

# 了解個案諮商需求的 存在主義架構

語聽語言二 0080023 黃千綾

# 前言

---

# 情緒問題的相關理論

- 語言治療師可以從許多心理學的理論及模型中，了解溝通障礙個案的情緒問題。
- Carl Roger 模型指出比起儀器的汰換，與語言治療師的治療關係更為重要。
- 認知治療幫助語言治療師了解個案的核心信念，這些信念可能會影響個案的預後。

# 情緒問題的相關理論

- 悲傷模型提供治療師與個案談論失落及悲傷的語言。
- 存在心理學嘗試構築在普遍情形下，溝通障礙個案的經驗，這些經驗可能有心靈上的意涵。

# 存在主義

- 存在主義強調個人的存在、自由、責任和意義。根據存在主義的觀點，生命中的事件使我們面對處境中的真相：
  - 死亡：我們都會死亡。
  - 自由/責任：我們可以自由選擇我們想要的生活，而我們必須為這些選擇負完全的責任。
  - 孤獨：每個人在宇宙中最終都是孤獨的。
  - 無意義：生命沒有固有、預定的意義。

# 心路歷程

- 心路歷程是個人心理的一段歷程，其中包含我們如何接受挑戰及尋找生命的意義。
- 包含溝通障礙在內的所有障礙都可以從一些人類存在的基礎問題中進行自我的心理覺察。

# 心路歷程

- 在個案評估及治療期間，這些深入的問題都有可能浮上檯面。
  - 我為什麼是這種樣子呢？
  - 我人生的目標是什麼呢？
  - 我如何度過人生呢？

# 悲傷的意義

- 悲傷是人們因為障礙而失落時的正常反應
- 悲傷可以作為感受自己存在的媒介
- 悲傷可以使人脫離失落



# 主旨

- 本文的目標是結合存在主義思想及悲傷模型，提供有關個案情緒及心理經驗的新觀點。亦可和其他模型搭配，以激發個案其他面向的心路歷程及成長。
- 存在主義可能以異於其他模型的方式，啟發個案潛在的心路歷程。

# 主旨

- 對個案存在與悲傷的合宜反應依賴以個案為中心及人本主義模型的諮商。
- 解決個案的心理問題可能使個案更有面對及承受溝通障礙對他們造成的改變。

# 存在主義議題與悲傷

---

# 死亡

- 每個人將來都會死亡，但現代文化中，人們避免承認死亡。
- 擁有死亡意識的人言談較為正面，也較活愛當下。
- 死亡的悲傷反應顯示出面對真正的或象徵性的死亡時的挫折，及對夢想的失落。

# 象徵性的死亡

- 意指在能力、肢體上喪失功能，或是年齡老去所造成的損失等等。
- 象徵性的死亡可能在先天或長期治療的個案中顯現。

# 否認

- 否認是悲傷反應的第一階段。
- 否認使個案爭取時間直到他們能夠面對現實。
- 溝通障礙個案及家屬可能會相信最終一定會痊癒，有這種傾向的個案可能追求各式各樣的藥物及醫療儀器以治癒他們的溝通障礙，而否認夢想中的自己的死亡，導致延後治療的機會。

# 自由與責任

- 每個人都有創造自己想要的生活的自由，而我們必須為充實自己的生命負完全的責任。
- 心靈自由：思考、感覺、相信自己選擇的自由，並負相應的責任。
- 存在主義的責任與道德責任、罪責不同，我們有責任知道在苦難中自己所扮演的角色。

# 責任

- 存在主義的責任十分廣泛，它涵蓋了對個人自身的責任，如果受傷了，責任便包含積極參與復健且不辜負自己的潛能。
- 在存在主義架構中，無論是什麼類型的溝通障礙個案都擁有改變障礙的自由，並可以選擇以何種態度面對它。



# 責任與悲傷

- 責任結合了不滿足和想要被治癒的感覺。
- 人們遭遇危機時，可能會因為害怕面對長期的餘波而不敢做正確的決定。
- 人們在悲傷階段也會感覺到被擊潰和不滿足，這是種正常的現象，並不一定會使人虛弱。
- 當個案及其家屬無法忍受憂慮所帶來的不適，他們便會想要被治癒。

# 罪惡感

- 個案有時會對他們的溝通障礙產生不明的罪惡感，由於因果報應的想法，可能會導致傷害根深蒂固。
- 在某些案例中，罪惡感會綑綁住情緒及精神，使個案無力改變。

# 期望治癒

- 個案及家屬可能會心懷想像，期望治療師有治癒個案的特殊療法，甚至完全放棄自己的權利，全聽治療師的指令。
- 當治癒時，個案及家屬完全變成沒有成長的旁觀者。
- 治癒也剝奪了他們超越害怕與憂慮的機會。

# 小結

- 罪惡感、不滿足及對痊癒的渴望可以驅策個案及他們的家屬。
- 若治療師忽略或屏除這些感覺，將會妨礙個案區辨道德及存在主義責任。
- 治療師必須幫助個案將注意力放在內在的心路歷程及選擇，而非外在環境造成的錯誤。

# 孤獨

- 孤獨是人類不可或缺的一部份。
- 人與人之間彼此是互相獨立的，無論多麼親密，中間都有一道不可跨越的缺口。
- 存在主義的孤獨並非指社會孤立，因為人類是具社交性且互相依賴的存在。
- 情緒的孤獨構成來自他人或自己的孤立感。
- 對人際關係的渴望始於嬰兒時期且持續一生。

# 孤獨

- 溝通障礙的開始和持續會促使個案體驗行為主義的孤獨以驅使個案承認他們的情緒孤獨。
- 溝通障礙會阻斷口吃和聽損的個案以口部溝通的機會，養成孤立的感覺。
- 我們和他人的相處會提升我們的歸屬感

# 無意義

- 生命沒有固有、預定的意義。
- 個案會試著尋找他們溝通障礙的意義，而將他們的障礙解釋成應得的報應而有罪惡感。
- 因為悲劇可能發生在任何人的生命，個案可能會質問自己「為什麼這會發生我身上？」

# 結論

---



# 結論

- 個案同時接受兩種旅程：
  - 治療師主動引導個案經歷治療的旅程：評估、教導新技巧、設置目標、紀錄進度
  - 治療師陪伴和見證個案的心路歷程，但並非主動引導
- 陪伴個案須全程陪同、懇切傾聽、沒有批判，並且暫時忽略進度。

# 結論

- 在正常治療的環境下，治療師可以允許空白及展開內在旅程
- 個案內在的生活問題成功解決之後，外在的治療效果也可能會提升。

# 結論

- 結合存在主義和悲傷模型可以讓治療師對於個案對自我描述的遺漏有新的洞察力。
- 這些內在分析構築了足以匹敵治療和復健的心路歷程。
- 被注意到情緒問題的個案在長期來說是有效益的。

# 討論

- 面對溝通障礙的個案和 / 或家屬如何使用這些技巧？
- 我們可以利用存在主義的觀點，向個案和家屬解釋「生命中的事件會使我們面對處境中的真相」。並且利用認知行為治療的方式，導正個案或家屬一些較為迷信的思考。有關於悲傷模型，我們可以透過讓個案和家屬陳述和面對自己的悲傷（但不能主動引導他們）達到紓解情緒的效果。

# 討論

- 適用的人 (包括參與人數)
- 無法接受溝通障礙的所有個案及家屬。

# 討論

- 適用的情境 (如，醫療院所或學校)
- 任何語言治療場所，但必須避免在吵雜、人數眾多的環境，最好是私密空間（但最好不要是治療師的私人空間）。

# 討論

- 技巧的使用
- 利用課堂上學到的諮商技巧（如各種問句或挑戰等等），加上存在主義或悲傷模型等的觀點即可。