

学校心理辅导丛书

策划：全人心理教育机构

读书治疗

王万清 著

中国心理学会学校心理专业委员会 联合推荐
中国教育学会学校心理辅导专业委员会



世界图书出版公司

学校心理辅导丛书

读书治疗

王万清 著



世界图书出版公司

广州·上海·西安·北京

图书在版编目 (CIP) 数据

读书治疗/王万清著. —广州: 广东世界图书出版公司, 2003.4

(学校心理辅导丛书)

ISBN 7-5062-5755-6

I. 读… II. 王… III. ①学生-心理卫生-教育辅导②读书活动-精神疗法 IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 032817 号

学校心理辅导丛书

读书治疗

出版发行: 广东世界图书出版公司

(广州市新港西路大江冲 25 号 邮编: 510300)

电 话: 020-84451969 84453623

授 权: 心理出版社 (台湾)

经 销: 各地新华书店

印 刷: 南海市彩印制本厂

版 次: 2003 年 7 月第 1 版 2003 年 7 月第 1 次印刷

开 本: 850×1168 1/32

ISBN 7-5062-5755-6/G·0025

版权贸易合同登记号: 19-2003-099

出版社注册号: 粤 014

定 价: 560.00 元 (全套 20 册)

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系退换

《学校心理辅导丛书》审订委员会

主 任：

林崇德 北京师范大学教学指导委员会主任、教授，中国心理学会副理事长，教育部中小学心理健康教育咨询委员会主任

吴武典 台湾师范大学教育学院院长、教授，台湾辅导协会前理事长，世界资优儿童协会前理事长

黄希庭 西南师范大学教授，中国心理学会副理事长

副主任：

刘华山 华中师范大学心理系主任、教授，教育部中小学心理健康教育咨询委员会委员

莫 雷 华南师范大学教育科学学院院长、教授，中国心理学会副理事长，教育部中小学心理健康教育咨询委员会委员

王登峰 北京大学党委副书记，心理学系教授

林家兴 台湾师范大学教育心理与辅导学系教授，台湾辅导协会理事长

委员（按姓氏笔画）：

万明钢 西北师范大学教育科学学院院长、教授

叶浩生 南京师范大学心理研究所所长、教授

- 申继亮 北京师范大学发展心理研究所所长、教授
 卢家楣 上海师范大学教育学院院长、教授
 白学军 天津师范大学心理学系主任、教授
 江光荣 华中师范大学心理咨询中心主任、教授
 时 勘 中国科学院心理研究所教授
 张文新 山东师范大学教育科学学院院长、教授
 张向葵 东北师范大学心理学系主任、教授
 李伟健 浙江师范大学教育科学学院院长、教授
 李其维 华东师范大学心理学系教授、《大众心理学》主编
 李 红 西南师范大学心理学系主任、教授
 沈模卫 浙江大学心理学系主任、教授
 杨丽珠 辽宁师范大学心理学系主任、教授
 郑 雪 华南师范大学心理学系主任、教授
 俞国良 中央教育科学研究所教育心理研究室主任、教授
 胡卫平 山西师范大学教科所所长、教授
 游旭群 陕西师范大学心理学系主任、教授
 彭运石 湖南师范大学教育科学学院院长、教授
 蔡笑岳 广州大学教育学院院长、教授
 樊富珉 清华大学心理咨询中心主任、教授

执行委员：

- 周宗奎 华中师范大学教育科学学院副院长、教授
 聂衍刚 广州大学心理系主任、副教授
 胡朝阳 全人心理教育机构总干事

总 序

学校心理辅导是在 20 世纪教育改革运动中出现的新型教育方式，是现代心理学、教育学、精神医学、生理学、社会学等多学科理论与学校教育实践相结合的产物。许多国家和地区非常重视心理辅导在学校教育中的作用。有些国家甚至将学校心理辅导与教学工作并列，二者被喻为现代学校的两个轮子，心理辅导在某种意义上已成为现代学校的一个重要的标志。

在我国大中小学开展心理辅导，是进一步深化教育改革、促进学生健康成长的客观要求。《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》明确指出：要“加强学生的心理健康教育，培养学生坚韧不拔的意志、艰苦奋斗的精神，增强青少年适应社会生活的能力”。学校开展心理辅导，有利于预防心理疾病，维护学生心理健康；有利于儿童、青少年社会化和人格的健全发展；有利于提高教育质量，从而全面优化学生素质；有利于推进整个社会的精神文明建设……

心理辅导的多方面的积极作用是由其本身的一系列特点所决定的：心理辅导重视学生个体发展的内在需求，既关心学生行为是否符合社会规范，也关心学生个人合理需要是否得到满足；心理辅导不仅重视学生认知方面的改善和潜能的开发，更强调学生动机、情感、个性方面的发展；心理辅导以民主的、建设性的师

生关系为前提条件，强调师生间真诚态度和互相尊重；心理辅导注意发挥学生自主精神，强调依靠学生自我探索来解决面临的问题；心理辅导重视学生个别差异，容纳并重视个人的独特性。这些特点使得心理辅导可以成为学校教育教学工作的有力的配合和有益的补充。

我国大陆地区在 80 年代中后期，学校心理健康教育和心理辅导工作开始受到关注，近几年发展很快，已显示了旺盛的生命力。各级学校的心理辅导教师针对大中小学学生心理困扰与障碍开展了各种形式的心理咨询与辅导工作，一些心理学、教育学专业工作者力求以学科领域的理论和方法为基础教育服务，在我国心理辅导的理论与实践方面作了一些有益的探索，一些专业学会团体积极组织和开展学校心理辅导工作的研讨和交流，社会舆论也广泛认同，给学校心理辅导工作提供了有力的支持。国家教育行政部门对学生心理健康教育高度重视，1999 年，教育部先后下发了《关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见》和《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，加快了全国学校心理健康教育工作的进程。2002 年，教育部又颁发了《中小学心理健康教育指导纲要》，对学校心理健康教育工作又提出了系统具体的要求和指导。心理辅导在各类学校中正在逐步普及，并已初步具备了健康发展的有利条件。

心理辅导是一项专业性很强的工作。要推进我国学校心理辅导工作规范化，不仅需要建立一支高素质的心理辅导教师队伍，而且必须为学校 and 教师提供必备的专业资源和支持。专业图书资

料的学习是心理辅导老师提升专业知能的重要途径。大陆这些年来也相继出版了多种心理辅导的图书，对心理辅导工作的推展起到了重要作用，但由于缺乏系统性、针对性和操作性，因此还不能很好地满足实际工作者的需要。为了配合心理辅导教师的培训和满足各级学校开展心理辅导工作的实际需要，我们从台湾心理出版社精选了一批心理辅导专业图书，整合为《学校心理辅导丛书》在大陆出版。所选的图书皆由具有丰富教学经验和临床经验的专家撰写，在台湾学界具有相当的影响。

我国台湾地区的辅导工作经过几十年的探索和实践，取得了长足的进步。1958年成立的辅导学会，成为台湾地区辅导运动的一个重要起点。从1962年起，辅导学会与地方教育管理部门合作开展了中等学校辅导工作实验。此后，台湾地区教育管理部门又接受学者建议，先后制订了一系列政策，并从1966年开始在指定的学校进行实验，为在中等学校全面推行辅导工作做了较充分的前期准备。此后，台湾辅导工作的普遍化与制度化得到推进。学校辅导工作由重点实验到全面实施，其发展轨迹是先初中，次高中，再大学，后小学，逐步扩展。台湾地区学校教育中，辅导与教学、训导结合，已成为相辅相成、三位一体的教育体制。经过多年实践，台湾地区辅导工作在制度设计、机构设置、课程安排、人员培训、资源配置和社会支持等方面取得了全面的进步，特别是在辅导领域的专业方法与技术方面，台湾辅导界积极引进西方的研究成果，并结合台湾社会实际开展研究和探索，积累了相当丰富的经验，这些经验对于大陆正在推进的心理辅导工作具

有极大的参考和借鉴价值。

4 在丛书选编过程中，我们力求遵循下述原则：（1）科学性。要求入选著作对有关心理辅导的基本概念、原理、方法及其适用条件的表述正确，符合科学要求。（2）针对性。结合大陆心理辅导的现状，着重选取大陆研究不多而台湾已有相当积累的领域和材料，要求入选图书能反映台湾辅导现状且满足大陆借鉴之需。（3）发展性。在整套丛书的内容比重上，突出心理辅导以学校正常学生为主要工作对象的要求，在兼顾治疗、预防、发展三方面内容的同时，强调预防、发展重于治疗。（4）操作性。入选图书的内容具体、实用，侧重大量的能供辅导人员直接操作的辅导方法、技术和辅导活动方案的介绍。

本丛书的选题涵盖心理辅导的原理、专题心理辅导和心理咨询技术、心理治疗的方法与实务、心理辅导人员的专业发展等领域。所选图书内容突出学校心理辅导的组织和实施的实际需要，在兼顾基本原理和方法的基础上，用最大的篇幅介绍适用于学校心理辅导实践的具体技术和操作实务。丛书内容涉及心理辅导的基本原理和组织管理；心理辅导与治疗的方法，如团体辅导、游戏治疗、读书治疗；心理辅导的主要领域，如学习辅导、生活辅导、职业辅导和危机干预等；辅导工作者的专业提高，如怎样做个优秀的辅导工作者、怎样有效地与学生沟通，特别是提供了大量的辅导活动和课程设计的实例，如团体辅导活动、理性情绪课程、游戏治疗活动、生涯发展规划和偏差行为辅导的案例分析等。

考虑到两岸出版和辅导领域的实际差异，为了适应大陆出版

的政治要求、学术规范和语言习惯，使丛书能更好地为大陆心理辅导工作提供借鉴，我们对引进的著作制订了统一的修订原则。修订工作看似简单，实际其工作之复杂、工作量之大、程序之繁琐大大超乎预料。既要顾及大陆的出版要求、语言习惯和专业术语用法，又要尊重原著，让我们颇感为难。仅在语言习惯方面，包括遣词造句、标点符号等，两岸还是略有不同，我们花费了很大的心力来修订，以期尽量符合大陆读者的阅读习惯。尤感为难的是，对一些心理学术语的表述，两岸颇不一致。如台湾所用“谘商”（counseling），大陆用“咨询”，而台湾所用“咨询”（consultation），大陆尚无合适术语取代，我们尝试用“会商”代之。另对一些人物译名、纪年、机构名称都有改述，还省略了大陆读者难以找寻的文献条目。

本丛书能顺利出版，要归功于两岸心理学界和出版界的通力合作。首先感谢心理出版社总经理许丽玉女士和吴道愉总编的理解和配合，感谢广东世界图书出版公司张岩总经理、陈洁副总编的鼎力支持，特别要感谢特邀编辑王英、雷晓云、范翠英女士的辛勤努力。

将台湾心理学著作这样成规模地在大陆修订出版，尚无先例可循。由于时间仓促、工作量大，我们对丛书的审订难免有疏漏或不当之处，恳请作者诸君多多包涵，也希望各位读者多提意见。相信我们的努力一定有助于两岸心理学的共同繁荣。

原序

儿童在听、看故事的过程中，将自己融入故事的情境，如同主角一样感受情绪的起伏、苦恼、挫折和困境，一直到拨云见日，问题获得解决，儿童仿佛经历了一场难得的生活经验。

这种经验对一般儿童而言，能促进儿童的发展，开拓生活视野。对需要咨询辅导的儿童而言，除上述功能之外，还能够满足儿童匮乏的需求，提供适应生活的策略。因此，在小学作息统一，难得找到个别咨询时间的情形下，将“书”做为促进发展及治疗的工具，不但符合儿童的需要，也能应对辅导工作的困难。

自攻读硕士学位以来，作者对儿童读书的治疗效果一直未曾中断过兴趣和关心，近年来又根据钻研儿童文学、儿童写作教学的经验，结合读书治疗的理论和实务，在台南师范学院附设儿童咨询中心运用读书治疗，并指导研究生探讨读书治疗的效果，发现读书治疗在量的考验上，可能因为工具或时间的因素，不一定有显著差异，但是，在质的改变上，可明显地看出儿童的思想、情感和行为往适应良好的方向发展，因此，觉得有必要将读书治疗的理论、实施步骤和方法整理成册，提供给致力于儿童心理咨询与辅导的工作者，期望大家能继续研究、发展、运用及改进。

如今能把自己研读和实践的成果整理出版，首先要感谢范美珠、张肖琪、辜绣晶、王雅君在进行读书治疗研究时，愿意让作者分享他们的智慧和经验，参与他们的研究。其次要感谢邱茗在打字上的协助，不但忍受我的字体潦草、满篇修改的痕迹，还积极催促我的写作进度。同时，也要感谢心理出版社的工作同仁，为本书的诞生、封面设计和版面费心。最后，当然更要感谢读者的支持，期望读书治疗的运用成为儿童辅导的好帮手。

作者才疏学浅，虽然在撰写的过程中全力以赴，仍然可能有疏失遗漏之处，尚祈学者、专家及辅导工作者不吝赐教。

王万清 谨识

目 录

总 序	1
原 序	1
 第一章 读书治疗的理论	 1
第一节 读书治疗的定义	3
一、临床的观点	3
二、发展性和预防性的观点	4
第二节 读书治疗的目的、功能和实施方式	6
一、读书治疗的目的	6
二、读书治疗的功能	7
三、读书治疗的实施方式	8
第三节 读书治疗的咨询员特性	12
一、咨询员的特质	13
二、咨询员需具备的知识	14
三、咨询员的技巧	15
第四节 读书治疗的媒介材料	17

一、媒介材料的种类	18
二、选择媒介材料的原则	19
第五节 读书治疗的心理历程	23
一、三阶段说	24
二、四阶段说	25
三、六阶段说	29
四、六大阶段十五项反应说	30
第六节 读书治疗的实施步骤	32
一、准备阶段	32
二、实施阶段	36
三、评鉴阶段	45

第二章 儿童文学与读书治疗

第一节 儿童歌谣	49
一、儿童歌谣的定义与特质	49
二、儿童歌谣与读书治疗	50
第二节 儿童诗	54
一、儿童诗的定义与特质	54
二、儿童诗与阅读治疗	55
第三节 儿童故事	61
一、儿童故事的定义与特质	61
二、儿童故事与阅读治疗	62
第四节 神话	66

一、神话的定义与特质	66
二、神话与阅读治疗	67
第五节 寓言	72
一、寓言的定义与特质	73
二、寓言与阅读治疗	73
第六节 童话	79
一、童话的定义与特质	79
二、童话与阅读治疗	80
第七节 少年小说	83
一、儿童、少年小说的意义与特质	83
二、少年小说与阅读治疗	84
第八节 儿童文学作品的选择	90
一、学前阶段（0—2岁）	90
二、学前及幼儿园阶段（3—5岁）	91
三、小学低年级阶段（6—7岁）	92
四、小学中年级阶段（8—9岁）	94
五、小学高年级阶段（10—12岁）	95
 第三章 读书治疗的设计与咨询	97
第一节 儿童文学的心理治疗成分	99
一、儿童文学里的情绪	99
二、儿童文学里的社会技能	106
三、儿童文学里的亲情	116

第二节 读书治疗设计实例	125
一、社会技能的读书治疗设计	126
二、问题解决的读书治疗设计	148
第三节 读书治疗融入学科的设计	164
一、绿儿的故事	165
二、老同伴	167
三、星光	169
四、结语	171
第四节 读书治疗的咨询技巧	172
一、建立咨询关系	172
二、咨询的结构说明	174
三、沉默的处理	176
四、倾听的技巧	177
五、同理心的技巧	180
六、提问的技巧	180
七、澄清的技巧	182
八、自我表露的技巧	183
九、面质的技巧	184
十、解释的技巧	185
十一、具体化的技巧	186
十二、摘要	186
十三、结束的技巧	187

第四章 读书治疗研究的回顾与展望	191
第一节 父母离异儿童读书治疗	193
一、活动单元及目标	194
二、单元设计评论	197
第二节 社会畏缩儿童读书治疗	202
一、活动单元及目标	203
二、单元设计评论	206
第三节 低自我概念儿童读书治疗	211
一、活动单元及目标	212
二、单元设计评论	215
第四节 低同理心儿童读书治疗	220
一、活动单元及目标	221
二、单元设计评论	224
第五节 读书治疗的展望	232
一、灰姑娘的故事分析	233
二、交流分析融入读书治疗	233
三、理情行为治疗融入读书治疗	238
四、行为治疗融入读书治疗	241
五、结语	246