

现代心理咨询

现代心理咨询

—理论与应用

钟友彬 著

科学出版社

现代心理咨询——理论与应用

钟友彬 著

科学出版社

1992

(京) 新登字 092 号

内 容 简 介

本书简要介绍和评论当前世界上流行的心理治疗和心理咨询的理论和
方法。重点介绍作者用自己设计创造的认识领悟心理疗法进行咨询和治疗
的经验，并用实际案例说明其观点。

本书可供心理治疗和心理咨询工作者参考。

ZW12/05

现代心理咨询——理论与应用

钟友彬 著

责任编辑 梁淑文 马素卿

科学出版社出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码：100707

中国科学院印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

*

1992年12月第 一 版 开本：860×1180 1/32

1992年12月第一次印刷 印张：8 3/4

印数：1—3 000 字数：223 000

ISBN 7-03-003172-5/R·157

定价：7.00元

前 言

自1978年我国实行对外开放政策之后，与世界各国逐步恢复了各种学术交流，心理咨询就是其中之一。在当今世界上许多经济发达国家，心理咨询服务已经很普遍，如学生学习效率不高，要请心理咨询家帮助找原因；小孩子不听话，家长要向心理咨询家请教；从事何种职业最合适，要找心理咨询家商量；新兵入伍检查、学生入学考试，也有心理咨询家参与；夫妻经常吵架，别人也要劝他们找心理咨询家谈谈；更不用说有心理上的困难和烦恼了，那是首先要找心理咨询家求助的。总之，心理咨询已经是人们日常生活中的常事，心理咨询服务也成为受人尊敬和羡慕的职业。在我国对外开放以前，这个领域几乎是一个空白。

80年代初，全国各地陆续成立了一些心理咨询机构。最早设立这类机构的是精神病院和综合性医院的精神科。精神医学和心理咨询是最为接近的学科。到这些心理咨询机构求助的大多是有各种心理疾病的人，主要是神经症病人（温绍琴，1990；曹会龙等，1989），还有一些精神病人的家属和学习困难儿童的家长（张世吉，1990）。由于在一般人心中对精神病还有些忌讳，认为得了精神病是不光彩的，那些只有心情烦恼而没有精神病或否认自己有精神病的人都不愿意到精神病院设立的心理咨询门诊求助。这在国内和国外都是如此，更何况我国公众对心理咨询服务还不十分熟悉，有心理上的困难问题还不习惯于找心理咨询家求助。这种情况近一二年已有所改变。

近几年来，有些医生和心理学家对我国大中学校的学生心理卫生状况进行了调查，发现各级学校尤其是大学的学生中存在着各种心理上的困难问题和轻重不等的心理疾病（季建林等，1990；陈钟舜，1985；李淑然，1989；沈夫荣，1988），急需心

理帮助，引起了教育界的重视。据《健康报》1987年1月18日报道，已有三十余所高校开展了学生心理咨询工作。各地陆续成立了“高校心理咨询研究会”。浙江大学不但成立了心理咨询中心，还出版了《心理咨询》小报，这个小报很受学生欢迎。此外，在几个大城市里办起了面对社会，并有救急性质的心理咨询服务——“希望热线”电话，使不少人受益（张伯源等，1990）。以上这些工作虽然都是初创，但却有着强大的生命力。在这些心理咨询机构工作的有精神科医生、心理学家、教育工作者以及对这个工作感兴趣的大学生等。这是在我国改革和经济发展时期为促进人们的心理健康、防止心理疾病的一件大事。

曾听到有人说，我国实行对外开放政策以来，外国有用的好东西引进不少，如先进的科学技术和竞争机制，这些都有助于我国的经济的发展；但同时也带进来一些消极的东西，使人们的思想复杂了，斗争激烈了，心理矛盾和冲突严重了，使人们的焦虑和抑郁情绪增加了，所以需要心理帮助，而以前却没有这么多麻烦。

这种看法是不符合事实的。事实上任何社会、任何历史时期，都有它自己的矛盾和冲突。这些矛盾和冲突反映在人们心里都会形成紧张、焦虑、困惑和烦恼，甚至形成心理病态。但同时，也有自己的方式和办法来解决或缓和人们的心理冲突，减轻焦虑和烦恼。回忆自1949年以来很长一段时期里，那种失业、生活无保障等引起人们不安全感的社会问题早已不存在了，但并非没有矛盾，人们在心理上也并非没有冲突和困惑，更不能说没有心理疾病。50年代末60年代初，作为精神科重点防治的疾病之一——神经衰弱就是这类病。而神经衰弱早已被证实是由心理因素引起的。有这么多的神经衰弱病人，怎么能说没有社会心理矛盾呢？尽管有许多病人口头上诉说他们的病是由于学习、工作过度劳累引起的，否认心理因素的存在，实际上不过是有意、无意地掩盖心理矛盾的借口而已（钟友彬，1964）。在这一时期的社会矛盾中，有的是任何社会、任何历史时期都存在的，例如家庭婚姻的不

幸、各种人际关系的矛盾、生理缺陷或慢性疾病引起的烦恼等，也有的是这一历史时期所特有的，例如因工作专业不对口又难于调动而引起的困恼、历次政治运动造成的冤假错案引起的心理压抑、上下级的特殊矛盾，等等。在没有心理咨询服务以前，人们有了心理困难和烦恼，习惯于找单位领导和组织帮助解决。有经验的政工人员也确实能有效地做他们的“思想工作”。有些因具体问题引起的人际纠纷，例如邻里间、婆媳间的矛盾，居民中的人民调解员就可以通过调解使矛盾缓和下来。1985年，电视台曾播放过一部电视剧叫《骂声、哭声、笑声》就是描写上海市一个里弄的家属委员会人民调解员的工作的。此外，人们还可以和知心朋友、亲人倾诉心中的苦闷，取得他们的同情和理解，寻求恰当的解决办法，也可达到心理的暂时平衡。这些帮助都可起到类似心理咨询的作用。可以说它是我国一定历史阶段所特有的、当然不是科学的心理咨询方式。

由此可见，在实行对外开放政策以前，人们的心理状态也并非平静无事，只是没有引起人们的特别注意而已。

随着改革的深入发展，人们的观点和习惯有了急速的改变，形成人们心理矛盾和冲突的原因也在改变。例如，对许多新事物，年轻人较易接受，而他们的父母辈则较为保守。两代人之间的观念不同，矛盾和冲突也就加多，人际关系矛盾便以新的形式表现出来。由这类冲突引起的心理困难，用以前的观点和方式来解决，当然是行不通的。又如，允许私人经济的存在，使少数人先富起来，就会有一些剥削现象出现，这是为了搞活经济、发展经济不可避免的。有些人就想不通，再用以前的方式做“政治思想工作”就不灵了，如此等等。

上面提到的主要是现实社会矛盾引起的心理冲突和烦恼。这里要着重说明，这只是人们心理问题中一个很小的方面。而大多数人的心理矛盾、冲突引起的心理困难和他们自己的适应能力有密切关系，有许多是心理不成熟的表现。

总之，人们的心理困难是多种多样的，更何况其中相当大部

分的心理困难本身就是心理病态，需要进行治疗，包括心理治疗和药物治疗。有一个中年女工程师，一向乐观，工作积极肯干，政治思想进步。自30多岁起，曾有好几次出现失眠，心情郁郁不乐，懒得工作，好像在“闹情绪”，似乎有些问题想不通。但自己又想不起有什么具体问题。便自我检查是否革命意志衰退了，时常用先进人物的事迹来鼓励自己，但无济于事。找领导汇报思想，领导了解她的一贯表现，诚意地安慰并多次表明对她的信任，问题还是未能解决。丈夫认为可能是因为工作过度疲劳引起的，劝她休息，陪她散步，这样反而更引起她的心烦，甚至感到活着没意思。有的医生诊断为神经衰弱，有的医生说她没有什病。这种状态维持了3—5个月，便不知不觉地好起来，一切恢复正常。自己也不知道为什么，如此反复三四次。每次都从家人、单位领导那里得到热情的安慰和鼓励，但最终还是要熬过这么长的时间才能好转。1982年初，偶然看到首钢医院“心理咨询门诊”的牌子，感到好奇，不知道这个门诊的医生是看什么病的。这时，正是她处于情绪低落时期，于是抱着试试看的态度来找医生求助。我们的心理咨询医生很容易地诊断她患有抑郁症。这种病的主要表现是情绪低落、抑郁，工作学习没有动力，效率也减退，有失落感，甚至有自杀的想法，等等。如不加治疗，半年左右多数病人可自发缓解，这是抑郁症的特征之一。明确诊断后，叫她服用抗抑郁药物。一周后，一切恢复正常，使她免于长达数月的痛苦煎熬。以后，她经常向她认识的人宣传开展心理咨询工作的重要性。实际上，这位工程师的心理困难不是心理咨询的对象，也不是心理治疗的适应症，而是药物治疗的适应症。她的病是用药物治好的。然而，她表现出的心理障碍，如果不是心理咨询医生从外表现象中看出了心理病的本质来确定诊断，是不可能得到正确的医疗帮助的。

由上面所讲的看来，不论对外开放以前，还是在开放以后，人们的心理矛盾和冲突引起的烦恼和困惑都是存在的，只是表现内容和形式稍有不同而已。不论是以前的或现在的，仅仅靠家

人、朋友的一般性帮助和同志的政治思想工作，虽然也可解决一部分问题，暂时缓解了矛盾，减轻了心理困难，但总是不完善的，对心理疾病尤其如此。心理咨询是一门科学，用科学的观点和方法来解决人们存在的心理问题，才会收到更好的效果。在搞好我国四个现代化的同时，助人的工作也要现代化。因此，心理咨询早晚会在我国兴起并发展起来，这是客观形势的需要。

现代心理咨询实际上包括上面所说的心理帮助和心理治疗。两者原来各有自己诞生的背景和发展的过程。自本世纪40年代以后，心理帮助和心理治疗开始汇合。尽管在服务对象上有些不同，但无论是在理论上还是在实际工作中，都难以划清界限。关于这些，下面还要详细介绍和讨论。

1987年，我国召开了第二次全国精神卫生工作会议。第一次会议是1958年召开的，那次会议叫做“全国精神病防治工作会议”，重点在于对精神病的防治。第二次改称“精神卫生工作会议”。这一点就说明，精神卫生工作对象除了精神病（一般叫做重性精神病）以外，还包括其他各种心理疾病，如各类神经症（一般叫做轻性精神病）、性心理变态和心身疾病等等。这类心理疾病病人数量更大，对人们健康的影响都很严重。而这些心理疾病的防治，用生物医学的方法收效甚微，主要在于做好心理咨询和心理治疗工作。因此，会议要求今后在综合性医院里逐步设立精神科和心理咨询科（何界生，1987）。这个决策是符合我国保健事业需要的。

但是，由于众所周知的原因，在80年代以前，在我国没有科学的心理咨询服务。心理治疗也只是由极少数精神科医生进行研究。因此，在这个领域里“底子”太薄了，可以承担这项任务的人太少了。而形势发展又很快，需要和可能的矛盾很大。可以说，目前大多数心理咨询机构的工作水平和质量都是不高的，水平不高，不能满足求助者的需要，未能解决他们的心理困难，没有治好他们的心理障碍，所以有的心理咨询机构办了一段时期就办不下去了。

近10年来，全国各地都举办了多次不同规模的心理咨询和心理治疗讲习班、研讨会。请国外的专家授课或派人出国学习，确实培养了一批心理咨询工作者，也提高了大家的兴趣。公众和患了心理障碍的人对心理咨询和心理治疗的理解和接受程度也在逐渐增加，各种情况都正在好转。

与此同时，除了在学术刊物上发表的有关心理咨询和心理治疗的论文和研究成果在逐年增加外，还出版了不少心理卫生、心理咨询和心理治疗的书籍。其中有国内专家写的，也有根据国外著作编译的，到1990年为止，已有10余种。但是，许多从事心理咨询工作和对这个工作感兴趣、愿意献身于这个事业的年轻人并不满足。我曾接到不少青年心理学家和医生的来信，他们说想从事心理咨询工作，但不知如何进行。尽管已经出版了不少书籍，但总的说来，介绍国外理论方面的较多，介绍实际做法的较少，介绍国内工作经验总结方面的更少。心理咨询工作者希望读到完整的案例，但这样的案例报告不易找到。他们迫切需要一本有实用意义的“指导书”，多介绍一些具体的方法和我国专家自己的经验。这个要求是可以理解的。然而，心理咨询服务的对象是人的心理活动，不论是正常的或异常的，虽然也有它的规律性，但比起人的生理解剖和躯体疾病来，情况却要复杂得多。心理咨询和心理治疗的方式和内容也灵活得多。即使根据同一理论观点，对不同的对象，谈话的内容、重点和顺序也不可能千篇一律，更何况这项工作在我国开展的时间很短，经验还不多。这样的书写起来困难确实不小。

我从50年代末60年代初开始学习心理分析法（钟友彬，1988）。1981年在首钢医院开设心理咨询门诊。此后曾多次为不同规模的心理咨询和心理治疗讲习班、培训班授课。随着经验的增加，讲稿也多次修改。一些听过课的青年人希望我写一本心理咨询工作的指导书。我思考再三，决定完成这一历史任务。在以前讲稿的基础上加以修改、补充，写了这本书。学习和研究是没有止境的，只要不脱离实践，经验也是总结不完的。我的书也只

是介绍前人的成就和我个人前一段工作经验的小结，当然是不完善、不全面的。

另外，心理咨询和心理治疗是通过人与人之间的心理交流来进行的，而人的心理不能脱离他们所在的社会环境和历史文化遗产。西方创立的心理治疗理论系统，原则上也适用于中国，因为人是有共性的。但具体地说又不完全适用，因为传统文化和社会背景必然影响着人的观念、态度和习惯。要想把西方的理论更好地应用于中国，必须在工作方式、谈话内容、咨询医生和咨询客人的关系上符合中国社会的具体情况，这是不言而喻的。在这本书里，除了介绍评论国外的理论外，其他内容都是根据我和我的研究小组自己的观点和经验写成的。

还有，心理咨询和心理治疗的主要工作方式是一对一的谈话，具有高度的个别性，对不同的对象应有不同的接触技巧。用统计学方法进行大样本的分析，只能是概括性的，不一定能满足实际工作者的需要。因此，在这本书里不引用别人的统计数据，也不加自己的统计数据，而着重在案例的研究和分析，使读者通过咨询医生解除咨客烦恼的过程，了解到各类神经症病人通过心理治疗症状消失及治愈的过程。初学的读者可以照书上介绍的方法“比着葫芦画瓢”地试用于他们的咨客或病人。

各种心理测验也是心理咨询工作的一部分，但不是必不可少的部分。多么好的测验方法和量表，不论它的信度和效度有多么高，都不能取代面对面的交谈，不能完整地反映咨客的内心体验，却要花去咨客不少时间、精力和费用。因此，在这本书里不介绍心理测验。

一般认为患有心理疾病需要心理治疗的人叫做病人，没有心理疾病仅是因为有烦恼苦闷心情而向心理咨询家求助的人叫做咨询客人，简称咨客（client），但两者不易完全划清界限，在这本书里，两种名称并用。

另外，帮助咨客或给病人做心理治疗的人可以称为心理咨询家（counsellor）、心理治疗家（psychotherapist）、心理咨询医

生或心理医生。由于在实际工作中，心理咨询和心理治疗难以截然分开，在这本书里，上述几个名称被当做同义词，统称为心理咨询医生或心理咨询家。

在这本书里，虽然对国外创立的学说和方法做了介绍和评论，但主要部分和内容是用我自己参考西方的理论并根据我国社会文化具体情况设计的方法来帮助中国的咨客、治疗中国的病人的经验总结，所以这本书也可以叫做《中国心理咨询》。当然书中会有许多缺点、错误和不足，敬请读者指教。

作 者

1991年5月

目 录

前言

第一章 现代心理咨询的发展简史和工作范围	(1)
第一节 指导与帮助	(1)
第二节 心理治疗	(3)
第三节 现代心理咨询	(4)
第二章 心理症状和心理疾病	(9)
第一节 为什么要熟悉心理症状和心理疾病	(9)
第二节 心理的正常和异常	(10)
第三节 常见的心理症状及其临床意义	(12)
一、感知觉障碍	(13)
二、思维障碍	(14)
三、情感障碍	(17)
四、意向、意志和行为的障碍	(18)
五、记忆障碍	(20)
六、自知力障碍	(21)
第四节 常见的心理疾病	(22)
一、精神病	(23)
二、神经症	(29)
三、其他心理疾病	(36)
第三章 心理治疗和咨询的理论系统和方法	(39)
第一节 心理分析法	(39)
一、正统的心理分析法	(39)
二、心理动力学疗法	(52)
三、认识领悟疗法	(54)
第二节 行为疗法	(60)

一、早期的行为疗法	(61)
二、认知疗法或认知行为疗法	(65)
第三节 咨客中心疗法	(69)
第四节 森田疗法	(78)
第五节 小结与评论	(87)
第四章 咨询关系	(89)
第一节 社会角色和治疗联盟	(89)
第二节 心理咨询医生的作用和咨询关系的模式	(91)
第五章 心理咨询医生	(98)
第一节 心理咨询医生应具备的条件	(98)
第二节 心理咨询医生应遵守的工作原则	(102)
第六章 心理咨询的形式和步骤	(106)
第七章 心理咨询的实践	(112)
第一节 指导性心理咨询	(112)
第二节 深入的心理咨询	(126)
一、概念	(126)
二、任务和目标	(127)
第三节 心理治疗	(147)
一、神经衰弱的治疗	(148)
二、对人恐怖症的治疗	(153)
三、性变态的治疗	(181)
四、强迫性神经症的治疗	(214)
第八章 心理咨询过程中的阻抗	(245)
第一节 阻抗是心理咨询的伴随现象	(245)
第二节 阻抗的表现	(246)
第三节 阻抗的原因	(250)
第四节 阻抗的克服	(257)
参考文献	(263)

第一章 现代心理咨询的发展

简史和工作范围

现代心理咨询包括指导帮助和心理治疗。前者是心理学家开创的，始于美国；后者是医生发明的，始于欧洲。两者各有其诞生的背景及发展过程。20世纪40年代，两项工作开始汇合，逐渐发展成为心理咨询。英文counselling这个词是建议、忠告、给人以帮助的意思，现代心理咨询已越过这个界限，它的范围很广，从对正常人的指导和帮助到对心理疾病病人的心理治疗。

第一节 指导与帮助

人们在研究心理咨询的起源时，总是要上溯到20世纪初。那时美国工业化进程加快，需要有各种专业技术的劳动者。人们大量流入城市，各种职业的中等专业学校入学人数剧增，如何培养这些人成为合格的人才，如何指导他们选择职业、学什么专业、做什么工作最合适，这是当时的一个大问题，青年们急需指导和帮助。心理学家帕森斯（P.Parsons）和他的同事们通过公民服务部对这些青年提供就业指导 and 帮助。1908年成立波士顿就业指导局。目的是把青年人的性格、兴趣、才能和职业选择联系起来，帮助他们找到最适合的工作。以后，发展为有组织的就业指导运动，并得到国家的承认。1913年成立国家就业指导协会。帕森斯的这项开创性工作被认为是心理咨询的开端。

19世纪末20世纪初，法国心理学家比内（A.Binet）等人进行了智力测验的研究，以后兴起了心理测验运动，促进了个体差异的研究，对人的能力和兴趣等提供了客观评估的依据。随着就

业指导运动的发展,心理测查也在美国发展起来。在第一次世界大战期间和战后,关于人的兴趣、能力等个体差异方面的心理测验研究便成为指导与帮助技术发展的一个重要方面。30年代前后,就业指导、心理测验和社会教育逐渐汇合成为一体。

与此同时,在美国兴起了心理卫生运动。这一运动是比尔斯(C.W.Beers)发起的。

比尔斯(1876年生)18岁进入耶鲁大学,学习商科。他的哥哥患癫痫病。他担心此病有遗传性,自己也可能患这个病,整日恐惧不安而致精神失常,住进精神病院。当时的美国精神病院条件极差,也没有什么特殊的治疗。病人常受到工作人员的冷遇和虐待,处境悲惨。比尔斯亲眼看到这一切并身受这种待遇。同时,社会上对精神病人也存在着偏见、误解和歧视。他很悲愤。在治愈出院后,根据自己的经历和感受写了《失而复得的心》(A Mind That Found Itself)一书,书中描述了住院精神病病人的悲惨状况,如医院设备简陋、医护人员的粗暴态度等等。此书于1905年出版。当时美国著名的心理学家詹姆斯(William James)和最有名的精神病学家迈耶(Adolf Meyer)对这本书评价很高,认为这涉及到心理卫生问题。同时也引起社会各界的普遍重视,都愿意帮助比尔斯推广他的心理卫生运动。

心理卫生运动的兴起使人们对如何保持心理健康、防止心理疾病非常关心。这无疑地给指导与帮助这一早期的心理咨询活动增加了新的内容,促进了它的发展。

“咨询”(counselling)这个词是罗杰斯(C.Rogers)第一个提出来的。他也是一个心理学家,曾学过宗教学并受到心理分析训练,对教育犯罪青少年很有经验。1942年,他出版了《咨询与心理治疗》一书,第一次把咨询和心理治疗连在一起。这在心理咨询发展史上是一件大事。

40年代后期美国社会经济的变化也促进了咨询工作的发展。第二次世界大战结束后,大量的复员、退伍军人涌进高等学校。这种情况和20世纪初中等专业学校入学人数剧增情况相似。入学

和就业方面都需要心理服务。另外，残废军人的社会适应问题也对这种心理服务提出迫切的要求。在美国退伍军人管理部门雇用了许多心理学家。1949年管理部门又和许多大学合作，成立了社区和学院的咨询中心。

50年代以后，由于人本主义心理学的兴起，咨询内容和目的也有新的发展。在此以前，在指导、帮助和教育工作中，较多地强调适应，50年代以后，则较多地强调发展人的潜力。70年代以后，尽管原来的指导、帮助与教育方面的内容仍然存在，但已越来越重视发挥人的潜力来预防和治疗心理疾病，把心理咨询看成是心理卫生工作的一部分，这就是现代心理咨询了。

第二节 心理治疗

这里所说的心理治疗不是指医生对病人进行安慰、解释和保证等工作，这属于支持性心理治疗。它仅可做为治病的辅助手段。这里讨论的是专门的或特殊的心理治疗，它是治疗心理疾病的主要或唯一手段。这种心理治疗最初是医生发明的。

现代医学是从欧洲文艺复兴开始的。自16世纪到19世纪300多年间，欧洲医学得到迅速发展，表现在生理病理科学理论的进展、检验诊断技术的改进和治疗技术的提高。一些对人类危害极大的恶性传染病逐渐得到控制。随着这些严重疾病的减少，一些心理疾病显得相对增多。由于现代医学是建立在解剖生理学基础上的，它的突飞猛进也促使机械论思想的发展。医生们认为只有主观感到的不适和痛苦，查不出身体上有可以解释这些痛苦的具体病理变化，便不认为有病或不于重视。许多心理病例如各类神经症就是这类病。这类病人数量很多，用当时的细胞病理学观点不能解释它们的临床现象和发病原理，用各种躯体治疗方法也无能为力，成了当时医生们伤脑筋的问题。19世纪末期，奥地利神经科医生弗洛伊德（S.Freud）创立了心理分析法，不用任何躯体治疗方法，仅仅和病人连续会见、交谈便治愈了直到现在还属于

顽固病的强迫症和恐怖症等。因此，心理分析法成了医学史上第一个心理治疗法，被认为是心理治疗发展史上第一个里程碑。

以后，心理治疗不断发展。20世纪50年代，心理治疗家们根据生理学家巴甫洛夫的条件反射学说、心理学家斯金纳（B.F. Skinner）的操作条件反射学说以及学习的理论，创用了行为矫正法。虽然不用谈话而用设计好的心理学技术治愈了一些心理病，也被认为是一种心理治疗方法。它是和教育相结合的方法，被认为是心理治疗发展的第二个里程碑。这个方法后来又有发展，形成认知行为疗法。

40年代，罗杰斯所创用的咨客中心疗法实际上是一个与传统方法不同的全新的心理疗法。和同时代其他人本主义心理学说相适应，统称为人本主义心理疗法，被认为是心理治疗发展的第三个里程碑。60年代以后，这个方法形成新的高潮。

由此看来，心理治疗也有自己的产生背景和发展过程，它至今还在不断地发展。

第三节 现代心理咨询

40年代初，罗杰斯提出“咨询”这个词，但未被广泛使用。40年代后期，罗杰斯在美国复员退伍军人管理部培训了许多咨询工作者，目的是帮助这些军人解决就业和求学上的心理问题。1946年后美国心理学会改组，提高了应用心理学的地位，成立了心理学的第17分支学会。起初叫人事心理学（personel psychology），后来叫人事和指导心理学（personel and guidance psychology）。不久，又改为咨询和指导（counselling and guidance）。到1951年，这个分支学科才正式命名为咨询心理学。17分支的任务和目的很广泛，主要是研究教育、就业和个人适应中的心理学问题以及助人的技术和方法如心理调查等，也考虑心理病的诊断和治疗。这样一来，咨询心理学和它相邻近的分支学科如教育心理学、临床心理学尤其是一向被认为是医生领地的心理治疗学之