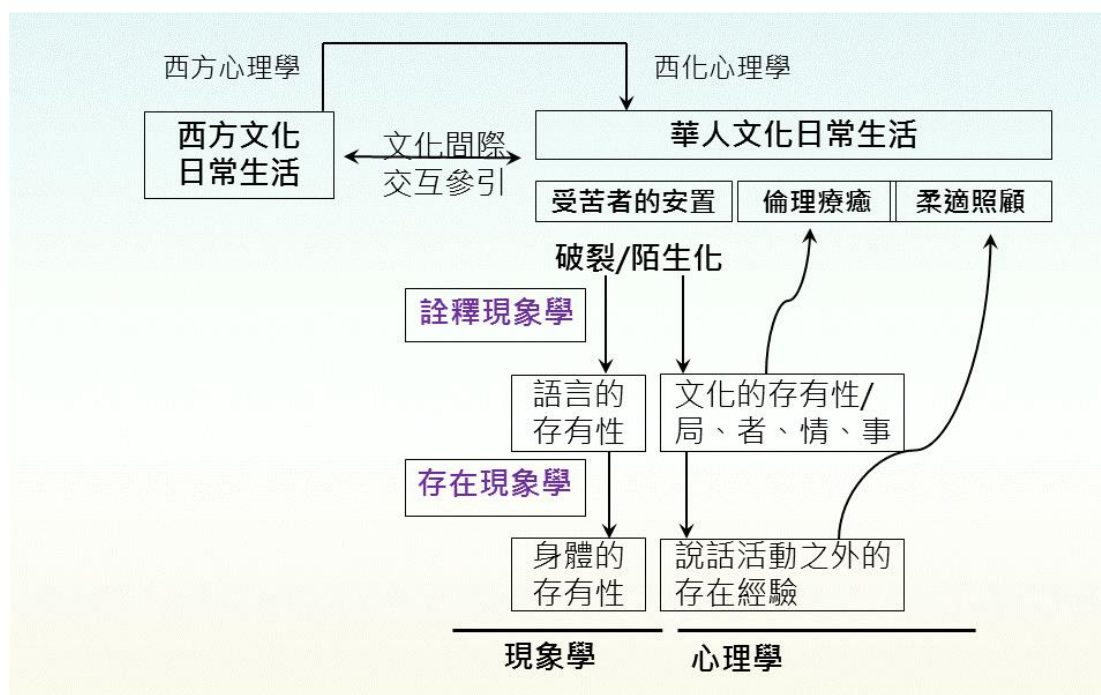




改編自李維倫（2017）

圖 5

余德慧的從語言到存在的主體策略的主體策略



改編自李維倫（2017）

我的專業生涯的第一個階段，大約是從就讀碩士到成為碩士生的教師之初的幾年，這十餘年的學習主要來自西方輔導與諮商專業，被奉為主臬的是實證主義知識論。幸好，

因著多元文化的基本素養，讓我在讚嘆西方心理學專業之際，依然記得檢核西方知識的本土契合性，落實實踐**楊國樞以本土化心理學為最高位階的主體策略**（楊國樞，1993，1997，1999，2005），以將西方學術成果予以本土化。我的碩士論文儘管採用了西方給出的職業倦怠定義，我還是從台灣社會重新蒐集助人專業者的職業倦怠徵兆，透過嚴謹的量表編製程序來形成本土的職業倦怠量表（劉淑慧，1987），我也依照同樣的邏輯和方法編製了生涯發展量表（林幸台等，1997），我在美國進行的博士論文採用了複雜實驗設計考驗了 **Gottfredson** 風靡一時的重要假設（劉淑慧，1993a），之後就重新在台灣蒐集台灣社會中國三學生的資料來分析他們的入學抉擇行為（劉淑慧、林怡青，2002）。那時的我信奉著理論和實證科學的價值，初任教職開設大一生涯探索課程時，我期許著自己：「儘管坊間有無數名嘴、暢銷書，但他們傳授的只是從生活經驗中累積出來的浪漫智慧，而我要傳授的是經過理論建構、研究驗證的系統化專業知識。」

向西方取經並透過本土化路徑來產出適用台灣社群的生涯理論與實務，確實讓我能夠說出一套東西來回答「活著為了什麼？要如何活？」我所服務的學生和當事人也確實因此獲益。然則，在我自己面臨出國讀博士等等重大生涯抉擇之際，並沒完全依循那些生涯理論與實務來運作，而且，包括我自己、我的學生和當事人以及我所眼見或聽聞的群眾都告訴我，那一套生涯抉擇與籌劃方法是不错，但卻不是唯一一套好方法，也不一定是在任何時候都是適用，在某些時候甚至根本使不上力。偏執地依賴西方學術讓我在生涯輔導路上瘸了一條腿，跌跌撞撞走不遠。

為了解決前述問題，我在第二個階段提出了生涯觀（**career view**）的概念，主張每位素人都自有一套人生該如何過的觀點，用以導引個人在生涯發展歷程中要什麼—生涯願景（**career vision**）以及如何要—籌劃策略（**projecting strategies, ways of being-in-the-world**）（劉淑慧，1996，2005b；劉淑慧、朱曉瑜，1998；Liu et al., 2014）。我採用現象學方法來展開研究，暫時擱置學術圈中盛行的生涯觀，轉而臨近台灣社群的生活世界，去探究讓平常人賴以過好人生的生涯觀。如此思緒，正巧應了**余德慧**（1996，1997，1998，2001a，2001b，2002）**從語言到存在的主體策略**，找尋契合真實生命經驗的在地智慧。如此策略確實讓我如願以償在西方主流生涯理論與實務所標榜的掌控落實之生涯籌劃策略原型外，看見另一種悅納變通的原型（劉淑慧，1996，1999d，1999e；劉淑慧、朱曉瑜，1999；劉淑慧、邱美華等，2000），並且發現兩者能夠相輔相成地提升生涯圓滿（李玉婷，2010；洪瑞斌，2012；高民凱，2011；高先瑩、劉淑慧，2012；張靜怡，2008；陳建丞，2008；彭心怡等，2013；游潔謙，2011；劉淑慧、王智弘等，2013；盧怡任、劉淑慧，2014；蕭景方，2006）。

更妙的是，我也赫然發現，西方學術圈其實不乏悅納變通的身影。我過去熟悉的掌控落實呼應的是較早成形的、現代取向的、依循適配典範的生涯理論（e.g., Gelatt, 1962; Hilton, 1962; Katz, 1966; Janis & Mann, 1977; Peterson et al., 1991），但呼應 Miller（1995）



和 Trevor-Roberts(2006)所倡議的在變動中開展生涯的後現代典範(e.g., Gati, 1990; Gelatt, 1989; Krumboltz, 1992, 2009; Mitchell et al., 1999; Pryor & Bright, 2003; Wilson et al., 2005)，其所主張的生涯觀和我透過質性研究在華人社群發現的悅納變通，兩者其實有異曲同工之妙。可見，並非西方學術圈完全不關注悅納變通，只是它相對較為非主流，以至於我都已經到了美國去就讀博班，都還沒發現、關注與善用它。這樣的發現讓我五味雜陳，歡喜自己不孤單，有著其他學者可以相互應和、學習；失望自己的研究成果不獨特，西方文獻和實務運作中早就出現過；慚愧自己孤陋寡聞，早已存在的東西之前居然沒發現；期待跨時間、跨空間的另類生涯觀擁護者可以合作前行。

儘管悅納變通的發現解開了我先前的困頓，得以肯定台灣社群的生活世界確實自有一套生涯智慧，但我卻不知要如何幫助自己與我所服務的人們學習與應用悅納變通。無巧不巧，我後來染上了西醫宣告藥石罔效因而只能動刀放棄既有器官功能的疾病，我不願接受西醫這種「一旦有疾，切割了斷」的作法，於是決心嘗試另類身心靈療癒，學習靜坐靜心、氣功理療、能量醫學等；再者，陪伴爸爸臨終之際，不知究竟該怎麼做才能真正幫到爸爸，也讓我決心不再懸擱「生何來、死何去」的生死議題。為了解決這些問題，我決定跨出心理學去增廣見聞，開始以初學者的謙卑心態廣泛涉略藝術、哲學、宗教等領域。第三階段的跨界流浪經歷讓我機緣巧合地走上宋文里的大巫之道、尋語之路(2006, 2007, 2014)，以及較為深入而有系統地學習後來對我影響深遠的現象學、易經。

這場跨界遊走真是開了我的眼界。首先，我對心理療癒可能性的想像大幅拓展了，在訴諸理性或關注情緒感受的言談之外，各式各樣的表達性藝術也都蘊含奇妙的療癒力量。同樣重要的是，我對天地萬物本質的觀點也徹底翻轉了，原來萬物之間透過肉眼不能見的氣場緊密關聯，人也可以透過靜心而覺察乃至參與氣場之相互連結與影響，並為自己或他人展開身心靈之療癒。此外，現象學、易經也給出超越內在心理的理解架構，從更寬廣的橫向空間來看，複雜網絡之相互構成與漣漪狀共變取代了過度簡化的線性因果關聯，以及從更長遠的縱向時間來看，宇宙萬物之成住壞空演變歷程，取代了過於短線的立即因果連結。

這段經歷讓我重新記起碩士生涯階段就曾跟隨李安德老師學習過的超個人心理學與諮商，發現自己當時太年輕，缺乏生命的歷練，對於心靈領域的理解只是懵懵懂懂地存在腦子中，莫名其妙地心嚮往之，卻沒有真正深入心中，也沒有進一步實踐行動。非常幸運地，正當我開始對這個領域有進一步體會時，高等教育也開始關注大學自主，有關課程開設和教學研究的規範開始鬆綁以支持學術自由，那時的系主任趙淑珠尤其具有開放思維並支持老師們發揮各自特色，在她的積極鼓勵之下，我分別在碩博層級開設了超個人心理學與諮商專題研究，以及在大學層級開設了身體工作。此外，在機緣巧合之下，我也跟隨余德慧、余安邦、李維倫的計畫，負責帶動中區的現象學讀書會，以及在

系上帶動現象學研究的共同學習團隊。同時，我也在陳銘堂老師帶領的中華氣能療養學會的無相氣學教室擔任助教，協助推動順氣理療。

這段時間的我非常「活在當下」，把每日的生活當成修行。除了相當時間心力投注在例行的打拳、能量工作和畫曼陀羅之外，我也時常在每天出門工作前抽一張禪卡或卦牌，作為當日行事與學習的功課。如此心念讓我將絕大部分心力投入於各種傳統與非傳統的「教」與「學」之實務現場（劉淑慧，2003），學術性產出極其有限。

世間事總在消長變化中。這麼美好的跨界遊歷，這麼棒的身心靈饗宴，這麼歡喜的分享傳授機緣，彷彿一波波正向推送的浪潮，最終把我帶到了「就這樣嗎？接下來呢」之探問面前。涉略身心靈療癒後的我，養成習慣時時探問自己：「如果我的生命就到此結束，我會有什麼遺憾？如果我只剩最後一年的生命，我還想做些什麼？有什麼人或什麼事會因為我而不一樣？我的存在究竟有什麼意義？」我記得當年因為對當下接觸的西方生涯理論失望而轉向芸芸眾生的生活世界，以及因為對當下接觸的西方諮商理論遺憾而轉向深究心靈、生命的多元領域，我個人展開的轉向所嘗試出來的這些經歷確實為我自己解了惑，新的學習成果也透過正式、非正式課程的管道被分享出去。然則，我展開這一切探索、學習的源頭，乃至於一開始踏入諮商輔導領域的初衷，都在這個核心關切：「活著為了什麼？要如何活？而今活成了什麼？」作為大學老師，我期待自己將這些新學習更充分、更統整地帶入我的生涯領域之教學、服務、研究之中，儘管我不可能滿足所有學生，但至少我應該讓我的學生看到生涯理論與實務可以有更多元的、更整合生命與靈性面向的樣貌。

正巧，當時正逢台灣在積極進行教育改革，由上而下建立了學校、系所與教師的種種評鑑制度（張瑞雄，2009），讓大學老師面臨多重壓力，被期待做出好的學術發表成果、贏得學生對自己教學品質的肯定、投入能夠幫學校或系所賺錢或打知名度的計畫、協助分攤系所和學校運作的籌劃和實行業務等等。儘管第三階段的跨界學習經驗在當時帶給我極大的快樂，我非常感謝與享受我的工作讓我可以當一輩子的學生，持續學習與拓展視野；這些看似「無用」的學習，後來也成為我能夠在生涯專業上有所突破的重要養分和力量。然則，在期待看到立即、表面、主流成果的評鑑制度中，這些都不受肯定，讓我不得不反思自己要怎樣做個能被環境中他人肯定的大學教授。在當時，我一方面懷抱讀書人的自命清高，覺得大學教育受到科層體制的壓迫、自己受到現實社會中的形式主義的壓迫；另一方面也懷抱讀書人的理想主義，期許自己不要同流合汙，在遭受資本主義和權力遊戲污染的高等教育環境中，要能對得起自己的專業良心。於是，我開始問自己：「我在這個階段的美好生命學習與體會，可以如何為生涯輔導與諮商專業帶來實際幫助呢？」

以上兩波緣自對他人關切的起心動念，激起了持續而交織的自我對話，帶出了我個人生涯發展上的分水嶺，在此之前，儘管關心的是人們，但我所思所想都在學術上的突

破，在此之後，我開始致力投入實務，企求發展出真正對芸芸眾生「有用」的實務運作，並在實務運作中萃取、印證、提升理論。

由此揭開的第四階段有兩條追求效用之路徑。早期就出現的第一條路徑主要運用**楊國樞以本土化心理學為最高位階的主體策略**（楊國樞，1993，1997，1999，2005），以發展實務運作資源和方法為旨。好巧不巧，有鑑於大專畢業生相對較高的失業率，以及業界對於大專畢業生知能不足以承擔工作職責的抱怨，青年輔導委員會於 2006 年開始推動「協助大專校院提升青年就業力計畫」（行政院青年輔導委員會，2008），教育部也開始藉由教學卓越計畫引導大學在教學方面進行整體性與制度性之調整及改革（教育部，2009），期望各系所設定核心能力、發展課程地圖，並且推動校系評鑑、教學評鑑、教師評鑑，也敦促各校職涯輔導單位結合校內外相關資源，共同推動各項提升青年就業力工作計畫，並建置與推廣「大專校院就業職能平台（University Career and Competency Assessment Network，簡稱 UCAN）」，凡此總總，皆以改善學用落差為旨（吳京玲，2011；張瑞雄，2009；符碧真，2007）。儘管不認同這般急功近利的做法，憂心如此政策會將高等教育貶為職業訓練所，我還是決定秉持易經乾卦九二爻「利見大人」的精神，善用在上位者帶動的這股風潮所給出的機會與資源，順勢發展本土化運作的第一步（Liu et al., 2014），因而建置與推動華人生涯網（Chinese Career Net, CCN; <http://career.heart.net.tw/>；劉淑慧、王智弘、鄧志平、王思峰等，2011；劉淑慧、王智弘等，2016；劉淑慧、鄧志平等，2011）。具體而言，這階段是藉由彰化師大的校內服務方案以及教育部、青年署的全國方案，進行生涯網站的建置、量化與質性評量工具的研發、班級輔導與工作坊等實務運作方案的研發與培訓。

這一支脈絡初期發展出來的CCN，提供一般使用者四大功能模組：（1）路徑探索：作為呼應掌控落實生涯觀的環境探索資源，介紹100多個學類與900多個職業，以美國勞工局建置的O\*NET職業資料庫和我國職業與學系資訊等客觀解析性資料為基礎，提供這些職業、大專學系、高職學群科別的客觀特徵，並導引使用者參照相對應的敘說性資訊。

（2）寶藏交流：作為呼應悅納變通生涯觀的環境探索資源，透過學習、工作和生涯發展的主觀敘說性資訊之分享、交流，觸動使用者的直觀體驗與建構，並導引使用者參照相對應的事實性資訊。（3）量化評量：作為呼應掌控落實生涯觀的自我探索資源，提供10個生涯量表，並導引使用者透過客觀測驗結果展開質性探索活動，以使質性與量化方法相輔相成。（4）質性探索：作為呼應悅納變通生涯觀的自我探索資源，提供3系列質性探索活動，為了讓質性與量化方法相輔相成，在導引結構化生涯探索活動的互動式介面中，帶入CCN資料庫中的客觀生涯資訊。此外，CCN也針對生涯輔導專業人員需求提供「專業交流」之功能模組，提供有關CCN各功能模組的專業報告，例如生涯資訊資料的架構（鄧志平等，2014）、量化與質性評量工具的研發報告（高先瑩、劉淑慧，2012；劉淑慧、陳奕靜等，2016；盧怡任、王思峰等，2013），以及提供CCN各功能模組的運用方案，包

含直接或間接應用CCN的生涯資訊或評量工具的班級輔導與工作坊，以及伴隨DEL模式發展過程而陸續應用該理論研發的生涯輔導教材(劉淑慧編著,2015;劉淑慧編著,2016,2017,2018;盧怡任、劉淑慧等,2015;Liu et al.,2015)。CCN並提供「施測管理」功能模組，以輔助生涯實務工作者進行團體施測，以及施測資料之管理、分析與應用。

最初的CCN願景是想仿造維基百科的運作精神—藉由使用者參與展開資料維護與分享。首先，由研發團隊拋磚引玉地投入初始資料，然後，透過免費分享並鼓勵使用者自由參與的方式，讓使用者使用量化評量、質性探索所留下的彙整資料，以及使用者在寶藏交流的回應與張貼，成為後續使用者可用的資源，並成為研究者分析華人生涯的素材。如此一來，CCN就可以成為華人生涯資源與資訊的交流中心，也可以提供華人生涯研究所需的素材和發表應用所需的場域。為了完成這樣的宏願，研發團隊還建置了華人生涯研究中心，以期建立可長可久的、環繞CCN而發展研究、實務、理論的運作資源與機制。可惜，儘管CCN瀏覽量不少，但進行量化評量、質性探索、張貼文章的量遠不如預期，因此後來並未能展開維基百科式的良性循環。

CCN研發晚期願景於是轉為相對單純地建置一個能呼應後續研發的DEL模式的生涯資源與輔助系統，因此，接續建置兩個CCN功能模組：(1)圓夢平台：以結構化的網頁互動，提供夢想籌劃、圓夢經驗梳理以及進度管理等之功能，以協助使用者籌劃與落實夢想，所有運作均導引使用者交錯運用掌控落實與悅納變通兩種策略。(2)網路加值版易能卡與易經學習資源彙整：網路加值版易能卡之入口設計在圓夢平台之頁面，由廖冠婷與劉淑慧共同設計(劉淑慧、白倩如等,2019)，採用廖冠婷所設計的易能卡牌卡圖像作為素材，結合圓夢平台的圓夢筆記功能與抽卡機制，以及「易經。生命智慧」討論區所提供的各卦要義說明資料，協助使用者運用易經智慧以洞察、轉化或超越置身處境。

第四階段稍晚出現的另一條追求效用路徑，則綜合應用了黃光國(1995,2011a,2011b)以科學哲學進行理論建構來挑戰西方學術霸權的主體策略，以及余德慧(1996,1997,1998,2001a,2001b,2002)從語言到存在的主體策略。在第二階段發現的西方學術圈關注悅納變通的文獻，以及在第三階段發現的西方的超個人心理學與諮商以及其他身心靈療癒文獻，其實都運用了東方思維來翻轉既有的主流觀點，而他們之所以能夠對西方人發揮說服力、影響力，則是因為研究者並非原樣引用整套東方思維與做法，而是掌握住其中的關鍵元素或原理原則，重新以跨文化的人都能理解的方式呈現出來，並與跨文化中既有的主流運作相互融合。以從佛法中被萃取出來的正念(mindfulness)為例，正因為它超越了佛教的宗教性脈絡、色彩，因而得以帶動行為治療的第三波發展，形成頗具影響力的辯證行為治療(dialectical behavior therapy, DBT, Linehan & Wilks, 2015; Bankoff et al., 2012)、接受與承諾治療(acceptance and commitment therapy, ACT, Cullen, 2008; Hayes, 2004; Hayes et al., 2008; McCracken & Vowles, 2014)、正念認知治療(mindfulness-based cognitive therapy, MBCT, Segal, 2015/2002)等等。如此做法正呼應

黃光國所倡議的「一種心智，多種心態；普世主義，考量分殊」(Shweder et al., 1998，引自黃光國，2011a)，從華人文化找出「普遍性人類心智深層結構」，發展出全球適用的心理學。受此啟發，我也開始思考：「在易經博大精深的哲學之中，有哪些核心的、可用以整合我自己和他人研究發現的東西？」不過，在另一方面，受到現象學的薰陶，我想關切的焦點在於余德慧所主張的在世存有經驗。因此，綜合黃光國和余德慧路徑的思維，我關切的不是「易經闡述了那些核心的、普遍性的人類心智深層結構」，而是「易經所闡述的現象反映出那些核心的、普遍性的人類在世存有經驗的深層結構」。

邁向理論建構的這一支脈發展，主要採用科技部計畫經費，早期研究傾向於透過現象學研究的模式進行訪談與文本分析，探究困境轉變經驗之深層結構；晚期研究則傾向於透過行動研究的模式，在持續展開解放、籌劃、執行、反思、批判之螺旋循環之中，進行理論建構與實務運作之交互檢證與調整。截至目前為止，總共展開了下列研究：(1)

《生涯韌性經驗之現象學探究：應用敘事、團體與易經視框詮釋其普遍結構與發生結構 (MOST102-2410-H-034-005，2013.08.01-2014.07.31)》(洪瑞斌等，2014)；(2)《易經生涯困境反思網際網路模組之建置與困境轉變經驗結構之分析 (MOST 103-2410-H-018-008，2014.08.01-2015.09.30)》(劉淑慧、洪瑞斌等，2015)；(3)《學習獨立生活：以易經陰陽之道輔助機構安置少年的經驗 (MOST-104-2410-H-018-010，2015.08.01-2016.08.31)》(劉淑慧、白倩如等，2016)；(4)《德性存在生涯模式之實務研發與培訓：以自立生涯轉銜優勢與韌性團體為例 (MOST 105-2410-H-018-007-MY2，2016.08.01-2019.01.31)》(劉淑慧、白倩如等，2019)；(5)《從韌性到圓夢：邊緣青少年應用易能卡、德性存在生涯模式與網路圓夢平台 (MOST-107-2410-H-018-008-MY2，2018.08.01-2021.07.31)》(劉淑慧、林淑君等，2020)；(6)《安置青少年之圓夢陪伴計畫：呼應第二波正向心理學東方轉向之德行存在生涯輔導實踐 (MOST 109-2410-H-018-013，2020.8.1-2021.7.31)》(劉淑慧、盧怡任等，2020)。

前述研究的主要研發成果展現於下列方向：(1) **生涯轉化經驗結構**：從困境反轉之經驗結構探究生涯韌性，易經學習者將易經道理與個人生命經驗相互連結，透過一次次的困局反轉，更加深刻地體會到蘊藏在易經之中的天地之道、宇宙之象，從而形成個我獨特的在世存有、實踐屬己的生命意義(彭心怡等，2015)。(2) **陰陽哲學之生涯啟發**：透過乾坤兩卦之深究，深入了解陰與陽各自的義理，以及陰陽相生相成、相互轉化之道，進而研發出乾、坤兩個隱喻故事，以及應用陰陽轉化之道所發展出來的生涯實務運作模式(Liu et al., 2016)。(3) **64卦智慧之生涯啟發**：細細探究易經64重卦之個別義理，並彙整出64重卦之相關影音說明資料，搭配先前已經研發出來的《易能卡》、CCN，形成《網路加值版易能卡》(劉淑慧、白倩如等，2019)。(4) **奠基於德性存在生涯模式之應用教材**：應用陰陽哲學之生涯啟發，針對資訊科技時代、知識經濟時代之生涯發展挑戰，參照生涯實務現場的運作經驗，編製生涯輔導教材之專書與系列影片。最初研發的是輔



助當事人自助的《變易的力量：e時代的生涯籌劃》（劉淑慧編著，2016）之紙本書與電子書，隨後則編製了相搭配的系列影片「生涯錦囊：變的力量」（劉淑慧編著，2017，2018），該系列影片共有5大類（整體架構、探索自我、探索路徑、開創路徑、實踐願景）18個單元，各單元均提供：完整版影片（約30分鐘）、精華版影片（約8分鐘）、簡介片（約半分鐘），以及搭配影片之電子書與片中活動所需學習單。之後還分別研發了對應生涯錦囊以及搭配CCN圓夢平台功能的生涯輔導活動方案，彙編成《CCN尋夢圓夢活動手冊》（劉淑慧編著，2019）。

以CCN為核心的第一支脈絡發展開展出一段美妙的下降著陸經驗。首先，早年累積出來的學術成果在此過程中下降著陸了。工作團隊實際進入中央部門、學校、系所、生涯輔導單位的專業運作和政治運作之交雜脈絡中，臨近第一線生涯實務工作者與接受生涯輔導服務的當事人的生活世界，展開現實面與理想面的對話，發展出真正接地氣的實務運作模式與資源。對於被研發的理論本身之可行性，以及應用理論所發展的實務之影響力，這段經歷都發揮了非常重要的功能。不過，物極必反，致力投入實務現場也容易讓工作團隊漸漸深陷在實務運作的議題中，以至於失去了跳出來反觀整體自身處境的廣度和高度。其次，原先傾向於在思考世界追求理想的我也在生活世界中著陸了。在涉及利益的脈絡中去說服別人，一向是我極大的弱點所在，對於第一次認真投入行政運作體系去爭取經費、行政支持的我來說，這段經歷不但幫助我補強了弱點，還讓我在過程中感受到「知道為何，迎接任何」的意志力量之強大，以及更深刻體會到易經64卦所闡述的各種處境，絕對是非常棒的個人成長經驗。

不過，同樣地，物極必反。因為一開始的宏願太大，所需要的行政庶務協調耗費的心力之高，漸漸耗損了我的身心健康，也剝奪了我能夠投入在後來開展出來的第二支脈絡的心力。還真要感謝這樣的困頓、斷裂，讓我再次停步、省思，決定不再以「有用」作為最優先的考量，因而正式轉入目前的第五階段。

第五階段主要延續著第四階段的第二支脈絡，繼續採用綜合黃光國（1995，2011a，2011b）與余德慧（1996，1997，1998，2001a，2001b，2002）的綜合主體策略，藉由行動研究，在特定合作機構展開小型實務運作，從而展開理論建構與實務運作之交互檢證、調整、延展與翻新。此外，並將在這個脈絡研發成果的基礎上，進一步系統化的介紹DEL模式之理論論述與實務運作，以及運用此模式之理念架構系統化地梳理既有生涯文獻。不再將推廣CCN列為優先考量，讓CCN更單純地成為研發團隊的資源而不是負荷；放棄爭取各種推廣機會與經費，讓既有的成果更有機會被細細梳理，以期成為明日的眾人資產，而不只是在今日綻放出燦爛光彩。換言之，我決定以相對較為不爭、沉潛、無用的方式，致力投入系統化的研發與梳理，以期更完整而深入地統整DEL模式的研究成果以及生涯與諮商領域的新近文獻，儘管如此作法會讓現在的人無法馬上看見有大用之物，但卻可讓目前的研發成果更加精緻、更上一層樓，以期為將來的人帶來更有大用之物。

順著眼前這條路走下去，想必某日會再度遭遇我現在未能想像的困頓、斷裂，因而再次停步、省思、轉彎。每一段旅行都有它的精彩，也有它的侷限；每一次出發都是為了去到新的轉彎點，每一次轉彎都會開啟新的冒險和希望。我何時能夠真正返回我在天地之間的家園呢？目前研發的DEL模式何時能夠真正幫助眾人返回人在天地之間的家園呢？前方的路還長著，遙遙望去，不見歸途與歸期，但歸途與歸期總在未知的前方。

此刻回顧與展望自己的個人生命與專業生涯發展，看見自己與芸芸眾生在人世間的迂迴前進，遂想起我還在第四階段時發表的一首散文詩（劉淑慧，2013），箇中呈現的回家與離家之辨證發展，正可貼切描述出我此刻的感悟與願力，節錄在此作為我此時此刻生命與生涯發展之註腳與總結。

活在世間  
享受持續變動  
熱情回歸初衷  
我在其中

所謂何來  
回家  
回到人類本真存在之家  
它一直在  
只是你我視而不見  
它在你身上，也在我身上  
回到自身，看見它，生氣盎然活出它  
它必將生氣盎然地召喚更多人看見它，活出它

歸鄉之路  
離家  
離開熟悉的世間旅館  
它一直不在  
只是你我不敢奢望  
你不捨既有，我害怕未知  
告別世間旅館，出發冒險，重新活出它  
它必將生氣盎然地召喚更多人看見它，活出它

參、從本土脈絡中長出的 DEL 模式

前述連連轉彎的旅程是如何醞釀出目前的DEL模式呢？下圖可呈現出大致的脈絡。

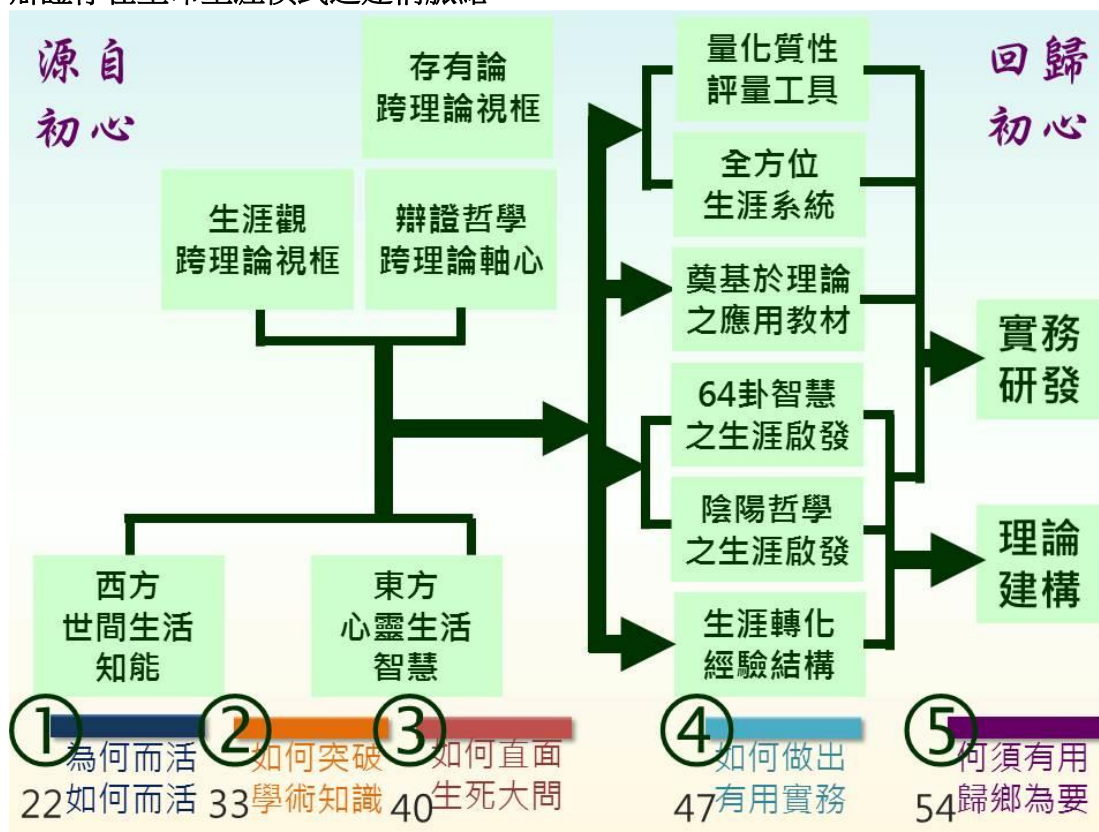
儘管我在前面三個階段並沒有明確出現要做「建構理論」的念頭，但那三個階段的成果卻奠定了後來建構理論的重要基礎。第一階段幫助我熟悉西方文化所給出的如何活在世間的生涯知能（林幸台等，1997；劉淑慧，1993a，1993b，1994；劉淑慧、林怡青，2002；Loughead, et al., 1995），並為第四階段第一支脈絡奠定基礎，得以應用實證研究方法來發展本土化生涯輔助工具以及支持CCN之建置（詳見下文說明）。第二、三階段則幫助我熟悉了東方文化所給出的如何活出天道的心靈智慧（劉淑慧，1999a，1999b，2000，2005a，2006）。此外，第二階段所建立的生涯觀視框，不但是當時臨近與洞悉生涯經驗的理解視框（劉淑慧，1996，1999d，1999e，2000，2005b；劉淑慧、朱曉瑜，1998，1999），也成為後來用以探究與比較東方與西方各式生涯理論與生命智慧的理解視框（劉淑慧，2020；Liu et al., 2014; Liu et al., 2015; Liu et al., 2016）；第三階段接觸到的現象學給出了存有論視框，不但在當時與後來的研究過程中成為用以分析生命與生涯經驗的視框與方法（彭心怡等，2015；劉淑慧，1999e，2020；劉淑慧、白倩如等，2019；劉淑慧、朱曉瑜，1999；鄭鳳君、劉淑慧，付印中；盧怡任、劉淑慧，2013，2014，2015），也同樣成為後來用以探究與比較各式生涯理論與生命智慧的理解視框（劉淑慧，2020）。當時接觸到的易經則給出了辯證哲學，在一開始我並沒有領略到它的關鍵性，直到第四階段反覆進行理論和實務之交錯檢證時，才愈來愈清晰地看見，它其實是DEL模式的軸心，具有貫串與連結生涯理論與生命智慧的關鍵性功能（劉淑慧，2020；劉淑慧、孫頌賢等，2017；Liu et al., 2014; Liu et al., 2015; Liu et al., 2016）。

在開始明確出現「建構理論」意向的第四階段中，第一支脈絡累積出各種量化評量工具（王思峰等，2014；高先瑩、劉淑慧，2012；劉淑慧、王思峰，2012；劉淑慧、王智弘、鄧志平、蘇芳儀，2011；劉淑慧、鄧志平、楊育儀等，2012；劉淑慧、楊育儀等，2013；劉淑慧、楊育儀、鄧志平等，2012；劉淑慧、蘇芳儀等，2012；劉淑慧、陳奕靜、王智弘等，2012；劉淑慧、陳奕靜、鄧志平等，2012；劉淑慧、陳奕靜、楊育儀等，2012；劉淑慧、陳奕靜等，2014；劉淑慧、張淑霞等，2013a，2013b；盧怡任、王思峰等，2013）、質性評量工具（陳詒枚等，2013；劉淑慧、王智弘等，2012；劉淑慧、楊育儀，2012）以及生涯資訊系統—華人生涯網（劉淑慧、王智弘、鄧志平、王思峰等，2011；劉淑慧、王智弘等，2016；劉淑慧、鄧志平等，2011），以及伴隨CCN發展而陸續研發的生涯輔導教材（劉淑慧，2019）；第二支脈絡的一部分累積來自直接從易經義理切入，研發應用64卦於生涯輔導之運作模式（劉淑慧、白倩如等，2019），另一部分累積來自應用現象學分析生涯轉化經驗之結構（詳見上文說明），以及伴隨圓夢陪伴運作模式之發展而陸續應用DEL模式研發的生涯輔導教材（劉淑慧，2016，2017，2018）。以上這些研發都有著共同的目的，就是在交錯檢證、調整、延展與翻新之中同步發展理論和實務運作。其中，在理論建構過程中，前三階段開始被發現的跨理論之生涯觀、存有論、辯證哲學，逐漸

被統整成用以理解生涯理論的後設理論視框，這樣的視框讓我得以更有系統地梳理與彙整前三階段開始被發現的西方生涯理論與實務、東方身心靈療癒哲學與技能，DEL模式的雛型於焉出現、日益清晰。

圖 6

辯證存在生命生涯模式之建構脈絡



改編自劉淑慧（2020）

而今，DEL模式之樣貌為何？下文分別從先簡要說明DEL模式從現象學、易經擷取那些核心概念，再詳細說明DEL模式如何應用這些概念來建構DEL之後設理論視框。

## 一、跨領域取經：擷取現象學之核心概念

Husserl在1913年出版《純粹現象學通論：純粹現象學與現象學哲學的觀念（I）》（Husserl, 2004/1913），就此開啟了現象學運動。現象學運動批評，我們平日熟悉的心理學和其他人文社會科學乃依循自然科學所仰賴的實證主義來運作，是將本質事物心理化的事實性科學，因而呼籲心理學者轉而關注生活世界中的事物本質。現象學運動就像一條河流，有著若干平行分支（洪漢鼎，2008）。其中，較為心理學界熟悉的重量級人物，包括催生存在諮商的Heidegger〔發表《存在與時間》（Sein und Zeit），Heidegger, 2006/1927〕

與Sartre〔發表《存在與虛無》(L'être et le néant)，Sartre，2000/1943〕；催生倫理學的Levinas〔發表《時間與他者》(Le temps et l'autre)、《從存在到存在者》(De l'existence à l'existant)、《整體與無限》(Totalité et Infini)，賴俊雄編，2009〕；以及催生研究方法的Gadamer〔發表《詮釋學I：真理與方法》(Hermeneutik I, Wahrheit und Methode)，Gadamer，2008/1990〕與Ricoeur〔發表《時間與敘事》(Time and Narrative)，Ricoeur，1984/1985；Ricoeur，1985/1988；《從文本到行動》(From Text to Action)，Ricoeur，1986/1991；《Oneself as Another》，Ricoeur，1994〕。

DEL從現象學擷取的核心概念包括：(1) 在世存有；(2) 我他相互構成；(3) 事實性與籌劃性相生相成；(4) 多重生活世界相互環扣；(5) 抉擇既是自由也是責任；(6) 過去現在未來同時綻放；(7) 存有持續超出自己；(8) 由死而生成生命意義；(9) 聆聽良知呼喚而朝向本真開展；(10) 為我為他雙向超越；(11) 詮釋循環與視域融合(翁士恆、彭榮邦，2018；張錚焜，2007；陳榮華，2017；項退結，2006；楊婉儀，2014；劉淑慧，1995，1996，2018，2020；劉淑慧、朱曉瑜，1999；劉淑慧、邱美華等，2000；劉淑慧、夏允中等，2019；劉淑慧、陳弈靜等，2014；劉淑慧、盧怡任等，2013；鄭惠觀、洪如玉，2016；羅文興，2014；Cohen, 2003; Frankl, 1992; Gysbers et al., 2014; Harren, 1979; Heidegger, 2006/1927; Ho et al., 2001; Homan, 1986; Israeli, 2018; Liu et al., 2016; May, 1983; McIlroy, 1979; Plant, 2018; Sartre, 2000/1943; Schultze & Miller, 2004; Van Deurzen, 1997; Yalom, 1980)。

## 二、跨領域取經：擷取易經之核心概念

易經同時具有宗教性和哲學性，堪稱華文文化的源頭(南懷瑾，1991a)。四庫全書將探究易經之學分成兩派六宗，其中，義理派關切的是易經的哲學思想內涵；象數派關切易經的占卜功能。DEL模式主要參照義理派之中的兩宗：儒理宗，以孔子所註釋的《易傳》為基礎，傳承到程頤等代表人物；老莊宗則引老莊思想入易經，以王弼為代表(王雲五、陳鼓應，2017)。除了DEL模式之外，已經有其他學者嘗試將易經思想納入心理學或諮商之中(王行，2016；林俊德，2018；洪鑑昌，2019；洪鑑昌、許忠仁，2015；高秋芬，2009；黃敏郎，2011；黃惠敏，2012；顏婉玲，2002)，還有若干實際運作模式被研發出來(陳偉任等，2015；楊文聖，2017a，2017b；楊淑蘭，1996；廖冠婷，無日期)。

DEL從易經擷取的核心概念包括：(1) 乾之掌控主導、積極有為、自強不息；(2) 坤之悅納不爭、自然無為、厚德載物；(3) 和諧化辯證；(4) 天地人三元共構和諧；(5) 適時順勢而動；(6) 知幾憂患、原始反終；(7) 以道立命、以術安身(左慧萱，2012；李朝木，2011；李鼎祚，1968；來知德，1997；吳建明，2007；侯雪娟，2012；南懷瑾，1991 a、1991b；南懷瑾、徐芹庭，1997；高秋芬，2009；倪淑娟，2012；郭建勳，2003；陳居淵，2002；陳鼓應、趙建偉，1999；曾仕強，2013；傅佩榮，2012；傅隸樸，1981；



黃壽祺、張善文，2012；黃慶萱，1995，2003，2007；張包意琴、陳麗雲，2001；劉玉建，2005；劉君祖，1997；劉淑慧，2020；Cheng, 2006/2009a/2009b/2013; Shen, 2003; Yao, 2013)。

### 三、建構DEL模式之後設理解架構

劉淑慧研究團隊之生涯觀系列研究發現了陽性掌控落實、陰性悅納變通兩種籌劃策略原型。所謂生涯觀，是由劉淑慧所提出的概念，主張每位素人都自有一套人生該如何過的觀點，用以導引個人在生涯發展歷程中要什麼—生涯願景 (career vision) 以及如何要—籌劃策略 (projecting strategies, ways of being-in-the-world) (劉淑慧，1996，2005b；劉淑慧、朱曉瑜，1998；Liu et al., 2014)。和西方既有的生涯理論相較之下，陽性掌控落實、陰性悅納變通兩種策略原型正好分別呼應現代與後現代兩種生涯理論取向：掌控落實呼應的是較早成形的現代取向生涯理論 (例如：Gelatt, 1962; Hilton, 1962; Janis & Mann, 1977; Katz, 1966; Peterson et al., 1991)；悅納變通呼應的則是Miller (1995) 以及Trevor-Roberts (2006) 所倡議的「在變動中開展生涯」之後現代典範 (例如：Gati, 1990; Gelatt, 1989; Krumboltz, 1992/2009; Krumboltz et al., 2013; Mitchell et al., 1999; Pryor, 2007; Pryor & Bright, 2003/2005/2007; Pryor & Aniundson et al., 2008; Pryor & Jim et al., 2008; Wilson et al., 2005)。有鑑於此，DEL模式採用易經辯證哲學，作為梳理與綜合運用西方現代與後現代取向兩類生涯理論之道 (Liu et al., 2016)。

經過實務運作之研發與嘗試後，DEL 模式之研發團隊以下圖的圓錐體來說明該模式的整體架構 (Liu et al., 2016)。圓錐體底部是斜放的太極圖，太極圖中的白色象徵陽性的掌控落實、黑色象徵陰性的悅納變通。生涯發展歷程蘊含一體兩面：個人若能依循易經變易哲學的陰陽轉化原則「適時而動」，靈活應用掌控落實、悅納變通之生涯行動，就能夠讓太極圖持續旋轉、流動，向下穩穩札出圓錐體底部的形而下目標—展開落實夢想之具體生涯經驗，和諧地活在世間，穩穩紮根大地 (安身)；向上盤旋開展圓錐體頂端的形而上目標—活出契合天地之道的抽象生命境界，活出心中嚮往的自我期待與生涯願景，昂然承接長天 (立命) (劉淑慧，2020；Liu et al., 2016)。

圖 7

辯證存在生命生涯模式



(Revised from Liu et al., 2016)

為了更細緻描述生涯發展與輔導，DEL模式擷取西方現象學及東方易經的概念，結合生涯觀的架構，形成一套關於生涯發展共通本質以及生涯籌劃與實踐個別特色之後設理解架構，用以梳理、轉化與統整西方的現代與後現代兩類生涯論述與實務運作，據以形成一套關於生涯發展本質與生涯輔導運作之論述。表1說明DEL中的存在（取自現象學）、德性（取自易經）、和諧化辯證（取自易經）如何展現在生涯觀兩大面向（生涯願景、籌劃策略）上。

DEL 後設理解架構指出的辯證現象呈現在 2 大類 8 向度上，第一類在生涯發展所展現出的共通本質中：（1）空間性（spatiality）：活出鑲嵌在客觀世界之中的主觀世界；（2）時間性（temporality）：活出鑲嵌在客觀時間之中的主觀時間；（3）可能性（possibility）：活出無限可能性中被選擇的唯一可能性；（4）循環性（cyclicity）：在真實體驗、領會籌劃、決心抉擇、實際行動之循環中展開是與不是之間的「正在成為（becoming）」。第二類在生涯籌劃與實踐展現出的個人特色中，也就是生涯觀的差異向度：（1）目的性（purpose）：安身與立命兩願景層面相生相成，（2）趨向性（direction）：為我與為他兩發展趨向亦此亦彼、雙向開展，（3）方法性（approach）：掌控落實與悅納變通兩籌劃策略和諧辯證，（4）律動性（rhythm）：安穩與享變兩籌劃方向相互消長、相輔相成。

表 1

## DEL 核心概念在生涯觀上與現象學、易經之相互勾連

DEL 特色	生涯願景	籌劃策略
存在： 在世存有	<ul style="list-style-type: none"> <li>生涯是活出來的：人在世存有之具體展現</li> <li>人活在世間：與他者相互構成</li> <li>人活在多重世界中：多重生活世界相互環扣</li> <li>不偏重任一方，而是主客相互構成</li> <li>在世間活出生命意義：由死而生成朝向本真的存有</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>人活在超越中：事實性（沉淪性）與籌劃性（超越性）相生相成</li> <li>人活在自身抉擇中：抉擇既是自由也是責任</li> <li>人活在整體時間性之中：當下同時承擔過去、預演未來、投入現在</li> <li>人活在變動中：存有持續超出它自己</li> <li>在詮釋循環中發展理解：持續朝向新的視域融合</li> </ul>
德性： 自我修養	<ul style="list-style-type: none"> <li>不只自我實現，而且自我超越</li> <li>不只承擔起自己的責任，而且承擔起他人的苦難</li> <li>不只朝向自我超越，而且朝向他人超越</li> <li>不只追求個人意義，而且依循天地人三才之道而立命</li> <li>不只自強不息，而且厚德載物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>不只仰賴韌性與優勢，而且適時順勢而動</li> <li>不只能屈能伸、趨吉避凶、以術安身，而且精義入神、以道立命</li> </ul>
和諧化辯證： 辯證開展	<ul style="list-style-type: none"> <li>不只兼顧，而且安身立命相生相成</li> <li>不只並重，而且為我為他亦此亦彼</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>不只並用，而且掌控與悅納（掌控主導、積極有為，以及悅納不爭、自然無為）對立轉化</li> <li>不只螺旋循環，而且終而有始、生生不息</li> </ul>

參考並修改自劉淑慧（2020）

表2

西方生涯理論與DEL模式在DEL後設理解架構上的對照比較

面向	現代取向	後現代取向	辯證存在
<b>空間性</b>			
置身空間	人活在工作環境中	人活在社會文化脈絡與資源之中	人活在天地之間、水火之中，在物質、社會、個人、靈性之生活世界中
空間本質	客觀的事實性存在	主觀的建構性存在	主客相互構成
人境互動	人與境相互揀選與調適	人與境相互建構與協調	人與境相互構成、互為主體，藉由彼此通達而共好
<b>時間性</b>			
置身時間	人活在客觀日曆時間之當下	人活在主觀建構時間之中	人活在主客相互構成的時間流之中
時間本質	客觀的事實性存在	主觀的建構性存在	人與客觀時間互為主體從而活出主觀時間性
時態關聯	過去、現在、未來前後相續	過去、現在、未來被人建構而串連	過去、現在、未來被人在當下活出
<b>可能性</b>			
置身處境	不為人所控制的事實性	建構主導人之超越性	處境與籌劃相互構成之整體
處境本質	客觀的事實性存在	主觀的建構性存在	主客相互構成
人境互動	處境支持或限制行動自由	人為客觀事實賦予意義	人在客觀事實性中活出所選的意義
抉擇自由	在處境侷限的範圍內擁有行動自由	在社會建構的潛移默化中展開個人建構自由	在有限行動自由與無限存在自由中有取有捨
<b>循環性</b>			
發展路徑	循序漸進之線性開展	主觀導引之非線性開展	辯證性開展
發展本質	在抉擇與再抉擇中轉彎	在建構與再建構中持續變動	在體驗、籌畫、抉擇、行動中持續成為、生生不息
發展焦點	抉擇與實踐生涯目標	持續建構與再建構自我認同與未來願景	持續建構、實踐、反思、調整生涯觀與未來可能性
<b>目的性</b>			
發展脈絡	個我在境中尋求客觀的人境相似性／適配性	個我在境中建構主觀意義	人與客觀空間互為主體從而活出主觀空間性
理想標的	具有客觀人境相似性	主觀建構的多元可能	在持續和諧化辯證中

正向發展	的最適配的職業 因安身而適應：在適配的環境中實現穩定的個人特質	自我與可能職業選項 由意義而立命：在多變脈絡中掌握個人認同	的自我與職業連結 既安身也立命：在相生相成中趨吉避凶與提升自己
終極關切	過好生活	活出意義	活在世間活出天道
<b>趨向性</b>			
趨向本質	人人自我實現 自然我兩安	相互尊重以支持人人 自我建構	為我為他亦此亦彼
理想方向	實現自己	建構自己	人我相互成全
<b>方法性</b>			
理解機制	理性與解析性思考	建構性與脈絡性思考	辯證性且整體性思考
理解標的	發現客觀事實	建構多元實在	洞悉我他相互構成
自我探索方法	客觀量化評量	主觀質性評量	質量整合評量
環境探索方法	非涉入性的訊息分析	涉入性的訊息體驗	整合性的訊息運用
取捨方法	權衡輕重、精挑細選	創意建構、積極想像	掌控悅納和諧辯證
實現方法	逐步累積、精準掌控	欣賞與調適	適時順勢而動、善用機緣
<b>律動性</b>			
人之穩定性	人具有穩定特質不易 隨著客觀時間改變	人可在不同時間建構 不同的自我	人在每個時刻既延續 也超越既有自我
境之穩定性	隨自然法則而變化	隨社會思潮而變化	循天地之道而變化
不確定性之因應	冷靜分析與排除障礙 聚焦掌控以求安全穩定	好奇探索與彈性調整 善用機緣以求順應變化	見微知著原始反終以 求共同變化
理想律動	在大環境變動中尋求 個人安穩	在個人持續調整中完 成的自我建構的自己	安穩享變亦此亦彼

參考並修改自 Liu 等（2016）與劉淑慧（2020）

#### 四、DEL 生涯輔導的運作模式與輔助資源

辯證存在生命生涯輔導的核心理念和運作歷程，乃奠基於下列研究：（1）劉淑慧、王智弘（2014）之頂天立地生涯發展模型；（2）李維倫（2004）之療癒行動模式；（3）盧怡任、彭心怡等（2013）之朝向本真的個人諮商模式；（4）盧怡任、劉淑慧（2014）之受苦轉變經驗之存在現象學模式；（5）彭心怡等（2013）之生涯韌性困局返轉經驗結構；（6）洪瑞斌等（2014）之生涯發展轉化之經驗結構；（7）劉淑慧、洪瑞斌等（2014）之苦集滅道生涯困境轉化機制。

辯證存在生命生涯輔導的具體運作，則是透過下表各項科技部研究計畫，在持續解放、籌劃、執行、反思、批判之螺旋循環中逐漸建構與修正而成：（1）生涯韌性經驗之

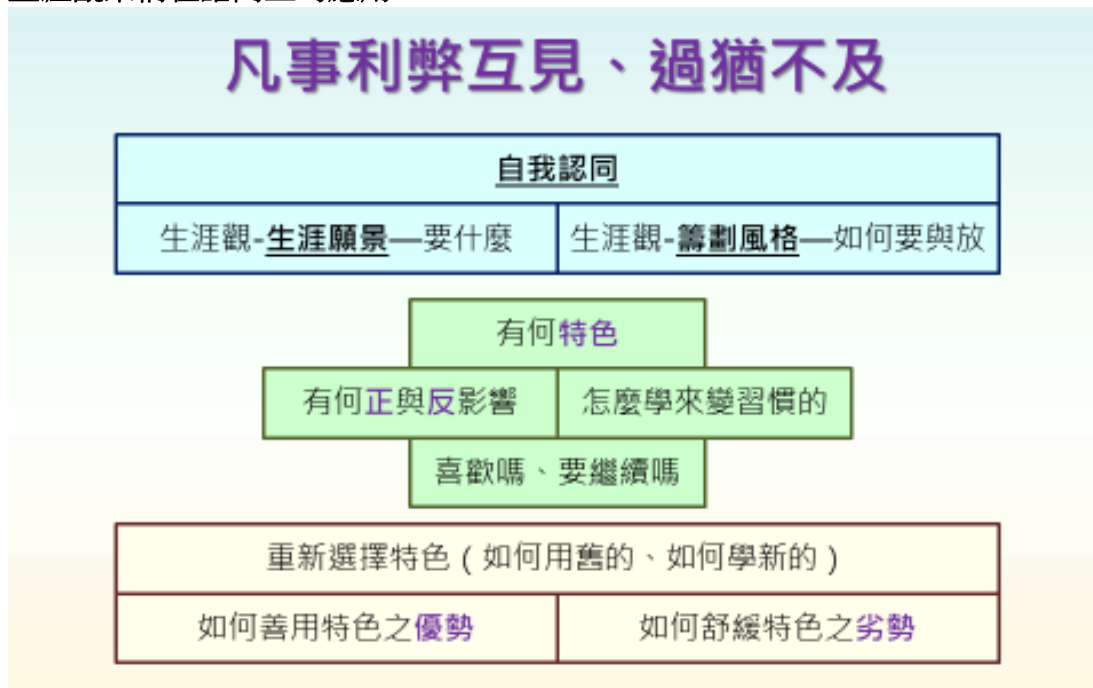


現象學探究：應用敘事、團體與易經視框詮釋其普遍結構與發生結構(洪瑞斌等, 2014)；(2) 易經生涯困境反思網際網路模組之建置與困境轉變經驗結構之分析(劉淑慧、洪瑞斌等, 2015)；(3) 學習獨立生活：以易經陰陽之道輔助機構安置少年的經驗(劉淑慧、白倩如等, 2016)；(4) 德性存在生涯模式之實務研發與培訓：以自立生涯轉銜優勢與韌性團體為例(劉淑慧、白倩如等, 2019)；(5) 從韌性到圓夢：邊緣青少年應用易能卡、德性存在生涯模式與網路圓夢平臺(劉淑慧、林淑君等, 2020)；(6) 安置青少年之圓夢陪伴計畫：呼應第二波正向心理學東方轉向之德行存在生涯輔導實踐(劉淑慧、盧怡任等, 2020)。

目前研發出來的辯證存在生命生涯輔導依然沿用 2005 年的基本架構(參見下圖)，但在具體運作上更加細緻化涵括了下列內涵元素：(1) 繼往開來、投入現在：藉由承擔過去、預演未來、投入現在，過去成為可以依靠的寶藏，未來成為發揮創造的資產，現在成為展開新實驗的契機，展現出過去、現在、未來同時綻放的時間性；(2) 把握自由、承擔責任：接納生涯中的種種限制與傷痛，正視無可否認和改變的事實性，並如實看見受限的行動自由和其中依然蘊藏的無限存在自由，以及無可迴避的抉擇責任；(3) 看見特色、善用優勢：把過去經驗當成智慧寶藏，從中發掘自己過去在籌劃策略上的特色，再以現在的智慧重新檢視如此籌劃策略曾經帶來的影響，讓現在的自己重新選擇要如何沿用或調整今後的籌畫風格，並透過實際嘗試而學習如何在未來的恰當時機、適當情境中合宜地加以運用，以盡可能發揮正向影響力；(4) 看見主題、翻新再生：同樣把過去經驗當成智慧寶藏，從過去經驗和生涯願景中，梳理出自己的各種個人傾向(自我認同)以及心中嚮往的核心生涯主題，以現在的眼光重新看見自己過去何以如此看重該生涯主題，也給自己機會重新決定要如何在未來生涯中調整或延續既有的生涯主題；(5) 腳踏實地、懷抱希望：針對此時此刻重新選擇的核心主題，運用此際重新選擇的籌劃策略，勾勒出栩栩如生的未來生涯劇，由衷相信如此的籌劃策略可能有效、生涯願景可能成真，用以支撐自己採取具體生涯實踐行動；(6) 剛柔並濟、安身立命：適時順勢地應用所選籌劃策略(如掌控落實)，讓它發揮正向效果，並針對所選籌劃策略的可能限制，學習應用看似對立的籌劃策略(如悅納變通)來做補強，以舒緩原本籌劃策略可能帶來的風險；從而讓自己的安身與立命相生相成，安身以立命、立命以安身；(7) 持續循環、生生不息：重新發現自己和環境還有更多新的可能性，讓生涯發展成為持續調整與嘗試的歷程，並願意放下早已熟悉所帶來的安穩，在適當的時機和處境中，勇敢而好奇地冒險嘗試新的籌畫策略或新的核心主題、生涯願景，持續更新、生生不息(劉淑慧, 2020；劉淑慧、白倩如等, 2019；Liu et al., 2016)。

圖 8

生涯觀架構在諮商上的應用



修改自劉淑慧（2005b）

辯證存在生命生涯輔導之策略可歸納為下表的五大類原型：掌控、落實、悅納、變通、綜合。應用在生涯實務時，需要配合著當事人的處境來靈活應用以上五類原型。生涯輔導的開始通常在幫助當事人進入反思狀態，以便展開自我梳理。若當事人處於順境，正準備展開進一步發展，通常適合採用陽性的掌控或落實，用以整合目前優勢、釐清未來目標，以興發「做就對了」之決心；若當事人正為逆境所苦，正陷入困頓、寸步難行，通常適合採用陰性的悅納或變通，用以中止抱怨或氣餒、穩定身心狀態，並興發「從可做的做起」之決心。然而，物極必反，接下來的生涯輔導需要展開陰陽策略的反轉。由陽性策略入手的順境之人，接著需要引入陰性的悅納或變通，以便保持謙卑、開放，避免因為過於陽剛而未能欣賞和善用眼前的局勢或機緣；反之，由陰性策略入手的逆境之人，接著需要引入陽性的掌控或落實，以便獲得力量與凝聚著力焦點。在生涯輔導的收尾，先後使用過陰性和陽性策略的順境之人和逆境之人，最終都適合採用第五類的綜合策略，以便調和陰性與陽性力量，從而創造統整感（劉淑慧，2020；Liu et al., 2016）。

表 3

## 辯證存在的生涯輔導策略之五大原型

原型	陰陽	目標	可能活動
掌控	陽	<b>核心：</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>藉由規劃、主導、控制而挑選與創造個人所要之物</li> </ul> <b>子目標：</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>挑選個人所要之物</li> <li>盤點與善用個人所擁有者</li> <li>創造、建構與展現個人優勢</li> <li>規劃實踐以取得更多</li> <li>克服個人與環境障礙</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>進行評量以根據興趣、價值等用以挑選個人所要之物</li> <li>進行評量以根據知識、技能等用以挑選個人所要之物</li> <li>進行評量以盤點個人資產和優勢</li> <li>條列、敘說或描繪生涯願景</li> <li>形成或調整提升優勢之行動計畫</li> <li>形成或調整實現生涯願景之行動計畫</li> <li>實踐與追蹤生涯行動計畫</li> </ul>
落實	陰中陽	<b>核心：</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>藉由合理的努力而管理個人弱點或環境要求與限制</li> </ul> <b>子目標：</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>了解與滿足環境要求</li> <li>發掘與善用外在資訊與資源</li> <li>以謙卑的方式應用個人力量</li> <li>理解與管理個人處境</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>探索環境</li> <li>搜尋外在資訊與資源</li> <li>學習與應用自我行銷技能</li> <li>學習與實踐個人的多元角色</li> </ul>
悅納	陰	<b>核心：</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>享受生涯演變本質與任何遭逢</li> </ul> <b>子目標：</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>接納並善用任何遭逢之物</li> <li>享受機緣和不確定性</li> <li>向任何個人置身處境學習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>平常心看待生命中的機緣和不確定性並加以體驗、賦予價值</li> <li>發展出對個人與處境的多元觀點</li> <li>藉由影片或想像等視覺化活動反思生涯本質</li> <li>反思個人經驗與生命意義</li> <li>敘說或描繪個人經驗以發覺隱含其中的價值</li> </ul>
變通	陽中陰	<b>核心：</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>藉由彈性的努力而轉化個人資產或環境資源以發掘契合現實的生涯願景之路</li> </ul> <b>子目標：</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>創意應用遭逢之物</li> <li>在限制中創造替代性生涯可能性</li> <li>在苦難中承擔創造意義的責任</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>腦力激盪替代選項</li> <li>善用機緣</li> <li>善用挫折、困難和障礙</li> <li>創意籌劃替代性生涯可能性的行動計畫</li> </ul>
綜合	陰陽	<b>核心：</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>運用腦力激盪、藝術創作或辯</li> </ul>

合	<ul style="list-style-type: none"> <li>以創意又和諧的方式綜合運用陰與陽的力量</li> </ul>	證方法以綜合與轉化對立
子目標：	<ul style="list-style-type: none"> <li>綜合與轉化各種對立</li> <li>綜合與轉化陰性與陽性生涯資產和策略</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>學習與善用綜合與轉化陰性與陽性生涯資產和策略的方法</li> </ul>

改編自 Liu 等（2016）與劉淑慧（2020）

DEL研發團隊為當事人及生涯輔導實務工作者所提供的輔助資源—華人生涯網（Chinese Career Net, CCN; <http://career.heart.net.tw/>）（劉淑慧、王智弘、鄧志平、王思峰等，2011；劉淑慧、鄧志平等，2011），不僅依照西方理論與實務提供了生涯資訊與輔導系統的功能，更進一步在各功能模組引導使用者展開辯證思考：（1）「路徑探索」：提供客觀事實性資料，並連結到相對應的敘說性資訊。（2）「寶藏交流」：介紹主觀敘說性資訊，並連結到相對應的事實性資訊。（3）「自我探索—量化評量」：提供客觀生涯量表，並連結到相對應的質性探索活動。（4）「自我探索—質性探索」：提供梳理主觀的質性探索活動，並在過程中帶入CCN資料庫中的客觀事實性資訊。（5）「圓夢平台」：各項夢想籌劃與實踐功能均交錯運用掌控落實與悅納變通兩種策略。（6）「線上易能卡」與易經學習資源彙整：連結直觀的「易能卡」牌卡圖像（劉淑慧、白倩如等，2019）與客觀易經解說資料。此外，CCN還針對生涯輔導專業人員需求提供「專業交流」與「施測管理」兩個功能模組（劉淑慧，2019，2020）。

為了落實辯證存在生命生涯輔導之運作理念，研發團隊出版了協助當事人自助的《變易的力量：e時代的生涯籌劃》（劉淑慧編著，2016）；之後，編製相搭配的系列影片「生涯錦囊：變的力量」（劉淑慧編著，2017，2018）；延伸出相對應的生涯輔導活動方案，與搭配CCN圓夢平台功能的生涯輔導活動方案，共同編製而成《CCN尋夢圓夢活動手冊》（劉淑慧編著，2019）。

## 肆、DEL模式之辯證化和諧觀點

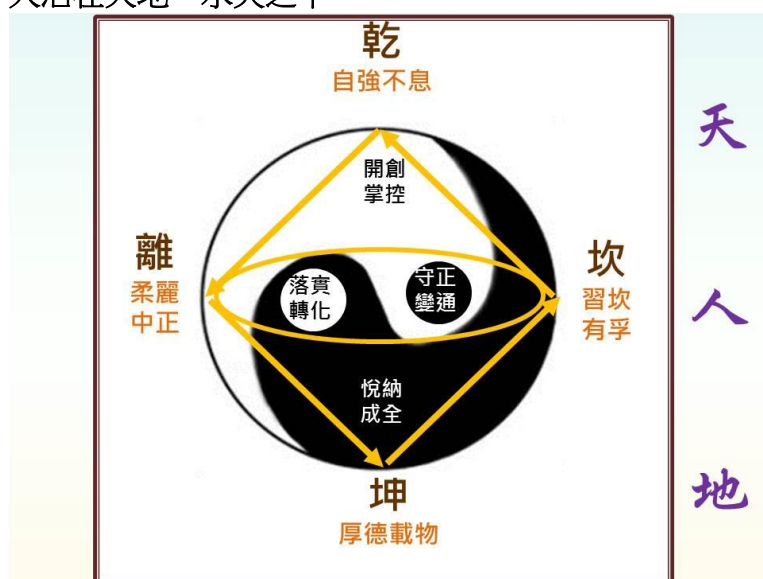
DEL 模式主張，生涯發展即是「在世間持續活出個人意義之整體經驗與故事」（劉淑慧、陳弈靜等，2014，14 頁）。下文將以筆者之個人生涯發展與本土化理論發展為例，分別從空間性、時間性、可能性、循環性、目的性、趨向性、方法性、律動性等向度，細緻呈現 DEL 模式對生涯發展樣貌的描述，包括生涯發展之共通本質，以及生涯籌劃與實踐之個人特色。

### 一、生涯發展之共通本質

空間性：人總置身在世界之中，活出鑲嵌在客觀世界之中的主觀世界。人總是「活在世界之中」，對世界之中的人事物（他者）展開各種作為，從而構成了個人獨特的在世存有樣貌（劉淑慧、夏允中等，2019；Heidegger, 2006/1927; May, 1983）。在易經所指出的天地人間、水火之中（來知德，1997，577），活出現象學所謂物質、個人、社會、靈性四個層次生活世界（May, 1983; McIlroy, 1979; van Deurzen, 1997）。

圖 9

人活在天地、水火之中



改編自劉淑慧、洪瑞斌等（2015）

以我個人的重要生涯抉擇為例，即便在 22 歲大學畢業之前，我的生涯籌劃核心是蟄伏等待來日圓夢，我當時的實際生涯依然在家人、學校乃至整個台灣社會脈絡所構成的客觀事實性之中開展。我生長在「萬般皆下品，惟有讀書高」的小康家庭，讓孩子受教育，是爸媽期待自己留給孩子的最珍貴禮物。在記憶模糊的學前時候，我確實擁有精緻的洋娃娃之類的玩具，但上學之後，父母給我的「玩具」就是故事書。儘管我在中小學的成績只能算是中上，從來沒有名列前茅，但我的父母似乎不懂得計算成績排名和升學門檻的關係，總是篤定地告訴我這個女兒將來要讀師大，家裡在節制各種開支時也總是說要存錢給我哥哥將來出國留學。父母理所當然地認為繼續讀書永遠是最好的選擇，讓我在大學之前沒辦法輟學去過當時嚮往的「拒絕聯考」、「拒絕庸俗」的生活，也讓我在大學、碩士畢業之際，一次次選擇繼續讀書；讓我從小就打心底厭惡計較利益、爭奪權力的氛圍，而不假思索地持續選擇待在以教育為目的學校場域工作，不知不覺活成了一輩子的讀書人。

而我的專業生涯發展歷程，則在東西交流之下的台灣社會、台灣輔導與諮商圈以及彰師脈絡所構成的客觀事實性之中開展。我出國前，程小蘋將質性研究引入彰師，我回

彰師任教時，質性研究已普遍成為各校輔導與諮商研究生的最愛，為我一開始的生涯觀研究提供很好的啟發與支持。台灣社會所給出的豐富身心靈療癒，為我探問生死的跨界遊走提供了豐富而具體的資源。當我決心投入「有用事業」之際，正逢教育部積極推動教學卓越計畫，並關注高等教育中的生涯輔導工作，讓不擅長競爭的我居然也能獲得資源、嘗試圓夢。而今，想要服務小眾、提升自己的我，則在教育部和科技部共同關切大學的社會責任之氛圍下，獲得支持與鼓勵。

**時間性：人總活在時間之中，活出鑲嵌在客觀時間之中的主觀時間。**生涯即是人在客觀的、人人共有的日曆時間之中活出個人獨特的、富含存有意義的主觀時間性（劉淑慧，2020；Heidegger, 2006/1927）。人在每個當下的存有，都是過去、現在、未來的同時綻放（Heidegger, 2006/1927; May, 1983）。每個片刻的當下存有，總是持續往前超越，以超出它自己（項退結，2006；陳榮華，2017），箇中所展現的自我，處於持續演變的「成為」（becoming）歷程，生涯樣貌因而生生不息（劉淑慧，2018，2020）。

以我個人的重要生涯抉擇為例，來說明我怎樣活出鑲嵌在客觀時間之中的主觀時間。至今我還深刻記得，在高三填寫大學志願卡的那天，全班同學鬧哄哄，大家參考著模擬考分數和往年各校系錄取分數排名，忙碌地在 96 個可選校系中挑選 48 個來劃記，只有我悠哉悠哉，因為我一下子就打定主意只挑 3 個校系，就是當時國內丙組僅有的 3 個心理系。在那間鬧哄哄的教室中，我跟所有同學都處於共通的客觀日曆時間中，我們都在過去歷經數次模擬考，交出志願卡之後的不久，我們將參加大學入學聯考，再之後，將會接到成績單以及依照成績和志願表被決定出來的錄取校系公告，但每一個人獨特的過去、現在、未來卻構成了填寫志願當下各具特色的主觀時間經驗：有些人懊惱過去，覺得自己學習不夠、模擬考成績不佳，悲觀未來，擔心難以取得心目中理想的入學機會，因而沮喪當下，有氣沒力地寫著志願；另些人滿意過去，覺得自己學習成果夠好，樂觀未來，期待順利進入心目中理想的校系。

每一個人獨特的過去、現在、未來讓個人活出轉瞬即逝的每個當下，充盈了個人的時間性。在那個當下，我的志願抉擇並非單純建立在我當時對自己和大學校系的理解、對同儕迥異態度和詢問的感受（投入當下），以及對所選校系的學習與職業之想像（想像未來），讓我膽敢只填 3 個志願的信心與篤定，來自在當時被我召喚出來的過去經驗（承擔過去），包含：（1）國中那段時間，我持續到圖書館去借閱散文與詩書，與文人在書中交往的經驗讓我滿心嚮往文人所描述的那種推崇精神生活的生命圖像。（2）國中一二年級國文老師兼導師對於我在週記和作文中對生活和生命所做的種種反思讚譽有加，還在我畢業紀念冊上寫著「用你的筆寫出人生」，這些鼓勵經驗讓我期待自己可以成為傳播對人類精神和心理有益訊息的媒介。（3）在高二做分組選擇時，對於背誦的鄙夷、厭惡和無能為力，讓我不假思索、開心而驕傲地選擇了理組，並從此寄望透過心理系來關注與傳播精神生活訊息。



不過，每個人的時間性與他人的時間性其實是相互構成的。我最後交出去的志願卡上的志願增加到了 9 個，主要是受到身邊重要他人對他們自身未來想像的影響。學校想像著自己未來放榜時被計算出來的大學錄取率而做出嚴格規定，不管學生將來要不要去讀，都必須把最低分的志願填上，於是在私立學校的心理系之後挑了一些復健、護理系，想說這些系可以幫助人也不錯，萬一考到說不定也可以考慮去念一念。學校同時要求志願卡必須經過家長簽名，爸媽想像到私立學校昂貴學費可能帶給家庭經濟的負擔，以及校系排名好可為未來帶來的正向社會評價和生活品質，輪流反覆來跟我溝通，讓我在公私立學校的心理系之間插入若干個國立的其他可接受系，包含臺灣師範大學家政系、中興大學園藝系。

**可能性：人總活在可能性之中，活出無限可能性之中被選擇的唯一可能性。**人置身於事實性與超越性相互環扣的處境結構之中展開籌劃，並從中挑選出一種可能性來加以開展、實踐（劉淑慧，2005，2020；劉淑慧、盧怡任等，2013；Sartre, 2000/1943）。在置身處境中做出抉擇，既是人無法被剝奪的自由，也是人無法規避的責任（劉淑慧，1995，2020；劉淑慧、陳弈靜等，2014）。個人的獨特性就取決於人在處境中的籌劃、超越、創造（Sartre, 2000/1943），在每次籌劃之中所蘊含的所為何來，給出了生命意義之所在（Heidegger, 2006/1927）。

年少的我總是被家人說：「你決定怎麼做，就沒有人能改變你」，我的生命中確實有不少堅決的抉擇，儘管充滿機緣巧合，但在做出抉擇的當下總有著清晰的理由和未來想像。例如，我從來沒真正打算成為社工人，選社工是因為過於懶惰（不想準備轉學考）與過於驕傲（不屑再為考試讀書），因此，在翻遍全校所有系的課程之後，挑出唯一有心理學的這個系（在這之前，我根本不知道有這種系）。至於當時居然放棄有哲學的中文系，好像是因為不想學第二外國語，以及不想再念論語。本來沒打算念大學的我，剛轉入社工的兩年，除了心理學相關科目之外幾乎都沒上課，生活重心是跑服務性社團。在滿足自己「服務助人」的過程中，反而確定了自己真的不喜歡當要管錢的社工，也沒能耐服務喜歡唱唱跳跳的兒童青少年。無意間看到招生海報上有生涯課，原本無心升學的我馬上決定考研究所，即便明知會嚴重暈車還是輾轉換車到了政大心理系館，循著房間一間間找人，問助教、問學生，要怎麼準備考研究所，然後就開始自學三因子變異數分析。後來，正巧因為系上曾有學姊就讀彰師輔導所，我從同學處聽說還有輔導這種系所，而且統計只考到迴歸，馬上決定自己讀諮商理論去應考，並且挑了理情治療理論當系上的畢業專題。

反觀這一路走來，我彷彿從小就知道自己想要什麼，卻又說不清，一路依稀摸索、體驗和轉折。在三十歲開始工作時，我感謝老天眷顧，讓我在一路跌撞中依然有機會選擇所愛，為自己找到舞臺／場域，來支持我成為想要的自己、做想做的事、過想過的生活。然則，到了四十歲，帶著工作十年的眼睛回頭看那些在過去取捨中被捨棄的可能性，

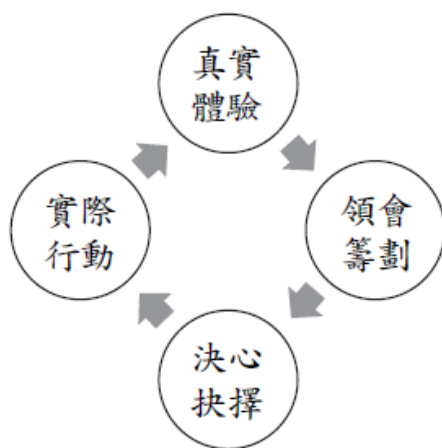
我相信不管怎麼選、怎麼走，自己是什麼樣的人，終究會變成那樣的人、走出那樣的路。如果當初考上家政系，我很可能成為家族治療師，如果當初考上護理系，我很可能成為精神科護士，如果當初堅持念完園藝系，我很可能七彎八拐成了園藝治療師，如果當初選擇哲學系，我會很高興還有哲學諮商。而今，在望六之年駐足回顧，大學校系選擇時捨棄的哲學、文學，碩士校系選擇時不假思索捨棄的社工，其實都以我不曾想見的方式回到我的生涯理論與實務之本土化建構之中。

有取必有捨，在任何抉擇的當下，確實只有一個可能性得以被展開。但，原本的選取可在一次次重新調整中轉變，原本的捨棄可在一次次重新選擇中融入。重要的不是挑出一個最好的或正確的選項，而是永遠把可能性作為可能性，看見每個片刻都是抉擇契機，真誠而勇敢地承擔起抉擇的自由與責任，讓被選擇的可能性開展成為當下的想要與能要。

**循環性：**人總活在歷程之中，在真實體驗、領會籌劃、決心抉擇、實際行動之循環中展開是與不是之間的「正在成為」。生涯歷程就是在置身處境之中不斷展開籌劃、往前超出、創造新存有的歷程（Heidegger, 2006/1927）。生涯發展就在下圖的循環中展開，周而復始、持續循環、綿延不絕，永遠處於是與不是之間的「正在成為」狀態（劉淑慧，2018，2020；劉淑慧、陳弈靜等，2014；Liu et al., 2016）。

圖 10

生涯經驗之行動與詮釋循環



引用自劉淑慧、陳弈靜等（2014）

所有的生涯抉擇在本質上都是一種賭注，因為被抉擇的是無法被確定的未來可能性（劉淑慧，1995，1999c，1999e）。儘管在做出抉擇的當下總有著清晰的理由，但，這些理由卻可能建立在「不符實際的環境理解與未來想像」上。就拿剛才提到的選大學科系來說，填園藝系是想到山上開農場，考前媽媽說：「你想得太浪漫，什麼沒車就騎馬」，爸爸說：「你搞清楚，種田是要在太陽下辛苦，你不可能吃得了那種苦」，我說：「沒關係，別小看我」。實際進園藝系後，有了自己的地，拿不起鋤頭，我就找男同學幫忙；種的花長不好，我就問同學然後施肥；直到熱情的學長姊帶我們「認識校園植物」時，我只想看看植物的美，一點都不像其他同學那樣想記植物的學名以及結構或生態特徵，我終於知道我不屬於那裡。還有一件事成了讓我徹底醒過來的臨門一腳，看到期末考卷上出現田畦形狀的考題，我才終於知道，園藝學的不只是植物，更根本的是要搞懂土壤、排水，原來我並不愛園藝系的、農家的園藝，我愛的只是文人的田園情懷——「采菊東籬下，悠然見南山」。於是我決定轉系。

用更多生命歷練後的眼睛回顧，那些曾經想要卻沒走過的路，其實都蘊含著我沒想到的不想要與不容易要，想來，沒走也是好的。本來高中就打算輟學去國際兒童村當阿姨的我，在大學社工機構參訪時知道，阿姨要算帳才能量入為出、用有限的錢變出孩子需要的東西，阿姨要會烹調才能煮出又營養又美味而且孩子喜歡吃的食物。從來不活在現實生活、柴米油鹽中的我，恐怕很難勝任、更難愉快。其實，這些當年我爸都說過，但實際在服務隊待過、體驗過，我才終於能夠真懂。教授升等過後，曾經認真想過在職進修哲學研究所，好滿足小時候的心願。仔細研究過國內每一個哲學系的教師興趣專長、課程、入學考，卻發現我找不到一個可以不用念不喜歡的東西就考進去並且畢業的哲學系。

那麼，是否在做決定前做更好的自我與環境探索就不會在抉擇後才發現跟當初想的不一樣呢？這其實是不可能的，因為人會變、環境會變、未來的一切都在變動中（劉淑慧，1995，1999c，1999e）。再怎麼「正確瞭解而選擇」的道路，還是會給出必須卻不喜歡的任務，以及無限的意想不到。我在十年前開始做的生涯網路系統建置是極其燒錢的事，而我一向懶得算錢，連自己的財務狀況都搞不清楚。我更痛恨「要錢」，在致力做實用的東西的那些年，我卻得拼命學習「要錢維持工作團隊的生計」。更難的是，建置與推廣生涯系統勢必得跟行政體系打交道，而我從小立志不跟商人、政客打交道，不得不跟各路人馬打交道的那些年，我一直在錯愕中學習瞭解、接受、適應每一個人都可能同時是「朋友、同事、同業、陌路人、商人、政客、競爭對手、敵人」，學習建立「自己可接受也活得下去」的行政風格。當然，在決定投入實務現場之前，我就知道想要圓夢就得處理那些討厭的事，然則，即便早知道，還是有無數錯愕、意外。

在不確定之中，能夠把握的只有在每個當下體驗、籌劃之中的真誠、開放，畢竟，不一樣的看見來自在真實生命歷練中長出來的智慧；能夠仰賴的只有在每個當下抉擇、

行動之中的勇敢、恆毅，畢竟，每個當下都是未曾活過的當下，生命永遠有新挑戰。在致力做出有用實務的那些年，面對早知道依舊錯愕的挑戰，支撐我持續不放棄的信念只是：「你很多學生也跟你一樣討厭這些東西，如果你自己都不能在這種現實中做出你相信的實務運作，你憑什麼說服學生去做」。

生涯開展是持續探索與轉折的歷程，在機緣巧合與持續探究調整中，人找尋回歸本來面目之家。一路走來，不同階段有著不同的挑戰，有些挑戰是自己想要的，有些是「被強迫中獎的」，生涯在做我原來不會做的各種事之中開展。把每件事都當新鮮事，做一件學一件，每件都是賺到。望六之年，回頭看見自己一次次衝著信奉的生命價值，轟轟烈烈地去挑戰自己的弱點、學習做自己原本不愛做的事情，在這歷程中，自己變得更加完整、生命變得更加豐盈。此刻的我相信，生命在體驗、籌劃、抉擇、行動的持續循環中開展，選擇自己想望的、擅長的，也承擔自己不想望的、不擅長的，持續超越自己，生涯才能生氣盎然、生機無限。

## 二、生涯籌劃與實踐之個人特色

個人在生涯籌劃與實踐上的個別差異，相當程度地源自於生涯觀之特色。下文由目的性、趨向性來描述生涯願景之個人特色；由方法性、律動性來描述籌劃風格之個人特色。

**目的性：**安身與立命兩個願景層面相生相成。活出的生涯發展具有安身與立命兩相映照的雙重性，所謂安身是指個人如何與世間人事物打交道，從而形成安放自身的具象在世連結網絡；所謂立命則是指個人如何藉由在存在處境中的抉擇與實踐活出自己獨特意義。人生在世之形而下目標在於將生涯願景落實於實際生活世界（安身），形而上的終極目的則在活出我之為我、人之為人，透過在世間生活經驗中的體悟與實踐，提昇自己，達到理想境界（劉淑慧，2020）。至於理想的生涯願景、自我境界為何，因人而異。

以我為例，我在生涯中的安身與立命如何相生相成呢？從小到大，從學生到新進教師到資深教授，我常被讚許也常被嘲諷的就是「理想主義」，說好聽是追求理想價值、不隨波逐流，說難聽是不切實際、說得多做得少。可想而知，我的生涯總是被遙在遠方的理想價值之呼喚引導著向前開展，當這呼喚夠強、夠清晰，我往往就會做出異於常人或跳脫自己既有生涯軌道的生涯抉擇，像是：（1）大學聯考只填 9 個志願；（2）初任教職就捨棄一堆熱門而容易得到資源的研究主題，傻傻地開始做連自己都看不到下一步在哪的生涯觀系列研究；（3）在系上同事都兢兢業業拚輔導與諮商專業之際，投注大量心力去學氣功調理、能量治療、中國哲學、現象學，儘管在過程中被質疑提前進入退隱心態時內心確實感受極大壓力與掙扎，儘管當時自己根本想不到也說不出學這些對輔導諮商專業有何助益，儘管這些跨領域學習遭遇許多挑戰與挫折，我卻始終沒有中止對那些「新世界」的好奇探索；（4）明明不但不擅長還厭惡處理行政和經費，卻為了嘗試將生涯觀

研究與跨領域學習的心得實際應用在實務工作上，老老實實地學習處理這些事。

大學畢業前，我的立命與安身之間的關聯是「立命優先」，因為我不光是「理想主義」，還「不屑安身」。或許是文人思維和吳祥輝《拒絕聯考的小子》的影響，中學的我覺得乖乖留在學校讀書、拿文憑是無聊迂腐、沈淪世俗的行徑。不知讀書要幹嘛，不知活著所為何來，我一遍遍翻閱「流浪者之歌」，等待著長大、出走。高一時有位同學休學去書店當店員，我羨慕得很，覺得每天泡在書局、隨時可以翻書，那日子真是太美了。不久，我就跟爸媽說我要休學去國際兒童村當阿姨，爸說，「你不會煮菜，也不會做家事、帶小孩，現在去能做什麼」，說得我啞口無言，只能繼續沈淪、等待，根本不屑花心思掛念或處理現實生活中的事物。上大學後經濟獨立了，也只用「寡欲節流」來舒緩「積極開源」的壓力，照樣不太為現實生活中事物費心，即便打工賺錢養活自己是日常之必然，現在回想起來，我當時根本不曾關注與覺察自己的工作角色以及職場的規則和文化；至於學生角色被期待的課業學習，瘋狂翹課之下，當然也沒放心上或行動上。

大學之我唯一願意用心交往的周身人事物，就只有衝著服務性社團使命感而逼著自己學習辦活動。儘管社團參與被客觀環境視為大學生的附屬角色，卻被我視為主要角色，投入絕大部分時間和心力，拉開了「立命導引安身」的序幕。到了讀碩博班的年代，探問生命的初衷、助人離苦的心願，和作為學生學習輔導與諮商專業的務實任務，終於可以相互連結，我才真正開始關注、重視與投入客觀環境賦予我的關鍵生活角色（學生），滿情洋溢地展開「立命導引安身」。投入職場擔任教職二十餘年來，在邁入半百決心歸返世間之前，也總是有人會用不可置信或佩服欣賞的眼神說「你真的不太愛錢」，在我的理解中，我的薪水之中已經含有相當比例的學術研究費，從事教學、學術研究、服務本來就都是我的工作，因而願意不計酬勞地投入其中，相對於我的同事或同行積極透過演講、工作坊、諮詢、顧問、出書、出牌卡、上媒體等方式賺取更多經濟報酬，我顯然太不關注也不擅長運用我的專業賺更多錢。在我的工作以及各生活層面上，我如何關注與投入與周身人事物的交往，基本上跟外在環境的政策、環境氛圍、人際網絡等等沒多大關係，內在的理想價值與使命感之更迭，導引我去做自覺契合學者、教師角色應做之事，立命一直是在現實生活中安頓基本生活與理想自我的終極指引。

然則，我的立命與安身之間的關聯卻不單純是「立命優先」或「立命導引安身」，還是「安身與立命相生相成」。我之所以如此看重立命其實也是因為安身。除了不屑安身，我還不擅長安身，因為不喜歡站在舞台上，以致於不容易快速展現自己的本事以贏得他人肯定與尊重；不擅長社會化，以致於不容易建立自己的人脈與資源網絡；偏偏又因為理想主義而容易對己對人對事都目標遠大、陳義過高，以致於不容易說服資源掌握者提供資源給我個人或我的服務或方案，總的來說，我對自己的職場競爭力和社會生存能力向來自評不高。不屑也不擅長安身，卻又不敢不安身，「寡欲安身」成了我不但是甘之如飴也不得不然的安身策略。正好我的父母給了我一顆還算擅長理解、推理和抽象思考的

腦袋，讓我能夠勝任大學教師的學術任務，而大學老師的薪資要應付我選擇「寡欲安身」之下的現實生活所需，實在綽綽有餘。如此一來，安身之事，自然難以誘惑或啟動我汲汲營營投入現實生活，以致於我的心思心力能有充分的餘裕得以安放在立命之事上頭。

因此，安身與立命之間不是單向的因與果，而是雙向的互為因果。我既放不掉安身，也放不掉立命，在生涯開展過程中，就讓立命來主導方向、讓安身來落實根基，既為了立命而調整安身，也為了立命而在安身上做出突破，甚至轉彎、翻新。於是，安身與立命相生相成。

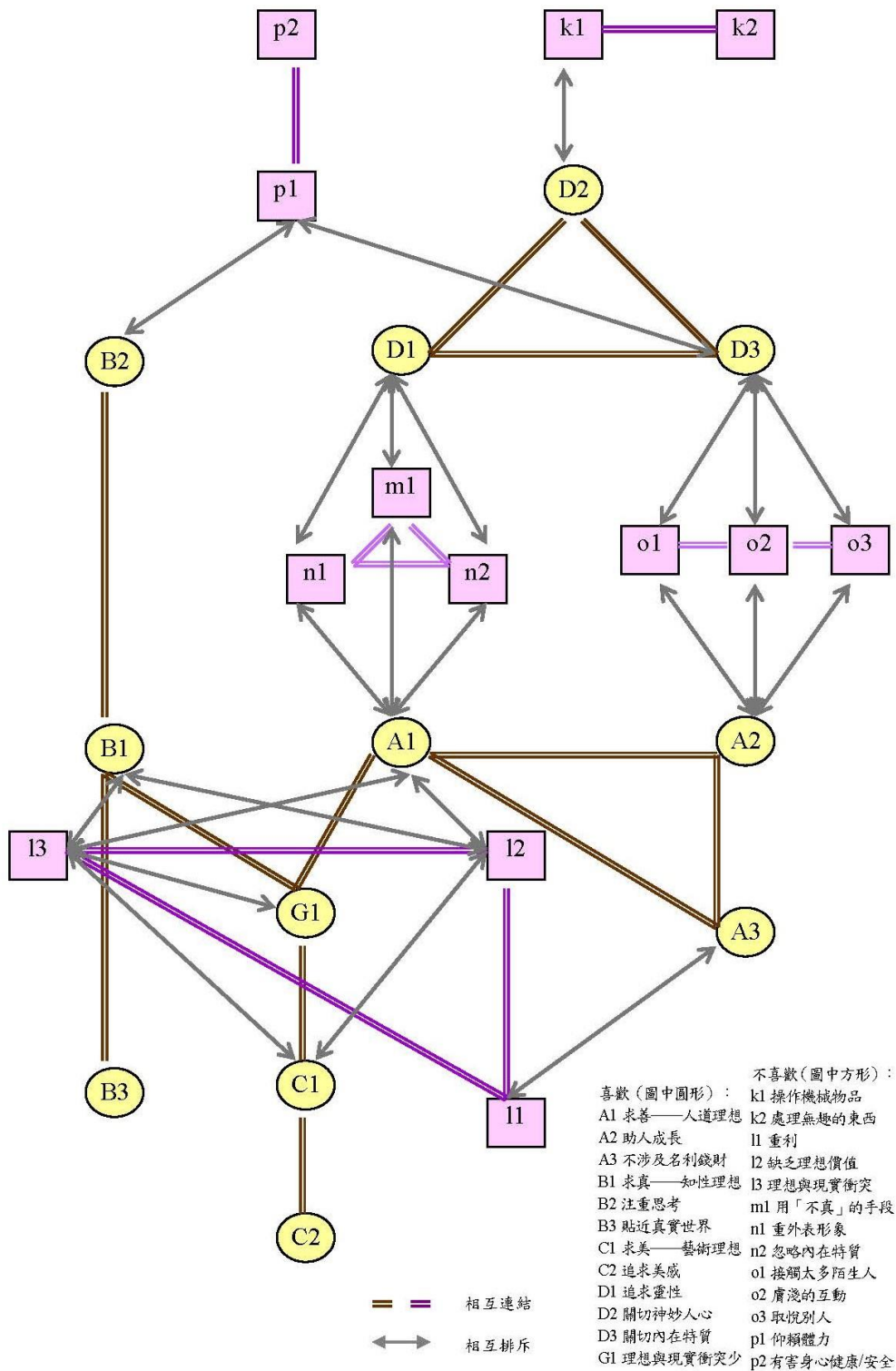
那麼，我在生涯中所追求的安身與立命指向怎樣的生涯願景呢？這就得從西方生涯理論所得到的各種個人傾向（自我認同）、環境特色以及兩者的交互勾連來談。若將自我認同中與生涯領域選擇相關的個人特質粗略分為想望（興趣、價值、需求）與能取（能力、知識、技能、工作性格）兩大類，導引我職業領域選擇的是牽引立命的想望，導引我在所選領域之中挑選層級的是落實安身的能取。在此僅以想望的分析來做舉例說明。我在 2003 年使用我自行發展的融入敘說與繪圖的職業組合卡活動（劉淑慧，2003）做自我分析，得到了名之為「淑世智慧」的生涯主題，其中的「淑世」想要的是在生活世界中帶給別人的貢獻，「智慧」想的是在自我修養上追求在出世中入世的生活智慧和在入世中出世的生命智慧。我在 2009 年再次應用類似的牌卡敘說與繪圖策略去做黃士鈞研發的生涯卡（柯佩蓉，2017），得到類似的生涯主題，以「回歸真我」為終極目標、以「與他連結」落實於世。如此的生涯主題讓我選擇了輔導與諮商學系的大學教師作為活在世間的生涯願景。

**趨向性：為我與為他兩個發展方向亦此亦彼、雙向開展。**在沒有自我覺察的狀態，人可能依循著他人的意見，過著人云亦云的人生。根據 Heidegger 的說法，幸好有死亡的存在，人可以真正活著（陳榮華，2017；劉淑慧，2020；Cohen, 2003; May, 1983; McIlroy, 1979）；根據 Levinas 的說法，幸好有他者的存在，人可以成為真正的人（翁士恆、彭榮邦，2018；張鎧焜，2007；楊婉儀，2014；劉淑慧，2020；羅文興，2014；鄭惠觀、洪如玉，2016；Israeli, 2018; Plant, 2018）。針對自立青年的現象學研究發現，為我為他兩個生涯發展方向相輔相成，呈現出倒放的 8 字型，也就是完整的無限大（如圖 13）（劉淑慧，2020）。

圖 11

生涯卡之劉淑慧分析結果

好惡特質之關聯脈絡——人生願景：淑世智慧



引自劉淑慧（2003）



## 生涯卡之劉淑慧分析結果

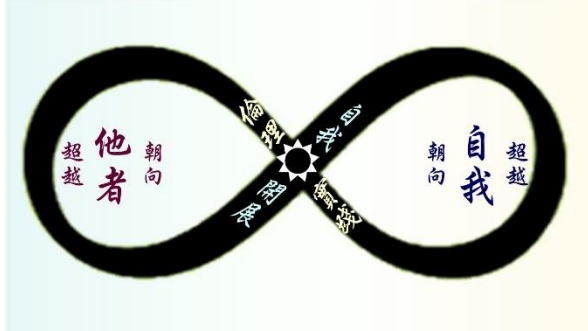
存有策略：在探索與改變中學習（以 B 為核心被 DEF 支持著）

- k1 錢夠用 (沒有經濟上的負擔)
- l1 有好朋友可以說「心內話」
- l2 親密的家庭
- l3 孝順父母
- l4 幫助別人
- m1 參與文化藝術活動
- n1 旅行看看這世界

37

圖 13

生涯發展中「為我」與「為他」雙向超越之倫理實踐



修改自劉淑慧（2020）

以我為例，我在生涯中的為我為他如何亦此亦彼、雙向開展呢？這要先從《更好的生活》（阿成漫漫看，2021）這部影片說起。片中的孩子問父親：「你們為什麼要生下我？窮人為什麼要生孩子，有什麼意義呢」，當下父親無言以對，過了很久之後，父親跟孩子說：「其實最開始我只是像別的男人一樣，找個女人結婚，生下一個孩子，然後賺錢養家，就這麼過日子。我沒有什麼文化，找不到好的出路，後來你媽媽為了過得更好離開了我們。那時你還年幼，我又沒什麼錢，我一度都不知道該怎麼過下去，是你一直支撐著我，讓我咬牙堅持著，我想給你你想要的一切東西。也許生下你的原因是為了我自己吧，為了我能找個理由活下去，為了照顧好你，給你更好的生活」。在父親選擇生孩子的時候，只是不假思索地「像別的男人一樣」的過自己的人生；到了妻子離開、孩子年幼，自己卻找不到好出路、沒什麼錢，可能也是不假思索地「像別的男人一樣」、「碰上了就得擔」，咬牙堅持著身為男人的責任；直到孩子提出質問，才苦苦思索，直到自己不再能夠在孩子身邊給予照顧保護之際，終於發現生孩子其實是為了給自己找個理由活下去。原本是為了孩子辛苦工作，好讓孩子獲得想要的一切，凝視與承擔孩子的苦，讓他不只是他而是父親（為他）；然而，在自己想望家庭幸福時，孩子的存在幫助自己圓了夢；在自己面臨生命中難堪的苦難時，孩子的存在激勵自己不放棄（為我）。為他，其實也為了自己，為我，其實承擔了他人。

在我的生涯中，儘管從國中開始我就不斷探問「活著為了什麼？要如何活？」但那只是就「身為人當如何」的抽象角度在思索，並沒有真正深刻感受與醒悟到所謂的人其實就是我或他，就是活在當下生活處境中的自己和周身之人。不論是高中考慮要繼續讀書還是去當幼保員，高三考慮選哪個校系去讀，大四考慮畢業後去工作還是繼續讀書以及考慮去考哪個研究所，碩二考慮畢業後找穩定的工作還是出國讀書，出國讀博士前考慮選哪個校系去讀，博士畢業選哪個校系去工作，這些都不過是被我置身所在的家庭、學校、社會所給出的脈絡與氛圍推著走，只因被推到了十字路口，所以張望著做出選擇。看著像是自己在為自己做抉擇，腦中想像著不同路徑的風景和抵達目的地的景象，口中

說著聽似清楚的、屬於我自己的決定與理由（為我），骨子裡卻是被別人推著做抉擇，看著別人給出的可能路徑，囿限於當下心境和既有視框，做著利弊得失的權衡取捨，做出的抉擇究竟有多少來自自己、又有多少來自他人，早已混淆不清。「人生所為何來」的根本人生大問不是沒出現過，只是一閃而過，沒機會沉潛、醞釀、生根。儘管「助人」很早就成為我在各個十字路口抉擇的重要理由（為他），但箇中究竟有多少是為了自己之苦、又有多少是為了他人之苦，同樣混淆不清。

《更好的生活》中的父親在自己不能再繼續原本「為了照顧孩子而活」的生涯籌劃之際，才赫然醒悟自己生孩子是為了找個活下去的理由；而我在 40 歲真實感受到父親和自己的死亡，靜心聆聽來自靈性生命的呼喚，才終於選擇邁向沒有「別人」筆路藍縷、披荊斬棘在前方走過的路徑。這樣一個因死而生的「為我」抉擇，卻讓我走出了「為他」的道路，這條路指向的願景，不再是我想在置身的生活世界中做些什麼，而是我可以如何連結更大的存有而讓自己和他人過得更好。

從跨界流浪學習到投身「對世人有用」的轉折，則始於我一遍遍逼自己面對死亡：「如果我的生命就到此結束」，以及逼自己面對虛無：「我的存在究竟有什麼意義」，因而企圖凝視與承擔他人，這樣的「為他」抉擇卻讓我走出了「為我」的道路，踏踏實實地在世間活出自己「助人離苦」的初衷，以期不枉自己這一生。為他，其實成就了自己，為我，其實承擔了他人，為我為他亦此亦彼，如何洞悉並做好為我、為他，是一輩子的功課，雙向都需要持續的學習與超越。

**方法性：掌控落實與悅納變通兩種籌劃策略和諧辯證。**陽性掌控落實、陰性悅納變通是兩種生涯籌劃策略原型，掌控落實策略運用理性和解析性思考，藉助客觀的量化評量工具和事實性生涯資訊，以獲得對自我與環境的精確了解，來達成工作上的安穩；悅納變通策略運用建構性和脈絡性思考，藉助主觀的質性評量活動和敘說性生涯資訊，以獲得對自我與環境的體驗性理解，來達成生涯發展的開放性（劉淑慧，1996，1999；劉淑慧、朱曉瑜，1999；劉淑慧、邱美華等，2000）。兩種策略原型之間的複雜關聯呼應陰與陽的亦此亦彼、相生相成、生生不息（李玉婷，2010；高先瑩，2005；高先瑩、劉淑慧，2012；彭心怡等，2013；張靜怡，2008；劉淑慧、王智弘等，2013；蕭景方，2006）。

以我為例，我在生涯中的掌控落實與悅納變通如何和諧化辯證呢？在做決定上，成年之後的我，在多數情況下都懶得做選擇，循著清心寡慾的基本生活哲學，我常覺得這也好、那也好，反正一樣好或一樣不好，不如順其自然，來哪個、算哪個（悅納）。不過，我會事先做些動作好讓自己有更大機率碰上好機緣，像是要吃東西就跟著講究美食且品味跟我相容的朋友、店家、店員；要買洗衣機之類生活用品時，就跟著身邊的購物達人一起買。而且，順勢做了初步選擇之後，我也會讓自己針對已經來到眼前的選項來「現在可以怎麼做」的小行動規劃，像是不假思索地接了演講或邀稿之後，就再來想眼前有哪些人事物可以成為資源，或可以創意應用。以上其實就是《生涯秘笈 15》的《不做會

死！圓夢計畫超展開！》活動（劉淑慧，2016）以及《華生涯網》中《圓夢平台》的《夢想書》（劉淑慧，2019）推薦給開放型的人的運作程序，基本上是善用「悅納」本身的優點，並以「掌控」來緩解「悅納」容易出現的弱點。

至於碰上重大抉擇時，我自然而然的反應就是「蒐集資料、列表比較」，像是為自己挑選留學校系、車子、房子、資訊系統建置語言，為父親挑選呼吸照護中心，為母親挑選醫療方式、看護人員以及各種醫療照護器材，透過網路一點一滴拼湊資訊，逐步了解原本一無所知的事物，總是能大大舒緩我的不安，讓我獲得長知識的快感，以及理解情境與可能性之下的控制感（掌控）。不過，做完分析比較表之後，我通常不會用傳統抉擇平衡單的計分加總來做出最後挑選，而是像生涯秘笈 17 中《超級比一比》的活動，在做完理性分析之後，看著分析表單聆聽內心的聲音，以做出最後的直觀仲裁（劉淑慧，2016）。而且，對於如何落實，我通常會刻意做點突發奇想的瘋狂事，像是「想像身邊的人事物就在眼前，微笑看著他們，然後說說看，他們有哪些值得欣賞之處？如果可以讓這些人事物非常奇妙地變成資源，會有什麼新點子來豐富原本的籌劃呢？」以上也就是《生涯秘笈 15》的《不做會死！圓夢計畫超展開！》活動（劉淑慧，2016）以及《華生涯網》中《圓夢平台》的《夢想書》（劉淑慧，2019）推薦給掌控型的人的運作程序，基本上是善用「掌控」本身的優點，並以「悅納」來緩解「掌控」容易出現的弱點。

綜合來說，我偏好的抉擇與實踐風格是：先順著用自己當下自然而然習慣採用的風格，發揮出該風格的優勢，再刻意採用當下不習慣的風格，以舒緩單純使用習慣風格可能出現的弱點，讓掌控和悅納呈現出和諧辯證、剛柔並濟。當然，在實際經驗中，有時會忘記要刻意採用當下不習慣的風格，或者是儘管採用了卻做不到位或用得不夠，以至於難以緩解習慣風格的弱點，或是刻意過了頭、矯枉過正。不過，生活是最好的導師，抉擇和實踐運作中的偏失自然而然會展現在後果上，只要把每個後果當成新一輪的抉擇與實踐的起點，自然就機緣無限、生生不息。人生經歷漸長，就慢慢學會不為過去的抉擇和實踐懊惱，儘管每一次的抉擇與實踐都難以圓滿，但生命可以在一次次的新抉擇與實踐中轉彎、變化，永遠都有機會重新趨向圓滿。

**律動性：安穩與享變兩種籌劃方向相互消長、相輔相成。**現代取向生涯論述傾向於鼓勵人們追求安穩，認為「不確定性是惡」，企圖透過理性加以控制，以期豎立生涯發展的規律性、可預測性（劉淑慧，2020）。迥然不同的觀點出現在後現代取向的生涯論述中，它們主張不確定性本身並非壞東西，而只是普遍存在的、不可抗拒的自然現象，只有在人們過於努力地想在生涯發展歷程中建立規律性、可預測性時，不確定性才會被看成可惡的存在（劉淑慧，2020；Trevor-Roberts, 2006）。追求安穩與享受變化這兩種生涯籌劃方向，不僅相互消長，也相輔相成（劉淑慧，2020；Liu et al., 2016）。

以我為例，我在生涯中的安穩與享變如何相輔相成呢？在家境安康的國中教師家庭長大，我的日子過得相當安穩平順。第一次思索安穩與享變是在高中，當時看到我的國

中同學畢業後去紡織廠做女工，住在工廠宿舍，日子過得不錯；而我的高中同學則休學去當書店店員，整天泡在書堆中；小小年紀的我便覺得離開學校自立生活似乎不是什麼難事，就想著要離開學校，以便脫離整天抱教科書的日子，希望可以天天讀愛讀的書、做愛做的事。那時的我，顯然低估了離開學校可能招來的變動，又沒有足夠的能力和決心展開決絕行動，結果就只是想想、說說，卻依舊留在「跟別的孩子一樣的」循規蹈矩而安穩的生涯路上。第二次認真思索安穩與享變是在碩班畢業時，當我的同學們都去專科學校擔任輔導老師，月薪 2 萬 2 還有各種加給、正式教師年資和講師資格，我卻選擇了專案計畫助理，月薪 1 萬 6 到 8，沒有任何加給、不算正式編制、沒有任何資格認證，唯一的理由是：擔心自己有了太安穩的工作之後會捨不得辭職出國讀書，以至於日後感慨自己年輕時候沉迷世俗、忘卻理想、失去走上學術生涯的機會。也就是說，我策略性地使用當下的短期不穩定，來換取未來的長期安穩發展。還有一次是在跨入實務現場研發本土生涯理論與實務運作資源之際，我的同事非常有宏觀視野，鼓勵我用研發中心的思維來做可長可久的經營，於是不擅長掌控的我開始拼命掌控一切，在做每一項重要工作項目時，用力想著要怎樣掌控方向、集結資源、循序延展，可想而知，那樣的勉力而為，必然充滿笨拙舉動，令人啼笑皆非，苦了自己、也苦了別人。於是，我開始發展出一種適合我的既掌控又開放的綜合風格，就是用宏觀的視野思考，從拉長的時間、放大的空間來觀看，找出終極目標，但用創意的眼光欣賞近在眼前的人事物，用自己和對方都能自在的方式做眼前的事，當時光流轉，現在成為過去、未來成為現在，再來看看大家完成的事物可以怎樣被創意欣賞與運用，重新被賦予新的意義和價值。換言之，理論和實務運作在研發上的延續性不是建立在一開始對未來的主導規劃、按圖施作，而是建立在後來對過去的悅納變通、賦予新生。

綜覽我的整個專業發展歷程，其實，每個階段的轉折都源自前一階段的困頓、停滯，每個階段的重新出發都始於放棄先前的安穩、迎接未知的變動。第一階段的開始，來自青春以來對「這一輩子要怎麼過」的困惑；儘管展開第一階段的西方知能學習時之後已經學到一整套有模有樣的東西，表面上可以安穩穩地教得很「專業」，心底卻愈來愈不安，陷入「教不出更適合學生的東西」的困頓，因而啟動了第二階段。一開始展開生涯觀研究時，完全不知道這條路會通往哪裡、一路會有怎樣的風景，後來很幸運地重新安穩了下來，可以明確說出不同於西方主流生涯理論與實務的另一種悅納變通的原型。然而，萬事萬物總在變遷之中，好景不常，接踵而來的困頓是，悅納變通這種本土另類，好是好，但要怎麼教、怎麼學呢？新的困頓開啟了第三個階段。接下來的發展同樣是從渾沌不明到柳暗花明又一村，大開眼界的經驗帶來新的信心和沉穩，卻也把我推向新的困頓，我所學會的、自己受用的東西，要怎樣才能讓其他人也受惠呢？如此困頓掀開了第四個階段的序幕。一開始進入行政體系，生疏又笨拙，橫衝直闖之下，挫敗連連，但憑著傻勁終於做出人人看得到的服務計畫、實務運作教材、學術期刊發表。於是，迎來

新的安穩，卻也帶來新的窘境，長期涉足我不喜歡也不擅長的行政體系，固然讓我大大提升入世智慧，大大打開了我的眼界，讓我對自己的生命以及生涯、現象學、易經都有更豐富而深刻的體會，但也干亂了我在出世智慧上的修養和身心靈健康，這個困頓把我帶進了目前的第五階段。世間萬事萬物的發展都逃脫不了成（萌發）住（成長）壞（衰敗）空（亡故）的自然循環，終而有始，舊的不去、新的不來，承認與接納困頓、迎接未知的變化，安於穩定但也做好總有一天會失去安穩的準備，享受變化並且開始創造新的安穩，寵辱不驚、順逆自在，順勢更迭、生生不息，才能細水長流、源源不絕。

## 伍、從 DEL 模式反思與展望本土社會科學理論之發展

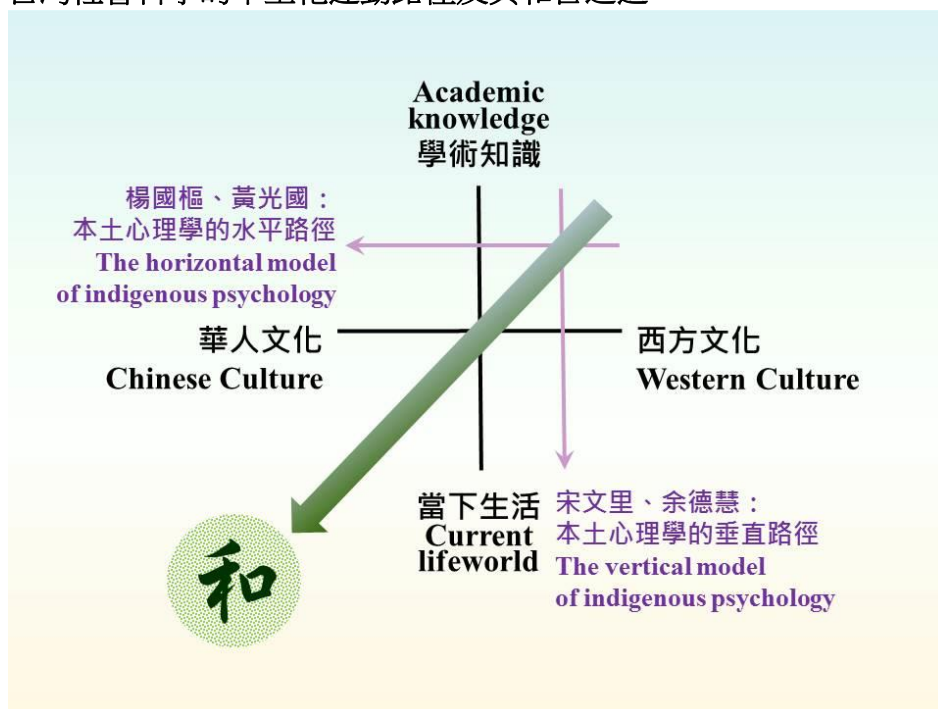
誠如上文所述，DEL 模式之研發歷程，就如同我的專業生涯發展歷程，亦如同我的個人生涯發展歷程，其發展歷程都具有空間性、時間性、可能性、循環性之共通特性，而不同的研發歷程與本土理論之特色則來自目的性、趨向性、方法性、律動性等向度的個別差異。DEL 模式是在我與眾人共在的時間、空間之中因緣巧合而生。表面上看，它來自我個人在此時空中承擔起抉擇之自由與責任，實則來自我與眾人之相互構成，在具有時間性與空間性的置身處境中，我們持續地相互抉擇與創造。在事實性和超越性之交織開展中，DEL 模式既仰賴著整體台灣的生涯發展與輔導所給出的環境脈絡，乃至仰賴著英文文獻所建構的生涯發展與輔導學術與實務圈，最近的鮮明例子就是：沒有《華人生涯理論與實踐：本土化與多元性視野》一書編者金樹人的持續邀稿、耐心等待，便不會有〈德性存在生涯模式：易經和現象學之啟發〉一文（劉淑慧，2020）出土；但，DEL 模式同時也為生涯發展與輔導領域照亮了某種可能性—應用現象學、易經辯證哲學的可能性。在 DEL 模式的發展歷程中，在數十年歷史中有著無數學術與生活片段，在未來也有著無數生涯理論與實務之可能性，DEL 模式揀選、拼組、轉化了某些過去的學術與生活片段，以期在未來提供契合華文生活世界的某種本土理論與實務運作，從而將過去、現在、未來相互勾連，形成了今日的樣貌，綻放出 DEL 模式獨屬的時間性。DEL 模式之生氣勃發，始於既有生涯籌劃之窒礙難行、在世存有之斷裂難續；突破困局之動能源自看似對立元素之間的相互轉化，透過剛柔並濟的多元本土化方法，邁向加深、增高的兼容並蓄方向。

就如生涯籌劃策略之掌控落實與悅納變通兩種籌劃策略和諧辯證，李維倫（2017）歸納出來的本土社會科學理論之四大發展策略，個個都有令人心服的理念和精彩成果，與其爭辯比較何者更優，不如以「和」為宗，期待百花齊放、一片繽紛。「和」在《說文解字》的詮釋是「相鷹」，它的金文象形文字是「口吹排笛」之象，由長短不一的竹管或蘆管所製成的排笛，能發出不同的聲音，美妙音樂不能只由單一聲音構成，需要靠著不同聲音之相互協調合拍來完成（Liu, 2016）。同理，本土社會科學理論之發展，需要靠著不同方法之相輔相成來提升（劉淑慧，2019）。



圖 14

台灣社會科學的本土化運動路徑及其和合之道



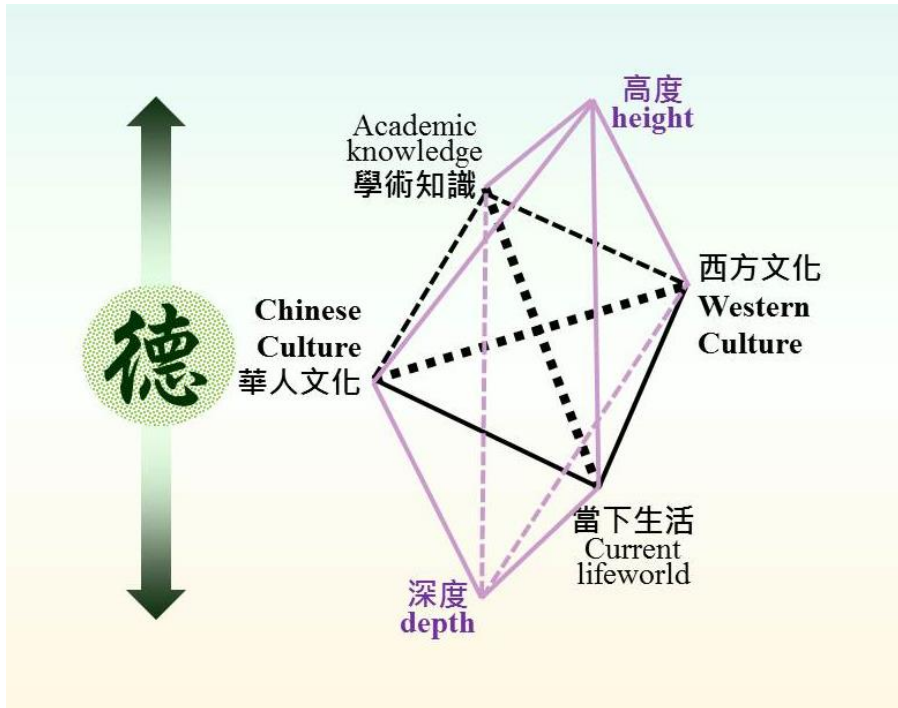
改編自李維倫（2017）與劉淑慧（2019）

其實，「何謂本土社會科學理論？當如何發展好的本土社會科學理論？」本就不能僅僅由特定內容元素、依循特定知識論或方法論、奠基於特定本體論或存在論加以論斷，更應該被關切的是「理論、知識所為何來？社會科學所為何來？本土所為何來？」回到學術工作者立命之根本，尊重並善用多元探究主題、多元探究方法，讓眾人的學術成果向下發展出深度、向上發展出高度。「德」在《說文解字》的詮釋是「升」，它的甲骨文象形文字是「直行四通大道」之象，小篆文字則是「直心而行」，隱喻人在抉擇路口挑選正道，而所謂正道則是人在天地間本來的樣子，換言之，所謂「德」不在於講究與奉行社會規範，而是在次次抉擇之中提升自己，活出與天地正道相應的本然樣貌(Liu, 2016)。同理，本土社會科學理論之發展，真正需要關切的核心在於「如何建構契合且提升本土生活經驗之知識」，以幫助人們在天地人間活出人的樣子（劉淑慧，2019）。

圖 15

台灣社會科學的本土化運動路徑及其合德理想





改編自李維倫（2017）與劉淑慧（2019）

DEL 模式之所以能夠滋生，並歷經四五十年歲月的起伏，是因為它從一開始就不是以建構一個理論為終極目標，也不以學術成就為訴求，而是對人生大問的契而不舍，以及對生命經驗的持續反思、較真探問，畢竟，所謂理論之核心本質依然在於探問（陽）。然則，DEL 模式之所以能夠成形，展現今日的樣貌，是因為它終於開始踏踏實實做形成理論該做的事，畢竟，理論需要被學術社群認可為理論（陰）。

DEL 模式之所以具有說服力，是因為它踩在前人智慧所撐起的地基上，包括親近並應用西方生涯理論與實務運作、西方敘事學與現象學、東方易經與儒釋道，畢竟，眾人智慧勝過一人（陰）。然則，DEL 模式之所以具有生命力，是因為它不斷放下、離開各個現成的理論與運作，儘管這些理論都還有更深、更豐厚的寶藏值得繼續挖掘，窮其一生都無法盡覽，但，離開才有機會看見不一樣的新世界／視界（陽）。

DEL 模式只是一盞微光，照亮了一種可能性，不僅只是現象學的，或易經辯證哲學的，也不僅只是生涯發展與輔導的，就看掌燈之人想把它照往哪裡。

DEL 模式後續若想要繼續綿延發展，唯有奠基於唯變所適、適時順勢而動，才能生生不息。藉由周而復始、持續循環，DEL 模式將可不斷超越，既朝向 DEL 模式之無限新可能性開放，也朝向非 DEL 模式之無限新可能性開放。更重要的是，DEL 模式雖然是我把它指認出來並嘗試加以命名的，但它絕不屬於我，它就是在地華人在世間探究人生大問而活出來的樣貌，就是華人生涯實務工作者在生活世界中實驗出來的運作理念，就是華人學術工作者在思維世界中萃鍊出來的經驗結構和原理原則論述。誠摯邀請讀者

們一起投入，致力翻轉 DEL 模式，只有在它被翻掉、在它重新成為眾人之物時，它才能真正成熟。

〔本文感謝科技部計畫補助：劉淑慧等（2020），安置青少年之圓夢陪伴計畫：呼應第二波正向心理學東方轉向之德行存在生涯輔導實踐（MOST 109-2410-H-018-013）。〕

### 參考文獻

- Gadamer, H. (2008)。詮釋學I：真理與方法：哲學詮釋學的基本特徵（洪漢鼎譯，修訂譯本）。商務印書館。（原著出版年：1990）
- Heidegger, M. (2006)。存在與時間（陳嘉映、王慶節譯，修訂譯本）。三聯書店。（原著出版年：1927）
- Husserl, E. (2004)。純粹現象學通論：純粹現象學與現象學哲學的觀念(I)（李幼蒸譯）。中國人民大學出版社。（原著出版年：1913）
- Sartre, J. P. (2000)。存在與虛無（陳宣良、杜小真譯）。貓頭鷹。（原著出版年：1943）
- Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2015)。找回內心的寧靜：憂鬱症的正念認知療法（石世明譯，二版）。心靈工坊。（原著出版年：2002）
- 王行（2016）。修身與齊家：以儒家心學為助人知識的家族治療。心理。
- 王思峰、劉淑慧、蔡秦倫、周志明（2014）。學用信念量表之編制、學理與輔導意涵。輔仁大學人才測評發展與職場健康研究中心。
- 王雲五、陳鼓應（2017）。老子今註今譯及評介（三版）。臺灣商務。
- 左慧萱（2012）。《周易·繫辭》修養論〔未出版碩士論文〕。國立東華大學。
- 行政院青年輔導委員會（2008）。行政院青年輔導委員會協助大專校院提升青年就業力補助要點。<https://www.youtube.com/watch?v=2DpRvBcX6oE>
- 余德慧（1996）。文化心理學的詮釋之道。本土心理學研究，6，146-202。
- 余德慧（1997）。本土心理學的現代處境。本土心理學研究，8，241-283。
- 余德慧（1998）。生活受苦經驗的心理病理：本土文化的探索。本土心理學研究，10，69-115。
- 余德慧（2001a）。殘破家園的心理學方法。應用心理研究，9，16-20。
- 余德慧（2001b）。詮釋現象心理學。心靈工坊。
- 余德慧（2002）。本土心理學的基礎問題探問。載於葉啟政（主編），從現代到本土——慶賀楊國樞教授七秩華誕論文集。遠流。
- 吳京玲（2011）。建構大學生核心能力架構之研究：分析學術界與產業界的觀點。通識教育學刊，7，9-38。
- 吳建明（2007）。《易傳》「天人合德」思想之研究。高雄師大學報，22，57-75。
- 宋文里（2006）。第三路數之必要：轉離本土主義的文化心理學。應用心理研究，31，

75-92。

宋文里 (2007)。臨床／本土／文化心理學：尋語路 (錄)。應用心理研究，34，75-112。

宋文里 (2014)。療遇時刻：理心術與療癒的多重文化交叉論述。哲學與文化，41 (12)，47-74。

李玉婷 (2010)。「破繭」—熱情之存在樣態探究〔未出版碩士論文〕。國立彰化師範大學。

李朝木 (2011)。易經憂患意識之研究：以憂患九卦之詮釋為中心〔未出版碩士論文〕。南華大學。

李鼎祚 (編) (1968)。周易集解。台灣商務。

李維倫 (2004b)。作為倫理行動的心理治療。本土心理學研究，22，359-420。

李維倫 (2017)。華人本土心理學的文化主體策略。本土心理學研究，47，3-79。

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。

來知德 (1997)。來註易經圖解。武陵。

林幸台、吳天方、林清文、劉淑慧 (1997)。生涯發展量表編製報告。中華輔導學報，5，19-41。

林俊德 (2018)。易經之問題解決思維對諮商專業的啟發。輔導季刊，54 (1)，28-39。

阿成漫漫看 (2021)。你這麼窮，為什麼還要生下我？父親給出的回答令人深省〔影片〕。

<https://www.youtube.com/watch?v=iudWhOKRhhs>

侯雪娟 (2012)。朱熹象數易學研究〔未出版博士論文〕。逢甲大學。

南懷瑾 (1991a)。易經繫辭別講 (上傳)。老古文化。

南懷瑾 (1991b)。易經繫辭別講 (下傳)。老古文化。

南懷瑾、徐芹庭 (1997)。周易今註今譯修訂本。臺灣商務印書館。

洪瑞斌 (2012)。失業經驗中的生涯韌性與韌力：對成年男性失業者之質性研究初探。中華輔導與諮商學報，34，143-173。

洪瑞斌、劉淑慧、彭心怡 (2014)。生涯韌性經驗之現象學探究：應用敘事、團體與易經視框詮釋其普遍結構與發生結構。國科會專題研究計劃之結案報告 (NSC 102-2410-H-034-005)。

洪漢鼎 (2008)。重新回到現象學的原點：現象學十四講。世新大學。

洪鑑昌 (2019)。易占與諮商跨領域可能性初探—以王充卜筮觀與後現代諮商概念整合為例。高雄師大國文學報，30，39-65。

洪鑑昌、許忠仁 (2015)。易經諮商的實務操作與案例。輔導季刊，51 (3)，1-8。

倪淑娟 (2012)。孔穎達易學研究〔未出版博士論文〕。華梵大學。

- 翁士恆、彭榮邦（2018）。以「非我」為引探究受苦經驗與療癒實踐行動：從現象學取徑。《中華心理衛生學刊》，3，253-274。
- 高民凱（2011）。生涯發展歷程中真實自我的發現與實踐〔未出版博士論文〕。國立臺灣師範大學。
- 高先瑩、劉淑慧（2012）。高中職學生生涯不確定性態度量表之編製與組合類型分析。《全球心理衛生 E 學刊》，3（1），1-27。<http://gmhej.heart.net.tw/article/EJ0301.pdf>
- 高秋芬（2009）。《周易》的時間觀念與生命週期研究〔未出版碩士論文〕。國立臺灣師範大學。
- 張包意琴、陳麗雲（2001）。和諧中變革：易經與華人的心理輔導。《本土心理學研究》，14，199-235。
- 張瑞雄（2009）。大學生就業力之探討。《師友月刊》，500，47-51。  
<https://doi.org/10.6437/EM.200902.0047>
- 張靜怡（2008）。理想與現實之間，尋找生命出口——中學長期代理教師之生涯觀及生涯調適歷程〔未出版碩士論文〕。國立彰化師範大學。
- 張錫焜（2007）。E. Lévinas「為他」倫理學及其德育蘊義。《教育研究集刊》，53（3），67-92。
- 教育部（2009）。教育部補助獎勵大學教學卓越計畫及區域教學資源中心計畫實施要點。  
<https://edu.law.moe.gov.tw/LawContent.aspx?id=FL048409>
- 符碧真（2007）。大學教學與評量方式之研究。《台灣高等教育研究電子報》，10。  
<http://www.cute.edu.tw/sc/tt/cc/d64.pdf>
- 郭建勳（2003）。新譯易經讀本。三民書局。
- 陳居淵（2002）。《易章句》導讀。齊魯。
- 陳建丞（2008）。國中學生生涯彈性量表之編製暨調查研究〔未出版碩士論文〕。國立彰化師範大學。
- 陳偉任、夏允中、陳冠旭（2015）。矛盾轉化：結合「易經」人生哲學於動機式晤談法的矛盾轉化歷程。《臺灣心理諮商季刊》，7（2），1-19。
- 陳詒枚、劉淑慧、鄧志平、楊育儀、李華璋（2013）。融合理性與直觀的 CCN 職業組合卡：以網路生涯資訊與輔導系統擴展實務應用價值。《臺灣心理諮商季刊》，5（2），28-50。  
<http://tcq.heart.net.tw/article/TCQ5-2-2.pdf>
- 陳鼓應、趙建偉（1999）。周易注譯與研究。臺灣商務。
- 陳榮華（2017）。海德格存有與時間闡釋（三版）。國立台灣大學出版中心。
- 傅佩榮（2012）。易經解讀：新世紀繼往開來的思想經典。立緒。
- 傅隸樸（1981）。周易理解。台灣商務。

- 彭心怡、洪瑞斌、劉淑慧（2013年08月26-28日）。以現象學視框探討生涯韌性之困局返轉經驗結構〔論文發表〕。華心理學家國際學術研討會，北京，中華人民共和國。
- 彭心怡、劉淑慧、洪瑞斌、盧怡任、張嘉惠（2015）。從易經內涵探討生涯發展中轉化之經驗結構。台灣心理諮商季刊，7（2），20-48。 <http://jicp.heart.net.tw/article/TCQ7-2-2.pdf>
- 曾仕強（2013）。易經的奧秘（新版）。曾仕強。
- 游潔謙（2011）。旅行者生涯觀轉變經驗之研究〔未出版碩士論文〕。國立臺灣師範大學。
- 項退結（2006）。海德格。東大。
- 黃光國（1995）。心理學本土化運動中的世界觀：論「以牛刀切頭髮」。本土心理學研究，4，380-413。
- 黃光國（2011a）。論「含攝文化的心理學」。本土心理學研究，36，79-110。  
<https://doi.org/10.6254/2011.36.79>
- 黃光國（2011b）。學術之道的抉擇：談建構「含攝文化的心理學」。本土心理學研究，36，169-192。  
<https://doi.org/10.6254/2011.36.169>
- 黃光國、夏允中、越建東（2016）。從「本土心理學」到「修養心理學」。本土心理學研究，46，3-23。
- 黃敏郎（2011）。先秦儒家哲學諮商〔未出版博士論文〕。輔仁大學。
- 黃惠敏（2012）。應用易經於行為偏差國中生之伴行一位教師之自我敘說研究〔未出版碩士論文〕。東海大學。
- 黃壽祺、張善文（2012）。周易譯註。上海古籍。
- 黃慶萱（1995）。周易縱橫談。東大。
- 黃慶萱（2003）。「一陰一陽之謂道」析議。鵝湖月刊，29（3），17-19。
- 黃慶萱（2007）。新譯乾坤經傳通釋。三民。
- 楊文聖（2017a）。基於周易思想的心理諮詢理論研究：潤水療法的六維結構研究。本土諮商心理學學刊，9（1），1-23。
- 楊文聖（2017b）。兩儀心理療法：心理諮詢的中國闡釋。上海三聯書店。
- 楊國樞（1993）。我們為什麼要建立中國人的本土心理學，本土心理學研究，1，6-88。
- 楊國樞（1997）。心理學研究的本土性契合及其相關問題。本土心理學研究，8，75-120。
- 楊國樞（1999）。Towards an indigenous Chinese psychology: A selective review of methodological, theoretical, and empirical accomplishments（邁向華人本土心理學的新紀元：方法、理論及實徵研究成果的重點回顧與分析）。中華心理學刊，41（2），181-211。

- 楊國樞（2005）。本土化心理學的意義與發展。載於楊國樞、黃光國、楊中芳（主編），**華人本土心理學**（3-54 頁）。遠流。
- 楊婉儀（2014）。為他人—以生存為核心所開展的倫理意義。**哲學與文化**，**41**（5），153-168。
- 楊淑蘭（1996）。**建立易經諮商模式可能性之初探**〔未出版博士論文〕。國立臺灣師範大學。
- 廖冠婷（無日期）。**易能卡**。左西人文空間。
- 劉玉建（2005）。**《周易正義》導讀**。齊魯。
- 劉君祖（1997）。**易經與生涯規劃**。牛頓。
- 劉淑慧（1987）。助人工作者職業倦怠量表之編製與調查研究〔未出版碩士論文〕。國立彰化師範大學。
- 劉淑慧（1993a）。性別適切性、職業聲望、職業性向與職業興趣在職業評量上的相對重要性：以情境與刺激為中介變項考驗 Gottfredson 的理論。**中華輔導學報**，**1**，192-214。
- 劉淑慧（1993b）。尋找生涯發展理論？**輔導季刊**，**29**（4），62-79。
- 劉淑慧（1994）。一個折衷生涯諮商模式。**學生輔導通訊**，**30**，16-26。
- 劉淑慧（1995）。從自由與責任看生涯規劃。**諮商與輔導**，**118**，29-32。
- 劉淑慧（1996）。人生觀—生涯領域錯失的一環？**輔導季刊**，**32**（2），52-59。
- 劉淑慧（1999a）。另類生涯諮商策略—以專注為例。**諮商與輔導**，**161**，13-15。
- 劉淑慧（1999b）。另類生涯諮商策略—以對話練習為例。**諮商與輔導**，**158**，2-5。
- 劉淑慧（1999c）。生涯規劃的新課題—悅納不確定性的智慧與勇氣。**測驗與輔導**，**156**，3230-3234。
- 劉淑慧（1999d）。大學生生涯觀之問卷調查研究。**輔導學報**，**20**，29-55。
- 劉淑慧（1999e）。素人的生涯觀—以台灣社會中的大學生訪談為例。載於中國輔導學會（編），**輔導學大趨勢**（573-602 頁）。五南。
- 劉淑慧（2000）。人生哲學—從華人先哲的論述來看生涯觀。**輔導季刊**，**36**（2），1-11。
- 劉淑慧（2003 年 10 月 24 日）。職業組合卡之實施：透過結構化生涯晤談建立生涯願景（工作坊主講）。中二區 92 年輔導教師生涯輔導工作研討會，彰化縣，臺灣。
- 劉淑慧（2005a）。回首看見生涯諮商思潮之流變。**輔導季刊**，**41**，46-53。
- 劉淑慧（2005b）。全生涯發展模式之構思。全人發展取向之輔導與諮商專業人力培育學術研討會論文集（57-105 頁），彰化縣，臺灣。
- 劉淑慧（2006）。超越理性依賴而轉向直觀：迎接心理師證照制度的另一種生存姿態。**應用心理研究**，**31**，3-11。
- 劉淑慧（2009）。生涯卡之劉淑慧分析結果。未出版。

- 劉淑慧（2013 年 04 月 10 日）。**回歸你我在斯土斯民的生涯開展：朝向超越二分視框的 Lived Knowledge**〔論文發表〕。2013 彰化師範大學輔導與諮商學系學術定向系列講座，彰化縣，臺灣。
- 劉淑慧（2018 年 12 月 7、8 日）。**生涯作為倫理實踐**〔論文發表〕。言語、意義與行動：華人倫理實踐論壇，臺北市，臺灣。
- 劉淑慧（2019 年 11 月 8-10 日）。**德性存在生涯模式：混血方法的成果**〔論文發表〕。社會科學本土化的開展：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，彰化縣，臺灣。
- 劉淑慧（2020）。**德性存在生涯模式：易經和現象學之啟發**。載於金樹人、黃素菲（主編），**華人生涯理論與實踐：本土化與多元性視野**（441-496 頁）。心理。
- 劉淑慧（編著）（2015）。**e 時代的生涯發展**（磨課師數位教材）。國立彰化師範大學。
- 劉淑慧（編著）（2016）。**變易的力量：e 時代的生涯籌劃**。張老師文化。  
[http://careering.ncue.edu.tw/story/story\\_read.php?f\\_id=4&b\\_id=410&t\\_id=942&p=0](http://careering.ncue.edu.tw/story/story_read.php?f_id=4&b_id=410&t_id=942&p=0)
- 劉淑慧（編著）（2017）。**生涯錦囊：變的力量完整版**（系列影片）。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。[http://careering.ncue.edu.tw/story/story\\_board.php?f\\_id=4&b\\_id=410](http://careering.ncue.edu.tw/story/story_board.php?f_id=4&b_id=410)
- 劉淑慧（編著）（2017）。**生涯錦囊：變的力量完整版**（系列影片）。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。[http://careering.ncue.edu.tw/story/story\\_board.php?f\\_id=4&b\\_id=410](http://careering.ncue.edu.tw/story/story_board.php?f_id=4&b_id=410)
- 劉淑慧（編著）（2018）。**生涯錦囊：變的力量精華版**（系列影片）。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。[http://careering.ncue.edu.tw/story/story\\_board.php?f\\_id=4&b\\_id=410](http://careering.ncue.edu.tw/story/story_board.php?f_id=4&b_id=410)
- 劉淑慧（編著）（2019）。**CCN 尋夢圓夢活動手冊**。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。<https://drive.google.com/open?id=1on8oJ09-GRZhiqKYBkz5bXQ5Es6cPkim>
- 劉淑慧、王思峰（2012）。**CCN 職業興趣量表大專版之編製歷程與信效度分析結果—以輔大 2011 樣本為例**。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、王智弘（2014）。**頂天立地的生涯發展模型：華人生涯網的理論基礎**。**台灣心理諮商季刊**，6（1），76-87。<http://tcq.heart.net.tw/article/TCQ6-1-4.pdf>
- 劉淑慧、王智弘、鄧志平（2012）。**CCN 生涯空間建構之設計理念與應用**。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、王智弘、鄧志平、王思峰、李華璋、黃健峰（2011年12月03日）。**融合理性與直觀的生涯資訊與線上輔助系統之建構與應用：以華人生涯網為例**（工作坊主講）。2011心理治療與心理衛生年度聯合會之台灣心靈健康資訊協會會中工作坊，臺北市，臺灣。
- 劉淑慧、王智弘、鄧志平、李華璋、盧怡任（2016）。**安身立命的生涯資訊系統：客觀事實與主觀敘說的聯姻**。**台灣心理諮商季刊**，8（3），1-22。  
<http://jicp.heart.net.tw/article/TCQ8-3-1.pdf>



- 劉淑慧、王智弘、鄧志平、蘇芳儀（2011）。CCN 知識量表大專初版之編製歷程與信效度分析結果—以 NCUE 在校生樣本為例。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、白倩如、王智弘、洪瑞斌、蔡素琴（2016）。學習獨立生活：以易經陰陽之道輔助機構安置少年的經驗。科技部專題研究計劃之結案報告（MOST 104-2410-H-018-010）。未出版。
- 劉淑慧、白倩如、洪瑞斌、王智弘、黃宗堅、蔡素琴（2019）。德性存在生涯模式之實務研發與培訓：以自立生涯轉銜優勢與韌性團體為例。科技部專題研究計劃之期末報告（MOST 105-2410-H-018-007-MY2）。未出版。
- 劉淑慧、朱曉瑜（1998）。再看生涯觀的架構—理性之外還有什麼？輔導季刊，34（3），1-7。
- 劉淑慧、朱曉瑜（1999）。大學生的決策型態、不確定性的因應與生涯滿意度之相關研究。國科會社會與人文科學研究彙刊，9（3），448-473。
- 劉淑慧、林怡青（2002）。國三學生選擇入學學校之抉擇歷程與其影響因素。中華輔導學報，11，71-123。
- 劉淑慧、林淑君、白倩如、洪瑞斌、蔡素琴、盧怡任、彭心怡（2020）。從韌性到圓夢：邊緣青少年應用易能卡、德性存在生涯模式與網路圓夢平台進行圓夢之經驗分析。科技部專題研究計劃之期中報告（MOST 107-2410-H-018-008-MY2）。未出版。
- 劉淑慧、邱美華、胡嘉琪、吳思佳、張歆祐（2000）。建立期大學畢業工作者之生涯觀。國科會補助專題研究成果報告（NSC 89-2413-H-018-001）。未出版。
- 劉淑慧、洪瑞斌、彭心怡、張嘉惠（2015）。易經生涯困境反思網際網路模組之建置與困境轉變經驗結構之分析。國科會專題研究計劃之結案報告（MOS T103-2410-H-018-008）。未出版。
- 劉淑慧、洪瑞斌、盧怡任、彭心怡、張嘉惠（2014）。易經生涯困境反思網際網路模組之建置與困境轉變經驗結構之分析。行政院科技部專題研究計畫之計畫書（MOST 103-2410-H-018-008）。未出版。
- 劉淑慧、夏允中、王智弘、孫頌賢（2019）。自我及其在生活世界中的運作：從存在現象學處境結構觀之。中華輔導與諮商學報，55，1-26。  
<https://doi.org/10.3966/172851862019050055001>
- 劉淑慧、孫頌賢、夏允中、王智弘（2017）。後現代思維與第二波正向心理學在諮商的應用。中華輔導與諮商學報，49，1-15。  
<https://doi.org/10.3966/172851862017080049001>
- 劉淑慧、張淑霞、敬世龍、盧怡任、蘇芳儀、陳弈靜（2013a）。CCN 生涯開展力量表中學版之編製歷程與信效度分析結果—以南市國中樣本為例。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、張淑霞、敬世龍、盧怡任、蘇芳儀、陳弈靜（2013b）。CCN 生涯開展風格量表

- 中學版之編製歷程與信效度分析結果—以南市國中樣本為例。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、陳奕靜、盧怡任、蘇芳儀（2016）。CCN生涯風格量表組合之概念架構、量表編製與實務應用。台灣心理諮商季刊，8（3），24-53。<http://jicp.heart.net.tw/article/TCQ8-3-2.pdf>
- 劉淑慧、陳奕靜、王智弘、楊育儀、鄧志平（2012）。CCN 圓滿生涯量表大專版之編製歷程與信效度分析結果—以 NCUE 在校生樣本及校友樣本為例。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、陳奕靜、楊育儀、鄧志平、王智弘（2012）。CCN 生涯開展力量表大專版之編製歷程與信效度分析結果—以 NCUE 校友樣本為例。彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、陳奕靜、鄧志平、楊育儀、王智弘（2012）。CCN 生涯開展風格量表大專版之編製歷程與信效度分析結果—以 NCUE 校友樣本為例。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、陳奕靜、盧麗瓊、盧怡任、敬世龍（2014）。存在現象學取向生涯輔導方案：以馬來西亞經驗為例。輔導季刊，50（3），13-23。
- 劉淑慧、楊育儀（2012）。CCN 說心故事之設計理念與應用。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、楊育儀、張淑霞、敬世龍、盧怡任、蘇芳儀、陳奕靜（2013）。CCN 生涯開展狀態量表中學版之編製歷程與信效度分析結果—以南市國中 2013 樣本為例。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、楊育儀、鄧志平、王智弘、李華璋、蘇芳儀（2012）。CCN 技能量表大專版之編製歷程與信效度分析結果—以 NCUE 校友樣本為例。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、鄧志平、王智弘（2011年07月27-29日）。具生命與文化主體特色的生涯諮商工作坊（工作坊主講）。第三屆兩岸四地高校心理輔導與諮詢高峰論壇會前工作坊，澳門，中華人民共和國。
- 劉淑慧、鄧志平、楊育儀、王智弘、蘇芳儀（2012）。CCN 工作活動量表大專版之編製歷程與信效度分析結果—以 NCUE 校友樣本為例。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 劉淑慧、盧怡任、王智弘、白倩如、林淑君（2020）。安置青少年之圓夢陪伴計畫：呼應第二波正向心理學東方轉向之德行存在生涯輔導實踐。科技部專題研究計劃之計畫書（MOST 109-2410-H-018-013）。未出版。
- 劉淑慧、盧怡任、洪瑞斌、楊育儀、彭心怡（2013）。在世間活出個人獨特意義：存在

- 現象學取向生涯觀與其在華人生涯網設計理念的落實。**輔導季刊**，**49**（4），2-13。
- 劉淑慧、蘇芳儀、李華璋、楊育儀、王智弘、鄧志平（2012）。CCN 職能評量工具之線上功能與其在生涯輔導上的應用。國立彰化師範大學華人生涯研究中心。
- 鄧志平、楊育儀、劉淑慧、王智弘、盧怡任（2014）。以 O\*NET 職業資料建構三層次職能架構：兼顧職涯訓練和生涯輔導需求的可跨職業之職能架構。**輔導季刊**，**50**（4），39-49。
- 鄭鳳君、劉淑慧（付印中）。專科生死亡體驗活動之遺囑撰寫作為生命意義實踐：存在現象學分析。**輔導與諮商學報**。
- 鄭惠觀、洪如玉（2016）。責任、回應與愛的教育：Levinas 他者倫理學之啟示。**嘉大教育研究學刊**，**37**，57-82。
- 盧怡任、王思峰、劉淑慧、張詒婷、吳珮瑜、陳瑞齡（2013）。CCN 職業興趣量表：鑲嵌在生涯資訊與輔導系統中的線上施測與解釋系統。**台灣心理諮商季刊**，**5**（1），1-16。<http://tcq.heart.net.tw/article/TCQ5-1-1.pdf>
- 盧怡任、彭心怡、李玉婷、游潔謙、劉淑慧（2013年08月26-28日）。朝向本真的個人諮商模式—以現象學視框探究生涯轉變經驗之研究為基礎〔論文發表〕。華心理學家國際學術研討會，北京，中華人民共和國。
- 盧怡任、劉淑慧（2013）。受苦經驗之存在現象學研究：兼論諮商與心理治療的理論視野。**中華輔導與諮商學報**，**37**，177-207。<https://doi.org/10.6251/BEP.20130711.2>
- 盧怡任、劉淑慧（2014）。受苦轉變經驗之存在現象學探究：存在現象學和諮商與心理治療理論的對話。**教育心理學報**，**45**（3），413-433。<https://doi.org/10.6251/BEP.20130711.2>
- 盧怡任、劉淑慧（2015）。處境結構分析：藉由語義學分析與反思抵達存有學理解。**教育與心理研究**，**38**（2），31-57。<https://doi.org/10.3966/102498852015063802002>
- 盧怡任、劉淑慧、敬世龍、尤家欣、邱瑞玟、張淑霞（2015）。「適性發展~活出個人生涯風格」方案介入臺南市國中生生涯輔導之行動反思。**輔導與諮商學報**，**37**（1），57-77。
- 蕭景方（2006）。打開生命的禮物—幸福生涯之建構與追尋歷程〔未出版碩士論文〕。國立彰化師範大學。
- 賴俊雄（編）。他者哲學：回歸列維納斯。麥田。
- 顏婉玲（2002）。周易心理思想研究〔未出版碩士論文〕。國立臺灣師範大學。
- 羅文興（2014）。E. Lévinas 為他倫理學的師生關係之探究。**教育科學期刊**，**13**（2），124-145。
- Bankoff, S. M., Karpel, M. G., Forbes, H. E., & Pantalone, D. W. (2012). A systematic review of dialectical behavior therapy for the treatment of eating disorder. *Eating Disorders*, 20(3), 196-215. <https://doi.org/10.1080/10640266.2012.668478>

- Cheng, C. (2006). Toward constructing a dialectics of harmonization: Harmony and conflict in Chinese philosophy. *Journal of Chinese Philosophy*, 33, 25-59.  
<https://doi.org/10.1111/j.1540-6253.2006.00389.x>
- Cheng, C. (2009a). Dialectical thinking and coping flexibility: A multimethod approach. *Journal of Personality*, 77(2), 471-494.
- Cheng, C. (2009b). On harmony as transformation: Paradigms from the Yijing 《易經》. *Journal of Chinese Philosophy, Supplement to 36*, 11-36.
- Cheng, C. (2013). Preface: Chinese philosophy as world philosophy: Humanity and creativity. *Journal of Chinese Philosophy*, 40(3/4), 365-370.
- Cohen, B. N. (2003). Applying existential theory and intervention to career decision-making. *Journal of Career Development*, 29, 195-209.
- Cullen, C. (2008). Acceptance and commitment therapy (ACT): A third wave behaviour therapy. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 36(6), 667-673.  
<https://doi.org/10.1017/S1352465808004797>
- Frankl, V. E. (1992). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy* (4th ed.). Beacon.
- Gati, I. (1990). Why, when, and how to take into account the uncertainty involved in career decisions. *Journal of Counseling Psychology*, 37, 277-280.
- Gelatt, H. B. (1962). Decision-making: A conceptual frame of reference for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 9, 240-245.
- Gelatt, H. B. (1989). Positive uncertainty: A new decision-making framework for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 36, 252-256.
- Gysbers, N. C., Heppner, M. J., & Johnston, J. A. (2014). *Career counseling: Holism, diversity, and strengths* (4th ed.). American Counseling Association.
- Harren, V. A. (1979). A model of career decision making for college students. *Journal of Vocational Behavior*, 14, 119-133.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2008). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research & Therapy*, 44(1), 1-25.
- Hilton, T. L. (1962). Career decision-making. *Journal of Counseling Psychology*, 9, 291-298.
- Ho, D., Peng, S., Lai, A.C., & Chan, S.F. (2001). Indigenization and beyond: Methodological relationalism in the study of personality across cultural traditions. *Journal of personality*, 69(6), 925-953.
- Homan, K. B. (1986). Vocation as a quest for authentic existence. *Career Development*

- Quarterly*, 35, 15-23.
- Israeli, N. (2018). The face of the Other: Levinasian perspectives on “nudity and danger.” *Existential Analysis: Journal of the Society for Existential Analysis*, 29(2), 198-209. <http://dbs.ncue.edu.tw:2093/login.aspx?direct=true&db=aph&AN=130962919&lang=zh-tw&site=ehost-live>
- Janis, I. L., & Mann, L. (1977). *Decision-making: A psychological analysis of conflict, choice and commitment*. Free.
- Katz, M. R. (1966). A model of guidance for career decision-making. *Vocational Guidance Quarterly*, 15, 2-10.
- Krumboltz, J. D. (1992). The wisdom of indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 41, 239-244.
- Krumboltz, J. D. (2009). The Happenstance Learning Theory. *Journal of Career Assessment*, 17, 135-154.
- Krumboltz, J. D., Foley, P. F., & Cotter, E. W. (2013). Applying the happenstance learning theory to involuntary career transitions. *The Career Development Quarterly*, 61, 15-26.
- Linehan, M. M. & Wilks, C. R. (2015). The course and evolution of dialectical behavior therapy. *American Journal of Psychotherapy*, 69(2), 97-110.
- Liu, S. -H., Hung, J. -P., Peng, H. -I., Chang, C. -H., & Lu, Y. -J. (2016). Virtue existential career model: A dialectic and integrative approach echoing Eastern philosophy. *Frontiers in Psychology*, 7:1761. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01761>
- Liu, S. -H., Lu, Y. -J., Deng, C. -P., Wang, C. -H., Keh, F. B., & Tsai, Y. -C. (2015). Social practice of a career guidance project: Based on the wisdom of Classic of Changes. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 9(2), 50-64. <https://doi.org/10.1017/prp.2015.13>
- Liu, S. -H., Wang, C. -H., Deng, C. -P., Keh, F. B., Lu, Y. -J., & Tsai, Y. -J. (2014). Action research using a Chinese career model of the wisdom of Classic of Changes and its applications. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 8(2), 83-94. <https://doi.org/10.1017/prp.2014.11>
- Loughead, T. A., Liu, S. -H., & Middleton, E. B. (1995). Career development for at-risk youth: A quantitative and qualitative program evaluation. *The Career Development Quarterly*, 43, 274-284.
- May, R. (1983). *The discovery of being: Writings in existential psychology*. W. W. Norton.
- McCracken, L. M. & Vowles, K. E. (2014). Acceptance and commitment therapy and mindfulness for chronic pain: Model, process, and progress. *The American Psychologist*, 69(2), 178-87. <https://doi.org/10.1037/a0035623>

- McIlroy, J. H. (1979). Career as life-style: An existential view. *The Personnel and Guidance Journal*, 57, 351-354.
- Miller, M. J. (1995). A case for uncertainty in career counseling. *Counseling and Values*, 39, 162-168.
- Mitchell, K. E., Levin, A. S., Krumboltz, J. D. (1999). Planned happenstance: Constructing unexpected career opportunities. *Journal of Counseling and Development*, 77, 115-124.
- Peterson, G. W., Sampson, J. P., & Reardon, R. C. (1991). *Career development and service: A cognitive approach*. Brooks/Cole.
- Plant, B. (2018). Levinas in therapy. *Theory & Psychology*, 28(3), 279-297.
- Pryor, R. G. L., & Bright, J. E. H. (2003). The chaos theory of career. *Australian Journal of Career Development*, 12(3), 12-20.
- Pryor, R. G. L., & Bright, J. E. H. (2005). Chaos in practice: Techniques for career counsellors. *Australian Journal of Career Development*, 14(1), 18-29.
- Pryor, R. G. L., & Bright, J. E. H. (2007). Applying chaos theory to careers: Attraction and attractors. *Journal of Vocational Behavior*, 71, 375-400.
- Pryor, R. G. L. (2007). Assessing complexity: Integrating being and becoming. *Journal of Employment Counseling*, 44, 126-134.
- Pryor, R. G. L., Aniundson, N. E., & Bright, J. E. H. (2008). Probabilities and possibilities: The strategic counseling implications of the chaos theory of careers. *The Career Development Quarterly*, 56, 309-318.
- Pryor, R. G., Jim, L. A., & Bright, E. H. (2008). Archetypal narratives in career counselling: A chaos theory application. *International Journal of Educational and Vocational Guidance*, 8, 71-82. <https://doi.org/10.1007/s10775-008-9138-8>
- Ricoeur, P. (1984). *Time and narrative* (Vol. 1) (K. McLaughline & D. Pellauer, Trans.). The University of Chicago Press. (Original work published 1983)
- Ricoeur, P. (1985). *Time and narrative* (Vol. 2). (K. McLaughline & D. Pellauer, Trans.). The University of Chicago Press. (Original work published 1984)
- Ricoeur, P. (1988). *Time and narrative* (Vol. 3) (K. Blamey & D. Pellauer, Trans.). The University of Chicago Press. (Original work published 1985)
- Ricoeur, P. (1991). *From text to action* (K. Blamey & J. B. Thompson, Trans.). Northwestern University Press. (Original work published 1986)
- Ricoeur, P. (1994). *Oneself as another*. University of Chicago Press.
- Schultze, G., & Miller, C. (2004) The search for meaning and career development. *Career Development International*, 9(2), 142-152.

- Shen, R. T. (2003). Some thoughts on intercultural philosophy and Chinese philosophy. *Journal of Chinese Philosophy*, 30(3/4), 357-372.
- Trevor-Roberts, E. (2006). Are you sure? The role of uncertainty in career. *Journal of Employment Counseling*, 43(3), 98-116.
- Van Deurzen, E. (1997). *Everyday mysteries: Existential dimensions of psychotherapy*. Routledge.
- Wilson, T. D., Centerbar, D. B., Kermer, D. A., & Gilbert, D. T. (2005). The pleasures of uncertainty: Prolonging positive moods in ways people do not anticipate. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 5-21.
- Wilson, T. D., Centerbar, D. B., Kermer, D. A., & Gilbert, D. T. (2005). The pleasures of uncertainty: Prolonging positive moods in ways people do not anticipate. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 5-21.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books.
- Yao, X. (2013). The way of harmony in the four books. *Journal of Chinese Philosophy*, 40(2), 252-268.



## **The Development of an Indigenous Counseling Theory: Dialectical Existential Lifecareer Model as an Example**

Shu-Hui Liu\*

### **Abstract**

The dialectical existential lifecareer model (DEL) unfolds in the personal history of the author within the overarching context of world history. Each turning point in a predicament has brought about many general attempts at indigenization approaches, and subsequently resulted in the development of an indigenous career theory. A meta-framework for the DEL model is constructed based on both phenomenology and Classic of Changes (Yi Jing). The framework serves to review and organize western career theories and practice into a set of arguments about the nature of lifecareer development and lifecareer guidance. Phenomenological concepts such as being-in-the-world; I and the other constituting each other; factuality and projection completing each other; multiple lifeworlds connecting to each other; choosing freedom and obligation; past-now-future bursting out at the same time; existence constantly exceeding itself; creating life meaning from death; living up to the authentic existence to echoe the call of conscience; transcending toward self and the other; and hermeneutics circulating and fusing horizons are incorporated into the framework. In terms of the Classic of Changes, concepts such as controlling and directing the ‘qian’; appreciating and not disputing the ‘kun’; dialectics of harmonization; pursuing harmony among the heaven, the people and the earth moving at right timing and following changing situatedness; knowing the beginning and the end from one small clue; and living on earth according to the way and living up to the ways of heaven are adopted. The meta-framework of the DEL model comprises four characteristics (spatiality, temporality, possibility, and cyclicity) of lifecareer development and four characteristics (purpose, direction, approach, and rhythm) of lifecareer projection and actualization. The author and many others have adopted the DEL model as an indigenous theory both by chance and purposefully. Reflecting on my experience, I found that the development of indigenous theories of social science is like the lifecareer development of human beings. Both involve the process of harmonizing spatiality, temporality, possibility, cyclicity, purpose, direction, approach, and

rhythm. Therefore, I hope that indigenous social science can pursue harmonization in its directions and methods and achieve the virtues of the cosmos.

*Keywords: indigenous counseling, career guidance, Classic of Changes (Yi Jing), dialectics of harmonization, existential phenomenology.*

---

Shu-Hui Liu\*     Department of Guidance and Counseling, National Changhua University  
of Education (shl.intheworld@gmail.com)