



課程名稱	助人基本技巧與歷程
英文名稱	Basic Counseling Skills & The Therapy Process
講師姓名	張傳琳
Email	
授課目標	本課程系為幫助學生整合諮商基本技巧與方法，學習諮商歷程中三階段模式的各種助人技巧和教牧輔導的運作，從探索、洞察到行動的催化，能更有效的實踐助人的工作；透過技術教導與實際演練，學習教牧輔導歷程的運作；並透過閱讀及討論諮商相關議題，瞭解與該議題相關之諮商策略、方法及限制，精熟各種諮商理論與技巧並從中學習諮商實務之運作。
教學方式	1. 理論與實務教學 2. 小組演練與討論 3. 視聽教材與電影解析
評鑑方式	1. 課外小組演練：每人須參與課外小組實務演練至少八次；(20%)。 2. 每人皆須接受個別諮商，至少 4-6 小時，並撰寫受輔心得乙份(印象之旅、受輔經驗、諮商關係的體會)，以增進自我盲點的瞭解與個人議題之突破；(20%)。 3. 每人至少需接一個個案，選擇自己滿意的錄音一次，並撰寫諮商紀錄報告，包括治療計劃表 1-2 頁、諮商記錄表 6 頁、結案報告表 1-2 頁；(30%) 自行選定可以展現個人學習成長之接案過程，撰寫 15 分鐘逐字稿三篇，外加逐句評論(包括意圖說明)；(30%)。
教科書目	1. Hill, Clara 著，田秀蘭、林美珠譯。(2019)。助人技巧:探索、洞察與行動的催化(Helping Skills: Facilitating Exploration, Insight, and Action) (第四版)。台北：學富 2. Welch, Ira D. & Gonzalez ,David M. 著，潘貞妮譯 (2006) 諮商與心理治療的歷程與實務-各種技術探討(The process of counseling and psychotherapy matters of skill)。新加坡：Thomson。
參考書目	(1) Corey, G..著。修慧蘭 鄭玄藏, 余振民, 王淳弘譯。(2023)。諮商與心理治療：理論與實務 (五版)。台北：雙葉。 (2) 黃素菲總校閱,張勻銘、林家興、張傳琳等著。(2021)。諮商理論與技術。台中：華格納。 (3) 孫頌賢著，(2016)。諮商心理衡鑑。台北：張老師。 (4) Sandy Magnuson & Ken Norem 著；陳增穎譯，(2015)。諮商技巧精要：實務與運用指南。台北：心理。 (5) Dwight Webb，(2008)，心靈諮商-理解咨商真諦與人類經驗之新取向。台北：心理。 (6) 邱珍琬，(2024)，圖解個別諮商。台北：五南。 (7) 呂嘉寧、吳志祥譯，(2007)，心理諮商箴言。台北：心理。 (8) Gerard Egan，曾端真校訂，鐘瑞麗譯，(2007)，助人歷程與技巧：有效能的助人者。台北：雙葉。 (9) Cormier, S.等，王文秀校閱，(2007)，助人者的晤談策略。台北：心理。 (10) 邱德才，(2000)，TA 的咨商歷程與技術。台北：張老師文化。



## 2026 年秋季學期課程教學大綱(週五授課)

- (11) 林家興、王麗文，(2000)， 心理治療實務。台北市：心理出版社。
- (12) 張德聰等箸，劉焜輝總校閱，(2000)， 咨商技巧訓練手冊。台北：天馬。
- (13) 張德聰等，(1998)， 諮商技巧訓練手冊。台北：天馬。
- (14) 陳金定編譯，(1996)， 諮商工作實務。台北：心理。
- (15) 陳金定譯，陳秉華校閱，(1996)， 咨商工作實務。台北：心理。
- (16) 牛格正，(1996)， 諮商實務的挑戰。台北：張老師。
- (17) 羅倩玲，(1996)， 助人技巧活動設計手冊。台北：五南。
- (18) 呂俐安 張黛眉 鄭玲宜 楊雅明譯，(1996)， 咨商過程，台北：五南。
- (19) Sperry, L., Carlson, J., & Kjos, D. (2003). *Becoming an Effective Therapist*. Boston: Pearson Education.
- (20) Doyle, R. E. (1998). *Essential Skills and Strategies in the Helping Process*.
- (21) Leigh, A. (1998). *Referral and Termination Issues for Counselors*.
- (22) Manthei, R. (1997). *Counseling: The skills of finding solutions to problems*.
- (23) Sills, C. (1997). *Contracts in Counseling*.
- (24) Hackney, H.L. & Cormier, L.S. (1996) *The professional counselor—a process guide to helping*. Boston: Allyn & Bacon.

### 學員 要求

學校週次	授課日期	課程大綱	及閱讀進度 ●請註明頁數
1	09/11	1. 課程簡介、諮商歷程概念簡介 諮商的基本理念與諮商歷程	1. 助人技巧：探索、洞察與行動的催化 p.1-34 2. 諮商與心理治療的歷程與實務-各種技術探討 p.3-99
2	09/18	1. 建立諮商關係、同理心的訓練 2. 諮商技巧練習：專注與簡述語意 3. 諮商技巧綜合演練	1. 助人技巧：探索、洞察與行動的催化 p.119-138 2. 諮商與心理治療的歷程與實務-各種技術探討 p.3-55
	09/25	中秋節放假 ( 國定假日 )	
3	10/02	1. 接案流程與初步會談技術 2. 評估個案問題、初次晤談	1. 助人技巧：探索、洞察與行動的催化 p.97-210 2. 諮商與心理治療的歷程與實務 - 各種技術探討 p.129-217
	10/09	國慶日補假 ( 國定假日 )	
4	10/16	1. 進行諮商介入(一) 2. 建立目標、問題澄清 3. 衡鑑與診斷 4. 諮商問題概念化	1. 助人技巧：探索、洞察與行動的催化 p.213-312 諮商心理衡鑑第二章
5	10/23	1. 進行諮商介入(二) 2. 選擇介入的方向 →開始接案 3. 進行諮商介入—探索技巧的學	1. 助人技巧：探索、洞察與行動的催化 p.315-428 2. 諮商心理衡鑑第四～五章



## 2026 年秋季學期課程教學大綱(週五授課)

		習	3. 圖解個別諮商第二、三單元
6	10/30	1. 進行諮商介入(三) 2. 促進洞察與瞭解技巧的學習	1. 助人技巧：探索、洞察與行動的催化 p.315-395 2. 圖解個別諮商第六～十一單元
7	11/06	1. 進行諮商介入(四) 2. 促進行動技巧學習	1. 助人技巧：探索、洞察與行動的催化 p.401-428 2. 諮商與心理治療的歷程與實務 - 各種技術探討 p.229-297
8	11/13	1. 諮商結束階段 2. 個案研討論	1. 諮商心理衡鑑第四～五 2. 圖解個別諮商第十八單元
9	11/20	常見心理議題的處理：自殺的防治與處理	1. 教學 PPT 2. 小組研討
10	11/27	個案實務演練（一）	1. 教學 PPT 小組研討
11	12/04	個案實務演練（二）	1. 教學 PPT 小組研討
12	12/11	個案實務演練（三）	1. 教學 PPT 小組研討
13	12/18	回饋與整合	
	12/25	聖誕週放假一週	
	01/01	元旦放假（國定假日）	

**備註：(學校對學生要求) 課前需完成老師所指定的閱讀進度及遵行老師課程規範進行之  
※包括期末考週至少需上滿 14 週課程，至多 15 週，**