

# 靈性與心理之交織：初探基督宗教靈修輔導者對受輔者心靈轉化之觀察與介入

## Intersection of Spirituality and Psychological Issues: A Preliminary Study of a Christian Spiritual Director's Perspective and Intervention of the Transformation of the Directee's Psyche

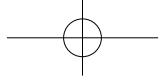
張淑芬<sup>1</sup>  
Shu-Fen Chang<sup>1</sup>

### 摘要

本研究初探靈修輔導者對接受輔導者心靈轉化之觀察，了解其對受輔者靈性與心理議題交織與改變脈絡之知覺，以及其介入意圖與介入技巧之內涵，目的為擴展心理諮商領域對靈性議題處遇之理解。研究以立意取樣選取具備心理諮商及基督宗教靈修輔導雙重專業資格者，針對其為2位受輔者分別進行30次輔導經驗，採半結構式的深度訪談法收集其觀點，以計5次各60分鐘之訪談資料為分析文本，再以持續比較法分析資料。研究結果為：1. 輔導者對受輔者靈性意象與心理議題關係之觀察：天主形象轉化促進自我覺察陰影、自我形象轉變催化與神關係連結；2. 輔導者介入意圖及技巧之內涵：依據諮商心理學派形成個案概念化以詮釋心靈狀態、運用諮商技巧與輔導關係以促發自我與自性連結、依據祈禱歷程引導心理議題改變以催化成效。研究結論含：1. 靈修輔導可轉化心理議題，且需運用跨學科之理論與技術；2. 透過默想與默觀祈禱激起之靈性意象，應評估其對受輔者之意涵；3. 榮格心理學派可詮釋心理諮商治療與靈修輔導雙領域，可作為共通之理論視角。據此，對心理師、靈修輔導者提出建議。

**關鍵詞：**榮格心理學派、心靈轉化、靈性意象、心理議題、介入意圖與技巧

<sup>1</sup>文藻外語大學吳甦樂教育中心／師資培育中心專任副教授  
通訊作者：張淑芬，(807)高雄市三民區民族一路900號文藻外語大學，E-mail: marg12@mail.wzu.edu.tw



## 壹、前言

美國心理學會（American Psychological Association, 2003）指出心理諮商專業需評估宗教（religion）與靈性（spirituality）對人的重要性，強調完整的人是包含靈性向度（Daniel & Fitzpatrick, 2013; Maximo, 2019），心理師應有能力介入靈性層面以深入協助個案。國內外融入靈性／宗教議題的諮商研究皆迅速發展中，研究範疇涵融靈性或宗教的諮商課程、介入技巧、諮商歷程、倫理議題等研究（陳秉華等人，2011，2013，2014，2015，2019；張淑芬，2017；賈紅鶯等人，2013；蔡宜秀，2019；Bray et al., 2012; Vandenberghe et al., 2012）。這些研究中，其視角多以心理諮商為主體而探究融入靈性議題的處遇情形，然尚缺乏以靈性為研究主體而釐清靈性與心理議題關係之視角。換言之，若嘗試探究以處理靈性議題為主的「靈修輔導」（spiritual direction）歷程，深入了解靈性經驗與心理議題間的脈絡關係，或許能擴展從心理層次至靈性層次的介入管道，實有研究之必要。

靈修輔導指靈修輔導者（spiritual director）（以下簡稱輔導者）協助受輔者（directee）探討靈性／宗教經驗（Barry & Conolly, 2009），相信內觀的心理與靈性層次能引發重要的改變，亦屬助人歷程之一。廣義而言，靈修輔導指涉各宗教派別，因本研究屬初探性的實徵研究（empirical research），僅選取靈修輔導歷史久遠、已累積相當研究之基督宗教進行探究。

Barry與Conolly（2009）指出，靈修輔導者主要的工作是：1. 專注聆聽；2. 肯定受輔者的表達；3. 關注受輔者宗教與靈性經驗；4. 釐清受輔者的宗教與靈

性經驗；5. 幫助受輔者辨認對人神關係的情緒與態度；6. 以探問啟發受輔者。此歷程可描述靈修輔導的基本架構，若與Hill（2020）指出的三階段諮商歷程相較，可說：靈修輔導的前三項工作類似諮商歷程的探索階段，透過專注聆聽、接納表達以及關注靈性經驗，能幫助受輔者探索與靈性經驗相關的想法、感覺等；第四項至第五項工作則相似於諮商歷程的洞察階段，透過釐清靈性經驗，受輔者能對與靈性相關心理現象產生理解與洞察；第六項以探問啟發，則可對照為諮商歷程的行動階段，幫助受輔者從洞察產生新行為。

榮格（Carl G. Jung）及其後學者形成之榮格心理學派（Jungian psychology）常作為探索宗教與靈性經驗的依據（Becker, 2001），本研究採取相關概念探討如下：

### 一、自我與自性的關係

人類的心靈（psyche）結構包括意識層（conscious level）與潛意識層（unconscious level），其中自我（ego）為意識層的中心，用以與外界連結；而潛意識層則有情緒能量的情結（complex），整個心靈則以自性（Self）為中心。

榮格認為自性是人類發展的目標，也是個體化歷程（individuation）的核心要素（Becker, 2001; Nagel, 2010; Stein, 2009）。自性的美善可由宗教人物如耶穌基督、佛陀等為表徵（Jung, 1959/1968），且強調自我與自性能對話，二者需產生關聯（引自Corbett, 1996）。其後榮格心理學派學者指出自我與自性之間形成自我—自性軸（ego-Self axis），以發展階段觀點主張人的前半生自我從自性中分離出來，自我努力成就事業、家庭



等，而後半生則是自我與自性重逢，追求自性的整全（Edinger, 1960, 1972; Neumann, 1973）。Baulsorn（2015）也指出自我—自性軸可能因各式經驗以致受損而連結不清，顯出後半生修復自我與自性關係的重要性。

## 二、研究目的與研究問題

本研究目的為探究輔導者對受輔者心靈轉化歷程的觀察，以釐清靈性意象與心理議題的關係，探索自我與自性表徵的關係，以及了解輔導者有何輔導意圖且運用哪些技巧幫助受輔者。研究問題為：1. 輔導者知覺受輔者的靈性意象與心理議題關係為何？2. 輔導者介入的輔導意圖與技巧為何？

重要名詞釋義如下：1. 靈修輔導：指針對人與神的關係經驗為焦點的晤談歷程（Barry & Conolly, 2009）。本研究指進行30日避靜（retreat）時，輔導者與受輔者每日晤談約60分鐘的歷程；2. 心靈轉化：心靈轉化指個體化（individuation）過程中實現自性的歷程，有更新與再生之可能（盧德，2004）。本研究指輔導者觀察到受輔者心靈中自我、自性，以及二者關係改變的過程。3. 靈性意象：意象（image）是指從潛意識中浮現的幻想、影像、圖畫等進入內在知覺範圍之象徵（Becker, 2001; Tibaldi, 2010/2017）。本研究的靈性意象（spiritual image）指受輔者在祈禱時經驗到的靜態式或動態式畫面、圖像、影像等內容或主題；4. 介入意圖與技巧：指輔導者於晤談過程中形成內隱（covert）的介入目的，及其引發的外顯（overt）口語與非口語反應（Hill et al., 1988）。本研究指靈修輔導者在晤談時形成內在介入目的與方向，以及相應的外在口語

與非口語介入行為。

## 貳、研究方法

本研究採發現式研究典範，以深入受訪者的觀察與知覺現象中，採取Elliott（1984）的人際歷程回憶（interpersonal process recall, IPR）方法收集資料，再以Bogdan與Biklen（1998）的持續比較法分析資料。

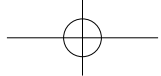
### 一、研究參與者與研究團隊

本研究希冀輔導者能對受輔者靈性與心理議題交織的脈絡提供豐厚的觀察與見解，據此採立意取樣，募得一位具有心理諮商與靈修輔導學位者參與研究。其約50歲男性，有豐富心理諮商實務及靈修輔導實務經驗，曾於榮格心理學派教授指導下研究自我與自性改變狀態。研究期間輔導者協助兩位約35-40歲女性受輔者進行30日避靜，每天各有約60分鐘晤談，各計30次晤談。三位研究參與者皆為幼時即接受天主教（Roman Catholicism）信仰洗禮者。

研究團隊則包括研究者與協同分析者。研究者具諮商心理師執照，具有諮商歷程研究、靈修輔導研究等經驗，並以研習、閱讀與整理相關文獻等方式涉略榮格心理學派。研究者同時擔任訪談者及主要資料分析者。協同分析者亦具諮商心理師執照並熟悉質性研究，與研究者共同提取與分類資料的概念。

### 二、研究工具

研究者以開放式問句形成半結構式訪談大綱，題目含：1. 針對受輔者的心理議題及祈禱時浮現的意象或圖像，您



印象深刻的有哪些；2. 您認為這些意象或圖像和其心理議題有何關係；3. 晤談過程中，您有哪些輔導意圖，並使用哪些輔導技巧。

### 三、研究程序

#### (一) 收集資料

研究者於受輔者完成避靜祈禱材料各階段的48小時內，各訪談輔導者一次，共計5次，以收集歷程資料，訪談時間平均約60分鐘，訪談錄音檔儘速轉成逐字稿，確認後準備進行資料分析。

#### (二) 分析資料

首先，研究者反覆閱讀逐字稿，逐漸對輔導者的經驗產生整體印象，並以研究反思日誌保持對資料意義的開放性。其次，找出與研究問題相關的逐字稿段落並將資料單元化，形成意義單元，加以編碼以利整理與分析。意義單元編碼方式舉例：0-001A代表輔導者提及受輔者A在避靜預備期的經驗，屬該份逐字稿的第1項文本意義摘述；輔導者同時提及兩位受輔者出現類似的現象時，則同時列出A與B代號。

接著，將前述意義單元以簡短摘述的方式敘寫，並注意符合原意。研究者與協同分析者將每項意義單元的摘述按順序排列後來回比較，將相似概念者歸為同類，就其共同特徵萃取概念，最後命名為主題，形成底層之次類別。之後逐層尋求更高一層的概念範疇，形成主類別及最高層次的核心類別。

#### (三) 確認研究品質

研究者參考Guba與Lincoln (1989) 之可靠性 (dependability)、確認性 (confirmability)、確實性 (credibility)、遷移性 (transferability) 等質性研究品質檢核向度，說明如下：1. 本研究使用

協同分析者，以增加研究之可靠性；2. 研究者資料整理與各層次分析皆與協同分析者反覆討論與檢核，雙方之間資料分析一致性達.92，其確認性應屬可接受之範圍；3. 本研究由受訪者針對初步分析結果進行修訂，並以10點量尺圈選符合其原述經驗的程度，以此掌握資料的確實性。檢核結果為：符合原述經驗程度平均為8.6分，其修定含增刪部分文字，以修訂後的文字為分析的正式文本。

### 四、研究倫理

由研究者擬定研究參與同意書，於研究進行前幫助輔導者了解相關權利義務後，輔導者先徵求兩位受輔者同意其參與研究，始簽訂書面研究同意書。呈現研究報告時亦隱匿足以辨識所有研究參與者之資訊，以維護研究倫理。

## 參、研究結果

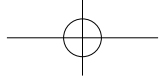
### 一、輔導者對受輔者靈性意象與心理議題關係之觀察

#### (一) 核心類別1：天主形象更新促進自我覺察陰影存在

指輔導者觀察到受輔者不僅了解天主形象的來源，且逐漸發展較為正確及清晰的天主形象，同時能幫助受輔者改變情緒狀態與認知狀態。

##### 1. 主類別1-1：初期至中期洞察天主形象緣由，能覺察陰影及來源

指輔導初期與中期階段，輔導者發現威權的天主形象與原生家庭經驗有關，之後展開逐漸理解與面對內在陰影的歷程。例如觀察到天主形象與原生家庭相關：「媽媽說天主是會懲罰人的，他會很容易去想像一個嚴厲的主。」(0-070A)



## 2. 主類別1-2：初期至中期體驗天主慈悲憐憫，能統整自我與陰影

指輔導初期與中期階段，受輔者漸能體驗天主大愛的特質，對自我認識與接納陰影有正面影響。例如：輔導者理解受輔者經驗到自性表徵的天主之愛：「…shadow被自性所愛之後，開始相信天父是愛他的，他在天父眼中是寶貴的，…之前在shadow狀態對自己的負面評價，在跟自性的互動當中被澄清轉化了，對天父有新的認識跟體會。」（1-044A）

## 3. 主類別1-3：初期至中期明認清晰天主形象，能活化情緒改變認知

指輔導初期至中期，受輔者已漸能認識耶穌特質而信任之，能對其表達情緒感受。例如受輔者增加對於原型人物—耶穌—的信任：「到了第二週他已經有『我想要多認識你一點。』這樣的信任感，能幫助他面對羞愧跟自責。」（4-034A）

### （二）核心類別2：自我形象轉變催化與神關係連結

指當自我形象逐漸變得正向與清晰時，正面影響對生命的看法、接納自己的特質、更新行動的方向，整體而言能體驗到人神關係的融合。

#### 1. 主類別2-1：中期感受天主賦予自由，能更新行動方向

指輔導中期受輔者能於祈禱經驗中感受耶穌賦予內在自由，更能接受個人特質，而更新生命意義。例如輔導者發現受輔者更接納自己的性別特質：「他覺得女性特質被耶穌承認與接納了，耶穌願意他成為真正的、自由自在的女人。…覺得有被釋放的經驗。」（2-031A）

#### 2. 主類別2-2：中後期體悟天主臨於苦難，能賦予痛苦新意義

指輔導中期至後期受輔者加深體驗耶穌陪伴人的苦難，能內化此價值觀。

例如因感到耶穌的陪伴而改變對痛苦的認知：「回顧生活的痛苦經驗，他有新的認識：這些痛苦並不是他獨自一人面對的，是耶穌和我一起，祂憐憫接納我、願意陪伴我。」（3-015A）

#### 3. 主類別2-3：後期經驗人神密切融合，能選擇利他新行為

指輔導後期輔導者看見受輔者在祈禱中能與耶穌交融苦難與喜樂的經驗，決定改變行動以利他為主。例如受輔者重新看待自己的工作：「這個祈禱他有比較寬廣的觀點：這工作是為了人的好處，…我被邀請去承擔，重新認識痛苦跟承擔的意義。」（3-008A）

上述靈性意象與心理議題關係內涵之各類別及定義，整理如表1。

## 二、輔導者之介入意圖與技巧

### （一）核心類別1：依據心理諮商理論形成個案概念化以詮釋心靈狀態

指輔導者依據榮格心理分析理論，收集心靈中自我、自性、情結、意識層、潛意識層等資訊，對心理困擾議題形成假設與推論，並據以設定輔導目標。

#### 1. 主類別1-1：依據理論擬輔導目標，意圖催化個體化開展

指輔導者依據理論擬定介入目標為協助自我與自性連結，以促進個體化歷程開展。例如輔導者注意到情結的影響：「比較明顯的是他內在情結間的張力。對榮格而言，情結如果沒有去認識、整合的話，會變成一個自我無法控制的力量。」（0-084A）

#### 2. 主類別1-2：依據理論概念化自我狀態，意圖釐清滿足心理需求之策略

指輔導者依據諮商理論收集自我的心理需求訊息，對滿足心理需求的策略形成假設、推論與探討。例如輔導者探

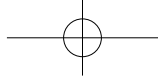


表1  
受輔者之靈性象意與心理議題關係內涵類別

核心類別	主類別	定義
1. 天主形象更新促進自我覺察陰影存在	1-1 初期至中期洞察嚴厲天主形象緣由，能覺察陰影及來源	指覺察扭曲的天主形象源自原生家庭，逐漸理解陰影與情結內涵
	1-2 初期至中期體驗天主慈悲憐憫，能統整自我與陰影	指體驗天主的大愛，正面影響自我認識與接納陰影
	1-3 初期至中期明認清晰天主形象，能活化情緒改變認知	指正確認識耶穌特質，對其表達情緒而改變信念
2. 自我形象轉變催化與天主關係連結	2-1 中期感受天主賦予自由，能更新行動方向	指感受耶穌賦予內在自由，而更新生命意義
	2-2 中後期體悟天主臨於苦難，能賦予痛苦新意義	指加深體驗耶穌陪伴人的苦難，能內化此價值觀
	2-3 後期經驗人神密切融合，能選擇利他新行為	指能與耶穌交融苦難與喜樂，能改變行動為利他

索心理需求且引導受輔者分辨內在聲音的期待：「我會問：『好，你選擇哪一個聲音？那另外一個它的期待是什麼？』慢慢的，他也學會自己先問，不用等我問。」(0-038A)

### 3. 主類別1-3：依據理論概念化自我與自性關係，意圖詮釋影響因素

指依據商理論收集心靈中自我與自性關聯訊息，對情結的影響程度形成假設、推論與解釋。輔導者提出的個案概念化：受輔者的自我因曾遭受創傷形成情結，妨礙與自性連結，例如：「我發現是因為跟外在世界互動對ego造成傷害，跟Self互動過程退縮遲疑，所以跟Self的連結不再像小時候一樣完整。」(1-005B)

#### (二) 核心類別2：運用諮商技巧與輔導關係以促發自我與自性連結

指輔導者使用探問、引導、澄清、投射技術、加深體驗、詮釋等各式心理諮

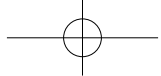
商技巧與策略，並維持安全的輔導關係，據以催化受輔者自我與自性表徵的原型人物產生互動，進而改變心理議題。

#### 1. 主類別2-1：引導與詮釋靈性意象意義，意圖促發與自性互動

指輔導者使用各類諮商技巧引導，意圖透過者協助受輔者的自我與原型人物持續互動。例如輔導者以探問技巧，意圖探索受輔者內在真實狀態：「我想探索祈禱背後的意義，或者天主有何邀請與表達。讓內在現實變得清楚透明，能被辨識。」(0-046B)。其次，輔導者也引導探究靈性意象：「我就問他：『現在耶穌抱著你，你在祂的懷裡，你有甚麼樣的感受？』他說安全、平安，有淡淡的喜悅。」(1-076B)

#### 2. 主類別2-2：釐清輔導關係，意圖協助與自性建立關係

指輔導者意圖建立清晰的輔導關係，依據靈修輔導倫理，澄清自己的角色非首要，而是陪伴受輔者與原型人物產生安全信任的連結關係。例如輔導者釐清自己



僅為陪伴者，意圖以促進人神關係為核心：「我跟他解釋靈修輔導的角色其實是陪伴者。當避靜者跟耶穌已經有親密關係的時候，我們就要退開。跟耶穌的關係才是最核心的。」（4-055B）

### 3. 主類別2-3：運用投射技術具象化心靈狀態，意圖促進情緒流動

指輔導運用投射技術使心靈狀態投射於物件的擺置過程，目標為協助情緒解凍並由原型人物獲得心理需求滿足。例如使用投射技術：「我把[小物件]拿出來，讓他內在的羞愧能夠表達。他挑出來一個小女孩，我說耶穌呢？他就挑了一個小男孩，開始互動。」（1-088B）

### （三）核心類別3：依據祈禱歷程引導心理議題改變以催化成效

指輔導者依據避靜祈禱材料與指引建議，逐次運用受輔者的靈性意象，加強受輔者覺察情結，加深跟原型人物連結，使自我與自性加深交流，心理議題改變的成效堅固深化。

#### 1. 主類別3-1：評估中期逐漸覺察情結，意圖強化能對自性表達需求

指輔導者推估受輔者在輔導中期已逐步理解情結，意圖讓受輔者對原型人物持續表達心理需求。例如在已能碰觸情結的基礎上，輔導者意圖強化受輔者與原型人物的互動：「這個信任關係繼續延續到第二週，解決困難時他會想到找耶穌。」（2-010A）

#### 2. 主類別3-2：評估後期自我—自性軸逐漸連結，意圖深化改變成效

指輔導者推估受輔者在後期自我與原型人物已經有強韌連結，意圖透過靈性意象加強心理議題的改變。例如：「生命議題的浮現，他比較自在把這些議題拿出來跟耶穌討論，而他的眼光開始調整。」（3-022B）

上述輔導者的輔導意圖與技巧內涵之各類別與定義，整理如表2。

## 肆、討論與結論

### 一、討論

#### （一）輔導者觀察受輔者靈性意象與心理議題關係：自我與自性軸修復的脈絡

本研究發現靈性意象與心理議題之間的關係內涵，包括天主形象的更新有助於自我對陰影的覺察（關係核心類別1）、自我形象轉變催化與天主關係連結（關係核心類別2）。進一步考量在時間軸推移下，各主類別之間的關係脈絡如何，嘗試以圖示方式整理之。因主類別的命名係前半部指涉靈性意象的收穫，後半部描述心理議題改變的狀態，圖示時先分列於左右兩側，再考量輔導歷程時間軸的脈絡依序由上往下排列，呈現從輔導初期、中期至後期的歷程，發現靈性意象與心理議題交織著推展，顯現如螺旋式的關聯，故以螺旋實線表示關係樣態。接著考量靈性意象與心理議題關係內涵之核心類別，可知天主形象能促進自我覺察陰影（關係核心類別1），亦即從自性流出心靈能量，以向上箭頭代表朝向自我的方向性。而自我形象轉變催化與天主關係連結（關係核心類別2）則是自我向自性靠近的動向，圖示以向下箭頭表示方向性。至此可窺見心理能量如同雙向式流動的關係進展，可說自我與自性的互動逐漸增強、深化、擴展，使二者間的軸線修復。上述關係脈絡整理如圖1。

圖1顯示自我與自性彼此相互靠近的動態，是自我與自性關係變化的可能狀態，其箭頭的方向是同時發展的，呼應自我與自性間逐漸能彼此對話的狀態（Corbett, 1996）。其次，上述研究發現

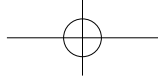


表2  
輔導者之介入意圖與技巧內涵類別

核心類別	主類別	定義
1. 依據榮格理論形成個案概念化以詮釋心靈狀態	1-1 依據理論擬輔導目標，意圖催化個體化開展	指依據理論擬定目標為協助自我與原型人物連結，以促進個體化歷程
	1-2 依據理論概念化自我狀態，意圖釐清滿足心理需求之策略	指依據理論收集自我的心理需求訊息，對滿足的策略形成假設、推論與探討
	1-3 依據理論概念化自我與自性關係，意圖詮釋影響因素	指依據理論收集心靈中自我與自性關聯強弱訊息，對情結的影響程度形成假設、推論與解釋
2. 運用諮商技巧與輔導關係以促發自我與自性連結	2-1 引導與詮釋靈性意象意義，意圖促發與自性互動	指輔導者使用各諮商技巧以協助自我與原型人物持續互動
	2-2 釐清輔導關係，意圖協助與自性建立關係	指輔導者澄清個人角色非首要，目標為幫助受輔者與原型人物有安全信任的連結關係
	2-3 運用投射技術具象化心靈狀態，意圖促進情緒流動	指輔導運用具象化原理投射出心靈狀態，目標為協助情緒解凍並由原型人物滿足心理需求
3. 依據祈禱歷程引導心理議題改變以催化成效	3-1 評估中期自我逐漸覺察情結，意圖強化對耶穌形象表達需求	指輔導者推估受輔者已漸能接觸情結，目標為堅固對原型人物持續表達心理需求以了解情結
	3-2 評估後期自我—自性軸逐漸連結，意圖深化改變成效	指輔導者推估受輔者自我與原型人物已經有強韌的連結，目標為透過靈性意象加強心理議題的改變

驗證陳秉華等人（2019）指出的，心理議題與靈性議題是交織狀態。另外，陳秉華等人（2011）研究心像法時發現，知覺到上帝意像能使案主產生正面情緒、重整自我、改進人際關係等，與本研究發現相近，亦即活化壓抑的情緒與改變認知，皆可能源於自我知覺到天主形象的效果。再就榮格心理學派觀之，自我渴望與個人潛意識之間達至平衡，本研究則發現更新的天主形象亦有助於自我統整。榮格心理學派認為人的前半生

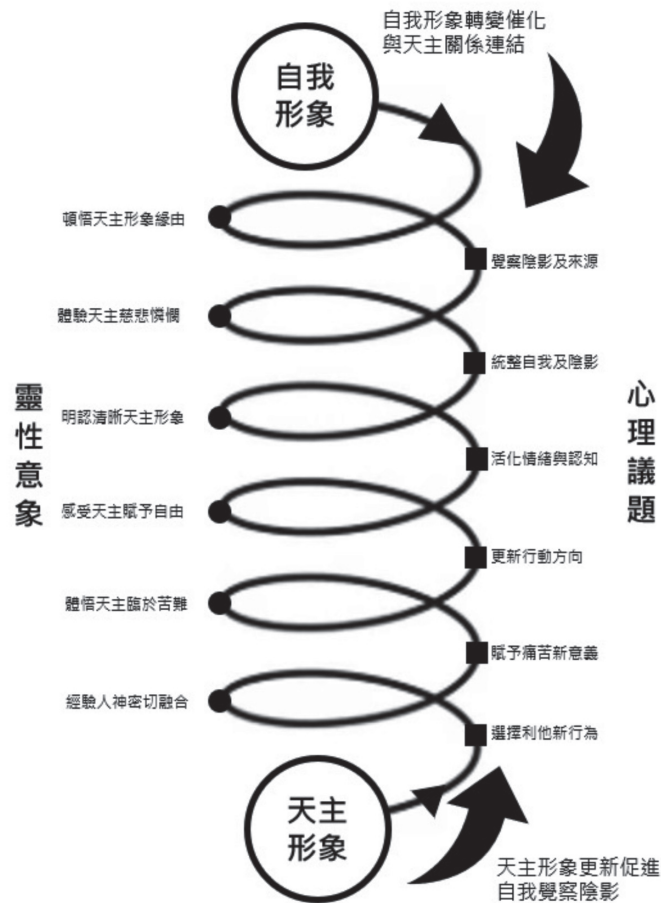
，自我從自性中脫離出來，增加意識且成為意識的中心，而人的後半生，則是自我再回歸自性，逐漸修復受損的自我與自性的關係（Edinger, 1960, 1972; Nagel, 2010），本研究探討之圖1，為修復歷程的可能路徑之一，自我與自性間的軸線恢復連結。

（二）輔導者介入意圖與技巧：融合  
諮商理論知識及靈修輔導知識  
本研究的輔導者在晤談時形成內隱





圖1  
自我—自性軸修復之脈絡

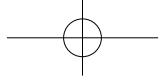


的輔導意圖，以及使用多樣外顯的介入技巧。首先，輔導者意圖形成個案概念化，依據榮格心理學詮釋受輔者心靈能量動態（意圖技巧核心類別1）。其次，輔導者外顯行為是運用各式諮商技巧與輔導關係本身（意圖技巧核心類別2），最後，隨著靈修輔導的進展，輔導者也運用祈禱操練產生的改變動力，以催化心理議題改變成效（意圖技巧核心類別3）。整體而言，輔導者善用諮商領域的理論與技術來進行輔導時之個案概念化與歷程化，佐以對靈修輔導之理解，運用祈禱操練產生之動力，強化心理議題改變。

本研究與融入靈性觀的心理諮商歷程相較，有以下發現：

### 1. 個案概念化

本研究發現主要在詮釋心靈結構狀態，而融入靈性觀諮商主要在於評估宗教信念意涵與影響、人神關係與心理議題間動力，以及納入宗教／靈性觀點的案主問題陳述與理解（陳秉華等人，2019；張淑芬，2017）。換言之，本研究的個案概念化焦點在於心理能量如何在自我、情結、自性等之間流動，是對心靈結構意識層與潛意識層細膩理解的歷程。而融入靈性觀的諮商個案概念化則以心理議題為焦點，透過靈性評估了



解宗教、文化、心理病理學之交織脈絡為何（Cashwell & Young, 2005; Frame, 2003; Richards & Bergin, 2005; Sperry, 2011）。二者相近之處在於皆需要形成個案概念化，以此為晤談歷程開展的基礎。二者相異之處，可說本研究的靈修輔導因融入榮格心理學派的觀點，個案概念化已涵蓋意識層、潛意識層的描繪，較為深廣，而融入靈性觀諮商的個案概念化會收集個案的靈性／宗教資料，視宗教為案主的信念系統，焦點多在於理解宗教信念對認知、情緒等意識層面的影響。

## 2. 輔導意圖與技巧

本研究的輔導意圖促發與自性的互動，加深自我與自性的連結融合，亦即意圖開啟個體化歷程，同時達成深化心理議題改變的成效。而融入靈性觀諮商中，諮商意圖主要為企圖鬆動已僵化的宗教信念，以改變認知、情緒、行為（張淑芬，2017）。二者相近之處在於內隱的意圖皆涵蓋心理議題的改變。然二者相異之處在於，靈修輔導未以心理議題改變為唯一目標，而是透過介入靈性意象，使心理能量流動而改變自我形象及天主形象，最終目標為邁向更高層次的統整。其次，就輔導技巧而言，靈修輔導運用各式諮商技巧、靈性介入（如討論聖經觀點、上帝／天主意象的運用等顯性靈性介入），加上運用祈禱產生的改變動力，此獨特性使靈修輔導有別於心理諮商範疇。或許，靈修輔導不僅需要靈修與神學領域相關知識，也需要心理諮商專業知識，從心理層次探索延伸至靈性層次，以更涵蓋全人幅度的改變。本研究肯定當輔導者熟悉受輔者的靈性觀時，能有合宜的視角理解心理議題的完整脈絡（范馨云，2014；陳秉華等人，2014，2019；張淑芬，2017）。

## 二、結論

### （一）靈修輔導可轉化心理議題，需運用跨學科之理論與技術

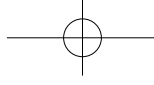
從靈修輔導角度觀察心理議題，確實有產生轉化的可能性，且需要心理諮商理論、靈修輔導等跨學門知識的融合與運用。從心理諮商領域觀之，諮商理論與技術能作為催化心理轉化歷程之依據，有助於提升輔導者對受輔者心理議題的覺察能力。從靈修輔導領域觀之，基督宗教靈性觀對上帝／天主的論述，可作為處理靈性層次的背景知識，以評估上帝／天主形象之扭曲或清晰，如何對心理議題產生影響與衝擊。

### （二）透過默想與默觀祈禱激起之靈性意象，應評估其對受輔者之意涵

本研究發現受輔者透過默觀祈禱產生的靈性意象，與心理議題有交互影響的現象，因此輔導者／心理師探討靈性意象之內涵、象徵、意義等，有助於受輔者／個案了解內在心靈狀態。可說無論靈修輔導或心理諮商，當受輔者／個案表達出圖像、影像等意象時，皆是相當重要的潛意識素材，輔導者／心理師若能觀察、關注、評估、探索而妥善介入，應能助人產生體驗與洞察。

### （三）榮格心理學派可詮釋心理諮商治療與靈修輔導，可作為共通之理論視角

本研究發現榮格心理學派對心靈結構的主張可據以分析心理議題轉變歷程中的自我狀態、自性狀態、情結狀態、自我與自性關係狀態等。或許榮格心理學派不僅運用於心理諮商與治療領域，亦可應用部分於靈修輔導領域，作為描述、詮釋、介入心靈轉化歷程之理論依據，可為心理諮商與靈修輔導共通的理



論視角。

## 伍、建議

### 一、對心理師之建議

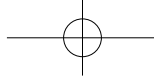
本研究建議有志於融入靈性諮商之心理師對具基督宗教信仰的案主進行諮商時，需要注意其自我形象及天主形象，以及彼此關係如何。心理師進行融入靈性諮商時需評估影響心理健康的靈性要素，協助案主檢視天主形象與相應的自我形象，評估二者對心理困擾的影響程度與脈絡，以擴展個案概念化。其次，進行融入靈性諮商時可留意針對靈性意象的介入，亦即若個案提及祈禱經驗、浮現的意象內容、意義、衝擊等，可能是諮商中不可忽略的訊息。而心理師若對影響心理健康的靈性要素不甚熟悉，亦宜考慮適時轉介，以謀求案主最大的福祉。

### 二、對靈修輔導員之建議

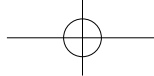
本研究發現輔導者同時運用心理諮商技術與靈修輔導知識，建議靈修輔導員可學習心理諮商知識與技術，以融合靈修與神學知識，在遵守靈修輔導倫理守則（Australian Ecumenical Council for Spiritual Direction, 2019）的前提下，靈活運用在靈修輔導過程中。

## 參考文獻

- 范馨云（2014）。基督徒諮商員靈性諮商概念形成及其在不同督導團體階段之變化〔未出版之碩士論文〕，國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系。
- 陳秉華、朱美娟、黃奕暉、楊蓓、趙慧香（2019）。融入宗教與靈性的心理諮商。心靈工坊。
- 陳秉華、范嵐欣、程玲玲（2014）。融入基督宗教靈性的諮商督導團體成果研究。《教育心理學報》，46（1），93-116。http://doi.org/10.6251/BEP.20131231
- 陳秉華、程玲玲、范嵐欣、莊雅婷（2013）。融入基督信仰的靈性諮商課程暨成果評估。《教育心理學報》，44（4），853-874。
- 陳秉華、詹杏如、范嵐欣、Mullahy, M. J.（2015）。基督徒諮商師融入靈性的諮商實務經驗。《教育心理學報》，46（4），565-587。https://doi.org/10.6251/BEP.20140826
- 陳秉華、蔡秀玲、鄭玉英（2011）。心理諮商中上帝意象的使用。《中華輔導與諮商學報》，31，127-157。https://doi.org/10.7082/CJGC.201112.0128
- 張淑芬（2017）。融入基督宗教靈性觀之心理諮商歷程分析：以家庭關係諮商為例。《教育心理學報》，49（2），243-266。https://doi.org/10.6251/BEP.2017-49(2).0004
- 賈紅鶯、陳秉華、溫明達（2013）。從系統思維探討基督徒癌婦的家庭關係與靈性經驗。《中華輔導與諮商學報》，37，243-279。
- 蔡宜秀（2019）。本土靈性諮商初步探究。《新世紀宗教研究》，18（1），123-156。https://doi.org/10.3966/168437382019091801004
- 盧德（2004）。榮格宗教心理學與聖三靈修。光啟文化。
- Tibaldi, M.（2017）。積極想像：與無意識對話，活得更自在（倪安宇，譯）。心靈工坊。（原著出版於2010年）
- American Psychological Association.（2003）。Guidelines on multicultural



- education, training research, practice, and organizational change for psychologists. *American Psychologist*, 58(5), 377-402. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.5.377>
- Australian Ecumenical Council for Spiritual Direction Incorporated Associations. (2019). *Code of ethics for spiritual directors*. Australian Ecumenical Council for Spiritual Direction. <https://spiritualdirection.org.au/resources/code-of-ethics/>
- Barry, W. A. & Conolly, W. J. (2009). *The practice of spiritual direction*. HarperOne.
- Baulsom, B. T. (2015). *The cycle of growth: 12 stages in the process of evolution and growth of everything*. Brian Baulsom.
- Becker, K. L. (2001). Unlikely companions: C. G. Jung on the spiritual exercises of Ignatius of Loyola-An exposition and critique based on Jung's lectures and writings. Gracewing.
- Bogdan, R. C., & Biklen, S. K. (1998). *Qualitative research for education: An introduction to theory and methods* (3rd ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Bray, K. E., Egan, M. Y., & Beagan, B. L. (2012). The practice experience of evangelical Christian occupational therapists. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 79(5), 285-292. <https://doi.org/10.2182/CJOT.2012.79.5.4>
- Cashwell, C. S., & Young, J. S. (Eds.). (2005). *Integrating spirituality and religion into counseling: A guide to competent practice*. American Counseling Association.
- Corbett, L. (1996). *The Religious Function of the Psyche*. Brunner-Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203130179>
- Daniel, C., & Fitzpatrick, M. (2013). Integrating spirituality into counseling and psychotherapy: Theoretical and clinical perspectives. *Canadian Journal of Counseling and Psychotherapy*, 47(3), 315-341.
- Edinger, E. F. (1960). The Ego-Self Paradox. *Journal of Analytical Psychology*, 5, 3-18. <https://doi.org/10.1111/j.1465-5922.1960.00003.x>
- Edinger, E. F. (1972). *Ego and archetype: Individuation and the religious function of the psyche*. Penguin Books. <https://doi.org/10.1176/ajp.1974.131.12.1425b>
- Elliott, R. (1984). A discovery-oriented approach to significant change events in psychotherapy: Interpersonal process recall and comprehensive process analysis. In L. N. Rice & L. S. Greenberg (Eds.), *Patterns of Change* (pp. 249-286). Guilford.
- Frame, M. W. (2003). *Integrating religion and spirituality into counseling: A comprehensive approach*. Brooks-Cole.
- Guba, E. G. & Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth generation evaluation*. Sage Publication.
- Jung, C. G. (1968). *The collected works of C. G. Jung, Vol. 9: Archetypes and the collective unconscious* (In S. H. Read., M. Fordham, G. Adler & W. Mcguire, Eds.). (Original work published 1959)
- Hill, C. E., Helms, J. E., Spiegel, S. B., & Tichenor, V. (1988). Development of a system for categorizing client reactions to therapist interventions. *Journal of Counseling Psychology*, 35(1), 27-36. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.35.1.27>



- Hill, C.E. (2020). *Helping skills: Facilitating exploration, insight, and action*. American Psychological Association.
- Maximo, S. I. (2019). A scoping review of ethical considerations in spiritual /religious counseling and psychotherapy. *Journal of Pastoral Care & Counseling*, 73(2), 124-133. <https://doi.org/10.1177/1542305019848656>
- Nagel, C. (2010). Analytical Psychology. In David Leeming, Kathryn Madden & Stanton Marlan (Eds.), *Encyclopedia of psychology and religion* (pp.31-35). Springer.
- Neumann, E. (1973). *The child: Structure and Dynamics of the Nascent Personality*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429481277>
- Richards, P. S., & Bergin, A. E. (2005). *A spiritual strategy for counseling and psychotherapy*. American Psychological Association.
- Sperry, L. (2011). Spiritually Competent Practice With Individuals and Families Dealing With Medical Conditions. *The Family Journal*, 19(4), 412-416. <https://doi.org/10.1177/1066480711417236>
- Stein, M. (1998). *Jung's map of the soul: An introduction*. Open Court.
- Vandenberghe, L., Prado, F. C., & Camargo, E. A. (2012). Spirituality and religion in psychotherapy: Views of Brazilian psychologists. *International Perspectives in Psychology: Research, Practice, and Consultation*, 1(2), 79-93. <https://doi.org/10.1037/a0028656>

投稿日期：2023年04月26日

通過日期：2023年06月25日

