

心理咨询与治疗系列

哀伤心理咨询

理论与实务

陈维樑 钟莠筠 著



中国轻工业出版社

心理咨询与治疗系列

哀伤心理咨询

理论与实务

陈维樑 钟莠筠 著

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

哀伤心理咨询: 理论与实务 / 陈维樑, 钟葵筠著.
—北京: 中国轻工业出版社, 2006.1
(心理咨询与治疗系列)
ISBN 7-5019-5136-5

I. 哀... II. ①陈... ②钟... III. 情绪-自我控制-
咨询服务 IV. B842.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第116488号

总策划: 石 铁
策划编辑: 李 峰
责任编辑: 张乃柬 李 峰 责任终审: 杜文勇
版式设计: 时春雨 责任校对: 万 众 责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)
印 刷: 北京天竺颖华印刷厂
经 销: 各地新华书店
版 次: 2006年1月第1版第1次印刷
开 本: 850×1168 1/32 印张: 6.75
字 数: 100千字
书 号: ISBN 7-5019-5136-5/B·088 定价: 20.00元
读者服务部邮购热线电话: 010-65241695 85111729 传真: 85111730
发行电话: 010-65128898 传真: 85113293
咨询电话: 010-65595090, 65262933
网 址: <http://www.chlip.com.cn>
E-mail: club@chlip.com.cn
如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换
51027J6X101ZBW

陈维霖，香港注册心理学家，持有美国加州临床心理学专业牌照，获哀伤辅导及创伤压力专业认可，为美国创伤压力专家学会会员。在亚洲、美国及欧洲等地开展相关培训。

钟莠筠，香港注册社工，曾任职医院社工，后取得辅导教育硕士并赴美国费城参与短期家庭治疗培训课程。现职私人机构特约心理咨询顾问、成长课程教授兼导师，并正接受心理动力治疗方面的训练。

出版者的话

一本书要花多少钱，定价可以衡量。

一本书所拥有的价值，却无法衡量。

买书人在意花多少钱购书，读书人在意他们付出的读书时间是否“物有所值”，出版者则在意是否“问心无愧”地呈现最好的书。

所有的人都在用最宝贵的时间作筹码，希望自己的付出能换得回报。人们渴望换回的是真知、是理想、是美好生活的源泉。

所以，我们不断努力。

万千心理
Man Dian Psychology

万千心理图书目录

| 代号 | 书 名 | 译 者 | 定 价 |
|---------|-------------------------|--------|----------|
| 心理学导读系列 | | | |
| L049 | 心理学导论 ——思想与行为的认识之路 | 郑 钢 等译 | 99.00 元 |
| L352 | 人格心理学 (第六版) | 陈会昌 等译 | 48.00 元 |
| L408 | 发展心理学 (第六版) | 邹 泓 等译 | 75.00 元 |
| L358 | 军事心理学手册 (精装) | 苗丹民 等译 | 115.00 元 |
| L300 | 教育心理学 | 张厚粲 译 | 60.00 元 |
| L305 | 司法心理学 | 吴宗宪 等译 | 48.00 元 |
| L338 | 工业与组织心理学 (第八版) | 时 勘 等译 | 42.00 元 |
| X446 | 社会心理学 (第五版) | 侯玉波 等译 | 65.00 元 |
| X447 | 心理学批判性思维 | 李小平 等译 | 26.00 元 |
| X448 | 临床心理学 (第六版) | 丛 中 等译 | 60.00 元 |
| X454 | 实用心理评估 | 张厚粲 编著 | 24.00 元 |
| X466 | 认知心理学 (第三版) | 黄希庭 等译 | 55.00 元 |
| X467 | 情绪心理学 (第五版) | 王 力 主译 | 36.00 元 |
| X468 | 心理学研究手册 | 周晓林 等译 | 40.00 元 |
| X469 | 健康心理学 (第四版) | 胡佩诚 等译 | 65.00 元 |
| X470 | 实验心理学教程 (第三版) | 郭秀艳 等译 | 40.00 元 |
| L339 | 实验心理学——通过实例入门 | 张 奇 等译 | 28.00 元 |
| L353 | 问题解决心理学 | 张 奇 等译 | 20.00 元 |
| L409 | 与“众”不同的心理学 ——如何正视心理学 | 范 照 等译 | 20.00 元 |
| L307 | 改变心理学的 40 项研究 | 白学军 等译 | 26.00 元 |
| L337 | 国际心理科学联合会历史 | 张厚粲 译 | 30.00 元 |
| L051 | 认知心理学 | 黄希庭 等译 | 50.00 元 |
| L053 | 犯罪行为心理学 | 吴宗宪 等译 | 50.00 元 |

| | | | |
|------|-------------------------------|--------|---------|
| L054 | 压力与健康 | 石 林 等译 | 40.00 元 |
| L046 | 三种心理学——弗洛伊德、 斯金纳和罗杰斯的心理学理论 | 石 林 等译 | 13.00 元 |
| L047 | 弗兰克尔:意义与人生 | 常晓玲 等译 | 18.00 元 |
| L048 | 现代英汉心理学词汇 | 张厚粲 等编 | 18.00 元 |
| L058 | 互联网心理学 | 谢 影 等译 | 16.00 元 |
| L164 | 现代精神分析“圣经” ——客体关系与自体心理学 | 贾晓明 等译 | 16.00 元 |
| L191 | 旅游心理学 | 马 莹 编著 | 18.00 元 |

心理学导读系列合计

1261.00 元

心理咨询治疗系列

| | | | |
|------|-----------------------|--------|---------|
| X332 | 行为矫正 ——原理与方法 (第三版) | 石 林 等译 | 50.00 元 |
| X340 | 心理障碍临床手册 (第三版) | 刘兴华 等译 | 78.00 元 |
| X453 | 临床心理督导纲要 (第三版) | 王择青 等译 | 56.00 元 |
| X343 | 心理咨询师的问诊策略 (第五版) | 张建新 等译 | 80.00 元 |
| X344 | 危机干预与创伤治疗方案 | 梁 军 译 | 24.00 元 |
| X345 | 心理咨询与治疗的理论及实践 | 石 林 等译 | 40.00 元 |
| X346 | 心理咨询与治疗经典案例 | 石 林 等译 | 30.00 元 |
| X342 | 国外罪犯心理矫治 | 吴宗宪 著 | 45.00 元 |
| X333 | 精神分析案例解析 | 钟 慧 等译 | 24.00 元 |
| X347 | 家庭治疗技术 | 方晓义 等译 | 24.00 元 |
| X412 | 家庭治疗基础 | 林丹华 等译 | 39.00 元 |
| X348 | 人格障碍的认知疗法 | 翟书涛 等译 | 32.00 元 |
| X377 | 团体心理治疗——理论与实践 | 李 鸣 等译 | 45.00 元 |
| X371 | 认知治疗技术——从业者指南 | 张黎黎 等译 | 40.00 元 |
| X406 | 精神分析导论 | 施琪嘉 等译 | 16.00 元 |
| X407 | 儿童绘画与心理治疗 ——解读儿童画 | 李 甦 等译 | 18.00 元 |
| X415 | 短程心理治疗实践 | 章晓云 译 | 16.00 元 |

| | | | | |
|------------|------|-----|----|-----------|
| D082 | 战胜疼痛 | 朱克顺 | 等译 | 14.00 元 |
| D083 | 请理解我 | 王晓静 | 译 | 25.00 元 |
| 心理咨询治疗系列合计 | | | | 1294.00 元 |

心理治疗指导计划系列

| | | | | |
|--------------|--------------------------|-----|----|----------|
| X423 | 团体治疗指导计划 | 王海芳 | 等译 | 30.00 元 |
| X424 | 青少年心理治疗指导计划 | 张宁 | 等译 | 35.00 元 |
| X425 | 雇员心理支持指导计划 | 袁荣亲 | 译 | 20.00 元 |
| X426 | 青少年司法与收容治疗指导计划 | 汤臻 | 等译 | 38.00 元 |
| X427 | 人格障碍治疗指导计划 | 张宁 | 等译 | 42.00 元 |
| X428 | 特殊教育指导计划 | 刘昊 | 译 | 38.00 元 |
| X429 | 社会工作与人类服务治疗指导计划 | 徐静 | 译 | 25.00 元 |
| X430 | 夫妻治疗指导计划 | 张锦涛 | 译 | 32.00 元 |
| X431 | 家庭治疗指导计划 | 孙莉 | 译 | 35.00 元 |
| X432 | 儿童心理治疗指导计划 | 田璐 | 等译 | 38.00 元 |
| X433 | 学校咨询与学校社会工作指导计划 | 周司丽 | 等译 | 42.00 元 |
| X434 | 自杀与凶杀的危险性评估 及预防治疗指导计划 | 周亮 | 等译 | 30.00 元 |
| X435 | 严重持续性精神障碍 治疗指导计划 | 李占江 | 等译 | 30.00 元 |
| X436 | 养育技能指导计划 | 梁慧娟 | 等译 | 35.00 元 |
| X437 | 成瘾者治疗指导计划 | 洪炜 | 等译 | 38.00 元 |
| 心理治疗指导计划系列合计 | | | | 508.00 元 |

司法心理学系列

| | | | | |
|-----------|--------------|-----|----|---------|
| X391 | 说谎心理学 | 郑红丽 | 译 | 18.00 元 |
| X451 | 罪犯心理咨询 (第二版) | 杨波 | 等译 | 32.00 元 |
| 司法心理学系列合计 | | | | 50.00 元 |

运动心理学系列

| | | | | |
|------|--------|-----|----|---------|
| X461 | 足球心理训练 | 张忠秋 | 等译 | 16.00 元 |
| X462 | 篮球心理训练 | 张忠秋 | 等译 | 12.00 元 |
| X463 | 网球心理训练 | 张忠秋 | 等译 | 22.00 元 |

| | | | | |
|------|-----------------------|-----|----|--------|
| X416 | 格式塔咨询与治疗技术 | 叶红萍 | 等译 | 18.00元 |
| X420 | 咨询和治疗中的沟通分析技术 | 黄 峥 | 译 | 18.00元 |
| X449 | 心理治疗师之路 | 林石南 | 等译 | 16.00元 |
| X457 | 心理治疗个案研究(第四版) | 王旭梅 | 等译 | 22.00元 |
| X458 | 突破心理治疗中的“不可能”案例 | 张怡玲 | 译 | 20.00元 |
| X341 | 给心理治疗师的礼物 | 张怡玲 | 译 | 15.00元 |
| X258 | 自杀:一种不必要的死亡 | 李 鸣 | 等译 | 18.00元 |
| X313 | 《道德经》与心理治疗 | 张新立 | 译 | 10.00元 |
| X040 | 团体咨询的策略与方法 | 洪 炜 | 等译 | 28.00元 |
| X044 | 危机干预策略(上下) | 肖水源 | 等译 | 50.00元 |
| X036 | 压抑的女性 | 朱怀江 | 等译 | 14.00元 |
| X039 | 理智胜过情感 | 张忆家 | 译 | 15.00元 |
| X037 | 直言相告:儿童精神健康与调节 | 汤宜朗 | 等译 | 18.00元 |
| X042 | 心理咨询与治疗的理论及案例 (上下) | 胡佩诚 | 等译 | 50.00元 |
| X085 | 认知疗法:基础与应用 | 翟书涛 | 等译 | 20.00元 |
| X120 | 心理咨询面谈技术 | 陈祉妍 | 等译 | 30.00元 |
| X143 | 儿童青少年心理咨询与治疗 | 方晓义 | 等译 | 32.00元 |
| X144 | 走出婚姻暴力的阴影 | 刘稚颖 | 译 | 18.00元 |
| X179 | 儿童短程游戏心理治疗 | 刘稚颖 | 译 | 25.00元 |
| X215 | 儿童心理治疗技术 | 高 桦 | 等译 | 20.00元 |
| X240 | 老年心理与精神保健指南 | 李 君 | 等译 | 18.00元 |
| D084 | 精神创伤之后的生活 | 田成华 | 等译 | 20.00元 |
| D025 | 战胜焦虑 | 施承孙 | 等译 | 14.00元 |
| D026 | 走出抑郁 | 宫宇轩 | 等译 | 20.00元 |
| D027 | 克服恐慌 | 迟立忠 | 等译 | 12.00元 |
| D130 | 抚平创伤 | 周晓林 | 等译 | 12.00元 |
| D131 | 克服羞怯 | 周晓林 | 等译 | 12.00元 |
| D132 | 战胜自卑 | 周晓林 | 等译 | 15.00元 |
| D028 | 快乐处方 | 董利晓 | 等译 | 18.00元 |

| | | | |
|------------------|-----------|--------|-----------------|
| X464 | 运动心理咨询理论 | 张忠秋 等译 | 18.00 元 |
| X465 | 运动技能学习与控制 | 张忠秋 等译 | 45.00 元 |
| 运动心理学系列合计 | | | 113.00 元 |

军事心理学系列

| | | | |
|------------------|----------|--------|----------------|
| X443 | 战斗与冲突心理学 | 王京生 等译 | 16.00 元 |
| 军事心理学系列合计 | | | 16.00 元 |

学校心理系列

| | | | |
|-----------------|---------------------------------|--------|-----------------|
| J235 | 学校心理咨询 | 李正云 主编 | 18.00 元 |
| X349 | 校本功能性行为评价 ——教育工作者指南 | 孙 瑾 译 | 26.00 元 |
| X350 | 学生行为管理 | 关丹丹 等译 | 40.00 元 |
| X422 | 天才和资质优异儿童的心理咨询 ——教师、咨询师及父母指南 | 曲晓艳 等译 | 30.00 元 |
| 学校心理系列合计 | | | 114.00 元 |

当代管理与心理学应用系列

| | | | |
|-----------------------|-------------------------|--------|-----------------|
| X301 | 卓越领导力 ——十种经典领导模式 | 王力行 等译 | 26.00 元 |
| X302 | 人的行为与组织管理 | 钟谷兰 译 | 45.00 元 |
| X306 | 工作评价 ——组织诊断与研究实用量表 | 阳志平 等译 | 32.00 元 |
| X317 | 变革的绩效评估 ——员工安置、激励与发展 | 张 宏 等译 | 26.00 元 |
| X450 | 创造力拓展训练 ——团体培训手册 | 周丽清 等译 | 25.00 元 |
| 当代管理与心理学应用系列合计 | | | 154.00 元 |

生涯规划与发展系列

| | | | |
|--------------------|-----------|--------|----------------|
| X253 | 征服你的第一份工作 | 曹迎馨 等译 | 16.00 元 |
| X309 | 掌控自我的职业女性 | 徐文艳 译 | 12.00 元 |
| X311 | 过你热爱的生活 | 秦子冰 译 | 16.00 元 |
| 生涯规划与发展系列合计 | | | 44.00 元 |

新课程与教育评价改革译丛

国家基础教育课程改革“促进教师发展与学生成长的评价研究”项目组 译

| | | |
|----------------|------------------|----------|
| J221 | 有效的学生评价 | 30.00 元 |
| J222 | 促进教学的课堂评价 | 35.00 元 |
| J224 | 教学中的测验与评价 | 35.00 元 |
| J304 | 等级评分——学习和评价的有效工具 | 26.00 元 |
| J312 | 真实性评价——小学教师实践指南 | 14.00 元 |
| J316 | 真实性评价——教师指导手册 | 12.00 元 |
| J325 | 中小学教育评价 | 35.00 元 |
| J378 | 课堂教学评分规则 | 22.00 元 |
| J389 | 成长记录袋评价——教育工作者手册 | 14.00 元 |
| J390 | 测验的反思——对高利害测验的建议 | 18.00 元 |
| J413 | 教育性评价 | 35.00 元 |
| J459 | 促进学习的学生参与式课堂评价 | 46.00 元 |
| 新课程与教育评价改革译丛合计 | | 322.00 元 |

脑科学与教育译丛

北京师范大学“认知神经科学与学习”国家重点实验室

脑科学与教育应用研究中心 译

| | | |
|------------|--------------------|----------|
| J401 | 天才脑与学习 | 30.00 元 |
| J402 | 有特殊需要的脑与学习 | 24.00 元 |
| J403 | 脑与学习 | 32.00 元 |
| J439 | 脑的功能——将研究结果应用于课堂实践 | 25.00 元 |
| J440 | 脑的学习与记忆 | 21.00 元 |
| J441 | 适于脑的教学 | 22.00 元 |
| J442 | 艺术教育与脑的开发 | 22.00 元 |
| 脑科学与教育译丛合计 | | 176.00 元 |

更多信息请登录：www.wqedu.com

* 本目录定价如有错误或变动，以实际出书定价为准。

咨询电话：010-65595090，65262933

试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com

序 言 一

为举办一连串有系统、以普通话或广东话教授、专为内地与香港专业人士设立的哀伤咨询/辅导训练课程，我得以撰写和搜集本书内的一些教学材料。举办这些课程及撰写这本培训手册的目的，在于装备社区一线工作人员，去辅助哀伤者面对人生中种种损失及创伤经验，促进他们顺利度过正常的哀伤历程以及评估复杂或病态的哀伤，并作出合宜的介入。

在初级班层面，我们探讨了正常和复杂哀伤的理论、进行哀伤咨询的模式及方法，所强调的是概念与知识的理解。中级班的焦点在于实习，我们运用经验性的方法，如角色扮演和示范，来帮助参加者发展咨询/辅导技巧，介入层面包括个人、家庭及小组三方面。高级班的重心在于理论与实践的整合，咨询/辅导的微细技巧亦有更深的探究。

这一系列课程始于1996年，由香港聪明会综合哀伤服务所推动之培训计划。时至今日，多个循环的初、中、高级班训练已完成（一个循环约需40小时），共有超过几千名来自不同职业背景的人参加（有咨询/辅导员、护士、社工、院牧、医生、教师和心理学家等）。

这本培训手册整合了早前在香港由聪明会出版、中英对照的《哀伤辅导手册：概念与方法》（已绝版），并增加了我曾使用的

·II· 哀伤心理咨询

培训材料，希望在从事哀伤咨询、辅导、研究的同僚中产生抛砖引玉的作用，并且共同将信、望、爱带到哀伤者的生命当中。

陈维桦

2005年于香港

序 言 二

与恩师执笔合写第一版的《哀伤心理咨询：理论与实务》，至今转眼已有七年，惊觉时光飞逝之余，也感谢造化之主赐下如此难得的机会，让自己可以再次修改旧版书中一些不完善的地方，并添加了一些新的内容。由于成书仓促，加上两地语言文化的差异，相信书中仍有不尽完美之处，深盼读者多多见谅和赐教。

在本书的第2、3、6章我们引用了共10个个案的谈话记录（来访者的真实姓名及个人背景资料已被修改），希望读者对哀伤心理咨询的技巧，包括如何通过理论的帮助对个案产生概念化的了解、设定介入的方向和增加对谈的治疗功能等，有更具体的掌握。我们仅此向陈博士所督导的心理咨询员致谢，他们在百忙中抽时间，很有效率地把个案资料进行整理，使本书的内容变得更丰富和实用。

但愿本书最终能为每一个哀伤者带来安慰与希望、豁达与智慧。

“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。但愿人长久，千里共婵娟。”——苏轼：水调歌头

“人间的追悼会，就是天上的婚筵。”——冰心

“智慧人的心在遭丧之家。”——旧约圣经：传道书

·IV· 哀伤心理咨询

“若上帝取去我们看为宝贵的东西，那是因为他要另外赐给我们更宝贵的。”——苏恩佩：死亡别狂傲

钟秀筠

2005年于香港

目 录

| | |
|---------------------------|--------|
| 第 1 章 认识哀伤 | (1) |
| 第 1 节 定义 | (2) |
| 第 2 节 理论 | (6) |
| 第 3 节 儿童与青少年的哀伤 | (14) |
| 第 4 节 老年人的哀伤 | (20) |
| 第 5 节 练习 | (27) |
| 第 2 章 辅助正常哀伤 | (29) |
| 第 1 节 哀伤咨询的关系 | (30) |
| 第 2 节 哀伤咨询的一般原则 | (31) |
| 第 3 节 促进咨询成效的因素 | (36) |
| 第 4 节 性别和文化的考虑 | (41) |
| 第 5 节 哀伤咨询的模式 | (49) |
| 第 6 节 个案分析 | (64) |
| 第 3 章 处理复杂哀伤 | (83) |
| 第 1 节 复杂哀伤的定义 | (84) |
| 第 2 节 诊断准则 | (87) |
| 第 3 节 其他相关诊断 | (92) |
| 第 4 节 个案分析 | (98) |

| | |
|-------------------------------|-------|
| 第4章 处理咨询/治疗师自身哀伤 | (119) |
| 第1节 咨询/治疗师自身的情绪 | (120) |
| 第2节 咨询/治疗师面对自身的哀伤 | (122) |
| 第3节 应用反移情建立咨询策略 | (123) |
| 第5章 哀伤咨询的要素和技巧 | (127) |
| 第1节 影响哀伤咨询过程的要素 | (128) |
| 第2节 咨询技巧概览 | (131) |
| 第3节 个人咨询 | (133) |
| 第4节 家庭咨询 | (139) |
| 第5节 小组咨询 | (143) |
| 第6节 练习：处理哀伤家庭 | (146) |
| 第7节 练习：哀伤者的心灵对话 | (149) |
| 第8节 练习：提升哀伤咨询员的敏锐度 | (150) |
| 第9节 练习：沟通技巧评估 | (151) |
| 第10节 练习：主动聆听技巧 | (153) |
| 第6章 哀伤心理咨询个案案例 | (155) |
| 附录一 幽默与哀伤 | (183) |
| 附录二 资源共享 | (187) |
| 参考书目 | (193) |