

心理咨询百科全书

车文博 主编

心理咨询百科全书

车文博 主编

吉林人民出版社

心理咨询百科全书

车文博 主编

*

吉林人民出版社出版 吉林省新华书店发行

长春市第五印刷厂印刷

*

787×1092 毫米 16 开本 79.5 印张 插页4 2500,000 字

1991 年 11 月第 1 版

1991 年 11 月第 1 次印刷

印数：1-2,680 册

ISBN 7-206-01304-X

D·379 定价：65.00 元

主编、编委名单

主 编 车文博

编 委 (按姓氏笔画为序)

马谋超 马维祥 王米渠 王启康 王极盛

王序荪 王树茂 邓明昱 刘兆吉 刘协和

刘淑慧 朱永新 朱祖祥 孙俊山 何为民

吴万森 杨永明 杨立能 杨治良 杨宗义

杨津广 李鸣皋 李诚忠 陈钟舜 沈德灿

罗大华 金志成 林仲贤 林秉贤 林建公

林崇德 张宁生 张世英 张世富 张嘉玮

张 燮 张粹然 周正保 郑日昌 赵亚忠

赵耕源 贾谊诚 郭占基 高玉祥 徐俊冕

戚立夫 梁宝勇 龚耀先 曾欣然 谢三才

程 娴 彭聃龄 傅汉章 燕国材 魏华忠

英文注总审校 翁德修

编 委 助 理 张 明 刘晓明 蒋兆灿 黄冬梅

责 任 编 辑 张雅莲

封 面 设 计 尹怀远

版 式 设 计 牛连生

分卷主编、副主编名单

一、普通心理

主 编 王启康 彭聃龄

主 编 陈钟舜

二、实验心理与心理统计

主 编 林仲贤

副 主 编 金志成

九、变态心理

主 编 刘协和 赵亚忠

三、心理测验

主 编 龚耀先

副 主 编 郑日昌

十、缺陷心理

主 编 魏华忠

副 主 编 张宁生

四、生理心理与心理生理

主 编 杨立能

十一、医学心理

主 编 梁宝勇 徐俊冕

五、社会心理

主 编 沈德灿

副 主 编 林秉贤

十二、中医心理

主 编 周正保

副 主 编 王米渠

六、民族心理

主 编 张世富

副 主 编 胡礼遇

十三、教育心理

主 编 郭占基

副 主 编 戚立夫

七、发展心理

主 编 林崇德

十四、思想工作心理

主 编 李诚忠

八、性心理

十五、传播与宣传心理

主 编 王序荪

十六、人事心理

主 编 王极盛

十七、领导心理

主 编 王树茂

副 主 编 范翰章 李 军

十八、管理心理

主 编 张 燮

十九、职业心理

主 编 孙俊山

二十、工程心理

主 编 朱祖祥

二十一、交通安全心理

主 编 杨宗义

二十二、创造心理

主 编 程 炯 吴万森

二十三、文艺心理

主 编 张嘉玮

二十四、美育心理

主 编 刘兆吉

副 主 编 曾欣然 张粹然

二十五、体育运动心理

主 编 谢三才

副 主 编 刘淑慧

二十六、军事心理

主 编 林建公

副 主 编 陶桂芝 周 敏 赵景华

二十七、商业心理与广告心理

主 编 马谋超

副 主 编 傅汉章

二十八、旅游心理

主 编 杨永明

副 主 编 张鼎衡

二十九、服装心理

主 编 杨治良

副 主 编 吕逸华

三十、性差、婚恋与家庭心理

主 编 高玉祥

副 主 编 葛鲁嘉

三十一、司法心理

主 编 罗大华

副 主 编 何为民

前言

心理咨询 (psychological counseling), 既是一门新兴的科学和专业, 又是一门高超的技能和艺术。

“咨询”一词, 在中国, 最早载于古籍《书·舜典》: “咨十有二牧”, 咨就是商量的意思; “询于四岳”, 询就是询问的意思。在外国, “咨询”一词源自拉丁语 “consultatio”, 基本涵义为商讨、协商; 英语为 “counsel”, 日语为 “カウンセリング”, 俄语为 “консультация”, 也是商讨、劝告、质疑的意思。各行各业均有咨询, 如工业咨询、农业咨询、军事咨询、商业咨询、教育咨询, 法律咨询、医疗咨询和心理咨询等等。

咨询心理学 (counseling psychology) 是研究心理咨询活动规律的科学, 是研究心理咨询的实质、特点、理论、内容、过程、原则、方法、技术和条件等一系列问题的科学, 也是研究咨询者通过同来访者的商议帮助解决其心理问题, 以改善人的心理健康的科学。它属于应用心理学的一个新的分支。心理咨询有广义和狭义之分。从广义上讲, 心理咨询是指帮助人们解决学习、工作、生活、疾病和康复等各方面出现的心理问题, 以维护和增进心理健康, 促进潜能的充分开发和个性的全面发展。从狭义上讲, 心理咨询是指专业人员帮助来访者解决其心理障碍、精神疾病和心身疾病等方面的心理调节与治疗问题, 以恢复和保持心身健康。

为了进一步了解心理咨询的实质, 我们必须弄清心理咨询同思想政治工作、心理治疗之间的联系与区别。

心理咨询的主要特点:

(1) 对象——正常人

心理咨询与思想政治工作、心理治疗三者对象的共性都是人, 但具体所指的对象又有区别。思想政治工作的对象最广泛, 具有全民性; 心理治疗的对象最窄, 专指病人, 主要是那些精神疾病、心身疾病以及某些躯体疾病的患者; 而心理咨询的对象则主要是正常人, 包括当事人和求助者, 当然, 对轻微的、有自知力的、康复期的病人亦可进行心理咨询。

(2) 角色——参谋、顾问

心理咨询工作者和思想政治工作者、心理治疗工作者虽然都与人发生关系, 但他们各自扮演的角色和具体关系不同。思想政治工作是教育者与被教者的关系, 思想政治工作者处于主导地位, 群众则是受教育的对象。思想政治工作者是宣传者、教育工作者, 在工作中往往以“说”为主。心理治疗是治疗者与接受治疗者的医患关系, 他们通过言语、表情、姿态和行为以及特意安排的情

境或药物,以促使患者的病情好转或康复。而心理咨询则是咨询者与来访者(咨客)的关系,亦即询问、商议、帮助、指导等参谋、顾问、朋友的关系。其中,虽有教育的因素,但主要不是以教育者的角色出现。心理咨询工作者一般采取被动态势,以“听”为主,处于辅导地位。如倾听来访者的“宣泄”,注意观察其表情、手势、姿态等,力求进入来访者的内心世界,设身处地理解他,委婉地提出建议,与对方共同探讨各种选择的可能性。听不听、接受不接受,不象患者是由医生作主,而主要决定于咨客。

(3) 内容——极为广泛

心理咨询和思想政治工作、心理治疗的内容均比较丰富。思想政治工作的内容基本上包括两部分:一是某些共同性、基础性的教育,如基本路线教育、爱国主义、集体主义、革命传统、理想道德、民主法制和纪律教育;二是根据不同时期的不同要求,结合本单位情况进行有的放矢的形势政策教育,热爱本职工作教育等。心理治疗的范围也很广,包括各种神经症(如焦虑症、恐怖症、强迫症、神经性抑郁症、疑病症、癔症、神经衰弱等),病态人格、性障碍(如性欲减退、阳痿、早泄、阴冷以及性变态等),心身疾病(如原发性高血压、消化性溃疡、支气管哮喘、甲状腺机能亢进、类风湿性关节炎、溃疡性结肠炎、神经性皮炎等等),早期、康复期或幻觉、妄想不明显的精神病患者,躯体疾病伴发的心理反应等等。至今心理治疗的方法已多达400余种。而心理咨询的内容之所以比思想政治工作的范围更广、比心理治疗的内容更多,是由于人们的心理活动日益丰富多采和纷繁复杂所致。主要包括:各个方面心理问题的咨询,如学习、教育、工作、生活、恋爱、婚姻、家庭等方面心理问题的咨询;各年龄阶段心理卫生的咨询,如优生与胎教、儿童心理卫生、青春早期及青年心理卫生、中年心理卫生、更年期心理卫生、老年心理卫生等方面的咨询;各种心理障碍的咨询,如认知活动障碍、情绪障碍、意志活动障碍、智力障碍、人格障碍、性心理障碍、性功能障碍、社会行为和人际关系障碍等方面的咨询;各种特殊心理危机干预的咨询,如家庭暴力、危重病人、强奸受害者、自杀者等的心理调治;各种神经症、心身症和精神病早期诊断、治疗和康复的咨询;慢性躯体疾病的心理支持及其家属护理的心理指导的咨询,等等。

(4) 方式——个别性

心理咨询和思想政治工作、心理治疗既可采取集体的形式,又可采取个别的形式。思想政治工作通常以报告讲座、讨论座谈、评比竞赛、参观访问等公开的集体形式为主。而心理咨询、心理治疗因多涉及个人的心理困惑、心理障碍甚至隐私问题,不便在大庭广众之下进行,故常采取个别交谈的方式,极端注重保密性。

(5) 目的——心理健康

心理咨询和思想政治工作、心理治疗均与维护 and 增进人的健康有关。思想政治工作是马克思主义、毛泽东思想为指导,着眼于人的政治思想面貌,主要解决世界观、人生观、价值观和道德观的问题,充分调动广大群众的积极性和创造性,以实现四化、振兴中华为目的。心理治疗是从“生物—心理—社会”新的医学模式出发,根据心理学的理论、方法和技术,如精神分析学、行为主义心理学、完形心理学、人本主义心理学、认知心理学等理论和方法,通

过医护人员的言语、行为和人际关系的交往,改善病人的情绪,提高病人的认识,增强病人战胜疾病的信心和能力,以达到恢复和增进人的心身健康的目的。而心理咨询的目的则是帮助来访者解决心理问题、心理困惑、心理障碍,调节情绪,平衡心态,健全人格,矫正行为,来恢复和增进心理健康。美国心理学家马斯洛和米特尔曼曾提出十条被人们公认的心理健康的标准,即:①有足够的自我安全感;②能充分地了解自己,并能对自己的能力做出适度的评价;③生活理想切合实际;④不脱离周围现实环境;⑤能保持人格的完整与和谐;⑥善于从经验中学习;⑦能保持良好的人际关系;⑧能适度地发泄情绪和控制情绪;⑨在符合集体要求的前提下,能有限度地发挥个性;⑩在不违背社会规范的前提下,能恰当地满足个人的基本需求。

应当指出,心理咨询和思想政治工作、心理治疗三者不仅有明显的区别,而且也有密切的联系。首先,思想政治工作可以保证心理咨询的正确政治方向,而心理咨询又可增强思想政治工作的吸引力和感染力。其次,心理治疗可以增强和深化心理咨询的效果,而心理咨询又可成为心理治疗一种有效的方式和不可缺少的环节。

心理咨询的方法由来已久。早在古希腊时期,人们就常从哲人、《圣经·旧约全书》以及巫医那里得到劝告和帮助。中国古代医学典籍中也有不少有关的记载,“阴阳五行相克”和“情志相胜”的理论就是一个典型的例证。

然而,心理咨询作为一门独立科学的出现,则仅有几十年的历史。大体上,可分为两个时期:

第一个时期,本世纪初至50年代以前,是咨询心理学奠基和开创的时期。此时,心理咨询的兴起直接同社会的发展、科技的进步相适应的职业指导、心理测量技术和心理治疗的开展密切相关。1909年,F.帕森《选择职业》一书的问世是现代心理咨询的起点。1914年,美国适应征兵的需要,为军队设计了两种团体智测,为职业指导提供了心理测量和心理咨询的科学手段。20年代中期,随着个别差异的科学研究和心理测量的进展,出现了测量职业能力、兴趣倾向个别差异的有效方法。30年代,由以心理测量为基础的职业心理咨询扩展到以人格为对象的家庭、学校、社会、健康、学业等方面问题的咨询,一些大学(如明尼苏达大学)设立了专门的心理咨询机构,出版了威廉逊的《如何对学生进行咨询》(1930年)的专著。40年代,随着个性、学习、心理治疗理论的发展,心理咨询的模式有所发展。罗杰斯在《咨询心理治疗》(1942年)一书中,公然反对传统的以直接提问为基础的主动态势的指导(令)性咨询,提出“以咨客为中心”的被动态势的非指导(令)性咨询,要求心理咨询工作者与咨客之间建立良好的关系,为他们主动、自由地倾吐内心的秘密创造热情、乐观的气氛。

第二个时期,从50~60年代,是咨询心理学形成和发展的时期。以美国为例,在组织机构方面,除美国人事与指导协会有心理咨询机构外,1946年美国心理学会成立了咨询心理学部,1952年又更名为咨询心理学分会,被编为第17分会。到1981年已拥有正式会员2595人,351人获博士学位。在学校、工厂、企业、军队、医院、社区等单位也都纷纷设立心理咨询机构。在理论指导方面,主要受精神分析、行为主义和人本主义三大学派的影响,基本上

分为指导性咨询和非指导性咨询,代表了心理咨询和心理治疗的三种模式,即障碍性模式、适应性模式和发展性模式。在法规颁布方面,1963年美国国会通过设置“社区心理卫生中心”法案,规定3年筹资1.5亿美元,协助全国各地建立心理卫生中心,并筹集1.2亿美元为调研经费。在出版刊物方面,1954年以俄亥俄大学为中心先后创办了两个刊物:一个为《咨询心理学杂志》,以应用性为主,现已由季刊改为双月刊;另一个为《咨询心理学家》,以理论性为主的季刊。在工作内容方面,大力开展全民心理咨询服务及辅导工作,主要开展职业、发展与教育、家庭、心理卫生、医疗等方面的心理咨询。美国心理学会和这一工作有关的组织,除了咨询心理学分会(第17分会)的专门机构外,还有心理治疗分会(第29分会)、临床心理学分会(第12分会)以及顾问心理学分会(第13分会)等。当然,它们有两种不同性质的工作:一种是以提供信息、意见为主要特征的业务,英文称为“consultation”,属于心理知识咨询的范畴;另一种是要求进入当事人的内心世界并引起其心理感受或外显行为变化的工作,即着重帮助来访者宣泄消极情绪、改变思维模式、从事行为训练等,英文称为“counseling”,属于真正心理咨询的范畴。咨询心理学分会研究工作的性质并不是前者而正是后者。纵观世界,心理咨询日益受到人们的重视,在组织机构、理论研究和实际应用方面均发展很快。苏联家庭心理咨询有很大发展,许多来访者要求帮助解答和指导其子女在发展、教育过程中心理方面存在的问题,以及如何克服夫妻关系方面的心理障碍。日本在各县、市、社区推行心理卫生保健与咨询工作进展显著。德国在教育咨询中心开展了心理咨询、心理诊断和巡回治疗。捷克斯洛伐克建立被誉为“生命希望线”的电话紧急咨询,对预防自杀方面颇有成效。

我国心理咨询工作起步较晚,但近年来在北京、西安、广州、上海、江苏、四川、福建、辽宁、吉林、河南等地的一些高等学校、医疗部门和有关单位已相继建立起“心理咨询中心”、“心理行为健康指导中心”、“青少年心理卫生指导中心”、“培爱防治自杀中心”、“信任与安慰者协会”、“心理咨询门诊”和“希望热线电话”等,一些广播、电视和报刊上开辟了心理咨询的园地,全国、各地先后举办了心理咨询和心理治疗讲习班、研讨会,出版了一批有关的专著和读物,筹建了高校、地区和全国心理咨询的研究机构,这一切表明了我国心理咨询与心理治疗事业正在日益发展壮大。

学习、研究和开展心理咨询,不仅具有重要的理论价值,而且具有广泛的实践意义。

首先,学习和研究咨询心理学有助于扩大心理科学的视野,掌握开展心理咨询的理论知识 and 实用技术。正如前述,心理咨询是一项科学性和技术性很强的专业活动,即咨询工作者根据心理学的理论、知识和方法,通过良好的人际关系对来访者所实现的一种帮助过程、教育过程和增长过程。而咨询心理学正是专门研究心理咨询的理论与实践的一门学问。它是从心理学中分化出来的一门新兴的学科,是社会心理学、发展心理学、变态心理学、教育心理学、职业心理学、恋爱婚姻心理学、家庭生活心理学、人际关系心理学、心理卫生学、心理治疗学、心理测量学等多分支学科相结合的一门应用性学科,是心理学与社会学、人口学、教育学、伦理学、法学、美学、医学、性学等多学科交叉的

一门综合性学科。不难理解,认真学习咨询心理学就可以正确掌握心理咨询的实质、特点、理论基础和活动规律,促使咨询工作者和来访者建立良好的人际关系,提高敏锐的洞察力和心理咨询的技艺,达到心理咨询最佳的效果。否则,不但不会帮助来访者自强自立,正确解决各种心理问题,相反还会带来消极影响,甚至造成严重事故。

其次,学习和研究咨询心理学有助于丰富思想教育工作的内涵,促进思想教育工作的活化,提高思想教育工作的效能。众所周知,思想工作有其特殊的任务、内容、途径和方法,但也应根据时代的要求和改革的现实有所发展、变化。而学习咨询心理学能够帮助改变思想工作简单化的模式和狭隘化的格局,不断丰富思想教育的内容,把思想教育多层次化,使它渗透和寓于到日常学习、生活、工作的心理活动之中。应当承认,塑造健全人格、最佳心态,良好情绪等心理素质是思想教育一项不可缺少的内容,也是社会主义精神文明的一项重要心理建设。从这个意义上说,把心理咨询视为思想工作工作的重要补充,不但没有否定思想教育的根本宗旨和任务,也没有改变心理咨询的性质和内容,相反却可以扩大思想教育的范围,强化思想教育的功能,发挥心理咨询的效应。比如,对于那些历史变革中的心理困惑、人际关系中的闭锁心态、舆论环境中的逆反心理、恋爱家庭中的人格变态等青年学生,只靠传统的工作方法,往往容易限于隔靴搔痒,无济于事。如果在思想教育工作中坚持开展心理咨询,采取诚恳、热情的态度,运用心贴心的交谈、探讨、疏导的方法,就可以使教育者与被教育者处于心理相容的状态,明显增强思想教育工作的吸引力、感染力和效应力,真正掌握青年学生的心态和规律,切实帮助他们解除心灵深处的疙瘩。因此,一个良好的心理咨询工作者,必然是诊治“心病”的良医、青年学生的知音。

最后,学习和研究咨询心理学有助于确立现代的医学模式,重视心理治疗,讲究心理卫生,提高心理健康水平。正如前述,心理咨询除主要对正常人进行而外,也要对患者开展心理咨询,包括帮助病人正确认识疾病,树立战胜疾病的信心,建立协调的医患关系,克服治疗、愈后和康复中的心理障碍,指导病人家属做好心理护理和心理支持等等。可见,在心理咨询中除了遵从发展、教育、适应的模式而外,还要遵从“生物—心理—社会”这一现代新的医学模式。它坚持从人具有生物、心理、社会三种属性的统一体的观点出发,认为人体的健康与疾病不仅与他们的遗传基因、各种理化因素及微生物作用有重要关系,而且与他们的社会文化背景、人格特点、情绪状态等社会、心理因素也有密切关系。因此,在医疗实践中,重视开展心理治疗,自觉地把躯体治疗与心理治疗有机结合起来,是传统医学模式转轨的需要,也是医学模式更加科学化和现代化的需要。

心理咨询与心理治疗有时难以区分,特别是在医疗部门对患者的心理咨询,实际上也是一种心理治疗。它能通过心理咨询工作者的劝慰、疏导、解释、建议,使来访者的心理障碍得以缓解,起到心理治疗的作用。同时,在心理咨询过程中,还可配合运用一些心理疗法如行为治疗、生物反馈治疗、催眠与暗示治疗、认知治疗、支持性心理治疗和其它心理治疗以及辅助一些药物治疗和针灸等。

应当指出,心理咨询和心理治疗在医疗实践中日益占有重要的地位。原因有三:(1)从疾病系谱来看,由于我们正处于大变革的年代,现代社会运转节奏加快,竞争力提高,信息超载,情感重负,以及噪音、拥挤等环境污染加剧,人们的心理紧张、心理负担、心理压力和心理障碍日益加重,神经症(或称心理症)、心身症日益增多,精神病亦有上升的趋势。据统计,我国大城市门诊就医病例中,60%以上属于神经症、心身症。医学患病率(根据疾病名称作出诊断)下降,实感患病率(实际感受到不适,大都不足以构成明确诊断)上升,又出现了一些所谓现代社会文明病如冰箱综合症、空调综合症、电脑综合症和地毯综合症,显然这些都和社会、文化、心理致病因素有关。(2)从死因系谱来看,一百年前死亡率最高的系腹泻、肺结核病、传染病等病,而当今世界死因前4位却被心血管病、脑血管病、恶性肿瘤、意外事故所代替,显然这些死因均与人的心理紧张、人格特征、饮食无节制、吸烟、酗酒、环境污染和交通事故等心理、社会因素密切相关。(3)从治疗疾病方法来看,传统的生物医学模式治疗方法有“三大法宝”,即药物、理疗和外科手术,但许多病人病情单纯用物理、化学方法难以奏效,所谓“心病需要心药医”,心理治疗、心理咨询必不可少,并日益广泛地开展起来。应当说,精神疾病患者的痛苦,并不比得了癌症、绝症的患者轻,但往往得不到人们的理解、同情,得不到社会的关心和支持,有的甚至处于孤立无援而自杀身亡。有些人可因微小的心理刺激而发病,本来只要人们对心理卫生稍加留意即可预防;有些人只要得到人们的谅解、同情即可治愈。但由于人们(包括医务人员)缺乏心理学的知识,从而酿成一个又一个悲剧,影响千家万户的幸福生活。因此,根据现代新的医学模式,在治疗方法上已由“三大法宝”变为“四大法宝”,即增加了心理治疗。

心理咨询对讲究心理卫生、提高心理健康水平极为重要。世界卫生组织章程对健康给予新的规定,认为“健康不但没有身体的缺陷与疾病,还要有完整的生理、心理状态和社会适应能力”。这就是说,要做到健康,必须达到身体健康、心理健康和社会适应健康三者的统一。心理卫生是专门研究心理健康的学问。就狭义而言,是指预防和矫治各种心理障碍、精神疾病;就广义而言,是指维护和增进心理健康,培养健全人格,以提高人类对社会生活的适应及改造的能力。研究表明,健康与疾病不是截然对立的双方,而是同一连续序列中的两端。这个连续体是一个包括躯体、心理、社会功能的复杂的动态过程。关键在于能否适应内外环境刺激并维持体内动态平衡,在这个连续体中,健康与疾病有相互移行的趋向,可表现为各种层次、形式的适应变化。变化的方面是可逆的,主要取决于主体的适应能力和平衡。不难理解,心理咨询和心理卫生、心理健康处于相互联系、相互促进的统一体中。其中,心理健康是心理咨询的目标,如提高人的适应能力、承受能力、控制能力、意识水平、交往能力、康复能力等;心理卫生是心理咨询的一项重要内容,如优生与胎教、儿童心理卫生、少年心理卫生、青年心理卫生、中年心理卫生、更年期心理卫生、老年心理卫生等;心理咨询又是宣传心理卫生、提高心理健康的一条重要的途径,如通过门诊咨询、院内咨询、宣传咨询、专栏咨询、访问咨询、电话咨询等方式,对个体或群体进行心理卫生、心理健康的咨询活动,既可宣传普及心理卫生基本知识,又可预防和早期诊治精神疾病,达到维护和增进心理健康的目的。

的。

为了更有效地开展心理咨询，必须防止两种倾向：

一种是简单化的倾向，即没有把心理咨询作为一门严肃的科学来对待，似乎不具备心理咨询专业训练的人，也都可以搞。主要有三种表现：一是有些思想政治工作者本来缺乏心理学和医学的素养，以为自己有一定的理论基础和丰富的实际经验，也可以开展心理咨询。持有这种思想的人，不但难以真正有效地开展心理咨询，相反还会因把心理咨询和思想政治工作等同起来而陷入简单化，出现某些问题或事故。二是有些医务工作者认为自己有医学知识和临床经验，就可以搞好心理咨询。应当明确，心理咨询是一门专门的多学科的综合性的学问，是心理学与医学相互交叉的一门新兴的学科。要想搞好心理咨询，必须具有广博的知识和丰富的经验，尤其是在心理学和医学两个方面要有良好的素养和训练。否则，他们所谓的心理咨询很可能是经验型的、低层次的，也可能是在传统生物医学模式指导下提供一些“靠打针吃药”治病的医学咨询。三是有些心理学工作者以为自己已经过心理学专业的训练，自然是搞心理咨询的能手。其实不然，因为我国心理学专业的毕业生虽有一定的理论基础和实验技能，但应用心理学的素养不足，特别是缺乏咨询心理学的专业学习和临床实践的训练，所以他们开展的心理咨询往往是表层的，既没有深入当事人的内心世界，更没有达到解决其心理困惑、维护心理健康的目的，纯属心理学知识的咨询。国外对心理咨询工作者的要求很高，在美国许多人具有哲学博士或心理学博士学位，在欧洲因各国的教育体制不同，有些要求有博士学位，有些要求有硕士学位。即便是有硕士学位的人可以做心理咨询工作者，但其专业训练所花的时间却相当可观。以荷兰为例，一名心理咨询或心理治疗工作者要获硕士学位的学习年限至少为5年，长者达7年，而且学习的最后1年全部投入临床实习训练。得到学位，毕业之后，一般不能马上找到正式工作，还得先去医院或诊所做1、2年不拿工资的助理工作人员，有这样的资历之后才有可能受聘为正式的心理咨询或心理治疗的专业工作人员。可见，心理咨询并非轻而易举的事情，而是一项专业性很强的工作。因此，在我国出现“心理咨询热”的今天，要时刻防止和及时纠正把心理咨询简单化和庸俗化的倾向。

另一种是否定化的倾向，即没有理解心理咨询的特殊价值和独立存在的意义，似乎只要加强思想政治工作一切心理障碍或心理变态均可迎刃而解。我们认为，把心理咨询说得神乎其神、包治百病，这种万能化的宣传，既不符合实际，又会败坏心理咨询的声誉和事业。同样，把心理咨询视为耍嘴皮子、没有必要，这种贬低、否定乃至代替、取消心理咨询的思想也是不对的。主要在教育界和医务界有时听到有这样两种说法：一种是“有病还得靠吃药动刀”；另一种是“心理问题还得靠思想政治工作。”这些说法固然有其道理，但并不完全正确。前者，不是出于对心理咨询和心理治疗的误解，就是来自传统的生物医学模式的影响；后者，主要是忽视了心理咨询的特殊内涵和独有的任务，把心理咨询和思想政治工作混为一谈的结果。诚然，不能把心理咨询和思想政治工作截然对立起来，但是也不能把两者等同起来，更不能以思想政治工作包办或取代心理咨询。须知，心理咨询比思想政治工作的外延更为宽泛，它几乎涉及到人们日常生活的所有方面，诸如专业与职业的选择、人际关系的调整、婚

姻质量的改善、学习与工作效率的提高、变态心理的识别、心理障碍的消除等等。两者不仅工作任务、内容不同，工作方法也不同。如果说“灌输”在思想政治工作中占有重要的地位，那么“疏导”、“劝说”、“宣泄”等则是心理咨询特殊的方法。因此，无论是夸大心理咨询的功能，还是否定心理咨询的作用，都是错误的，应予纠正。

综上所述，研究和开展心理咨询是一项意义重大的开创性工作。它有助于心理学走出“象牙之塔”，面向实际、面向应用，为社会、为人类造福；有助于医学改变传统的生物医学模式，树立新的“生物—心理—社会”医学模式，提高医疗质量；有助于开创我国心理卫生工作的新局面，提高中华民族的心理素质，增进人民的心身健康与幸福生活。

本书以辩证唯物主义与历史唯物主义为指导思想，力争涵盖心理咨询的广泛内容，特别是比较全面地反映以增进人的心理健康为宗旨的有关心理咨询的概念、术语、知识、历史、学派、理论、法则、定律、方法和技术，做到思想性、科学性、知识性和实用性融为一体，力求吸收国外有关的一些最新成果，并具有中国特色。

本书的顺利完成，除了编委、分卷主副编和撰稿人的辛勤工作外，还得到不少专家、教授和同志的大力帮助：著名心理学家朱智贤、林传鼎教授给予热情指导，中国科学院心理研究所所长匡培梓研究员、北京体育学院马启伟教授、白求恩医科大学王淑琴教授以及张德、李孝忠、王艾利、乐国安副教授帮助审阅了部分稿件，戚立夫、梁宝勇和孙俊山三位副教授在组稿、审稿和通读过程中做了许多重要工作，张明和刘晓明同志负责编辑了“汉字笔画检索目录”和“条目分类索引”，黄冬梅和蒋兆灿同志编辑并打印了部分“条目分类索引”。本书从编辑、出版自始至终得到吉林人民出版社的领导、思想文化编辑室主任王景海副编审和张雅莲责任编辑的大力支持和帮助。在此，一并致以诚挚的谢意。

车 文 博

1991年元旦于长春

凡 例

一、本书所涉及的心理咨询的领域比较广泛,包括普通心理、实验心理与心理统计、心理测验、生理心理与心理生理、社会心理、民族心理、发展心理、性心理、变态心理、缺陷心理、医学心理、中医心理、教育心理、思想工作心理、传播与宣传心理、人事心理、领导心理、管理心理、职业心理、工程心理、交通安全心理、创造心理、文艺心理、美育心理、体育运动心理、军事心理、商业心理与广告心理、旅游心理、服装心理、性差、婚恋与家庭心理、司法心理等 31 个部分,共收词条近 8 000 条。

二、本书的内容按学科分类编排,力求做到思想性、科学性、知识性和实用性四者有机统一,并具有中国特色。

三、本书每一类的内容均以条目的形式排列。

四、条目的排列是按条目标题第一字笔画的多少为序加以排列。属于同一笔画的字,按起笔笔形一(横)、丨(竖)、丿(撇)、丶(点)、㇇(折)的顺序排列。

五、条目标题一般都加注英文。苏联心理学家注有俄文姓名。

总目

前言	1
凡例	1
汉字笔画检索目录	1
心理咨询百科全书正文	1—1076
附录一 条目分类索引	1077
附录二 外国人名、译名对照表	1167
附录三 主要参考书目	1183

汉字笔画检索目录

一 画

一面法	(1)
一般迁移	(1)
一般性行为	(1)
一般心理训练	(1)
一般成就测验	(1)
一般能力倾向成套测验	(1)
一般性适应综合征	(1)
一级强化和二级强化	(2)
乙型色盲	(2)
乙型色弱	(2)
乙酰胆碱	(2)
乙酰胆碱酯酶	(2)
乙酸环己基酰亚胺	(2)

二 画

二因素说	(4)
二色视觉	(4)
二项分布	(4)
二维模型	(4)
二度空间和三度空间	(5)
七发	(5)
七伤	(5)
七情	(5)
七巧板	(5)
七步心理训练法	(5)
入学准备测验	(5)
人才	(6)
人才学	(6)
人才链	(6)
人才交流	(6)
人才市场	(6)
人才预测	(6)
人才能力记录	(6)
人才结构优化	(7)
人才矛盾公式	(7)

人才成就评价	(7)
人才的心理保护	(7)
人才创造的最佳年龄区	(7)
人生发展课题理论	(7)
人声	(8)
人性	(8)
人性管理	(8)
人格	(8)
人格效应	(9)
人格解体	(9)
人格障碍	(9)
人格适应	(9)
人格整合	(9)
人格整合不良	(9)
人格心理学	(9)
人格心理学家	(10)
人格动力学	(10)
人格社会化	(10)
人格障碍犯罪	(10)
人格的性别差异	(10)
人疴	(10)
人体美	(10)
人体工程学	(11)
人体测量学	(11)
人工习服	(11)
人工概念	(11)
人工瞳孔	(11)
人差方程	(11)
人的传通	(11)
人的模拟	(11)
人的判据	(12)
人的可靠性	(12)
人的自我沟通	(12)
人的自我传播	(12)
人的传递函数	(12)
人的因素评价	(12)
人际传播	(12)