



教育部师范教育司组织专家审定
高等院校小学教育专业教材

小学生 心理辅导

□ 陶勍恒 主编



高等教育出版社
HIGHER EDUCATION PRESS

教育部师范教育司组织专家审定
高等院校小学教育专业教材

G479

小学生心理辅导

主 编 陶勍恒
副主编 孟 莉 郑洪利
编写者 王立冬 孟 莉
 郑洪利 陶勍恒
 彭剑飞 潘孝富

高等教育出版社

内容简介

本书是由教育部师范教育司组织专家审定的高等院校小学教育专业的必修课教材。本书对小学生的心理问题进行了专门的剖析,强调了心理辅导教师自身在辅导中的重要作用,介绍了一些借助绘画、游戏等儿童独特的语言实施心理辅导的理论和方法,分析了在小学实施心理辅导的特殊性,是目前国内专门探讨小学生心理辅导的最新版教材。

主要内容包括小学生心理辅导概论、心理辅导教师、小学生心理辅导的有关理论、心理辅导过程、小组心理辅导、小学生行为矫正、小学生家庭辅导、小学生绘画分析与辅导、小学生游戏辅导、小学生心理辅导的其他方法和小学生心理辅导的管理共十一章,全面介绍了小学生心理辅导的基本理论与实务,并辅以个案分析和实务训练,旨在帮助学习者了解和感受小学生心理辅导的专业性质、基本原理、实施方法及组织管理,以便在将来的工作中能以正确的视角对待小学生的心理健康问题,为将来参与小学生心理辅导工作打下初步的专业基础。

本书可作各级各类高等院校小学教育专业的本、专科教材,也可作小学心理辅导教师、儿童心理辅导人员及社会工作者专业进修的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

小学生心理辅导/陶勍恒主编. —北京:高等教育出版社, 2004.7

ISBN 7-04-014339-9

I. 小... II. 陶... III. 小学生-心理卫生-健康教育-师范大学-教材 IV. G479

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第048893号

| | | | |
|------|--------------|------|---|
| 出版发行 | 高等教育出版社 | 购书热线 | 010-64054588 |
| 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 | 010-82028899 | | http://www.hep.com.cn |
| 经 销 | 新华书店北京发行所 | | |
| 印 刷 | 北京新丰印刷厂 | | |
| 开 本 | 787×960 1/16 | 版 次 | 2004年7月第1版 |
| 印 张 | 21.25 | 印 次 | 2004年7月第1次印刷 |
| 字 数 | 340 000 | 定 价 | 22.40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

前 言

心理健康的人，是喜欢迎接挑战的人；他们把生命视为去学习、去经历新事物并且与别人分享快乐的过程。

小学生心理辅导，顾名思义，探讨的是以小学生为对象的心理辅导；而且是在学校里对学生进行的心理辅导。要编写这样一本教材，对我们来说，不啻是一个挑战。这是因为，这是我国第一本关于小学生心理辅导的高校专业教材，从体例、内容到形式，尚无可参考的国内先例。还有，心理辅导在我国的正式发展，算来至多也只20来年，严格点说，仍然处在初创阶段；对在特定领域或体制内对特定人群的辅导，系统而专门的研究和探索还很不够，其中就包括小学生心理辅导。因而，可供参考和借鉴的实际资料也较少。

现在这本书已经通过了专家的审定，呈现在你的面前。对于使用者来说，可能同样具有一定挑战性。那么，这是一本什么样的书呢？

一、这本书给你哪些帮助？

小学生需要心理辅导吗？对小学生可以进行专业的心理辅导吗？有适合他们的辅导方法吗？本书的回答是肯定的。但是，要能有效地从事这项工作，仅仅通过在这门课里学习这本书是远远不够的。

心理辅导又称心理咨询，处理的是正常人群在个人发展或社会适应过程中出现的心理和行为上的难题或困扰，进而为这些人提供心理上的帮助。这是一种专业性很强的职业，有专门的理论和方法，具有特定的职业道德和规范，对辅导者自己的成长有很高的要求。从业人员要经过严格、系统的学习和训练，并需有相当的临床经验才能上岗。小学生心理辅导是该专业中的一个特殊领域，由于辅导对象的年龄和心理发展水平的限制，对辅导者提出了更高的要求。一名小学生心理辅导工作者，不仅要具备基本的心理辅导专业素养，还须对儿童心理辅导的理论和方法有专门的学习和训练，并具有临床的实践。随着我国心理辅导专业化和职业化水平的提高，在学校里设置心理辅导专职人员的岗位，对学校心理辅导人员进行专业资格的认定，可能已为期不远了。

但是，对学生的心理健康问题的关注，包括协助他们处理个人发展和

学校适应中的种种困扰，不仅仅是学校里心理健康和心理辅导工作者的事，而且是任何一名小学教育工作者都需要考虑和面对的。

鉴于此，本书的定位是：帮助小学教育专业的学生了解和感受小学生心理辅导的专业性质、基本原理、实施方法及组织管理，以便在将来的工作中能以正确的视角对待小学生的心理健康问题、看待和配合学校里的心理辅导工作，也为将来能从事这项工作打下初步的专业基础。还有一个期望是：学习者通过本书的学习，能获得在做学生工作和学生群体管理方面从理念到方法的启发和借鉴。

另外，如果你是小学心理辅导教师、儿童心理辅导人员及社会工作者，要接受继续教育或专业进修的话，本书也将是一本有用的教材或参考书。

二、本书怎样与你探讨和分享经验、心得？

当前，我国小学里的学生心理辅导工作还刚刚起步，专业人员的奇缺使学校无法实质性地开展这项工作，体制上也有很多问题亟待解决。但是，社会的迅猛发展对学生心理健康保健工作提出了很高的要求，在学校里开展专业的学生心理辅导工作势在必行。这是我国教育现代化的要求。因此，本书立足于教育的发展，前瞻性地从小学里设置专职心理辅导岗位的角度，探讨和介绍这项工作。因为我们相信，这对于即将走入小学教育岗位的年轻一代教师来说，需要有能够适应教育现代化带来的新课题的理念、思维和能力。这本书的学习对他们将来的职业成长应该是非常有用的。

本书试图回答这样一些问题：心理辅导的基本性质和学校内小学生心理辅导的特殊性；心理辅导中要面对的一些基本问题；适合小学生心理辅导的模式或方法；小学生心理辅导的管理。全书共十一章，可分为四个部分：第一部分，导论；第二部分，小学生心理辅导的基本原理（2~5章）；第三部分，小学生心理辅导方法（6~10章）；第四部分，小学生心理辅导的管理。总的来说，这是一本关于小学生心理辅导的概论性的教材，从一个总体的面上介绍和探讨了领域中涉及的种种问题。如果你是一名想从事这项工作或进入这个专业的人，这只是一本入门性、通用性的教材。虽然如此，本书的专业性也很强。全书都是从心理辅导的专业视角，用心理辅导的思维方式来探讨问题的；同时考虑到在学校内开展这项工作的特殊性；另外，本书作者大多是受过系统训练的心理辅导研究和实务兼培训的专业人员，有着长期从事儿童青少年心理辅导的临床经验。书中无论是理论分析还是方法介绍，都含有作者对这项工作的心得、思考和

经验的分享。

学校是小学儿童生活和社会化的主要场所。从这一时期起，他们在学校里的社会互动和家庭互动一道将对他们的人生产生深刻的影响，这种影响是长远的，是成长性的还是伤害性的往往在小学阶段看不出来。看上去简单、幼稚的小学儿童，在这一重要的心理发展时期可能出现的心理困扰，如果得不到积极、有效的排解，是违背教育要以人为本、以学生发展为本的基本原则和价值诉求的。但是，小学生不可能像成人那样借助言语和辅导人员探讨、澄清他们的心理困扰，需要更多地采用非言语的方法。为此，本书结合作者的研究心得和临床经验，较为具体地介绍了小学生行为矫正、家庭辅导、绘画分析与辅导、游戏辅导、心理剧辅导，以及其他一些辅导模式或方法。除行为矫正外，这些辅导方法在国内还少有介绍和专著。另外，教材中关于心理辅导教师的个人成长、职业枯竭等问题的专章论述，对主要心理辅导理论的人性观的分析等，都是我们多年从事这项工作的心得的分享，在国内相关著作中如此重视或阐述也基本属于首次。

三、对于本书，你可以怎样处理？

尽管这本教材的编写不是以培养小学生心理辅导专业人员为目标，但有必要让学习者了解和体会心理辅导的实质，形成初步的切身体验。因此，在教学中要尽可能采用心理辅导专业学习和培训的方式进行。

心理辅导的学习和训练，不是靠读几本专业书，在课堂上听听讲解、讨论讨论就能解决的，而是特别重视在对相关理论理解的基础上，感受、体验与结合实际与自己的反思，重视实际的操作及跟进的探讨、分析与督导。所以无论是学习者或任课教师，都应该充分注意这一点。

1. 接受专业培训，参加辅导实践。使用这本教材对没有接受过心理辅导专业训练和临床经验的教师来说，是一个比较大的挑战。我们希望任课教师能够参加一些有关的专业培训，并且，至少从研究的角度去从事一些小 学生心理辅导实务。否则，这门课只能是纸上谈兵。

2. 重视个人探讨，鼓励个人分享。引导来访者接触自己的感觉，进行个人探讨、个人分享和自我澄清，是辅导过程中一项重要的工作。辅导者自身就需要具备这样的素质和能力。因此在教学中，无论对于理论还是方法，教师都需要引导学生结合客观实际进行反思和个人探讨。对于各种辅导理念，无论认同还是存疑、抑或反对，都是在个人感悟的基础上得出的，而不只是理性思辨的结果；对于一些辅导方法，应尽量采用工作坊的形式进行教学，让学生体验其中的过程，感受其中的经验；要鼓励学生进行个人分享，以开放的心态对待自己和他人的经验，在这一过程中获得对

所学内容的真正理解。

3. 依据实际情况, 灵活处理内容。要在有限的课时内完成本教材所有章节的教学是有困难的, 任课教师需要根据实际情况对内容做一些灵活的处理。心理辅导是一项涉及人的心灵成长的工作, 作为一本基础性的入门教材, 不能存在降低层次的问题, 即使是对大专学生也是如此。在内容的处理上, 可以有两个方面的考虑: 第一, 第三章中的一些辅导理论和其他一些章节的理论部分, 学生在其他课程中可能已有涉及, 本书的叙述是从辅导的视角进行的, 可以让学生自学, 在课堂上以分享和讨论的形式进行; 第二, 利用每章后面“理解·反思·探索”的一些问题, 在课堂上以探讨的形式处理相关的内容。

另外, 教材的阅读导航部分, 是为了拓展学生的学习空间, 应鼓励学生阅读。遗憾的是, 由于内地专业资料的短缺, 不得不列出一些港台版的书籍, 可能一时难以找到。但是, 希望任课教师尽可能找来供学生阅读和学习。

有效能的心理辅导带来的不仅是来访者的成长, 也是辅导者学习和成长的过程。同样, 不论是学习者还是任课教师, 只要你用心地投入, 这门课带来的将不仅是对心理辅导的了解, 而且会经历一次心灵的成长。

四、本书是由哪些人编写的?

本书的作者队伍是一个通力合作的团队, 主编: 陶勍恒(南京晓庄学院); 副主编: 孟莉(陕西师范大学)、郑洪利(青岛职业技术学院)。撰稿人(按撰写章节次序): 陶勍恒, 第1章、第7章、第8章和第10章的第1节; 孟莉, 第2章、第3章的第2、6节和第11章; 彭剑飞(湖南第一师范学校), 第3章的第1、3、4、5节; 王立冬(兰州商学院), 第4章、第5章; 潘孝富(湖南湘南学院), 第6章; 郑洪利, 第9章、第10章的第2、3节。

全书参考和引用了国内外学者和同仁的大量研究成果, 在书中尽可能予以注明; 此外, 书中的许多思想还得益于对许多未能注明的专著、成果的学习; 而且, 作者在辅导领域的心得和经验, 也得益于辅导实务中的来访者。在此, 我们向他们表示衷心的感谢! 在本书的编写出版过程中, 得到了高等教育出版社有关领导、编辑以及作者所在单位的大力支持和热情关心, 在此也一并致谢!

心理健康的人不是完美主义者, 我们能够接受本书存在不当和疏漏的批评意见, 并会尽力去完善。无论是学生还是教师, 无论是专业还是非专业人士, 如能对本书提出批评和建议, 我们将不胜感激! 小学生心理辅导

是一个新兴的事业，我们更加衷心地期待：通过本书的教学，有更多的人加入到这个队伍里面来，和我们一道投身于心理辅导事业的发展，一道去体验其中的美好与精彩。

陶勅恒

2004年5月

高等院校小学教育专业教材总序

我国已进入全面建设小康社会、加速推进现代化建设的新的历史阶段。在这样一个历史阶段，教育越来越成为促进社会全面发展、推动科技迅猛进步，进而不断增强综合国力的重要力量，成为我国从人口大国逐步走向人力资源强国的关键因素。我国的教师教育正面临着前所未有的机遇和挑战。教师教育的改革发展直接关系到千百万教师的成长，关系到素质教育的全面推进，关系到一代新人思想道德、创新精神和实践能力的培养和提高，最终关系到十六大提出的全面建设小康社会奋斗目标的实现。

培养具有较高学历的小学教师是全面建设小康社会和适应基础教育改革与发展的迫切需要，也是我国教师教育发展的必然趋势。为了适应基础教育改革与发展的需要，我国对培养较高学历小学教师工作进行了长时间的积极探索，取得了较大成绩，并积累了许多宝贵经验。《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》指出：“建设高质量的教师队伍是全面推进素质教育的基本保障。”教育部在《关于“十五”期间教师教育改革与发展的意见》中明确指出：“开创教师培养的新格局，提高新师资的学历层次。”教育部印发的《关于加强专科以上学历小学教师培养工作的几点意见》（以下简称《意见》）中指出：“教育部将组织制订专科学历小学教师的培养目标、规格，完善和改革课程体系和教学内容，制定《师范高等专科学校三年制小学教育专业教学方案（试行）》，组织编写小学教育专业教材，加强小学教育专业建设。”

开展小学教师培养工作，课程教材建设是关键。当务之急是组织教育科研机构、师范大学的专家学者和广大师专、地方学院的教师联合编写出一套高水平、规范化的、专为培养较高学历小学教师使用的教材。

编写小学教育专业课程教材，应该遵循以下原则：

一、时代性与前瞻性。教材要面向现代化、面向世界、面向未来，反映当代社会经济、文化和科技发展的趋势，贴近国际教育改革和我国基础教育课程改革的前沿，体现新的教育理念。

二、基础性与专业性。教材要体现高等专科学校或本科教育的基础性，同时要紧密结合当今小学教育课程改革的趋势和实施素质教育的要求，针对

小学教育专业的特征和小学教师的职业特点，力求构建科学的教材体系，提高小学教师的专业化水平。

三、综合性与学有专长。教材要根据现代科技发展和基础教育课程改革综合化的趋势，强化综合素质教育，加强文理渗透，注重科学素养，体现人文精神，加强学科间的相互融合以及信息技术与各学科的整合；同时，根据小学教育的需要，综合性教育与单科性教育相结合，使学生文理兼通，学有专长，一专多能。

四、理论与实践相结合。教材要根据小学教师职前教育的要求，既要科学地安排文化知识课和教育理论课，又要加强实践环节，注重教育实践和科学实验，重视教师职业技能和职业能力的培养。

五、充分体现教材的权威性、专业性、通用性和创新性。以教育部制定的小学教育专业课程方案为编写依据，以本、专科通用为目的，培养与培训沟通，在教材体系框架、内容、呈现方式等方面开拓创新，加大改革力度，充分体现以学生为本的教育理念，使教材从能用、好用上升到教师、学生喜欢用。

高等教育出版社和华东师范大学出版社根据以上原则分别组织编写了有关教材，经过专家审定，我们向各地推荐这套教材，请有关学校和单位酌情选用。

教育部师范教育司

2004年2月

目 录

第一章 导 论

| | |
|----------------------------|----|
| 第一节 心理辅导是一种专业性的助人活动 | 2 |
| 第二节 小学生心理辅导的特殊问题 | 16 |
| 第三节 小学生心理辅导的道德与规范 | 25 |
| 第四节 心理辅导发展简史 | 31 |
| 小结 | 36 |
| 专栏：南京市学校心理咨询工作准则（暂行） | 37 |
| 理解·反思·探索 | 39 |
| 阅读导航 | 39 |

第二章 心理辅导教师

| | |
|----------------------------|----|
| 第一节 辅导教师本身是心理辅导的首要因素 | 41 |
| 第二节 成为有效的心理辅导教师 | 48 |
| 第三节 心理辅导教师的个人成长 | 53 |
| 第四节 心理辅导教师的心理保健 | 58 |
| 小结 | 62 |
| 专栏：对咨询新手们的建议（节选） | 63 |
| 理解·反思·探索 | 65 |
| 阅读导航 | 65 |

第三章 小学生心理辅导的有关理论

| | |
|-------------------|----|
| 第一节 精神分析法 | 67 |
| 第二节 阿德勒疗法 | 74 |
| 第三节 以人为中心疗法 | 79 |

| | |
|----------------------|-----|
| 第四节 行为疗法 | 84 |
| 第五节 理性情绪疗法 | 87 |
| 第六节 现实疗法 | 92 |
| 小结 | 98 |
| 专栏：个人辅导理论取向的反思 | 99 |
| 理解·反思·探索 | 100 |
| 阅读导航 | 101 |

第四章 心理辅导过程

| | |
|------------------------|-----|
| 第一节 心理辅导目标 | 104 |
| 第二节 心理辅导关系 | 106 |
| 第三节 心理辅导过程的主要阶段 | 112 |
| 第四节 辅导谈话 | 114 |
| 第五节 心理辅导中的几个重要问题 | 119 |
| 小结 | 122 |
| 专栏：一个心理辅导案例（片断） | 122 |
| 理解·反思·探索 | 124 |
| 阅读导航 | 125 |

第五章 小组心理辅导

| | |
|------------------------|-----|
| 第一节 小组辅导与小组动力 | 127 |
| 第二节 小组心理辅导的过程与实施 | 133 |
| 第三节 小组组长与组员 | 135 |
| 第四节 小组辅导与小组性班级 | 142 |
| 小结 | 145 |
| 专栏：几个结构式小组的方案 | 146 |
| 理解·反思·探索 | 147 |
| 阅读导航 | 147 |

第六章 小学生行为矫正

| | |
|------------------|-----|
| 第一节 行为矫正概述 | 150 |
|------------------|-----|

| | |
|----------------------|-----|
| 第二节 行为矫正的基本策略 | 155 |
| 第三节 行为矫正的扩展方法 | 162 |
| 第四节 小学生行为问题的矫正 | 166 |
| 小结 | 178 |
| 专栏：肌肉放松指导语 | 179 |
| 理解·反思·探索 | 181 |
| 阅读导航 | 181 |

第七章 小学生家庭辅导

| | |
|----------------------|-----|
| 第一节 家庭及其发展 | 184 |
| 第二节 家庭辅导 | 194 |
| 第三节 小学家庭辅导的实施 | 206 |
| 小结 | 214 |
| 专栏：谁是代罪羔羊？（节选） | 215 |
| 理解·反思·探索 | 216 |
| 阅读导航 | 217 |

第八章 小学生绘画分析与辅导

| | |
|------------------------|-----|
| 第一节 绘画辅导及其意义 | 219 |
| 第二节 小学生绘画辅导的一般问题 | 225 |
| 第三节 小学生绘画辅导的实施 | 236 |
| 小结 | 250 |
| 专栏：儿童画中的曼荼罗式样 | 251 |
| 理解·反思·探索 | 251 |
| 阅读导航 | 253 |

第九章 小学生游戏辅导

| | |
|----------------------|-----|
| 第一节 游戏与游戏辅导 | 255 |
| 第二节 游戏辅导的情境安排 | 260 |
| 第三节 游戏辅导的原则与实施 | 264 |

| | |
|----------------------------------|-----|
| 小结 | 267 |
| 专栏：草莓的成长——一例情绪障碍儿童的游戏治疗法报告 | 268 |
| 理解·反思·探索 | 271 |
| 阅读导航 | 271 |

第十章 小学生心理辅导的其他方法

| | |
|-------------------------|-----|
| 第一节 小学生心理剧辅导 | 273 |
| 第二节 小学生音乐辅导 | 282 |
| 第三节 小学生运动辅导 | 287 |
| 小结 | 292 |
| 专栏：《相亲相爱》手语歌曲辅导活动 | 293 |
| 理解·反思·探索 | 294 |
| 阅读导航 | 295 |

第十一章 小学生心理辅导的管理

| | |
|------------------------------|-----|
| 第一节 小学生心理辅导资料的收集、管理与使用 | 297 |
| 第二节 学校心理辅导室的建设与管理 | 308 |
| 第三节 小学生心理评定与诊断工具 | 312 |
| 小结 | 318 |
| 专栏：南京市中小学心理咨询室建设暂行办法 | 318 |
| 理解·反思·探索 | 319 |
| 阅读导航 | 320 |
| ■ 参考文献 | 321 |

第一章 导论

本章提要

- 心理辅导是一种专业性的助人活动，为存在心理或行为困扰的人提供心理帮助
- 小学生心理辅导属于儿童心理辅导的范畴，也是学生心理健康保健系统中一个重要的组成部分
- 小学生心理辅导是一项具有严格职业道德和规范要求的专业性工作

现在,“心理辅导”、“心理咨询”以及“心理治疗”已是人们耳熟能详的语词。当别人有困扰时,“去看心理医生”也常常成为人们正式或略带玩笑的一种建议。随着学校心理健康教育工作的普及,许多学校都设立了“心理咨询室”。不过,社会上和学校里仍然存在一些片面的观点或看法,比如认为,需要接受心理辅导的人心理上总是有点不正常,或者干脆说就是有心理障碍,所以学校里开展心理辅导是为那些不正常的学生服务的;或者认为,心理辅导就是和学生谈谈话,谁都可以做,如果学习过心理学或教育学当然更好;还有的认为,心理辅导是对成人而言的,至少是对中学以上的人而言,不适合小学及以下的儿童。作为非专业工作者,存在这些看法并不奇怪;不过,对于学校教育工作者来说,如果存在上述看法就是问题了。因为,随着我国学校教育现代化的发展,对小学生心理辅导的观点、视角、方式方法及其价值有较为全面的认识、了解和感受,是一名当代小学教育工作者需要具备的基本专业素养。如果你从本章开始,认真地学习和感受,就会发现,心理辅导恰恰是服务于正常人群,而且心理辅导对于小学生和学前儿童的健康发展不仅非常需要,也有适合他们的方式、方法。

第一节 心理辅导是一种专业性的助人活动

心理辅导是现代社会中一项特殊的、专业化和职业化的助人活动,小学生心理辅导当然也不例外。更进一步来说,心理辅导的专业学习与训练和一般意义上心理学专业的学习并不完全是一回事。

在中文中,与“心理辅导”相关的词还包括“心理咨询”和“心理治疗”。其中,“心理辅导”和“心理咨询”在英文中被称作“counseling”;“心理治疗”被称作“psychotherapy”或简称为“therapy”;在业内常将“counseling”简称为“辅导”或“咨询”。需要说明的是,“counseling”在我国大陆常译为“心理咨询”或“咨询”,香港地区多译为“心理辅导”或“辅导”。而在我国台湾,则将学校中的各类心理健康教育活动统称为“辅导”,是指英文中的“guidance”,带有指引、指导、领导的意思;对“counseling”则译为“咨商”。此外,与之有关的还有两个词:“counselor”通常译作“咨询者”或“咨询师”;“client”通常译作“当事人”或“来访者”。

本教材中讲的心理辅导或辅导,就是指“counseling”,与心理咨

询同义；另外，教材中为叙述方便，有时将“心理辅导教师”和“辅导者”两个词通用；接受辅导的学生在大多数情况下称作“来访者”，有时直接称作“学生”。还有，在引文中会出现“咨询”、“当事人”或“患者”等词。

一、什么是心理辅导

心理辅导是一项涉及人性、人的发展和人与人之间关系的工作，专业性强、内涵丰富，要用一个简明的定义说清楚是很困难的。虽然如此，对心理辅导做某种适当的、概括性的定义还是必要的。让我们先来看一些关于辅导的不同定义或说明。

一些学者强调心理辅导是一个过程，是辅导产生效果的基本条件，是在这一过程中发展起来的辅导关系，而辅导关系就是辅导者和来访者之间的一种具有治疗作用的人际关系。

卡尔·罗杰斯（C. R. Rogers）认为：“辅导是一个过程，其间辅导者与来访者的关系能给予后者一种安全感，使其可以从容地开发自己，甚至可以正视自己过去曾否定的经验，然后对那些经验和已经改变了的自己，做出统合。”^①

帕特森（C. H. Patterson）认为：“辅导是一种人际关系，在这种人际关系中，辅导者提供一定的心理气氛或条件，使辅导对象发生变化，做出选择，解决自己的问题，并且成为一个有责任感的独立个性，从而成为更好的社会成员。”^② 后来他又做出这样的解释：“辅导是一个帮助人的过程，而在这一过程中，两个人所要建立的某种关系不但是必需的条件，而且那种关系是足够令人改变和成长的。”^③

上述定义中已涉及辅导的重点和目标问题，有些学者给予了特别的强调。

布洛切（D. Blocher）认为：“辅导就是帮助个体认识自己以及自己对环境中影响自己行为的因素的反应方式，然后进一步帮助他确定这种行为方式的个人意义，并设法为进一步的行动弄清目标和价值。”^④

① 林孟平. 辅导与心理治疗. 香港: 商务印书馆, 1988. 7

② 江光荣. 心理咨询与治疗. 合肥: 安徽人民出版社, 1995. 29

③ 林孟平. 辅导与心理治疗. 香港: 商务印书馆, 1988. 8

④ 江光荣. 心理咨询与治疗. 合肥: 安徽人民出版社, 1995. 30