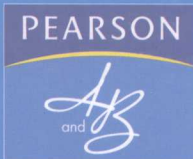


创智学习·学校心理学丛书

Counseling in Schools

Comprehensive Programs of Responsive Services
for All Students (Fifth Edition)



学校中的 心理咨询

(第五版)

为所有学生提供
反应性服务的全面项目

J·J·施密特◎著 刘翔平等◎译



华东师范大学出版社

心理咨询
教师必读

创智学习·学校心理学丛书

Counseling in Schools

Comprehensive Programs of Responsive Services
for All Students (Fifth Edition)

学校中的 心理咨询

为所有学生提供
反应性服务的全面项目

J. J. 施密特◎著 刘翔平等◎译

(第五版)



华东师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

学校中的心理咨询: 针对全体学生的学校综合心理咨询规划(第五版)/(美)J·J·施密特著;刘翔平等译.

—上海: 华东师范大学出版社, 2008

(创智学习·学校心理学)

ISBN 978-7-5617-5983-7

I. 学… II. ①施…②刘… III. 学校教育—咨询心理学
IV. G44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 052163 号

创智学习·学校心理学

学校中的心理咨询(第五版)

针对全体学生的学校综合心理咨询规划

撰 著 J·J·施密特

译 著 刘翔平等

责任编辑 徐先金

审读编辑 艾遥遥

责任校对 赖芳斌

装帧设计 卢晓红

出版发行 华东师范大学出版社

社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062

电话总机 021-62450163 转各部门 行政传真 021-62572105

客服电话 021-62865537(兼传真)

门市(邮购)电话 021-62869887

门市地址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口

网 址 www.ecnupress.com.cn

印 刷 者 浙江省临安市曙光印务有限公司

开 本 787×1092 1/16 开

印 张 21.75

字 数 451 千字

版 次 2008 年 12 月第一版

印 次 2008 年 12 月第一次

印 数 1—5 100

书 号 ISBN 978-7-5617-5983-7/G·3466

定 价 39.80 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

~ 译者序 ~

撰写本书译序的过程中,正经历四川汶川大地震全国哀悼日,心情十分沉重。这次地震死难者中,绝大部分是中小學生,受到心灵磨难最为沉重的也是中小學生。当他们从废墟中爬出来,面对山崩地裂造成的恐惧,面对无数同学亲人血肉模糊的遗体,面对养育自己的父母和朝夕相处的老师的离去,他们幼小的心灵承载着多少悲哀、痛楚、绝望与抑郁,天真烂漫的童年一下子布满了阴霾。这种伴随着成长过程的心灵创伤,可能会影响他们的成长与成熟,在很长的一段时间内,恶梦会随时袭来,痛苦的回忆会随时出现。他们最需要的是心理援助,而首当其冲要为他们提供服务的就是学校心理咨询师。此时,无数心理咨询师正奔赴灾区,展开心理援助,其中对中小學生的心理咨询服务是重中之重。

学校心理咨询制度在发达国家已经走过了近一个世纪的历程,在我国才刚刚起步。回顾我国的学校心理咨询服务,可以概括为四个阶段。

第一个阶段是萌芽阶段。我国 20 世纪 90 年代初,个别中小学中开始有教师和校医尝试从事心理咨询服务,但无论是范围还是质量都远远不够,服务的模式主要遵循医学治疗模式,关注的对象主要是具有心理疾病的少数人。无论是咨询员还是服务对象都是极少数。

第二个阶段是兴起阶段。到了 1997 年,社会的经济改革取得了很大的发展,一方面开始富裕的国家解决了基本的温饱问题,有精力关注心理健康问题,另一方面,社会的变革与社会阶层差距和价值观的变化,导致了心理疾病和心理问题的日益突出,学校中出现自杀、暴力、网络成瘾等现象。大约在 1997 年,我国掀起了第一轮学校心理咨询热,当时在我国,一般不叫学校心理咨询,而是叫做心理健康教育。此轮心理健康教育热由各地早期在学校从事心理咨询服务的教师发起,媒体也开始报导心理健康教育问题。也就是在这个时期,国家教育部颁发了第一份国家正式文件《中小學生心理健康教育指导纲要》,明确了心理健康教育的重要意义、目标、开展途径,并号召各地教育部门认真贯彻纲要精神,抓紧落实。在各种力量的综合作用下,1997—2002 年期间学校心理教育运动如火如荼地开展起来,大中小学的心理健康教育培训遍地开花。教师和家长都相信,心理健康教

育是改革开放新时期出现的学生新问题的灵丹妙药,是解决问题的法宝,可以在思想工作以外,产生巨大的教育和改造心灵的任务。

然而,人们低估了心理咨询和心理健康教育的复杂性,将解决问题的过程过于理想化和简单化,当一轮培训和宣传热过去后,人们发现,心理咨询和心理健康教育并没有真正给学校的教育带来全新的变化,学生的学习问题、情绪与行为问题和个性发展问题、师生关系问题,并没有因为心理健康教育而全面解决。心理咨询和心理健康教育的作用被夸大了,有人甚至开始怀疑心理健康教育的作用。

第三个阶段是反省阶段。2002年后,冷静下来的专家学者和心理健康教育工作者,开始反省自己的工作模式,将热情转化为智慧,培训少了,但工作并没有停滞。许多一线教师开始研究具有中国特色的心理咨询模式和心理健康教育模式,从单一的咨询转向了综合服务。如有的学校教师倡导心理健康教育向学科的渗透,将心理健康理念与英语、数学、语文等课程结合起来;还有的学校开始引入团体辅导技术;有的学校深入研究心理课的教学规律。这个阶段的人们注重的是心理健康教育的有效性——如何使心理咨询与心理健康教育确实有效地帮助学生成长与成熟。而从西方引入的心理咨询技术在学校的实效性正在受到怀疑。这个阶段大概从2002年持续到2005年。

第四个阶段是认证制度建立阶段。从2005年开始,随着社会的发展,强调各项制度与国际接轨。劳动和社会保障部率先吃螃蟹,开始了全国心理咨询师认证与培训项目,我国的学校咨询开始进入了第四个阶段,即考证和认证阶段。许多大中小学教师也通过了各级部门组织的心理咨询师的认证,不管有用没用,先拿一个咨询师证书再说。这个认证制度极大地普及和宣传了心理咨询和心理健康教育的知识和技能。通过复习考试,心理咨询知识在我国得到了史无前例的推广与普及,从而间接地为下一步的心理咨询和心理健康教育的开展,培养了人才,并培育了未来心理咨询服务的土壤。认证制度的建立标志着心理咨询员的培养进入更加规范、有序的过程。但是,目前,学校心理咨询员的认证与培训制度还没有开展起来,而学校咨询员的角色、培训、工作任务和模式与社会上一般的心理咨询师具有很大的不同,需要进行专门的规划与研究。

在这个阶段,随着心理咨询员的上岗,心理咨询员的督导制度也开始启动,中国心理学会临床与咨询委员会开始认证心理督导师的工作,将其纳入法制轨道。

展望21世纪,我国的心理健康教育和心理咨询员制度必将走向认证化和规范化,学校中的心理咨询员必须在学校心理咨询的模式,而不是一般社会工作的心理咨询模式下工作。有关学校心理咨询员的角色、任务、工作模式、培养模式、知识和技能的要求、伦理准则、评估与干预的模式必将成为学校心理咨询制度化面临的首要问题。

他山之石,可以攻玉,在这样一个心理咨询发展的转折时期,我们迫切需要了解发达国家的基本情况,了解有关心理咨询的知识发展积累,为此,我们翻译介绍了施密特

博士的《学校中的心理咨询》。愿这本著作能够在推进我国学校心理咨询发展中作出贡献。

当无数心理咨询专家奔赴灾区的时候,我们又一次看到了我们国家发展之迅速,经历创伤的心灵会得到助人者的抚慰,尤其是处于成长中的青少年儿童,他们更加需要专业人士的帮助与疏导。让我们共同努力,为建设成熟完善的中国学校心理咨询制度而作出贡献。

刘翔平

2008年5月20日于北京师范大学

~ 前言 ~

21 世纪的前十年已经接近尾声了,我们看到,这个世纪的关键特征之一是变化。科学技术大大地改变了人们的生活,尤其是互联网的应用,它改变了人们传统的生活模式,增加了人们受教育的机会,改变了人与人之间的关系,加速了生活前进的步伐。专业学校心理咨询,刚迈过自己百岁的门槛,也不可避免地受到教育、咨询领域里变化趋势的影响。此书的第五版主要介绍专业学校心理咨询经历的丰富变化,它的发展及其在学校中所起的重要作用。第五版继续为学校心理咨询员提供多样的服务,面向全体学生,在学业、职业发展、社会性发展上提供服务。

日前有许多新的文章、研究继续关注学校心理咨询领域,它们促成了第五次的修订。另外,评论家和同事们也指出了旧版的一些不足,时代向前发展,也呼唤更新版本的出现。第五版提供了一些专业的全新的观点,通过了解它们,学校心理咨询员能从容应对自己的工作。因此,第五版有个新的副标题:针对全体学生的学校综合心理咨询规划。

长期以来,那些想在学校工作的学校心理咨询员,总是面临两个挑战:如何定位自己的角色?提供哪些服务是合适的?虽然经过一个世纪的发展,学校心理咨询在服务上已有很大进步,但学校心理咨询员仍然发现难以同时给学生、家长、教师都提供完全的服务。除此之外,咨询员往往还需提供一些听起来好像和咨询关系不大的额外服务,这些服务影响了他们最关键的任务:在教育、职业和个人发展上提供帮助。本书的第五版继续鼓励学校心理咨询员思考自己的合适角色:我是谁?我能给学校提供什么服务?

鉴于本书已出了四版,第五版紧跟学校心理咨询的发展,介绍了学校心理咨询员在当下的时代任务和角色,前瞻此领域的未来发展。此书既适合准备在学校心理咨询方向从业的学生阅读,也适合想对此领域有所了解的读者。

本书结构

学校心理咨询指的是一系列服务,包括在小学、初中、高中满足学生、家长和教师的需求。本书共十三章,介绍了学校心理咨询在三个不同的教育层次应该起到的作用,以及学

校心理咨询师应该塑造的角色。本书可分为三个基本板块。

最初四章介绍了学校心理咨询的历史发展;介绍了学校心理咨询师需要面对的多样化的学生、社区和学校;总结了学校心理咨询师在小学、初中、高中承担的不同任务;对学校心理咨询应该包括的基本任务作了介绍。

第二部分,从第5章到第10章,关注学校心理咨询师在学校提供的主要服务,对他们的实践提供了一些可操作的方法。第5章介绍了什么是专业的学校心理咨询服务。第6章介绍了一个可实施的框架,包括如何策划、组织、实施、评估学校心理咨询等。第7章到第9章介绍了学校心理咨询师如何在实践中发挥其作用。第10章从教学计划与职业发展两个方面作了一个总结(这正是学校心理咨询员的两大目标)。学校心理咨询师一项重要的职责就是帮助学生进行教育和职业选择,这个过程从小学开始奠基,持续到学生发展的成人阶段,这个过程同时需要父母、教师的紧密配合。第10章还列举了三个个案,以此说明如何服务能对所有学生提供多方面的帮助。

最后一部分,包括第11章、第12章和第13章,它们介绍了在学校心理咨询实践中发生的专业大事。第11章介绍了与系统评估有关的大事,回顾了学校心理咨询服务中使用的测评手段,以及如何对学校心理咨询师进行管理和评估。第12章总结了与学校心理咨询有关的法律和伦理问题,提供了由 ASCA(美国学校心理咨询师协会)提出的学校心理咨询伦理道德规范。

第5版的创新之处

第5版新增了一章(第2章),此章介绍多元化趋势对学校心理咨询的影响,因为现代的学校心理咨询面对的群体是极富多样性的学生、家庭、社区,这个事实给专业学校心理咨询师提出了很大的挑战。第2章介绍了什么叫多元化,多元化的不同组成成分,例如文化、宗教、学校所在地理位置(城市或农村)等,一个优秀的学校心理咨询师应该理解多元化,并具备应对能力。

第5版还新增了一例中学的学校心理咨询个案。我们把这例个案加入了第10章,因此第10章共有三个个案,他们综合介绍了在小学、初中、高中如何开展成功的学校心理咨询。

第5版另一个较大改变在于增加了2003年 ASCA 的国家模型(美国学校心理咨询师协会2003年提出的国家模型),并与其他模型进行了比较,特别与 Gysbers 和 Henderson (2000)提出的模型进行了比较。这部分内容增加到第4章,对新的学校心理咨询师能起到很大的帮助,能帮助他们了解学校心理咨询领域一些流行的模型间的异同。

本书继续介绍专业实践里存在的各种分歧。学校心理咨询师在学校应该做什么工作?通常情况下,这个问题由州、本地的教育和政府部门规定,而非学校心理咨询领域的

专家决定。这样做造成的结果是,人们并未找到学校心理咨询师所需知识的精髓。第五版对学校心理咨询提供了一个整体的规划。因此,本版对学校心理咨询涉及的服务和所需知识作了介绍,但这并不是想对以前的不足作补偿。在学校心理咨询师培训的课程和书籍里会介绍这些内容,同时通过实习将理论和实践结合起来。

本版对学校里的专业学校心理咨询作了一个理想的规划。可能在很多学校,实际的学校心理咨询工作和本书的描述有着较大的差距。我们认为,学校心理咨询传统的角色和功能定位已经不能满足未来的需要了。本版书试图用积极的眼光探寻学校心理咨询未来的发展。

学生和教师能得到什么?

教师手册和测验。文字和电子版均有,请联系 ALLYN & BACON 索取。

Myhelpinglab 这个网上资源专为学生设计,在心理咨询、社会工作、家庭治疗等问题上提供实践资料,帮助学生把理论和实践更好地结合起来。登录网站的学生均可免费下载 ALLYN & BACON 最新版本的咨询书。

致谢

此次再版得益于很多人的努力。我真诚地感谢在 ALLYN & BACON 工作的编辑 Virginia Lanigan,以及她的助手 Matthew Buchholz,他们组织了此版修订。我同时非常感谢第五版的评论家:科罗拉多州立大学的 Laurie Carlson、南卡罗莱纳州立大学的 Charlotte R. Hamilton、位于查塔努加的田纳西州大学的 Virginia Magnus、科罗拉多州立大学的 Michael Nystul、新墨西哥大学的 David Olguin、韦恩州立大学的 Delila Owens、北卡罗莱纳大学的 Edward Wierzalis,他们给了我很多有用的建议和反馈。和我所有工作一样,此次修订还得益于我妻子——Pat 的大力支持。毫不夸张地说,没有她的支持就没有我的成就。

——JJS

~ 目录 ~

译者序/001

前言/001

第1章 学校心理咨询职业/001

咨询职业/002 学校心理咨询的发展/006 职业身份/018 建议阅读/023 网络资源/023 课后讨论和习题/024

第2章 多元化的学生、团体和学校/025

多元化趋势/026 文化/026 种族和民族/030 性、性别、性行为 and 性取向/032 家庭和社区/035 学校心理咨询师和多元文化能力/042 学校心理咨询和多元化/044 建议阅读/047 网络资源/047 课后讨论和习题/047

第3章 学校心理咨询师/049

学校心理咨询员的定义/049 学校心理咨询员的多种角色/053 项目领导/064 学校心理咨询员的准备工作/067 学校心理咨询员的资格认证/072 建议阅读/074 网络资源/075 课后讨论和习题/075

第4章 学校综合心理咨询规划/076

学校心理咨询规划的目标/076 综合规划/081 设备/085 材料和装置/088 职员/089 建议阅读/091 网络资源/091 课后讨论和习题/091

第5章 基本服务/093

咨询/093 协商/097 协调/105 评估/112 建议阅读/115 网络资源/116 课后讨论和习题/116

第6章 规划形成/117

计划/117 组织/122 执行/129 评估/137 建议阅读/138 网络资源/139 课后讨论和习题/139

第7章 个体咨询与团体服务/140

什么是咨询? /140 谁需要咨询? /142 咨询的目标/144 学校中的个体咨询/145 短期咨询/148 危机咨询/149 咨询方法/150 团体服务/151 有关

咨询的研究/157 有关团体的研究/158 建议阅读/162 网络资源/162 课后讨论和习题/163

第8章 协调与协商/164

学校服务/165 社区机构/171 作为协商者的咨询员/174 有关协商的研究/182 建议阅读/183 网络资源/184 课后讨论和习题/184

第9章 学生评估/186

标准化测验/187 标准化测验的使用/195 评估工具的类型/199 其他评估方法/203 DSM-IV-TR 和学校心理咨询师/210 建议阅读/211 网络资源/211 课后讨论和习题/212

第10章 教育规划与职业发展/213

学校心理咨询工作的主要目标/213 全体学生的教育规划/216 职业规划和抉择/221 从个案看学校综合心理咨询规划中的辅助服务/227 建议阅读/233 网络资源/233 课后讨论和习题/234

第11章 学校综合心理咨询规划的评估/235

规划评估的类型/238 对学校心理咨询员的评估/247 咨询员绩效评估的过程和工具/254 建议阅读/257 网络资源/257 课后讨论和习题/257

第12章 职业道德和法律问题/258

学校心理咨询员的道德标准/259 法律的本质/267 学校心理咨询员的法律问题/271 建议阅读/278 网络资源/278 课后讨论和习题/279

第13章 学校心理咨询的当今与未来/280

未来的学生/281 未来的学校/287 基于学校的服务/290 未来的学校心理咨询/292 建议阅读/293 网络资源/294 课后讨论和习题/294

附录 学校心理咨询师道德规范/295

参考文献/305

索引/326

作者简介/332

第 1 章 学校心理咨询职业

一百多年前,一个新兴的职业在美国教育界兴起。在它的前半段历史中,它被看作是指导性的职业,目前这一相对新兴的领域已经发展成心理咨询职业,有大量的人员工作在教育和临床各个领域。

在美国的医院、精神康复中心、工厂、家庭中心、学校等机构都有职业的心理咨询员。尽管他们所处的环境迥异,各自的使命也不尽相同,但是他们都有着沟通与助人的基本技能;都对心理学、社会学,以及人类发展的诸多理论有所了解;都有着相似的目标。这些把分散在不同行业的心理咨询员们联系在了一起。他们的工作环境可能不同,但是他们的工作却都是基于心理咨询与人类发展的理论,都是对人类精神力量的评价,都致力于改变人与环境适应的体系和关系,使得与此相关的各个方面得到改善。心理咨询业是一种无止境的助人职业,而学校心理咨询正作为其中的一个分支,服务于特定的领域——学校。

新学年伊始,全国各地的儿童和青少年都要返回学校,学习知识,掌握各项新技能来促进自我发展、社会发展和职业发展。从小学到大学,所有的学生都如此,无一例外。而且,无论是中小学还是大学,都会有各种专业人士辅助学生追随并实现其学习目标。在小学、初中和高中的学校心理咨询员,就是帮助学生实现发展目标的专业人士之一。学校心理咨询员还帮助家长和教师来应对当今儿童与青少年成长过程中面临的数不尽的问题。学校心理咨询员通过向学生、家长以及教师提供服务,使得学生拥有达成教育目标的平等机会,选择恰当的职业发展方向,逐渐成为拥有完整心智技能的社会成员。

在本书中,您将会了解专业心理咨询在学校中的具体应用。同其他一些具有较高社会声誉的职业相比,如医务工作、法律工作、教育工作等,学校心理咨询业相对比较年轻,但在 20 世纪其发展之迅捷是有目共睹的,在美国更是如此。在 21 世纪,这种发展仍然持续着,而且学校心理咨询职业在世界各国都逐渐兴起。为了全面地了解心理咨询员在当今美国教育中扮演的角色,以及他们在 21 世纪所担负的使命,我们应该首先来了解一下心理咨询职业。什么是心理咨询职业?什么样的人才被称为心理咨询员呢?

咨询职业

纵观历史,有许多人包括专业人员都扮演着贴心知己或者助人者的角色,他们主要的服务对象是:寻求帮助的人、陷入不幸的人以及需要友情安慰的人。文学和历史书籍中有不少关于这些助人者的记载,主要涉及哲学家、巫师、算命先生、巫医以及其他一些拥有独特神秘方法的人。职业咨询员的祖先似乎可以追溯至远古时代各部族的长者,这些长者向部族的青年一代提出忠告,引导他们作出负责任的选择与行为。在古代,部族成员之间的助人关系主要是传授基本的生存技能。随着人类文明的发展,助人关系逐渐发展为鼓励青年在人格、社会化以及生存技能上得到充足发展。

历史表明,各种助人关系的形成都与特定的文化与人群息息相关。在人际交往过程中,人们寻求其他人的建议和忠告,这些人可能是朋友,也可能是他们尊敬的某些专业人士。寻求帮助和帮助他人都是人类的天性。

在多数情况下,寻求帮助的人所需要解决的主要是人际困惑,即与自己的关系或者自己与他人的关系。通常这些关系涉及的问题主要是自我接纳、社会归属以及未来的目标。他们会发出这样的疑问:“我是谁?”“我属于哪里?”“我生活的意义是什么?”助人者在帮助解答这些问题时,需要创建一种关注的氛围,以便探索目标以及形成达到目标的计划。一言以蔽之,专业的心理咨询就是这种收集信息、使来访者逐渐了解自己、选择方向和确定目标的助人过程。

所谓专业的心理咨询,是指建立一种关系以确定个体的需求,并提供对策或服务来满足这些需求,以及切实帮助当事人落实计划以帮助他们作出抉择、解决问题、发展自我意识、引导他们健康生活的过程。有时候,咨询关系有助于人们避免消极事件,免受不良环境影响,避免阻碍其成长与发展;有时候,咨询关系有助于人们评价生活中的进步,以及制订计划以确保可持续发展;第三种咨询关系是,当人们遇到困难时给予理解,并提供支持和干预。简而言之,咨询者可以建立各种不同类型的咨询关系,来预防问题、发展个体的潜能以及应对困难情境。

第一种助人关系类型是预防,我们可以从历史角度来理解它。早期的人类致力于使自己的营地和村庄免受自然灾害,避免受他人或动物的侵犯。部落的生存与扩张取决于适当的安全措施。同样,人类的生存和发展也与预防有关,这是个体或群体为了自身安全而制定和实施的。在学校或其他地方,专业的心理咨询员帮助人们或组织避免损失、危机以及其他阻碍人们发展的灾难。

充足的预防有助于最佳的发展。学校和其他机构的心理咨询员鼓励人们充分发挥自己的潜能。在学校里,心理咨询员提供的服务正如本书中讲的那样,具体包括:提供各种干预、指导以及信息方面的服务。当把这些服务综合起来考虑,制订计划来满足所有学生

的需求时,就形成了综合的学校心理咨询项目。一个综合的项目使学生得以亲身经历许多发展性活动,这些活动是作为诸多课程的一部分开展的。同时它也把学生和其学校的心理咨询员联系起来,来满足广大学生的需求。

预防性和发展性的服务可以提升大多数人的生活质量,自然也包括学生,但有时儿童、青少年和成年人难以得到直接的心理咨询。比如,当今的学生面临一系列影响他们教育发展的问題,如虐待儿童、家庭破裂、成瘾行为、社会暴力、先进科技的影响以及其他影响儿童日常生活的因素。在学校或者其他机构,专业的心理咨询员通过个体咨询,团体咨询,与父母和老师,以及其他相关社会团体或个人商讨,来帮助学生面对和解决这些挑战,这也是学校综合心理咨询规划的一部分。总之,心理咨询员的服务宗旨是:预防问题的发生,关注发展性问题,以及那些会给人们的情绪、社交和心理健康造成突然打击的事件。

历史背景

人们一致公认古希腊人创立了生命哲学,该哲学关注人类的发展天性。特别是 Plato 和 Aristotle 的著作,为当今的教育、心理和人类发展领域提供了三大基础。Plato 关于人类天性的构想开创了对个体发展,以及人类行为的科学探索。在他之后,Aristotle 进一步发展其思想,引入了环境的影响,并揭示了自我知觉的重要性。

继古希腊文明之后,希伯来人和后罗马时期的基督徒又提出了关于自由意识、自我决定以及人类价值等概念,这些为当今大多数社会所秉持的民主思想的发展作出了贡献。这些民主原则在许多方面都与有效的咨询关系的核心理念不谋而合。此类信条的前提假设是:人人拥有自由权,能够作出有利于自身发展的选择,希望被群体公平接纳,可以学会成为对社会负责的公民。

随着西方文明进入中世纪,基督教迅速传播,牧师、僧侣以及其他神职人员的工作使教育机会以及助人关系也推广开来。比如,在天主教的教堂里,过去教徒的苦修通常被称为“忏悔”,这就创造了一种助人关系。虽然人们在苦修中与上帝形成的是一种屈从关系,但是这种关系也促使他们供认罪行以获得赦免,对罪行达成谅解,以及对过失承担责任。牧师扮演了上帝代理人的角色,帮助人们进行忏悔以恢复其信仰。有趣的是,牧师发誓要保持沉默的原则与当今咨询员引以为荣的与来访者之间的保密关系在许多方面完全相同。

在中世纪,牧师和其他神职人员是能够阅读并向普通大众解释学院著作的少数人之一。因此,他们不仅向公众传达教堂的教义,还为人们解决有关人生发展的事宜,比如职业选择。对早年有关职业的文学著作进行历史回顾,Zytowski (1972)指出:当时的许多作品都把牧师放在咨询员的位置上,因为他们所写的内容都是以非学术用途的实际应用为目的。有趣的是,当今的许多人与拉比(犹太教牧师)、教长、牧师以及其他神职人员之间的精神交往通常都包含咨询的成分。在美国兴起的牧师咨询就是这方面的一个

证明。

在 17 世纪初,有关职业发展和职业选择的著作问世了。其中一部主要著作是意大利人 Tomasco Garzoni 所写的,主要是向人们详细描述当时的各种职业和专业。这本书的英文译名是 *The Universal Plaza of All the Profession of the times*,在意大利有 25 种版本,另外还有多种其他语言的翻译版本。1631 年,Powell 出版了 *Tom of All Trades* 或者叫做 *The plain pathways to Preferment*,这是一本图画书,介绍了各种职业,以及进入这些职业的途径和所需的知识。这也是第一本英文版的有关职业信息的图书。到 18 世纪,许多作者继续关注职业选择和发展,主要有: Joseph Collyer、Edmund Carter、Denis Diderot 和 R. Campbell。Campbell 的作品《伦敦贸易者》(*The London Tradesman*) 在 1747 年时被视为“所有行业、职业、艺术在文学与技术层面的一次概述,日前在伦敦和威斯敏斯特(伦敦市的一个行政区,英国议会所在地)具有实践价值……为家长提供信息,指导青年人如何选择商业活动”(Zytowski, 1972,第 466 页)。类似的一些出版物率先提供了与职业发展有关的信息,也成为职业指导与咨询的先驱。

另外历史上的许多作家、哲学家和领导者都为咨询职业的发展贡献了自己的力量。René Descartes 在他的《哲学原理》一书中探究了人类的思维;Jean Jacques Rousseau 强调了人性发展的自由;Immanuel Kant 提出了人类理性的观点;Paul Tillich 和 Martin Heidegger 的存在主义哲学都为当今的咨询、心理学以及人类发展奠定了基础。

19 世纪末诞生的心理学开启了对人类行为与发展的系统探究。当 Wilhelm Wundt 1879 年在莱比锡大学成立自己的心理学研究所时,心理学从此成了一门独立的学科(Gibson & Mitchell, 1999)。在医学领域,临床精神病治疗使该学科与心理学的发展齐头并进,这种治疗主要是为那些严重心理失常的病人提供救助。1908 年,Clifford Beers 出版了《一颗自我发现的心》(*A Mind That Found Itself*),该书披露当时精神病机构里的惊人状况。作者 Beers 在有生之年饱受精神分裂症的折磨,时常住院治疗。在书中,他唤起了大众对精神疾病治疗的注意和关心。在 Beers 这本书的推动下,以及部分心理学家的共同努力下,心理健康运动在美国开始兴起。该运动鼓励各地兴建精神病医院,这也就是现在的社区心理健康规划和心理健康咨询业的先驱。

与心理咨询业发展有关的另一件大事是 1909 年由 William 和 Mary Healy 在芝加哥建立儿童指导诊所。该诊所的诞生源于他们接触了许多芝加哥贫民窟的儿童患者。借助慈善基金,Healy 夫妇创建了“青少年精神病机构”,这是一个专为少年犯服务的诊所(Nugent, 2000)。他们的方法是以整体的视角去观察少年在身体和心理上存在的问题。在 20 世纪初,美国有 100 多家类似的儿童指导诊所,Healy 夫妇创办的这个诊所是其中第一家。后来,该诊所归伊利诺伊州管理,并成为青少年研究机构。

早年的这些事件共同引发了许多职业的兴起,这些职业有助于人们对社会、个人以及职业的关注。现如今工作在心理健康诊所、康复中心以及学校的社会工作者、心理学家和

心理咨询师都能在上述历史变迁中找到各自职业的渊源。从早期的学术著作以及实践来看,其中有不少信念与发现都为心理咨询职业的实践理论和助人技巧打下了基础。因此,心理咨询业所依赖的知识背景非常广泛,它包括:人类发展、心理学、社会学以及教育学。同时,它还需要结合有效的交流技能和领导技巧,特别是需要人类天性中那些同情、真诚、关心和尊重他人的特质。

身份

无论在何种环境下工作,所有的心理咨询师都应具备上述广泛的知识基础,并使用相似的助人方法。他们之间的区别或者说身份的不同取决于寻求他们帮助的来访者有着怎样特定的需求和发展性问题。正因如此,与职业咨询师、家庭咨询师或学校咨询师相比,心理健康咨询师的工作方式略有不同。然而尽管他们在服务范围、活动特点上存在差异,但他们的核心目标却是相似的。比如,学校咨询师向不同年级的学生提供服务,其中有小学咨询师、初中咨询师和高中咨询师。这些咨询师针对不同年级的学生开展不同的活动,因为学生的发展需求各不相同,但是在应用学校综合心理咨询规划为不同年级的学生服务时,他们的总体目标与一般程序却基本相同。

由于专业的心理咨询师在心理学、教育学、人类发展等学科上有着广泛的理论基础,他们又在许多不同的环境中工作,因此他们通常都用那些能反映出其工作场所的头衔。比如,我们在精神病院、心理健康中心可以看到心理健康咨询师,有时在工商业的员工辅助计划中也可以看到他们。他们一般是在学院或大学的心理咨询师教育课程中接受培训;与此相反,学校心理咨询师的工作场所是小学、初中或高中。他们接受培训课程的重点在于人类发展、学习与学校环境。不过,无论是心理健康咨询师还是学校心理咨询师,有关人类发展的基础知识,以及对助人方法、技能的掌握都至关重要。这个共同的知识背景也正是让心理咨询职业中各种心理咨询师互为同行的纽带。

不同类型的心理咨询职业有不同的工作环境。同时,其他的助人职业也要应用心理咨询的方法。医院的社会工作者、精神病院的护士与那些在医院、心理健康中心、监狱、工厂和学校工作的心理咨询师一样,他们都运用相同的咨询方法。在有些情况下,这些人认为自己同属于这两个领域。比如,美国心理咨询协会(ACA)的部分会员同时也是美国心理学会(APA)的会员。这些人认为自己既是心理咨询师又是心理学家,这在那些同时受过咨询和心理学方面培训的人中间是普遍现象。实际上,APA内部有一个划分,即分成咨询与发展两个方向。

在美国,这种职业之间互相重叠的现象非常普遍。造成这种现象的原因可能是:美国于18世纪和19世纪发展起来,并在20世纪的工业革命中迅速崛起,有关个性、社会、职业以及教育方面的种种问题变得格外重要。上述这些因素,加上美国多元文化的社会现实,使人们要想在这个国家求得富裕、安逸的生活变得非常艰难。美国因其民主的原

则、平等的机会和公共事业而自豪,因此为什么有如此多的助人职业在这个国家兴起也就不难理解。同时,我们可以理解心理咨询员在学校中扮演的角色非常重要,他们在对待所有的学生时就体现了民主、平等的原则。接下来,我们来了解一下学校心理咨询职业的发展历程。

学校心理咨询的发展

心理咨询在 20 世纪初进入美国学校。当时,任课教师向学生提供有关社会、个性与职业辅助方面的信息。该职业这么晚才进入美国学校的原因可能是因为当时的学校在招录学生方面有着极高的选择权。早期的学校多是专科学院,只录取最有钱的学生。其课程安排也旨在把青年男性培养为专业人士,比如律师、医生,或是宗教行业人员。随着国家的发展,学校的选择权降低了,男女获得了平等的受教育机会。至少对白色人种来说的确如此。公立学校的成立为社会各阶层的人们打开了大门。因此,越来越多样化的群体进入学校,仅仅依靠任课教师已经不能满足这些学生的广泛需求了。

学校心理咨询一开始是在 20 世纪初的工业革命中以职业指导运动形式出现的。这一时期巨大的工业增长也带来一些消极影响,其中包括:城市贫民窟、少数民族聚集区、以及对个人权利和完整性的忽略。为了解决问题,渐进运动(针对工业增长所带来的负面影响发起的运动)的支持者们积极倡导社会改革。职业指导就是其中的一个方面。比如,George Merrill 于 1895 年在旧金山加利福尼亚的机械技术学院开始致力于职业指导实验(Miller, 1968)。Merrill 的计划为加州学校的职业培训提供了实验证据,其内容涉及心理咨询、工作安排和追踪服务。

一般而言,这一时期的指导运动主要向在校儿童、青少年以及成人讲述其道德发展、人际关系以及工作方面的知识。Jess B. Davis 首次在公立学校开展了系统的指导项目(Gladding, 2004; Wittmer & Clark, 2007)。从 1898 年至 1907 年,他是密歇根州底特律市中心高中的一名班级心理咨询员,负责对 11 年级(美国学制从小学入学至高中毕业共 12 个年级,11 年级对应着我国的高中二年级)学生进行教育和职业方面的咨询。当他成为密歇根州大瀑布城一所高中的校长时,从 1907 年开始,他启动了全校范围的指导项目。他鼓励英语教师把指导课程纳入作文课,以帮助学生发展个性、避免问题行为,并把课程内容与职业兴趣联系起来。

在美国的其他地区,还有各种项目不断完善着 Jess B. Davis 的工作。1911 年, Frank Goodwin 在俄亥俄州辛辛那提市的一些学校组织了一个系统的指导项目;1908 年,在布鲁克林(美国纽约市西南部的一区)一所男子高中就职的 Eli Weaver,在纽约所做的组织指导服务得到国家级赞誉(Miller, 1968);同时,Anna Y. Reed 在西雅图(美国华盛顿中西部的一个城市)学校开展了著名的指导项目,重点在于提高学生的就业能力,并把自由企业