

# 諮商中的抗拒研究

趙祥和

陳秉華

國立中山大學諮商輔導中心

國立臺灣師範大學教育心理與輔導系

(收稿日期：1997年12月10日；接受登刊日期：1998年1月30日)

本研究旨在探討諮商歷程中個案抗拒的形成、抗拒的反應、諮商員的處理策略與技巧、以及抗拒與諮商進展的關連，以瞭解諮商中抗拒的內涵。本研究採取發現式取向 (Discovery-Oriented) 諮商研究程序，資料分析方法參考樣版式分析風格 (Template Analysis Style)，針對一個大學女生接受十次個別諮商的錄音帶進行質的分析。本研究的結果有下列發現：1. 本研究中個案抗拒出現的時段遍佈整個諮商過程，但主要集中在諮商中期。抗拒的出現和諮商主題有關連，重要且困難的核心主題會使個案的抗拒增加，其中以「自我」有關的主題最易產生抗拒。2. 本研究中個案的抗拒形式以「抗拒覺察」最多，其次依序為「抗拒諮商員」、「抗拒表達痛苦的情感」及「抗拒回憶」，最少的是「抗拒改變」。3. 本研究中個案抗拒處理的結果約有70%都有突破或進展，其中又以「抗拒改變」和「抗拒諮商員」兩種的突破比例最高，其次依序為「抗拒回憶」、「抗拒覺察」及「抗拒表達痛苦的情感」。4. 本研究中個案在諮商中抗拒的發展和諮商主題脈絡是並行發展的，而處理個案核心問題和處理個案抗拒反應是同時並進的。抗拒在諮商中顯示出其連續性、發展性、互動性及功能性的特徵。5. 關於諮商員對抗拒現象的處理策略與技巧上，本研究則有下列發現：(1) 本研究的個案無論是在諮商中哪一個段落出現抗拒，諮商員予以同理、支持與鼓勵，抗拒的突破就會增加；(2) 本研究諮商員會持續地幫助個案面對抗拒，並拓展出新的主題或帶給諮商正面且深入的影響，使抗拒得以突破或進展；(3) 本研究諮商員要同時使用策略與技巧，且以情感和認知介入互相輔助的多元方式來處理個案的抗拒。在本研究中，諮商員有效的處理策略和技巧包含有：策略性的引導、聯結過去相關的經驗或主題、同理與探問的交互使用、由開放探問到具體探問、保證、鼓勵與讚賞、以及立即性的回饋探索此時此刻狀態（包括口語與非口語）等。而以同理、探問、引導、面質、解釋、分析等技巧相互輔助的方式做情感和認知的介入。本研究就上述結果加以討論，並針對諮商員的訓練及後續的研究分別提出建議。

關鍵字：抗拒、樣版式分析風格

## 緒論

在文獻上，抗拒被視為心理諮商中重要的概念，甚至有的學者認為處理個案抗拒的歷程

就是治療，亦即了解及覺察抗拒呈現的方式及影響是心理治療的本質，換句話說，抗拒是心理治療中的自然現象 (Blatt & Erlich, 1982; Dixon, 1986; Kottler, 1991)。

## 一、抗拒的內涵與相關理論

傳統精神分析學派將抗拒視為本能 (instincts)、驅力 (drives) 與防衛 (defense)，後來的心理動力論則以客體關係及自我功能表現的觀點來探討個案抗拒 (Strean, 1985)。當個案的本我衝動和自我的防衛之間產生衝突時，這種緊張的關係會引起個案的焦慮，個案為了避免焦慮，就會對有關的主題產生抗拒 (Greenson, 1967; Strean, 1985; Stark, 1994; Basch, 1982)，其中以 Greenson (1967) 和 Patton & Meara (1992) 的抗拒理論分類最為清晰。Greenson (1967) 認為何以從五個層面做分類：(1) 抗拒的來源，(2) 抗拒的固著點，(3) 防衛的型式，(4) 診斷上的分類，(5) 實務上的分類：A. 「自我疏離」式的抗拒。B. 「自我相容」式的抗拒。

認知—行為學派認為諮商員要思考個案問題之外，更要注意、判斷個案對治療歷程的看法是「正向」還是「負向」的，這會影響個案的順從 (compliance) 或抗拒 (Cameron, 1982)。因此，行為認知學派基本上將個案的抗拒定義為個案對諮商員「不願意順從」及「不願意合作」 (Lazarus & Fay, 1982; Goldfried, 1982; Golden, 1989)。

Dixon (1986) 認為三種因素直接影響個案的改變：(1) 個案的特質、環境、及問題的特徵；(2) 和諮商員的因素；(3) 個案和諮商員二種因素的互動。這三類因素影響個案是否接受諮商員的影響，或是不願意順從而抗拒諮商，和 Govaerts & Olson (1983) 從五個特質來考量諮商中個案的順從與非順從的原因相似。

各諮商理論學派都認為抗拒對諮商是很重要的，但對其在諮商中的意義、性質、及處理的方式仍未有較一致的看法 (Bischoff & Tracey, 1995)，值得進一步的探索。

## 二、抗拒的分類及相關研究

除了各家諮商學派對抗拒看法不一致，諮商研究中也未在抗拒歷程及其實証研究上有一較為清楚的結果。目前有關抗拒的研究包括對個案抗拒的測量 (Mahalik, 1994; Chamberlain, Patterson, Reid, Kavanagh & Forgatch, 1984)；及依據理論或臨床經驗對抗拒作分類 (Greenson, 1967 & Otani, 1989) 與有系統地探討的抗拒處理方式 (Greenson, 1967; Kottler, 1992, 1991; Stark, 1994)。

許多學者也認為個案的抗拒其實和個案的變項有關 (Bischoff & Tracey, 1995; Mahrer, Murphy, Gagnon & Gingras, 1994)。在實証研究方面，Rennie (1994) 用質化的研究的方法以個案的回憶資料來分析個案抗拒的內涵，從個案的角度研究心理諮商中的抗拒。對諮商歷程中的抗拒研究，則有 Bischoff & Tracey (1995) 用序列研究方式來研究個案抗拒和諮商員反應之間的關係，可惜未能對諮商員和個案在互動過程中的抗拒處理做深入的理解與分析。

Mahalik (1994) 指出諮商員的反應和個案的抗拒是有關的。Hill, Nutt-Williams & Thompson (1996) 以諮商員對僵局 (impasse) 的回憶為材料分析發現造成僵局的因素有：(1) 個案的病理學問題；(2) 個案不同意諮商員的策略；(3) 諮商員的錯誤；(4) 移情；(5) 諮商員的個人因素；(6) 情境因素。另外，Mahrer, Murphy, Gagnon & Gingras (1994) 認為諮商員因素指出：(1) 諮商員的期待與要求；(2) 諮商員強迫規定 (counselor-imposed) 個案的角色；(3) 諮

商員過度提昇 (counselor-enhanced) 「個案會抗拒」的信念。

在有關諮商改變的研究中，Cummings, Hallberg & Slemon (1994)的研究結果可以發現：個案的改變需要經過對過去和目前經驗的整理，並實際產生行動，而抗拒這樣的過程因素和個案面對及處理痛苦情感、以及諮商關係是有關的。

Bischoff & Tracey (1995)的研究結果中度支持其假設，亦即諮商員指導式的行為可預測個案抗拒的增加，而諮商員非指指導性的行為可預測個案合作的增加，此一研究和Patterson & Forgatch (1985)的結果相同，也反映了抗拒是互動的現象，而諮商員的反應行為可以考慮用來化解個案抗拒。

從理論或研究成果來看，抗拒已不再被視為一種單純的諮商現象，它牽涉到諮商員的特質或個人事件、個案的特質、以及雙方互動的品質 (Kottler, 1989)。因此，諮商中的抗拒歷程如何發展是本研究想要探討的問題之一。此外，針對心理諮商中的抗拒處理，許多理論或實務工作者都有討論與建議 (Stark, 1994)，但是實際關於諮商中歷程中處理抗拒的過程與方向，卻較少有實證性的研究 (Lubersky, Baber & Crits-Christoph, 1990; Mahalik, 1994)，這部份也激發了研究者探究實際諮商中的抗拒現象與處理歷程的興趣。在有關諮商研究歷程與結果的研究中，Orlinsky 等人 (1994)回顧文獻，發現有 69 % 的病人的合作或抗拒和心理治療結果有顯著的關連存在，病人的抗拒和負向的治療結果有關，而病人的合作與正向的治療結果有關。這樣的結果顯示個案的抗拒與否影響心理治療的結果。

近年來，諮商研究已逐漸由傳統測量變項的量化研究轉變到質化的、微觀的諮商互動歷程的研究，因此要對諮商歷程中的現象做更貼切的研究與理解，質的研究法是較為合適的 (陳秉華，民 83；Rennie, 1994)。Bischoff & Tracey, (1995)也認為研究諮商歷程中的變項就要考慮整個諮商互動歷程的脈絡。Mahalik (1994)更指出一般抗拒研究的兩點限制為以模擬的情境為研究，難以推論至自然情境以及用量表很難測量出互動的過程。故本研究以質化研究的方法進行本研究，以便更貼切的了解諮商中的抗拒現象。本研究目的主要是想要探討實際的諮商歷程中，個案的抗拒是如何形成的？諮商員如何處理諮商中出現的抗拒？諮商中出現的抗拒互動，在諮商中佔有什麼樣的地位？在這互動過程中，諮商又是如何繼續進展？怎樣才是一個有效的處理過程？

## 研究問題

本研究想要探討的問題如下：

一、在何種情況下出現抗拒？出現在哪些諮商階段？是否會因諮商階段的的不同，個案出現的抗拒也有所不同？

二、個案出現抗拒的反應與形式為何？

三、抗拒是個案的問題本身或是諮商不當處理所引起的？

四、諮商員對個案抗拒之處理為何？是否會因諮商階段的的不同處理也會有所不同？諮商員是否會因為不同的抗拒形式而有不同的處理？

五、抗拒處理之後發生的結果為何？不同抗拒形式的處理是否會帶出不同的結果？

## 名詞定義

為使本研究之分析討論更為明確，本研究之重要名詞界定如下：

### 一、諮商中的抗拒

在諮商中，個案和諮商員在互動過程中出現了阻礙，個案可能透過內隱或是外顯的方式，在諮商的各個階段以各種不同的溝通方式、減少或模糊自己繼續對問題、感受與想法的深入探討，或甚至違反諮商約定、表達出不願意面對問題、無法配合諮商員的要求或是對諮商過程的不適應。本研究是以 Mahalik (1994) 的分類向度（見表一）為參照依據，如果個案出現抗拒表達痛苦的情感、抗拒回憶、抗拒諮商員、抗拒改變以及抗拒覺察等五種抗拒類型的現象，即為抗拒。

表一 Mahalik (1994) 抗拒分類一覽表

抗拒類別	定 義	反 應 方 式 說 明	例 子 說 明
1. 抗拒表達痛苦的情感	個案迴避一些痛苦的感受，尤其是焦慮、憂鬱、失落及攻擊等感受。	個案所用的詞語是缺少情感： 1. 個案會間接表達出受傷、憤怒、焦慮 2. 用理智將痛苦的情緒轉為認知表達，或著用笑來掩飾。 3. 不談痛苦的感覺、訊息式的反應、不處理負向感受的主題、表達一些瑣碎的事物。	1. 和受傷有關的表達：討論如何的掙扎、聲音是受傷、壓抑、低落，但個案不直接使用這些字。 2. 和生氣有關的表達：聽起來很生氣，但是不直接用有關的字眼，如表達一些不敬的言語、諷刺、尖銳的聲調、表達挫折、插話等。 3. 和焦慮有關的表達：表達出擔心的事件或是個案表達一些焦慮不安的主題。個案很可能擔心但卻不直接用相關字詞，由其說話方式，可以聽出一些壓力、焦慮。
2. 抗拒回憶	個案抗拒對諮商員提供的有關她的詳細的材料，而提供較模糊的訊息。	個案抗拒表達的材料包括正向與負向的經驗，個案為了避免承受自我揭露帶來的壓力，會以各種方式來抗拒諮商員限制訊息的提供，包括限制性的溝通及表達形式。	1. 說一些無關的、無聊的、枯燥的或是技術性的話來回應諮商員等。 2. 回憶一些材料但並非其真實之生活事件，且避免詳細描述或舉例。 3. 完全以第三者來談論自己。 4. 完全聚焦在他人。 5. 簡要回應諮商員的封閉性問句。 6. 不提供材料沈默不語、表達不想講或沒有關連的回應。
3. 抗拒諮商員	個案抗拒配合諮商員的引導。	1. 個案採取不合作的態度 2. 對諮商員的要求或是介入作相反的反應	1. 跟隨諮商員的引導但是不更深入、更細緻去探索主題 2. 常常只簡單回答不對諮商員

		<p>3.拒絕受諮商員影響</p> <p>4.個案和諮商員會形成負面的人際互動</p> <p>原因可能因為諮商員的引導時機不對、不適當的介入處理或引導的方向不是適合個案目前的需求和能力。</p>	<p>的引導做更多的反應。</p> <p>3.所做的反應一半脫離諮商員的引導話題。</p> <p>4.談完全無關的方向(離題)。</p> <p>5.主動阻擋諮商員的引導方向，拒絕自我揭露的溝通。</p> <p>6.個案反對諮商員改變她的思考、感受或行動的方式。</p>
4.抗拒改變	個案抗拒表達改變目前狀況的意願與期待。	<p>1.個案會干擾改變</p> <p>2.要求幫助但卻不配合，阻礙諮商歷程</p> <p>3.個案可能因為害怕改變帶來的不安全或是失去再次獲益物(secondary gain)。</p>	<p>1.對目前狀況表示不滿或不舒服，但不直接表示改變意願。</p> <p>2.直接表達拒絕改變：「這不是我的問題」「我不要來這裡，我是被送來的」「我喜歡我的方式」。</p>
5.抗拒覺察	個案抗拒自我了解，對連接自己的經驗、思考、感受與行為的功能不佳。	<p>1.抗拒自我了解，阻礙了覺察。</p> <p>主要是為了避免覺察帶來的痛苦感受或害怕在這個過程探索自我。</p>	<p>1.個案很快的表示滿意來卻拒絕去覺察。</p> <p>2.抗拒自我了解「我不願意去想它」。</p>

## 二、抗拒主題

指在諮商中當個案出現抗拒時，當時正在談的晤談內容的主題。在本研究中，研究者分別對不同抗拒的晤談主題命名，這些命名即為抗拒主題。

## 三、抗拒段落

指在諮商中個案出現抗拒的晤談段落。在本研究中，抗拒段落是指諮商中和抗拒主題有關的範圍，該抗拒主題的開始和結束即是該抗拒段落。

## 四、抗拒的突破、未突破與有進展

研究者整理參考文獻後，將抗拒處理的結果分為三種情況：(1)突破：在抗拒主題段落中所呈現出來的抗拒，若有明顯的改變，表達出原來所不願意表達的內容，這些內容可能是想法、感受、過去經驗或是期待等等，則該抗拒就被視為是突破。(2)未突破：若個案並未表達出原來在抗拒中所不願表達的內容，則該抗拒被視為未突破。(3)有進展：若在該段落內，個案的抗拒雖沒有突破，亦即沒有明顯的改變表達出原來所不願表達的內容，但是有進一步的表達，例如帶出新的相關主題，或表達出部份的想法感受，或對相關主題有更多的表達(例如不願表達和爸爸的關係，但是表達更多爸爸和其他人的關係)等等，該抗拒即視為有進展。

## 研究方法

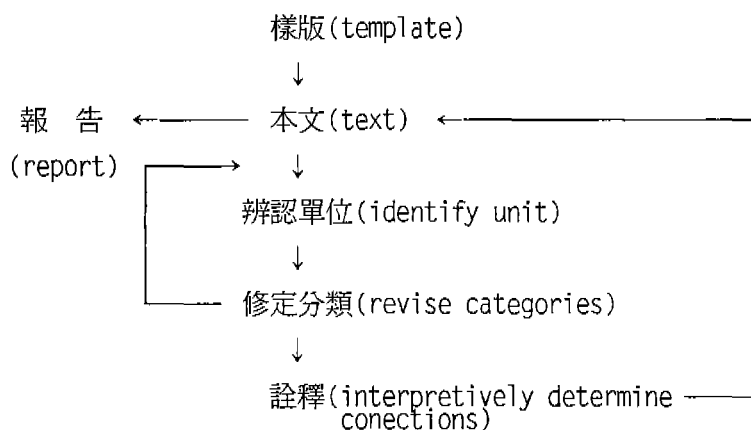
本研究以 Mahrer (1988) 所提出的發現式 (Discovery-Oriented) 諮商研究取向來進行質的分析。以下進一步說明本研究之研究主題的特性、資料收集及分析方法的形成與使用。

### 一、研究主題的特性

抗拒是存在於諮商歷程中的現象，它可能出現在諮商中任何階段，且無法獨立於晤談的內容，故而抗拒存在於諮商員和個案的對話過程中。因此，如何從諮商歷程中去呈現這種互動的資料？如何標定抗拒主題？如何避免截斷式的研究，兼顧微觀的抗拒段落又能看到整次晤談的變化？研究者試圖同時兼顧歸類與描述的分析方式，以更清楚呈現諮商中抗拒的發展。

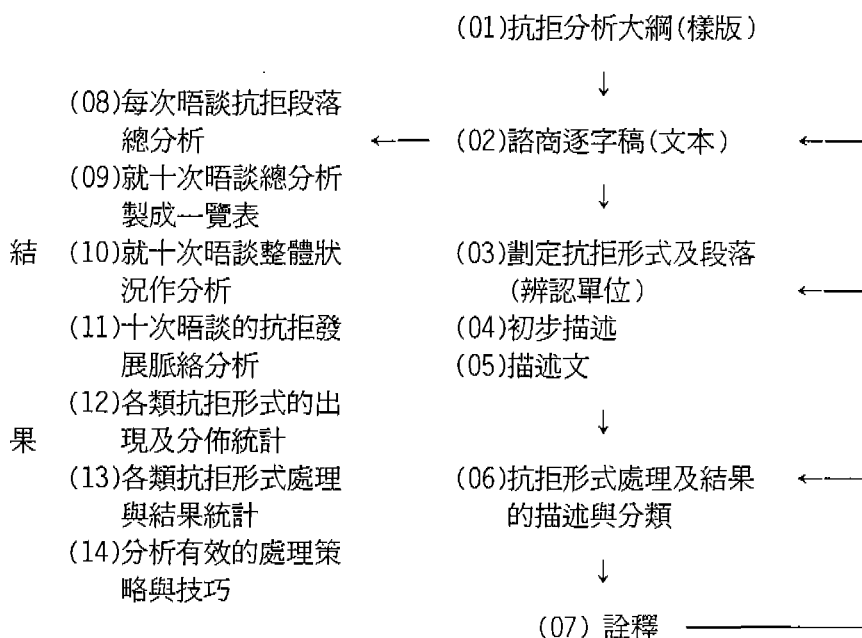
### 二、資料分析方法的形成

研究者參考了類似 Miller & Crabtree (1992) 所提出的樣版式分析風格 (Template Analysis Style) 來分析本研究的資料。



圖一 樣版式分析風格圖 (引自 Miller & Crabtree, 1992, p18)

研究者修改樣版式的分析風格圖為本研究的資料分析架構，如圖二：



圖二 本研究之資料分析架構圖

## 研究對象

本研究是以一個諮商歷程為研究對象。研究者由諮商逐字稿中，以深入性 (intensity) 為考量 (Kuzel, 1992)，抽取諮商晤談中具較長時間的沈默、晤談節奏及進展緩慢的個案 P 為本研究對象。個案 P 為大學二年級女性，來談的困擾為人際問題。個案了解來談的目的是藉由諮商進行研究。本研究的諮商員為女性，年齡約 40 至 45 歲之間，具十年以上個別諮商實務經驗，諮商風格以案主為中心的諮商學派為主，兼採用情緒覺察及認知重組的折衷模式。諮商由民國 84 年 12 月 19 日起至 85 年 3 月 25 日結案。整個諮商為一連續晤談過程，歷經兩學期共十次，其中寒假一個月暫停晤談，並每次錄音。個案 P 是經由研究專案招募而來，並同意透過諮商進行研究。

## 研究者之角色

在進行本研究之前，研究者與協同研究已修滿碩士課程學分，修課期間曾修習「質的研究法」課程，亦積極參與各類有關諮商研究及實務研討會，並在具博士資格的專業督導者的督導下完成諮商與輔導工作實習。在進行本研究期間，研究者及協同研究者仍持續擔任諮商員並接受督導，研究者累積的個別諮商時數在 170 小時以上，而協同研究者亦達 100 小時以上。協同研究者主要在協助研究者作抗拒分類、段落的篩選及處理結果的判斷。

## 研究步驟

本研究根據 Mahrer (1988) 發現式取向所設計的一套研究程序來研究諮商歷程中的抗拒現象，研究步驟說明如下：

### 一、選定抗拒為研究主題

### 二、選定研究對象 P

### 三、收集錄音帶及逐字稿共十份

### 四、發展一個篩選抗拒段落的標準

(一)研究者以 Mahalik (1994) 所提出的抗拒現象及抗拒形式為篩選標準，分別為「抗拒表達痛苦的情感」、「抗拒諮商員」、「抗拒覺察」、「抗拒回憶」及「抗拒改變」五個抗拒形式。

(二)研究者和協同研究者分別配合個案 P 的十次諮商錄音帶和重覆詳細閱讀諮商逐字稿，依篩選標準來選取諮商對話中出現的抗拒段落及判斷抗拒形式。協同研究者也要熟讀標準及研究者整理的文獻，雙方核對挑選的抗拒段落及形式，提出各自判斷的理由，若有不一致的意見則不斷進行討論，直到意見一致為止。

(三)依據與該抗拒現象有關的主題畫定一個範圍：以該抗拒主題的出現為開始，而以抗拒主題的結束或轉換為結束，畫定為抗拒段落，並且為此抗拒段落的主題命名。

### 五、撰寫抗拒段落初步描述文

依段落中的諮商對話做初步描述。初步描述的原則為(1)將對話中的第一人稱改寫為第三人稱；(2)對話中的贅字去除，以完整的語句呈現。

### 六、撰寫抗拒段落描述文

描述的原則主要是對諮商員和個案的反應做有意義的描述，使本段落的抗拒發展、諮商員處理及個案的反應較為清楚。

### 七、對諮商員的處理加以歸納

### 八、抗拒段落的詮釋

研究者對抗拒段落描述文進行詮釋，詮釋的角度依據 Hill 等人 (1996) 在分析心理治療僵局 (impasses) 的歸類架構修改為分析大綱 (樣版)，以三個向度的分析：(1)抗拒段落的諮



商情境；(2)抗拒階段，包括抗拒主題、諮商員的處理及個案的反應；(3)抗拒處理的結果，包括抗拒主題的發展狀況及抗拒處理的結果。

## 九、每次晤談抗拒段落的總分析

研究者將該次晤談的抗拒現象製成一覽表，進行總分析。共分五個部份呈現：(1)該次晤談的一般狀況描述：內容包括諮商員和個案的表現，諮商主題及開始與結束的狀況；(2)該次晤談中抗拒段落的範圍及主題；(3)該次晤談中抗拒歷程的分析：研究者根據各段落中諮商員對抗拒的處理及各段落晤談主題的變化發展作分析；(4)該次晤談的抗拒處理及結果；(5)該次晤談的改變與收穫。

## 十、就十次晤談總分析的抗拒範圍、抗拒形式、處理及結果製作成一覽表。

## 十一、就十次晤談的整體狀況進行分析

包括十次晤談的一般狀況之分析、個案 P 在十次晤談中表現之分析、諮商員在十次晤談中表現之分析，以及十次晤談的諮商主題發展的分析。

## 十二、十次晤談中抗拒的發展脈絡分析

## 十三、製作抗拒形式的出現與分佈之次數與百分比統計表

## 十四、就十次晤談中出現的抗拒形式的處理與結果作次數及百分比的統計

## 十五、分析諮商員有效的處理策略及技巧

# 信度與效度

本研究以胡幼慧和姚美華(1996)綜合 Kirk & Miller (1988)及 Lincoln & Guba (1984)所提出的質化研究中的信效度概念及檢核的方式，提出三個層面來檢核質化研究的信效度。在確實性方面，研究者透過各類輔助性工具(referential analysis)加強資料的確實性，在閱讀及分析資料的過程中以研究日誌的記錄方式，隨時記錄研究分析的過程及內容包括研究者的疑惑、困難、評論、發現及感想等，以供在研究分析、綜合結果及討論時作參考。為增加本研究分析結果的可信度，研究者邀請一位碩士學位的輔導人員擔任協同研究者做同儕的討論，一起篩選「抗拒段落」的範圍及「抗拒處理的結果」。研究者與協同研究者的一致性約達八至九成。本研究亦對資料做厚度描述(thick description)，以便將原始諮商錄音的對話資料轉換成文字稿。研究者在描述過程中將逐字稿中對話的脈絡、諮商員處理及個案反應轉換成有意義的描述文，以呈現其轉換性。本研究透過詳細說明研究工具、研究決策、判斷、

及分析過程以供判斷資料的可靠性。

## 研究結果

### 一、抗拒形式的出現時段、處理及結果的分析

隨著十次晤談中諮商主題的展開，抗拒內容也橫跨各次晤談而發展。研究者分析這十次晤談的發展脈絡，發現抗拒內容主要圍繞在三大核心主題「人際關係」、「家庭關係」及「自我探索」進行，且個案在三大主題皆有進展。而不同的抗拒形式會出現在不同的時段，其處理方式及結果亦有所差別。

#### (一)十次諮商中抗拒次數及分佈

在個案 P 的晤談中共有 58 次抗拒（見表二），其中抗拒覺察 25 次（佔 43.1%），抗拒諮商員 12 次（佔 20.7%），抗拒表達痛苦的情感 10 次（佔 17.2%），抗拒回憶 8 次（佔 13.8%），及抗拒改變 3 次（佔 5.2%）。在 58 次的抗拒中，有 47 次的抗拒是出現在第三次晤談到第七次晤談之間，共佔了 81.0%，顯示大部份的抗拒是出現在這段時期。就十次晤談的過程而言，第三至第七次正好是晤談中期，回到這段晤談過程的內容，可以發現這個階段的諮商主要在處理個案的家庭及自我有關的問題，這兩個部份也是個案重要且困難的核心主題。第十次晤談沒有明顯的抗拒段落，主要是第十次大部份是回顧前面的晤談內容及結束的回饋，並沒有開啓新的主題或處理策略的介入。

表二 十次晤談的抗拒形式及表

抗拒形式	晤 談 次 數										累 計	百 分 比
	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十		
抗拒覺察	1	1	4	4	5	5	3	0	2	0	25	43.1%
抗拒諮商員	1	1	2	2	1	3	0	0	2	0	12	20.7%
抗拒表達痛苦情感	0	0	3	3	1	0	2	1	0	0	10	17.2%
抗拒回憶	0	1	0	2	4	0	0	1	0	0	8	15.5%
抗拒改變	0	0	0	0	1	0	2	0	0	0	3	5.2%
累計	2	3	9	11	11	9	7	2	4	0	58	
次數百分比	3.5%	5.2%	15.5%	19.0%	19.0%	15.5%	12.1%	3.5%	6.9%	0.0%		100%

#### (二)十次諮商的抗拒形式處理及結果

就每一次晤談來看（見表三），第一次至第三次晤談的抗拒突破比例（約 50%-100%）最高，而大部份的晤談是有突破或進展的比例超過一半（50%-70%）以上。就未突破的抗拒而言，在第五次、第六次及第八次晤談的未突破抗拒佔將近一半比例（45%-50%），遠較其他晤談次數為高（參見表三）。

回到諮商資料中去檢驗這樣的結果，可以發現在第五、第六及第八次晤談的氣氛是沈悶的，個案有長時間沈默。這三次晤談的主題較多「自我探索與了解」，也就是和這個主題有

關的抗拒是較不容易突破的。可能的解釋是個案在「人際關係」和「家庭關係」的主題上是藉由家庭和人際去探索自我，但是在這三次晤談中，直接探索個案的自我，包括個案的不確定語氣的表達、自信心、壓抑的情感及壓力的處理等等，是以個案為主題的中心焦點，和第一次至第四次晤談是以家庭及人際事件中心為焦點不同，這使得個案更直接去面對負面的自我時會有較高的焦慮而增加抗拒。

另一方面就諮商員處理而言，在第一次至第三次晤談中可以發現諮商員的處理較多著重在情感的處理，到第四次晤談時更多的增加認知處理，這可能可以解釋為什麼到第四次時的抗拒大多是有進展的，而突破較少。在回到第五次及第六次時，可以發現在未突破的抗拒段落中，諮商員處理的特色是著重在認知的處理與介入而缺少情感層面的探索與同理，而第九次晤談中也可以發現諮商員的處理著重在有策略的引導探問及解釋分析。

表三 十次晤談中五種抗拒形式處理結果次數表

晤談次數	一			二			三			四			五			六			七			八			九			十		
	結果	突破	有進展	未突破	突破	有進展	未突破	突破	有進展	未突破	突破	有進展	未突破	突破	有進展	未突破	突破	有進展	未突破	突破	有進展	未突破	突破	有進展	未突破	突破	有進展	未突破		
抗拒覺察	1			1			3	1			2			1	1	3	2	1	2		2	1					1	1		
抗拒諮商員		1		1			2			1	1		1				1	2								1	1			
抗拒表達痛苦情感							2		1		2	1				1				1	1			1						
抗拒回憶				1							2		2	1	1									1						
抗拒改變																1				1	1									
總數	1	1		3			7	1	1	1	7	3	4	2	5	3	2	4	2	4	2	4	1	1	1	1	2	1		
單次總數	2			3			9			11			11			9			7			2			4			0		
突破比例	50%			100%			77.8%			9.0%			36.4%			33.3%			28.6%			0%			25%			0%		
有進展比例	50%			0%			11.1%			63.6%			18.2%			22.2%			57.1%			50%			50%			0%		
未突破比例	0%			0%			11.1%			27.3%			45.5%			44.4%			14.3%			50%			25%			0%		
總共	58																													

(三)不同抗拒形式的處理

在 42 個抗拒段落中，共有 58 次抗拒，有突破的抗拒共 22（佔 37.9%）個，有進展的抗拒 20（佔 34.5%）個，未突破者 16（佔 27.6%）個。顯示個案 P 的諮商抗拒有七成是有突破或是有進展，換句話說，大部份的抗拒都可以成功的被處理或促進諮商的進展（參見表四）。

表四 各類抗拒形式的處理結果

抗拒形式	突破次數	有進展次數	未突破次數	抗拒形式的次數比例
抗拒覺察	8 (32.0%)	8 (32.0%)	9 (36.0%)	25 (43.1%)
抗拒諮商員	6 (50.0%)	4 (33.3%)	2 (16.7%)	12 (20.7%)
抗拒表達痛苦情感	3 (30.0%)	4 (40.0%)	3 (30.0%)	10 (17.2%)
抗拒回憶	3 (37.5%)	3 (37.5%)	2 (25.0%)	8 (13.8%)
抗拒改變	2 (66.9%)	1 (33.3%)	0 (00.0%)	3 ( 5.2%)
次數	22 (37.9%)	20 (34.5%)	17 (29.3%)	58 (100%)

就諮商過程而言，這樣的突破或進展是有助於諮商有更深一層的發展，幫助個案更多的探索及對其問題的處理。若就抗拒覺察而言，有超過六成(64%)是有突破或進展，但仍有三成是未突破。就抗拒諮商員部份，有八成以上(83.3%)是有突破或有進展，二成是沒有突破。就抗拒表達痛苦情感而言，有7成(70.0%)的比例是有突破或有進展，但有三成以上未突破。就抗拒回憶而言，有七成以上(75.0%)是有突破或有進展，但是有二成以上未突破。抗拒改變部份，都有突破或進展。和其它抗拒形式比較，「抗拒改變」的突破比例最高，依序為「抗拒諮商員」、「抗拒回憶」、「抗拒覺察」及「抗拒表達痛苦的情感」。但若從未突破的比例來看，則「抗拒覺察」未突破的比例最高，次之為「表達痛苦的情感」，皆達三成的比例，這兩種抗拒形式。綜合分析上述五種抗拒形式出現的主題範圍及處理結果，可歸納以下數點：

(1)五種抗拒形式在各個主題的分佈中，「抗拒覺察」和「抗拒諮商員」出現在各種晤談主題範圍；「抗拒回憶」和「抗拒表達痛苦的情感」則較多出現在「家庭關係」主題。「抗拒改變」則出現在諮商的行動階段。

(2)未突破的段落主題大多和「自我」主題有關，換句話說「自我」的主題的處理並不容易；而其處理也較多著重認知部份，諮商員給予個案連續探問、具體探問、面質、具體反映或解釋分析，而較少著重在情感部份的處理及同理。

(3)對大部份的抗拒形式而言，諮商員若同時著重在情感的探索和同理，抗拒段落是較易突破或進展。情感探索與同理對新主題是重要的，即便是新主題出現在不同諮商階段，諮商員給予個案同理有助於突破抗拒。

## 二、諮商員有效的處理策略及技巧

諮商員對抗拒的處理方式是多樣性的，諮商員除了策略性及技巧性的處理外，也有一些基礎性的工作，包括每次晤談開始和結束時都關心個案的心情及感受，以及關心個案每一次來晤談時的狀況及改變晤談主題對個案的影響等，這是無形中為個案鋪路，為個案探索自己的困難做準備；諮商員也在每一次晤談主動回顧前一次晤談帶給個案的影響，以連接前後的晤談主題，並且連貫地、有系統地對晤談主題加以探討。

在處理的過程中，諮商員同時考慮了個案的核心問題與抗拒反應的處理。一方面諮商員有策略地處理個案的問題，例如利用空椅對話處理個案的內在衝突或將問題由「事件」回歸到「個人的意義」層面，意即由「人際」事件到「家庭」事件，由「事件」到「個人自我」的探索；或是給予個案家庭作業，或是回顧檢視談過主題的進展等等，另一方面諮商員也要針對個案因為某些問題而引起的抗拒反應，諮商員有其小技巧小步驟處理過程，諮商員主要的處理技巧包含：1.策略性的引導：諮商員會透過新的角度來降低個案的抗拒表達，例如以第三者的角度引導個案去探索某一個主題，或是用「正面」的角度探問個案，避免直接讓個案覺得受到威脅，以突破個案的抗拒。2.連結過去相關的經驗或主題：諮商員主動去連結個案過去經驗來幫助個案進一步去探索自己不清楚的內在感受或想法。3.同理和探問（情感和認知介入）的交互使用：諮商員交互使用同理與探問來幫助個案，一方面利用探問讓個案直接去面對自己的困難，傳達出來的是對個案表現出興趣，另一方面利用同理讓個案覺得被了解，而不是被質問。4.由開放性探問到具體探問。5.保證、鼓勵與讚賞。6.立即性的回饋，探索此時此刻口語與非口語狀態

## 結果討論

綜合上述結果，本研究分別就幾個方向進行討論：

### 一、抗拒在本次諮商中的意涵

本研究結果發現個案 P 抗拒現象的出現很難抽出一些化約的原理原則，當然這可能是因為個案研究所能得到的資料有限。但是另一方面，抗拒現象常因不同的事件、諮商情境、諮商員的處理反應，甚至諮商的時間序都有關係，因此，要了解抗拒現象的可能要回到諮商中來討論，以突顯抗拒的內涵及意義。

#### (一)不同抗拒形式、不同主題與處理結果之間的關連

個案 P 在十次晤談中，「抗拒覺察」與「抗拒諮商員」出現在各種晤談主題範圍，可能與這兩類的抗拒形式的性質有關。就「抗拒覺察」而言，它和個案連結自己的經驗、思考、感受與行為的能力有關，亦即個案 P 在探究三個主要問題「人際關係」、「家庭關係」與「自我了解」都涉及個案對自己在這些經驗中感受、思考與行為的了解與領悟，這可能是「抗拒覺察」會分佈在所有的主要晤談主題範圍的可能原因。就「抗拒諮商員」主要是不配合諮商員的引導，故會分佈在各種晤談主題範圍是合理的。

「抗拒回憶」和「抗拒表達痛苦的情感」較多出現在家庭關係的主題，一方面是可能因為「家庭關係」的主題是個案內在情感的衝突最多，尤其是對爸爸的愛恨衝突，造成個案較多「抗拒表達痛苦的情感」；另外有關個案 P 的「家庭關係」主題發生的事件需要個案的回憶，對個案困難可能較高，尤其是回憶爸爸外遇事件與和爸爸的關係，是造成個案在這個主題上出現較多「抗拒回憶」形式的可能原因。

「抗拒改變」和個案的改變意願與期待有關，例如個案 P 在第六次晤談段落六中，較困難改變非理性的信念；又如第七次晤談段落個案對於要改變帶小朋友壓力的困難，都與個案 P 行動有關係。

就抗拒突破、未突破或有進展來看，相較於其它抗拒形式，個案 P 在「抗拒覺察」和「抗拒表達痛苦的情感」兩類抗拒形式未突破的比例較高。就「抗拒覺察」來看，未突破「抗拒覺察」段落出現的時段大多第四次及第五次晤談，屬於晤談中期，正處於諮商處理階段，及較多與「自我」主題有關，這可能是個案不突易突破的原因。就「抗拒表達痛苦的情感」而言，一方面可能與個案 P 「自我」的主要問題有關，尤其是個案是壓抑情感的、不容易面對自己的受傷與脆弱。另外在未突破的「抗拒痛苦的情感」出現的時段有其特殊之處，其中兩個段落是出現在該次晤談結束前（第四次晤談段落七及第五次晤談段落十一），可能因為這樣，諮商員在針對這類抗拒形式在這兩個時段也有不同的處理，和其它有突破或有進展段落處理方式不一樣的是，第四次晤談段落七諮商員除了探問與同理外，還面質個案；另外第五次晤談段落十一的處理中則少了同理，這可能是「抗拒表達痛苦情感」具有較高比例未突破的另一個可能原因之一。綜觀上述討論，顯示不同抗拒形式的出現時段、晤談主題及諮商員的處理與抗拒的突破、未突破或有進展之間是有關連的。

#### (二)抗拒發展歷程與諮商主題脈絡是密切相關的

個案 P 在諮商中的抗拒歷程和諮商主題發展之間有密切的關連，一個核心主題的處理可能引發一些抗拒，而處理抗拒也可能帶出新的諮商主題，兩者之間互有關連。諮商員在這個處理過程中，會針對個案的核心主題發展處理策略，而對個案的抗拒反應也會逐步的以技巧來處理。

另外就諮商主要主題來看，也可以發現個案的抗拒是和主題本身有關，例如和「家庭關係」主題有關的抗拒內容的變化中，個案對爸爸的愛 / 恨內在衝突，帶出了許多和爸爸有關的抗拒主題，是直接造成個案抗拒的原因之一，這個部份可以歸因於個案本身的核心問題造成。

另外諮商員在處理和「自我」有關的主題中，較「人際」與「家庭」有關的抗拒主題不能突破。這固然一方面和諮商員的處理有關，但是從個案在晤談中的表現來看，也可以發現個案一開始就是對探索脆弱的自我感到害怕，也較沒有自信。個案 P 在生活中對情感是壓抑的，因此在探討「自我」的主題時自然會遇到抗拒，因為這本來也就是個案的核心問題之一。

因此，諮商中的抗拒發展除了和諮商主題脈絡的發展有著密切的關連外，其實個案的核心問題也是抗拒產生的來源之一。

### (三) 諮商關係、個案的準備度與抗拒的關連

雖然整個諮商歷程中有相當多的抗拒段落，但是是什麼樣的動力讓個案仍然願意留下來繼續晤談？從諮商逐字稿資料中並未有直接的證據顯示個案願意繼續留下來的原因，但仔細檢視諮商逐字稿資料，可以發現一些可以解釋這個現象的資料。研究者認為從整個諮商歷程來看，諮商員在諮商前期（即第一次、第二次及第三次晤談）給予個案較高的支持、鼓勵與同理，並讚賞個案且向個案保證未來的談話可能沒有辦法都是很愉快的過程，增加了個案的心理準備度與安全感。在第一次和第二次晤談個案表達了要探索自己受到傷害是「長痛不如短痛」，在第六次晤談段落三個案也表達了「既來之則安之」的態度，顯示個案對投入諮商是有承諾的。另外是諮商員在每一次的晤談開始前都關心個案在前一次晤談之後的心情及想法，這樣的作法一方面讓個案感受到諮商員對她的興趣與關心，另一方面則讓每次諮商連結起來，形成一個連續性的晤談，讓同性質的主題有機會在不同的晤談中得到處理，也給予個案更多的時間和機會來面對重要的問題。研究者認為這是個案繼續留下來的可能原因之一。

在十次晤談過程中，諮商員和個案到底建立了一個怎樣的關係？在資料中有幾次直接提到諮商關係，例如在第三次晤談的段落六中，由於個案抗拒談父親外遇對她的影響，個案表達了對妹妹會說得更多，也會顧慮到多一個人知道，顯示出個案在晤談過程中對諮商員的擔心與保留。在第六次晤談段落三中，諮商員直接去探索個案對諮商關係的看法，個案也表達了她在講出來以後是比較清楚，可以在無形中得到幫助，間接地顯示出諮商關係的進展。

因此諮商員和個案關係的建立，讓個案願意留下來探索自己的困難主題，但是還不足於讓個案更進一步去處理她遇到的困難主題，以致於在諮商中期的處理與介入讓個案的抗拒增加。諮商關係的不夠穩固可能和諮商員在第四次以後就較少給予個案同理與情感的支持而有較多的教導和認知介入有關。諮商除了要有一個安全的情境外，恐怕還要不斷給予個案正向的支持及情感的同理，方能增加個案心理能力，進一步去面對自己的核心困難。因此，隨時在創造一個安全信任的諮商關係是諮商歷程的基石，能讓個案感到安心，感到被同理與被了解，而能生出勇氣進一步探索自己的問題，減少因為不安全或不信任的焦慮所產生的抗拒。

## 四 本諮商中抗拒所呈現的特徵

### 1. 抗拒是複雜的現象

抗拒是一個複雜的過程，它受個案的特質、個案的問題性質、諮商員特質及諮商員反應等因素交互作用影響而產生。從個案 P 在十次晤談中的表現，可以看出個案 P 在諮商中表現出壓抑、沒自信、不輕易表達自己、不敢面對自己的脆弱及罪惡感。諮商員的表現反映出溫和、堅定、有耐心的、關愛的特質。個案的主題則由「人際」、「家庭」到「自我」，個案所面對主題越來越和她個人有關。諮商員的處理則是多元化的，策略與技巧並進，越到諮商後期諮商員同理越少，解釋、分析、教導、探問越多。由這些因素的交互作用可以勾畫出本次諮商的抗拒整體景像。

## 2. 抗拒具有互動性、連續性、發展性、功能性

當抗拒被處理時，抗拒可以使諮商有良性的發展，也可能產生惡性的退化。若諮商員的心裡能夠針對個案不同的主題或不同的抗拒形式，加以適度的考量，評估個案的狀況，並能持續、適時地同理個案的情感，則抗拒就有可能會突破或進展。例如針對新出現的主題要能同理個案、對「抗拒改變」形式則可以採取具體探問方式，視不同的需要而有不同的因應策略，帶給諮商正向良性的發展。但是若未考量個案的主題發展，未變化處理方式，則抗拒有可能持續下去，例如在第九次晤談的段落一中，個案在諮商員的連續探問、解釋及面質下，表達越來越少，沈默越來越長，諮商員的探問也越來越多，以至於抗拒未能突破。

而同一個抗拒主題也會出現在不同的晤談中，例如抗拒探索「不確定的語氣」出現在第三次晤談段落六、第五次晤談段落五及段落八、第六次晤談段落二、以及第七次晤談段落四，顯示出抗拒的連續性與發展性。

另外，若是諮商員忽略了個案的需要，個案也會透過抗拒來表達，例如第六次晤談開始個案 P 主動提出帶小朋友的壓力，但被諮商員忽略了，經過了三個段落的抗拒，個案 P 在段落四又重新出現了帶小朋友壓力的抗拒，再度顯示抗拒的功能性。例如第三次晤談中，個案在抗拒探索受到爸爸外遇事件的傷害，某個程度反映了個案的內在衝突，個案 P 的抗拒讓諮商員得以處理此一愛恨衝突，反映出抗拒的在諮商中的功能性。

個案 P 在十次晤談中，和三個核心主題「人際關係」「家庭關係」「自我探索」有關的抗拒內容隨著晤談的進展而有了變化（參見第四章第三節），但是這些改變是如何發生的？整個變化過程是一步一步的進展與累積，諮商員同時兼顧核心問題與抗拒反應進行了策略性與技巧性的處理，這樣的過程是緩慢漸進的。

例如和「家庭關係」有關的抗拒主題中，在第三次晤談到第五次晤談間，個案和諮商員都作了很多的努力，個案並沒有很明顯的大改變，個案間隔了第六次晤談及寒假後，在第七次晤談卻表達了對父親的外遇她可以看得開，不再看得那麼重了，個案為何表達了這個看似戲劇性的轉變？雖然在晤談對話資料中沒有明顯的證據可以直接看到個案內在轉變的機制，但是研究者認為從諮商中個案的表達及諮商員的處理或可一窺個案此一轉變。首先是諮商員的情緒處理讓個案有機會去處理和面對自己的恨與氣，尤其是對恨爸爸抗拒的突破，讓個案去確認自己的內在衝突，進而去整合這兩股愛與恨的衝突。這樣的整合其實是無形的，它是默默一點一滴的進展，這可能是個案為何個案覺得諮商是無形中得到幫助，在諮商中講出來讓她覺得比較好。另外一個可能讓個案得到幫助的部份是諮商員的認知處理，教導個案分辨自己的信念，雖然當下可能並未能讓個案接受，但是卻給個案一個反芻的空間，這樣的反芻是需要時間的，所以雖然在第六次晤談並未提及相關的主題，但是經過了一個寒假，個案卻表達了更能接受爸爸外遇造成的影響事實。

## 結論與建議

根據以上的結果和討論，提出幾項結論：

一、本研究個案 P 抗拒出現的時段遍佈整個諮商過程，但主要集中在諮商中期。抗拒的出現和諮商主題有關連，重要且困難的核心主題抗拒會增加，其中以「自我」有關的主題較易產生抗拒。

二、個案 P 的抗拒形式以「抗拒覺察」最多，次之依序為「抗拒諮商員」、「抗拒表達痛苦的情感」及「抗拒回憶」，最少的是「抗拒改變」。

三、在個案 P 的晤談中，抗拒處理的結果大部份都有突破或進展，其中又以「抗拒改變」和「抗拒諮商員」突破比例最高，次之依序為「抗拒回憶」「抗拒覺察」及「抗拒表達痛苦的情感」。

四、個案 P 在諮商中抗拒的發展和諮商主題脈絡是並行發展的，處理個案核心問題和處理個案抗拒反應是同時並進的。抗拒在諮商中顯示出其連續性、發展性、互動性及功能性的特徵。

五、關於諮商員對抗拒現象的處理策略與技巧上，本研究有下列發現：

(一)從本研究的發現顯示，無論新主題在那個段落出現，諮商員都要同理、支持與鼓勵個案，個案的抗拒將較可能突破；若因為新主題出現在諮商後期而忽略情感同理的重要性，則抗拒不易突破。

(二)本研究中發現，諮商員若能幫助個案持續地讓個案面對其所抗拒的問題，就能有某個程度的效果，也就是說，只要諮商員和個案都不放棄，個案的抗拒就有可能突破，使晤談更進一步拓展新的主題或帶給諮商更深入、正面的影響。

(三)本研究的發現是諮商員的處理要兼顧策略與技巧，策略是針對個案的主要問題有明顯的處理目標與步驟，技巧是處理個案的抗拒反應時所使用的諮商個別技術，這兩個部份是交互進展的。有效的處理策略和技巧則策略性的引導、聯結過去相關的經驗或主題、同理與探問的交互使用、由開放問到具體探問、保證、鼓勵與讚賞、以及立即性的回饋探索此時此刻狀態（包括口語與非口語）等。而諮商員在處理抗拒是以多元的處理方式為主，情感和認知的介入互相輔助，這包括同理、情感宣洩、探問、引導、面質、解釋、分析等等。

根據以上的結論，本研究提出幾項建議，以供未來相關研究參考：

本研究限於資料的收集，而未獲得諮商員與個案的主觀資料，以便做更進一步的分析，若能同時由諮商逐字稿資料、諮商員的意圖及個案的主觀資料，將可以多角度的交叉檢核抗拒現象，做更完整的分析。另外，增加研究對象的數量，有助於整理更多更完整有關抗拒現象的資料，對不同諮商員與不同個案的資料的比較分析也是另一個值得往後研究的方向，更進一步的探討抗拒形式的類別、個案特質、問題及諮商員的特質、風格及處理方式的比較分析，將可獲得更豐富的發現，以便建立有系統的處理模式或處理策略。

由本研究的發現及檢討，後續的研究中除了進行更嚴謹的資料收集及分析外，也可以針對個案的非口語（肢體）、音調及表達方式和抗拒現象的關係做進一步的驗證工作。



## 參考文獻

- 胡幼慧和姚美華 (1996)：一些質性方法上的思考：信度與效度？如何抽樣？如何收集資料、登錄與分析？於胡幼慧主編，*質性研究：理論、方法及本土女性研究實例*，138-157。台北：巨流出圖書公司出版。
- 陳秉華 (民 83)：諮商改變歷程的研究新典範。國立彰化師大諮商歷程研究學術研討會論文，未出版。
- Bischoff, M.M. & Tracey, J.G. (1995) Client resistance as predicted by therapist behavior: A study of sequential dependence. *Journal of Counseling Psychology, Vol.42, No.4*, 487-495.
- Blatt, S.J. & Erlich, H.S. (1982) Level of resistance in the psychotherapeutic process. In Wachtel, P.L. (Eds), *Resistance-Psychodynamic and Behavioral Approaches*, (pp.69-92). New York & London: Plenum Press.
- Cameron, R. (1978). The clinical implementation of behavior change techniques: A cognitive oriented conceptualization of therapeutic "compliance" and "resistance". In Foreyt, J.P. & Rathjen, D.P. (Eds), *Cognitive Behavior Therapy: Research and Application* (pp.233-248). New York & London: Plenum Press.
- Chamberlain, P., Patterson, G., Reid, J., Kavanagh, K. & Forgatch, M. (1984). Observation of client resistance. *Behavior Therapy, Vol.15*, 144-155.
- Cummings, A.L., Hallberg, E.T. & Slemon, A.G. (1994). Templates of client change in short-term counseling. *Journal of Counseling Psychology, Vol.41, No.4*, 464-472.
- Dixon, D.N. (1986). Client resistance and social influence. In Dorn, F.J. (Eds) *The Social Influence Process in Counseling and Psychotherapy*, p75-84.
- Golden, W.L. (1989). Resistance and change in cognitive-behavior therapy. In Dryden, W & Trower (Eds), *Cognitive Psychotherapy: Stasis and Change* (pp.3-13). London: Cassell.
- Goldfried, M.R. (1982). Resistance and clinical behavior therapy. In Wachtel, P.L. (Eds), *Resistance-Psychodynamic and Behavioral Approaches* (pp.95-114). New York & London: Plenum Press.
- Govaerts, K.A. & Olson, D.H. (1983). *Client Resources: Client Characteristics, Coping Skills, and Compliance*. Paper presented at the Annual Convention of the American Psychological Association (91st).
- Greenson, R.R. (1967). *The Technique and Practice of Psychoanalysis*. New York: International universities Press, INC. p59-149.
- Hill, C.E., Nutt-Williams, E., Heaton, K.J., Rhodes, R.H., Thompson, B.J. (1996). Therapist retrospective recall of impasses in long-term psychotherapy: A Qualitative Analysis. *Journal of Counseling Psychology, Vol.43, No.2*, 207-217.
- Kottler, J.A. (1992). *Compassionate therapy--Working with Difficult Clients*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Lazarus, A.A & Fay, A. (1982). Resistance or rationalization? A cognitive-behavioral per-

- spective. In Wachtel, P.L. (Eds), *Resistance-Psychodynamic and Behavioral Approaches*, (pp.115-132). New York & London: Plenum Press.
- Luborsky, L., Barber, J.P., & CritsChristoph, P. (1990). Theory-based research for understanding the process of dynamic psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58, 281-287.
- Mahalik, J.R. (1994). Development of the client resistance scale. *Journal of Counseling Psychology*, Vol.41, No.1, 58-68.
- Mahrer, A.R. (1988) Discovery-oriented psychotherapy Research. *American Psychologist*, Vol.43, No.9, 594-702.
- Mahrer, A.R., Murphy, L.k Gagnon, R., Gingras, N. (1994). The counsellor as a cause and cure of client resistance. *Canadian Journal of Counselling*, Vol.28: 2, 125-134.
- Miller, W.L. & Crabtree, B.F. (1996) Primary care research: A multimethod typology and qualitative road map. In Crabtree, B.F. & Miller, W.L. (Eds). *Doing Qualitative Research*, 3-28. London: SAGE Publications.
- Orinsky, D.E., Grawe, K. & Parks, B.K. (1994). Process and outcome in psychotherapy—noch einmal. In Bergin, A.E. & Garfield, S.L. (Eds). *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, 270-378.
- Otani, A. (1989) Client Resistance in Counseling: Its Theoretical Rationale and Taxonomic Classification. *Journal of Counseling and Development*, Vol.67, 458-461.
- Patterson, G.R. & Forgatch, M.S. (1985) Therapist behavior as a determinat for client noncompliance: a paradox for the behavior modifier. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, 846-851.
- Patton, M.J. & Meara, N.M. (1992) *Psychoanalytic Counseling*. England: John Wiley & Sons Ltd.
- Rennie, D.L. (1994a). Clients' accounts of resistance in counselling: a qualitative analysis. *Canadian Journal of Counselling*, Vol.28(1) 13-24.
- Rennie, D.L. (1994b). Clients' deference in psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 41, 427-437.
- Stark, M. (1994). *Working with Resistance*. London: Jason Aronson Inc.
- Strean, H.S. (1985). *Resolving Resistances in Psychotherapy*. New York: Wiley.
- Tracey, T.J., & Fay. P.B. (1984). The stages of successful time-limited counseling: An interactional examination. *Journal of Counseling Psychology*, Vol.31, 13-27.

*Bulletin of Educational Psychology, 1998, 30(1), 149-168*  
*National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R.O.C.*

# A Qualitative Study of Resistance in Counseling

Siang Hua Tey

*Student Counseling Center  
National Sun Yat-Sen University*

Ping-Hwa Chen

*Department of Educational Psychology  
and Counseling  
National Taiwan Normal University  
Taipei, Taiwan, R.O.C.*

## ABSTRACT

The study aimed to understand the components of resistance in counseling. Therefore, the study discussed the formation of resistance, the response of the client, the strategies and counseling techniques, and how resistance was related to counseling process.

The study investigated the client audiotape data through by qualitative analysis which revised from Template Analysis Style with Discovery-Oriented counseling research procedure. The findings were as followings:

1) In the study, resistance of the client distributed over the counseling process, but particularly concentrated on the middle of the counseling. Resistance are related to counseling issue, the difficult and important core issue would increase the client resistance, among them, the issue about "self".

2) The most popular form of clients' resistance was "oppose to insight" (43.1%), and the followings were "oppose to counselor" (20.7%), "oppose to express painful feelings" (17.2%), and "oppose to recall" (15.5%). The least was "oppose to change" (5.2%).

3) By treatment, approximately 70% of the client's resistance were broken through or made progress. Most of the "oppose to change" (66.9%) and "oppose to counselor" (50.0%) were successfully broken through, and the followings were "oppose to recall" (37.5%), "oppose to insight" (32.0%) and "oppose to express painful feelings" (30.0%).

4) The development of the resistance paralleled the counseling issues. Dealing with core issue and coping with resistance were at the same time. During the process of counseling, resistance showed its characteristics including continual, developmental, interactive, and functional.

5) The findings of strategies and techniques were as followings: (1) Whenever re-

sistance appeared during the counseling process, the support and encouragement the counselor provided would increase the possibility of resolving. (2) To break the resistance through the counselor continued to help the client to face the resistance, to explore new issue or to affect client positively and deeply. (3) The counselor had the multiple ways to resolve the resistance. By emotional and cognitive treatment interactively, the counselor used strategies and counseling techniques at the same time. The effective strategies and techniques in the counseling including guiding strategically, connecting the past concerned experience or issue, empathizing and probing interactively, opened question and closed question, approval-reassurance, supporting, verbal and nonverbal immediate feedback, and etc.

Suggestions were made for counselor training. Future studies were also discussed.

**Keywords:** resistance, Template Analysis Style