

多元文化諮商與高中輔導現場融合之探究

于正君

國立斗六高中輔導教師

國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商研究所博士候選人

一、前言

現代化的發展，全球化快速進行，使得不同國家和民族的交流變得容易，臺灣使得心理諮商中原本習以為常的脈絡、價值觀與服務體系等方面，需要不斷思考可能遇到的衝擊與轉變。

時至今日，後現代主義與多元文化概念的演進，從原本以備受壓抑的族群為起頭，逐漸走向強調不同個體之特殊性與多元聲音的發聲。也就是說，多元文化諮商的精神不限於為了弱勢族群出力，而是一種對於身而為人的重視（張建成，2014）。在筆者的理解裡，習慣將其稱之為「一人一世界」的核心精神，意指我們都有自己的世界與價值觀，也影響著我們所看到的外界。

在諮商專業的發展裡，多元文化諮商已成為諮商發展逐漸走向專業化的重要里程碑。過往的心理治療理論，看重個體內在的轉變與歷程，認為探索心理內在的衝突與認知的轉變，可以解決案主的問題並獲得改變。然而，多元文化諮商的出現，將更多視角聚焦在個體所處環境與文化脈絡的彼此影響，逐漸讓心理從業人員陪著案主們「走出」諮商室，看見外在文化因素與自身內在因素的交互作用，而非僅聚焦於自身是問題的根源（Fontes, 2005），亦看見在類似文化下的群體也同樣面對著相似的困境，可讓案主們獲得普同感，能夠更有動力嘗試創造改變，提升身心健康的品質。

對於多元文化與不同聲音的重視，可呼應教育部（2016）的十二年國民基本教育新課程綱要（簡稱 108 課綱），強調自發、互動、共好的態度與精神，培養尊重、合作、主動學習的素養。在此素養導向的概念下，突顯培養師生之接納與尊重態度的重要性。然而，在學校輔導現場中，筆者不時可見師生們在面對彼此差異時，所導致的誤會與爭執，卻缺少願意提出並雙方溝通的機會與意願。嚴重者，容易發生同學間的排擠、師生間的申訴、以及校園內的性別事件等法律事件。

因此，引領著筆者思考多元文化諮商的核心和 108 課綱的精神必然存在可相互學習與互利之處，以及多元文化諮商如何在高中的輔導現場落地生根？如何提供多元學生適切的輔導與諮商服務呢？

二、多元文化諮商之意涵

後現代主義的興起，帶動多元文化思潮的產生，逐漸重視個體間的差異，以及所處時空與環境和個體的交互作用。多元文化主義與心理諮商的結合，使心理諮商迎來全新面貌，多元文化諮商遂形成諮商專業發展的第四勢力。多元文化諮商的精神強調環境和文化對個體的影響，舉凡性別、性傾向、社經地位、教育背景、價值觀、家庭文化等都是多元文化諮商重視的範圍。在 1998 年，Sue 等人說明多元文化諮商需具備的特色，包括：多元世界觀、包容、尊重、正義與平等、了解文化脈絡的影響等 11 種內涵，以及心理師需省思自身的態度、知識、技巧等層面，形成適切的文化介入（Sue, Lin, Torino, Capodilupo, & Rivera, 2009）。

在輔導與諮商的實務現場，心理從業人員每天都需面對不同的案主，不斷地考驗心理師的多元文化諮商能力。每個人皆存有自己的文化與家庭等因素所形成的價值觀，要能夠覺察並調整，以至於可在保有自身觀點的同時，又能夠開放的與他人討論不同的價值觀，確實是一件不容易的事情。從 Chao、Wei、Good 和 Flores（2010）的研究可發現，對於提升多元文化諮商之相關知識較為簡單，透過課程與講座即可達標。然而，要促進多元文化的覺察與態度，則需長時間累積，且少數族群在覺察的提升較為顯著。因此，研究建議透過完善的多元文化覺察相關訓練，採用多樣學習方式，增加與不同文化個體的互動經驗，以及深層的自我反思並與人交流與討論，才能夠促進覺察與擴充自身觀點，並與他人想法產生交織。此等學習對於主流社群更是需要。

對於培養多元文化的意識與態度，文化謙卑（Cultural Humility）是一個重要且值得參考的概念。其內涵包括五個重要概念（Foronda, Baptiste, Reinholdt, & Ousman, 2016）：(1)開放：以開放的態度去探索新的想法與事物，此為邁向文化謙卑的重要第一步。(2)自我覺察：覺察自身的優劣勢、知識、價值觀、行為、外表等。(3)去自我中心：保有誠實、謙虛、公平與尊重的態度面對他人，屏除專業角色、權力與位階的不平等。(4)支持性互動：能存有的（being）與他人互動並產生正向人際交換。(5)自我批判與反思：省思自身的想法、情緒與行為，此為畢生需要持續思考與精緻化的歷程。

此概念似乎可與個人中心治療法的概念相呼應，此治療法強調「如其所示」的看待、同理心、真誠一致的態度並保持正向的回應。然而，在多元文化諮商的範疇裡，更增添個體的開放與自我反思的歷程。由此可知，在多元文化諮商裡，除了培養同理心與真誠態度外，強調與不同文化族群的互動經驗，培養尊重多元聲音的精神亦是關鍵核心，如此才能有機會看見每個人的特色，使彼此活出原本該有的樣子。

三、多元文化諮商於高中輔導的現場

高中階段是青少年充滿活力與培養人生態度的重要過程，也是尋找自我與建立自我認同的關鍵時刻。在素養導向的教學概念裡，強調教師需引導學生思考、創造、彼此合作、透過問題並找尋自身的解決方式。藉由此過程，促進學生逐漸形成穩固的自我概念，建立友善支持網絡，了解自身優劣勢並能有所發揮（教育部，2016）。也就是說，在高中階段，輔導教師致力於陪伴學生找到自身的目標，走在期望的方向，能夠與他人培養良善互助關係，以達到共好的終極目標。

然而，在實務現場裡，時常可以看到高中生因過度強調自身觀念的重要性，拒絕他人想法，傾向站在指責和排斥的態度，形成爭鋒相對的局面，甚至容易嘲諷或攻擊較為弱勢群體的學生，包括：陰柔特質、內向寡言、課業成績不佳、奇怪偏好或行為、新住民、原住民等，最終演變成師生或同學間的排擠與衝突（Bettner, 2020）。再者，時代與科技的日新月異，青少年可接觸新資的管道眾多，在許多誘因的刺激下，易使其沈溺其中，形成獨特的次文化現象，包括：偏差行為、網路或手機成癮、拒學等狀況（吳昭儀，2009），此些情形易形成師生與親子間的壓力點。

由此可知，面對青少年的獨特文化，需要在校園中建構多元文化諮商的精神，以期能達到包容與尊重的校園氛圍。然而，在校園中推廣多元文化諮商概念實屬不易，時常感覺隔靴搔癢，難以評估師生對這些概念的認知與執行狀況。在輔導與教育的現場，輔導教師是提供關心、陪伴、教育、示範的重要角色，王千倅（2007）發現在班級經營中，藉由漫畫、繪本、電影等多元媒材，可適切的引導師生間討論與分享，培養教師的多元思考與批判，提升尊重多元價值觀的態度。因此，為了促進友善校園氛圍與建立相互尊重與傾聽的人文素養，多元文化諮商的信念對於高中的輔導現場應可發揮不錯的功效。在協助學生們培養同理心的同時，也透過持續覺察與反思的過程，建立溝通的意願與管道。

以下筆者嘗試思考與整理多元文化諮商之概念於高中輔導現場的實施與運用。分點敘述如下：

（一）課程教學方面

在高中教學現場，輔導教師需協助生涯規劃課程，順應 108 課綱內涵，包括：探索學習、自我形塑、德行養成、素養陶冶、職業準備、社會參與等六個向度。以此搭配素養導向的教學與學習，輔導教師可透過課堂引導，協助學生針對議題進行討論與分享，鼓勵學生可勇敢的站於台前、拿起麥克風並表達自身意見。

生涯規劃課程包含自我生命經驗、生涯價值觀、家庭文化因素、社會與教育資源等內涵，需要使用較多時間與學生們共同激盪。因此，巡迴咖啡館的討論方式，對於促進學生們了解彼此觀點是個具實用性的教學。藉由與學生們討論生涯選擇的影響因素，包括：年齡、性別、社會地位、薪水、升遷、貢獻性、冒險與穩定等，再透過循環換組的分享，促進學生們了解彼此的觀點，以及多元的家庭價值觀而評估不同的利弊得失（Sue et al., 2009）。

透過不同觀點的激盪，主要在引導學生覺察自身觀點的文化背景因素，以平等與尊重態度看待他人的想法，而不是以弱勢與偏差的概念在思考人我間的差異（張建成，2014），保持開放態度，持續的思考各種因素對生涯抉擇的影響，找出自己的亮點。在教學中，也可透過職業訪談活動，鼓勵學生間彼此討論出訪談問題，主動與感興趣的職人聯繫。藉由實地訪談，促進學生與職場文化的沈浸體驗，也透過與職人的對談，強化學生對該職業的認識，亦將自身與職人的價值觀進行來回對話，皆是促進文化接觸機會的適切時機（Alexander, Kruczek, & Ponterotto, 2005）。

多元文化諮商概念與教學課程的結合，可引導學生探索自身文化與價值觀的影響，促進學生表達與傾聽自己與他人的觀點，學習包容與接納的尊重態度。與課堂活動的結合，可以促進學生對不同文化的交流與體驗，透過過程中的合作以及不同意見所激發出的火花，嘗試創造與創新。

（二）師生輔導方面

在學校的輔導實務中，輔導教師需時常面對與傾聽和溝通有關的議題，尤其以人際關係與衝突的議題最為顯著（Bettner, 2020）。除了理解學生的感受與難過外，同時也是陪伴學生學習和理解自我與他人，達到良善溝通的互動關係。

多元文化諮商可妥善的運用在與學生的輔導歷程，文化生態圖即是一個可以適切應用的介入技巧（Shellenberger et al., 2007）。此技巧強調透過與案主以合作方式共同繪製出文化觀點的生態圖，重視各系統間存在的文化因素對案主的影響及互動，包括：性別、年紀、價值觀、歧視、權力等，旨在促進案主對自我狀態的覺察，思考自身與外在文化環境間的關係，亦可透過繪製他人的文化生態圖，達到理解他人的效果。

筆者在輔導學生之人際衝突與家人溝通時，常會與學生共同繪製文化生態圖，主要目的在透過身體動作與創意思考，引導學生轉換不同角度探討內外因素對自身的影響，促進自我覺察；亦可透過繪畫他人的文化生態圖，使學生更清楚地發現彼此的不同立場以及原因，建立文化謙卑態度，結合角色扮演的對話，

提升互相理解。此可映照郭靜晃、邱貴玲與賴宏昇（2021）的研究結果，青少年有屬於自己的次文化，當家庭的教養文化能有效與青少年對話並提供支持時，對青少年的心理健康有顯著相關，且可促進自我堅毅力，更有力量克服日常困境。因此，多元文化諮商的文化生態圖不僅可以促進學生間對彼此文化的理解，透過與學生的對話與討論，同時也增進教師與學生間的文化交流，亦可以此協助學生找到與家人溝通的方式，提升歸屬感（曾貝露，2020）。

透過文化生態圖的繪製，結合動態與視覺化的呈現，增添諮商過程的體驗層次，有助於建立諮商關係，且視覺化的具體展現，可以使得諮商方向更加明確。多元文化諮商強調共融的精神，尊重他人的世界觀，用多元且彈性的介入，促進學生對自我的探索與了解，進而培養平等與尊重的人文素養。

四、結語

多元文化諮商的態度在於強調每個人都有保有自身觀點與文化的理由，與此同時也需要培養好奇、了解與尊重他人文化的修養。在努力尋找與建立自我認同的青少年階段，需要提供青少年更多的文化體驗機會，嘗試走出自己的舒適圈，學習與不同觀點的人溝通，如此才能培養多元且彈性的視野，與人建立良好的合作關係，形塑文化謙卑的精神。

參考文獻

- 王千倖（2007）。多元教材運用於「班級經營」學習之行動研究。**師大學報：教育類**，52(2)，1-21。
- 吳昭儀（2009）。國民中學輔導教師之角色實踐。**輔導季刊**，45(2)，30-36。
- 張建成（2014）。再論多元文化教育的困境。**教育研究集刊**，60(3)，111-128。
- 教育部（2016）。**教育部高中優質化補助方案計畫緣起**。取自 <https://saprogram.tw/sap/index?category=introduction>
- 莊英鳳（2016）。教師如何融入多元文化教育以改善教學中的性別偏見。**臺灣教育評論月刊**，5(9)，105-109。
- 郭靜晃、邱貴玲、賴宏昇（2021）。青少年家庭功能、自我堅毅力與心理健康之關係研究。**臺灣社會福利學刊**，17(1)，1-50。

- 曾貝露（2021）。談學校輔導教師之跨文化因應。臺灣教育評論月刊，10(8)，143-148。

- Alexander, C. M., Kruczek, T., & Ponterotto, J. G. (2005). Building Multicultural Competencies in School Counselor Trainees: An International Immersion Experience. *Counselor Education & Supervision, 44*, 255-266.

- Bettner, B. L. (2020). Are Alfred Adler and Rudolf Dreikurs Relevant for Parents Today? *Journal of Individual Psychology, 76*(1), 70-78.

- Chao, R. C. L., Wei, M., Good, G. E., & Flores, L. Y. (2010). Race/ ethnicity, color-blind racial attitudes, and multicultural counseling competence: The moderating effects of multicultural counseling training. *Journal of Counseling Psychology, 58*, 72-82.

- Fontes, L. A. (2005). *Child Abuse and Culture: Working with Diverse Families*. Guilford.

- Foronda, C., Baptiste, D. L., Reinholdt, M. M., & Ousman, K. (2016). Cultural Humility: A Concept Analysis. *Journal of transcultural nursing: official journal of the Transcultural Nursing Society, 27*(3), 210-217.

- Shellenberger, S., Dent, M. M., Davis-Smith, M., Seale, J. P., Weintraut, R., & Wright, T. (2007). Cultural genogram: A tool for teaching and practice. *Families, Systems, & Health, 25*(4), 367-381.

- Sue, D. W., Lin, A. I., Torino, G. C., Capodilupo, C. M., & Rivera, D. P. (2009). Racial microaggressions and difficult dialogues on race in the classroom. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 15*(2), 183-190.

