

諮商與心理治療

理論與實務

Counseling and Psychotherapy
Theories and Interventions

◎卡普齊(David Capuzzi)、格羅斯(Douglas R. Gross) 著

◎伍育英 陳增穎 蕭景容 譯 鍾思嘉 校訂



諮商與心理治療

理論與實務

Counseling and Psychotherapy:
Theories and Interventions

卡普齊、格羅斯(David Capuzzi & Douglas R. Gross) 原著

鍾思嘉 校訂

伍育英、陳增穎、蕭景容 譯



台灣培生教育出版股份有限公司

Pearson Education Taiwan Ltd.

諮商與心理治療：理論與實務 / 卡普齊(David Capuzzi),
格羅斯(Douglas R. Gross)原著；伍育英譯。-- 臺北市
：臺灣培生教育出版：麗文發行, 2006[民95]

面；公分

參考書目：面

譯自：Counseling and psychotherapy : theories
and interventions, 3rd ed.

ISBN 978-986-154-410-6(平裝)

1. 諮商 2. 心理治療

178

95017307

諮商與心理治療—理論與實務

Counseling and Psychotherapy:Theories and Interventions, 3/e

原 著 卡普齊、格羅斯(David Capuzzi & Douglas R. Gross)

譯 者 伍育英、陳增穎、蕭景容

校 訂 鍾思嘉

出 版 者 台灣培生教育出版股份有限公司

地址 / 台北市重慶南路一段147號5樓

電話 / 02-2370-8168(總機)

傳真 / 02-2370-8169

網址 / www.pearsoned.com.tw

E-mail / hed.srv@pearsoned.com.tw

編輯企劃 桂冠圖書股份有限公司

地址 / 台北縣新店市北新路三段46號2樓

電話 / 02-2916-2211 (代表號)

傳真 / 02-2915-5439

網址 / www.laureate.com.tw

e-mail / laureate@laureate.com.tw

發 行 所 郵 撥 帳 號 / 0104579-2號 桂冠圖書股份有限公司

麗文文化事業機構

地址 / 高雄市五福一路41巷12號

電話 / 07-2265267、2236373

傳真 / 07-2264697

出版日期 2006年9月初版

ISBN-13 978-986-154-410-6

ISBN-10 986-154-410-0

定 價 650元

版權所有・翻印必究

Authorized translation from the English language edition, entitled COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY: THEORIES AND INTERVENTIONS, 3rd Edition, 0130947547 by CAPUZZI, DAVID; GROSS, DOUGLAS R., published by Pearson Education, Inc., publishing as Prentice Hall, Copyright© 2003, 1999, 1995 by Pearson Education, Inc.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from Pearson Education, Inc. CHINESE TRADITIONAL language edition published by PEARSON EDUCATION TAIWAN, and LAUREATE BOOK CO LTD Copyright © 2006.

本書作者群像：

主編簡介：

卡普齊 (*David Capuzzi, Ph.D.*)，是美國諮商學會前主席，也是奧勒岡波特蘭州立大學諮商師教育研究所教授。從 1980 年到 1984 年，卡普齊博士就是美國學校諮商師學會《學校諮商師》期刊的主編。他也是許多重要教科書章節的作者。他和戈登 (*Larry Golden*) 博士共同編著《協助家庭，協助兒童：家庭處遇與學校相關問題》(1986)，以及《預防青少年自殺》(1981)。他是《危機中的年輕人：諮商師、教師與家長的防治資源》(1989、1996、2000)、《諮商專業入門》(1991、1997、2001) 的共同編著者，與格羅斯 (*Douglas R. Gross*) 在 1992、1998、2002 年合著《團體諮商入門》。

格羅斯 (*Douglas R. Gross, Ph.D.*)，亞利桑那州立大學的名譽教授，他的專業工作史包括公立學校的教師、諮商師、美國諮商師學會、人本教育與發展學會主席。除了本書外，格羅斯博士對下列著作亦有傑出貢獻：《危機中的年輕人：諮商師、教師與家長的防治資源》(1989、1996、2000)、《諮商專業入門》(1991、1997、2001)、《團體諮商入門》(1992、1998、2002)、《心理健康諮商基礎》(1986、1996)、《諮商理論、過程與實務》(1997)、《諮商師手冊》(1974)。

作者簡介：

阿普頓 (*Valerie Appleton, Ed.D, M.F.C.C., A.T.R., N.C.C.*)，華盛頓州斯波坎市東華盛頓大學諮商、發展與教育心理學學系教授，她的研究領域包括運用藝術於創傷介入，以及廣泛的諮商師教育。

阿辛奈格 (*G.Miguel Arciniega, Ph.D.*)，亞利桑那州立大學教育心理學系副教授。阿辛奈格博士是少數族群諮商方案和機構的理事、教師會長、雙語與雙文化教育主任。他擔任過聯邦、各州和地區機構的少數族群諮商顧問，也是美國國際開發署 (AID) 中南美洲部顧問。他發表過許多有關多元文化諮商的重論文。

伯呂 (*Larry D. Burlew, Ed.D.*)，橋港大學的諮商教授，其諮商經驗遍及勞工協助方案、大學生、中年人、AIDS 患者和男同性戀者。他崇尚有別於西方治療的另類療法，透過實務和研究靈性發展、薩滿教、前世治療和東方哲學。

戴克曼 (Cass Dykeman, Ph.D.)，奧勒岡州立大學諮商師教育學系副教授。他是無數書籍、章節和專業期刊的主要作者，華盛頓州諮商師教育與督導學會和西部諮商師教育與督導學會的前主席。他近期主要的研究興趣包括校園暴力、上癮、諮商，以及短期諮商技巧。

伊旺斯 (Tim Evans, Ph.D.)，是南佛羅里達大學復健與心理健康諮商學系臨床行政人員。他是婚姻與家族治療研究所認證方案的召集人。伊旺斯博士擔任阿德勒夏季學校與機構 (ICASSI) 國際委員會的理事，在歐洲和北美教授阿德勒心理學。

法蘭克 (Mary Lou Bryant Frank, Ph.D.)，她在北喬治亞學院暨州立大學開課，並教授社區諮商碩士班課程，她與本書的二位作者卡普齊、格羅斯共同撰寫《團體諮商入門》一書。近來，她擔任甘納瑟 (Kennesaw) 州立大學大學生研究與通識教育的主任。

哈利 (Melinda Haley)，B.S.，過去兩年連續獲得奧勒岡榮譽獎學金，哈利小姐過去兩年來受雇於波特蘭州立大學。她也是《團體諮商入門》(2002) 中〈心理治療團體〉這一章節的共同作者，以及《團體工作取向：實務者手冊》(2003) 這本書中〈單親家庭的訓練〉的作者。此外，哈利小姐正在撰寫：《美國人》(Yanqui) 與《美國大屠殺》(American Holocaust) 二書。

哈茲勒 (Richard J. Hazler, Ph.D.)，俄亥俄大學諮商師教育學系教授，他的專業工作包括小學教師，學校、監獄、軍隊諮商師，及私人執業。他的主要著作包括與巴維克 (Nick Barwick) 合著《治療情境：促進治療的核心條件》(2001)、《走廊上的協助：增進校園關係的進階策略》(1998)，以及《打破暴力循環：暴徒與受害者的處遇》(1996)。

赫利比 (Barbara Herliby, Ph.D., N.C.C., L.P.C.)，紐奧爾良大學諮商師教育方案學系的教授，她的專業工作重點在諮商倫理，反映出她對諮商理論、督導和多元文化的興趣。赫利比博士在學校、社區機構、私人執業擔任專業諮商師。作為一個教師、學者和諮商師，她奠基於女性主義哲學與實務。

卡洛德納 (Cynthia R. Kalodner, Ph.D.)，西維吉尼亞大學諮商、復健諮商與諮商心理學副教授及訓練主管。她目前的研究重心在飲食違常，包括用認知行為取向以理解及治療女性飲食疾患、媒體對飲食違常的影響，以及預防議題。

路易斯 (*Rolla E. Lewis, Ed.D.*)，波特蘭州立大學諮商師教育學系副教授，在諮商師教育碩士班課程擔任學校諮商專業化的召集人。奧瑞岡諮商學會在 2001 年頒發路易斯博士泰勒 (*Leona Tyler*) 獎章，表揚他對諮商專業的卓越貢獻。

梅普爾斯 (*Mary Finn Maples, Ph.D., N.C.C.*)，內華達大學諮商與教育心理學的教授，從 1985 年起，梅普爾斯博士也擔任國家司法學院、國家青少年與家庭法律學院、最高法院會議，以及數個州立司法教育機構的職務。她的諮商專業包括司法決策的態度與價值觀、增進司法執行權限、下一世紀司法領導權、權力分享與寬容的面質、組織動力、司法機關的主動傾聽，以及團隊建立與職場動機等。

麥科勒姆 (*Vivian J. Carroll McCollum, Ph.D.*)，紐奧爾良大學諮商教授。她的專業領域為諮商中的多元文化議題，及其在學校諮商、生涯諮商、家族治療中對當事人/諮商師互動關係的影響。

米利倫 (*Al Milliren, Ed.D.*)，德州彼爾姆大學學校諮商師教育學系副教授。他的專長是小學諮商。米利倫博士有超過三十五年的阿德勒心理學專業學校諮商師、私人執業諮商師及大學教授經驗，他在諮商和教育領域的著作無數，聲譽卓著。

紐貝凡爾 (*John F. Newbauer, Ed.D.*)，美國心理專業（心理測驗）協會，以及監護人專業學會的心理學健康服務人員及專科醫生，他也是美國法醫檢查官學院的會員，是鳳凰城學會的共同創建者及主席。他是阿德勒學派專業心理學的核心會員，也在聖法蘭西斯大學、南伊利諾大學、鮑爾州立大學教書。他是北美社會阿德勒心理學的現任主席。

紐倫 (*Betty J. Newlon, Ed.D.*)，亞利桑那大學的名譽教授，講授諮商課程有二十五年的時光。目前，她擔任亞利桑那諮商師學會的主席，她撰寫過無數書籍的主要章節，及研究論文。紐倫博士近來的研究興趣包括老年人，尤其是祖母的生命計劃歷程。

諾威 (*Greory J. Novie, Ph.D.*)，在 1985 年就已是私人執業的心理學家，他的研究興趣領域包括對邊緣性與自戀性患者的反移情，和心理治療的治療行動，他也是美國心理學會心理分析分會的會員。

羅蘭 (*Catherine B. Roland, Ed.D.*)，阿肯色大學的諮商師教育家，她的興趣包括諮商中的性別與多元文化議題、諮商與靈性，並研究女性以及非傳統、非談話諮商取向。

瑞爾 (*Donna M. Roy, B.A.*)，她擁有 20 年以上教學、訓練、教育青少年與成人的經驗。她在 Hakomi 身體中心心理治療接受進階訓練，並對夢、儀式和禮節有經驗性的研究；她的主要專長是社區諮商。

史瓦特茲 (*Susan E. Schwartz, Ph.D.*)，是榮格學派分析師，受訓於瑞士蘇黎世的榮格 (C.G.Jung) 機構，並獲得臨床心理學博士學位。她是個資深的分析師，並以不同層面的榮格分析心理學在全世界演講並主持工作坊，也在亞利桑那州的史考茨代爾 (Scottsdale) 私人執業。

西伯 (*Conrad Sieber, Ph.D.*)，在波特蘭州立大學教授教育與社會服務機構方案評估課程。他也致力於治療創傷後壓力違常疾患、個人中心心理學，為社經地位不利青年發展教育/諮商課程。最近，他在波特蘭、奧瑞岡私人執業，評估教育與諮商方案。西伯博士為許多專業出版品撰寫過諮商專書的章節與論文。

范農 (*Ann Vernon, Ph.D.*)，北愛荷華大學諮商教授與召集人。專長是兒童、青少年及其父母親。范農博士被視為是應用理性情緒行為治療 (*REBT*) 學派於學齡個案的佼佼者，她撰寫過無數有關這個主題的專書、章節以及論文，包括思考、感覺、行為與護照方案，是以 *REBT* 為本的情緒教育課程。范農博士定期在美國、加拿大以及國外舉行 *REBT* 工作坊。她是艾里斯 (*Albert Ellis*) 協會的受託人，也是 *REBT* 中西部中心主任。

伍伯汀 (*Robert E. Wubbolding, Ph.D.*)，是一位臨床諮商師與心理學家，也是辛辛那堤現實治療學派中心主任、加州查茨沃斯 (Chatsworth) 威廉葛拉瑟訓練機構主任，以及路易斯安那沙勿略 (Xavier) 大學諮商名譽教授。他撰寫過十餘本有關現實治療的書，包括《二十一世紀的現實治療》，並在北美、亞洲、歐洲、澳洲和中東教授現實治療。他的工作重點是要讓現實治療成為跨文化的取向，應用在管理、上癮和矯治上。

原 序

《諮商與心理治療：理論與實務》呈現各種理論與概念架構，以為瞭解助人關係的因素變項。這些因素變項包含了用以說明人格發展、解釋過去的行為、預測未來行為、理解當事人現在的行為、診斷與治療計劃、評估當事人的動機、需求，以及未解決的議題，並在治療過程中選用策略與介入技巧等的模式。

理論有助於組織資料，並提供諮商師或治療師預防與處遇的指引。它們指出專業助人工作者應注意的方向及觀察重點，並提出同業所能理解的概念、專有名詞和觀點，在督導及諮詢歷程中皆可適用。理論直接影響諮商師或治療師的治療技巧，促使當事人產生新的洞察、新行為和新的關係建立方式，以及問題解決。諮商師或治療師越能瞭解不同理論參考架構的優點及潛力，就越能瞭解當事人的獨特性，發展更有效的治療計劃。

本書在架構和內容上獨樹一格。所有的撰稿者都是數一數二傑出的專家，提供最新的心理治療理論資訊（參閱作者群像）。此外，每一章都會討論到如何將其應用到特定的個案研究上：一個名叫約拿單的虛擬當事人，其生平事略請參閱本書第 50 頁。本書也包括了其它心理治療理論教科書中有時未能談論到的資訊：第二章我們會談到開始實務工作前達成個人和專業認同的重要性；第十四章是女性主義治療理論；第十五章為東方治療理論；第十六章則是以身體為中心的諮商與心理治療。本書特有的取向增加它的適用範圍，應能引發讀者的閱讀興趣。

本書架構

本書適用於剛開始學習個別諮商與心理治療的學生。它對於下述各種理論都提供易讀易懂的概觀，涵括：精神分析、榮格、阿德勒、存在主

義、個人中心、完形、認知行為、理情行為、現實、家族、短期、女性主義、東方治療理論和以身體為中心的諮商與心理治療。每種理論都會說明其背景、人性觀、主要概念、應用（包括討論治療目標、改變歷程、治療技術）、評價（包含支持的研究及其理論限制）、具精神疾病的當事人、摘要表和與該理論模式一致的個案研究討論。

我們知道一本書可能無法適切地含蓋所有與理論相關的因素變項，本書全部的內容已盡情詳述每種理論；然而，我們試圖要讓讀者用連貫的方式來分析和學習各種理論，包括如何運用理論到同一位個案的研究上。

本書的架構係依據兩位主編的安排、分配，撰寫前兩章以概念化本書內容，其餘 23 位共同作者則選取其專精的不同理論。每一章都包含理論與應用部分。本書分成四大部分：〈個別諮商與心理治療基礎〉、〈諮商與心理治療理論〉、〈東方與非傳統治療取向〉，以及〈多元文化考量〉。

第一部，〈個別諮商與心理治療基礎〉（第一章和第二章），第一章介紹助人關係與個別心理治療的一般知識，接下來的章名是：〈達成個人與專業認同〉，除非諮商師或治療師能自我確認並澄清個人界限，否則不太可能善用某一理論或概念架構。

第二部，〈諮商與心理治療理論〉（第三章到第十四章），呈現本書所選取的十二個理論資訊。每一章如：精神分析理論、榮格學派分析理論、阿德勒學派諮商與心理治療、存在主義理論、個人中心理論、完形理論、認知一行為理論、理情行為治療、現實治療理論、家族理論、短期治療理論，以及女性主義治療理論，都會詳細地說明該理論並運用它到約拿單這位個案研究上。

第三部，〈東方和非傳統治療取向〉（第十五章及第十六章），含括源於東方哲學（東方治療理論）和非傳統治療取向（以身體為中心的諮商與心理治療）理論的探討。

第四部，〈多元文化考量〉（第十七章），焦點完全放在治療對多元文化族群的考量（諮商與心理治療：多元文化考量）。

新版須知

本書新版包含某些新的架構，我們認為讀者可能會有高度興趣。最新的章節如〈女性主義治療理論〉（第十四章）對女性主義理論的演變有非

常清楚的介紹，說明人性觀、主要概念、應用、具精神疾病的當事人、評價和當事人約拿單等。

〈家族理論〉這一章要讓讀者敏於覺察一項事實，即諮商師或治療師在進行個別治療時，也須將會影響當事人的系統變項謹記在心，某些當事人也許需要用家族理論做為其治療計劃的一部分。〈短期治療理論〉這一章會包含在內的原因，是由於管理照護對心理健康服務領域的影響，這一章對焦點解決短期治療、敘事治療和健康現實，提供了詳實的資訊。

為了增加讀者對另類心理治療取向的興趣，本版也納入東方治療理論的修正版。很少有教科書會說明非傳統的、或不為實務工作者和西方學院派採用的非主流概念模式。新章節如：〈以身體為中心的諮商與心理治療〉亦收入其中。最後，為了延續對理情行為治療理論的興趣，本版將其從認知行為理論中獨立出來成為新章節，以表彰艾里斯（Albert Ellis）及其同仁的貢獻。

第三版的讀者會發現，在研讀本書的過程中，網際網路（網址為 <http://www.prenball.com/capuzzi>）是很有幫助的。這個網址用各式各樣的方式協助讀者。每一章都會提供下列資訊：章前測試、本章概觀、關鍵詞庫與關鍵人物、課堂活動建議，用以增加教學與經驗性的學習、個別練習、問題與討論、網路連結、章末測驗等等。我們歡迎採用本書的教師上網提供課堂作業與對本書內容的指導。

兩位主編及 23 位共同作者已盡最大的努力，要讓讀者獲得最新的理論和實務資訊及內容，我們希望第三版的《諮商與心理治療：理論與實務》能奠定學生進一步學習特定理論的基礎，發展出自己個人的諮商理論。

謝辭

我們要謝謝 23 位教授貢獻寶貴的時間、精力為有志於學習個別心理治療的學生完成本書，我們也要謝謝家人，他們支持並鼓勵我們努力完成本書的編寫工作。

校訂序

在台灣，諮商與心理治療的書籍很多，有國內學者的撰述，有國外學者的譯著。過去，在任教大學部時，幾乎都是採用美國學者柯瑞（Corey）的中譯本，二十多年來，從第二版開始採用到第七版，一方面由於柯瑞的書不僅在美國暢銷，在世界各地亦頗為盛行；另一方面則是使用習慣了，難免讓人因惰性而不願輕易更換。然而在研究、講授這類入門課時，卻常感到許多不足之處，除了本系、所或相關系、所的學生普遍都會有重複研讀的情形外，也可能造成只讀一家之言的狹隘觀點。而多年來，為了學生的學習，亦曾不斷地上網搜尋和更換主要參考書，但始終沒有找到讓自己感覺滿意的閱讀工具。直到兩年前採用本書原著時，才發現它雖未必是最令人滿意，但卻有一種與過去使用教材完全不同的清新之感，而且與過去研讀過的相關書籍，亦有著相輔相成的收穫。

這本書是由卡普齊（Capuzzi）和格羅斯（Gross）博士兩位主編邀請各學派的專家，就自己的最熟悉的領域撰寫而成，雖有一致的寫作架構，但卻不同於過去其他大多數的書為單一作者的風格，乍看之下似乎為缺點，然而個人卻反而以為是本書最大的優點與特色之一，正如各學派在理念和實務上，雖有其不同，但亦有其相通之處。本書的優點除了各家學派的理念、技術和個案討論的精闢解說外，更有東方思想治療和以身體為中心治療的介紹，以及各家學派較詳盡的發展背景和支持研究的說明，這是其它同類書籍所欠缺的。對於學習者而言，一方面可以開拓了寬廣的視野，一方面也補充了過去所學的不足。再者，以今日國內心理師專業考試，在至少應具備碩士資格的規定下，我認為本書帶給我們的價值，應不只是為考試而已，而是更能為自己未來從事實務工作，奠定紮實的理論基礎。

本書的原文很不易讀，這是學生們普遍的反應。除了因為有部份文字略為艱澀，需要再三查考專業字典與反覆推敲外，另一個原因則正如編者

所言，很難在有限的篇幅中，將每一個學派完全詳盡介紹。因此可以想像得到，在中文翻譯需文通達意的要求下，更是難度加倍。當初，推薦這本好書給育英時，她很有信心一人承擔全書的翻譯工作，但她在教學和攻讀博士班之餘，實難如預期的理想進度，後來她又邀請兩位博士班好友景容和增穎 加入翻譯陣容，雖比預期的完稿時間略為落後幾個月，但其中的艱辛，相信都是她們和我都始料未及的，而且常會陷在苦思中。校訂的工作陸陸續續長達半年之久，原因只有一個：教學只需段落表達，而翻譯卻要字句琢磨。無論如何，我們盡力完成了。最後，謹以此文代表個人對她們的付出表示敬佩之意，也為我們的合作中的成長，共勉之。

鍾 思 嘉

2005 年於秋意盈然的政大校園

譯 序

初次在鍾思嘉教授的辦公室見到卡普齊（Capuzzi）與格羅斯（Gross）第三版的《諮商與心理治療：理論與實務》（*Counseling and Psychotherapy: Theories and Interventions*）一書時，心中即滿是「驚豔」之感，「驚」的是在國內居然可以看到另一本解釋詳盡、架構清晰的諮商與心理治療理論教科書。本書的內容豐富多元、理論的解析更是鞭辟入裡，即使是像筆者這樣一個長期接觸諮商與心理輔導的教育工作者兼實務工作者，在閱讀本書的過程中，亦常有豁然開朗，原來如是之感。它幫助我將自己原有的諮商與心理治療理論知識，更加的統整與具象化，尤其是本書中每一種治療理論的撰述者，都是出自當代各該理論方面頂尖的專家，因而更倍增本書的可讀性。

另一方面，本書的架構與編排方式獨樹一格，這就是令我感到「豔」之所在。作者將本書分為四大部份，分別為第一部：〈個別諮商與心理治療基礎〉；第二部：〈諮商與心理治療理論〉；第三部：〈東方和非傳統治療取向〉；第四部：〈多元文化考量〉。記得在初次翻閱本書時，僅只看到這四個大標題即已眼睛為之一亮，哇！終於有一本諮商與心理治療理論教科書能兼容並蓄，且是真正地踩在多元文化觀點的位置上，將東方治療理論，以及非傳統治療取向的另類治療法納入教科書中。嗯！僅只是這一點，即已令我深感這是一本值得我去深入閱讀的心理治療理論專書，或許它不只多少滿足了我身為東方人的驕傲（因為我們也有我們東方獨特的哲學觀與治療觀），而是更欣賞本書的作者，不僅只從知識理論的層面「坐談」多元文化，而是將後現代多元文化的價值觀，直接實踐在本書的架構與內涵中。

此外，在第四部：〈多元文化的考量〉中，本書更是一改以往教科書的編著方式，將多元文化議題對諮商或心理治療可能造成的影響，單獨特立一章，專文討論。尤其在該章的後半部，並特別針對各個治療理論與少

數族群特有的文化內涵間之關聯，具有統整性的介紹，更讓我相信，它能協助讀者對諮商與心理治療理論中所涉及的多元文化議題，有一精闢且重點式的了解。

由於深受本書的豐富內容所吸引（它甚至也納入了短期治療理論、敘事治療等等），也因著乍看本書原著時，感到其脈絡清晰，文字不至於過份生澀（真不知當時自己是翻閱到那一章，才有此過早的定論），才有膽量承諾鍾老師，在其指導與校訂下，不自量力的翻譯本書，如今自承諾翻譯到本書的完稿已歷時兩年，這期間尤其要感謝鍾老師的細心指導與寬容，讓我與後來加入的兩位譯者——陳增穎與蕭景容能夠在適度的壓力，但卻不影響自己原有的步伐下，完成這本並不容易的譯作。

增穎負責翻譯的是第十、十三、十四、十五章，景容則負責翻譯第二、三、四章，其餘篇章則由我負責翻譯，在此特別要感謝她們兩位的鼎力相助，沒有她們共同的付出與心智的結晶，本書恐怕至今還很難完整的呈現在讀者的面前。

此外，由於本書各章作者均為諮商與心理治療各學派領域的一流專家，引用各家參資料、文獻，甚為廣博，為方便中文讀者閱讀，書中引文人名、專有名詞原則上均譯為中文，並於首次出現時加附原文，如有必要並於間隔甚遠處，再於中譯名之後加附原文，以便讀者研讀、查閱，併此說明。

我們雖然盡心翻譯，但疏漏、謬誤之處亦恐難免，祈望讀者不吝指教，我們將於再版中進行修正。

諮商心理師
伍育英
2005年12月

諮商與心理治療：理論與實務

章 目

原 序 ㉖

譯 序 ㉗

校訂序 ㉘

第一部 個別諮商與心理治療的基礎

- | | |
|---------------------|------------------|
| 第一章 諮商與心理治療中的助人關係 3 | 第二章 達成個人與專業認同 25 |
|---------------------|------------------|

第二部 諮商與心理治療理論

- | | |
|----------------------|-------------------|
| 第三章 精神分析理論 55 | 第九章 認知—行為理論 249 |
| 第四章 榮格學派分析理論 79 | 第十章 理情行為治療 277 |
| 第五章 阿德勒學派諮商與心理治療 105 | 第十一章 現實治療理論 301 |
| 第六章 存在主義理論 153 | 第十二章 家族理論 337 |
| 第七章 個人中心理論 185 | 第十三章 短期治療理論 367 |
| 第八章 完形理論 213 | 第十四章 女性主義治療理論 399 |

第三部 東方與非傳統治療取向

- | | |
|-----------------|-------------------------|
| 第十五章 東方治療理論 423 | 第十六章 以身體為中心的諮商與心理治療 465 |
|-----------------|-------------------------|

第四部 多元文化考量

- | |
|-------------------------|
| 第十七章 諮商與心理治療：多元文化考量 503 |
|-------------------------|

參考書目 533

英漢名詞對照表 575

英漢人名對照表 567

諮商與心理治療：理論與實務

目 錄

原 序 5

譯 序 11

校訂序 9

第一部 個別諮商與心理治療的基礎

第一部 引言 2

結論 24

第一章、諮商與心理治療中的助人關係 3

第二章、達成個人與專業認同 25

助人關係：定義與描述 5

助人關係：階段 7

助人關係：核心條件 9

同理的瞭解 10

尊重與積極關注 11

真誠與一致 11

具體化 12

溫暖 13

立即性 13

助人關係：策略 14

建立關係與鼓勵當事人對話的

策略 15

幫助搜集資訊的策略 18

增加深度與促進關係的策略

19

文化差異議題 21

身心健康的重要 27

身心健康的取向 27

理論與實務的價值觀與文化偏見 33

理論與實務的價值觀 33

理論與實務的文化偏見 34

實務工作者的日常生活 38

願景的達成與平衡 40

覺知耗竭的警訊 40

運用專業社群網絡 41

適當的轉介當事人 41

專業角色的卸除 42

考量注入活水的可能選擇 42

個人諮商理論的重要 43

總結 45