

# 當事人於焦點解決短期諮商中之 賦能知覺分析

林俊德  
國立臺中科技大學

本研究之主要目的在於探討及瞭解當事人於焦點解決短期諮商中的賦能知覺內涵。本研究採用焦點解決短期諮商模式對三位主動求助之當事人分別進行五至七次諮商，並於每次諮商結束後立即進行低結構之深度訪談，蒐集到十八次諮商後訪談文字稿，輔以現象學資料分析法進行資料分析，研究發現當事人對賦能之知覺內涵包括有：「自我取向式」、「互動取向式」及「行動取向式」等三項賦能類別。其中「自我取向式賦能」，包含有：「轉好」、「有用」、「有能」、「有力」、「能量」等賦能要素；而「互動取向式賦能」，則有諮商中及諮商外的「他助」類賦能要素；「行動取向式賦能」則涵蓋有「解決建構」及「自助」類賦能要素。

**關鍵詞：**焦點解決短期諮商、賦能

---

林俊德 國立臺中科技大學通識中心助理教授

本文感謝國立暨南國際大學蕭文教授、國立彰化師範大學林清文教授指導及審查委員們的寶貴修正意見。本研究部分結果曾發表於國立新竹教育大學（2008）舉辦之「全球化趨勢下的教育革新與展望—兩岸四地學術研討會」。



## 壹、緒論

當事人尋求心理諮商之目的乃是為了有效解決自身遭遇之問題，使其改善現有處境或獲得幸福感，或作進一步的自我成長與改變（蕭文，2004）；然而深受問題困擾之當事人，常伴隨出現無力或無能感，有種類似於無法掌控自己生命歷程的感受，這種無力感常使當事人在諮商目標達成的過程中，缺乏行動力。因此心理諮商的介入，必須著重於激發當事人的權能（empowering），也就是賦能（empowerment; De Jong & Berg, 2012; Greene, Lee, Mentzer, Pinnell, & Niles, 1998; McWhirter, 1991），以增強當事人因應生命處境的能力，降低其情緒壓力，也使之能投注於心理成長，並做出有效的決定（Welfel & Patterson, 2004），促使問題獲得解決。

採取後現代主義思維的焦點解決短期諮商模式，著重治療者與當事人的平權及共同合作的關係，注意當事人所處脈絡與獨特性及看重當事人優勢、能力與資源、秉持樂觀、正向人性觀點等特性，乃以提升當事人賦能為其重要之內涵（De Jong & Berg, 2012; Sharry, 2007; White, 2002）。其諸多特點，如：(1)以脈絡觀點來理解當事人的困擾，認為經驗與意義是透過個人建構或與他人互動而得；(2)強調當事人在諮商中的主體性；(3)諮商歷程不聚焦於問題，而是跳脫原來的視框，以解決方法為焦點；(4)透過語言的應用，以重新框視述說當事人的生命故事，使當事人獲得問題解決的新視野；(5)強調成功經驗，正向、積極觀點，使當事人見到自己擁有之優勢、能力與資源；(6)尋找例外，使當事人得知困擾問題也有解決的可能等等重要治療概念。

當事人處於如此治療脈絡，即成為治療歷程中故事敘說的主角，位置與治療者並駕齊驅，在治療歷程中被賦能（許維素，2002），更自己有「能」、「力」進行改變的行動。意即當事人在焦點解決短期諮商的講求平等或共同合作的治療脈絡中（Cox & Parsons, 1994; Davis & Osborn, 2000; Sklare, 1997），輔以優勢為基礎（strength-based）的治療框架或精神裡，透過位處平權位置、秉持未知（not-knowing）立場、正向、積極態度的治療者引導下，被視為擁有問題解決資源的專家角色（Berg & De Jong, 1996; Murphy, 2008），已隱含賦能精神之獲取；而當事人在具有賦能傾向的諮商技術使用裡，如具體明確的目標訂定、奇蹟問句、讚美鼓勵、評量問句、因應問句等，得以賦能（De Jong & Berg, 2012; Greene et al., 1998）。

從助人領域相關文獻歸納得知，「能」、「力」為賦能之主要概括意義，也具有類似於能力（enabling）、權力或力量（power）、自我效能感、自主性、制控信念（locus of control）、自我控制感（a sense of control）或個人控制感/個人動能（personal control / personal agency）等意義（宋麗玉，2006；許維素，2002；Boehm & Staples, 2004; Bolton & Brookings, 1996），含有獲取權力、發展力量、增加能力或權力、賦予權力/力量、擁有力量的（powerful / feel empowered）、權力均衡或共享之意義（張麗春、李怡娟，2004；Gutiérrez, Parsons, & Cox, 1998; McWhirter, 1994）。然在心理治療或諮商領域的確切意義，至今仍乏共識或確切定義（許維素，2002；McWhirter, 1994）。

再由論述焦點解決短期諮商治療過程、相關技術或效果的文獻中（De Jong & Berg,



2012; Greene et al., 1998; Sharry, 2007)，發現賦能常以一動詞（empower / empowering）、名詞（empowerment）或形容詞（empowered）的形式出現，形容賦予或增加當事人力量、能量或能力、權力等，使當事人得以應付無力、無能的狀態，並習得技巧或能力，甚至找到自身資源，進行改變行動。細觀焦點解決短期諮商的進行過程，包括關係的建構及技巧的使用，皆含有賦能當事人的意圖或精神，如平權、合作的關係、優勢的思維、正向的引導與目標建構、富含發掘當事人自身資源的技巧使用等；又如當事人在接受焦點解決短期諮商過程中見到自己具體目標的逐步實現、由評量問句瞭解到目標達成程度與進步狀況、見到個人的能力與資源、由因應問句的引導看到有效的問題解決方法、藉由例外問句的引導見到問題不存在的希望情境、成功經驗的正向知覺喚起、知覺到讚美與鼓勵的力量，或是覺得個人很有「能」、「力」去進行改變的行動。因此推斷當事人能在焦點解決短期諮商的治療脈絡裡經驗到賦能，然而當事人的主觀知覺經驗仍須透過個人的報告或呈現，方易為他人所理解。

過去國內雖有研究探討該議題（許維素，2003），但研究資料的呈現趨近於 Zimmerman（1995）本人及其同僚（Zimmerman, Israel, Schulz, & Checkoway, 1992）等人的賦能觀點，在結論的共識呈現上仍待確認。抑言之，在過去探討賦能的相關研究上，對其意義雖有說明，在諮商輔導的應用上仍乏明確共識之討論；對賦能的產生，雖以過程或結果觀點來論述，在諮商過程中的賦能內涵卻少有明確的探討。而具諸多賦能導向技術之焦點解決短期諮商模式，可謂最常論及賦能之諮商模式，文獻的論述脈絡中亦常提及該主題，實徵研究上仍少有對當事人在焦點解決短期諮商過程中賦能主觀知覺的探討。

由前述知賦能對遭遇困擾呈現無力或無能狀態的當事人，格外具有重要意義（Lethem, 2003; O'Connell, 2003）。為進一步瞭解當事人對賦能的主觀知覺，乃藉由焦點解決短期諮商模式的諮商過程，對受問題困擾之當事人進行諮商，並於其每次接受完諮商後，進行當事人賦能主觀知覺的資料蒐集，以瞭解其在此治療脈絡下的賦能知覺相關內涵，因此本研究之主要目的即在於理解與探討當事人於焦點解決短期諮商歷程中主觀知覺之賦能內涵，包含哪些向度或內容。據此研究目的，提出主要之研究問題為當事人在焦點解決短期諮商歷程中的賦能知覺是什麼？包括賦能之可能意義及向度等。

## 貳、研究方法

本研究旨在瞭解當事人接受焦點解決短期諮商歷程中的賦能知覺及其相關內涵。研究之進行，透過質性研究方法，進行資料蒐集、分析與整理。茲分述如下：

### 一、研究設計

本研究欲瞭解因困擾求助諮商之當事人於接受焦點解決短期諮商模式諮商後的賦能主觀知覺內涵，乃針對其於接受該次諮商後的 24 小時內，以低結構深度訪談方



式訪談當事人，以蒐集其諮商後的立即回溯性資料，並將訪談過程全程錄音，而後轉騰為文字稿，以為研究分析之文本資料。

資料分析方式，採質性研究法之「現象學資料分析法」，將所有當事人受訪記錄的內容加以編碼、歸類及還原。另外，本研究並未限制當事人接受焦點解決短期諮商之諮商次數，而是依當事人實際上的需要與諮商師討論後所決定。研究過程符合諮商倫理與研究倫理之規範，於保密原則下進行，有關可供辨識研究對象之任何資料一律以代號取代，並在研究對象同意下，進行研究。

## 二、研究參與者

本研究之研究參與者包括當事人（個案）與諮商師。研究對象為遭受問題困擾之真實個案，由研究者於中部各大學院校招募而得，為研究受訪之主體。

### （一）當事人

當事人經由招募前來接受諮商，有實際之困擾問題，共計三位，其年齡介於 21~24 歲之間，性別為兩男一女，學歷包括大學及研究所等。來談議題分別為工作壓力、人際關係、自我探索及兩性關係等。諮商次數分別為 5、7 及 6 次等。

### （二）諮商師

本研究研究當時乃邀請一位任職於中部某大學教職及兼任學生諮商中心之諮商師參與本研究，其以焦點解決短期諮商為專業工作取向，具十五年以上之專業實務工作經驗，多次帶領焦點解決短期諮商之教學及工作坊，亦以此主題發表多篇相關研究論著及以此取向完成其博士論文等。

## 三、研究工具

### （一）訪談大綱

本研究採低結構深度訪談方式，探討當事人於回顧諮商歷程中的賦能主觀知覺，屬諮商後回溯性訪談，蒐集當事人於每次諮商中的賦能知覺。其設計原理循當事人對諮商中的重要事件（印象深刻）回憶為核心，依其思考脈絡加以訪談引導；資料蒐集重點依據賦能於文獻上的概念，引導當事人回答訪談問題。為期能蒐集到豐富、正確及符合研究目的之資料以回答研究問題，訪談皆於當事人接受每次諮商後的 24 小時內進行。每次訪談的進行，以訪談題綱作為訪談之指引，使訪談過程具體與明確。

研究者在訪談當事人當下，除參考訪談大綱之指引外，常循當事人之思考脈絡、主軸與方向，循序漸進深入的訪談，以獲得更貼近當事人主觀知覺與經驗之文本資料。本研究由研究者擔任訪談員，其訪談大綱主要內容如下：

1. 今天諮商後，印象最深刻的地方在哪？為什麼？有甚麼感受或感想嗎？請你仔細形容這樣子的感受或感想？有何特徵？這感受（想）是怎麼來的？（尋找賦能的主觀知覺、感受與形容，再藉由此脈絡深入詢問，以引導蒐集更多賦能資料）
2. 接受完此次諮商後，自覺有何轉變？可以形容一下這樣子的轉變嗎？你如何察覺到



這樣子的轉變？這轉變為你帶來的感受是什麼？這轉變對你的影響又是什麼？

3.還有甚麼不一樣的發現嗎？還可以補充些甚麼？為什麼？

## (二) 研究者

研究者具輔導與諮商博士學位，熟悉焦點解決短期諮商模式及歷程，曾參加焦點解決短期諮商創始人之一 Insoo 來台帶領之初階與進階工作坊訓練，實務或教學工作亦以此治療模式為主要之專業取向；即具備相關之專業訓練及實務工作與教學、督導經驗，於研究過程裡擔任「資料蒐集者」、「訪談過程文字稿內容校對者」及共同擔任「資料整理與分析者」之角色；對質性研究法熟悉，亦以此方法完成相關研究與著作。

## 四、資料蒐集與整理

本研究乃藉由深度訪談，蒐集當事人接受焦點解決短期諮商後的主觀知覺為研究結果之書寫依據。在邀請當事人參與研究後，在每一次的諮商之後，於諮商後 24 小時內完成訪談資料蒐集。訪談以訪談題綱為依據，進行半結構式深度訪談，每次訪談皆錄音，其時間約五十分鐘至八十分鐘不等，以蒐集完整之資料為依歸，計三位當事人共有十八次訪談資料。

訪談結束後皆將其資料轉謄為文字稿，並對每位受訪當事人之對話過程進行編碼，其分為三部分，即受訪之研究對象代號（即當事人，以 A、B、C 表之）及以數字代表訪談次序與段落順序等，其中數字共有四位數，第一位數字表示訪談次序，後面三位表示談話具賦能意義之段落句數。如以 B1023 代表受訪者（當事人）B 在第一次訪談過程中的第 023 句話，C2016 表示受訪者 C 在第二次訪談中第 016 句話，餘依此類堆。此外，對於受訪者非語言之訊息，如聲調變化、情緒表現、語句停頓等，亦儘可能的呈現於文字脈絡中，而以（）內的文字表述之。

資料之整理與分析由研究者與兩位熟習此領域之學者，參考 Hycner（1985）「現象學資料分析法」之步驟與精神，進行資料整理與分析，包括：(1)蒐集研究文本資料，即當事人賦能主觀知覺之文本資料，由當事人接受諮商後的立即性訪談所蒐集；(2)閱讀該文本資料，乃由資料分析者詳細閱讀；(3)將文本資料依賦能知覺之共識，分類為幾項個別主題；(4)重新組織並粹鍊出共同之賦能主題；(5)統整並陳述研究現象的本質等（高淑清，2000）。同時，由三位資料分析者針對每一份文本資料進行共識性討論，以提升研究信度。最後則將分析完成之資料提供予參與者，以參與者查證方式提升研究之效度（Maxwell, 2005）。

## 參、研究結果

透過當事人諮商經驗之回溯性訪談經驗，整理出當事人接受焦點解決短期諮商的賦能主觀知覺包括有三大取向之賦能知覺，分別為「自我取向式賦能」（self-oriented empowerment）、「互動取向式賦能」（interaction-oriented empowerment），及「行動取向式賦能」（action-oriented empowerment），分述如下：



## 一、自我取向式賦能

當事人的自我取向式賦能，包含有五個次類別，即「轉好」、「有用」、「有能」、「有力」、「能量」等賦能要素，其下包含總共有十三個成分（賦能核心概念），其詳細賦能內涵及當事人訪談中對賦能的知覺段落對話或陳述內容，舉例如下文。

### （一）「轉好」之賦能要素

所指為當事人知覺到自己的狀態有所轉變，其核心意義為知覺到「自我狀態」的轉變，比起原來趨向於「好」的方向或有所進展（promotion），包括：「知覺到正向轉變」、「彈性式思考」、「重新建構自我觀點」等三種賦能要素。

1.知覺到正向轉變：當事人能知覺到自己在諮商過程中的轉變，是一種正向的轉變。

C3105：「…對於我自己有更多了解，然後…會開始去思考，然後…去思考更多關於我的問題啦！」

2.彈性式思考：當事人知覺到自己的思考方式，變得比較彈性化、更靈活、更有變通性，擴展原來的思考向度，對事情產生不同觀點思考。

C7033：「…我這陣子來的一些，對我自己狀態的一些覺察，然後講著講著，我那時候當下突然發現，我想法怎麼突然間出現這樣的轉變，就是跟以前不一樣了，變的比較有彈性…。」

3.重新建構自我觀點：當事人在諮商過後，對自我的看法已產生認知上的轉變，也改變對事情的觀點，較能以正向的角度來解讀自己，能夠重新建構自我觀點。

C5079：「就其實我還是不錯的人這樣，很有能力啊，沒有想像中那麼的糟糕。」

### （二）「有用」之賦能要素

所指為當事人所知覺到的賦能要素，其核心意義為「提升自我效能」，知覺到自我效能感的提升，對自己「有用」，感覺有所「效用」(efficacy)與有所貢獻，包括更能自我瞭解、相信自己更有能力做一些事、獲得良好的諮商經驗，使自己能有所轉變等，包括：「自我瞭解」、「自我效能感」等二種賦能概念，如下：

1.自我瞭解：當事人透過焦點解決短期諮商歷程，對自我深入探索，是一種自知之明（self-discovering）的理解，這種自知之明讓當事人對自我狀態能更為掌握，也能使當事人產生改變的力量。

B2026：「我覺得（在這次諮商之後）會讓我更加認識我自己跟同學之間相處的模式，對，因為很…覺得就是很多事情就是我自己壓抑住並沒有跟同學講，所以她們也不清楚…。」

2.自我效能感：當事人相信自己是有能力的，相信經由自己的努力，便可達到自己想要的結果。

A1020：「…去構思那個部分，就是覺得還蠻奇妙的，其實都在腦海中都可



以想出來那樣，對啊！對啊！就會覺得還蠻覺得還蠻厲害的啦！  
呵..就覺得其實是可以做到的。」

### (三)「有能」之賦能要素

是所有自我取向式賦能要素中最多的一類，指當事人知覺到自己更有「能」力（competence）的賦能要素，即知覺到自己「有能力」去做一些事，可以有能力去行動。該類型賦能要素不但使當事人知覺到自身資源、能力、也知覺到過去的良好表現、能夠有所掌控自我的經驗。包括：「知覺自身之優勢與資源」、「知覺到成功經驗」、「掌控感」、「勝任感」等四種賦能概念，分述如下：

1.知覺自身之優勢與資源：當事人在諮商之後，能夠注意到自己的優點與資源，使自己更加肯定自己，也使當事人有信心於問題解決行動。

A5032：「一直…一直一直去發現，其實，自己也有不錯的地方，是很開心的…」

2.知覺到成功經驗：當事人在與諮商師的互動下，體會出自己在過去的生活經驗中，發覺有良好的表現或不錯的經驗，所謂的成功經驗。

A5040：「對，所以我會去規劃，……發現，哎，真的教得不錯，喔真的有做到一些事情。」

3.掌控感：當事人知覺到自己對於自我、生活層面、生命態度等具有掌握、控制、自己能夠主導及自我決定等觀點，所謂的掌控感（control）。

A3022：「…就是對自己的事情負責，然後這樣子也比較有…比較不會苦，這樣…比較像那個掌控感的感覺，比較不會那麼混亂…」

4.勝任感：當事人知覺到自己有能力可以將事情、工作做好，是一種勝任感。

A2006：「…就是有一些想法在腦中了，那會覺得說有一些事情可以做好，這種感覺！可以勝任…。」

### (四)「有力」之賦能要素

所指為使當事人知覺到有「力」量（power）的賦能要素，不管是對自我有所期待，或知覺到勇氣、力量或希望，皆給當事人帶來力量之知覺，即是一種「力量感」的體會，覺得自己更有力量的樣子，包括：「自我期許」、「力量感」、「希望感」等三種賦能概念。說明如下：

1.自我期許：當事人對自我本身、未來生活或計畫、工作與態度、問題解決及目標的設定、等方面，隱含一種目標導向的（goal-directed）意圖，產生一種動力於努力達成自己個人期待或標準。

C5089：「我是預想說整個諮商結束以後，我一定要跟從前的我不一樣，活出完全不同的自己來！」

2.力量感：當事人知覺到力量感，知覺到諮商過程中有力量之處，知覺自己在面對問



題時，會因力量感而產生改變的推力。

C7048：「慢慢有一些力量出來了，怎麼去解釋喔，我有勇氣敢去做一些事情，去挑…去做一些我以前可能不敢做的事情，」

3.希望感：當事人知覺到希望感，對於自己困擾許久的問題，知覺到有解決的希望，因而感到有希望感。

C3035：「之前比起來，談完我會覺得，問題不會有太大的改變，然後這一次談完，這一次來這邊談，我會覺得問…我的問題是有…希望可以去做一些改變的，可能可以去改變，然後調整這樣子。」

### (五)「能量」之賦能要素

能使當事人知覺到能量(energy)的賦能概念，即能量感；當事人的內心有種充滿「能量」的主觀感受。

1.能量感：當事人知覺到諮商過程中有種能量注入的感覺，自己能體驗到能量感、精神也變得更好，在情感層面則有正向的情緒感受，如高興、開心、有活力、生命力，是一種正向的身心狀態。

C6078：「…我覺得諮商過程是有一點算是在…在注入能量吧，在我原本老大的這個角色上面注了一些新的能量這樣子。」

## 二、互動取向式的賦能類別

互動取向式賦能類別乃是當事人知覺到在諮商過程中與他人互動過程裡的賦能體驗，當事人透過與他人互動而覺知到賦能的過程，包括諮商中與諮商師的互動及諮商後與重要他人的人際互動過程所知覺，前述命名為諮商中「他助」之賦能，而後者為諮商外之他助式賦能；前者所指為當事人與諮商師的互動後的賦能知覺，如當事人在諮商過程中知覺到諮商師給予肯定或理解，皆能引發當事人賦能，使當事人有成長的動力等；而後者之諮商外的人際互動亦是重要賦能，如重要他人的支持或鼓勵等。

### (一)諮商中「他助」之賦能要素

即當事人於諮商中知覺到諮商師的協助，而體驗到賦能，是一種諮商中的「他助式」(others-help)類型的賦能概念，包括：「知覺到諮商師的理解與鼓勵」、「知覺到諮商師的協助」。

1.知覺到諮商師的理解與鼓勵：當事人知覺到諮商過程中，被諮商師所理解與鼓勵。理解(知覺)的主體是當事人，即「當事人知覺到」諮商師的理解，不僅有可能使當事人更加自我瞭解，也可能使得當事人清楚掌握自己的狀態，產生改變行動的動力。

B1070：「那第一次跟諮商師聊天會有一點互動，可是一段時間過後感覺好像是在跟朋友聊天，而且這個朋友是在幫助你引導你，你內心最深處的一些問題，然後會適時的運用一些方式來讓你了解到這些問題是怎樣，然後其實問題是可以解決的，沒有像我自己想的那





麼糟。」

2.知覺到諮商師的協助：當事人知覺到諮商師的協助，感受到諮商師對當事人的影響，當事人已將之內化為內在思考，並能在日常生活中加以應用。

B6024：「…就覺得說，在諮商過程中，就是得到老師跟○○老師（諮商師）對我的幫助嘛，那我之前跟○○老師（諮商師）說，我希望也能夠去…幫助別人，那我覺得說，現階段我同學就是需要我的幫助，而且我覺得…」

## （二）諮商外「他助」之賦能要素

即當事人知覺到介於兩次諮商期間，知覺到重要他人對當事人的肯定與支持，是一種諮商外的他助式賦能知覺。

1.知覺到重要他人肯定與支持：當事人知覺到重要他人對她（他）的肯定與支持，重要他人包括諮商師與周遭他人等；當當事人知覺到重要他人的肯定時，也對自己產生了自我肯定。

B3006：「就是很高興啊，覺得自己努力…就是有受到肯定，對啊，因為這一次，就是剛剛跟○○老師（諮商師）講的，上禮拜就是接到通知，學校說，就是這星期五學校的校運會，然後通知我跟班上另一位同學，上台領獎學金跟獎狀（笑），對啊，就是覺得…感覺自己的努力有受到其他人的肯定了~」

## 三、行動取向式賦能

即當事人對賦能的知覺，來自於行動的體驗，藉由行動產生賦能知覺，屬當事人知覺到「行動」後帶來的賦能，因而將之命名為行動取向式賦能，即當事人從諮商後的行動脈絡中體驗賦能，包括當事人建構問題解決思維過程之「解決建構式賦能」及行動過程中的「自助式賦能」。

### （一）「解決建構式」賦能要素

即當事人透過與諮商師的互動，進行問題之解決建構，極易體驗到賦能知覺。通常當事人理解到自身問題有機會獲得解決時，即是見到問題解決之曙光，對個人具有賦能效果，此過程即是一種問題解決建構式的賦能。

1.問題之解決建構：為當事人在諮商期間，建構問題解決過程中，所知覺到的賦能概念，符合焦點解決短期諮商「解決方法建構」之精神；當事人在與諮商師的互動過程裡，一起合作式的探討自己的問題解決建構過程，從其中知覺到賦能，是為解決建構式賦能之一次類別，包含七項概念，依次為：「理解問題、知覺到執行改變行動、思考問題解決方法、瞭解問題解決方法、完成問題解決、知覺可用之資源、對問題的掌控感」等，核心概念皆與「問題解決」有關，舉其中之一例說明如下：

A1013：「因為就是可以從中間可以得知疑惑自己的是那個架構出來了，也



去找到說，耶…其實做還不錯的事情這樣子，其實架構就像計劃是在腦海中本來就有，只是我還沒把它產出來這樣子而已，有這種感覺，呵...。」

2.問題之重新架構：為解決建構式賦能之另一概念，是當事人在諮商過程中知覺到個人可從不同觀點解讀或重先看待個人問題時，乃知覺到賦能，具有四項內涵，包括「重新建構（事情、問題）觀點、對問題解決之正向預期、願意嘗試改變、發現問題解決之其他可能性」等，舉一例說明如下：

B6119：「我會覺得說…事情沒有這麼糟，還是有轉寰的餘地，然後就盡量讓自己的…心情，快樂愉快一點，換個心境去看一個自己也…換個角度去看這件事情。」

## （二）「自助式」賦能要素

即當事人自己幫助自己的過程，因而以「自助」（self-help）來涵蓋說明該取向之賦能要素，當事人藉由「自助」的方式，使自己知覺到賦能，包括：知覺到自己的努力」、「知覺到問題的改善」、「習得自助之技巧」等三項核心概念。詳細內容如下：

### 1.知覺到自己的努力

當事人在諮商過程中透過諮商師的引導與回應，知覺到自己過去的努力過程。

C7080：「（諮商師）帶我去看到，我可以感謝我自己啊，因為我做，之前做一些改變，所以我現在的確也希望感謝我自己。」

### 2.知覺到問題的改善

當事人在諮商期間，已出現執行問題改變的行動，使其知覺到問題已有所改善，並因而經歷到正向經驗；此處所指為當事人出現於改變行動後的賦能知覺。

B6003：「就是可能就是一些問題，已經有看在，解決看到那個曙光，然後就是覺得心情，常常就會，保持很開心。」

### 3.習得自助之技巧

當事人知覺到諮商技術的影響，習得諮商技巧以幫助自己。

B4031：「對！然後就想說如果他真的看到我這樣子的話他會…有怎樣的想...法...譬如說我上台領獎學金我爸爸會很高興，那如果說...我被同學欺負的時候我爸爸會有怎樣的想...法...對...然後還有就是我考很好的時候我爸爸會怎樣說，然後考不好的時候我爸爸會怎樣說。」

綜上述，當事人於接受焦點解決短期諮商後的回溯性訪談中，主觀知覺到自我取向式、互動取向式及行動取向式等賦能類別，其中自我取向式賦能包含有「轉好、有用、有能、有力、能量」等賦能要素；互動取向式賦能則有「諮商中他助式賦能、諮商外他助式賦能」等賦能要素；而行動取向式賦能則有「解決建構式賦能、自助式賦能」等兩項賦能要素。將之整理如表一，其中各項賦能要素定義之相關對話內容舉例，可見上述研究結果列出之當事人的述說內容。



當事人於焦點解決短期諮商中之賦能知覺分析

表一  
當事人的賦能知覺及其涵意

賦能類別	賦能要素	主要概念	定義與內涵
自我取向式 賦能	轉好	知覺到正向轉變 彈性式思考 重新建構自我觀點	當事人知覺到自己的狀態有所轉變，是一種自我狀態的轉變，相較原來有趨向於「好」的方向或有所進展（promotion）。
	有用	自我瞭解 自我效能感	當事人所知覺到個人具有的「效用」感（efficacy）與有所貢獻，更有自我效能感，如更能自我瞭解、相信自己更有信心做一些事、獲得良好的諮商經驗，使自己能有所轉變等。
	有能	知覺自身之優勢與資源 知覺到成功經驗 掌控感 勝任感	當事人知覺到自己更有「能」力（competence）感，覺得較先前的自我更有能力的知覺，即當事人知覺到自身資源、能力、也知覺到過去的良好表現、能夠有所掌控自我的經驗。
	有力	自我期許 力量感 希望感	當事人知覺到有「力」量（power）感，有如更有力量的感受，不管是對自我有所期待，或知覺到勇氣、力量或希望，皆給當事人帶來力量之知覺。
	能量	能量感	當事人知覺到能量（energy）感，有種充能的感受；內心似被注入能量的感覺。
互動取向式 賦能	諮商中他助 式賦能	知覺到諮商師的理解與鼓勵 知覺到諮商師的協助	當事人藉由知覺到諮商中「他人協助」(others-help, 如諮商師)的過程，而有賦能之知覺。
	諮商外他助 式賦能	知覺到重要他人肯定與支持	當事人藉由知覺到諮商外「他人協助」(亦是一種 others-help, 如重要他人)的過程，而有賦能之知覺。
行動取向式 賦能	解決建構式 賦能	問題之解決建構	當事人能理解問題、知覺到執行改變行動、思考與瞭解問題解決方法、完成問題解決、知覺可用之資源、對問題有所掌控等，是一種對問題解決（problem solving）有所掌握之賦能。
		問題之重新架構	當事人對問題的重新建構，對問題解決有正向預期、願意嘗試改變、發現問題解決之其他可能性等，屬一種對問題重新解讀（reframing）所知覺到的賦能。
	自助式賦能	知覺到自己的努力 知覺到問題的改善 習得自助之技巧	當事人對賦能的知覺，來自於行動後的體驗，藉由「自助」(self-help)的方式，使自己知覺到賦能。

註：本研究結果整理



## 肆、討論與建議

### 一、討論

依據上述研究結果，進行如下觀點之討論：

#### (一) 各取向式賦能各有其賦能特色

##### 1. 自我取向式賦能佔最多比例

研究發現三位當事人在對諮商歷程的賦能知覺回顧中，以自我取向式的賦能知覺類別佔多數比例，顯示當事人在焦點解決短期諮商歷程中，最能夠知覺到自我的成長，也符合焦點解決短期諮商重視當事人成長之精神（O'Connell, 2003）。另由分析之資料得知當事人自我的內外層面皆有成長，其內所指為關於自身相關之議題的改善，如自尊、自我概念、自我覺察、自我認識，思考能力的提升等；其外為人際關係的改善，工作效率的提升，未來的期許等。換言之，自我取向式賦能亦是當事人對個人自我賦能的知覺，與焦點解決短期諮商強調之促進當事人改變與覺知之觀點有所相符（De Jong & Berg, 2012）；即當事人知覺到個人有所成長或正向轉變時，亦會伴隨賦能的知覺產生。

##### 2. 具互動特徵之互動取向式賦能知覺

互動取向式賦能類別發生在當事人知覺其在諮商中與他人互動過程裡的體驗，即當事人透過與他人的互動而覺知賦能的過程，如於諮商中與諮商師的互動或是感受到諮商外與重要他人的互動所知覺之賦能。其中以與諮商師的互動佔重要之比重，如當事人在諮商過程中知覺到諮商師給予肯定或理解，皆能引發當事人賦能，使當事人有成長的動力，顯然可再次驗證諮商師是當事人改變的重要他人（Corey, 2013），站在當事人的立場來看，諮商師的一舉一動與其改變有所促發，而站在焦點解決短期諮商之諮商師的立場來看，其諮商過程中的作為則是充滿賦能當事人的意圖。而當事人於改變過程中，與諮商外當事人認為的重要他人有密切關連，包括與其行動有關（如當事人 B 受鼓勵的知覺）或與其問題有關連之重要他人（如當事人 C 的人際關係改變）。換言之，該賦能取向有種「他助」的意味，即藉由知覺他人的協助而使其知覺賦能。

##### 3. 強調行動的諮商模式伴隨行動賦能知覺

從研究資料的整理中發現，當事人相當程度的提及問題解決的相關脈絡理解，顯示當事人與諮商師的互動，常聚焦於「問題解決」建構過程，此點亦為焦點解決短期諮商強調問題「解決」之核心精神相符（O'Connell, 2003; Trepper et al., 2010），意即透過解決行動，而有改變的可能。以強調行動的諮商模式，此點故可輕易理解，然而最重要的是，行動底下伴隨賦能知覺；換句話說，當事人知覺或是經驗到自己的問題解決相關行動，皆能讓當事人從行動、行為與經驗之體會中，知覺到賦能，即當事人不僅知道改變需要行動，最重要的是有能力、力量、能量於改變行動，伴隨賦能的行



動賦能知覺，更為當事人帶來改變的可能；或可解釋焦點解決諮商的「短期」化，是透過當事人行動式賦能的知覺，而有效率的促發改變行動。

綜上述，本研究與過去諸多研究最大不同之處乃是依當事人對賦能知覺來源之脈絡，歸納分析出賦能類別，資料聚集整理比對的過程，呈現出貼近當事人思維的脈絡。在自我取向式賦能類別裡，包含有「轉好、有用、有能、有力、能量」之知覺，深入理解各自之內涵，「轉好」為當事人發現自己在諮商過程對個人好的或正向轉變的知覺；「有用」則是知覺到個體自身有所效用之處，有如「天生我才必有用」在焦點觀點之連結，從自身尋找問題解決可用之資源，令當事人知覺到賦能；「有能」則是一種對個人能力的知覺，也是一種對個人能力或資源的發現；「有力」也是一種力量的主觀知覺，令當事人產生力量的感覺；而「能量」知覺亦是個人主觀內在感受，有能量就容易令個人產生改變的可能性（O'Connell, 2003; Gingerich & Eisengart, 2000）。其次類別包括有「知覺到正向轉變、彈性式思考、重新建構自我觀點、自我瞭解、自我效能感、知覺自身之優勢與資源、知覺到成功經驗、掌控感、勝任感、自我期許、力量感、希望感、能量感」，其中有幾項特點出現在探討賦能的相關文獻裡，如掌控感、勝任感、自我期許、力量感、希望感等，尤其是探討個別賦能議題時，可見此些概念有可能是賦能的核心概念（Bolton & Brookings, 1996; Stewart, McNulty, Griffin, & Fitzpatrick, 2010; White, 2002）。

而互動式賦能雖然趨近 Zimmerman (1995) 提及之人際互動要素之賦能，但焦點各有不同，Zimmerman 強調的是個人與組織間的互動，本研究則指重要他人，包括諮商過程中的諮商師及諮商外的重要他人，可見諮商歷程中對於當事人的改變諮商師及重要他人皆具重要地位，亦為當事人帶來賦能。行動式賦能則是當事人透過個人改變行動而可輕易知覺，符合焦點強調的行動精神，亦可知該諮商模式強調的諮商即賦能的歷程。

也再次突顯出焦點解決短期諮商歷程之經營，相當地貼近當事人思考脈絡，具「賦能」精神的焦點解決也更貼近諮商的「效能」觀點，只要在某次諮商對當事人有用、有效，諮商便隨時可以結束，改變之階段歷程並非必要，或改變歷程有可能出現在當次的諮商，因而「一次」諮商之精神（Davis & Osborn, 2000; Littrell, Malia, & Vanderwood, 1995），在賦能歷程裡被顯現。

## （二）當事人是賦能主觀知覺與理解的主體

從訪談過程裡，發現到當事人最能、也最先知覺到自我取向式的賦能要素，其次才是互動及行動取向之要素，顯然在諮商中的賦能知覺（令當事人印象深刻與關心之處）通常與當事人自身有關，當事人已受到諮商影響而將此影響內化到自己身上；此外，互動與行動取向之賦能要素，其主體仍為當事人，也就是當事人「去知覺」互動與行動，才有所謂的賦能，因此賦能是相當個別化的一種心理構念，此觀點與研究賦能議題的諸多研究觀點相仿（Chamberlin, 1997; Lord & Hutchison, 1993）。而對賦能的知覺亦與當事人主觀的解讀關係密切，符合後現代思維重視脈絡之觀點，即諮商主



體是當事人，諮商師只不過提供一社會互動建構之環境，當事人在其中與諮商師互動建構中，主動為自己尋找問題解答，所以賦能其實也是一種自我協助（self-help）的過程（Adams, 2003）。

### （三）賦能在焦點解決短期諮商脈絡裡有其獨特性

本研究發現當事人賦能的來源是一種自我發現的過程，與焦點解決強調的當事人是問題解決的專家頗有呼應之勢，而不同於其他助人領域所提賦能來自於向系統的爭取（Hipolito-Delgado & Lee, 2007; Zakaria, 2007）。焦點解決短期諮商的歷程，易促發當事人自我賦能，其賦能特徵也貼近該歷程，如知覺到正向轉變、知覺自身之優勢與資源等。而互動式、行動式的「他助、自助」式賦能，亦是在諮商脈絡下，才能顯示出賦能之意義，尤其互動取向及行動取向式賦能要素，更貼近於諮商現象場，不同於社區或社工領域所提之社會參與式的賦能特徵（Adams, 2003; Cox & Parsons, 1994）；唯其精神則為類似，同屬一種知覺到力量、能量提升之過程。意即當當事人擁有足夠力量之後，便會產生改變之行動，再從行動中體驗賦能；焦點解決短期諮商過程常被強調為賦能過程（Berg, 1994; Lethem, 2003），在此亦可加以對應。

然而近年來關於賦能議題的相關研究，已漸漸強調賦能的多元意義，通常包括「掌控感、意義感、目標性、能力感、決定性、力量感等概念」（Barrie, 2011; Chamberlin, 1997; Stewart et al., 2010），恰與自我取向式的賦能內涵諸多重疊，唯各有其個別現象解釋，難以脈絡觀點解讀賦能之意義，亦未清楚交代賦能之來源，與本研究之賦能發現脈絡有諸多差異。而本研究所發現之互動式賦能與行動式賦能，則與諮商歷程關係密切，與其他研究有較大之差異。

### （四）賦能新解

Empower 原由兩個字所形成，其一為「em-」，其二為「power」；「em-」原意為放置或覆蓋，「power」則為控制、權威、支配權（鍾任琴，2000）。依據研究或論述賦能概念的相關文獻指出，賦能具有認知、行為或行動的成分（Chamberlin, 1997; Menon, 1999; Zimmerman, 1995），其認知層面包括觀點的改變，相信自己、更有自信，知道如何尋求資源、知覺到自身之能力與控制感等；而行為、行動層面則指尋找資源、發展自省能力、持續不斷學習、達成目標等。若做歷程與結果解釋（Boehm & Staples, 2004），即是透過賦能歷程使個體產生足夠力量或獲得特殊之技巧、知識以影響其生活（Cox & Parsons, 1994; Lord & Hutchison, 1993; McWhirter, 1991, 1994），使個體更能掌握自己的目標達成及控制自己的資源等（Zimmerman, 1995）；賦能的結果會使當事人產生更有能力（feel empowered）的感覺，並獲得一種資源感，有自主性的感受或自我效能感，習得批判性知識與改變的技能等（Greene et al., 1998; McKeel, 1996; Smith, Adam, Kirkpatrick, Aberdeen, & McRobie, 2011）。

然從本研究之結論及研究過程觀察到，引伸「em-」是「引發」或「激發」的意思，透過諮商互動，焦點解決短期諮商技術的催化，「引發、激發」當事人有「power」的知覺，其中「power」包含層面即為「自我、互動、行動」取向式賦能。與過去研究的觀點有所類似，亦有所不同；類似之處在於知覺內涵含有掌控、能力，亦有認知、



行為等成分；相異處則是本研究更貼近當事人的個人經驗，理解賦能之內涵及效果。

賦能的主體是當事人，當藉由焦點解決短期諮商過程所引發之後，當事人受諮商所影響，產生自我內在變化，如更能掌控自我、認知轉變等，其賦能包含三種形式，其中之一是「自己給自己」的自我賦能（self-empowering）的狀態，恰與當事人知覺之自我取向式賦能要素對應；其次為當事人所知覺到他人給的賦能（others-reflected empowering），也與互動取向式賦能要素相呼應；最後為當事人自自己改變行動中所察覺，屬行動式的賦能（empowering in action），如同行動取向式賦能要素之知覺。

### （五）研究限制

本研究之研究對象為接受諮商之當事人，亦為資料分析之主體，然諮商師亦是促成當事人賦能的重要他人，但受限資料分析之脈絡及視框，未能將諮商師的觀點納入研究分析殊為可惜，亦是本研究資料分析之限制，未來可考慮納入諮商師觀點，或可進一步擴大對賦能觀點的視野。此外，研究主題聚焦在當事人的賦能知覺，在結果資料的呈現上亦未能提及該諮商方法如何促成當事人之賦能，是為另一限制之處，未來若能交代該諮商模式如何促成當事人之賦能，亦使此研究更臻完整。

## 二、建議

### （一）對諮商學習者的建議

由研究過程中發現，諮商師對諮商歷程的經營，貼近當事人的思考脈絡，從當事人的「優勢、正向特質、個人資源」等議題切入，便容易引發當事人的賦能知覺。賦能的運作導致諮商歷程的高張力與富含能量感，諮商後當事人的改變能量，部分亦是來自於諮商歷程中的賦能所引發（諮商師的賦能意圖）。從深入瞭解到出現改變行動，之所以讓當事人有能量、能力、力量於持續或進行改變，賦能是為重要關鍵。而賦能並不會以「賦能」二字出現在諮商歷程，而是以當事人「轉好」、「有用」、「有能」、「有力」、「能量」之形式出現在諮商歷程中。諮商師若能在諮商歷程中把握，並注意當事人的這些特質，便容易使當事人賦能，使改變更有力道；因此對諮商的學習者而言，可以參酌當事人的賦能知覺，並致力於引發或提升當事人的賦能。

### （二）對諮商教育及訓練者的建議

從研究結果來看，賦能具有「主觀」特性，每位當事人對賦能的知覺各有其脈絡性，研究共相的呈現雖見共識性結果，然各有其特色；也就是當事人「賦能」知覺之意涵，與個人主觀知覺關係密切，貼近個人思維脈絡。從研究過程來看，則發現諮商師與當事人的投入「共構」出整個賦能過程，包括知覺與影響，也就是諮商要素除了當事人外，也不能忽略諮商師的角色重要性。尤其諮商師能對強調當事人主體性的後現代主義思維，需能有所掌握，方易引發當事人對賦能的知覺。因此，對焦點解決短期諮商歷程的有效掌握及相關諮商經驗的累積或是「後現代思潮與精神」之知識訓練，對賦能當事人具有重要意義。



### (三) 對未來研究的建議

#### 1. 探討諮商師的「賦能意圖」

從研究進行過程裡，常能觀察到當事人接受焦點解決短期諮商的「神奇或戲劇化」的轉變，尤其從「低能量」狀態到「高能量」狀態，甚至某些當事人在諮商結束後，還仍維持高亢與興奮的情緒。除藉由事後訪談得探當事人在諮商過程中的知覺經驗外，對於研究參與者之一「諮商師」也是一大探討主題或關鍵；諮商師對諮商歷程的經營絕對與當事人的賦能或轉變關係密切。因此，諮商師在焦點解決短期諮商中的「賦能意圖」是另一探討重點，對賦能意義的拓展應有幫助。

#### 2. 攸關賦能非語言訊息之關注及量化研究的嘗試

本研究對賦能內涵及意義之探討，主要是從當事人的語言描述中探究得知，然而研究過程中，發現具賦能知覺之脈絡裡當事人常伴隨或呈現諸多正向非語言訊息，如開懷大笑、高亢之歡樂情緒、誇張之肢體語言、愉悅之面部表情等，若能深入探討必可更周延豐厚當事人對賦能知覺的內涵。因此，未來研究乃可針對與賦能相關的非語言訊息進行更深入的探究。

此外，對於研究所提當事人賦能知覺之三大取向（自我、互動、行動）、約七大向度（轉好、有用、有能、有力、能量、他助、自助）等概念，可為未來繼續探討賦能核心議題之深化，尤其可藉助量表的發展，尋找賦能更豐富的核心意涵。





## 參考文獻

- 宋麗玉(2006)。增強權能量表之發展與驗證。*社會政策與社會工作學刊*, 10(2), 49-86。
- 高淑清(2000)。現象學方法及其在教育研究上的應用。載於中正大學教育學研究所主編, *質的研究法* (pp. 93-134)。高雄: 麗文。
- 張麗春、李怡娟(2004)。賦能概念分析。*護理雜誌*, 51(2), 84-90。
- 許維素(2002)。賦能導向的諮商—以焦點解決短期諮商為例(上)。*諮商與輔導*, 198, 18-22。
- 許維素(2003)。成人女性焦點解決短期治療賦能歷程與效果之研究。行政院國家科學委員會專題研究成果報告(編號: NSC 91-2413-H-260-005), 未出版。
- 蕭文(2004)。個案為什麼沒有按照劇本演出—後現代思考與諮商典範的轉移。*輔導季刊*, 40(3), 1-5。
- 鍾任琴(2000)。教師專業權能之研究: 理論建構與實證分析。台北: 五南。
- Adams, R. (2003). *Social work and empowerment* (3<sup>rd</sup> ed.). London, England: Macmillan Press Ltd.
- Barrie, J. (2011). Patient empowerment and choice in chronic pain management. *Nursing Standard*, 25(31), 38-41. doi: 10.7748/ns2011.04.25.31.38.c8432
- Berg, I. K. (1994). *Family based services: A solution-focused approach*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Berg, I. K., & De Jong, P. (1996). Solution-building conversations: Co-constructing a sense of competence with clients. *Families in Society*, 77(6), 376-391. doi: 10.1606/1044-3894.934
- Boehm, A., & Staples, L. H. (2004). Empowerment: The point of view of consumers. *Families in Society*, 85(2), 270-280. doi:10.1606/1044-3894.314
- Bolton, B., & Brookings, J. (1996). Development of multifaceted definition of empowerment. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 39(4), 256-264.
- Chamberlin, J. (1997). A Working definition of empowerment. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 20(4), 43-46.
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (9<sup>th</sup> ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole Pub. Co.
- Cox, E. O., & Parsons, R. J. (1994). *Empowerment-oriented social work practice with the elderly*. Pacific Grove, CA: Books/Cole Pub. Co.
- Davis, T. E., & Osborn, C. J. (2000). *The solution-focused school counselor: Shaping professional practice*. Philadelphia, PA: Accelerated Development.
- De Jong, P., & Berg, I. K. (2012). *Interviewing for solutions* (4<sup>th</sup> ed.). Belmont, CA: Books/Cole Pub. Co.
- Gingerich, W. J., & Eisengart, S. (2000). Solution-focused brief therapy: A review of the outcome research. *Family Process*, 39(4), 477-498. doi:10.1111/j.1545-5300.2000.39408.x
- Greene, G. J., Lee, M., Mentzer, R. A., Pinnell, S. R., & Niles, D. (1998). Miracles, dreams,



- and empowerment: A brief therapy practice note. *Families in Society*, 79(4), 395-399. doi:10.1606/1044-3894.701
- Gutiérrez, L. M., Parsons, R. J., & Cox, E. O. (1998). *Empowerment in social work practice: A sourcebook*. Pacific Grove, CA: Books/Cole Pub. Co.
- Hipolito-Delgado, C. P., & Lee, C. C. (2007). Empowerment theory for the professional school counselor: A manifesto for what really matters. *Professional School Counseling*, 10(4), 327-332.
- Hycner, R. H. (1985). Some guidelines for the phenomenological analysis of interview data. *Human Studies*, 8, 279-303. doi:10.1007/BF00142995
- Littrell, J. M., Malia, J. A., & Vanderwood, M. (1995). Single-session brief counseling in high school. *Journal of Counseling and Development*, 73(4), 451-458. doi:10.1002/j.1556-6676.1995.tb01779.x
- Lord, J & Hutchison, P. (1993). The Process of Empowerment: Implications for Theory and Practice. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 12(1), 5-22.
- Maxwell, J. A. (2005). *Qualitative research design: An interactive approach* (2<sup>nd</sup> ed.) Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- McKeel, A. J. (1996). A clinician's guide to research on solution-focused brief therapy. In S. Miller, M. Hubble, & B. Duncan (Eds.), *Handbook of solution-focused brief therapy* (pp. 251-271). San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.
- McWhirter, E. H. (1991). Empowerment in counseling. *Journal of Counseling and Development*, 69(3), 222-227. doi: 10.1002/j.1556-6676.1991.tb01491.x
- McWhirter, E. H. (1994). *Counseling for empowerment*. Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Menon, S. T. (1999). Psychological empowerment : Definition, Measurement, and Validation. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 31(3), 161-164. doi: 10.1037/h0087084
- Murphy, J. J. (2008). *Solution-focused counseling in schools* (2<sup>nd</sup> ed.). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Lethem, J. ( 2003). Using solution-focused therapy with women. In B. O'Connell & S. Palmer (Eds.), *Handbook of solution-focused therapy* (pp.118-128). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications Inc. doi:10.4135/9781446280478
- O'Connell, B. (2003). Introduction to the solution-focused approach. In B. O'Connell & S. Palmer (Eds.), *Handbook of solution-focused therapy* (pp.1-11). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications Inc. doi:10.4135/9781446280478
- Sharry, J. (2007). *Solution-focused groupwork* (2<sup>nd</sup> ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications Inc. doi:10.4135/9781446280379
- Sklare, G. B. (1997). *Brief counseling that works: A solution-focused approach for school counselors*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
- Smith, S., Adam, D., Kirkpatrick, P., Aberdeen, & McRobie, G. (2011). Using solution-focused communication to support patients. *Nursing Standard*, 25(52), 42-47. doi:10.7748/ns2011.08.25.52.42.c8675
- Stewart, J. G., McNulty, R., Griffin, M. T. Q., & Fitzpatrick, J. J. (2010). Psychological empowerment and structural empowerment among nurse



- practitioners. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 22, 27-34. doi:10.1111/j.1745-7599.2009.00467.x
- Trepper, T. S., McCollum, E. E., De Jong, P., Korman, H., Gingerich, W., & Franklin, C. (2010). Solution focused therapy treatment manual for working with individuals. *Research Committee of the Solution Focused Brief Therapy Association*. Retrieved from <http://www.solutionfocused.net/treatmentmanual.html>
- Welfel, E. R. & Patterson, L. E., (2004). *The counseling process: a multitheoretical integrative approach* (6<sup>th</sup> ed.). Calif: Books/Cole Pub. Co.
- White, V. E. (2002). Developing counseling objectives and empowering clients: A strength-based intervention. *Journal of Mental Health Counseling*, 24(3), 270-279.
- Zakaria, N. S. (2007). *Peer Counselling Empowerment and Ethical Considerations*. Retrieved from ERIC database. (ED499793)
- Zimmerman, M. A. (1995). Psychological empowerment: Issues and illustrations. *American Journal of Community Psychology*, 23(5), 581-599. doi:10.1007/BF02506983
- Zimmerman, M. A., Israel, B. A., Schulz, A., & Checkoway, B. (1992). Further explorations in empowerment theory: An empirical analysis of psychological empowerment. *American Journal of Community Psychology*, 20(6), 707-727. doi:10.1007/BF00942234



# The study of clients' empowerment in the Solution-Focused Brief Therapy

Lin, Jiun-De

National Taichung University of Science and Technology

The purpose of this study was to identify the nature of the clients' perceived empowerment in the counseling process of solution-focused brief Therapy (SFBT). The meanings of empowerment to the clients were included. Three voluntary clients received 5-7 sessions of SFBT. In-depth interviews were given to clients after each counseling of session within 24 hours. Eighteen transcripts were collected then analyzed through the phenomenological approach. The three types of clients' perceived empowerment were found. They were self-oriented empowerment, interaction-oriented empowerment and action-oriented empowerment. Five elements, which were promotion, efficacy, competence, power and energy, were included in the types of self-oriented empowerment. Two elements, which were others-help in/ and out of counseling session, were included in the interaction-oriented empowerment. Two elements, which were solution-construct and self-help, were included in the action-oriented empowerment. Based on these results, discussions and recommendations were proposed for the future research and related practice.

**Keywords:** empowerment, Solution-Focused Brief Therapy (SFBT)

