

李長貴著

大學
用書
心理指導與心理治療

幼獅文化事業公司印行

李長貴著

心理指導與心理治療

幼獅文化事業公司印行



行政院新聞局核准登記證局版臺業字第二〇四號

著者：李長貴

出版者：幼獅文化事業公司

發行人：胡執

臺北市重慶南路一段66之1號三樓

臺北市漢中街五十一號

郵政劃撥〇〇〇二七三七—三號

印刷者：嘉利印刷有限公司

基本定價：二元八角二分

中華民國六十五年五月初版

中華民國七十四年九月七版

自序

在文化和科學進步的世紀中，人類的心理問題日趨複雜。科學的成就雖然帶來了物質文明的燦爛和光輝，然而精神的枯燥和心理的負荷也在一日千里的蔓延。本書旨在輔導人類的力量，使他在社會上的福利、成就、和愉快能順利地獲得，充分發揮人類潛在的能力，成就個人的前途、社會的福利，和國家的富強，同時也喚起社會對心理疾病的問題，除提高積極的措施，加以防範外，對現有的心理問題要加以指導和治療。心理的健全對人類的福利、愉快和能力的發揮有極大的幫助。心理的健全不賴於個人在社會窘迫的環境中摸索，而有賴於心理知識及專家的指導和治療，使個人在社會中能使用最低的心理能力來應付環境加在心理的壓力。心理指導和治療也能減少家庭、學校、工廠和機關團體中的心理疾病，使人類在愉快的情緒中發揮他的能力，裨益自己，貢獻社會。

本書是為從事於心理保健者、社會工作者、醫生、教師、精神科醫生、牧師、以及從事於人事指導者而撰寫的。內容分為三大部分：第一部分為心理指導和心理治療的理論的基礎。作者對心理病態的文化背景、指導和治療的沿革，人格原理的應用、心理病態和防禦機能的關係，心理病的現象，以及現代各理論的核心等，都作了詳細的探討。第二部分即為理論的應用。這一部分中作者將今日心理指導和治療的實際方法，逐步說明；其內容有：接談的技巧，心理指導和心理治療的程序、設備、準備、方法等。第三部分為心理指導和治療的應用方面，對婚姻、父母和子女間之關係、羣體療法、教育指導、宗教

指導和人際關係的指導等都詳細闡明。作者力求心理指導與心理治療之各家理論、觀念及方法之簡明，不直接引述各論著之一句或一段，而整體地採納其中思想，所以，每章各別指出參考材料來源之頁數，希讀者再作進一步的研究。

事實上讀完了本書還不足從事心理指導和心理治療工作。主要的，讀者要從實際觀察作起，在個的實習中，加以專家的指導，始可能作心理保健的工作。心理指導和心理治療的理論和方法日新月異，本書的缺點自所難免，深望以後有增訂的機會，並希望讀者指教。

民國六十年八月二十日

李長貴於東海大學

心理指導與心理治療

第一篇 心理指導和心理治療的理論基礎

第一章 心理疾病的文化背景.....三

(一) 問題的範圍.....四

(二) 文化環境的壓力與個人所產生的反應.....六

(1) 生理化學成份的平衡。(2) 性欲望。(3) 情緒安全的需要。(4) 成就的需要。(5) 心理指導和心理治療的範圍。

第二章 心理指導和心理治療的沿革.....二二

(一) 心理指導和心理治療的學術背景.....二二

(二) 弗洛伊德的催眠術和淨化術.....二五

(三) 弗洛伊德的方法和心理療法的思想.....二七

(四) 弗洛伊德的人格發展的原理.....三〇

(五) 夢的分析.....三二

(六) 心理分析的開始.....三三

第三章 心理病態和人格原理.....三六

(一) 弗洛伊德心理分析的人格原理.....三七

(1) 人格的結構。(2) 人格的動力。(3) 人格的發展。

(二) 楊格的人格原理.....四一

(1) 人格的結構。(2) 人格的動力。(3) 人格的發展。

(三) 社會原因的人格論.....四五

(1) 愛爾達的人格論。(2) 傅洛姆的人格論。(3) 何尼的人格論。(4) 沙利曼的人格論。

(四) 羅加的人格論.....五二

(1) 個人生存於蛻變的社會中。(2) 機會對現有的經驗和認知作立即的反應。(3) 機體的反應是整體的反應。(4) 機體活動的主要傾向。(5) 行為有朝向目標的企圖。

第四章 心理病態和自我防禦的機能.....五六

(一) 壓抑.....五六

(二) 投射.....五八

(三) 合理化.....五九

(四) 反應構造.....五九

(五) 固置.....六〇

(六) 退化.....六〇

第五章 心理病態.....六二

- (一) 憂鬱病態的行爲……………六二
- (1) 憂鬱病態的生理社會的基礎。(2) 憂鬱病態的生社決定因素。
- (二) 疲勞病症……………六九
- (1) 疲勞病症的種類。(2) 緊張疲勞。(3) 疲勞症的生社原因。
- (三) 焦慮病態的行爲……………七二
- (1) 急性焦慮。(2) 焦慮病態的生社原因。(3) 焦慮環境的影響。(4) 由訓練帶來的焦慮。(5) 憂性的不安全。(6) 焦慮和罪感。
- (四) 強迫病態的行爲……………八〇
- (1) 重複強迫。(2) 連續強迫。(3) 強迫整齊。(4) 自禁強迫。(5) 反社會強迫。(6) 強迫行爲的生社因素。(7) 採納優勢的生活型式。(8) 罪感態度的訓練。(9) 父母的批評和強迫行爲。
- (五) 歇斯底理亞的病態行爲……………八四
- (1) 不靈活的歇斯底理亞。(2) 歇斯底理亞不靈症的原因。(3) 自律歇斯底理亞的種類。(4) 自律神經病的原因。
- (六) 幻想和幻覺的行爲錯亂……………九一
- (1) 幻想的錯亂行爲。(2) 暫短的幻想。(3) 幻覺的行爲錯亂。(4) 幻想的種類。(5) 視幻覺題。
- (七) 妄想的錯亂行爲……………九六
- (八) 精神分裂的錯亂行爲……………九八
- (九) 狂鬱症的錯亂行爲……………一〇〇

(1)興奮憂鬱。(2)落退憂鬱。(3)狂妄激動。(4)狂鬱交替。(5)狂鬱症的生社原因。(6)狂鬱症的生社決定因素。

第六章 心理指導和心理治療的理論

(一) 合理法.....一〇八

(1)威廉遜的理論。(2)威廉遜的心理指導的程序。

(二) 人格指導法.....一一三

(三) 合理和情緒療法.....一一九

(四) 學習原理中的各療法.....一二一

(1)沙爾達的制約反應療法。(2)增強療法。(3)社會學習的原理。(4)心理分析的療法。(5)羅加的家主中心的療法。(6)實存療法。

第二篇 理論應用

第七章 接談的原則和技術

(一) 接談的原則和方法.....一四七

(1)傳達中的音韻特性。(2)接談的方法論。

(二) 初期的接談.....一五二

(1)初期接談的內容。(2)勘查心理治療的資料。

(三) 周詳的探索.....一五四

(1) 焦慮的意義。(2) 探索自我體系的接談。(3) 接談的方法。(4) 接談和治療。

(四) 個案的探索.....一六三

(1) 自我體系的探索。(2) 治療者的態度。(3) 接談中的傳達問題。

第八章 心理指導和心理治療的程序和設備.....一七一

(一) 程序的內容.....一七二

(1) 問題勘查和問題表現。(2) 關係的建立。(3) 情感的表現和問題的澄清。(4) 情感的處理。(5) 發展洞察。

(二) 治療後的現象.....一七九

(1) 態度的自然。(2) 信任自己。

(三) 心理指導和心理治療的計劃.....一八一

(1) 案主的心理準備。

(四) 個案的記錄和處理.....一八三

(1) 個案記錄的型式。

(五) 心理診斷.....一八六

(1) 診斷的內容。(2) 心理測驗和心理診斷。

第九章 關係治療法.....一九二

(一) 關係治療法的理論.....一九二

(二)	關係療法中治療者的性格和修養	一九四
(三)	允許和瞭解	一九九
(四)	關係治療中的支持	一九九
(五)	建立關係的技術	二〇〇
(六)	情感的反映	二〇二
(七)	接受的技術	二〇六
(八)	結構的技術	二〇七
(九)	安靜和治療	二〇九
(十)	恢復信心的技術	二一一
(十一)	終止接談的技術	二一二
(十二)	情感轉移的技術	二一三
(十三)	反轉移	二一九
(十四)	抗拒	二二一
第十章	心理分析的解釋	二二六
(一)	解釋的定義和方法	二二六

(1)解釋的合理性。(2)解釋的方法。(3)解釋的種類。(4)解釋須知。(5)解釋的原則。(6)解釋的實際。(7)案主對解釋的反應。(8)維持案主心理結構中的緊張。(9)人格原理和程序為解釋的基礎。

(二) 夢的意義和解釋……………二三七

(1) 夢的功能和動機。(2) 夢與刺激。(3) 夢與心理涵義。(4) 夢的類型。(5) 夢的治療。

第三篇 特殊的心理指導和心理治療

第十一章 羣體治療……………二四九

(一) 羣體的功能……………二四九

(1) 社羣工作。(2) 推動社羣工作的方法。(3) 羣體治療。(4) 羣體治療的目的。(5) 羣體治療的方法

(二) 治療者的功能……………二五二

(1) 自由聯想。(2) 清除積憂。(3) 支持。(4) 反映感情。

(三) 案主的角色……………二六二

(1) 案主間的支持。(2) 相互間的移情。

(四) 羣體的動力……………二六六

(1) 羣體治療中的抗拒。(2) 否認。(3) 憂鬱。(4) 退化的現象。(5) 靜止。(6) 解釋。(7) 領悟。(8) 目標和指導。

(五) 羣體治療的組織和措施……………二七五

(1) 羣體的組織。(2) 選擇案主。(3) 羣體的氣氛。

第十二章 婚姻指導……………二七九

(一) 婚姻的適應……………二七九

(二) 婚姻問題的淵源……………二八〇

(1) 婚姻問題的背景因素。(2) 婚前關係。(3) 結婚初期的適應。(4) 輔導婚姻的一般問題。

(三) 婚姻指導的程序……………二八六

(1) 單方接談。(2) 共同接談。(3) 婚姻和家庭問題的羣體指導。(4) 婚姻問題心理治療。

(四) 婚姻問題的複雜和婚姻指導……………二八九

(1) 子女的問題。(2) 婚姻指導的程序。(3) 父母和兒童的心理指導(遊戲治療)。(4) 兒童的心理指導。(5) 對兒童父母的指導。(6) 青少年的心理指導。(7) 指導青少年的父母。(8) 青少年的訓練。

第十三章 教育指導……………三〇六

(一) 教育指導的基本理論……………三〇七

(1) 人類的需要。(2) 行為的動力。(3) 適應的問題。(4) 教育指導的原則和組織。

(二) 羣體的教育指導……………三一二

(三) 個別的教育指導……………三一五

(1) 家庭的經驗。(2) 學校的經驗。(3) 職業的適應。(4) 社交和娛樂的適應。

(四) 教育指導的實際……………三一七

(1) 父母的責任。(2) 指導和自律。

第十四章 人際關係的指導和治療……………三二一

(一) 宗教領域中心的心理指導……………三三一

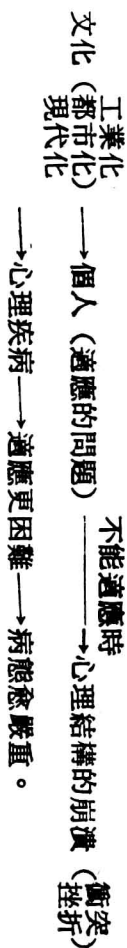
(1)宗教心理學和宗教心理指導的理論。(2)悔罪和自由表現。	
(二) 宗教工作的心理學·····	三二四
(1)人生的意義。(2)人生問題的意義。(3)生存中的危機。(4)道德問題的處理。	
(三) 工廠和機關團體的心理指導·····	三三〇
(1)領班與行政人員的心理問題。(2)領班與行政人員的態度和責任。(3)人際關係中的接談。	
(四) 工廠和機關團體中的心理病態·····	三三六
(1)恐懼反應。(2)抑壓反應。(3)退卻反應。(4)敵對反應。(5)身體反應。(6)不成熟反應。	
(五) 工作環境的心理問題·····	三四三
(1)認同問題。(2)升遷的問題。(3)家庭問題。(4)年邁的問題。	

第一篇 心理指導和心理治療的理論基礎

心理指導和心理治療的理論和實際，隨着時代的進步和病態的處理，漸漸地奠定了它的基礎。心理指導和心理治療的理論基礎，不單獨建立在思考和假設上，主要還是由學者們的臨床經驗資料，才使此學問之基礎鞏固。今日心理問題已蔓延到任何有人羣的地方，這使得心理指導和心理治療的技巧，便被社會中的人士有機會學習的一種學問。本篇將討論心理問題的文化背景、研究沿革、原理的發展、和理論的基礎學問等。

第一章 心理疾病的文化背景

文化的進步帶來了嚴重的心理問題。個人在文化中，不斷地遭受到文化的衝擊，心理結構的崩潰隨着文化的進步而平行增加。當吾人論及文化，其範圍的廣度包括了現代化、都市化和工業化的各因素。今日的醫學界肯定了許多疾病乃產自心生 (Psychosomatic) 原因。譬如個人遭受到不愉快的打擊後，即先影響了胃和腸之收縮，構成了生理病態：如嘔吐、失去食慾或消化不良的現象。心理病態猶如痢疾、心臟病態、神經痛、以及血液循環的諸症候。心理疾病的構成，我們可用簡單的圖表表示：



由上表可以清楚地看出，由文化因素的影響，使個人產生適應上的問題。假如個人可以適應時，即無心理疾病可言。當個人不能適應時，其心理結構中各因素的連繫，便構成不協調的現象，個人的心理狀態，如果進入到這個程度時，就顯出了心理輕微的疾病。個人一旦產生了心理疾病，就更不能適應文化刺激。因之，心理疾病在這種循環式的壓力下，逐日加重。我們每一天的生活，都面臨這一種模式。雖然文化不斷地施展壓力，吾人也不斷地在文化中掙扎和奮鬥，克服文化中的問題。可是文化是不斷地向前進，並且在邁進程序中，不斷地介紹新的問題。因此在文化的進步中，人類在精神上或心理上的負荷