

# 解困之道

---

尋解面談應用手冊及個案匯編

楊家正 游達裕 梁玉麒 編



香港大學出版社

HONG KONG UNIVERSITY PRESS

香港大學出版社  
香港田灣海旁道七號  
興偉中心十四樓

© 香港大學出版社 2001  
2001 年初版  
2002 年第二次印刷

ISBN 962 209 533 X

版權所有。本書任何部分之文字及圖片，  
如未獲香港大學出版社允許，  
不得用任何方式抄襲或翻印。

本社提供網上安全訂購保障  
<http://www.hkupress.org>

香港金泰印刷有限公司承印

# 目錄

---

前言	馬偉東	vii
序言	楊家正	ix
作者簡介		xi
<b>第一部分 理論篇</b>		<b>1</b>
1 尋解面談簡介	游達裕 朱志強 梁玉麒	3
2 尋解面談模式的再思	朱志強	21
3 後現代主義之下的心理輔導	楊家正	51
<b>第二部分 應用篇</b>		<b>91</b>
4 尋解面談應用手冊	楊家正 游達裕	93
<b>第三部分 經驗分享</b>		<b>141</b>
5 媽媽，請給我多點讚賞！	陳偉業	143
6 與你同行	李玉娟	165
7 團隊培訓的反思	黃愛球	179
8 同路人心聲	一位接受尋解面談的案主	199

# 作者簡介

---

## 楊家正

現職於香港大學社會工作及社會行政學系，主要教授個案輔導工作、家庭治療法及職業輔導。主要研究香港家庭的問題，尤其集中於父母間的爭執如何引致青少年的行為問題。

## 游達裕

現為香港家庭福利會青少年綜合服務隊社工，專注於家庭及青少年工作。

## 梁玉麒

現為香港家庭福利會社會服務主任，十多年來專注於家庭及培訓工作，其興趣在於發展本色化社會工作實踐及輔導。

## 朱志強

現職於理工大學應用社會科學學系，從事社會工作教育，主要教授社會工作理論與實務。專注研究尋解面談的理論與實踐、訓練與督導等課題，其博士論文主要研究心理治療與社會工作結合的種種問題。

### 陳偉業

畢業於香港中文大學社會工作學系，先從事青少年中心工作。其後，轉職家庭個案輔導及學校社工，並於一九九八年獲香港理工大學頒授社會工作深造文憑，主修家庭為本社會工作。現職香港家庭福利會學校社工。

### 李玉娟

於一九九零年加入香港家庭福利會，主力從事個案工作、離婚調解服務，並曾任職學校社會工作。

### 黃愛球

華盛頓大學 (Washington University) 社會工作碩士。現職香港家庭福利會社工，從事家庭服務及健康身心小組工作。

## 第 1 章

# 尋解面談簡介

---

游達裕 朱志強 梁玉麒

### □ 尋解面談的發展簡史及背景

尋解面談 (Solution-focused Therapy) 是近二十年逐步發展至成熟的輔導模式，主要是由一羣家庭治療員先後在美國米華基 (Milwaukee) 的短期家庭治療中心 (Brief Family Therapy Center)，提供個人及家庭心理治療，並且不斷為他們的臨床經驗進行研究、理論探索及專業培訓，最後逐步演變成尋解面談模式 (de Jong 和 Berg 1998; de Shazer 1982, 1985, 1988, 1991, 1994; de Shazer et al. 1986)。

Steve de Shazer 及其妻子 Insoo Kim Berg 等人於七十年代後期創立‘短期家庭治療中心’，不少同工先後在這中心參與尋解治療的工作及研究，包括早期的 Eve Lipchik、Michele Weiner-Davis 等，這短期家庭治療中心後來亦成為培訓治療師的主要場所，一些曾接受該中心培訓的輔導員，也受聘於該中心工作，並且逐漸發展不同的研究項目及治療重點 (Nichols 和 Schwartz 1998)。

該治療中心亦為世界各地提供訓練，舉辦工作坊，並且著書立說，及於一些期刊發表專文和研究結果，積極倡議他

們的工作模式及對治療的信念。而受尋解治療的影響，世界各地也分別成立尋解治療中心（何會成和朱志強 1999）。

簡略而言，尋解面談的發展，是受着幾方面的影響。早期 de Shazer 及 Berg 等人，曾受心智研究社 (Mental Research Institute) 及催眠心理治療大師 Milton Erickson 的影響，如他們相信人本身已擁有解決問題的能力，當尋求協助時，往往為眼前的問題困擾，在以往無效的方法裏不斷打轉，故此要善用案主已有的潛能，並且加以發揮。早期 de Shazer 的水晶球技巧 (Crystal Ball Technique) (de Shazer 1988) 及後來的奇蹟問句，也與 Erickson 着重發展案主的潛能及着重未來的導向相當符合。

此面談模式也受後現代思潮<sup>1</sup> (Post-modernism) 及社會建構主義 (Constructivism) 的影響 (de Shazer 1991)，認為案主的問題並非是獨立的客觀事實，而是通過與案主的交談，在言談間逐漸呈現出來，這個建構出來的互為主觀的現實才是重要的。故此面談的精髓，在於了解案主如何通過語言及交談，表現所關注的問題，並且透過交談的過程，共同建構出對問題的新理解，特別是問題的解決之道，以促進案主的理想轉變 (de Shazer 1994)。

隨着西方心理治療費用的上升，以及心理治療漸漸成為精神健康保險制度的範圍之一，而尋解面談着重於短期成效，並且協助案主達至所期望的轉變，自然有助於它在西方社會的普及化及被廣泛應用。

## ■ 尋解面談簡介

尋解面談是一種輔導模式。雖然 therapy 的意思是指‘治療’，在心理學的範疇，更含有心理治療的意思，但‘治療’

這名詞是反映西方傳統醫學觀點解決問題（及醫治疾病）的模式，而這模式背後所持的邏輯實證基礎，尤其應用在人所面對的困擾上，是深受尋解面談的基本信念所質疑。

de Shazer 及其他學者對傳統心理治療模式，作出批判性的反思。基於社會建構的觀點，他們認為人所面對的問題，不能用所謂客觀的資料所解釋和掌握的，並且相信人對世界和外界事物的理解及詮釋，直接構成問題的形成，故此問題是建構出來的，不是完全客觀獨立的事物。更重要的是，所謂問題的根源或對問題的理解，與尋找方案的過程可以是全沒有關係的，甚至可以是兩者獨立、互不相干。而通過工作人員與案主的‘談話過程’，便開始對問題重新解構和重新建構解決問題的方案，這亦即是尋解的過程，故此‘談話’比‘治療’的翻譯較為恰當，當然這裏指的‘面談’並非一般社交式的閒談，而是‘有目的交談，以促使案主改變，並達至他／她所想的轉變’。

尋解面談相信案主是有足夠能力和資源去解決自身的問題，這信念和社會工作的‘助人自助’中心思想吻合，只是案主暫時未能察覺自己已擁有這些解決問題的能力和成功經驗，故此面談的過程，着重幫助案主發掘這些方案，並且善加利用。

當案主尋求輔導時，只是受當時問題所困擾，眼前只看到不能解決或一成不變的問題。而察覺不到眼前的問題或困擾同時亦在不斷轉變，過程裏充滿着轉機，只要能把握和善加利用，工作人員與案主自然能朝着理想的方向進發。

簡略而言，尋解面談建基於三條黃金定律及由五組問句所構成。這三條黃金定律是：

- (一) 如無破損，且由得他 (If it ain't broken, don't fix it.)  
—— 工作人員不應以自己的標準和意願，將問題強加於



案主，要視乎案主的觀感，以有沒有案主的邀請為準，決定應否介入。

- (二) 如見成效，繼續嘗試 (If it works, do more of it.) —— 留意案主成功的經驗，鼓勵他／她繼續嘗試，推動其積極及有效的行為，更可加強案主改變的決心。
- (三) 努力無效，另尋他法 (If it doesn't work, do something different.) —— 當以往的方法無效時，要作出反省及檢討，改以其他方法解決問題。

而該五組問句均是尋解面談的主要輔導技巧，它們分別是：<sup>2</sup>

- (一) 詢問面談前的轉變 (Pre-session Change Question) —— 當安頓案主下來後，工作人員便可直接詢問案主在面談前的轉變情況，從中可提供不少解決問題的線索。西方的研究指出，約有三分二的案主回答說事情有某些改善時，工作人員便可跟進及鼓勵案主作更詳細的描述。
- (二) 詢問例外情境 (Exception-finding Question) —— 這組問句是讓案主留意及勾劃出當問題不出現或其嚴重程度稍減的時刻，找出引發例外情境的行為，從而加以鼓勵，以使問題得以解決。
- (三) 奇蹟問句 (Miracle Question) —— 以假設性問句，引領案主至將來問題已解決的時刻，細心發掘自己的行為表現及描述當下的情境，既可增強案主解決困難的信心，也能提供更多資料，以知道將來期望改變的目標。
- (四) 刻度問句 (Scaling Question) —— 這組問句以簡單的數字為基礎，落實案主對其問題的看法，也可用來量

度他／她的求變動機、信心、合作意願等。一方面可用較具體及簡單的衡量準則，以明白案主對問題等的抽象感覺，另一方面更可以協助案主在察覺些微轉變時的具體行為。

- (五) 應付問句 (Coping Question) —— 當案主訴說前途一片灰黯，自己一事無成，感到極大挫折時，工作人員相信案主仍能努力堅持至今，總有其辦法應付問題，或防止問題繼續惡化，這組問句便是讓案主察覺到自己並非想像中那麼無能、無助，而是時刻與困難搏鬥，並且應付得宜。

### ■ 在香港發展的概況<sup>3</sup>

在八十年代初期，Berg 已應香港非政府機構邀請，來港講授尋解面談。在一九八六年，de Shazer 夫婦更接受楊震社會服務中心的邀請，講授該輔導模式及提供訓練。其後香港大學和多個社會福利機構及社會署等，分別邀請他們及 Scott Miller 相繼到港舉辦講座及工作坊。這些講座及訓練工作坊，積極推動了本地社工界對這介入模式的認識及接納。

在一九九零年，本地社工曾應用這介入模式於夫婦關係的處理上 (Chan 1990)，而理工大學的講師也早於九十年代初期，在實務中心 (Practice Centre) 嘗試實踐此介入模式，並處理個人及家庭多方面的問題，及總結了一些經驗 (Yeung、Chu 和 Ho 1994)，後來更較系統地教授此介入模式。而香港家庭福利會於一九九三年成立研習小組，深入探討這介入模式在家庭輔導工作的應用和實踐。香港明愛也不斷探索這輔導模式，及如何應用於家庭服務 (吳家玲、何會成等 1995)，近年來這輔導模式的應用範圍也日漸廣闊。

## 四 尋解面談對輔導的影響

不同的輔導模式當然有不同的貢獻及限制，隨着尋解面談在本港的逐漸普及，更多同工或會嘗試這介入手法。我們在本章討論這介入模式對輔導服務及家庭服務個案工作之一些影響，並且重新提出幾個基本的關注。

### 強調案主的能力及潛質

當案主尋求輔導時，經常受到一些問題所困擾，從其他介入模式出發，常會預先對問題有些假設，並且與案主探討問題的成因、分析問題的結癥，好讓問題更加具體地呈現出來，<sup>4</sup>但案主能力不足之處，便由過往失敗的經驗中清晰地顯露出來，相對地他們的成功經驗，便較容易被忽略。這探索問題成因及重新發掘處理失敗的經驗之過程，更會加強案主的無能感，容易忽略案主的潛能，並不能讓案主建立對自己擁有潛能的信念，而尋解面談正彌補這方面的不足之處。

尋解面談關注對服務對象之能力和潛質的肯定，這種態度不單是輔導的基本信念，並且貫串了整個介入過程，以具體的提問方法體現出來。也是基於這個信念，輔導過程會積極發掘和發展案主解決問題的潛在能力，有時案主未能即時察覺到，工作人員也引導他們慢慢體驗自己擁有這方面的潛能，而工作人員也本着這信念，堅持面對困擾難題時，只有持之以恆，總會找到少許成功應付問題之處，亦會基於這些微細的成功經驗，加以發展，無論逆境如何難堪，相信總會找到解決問題的方法。

### 對契合關係的重視

尋解面談着重與服務對象建立契合的工作關係 (engagement)，比早期的治療性聯盟 (therapeutic alliance) 含意更廣，它不但

着意建立共同的輔導目標，更注重案主在過程中瞬息萬變的心理狀態、工作人員與案主如何配合步伐等。故此工作人員要主動進入受助對象的世界，從其處境去了解 and 明白他／她的狀態、經驗和心境，工作人員要特別留意受助人的遣詞用語，它們所涉及的特殊意義，是和受助者的主觀世界相連，工作人員也是通過這些了解，從而進入其主觀世界。尋解面談再次提醒工作人員要敏銳地面對受助人的語言，及經常要察覺自己說話的影響。

尋解面談不斷強調要與案主步伐一致，要亦步亦趨地緊貼着其意向和目標，而非工作人員將自己想當然的轉變方向，強加於案主身上。當然，轉變方向或許會隨着輔導過程慢慢浮現，它所着重要維繫的契合關係，正是讓案主只有在接納、關懷和尊重的關係裏，才更願意踏上轉變的過程。要建立這契合關係，工作人員更要感受當事人此時此刻的心境，並且體諒他們內心世界瞬息間的萬千變化，以他們的目標為基礎，不要忘記案主乃轉變的主角，這些都是建立契合關係的精髓。

這種對契合關係的重視，正挑戰着傳統輔導或心理治療所討論的‘抗拒’(resistance) (de Shazer 1984)，一般都認為在治療或輔導過程中，抗拒是常見的現象，是由於案主採納不合作的態度，或由於防衛機制所致，而尋解模式卻認為當案主出現抗拒的情況時，工作人員總有些責任，因為他／她可能主動促成了這情況發生，又或者配合不到案主的步伐和心理預期，而不是要案主承擔所有的責任。這種態度，首先工作人員要對自己的態度進行反思：是否急於求變而忽略對案主的體諒和接納？是不是輔導目標只是工作人員一廂情願的想法？這種較為謙虛負責及自我警醒的態度，可幫助工作人員對案主多點了解和接納。

## 着重短期成效及轉變

尋解面談着重案主所期望的改變，以早期緊密的介入，促使案主能有效達至預期目標。近年香港社會福利界正面臨‘資源增值’的影響，長遠來說，我們要以更精簡的人手編制，去策劃及推行可見成效的服務，尋解面談正可迎合這方面的挑戰。而很多不同學派的輔導或治療模式，也愈來愈重視如何促進案主的轉變及短期成效 (Budman 和 Gurman 1988 ; Dryden 和 Feltham 1992 ; Ellis 1996 ; Hoyt 1995 ; Strupp 和 Binder 1984 ; Zeig 和 Gilligan 1990)。

Koss 和 Shiang (1994) 總結過往三十多年有關短期治療的研究，將有時限 (time-limited) 與沒有時限 (time-unlimited) 的治療模式比較，發現兩者的成效並無顯著分別，而轉變更大多在接受治療的早期出現。Lambert (1986) 回顧過去多年來心理治療成效研究的結果，指出很多個人因素（如案主的能力、資源、對改變的動機和決心）及正面的突發事件，皆可促使案主成功解決問題。尋解面談善於運用案主的資源、逐步加強案主對改變的決心，以促使短期轉變的取向，這正與那些研究結果符合。

## 減少標籤化的負面影響

心理治療往往涉及建立關係、診斷、訂立目標和療程、執行及不斷檢討等幾過步驟，其中以診斷的一環尤富爭議性。對案主所面對的問題作出診斷，是希望通過歸納過往的觀察、藉着有系統的研究等，探索問題的根源，並從中了解有效的治療方法，這在精神病患者的應用尤其普遍及顯著。

對尋求輔導的人士作出如此確實肯定的‘診斷’，我們是有所保留的。從過往三十多年的研究，我們知道一些精神

病的病徵是和一些生理因素、遺傳及神經失調有關係，但對於大部分精神病的成因及治療成效，我們仍未有確實的定案，而對一般尋求輔導人士所面對的情緒困擾，及當要解決生活上的實質困難時，這些診斷的適切性更成疑問了。

由於當案主面對這些專業‘診斷’時，會認定自己是需要被治療的病者，便會產生更大的無能感，及只會更被動地跟從所定之療程，因此我們更關注到診斷所引來的負面標籤效應。舉例來說，讓案主接受自己是情緒低落，自然比被診斷為患上憂鬱症輕鬆得多；面對案主時，與其說案主是精神錯亂，倒不如形容他／她面對壓力時，一時無法控制自己而已。

尋解面談不像心理治療般標籤化，只會着眼於案主當前的行為表現，在討論這些困擾及具體的行為中尋求改變，正倡議這非標籤化的精神。

除此之外，本港愈來愈多社工應用此介入模式於學校社會工作上。從我們的觀察，現嘗試總結一些經驗和啟發。

## ■ 對學校社工的啟示

在學校社工所處理的個案中，不少學生被認為是滋事分子，或在學業上缺乏表現，無心向學，而學業上的挫敗正正打擊他們的自尊和自信。尋解面談以案主為轉變中心，並且對這些學生的能力加以肯定、欣賞和讚許，對應他們的心理需要，讓他們覺得自己是有用的。與這羣學生相處，應採納非道德判斷性和非規範性的態度 (non-judgemental and non-normative attitudes) 去了解他們的行為表現 (Berg 和 Miller 1992)。例如案主和其他學生打架，工作人員不應先判斷是非對錯，要先讓他們有足夠空間，表達對這些行為及事件的理解

和感受，從而引導並關心他們期望的轉變。除了危害生命及非法的行為，工作人員對學生的違規 (deviant behaviour) 應先加以包容和接納。

在一些封閉、權力不均和充滿壓抑的學校環境裏，學生除了要學會適應求存外，工作人員如果能創造一些空間，讓他們在接納和包容的氣氛下，容許他們自由地表現自我及與別不同之處，由學生主導及較自由自在地探索自己內心的一面，對他們的健康成長是很有幫助的。

面對青少年的問題，很多教師或其他介入模式，常以對質的方法讓學生清楚自己的行為所帶來的影響，繼而要向自己的行為負責。通常這些方法要在良好的關係下才可應用，即使如此，也會容易觸動案主的防衛機制，不予合作。而尋解面談並不是從這方面入手，在着重建立案主期望的轉變方向時，仍然與他們維持伙伴契合的關係，尤其在討論目標時，自然會探索不同行為及方法所帶來的後果。這樣入手更易鼓勵學生的投入和參與，並減少抗阻的情況，在維護他們自尊的情況下，不斷邀請學生對事件進行多角度的描述。在此，尋解面談將建立關係視為手段之一，工作人員仍可擁有自己期望轉變的議程，甚至慢慢引領學生改變原先所訂立的目標。當然，只有在不斷和學生探討轉變方向，引進不同的意義，以學生為主導時，這種轉變才會出現。

當學校社工較多接觸一些‘問題’學生時，有時會對他們較為體恤，多點從他們的角度出發，甚至會將學生的問題歸咎於教師或學校制度上，也因此對學校產生對抗、不滿的情緒。尋解面談的提示，便是要將教師也作為服務對象看待，再重新投入教師的角度了解事物，由於不同的關懷，所引起的問題自然有別，工作人員有時要巧妙地在教師和學生兩者的觀點之間徘徊，尋求雙方可接納的解決方法。從這方面

來看，要精於尋解面談可算是高明的懷柔手段，在同樣尊重學生和教師意願的情況下，希望學生能在有限制的條件下，尋找一些活動空間，發掘出一些新的意義，發展新的行為模式來適應現實環境。

從我們的觀察，一些同工對某些學校專制蠻橫的措施感到不滿，但又苦無對策，於挫折之餘，更不知如何是好。有時或會發起一些狂想，要搞學生運動、推動革新，當然革命是搞不成的，卻會裝滿一肚子氣。尋解面談卻會從較實際的角度出發，嘗試多點發掘一些微細的轉變，加以擴展，故此，可說是更為積極樂觀，對工作人員的心理健康當然也大有益處呢！

## ■ 尋解面談模式受制於心理治療的局限

近年來，英美的心理治療界有頗多的反思，尤其針對心理治療的局限和掣肘；來自行內行外的批評和意見，雖不至罄竹難書，亦蔚然成風 (Dryden 和 Feltham 1992；Epstein 1993；Specht 和 Courtney 1994；Masson 1989；Pilgrim 1997；Mair 1992；Miller 1995)。尋解面談模式，究竟能否置身事外、免於這些批評？又抑或要照單全收、難辭其咎呢？

目前對心理治療最重要的批評有三點。第一點針對心理治療的政治模糊性 (Pilgrim 1997)，批評者認為心理治療礙於其理論體系，是自然而然地把求助者的問題個人化、心理化或家庭化，意即問題被壓縮或扭曲了。問題的屬性本來是與社會上的不平等、不公義和剝削性、壓迫性的社會結構息息相關，與它們更有不可分割的關係。把問題還原至個人或家庭的層次，是十分欺瞞和混騙的做法。舉個例子來說：學校社工固然要輔導學生的行為情緒問題，這是責無旁貸的，但



若學生的情緒困擾或越軌行為是與校內的僵化、功利、高壓和嚴厲懲罰或操控管治措施有關時，究竟學校社工除了加強輔導這些被‘標籤’的學生之外，還應否再有其他關注？

學者如 Fook (1993) 指出在傳統個案工作裏，那種所謂‘社會心理評估’ (psychosocial assessment) 是把那問題的‘社會性’局限於人際的層面。這樣一來，社會政策、階級、性別、意識形態等較宏觀層面的因素便抹去了。Epstein (1993) 更指出，在北美，心理治療只是一個解決社會問題的幌子，是所謂一巴仙 (1%) 的解決方案，百分之九十九的社會問題仍原地踏步。Simpkin (1983) 亦指出許多社工人員所命定要介入的問題，若不去觸及資源分配這些重要問題，是根本沒有可能解決的。他呼籲我們不要把社會問題的本質搞錯，根本就是政治議題。Specht 和 Courtney (1994) 更沉痛地指出心理治療事實上顛覆和異化了社工，社工的使命在於為社會上邊緣的社羣奔走請命及重建社羣，但當大部分社工學生都想着在畢業後，要成為臨床社工或某類心理治療師的時候，這個行業還有甚麼希望？尋解面談模式能否免於這些批評呢？

第二點是針對心理治療效果的爭議。雖然心理治療界的巨擘 Bergin 和 Garfield (1994) 已編錄有關巨著，並且引經據典指出心理治療的效果，表面看似無容置疑的，派別之間的成效也大致相近 (Lambert 和 Bergin 1994)。話雖如此，但只要看看另類批評文章，便知道這本已定案的結論，事實上到今天仍然充滿爭議性 (Dryden 和 Feltham 1992)。尋解面談的成效評估符合科研基礎嗎？與其說它的大行其道是因為它的有效性，倒不如說它與當前的大趨勢相吻合較合適。

第三點是文化適切性。心理治療這玩意是西方興起的事物，英美尤其熱衷此道，它已演化成私家執業謀生的工具

了。箇中涉及的文化價值、行為規範和隱性的世界觀，是否與我們這羣不中不西、既中又西的香港人吻合呢？尋解面談模式對於本土化做了甚麼功夫呢？目前對於華人，尤其我們對港人的求助行為，做了甚麼研究呢？建構主義所衍生的治療模式能否迴避本土化的需要？能否解決文化差異所引起的問題？這些都是值得反思的課題。

尋解面談對這些批評，能否置身事外？我們對此是有所保留的！

## ■ 結語

除了對輔導及學校社會工作的影響外，西方不少的文獻也指出尋解面談能應用於不同的服務對象，如酗酒人士 (Berg 和 Miller 1992)、受性侵犯人士 (Dolan 1991)、受虐待的成年人 (Berg 1991) 及家庭暴力受害者 (Lipchik 和 Kubicki 1996)，這模式也曾應用於哀傷治療 (Solution-focused Grief Therapy) (Butler 和 Powers 1994)。曾應用此模式的團體更包括院舍及機構組織 (Durrant 1993)，相信本港也會逐漸把它發展到不同類別的服務對象。

綜觀近一、兩年的文獻，這模式也曾應用在小組工作上 (Metcalf 1998)，而尋解模式的提問技巧，以案主作為主導中心及積極發掘組員潛能等，在小組過程中發揮積極有效的作用，但這方面香港仍未有普及運用。從過往的觀察，愈來愈多同工嘗試應用這工作手法，但不一定是貫徹整個的介入過程，反而大多是採納部分的技巧，對應當時的情境而彈性地引用，而這介入手法的精簡、清晰和目標導向的特色，則不斷吸引着不少同工嘗試採納和實踐。

總括來說，尋解面談已發展至較成熟的輔導模式，它的

應用範圍也不斷推廣，香港可借助北美的經驗，嘗試把它應用在不同的範疇上，並且檢視在本地華人社會的實踐時，會否引起價值衝突及文化適切的問題，這些都有待同工的不斷實踐及共同努力。

## □ 註釋

1. 有關後現代思潮對心理治療及尋解面談之影響，請參閱本書之第三章。
2. 尋解面談是已發展至成熟的輔導模式，這五組問句只是早期的分類，其具體應用，可參考Berg 1991。而何會成、朱志強（1999）等更分為六組問句，分別是面談前轉變的詢問、例外情境的詢問、奇蹟問句、刻度問句、‘還有呢’及關係問句，重點也大致相同。
3. 何會成、朱志強（1999，頁10-2）在這方面有較詳盡的描述，有興趣的讀者可參考該著作。
4. 在心理治療界較相近的觀點，是每人所能面對壓力的極限是不同的，這很可能與遺傳有關或後天慢慢培養而成，當我們在日常生活中所面對的壓力超過此極限時，便會表現出一些異常的行為及情緒表現。嚴重的，更會出現精神崩潰而被診斷為精神病患者。

## ■ 參考書目

- 何會成、朱志強。1999。《尋解導向治療：於社會工作的應用》。香港：八方文化企業公司。
- 吳家玲、何會成等。1995。《精要治療：學習與反思》。香港：香港明愛家庭服務。
- Berg, I.K. 1991. *Family preservation: A brief therapy workbook*. London: BT Press.
- and S. Miller. 1992. *Working with the problem drinker*. New York: Norton.

- Bergin, A.E. and S.L. Garfield, eds. 1994. *Handbook of psychotherapy and behavior change*. New York: Wiley.
- Budman, S.H. and A. Gurman. 1988. *Theory and practice of brief therapy*. New York: Guilford.
- Bulter, W.R. and K.V. Powers. 1994. Solution-focused grief therapy. In *Handbook of solution-focused brief therapy*, eds. Miller, S.D., M.A. Hubble and B.L. Duncan. San Francisco: Jossey-Bass.
- Chan, S.F. 1990. Working with only one partner in a marital discord case: An application of brief therapy. In *Casebook of social work intervention 1990*, eds. Social Welfare Manpower and Training Committee, and Hong Kong Council of Social Service. Hong Kong: Hong Kong Council of Social Service.
- Dolan, Y. 1991. *Resolving sexual abuse*. New York: Norton.
- Dryden, W. and C. Feltham, eds. 1992. *Psychotherapy and its discontent*. London: Open University Press.
- Durrant, M. 1993. *Residential treatment*. New York: Norton.
- Ellis, A. 1996. *Better, deeper and more enduring brief therapy*. New York: Brunner-Mazel.
- Epstein, W.M. 1993. *The dilemma of American social welfare*. London: Transcatio Publishers.
- Fook, J. 1993. *Radical casework: A theory of practice*. St. Leonards, NSW: Allen & Unwin.
- Hoyt, M.F. 1995. *Brief therapy and managed care*. San Francisco: Jossey-Bass.
- de Jong, P. and I.K. Berg. 1998. *Interviewing for solutions*. Pacific Grove, Calif.: Brooks/Cole.
- Koss, M.P. and J. Shiang. 1994. Research on brief psychotherapy. In *Handbook of psychotherapy and behavior change*, eds. Bergin, A.E. and S.L. Garfield. New York: Wiley.
- Lambert, M.J. 1986. Implications of psychotherapy outcome research for eclectic psychotherapy. In *Handbook of eclectic psychotherapy*, ed. Norcross, J.C. New York: Brunner/Mazel.

- and A.E. Bergin. 1994. The effectiveness of psychotherapy. In *Handbook of psychotherapy and behavior change*, eds. Bergin, A.E. and S.L. Garfield. New York: Wiley.
- Lipchik, E. and A.D. Kubicki. 1996. Solution-focused domestic violence views. In *Handbook of solution-focused brief therapy*, eds. Miller, S. D., M.A. Hubble and B.L. Duncan. San Francisco: Jossey-Bass.
- Mair, K. 1992. The myth of therapist expertise. In *Psychotherapy and its discontent*, eds. Dryden, W. and C. Feltham. London: Open University Press.
- Masson, J. 1989. *Against therapy*. London: Fontana.
- Metcalf, L. 1998. *Solution focused group therapy*. New York: The Free Press.
- Miller, S. 1995. No more bells and whistles. *Networker* (March).
- , M. Hubble, B. Duncan and N. Jacobson. 1995. The overselling of psychotherapies. *Networker* (March).
- Nichols, M. and R. Schwartz. 1998. *Family therapy: Concepts and methods*. Boston: Allyn and Bacon.
- Pilgrim, D. 1997. *Psychotherapy and society*. London: SAGE.
- de Shazer, S. 1982. *Patterns of brief family therapy*. New York: Guilford Press.
- . 1984. The death of resistance. *Family Process* 20 (1): 11–21.
- . 1985. *Keys to solution in brief therapy*. New York: Norton.
- . 1988. *Clues: Investigating solutions in brief therapy*. New York: Norton.
- . 1991. *Putting difference to work*. New York: Norton.
- . 1994. *Words were originally magic*. New York: Norton.
- , I.K. Berg, E. Lipchik, E. Nunnally, A. Molnar, W. Gingerich and M. Weiner-Davis. 1986. Brief therapy: Focused solution development. *Family Process* 25: 207–22.
- Simpkin, M. 1983. *Trapped within welfare: Surviving social work*. London: Macmillan.
- Specht, H. and M. Courtney. 1994. *The unfaithful angels: How social work has abandoned its mission*. New York: The Free Press.

- Strupp, H.H. and J.L. Binder. 1984. *Psychotherapy in a new key: A guide to time-limited dynamic psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Yeung, K.C., C.K. Chu and W.S. Ho. 1994. Solution-focused therapy in Hong Kong: Experience and reflections. *Hong Kong Journal of Social Work* 28, No. 2: 33–41.
- Zeig, J.K. and S.G. Gilligan, eds. 1990. *Brief therapy: Myths, methods and metaphors*. New York: Brunner/Mazel.