

相信與肯定

- 阿德勒理論在國中生偏差行為之應用

陳羿竹 - 嘉義大學輔導與諮商研究所

嘉義市立嘉義國中輔導教師

goofy1129@hotmail.com

壹、前言

在大學接觸輔導諮商之前，我對於自己的形容是，有主見、喜歡展現自己但同時也是容易緊張的，總是習慣做好萬全準備，才能夠正面迎戰，若是突如其來的狀況，我容易感到焦慮不安，總是在碰到狀況時第一個反應或是第一句話是「慘了！該怎麼辦？」。而透過輔導諮商，在學習的過程中，我獲得更多的是探索自己，了解家庭背景及成長脈絡帶給我個性及想法的影響，透過實際的經驗諮商，我真實的感受到自己埋藏在心中隨時可能引動的議題，當有此覺察時，也正是改變的開始。

成為一名國中輔導教師後，我學習跳脫以往自己個性的限制及看待問題出現的反應，在面對層出不窮學生的狀況或是自己日常突如其來的狀況，我能夠冷靜面對，不再容易像過去那樣緊張，而是能夠正向的去看待事情、看待學生的行為問題。

由於自己過去的經驗加上成為教師三年多以來，我也深刻感受到家庭對於個人的影響，其中對於阿德勒學派所提及之概念，像是目的論、追求卓越、鼓勵、正向肯定、早期記憶探索、重組早期記憶、社群感等等，特別感覺可以運用於與「偏差行為」的學生相處之道，重新看待學生的行為狀況，以鼓勵的方式給予學生勇氣，透過晤談的探索過程，引導學生看見並了解自己的行為模式、行為背後的目的，鼓勵其將勇氣及這些「了解」做結合，相信學生的改變正在開始。

因此本文章，將藉由閱讀相關的文獻，並整理個人之論述，將內容著重於阿德勒理論在「偏差行為問題的學生」之應用分享。

貳、 阿德勒理論諮商歷程

阿德勒理論的諮商歷程大致上有四個過程，本章將以諮商偏差行為之國中生，針對不同的歷程進行論述如下：

一、 建立平等尊重的關係

阿德勒理論相信關係涉及的是平等的相互尊重。諮商師也許在心諮商中扮演專家的角色，但是個案才是他本身的專家，他們必須相互合作才能夠達成預期的結果。諮商的目標也是需要雙方共同決定的，若其中有一方阻礙了諮商目標，諮商便是失敗的，抵抗被定義是在兩個平等雙方間目標的錯位 (Corsini, R. J., & Wedding, D., 2013)。

阿德勒理論強調了個體的場域及脈絡，因著如此，偏差行為學生的行為時常是有目的的，也許是在反應所生存的社會情境，透過努力地爭取及追求，達成所想要的心理滿足或目標。輔導教師容易接收到導師轉介的個案類型之一，便是不服管教、說謊、偷竊、違反校規等偏差行為的學生，在與這類型的學生接觸時，若能試著參與他們的世界，並從他們的眼界看待生活，建立良好的諮商關係，用正向的眼光看見他們可能只是渴望他人看到他的存在與重要性，對他們行為目的的了解與接納、真誠一致的同理，才有進一步教導偏差行為學生表現適當行為的可能性。

二、 探索個體心理動力

當諮商關係建立夠穩固後，輔導教師便可透過談話，蒐集學生的早期記憶、家庭星座，了解其生活方式，將焦點放在學生的背景脈絡，試著探索其心理動力。

三、 鼓勵自我了解與領悟

在這個歷程，輔導教師透過對偏差行為學生所蒐集到的訊息進行闡釋，利用開放式的問句與他們一起探討其內在動機，例如：「有沒有可能你這麼做，真正的目的是想跟以前一樣，想帶給同學開心，讓同學覺得你是搞笑幽默的人呢？」，因為輔導教師與個案平等的諮商關係，所以他們也能夠反對或是認同這些猜想，使個案較不會產生自我防衛，最終能協助偏差行為學生了解自己的行為目的，進而發現生活型態中錯誤的個人邏輯對現在生活的影響，協助他們對於獲取關注、顯現無能、爭取權力、尋求報復等錯誤的行為目標產生新的覺察。

四、 協助當事人重新定向

諮商歷程的最後階段便是行動導向階段，協助個案重新自我定向並給予再教育，將諮商歷程中的洞察及領悟化做建設性實際行動 (蔡惠貞，2016)。

在這個階段，輔導教師透過鼓勵，協助偏差行為的個案看見自己擁有的能力、發現自己的內在資源，建立自信並產生勇氣，當他們覺得自己不孤單、有歸屬感，或對生活產生了希望感，就能夠在日常生活中的行為表現有新的選擇產生。

鼓勵是阿德勒理論在諮商程序中最有特色的部分，也是所有諮商歷程的核心，與其說鼓勵是種技術，不如說是種態度 (Gerald Corey, 1995)。偏差行為類型的個案大多看不到、也無法肯定自己的正向特質，因為自己不適當的行為總是受到禁止、責罵、與懲罰，所以輔導教師的重要任務之一，就是要幫助個案看見自己的資源。阿德勒理論認為沮喪、喪失勇氣，是導致個人功能失常的基本因素，因此鼓勵乃是解毒劑 (Gerald Corey, 1995)。

除了協助個案看見自己的正向能力外，個案也被鼓勵去挑戰現在的生活型態，進行改變。偏差行為類型的學生，可能幾乎不曾被任何人肯定或是相信過，但輔導教師若能對他們的改變表達信心，並期望他們能夠承擔生活中的責任、肯定自我的價值，這樣不同的對待方式，偏差行為的學生也許較願意採取行動進行改變。

參、 阿德勒理論在輔導學生偏差行為的發現

本章節將論述的是，以阿德勒理論提及的概念，實際運用於輔導偏差行為學生，在這之中輔導教師的學習及個案的改變。

一、 看待個案問題的眼光

輔導教師如何看待偏差行為個案的問題，是建立平等尊重諮商關係的重要關鍵。林俊成 (2014) 指出，建立良好的師生關係，應以「社會興趣」為基礎，其是指個人與他人合作、達成個人與社會目標先天的特質，若教師是立於權威者位置，孩子只是懼怕權威，無法從經驗中學習效果。

面對學生的偏差行為，應該撇除成人主觀性的價值判斷，勿在第一時間以責備的口氣指責，而是以同理及真誠的態度，接納學生呈現出的問題行為，以關心的口吻詢問學生的生活近況，或去探究學生本人對於事件的詮釋，從他們的眼光看待世界。

二、 理解個案行為的目的

阿德勒理論強調，將學生置於其社會脈絡下，看見其問題背後的原因及目的。輔導教師可以透過讓學生訴說自己的生命故事，從中慢慢地探索學生的生命經驗，並引導其看見過去的錯誤目標，與現在生活型態之間的相關，將學生與問題分開來談，不以「問題學生」、「壞學生」等標籤來阻擾學生的改變。

三、 在平等的關係下合作

試著想像這樣偏差行為類型的學生，在求學階段、家庭之中，被如何的對待吧！他們可能早已習慣了被指責，甚至將成人的發怒及傷心錯誤的理解成是被關注，因此，將自己塑造成面對成人總是防衛的刺蝟，是偏差行為學生很常見的狀況。

在平等的關係下合作，輔導教師應深知學生想保護自己的需求，用更多的耐心與這樣的學生工作，以更柔軟的心關懷並接納學生所呈現出的抗拒。

四、 協助個案自我洞察

在彼此關係建立穩定及獲得學生信任後，輔導教師可以透過正向問題的提問，引導學生對於自己的行為目的產生覺察，強調的是問題背後真正的目的，而非只是看見學生表現出的偏差行為。像是課堂上不斷與教師唱反調、衝突的學生，可以試著與該生討論，

是否是希望被老師注意或關心、或是否希望能夠成為同學的開心果，帶領學生對於自己行為自我洞察。

五、 鼓勵個案重新定向

透過與輔導教師平等尊重的合作關係，個案擁有正向的人際互動經驗，輔導教師可於此階段，具體的讓學生看見自己的正向特質及資源，讓學生理解自己能夠做出不同的選擇而創造不同的生活，協助學生滋長出勇氣，並鼓勵學生對於自己過去錯誤的目標及生活型態進行修正。

六、 重視個案自我負責

在諮商的過程中，會運用許多需要學生進行的「家庭作業」，學生被要求須要去完成，也讓學生明白，自己才是諮商的主體、本身的專家。

阿德勒理論強調，必須教導學生行為與行為結果間的關係，培養符合社會規範的態度和行為能力，期能在社會生活中有良好的適應（林俊成，2014），此目的正是希望學生能夠學習自我負責，在改變開始的時候，也成為一個願意為自己行為負起責任的人。

肆、 結語

偏差行為的學生常常都是讓導師或學務處最頭痛的，他們不按牌理出牌、像是不定時炸彈般層出不窮的擾亂課堂秩序、學校規範，然而透過記過等處罰，僅能夠做到暫時壓抑住學生的不當行為，不僅問題沒被解決，學生內在也沒有機會被探索。

處理學生行為輔導管理時，教師應具備尊重、真誠、接納、溫暖及支持，並展現同理心及觀察力，讓學生感受到教師是關心自己，才能讓他們卸下防衛，真實地面對自我，以有效改善偏差行為 (林俊成，2014)。

身為一位輔導教師，阿德勒理論的精神確實提供足以自省與實踐的平臺，時時提醒自己成為給孩子鼓勵和肯定的人，只要孩子能自己完成任務、或有些許的進步，都不要吝惜予以掌聲；同時，需洞察與分辨教師、父母、與孩子的責任範圍，提醒自己不要過度保護、剝奪孩子的學習權力，只要扮演催化或引導者、從旁協助，信任其有能力為自我負責，都是訓練孩子獨立自主的重要過程 (陳美璿，2010)。

因此我希望透過相信及肯定，以正向的眼光看待學生表現出的行為問題，從脈絡理解學生，引導學生真正的「探索自己、了解自己」，透過陪伴者給予肯定及鼓勵，使這樣類型的學生感受到自己被全然接納，發現自己更多潛在的能力資源。我也相信透過平等合作的諮商關係，學生在獲取正向的人際經驗後，能夠理解自己是擁有選擇權、能夠掌控自己的行為表現、並嘗試建構合宜的生活型態，並自我負責。

伍、 參考文獻

- Corsini, R. J., & Wedding, D. (2013). *Current Psychotherapies (10th)*. Canada: Brooks/Cole.
- Gerald Corey (1995)。《團體諮商的理論與實務》(張景然、吳芝儀譯)。台北市：揚智文化。
- 林俊成 (2010 年 3 月)。阿德勒學派「自然」與「邏輯」後果在教師輔導與管教學生之運用。《臺灣教育評論月刊》, 3(9), 15-19。
- 陳美璿 (2010)。阿德勒學派對輔導與親職教育的提醒。《諮商與輔導》, 293, 17-20。
- 蔡惠貞 (2016)。以阿德勒治療同儕自殺之青少年。《諮商與輔導》, 368, 46-49。