



哲學諮商 在我國軍隊官兵輔導運用之研究

作者簡介



鍾心豪中校，輔仁大學哲學研究所博士生、南華大學生死所碩士、陸軍指揮參謀學院99年班；曾任營、連輔導長、心輔官、科長、處長及教官，現任國防大學戰爭學院中校學員。

提要>>>

- 一、國軍負有保國衛民的責任，軍人是國家合法武力的擁有者，軍隊需要正確的價值判斷及忠誠的信仰。而事實上，軍隊是社會的縮影，多元文化的影響正衝擊著軍隊的運作。
- 二、在軍隊輔導實務上，發現許多的案主，在晤談的過程中，常帶著「當兵沒有自由」、「每天都在做沒有意義的事」，或是「人生的目的與價值」到底是什麼？這些核心本質的大哉問，正是哲學所善為探究的方向。
- 三、本研究透過「哲學諮商」在軍隊輔導領域的應用，透過哲學系統相關知能，藉以釐清、檢視及反省案主的內在價值，擴大其思考的方法和視野，最後建構屬於自己的價值體系。
- 四、研究過程，除文獻整理、歸納外，另以哲學實踐記錄(個案研究)的方式，透過馬瑞諾夫(Lou Marinoff)「PEACE」法協助來談者進行價值引領，最後論述「哲學諮商」何以作為軍隊輔導的另一項選擇，及其運用的限制與相

關因應作法。

關鍵詞：哲學諮商、PEACE法、軍隊輔導

前言

我們身處在一個多元文化的後現代環境中，這個特殊的情境是尊重每一個獨立的個體，只要忠於自我的體驗，沒有主流思想，更不需要附和某種意識形態。但是卻造成，各說各話、眾說紛紜，近似價值混淆的狀態。軍隊是為了避免多數人死亡而存在的組織，所以軍隊需要的是，正確的價值判斷及忠誠的信仰。事實上，軍隊是社會的縮影，多元文化的影響正衝擊著軍隊的運作。

在軍隊輔導實務上，研究者發現許多的案主，在輔導晤談的過程中，常帶著「當兵沒有自由」、「每天都在做沒有意義的事」，或是「人生的目的與價值」到底是什麼？這些核心本質的大哉問，正是哲學所善為探究的方向。

本文以哲學及諮商輔導研究途徑為視域，透過「哲學諮商(Philosophical Counseling)」¹在軍隊輔導領域的應用，作為「哲學實踐(Philosophical Practice)」的一種方式，運用哲學系統，藉以釐清、檢視及反省來談者的內在價值，擴大其思考的方法和視野，最後能建構屬於自己的價值體系。過程中，除文獻整理、歸納外，另以哲學實踐記錄的方式，透過馬瑞諾夫(Lou Marinoff)「PEACE」法，協助來談者²進行價值引領，最後論述「哲學諮商」何以作為軍隊輔導的另一項選擇，及其運用的限制與因應作法。

綜上所述，本研究預期達到的目的，分述如下：

- 一、促使軍隊場域中的同仁，認識哲學諮商。
- 二、軍隊輔導工作者瞭解哲學諮商，增進

1 在中華民國及歐美地區譯為哲學諮商或是與哲學實踐(Philosophical Practice)兩者混用、香港稱為哲學輔導，而在中國大陸許多學者譯為哲學諮詢、哲學實踐或哲學踐行。為了保持研究引用上的完整性，本文也不加區分。資料來源：楊希，〈國外思想諮商相關研究概要與檢視〉《安徽師範大學學報》(人文社會科學版)，第42卷第2期，2014年3月，頁141。戎雪楓楊春瑰，〈評拉伯純哲學立場的哲學諮詢觀〉《安徽師範大學學報》(哲學社會科學版)，第3期，2014年3月，頁15。

2 心理輔導或諮商的領域中，被輔導者多被稱為「案主」(較有病人的意味)，而哲學諮商較重視去病人化的概念，所以稱被輔導者為「來談者」，而本篇研究考量閱讀者背景不一，而暫不區分案主或是來談者。



專業知識與能力。

三、透過哲學諮商的實踐，提升來談者的服務品質。

四、整理哲學諮商在軍隊輔導運用上的限制與因應作法。

哲學諮商相關內涵

哲學諮商(Philosophical Counseling)這個名詞開始於1980年代，是哲學應用(Philosophical Praxis)的翻版，³早在古希臘時期就有許多哲學或史學家開始作哲學的應用，如：畢達哥拉斯、蘇格拉底、亞里士多德等。在康德之後，哲學成了純思辯之學，更在18世紀中葉之後，心理學和哲學逐漸分離，哲學似乎已和應用離得愈來愈遠，直到1980年代哲學的應用才再恢復。⁴

在中國，直到明朝末年徐光啟將「Philosophy」音譯為「費祿蘇非亞」。至於「哲學」一詞，則是在西元1873年日本學者西周舊津，將西文「Philosophia」譯

為「哲學」，採自中國書經舜典篇「濬哲文明」一詞，爾雅釋言中：「哲，智也」實依據「愛智」的原義而翻譯。⁵而當代英國哲學家羅素(Russell)，是第一個認為東方也有哲學的西方哲學家。⁶雖然哲學一詞，在中國較晚提出，但用思想助人的方式卻是中國思想史上的主力，不論是儒家、道家、墨家均提供後世具體可行的方式及良好的建議。⁷以下僅就當代哲學諮商的源起、定義、方法及基本任務與技巧等方向，摘述如後：

一、當代哲學諮商的源起

當代哲學諮商起源於1981年德國哲學家阿肯巴哈(Achenbach)進行的哲學實踐。然而根據瑞·拉夫(Ran Lahav)的研究認為：早在1967年荷蘭的學者約翰·范維恩(John van Veen)就已開始進行哲學實踐服務，⁸當代哲學諮商運動在世界各地的發展，可區分歐、美洲及亞洲等兩個部分，內容分述如後：⁹

(一)歐、美洲的哲學諮商運動

3 Raabe, Peter B, 陳曉郁、陳文祥、尤淑如等(譯)，《哲學諮商理論與實踐》(Philosophical Counseling: Theory and Practice) (臺北：五南，2010年8月)，頁-總序。

4 黎建球，〈哲學諮商與人文療癒〉《哲學與文化》哲學諮商與人文療癒跨領域發展專題，第512期，2017年1月，頁5。

5 國防部總政治作戰部，《戰爭哲學》(臺北：國防部印製中心，1993年2月)，頁4。

6 陳中庸，《哲學智慧與省思》(臺中：中國醫藥大學，2016年10月)，頁3。

7 溫帶維，《正視困擾：哲學輔導的實踐》(香港：三聯書店，2010年5月)，頁-序言。

8 高毓智，《當代哲學諮商的實踐研究》(臺北：輔仁大學哲學系博士論文，2015年)，頁34。

9 部分內容引用與修改自註8，頁34~40。

德國哲學家阿肯巴哈以哲學諮商作為哲學實踐的一種方式，主要反對精神醫學，將人病理化的分類；在荷蘭及法國均受到阿肯巴哈作品的影響，前者以自我訓練的方式，反省並討論各種哲學實踐的方法與理論等議題，後者馬克·索特(Marc Sautet)創立「哲學書房」(Le Cabinet de Philosophie)的組織；在以色列雪羅米·休司特(Shlomit C. Schuster)推動以色列的哲學諮商實踐工作。其強調哲學諮商作為一種導向身心健康的非醫療途徑，哲學中特有提問與求取答案的過程，本身即具有價值。哲學實踐作為一種心理諮商與治療的另類途徑，目的是為了達到「智慧的開啟」；¹⁰北美洲的哲學實踐奠基於當地的哲學與社會文化傳統，彼德·柯司坦本(Peter Koestenbaum)試圖整合哲學與心理治療，並指出：哲學的存在並不是取代心理治療與精神醫學，而是藉由哲學的思考深化它；在1999年彼得·拉比

(Peter Raabe)是國際上極少數以「哲學諮商」為博士論文主題的第一位加拿大籍的哲學博士。¹¹

(二)亞洲的哲學諮商運動

1. 中華民國(臺灣)

臺灣的哲學諮商可追溯到1996年6月淡江大學副教授傅杰思(Fleming Jess)撰文〈Philosophical counseling and Asian philosophy(哲學輔導與亞洲哲學)〉，發表在「第一屆世界心理治療大會」。¹²至2001年輔仁大學前校長黎建球教授在美國進行生命倫理主題研究時，接觸哲學諮商的課題，隨即將哲學諮商引進臺灣。2003年秋天開始在輔大哲學系開設「哲學諮商學群」。¹³2004年發展華人世界第一套哲學諮商方法CISA法。¹⁴在2006年蘇嫻雲撰寫〈用哲學諮商方法論兩性關係〉，是國內第一本以哲學諮商為題目的博士論文。¹⁵；在2011年成立「臺灣哲學諮商學會」(TPCA, Taiwan Philosophical

10 資料來源：「臺灣哲學諮商學會」(TPCA, Taiwan Philosophical Counseling Association)網頁-最新消息-敬悼哲學諮商的先行者Shlomit C. Schuster博士(1951-2016)。https://sites.google.com/site/taiwanpca2011/zui-xin-xiao-xi/cha-hui-nian-hui/jingdaohezhexuezishangdexianxingzheshlomitschusterboshi1951-2016，2018年1月12日)。

11 潘小慧，〈哲學諮商的意義與價值〉《哲學與文化》哲學諮商專題，第356期，2004年1月，頁26。

12 同註8，頁40、41。資料來源：淡江大學教師歷程系統。http://teacher.tku.edu.tw/StfFdDtl.aspx?tid=30552，2018年1月16日。

13 黎建球，〈哲學諮商的理論與實務〉《哲學與文化》哲學諮商專題，第356期，2004年1月，頁4、5。

14 同註8，頁41。

15 於下頁。



Counseling Association)目的在於倡導並推廣於日常生活中，實現哲學自助助人的目標，以促進哲學諮商理論與實務專業的發展，迄今培育出哲學諮商師43位、哲學諮商督導13位及哲學諮商高級講師7位。¹⁶之後，臺灣的哲學諮商，如雨後春筍般的盛行，陸續在佛光大學、南華大學、真理大學及臺北藝術大學等均有開設哲學諮商的課程；學術論文部分，經臺灣博碩士論文知識加值系統查詢，迄107年5月止，以「哲學諮商」為題之論文，計有18篇，博士2篇，碩士16篇；另外各領域發展部分，2013年5月鄭芷人教授在臺中成立「鄭芷人心靈工作室」，將哲學諮商稱為「哲學協談」。¹⁷在軍事領域發展部分，2005～2006年國防管理學院通識中心謝仁真副教授，開設哲學諮商選修課程，是臺灣第一位將哲學諮商引進在軍事教育的先驅，¹⁸之後在2013～2014年陸軍官校通識中

心尤淑如副教授，將哲學諮商運用於軍校新生自我傷害防治。¹⁹

2.香港

2006年香港嶺南大學哲學系開設碩士課程，課程結構則分為「價值哲學」、「哲學思維」及「哲學傳統實踐智慧」。在2010年成立「香港實踐哲學學會」(Hong Kong practical Philosophy Society)，定期舉辦哲學輔導和兒童哲學等活動。其中，最著名的溫帶維博士著有《正視困擾-哲學輔導的實踐》一書，內容說明哲學輔導具體的操作，並處理愛情、人際關係及死亡的困擾。²⁰

3.中國大陸

在中國大陸，關於哲學諮詢方面的研究，僅散見於一些零星介紹，與國際興起哲學踐行的運動相距甚遠。2010年南京大學現代邏輯應用研究所「思想分析小組」成立了「思想分析實驗室」，由潘天群

15 蘇嫫露，《用哲學諮商方法論兩性關係》(臺北：輔仁大學哲學系博士論文，2006年)。資料來源：臺灣博碩士論文知識加值系統<https://ndltd.ncl.edu.tw/cgi-bin/gs32/gsweb.cgi/ccd=gIwSIj/record?r1=18&h1=1>，2018年1月26日。

16 資料來源：「臺灣哲學諮商學會」(TPCA, Taiwan Philosophical Counseling Association)網頁-學會認證。<https://sites.google.com/site/taiwanpca2011/zhe-xue-zi-shang-shi>，2018年1月18日。

17 劉淑敏，《存在主義與存在諮商，以傅朗克意義療法及亞隆的心理療法為主軸的探研》(臺中：東海大學哲學系博士論文，2013年)，頁7。

18 鍾心豪，〈哲學諮商在生涯輔導運用之研究〉，「第三屆兩岸四地學校輔導國際學術」研討會，(臺中：臺中教育大學諮商與應用心理系，2016年7月)，頁112。

19 尤淑如，〈軍事學校新生自我傷害防治之哲學諮商模式研究-以陸軍官校一年級新生為例〉(臺北：國防部研究案未出版，2014年)。

20 同註8，頁43。

教授籌劃，進行相關哲學踐行活動，辦理工作坊，並進行學理探討。而安徽大學也開設了哲學踐行的課程，設置不同研究方向，在不同層次上大力推動哲學踐行，²¹另在溫州醫科大學成立「哲學諮詢與人文治療研究所」，積極將哲學諮詢融入高校德育工作中。²²

在文獻整理後，我們可以發現歐洲的哲學諮商運動開始由哲學背景的學者與學生組成，部分受到阿肯色哈博士影響；美洲則是由專業的精神治療師與心理諮商師發起，將哲學運用在諮商工作的實踐。亞洲的哲學諮商運動大部分是從校園走向社會，在中國大陸目前正屬於起步階段，深受臺灣的影響，研究內容多參考及引用，輔仁大學哲學系教授及臺灣哲學諮商學會相關會員所撰寫之文章。²³

二、哲學諮商的定義

什麼是「哲學諮商」？在多方的文獻

中爬梳，試圖歸納東西方對「哲學諮商」的定義，實際上並非件容易的事，特別是在哲學領域裡，試圖要對任何的「概念」做詮釋或是說明，將會遭受到多方的考驗及質疑。誠如：阿肯巴哈所言：哲學諮商法並不是奠基在任一特定的哲學學派上，而是以它做為所有諮商的基礎。又言：「哲學並不使用方法，它發展方法；它不使用理論，它發展理論」。²⁴

礙於學術及研討上的考量，仍整理相關當代哲人所論述「哲學諮商」的概念。馬瑞諾夫教授提到：從古代先聖哲人處，摘錄他們共同的智慧，利用它指引個案走向哲學思考的方向，以幫助他們解決或處理問題。²⁵科恩則認為哲學諮商是：哲學家運用自己所受過的哲學訓練與技巧，特別是邏輯和批判性思考，協助人們調適自己的情緒和行為問題。²⁶輔仁大學前校長黎建球教授所述，鬆散的定義：運用哲

21 陳紅，〈蘇格拉底方法的復興：一種新的哲學踐行範式〉《安徽大學學報》哲學社會科學版，第3期，2014年，頁26。

22 〈哲學諮詢與高校德育教育的創新〉。資料來源：<http://www.kjcxxyyzz.com/dingyue/wenxue/680.html>，2018年1月23日。

23 例如：陳紅，〈哲學諮詢的興起與發展〉、〈蘇格拉底方法的復興：一種新的哲學踐行範式〉引用輔仁大學潘小慧、呂健吉教授；另外主動邀稿：許鶴齡，〈哲學諮商的人文翻轉教育—以LBT及莊子為例〉《安徽大學學報》人文社會科學版，第45卷第1期，2017年，頁24～31。

24 同註3，頁88。

25 Lou Marinoff著，吳四明(譯)，《柏拉圖靈丹-日常問題的哲學指南》(Plato Not Prozac! Applying Philosophy to Everyday Problems)(臺北：方智，2001年)，頁108。

26 Elliot D.Cohen著，丁凡(譯)，《亞里斯多德會怎麼做？》(What Would Aristotle Do? Self-Control through the Power of Reason)(臺北：心靈工坊，2013年9月)，頁17。



學家的語言、智慧、成語或邏輯來助人；嚴格的定義：運用哲學系統來助人，其運用系統有形上學、知識論、價值哲學。²⁷

綜整上述內容，本研究將哲學諮商定為：在晤談的過程中，透過諮商助人技巧與來談者建立關係，有系統的運用哲學知能與來談者進行開放性(open ended)對話，藉以反省、檢視及釐清其內在價值，進而擴展其思考視野。

三、當代哲學諮商方法、基本任務與技巧

(一)當代哲學諮商方法

哲學諮商的方法在中西哲學史上，汗牛充棟，彼得·拉比認為哲學諮商的方法至少有10多種以上，本研究因篇幅關係，無法完全交代，²⁸僅摘述：馬瑞諾夫的「PEACE」法、彼得·拉比「FIIT」的四階段法、阿肯巴哈的超越方法、艾利特·科恩(Elliot D.Cohen)「邏輯基礎療法LBT」及黎建球教授「CISA」，相關內容陳述如後：

1.馬瑞諾夫「PEACE」法²⁹

(1)Problem(問題)：辨識出問題所在。

當我們有問題的時候，大多數人內在會有一種內部的警示系統，這個系統

通常會在我們需要協助時啟動。

(2)Emotion(情緒)：檢討因為這個問題所引發出來的情緒。

你必須真實地經歷情緒，並將它富建設性地疏導出來。大部分的心理學及精神病學，均可達到此階段。

(3)Analysis(分析)：分析所有可能的選擇及其結果。

你應該要列出並評估解決問題的數種選擇。

(4)Contemplation(沉思)：以哲學觀點進行思考、反省。

從整體的方向培養一致的哲學性觀點，不同的哲學對你的情況可能有對比的詮釋，對於因應的方式也會有不同的處方。

(5)Equilibrium(平衡)：理解當前狀態並採取行動，使其心靈保有動態的平衡。

你可以瞭解自己問題的本質，同時做好採取適切且正當的行動的準備。然後你會覺得自己處於一個很平穩的狀態，對於未來不可避免的變化，也已經做好準備。

2.彼得·拉比「FIIT」的四階段法³⁰

彼得·拉比在其〈哲學諮商和實踐

27 同註13，頁5。

28 黎建球，〈CISA理論的實踐與應用〉《哲學與文化》哲學諮商方法論專題，第392期，2007年1月，頁3。

29 同註25，頁53、54。

30 同註17，頁70。

〉一書指出哲學諮商的四個階段如下：

(1)Free floating(自由的漂浮)

使雙方對彼此的關係都感到舒服而不懼壓力，能運用蘇格拉底的「產婆法」協助當事人問題的浮現。

(2)Immediate problems solution(當下問題的解決)

在問題浮現後，開始發現問題的性質，共同尋求解決問題的方法。

(3)Teaching as intentional act(意向性的行為教導)

在尋求到解決問題的方式之後，雙方都要有意向性的教與學。

(4)Transcendence(超驗)

在當事人學習過程中，要學習如何超越個人目前的狀況，使自己不再沉溺於過去的痛苦。

3.阿肯巴哈的超越方法³¹(Beyond-method method)

阿肯巴哈：「哲學的具體形象是哲學家，而哲學家就如同作一種特定形式的哲學教育，就是哲學實踐。」³²提出以下四條實踐的規則。

(1)哲學諮商師不應對所有當事人使用統一的方法，要隨機制宜。

(2)哲學諮商師應協助當事人瞭解自己的狀況。

(3)哲學諮商師不能預設立場。

(4)哲學諮商師應協助當事人擴大視野。

4.艾利特·科恩「邏輯基礎療法(Logic-Based Therapy, LBT)」³³

艾利特·科恩認為：許多困擾人們的情緒和行為問題，是不良推論所衍生的結果。哲學家看事情的方式是以邏輯為基礎，檢視來談者的前提與推論過程。邏輯基礎療法運用亞里斯多德「實踐三段論證」的推論模式，這種推論包含兩個前提和一個結論，藉此形成推斷前提的假設到結論。其中一個前提是「規則」，另一個前提則是「意見」。規則告訴一個人該怎麼做或怎麼想，時常出現「應當」、「應該」或「必須」等規範性的概念。「意見」則是某特定事實的陳述，艾利特·科恩以「事實報導」稱之。這種推論方式的結論特別之處在於，它不只是一種陳述，而是一個行動或一種情緒的表達。

(1)大前提－規則(Rule)

如果X發生，那麼你應該(應當、一定、必須)要用Y的方式回應。

31 同註28，頁5。

32 S.C.Schuster，張紹乾(譯)，《哲學診治－諮商和心理治療的另類途徑》(Philosophy Practice：An Alternative to Counseling and Psychotherapy)(臺北：五南圖書，2007年)，頁37～39。

33 Elliot D.Cohen著，蔡淑雯(譯)，《這麼想就對了：哲學家教你破除11種負面想法》(The New Therapy：thinking your way to serenity, success, and profound happiness)(臺北：心靈工坊，2012年7月)，頁31。



(2)小前提—事件報導(Report)

X發生了(某些特定事實的陳述)。

(3)結論(Conclusion)

你用Y的方式回應(陳述、行動、情緒)。

5.黎建球教授「CISA」法³⁴

黎建球教授在2004年，建構一個適用於華人的哲學諮商方法「CISA」法。

(1)Consciousness(覺察)

藉由察覺問題的能力，促進當事人不斷剖析與檢視，從自身的內在產生解決問題的動力。

(2)Insight(洞見)

指的是洞察根源的能力，換言之，要不受個人情緒或是其他不相干問題干擾，而直探問題的根源。

(3)Spiritual Moving(靈動)

活潑化、轉念的動力，這種轉機或所謂樞紐的能力，是必須透過各種反詰、可能性的探測。這種動力需要能量的蘊蓄、時間的積累才能在一剎那間展現。

(4)Ascend(超昇)

當訓練了靈動反詰能力後，是否對於現況就擁有更清晰的態度去面對及處

理。除了處理現況的能力外，還必須面對情緒及價值觀的超昇。

整理上述5種當代哲學諮商的方法，可發現哲學諮商共同性的原則。第一是：哲學諮商所重視的是情緒背後的信念，但不代表不處理情緒；第二為：雖似有固定、結構性的步驟，但由於情境不同，可以靈活運用的狀況也不同，因此，最好的諮商方法乃是取決於哲學諮商師個人現場應變的能力及雙方的互動。最後則是：以理性思考(澄清概念、設定判準、建構系統)的方式，讓來談者發現情緒背後的問題、釐清自我，進而做適當的價值引領，對來談者的價值觀、人生觀及世界觀有所提升及影響。

(二)哲學諮商基本任務分析與技巧

如何將哲學冰冷的內容，轉換成助人的語言及方法，而不失去哲學堅持，是目前哲學諮商師所共同努力的目標。以下提供臺灣哲學諮商師培訓課程中，哲學諮商基本任務分析與技巧。相關內容，分述如後(如圖1)：³⁵

任務一

敘說經驗：藉由開放性、引導式的

34 整理自高毓智，《當代哲學諮商的實踐研究》(臺北：輔仁大學哲學系博士論文，2015年)，頁108～110。
黎建球，〈CISA理論的實踐與應用〉《哲學與文化》哲學諮商方法論專題，第392期，2007年1月，頁5-11。

35 相關資料引用「臺灣哲學諮商學會」哲學諮商師培訓課程，〈哲學諮商基本任務分析與技巧〉，作者：哲學諮商師群。



66 陸軍學術雙月刊 第五十四卷第562期/2018年12月



3.邏輯檢視：進一步檢視來談者內在思考邏輯是否正確，以協助來談者發現其內在邏輯有誤之處。例：你說對孩子好，所以不能離婚，是因為你重視孩子的利益，相信離婚對孩子有不好的影響，目前的情況一定對孩子是好的嗎？

4.倫理檢視：當來談者面臨道德良心議題時，由倫理層面交談。

協助來談者分辨對與錯，或解決道德良心議題。例：你如何判斷這事情的是非？你怎樣想或做些什麼，才會寬恕自己？

任務四：引導

1.引入哲思：引入哲學觀點、理論、世界觀、見解與來談者的問題呼應，或予以啟發。例：蘇格拉底曾說：未經檢視的人生不值得而活。你要不要想想看這過程中，是不是增加點什麼事情？整個結果就會不同。

2.價值衡量：協助來談者將檢視過的價值，做出輕重衡量的排序，提供抉擇時的參考。例：你剛剛提到A很重要，不知你怎麼看B與A的差別，那一個更重要呢？

任務五

抉擇、行動：來談者經過諮商後，做出行動及思想上的選擇。

由前所述，哲學諮商基本任務分析與技巧，可以發現哲學諮商所強調「概念澄清」、「歸因探究」、「檢核內在邏輯」、「意義區辨」、「價值探究」及「倫理檢視」，與諮商輔導重視的「傾聽」、「同理心」、「具體化」、「面質」、「真誠」、「接納」等有所不同。前者屬於理性的思維，後者屬於關係的建立。而哲學諮商師則是整合兩者的優勢，帶著溫暖的理性與來談者進行晤談。

國軍心理衛生(輔導)工作與哲學諮商

國軍負有保國衛民的責任，軍人作為合法武力的擁有者，軍隊是一個高壓力的任務導向團體，除了需要接受更為嚴格的規範與限制外，也因考量個體在此環境適應下的各種反應。以下針對心理衛生(輔導)工作發展概況，及其與哲學諮商異同，內容概述如後：

一、國軍心理衛生(輔導)工作發展概況

國軍心理衛生(輔導)工作的發展，源自民國48年國防部頒訂「國軍官兵政治教育實施辦法」中首次提出：「針對個別官兵的心理、思想與觀念，所實施的最佳方式為『個別教育³⁶』要求各單位均用此方法，能糾正個別官兵在思想、觀念上的偏

36 當時「個別教育」目的是為輔導思想偏差偏激方面的問題。孫敏華、許如亨，《軍事心理學》(臺北市：心理出版社，2001年11月)，頁14。

差、想法上的謬誤，以徹底根絕軍中特殊事件，達成鞏固部隊，增強戰力的目標」。³⁷

在民國78年即著手研究規劃，80年起區分二年四階段設置「心理衛生中心」，並於88年7月1日，配合部隊組織結構調整，完成「國軍心理輔導定位編組規劃案」，除原有的「心理衛生中心」外，並於北、中、南、花東及金門、馬祖、澎湖等地區成立7處「地區心理衛生中心」，積極建構完整心理衛生(輔導)「三級防處體系」及「區域輔導網絡」，使國軍心理衛生(輔導)體系趨於完整。國軍心理衛生(輔導)工作重點，在於協助官、士、兵適應部隊生活，防範自我傷害案件發生，促進身心健康發展。³⁸

依據《國軍心理衛生(輔導)工作教則(第二版)》，將國軍心理衛生工作要旨定為：運用心理輔導或心理諮商理論與技巧，協助官兵適應部隊環境，培養良好人際關係，完善支持網絡，促進部隊團結合作，堅實國軍戰力為宗旨。平時積極提升官

兵心理衛生知能及生活適應能力，紓緩個人心理不適及部隊適應困境，並透過專業心理輔導及協助轉介醫療，接納個人失衡情緒，引導其正向思考，給予心理支持，消弭潛存問題；戰時以增強官兵心理適應，提升其戰場抗壓能力，確維部隊整體戰力為最終目標。³⁹

在教則中，將國軍心理衛生工作區分為「三級防處體系」，以發揮初級防處、二級輔導及三級醫療處置之功效，並針對所研發之常模心理評量系統制定具體作法，使心輔人員能正確運用各項量表，達成預防機先的功效。⁴⁰

二、軍隊輔導與哲學諮商的異同

軍隊以任務達成為第一目標，在人員管理、教育及訓練等部分，有其特殊性。而要如何輔導、協助個體，在高壓力環境下，達成上級交付任務，若只透過傳統心理輔導工作，似乎力有未逮，應善用哲學諮商方式，從來談者的價值觀、信念及世界觀等方向引領，才能達到斧底抽薪之效。以下就軍隊輔導與哲學諮商的異同，

37 政治作戰學校心理、社工系，《心理輔導—軍中輔導實務工作》(臺北：聯勤北部印製廠，1992年11月)，頁51。

38 資料來源：國防部政戰資訊服務網-心理衛生工作網址：<http://gpwd.mnd.gov.tw/Publish.aspx?cnid=131>，2018年2月25日。

39 國防大學政治作戰學院，《國軍心理衛生(輔導)工作教則》(第二版)(臺北：國防部，2008年12月)，頁1-1。

40 黃筱薌，《國軍政治作戰學—政治作戰制度的理論與實踐》(下冊)(臺北市：黎明文化，2010年2月)，頁29。



論述之。

(一)軍隊輔導與哲學諮商的相同處

1.走向專業化的學門

「專業」係指具有特殊的專業知識與技術的職業，用以說明一群同質性和結合力的實施團體，他們享有共同及特有的一致目標。從格林伍德(Ernest Greenwood)在1957年「一個專業的特質」文中，所提5項專業特質：(1)一套理論體系；(2)專業的權威；(3)社會或社區認可；(4)共同信守的倫理守則；(5)專業文化。⁴¹從上述5項專業特質的判斷中，可清楚看見軍隊輔導工作與哲學諮商，均逐步走向專業化的領域。

2.開放性的對話

在晤談的過程中，不論是從事軍隊輔導的工作人員，或是哲學諮商師，對於來談者(案主)的輔導，「對話」(dialogue)就成為整個過程中重要的因素，對話其主要目的是在於幫助來談者，重新對於其所在意之事，做再一次的認定、情感抒發及自我的反省。透過不斷地對話，邀請來談者將自己的內在思緒轉入一種互為主體的交換，以致來談者有更好的自我理解。

3.主張價值的引領

學者孫敏華《諮商心理學-理論與

實務運用在軍事情境中》提及：軍中心輔導工作的作法，須結合部隊的特性及需要，以解決問題為首要，達成協助部隊管教，減少軍中危安事件，提升部隊戰力為目的。因此軍中心輔官不能以純粹心輔人員自居，必須結合組織的目的。⁴²而哲學諮商主張人的受苦與困擾，是來自於價值觀的模糊，不像諮商輔導強調價值的中立。因此，哲學諮商要幫助來談者藉由釐清觀念，進而發展出價值觀的引領。⁴³

(二)軍隊輔導與哲學諮商的相異處

1.關懷的議題不同

「輔導」一詞原文Guidance，其意為引導的行為，是引導者所提供的指揮或督導之意。而心理輔導是描述性的(不作任何價值思考的)，其研究的對象主要便是人類的精神和行為。很自然地與哲學諮商所提供的建議，與所涉及哲學的知識和專業範圍，有很大的不同。例如：哲學諮商重視：倫理、道德、價值、意義等議題。⁴⁴所以，心理有問題的人找心理輔導，而認為自己所面對的並非是心理問題，而是價值觀、倫理或道德上的人，便該去找哲學諮商。簡言之，凡能以理性思考去處理問題的人都是哲學諮商的對象。

2.對來談者的基本假設相異

41 李增祿主編，《社會工作概論》(臺北市：巨流圖書公司，2011年8月)，頁10、11。

42 孫敏華，《諮商心理學-理論與實務運用在軍事情境中》(臺北市：黎明文化，2007年11月)，頁21。

43~44 於下頁。

軍隊心理諮商的基礎是治療性的，大部分專業醫生與心輔人員面對案主時，多從精神疾病或生理的症狀切入，假定人的問題，是源自於疾病。

哲學諮商則不做這方面的假設，只會無預設地觀察問題，並幫助來談者處理問題。雖然思想的產生可從腦神經系統與基因結構觀察，但思想的主體卻是人，人可以決定自己想要的是什麼。⁴⁵很多時候人被一些問題困擾，不一定是那人本身有問題，只是他遇到的問題太困難，他需要協助：正如一個小學生，解不出三角函數的題目，他不需要治療，他需要協助。

(三)軍隊輔導與哲學諮商之相關處(如表1)

國軍現行的諮商輔導理論中，有

許多的理論均有其基本哲學，深受哲學思想所影響，⁴⁶例如：完型治療(Gestalt Therapy)便受了現象學及存在主義思想的影響；理性情緒行為治療(Rational Emotive Behavioral Therapy)和認知行為治療(Cognitive Behavioral Therapy)便受斯多亞學派(Stoicism)的影響；現實治療(Reality Therapy)和意義治療(Logo Therapy)便受了存在主義的影響；正向心理學(Positive Psychology)便受了亞里士多德的幸福論影響。⁴⁷

由上所述，從事軍隊輔導工作的心輔人員或醫生，在人的精神問題如何產生和發現行為異常問題等方面，無疑是專家，但對諸種引起精神問題的哲學性原因，卻不一定能妥善處理。由此可知，哲學

43 黎建球，〈哲學諮商的三項基本原則〉《哲學與文化》哲學諮商理論與實踐專題，第428期，2010年1月，頁3。相關「價值」說明如下：

一、軍隊心輔人員的價值：在輔導過程中，要考量軍隊組織的立場(例如：任務達成優先、重視團隊榮譽、個人自由度限縮)，而非價值中立，平等看待。

二、諮商輔導的價值中立：是指任何人都有著積極的、奮發向上的、自我肯定的、無限成長的潛力。認為只要給來談者提供適當的心理環境、氣氛及無條件積極關懷，他們自己就能自我理解，改變對自己和他人的看法。簡言之就是輔導者在輔導過程中，不判斷、不指導、不主動。

三、哲學諮商重視的價值引領：在哲學發展的歷程中，每一種哲學都有它的價值觀，不論是唯心論、唯物論、理性主義、經驗主義……等，都有其自稱的完善價值。而要以什麼樣的價值觀來做其價值引導?這是需要一些假設，如果這些假設可以為大多數人所接受，則這種方式就可成立。

44 同註7，頁220。

45 Elliot D.Cohen著，李惠美(譯)，《你是盡責憂慮者嗎?別再杞人憂天，找回平靜人生》(The Dutiful Worrier: How to Stop Compulsive Worry without Feeling Guilty)(臺北：心靈工坊，2015年4月)，頁8。

46 Gerald Corey著，修慧蘭等人(譯)，《諮商與心理治療》(Theory and practice of counseling and psychotherapy)(臺北市：新加坡商聖智學習，2009年5月)，頁558。

47 同註7，頁221。



表1 軍隊輔導與哲學諮商相關異同表

	軍隊輔導	哲學諮商
相同	1.走向專業化的學門。 2.開放性的對話。 3.主張價值的引領。	
相異	1.關懷的議題 人類的精神和行為 2.基本假設 病人化	1.倫理、道德、價值、意義 如：自由、正義、意志 2.無預設立場
相關	1.心理學家馮德於1879年成立心理實驗室，使心理學脫離哲學領域。 2.理性情緒行為和認知行為受斯多亞學派的影響。 3.現實和意義治療受了存在主義的影響。 4.正向心理學受了亞里士多德的幸福論影響。	

資料來源：研究者自繪。

諮商和心理學、精神醫學所處理的範疇並不相同，各有各的優勢與長處，輔導者要能因地制宜、觀機逗教。

哲學實踐記錄⁴⁸(個案研究)

本研究以質性研究中「個案研究法(Case study)」⁴⁹描述哲學實踐的對話過程。⁵⁰已徵求來談者同意，但為保護個人隱私，仍進行匿名及部分內容改寫。以下僅以馬瑞諾夫「PEACE」法為例，協助來

談者找到新思考方向。相關哲學實踐記錄，分述如下：

一、來談者概況

來談者是一位剛轉服志願役的弟兄，情緒一直不穩定，時常抱怨，當兵很沒有意義、非常不自由，部隊把他騙進來，他要向國防部申訴。

二、對話內容摘述(如表2)。

三、對話內容分析、整理

從上述晤談對話中，我們可以清楚了解，哲學諮商所使用馬瑞諾夫的「PEACE」法，可以協助來談者，在混亂的思緒中，整理出可行的行動方向，其內容分析如下：

(一)問題(Problem)

一開始表面上是「部隊欺騙小明」、「向國防部申訴」，但晤談釐清後，發現關鍵是在「沒有自由」及「覺得當兵很沒意義」。

48 哲學實踐記錄一詞：是為區辨心理諮商或社工領域中的諮商個案記錄或案家會談記錄。由於哲學諮商不將人視為「個案」，所以在本文中以「實踐記錄」呈現對話內容。

49 「個案研究法」是一種個別、深度、描繪的，且偏向質的一種研究方法，期望對個案深入的了解，來探究其與全體的相同與相異點。是一種探索及分析社會單位(個人、家庭、機構、文化團體及社區等)生活過程的方法，以事實的蒐集、精密診斷、適當處理、正確記錄為步驟。其所採取資料，原始的與次級的均無不可，惟須依賴歸納、分析、問卷及會談來定取捨。潘淑滿《質性研究理論與應用》，(臺北：心理出版社，2003年2月)，頁247。而本研究僅以晤談部分逐字稿說明，哲學實踐過程中，所運用哲學諮商的技巧及方法。並非強調探究其與全體的相同與相異點，或是對研究單位作全面的、詳盡的及深入的研究。

50 哲學實踐內容的對話，僅供哲學諮商-PEACE法的訪談模式應用之參考，無法過度概推及運用於每一位來談者。而本次內容是與來談者至少進行2次的晤談，每次晤談30~40分鐘為限，相關內容均整理摘錄至每次晤談中。

表2 哲學實踐內容摘述

哲學諮商師	來談者	晤談次數
……小明你怎麼看起來悶悶不樂?是發生了什麼事?	我覺得你們長官都很會騙人,把志願役的生活說得很好,薪水3萬多塊、可以上下班、可以在職進修……可是當簽下去之後,才發現你們都在騙我……越說越生氣。	第一次晤談
你剛才有提到,部隊都在騙你的,你要不要說說看,為什麼你會這樣想?	每天都在做打掃、洗餐盤、站衛兵等雜事,一直在集合,一點意義跟自由都沒有……還有你們說可以上下班,可以在職進修……,晚上都有排哨,我要怎麼回家照顧爸媽。	
聽你剛剛一說,你真是個上進又孝順的孩子,部隊生活似乎與你期待的有點落差?	老師,其實我也沒有你說的這麼好,我只是很氣,你們都在騙我……。	
我很好奇的想知道,當時你為什麼想簽志願役?你說說看好嗎?	幾個月前,班長有在宣導,志願役士兵的福利,我覺得我只是個專科畢業的人,每個月3萬多元的薪水還不錯,所以就跟父母商量,父母年紀又大,時常身體有病痛,加上助學貸款的壓力,還蠻需要這筆錢……。	
小明,你要不要說說看,你當時這麼慎重思考的決定,為何現在會出現,部隊一直在騙你的說法?	老師,我知道你的意思啦!可是就是當兵很沒有自由,每天都在做一樣的事情,打掃、洗餐盤、站衛兵等,你不覺得很沒有意義嗎?	
你可以說得更清楚或是具體一點嗎?	我的意思是,其實也不是部隊騙我的,部隊的待遇真的還不錯,只是真的很沒有自由,每天都在做一樣的事情,很沒有意義。	
……從一開始到現在,你一直都有提到部隊很沒有自由,你可以說說看,你要的自由到底是什麼?	嗯~~我~~,我想一下,就是,我不太會講,大概就是我可以做,我想做的事情,而班長又不會管太多……。	
所以,你可以做,所有你想做的事情嘍!	我知道這當然是不可能的事,只是你看到我的專科同學,在臉書上po一些活動的照片或是他們約我晚上去KTV我都因為當兵而無法參加。	
沒有辦法參加各項活動,似乎有點可惜……聽起來,因為當兵而限制你許多交友的時間……	對呀!我本身在唸專科時,就是比較愛玩……在入伍前,我也曾經告訴自己不可以再墮落了……。	
……你有想過當兵到現在你有些什麼改變嗎?	……老實說是有啦!最直接的是助學貸款的壓力變輕了。自己的生活也不會日夜顛倒。做事情比較也有規劃。	
你剛才有提到,做事情比較有規劃的意思是……	在當兵前生活比較自由,說自由是好聽,其實是很廢爛,做事情都是拖拖拉拉。但是現在休假的時間很短暫,所以,在休假前,要規劃好每個時間要完成的事情,不然一下子就收假了……。	
……小明,你還記得,之前你有提到班長一直在集合你們,這跟你自己想要無拘無束的自由,有些什麼關係?	我想應該是,班長透過時間的約束,來管制我們工作完成的進度,而不像專科(唸書)時候想怎麼做,就怎麼做,也沒有人會管你……。	
沒錯!你真是聰明,在你的身上,我們可以看到,某種程度軍隊限制一個人的自由,反而讓你學習,尊重與珍惜自由的可貴。	好像也是這樣。	
難道我們人類只有行動上的自由,而沒有其他想法或思想上的自由嗎?如果有那會是什麼?提供你思考一下。今天因為時間的關係,我們暫時談到這裡。	嗯!我回去想想。	



	……老師你上一次提出來的問題，還真是特別……。	第二次晤談
這話怎麼說?	似乎好像我所在乎的只是行動上的自由，包括班長用時間點管制我們也都一樣……，雖然我們的行動受到限制，但是思想及心靈仍是自由的……。	
這個問題開始有趣起來……你會認為每個人都有自由的權利嗎?	應該是有啦!還記得，好像憲法有說：保障人民的自由之類的話……。	
聽起來，你是認同每個人都有自由的權利……若是讓每個人都能享有自由，而限制部分個人的自由，你能夠接受這種想法嗎?	那要看是什麼情況……整體上，為了大家或是團體，是可以接受的。	
……所以自由不但是一個權利也是一種義務……你有想過軍隊為什麼存在?它對國家的意義是什麼?	……我猜是作戰的時候，只要犧牲少部分的人就好了，來換取大多數人的自由或是和平……。	
……你還記得，你當時為了什麼簽下志願役?	有穩定的薪水。	
沒有錯!你很誠實，確實這是一份很好的待遇，所以，我們可以只享有權利而不盡義務嗎?	~嗯~老師這個我知道了!好啦!我下次就不再抱怨。	

(二)情緒(Emotion)

「生氣」、「抱怨」、「消極」。

(三)分析(Analysis)

「來談者對自由的看法」、「受到專科同學誘惑的自由」、「班長時間管控下的自由」。

(四)沉思(Contemplation)

「擴大來談者對自由意義的思考」、「行動上與心靈、思想的自由相異」、「權利與義務的省思」。

(五)平衡(Equilibrium)

「能夠接受為了團體自由而限制個人自由」、「犧牲小我，成就大我」。

從上述說明中，可發現透過PEACE法的基礎，除能同理及傾聽來談者的問題與情緒外，更協助來談者在面對紛亂的現象中，建立一套屬於自己的價值

觀或人生觀，並藉由對整體的檢視，讓紛亂思緒有綜合性的整理，進而找到人生行動的方向。

哲學諮商在軍隊輔導運用之效與其相關限制及因應作法

在強調速成文化及責信制度的現代，哲學諮商如何可以成為，軍隊輔導的另一項選擇，而其相關運用的限制及因應作法，內容分述如下：

一、哲學諮商在軍隊輔導運用之效

(一)未來跨學科整合的趨勢

現行的軍隊輔導工作，實務上仍運用心理諮商輔導的相關理論與技巧。約翰·麥雷(John McLeod)著，李茂興等譯《諮商概論》一書中提到「諮商的未來：未來的五十年」：受到社會的變遷、全球

化及在地化的影響，許多的諮商員採取折衷的立場，樂於採用不同的理論與技術，以滿足不同的需求，許多的諮商師開始走向傳統的思維取經，如佛教、道家。

跨學科整合(interdisciplinary)的這名詞也逐漸被重視，在諮商室中，諮商員與案主所談論的事物，必然關連到他們所處的社會世界、他們對於真相、公正、良好的生活以及語言的使用。為充分了解諮商歷程，必須具有哲學、神學與藝術等概念。⁵¹

換言之，在軍隊輔導的場域中，運用哲學諮商是一種打破各學科固守專業的疆界，跨出科際的自我設限，更是符合未來跨學科整合的趨勢。

(二)維護來談者最大利益與責任

許多案主重視自己的諮商服務品質，政府主管單位也開始評鑑諮商的成效。外界採取團隊合作方式的「個案管理」概念，日漸受到重視。從全人的角度來看，一個人外顯行為的表現，僅是內隱認知中的一個選項。鑑於此，提供案主所需之服務，須經由許多不同的專業人員及社福機構共同合作來達成。⁵²

而哲學諮商的運用，除可提供軍隊輔導者一個省思的空間，更能以來談者

為中心，各專業分工，如醫師、諮商師、社工師及哲學諮商師各司其職，從生理、心理、社會及理性等全方位面向，提供適合來談者的最佳服務。

(三)哲學諮商期程短、效率佳

軍隊輔導實務上，常將晤談時間，花費在同理、傾聽或情緒宣洩上。來談者離開晤談室之後，重新面對問題時，才發現問題的本質尚未解決。以當前心理諮商輔導的步驟，至少要4~6次(因人而異)，每次50分鐘不等，方能陸續看見改善的成效。

在現今人力吃緊、役期縮短及價值混淆的情況下，哲學諮商的出現，在晤談上的期程短、次數少，晤談內容重視理性思考、邏輯判斷、論述指向核心價值。強調一個人在其根本的觀念、視野上的改變，整個人的想法、思考脈絡也跟著轉變，進而影響來談者的行為。

二、哲學諮商在軍隊輔導運用的限制及因應對策

從客觀檢視哲學諮商的角度，及在軍隊輔導實踐的過程，研究者也須承認：沒有一種方式，是可以解決任何一位來談者的問題，哲學諮商也不例外。以下論述哲學諮商在軍隊輔導實踐上，所面臨的限

51 John McLeod著，李茂興、吳柏毅、黎士鳴(譯)，《諮商概論》(An Introduction To Counselling) (臺北：弘智，2002年)，頁587~589。

52 潘淑滿，《社會個案工作》(臺北：心理，2000年)，頁375。



制及可採取的因應對策，分述如下：

(一)面臨的限制

1.軍隊輔導者缺乏哲學素養

在哲學諮商晤談中，引導來談者哲學探究時，有兩種元素是很具有決定性的，第一是諮商師要有深度的哲學智慧，以及引導來談者適當的哲學探究所必須的批判式及有創意的思考技巧。第二是來談者願意學習哲學推理技巧，並在哲學探究中發展合作的能力。⁵³

而目前從事軍隊輔導工作者(心輔官或輔導長)，背景多來自國防大學政戰學院，及其社工或心理系所畢業的軍官，在軍校教育期間，僅接觸哲學概論與理則學等兩門課程，若要輔導者利用公餘時間，自學、彌補不足之處，仍有大部分的同仁認為：力不從心。

2.單位管理者對軍隊輔導成效之期望不一

國軍身處於人權高漲及媒體網路發達的環境中，單位管理者時常要求輔導者，將「有問題」的官兵轉介醫療單位，以維護軍隊安全。一切問題都以「病理化」方式看待，而造成醫療單位過度運用。在此觀念下，導致軍隊管理者認為：好的輔導成效就是，協助來談者轉介醫療或辦理停役，而忽視來談者更深層的權益。

3.需要神智清明的來談者

馬瑞諾夫在《柏拉圖靈丹-日常問題的哲學指南》一書中，提到哲學諮商是

「適合神智清明的人的治療」。⁵⁴與來談者晤談的過程，須共同討論其邏輯、推理及價值思考模式等。實務上，軍隊中的「特別個案」常會有：精神異常、思緒錯亂、妄想、時空錯亂或腦部受傷等情形。使得來談者無法進行理性的對話。由上所知：哲學諮商並非萬靈丹，它無法幫助需要醫藥或手術治療的案主。

(二)採取的因應對策

1.強化軍隊輔導者哲學諮商知能

在軍隊輔導人員的搖籃——政戰學院教育中，以融入式教學方式，引導學生具有「懷疑的精神」、「批判性的思考」、詮釋及建構自己的意義世界；在心輔官儲訓班或現行的心輔人員專業督導課程中，增加自我認識課題的探討，從反思輔導者的自我價值，進而延伸對來談者背後價值觀的探究。藉此，以提升服務品質與哲學諮商的知能。

2.增進管理者敏感度與判斷力

從人力資源管理及領導統御的角度觀之，每位官兵弟兄姊妹都是軍隊大家庭的一份子，均有其存在的必要性與價值，各司其職，堅守本分。而成員中難免會因想法、觀念或隱藏性價值上的問題，而造成行為或情緒上的失衡。此時，陷入困境的官兵弟兄姊妹，需要的是有人協助他一

53 同註3，頁254、255。

54 同註25，頁15。

同分析、引導及察覺思考上的預設。

單位管理者需要基本的敏感度，找對人、處理對的問題，而非把「人」當作「問題」或「病理化」來處理。管理者可透過排班級心輔課程、營連長講習－實例分享，或在各進修、深造教育的課程中，增加哲學思想實驗⁵⁵(Philosophical Thought Experiments)的議題，以訓練管理者判斷力及思維邏輯。

結語

人本心理學家亞伯拉罕·哈羅德·馬斯洛(Abraham Harold Maslow)曾說：如果你的工具箱中，僅有的工具是一把錘子，那有很多東西看起來就會像是釘子。如果你不舒服是因為鞋子裡有顆石頭，你並不需要諮商，你只要把那顆石頭從鞋子裡拿出來就好了，不論傾聽你的問題的人，多麼富有同情心，即使他擁有心理師證照，與他討論在你鞋子裡的那顆石頭，並不能使你的腳不再疼痛。如果一個人最根本的問題是關於哲學方面的問題，而他所找

的是心理諮商師，反而有時會適得其反。

哲學諮商這個名詞開始於1980年代，是哲學應用的翻版，它的出現衝擊著心理諮商及哲學界。從文章中可以了解當代哲學諮商的源起、定義、哲學諮商方法與基本任務及技巧；另也透過哲學實踐的過程，清楚分析及辨識出與軍隊輔導的相同及相異處。除此之外，在同理、傾聽及情感建立之餘，更運用理性思考的三個步驟：澄清概念、設定判準及建構系統，讓來談者在剛柔並濟的過程中找到自我。

哲學諮商在軍隊輔導上的運用，有其優勢諸如：短期諮商、晤談次數少、在高壓力的環境下探討自由、意義等核心問題，這些特點是非常適合任務繁忙的軍隊。哲學諮商的出現並非要取代任何一個專業，而提供一個快速而接近本質的方法，陪同來談者除了認識自己、了解自己及作適當的抉擇之外，過程中還可以訓練來談者理性的思考，一舉數得。

(107年4月12日收件，107年8月9日接受)

55 哲學思想實驗：哲學家透過思想實驗，測試人們根本性的思想原則，並指向重要且抽象的哲學思維及哲學問題。實驗的場景時常是圖像性的具體情境，受試者容易跟隨著情境而陷入框架，進而反思受試者深層價值判斷的邏輯。著名的思想實驗有：電車難題(The Trolley Problem)、定時炸彈(The Ticking Time Bomb)及特修斯之船(The Ship of Theseus)。

相關資料來源引用及修改自：臺灣通識網<http://get.aca.ntu.edu.tw/getcdb/handle/getcdb/239043>及<http://blog.xuite.net/bullxsheep/hkblog/222738378-%5B%E5%93%B2%E5%AD%B8%5D%E5%8F%B2%E4%B8%8A%E6%9C%80%E8%91%97%E5%90%8D%E7%9A%8410%E5%80%8B%E5%93%B2%E5%AD%B8%E6%80%9D%E6%83%B3%E5%AF%A6%E9%A9%97>，2018年8月5日。