

Person-centred Counselling Supervision
Personal and Professional

以人为中心的 咨询督导

[英] Richard Bryant-Jefferies 著

李晓辉 译

石 林 审校



高等教育出版社
Higher Education Press

以人为中心的
对话系列

R395.6
126

内容提要

Person-centred Counselling Supervision
Personal and Professional

以人为中心的 咨询督导

[英] Richard Bryant-Jefferies 著

李晓辉 译

石林 审校



http://www.hep.edu.cn
http://www.hep.com.cn
http://www.jbnc.com.cn
http://www.jbnc.com.cn
http://www.widcd.com

08年1月第1版
08年1月第1次印刷
10元

开本 787 x 960
印张 9.5
字数 180 000

ISBN 7-04-015244-0
定价 10.00元

内容提要

本书通过对 11 个督导案例的真实再现,以及每个案例中的即时督导评论,充分诠释了以人为中心的原则和价值在督导中的应用。本书的作者是一名着眼于未来的心理治疗师,其对心理咨询和治疗的独到见解和远见在本书的案例中亦有体现。

本书适用于正在学习咨询心理学的人员和各种机构中从事心理咨询的人员。

图字:01-2006-2124号

© Richard Bryant-Jefferies 2005. The author hereby asserts his moral rights in accordance with the Copyright, Designs and Patents Act 1988.

The translation of *Person-centred Counselling Supervision: personal and professional* published by arrangement with Radcliffe Publishing Ltd.

图书在版编目(CIP)数据

以人为中心的咨询督导/[英]杰弗瑞斯(Jefferies, R. B.)著;李晓辉译. —北京:高等教育出版社,2008.1
(以人为中心的对话系列)

书名原文:Person-centred Counselling Supervision

ISBN 978-7-04-021244-0

I. 以… II. ①杰…②李… III. 心理卫生-咨询服务 IV. R395.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 172200 号

出版发行	高等教育出版社	购书热线	010-58581118
社 址	北京市西城区德外大街 4 号	免费咨询	800-810-0598
邮政编码	100011	网 址	http://www.hep.edu.cn
总 机	010-58581000		http://www.hep.com.cn
经 销	蓝色畅想图书发行有限公司	网上订购	http://www.landaco.com
印 刷	涿州市星河印刷有限公司	畅想教育	http://www.widedu.com
开 本	787×960 1/16	版 次	2008 年 1 月第 1 版
印 张	9.5	印 次	2008 年 1 月第 1 次印刷
字 数	160 000	定 价	20.10 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 21244-00

郑重声明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其为人将承担相应的民事责任和行政责任，构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人给予严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话：(010)58581897/58581896/58581879

传 真：(010)82086060

E - mail: dd@ hep. com. cn

通信地址：北京市西城区德外大街4号

高等教育出版社打击盗版办公室

邮 编：100011

购书请拨打电话：(010)58581118

策划编辑 洪 傲 魏延娜 田 娟

责任编辑 张 然

封面设计 张志奇

版式设计 范晓红

责任校对 王效珍

责任印制 陈伟光

■ ■ ■ ■ 中文版序言

得知十三本以人为中心的对话系列丛书已被北京的高等教育出版社译成中文,我感到很惊讶也很高兴。由于一开始创作时我并没有预料到这些,所以有些惊讶。我之所以高兴是因为得知书中的想法可以与更多读者一起分享。获此殊荣,我很荣幸又有些受宠若惊。

尤其令我感到高兴的是,这套丛书能够在中国面世,它曾在中国历史上驻足过,这对我而言具有特殊意义。中华民族有着悠久而光荣的历史,它留给世人的财富也源远流长,如今我们看到,中国再次以经济强国的身份屹立于世界舞台。这无疑会带来多方面的压力,既有对每个公民的压力,也有对整个社会的压力。要做出改变和重大调整尚需要一段时间。任何一个国家的富强不仅取决于它的人民,还取决于将他们紧密联系在一起的人与人之间的关系。这套丛书的写作目的正源于此,它告诉我们如何帮助那些精神上、情感上和心理上有问题的人,并教会我们在这一过程中哪些人际品质和态度是最有益的。

出于个体对情感和心理支持的需要,心理咨询在很多方面已经不断完善。危机期间,常常需要心理咨询的介入。很多时候个体确实存在有关自我感的危机,但有些时候这也是个体成长、治愈以及全人类不断进步的良机。在我看来,将个人危机转化为成长良机最重要的因素就是人与人之间的关系。没错,人际关系确实会给人带来伤害,但好的人际关系却好似一副良药,能够帮助人们走出困境。当人们深受人际问题的煎熬和困扰而必须解决时,我相信本书以及以人为中心的对话系列的其他书目都会有所帮助,它们使读者领会到如何才能最有效地帮助那些面临人际挑战的人。

我真诚并由衷地希望,我在书中试图表达的治疗关系的本质能触动每一位读者的心灵。

您的朋友

理查德·布兰德·杰弗瑞斯

2007年4月

序 言

“英国咨询协会(BAC)在1984年版的《咨询者从业道德和实践规范》里这样清楚地写道:

咨询师通过接受那些有能力的专业督导者的定期督导,来监控他们的咨询工作……(p. 2, para. 3. 3.)

这同时也是那些实践咨询的英国咨询协会会员所期待的。

这一观点在之后的咨询师从业规范中反复出现。

我还深刻地记得在1984年的大会上,这个想法曾被讨论,随即接受督导被认为是一件很好的事,不过那时对于很多的咨询师来说,获得督导是存在实际困难的。这么多年过去了,似乎这一情况有了很大的改变。自1984年以来,督导不仅(i)被当成是符合要求的实践的要素,而且(ii)对督导构建的理解也随着督导研究文献的增长以及督导培训课程的推广而相应地得到了很大的发展。”(Bond, 1996, p. 460)

现在接受督导已经成为了作为BAC成员的一个必需条件,就如我们近20年来所了解的一样。(虽然,我知道对于今天的大部分咨询师而言,20年相当于几个世纪那样长!)我自己在20世纪70年代就已经对“无管理的督导”有所了解,那时我在金史密斯学院的青年服务部参加一个无管理的督导的培训课程。“无管理的督导”这一概念被理解为是对从事相关工作的工作者的支持和发展,而不是针对工作本身的。后来变成了以人为中心的督导,这就更好理解了。督导的重点是督导者和工作者的关系,这样一来当工作者把他们在工作中尤其是在与麻烦的、苛刻的年轻人打交道时的不足、失败和担忧说出来时会感觉自信。

我很高兴理查德在本书中把关系这一元素放在很重要的位置,而且很明显每一章都是如此。以人为中心的咨询师,感觉到这一核心理念本身就是很重要的。咨询师在与来访者建立治愈关系的经验中对这一点的坚信,被督导者内部评价的提高以及对发展反思的“自我督导”的鼓励,这些都会加强对以人为中心这一理念的理解。理查德还指出,以人为中心的咨询师还要在其他非合作性质的治疗

学校接受督导。

在以人为中心的咨询和人格理论背后是关于这一理论简短的大纲，这一大纲为很多章节里呈现的内容提供了对这一假设有用的回顾，而且理查德不仅成功地实现了他的“为读者再现督导经历”的目标，同时也成功地使理论和实践联系在了一起，可以说他是在一种活灵活现而且有时还颇具感染力的方式中实现了这一联系。

大部分时候，我发现自己作为一个以人为中心的督导的训练师，读这本书的时候，会觉得这是很有用的训练资料。理查德说，被训练者在参加以人为中心的训练课程时会发现找到他们的第一个督导并开始接受督导时这很有用，我同意这点。无指导的以人为中心的咨询(或以人为中心的督导)通篇强调的就是这点。不是这些以人为中心的督导特意要告诉他们的被督导者应该怎样做，或者告诉他们正在做的是错误的，而是让被督导者知道他们了解到了什么。不管怎样，道德和界限的问题是不可避免的，并经常被放在和谐一致(既有督导者的也有被督导者的)这个问题上探讨。

这本书的出版，正如作者本人所说，是及时的。我想在我自己的督导实践中，经常从督导者那里听到的都是对以人为中心的督导的误解。(事实上有很多关于这一方法本身的误解。)在被训练者中会听到这样一些问题，比如评估、界限、挑战、对质等，这些不断地被提出来，事实是我们在以人为中心背景下的督导与其他方法的督导有不同的处理方法，这可能在志愿的协调者和(或)小组的督导者这些人中产生一些问题。对于采取别的方法进行督导的人来说看看这本书也是很有用的，可以帮助他们理解(而且可能是鉴别)我们与他们的不同之处。在这本书中，理查德把在以人为中心的对话系列丛书中的有关督导的例子集合在了一起，受训的咨询师的督导没有特别包括在内。或许这会在理查德的下一本书中出现吧。

最后，很高兴理查德把这本书献给了托尼·莫瑞(Tony Merry)，而且我也有幸在这里为它写下这个小小的前言。1991年，以人为中心学习协会(IPCL)提出了以人为中心督导的必要，而且托尼和我也在一直致力于督导以人为中心实践认证项目的工作，我们一直一起工作直到他去世。我们作为督导共事多年，而且我所知道的有关以人为中心的督导的很多内容都是从他那里听来的。

艾琳·弗尔赫斯特

以人为中心的咨询师/心理学家

以人为中心的督导

顾问和培训师

英国协会以人为中心方法和以人为中心学习协会的共同创始人

2005年1月

参考文献

Bond T (1996) 咨询的督导: 咨询中的道德主题. The BAC Counselling Reader. Sage Publications, London.

前言

以人为中心的对话系列丛书至今已经有很多本了，每一本都是以人为中心方法应用到咨询和治疗来访者所面对的某些特殊的问题的诠释，我本人关注的是这些治愈过程的督导性元素。督导会面已经在这套丛书中包含了以人为中心的对话。我把这点作为阐释咨询和心理治疗过程的关键所在。不过，似乎已经到了总结这些各种各样的主题而写一本专门的更精细具体的关于督导以人为中心咨询师的书的时候了。

在2004年克斯·杜德(Keith Tudor)和麦克·沃若(Mike Worrall)出版《实践的自由》一书的时候我就已经有这个想法了，在这本书里他们为以人为中心的督导提出了一个模式及其理论基础。我个人觉得他们的观点，以及那些共同完成那本书各个章节的作者的观点，极富感染力。我为此而感谢他们。我本无意在本书中对这一深奥理论进行探索。然而，我很想给读者传达一种经验，对过程的一种感觉。我想把这些督导经验活现在读者面前。

对于以人为中心的督导，我们要阐明以下两个需要强调的方面。

- 被呈现出来的督导是想要阐释以人为中心的工作方式。
- 被督导的咨询师也是用以人为中心的方式交流他们的工作经验的。

被督导者和督导者并不总是遵从一样的模式。有人说这两种模式应该是一样的，还有人说把它们与理论的模式进行对比才有意义。就我本人而言，在我的以人为中心的实践中，我已经经历了大量的以人为中心的督导。这帮我“用自己的语言说话”，让我能够对发生在咨询和督导会面中的过程以以人为中心的视角进行更深层次的理论探讨。不过，我也从心理动力角度进行督导，而且我发现这一方法对一些人很有用，可以给他们提供看待过程和其他的角度。

我也曾经给那些将不同理论模式应用于他们的以人为中心的实践过程中的咨询师做督导。我再一次感到这一方法的价值和动

力,而且对我的被督导者来说这是具有感染力的。我还想说的是,或许和我工作过的最具挑战性的督导是那些追求一种综合性方法的人,我经常发现,没有受过任何特定方法的理论深度的训练的学生很难建立一种单一核心模式。以人为中心的工作因此可能变成应用到来访者那些特定问题上的另一个“工具”或者“技术”,或者可能被看作一种基础的理性的框架。在这种框架下别的工作方法被建构起来,其实以人为中心方法的核心就在于:促成建设性的人格改变的六个条件不仅是必要的,更是充分的。

因此我要说,当有人开始从事咨询师的职业时,尤其是还同时接受培训时,督导能够阐明这个咨询师将要应用的理论模式,这在我看来极其重要。我督导过受训者,而且和他们谈了这点,尤其是对那些参加过综合性训练的和已经接受了很长时间某一具体理论方法培训的人要阐明,因为他们很有可能在来访者不配合时就随便应用最近从课堂上学的一点理论或技术来应付。作为一名咨询师,获得经验而且尽可能地把他们依从某一理论而进行的实践变作自己的经验,这样他们可能会发现依据与此不同的其他模式进行的督导会更具挑战性,而且感觉更充实。

在《以人为中心的咨询督导》这本书里,我把所有的以人为中心的对话系列丛书中的督导的例子都收录了进来,而且试图把每一个对以人为中心的咨询进行的以人为中心的督导的例子都呈现出来。督导面谈处理了一系列问题,这些问题是在咨询工作中那些为解决难题而寻求咨询的人提出的,他们的难题产生于下面这些困苦的人生经历:

- 有问题的酒精使用
- 压力,马上面临 GP 手术
- 性虐待
- 药物使用
- 学校欺凌
- 青春期使用药物倾向
- 面临行动障碍症状
- 面临对需要使用轮椅这一事实的接受问题
- 冲破一个挑剔的对子女不够关心的家长的限制而获得自由
- 解决孩子的精神健康和物质使用问题
- 试图解决和早年创伤经历及之后大麻使用有关的精神症状

每一个督导会面之前都会先有一个关于先前的咨询会面中发生的事情的背景介绍,以及它们在哪儿发生的。在每章的后面有一些讨论题,这是为了激发与督导对话有关的更进一步的思考和讨论。贯穿于整个章节的评论框里面的内容

是讨论督导过程中督导者的反思。我注意到,当我在写完本书数月之后再回顾督导过程时,我想到了不同的主题,而且我能发现在对话的进行中一些新的意思。或许我被写作这一创造性的过程分散了注意力,因此在之后对这些督导过程加注评论时会产生更清楚的想法。

我想澄清的是,这本书不是试图要阐释一些把以人为中心的原则应用到督导中的确定的方式。所有的督导者有他自己的方式,这种方式是由他多年的经验发展而成的。但我希望阐明核心的原则。督导者丢掉他们的以人为中心的关注点,而依据自己的督导工作需要探讨出现的问题,这类情况时有发生。我希望本书通过假想的例子提供一个视角,以此来更好地理解和谐一致、无条件的积极关注和共情,因为这些在被督导者和他的或她的来访者一起工作时起到了很重要的作用。

我也希望这能被有经验的督导和刚从事督导工作的督导,以及那些因为在他们自己的专业经验之外而不太确信督导咨询师的人证明是有价值的。我曾经常听到咨询师说他们无法带着某一特定的问题去找督导,因为他们不处理这些特定的问题——药物滥用和酒精问题就是其中的两类,还有就是年轻人的以及那些面对性虐待问题的人的咨询。

我希望那些正要准备接受督导的咨询师可以读到这本书。一个咨询师怎样利用督导很重要。你带什么来?你可以期望什么?督导会“告诉我放弃”吗?对我来说,督导者可能会在合作性的督导过程中加入更多的经验,但他们不一定是那个督导室里仅有的“专家”。我会在导言中就有关合作性的督导部分介绍更多,因为我相信这种合作性的督导抓住了以人为中心的督导者和其被督导者试图达到的目标的本质。

理查德·布兰德-杰弗瑞斯
2005年1月

■ ■ ■ ■ 关于作者

理查德·布兰德-杰弗瑞斯在1994年取得了以人为中心的咨询师/治疗师的资格,其后,他对于这一治疗方法的应用及有效性的研究一直怀有很高的热情。1995年初到2003年上半年期间,理查德曾在萨里郡的一个药物酒精酒饮品社区服务中心从事咨询工作,但是不久前他又被委派到伦敦切尔西及肯辛顿皇家自治镇主管物质滥用部门,该部门隶属于伦敦中部及西北部心理健康基金会(NHS)。在国民卫生保健体系中,理查德既从事咨询又从事督导工作,既是一名全科医生又是个体诊所的咨询师,他还举办过几期名为“饮酒后的意识与反应”的工作坊。

这些工作坊也采用了本书中的对话形式,旨在通过培训活动促进个人职业生涯的发展。详见他的个人网站(www.bryant-jeffries.freeseve.co.uk)。

理查德在2001年出版了个人第一本关于咨询主题的书,名为《酒精成瘾者心理咨询》(杰西卡·金斯利出版社)。该书让读者从理论和实践两方面加深了对以人为中心疗法在实际应用中的理解,这一应用的理论基础是在描述物质成瘾转变过程时被广泛采纳的“循环转变”模型。此后,理查德开始创作以人为中心的对话系列丛书(拉德克利夫出版社),该丛书采用了以人为中心的对话形式,目前整套丛书的创作仍在进行中,包括:《问题饮酒咨询》、《初级护理系统中的时间限制治疗》、《童年期性虐待幸存者的治疗》、《药物使用者恢复期的心理咨询》、《青少年咨询》、《对进行性障碍的心理咨询》、《人际关系咨询:儿子与母亲》、《严重精神问题的治疗》。该系列丛书旨在让读者切身感受到咨询的全过程,揭示出治疗旅程中咨访双方(咨询师和来访者)的内心想法和感受,以及督导过程的价值和其重要性的领悟。

站在以人为中心的立场,并且从有利于这一治疗方法应用的角度出发,理查德非常渴望将他在治疗过程中的体验传达给广大的读者。他深信,以人为中心方法的基本原则、基于自己个人态度的价值观以及对治疗关系的重视是帮助人们更真实地面对自己和生活

的关键因素，它将使人们感受到更完整、更满意的人性体验。小说式的描述使得治疗过程更加生动鲜活，有助于读者更好地进入到来访者、咨询师和督导的角色中去——理查德希望能将旅程中的读者带入真正的咨询环境中去。无论我们是否将这一举措看作是打开一扇窗或者开启一扇门，它都使人们了解了治疗过程中会发生些什么以及真正发生了什么。

最新一本《以人为中心的咨询督导》，它的内容来源于以人为中心的对话系列丛书中各分册的督导部分，本书中作者将更多的关注点放在督导室中，旨在从以人为中心的角度阐明整个督导过程。

致 谢

首先,我要感谢这些年来我的诸位督导老师以及接受我督导的每一位咨询师,从他们那里我收获良多,我相信这必将对本书产生深远的影响。尤其要感谢的是在以人为中心的督导训练中我的两位培训师,艾琳·弗尔赫斯特和托尼·莫瑞。他们丰富的经历以及对以人为中心方法的热爱影响了我整个人生。艾琳,感谢你为本书作序。这些年来,你一直投身于以人为中心的培训,请你为我作序有着不同寻常的意义。托尼(已逝于2004年),你对于我在以人为中心咨询实践中的巨大帮助,我会永远心存感激。

再次感谢拉德克利夫出版社所有的编辑和工作者,也热诚欢迎那些有意于在以人为中心的咨询领域中著书的广大读者与他们联系。

献 辞

我谨以此书献给托尼·莫瑞。2004年8月22日,托尼永远地离开了这个世界。他的逝世对于我以及许多深受他影响的人而言都是一个巨大的打击。托尼既是我以人为中心咨询方法的启蒙老师,其后又是我咨询实践的督导。求学的那段时间,至今仍留给我很多清晰的回忆:他的幽默、智慧以及对以人为中心咨询方法的热爱都给我留下了深刻的印象。我常常觉得,只要托尼在教室中,就总会发生些意想不到的事情。事实也确实如此!

托尼是英国以人为中心协会(BAPCA)的创始人之一,并长期担任《以人为中心咨询实践》(*Person Centred Practice*)杂志的编辑。身为一位深受爱戴的著名作家,他还受东伦敦大学(University of East London)的邀请担任该校的高级讲师。2004年8月22日,托尼·莫瑞与世长辞,然而他对于以人为中心方法的巨大贡献将被整个世界永远铭记,他的著作对世人产生了深远影响,并将继续影响着这个世界。

目 录

中文版序言	II
序言	III
前言	VI
关于作者	IX
致谢	XI
导 言	1
以人为中心的咨询方法	2
以人为中心的督导方法	6
以人为中心的督导应用于其他职业和从业者	10
本书的主题	13
第 1 章 督导在一个青年咨询机构对年轻人的咨询	16
第 2 章 督导在学校里对一名年轻人的咨询	23
第 3 章 督导处理饮酒问题的咨询	29
第 4 章 督导对遭受性虐待的来访者进行的咨询	46
第 5 章 督导一个对进行性障碍来访者作诊断的咨询	58
第 6 章 督导给一位因能力丧失而正处于接受依靠轮椅这个 事实的来访者做的咨询	67
第 7 章 督导限时性普通外科压力咨询	76
第 8 章 督导给一个试图找到认同和独立的年轻人 做的咨询	88
第 9 章 督导给一个正在为儿子吸食大麻并有精神健康困扰而 焦灼的母亲做的咨询	100
第 10 章 督导给一个因吸食大麻而正在经历精神症状的将近 20 岁的年轻人做的咨询	108
第 11 章 督导给处于恢复中的吸毒者做的咨询	118
作者的结语	131
参考文献	135

正确理解和评价事物的本质,建立良好的督导关系,不仅是咨询师的追求,对督导者来说也同样重要。虽然督导关系不是一种治疗关系,但它的确有很大的治疗价值。这种关系具有支持性,这种共同合作的本质是两个专业人员一起通过被督导者的澄清、经历以及“督导—被督导”关系的发展来帮助咨询师在咨询工作中保持开放、自由和透明。

许多习惯于采用“生产线管理”的人并没有意识到对某种个人的活动进行督导的必要性。然而,在健康保健和社会保健中进行的所有专业性的工作都是需要有督导的,这是它们本身的专业组织的相关规范和条例规定的,这种督导需要经过正规程序的认证和注册才能进行。例如,英国咨询和心理治疗协会就要求咨询师要接受一般规定的督导以及持续的专业发展才能保持咨询师的资格。咨询师要接受正规的督导来保证和维持与来访者的关系。咨询师和来访者、被督导者和督导者的工作,这些都需要符合道德规范和职业规定。

《对咨询师与心理治疗师督导的研究——一个系统范围的研究》(Wheeler, 2003)一书吸收了督导的多方面的广泛的研究成果,不仅适用于咨询师和心理治疗师,也适用于别的专业领域。书中引用了大量的参考文献,在这里如果只提一两个是不公平的。然而,令我感到些许失望的是,我发现,如果让这些研究文献对某一种具体方法产生作用着实非常困难。有时这可能源于语言使用的问题,不过至今我还是想不通这与以人为中心的督导的具体联系。或者说,这给了我一种提示,那就是我们需要进行更多的与实际相结合的研究,以及更多有实用意义的研究,来增强以人为中心的督导的效能。

不仅是咨询师,专家也会在理解以人为中心的督导方法的价值方面从本书获得很多帮助。这对于他们遵循相关标准、安全保障以及他们自己组织的道德准则来说也是非常必要的。不仅如此,训练和督导还有助于他们更恰当地处理手头的案例。这本书也能帮助

其他专业领域的读者意识到某种形式的支持以及合作性督导的价值,因为这能帮助他们更真实地与来访者互动。

在开始读这本以人为中心督导的正文前,先回顾一下以人为中心的咨询方法的关键点,将会对你读本书更有帮助,尤其是那些对督导实际操作感兴趣的人和那些第一次接触这一理论的人,更有必要先了解一下。接下来的部分描述了以人为中心的咨询和治疗方法的一些基本要点。

以人为中心的咨询方法

很有必要先说一下以人为中心的方法(PCA)的实质,值得注意的是当这一方法应用到治疗场景时通常被说成是“以来访者为中心的治疗”。有些人认为这两个概念是可替换的,然而想到它们之间的差异,我还是在这套以人为中心的对话系列丛书里使用了“以人为中心的方法”这个词条,因为我个人想要强调的是把来访者看作一个人——一个完整的人,而不是只想到他们在治疗关系中作为来访者的角色。

以人为中心的方法是由卡尔·罗杰斯提出的,这本书的很多相关内容都出自他的思想。不过,对于不熟悉这种方法的读者来说,这本书可以帮助你们正确地理解他的理论基础。

罗杰斯提出,在某种情况下,当这一方法在治疗关系中出现时,会使来访者朝着他所说的“更完整的功能”方向发展。很多年后,他又重新定义了“建设性人格改变的必要和充分条件”这一内容,下面就是他对这一内容作的定义:

- (1) 两个人处于心理上的联结。
- (2) 首先,那个被我们定义为来访者的人正处于不一致的、脆弱和焦虑的状态中。
- (3) 第二个人,我们称之为治疗师的那个人,在治疗关系中是一致或整合的状态。
- (4) 治疗师对来访者是无条件积极关注的。
- (5) 治疗师能对来访者的内心冲突和挣扎感同身受并能够和来访者交流这一体验。
- (6) 治疗师传达给来访者的共情理解和无条件积极关注至少要达到最低程度。(Rogers,1957,p.96)

朝向建设性的人格改变的第一个必要充分条件是“两个人处于心理上的联结”。虽然罗杰斯后期的文章中才提到了“联结”,但是有人认为(Wyatt,Sanders,2002,p.6)实际是这一观点是在1953—1954年之间提出的。他们引用罗杰斯的话是这样定义“联结”的:“当一方对另一方的体验领域有可感知到或下意识