

心理咨询与治疗

何蔚 王瑶 主编



河南大学出版社
HENAN UNIVERSITY PRESS

心理咨询与治疗

何蔚 王瑶 主编

河南大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理咨询与治疗/何蔚,王瑶主编. —开封:河南大学出版社,2005.6

ISBN 7-81091-327-1

I. 心… II. ①何…②王… III. ①咨询心理学②精神疗法 IV. ①C932-05②R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 017927 号

书 名 心理咨询与治疗
主 编 何 蔚 王 瑶

责任编辑 贾怀廷
责任校对 田 园
责任印制 王 慧
装帧设计 马 龙

出 版 河南大学出版社
地址:河南省开封市明伦街 85 号 邮编:475001
电话:0378-2864669(行管部) 0378-2825001(营销部)
网址:www.hupress.com E mail:bangong@hupress.com

经 销 河南省新华书店
排 版 河南大学出版社印务公司
印 刷 郑州市毛庄印刷厂印刷

版 次	2005 年 6 月第 1 版	印 次	2005 年 6 月第 1 次印刷
开 本	890mm×1240mm 1/32	印 张	13 75
字 数	423 千字	印 数	1-1000 册

ISBN 7-81091-327-1/B·115 定 价:28.00 元

(本书如有印装质量问题请与河南大学出版社营销部联系调换)

前 言

心理咨询与治疗是运用心理学的知识和技术,帮助人们克服适应和发展中的各种心理困扰和障碍、维护和促进心身健康发展的一门学科。它的原理和技巧,不仅可以在临床中应用,而且可以广泛应用于人们的日常生活中,对于帮助人们认识自我,了解别人,协调人际关系,应对各种困难和挫折,克服不良的行为习惯以及促进人格的健全发展均有重要的意义和作用。

近年来,随着我国改革开放的不断深入和科学技术的巨大进步,心理咨询与治疗工作也得到了较快的发展,受到了社会的广泛关注和重视。国内的各类医院,许多大、中、小学校,社区都建立了心理咨询机构,人们迫切需要心理学知识及心理咨询与治疗技术的帮助和指导。但由于我国的心理咨询与治疗工作起步较晚,当前不仅能胜任此项工作的专业人员甚少,而且有关的教材和书籍仍然较为匮乏。为此,我们在多年从事心理咨询与治疗的教学和咨询实践的基础上撰写了这部教材,以满足当前教学与实际应用的需求。

作为一本教材,本书较为系统地介绍了当代心理咨询与治疗的理论技术和应用方面的最新研究成果。

全书共分十四章,从内容上可以概括为三部分。

第一部分(1~2章)概述了心理咨询与治疗的基本概念、发展简史及对工作人员素质的基本要求,心理咨询与治疗的过程和原则。

第二部分(3~7章)系统地介绍了心理咨询与治疗的主要理论、方法和技巧,重点叙述了心理分析治疗、行为治疗、个人中心疗法、合理情绪疗法等的基本理论和方法,还介绍了会谈技术和咨询特质。每种理论方法都结合案例分析,以供学习应用之参考。

第三部分(8~4章)较为详尽地阐述了心理咨询与心理治疗的具体内容,如学习问题、人际关系、性心理、神经症与人格障碍的治疗与咨询、心理挫折与危机干预等。为突出儿童心理咨询的特殊性,我们还将该部分内容作为一章专门讨论。

书的后面是附录。附录一选用了心理咨询与心理治疗较为常用的心理测验量表,供读者选用。附录二是中国心理学会和中国心理卫生协会颁布的《卫生系统心理咨询与心理治疗工作者条例》。心理咨询与治疗是一门应用性和实践性较强的学科。在编写本书过程中,我们注重讲清基本概念、理论和方法,力求使内容丰富、新颖,并具有较强的科学性和实用性。

本书可作为大学心理学、教育学、社会学、医学心理学等专业的教材,也可供精神科医生、广大的心理咨询和心理治疗工作者、学校心理辅导员和中小学教师参考。

本书由何蔚、王瑶任主编,提出了全书的编写体系及编写要求,并最后统稿。

各章的编写分工如下:第一、第三、第四章由何蔚编写,第五、第七、第十章由王瑶编写,第六、第九、第十一章由王滨编写,第二、第八、第十四章由蒋艳菊编写,第十二、第十三章由时金献编写。

在编写过程中,我们参考了国内外有关的书籍和资料,在此向原作者表示衷心的感谢。

由于我们水平有限,书中会存在缺点和不足,恳请专家同仁和广大读者批评指正。

编 者

2005年6月于河南大学

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 心理咨询与心理治疗概述.....	(1)
第二节 心理咨询与治疗的内容和形式.....	(9)
第三节 心理咨询与治疗的历史发展与现状	(14)
第四节 心理咨询工作者的素质和条件	(20)
第二章 心理咨询的过程和原则	(24)
第一节 心理咨询的过程	(24)
第二节 心理咨询的原则	(36)
第三章 心理咨询与治疗的理论和方法(一)	(40)
第一节 心理分析的理论和方法	(40)
第二节 行为治疗的理论与方法	(51)
第三节 来访者中心疗法	(69)
第四章 心理咨询与治疗的理论和方法(二)	(79)
第一节 合理情绪疗法	(79)
第二节 森田疗法	(87)
第三节 认识领悟疗法	(94)
第五章 会谈和会谈技术	(99)
第一节 会谈的基本问题	(99)
第二节 会谈的基本技术.....	(105)
第三节 会谈中非言语交流.....	(116)
第六章 咨访关系与咨询特质	(124)
第一节 咨访关系概述.....	(124)
第二节 咨询特质.....	(128)

第七章 团体咨询与治疗	(140)
第一节 团体咨询与治疗概述.....	(140)
第二节 团体咨询与治疗的组织与实施.....	(149)
第三节 团体咨询中应注意的一些问题.....	(166)
第八章 学习问题的心理咨询	(171)
第一节 学习动机的心理咨询.....	(172)
第二节 学习技能的心理咨询.....	(182)
第三节 考试应对的心理咨询.....	(195)
第九章 青少年人际交往的心理咨询	(204)
第一节 人际交往心理概述.....	(204)
第二节 青少年人际交往的原则及影响因素.....	(208)
第三节 青少年人际交往障碍的心理咨询.....	(214)
第十章 性心理问题的咨询与治疗	(239)
第一节 青少年性心理发展及常见问题.....	(239)
第二节 性心理变态.....	(245)
第十一章 儿童心理咨询	(256)
第一节 儿童心理发展咨询概要.....	(256)
第二节 儿童学习与智力问题的辅导与咨询.....	(261)
第三节 儿童适应与性格发展问题的辅导与咨询.....	(273)
第四节 儿童主要问题行为的辅导与咨询.....	(279)
第五节 儿童心理障碍的咨询.....	(294)
第十二章 神经症的防治	(300)
第一节 神经症概述.....	(300)
第二节 神经衰弱的防治.....	(308)
第三节 焦虑症的防治.....	(313)
第四节 强迫症的防治.....	(317)
第五节 恐怖症的防治.....	(322)
第六节 抑郁性神经症的防治.....	(328)
第七节 癔病和疑病症的防治.....	(332)
第十三章 人格障碍和精神病的防治	(341)

第一节	什么是人格障碍·····	(341)
第二节	常见人格障碍的类型及其表现·····	(346)
第三节	人格障碍的防治·····	(363)
第四节	精神病的防治·····	(365)
第十四章	挫折和危机干预·····	(385)
第一节	挫折与心理防卫·····	(385)
第二节	自杀心理分析·····	(394)
第三节	自杀的预防与危机干预·····	(402)
参考文献	·····	(412)
附录一	心理咨询和治疗常用的心理测验量表·····	(414)
附录二	卫生系统心理咨询与心理治疗工作者条例·····	(430)

第一章 绪 论

第一节 心理咨询与心理治疗概述

一、心理咨询的定义和性质

咨询(Counseling)一词,具有商讨、质疑、建议、指导和征求意见的意思。这是从求询者的角度而言的。从咨询者的角度讲,则是提供信息和建议。咨询的实质是一种职业性的帮助关系,是由受过专门训练的人员向求询者提供帮助。目前这一职业在社会上得到广泛而迅速的发展,各个领域都有咨询,如法律咨询、商业咨询、管理咨询、投资理财咨询、青年就业咨询等。

心理咨询(Psychological counseling),又可以称为心理辅导。它既可以表示一门科学,即咨询心理学,又可以表示一种技术性工作,即心理咨询服务。从字面上讲,心理咨询是指专业人员在心理上给来访者以指导和帮助的过程。但多年以来,心理咨询作为一个专业词汇,却没有形成一个公认的、统一的定义。国内外学者对此有许多不同的说法。例如,美国心理学家泰勒(L. E. Tyler)认为:“咨询是一种从心理上进行帮助的活动,它集中于自我同一感的成长以及按照个人意愿进行选择 and 作出行动的问题。”理斯曼(D. R. Riesman)对心理咨询所下的定义是:“咨询乃是通过人际关系而达到的一种帮助过程、教育过程和增长的过程。”帕特森(C. H. Patterson)认为:“咨询是一种人际关系,在这种关系中咨询人员提供一定的心理气氛或条件,使咨询对象发生变化,作出选择,解决自己的问题,并且形成一个有责任感的独立个性,从而形成更好的人和更好的社会成员。”

我国香港学者林孟平对心理咨询的定义为：“咨询是一个过程，在这个过程中，一位受到专业训练的辅导员，与当事人建立一种具有治疗功能的关系，协助对方认识自己，接纳自己，进而欣赏自己，克服成长中的障碍，充分发挥个人的潜能，使人生有丰富的的发展。”北京大学钱铭怡教授认为：“咨询是通过人际关系，应用心理学方法，帮助来访者自强不息的过程。”

综合上述国内外学者具有代表性的观点，我们从中可以得到有价值的启示。虽然上述定义表面看不尽相同，但其中都涉及了心理咨询的实质问题和基本要素，如咨询是一种人际互动过程，体现了对来访者帮助的人际关系，通过咨询者与来访者之间的信息交流，帮助来访者产生心理和行为上的改变，得到成长和发展等等。

由此我们把心理咨询的定义概括为：心理咨询是运用心理学的理论和方法，通过咨询者与来访者的交谈、协商和指导，帮助来访者解除心理问题，使其得到发展和成长的过程。通过心理咨询，改善来访者的认识、态度和行为，缓解其心理紧张和冲突，提高适应能力，维护和增进心理健康。

为了正确掌握心理咨询的含义，有必要对心理咨询的性质和特点进行分析。

（一）心理咨询的人际关系特点

心理咨询是咨询人员与来访者进行特定的交往过程，它是建立在双方良好的人际关系的基础之上的，从中体现了对来访者的帮助。这种人际关系不同于一般的人际关系，而是一种治疗的联盟。其中，来访者存在心理问题和困惑，需要咨询人员的帮助和指导。由于心理咨询人员接受过专业训练，了解和掌握心理咨询的理论、技术和各种技巧，因此，能运用其专业技能及所创造的良好咨询气氛，使双方达成互相理解、信任和平等融洽的关系。咨询人员为来访者保密，使来访者产生安全感、信任感，从而消除顾虑，倾诉不良情绪，自行说出内心的隐私和烦恼。咨询人员能站在客观的立场，对来访者负责，在全面了解来访者各方面情况的基础上，对来访者进行帮助指导，使其学会以更有效的方式对待自己、对待他人和生活中的疑难问题，从而提高适应能力，消除心

理症状,增进身心健康。所以,咨询中良好的人际关系是达到咨询效果的依托和保证,它本身就具有影响和治疗的功能。

(二) 心理咨询的专业化特点

心理咨询与其他领域活动的不同之处在于,它是一系列的心理活动过程。从来访者存在的问题来说,都是心理和行为方面的问题,如不正确地自我认识和评价,有焦虑、抑郁情绪或症状,有精神紧张和压力,不能应付困难和挫折等,都需要心理咨询员的帮助和指导。从咨询员的角度来说,要帮助来访者正确认识自我,分析心理问题的成因,克服和缓解消极情绪,纠正不良的行为习惯,学习解决问题的技能等,都要求心理咨询员应用心理咨询的理论和技术的来解决。在咨询中确定的咨询目标也必须是心理学的目标,以促进来访者心理和行为的积极改变。咨询中的心理诊断、心理测量工具的运用等,都是以心理学为基础的,是一系列的心理活动过程。因此,心理咨询是一种专业性很强的工作,咨询人员必须经过心理学的专业训练。

(三) 心理咨询的助人自助特点

前面谈到,心理咨询给来访者以心理上的帮助,良好的咨询关系体现了对来访者进行帮助的人际关系。但这里需要指出的是,心理咨询绝不是帮助人去解决问题,而是一种助人自助的活动。咨询员协助来访者自己去克服困难,解决矛盾,而不能包办代替。通过咨询员启发、教育和帮助来访者,使他们明确自己的问题,作出选择和决定,对自己负起责任,从而促进来访者的发展和成长,提高其适应能力,发挥个人的潜能,成为有主意的个人和更好的社会成员。咨询中咨询员不应给来访者作出结论性的意见,不替他们作出决定和选择,否则,只会增加来访者的依赖性,不利于来访者的成长和发展,也是不符合心理咨询的要求和宗旨的。

二、心理咨询的对象和任务

(一) 心理咨询的对象

谈到心理咨询的对象,有人就认为,需要心理咨询的人,都有神经或精神疾患,这完全是一种误解。我国学者张人骏等在《咨询心理学》

一书中指出：心理咨询的对象主要是正常人及能够接受咨询帮助的轻微精神病患者，幼儿及不能合作或无法自诉、交谈的精神病患者，不能作为心理咨询的直接对象，但可以通过其父母、家属或亲友、同事陪伴，给予间接的心理咨询的指导意见。所以，心理咨询的对象应包括以下几种情况：

一是正常人。当人们在工作、学习和生活中遇到难以解决的问题和生活事件时，会产生情绪困扰和心理应激，从而引起强烈的内心矛盾冲突。如由于失恋、丧失亲人、工作学习中的压力和紧张、人际关系不协调、夫妻纠纷等带来心理不平衡或精神压抑，当他们仅仅依靠自己的力量无法摆脱心理困扰时，常常需要心理咨询的帮助，以消除和缓解其心理紧张，减轻心理压力，尽快从不良的情绪状态中解脱出来，以维护和保持心理健康；或者是为了提高心理素质，更好地发挥心理潜能，应对未来的事件以求发展而寻求帮助。他们可以是各种年龄阶段的人，如儿童、青少年、中老年，也可以是不同的群体，如学生、教师、家长、工人、企业员工、行政人员等。这是心理咨询的主要对象。

二是有心理障碍和轻微的心理疾病患者。主要是患有轻度的神经或精神疾患，如焦虑症、恐惧症、强迫症、癔症、异常人格和性倒错等症状，对他们在认知、情感、意志和行为等方面的心理障碍或症状进行疏导、调整或矫治，以恢复其心理健康，适应社会生活。由于他们已出现某些神经症状或异常心理，因此需要通过较长时间的心理咨询或治疗尚可恢复健康。这在心理咨询中只是少数对象。

三是精神病康复期的患者。精神病患者在发病期间对自己的病情缺乏自知力，难以理解咨询员的指导和帮助，因此，他们不是心理咨询的对象，需将其转入专门的精神医疗机构进行治疗。对精神病患者的咨询只在康复期进行，以促进其尽快地适应社会生活。

从上述情况可以看出，心理咨询的对象主要是正常人，他们不一定是病人，因此称为求询者或来访者，而不称其为病人。上述后两种情况一般属于少数对象，虽然难度较大，需要花费心理咨询员较多的时间和精力，但不是心理咨询的重点对象，然而，对于医学心理咨询门诊来说，则是应当有所侧重的。

(二) 心理咨询的任务

心理咨询的目的,是帮助来访者减轻由于内心的矛盾冲突而带来的情绪和行为困扰,增强对挫折的适应能力,并帮助他们在认识、情感、态度和行为方面有所变化,促使其心理健康发展与成熟,以提高心理素质和生活的质量,学会发掘自身的潜能,更好地适应环境。因此,心理咨询的任务主要有以下三个方面:

一是宣泄、疏导来访者的情绪以缓解其精神压力,鼓励来访者自行说出内心的痛苦和烦恼,以解除心理上的负担。

二是协助来访者改善自己的认知结构,以新的正常经验代替旧的反常经验,树立对人、对己、对事的正确观点与态度。具体讲,就是帮助来访者发现自己的问题及根源,意识到自己的力量,并对自己的现状和未来作出决定,依靠自己的力量去解决问题。

三是为来访者在生活学习中建立与人相处的和谐关系,养成良好的行为习惯提供必要的指导和帮助,以增进其社会适应能力。

由此可见,心理咨询的任务主要是发展性的,它不仅要提高人的认识,发现自己的问题,去解决自己的问题,而且要促进其成长和发展,以达到自强自立。

三、心理咨询与心理治疗

(一) 什么是心理治疗

心理治疗(Psychotherapy),又称精神治疗,目前尚无严格的定义。不同的学者往往根据自己的知识和经验来认识心理治疗,并试图建立相应的理论对心理治疗进行不同的描述。其中,美国最有影响的精神医学家沃尔培格(L. R. Wolberg, 1967)把心理治疗定义为:心理治疗是针对情绪问题的一种治疗方法,由一位经过专门训练的人员,以慎重认真的态度与病人建立一种职业性的联系,以消除、矫正或缓解现有的症状,调节异常的行为模式,促进积极的人格成长或发展。英国的心理治疗家斯道尔(A. Starr, 1979)把心理治疗界定为:“通过交谈和个人的、职业的关系去减轻个人困难的艺术。”我国的学者一般认为,心理治疗,是指在良好的医患关系的基础上,由经过专门训练的治疗者运用心

理治疗的有关理论和技术,通过语言、文字、表情、姿势、行为及周围环境的作用,来改善和消除患者的病理心理状态和行为以及由此而引起的躯体症状,促进其人格向健康、协调的方向发展。

(二)心理咨询与心理治疗的异同

从心理治疗的定义看出,它和心理咨询有很多相似之处。

第一,二者运用的理论和方法常常是一致的。心理咨询和心理治疗的人员都采用精神分析治疗、行为治疗、来访者中心疗法和合理情绪疗法的理论和技术等,也都运用语言、文字等作为双方交流和相互作用的媒介。

第二,二者都注重建立帮助者与求助者之间的良好关系,这是咨询和治疗的基础和前提条件。

第三,心理咨询和心理治疗的目的,都是通过双方的互动过程,使求助者改变和成长,增进其身心健康。

第四,二者工作的对象常常是相似的,如心理咨询和心理治疗工作者接纳的对象都可以是具有心理障碍或精神症状的求助者。

在实际工作中,咨询者的实践在心理治疗者看来是在心理治疗,心理治疗者的实践又被咨询者看作是在咨询。因此,越来越多的人倾向于二者没有本质的区别。如果有区别的话,也是问题的程度、范围以及侧重点的差别。

我们认为,心理咨询与心理治疗的主要区别有以下几点:

一是服务对象不同。心理咨询的对象主要是正常人、正在康复或已康复的病人,一般称为来访者或求询者。他们的问题主要是生活中的适应和发展问题,如人际关系问题、教育方面的问题、学习和职业选择问题、婚姻家庭问题等。心理治疗的对象则是有明显的心理行为障碍或疾病的患者,如各种神经症、心理障碍、行为障碍或心身疾病的患者,因此称为病人或患者。

二是工作者的身份和所处场所不同。心理咨询和心理治疗的帮助者虽然都接受心理学的训练,但他们的称谓不同,工作地点也不尽相同。前者通常称为心理咨询员或咨询心理学家,多数在非医疗机构工作,如在学校、工厂或社区的咨询机构。后者主要是临床心理学家,通

常称为心理医生。一部分精神科医生也从事心理治疗,他们接受的是医学专业的训练,工作在医疗保健和康复机构。

三是解决问题的性质不同。心理咨询着重于教育性、支持性和指导性工作,是在意识层次工作的,主要帮助来访者获得有关信息,澄清认识,发现问题,作出决策,得到发展和成长等。而心理治疗则是“医治性”的,常常是针对患者深层次的心理品质,帮助病人克服和消除心理症状,改变病态行为和重建人格。

四是所需时间长短不同。心理咨询一般用时较短,咨询一次或几次;而心理治疗费时较长,治疗几次到十几次不等,有时达半年或一年才可完成。

上述分析说明,心理咨询与心理治疗虽然有一定的区别,但这些区别只是相对的,人为的,它们之间并无明确的界限。因此,二者很难截然分开。特别是在心理咨询过程中,对有轻度心理障碍和精神症状的病人,往往在咨询中也给以心理治疗,或者在心理治疗后继之以心理咨询,所以二者是紧密联系的。目前在我国的许多心理咨询机构中实际上也在进行心理治疗的工作,二者往往结合在一起,相互穿插、渗透,共同进行。所以,心理咨询人员也应当掌握心理治疗的技术和方法。在本书中我们对二者也不作严格的区别。

四、心理咨询与思想政治工作

当前,随着心理咨询的迅速开展,国内一些思想政治工作者也加入到心理咨询工作者的队伍中,有人提出思想政治工作心理学,这很容易使二者混同,因此有必要对二者的关系加以讨论。

(一) 心理咨询与思想政治工作的区别

心理咨询与思想政治工作虽然都是做人的工作,但却是两种体系。因此,把心理咨询看成是“谈心”、做思想政治工作,这是不妥的,因为二者有着根本的区别:

第一,目的不同。心理咨询是个体定向,是为来访者服务的,其目的是解决人的心理问题和心理障碍,帮助人消除和缓解心理冲突或症状,促进其个性向健康、协调的方向发展,以增进个体的适应和发展。

思想政治工作则是社会定向,是为一定的政治服务的,其目的是提高人们的政治觉悟和思想水平,促进社会的安定与进步,保证国家政治、经济任务的完成。

第二,理论基础不同。心理咨询主要是以心理学的理论为基础,思想政治工作的理论基础则是马列主义、毛泽东思想以及中国共产党的方针政策、不同时期的工作任务和要求等。

第三,工作的内容不同。思想政治工作的内容具有鲜明的时代性,不同时期强调的内容也不同,主要对人们进行政治教育、思想教育和道德品质教育,解决人们的政治立场、观点、态度和行为规范等问题。而心理咨询的内容涉及人的工作、学习和教育、生活及身心健康等方面,二者的内容有着很大的区别。

第四,采用的方法不同。心理咨询的主要形式是个别交谈,遵循自愿的原则,坐等来访者主动讲出自己的问题。它有保密性和被动性的特点,尊重个人的隐私权。而思想政治工作则常常采用讲课、报告、学习讨论、评比竞赛等公开的形式,即使是个别交谈,方法上也截然不同。它提倡工作者主动出击,积极发现问题,解决问题。思想政治工作强调说服教育与灌输、言传身教;心理咨询则注重倾听与感情的沟通。

第五,队伍不同。心理咨询者必须受过心理学的专业训练并获得一定的资格,以专家的身份开展工作,因此容易取得来访者的信任。思想政治工作的特点是具有普遍性和群众性,因此,人人都可以做思想工作。

(二) 心理咨询与思想政治工作的联系

心理咨询与思想政治工作虽然有区别,但也有一定的联系。

首先,心理咨询与思想政治工作都是解决人的心理问题,使人们在认识、情绪、意志和行为方面得到改善,从中受到教育和启发,得到成长和发展,以培养全面发展的人。

其次,二者在工作的内容上互相交叉,在方法上互相补充。人们的某些思想问题可以通过心理咨询得以解决。如一些意志消沉、情绪低落的人,觉得生活没有意义,通过心理咨询,使之了解生活的意义,树立起生活的信心和勇气,重新振作起来。这就起到了思想政治教育的作

用。某些有心理障碍的人通过思想政治工作,树立了正确的人生观、世界观,也可使其症状得以消除和缓解,这又起到了心理咨询的作用。思想政治工作可以借鉴心理咨询的知识和技术,提高思想政治工作的成效。心理咨询工作者应接受思想政治教育,保证咨询有正确的政治方向,咨询的同时要配合做思想政治工作,使来访者树立正确的人生观、世界观,以正确的态度对待心理问题和疾病等。

总之,心理咨询与思想政治工作既有联系,又有区别,不能把二者混同。

第二节 心理咨询与治疗的内容和形式

一、心理咨询与治疗的内容

心理咨询和治疗的内容十分广泛,它涉及人类社会生活的各个方面,各类人群中都存在着不同的心理问题需要解决。因此,关于咨询内容的分类是非常复杂的,目前尚无统一的意见,存在着不同的分类方法。

(一) 根据咨询的范围分类

根据心理咨询的范围不同,可以把心理咨询的内容分为四种:

1. 学校心理咨询

这类咨询主要帮助解决学校中师生的各种心理问题,如新生入学后不适应,学习中的困难,人际关系的协调,报考学校或选择专业,智力的开发,余暇生活,行为问题的矫正等等。

2. 家庭心理咨询

这类咨询又称生活问题咨询。此类咨询主要解决恋爱、婚姻问题,性生活指导以及子女教育等方面的心理问题。

3. 管理心理咨询

该类心理咨询主要解决企业管理中的各种心理学问题,如企业内部的人际关系、员工素质测评和人员聘用、能力和技能分析、职业兴趣与