



全国特殊师范教育专业课规划教材
全国特殊师范教育专业课规划教材编委会 编

特殊儿童心理咨询概论

TE SHU ER TONG XIN LI ZI XUN GAI LUN

毛颖梅 著



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

全国特殊师范教育专业课规划教材
 全国特殊师范教育专业课规划教材编委会 编

特殊儿童心理咨询概论

毛颖梅 著



ISBN 7-309-0924-2
 定价：20.00元

出 版 人	王 非
出 版 社	天津教育出版社
作 者	毛颖梅
编 者	田 王
校 对	王 非
印 刷	天津教育出版社
印 刷 年 月	2007年6月第1次印刷
印 刷 地 点	天津
印 刷 厂	天津新华印刷厂
开 本	787mm×1092mm
字 数	228千字
印 数	10,000册
定 价	20.00元

 天津教育出版社
 TIANJIN EDUCATION PRESS

图书在版编目(CIP)数据

特殊儿童心理咨询概论 / 毛颖梅著.
—天津:天津教育出版社,2007.6
(特殊教育系列)
ISBN 978-7-5309-4924-5

I.特... II.毛... III.特殊教育:儿童教育—咨询心理学 IV.B844.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第075364号

特殊儿童心理咨询概论

出版人 肖占鹏

作者 毛颖梅

选题策划 张纪欣

责任编辑 田昕

封面设计 王楠

版式设计 郭亚非

出版发行 天津教育出版社

天津市和平区西康路35号

邮政编码 300051

经 销 新华书店

印 刷 迁安万隆印刷有限责任公司

版 次 2007年6月第1版

印 次 2007年6月第1次印刷

规 格 16开(787×1092毫米)

字 数 288千字

印 张 16.75

插 页 1

定 价 20.00元

特殊教育师资培训工作需要大家关注 (代序言)

刘全礼

我国特殊教育的师资培训是伴随着我国特殊教育的发展而发展的。19世纪末叶,我国开始了现代意义上的特殊教育。但是,由于那时特殊教育的规模相对较小,还不可能出现大规模的专门的特殊教育的师资培训机构,自然也就谈不上大规模的师资培训工作了。

清末、民初以来,尽管国家开始关注、举办特殊教育学校,也进行了一些局部的或小规模的专门的特殊教育教师的培养工作,但由于灾难深重的中华民族一直处于战争和动乱的境地,特殊教育的师资培训也没机会大规模地发展。

1949年,中华人民共和国成立后,伴随着共和国各项事业轰轰烈烈的开展,特殊教育工作也呈现了前所未有的繁荣局面,特殊教育的师资培训工作开始提上政府相关部门的工作日程,并于当时举办了全国性质的特殊教育教师的培训班。在20世纪50年代后期,国家还派遣留学生到前苏联学习特殊教育,表现出国家对特殊教育工作的重视。

1978年以后,随着拨乱反正和对外开放政策的实施,特殊教育的各项工作才真正迎来了发展的春天。

1981年,黑龙江肇东师范学校开始招收专门的特殊教育的师资班,开了新时期特殊教育师资培训的先河;1983年,山东泰安师范学校也开始招收特殊教育师资班,并促成了1985年山东省昌乐特殊教育师范学校的建立;1984年,国家教育委员会在南京建立了我国第一所特殊教育师范学校——南京特殊教育师范学校;1986年,北京师范大学建立了我国第一个本科层次的特殊教育专业;之后,包括辽宁营口特殊教育师范学校在内的特殊教育师范学校或师范学校的特殊教育师资培训部相继建立,我国的特殊教育师资培训工作出现了第一个高潮。到20世纪80年代末、90年代初,我国仅中专层次的特殊教育的师资机构就达到了28所。

正是在这种好的局面下,当时国家教委颁布了特殊教育师范学校的教学计划,国家教育委员会师范司中师处还组织有关学校编写了特殊教育师范学校或特殊教育专业的21科专业课的教学大纲,并在20世纪90年代初、中期陆续编写了有关学科的教材。

我作为这些工作的参与者之一,见证了这一过程。同时,还有幸成为由北京师范大学教育系(现在的教育学院)朴永馨教授组织编写的、华夏出版社1991年出版的我国第一本特殊教育师范学校的专业基础课教材——《特

特殊教育概论》的作者,承担了其中的特殊教育教师章节的编写任务。

毫无疑问,从教育部到各个学校以及有关人员的这些工作,对我国特殊教育的师资培训做出了巨大的贡献。

然而,1999年以来,随着我国中专层次的师资培训机构纷纷升格为本科或专科机构,原先为中专学生编写的教材已经不能适应新的要求了。正是在这种需求下,我曾不揣冒昧,在总结自己十几年讲授特殊教育概论和思考特殊教育问题的基础上于2002年编写出了特殊教育专业本科生使用的专业基础课教材《特殊教育导论》(教育科学出版社2003年出版)。

但是,全国各地仍旧缺少各种相关的专业课教材。

几年前义方木铎公司的蒋丰祥先生了解到这个情况时,就曾建议我牵头全国的相关同志编写一套专业课教材。当时因为感觉自己没有能力完成这一工作,就没有动这个心思。

2006年春天,在与辽宁省特殊教育师范学校的潘校长会面时,她也提到同样的问题,我也是感觉自己没有这个能力,就没有敢应承这一事情。

2006年4月底,在山东潍坊见到山东潍坊幼教特教师范学校的梁纪恒校长时,他与他的一些同事也谈到类似的问题,当时,感觉事态有些“严重”,就没有贸然做是否承担这个任务的决定。

回到北京之后,在与有关同志交换意见尤其是在蒋丰祥先生、张行涛博士的鼓励、支持下,决定6月或7月在北京召开一个教材的编写会议。这时我还只是抱着为大家提供一个说话的场所的朴素想法,没有想到其他。

然而,会议一开,情况就发生了很大的变化。在与会的新老朋友们的厚爱下,我不得不牵头做这个编写教材的重大工作。

也就是在这次会议上,大家决定成立编委会,成立教材编写的秘书处,并且制定了编写的计划和进程。

在秘书处的勤奋工作下,编写工作进展得非常顺利。8月15号前各位主编就拿出了编写大纲。^①

我在对所有大纲粗略地阅读之后,在8月底全国特殊教育的一个会议上,参加会议的部分编委,包括河北唐健、南京王辉、潍坊李淑英、北京毛荣健、张行涛、蒋丰祥等人和我就收到的大纲进行了讨论,会后,由我集中大家的看法,提出了对大纲的意见和进一步的工作要求。

为了提高工作效率,编委会决定成熟一本(大纲)、编写一本,随之出版一本。

^① 需要说明的是,在这之前,南京特殊教育职业技术学院、辽宁营口特殊教育师范学校(营口职业技术学院)以及北京联合大学特殊教育学院特殊教育系就有人牵头做有关工作,并且已经有了相当的成果。

值得说明的是,我虽为编委会主任,但工作是大家做的,成果是集体智慧的结晶,我只起了一个协调的作用,也只是对大纲和教材初稿提出了一些参考意见——例如2007年元月的教材初稿审定会上,对各教材提出了修改意见,但并没有时间仔细阅读各本教材,教材仍旧是由编委会和各书主编负责。

从时间上看,本套教材的编写是及时的。

按照规划,我们将陆续编完20余种专业课的教科书,同时,还将把一些与特殊教育师资培训有关的特殊教育的专著也纳入本系列,作为教学参考书。

应该说,这是我国新时期,乃至中国历史上高等特殊教育师资培训的第一套系统的专业课教材,是我国培养一线师资的老师多年培养一线教师的实践经验的一次较大规模的、初步的经验总结。

从功能上说,我希望本套教材不仅能满足各特殊教育师资培训机构培养新师资——即职前培养的需要,也能满足特殊教育教师的继续教育的需要,还能满足普通师资培养机构新师资培养以及广大的中小学,乃至幼儿园教师的继续教育的需要。

实际上,在普通教育界开始注重并追求人的价值、开发人的价值的今天,我国特殊教育界率先开始的注重个别差异的想法与做法为普通教育实施上述理念提供了最为简洁的参照系。

例如,本人的《学业不良儿童教育学》《随班就读教育学》,即将出版的《因材施教教育学》和要修订的《个别教育计划的理论与实践》等著作就可能是一个解决普通教育问题的参照系,不仅是特殊教育师资培养所需要的,也可能是广大的普通教育工作者、科研、教研人员乃至所有的家长所需要的。

在历史上,特殊教育为普通教育的发展做出过巨大的贡献,蒙台梭利的幼儿教育方法、马卡连柯的思想教育体系都是源于特殊教育的实践。

因此,我们有理由相信,特殊教育能够影响,也应该影响乃至改造普通教育,尽管这种影响需要大家广泛的关注才能有效。

因为,今天的特殊教育已经不仅仅是盲、聋、弱智儿童的特殊教育了,而是所有有特殊教育需要的儿童的教育。在这种大特殊教育观下,任何一个人——包括智力超常儿童——在人生的某个阶段,都有可能特殊教育的需要。

这样,也就有理由相信,本套丛书也能够在这个特殊教育影响普通教育的过程中发挥作用。

需要说明的是,由于时间仓促,加之编者的水平所限,丛中不足甚至

错误在所难免,渴望读者能够及时提出修改意见,以便修改,使之发挥更好的作用。

最后,要感谢各位同仁、尤其是教育部基础教育司谢敬仁先生,中国教育学会特殊教育分会、中国高等教育学会特殊教育分会的曲学利同志以及本书的编委会副主任陈志平先生、蒋丰祥先生、编委肖非先生、天津教育出版社的诸位编辑,是各位的努力才使得本套丛书得以顺利出版。

2006年9月16日初稿于北京马驹桥

2006年9月28日修改于北京师范大学塔四

2007年2月14日定稿于北京芍药居



前 言

1998年12月2日颁布实施的《特殊教育学校暂行规程》中提出“特殊教育学校要重视学生的身心健康教育,培养学生良好的心理素质和卫生习惯,提高学生保护和合理使用自身残存功能的能力;适时适度地进行青春期教育。”其中的身心健康教育就包含了身体健康和心理健康两个方面,青春期教育也由身、心健康教育两个方面组成。心理健康已成为特殊儿童教育的一项重要工作。但在特殊教育的实践中,特殊儿童的心理健康维护还是一个薄弱环节,没有得到应有的重视。

儿童心理咨询的理论和实践研究较多集中在情绪障碍和行为障碍儿童问题的解决方面,对其他特殊儿童心理咨询或心理健康教育的研究和实践较少。近年来在盲校和聋校开始着手视觉障碍儿童和听觉障碍儿童的心理健康教育工作,但在对智力障碍儿童和孤独症儿童的康复和教育实践中,心理健康的问题仍然较少受到重视,这对促进特殊儿童的心理发展是非常不利的。

撰写本书,目的在于帮助特殊教育专业的学生或对特殊儿童心理咨询及心理健康维护有兴趣的特殊教育工作者提供理论和实践的帮助。因此本书既涉及心理咨询的基本概念、理论及过程的介绍,也介绍了对特殊儿童心理咨询有较大指导意义的儿童心理咨询理论,学习者可根据自己的实际情况选用相应的理论作为实践指导。本书还详细介绍了目前对视觉障碍儿童、听觉障碍儿童、智力障碍儿童、情绪行为障碍儿童和孤独症儿童的心理健康维护状况,并提出了相应的建议。

本书具有以下特点:

针对性强。分别针对特殊儿童的几种主要类型,论述了影响特殊儿童心理健康的主要因素、现存的主要心理问题和心理健康维护对策。

内容新。选编的资料都来自近年的专业期刊、书籍,反映了儿童心理咨询的最新动态和研究成果,特别是特殊儿童心理咨询的理论和实践研究成果。

对实践的指具体。在几类特殊儿童心理咨询的章节中,都详细介绍了心理健康维护对策,并附心理健康教育或心理咨询的案例,可帮助学习者在学习中將理论和实践联系起来,有助于较快地将书本知识融入实践操作环节。

由于特殊儿童心理咨询还是一个研究和实践时间较短的领域,在写作本书的过程中有不足之处,还请读者不吝赐教。

毛颖梅

2007年5月

全国特殊教育师范院校专业课教材编委会

编委会主任：刘全礼

常务副主任：梁纪恒 潘 一 谢 明 唐 健

王 辉 陈志平 毛荣建 要守文

编委会秘书：张行涛 蒋丰祥

编委会成员（按姓氏笔画为序）：

毛荣建（北京联合大学特殊教育学院特殊教育系）

王 辉（江苏南京特殊教育职业技术学院）

刘全礼（北京联合大学特殊教育学院特殊教育系）

孙中国（山东潍坊幼教特教师范学校）

张行涛（教育部北京师范大学基础教育课程研究中心）

李玉向（河南郑州师范专科学校特殊教育系）

李镇峰（贵州安顺师范学校）

肖 非（北京师范大学特殊教育系）

陈志平（北京义方木铎教育科技有限公司、洛阳市政协委员）

要守文（山西阳泉职业技术学院师范分院山西特师）

唐 健（河北邯郸学院教育系）

贾 君（吉林省教育学院综合部特殊教育研究室）

梁纪恒（山东潍坊幼教特教师范学校）

盛永进（江苏南京特殊教育职业技术学院）

曾凡林（华东师范大学特殊教育系）

谢 明（江苏南京特殊教育职业技术学院）

潘 一（辽宁营口职业技术学院）

特殊教育师资培训工作需要大家关注(代序言)/ 刘全礼
前言 / 毛颖梅

第一章 心理咨询基本知识 □ 001

- 第一节 心理咨询的基本概念 □ 001
- 第二节 心理咨询的主要理论 □ 006
- 思考题 □ 033

第二章 心理咨询的基本过程与技术 □ 034

- 第一节 心理诊断 □ 034
- 第二节 心理咨询方案的制定 □ 047
- 第三节 心理咨询方案的实施 □ 053
- 第四节 心理咨询过程的评估与结束 □ 073
- 思考题 □ 075

第三章 心理咨询中的其他问题 □ 076

- 第一节 心理咨询者的素质 □ 076
- 第二节 心理咨询中的咨访关系 □ 083
- 第三节 心理咨询者的自我成长 □ 092
- 思考题 □ 099

第四章 特殊儿童心理咨询的理论基础 □ 100

- 第一节 儿童辅导理论 □ 100
- 第二节 逻辑结果理论 □ 104
- 第三节 游戏治疗理论 □ 109
- 第四节 家庭治疗理论 □ 117
- 第五节 团体咨询理论 □ 127
- 第六节 生活分析理论 □ 132
- 思考题 □ 138

第五章 视觉障碍儿童的心理咨询 □ 139

- 第一节 影响视觉障碍儿童心理健康的主要因素 □ 139
- 第二节 视觉障碍儿童心理健康现状分析 □ 143
- 第三节 视觉障碍儿童心理健康维护的对策 □ 149
- 思考题 □ 156

第六章 听觉障碍儿童心理健康现状分析 □ 157

- 第一节 影响听觉障碍儿童心理健康的主要因素 □ 157

第二节	听觉障碍儿童心理健康现状分析	□ 159
第三节	聋校维护听觉障碍儿童心理健康的对策	□ 163
第四节	随班就读的听觉障碍儿童的心理健康状况及维护	□ 170
	思考题	□ 173
第七章 智力障碍儿童心理咨询		□ 174
第一节	影响智力障碍儿童心理健康的主要因素	□ 174
第二节	智力障碍儿童心理健康现状分析	□ 176
第三节	培智学校维护智力障碍儿童心理健康的对策	□ 182
第四节	随班就读的智力障碍儿童的心理健康教育	□ 188
	思考题	□ 198
第八章 情绪与行为障碍儿童的心理咨询		□ 199
第一节	情绪障碍儿童的主要类型及咨询	□ 199
第二节	行为障碍儿童的主要类型及咨询	□ 213
	思考题	□ 228
第九章 孤独症儿童的心理咨询		□ 230
第一节	影响孤独症儿童心理健康的主要因素	□ 230
第二节	孤独症儿童心理健康现状分析	□ 232
第三节	孤独症儿童心理健康维护的对策	□ 234
	思考题	□ 237
第十章 特殊学校教师心理健康的维护		□ 238
第一节	教师心理健康及其影响因素	□ 238
第二节	特殊学校教师心理健康现状与对策	□ 247
	思考题	□ 255
主要参考文献		□ 256

心理咨询基本知识

本章介绍了心理咨询的内涵以及心理咨询的分类;6种主要的心理咨询理论及其咨询技术;根据当前心理咨询理论与实践的发展情况,分析心理咨询的发展趋势。

第一节 心理咨询的基本概念

随着社会生活节奏的加快,生活压力增大,人们对生活质量的追求不断提高,对心理咨询的需求也越来越大。心理咨询与其他咨询不同,对身体健康有疑问的人,可以通过健康咨询了解到身体保健、医疗等方面的知识;对理财投资有疑问的人,通过理财咨询了解如何使自己的资产投向收益较大而风险较小的领域。有心理问题的人通过心理咨询得到的不是如何处理生活中困难的具体指导,不是心理学的知识,而是使自己解决问题的能力得到提高,从而更好地处理今后面临的困难。

一、什么是心理咨询

(一) 心理咨询的定义

心理咨询是咨询人员运用心理学的理论和技术,借助语言、文字等媒介,与咨询对象进行信息交流并建立某种人际关系,帮助来访者消除心理障碍,正确认识自我及社会,充分发挥自身潜能,有效地适应社会环境的过程。

心理咨询的定义可以这样解读:心理咨询的对象是有心理问题并具有求助意愿的来访者,咨询人员是具备心理学修养的专业人员,解决的问题是心理障碍,心理咨询能够顺利进行的中介是良好的人际关系。

(二) 心理咨询的特征

由心理咨询的定义,可总结出心理咨询的基本特征是:

心理咨询是一种人际帮助活动,是心理咨询师帮助来访者的活动;

心理咨询是一个人际互动过程,通过言语、文字等媒介来相互传递信息、相互影响的过程;

心理咨询具有“心理性”,通过心理学的方法解决心理问题,也就是非医疗的方式来解决来访者认知、情绪、行为方面的问题。

二、心理咨询与心理治疗

在心理咨询的一些文献中，心理咨询和心理治疗被作为意义相同的词汇使用，给读者的印象往往是心理咨询等同于心理治疗，那么二者究竟有何异同呢？

在英文文献中，心理咨询用“counseling”一词，心理治疗用“psychotherapy”一词，心理学工作者普遍认为二者有差别，但区分的界限并不明确。二者的差异并不是本质性的差异，而是程度和范围以及工作侧重点的差别。其相同点和不同点表现在以下方面。

（一）心理咨询和心理治疗的相同点

目标基本相同，都指向来访者的个人探讨、自我认识、行为改变、性格发展和个人成长等，同时尽量消除来访者的不适应行为。

使用的基本理论相通，例如精神分析理论、行为主义心理学理论、人本主义心理学理论等都被广泛应用于心理咨询和心理治疗过程中。

（二）心理咨询与心理治疗的不同点^①

服务对象上的区别，心理咨询对象主要是正常人，他们的困难主要是现实生活中的适应和发展问题；心理治疗的对象主要是有较重心理障碍的人，如出现变态、神经症等异常行为的人。

助人者的区别，从事心理咨询的人通常称做咨询者或咨询心理学家；从事心理治疗的人主要是临床心理学家，通常称为心理医生。

从帮助的侧重点看，心理咨询主要是教育性的，以帮助来访者澄清认识、做出决策为主，侧重帮助来访者获得信息，学习新的适应技能，解决所面临的生活问题；心理治疗主要是“医治”，以克服、消除各种精神症状、身心症状为主，常涉及较深入的心理品质、行为方式的改造，重视改善来访者的人格，有时会配合药物进行治疗。

由于心理咨询和心理治疗并没有本质的区别，因此在本书中，也就不严格地区分使用这两个概念了。

三、心理咨询的分类

心理咨询从不同的角度可分为不同种类。根据咨询的性质，可分为发展咨询和健康咨询；根据咨询的规模，可分为个体咨询与团体咨询；根据治疗时程分类，可分为短程、中程和长期的心理咨询；根据咨询的心理学理论依据，可分为精神分析的、行为主义心理学的、认知心理学的和人本的心理咨

^① 江光荣：《心理咨询与治疗》，第32-34页，合肥：安徽人民出版社，1995年。

询;根据咨询的方式,可分为门诊面询、电话咨询和互联网咨询。具体介绍如下。

(一)按性质分类

1. 发展心理咨询

在个人成长的各个阶段上,都可能产生困惑和障碍。为适应新的生存环境,为选择合适的职业,为个人事业的成功突破个人弱点等等,所以要进行的就是发展性心理咨询。目前在学校的心理咨询工作中,应把发展心理咨询作为工作重点。发展心理咨询包括:家庭教育心理咨询、学校心理咨询、职业发展心理咨询、恋爱婚姻心理咨询。

2. 健康心理咨询

当一个精神正常的人,因各类刺激引起焦虑、紧张、恐惧、抑郁等情绪问题,或者因各种挫折引起行为问题时,也就是说,发现自己的心理健康遭到破坏时,这时进行的心理咨询就是健康心理咨询。其内容包括:精神病(心理咨询或心理治疗是精神病人康复的辅助手段之一,需要配合其他治疗手段)、神经症、性心理障碍、人格障碍、情绪障碍、人际关系障碍。

人际关系中的挫折是咨询的主要内容之一。我们这里所提到的人际关系障碍,是指影响人际交往正常进行的不良心理因素。有时,人际关系障碍可引起学习、工作、情绪等一系列的不适应,乃至引起诸如神经衰弱、抑郁症、恐惧症、偏头痛等生理心理疾病。人际交往障碍常包括恐惧心理、自卑心理、孤僻心理、害羞心理、封闭心理、自傲心理、嫉妒心理、逆反心理、猜疑心理、敌意心理、干涉心理等。造成上述障碍的原因通常是多方面的,有的是因为以往生活中的挫折或受错误思想观念的影响,还有个性缺陷(严重的表现为人格障碍),等等。

(二)按咨询的规模分类

1. 个体心理咨询

个体心理咨询是咨询师与来访者建立一对一的咨询关系。咨询活动与来访者所处的那个社会、集体及家庭无直接关系。在内容上,着重帮助来访者解决个人的心理问题。个体心理咨询是心理咨询的主要形式,一般意义上的心理咨询就是指个体心理咨询。面谈咨询是最常见、最主要的方式。

因为它是个别进行的,不允许第三者在场旁听,因此,来访者易于消除顾虑,容易谈出自己内心深处的想法。同时,由于咨访双方是面对面的,咨询者可以通过对来访者的观察,接受比较多的信息,利于咨询的有效进行。

2. 团体心理咨询

团体心理咨询是在团体情境中,向来访者们提供心理帮助和指导。它是通过团体内人际交互作用,促进个体在交往中观察、学习、体验,认识自我、

探讨自我、接纳自我、调整和改善与他人的交往、学习新的态度与行为模式,以促进个人的、发展良好的、生活适应的助人过程。

在实际生活中,人类的很多适应或不适应、心理健康或障碍往往起源于人际关系中,发展于人际关系中,转变于人际关系中。团体心理咨询的出现与发展正是基于这样一种背景,即人的心理发展乃至一切发展都与社会环境有关,人的许多心理问题根源于如上所述的人际关系之中。为此,通过团体人际交互作用的方式,模拟社会生活的情境,来促进个体的自我意识、自我调整、自我发展,是一种有针对性的咨询理论和方法。

团体心理咨询并不是个体心理咨询的简单拓展,他有自己的独到之处,其作用表现为:

团体为个体提供了一面镜子;

成员可从其他参加者和指导者的反馈中获得裨益;

成员接受其他参加者的协助,也给予协助;

团体提供考验实际行为和尝试新行为的机会;

团体情景鼓励成员做出承诺并用实际行动来改善生活;

团体中的互助行为帮助成员了解他们在工作上、家庭上的功能,并显示出如何追求在社会上的地位;

团体的结构方式可以使成员的归属需要得到满足。

团体心理咨询有很多种类。根据团体的形式可以分为发展性团体咨询、训练性团体咨询、治疗性团体咨询;根据团体咨询所依据的理论和方法,可以分为精神分析团体咨询、行为主义的团体咨询、认知—行为团体咨询、交朋友小组;根据咨询中的侧重点不同,可以分为重点放在个体的团体心理咨询和重点放在团体成员的交互作用上的团体心理咨询,等等。

3. 家庭心理咨询

在家庭心理咨询家们来看,家庭是一个动力结构,每个成员之间相互作用,形成相对稳定的互动方式,以此维持着家庭的存在。家庭某一成员出现问题,往往不是孤立的,而是与其他成员有关的,是家庭成员相互作用的结果。因此,对个体心理障碍的诊断和治疗,必须放在家庭系统中进行。咨询应针对家庭结构和成员相互关系的重新调整,个人的问题才能最终得到解决。这来源于心理咨询所依据的理论,即系统理论、交往理论和社会角色理论。

正是基于这样的看法,提出了进行家庭治疗的前提:所处理的问题是在家庭中产生的,问题可以表现为个人的,也可以是家庭成员共同面临的。总之,必须在家庭结构与成员的相互关系中推断问题的性质。其治疗措施着眼于调整家庭成员的相互关系,改变问题产生的家庭动力机制。

家庭心理治疗是一类治疗的总称,它包括众多的治疗形式。这些治疗形式包括:结构性家庭治疗、策略性家庭治疗、认知家庭治疗、行为家庭治疗、精神分析取向的家庭治疗、跨代家庭治疗、婚姻咨询等。

(三)按咨询时程分类

1. 短程心理咨询

在相对短的时间内(1~3周以内),完成咨询。资料收集和分析集中在心理问题的关键点上,就事论事地解决来访者的一般心理问题。追求近期疗效,对中、远期疗效不做严格规定。做好这类咨询,要求咨询者的思维要敏捷、果断,语言要准确、明快,有较丰富的实践经验。

2. 中程心理咨询

在1~3个月内完成咨询。可涉及到较严重的心理问题,要求有完整的咨询计划,咨询预后追求中期以上疗效。

3. 长期心理咨询

在遇到严重心理问题或精神症性的心理问题时,可采用长期心理咨询,一般用时在3个月以上,应使用标准化咨询方法——心理治疗,要求制定详细咨询计划,追求中期以上疗效,并要求疗效巩固措施。对资历较浅的心理咨询师,除要求有详细咨询计划外,还要求写出案例分析报告。

(四)按咨询形式分类

1. 门诊心理咨询

门诊心理咨询现在已经不限定在医院门诊进行,也可在专业心理咨询中心进行。

门诊心理咨询是面对面咨询,这类咨询的特点是能及时对来访者进行各类检查、诊断,及时发现问题,及时做出妥善处理(如转诊、会诊等)。因此它是心理咨询中最主要而且最有效的方法。

2. 电话心理咨询

电话心理咨询是利用电话给来访者进行支持性咨询。早期多用于心理危机干预,防止心理危机所导致的恶性事件,如自杀、暴力行为等。咨询中心有专用的电话,心理咨询工作人员24小时轮流值班,并设有流动的应急小组。

现在的电话咨询,涵盖面很广,是一种较为方便而又迅速的心理咨询方式。但它也有某些局限性。

3. 互联网心理咨询

互联网心理咨询是心理咨询师通过互联网来帮助来访者。

互联网咨询除了可以突破地域限制以外,通过互联网进行心理咨询,可以凭借行之有效的软件程序,进行心理问题的评估与测量;可以将咨询过程全程记录,便于深入分析来访者的问题以及进行案例讨论。

第二节 心理咨询的主要理论

心理咨询通过严谨的科学研究获得的理论还十分有限,现有理论多建立在临床实践的基础之上,以经验性的研究为多。虽然一些心理学家力图通过科学实证研究的方法来解决心理咨询理论的科学化问题,但是目前仍未得到心理学界的广泛承认。德国心理学家艾宾浩斯有一句名言:“心理学有一个长期的过去,但只有一个短暂的历史。”在心理学产生发展的一百多年间,心理咨询学作为一个分支也得到了发展,有代表性的理论有:精神分析理论、行为主义理论、人本主义理论。这三种心理咨询理论对探讨心理咨询理论与技术的问题发挥了重要的作用,其他学派的理论多受这三大理论的影响。

一、精神分析理论

(一)代表人物

西蒙·弗洛伊德(S. Freud)创立了精神分析理论。其著作《精神分析引论》充分表达了他的基本思想。在心理学的历史上,没有哪位人物会像西蒙·弗洛伊德这样备受吹捧而又惨遭诋毁,既被尊为伟大的科学家、学派领袖,又被斥责为搞假科学的骗子。但不管是哪一方,都承认他对心理学的影响,他对心理治疗的影响比科学史上的任何人都要大得多。

卡尔·荣格(Carl. Jung)是当代最有影响力的心理学家之一,他通过分析心理学的理论和实践,影响了当代科学和整个人文学科。弗洛伊德曾期望把整个精神分析的未来交付给他,但荣格选择了思想的独立,发展了自己的分析心理学体系。他的分析心理学与精神分析理论有密切的联系。

(二)主要理论

精神分析学派经过多年的发展,形成了不同的理论,如荣格的分析心理学、阿德勒的个性心理学、安娜·弗洛伊德的新精神分析理论等等。精神分析学派也称为心理动力学派、心理分析学派等。以下主要介绍弗洛伊德的精神分析理论的主要内容。

1. 意识—无意识理论

发现无意识心理现象是弗洛伊德的一个主要贡献。弗洛伊德在研究和临床观察中发现人的心理活动有些是能够自己察觉到的,他把这些能被自己意识到的心理活动称做意识。有些是在个人清醒状态下无法被察觉的思想或观点以及这些观念、欲望的动态活动,这就是无意识。在无意识中有一部分内容可以进入意识,被人们所察觉,这部分无意识被称做前意识。后来