

《心理咨询原理与方法》

图书基本信息

书名：《心理咨询原理与方法》

13位ISBN编号：9787107208539

10位ISBN编号：7107208535

出版时间：2008-8

出版社：人民教育出版社

作者：郑希付

页数：581

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《心理咨询原理与方法》

内容概要

《心理咨询原理与方法》

作者简介

郑希付，1963年生。博士，华南师范大学心理学系教授、应用心理学专业博士生导师，中国心理学会学校心理学专业委员会副主任，广东省心理健康教育指导委员会委员。主要研究方向为临床心理学和学校心理健康教育。出版专著、译著十多部，在《心理学报》、《心理科学》等刊物上发

书籍目录

第一编 心理咨询概戡 第一章 心理咨询的历史与现状 第一节 心理咨询的历史 第二节 心理咨询的现状 第三节 心理咨询的基本活动 第二章 心理咨询的目的和意义 第一节 心理咨询与个体的素质 第二节 心理咨询与个体的潜能 第三节 心理咨询与个体的认知 第四节 心理咨询与个体的行为 第三章 咨询者的条件与要求 第一节 咨询者的知识与技能 第二节 咨询者的能力与个性 第三节 咨询者的伦理与道德 第四节 咨询者的培养 第二编 心理诊断 第四章 心理诊断的一般理论问题 第一节 心理诊断简史 第二节 心理诊断概述 第三节 心理诊断的基本理论 第四节 心理诊断的程序 第五章 心理诊断方法（上）——认知功能的评估 第一节 注意能力的评估 第二节 记忆能力的评估 第三节 思维能力的评估 第四节 智力的评估 第六章 心理诊断方法（中）——人格评估 第一节 人格概述 第二节 人格评估的问卷范式 第三节 人格评估的投射范式 第七章 心理诊断方法（下）——其他测验 第一节 心理健康测验 第二节 神经心理测验 第八章 心理疾病的分类 第一节 心理疾病分类概述 第二节 焦虑性心理障碍 第三节 人格障碍 第四节 性心理障碍与性功能障碍 第五节 情绪障碍 第六节 精神分裂症和妄想型障碍 第七节 儿童青少年期心理障碍 第八节 精神活性物质所致心理障碍 第三编 临床会谈 第九章 临床会谈的准备 第一节 临床会谈概述 第二节 会谈的环境准备 第三节 会谈的心理准备 第四节 会谈的接待程序 第十章 帮助关系的建立 第一节 帮助关系的性质 第二节 帮助关系的模式和作用 第三节 建立良好帮助关系的意义和途径 第四节 不良帮助关系及其处理 第十一章 咨询者、来访者特质分析 第一节 咨询者特质分析 第二节 来访者特质分析 第三节 来访者与咨询者之间的匹配性 第十二章 会谈中的信息收集 第一节 信息的类型和价值 第二节 言语信息的收集 第三节 非言语信息的收集 第四节 信息的取舍和处理 第十三章 会谈的基本过程 第一节 会谈过程的三阶段模型 第二节 会谈过程的五阶段模型 第三节 会谈的七阶段模型 第四节 会谈中应注意的问题 第十四章 开始会谈的方法 第一节 开始会谈简介 第二节 开始会谈的常用方法 第三节 不同治疗方法的开始模式 第四节 特殊的开始（自杀） 第十五章 结束会谈的方法 第一节 结束会谈概述 第二节 结束会谈方法概述 第三节 结束会谈的具体方法 第四编 心理咨询的方法 第十六章 倾听 第一节 倾听概述 第二节 倾听的技巧 第十七章 提问 第一节 提问的作用 第二节 提问的分类 第三节 提问中应注意的问题 第十八章 解释 第一节 解释概述 第二节 解释的类型 第三节 解释的步骤 第四节 解释的原则 第十九章 移情分析 第一节 来访者的移情现象 第二节 来访者移情的类型 第三节 来访者移情的判断与处理 第四节 咨询者的反移情现象 第五节 反移情的判断与处理 第二十章 面质 第一节 面质概述 第二节 面质技术的运用 第三节 运用面质技术的注意事项 第二十一章 澄清 第一节 澄清概述 第二节 澄清的使用 第二十二章 阻抗分析 第一节 阻抗简述 第二节 阻抗的分类及原因 第三节 处理阻抗的策略 第二十三章 自由联想 第一节 自由联想技术概述 第二节 自由联想技术的操作过程 第三节 荣格对自由联想技术的发展 第四节 自由联想技术的新发展 第二十四章 梦的解释 第一节 睡眠与梦 第二节 关于梦的理论 第三节 梦的象征意义 第四节 梦的记录 第二十五章 同理反应 第一节 同理反应概述 第二节 同理反应的表达与促进 第二十六章 建议 第一节 建议概述 第二节 建议在各治疗理论中的应用 第二十七章 角色扮演 第一节 角色扮演概述 第二节 角色扮演的基本过程与规则 第三节 角色扮演的常见形式

第一编 心理咨询概戡 第一章 心理咨询的历史与现状 第一节 心理咨询的历史 二、心理咨询的产生和发展 现代西方心理咨询萌芽于17世纪工业革命以后，19世纪末20世纪初逐渐发展起来，尤其是精神分析和行为主义理论诞生以后，人们逐渐认识到内心愉快和精神健康的重要性。

(一) 心理咨询产生的社会背景 1. 工业革命的影响 工业革命指的是以手工技术为基础的资本主义工场手工业过渡到采用机器的资本主义工厂制度的过程。工业革命在18世纪60年代发生于英国，首先从纺织业开始，80年代因蒸汽机的发明和使用得到进一步发展，遍及化学、采掘、冶金、机器制造等部门。继英国之后，到19世纪，法、德、美等国也相继完成了工业革命。工业革命不仅是一次技术革命，也是一场深刻的社会变革，对人类社会生活的各个方面都产生了深刻的影响。工业革命大幅度提高了社会生产力，丰富了人们的物质生活，引起了资本主义国家的社会变革。受工业革命的影响，美国纽约和芝加哥等大城市工商业迅速发展，各地移民大量涌入，社会问题与日俱增，给人们的生活带来了许多忧虑和困难。同时，掌握生产资料的资产阶级为了获取利润，无情地剥削无产阶级，尤其是对童工和女工进行残酷的压榨。工业革命对社会生活带来的深刻影响直接对社会各个阶层的人们的心理带来巨大冲击，在这种背景下，心理咨询工作应运而生。 2. 职业咨询与指导运动的影响 职业咨询是指运用心理学、社会学等学科的知识为个体提供寻找职业以及在职业发展过程中遇到的有关适应性问题的建议、信息与帮助的过程。在日益关注个体和注重工作生活质量的今天，职业咨询在人们职业发展、寻求自我价值实现过程中的地位与作用越来越明显。职业指导运动可追溯到20世纪初，工业革命的进程大大提高了经营者对劳动者素质的选择性要求，同时工业革命对产业结构、社会结构、经济结构所带来的巨大冲击也体现在对劳动者心理素质的冲击上。

精彩短评

1、挺好的~

《心理咨询原理与方法》

精彩书评

1、我是华师心理学本科生，我们上的课就是用这本书，上课的老师也是他，感觉这本书讲得很详细，是本不错的教材

章节试读

1、《心理咨询原理与方法》的笔记-摘要备忘

各种身体语言给咨询者传达的信息包括如下方面

- (1) 咧着嘴笑，手掌打开，双眼平视等传达的是一种开放与接纳的态度。
- (2) 谈话时，身体前倾，坐在椅子边缘，全身放松，双手打开，解开外套纽扣，手托着脸等表示对对方的谈话内容感兴趣，配合对方。
- (3) 抬着下巴，坐时上半身前倾，站立时抬头挺胸，双手背在身后，手放在口袋时露出大拇指，掌心相对，手指合起来呈尖塔状，翻动外套领子等是自信的表现。
- (4) 吹口哨，抽烟，坐立不安，以手掩口，使劲摸耳朵，绞弄双手，把钱、钥匙弄得叮当响等反映了一种紧张的心理状态。
- (5) 捏弄自己的皮肤，咬笔杆，两个拇指交互绕动、啃指甲等是缺乏安全感的表现。
- (6) 双臂交叉于胸前，偷瞄，侧视，摸鼻子，揉眼睛，笑时紧闭双唇，紧缩下巴，说话时眼睛看地上，瞪视，双手紧握，说话时指着对方。握拳做手势，抚摸后颈，摩拳擦掌，双手交握放在后脑勺，整个人向后靠在椅背上等是自我防卫的体现。

咨询者可以收集来访者以下资料

- (1) 基本情况，包括姓名（可隐）、性别、年龄、学习成绩、健康史等。
- (2) 家庭情况，包括成员结构，家庭中的人际关系，教育方式和态度，经济状况，生活方式，父母的文化程度等。
- (3) 社会关系情况，包括学校，工作与生活中的人际关系情况。

个体注意能力的高低主要体现在：广度、稳定性、分配、转移
正确回答数/错误回答数即作业速度

认知是与智力过程有关的心理过程，包括感知觉、记忆、思维、想象等。对认知过程的评估即人们熟悉的智力评估。

罗夏墨迹测验

整个墨迹被用作答案，可能提示思维有过分概括倾向，或者愿望过高。W
当被试说明答案是由这个墨迹的阴暗部分所决定时，可能意味着被试内心存在着焦虑。Fc
动物的答案是正常的表现，但看到太多动物可能表示不成熟。A
解剖学的答案（骨，器官等类似的东西）可能意味着焦虑或用身体不适来进行心理防卫的倾向。At

画人测验适用4-13岁儿童 认知，我国倾向于智力

长睫毛与癔症相联系，双眼扩大提示多疑；黑、深阴影提示强烈攻击冲动，少身体属性提示精神病或脑损伤。

人格特征：整体性，社会性，稳定性。

人格障碍：（一）偏执型（二）分裂样（三）反社会型（四）边缘型（五）表演型（六）自恋型（七）回避型（不渴望人际接触，却渴求社会认可和接受）（八）依赖型（九）强迫型（十）被动攻击型

缺乏归属感可能会增加一个人患抑郁症的危险，归属感不强主要表现为：对自己从事的工作缺乏激情，责任感不强；社交圈子狭窄，朋友不多；业余生活单调，缺乏兴趣爱好；不喜欢读书看报；不注重汲取各种知识营养；缺乏必要的体育锻炼；归属感是一个人可能经历抑郁症的最好预测剂。

妄想型障碍：痴情型，主要特征是患者存在认为自己正被别人所爱着的色情妄想，这种色情望向主要是关于浪漫的精神恋爱而非性爱。患者会作出各种努力来与其所认为爱自己的人联系，如打电话，写

信，送礼物等，尽管患者偶尔会将其妄想保密。

有人认为发型会影响人的个性，具有不同发型的人又有不同的行为方式，发型怪异，其行为方式也与众不同。有人认为，发型与众不同的人其行为肯定难以捉摸。因此，人们一般不太愿意接近有奇异发型的人，且往往对他们看法不佳，不信任他们。

身体魅力也是一种“地位因素”，被人们认为具有更多身体魅力的人，也具有更多的特权。

初次会谈：（1）建立联系，约定会谈时间。（2）引导员接待来访者（3）咨询者和来访者见面：门口迎接，握手并介绍自己，引导就座，询问饮料，引导基本信息：姓名，年龄，性格，专业，工作，喜欢的称谓（4）说明咨询过程与目的，解释保密性（5）开始实质性。

青少年接待：首先向年轻来访者打招呼而不是父母，可通过握手和一声友好的“hi，你就是***吧”开始，接着应该是几句快速的交谈。

最好将年轻的来访者当成不自愿的来访者接待“好吧***，我要对你解释三件重要的事情：一个是关于我们今天怎样一起度过这段时间，一个是关于“保密性”这个词，一个是关于为什么我的办公室这么乱，你愿意我先说哪一条呢。

咨询者的态度：共情，无条件积极关注，尊重，热情，真诚。

专业的心理咨询人员应具备以下六个基本特点：信任每一个人，赞同个体价值，对周围世界有敏锐的洞察力，大度，理解，自我，职业素质。

容易建立有效的咨询关系的来访者大多具有年轻，有魅力，愿意交流，聪明，有成就感等特点

一个昂首挺胸的人，是对生活充满信心，勇于进取，敢于开拓，热爱生活的人，其言谈举止也会是朝气蓬勃的。如果咨询者看到的是一个垂头丧气，肥胖无力，说话点头哈腰的人，咨询者可以判断，这种表现可能是久经挫败，无力回应生活挑战，办事唯唯诺诺的人所特有的。

浅坐，把手放在膝盖上交叉相混，表现出防卫的姿态，说明来访者相当紧张，拘束，难以接纳别人也不愿意说出自己的心里话。

”你的说话好像已经碰到一件很重要的事，而因为这件事，你不能继续讲下去了。“

连续三次迟到后，咨询者可以提醒他：“我发现最近三周的会谈不得不很晚才开始，这给我带来了问题，因为如果我们要进行完整的会谈，便会占用我计划以外的时间。而如果我在预定时间结束会谈，你就没有充足的治疗时间。我们是否可以按时开始，或者我们需要重新安排会见时间？”当咨询者设定一些限制规定之后，来访者会觉得更安全，并相信咨询者是可靠的，始终如一的。

过度的热情可能会让来访者产生“咨询并不正规”的想法，怀疑自信的可靠性，降低对咨询者的信任。

和年轻人开始时，利用愿望介绍将是有效的办法，如“如果你拥有“阿拉丁”里德审定，你会许三个怎样的愿望”等。

对儿童而言，绘画切入是一个较常用且有效的方法，对沉默的来访者，解梦或自由联想是非常好的主题。

《心理咨询原理与方法》

在会谈还剩5-10分钟时，要停止提问和收集信息，几乎所有主动寻求专业人士帮助的来访者都在会谈过程中尽了全力。会谈在某种意义上是一种挑战，一种引发焦虑的行为。因此，在结束时，咨询者应该说：“今天你真棒”“很感谢你对我的信任，对我说这么多。”

当时间已到，但来访者仍在侃侃而谈时，咨询者应通过一些姿势让来访者明确咨询的时间已到。这些姿势包括看一下表，看一下墙上的时钟。或开始收拾桌子上的资料。起立的方式虽然不好，但有时不得不用。当来访者有强迫症时，咨询者还可以起来为来访者开门，以结束会谈。

指出语言，声音和其肢体信息间的不一致。例如，咨询者可以用“你说你感觉很好，但为何你的声音和申请不是如此”。李女士说她很喜欢到咨询中心会谈，也很希望能解决问题，但她总迟到。

增长的过程就是一系列无止境的自我面质的过程，没有面质的生活是没有方向的，贫瘠的生活。

当咨询者过度工作并感到疲劳时，当他们忙于关心他人的生活而忽略自己的需要时，咨询者的阻抗就会变得严重起来。甚至会出现身心耗竭。身心耗竭的信息包括：对来访者取消或退出某次咨询感到如释重负，对于咨询缺乏精力，对来访者的疗效缺乏兴趣，持久、重点地考虑自己是否选对了职业或视图改换工作等。疲惫和过度工作的咨询者可能以各种方式表现出阻抗，如不回来访者的电话和不重新安排暂时取消的咨询，对咨询效果展示出悲观主义，以及对来访者表现出更少热情。来访者对于咨询者是否愿意见他们十分敏感。阻抗行为很容易传递给来访者，甚至通过电话就可以传递，于是，来访者表现出迟到推迟或取消约定好的咨询，这更多的是对咨询者的阻抗作出的反应，而不是对来自来访者自身的阻抗。

不工作时要放松，不把工作带回家。

睡前你可以做一点类似自我催眠的工作，比如告诉自己：我一定更要记得今天晚上的梦。怀着这样的信念去睡觉，醒来后会比较容易回忆起你的梦境，一醒来就立刻回忆。

《心理咨询原理与方法》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com