

<<用故事打开心扉 隐喻治疗案例示范>>

图书基本信息

书名：<<用故事打开心扉 隐喻治疗案例示范>>

13位ISBN编号：9787117147224

10位ISBN编号：7117147229

出版时间：2011-10-1

出版时间：人民卫生出版社

作者：[澳]波恩斯

页数：272

译者：刘新民

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>

<<用故事打开心扉 隐喻治疗案例示范>>

前言

在我从事心理治疗的早期阶段，每当听到心理治疗师的精彩演讲或是读到某些心理治疗的书籍时，常常为那些眼花缭乱的治疗技术及其完美效果而倾倒，于是便怀着无比虔诚的心情和急切的期望按照大师们的说法努力实践，奇怪的是总是达不到预期效果，因此感到十分困惑。

多年以后，我终于有了自圆其说：此类学习如同接受课堂理论授课那样，只是学习心理治疗的开始，转化为应用技能则需要在老师指导下进行见习、实习和督导等系列训练——我也如此解答研究生们的同样问题。

当我读到《用故事打开心扉：隐喻治疗案例示范》这部作品时，突然有了“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”的感觉，仿佛勾起了我久违的心理期待。

因为，这是一部能通过阅读来把握隐喻治疗要领的作品，是一部可以学习到位的“落地”大作！

主编乔治·彭斯是国际上声名显赫的临床心理学家和心理治疗师培训专家，也是一位多产的学者和实践家，经常应邀在澳大利亚及欧洲、美国、亚洲和非洲的一些国家讲学。

作为世界级故事治疗大师以及隐喻治疗的领军式人物，他聚集了一批杰出的隐喻治疗专家，会同一些中级人员和新手们，用别具一格的创作手法，为我们奉献了一部故事治疗的大餐。

这部著作的最大亮点是：作者通过与众不同的案例示范，在描述心理治疗的策略、技术和方法时不仅教导人们该做什么，更重要的是解释每一个步骤中为什么要这样做以及怎样去做，深刻展示治疗师在确定、构思和讲述隐喻故事时的“内心秘密”，并使其能够看得清和摸得着，从而可以进行复制和模仿。

他们以丰富多彩的案例、各式各样的隐喻方法、灵活多变的写作风格、多姿多彩的神奇疗效，形成一个多重风格的集合，展示了当今隐喻心理治疗实践的全貌，真正体现了实用性、可操作性、新颖性以及案头工具书的价值。

隐喻治疗不仅是一种治疗方法，更是一种交流手段，其作用十分广泛。

首先，它对专业人员有用。

无论是家庭治疗师、催眠治疗师、认知行为治疗师、心理动力治疗师和焦点解决治疗师等都必须掌握，实际上所有以语言为媒介的治疗师们都应该把握；其次，隐喻技术对相关专业人员有用。

故事和隐喻能给人以教育、启迪、激励、引导和沟通，隐喻作为人类交流和学习的手段，对于从事以助人为目的的职业群体(如教师、医生、社会工作者和管理者等)，能使他们从中汲取营养并充实自身；再次，隐喻方法对一般人也很有用。

人类普遍运用隐喻彼此传递和展示自己的观念世界，每一个人在扮演同事、朋友、兄弟、父母或子女等角色参与社会生活时，都会用隐喻这种语言形式展示自己的表现力、吸引力、创造力和生命力。

可以说，任何有兴趣的人阅读本书时，都有可能获得启发。

基于上述理由，我们自然要将这一爱不释手的作品推介给广大读者。

在翻译过程中，我们要特别感谢本书主编乔治·彭斯的帮助。

为了理解和表达的准确，体现忠于原文、反映本意神韵的效果，译者与彭斯的电子邮件交流多达数十次，他总是不厌其烦地在专业、语言和文化等方面给予耐心的解答。

我们还要感谢人民卫生出版社，尤其是左巍编辑的热情指导。

然而，由于这部著作内涵丰富、语言深刻，众多撰稿人持有不同的理论取向和表达方式，以及客观存在的文化差异，加上译者水平有限，这部译作可能存在着不少缺点甚至是错误，敬请广大读者不吝赐教。

但愿您能够站在自己的文化根基上予以解读，并在运用中有所创新。

刘新民 2011年7月于芜湖

<<用故事打开心扉 隐喻治疗案例示范>>

内容概要

作为这本书的主编，难道不允许我说我是多么的感动吗？我怎能不为撰稿人慷慨加入的品质而感动？我怎能不为撰稿人交付的优质作品而感动？我怎能不为各式各样的案例和多彩多姿的隐喻风格而感动？在此之前，我已经写了两本关于隐喻治疗的书：《心灵氧吧：101个重塑人生的故事》和《101个抵达孩子心灵的故事》。

我本以为关于隐喻治疗我已经把我该说的内容说得差不多了……但接下来的三件事情让我改变了想法。

首先，是认识在不断地深入，因为读者和我的工作坊的同事发现这两本书提及的原理和案例确实有用，还希望读到更多不同案例的更加丰富多彩的隐喻故事的运用。

其次，是来自特雷西·贝尔蒙特的请求，他是我在威立公司出书的编辑，他邀请我再写一本有关隐喻的书。

起初我拒绝了，因为我不想重复写隐喻故事的运用——它虽然是我工作中很重要的一个方面，但并不是我工作的全部。

而且，重述说过的内容没有多少新意。

于是，特雷西和我开始反复思考怎样才能把书写得既新颖又富含知识，并且在临床治疗中能给从业者提供实际的帮助。

当我们正忙于讨论时，第三件事情发生了。

我去亚利桑那州凤凰城参加了一个关于埃里克森心理治疗和催眠疗法的会议，会上我注意到很多同行都在运用隐喻治疗，但是他们的理论背景却非常广泛，治疗方法风格迥异，案例数量也大相径庭。

我开始好奇，如果能把这些技术精湛的同仁们的专长都汇集起来，请他们提供一个能够清晰展示他们治疗方式的案例，进而揭示他们的思考和操作过程，包括他们怎样对来访者进行评估，制订干预计划和具体实施……最后把这些内容结集成册，那岂不是太有趣了！

作者简介

作者：（澳大利亚）波恩斯（George W. Burns）译者：刘新民 何洋 刘新民，男，皖南医学院心理学教研室主任、应用心理学专业学科带头人，教授，硕士研究生导师，从事应用心理学教学、研究和心理咨询近30年，发表论文50余篇、科普文章100余篇，主编出版各种专著、教材、译著和科普丛书80余部。

应邀为学校、医院、部队、政府机关等作学术报告和讲座数百场，为社会提供心理咨询、治疗、测验和鉴定数万人次，并进行大量的团体辅导、人才选拔和EAP服务。

兼任全国应用心理学本科专业教材评审委员会委员、中国国际应用心理学研究院研究员、中华医学会行为医学分会副主任委员、中国残疾人康复协会理事、安徽省医学会行为医学分会主任委员、中国高等教育研究会医学心理学分会副理事长、安徽省心理学会副理事长等，担任《中华行为医学与脑科学杂志》和《中国健康心理学杂志》等4个杂志的编委。

何洋，男，英语语言文学硕士，皖南医学院外语教研室讲师。

主要从事翻译理论与实践、大学外语的教学与科研工作。

兴趣爱好广泛，特别热爱旅游和亲近大自然。

一直关注与探索应用心理学的英文作品，致力于通过翻译的桥梁，将更多更好的心理学书籍翻译并推荐给国内专业人员和广大公众。

书籍目录

跟着师傅走：开篇故事

第1章 隐喻与心理治疗：澄清几个容易混淆的概念

第一部分 改善心境

第2章 治疗圆满了：一例重症抑郁症患者的结果导向性体验式隐喻治疗

第3章 空虚的悲伤：探索和改变来访者生成型隐喻

第4章 这只小猪待在家里：趣味隐喻治疗儿童分离焦虑

第5章 攀登焦虑之山：在接纳与承诺疗法中创作隐喻故事

第二部分 构建积极的人际关系

第6章 关于卡罗尔的案例：运用隐喻和催眠增强决策能力

第7章 想要躺在地板上的女人：社会建构主义视域下的一则嵌入式隐喻故事

第8章 艰苦跋涉走向幸福——不需要夏尔巴人作向导：利用来访者的资源处理虐待关系

第9章 两条蛇就这样打起来了：编故事书疗法帮助小来访者对付离婚怪兽

第三部分 改变行为模式

第10章 遭遇枪击：叙事疗法中的反馈和隐喻

.....

第四部分 增强健康与提升幸福感

第五部分 培养生活技能

<<用故事打开心扉 隐喻治疗案例示范>>

章节摘录

版权页：当我和来访者在我的诊所里坐下来时，我会问自己几个问题，以此来选取治疗方案，这样有助于把问题说得更明白。

这些问题包括：来访者期望的治疗目标是什么？

了解她哪些资料对我会有帮助？

她有哪些资源可以得到有效地利用？

哪些干预方式可能最有效？

如何才能使她及其资源参与到治疗过程中？

本章里，我将在玛丽的治疗中揭示这些问题及其答案，以便你能够了解整个治疗过程，以及如何形成干预方法并取得效果。

在本章中，我会把前面已经介绍过的玛丽的故事糅合在一起，把它们放在整体治疗方案中分析，并把我选用治疗策略的思考过程和原则呈现出来（Burns, 1998, 2005b, 2006）。

听完玛丽那令人吃惊的故事后，我问自己的一个问题就是，“我该从哪儿入手呢？”

下面是我的一些想法。

第一，对于治疗师而言，如果和来访者一样对他那令人沮丧的故事感到不知所措的话，那将是毫无益处的，尽管这是一个显而易见的道理，但是治疗师意识到这一点非常重要。

虽然治疗师需要倾听来访者的故事，但如果和他得出同样的感受，特别是在来访者感到无助、无力和绝望的情况下，则对治疗无益。

第二，如果治疗师坚信来访者的目标切实可行，而且真的对其充满希望，那么来访者就更有可能修正治疗进程来掌控自己的体验，并培养更好的应对技能，从而达到令人满意的治疗效果。

关于希望的描述有很多，有学者把希望描述为实现疗效的关键性因素，或者是决定性因素（Frank, 1968, 1975；Hubble&Miller, 2004；Snyder, 1989, 1994, 2000, 2002）。

第三，像玛丽这样的案例，由于问题复杂，因此将预期治疗目标分解为若干具体目标，再将其分解细化，然后将其进一步分解细化，这对治疗是非常有帮助的。

最后，一旦一个或若干具体治疗目标明确下来，随后实现目标的进程也就更容易确定，同时也更容易把它们告知来访者。

玛丽有怎样的预期目标？

听完玛丽的讲述后，我问她：“从这次治疗中获得哪些东西会对你有所帮助呢？”

我提出这个明晰而又不使人尴尬的结果导向性问题（outcome-oriented question）是基于以下两个假设：在她的叙述中已经表现出明显的抑郁症状，而无须我进一步询问和探究；她努力寻求治疗，主动来到诊所，袒露心声，这些表明她希望改变她的生活，希望过得更好。

因此，我提出这一问题是为了明确初次治疗中她希望生活得到怎样的改善。

如果玛丽的回答是“我想知道自己为什么感到如此沮丧？”

那么一项有意义的工作便是与她一起探讨：更重要的目标是理解她的问题呢，还是提升她实现预期改变所必需的技能 and 策略呢？

她回答道，“我不想这样健忘、易怒或孤僻。”

她用的是她不想怎样，而不是她想怎样，这说明治疗师听到消极或逃避的回答方式并不足为奇，或许特别是在抑郁症领域。

逃避是抑郁症患者常见的一种应对方式（Yapko, 2001；Seligman, 2002），而且倾向于逃避型目标（avoidance goals）（如尽量回避“你不想怎样”）而不是趋向性目标（approach goals）（如追求“你想怎样”）也同样与抑郁症症状有着相似的关联（Emmons, 1991, 2003；Street, 1999, 2000, 2001, 2002）。

因此，如果治疗师将逃避型目标纳入治疗内容的话，就可能会不经意间强化了抑郁性认知与行为，因为无论是治疗方向还是生活方向，都没能给来访者提供有效的策略。

如果治疗师接纳了这样一个消极的目标，会使来访者感到吃惊害怕。

如果来访者的确不再感到易怒且沉默寡言，那该如何呢？

<<用故事打开心扉 隐喻治疗案例示范>>

如果来访者失去了仅有的或最主要的应对技能，即使这些技能并不是最有效的，又该如何呢？

那么，她又该如何应对生活中的各种挑战呢？

反之，如果治疗师制定了一个完全能够实现的积极的目标和疗效，那么，就等于给予来访者以健康方式生活的希望与技能。

因此，如果像玛丽那样，来访者表达出的是消极的或逃避型目标，那么治疗师提出温和的问题，引导他调整为趋向性目标，将会更合适有效。

比如：“如果你不想感到如此易怒，那么你想有何种感觉呢？

”或“如果你不想这样沉默寡言，那你想要什么样的状况呢？

”玛丽回答说，她想感到更加放松且更加外向。

与泛化思维（globalthinking）一样，包容性思维（inclusivethinking）也是抑郁性认知的特征，我非常感兴趣于帮助她把笼统的治疗目标更加具体化。

就眼前这位来访者而言，“更加放松”具体的意思是什么呢？

何时她是放松的，或者何时她认为自己是放松的？

她怎样做到放松呢？

还有，“更加外向”的意思又是什么？

它的意思是玛丽想培养更好的社交技能，学会与人相处的时候保持放松，参加合适的兴趣小组，把自己的注意力从她忧虑的事情上转移开，更经常去串门，又或者是更多地和朋友煲电话粥吗？

因此，我们这里的基本原则就是目标越具体，实现的可能就越大。

玛丽的回答是，“我在从事园艺活动时感到最放松、最快乐”。

促使来访者说出具体的答案是揭示可能的具体干预方式的开始。

但是，我仍然希望她能说得更加具体。

媒体关注与评论

乔治·彭斯的这本权威著作让曾经精彩纷呈的隐喻不再那么神秘。书中令人难忘的19个案例章节详细地描述了故事干预时，如何创作故事并成功地应用于临床实践的“内部机密”。

因此，不管您是初学者还是熟练的临床专家，都会感到非常有价值。

但您最好能够根据这些风格各异的天才故事专家的指导创造出自己的隐喻治疗故事。

千万别错过哦！

——麦琪·菲利普斯 如果你想有所启发、放松身心、释疑解惑的话，您就该读一读《用故事打开心扉：隐喻治疗案例示范》这本书。

乔治·彭斯是一位故事大师，他在本书里汇集了一群富有创造力、理论视角各异的临床治疗师，展示了隐喻治疗如何被用于解决诸多问题及来访者，使我们深刻理解治疗过程中隐喻的神奇作用。

——理查德·G·怀特赛德

<<用故事打开心扉 隐喻治疗案例示范>>

编辑推荐

《用故事打开心扉:隐喻治疗案例示范》反映了当前国外运用故事进行隐喻治疗的最新成果，是一部具有较深理论与很强实用价值的作品，非常适合于从事心理治疗和应用心理学专业人员、学生和教师等，也适合从事助人工作者如教育学、管理学、医学、家庭和语言学人员等。

名人推荐

乔治·彭斯的这本权威著作让曾经精彩纷呈的隐喻不再那么神秘。书中令人难忘的19个案例章节详细地描述了故事干预时，如何创作故事并成功地应用于临床实践的“内部机密”。

因此，不管您是初学者还是熟练的临床专家，都会感到非常有价值。

但您最好能够根据这些风格各异的天才故事专家的指导创造出自己的隐喻治疗故事。

千万别错过哦！

——麦琪·菲利普斯 如果你想有所启发、放松身心、释疑解惑的话，您就该读一读《用故事打开心扉：隐喻治疗案例示范》这本书。

乔治·彭斯是一位故事大师，他在本书里汇集了一群富有创造力、理论视角各异的临床治疗师，展示了隐喻治疗如何被用于解决诸多问题及来访者，使我们深刻理解治疗过程中隐喻的神奇作用。

——理查德·G·怀特赛德

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>