

<<团体心理咨询的实践与研究>>

图书基本信息

书名：<<团体心理咨询的实践与研究>>

13位ISBN编号：9787308076487

10位ISBN编号：7308076482

出版时间：2010-06-01

出版时间：浙江大学出版社

作者：龚惠香

页数：320

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>

## <<团体心理咨询的实践与研究>>

### 前言

作为“文革”结束恢复高考后的第一级大学生，毕业后我服从组织分配，一直在高校从事学生思想政治教育工作。

在工作中，我接触了许多有心理问题的学生，但只凭我多年的工作经验去处理，有时感觉效果甚微。为了更有效地帮助学生，2004年2月，已近“知天命”之年、已有教授职称的我，不顾他人的不解，报名参加了浙江原野心理咨询师培训中心举办的国家二级心理咨询师的培训。

说实话，培训结业后，对什么是团体心理咨询，还只是停留在文字表面上，甚至在取得国家二级心理咨询师职业资格以后，对团体心理咨询还是没有什么感觉。

一直到2005年12月，我参加了由中国社会心理学会举办的“团体心理咨询研修班”的培训，才真正体会到了什么是团体心理咨询，为什么它会有那么大的功能和魅力。

当时的老师是国际关系学院的张平教授。

她采用团体心理咨询的技术给我们做培训，一边讲授团体心理咨询的知识，一边带领我们实践。

记得那个培训班有三十多名学员，虽然我们的培训时间只有四天，但培训结束后，我们三十多名同学和张平老师都好像已经认识了很多年似的，关系特别好。

培训结束后，2006年3月至5月，我在浙江大学开始了我的第一次团体心理咨询工作，主题是“大学生自强训练”。

对于咨询效果，我心里一点底都没有。

没有想到经过短短的六次训练，学生的心理发生了很大的改变。

最后一次活动时学生难分难舍的情景，至今还深深地留在我的脑海里。

## <<团体心理咨询的实践与研究>>

### 内容概要

本书分为三部分：第一部分为理论篇，介绍了团体心理咨询的一些最基础的理论，主要为后面的两篇做一些理论铺垫。

第二部分为实践篇，这是介绍了一些作者自己比较喜欢用的结构性练习及近几年我在高校开展的团体心理咨询的方案，从中我们可以看到，团体心理咨询在高校教育中有着广阔的应用前景，不仅可以应用于一般的教育活动中。

第三部分为研究篇。

研究篇首先展示了当前高校研究生、大学生的心理健康现状，可以为高校同仁开展心理健康教育和研究工作提供依据；同时针对我们开展的几次团体心理咨询，进行了效果评估，从中可以看到团体心理咨询在帮助学生优化个性、开发潜能、提升心理素质诸方面都有较大帮助；最后报告了笔者近几年对于团体心理咨询疗效因子的研究成果，有助于我们了解团体心理咨询为什么能改变成员，它是通过哪些因子起作用的。

## <<团体心理咨询的实践与研究>>

### 作者简介

龚惠香，女，教授，国家二级心理咨询师。  
现任浙江大学城市学院法学院思政中心主任。

曾参加国家教育部课题一项、主持省教育规划课题2项和浙江大学课题多项。  
发表论文80余篇，其中一级论文9篇。

曾获浙江省高校“家庭事业兼顾型先进个人”、浙江大学“三育人”标兵、浙江省高校“三育人”先进个人等荣誉称号。

在浙江省多所高校、部队、社区、企业单位做各类心理健康讲座和团体咨询工作，深受欢迎。

## <<团体心理咨询的实践与研究>>

### 书籍目录

理论篇 第一章 团体心理咨询的基础 一、团体的基本概念 二、团体心理咨询的基本概念 第二章 团体心理咨询的领导者 一、成功领导者的特征 二、成功领导者应具备的条件 三、团体领导者的角色 第三章 团体发展阶段 一、团体的发展过程 二、团体阶段的特征 三、团体咨询对人心理帮助的实现机制 第四章 团体心理咨询的主要理论 一、团体精神分析法 二、个人中心团体疗法 三、团体行为疗法 四、理性情绪团体疗法 五、沟通分析法 六、心理剧疗法 七、团体心理咨询理论的总结和归纳实践篇 第五章 团体心理咨询中常用的结构式团体练习 一、常用的热身活动 二、团体初始阶段促进成员相识的活动 三、团体中间阶段的练习 四、团体结束时的练习 五、常用的故事 第六章 团体心理咨询方案的设计实例 一、团体心理咨询设计需考虑的基本要素 二、团体心理咨询方案的设计内容 三、团体心理咨询方案设计实例研究篇 第七章 高校学生心理健康状况的调查报告 一、研究生心理健康状况及教育需求的调查报告 二、大学生心理压力状况的调查及演变研究 第八章 团体心理咨询的应用研究 一、团体心理咨询在研究生“减压”训练中的应用研究 二、团体心理咨询在研究生“职业生涯发展”中的应用研究 三、团体心理咨询在研究生“情绪管理”中的应用研究 四、团体心理咨询在研究生“领导才能”训练中的应用研究 五、团体心理咨询在高校学生“自强”训练中的应用研究 六、团体心理咨询在高校新生适应教育中的应用研究 七、团体心理咨询在课程教育中的应用研究 第九章 团体心理咨询疗效因子的调查研究 一、有关疗效因子的简单介绍 二、有关疗效因子的问卷调查结果 三、调查结果分析附录 一、研究生心理健康现状及教育需求的调查问卷 二、大学生心理压力状况的调查问卷 三、浙江大学研究生团体咨询的宣传资料 四、评估问卷调查表 (一)“大学生心理素质训练课程”自我评估调查表 (二)“我爱我家——新生适应团体咨询”效果追踪评估问卷主要参考文献

## <<团体心理咨询的实践与研究>>

### 章节摘录

插图：简单的沟通只涉及双方人格结构中的一个自我状态，复杂的沟通则涉及双方人格中两个以上的自我状态。

依据双方人格中什么成分起主导作用，沟通可以区分为：互补式沟通（指来自一个特定自我状态的信息，收到了来自另一个人特定自我状态的预期反应）、交叉式沟通（指对一个人所发出的信息产生了没有预料到的反应）和隐含式沟通（指涉及两种以上的自我状态，以及一种伪装的信息）。

沟通分析就是帮助成员分析自己对别人所做的和所说的模式。

3.游戏分析沟通分析理论把人与人之间的态度区分为四种，即“我不行——你行”、“我不行——你也不行”、“我行——你不行”和“我行——你也行”。

伯恩认为，无论是成功者还是失败者，最普遍的人生态度是“我不行——你行”，而应付这种处境的方法是游戏。

游戏的原因有：想得到抚爱、确认自身的存在价值、证明和维持自己的心理状态、摆脱精神压力、想引人注目等。

游戏有重复性、隐蔽性、操纵性、双重性等特征。

游戏分析就是帮助成员意识到自己在生活中发明并参与的种种游戏、把戏、防卫策略，以便与人建立起亲密的和非操纵性的关系。

4.脚本分析伯恩认为一个人的命运，所有的尊贵思想、地位和堕落，都是由还不到6岁（通常是3岁左右）时所决定的，这一阶段也是生活脚本形成阶段。

生活脚本是“潜意识里的生活计划”，它来自父母的言传身教。

脚本有四种类型：文化脚本（某种文化中生活的人所共有的）、次文化脚本（特殊团体成员所共有的）、家庭脚本（家庭成员共有的）和个人脚本（个人自己所独有的）。

脚本分析的目的是帮助成员获得改变早期规划的机会。

团体成员被要求回忆童年时所喜欢的故事，了解他们是怎样适应于这些故事及故事怎样融入现在的生活经历。

团体活动中重演他们生活脚本的各个部分，使成员了解童年时不加批判地接受的种种禁令，对这种禁令的反应及所作出的抉择，以及现在为维持这些早期抉择所运用的游戏和骗局。

## <<团体心理咨询的实践与研究>>

### 编辑推荐

《团体心理咨询的实践与研究》是由浙江大学出版社出版的。

<<团体心理咨询的实践与研究>>

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>