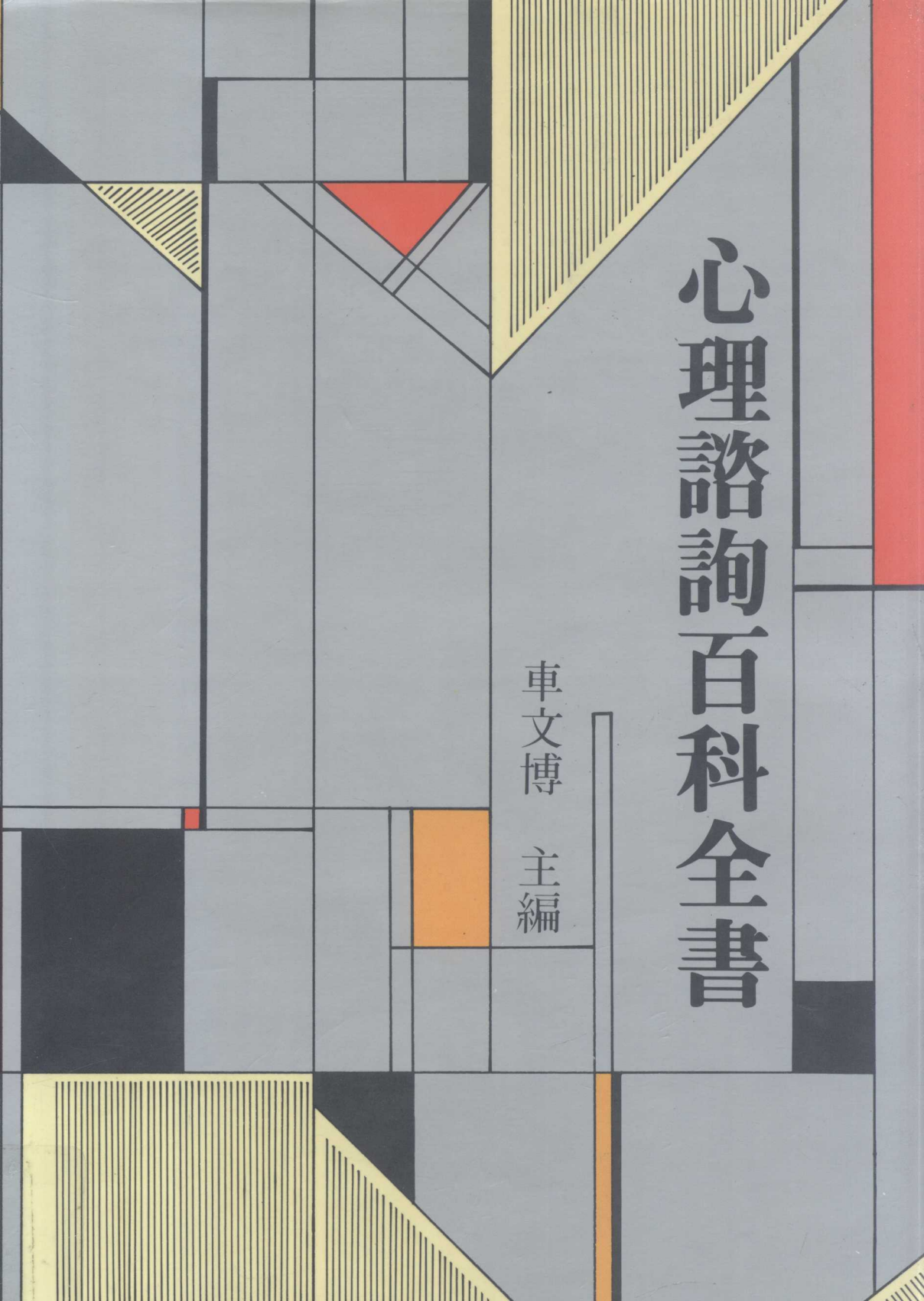




心理諮詢百科全書

車文博 主編

B 849-62

931-2

1

港台書室

心理諮詢百科全書

上册

車文博

主編



曉園出版社

資料分類

國立中央圖書館出版品預行編目資料

心理諮詢百科全書 / 車文博主編. --第一版.

--臺北市:曉園,1993[民82]

1712面;17.2×23.2公分

參考書目:面

含索引

ISBN 957-12-0467-6(精裝)

ISBN 957-12-0465-X(平裝)

1.心理學—字典,辭典

170.4

82003252



書 名 心理諮詢百科全書

主 編 車文博

發行人 黃旭政

發行所 曉園出版社有限公司

臺北市青田街7巷5號

電話 3949931(六線) 傳真 3417931

郵撥帳號 1075734-4

門市部 北市新生南路三段96號之3

電話 3627375 傳真 3637012

印刷行 復大印刷廠

新聞局局版台業字第1244號

版 次 1993年10月初版第一刷

本書經吉林人民出版社

授權曉園出版社有限公司在臺灣印行

版權所有·翻印必究

定 價 (上冊)新台幣 曉園出版社 160 元

(下冊)新台幣 \$600 132 元

ISBN 957-12-0467-6(精裝)

ISBN 957-12-0465-X(平裝)

臺灣版序

我們正處於世界大變革的年代，現代社會運轉節奏加快，競爭激烈，信息超載，情感重負，以及噪音、擁擠等環境污染加劇，人們的心理緊張、心理負擔、心理壓力和心理障礙日益加重，神經症、心身症日益增多，精神病又有上升的趨勢，因而心理諮詢、心理治療日益成為科學中的熱門、學校中的主課、生活中的常識。因此，編撰和出版心理諮詢、心理治療方面的書籍，無論對大陸還是臺灣的廣大讀者都是極為迫切的事。

《心理諮詢（商）百科全書》係大陸第一部有關這一領域比較全面系統的大型工具書。全書包括 31 個部份，共收詞目近 8000 條。多數由心理學界、醫學界專家、博士導師、教授、副教授以及其他有關研究人員撰寫，有一定的權威性。今年該書出版後，很快銷售一空。得到許多專家、廣大讀者的好評。中國社會科學院趙壁如研究員認為，“此書從條目之多、內容之全、體系之完整、應用之廣泛諸層面來講，在全國所出的心理學的各種詞典和百科全書中，應當說是首屈一指的。”

最近，在長春召開的兩岸出版界部份同寅懇談會期間，承蒙黃游鳳珠女士的厚愛，與吉林人民出版社簽訂了在臺出版繁體字版本的合同。為此，我們又在條目的選擇和內容的闡釋上做了必要的修訂和補充，並編輯了繁體字的《漢字書畫檢索目錄》、《條目分類索引》和《英中文條目對照索引》。因時間倉促，主要是我們的水平有限，對這樣一部巨著的編撰深感力不從心，其中不足、乃至缺點錯訛在所難免，敬請各位專家、讀者不吝指教！

車文博

1992 年 7 月於長春

前 言

心理諮詢 (psychological counselling), 既是一門新興的科學和專業, 又是一門高超的技能和藝術。

“諮詢”一詞, 在中國, 最早載於古籍《書·舜典》: “咨十有二牧”, 咨就是商量的意思; “詢於四岳”, 詢就是詢問的意思。在外國, “諮詢”一詞源自拉丁語 “consultatio”, 基本涵義為商討、協商; 英語為 “counsel”, 日語為 “カウンセリング”, 俄語為 “консультация”, 也是商討、勸告、質疑的意思。各行各業均有諮詢, 如工業諮詢、農業諮詢、軍事諮詢、商業諮詢、教育諮詢, 法律諮詢、醫療諮詢和心理諮詢等等。

諮詢心理學 (counselling psychology) 是研究心理諮詢活動規律的科學, 是研究心理諮詢的實質、特點、理論、內容、過程、原則、方法、技術和條件等一系列問題的科學, 也是研究諮詢者通過同來訪者的商議幫助解決其心理問題, 以改善人的心理健康的科學。它屬於應用心理學的一個新的分支。心理諮詢有廣義和狹義之分。從廣義上講, 心理諮詢是指幫助人們解決學習、工作、生活、疾病和康復等各方面出現的心理問題, 以維護和增進心理健康, 促進潛能的充分開發和個性的全面發展。從狹義上講, 心理諮詢是指專業人員幫助來訪者解決其心理障礙、精神疾病和心身疾病等方面的心理調節與治療問題, 以恢復和保持心身健康。

為了進一步瞭解心理諮詢的實質, 我們必須弄清心理諮詢同思想工作、心理治療之間的關係與區別。

心理諮詢的主要特點:

(1) 對象——正常人

心理諮詢與思想工作、心理治療三者對象的共性都是人, 但具體所指的對象又有區別。思想政治工作的對象最廣泛, 具有全民性; 心理治療的對象最窄, 專指病人, 主要是那些精神疾病、心身疾病以及某些軀體疾病的患者; 而心理諮詢的對象則主要是正常人, 包括當事人和求助者, 當然, 對輕微的、有自知力的、康復期的病人亦可進行心理諮詢。

(2) 角色——參謀、顧問

心理諮詢工作者和思想工作工作者、心理治療工作者雖然都與人發生

關係，但他們各自扮演的角色和具體關係不同。思想教育工作是教育者與被教者，是宣傳者、教育工作者，在工作中往往以“說”為主。心理治療是治療者與被治療者的醫患關係，他們通過言語、表情、姿態和行為以及特意安排的情境或藥物，以促使患者的病情好轉或康復。而心理諮詢則是諮詢者與來訪者（咨客）的關係，亦即詢問、商議、幫助、指導等參謀、顧問、朋友的關係。其中，雖有教育的因素，但主要不是以教育者的角色出現。心理諮詢工作者一般採取被動態勢，以“聽”為主，處於輔導地位。如傾聽來訪者的“宣泄”，注意觀察其表情、手勢、姿態等，力求進入來訪者的內心世界，設身處地理解他，委婉地提出建議，與對方共同探討各種選擇的可能性。聽不聽、接受不接受，不像患者是由醫生作主，而主要決定於咨客。

（3）內容——極為廣泛

心理諮詢和思想政治工作、心理治療的內容均比較豐富。思想政治工作的內容基本上包括兩部份：一是某些共同性、基礎性的教育，如愛國主義、理想道德、民主法制和紀律教育；二是根據不同時期的不同要求，結合本單位情況進行有的放矢的形勢政策教育，熱愛本職工作教育等。心理治療的範圍也很廣，包括各種神經症（如焦慮症、恐怖症、強迫症、神經性抑鬱症、疑病症、癔症、神經衰弱等），病態人格、性障礙（如性欲減退、陽痿、早泄、陰冷以及性變態等），心身疾病（如原發性高血壓、消化性潰瘍、支氣管哮喘、甲狀腺機能亢進、類風濕性關節炎、潰瘍性結腸炎、神經性皮炎等等），早期、康復期或幻覺、妄想不明顯的精神病患者，軀體疾病伴發的心理反應等等。至今心理治療的方法已多達 400 餘種。而心理諮詢的內容之所以比思想政治工作的範圍更廣、比心理治療的內容更多，是由於人們的心理活動日益豐富多采和紛繁複雜所致。主要包括：各個方面心理問題的諮詢，如學習、教育、工作、生活、戀愛、婚姻、家庭等方面心理問題的諮詢；各年齡階段心理衛生的諮詢，如優生與胎教、兒童心理衛生、青春早期及青年心理衛生、中年心理衛生、更年期心理衛生、老年心理衛生等方面的諮詢；各種心理障礙的諮詢，如認知活動障礙、情緒障礙、意志活動障礙、智力障礙、人格障礙、性心理障礙、性功能障礙、社會行為和人際關係障礙等方面的諮詢；各種特殊心理危機干預的諮詢，如家庭暴力、危重病人、強奸受害者、自殺者等的心理調治；各種神經症、心身症和精神病早期診斷、治療和康復的諮詢；慢性軀體疾病的心理支持及其家屬護理的心理指導的諮詢，等等。

（4）方式——個別性

心理諮詢和思想工作、心理治療既可採取集體的形式，又可採取

個別的形式。思想工作通常以報告講座、討論座談、評比競賽、參觀訪問等公開的集體形式為主。而心理諮詢、心理治療因多涉及個人的心理困惑、心理障礙甚至隱私問題，不便在大庭廣眾之下進行，故常採取個別交談的方式，極端注重保密性。

(5) 目的——心理健康

心理諮詢和思想工作、心理治療均與維護和增進人的健康有關。思想工作主要解決世界觀、人生觀、價值觀和道德觀的問題，充分調動廣大群眾的積極性和創造性，以振興中華為目的。心理治療是從“生物—心理—社會”新的醫學模式出發，根據心理學的理論、方法和技術，如精神分析學、行為主義心理學、完形心理學、人本主義心理學、認知心理學等理論和方法，通過醫護人員的言語、行為和人際關係的交往，改善病人的情緒，提高病人的認識，增強病人戰勝疾病的信心和能力，以達到恢復和增進人的心身健康的目的。而心理諮詢的目的則是幫助來訪者解決心理問題、心理困惑、心理障礙，調節情緒，平衡心態，健全人格，矯正行為，來恢復和增進心理健康。美國心理學家馬斯洛和米特爾曼曾提出 10 條被人們公認的心理健康的標準，即：①有足夠的自我安全感；②能充份地瞭解自己，並能對自己的能力做出適度的評價；③生活理想切合實際；④不脫離周圍現實環境；⑤能保持人格的完整與和諧；⑥善於從經驗中學習；⑦能保持良好的人際關係；⑧能適度地發泄情緒和控制情緒；⑨在符合集體要求的前提下，能有限度地發揮個性；⑩在不違背社會規範的前提下，能恰當地滿足個人的基本需求。

應當指出，心理諮詢和思想工作、心理治療三者不僅有明顯的區別，而且也有密切的聯繫。首先，思想工作可以保證心理諮詢的正確方向，而心理諮詢又可增強思想教育的吸引力和感染力。其次，心理治療可以增強和深化心理諮詢的效果，而心理諮詢又可成為心理治療一種有效的方式和不可缺少的環節。

心理諮詢的方法由來已久。早在古希臘時期，人們就常從哲人、《聖經·舊約全書》以及巫醫那裡得到勸告和幫助。中國古代醫學典籍中也有不少有關的記載，“陰陽五行相克”和“情志相勝”的理論就是一個典型的例證。

然而，心理諮詢作為一門獨立科學的出現，則僅有幾十年的歷史。大體上，可分為兩個時期：

第一個時期，本世紀初至 50 年代以前，是諮詢心理學奠基和開創的時期。此時，心理諮詢的興起直接同社會的發展、科技的進步相適應的職業指導、心理測量技術和心理治療的開展密切相關。1909 年，F. 帕森

《選擇職業》一書的問世是現代心理諮詢的起點。1914年，美國適應徵兵的需要，為軍隊設計了兩種團體智測，為職業指導提供了心理測量和心理諮詢的科學手段。20年代中期，隨著個別差異的科學研究和心理測量的進展，出現了測量職業能力、興趣傾向個別差異的有效方法。30年代，由以心理測量為基礎的職業心理諮詢擴展到以人格為對象的家庭、學校、社會、健康、學業等方面問題的諮詢，一些大學（如明尼蘇達大學）設立了專門的心理諮詢機構，出版了威廉遜的《如何對學生進行諮詢》（1930年）的專著。40年代，隨著個性、學習、心理治療理論的發展，心理諮詢的模式有所發展。羅杰斯在《諮詢心理治療》（1942年）一書中，公然反對傳統的以直接提問為基礎的主動態勢的指導（令）性諮詢，提出“以咨客為中心”的被動態勢的非指導（令）性諮詢，要求心理諮詢工作者與咨客之間建立良好的關係，為他們主動、自由地傾吐內心的秘密創造熱情、樂觀的氣氛。

第二個時期，從50~60年代，是諮詢心理學形成和發展的時期。以美國為例，在組織機構方面，除美國人事與指導協會有心理諮詢機構外，1946年美國心理學會成立了諮詢心理學部，1952年又更名為諮詢心理學分會，被編為第17分會。到1981年已擁有正式會員2595人，351人獲博士學位。在學校、工廠、企業、軍隊、醫院、社區等單位也都紛紛設立心理諮詢機構。在理論指導方面，主要受精神分析、行為主義和人本主義三大學派的影響，基本上分為指導性諮詢和非指導性諮詢，代表了心理諮詢和心理治療的三種模式，即發展性模式、適應性模式和教育性模式。在法規頒佈方面，1963年美國國會通過設置“社區心理衛生中心”法案，規定3年籌資1.5億美元，協助全國各地建立心理衛生中心，並籌集1.2億美元為調研經費。在出版刊物方面，1954年以俄亥俄大學為中心先後創辦了兩個刊物：一個為《諮詢心理學雜誌》，以應用性為主，現已由季刊改為雙月刊；另一個為《諮詢心理學家》，以理論性為主的季刊。在工作內容方面，大力開展全民心理諮詢服務及輔導工作，主要開展職業、發展與教育、家庭、心理衛生、醫療等方面的心理諮詢。美國心理學會和這一工作有關的組織，除了諮詢心理學分會（第17分會）的專門機構外，還有心理治療分會（第29分會）、臨床心理學分會（第12分會）以及顧問心理學分會（第13分會）等。當然，它們有兩種不同性質的工作：一種是以提供信息、意見為主要特徵的業務，英文稱為“consultation”，屬於心理知識諮詢的範疇；另一種是要求進入當事人的內心世界並引起其心理感受或外顯行為變化的工作，即著重幫助來訪者宣泄消極情緒、改變思維模式、從事行為訓練等，英文稱為“counseling”，屬於真正心理諮詢的範疇。咨

詢心理學分會研究工作的性質並不是前者而正是後者。縱觀世界，心理諮詢日益受到人們的重視，在組織機構、理論研究和實際應用方面均發展很快。蘇聯家庭心理諮詢有很大發展，許多來訪者要求幫助解答和指導其子女在發展、教育過程中心理方面存在的問題，以及如何克服夫妻關係方面的心理障礙。日本在各縣、市、社區推行心理衛生保健與諮詢工作進展顯著。德國在教育諮詢中心開展了心理諮詢、心理診斷和巡回治療。捷克斯洛伐克建立被譽為“生命希望綫”的電話緊急諮詢，對預防自殺方面頗有成效。

我國心理諮詢工作起步較晚，但近年來在北京、西安、廣州、上海、江蘇、四川、福建、遼寧、吉林、河南等地的一些高等學校、醫療部門和有關單位已相繼建立起“心理諮詢中心”、“心理行為健康指導中心”、“青少年心理衛生指導中心”、“培愛防治自殺中心”、“信任與安慰者協會”、“心理諮詢門診”和“希望熱綫電話”等，一些廣播、電視和報刊上開辟了心理諮詢的園地，全國、各地先後舉辦了心理諮詢和心理治療講習班、研討會，出版了一批有關的專著和讀物，籌建了高校、地區和全國心理諮詢的研究機構，這一切表明了我國心理諮詢與心理治療事業正在日益發展壯大。

學習、研究和開展心理諮詢，不僅具有重要的理論價值，而且具有廣泛的實踐意義。

首先，學習和研究諮詢心理學有助於擴大心理科學的視野，掌握開展心理諮詢的理論知識和實用技術。正如前述，心理諮詢是一項科學性和技術性很強的專業活動，即諮詢工作者根據心理學的理論、知識和方法，通過良好的人際關係對來訪者所實現的一種幫助過程、教育過程和增長過程。而諮詢心理學正是專門研究心理諮詢的理論與實踐的一門學問。它是從心理學中分化出來的一門新興的學科，是社會心理學、發展心理學、變態心理學、教育心理學、職業心理學、戀愛婚姻心理學、家庭生活心理學、人際關係心理學、心理衛生學、心理治療學、心理測量學等多分支學科相結合的一門應用性學科，是心理學與社會學、人口學、教育學、倫理學、法學、美學、醫學、性學等多學科交叉的一門綜合性學科。不難理解，認真學習諮詢心理學就可以正確掌握心理諮詢的實質、特點、理論基礎和活動規律，促使諮詢工作者和來訪者建立良好的人際關係，提高敏銳的洞察力和心理諮詢的技藝，達到心理諮詢最佳的效果。否則，不但不會幫助來訪者自強自立，正確解決各種心理問題，相反還會帶來消極影響，甚至造成嚴重事故。

其次，學習和研究諮詢心理學有助於豐富思想教育工作的內涵，促進

思想教育工作的活化，提高思想教育工作的效能。衆所周知，思想工作有其特殊的任務、內容、途徑和方法，但也應根據時代的要求和改革的現實有所發展、變化。而學習諮詢心理學能夠幫助改變思想工作簡單化的模式和狹隘化的格局，不斷豐富思想教育的內容，把思想教育多層次化，使它滲透和寓於到日常學習、生活、工作的心理活動之中。應當承認，塑造健全人格、最佳心態，良好情緒等心理素質是思想教育一項不可缺少的內容，也是精神文明的一項重要的心理建設。從這個意義上說，把心理諮詢視為思想工作的重要補充，不但沒有否定思想教育的根本宗旨和任務，也沒有改變心理諮詢的性質和內容，相反卻可以擴大思想教育的範圍，強化思想教育的功能，發揮心理諮詢的效應。比如，對於那些歷史變革中的心理困惑、人際關係中的閉鎖心態、輿論環境中的逆反心理、戀愛家庭中的人格變態等青年學生，只靠傳統的工作方法，往往容易限於隔靴搔癢，無濟於事。如果在思想教育工作中堅持開展心理諮詢，採取誠懇、熱情的態度，運用心貼心的交談、探討、疏導的方法，就可以使教育者與被教育者處於心理相容的狀態，明顯增強思想教育工作的吸引力、感染力和效應力，真正掌握青年學生的心態和規律，切實幫助他們解除心靈深處的疙瘩。因此，一個良好的心理諮詢工作者，必然是診治“心病”的良醫、青年學生的知音。

最後，學習和研究諮詢心理學有助於確立現代的醫學模式，重視心理治療，講究心理衛生，提高心理健康水平。正如前述，心理諮詢除主要對正常人進行而外，也要對患者開展心理諮詢，包括幫助病人正確認識疾病，樹立戰勝疾病的信心，建立協調的醫患關係，克服治療、愈後和康復中的心理障礙，指導病人家屬做好心理護理和心理支持等等。可見，在心理諮詢中除了遵從發展、教育、適應的模式而外，還要遵從“生物—心理—社會”這一現代新的醫學模式。它堅持從人具有生物、心理、社會三種屬性的統一體的觀點出發，認為人體的健康與疾病不僅與他們的遺傳基因、各種理化因素及微生物作用有重要關係，而且與他們的社會文化背景、人格特點、情緒狀態等社會、心理因素也有密切關係。因此，在醫療實踐中，重視開展心理治療，自覺地把軀體治療與心理治療有機結合起來，是傳統醫學模式轉軌的需要，也是醫學模式更加科學化和現代化的需要。

心理諮詢與心理治療有時難以區分，特別是在醫療部門對患者的心理諮詢，實際上也是一種心理治療。它能通過心理諮詢工作者的勸慰、疏導、解釋、建議，使來訪者的心理障礙得以緩解，起到心理治療的作用。同時，在心理諮詢過程中，還可配合運用一些心理療法如行為治療、生物反饋治療、催眠與暗示治療、認知治療、支持性心理治療和其它心理治療以及輔

助一些藥物治療和針灸等。

應當指出，心理諮詢和心理治療在醫療實踐中日益佔有重要的地位。原因有三：（1）從疾病係譜來看，由於我們正處於大變革的年代，現代社會運轉節奏加快，競爭力提高，信息超載，情感重負，以及噪音、擁擠等環境污染加劇，人們的心理緊張、心理負擔、心理壓力和心理障礙日益加重，神經症（或稱心理症）、心身症日益增多，精神病亦有上升的趨勢。據統計，我國大城市門診就醫病例中，60%以上屬於神經症、心身症。醫學患病率（根據疾病名稱作出診斷）下降，實感患病率（實際感受到不適，大都不足以構成明確診斷）上升，又出現了一些所謂現代社會文明病如冰箱綜合症、空調綜合症、電腦綜合症和地毯綜合症，顯然這些都和社會、文化、心理致病因素有關。（2）從死因系譜來看，一百年前死亡率最高的係腹瀉、肺結核病、傳染病等病，而當今世界死因前4位卻被心血管病、腦血管病、惡性腫瘤、意外事故所代替，顯然這些死因均與人的心理緊張、人格特徵、飲食無節制、吸烟、酗酒、環境污染和交通事故等心理、社會因素密切相關。（3）從治療疾病方法來看，傳統的生物醫學模式治療方法有“三大法寶”，即藥物、理療和外科手術，但許多病人病情單純用物理、化學方法難以奏效，所謂“心病需要心藥醫”，心理治療、心理諮詢必不可少，並日益廣泛地開展起來。應當說，精神疾病患者的痛苦，並不比得了癌症、絕症的患者輕，但往往得不到人們的理解、同情，得不到社會的關心和支持，有的甚至處於孤立無援而自殺身亡。有些人可因微小的心理刺激而發病，本來只要人們對心理衛生稍加留意即可預防；有些人只要得到人們的諒解、同情即可治愈。但由於人們（包括醫務人員）缺乏心理學的知識，從而釀成一個又一個悲劇，影響千家萬戶的幸福生活。因此，根據現代新的醫學模式，在治療方法上已由“三大法寶”變為“四大法寶”，即增加了心理治療。

心理諮詢對講究心理衛生、提高心理健康水平極為重要。世界衛生組織章程對健康給予新的規定，認為“健康不但沒有身體的缺陷與疾病，還要有完整的生理、心理狀態和社會適應能力”。這就是說，要做到健康，必須達到身體健康、心理健康和社會適應健康三者的統一。心理衛生是專門研究心理健康的學問。就狹義而言，是指預防和矯治各種心理障礙、精神疾病；就廣義而言，是指維護和增進心理健康，培養健全人格，以提高人類對社會生活的適應及改造的能力。研究表明，健康與疾病不是截然對立的雙方，而是同一連續序列中的兩端。這個連續體是一個包括軀體、心理、社會功能的複雜的動態過程。關鍵在於能否適應內外環境刺激並維持體內動態平衡，在這個連續體中，健康與疾病有相互移行的趨向，可表現為各

種層次、形式的適應變化。變化的方面是可逆的，主要取決於主體的適應能力和平衡。不難理解，心理諮詢和心理衛生、心理健康處於相互聯係、相互促進的統一體中。其中，心理健康是心理諮詢的目標，如提高人的適應能力、承受能力、控制能力、意識水平、交往能力、康復能力等；心理衛生是心理諮詢的一項重要的內容，如優生與胎教、兒童心理衛生、少年心理衛生、青年心理衛生、婦女心理衛生、中年心理衛生、更年期心理衛生、老年心理衛生等；心理諮詢又是宣傳心理衛生、提高心理健康的一條重要的途徑，如通過門診諮詢、院內諮詢、宣傳諮詢、專欄諮詢、訪問諮詢、電話諮詢等方式，對個體或群體進行心理衛生、心理健康的諮詢活動，既可宣傳普及心理衛生基本知識，又可預防和早期診治精神疾病，達到維護和增進心理健康的目的。

為了更有效地開展心理諮詢，必須防止兩種傾向：

一種是簡單化的傾向，即沒有把心理諮詢作為一門嚴肅的科學來對待，似乎不具備心理諮詢專業訓練的人，也都可以搞。主要有三種表現：一是有些思想教育工作者本來缺乏心理學和醫學的素養，以為自己有一定的理論基礎和豐富的實際經驗，也可以開展心理諮詢。持有這種思想的人，不但難以真正有效地開展心理諮詢，相反還會因把心理諮詢和思想工作等同起來而陷入簡單化，出現某些問題或事故。二是有些醫務工作者認為自己有醫學知識和臨床經驗，就可以搞好心理諮詢。應當明確，心理諮詢是一門專門的多學科的綜合性的學問，是心理學與醫學相互交叉的一門新興的學科。要想搞好心理諮詢，必須具有廣博的知識和豐富的經驗，尤其是在心理學和醫學兩個方面要有良好的素養和訓練。否則，他們所謂的心理諮詢很可能是經驗型的、低層次的，也可能是在傳統生物醫學模式指導下提供一些“靠打針吃藥”治病的醫學諮詢。三是有些心理學工作者以為自己經過心理學專業的訓練，自然是搞心理諮詢的能手。其實不然，因為我國心理學專業的畢業生雖有一定的理論基礎和實驗技能，但應用心理學的素養不足，特別是缺乏諮詢心理學的專業學習和臨床實踐的訓練，所以他們開展的心理諮詢往往是表層的，既沒有深入當事人的內心世界，更沒有達到解決其心理困惑、維護心理健康的目的，純屬心理學知識的諮詢。國外對心理諮詢工作者的要求很高，在美國許多人具有哲學博士或心理學博士學位，在歐洲因各國的教育體制不同，有些要求有博士學位，有些要求有碩士學位。即便是有碩士學位的人可以做心理諮詢工作者，但其專業訓練所花的時間卻相當可觀。以荷蘭為例，一名心理諮詢或心理治療工作者要獲碩士學位的學習年限至少為5年，長者達7年，而且學習的最後1年全部投入臨床實習訓練。得到學位，畢業之後，一般不能馬上找到正式

工作，還得先去醫院或診所做 1、2 年不拿工資的助理工作人員，有這樣的資歷之後才有可能受聘為正式的心理諮詢或心理治療的專業工作人員。可見，心理諮詢並非輕而易舉的事情，而是一項專業性很強的工作。因此，在我國出現“心理諮詢熱”的今天，要時刻防止和及時糾正把心理諮詢簡單化和庸俗化的傾向。

另一種是否定化的傾向，即沒有理解心理諮詢的特殊價值和獨立存在的意義，似乎只要加強思想工作一切心理障礙或心理變態均可迎刃而解。我們認為，把心理諮詢說得神乎其神、包治百病，這種萬能化的宣傳，既不符合實際，又會敗壞心理諮詢的聲譽和事業。同樣，把心理諮詢視為耍嘴皮子、沒有必要，這種貶低、否定乃至代替、取消心理諮詢的思想也是不對的。主要在教育界和醫務界有時聽到有這樣兩種說法：一種是“有病還得靠吃藥動刀”；另一種是“心理問題還得靠思想工作。”這些說法固然有其道理，但並不完全正確。前者，不是出於對心理諮詢和心理治療的誤解，就是來自傳統的生物醫學模式的影響；後者，主要是忽視了心理諮詢的特殊內涵和獨有的任務，把心理諮詢和思想工作混為一談的結果。誠然，不能把心理諮詢和思想工作截然對立起來，但是也不能把兩者等同起來，更不能以思想工作包辦或取代心理諮詢。須知，心理諮詢比思想工作的外延更為寬泛，它幾乎涉及到人們日常生活的所有方面，諸如專業與職業的選擇、人際關係的調整、婚姻質量的改善、學習與工作效率的提高、變態心理的識別、心理障礙的消除等等。兩者不僅工作任務、內容不同，工作方法也不同。如果說“灌輸”在思想工作中佔有重要的地位，那麼“疏導”、“勸說”、“宣泄”等則是心理諮詢特殊的方法。因此，無論是誇大心理諮詢的功能，還是否定心理諮詢的作用，都是錯誤的，應予糾正。

綜上所述，研究和開展心理諮詢是一項意義重大的開創性工作。它有助於心理學走出“象牙之塔”，面向實際、面向應用，為社會、為人類造福；有助於醫學改變傳統的生物醫學模式，樹立新的“生物—心理—社會”醫學模式，提高醫療質量；有助於開創我國心理衛生工作的新局面，提高中華民族的心理素質，增進人民的心身健康與幸福生活。

本書力爭涵蓋心理諮詢的廣泛內容，特別是比較全面地反映以增進人的心理健康為宗旨的有關心理諮詢的概念、術語、知識、歷史、學派、理論、法則、定律、方法和技術，做到科學性、知識性和實用性融為一體，力求吸收國外有關的一些最新成果，並具有中國特色。

本書的順利完成，除了編委、分卷主副編和撰稿人的辛勤工作外，還得到不少專家、教授和同志的大力幫助：著名心理學家朱智賢、林傳鼎教

授給予熱情指導，中國科學院心理研究所所長匡培梓研究員、北京體育學院馬啟偉教授、白求恩醫科大學王淑琴教授以及張德、李孝忠、王艾利、樂國安副教授幫助審閱了部份稿件，戚立夫、梁寶勇和孫俊山三位副教授在組稿、審稿和通讀過程中做了許多重要工作，張明和劉曉明同志負責編輯了“漢字筆畫檢索目錄”和“條目分類索引”，黃冬梅和蔣兆燦同志編輯並打印了部份“條目分類索引”。本書從編輯、出版自始至終得到吉林人民出版社的領導、思想文化編輯室主任王景海副編審和張雅蓮責任編輯的大力支持和幫助。在此，一併致以誠摯的謝意。

車 文 博

1991 年元旦於長春

凡 例

一、本書所涉及的心理諮詢的領域比較廣泛，包括普通心理、實驗心理與心理統計、心理測驗、生理心理與心理生理、社會心理、民族心理、發展心理、性心理、變態心理、缺陷心理、醫學心理、中醫心理、教育心理、思想工作心理、傳播與宣傳心理、人事心理、領導心理、管理心理、職業心理、工程心理、交通安全心理、創造心理、文藝心理、美育心理、體育運動心理、軍事心理、商業心理與廣告心理、旅遊心理、服裝心理、性差、婚戀與家庭心理、司法心理等 31 個部份，共收詞條近 8 000 條。

二、本書的內容按學科分類編排，力求做到思想性、科學性、知識性和實用性四者有機統一，並具有中國特色。

三、本書每一類的內容均以條目的形式排列。

四、條目的排列是按條目標題第一字筆畫的多少為序加以排列。屬於同一筆畫的字，按起筆筆形一（橫）、丨（豎）、丿（撇）、丶（點）、フ（折）的順序排列。

五、條目標題一般都加註英文。蘇聯心理學家註有俄文姓名。

總目

臺灣版序	車文博
前言	1
凡例	1
漢字筆畫檢索目錄	1
心理諮詢百科全書正文	1—1310
附錄一 條目分類索引	1311
附錄二 外國人名、譯名對照表	1405
附錄三 主要參考書目	1428
附錄四 英文索引	1430

漢字筆畫檢索目錄（上）

一 畫

一面法	(1)
一般遷移	(1)
一般性行為	(1)
一般心理訓練	(1)
一般成就測驗	(1)
一般能力傾向成套測驗	(1)
一般性適應綜合徵	(2)
一級強化和二級強化	(2)
乙型色盲	(2)
乙型色弱	(2)
乙酰膽鹼	(2)
乙酰膽鹼酯酶	(3)
乙酸環己基酰亞胺	(3)

二 畫

二因素說	(4)
二色視覺	(4)
二項分佈	(4)
二維模型	(5)
二度空間和三度空間	(5)
七發	(5)
七傷	(5)
七情	(5)
七巧板	(6)
七步心理訓練法	(6)
入學準備測驗	(6)
人才	(6)
人才學	(6)

人才鏈	(6)
人才交流	(7)
人才市場	(7)
人才預測	(7)
人才能力記錄	(7)
人才結構優化	(7)
人才成就評價	(7)
人才的心理保護	(8)
人才創造的最佳年齡區	(8)
人生發展課題理論	(8)
人聲	(8)
人性	(9)
人性管理	(9)
人格	(9)
人格效應	(10)
人格解體	(10)
人格障礙	(10)
人格適應	(10)
人格整合	(10)
人格整合不良	(11)
人格心理學	(11)
人格心理學家	(11)
人格動力學	(11)
人格社會化	(11)
人格障礙犯罪	(11)
人格的性別差異	(12)
人疴	(12)
人體美	(12)
人體工程學	(12)
人體測量學	(12)