

國立清華大學教育心理與諮商學系  
諮商與心理治療理論  
Theories of Counseling and Psychotherapy

課程代號：11210KPC 242000

授課班級：心諮二

授課教師：曾文志教授/心諮系

課程時間：星期一，上午 0900 時至 1200 時

上課地點：N102

研究室：N607

E-mail: wenchih@gapp.nthu.edu.tw

Phone: 03-5715131 轉 73821

〈行路難〉李白

金樽清酒斗十千，玉盤珍羞直萬錢。  
停杯投箸不能食，拔劍四顧心茫然。  
欲渡黃河冰塞川，將登太行雪滿山。  
閒來垂釣碧溪上，忽復乘舟夢日邊。  
行路難，行路難，多岐路，今安在？  
長風破浪會有時，直掛雲帆濟滄海。

It is not the presence or absence, the quality, or even the quantity of anxiety which allows predictions as to future mental health or illness; what is significant in this respect is only the ability to deal with the anxiety. Here, the differences between one individual and another are very great, and the chances of maintaining mental equilibrium vary accordingly.

The children whose outlook for mental health is better are those who cope with the same danger situations actively by way of resources such as intellectual understanding, logical reasoning, changing of external circumstances...by mastery instead of retreat.

- Anna Freud -

課程介紹

本課程旨在探討多樣性的諮商與心理治療理論，以及其在諮商實務上的應用。本課程也提供學生看見、反思與接納自己的生命故事，並在諮商模擬情境中練習不同取向的諮商技術，以發展修課學生對於諮商心理學和助人的興趣。

本課堂的主要授課方式採用學生課前預習、老師講授要點與提問，課堂討論、反思書寫與實務演練的方式進行。

## 課程內容

| 週次 | 日期   | 課程內容  |
|----|------|---|
| 1  | 0911 | 課程介紹、我的諮商學習經驗<br>家庭作業：預習 把糾纏我們的鬼魂變成祖先（閱讀諮商理論 講義 1）  |
| 2  | 0918 | 把糾纏我們的鬼魂變成祖先（小考 1）  |
| 3  | 0925 | 了解 Stan 和 Gwen 個案 (Ch.1)<br>Helping relationships: Core conditions, Strategies...Integrative approach to counseling and psychotherapy, Multicultural and social /cultural orientations (閱讀諮商理論 講義 2) (小考 2) |
| 4  | 1002 | 精神分析治療 Psychoanalytic therapy (Ch.4) (小考 3)   |
| 5  | 1009 | 國慶日彈性放假   |
| 6  | 1016 | Adlerian therapy 阿德勒治療 (Ch.5) (小考 4)<br>Understanding our lifestyles  |
| 7  | 1023 | 存在主義治療 Existential therapy (Ch.6) (小考 5)  |
| 8  | 1030 | 個人中心治療 Person-centered therapy (Ch.7) (小考 6)  |
| 9  | 1106 | 完形治療 Gestalt therapy (Ch.8) (小考 7)  |
| 10 | 1113 | 行為治療 Behavior therapy (Ch.9) (小考 8)   |
| 11 | 1120 | 認知行為治療 Cognitive behavior therapy (Ch.10) (小考 9)  |
| 12 | 1127 | 現實治療 Reality therapy (Ch.11) (小考 10)  |
| 13 | 1204 | 女性主義治療 Feminist therapy (Ch.12) (小考 11)   |
| 14 | 1211 | 後現代取向 Postmodern approaches (Ch.13) (小考 12)   |
| 15 | 1218 | 家庭系統治療 (Ch.14) (小考 13)  |
| 16 | 1226 | 如何整合諮商理論發展自己的諮商風格 (Ch.15)   |
| 17 | 0101 | 2024 元旦放假與世界同慶 ㊦  |
| 18 | 0108 | 課程總結<br>分享我的故事  |

備註：第一次課程時，教學進度與內容將參考學生學習之建議進行適度調整

## 指定閱讀（教科書）

- 📖 Corey, G. (修慧蘭、鄭玄藏、余振民、王淳弘/合譯). (2016). 諮商與心理治療：理論與實務（中文第四版，英文 10 版）。台北：雙葉
- 📖 Corey G. (2024). Theory and practice of counseling and psychotherapy (11 ed.). Cengage. [請自行參考]

參考資料

- ✚ Atlas, G. (2022). 创伤遗传：心理咨询师和他的 11 位来访者 (Emotional inheritance)。浙江大学出版社。
- ✚ Capuzzi, D., & Stauffer, M. (2022). Counseling and psychotherapy: Theories and interventions (7<sup>th</sup> ed.). American Counseling Association.
- ✚ Corey, G. (2019). The art of integrative counseling. American Counseling Association.
- ✚ Dispenza, J. (2019)。啟動你的內在療癒力。台北：遠流。
- ✚ Doidge, N. (洪蘭譯) (2008)。改變是大腦的天性-從大腦發揮自癒力的故事中發現神經可塑性。台北：遠流。
- ✚ Doidge, N. (洪蘭譯) (2016)。自癒是大腦的本能：見證神經可塑性的治療奇蹟。台北：遠流。
- ✚ Duncan, B. L. (2014). On becoming a better therapist: Evidence-based practice one client at a time (2nd ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- ✚ Erford, B. T. (2017)。40 個諮商師必知的諮商技術。台北：心理。
- ✚ Hendel, H. J. (2019)。不只是憂鬱。台北：時報。
- ✚ Jones-Smith, E. (2020). Theories of Counseling and Psychotherapy: An Integrative Approach (3rd edition). New York, NY: SAGE.
- ✚ Kaufmann W. (1992). Freud, Adler and Jung: Discovering the mind: Volume three. New Brunswick, NY: Transaction Publishers.
- ✚ Mahoney, M. (1991). Human change processes: The scientific foundations of psychotherapy. University of Chicago Press.
- ✚ Rebuilding the brain with psychotherapy。  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5806319/#:~:text=Emerging%20evidence%20from%20the%20recent,in%20the%20right%20cavitate%20nucleus>.
- ✚ Rogers, C. (2014)。成為一個人：一個治療者對心理治療的觀點。台北：左岸。
- ✚ Schwartz, J. (2001)。卡桑德拉的女兒—歐美精神分析發展史。台北：究竟出版。
- ✚ Siegel, D. J. (2018)。第七感：啟動任之自我與感知他人的幸福連結。台北：時報。
- ✚ Wampold, B. E., & Imel, Z. E. (2015). The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work (2nd edition). New York, NY: Routledge.
- ✚ Winch, G. (2017)。心理醫師的傷心急救手冊。台北：商業周刊。
- ✚ 伊蒂特·伊娃·伊格 (Edith Eva Eger) (2018)。抉擇：放下，擁抱生命無限可能。台北：平安文化。

- ✚ 吳麗娟等譯 (2017)。人際歷程取向治療：整合模式。台北：雙葉。
- ✚ 李崇建 (2017)。薩提爾的對話練習。台北：親子天下。
- ✚ 貝塞爾·范德寇 (Bessel van der Kolk) (2017)。心靈的傷，身體會記住。台北：大家出版。
- ✚ 娜汀·哈里斯 (Nadine Burke Harris) (2018)。深井效應：治療童年逆境傷害的長期影響。台北：究竟。
- ✚ 最相葉月 (2015)。心理諮商師：拉開診療室的布簾，窺見心的療癒面貌。台北：究竟。
- ✚ 蔡璧名 (2016)。莊子，從心開始。台北：天下。
- ✚ 蔡璧名 (2018)。形如莊子、心如莊子、大情學莊子：從生手到專家之路。台北：天下。
- ✚ 蔡璧名 (2018)。勇於不敢，愛而無傷：莊子，從心開始二。台北：天下。
- ✚ 蔡璧名 (2019)。學會用情：當老莊遇見黃帝內經 2。台北：平安文化。
- ✚ 蔡璧名 (2019)。醫道同源：當老莊遇見黃帝內經。台北：平安文化。
- ✚ 蘿蕊·葛利布 (Lori Gottlieb) (2020)。也許你該找人聊聊：一個諮商心理師與她的心理師，以及我們的生活。台北：行路。
- ✚ 諮商理論參考用書：
  - ✚ Capuzzi, D. & Cross, D. R. (伍育英、陳增穎、蕭景容譯) (2006)。諮商與心理治療：理論與實務。台北：培生教育出版股份有限公司。
  - ✚ Corsini, R. J. & Wedding, D. (朱玲億等譯) (2000)。當代心理治療的理論與實務。台北：心理。
  - ✚ Jones-Smith, E. (2020). Theories of Counseling and psychotherapy: An Integrative Approach (3rd ed. ). New York, NY: SAGE Publications.
  - ✚ Sharf, R. S. (馬長齡、羅幼瓊、葉怡寧、林延歡譯) (2013)。諮商與心理治療 (第二版)。台北：心理。
  - ✚ 姜兆眉、蘇盈儀、陳金燕 (2018)。諮商理論與技術導讀：諮商學習者的入門地圖。台北：雙葉書廊。
  - ✚ 駱芳美、郭國禎 (2018)。諮商理論與實務：從諮商學者的人生看他們的理論。台北：心理。
- ✚ 各諮商與心理治療取向專書，如說故事的魔力：兒童與敘事治療；人際歷程取向治療
- ✚ 心理治療核心能力系列
  - ✚ 學習認知行為治療：實例指引
  - ✚ 長期精神動力取向心理治療：基本入門
  - ✚ 支持性心理治療入門
  - ✚ 藥物與心理治療
  - ✚ 簡短心理治療：臨床應用的指引與藝術

✚ 佛洛伊德的案例分析

- 📖 史瑞伯：妄想症案例的精神分析
- 📖 狼人：孩童期精神官能症案例的病史
- 📖 鼠人：強迫官能症案例之摘錄
- 📖 朵拉：歇斯底里案例分析的片斷
- 📖 小漢斯：恐懼症案例的分析
- 📖 論女性：女同性戀案例的心理成因及其他

✚ 羅洛梅 (Rollo May) 系列著作：焦慮的意義、愛與意志、權力與無知、自由與命運、創造的勇氣、哭喊神話、心理輔導的藝術 (遠流出版)

✚ 歐文·亞隆 (Irvin D. Yalom) 系列著作

- 📖 歐文亞隆的心理治療文學 (Jeffrey Berman 著)
- 📖 亞隆文選
- 📖 一日浮生：十個探問生命意義的故事
- 📖 生命的禮物：給心理治療師的 85 則備忘錄
- 📖 叔本華的眼淚
- 📖 當尼采哭泣
- 📖 存在心理治療 (上) 死亡
- 📖 存在心理治療 (下) 自由、孤獨、無意義
- 📖 愛情劊子手
- 📖 凝視太陽：面對死亡恐懼
- 📖 日漸親近：心理治療師與作家的交換筆記
- 📖 媽媽和生命的意義
- 📖 診療椅上的謊言
- 📖 歐文·亞隆的心靈療癒 Yalom's Cure
- 📖 成為我自己：歐文·亞隆回憶錄

評量方式

- ✚ 課程出席 10%：課程中將不定期點名以了解出席狀況，缺席超過 3 次 (含 3 次) 以上者，本項分數將在你的成績星球上消失。
- ✚ 每週小考 25%：每次 10 至 20 題選擇題，共 13 次；考題範圍主要以該主題主要概念為主。
- ✚ 參與課堂討論 25%
- ✚ 課堂書寫與家庭作業 25%
- ✚ 期末報告 15%：請選擇一個或整合諮商理論觀點，這個觀點彷彿是認識你自己的一個視窗，是帶你進入自我覺察的一個入口，寫出你的故事；當然你的故事可以是虛構的，或是真人真事改編，或是自己的故事。你的書寫故事形是可以是小小說，可以是一篇篇的散文，字數在 3,000 字左右，請記得給所寫的故事一個就像是書名的名字。A4 印出紙本繳交。每位修課者，會在 1 月 8 日課堂中朗讀一段你所寫的故事。