

「期末諮商員能力評量」問卷

填寫者代號：_____

性別：☐ 男 ☐ 女

實足年齡：_____ 年 _____ 月

填寫日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日

壹、 晤談心情

請根據你在期末晤談錄音時的心情，來勾答以下的問題。答案沒有對錯，請以最接近你真實的狀況來作答。請每一題都作答。

	幾乎不會	有時會	常常會	幾乎都會
一、會談之前				
1. 擔心會談中出現自己不能控制的場面.....	☐	☐	☐	☐
2. 擔心會談中氣氛不好的時候，自己的處理能力不夠.....	☐	☐	☐	☐
3. 擔心當事人所談的問題，剛好自己也有相似的問題.....	☐	☐	☐	☐
4. 擔心自己的傾聽能力不足.....	☐	☐	☐	☐
5. 擔心當事人表達之後，自己不能夠及時給予適當反應.....	☐	☐	☐	☐
6. 擔心會談中說錯話.....	☐	☐	☐	☐
7. 擔心會談中使用技巧不當.....	☐	☐	☐	☐
8. 擔心自己缺乏足夠能力協助當事人解決問題.....	☐	☐	☐	☐
9. 擔心自己臨場反應的經驗不足.....	☐	☐	☐	☐
10. 擔心會談的效率	☐	☐	☐	☐
11. 擔心不能夠協助當事人比前次會談更了解其問題	☐	☐	☐	☐
12. 擔心展開會談之後不知道如何導入主題	☐	☐	☐	☐
13. 擔心所學的理論不足	☐	☐	☐	☐
14. 擔心不會運用所學的理論和技巧	☐	☐	☐	☐
15. 擔心一旦有突發狀況，我無法處理	☐	☐	☐	☐
16. 擔心我個人情緒影響到當事人	☐	☐	☐	☐
17. 擔心當事人不合作.....	☐	☐	☐	☐
18. 擔心當事人等著看我出糗.....	☐	☐	☐	☐
19. 擔心我的專業知能不足，使當事人的問題更為嚴重.....	☐	☐	☐	☐
20. 擔心會談半途不知如何繼續下去	☐	☐	☐	☐

	幾乎不會	有時會	常常會	幾乎都會
21. 擔心遇到能力比我強的當事人.....	☐	☐	☐	☐
22. 擔心我不能發現當事人的問題何在.....	☐	☐	☐	☐
23. 擔心當事人看出我的專業知能不足.....	☐	☐	☐	☐
24. 擔心我在會談中辭不達意.....	☐	☐	☐	☐
25. 擔心不知道如何展開會談.....	☐	☐	☐	☐
26. 擔心自己是個不稱職的諮商員.....	☐	☐	☐	☐
27. 擔心當事人不知道會是什麼樣的人.....	☐	☐	☐	☐
28. 擔心當事人缺乏求助動機	☐	☐	☐	☐
29. 感到對自己的專業能力缺乏自信.....	☐	☐	☐	☐
30. 擔心當事人覺得我的工作經驗不多.....	☐	☐	☐	☐
31. 想到需要錄音或錄影就緊張.....	☐	☐	☐	☐
32. 對於要表現我有進步，感到有壓力.....	☐	☐	☐	☐
33. 想到當事人這次來會談不知道會談什麼，就擔心.....	☐	☐	☐	☐
34. 想到需要被督導觀察，就擔心.....	☐	☐	☐	☐
35. 想到需要被同儕觀察，就擔心.....	☐	☐	☐	☐
36. 前次會談結果或關係不理想，要再面對當事人， 會有焦慮	☐	☐	☐	☐
37. 擔心當事人不知道會提出什麼問題.....	☐	☐	☐	☐

	幾乎不會	有時會	常常會	幾乎都會
二、會談過程				
1. 不能了解當事人的感受	☐	☐	☐	☐
2. 不能確定當事人的問題所在	☐	☐	☐	☐
3. 在諮商室單獨與當事人面對面	☐	☐	☐	☐
4. 會談中，擔心自己發問不當	☐	☐	☐	☐
5. 不知道如何適當結束會談	☐	☐	☐	☐

	幾乎不會	有時會	常常會	幾乎都會
6. 會談中，覺得無法進入狀況.....	☐	☐	☐	☐
7. 由於不了解當事人的表達，無法適當反應.....	☐	☐	☐	☐
8. 對於個人的自我開放是否適當.....	☐	☐	☐	☐
9. 有被當事人觀察的感覺.....	☐	☐	☐	☐
10. 被同儕導談中觀察	☐	☐	☐	☐
11. 被督導觀察	☐	☐	☐	☐
12. 當會談開始出現繞圈子的情形	☐	☐	☐	☐
13. 會談中出現沉默的時刻	☐	☐	☐	☐
14. 會談進行途中，出現不知道如何繼續下去的時候	☐	☐	☐	☐
15. 不知道如何增進諮商中的信任關係	☐	☐	☐	☐
16. 抓不住當事人表達的重點時	☐	☐	☐	☐
17. 時間還剩很多，而當事人已不再談什麼.....	☐	☐	☐	☐
18. 害怕反應不當傷害到當事人	☐	☐	☐	☐
19. 當事人在會談中哭泣時	☐	☐	☐	☐
20. 發覺自己措辭不當	☐	☐	☐	☐
21. 對自己的非語言表現不知道是否適當	☐	☐	☐	☐
22. 對自己不當的發問	☐	☐	☐	☐
23. 發覺自己多半時間使用發問進行會談	☐	☐	☐	☐
24. 會談中，當事人的情緒失控.....	☐	☐	☐	☐
25. 不能及時適當表現同理性了解	☐	☐	☐	☐
26. 對於需要有效控制會談時間	☐	☐	☐	☐
27. 對於自己有口頭禪	☐	☐	☐	☐
28. 在當事人的敘述快完了，而我尚不知道接下來 該如何反應	☐	☐	☐	☐
29. 會談陷入膠著狀況	☐	☐	☐	☐
30. 會談呈現漫無方向時	☐	☐	☐	☐

	幾乎不會	有時會	常常會	幾乎都會
31. 覺得當事人好像不信任我	☐	☐	☐	☐
32. 覺得當事人可能有憤怒情緒時	☐	☐	☐	☐
33. 覺得當事人對我有不滿的情緒	☐	☐	☐	☐
34. 不知從何處著手去探討當事人的問題	☐	☐	☐	☐
35. 想不出妥當措辭，用以表達對當事人的了解	☐	☐	☐	☐

36. 需要對質當事人	☐	☐	☐	☐
37. 需要將觀察到有關當事人的情形，反應給他知道	☐	☐	☐	☐
38. 在考慮是否使用接觸技巧（如握住當事人的手）時	☐	☐	☐	☐
39. 遇到說話滔滔不絕的當事人，不知道如何介入	☐	☐	☐	☐
40. 面對有攻擊性的當事人	☐	☐	☐	☐
41. 被當事人高度期望提供解決問題的答案	☐	☐	☐	☐
42. 當事人對我的反應表示「不對」或「相反的體驗」時 ...	☐	☐	☐	☐

三、會談之後

	幾乎不會	有時會	常常會	幾乎都會
1. 擔心當事人對會談經驗的看法.....	☐	☐	☐	☐
2. 擔心當事人對我的表現的看法.....	☐	☐	☐	☐
3. 擔心會談的效果.....	☐	☐	☐	☐
4. 擔心督導時被批評.....	☐	☐	☐	☐
5. 擔心督導時，發現自己的會談缺點.....	☐	☐	☐	☐
6. 感到自己表現不理想時會有焦慮.....	☐	☐	☐	☐
7. 想到會談中，自己的自我開放，會不安心.....	☐	☐	☐	☐
8. 掛心下次會談應該做什麼.....	☐	☐	☐	☐
9. 想起會談中，自己的無效或不當反應，感到焦慮.....	☐	☐	☐	☐
10. 擔心造成當事人對諮商有負向看法	☐	☐	☐	☐
11. 擔心當事人認為我能力不足	☐	☐	☐	☐
12. 擔心會談中，我是否傷害到當事人	☐	☐	☐	☐
13. 擔心被督導指出不當或錯誤之處	☐	☐	☐	☐
14. 擔心被同儕指出不當或錯誤之處	☐	☐	☐	☐
15. 想到會談過程遭遇的挫折會有焦慮	☐	☐	☐	☐

	幾乎不會	有時會	常常會	幾乎都會
16. 發覺我的表現，不符合自己的期望，會感到懊惱	☐	☐	☐	☐
17. 會談之後，覺察當事人不喜歡我的時候會有焦慮	☐	☐	☐	☐
18. 擔心自己的表現不如別的準諮商員	☐	☐	☐	☐
19. 擔心督導時，被取笑	☐	☐	☐	☐
20. 擔心諮商之後，當事人的問題更嚴重	☐	☐	☐	☐
21. 擔心諮商之後，當事人的問題沒有進展	☐	☐	☐	☐
22. 擔心督導對我的看法	☐	☐	☐	☐
23. 擔心同儕對我的看法	☐	☐	☐	☐
24. 擔心我的表現不符合督導的期望	☐	☐	☐	☐
25. 擔心我的表現不符合同儕的期望	☐	☐	☐	☐
26. 擔心當事人下一次是否還回來會談	☐	☐	☐	☐

貳、諮商能力

請根據你在期末晤談錄音時的諮商表現來填答以下的問題。填答的等級請根據評分標準（0-4）來作答，並將答案填在劃線處。如果你覺得你的表現無法完全符合評分標準，而是介在兩個標準之間（例如介於1 與2 之間），你可以用 .5 的方式呈現（例如1.5）。答案沒有對錯，請以最接近你真實的狀況來作答。請每一題都作答。

能力項目	等級	評分標準
1. 能建立，維持及結束諮商關係	0	無法評量。
	1	不能維護基本的諮商關係。
	2	能夠維持基本的諮商關係，但未能循序漸進的開始或結束諮商關係。
	3	能夠維持基本的諮商關係，且能循序漸進的開始與結束諮商關係。
	4	能夠建立與維持良好的諮商關係，並能順暢的開始與結束。
2. 能覺察並治療性地運用諮商關係	0	無法評量。
	1	未察覺自己與當事人的關係，或未察覺該關係對當事人及諮商過程的影響；或察覺的內容不正確。
	2	能察覺諮商關係及其對當事人及諮商過程的影響，但察覺的內

		容不夠完整，或未能適時處理或調整其諮商關係。
	3	能察覺並適時調整諮商關係。
	4	能察覺並善用諮商關係，以協助當事人成長。
3. 高層次同理	0	無法評量。
	1	不了解或未反映當事人未明確表達的深層訊息與情緒。
	2	了解當事人未明確表達的深層訊息與情緒，但反映此深層次了解的深度與時機不適當。
	3	適時適度地表達對當事人深層的了解與關心。
	4	適時適度地表達對當事人的深層了解與關心，並協助當事人對自己及其問題獲得更深入的了解。
4. 立即性	0	無法評量。
	1	忽略與當事人此時此刻的經驗。
	2	覺察到部分此時此刻的經驗，但未反映給當事人，或者反映不夠具體明確，無法讓當事人清楚。
	3	能覺查到部分此時此刻的經驗，並能適時而具體明確的反映給當事人。
	4	能適時而具體明確地反映此時此刻的經驗，並能與當事人共同探討此一經驗與其意涵。
5. 面質	0	無法評量。
	1	未能覺察當事人陳述內容的矛盾，或忽略該矛盾在諮商中的關鍵性；或基於諮商員的個人情緒因素濫用面質。
	2	覺察當事人的部分矛盾，但表達不清楚，未能協助當事人發現不一致；或因時機、態度不適切，傷害當事人而不自知或不能適當處理。
	3	適時而具體明確地指出當事人的矛盾，讓當事人了解。
	4	以負責任而關懷的態度，適時而具體明確地指出當事人的矛盾，並協助當事人面對及探索其不一致。
6. 沈默	0	無法評量。
	1	不了解沈默在諮商過程中的功能，或在需要的時候不使用沈默的技術，或因為自己的抗拒而濫用。
	2	能夠使用沈默，但不清楚使用的目的，或使用時未留意或處理當事人的感受與反應。
	3	能適時而適當的使用沈默技術。
	4	純熟地因應諮商需要運用沈默，以增進當事人對問題的思考，或其他建設性的改變。
7. 特定諮商取向的策略與技術	0	無法評量。
	1	未考慮某些適用的特定諮商取向之策略或技術；或所考慮的策略或技術不適當。
	2	雖然考慮適用的特定諮商取向之策略或技術，但對該策略的了解不完整或不具體，或未能在諮商情境中正確而完整的使用。

	3	正確地、按步就班地使用特定諮商取向的策略或技術。
	4	靈活地、有效地運用特定諮商取向的策略或技術，必要時能適當地調整或綜合使用不同的策略與技術。
8. 摘要	0	無法評量。
	1	未能對當事人談話的內容做整理，或整理的內容扭曲談話重點。
	2	談話內容的整理遺漏部份重點，或使用繁瑣不明確的語言，或機械式地重覆當事人的話。
	3	使用具體明確的語言，將談話的重點做清楚的整理。
	4	在適當的時機，將當事人的談話做簡潔、具體而正確的重點整理。
9. 發問	0	無法評量。
	1	不會發問，或為了個人好奇，濫用發問的技術。
	2	能使用發問來收集或澄清資料，但發問的方向未切合需要或混亂，或所提的問題不夠具體明確。
	3	能夠有系統、有方向地提出具體明確的問題，以收集資料。
	4	不僅能夠有系統、有方向地提出具體明確的問題，並能夠針對當事人的問題、談話的主題或當事人的思考。
10. 具體	0	無法評量。
	1	任由當事人使用過多的抽象比喻或模糊語意，而未予澄清。
	2	澄清了部份的人事時地物，但多未能聚焦於所需資料的核心。
	3	能針對特定主題，澄清相關的人事時地物。
	4	與當事人的談話重點不僅是針對特定主題，並能協助當事人清楚的描述感覺、經驗、或行為，以增進雙方對當事人及其對環境的瞭解。
11. 自我揭露	0	無法評量。
	1	拒絕揭露自己的經驗，或做過多不合宜的自我揭露，或揭露的內容不恰當。
	2	自我揭露的時機不當，或揭露的重點不明確或內容不清楚，或不清楚揭露的目的。
	3	能夠配合實際的需要，做真誠而明確的自我揭露。
	4	適時而真誠明確地分享個人經驗、情緒、思考，並能協助當事人了解揭露的重點與目的。
12. 解釋	0	無法評量。
	1	對當事人的問題及談話內容，未做聯結或詮釋，或解釋的內容不正確。
	2	對當事人的談話內容做正確連結或詮釋，但未切中當事人的核心問題。
	3	能針對當事人的核心問題，有意義的聯結或詮釋相關訊息。

	4	能針對當事人的核心問題，有意義的聯結或詮釋相關訊息，並協助當事人對自身的問題獲得更深入的了解。
13. 家庭作業	0	無法評量。
	1	在需要的時候，不會指定家庭作業。
	2	能指定家庭作業，但未能配合當事人問題的需要，或不清楚家庭作業的目的。
_____	3	能適時而按步就班地使用合適的家庭作業。
	4	純熟地因應諮商需要運用家庭作業，並協助當事人了解其目的與重點，以及因應可能困難的方法。
14. 傾聽與了解	0	無法評量。
	1	對當事人的話題不感興趣；或表現煩躁的行為；或基於個人的興趣，不適切地打斷其對話。
	2	雖然注意到當事人的談話，但未完全了解其所表達的意義或誤解其意。
_____	3	能夠完全傾聽且了解當事人的口語表達。
	4	能夠完全傾聽且了解當事人的口語表達的內容和隱喻的訊息。
15. 非語言溝通	0	無法評量
	1	忽略當事人的非語言訊息，或對其意涵的了解不正確。
	2	注意到當事人的重要非語言訊息，但對其意涵的了解不夠深入具體，或未在諮商過程中加以反應。
_____	3	能了解當事人主要非語言訊息之意涵，並在諮商過程中加以反應。
	4	對當事人非語言訊息進行有意義的溝通，並靈活地運用非語言技術，以增進雙方的了解與互助。
16. 簡述語意或反映	0	無法評量
	1	未能掌握當事人所陳述的內容重點。
	2	能夠掌握當事人所陳述的內容重點，但用語繁瑣不明確，或只是機械地重複當事人的話。
_____	3	使用精確簡明的語言，正確地反應當事人所陳述的內容。
	4	能夠精熟地使用簡述語意的技術，以增進雙方對當事人及其問題的了解。
17. 初層次同理	0	無法評量。
	1	不了解或未反映當事人最表面的訊息與情緒，或所反映的訊息與情緒不正確。
	2	初步了解並反映當事人所傳達的表面訊息與情緒，但其所了解反應的內涵不夠完整或不具體。
_____	3	了解當事人所表達的表面訊息和內在情緒，並正確地反應給當事人。
	4	適時且靈活地表達對當事人的初層次了解，使當事人感受到被

關心和了解。

參、健康狀況量表

下面有一些是人們用來描述自己的語句。作答時，先看各題的語句，然後根據您在最近三個月的感受，在右方適當的答案處打勾。答案並沒有對錯之分，請每一題都作答。

	沒有或 偶而	有 時	常 常	經常或 一直
1. 我情緒低落鬱悶。	☐	☐	☐	☐
2. 早晨是我最舒服的時間。	☐	☐	☐	☐
3. 我會哭泣或想哭泣。	☐	☐	☐	☐
4. 我無法一覺睡到天亮。	☐	☐	☐	☐
5. 我吃的和平常一樣多。	☐	☐	☐	☐
6. 欣賞漂亮的女人（或英俊的男人），和他們說話，和他們在一起，令我愉快。	☐	☐	☐	☐
7. 我的體重減少了。	☐	☐	☐	☐
8. 我有便秘的情形。	☐	☐	☐	☐
9. 我最近心跳加快。	☐	☐	☐	☐
10. 我無緣無故覺得身體疲勞。	☐	☐	☐	☐
11. 我頭腦和以前一樣清楚。	☐	☐	☐	☐
12. 我覺得我慣常做的事並無困難。	☐	☐	☐	☐
13. 我變得不安，無法靜下來。	☐	☐	☐	☐
14. 我對將來充滿希望。	☐	☐	☐	☐
15. 我比往常容易發脾氣。	☐	☐	☐	☐
16. 我能很快做決定。	☐	☐	☐	☐
17. 我是有用，而且是被需要的人。	☐	☐	☐	☐
18. 我的生活相當充實。	☐	☐	☐	☐
19. 我如果死了，會減輕別人的負擔。	☐	☐	☐	☐
20. 我仍然喜歡往常喜歡做的事。	☐	☐	☐	☐

肆、自我概念

下列十題中，你覺得每個敘述符合你真實情況的程度如何？在該句右邊選擇一個適當的□中，打勾。每題只有一個答案，答案沒有對錯，請每一題都作答。

- | | 非 | 相 | 稍 | |
|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | 常 | 當 | 微 | 稍 |
| | 不 | 不 | 微 | 當 |
| | 符 | 符 | 符 | 符 |
| | 合 | 合 | 合 | 合 |
| 1. 我覺得我是個有用的人，至少不比別人差。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 2. 我覺得我具有很多良好的特質。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 3. 我覺得我無法做好任何一件事。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 4. 我對自己有正面的（良好的）態度。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 5. 我能夠像大多數人一樣，把很多事情做得很好。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 6. 我覺得我這個人沒有什麼用。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 7. 當我想做一件事時，我都把它做得很好。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 8. 當我想要獲得某些重要的目標時，我大多能隨心所欲地得到它。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 9. 我非常肯定我的人生將會如我所希望的那樣圓滿順利。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 10. 如果我預先做計畫的話，通常我都能如期實現這些計畫。 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

辛苦了！十分謝謝你的貢獻！