

华东师范大学研究生重点课程教材建设基金资助项目
上海市哲学社会科学课题“中国心理咨询师”资助项目

临床心理学

(第二版)

徐光兴 著

——心理咨询的 理论与技术



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL PUBLISHING HOUSE

教育部普通高等教育“十一五”国家级规划教材
教育部“十一五”国家级规划教材
教育部“十一五”国家级规划教材

临床心理学

(第二版)

徐世昌 著

心理咨询的 理论与技术

中国轻工业出版社

华东师范大学研究生重点课程教材建设基金资助项目
上海市哲学社会科学课题“中国心理咨询师”资助项目



上海教育出版社

2009年 8月 25日

临床心理学

(第二版)

徐光兴 著

——心理咨询的 理论与技术



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

临床心理学:心理咨询的理论与技术 / 徐光兴著.
-上海:上海教育出版社,2009.8
ISBN 978-7-5444-2459-2

I. 临... II. 徐... III. 心理咨询-高等学校-教材
IV. R395.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 142776 号

临床心理学

——心理咨询的理论与技术(第二版)

徐光兴 著

上海世纪出版股份有限公司 出版发行
上海教育出版社

易文网:www.ewen.cc

(上海永福路 123 号 邮政编码:200031)

各地新华书店经销 太仓市印刷厂有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 29.5 插页 2

2009 年 8 月第 1 版 2009 年 8 月第 1 次印刷

印数 1—5,000 本

ISBN 978-7-5444-2459-2/B·0054 定价:(软精)48.00 元

(如发生质量问题,读者可向工厂调换 电话:0512-53522239)

 前 言

本书是对心理咨询与治疗这门学科的全面综述,其研究视野之广阔,论述问题之深刻,在国内同类著述和教材中具有一定的前瞻性。同时,本书也提供了目前心理咨询与治疗领域中许多新兴的研究课题,以及我国未来几十年中心理咨询的最新发展趋势和动向。这些都基于我从 20 世纪 80 年代出国留学以来,二十多年的临床经验和学术积累。

本书内容大致可以分为五个部分。第一部分对临床心理学的研究目标、历史发展、基础理论和代表性学说进行了简明扼要的介绍,同时对如何成为一个专业心理咨询师,提供了关于培训、课程、督导等职业准备方面的基础信息。第二部分对什么是心理健康和心理疾患进行了区分,特别论述了现代社会中的压力、应激、创伤和危机干预等重要问题。第三部分对心理咨询与治疗过程中的人格理解、评估、心理测量和诊断技术进行了整理和解说。第四部分将目前全球 400 余种心理咨询与治疗技术分为经典的、系统论的、表达性的三大类进行阐述,使之具有实践和操作的可能性。第五部分论述心理健康的科学知识在社会生活各个领域中的运用,如在学校教育、发展障碍儿童矫治、企业管理和社区生活中等的应用。心理咨询这门学科将面临无数的挑战,也会有丰厚的回报。

在本版中,我们努力保留上一版教材中高校教师、大学生和研究生,以及社会上正在从事心理咨询工作的国家心理咨询师认为对他们有益的部分,并且对资料进行了更新,进而对内容进行了完善。如果您是一名新入行的心理咨询师,或者准备今后从事这一领域的专业工作和学术研究,建议您可以先从阅读本书的第四章入手;如果您已经较全面地掌握了心理咨询的理论和技能,准备进一步深造,我们建议您可以从阅读本书最后一章入手。

本书使用时,有上海教育出版社出版的配套“心理咨询师培训教材”供辅助教学用:《西方心理咨询经典案例集》、《学校心理咨询优秀案例集》、《世界文学名著心理案例集》、《儿童游戏疗法心理案例集》、《中外电影名作心理案例集》、《爱情婚姻家庭心理案例集》等,这些案例集是这本教材的实践体现,既可以是这本书的补充,也可以是独立的。

本书是华东师范大学“985 工程”二期建设项目的子项目“临床心理学”研究成果的总结,华东师范大学各级领导和各位专家给予这一项目以资助和支持,体现出他们在学科与课程建设上的远见卓识。著者谨在此致以诚挚的感谢。

本书也是上海市哲学社会科学规划课题“中国心理咨询师专业化途径与对策的研究”(项目号:2006BJY004)的成果体现,其成果报告集中体现于本书的第四章、第十四章和第十五章。著者谨在此对上海市哲学社会科学规划领导小组和学科评审专家们致以崇高的敬意和感谢。

上海教育出版社的编辑先生非常关注中国心理咨询与治疗事业的发展,在本书的编辑、出版工作中辛勤耕耘、富有创意。著者谨在此一并致以深切的谢意。

徐光兴

2009 年 3 月春 于华东师范大学

目 录

CONTENTS

前言	1
----	---

第一章 / 临床心理学导论

导言	1
----	---

一、临床心理学研究的目的	1
--------------	---

1. 临床心理学的定义和概念	1
----------------	---

2. “临床”的含义及其学科支撑	3
------------------	---

3. 临床心理学的研究目的	5
---------------	---

二、临床心理学的研究对象与研究领域	7
-------------------	---

1. 以心理不适应或障碍者为主要研究对象	7
----------------------	---

2. 研究范围广	8
----------	---

3. 心理咨询与治疗的发展潮流	10
-----------------	----

三、临床心理学工作者的活动	12
---------------	----

1. “SCA”理论的构成	12
---------------	----

2. 专业心理咨询与非正式助人的区别	13
--------------------	----

3. 要注意的问题	15
-----------	----

本章概要·关键词	16
----------	----

思考与讨论的问题	17
----------	----

第二章 / 临床心理学的历史与发展

导言	18
----	----

一、临床心理学的开端	18
------------	----

1. 从古代到中世纪	18
------------	----

2. 精神疾患者的解放	20
3. 临床心理学的曙光初现	21
二、近代心理学的发展与繁荣	24
1. 对个体差异的关心与研究	24
2. 起先导作用的五门学科	25
三、临床心理学的创立与发展	27
1. 创立临床心理学的先驱	27
2. 临床心理学的确立期	29
3. 临床心理学的发展期	29
四、临床心理学与精神医学的关系	31
1. 精神医学与临床心理学对障碍的处理区分	31
2. 心理诊断与医学诊断的区别	33
本章概要·关键词	35
思考与讨论的问题	36

第三章 / 临床心理学的基础理论

导言	37
一、类型学理论	37
1. 历史上的类型学理论	38
2. 临床心理诊断的类型论	40
3. 类型学理论的总结	44
二、发展与认知的理论	44
1. 什么是发展	44
2. 皮亚杰的认知理论	46
3. 鲍尔比的“母子关系”理论	47
4. 凯塞尔的发展诊断理论	48
5. 埃利克森的人生周期发展理论	49
三、行为主义的学习理论	51

1. 什么是行为主义	51
2. 巴甫洛夫的经典条件反应	52
3. 桑代克的操作条件反应	56
4. 肯特利库的运动学习理论	59
四、精神分析学理论	59
1. 什么是精神分析学	59
2. 精神分析学诸理论	60
3. 对精神分析学理论的评价	66
五、其他临床心理学基础理论	67
1. 阿德勒的个体理论	67
2. 荣格的分析心理学	68
3. 罗杰斯的自我理论	70
4. 存在主义的分析理论	71
本章概要·关键词	73
思考与讨论的问题	74

第四章 / 心理咨询师的培训、督导与职业资格

导言	75
一、心理咨询师的职业技能与培训	75
1. 咨询师的职业技能	75
2. 咨询师的培训	77
3. 咨询师的培养课程	84
4. 对咨询师的督导	85
二、国内外心理咨询师的资格认证	88
1. 美国的心理咨询资格认证制度	88
2. 英国的心理咨询师资格认定或注册	90
3. 日本的临床心理咨询师资格认证	91
4. 中国的“国家心理咨询师”资格认证	93

三、心理咨询的开业与职业伦理道德	95
1. 心理咨询师的开业	95
2. 心理咨询的伦理规范	98
3. 咨询师的职业道德	101
四、心理咨询师的工作倦怠与身心健康	104
1. 什么是工作倦怠	104
2. 心理咨询师的耗竭	105
3. 咨询师的身心健康维护	107
本章概要·关键词	110
思考与讨论的问题	111

第五章 / 心理健康与压力

导言	112
一、什么是心理健康	112
1. 心理健康的含义	112
2. 心理健康的衡量标准与研究方法	114
3. 心理健康的生涯性	116
4. 心理健康科学的发展	117
二、压力和应激	118
1. 什么是压力和应激	118
2. 压力和应激的适应综合征	120
3. 压力源及其影响因素	122
三、压力和应激的应对策略	126
1. 斗争应对和预防应对	126
2. 个体应对策略	127
3. 对压力和应激的管理	129
四、创伤后应激障碍和危机干预	131
1. 创伤后应激障碍	131

2. 对创伤应激障碍的评估	134
3. 创伤后危机干预	137
本章概要·关键词	139
思考与讨论的问题	140

第六章 / 心理障碍与变态

导言	141
一、不适应问题与变态行为	141
1. 不适应问题产生的机制	141
2. 什么是变态行为	143
3. 心理障碍的研究方法	144
二、社会不适应的变态行为	146
1. 依存的症状	146
2. 反社会行为与犯罪	146
3. 自杀	147
4. 卖淫与性变态	149
三、神经症与焦虑障碍	151
1. 神经症	151
2. 身心症	152
3. 焦虑障碍	154
四、精神障碍与疾患	156
1. 精神分裂症	156
2. 境界例	159
3. 躁狂—抑郁症	160
五、儿童身心发展障碍	165
1. 一次性和二次性障碍	165
2. 儿童发展性障碍类型	165
3. 三次预防的概念	168

本章概要·关键词	169
思考与讨论的问题	170

第七章 / 人格理解与评估

导言	171
一、人格理解的基本原则	172
1. 什么是人格理解	172
2. 人格理解与临床面接	173
3. 人格理解与人格诊断	174
二、人格理解与评估的主要理论	175
1. 心理动力学理论	175
2. 行为和社会认知理论	177
3. 人本主义理论	178
4. 人格特质理论	180
三、人格评估的基本技术	181
1. 人格的形成与构造	181
2. 评估人格的适应机制和防卫机制	184
3. 健康人格的评估指标	185
4. 人格障碍的评估	186
5. 人格的心理诊断	188
四、临床面接中的人格理解方法	190
1. 面接与行为观察	190
2. 精神分析疗法的面接诊断法	192
3. 一般心理咨询中人格评估的面接技术	194
本章概要·关键词	197
思考与讨论的问题	198

第八章 / 心理评估与诊断的技术

导言	199
一、《精神障碍的诊断与分类手册》	199
1. 《DSM-IV》简介	199
2. 《DSM-IV》的诊断分类	201
3. 《DSM-IV》的使用方法	202
4. 再修订版的《DSM-IV-TR》	203
二、智力测定的技术	205
1. 比奈智力测量	206
2. 韦克斯勒智力测量	210
3. 考夫曼儿童智力测定	213
4. 各种智力测定的比较及注意点	216
三、问卷调查评估法	219
1. MMPI(明尼苏达多元人格测量)	219
2. CMI(康奈尔医学健康调查表)	221
3. Y-G 性格测量	223
四、投射测验技术	225
1. 罗夏墨迹测量法	225
2. TAT(主题统觉测量)	228
3. 树木描画测量法	230
五、使用心理诊断技术的注意点	234
1. 基本原则	234
2. 结合临床面谈	235
3. 心理诊断实施者的自我继续教育与训练	237
本章概要·关键词	238
思考与讨论的问题	239

第九章 / 咨询过程与咨访关系

导言	240
-----------	-----

一、心理援助的基本概念	241
1. 心理援助及其定义	241
2. 心理咨询与治疗的基本要求	243
3. 心理咨询与治疗中的注意点	245
二、咨询过程中的技术	246
1. 心理咨询的基本过程	246
2. 咨询过程中的临床面接技术	248
3. 初次面接的要点	250
4. 面接的继续、中断和终结	252
5. 面接结束后的追踪调查	253
三、咨访关系的构建	254
1. 心理咨询与治疗中的相互关系	254
2. 初次面接是建立良好关系的关键	255
3. 移情与阻抗	258
四、咨访关系中要重视的问题	261
1. 治疗契约与咨询同盟	261
2. 心理咨询师的形象	262
3. 咨询收费问题	263
本章概要·关键词	265
思考与讨论的问题	266

第十章 / 经典的心理咨询与治疗技术

导言	267
----	-----

一、心理动力学治疗技术	268
-------------	-----

1. 什么是心理动力学疗法	268
2. 短期心理动力治疗	270
3. 心理动力学疗法的几个问题	271
4. 心理动力学疗法的案例	273

二、阿德勒和荣格的心理疗法	281
1. 后弗洛伊德主义的发展	281
2. 阿德勒疗法	283
3. 荣格的心理疗法	285
三、认知—行为的心理治疗技术	287
1. 什么是认知—行为疗法	287
2. 认知—行为疗法的技术运用	291
3. 从认知—行为疗法到建构主义疗法	296
四、人本主义的心理治疗技术	298
1. 人本主义—来访者中心疗法的创立	298
2. 来访者中心疗法的主要学派	300
3. 来访者中心疗法的特点	301
本章概要·关键词	303
思考与讨论的问题	304

第十一章 / 系统论的心理咨询与治疗技术

导言	305
一、格式塔疗法	306
1. 什么是格式塔疗法	306
2. 格式塔疗法的一些重要原理	307
3. 格式塔疗法的技术运用	309
二、家庭系统疗法	311
1. 家庭疗法的诞生与发展	311
2. 家庭疗法的主要理论流派	313
3. 家庭疗法的主要技术运用	315
三、多元文化心理咨询与治疗	318
1. 什么是多元文化心理咨询与治疗	318
2. 多元文化心理咨询与治疗的基本概念	320

3. 多文化咨询与治疗的技术运用	322
四、东方人的心理疗法	324
1. 禅修疗法	324
2. 森田疗法	325
3. 内观疗法	327
4. 瑜伽疗法	328
本章概要·关键词	329
思考与讨论的问题	330

第十二章 / 表达性的心理咨询与治疗技术

导言	331
一、表达性的艺术疗法	331
1. 什么是表达性艺术疗法	331
2. 戏剧疗法	333
3. 生活分析的心理咨询技术	335
4. 叙述性咨询技术：用故事进行治疗	335
二、儿童游戏疗法	337
1. 游戏疗法的心理学基础	337
2. 游戏疗法的作用	339
3. 游戏疗法的构造和技术	340
4. 游戏疗法案例	342
三、箱庭(沙盘)疗法	347
1. 箱庭疗法技术的发展	347
2. 箱庭疗法的心理诊断技术	350
3. 箱庭疗法理论	353
四、音乐疗法	356
1. 音乐疗法的技术特征	356
2. 音乐疗法的适用对象及治疗前的诊断	358

3. 治疗者与环境布置	360
本章概要·关键词	360
思考与讨论的问题	362
第十三章 / 发展障碍儿童的咨询与治疗	
导言	363
一、儿童情绪障碍	363
1. 什么是儿童情绪障碍	363
2. 父母教养方式和儿童气质	364
3. 情绪障碍的临床表现和诊断	366
二、学习能力发展障碍	367
1. 学习困难	367
2. 语言障碍	368
3. 注意缺陷或多动性障碍	370
三、自闭症	372
1. 自闭症及其诊断标准	372
2. 自闭症诊断量表	375
3. 自闭症的经典案例报告	379
四、阿斯贝格症候群	383
1. 阿斯贝格症候群的诊断标准	383
2. 阿斯贝格症候群与自闭症的比较	385
3. 案例报告：数学天才儿童 L	386
五、感觉统合疗法	388
1. 儿童大脑的发展与感觉统合疗法	388
2. 感觉统合疗法的基本构造	390
3. 感觉统合疗法的定位与治疗效果	393
4. 案例研究	394
本章概要·关键词	395