

<<实用循环式心理咨询技术>>

图书基本信息

书名：<<实用循环式心理咨询技术>>

13位ISBN编号：9787117120913

10位ISBN编号：7117120916

出版时间：2009-12

出版单位：人民卫生出版社

作者：杨凤池

页数：105

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<实用循环式心理咨询技术>>

前言

南宋大文豪朱熹在《观书有感》中有云“昨夜江边春水生，艤艫巨舰一毛轻。

向来枉费推移力，此日中流自在行”。

此朱熹描述读书体悟的诗句亦颇具心理咨询的意境。

中华优秀传统文化博大精深、烟波浩渺，蕴藏着无限的智慧，儒、释、道文化教化了代代国人，创造了从未中断的辉煌中华文明。

中华优秀传统文化精神至今仍无处不在，更以集体无意识存在于国人心中。

西方心理学要在中华大地上生长不能没有国学的土壤，对国人的心理咨询需要本土化的咨询技术。

我自少年时代起，深受中国传统医学的助益和传统医学思想的熏陶，青年时期又曾学习过五年中国文学专业，以后学习了西方医学和西方心理学。

在从事心理学教学与临床心理学实践工作的二十四春秋里，我一直在思考和实践，将中华优秀传统文化运用在心理咨询中帮助国人的成长。

在参加各种国内外心理治疗师培训中，我接触过西方当今心理治疗领域的众多学者，发现他们对中国传统文化相当推崇，经常从他们口中出现有关“道”的思想的表达，或者看到大师们的工作殊途同归地体现着“无为”的精神，这更引发了我进一步将中国传统文化思想与西方心理咨询技术相结合，运用于国人的心理咨询，实现心理咨询技术的本土化的思考。

本书题目就是我这些年来思考和实践的经验总结，我暂且定名为《实用循环式心理咨询技术》。

我尝试着用图解的方式呈现实用循环式心理咨询技术模式，有很长时间找不到合适的表达，思考再三，还是以太极阴阳鱼形式呈现较好。

以太极阴阳鱼为原型，我们绘制了这个模式的示意图，以此象征咨询师与来访者互相包容、此消彼长、循环往复、和谐共进的动态平衡过程。

咨询师以“空”状态呈现，透过“空灵”的中华优秀传统文化精神，包容来访者“负”中有“正”和“正”中有“负”的状态，通过实用循环式心理咨询技术的运用，最终达到咨询师与来访者共同实现精神内守、真气从之的更高境界的一种“空”的状态。

全书从四个章节具体描述该模式如何推动咨询双方互动循环。

第一章叙述模式的形成、技术路线、思维方式和指导思想。

随后的三个章节重点从咨询经历的初始阶段、中期阶段和结束阶段分别阐释模式的技术运用，并以“来访者体验和表达 - 咨询师感受和技术运用 - 来访者新的体验和表达 - 咨询师再感受和技术运用 - 来访者成长”的形式，从文字上描述太极阴阳鱼形模式的具体实现过程。

本书凝练了我在多年咨询服务过程中体悟到的，对渗透国学精神的本土化心理咨询技术促进咨询双方相互影响、循环往复的咨询精神的实践心得。

由于对中华优秀传统文化思想理解和表达能力的局限，见诸文字时唯恐有违国学精神，惴惴小心，如临于谷，故在编写过程中存在很大难度。

虽三易其稿仍感言犹未尽，错误和瑕疵也在所难免。

如果本书能够抛砖引玉，促进这方面书籍的出版，对国人学习心理咨询技术有所帮助，就是对作者的最大鼓励。

如果能引发心理学界和国学界对本土化心理咨询的思考，促进国学的研究成果应用于心理学实践，将是对作者所尽绵力的极大鼓舞。

<<实用循环式心理咨询技术>>

内容概要

全书从四个章节具体描述实用循环式心理咨询技术模式如何推动咨访双方互动循环。

第一章叙述模式的形成、技术路线、思维方式和指导思想。

随后的三个章节重点从咨询经历的初始阶段、中期阶段和结束阶段分别阐释模式的技术运用，并以“来访者体验和表达 咨询师感受和技术运用 来访者新的体验和表达 咨询师再感受和技术运用 来访者成长”的形式，从文字上描述太极阴阳鱼形模式的具体实现过程。

<<实用循环式心理咨询技术>>

书籍目录

第一章 模式的概述 第一节 实用循环式心理咨询模式的形成 一、西方各种流派心理咨询的模式体系 二、对中国传统文化的思考 三、本土化的实用循环式心理咨询技术 第二节 模式的呈现方式 一、实用循环式心理咨询技术示意图 二、实用循环式心理咨询技术路线 第三节 实用循环式心理咨询模式的思维 一、临床假设提出 二、咨询中的提问 三、经由咨询师阐释的证实 四、证伪与再假设 第四节 模式的指导思想 一、西方理念指导的心理咨询 二、中国传统思想指导的心理咨询 三、整合中西方理念的心理咨询模式第二章 初始阶段的技术 第一节 尊重与真诚的咨询关系的建立 一、预约和首次会面 二、和谐咨访关系的促进 三、移情与反移情的识别与处理 四、阻抗的识别和处理 第二节 初始访谈技术的运用 一、临床资料的收集 二、分析与初级评估 三、初级目标的建立第三章 中期阶段的技术 第一节 心理咨询技术的操作 一、基本技术 二、具体技术 三、阻碍因素的处理 第二节 心理咨询效果的评价 一、概述 二、初期的效果评价——步步为营，立竿见影 三、中期的效果评价——循环往复，顺其自然 四、后期的效果评价——积流成海，水到渠成第四章 结束阶段的技术 第一节 结束时机 一、咨询师对结束的判断 二、来访者对结束的预感 三、咨访双方共同的决定 第二节 结束方式 一、结束阶段的工作目标 二、结束阶段的时间安排 三、结束阶段的常见问题参考文献

<<实用循环式心理咨询技术>>

章节摘录

行为疗法就是通过设计某些特殊的治疗程序，学习和训练，矫正不良行为，建立新的替代性行为。各种病态行为都是个体在其过去生活经历中通过条件反射、观察模仿等学习方式而获得的，是对环境适应不良的结果。

治疗的技术有系统脱敏法、冲击疗法、厌恶疗法等。

行为主义取向的咨询模式主要经过以下阶段：1.准备阶段 对目标行为进行观测，为行为分析和选择矫正方案提供依据。

一方面要客观、具体地定义目标行为；另一方面要选择合适的记录方法，记录异常行为发生的频率、强度、持续时间等。

2.行为分析阶段 在行为主义咨询中，行为分析具有重要意义。

通过行为分析，明确靶行为，以便能够有的放矢地帮助病人解决其主要问题，了解与问题相关的因素，选择有效的干预技术，测量和监察治疗过程。

3.行为治疗阶段 矫正或消除异常行为或建立新的适应性行为。

咨询师与来访者通过协商制定咨询计划，选择合适的咨询方案和方法并付诸实施。

4.效果评估阶段 在行为矫正后，按照记录的资料进行评估，评估咨询的效果。

（三）人本主义取向的心理咨询——来访者中心疗法人本主义心理学派，又称为心理学的“第三势力”，代表人物是马斯洛和罗杰斯。

罗杰斯的人性理论和自我理论是来访者中心疗法的理论基础。

产生心理障碍的根源在于自我概念和经验之间的失调。

该疗法从来访者的视角出发，强调来访者的自我概念，个体本身存在“机体智慧”来评价什么是好的，什么是不好的，有自我实现的潜能。

同时，区分了两种自我概念，真实的自我和理想的自我，两者的平衡和谐与否，影响到个体的身心健康。

真诚、无条件积极关注和共情是来访者心理成长的三个条件。

同时，良好的咨询关系对促进来访者的改变有治疗作用。

咨询师的人格和态度对咨询起着积极的作用。

二、对中国传统文化思考在心理学“本土性契合”的大背景下，构建心理咨询的理论框架，必须植根于中国传统文化和中国古代心理学思想基础之上。

中国传统文化源远流长，博大精深，在浩如烟海的典籍中蕴藏着非常丰富的心理学思想，积淀下来的智慧折射出耀眼的光辉。

对国人心理特点影响较大的有儒、释、道三种文化思想。

儒家讲究积极进取，道家推崇清静无为，而释家主张顿悟与超越。

这些传统文化思想已经包含了某些与现代心理咨询相吻合的观点。

（一）孔儒思想1.“仁”是建立良好关系的基础仁爱是孔儒思想的核心，它的基本思想是爱人。

建立良好的关系，必须具备“仁爱”的态度，“推己及人”，“己所不欲，勿施于人”，才能与他人达到“共鸣”。

只有能够深刻地体验他人内心的情绪情感的人，才能获得信任，建立稳定而协调的关系。

<<实用循环式心理咨询技术>>

编辑推荐

《实用循环式心理咨询技术》是由人民卫生出版社出版的。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>