

《心理咨询师手册——发展个人方法》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2015年12月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：

国际标准书号ISBN：9787552010435

丛书名：德瑞姆·国家职业心理咨询师丛书

编辑推荐

德瑞姆·国家职业心理咨询师丛书，列选书目由美国心理咨询协会专家推荐！

《心理咨询师手册》这本书提供了一系列反思性学习任务以支持咨询师培训的各个关键阶段。该书与畅销教材《心理咨询导论》相配套，提供了一系列发人深省的练习，帮助咨询师积累生活体验、掌握心理咨询的理论和概念、反思个案与实践并最终形成自己的职业认同。读者可以从中学会建构丰富的咨询能力、概念、价值观和个人素养。该书的学习任务可以参照《心理咨询导论》的相关章节。

内容简介

《心理咨询师手册》这本书提供了一系列反思性学习任务以支持咨询师培训的各个关键阶段。该书与畅销教材《心理咨询导论》相配套，提供了一系列发人深省的练习，帮助咨询师积累生活体验、掌握心理咨询的理论和概念、反思个案与实践并最终形成自己的职业认同。读者可以从中学会建构丰富的咨询能力、概念、价值观和个人素养。该书的学习任务可以参照《心理咨询导论》的相关章节。

《心理咨询师手册》无论对于学员、培训师、督导抑或寻求继续发展的资深从业人员都是不可多得的宝贵资源。该书促进了咨询方法的整合，强调所有心理治疗中相关的及独立的维度，既能与其他咨询教材相结合，也能作为一本独立的著作。

目录

目录

致谢

怎样使用这本工作手册

第一部分积累人生阅历：个人方法的基础

第二部分赋予意义：建构理解框架

第三部分将理论运用于实际：思考案例

第四部分反思实践：对治疗关系的挑战

第五部分建立职业认同：海纳百川

参考书目

索引

前言

欢迎阅读《心理咨询师手册——发展个人方法》一书。这本工作手册已被设计为与一本教科书（McLeod,《心理咨询导论》，2003）配套使用的一种资源，在你作为一名咨询师的成长过程的特定时期发挥作用。对大多数意欲成为咨询师或在诸如护士或教师的角色中发展咨询倾向的人而言，通常有3或4年的经受集中学习和培训活动的一段时期。即使这一培训是“兼职的”，受训者继续完成其他正在进行的工作和扮演照料者的角色，然而它往往要求受训者在成为咨询者的整个过程中全身心地投入：广泛阅读，思考自己与培训者/指导者和学习同伴的关系，理解个体治疗或团体合作中出现的问题，在他人督导下第一次会见来访者。《心理咨询导论》一书是被写来在旅途开始时使用的：它提供了这一领域的地图。这本工作手册作为在《心理咨询导论》所描绘的领域中进行深入的个人探索的工具而被创造出来。其中的练习和问题反映了《心理咨询导论》一书所讨论的主题，并意图成为指向标：它们暗示了研究的方向，但没有暗示具体探寻的内容。要成为一名优秀的咨询师，需要建立一种真实地基于你的个人经验、价值观和文化背景的与他人相处的方式。多次调查研究发现，对来访者而言，真正起作用的是咨询师的个人品质和他/她形成可接受的与促进性的咨询关系的能力。因此这本工作手册围绕一系列反思的学习任务而组织起来，并且要求你探究与向他人提供有效的咨询关系的能力相关的自己生活的方方面面。目的在于帮助你了解咨询领域既存的各种观点和理论。

这本工作手册给你机会来以自己的方式评述你所经历的个人发展的重要阶段的学习过程。从你在受训过程中所写下的随笔或报告来看，你写的东西或许会对你有所裨益。它可以提出你可能希望和一名咨询师或治疗专家一道解决的问题。它也能帮助你决定接下来你想要做的事——什么深造培训或工作可能性适合于你。

自我觉察（ ）

实践经验

除自我觉察之外，咨询师需要建立一个理解自己的所作所为的理论框架。关于咨询师信奉一种理论模型（如卡尔·罗杰斯的个人中心理论或弗洛伊德学派的精神动力论）是否有利颇受争议，从周围各种理论拼凑出一个整合的个人模型是否更有效也存在许多争论。这两种策略看上去都行得通，但作为一名咨询师，关键之处在于使用一致的、对你有意义的和能帮助你与你所尝试援助的人进行沟通的概念和观点。建立一个牢固的理解框架的重要性其实源自一个事实，即前来咨询的人往往是困惑的和令人困惑的。他们已经竭尽了自己即时的问题解决的资源，如朋友和家人。他们或许身处危机之中，感到一切都混乱不堪和失去控制。他们或许很担忧他们所感到的事情将发生在自己身上。他们或许以一种方式或其他方式将整个烂摊子推给咨询师：“这里，你处理所有这些混乱、恐惧和困惑。”此时，一名咨询师需要感到自身掌控现实的安全感。因此这本工作手册包含了许多任务，意欲给你机会来建构和检测你所发展的理解框架。

咨询培训或学习的第三个重要因素是实践经验，它和自我觉察、建立理解框架相互关联。显著相关的实践经验有三种类型。第一种仅仅是与他人共享你的个人经验和聆听他人的经验。第二种类型的实践经验关注与学习同伴一起练习你的咨询和助人技巧。第三种形式的实践经验涉及扮演真正的咨询角色，来面对带着问题前来寻求帮助的人。这本工作手册难以直接使你发展自己的实践经验。它可以给你一个机会来反思你的一些个人经验，但是如果你想要学会成为一名称职的咨询师，或成为咨询技巧和理论的一名使用者，那么你需要找到一个环境花许多时间来获得实践经验。当学习咨询实践时，绝对有必要成为一个小型的同辈学习群体的成员，这一群体聚会足够频繁，以创造信任和诚实的氛围，在这个群体中你可能被支持，也可能被挑战，可以学会给予和接受反馈。能够利用指导者或培训者的知识和专长也很重要，来提供指导和标准，并模仿良好的实践活动。这本工作手册的许多学习任务将自己放在小群体探索的背景之下。如果你能够在正在运作的群体背景下思考和探索至少一些学习任务，那么你通过使用这本工作手册而实现的学习的深度和持续效果将翻倍。

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

移情的概念在当代咨询和心理治疗中是一个关键概念。多数咨询师和心理治疗专家都承认来访者可能表达强烈的情感——积极的和消极的——指向他们。来访者对治疗者强烈性和持续性的反应的存在是不容怀疑的。然而，在这些情绪反应的意义和重要性方面产生了显著的分歧。从精神分析或精神动力的观点看，这些反应是早期经验模式的指示剂

。相反，从个人中心或人本主义的观点看，这些反应可用来访者与咨询师此时此地的关系来理解，并且经常由咨询师想要理解来访者的努力所引起。这些对立立场体现在下面的段落中，其中之一来自弗洛伊德（1938），另一个来自一位领袖型的个人中心理论家和研究者，John Shlien（1984）：

病人并不满足于根据现实将心理分析医生视为帮助者和建议者，然而这些按辛劳获取报酬的医生们自己却满足于“一次困难的登山活动中的向导”的角色。相反，病人视医生为他童年或过去生活中的重要人物的转世和化身，因此将他的情感和反应毫无疑问地移情，用于这种原型的人身上。这一移情的事实很快成为一种意想不到的重要因素，一方面是难以替代的价值的实现手段，另一方面是严重危险的来源。移情是矛盾的：它包括指向心理分析医生的积极的（挚爱的）和消极的（敌视的）态度，作为一种规律，医生被放在病人父母的位置上，要么是他的父亲，要么是他的母亲。只要它是积极的，就会很好地服务于我们。它改变了整个心理分析情境；它将病人恢复健康和摆脱疾病的理性目的推到一边，取而代之的是产生了取悦心理分析医生、赢得他的赞许和爱的目的。它成了病人的合作的真实动机因素；他羸弱的自我变得强壮；在这一影响下他实现了通常他力所不能及的目标；他摆脱了他的症状，看上去似乎康复了——仅仅是为了心理分析医生。没有任何对他所掌控的非凡力量的怀疑，心理分析医生可能羞于承认他在开始做困难工作。（Freud，1938：125-126）

“移情”是治疗者发明和维系的一个谎言，用来保护他不受自己行为的影响……依赖性治疗开始时（来访者）的固有特征，而且治疗过程本身经常促发进一步的依赖性。病人（或来访者）是典型焦虑的、忧愁的、需要帮助的、经常孤独的。治疗专家可能不是这样的。相反，他所拥有的职业角色（尤其若他是内科医生），在女性寻找丈夫时所认为的浪漫的、有魅力的异性等级评定的社会调查中处于最高等级或接近顶端（领先宇航员和其他受欢迎的行业）。这一情境是为亲密、隐私、信任、频繁接触和珍贵秘密的揭露而设定的。其次，有一项正在进行的关于多数青少年和成人的性交往的研究，也说明了这一点。它只需要亲密接触的机会。一个人不需要通过治疗来寻找情欲的不可思议的和神秘的来源。它们是普遍的、随处可见的，可从一个地方带到另一个地方。心理治疗无疑将性吸引力视为一种自然性。强烈欲望和情境的简单联合是即时的（如果偶然的话）浪漫幻想的一个公式……再其次，所有治疗专家都赞成和尝试产生结果的、行为中的一个极重要的特定因素就是理解。弗洛伊德坦率地说：“（移情）是一种坠入爱河。”让我也坦率地说：“理解是某种形式的做爱。”它可能并非如此蓄意，但那确实是它的一种效果……在同样的情境中，误解是某种形式的“恨意的产生”。它的作用同样显著，因为在通常的理解性关系中，被误解是一种打击、背叛和挫折。

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)