

課程簡介

教學時間	60 分鐘
教學對象	不具醫事背景者，但常接觸藥癮個案之人員，如社會工作人員、獄政戒護人員、矯正機關教誨師或社區鄰里長等。
教案名稱	動機式晤談
課程目標	<p>聆聽本課程的學員應學習到：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 行為改變的階段、激發行為改變動機的方法； 2. 動機式晤談原則之所以能促進行為改變的原理、進行的原則、初開始進行動機式晤談的可能遭遇的困難和解決的策略、治療者如何覺察個案展現改變動機、如何量性評估行為改變階段、如何處理阻抗、以及對於具有初步改變動機的個案如何強化他們對改變的承諾； 3. 從進行團體演練中習得動機式晤談中常見的策略，包括問開放式問題、回映式傾聽、給予肯定、做摘要等。

團體討論

團體討論（一）

以下的對話，是否符合動機式晤談的精神呢？為什麼？

A 女士的先生：令我生氣的是她對我說謊，備著我做出這種事。我不敢相信我竟然沒發現！我覺得自己像是個傻瓜！

諮商師：回顧起來，你覺得你忽略了什麼？

評論：這不符合動機式晤談的精神。在這個例子中，諮商師可以採取單方發問以蒐集資訊，或是雙方合作進行探討，這會讓會談走向不同的方向。諮商師比較適合的作法是注意採取支持的態度，嘗試建立合作關係來做進一步探討問題在哪。在此例子中，諮商師太急著進行資訊蒐集，而忽略支持情緒的必要性。

團體討論

團體討論（二） 以下句子是典型封閉式的問句，請大家試著發揮想像力，將它轉成開放式問句。

- 你平常每次喝酒時會喝多少酒？

建議可改為：

例一：你在一般喝酒時情況是怎樣呢？

例二：說說看外出喝酒時大概是怎樣的情形？

- 今天你在學校過得好嗎？

建議可改為：

你今天在學校中午和別人聊些什麼呢？

團體討論（三） 以下對話的個案是一名青少年，被爸爸帶來的主要原因是和爸爸有嚴重的衝突。爸爸希望他「好好接受治療」，說他的個性衝動、沒有道德觀念，但個案只想快快離開。以下對話的重要性在於：諮商師以謹慎而開放的問題和回應，為一個不想來接受治療的青少年個案開啟未來繼續治療的機會。請大家針對諮商師的回應做評論，以及在最後，如果你是諮商師，你會如何做摘要呢？

	陳述	
諮商師	最近這一週你過得如何？	
個案	還好。	
諮商師	多告訴我一些。	
個案	沒什麼特別的。就是出去晃晃，找找朋友。可能和我爸有點事情吧，沒什麼大不了的。你知道，我就是受不了他。	
諮商師	所以你過得沒什麼特別的，不過發生了某些事情。	
個案	呀，有一晚我爸不讓我出去，可是我已經和人有約了。他總是管我東管我西的。我們吵了一	

團體討論

		架，他叫我回房，可是我溜出門了。等我回到家，他已經帶著我的弟弟們出門去露營了，把我丟下來。在那之後就好一些了。	
諮商師		所以事情改善多了。	
個案		大概是。我不知道。我的意思是：他總是罵我或是嘲笑我，我也罵他和嘲笑他回去，我知道這樣不成熟，可是他真的把我惹毛了。他那樣做很幼稚。	
諮商師		也許幼稚，也可能不是，不過又罵你又嘲笑你，真的把你惹毛了。	
個案		是啊，那實在太幼稚了，像是笑我是糊塗蟲或失敗者，一直挖苦我。我最受不了偽君子，這樣說是很衝，可是我就是這麼覺得。	
諮商師		有的人說是一套，做又是一套。	
個案		沒錯，我是那種說到做到的人，如果我說要做什麼，我就一定去做。比如像暑假的時候，我騎車去撞到別人的車子，把人的車門撞凹了。這你不會告訴我爸吧？	
諮商師		不會，除非牽涉到你的安全或是別人的安全。	
個案		我說我會賠他修車門和上漆的錢。我的車也毀了，所以對方的父母說我不必賠錢。可是我已經承諾了，我就要做到。我需要打工來付錢，大約要一萬五。這是一筆不小的數目。	
諮商師		你願意信守諾言，即使對方家長說你不必賠了，而且這筆錢對你來說又是很大的數目。我不確定你要從哪裡找到打工的機會…	
個案		我不知道。可能找我媽吧，我想。可能我爸也有可能。	
諮商師		OK，所以有可能找媽媽，你和你爸爸的關係並非一直都不好。	
個案		呀。	
諮商師		好，我來整理一下剛才談的，看我是不是了解了。你…	

團體討論

團體討論 (四)	<p>以下的練習，是要鼓勵學員在聽到個案一段話後，如何從字面意思發展出「不同意思的」回映式傾聽。例如個案說：「這樣的生活是很有趣，但也要付出代價。我已經不能再繼續這樣的生活了。」學員可能做這樣「不同意思的」回應：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 你過去過了一段快樂的時光。2. 你擔心可能有什麼事會發生。3. 是做改變的時候了。 <p>以下請嘗試對這段話做至少三種「不同意思的」回映式傾聽。</p> <p>「我最近心情很糟糕。我試著以喝酒以外的方法幫忙自己過得好一些，可是除了喝幾杯以外，什麼方法都沒幫上忙。」</p>
團體討論 (五)	<p>以下的練習，是要鼓勵學員在聽到個案一段話後，如何比較深層的回映式傾聽，例如：個案說：「這樣的生活是很有趣，但也要付出代價。我已經不能再繼續這樣的生活了。」各種不同形式的深層回映式傾聽可以是：</p> <p>轉譯形式的深層回映式傾聽：「所以付出一些代價才得到歡樂。」</p> <p>放大形式的深層回映式傾聽：「你經歷了一段非常美好的時光」。</p> <p>雙向形式的深層回映式傾聽：「一方面你經歷過一段不錯的生活，另一方面，你覺得這樣的生活已經需要做改變了」。</p> <p>情感形式的深層回映式傾聽：「你有點擔心接下來要何去何從」。</p> <p>以下的例子，請嘗試進行各種不同形式的深層回映式傾聽：</p> <p>「我最近心情很糟糕。我試著以喝酒以外的方法幫忙自己過得好一些，可是除了喝幾杯以外，什麼方法都沒幫上忙。」</p>

團體討論

團體討論 (六)	請 4 個人為一組，一位扮演因為長期喝酒而已經有肝硬化、但仍持續喝酒且不願意做後續肝功能追蹤的個案，一位扮演公衛護士，到家訪視邀請個案去接受肝功能追蹤，兩人進行會談，負責公衛護士者盡可能以回映式傾聽來回應個案的言談。其餘的人負責觀察紀錄，在會談進行中出現哪些回映式傾聽，是哪些形式的回映式傾聽，並把實際的例子記錄下來。
團體討論 (七)	請 4 個人為一組，一位扮演因為長期喝酒而已經有肝硬化、但仍持續喝酒且不願意做後續肝功能追蹤的個案，一位扮演公衛護士，到家訪視邀請個案去接受肝功能追蹤，兩人進行會談，負責公衛護士者盡可能以開放性問題、肯定、摘要來回應個案的言談。其餘的人負責觀察紀錄，在會談進行中出現哪些開放性問題、肯定、摘要，把實際的例子記錄下來。

團體討論

團體討論 (八)

請 4 個人為一組，一位扮演因為長期喝酒而已經有肝硬化、但仍持續喝酒且不願意做後續肝功能追蹤的個案，一位扮演公衛護士，到家訪視邀請個案去接受肝功能追蹤，兩人進行會談，負責公衛護士者盡可能以可能可以引發個案改變動機的技巧來回應個案的言談。其餘的人負責觀察紀錄，在會談進行中出現哪些技巧，把實際的例子記錄下來。