

图书基本信息

书名：<<心理咨询与干预系列丛书-心理咨询技术与方法>>

13位ISBN编号：9787117113892

10位ISBN编号：7117113898

出版时间：2009-6

出版时间：马莹、顾瑜琦 人民卫生出版社 (2009-06出版)

作者：马莹，顾瑜琦 著

页数：439

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>

## 前言

心理咨询与干预是指运用心理学的理论知识和技巧,帮助求助者消除在工作、学习、生活中因种种因素引起的认知迷茫、情感困惑、意志消沉等各种不良心理状态,改善人际交往,提高求助者主动调节与适应环境能力的方法,从而达到促进其身心健康的目的。

在社会上,对于心理咨询与干预还存在一些误解,认为那主要是针对精神状态处于非正常状况下的人群而设置的,与普通人无缘。

实际上,心理咨询与干预是广泛运用于各个行业、各个组织以及每一位个体的一门应用性科学。

因为在纷繁复杂的社会生活中,每个人都可能会产生不同程度的心理困惑或心理危机,生活中的大小事情都会与之发生关系。人生中比较大的事情,如:职位升迁或下岗离职、中榜或落榜、结婚或离婚、破产或发财等;生活中比较琐碎的事情,如:职场之间人际关系的烦恼,孩子逆反期亲子间的情感磨合、日常琐碎事情的应对等。

无论是正面事件还是负面事件,都会相应地给个体带来生活方式的变化和心态的变化。

当这些事件的困难程度超越了人们解决问题的能力或引起需求上极大变化时,通常会引起人们心理上的不安,并伴随着一定程度的紧张、焦虑,出现挫折感和迷茫感,甚至会引发不当行为的产生,困扰着人们的工作和生活。

如果个体不能及时调整自己应对这种变化的心理状态和认知情绪,就很容易发生心理困惑或心理危机。

而心理咨询和干预则可帮助人们摆脱这种困扰或心理危机,克服不良习惯,也可有效地帮助人们疏通心理,指明方向,维护心理健康,积极面对应激性事件,提高社会适应能力,甚至具有拯救生命的重要意义。

随着人们对心理咨询需求的日益增加,希望得到心理咨询与干预的事情也在逐年增长,但是心理咨询与干预的专业队伍与日益增长的需求比例失衡,专业人员较为匮乏。

而正是这种社会性的需求高涨,与此相对应的心理咨询与干预的专业人才的培育引起了整个社会的关注。

社会上出现了各种类型的心理咨询知识培训班,参加培训班的人员来自各行各业,有教师、医生、公务员、学生、警察,还有一些自由职业者等。

目前,我国已经建立起“心理咨询师资格考试”制度,获得心理咨询师资格者方能从事心理咨询和干预的工作。

报考心理咨询师的人数也在逐年增长。但是报考人员即使通过了心理咨询师资格考试,获得了心理咨询师资格,由于系统的理论知识不足以及缺乏临床实际经验,也无法熟练应对求助者的访问,不能较好地做好心理咨询工作。

现在,市场上有不少心理学方面的专业书刊,但是很多书籍对理论研究有余,而对临床案例研究和分析不足;或与之相反,大量列举心理咨询案例而疏于相关理论的分析。

凡此种种,比较难以满足心理咨询与干预工作者的实际需求。

## 内容概要

当前国内掀起了心理咨询师培训热潮，全国各地都在运用自己的师资力量或种种特殊关系办起了心理咨询师培训班，各地参加培训班的人数也越来越多。

然而，据市场了解反映，那些经过培训学习的学员即使通过考试获取了资格证书，却仍然不能直接接受来访者的访问，无法有效的做好心理咨询工作。

因为，资格考试所学习的内容，仅仅能使学员获得一些与心理咨询相关的一些基本知识与概念以及非常简单的咨询方法；而心理咨询工作需要心理咨询人员在理解相关心理学知识的基础上，还要系统地掌握心理咨询的理论基础与方法，进行大量的案例分析举例与实践经验，可是，心理咨询师资格考试的教材内容却无法实现这一目标，所以，即使获得了资格证书，也仍然不能较好地从事这一职业，这也是那些经过培训的学院们所困惑的地方，他们迫切需要能够在心理咨询方面进行继续教育。

另外，社会上还有一些并不打算考取心理咨询资格证的人，为了能够做好自己的心理保健工作或有效的帮助他人，对于学习心理咨询知识也有着迫切的学习愿望，可苦于无法找到能够满足需求的有关培训机构和书籍，针对这些人群，也可以结合心理咨询继续教育来满足他们的需要。

鉴于此，我们与民政部有关部门相联系，结合心理咨询师的培训教育，进行心理咨询师继续教育培训工作，为此，出版针对性较强的心理咨询师继续教育系列丛书。

这套丛书不同于大学教材，也不同于心理咨询师培训教材，而是针对心理咨询师应该必须掌握的知识与方法以及结合非心理学专业学员特点策划全书的结构与写作方法。

每本书字数30万字左右；理论与案例相结合，注重应用性，突出操作性、前沿性。

要求思维明晰，条理清楚，语言简捷明了。

理论介绍要深入浅出，可读性强。

案例分析要依据一定的理论知识，切忌分析绝对化。

丛书的读者群是具有中级职称以上或具有大专知识水平以上的各行各业的心理爱好者；获得心理咨询师资格的学员、获得心理咨询师培训结业证的学员、进行心理保健培训教育的学员等。

## 书籍目录

第一章 精神分析法第一节 精神分析法概述第二节 精神分析法的主要技术第三节 精神分析疗法的适应性第四节 精神分析法的评价与扬弃第二章 催眠疗法第一节 催眠疗法概述第二节 催眠疗法的具体内容第三节 催眠疗法的临床应用第四节 自我催眠第三章 行为疗法第一节 行为治疗概述第二节 行为治疗的常用方法第三节 行为治疗的简要评价第四章 认知疗法第一节 认知疗法概述第二节 贝克认知疗法及临床应用第三节 梅钦鲍姆的认知行为矫正疗法第五章 以人为中心疗法第一节 以人为中心疗法概述第二节 以人为中心疗法过程第三节 以人为中心疗法的基本技术第六章 积极心理治疗第一节 积极心理治疗概述第二节 积极心理治疗的方法与案例举偶第三节 积极心理治疗学说的借鉴第七章 森田疗法第一节 森田疗法概述第二节 森田疗法的治疗方法第三节 森田疗法的临床应用第八章 内观疗法第一节 内观疗法的原理与类型第二节 内观疗法的条件与过程第三节 内观疗法的特点与适用第九章 箱庭疗法第一节 箱庭疗法的渊源第二节 箱庭疗法的实施第三节 箱庭治疗者的角色和态度第四节 箱庭疗法案例举偶第十章 疏导心理疗法第一节 疏导心理疗法概述第二节 疏导心理疗法的实际操作技术及案例举偶第三节 心理疏导与心理保健工作的特点及展望第十一章 家庭治疗第一节 家庭治疗概述第二节 家庭治疗的过程第三节 家庭治疗案例举偶第十二章 交互分析疗法第一节 交互分析疗法概述第二节 交互分析治疗原理第三节 交互分析疗法应用技术第十三章 生物反馈疗法第一节 生物反馈疗法概述第二节 神经系统疾病与精神疾病第三节 功能性胃肠疾病第四节 循环系统疾病第十四章 音乐疗法第一节 音乐治疗概述第二节 音乐治疗的方法与技术第三节 音乐疗法的临床应用第四节 东方音乐治疗及治疗仪器第十五章 绘画疗法第一节 绘画疗法概述第二节 绘画在心理评估中的应用第三节 绘画疗法的临床应用第十六章 认识领悟疗法第一节 认识领悟疗法概述第二节 认识领悟疗法的具体方法第三节 认识领悟疗法的临床应用第十七章 悟践疗法第一节 悟践疗法概述第二节 悟践疗法治疗师的培养第三节 悟践疗法的诊断评估第四节 悟践疗法的治疗技术第十八章 中医心理疗法第一节 中医心理疗法概述第二节 中医心理疗法的理论基础第三节 中医心理疗法的技术方法第十九章 道家认知治疗第一节 中国道家认知治疗概述第二节 道家认知治疗的核心价值观第三节 道家认知治疗的技术方法第四节 道家认知治疗的评价参考文献

章节摘录

插图：第一章 精神分析法第一节 精神分析法概述精神分析法是心理治疗中最重要的治疗方法之一，由奥地利精神病学家弗洛伊德于19世纪末创建。

其理论基础是弗洛伊德创立的精神分析学说。

精神分析法，有狭义与广义之分，狭义的精神分析法仅仅指弗洛伊德本人所创造的心理疗法，而广义的精神分析法是指弗洛伊德的弟子们在继承和批判弗洛伊德疗法基础之上所创造和使用的疗法。

本文所指的精神分析法仅指弗洛伊德的方法，即经典精神分析法。

一、精神分析学说简介精神分析学说不同于传统的研究感知、思维等显意识心理问题，而是在临床治疗的基础上着重于对潜意识、情欲、动机及人格等更深层次内容的研究，因此通常把精神分析学又称为深度心理学。

精神分析学说的创始人弗洛伊德认为：人的心理可划分为三个层次，即意识、前意识和潜意识。

意识是与直接感知有关的心理部分，是人能体验到的部分；前意识是意识的一部分，即“现在虽然没有意识到但可以想起来的”那一部分；在弗洛伊德看来，前意识处在意识和潜意识之间，它是可以召回来的部分，也就是可以回忆起来的经验。

潜意识包括人的本能冲动、被压抑的欲望、过去的精神创伤经历、不能为现实所容许的情感和思想、动机冲突与情结等，虽不能被人所意识，但是会在某种程度上影响着人们的生活，它是人正常活动的内驱力。

弗洛伊德在给歇斯底里来访者进行临床治疗的过程中发现：来访者的诉说与性有关，其中性诱惑似乎出自于他们幼年时的幻想或自发的愿望。

所谓的性诱惑实际上是一种遮蔽性记忆。

正常状态下来访者在童年期对异性父母的眷恋和对同性父母嫉恨的经验处于潜意识之中，但来访者处在症状和梦中时这种经验就会表现出来。

因此，他提出心理障碍产生的根源在于幼年期性心理发育中未能解决的心理矛盾冲突。

这种具有强烈情感色彩的欲望或动机被压抑在人的潜意识领域中，虽然自我并不能觉察它并认识它，但它并没有消失，而是潜伏着并继续在起作用，给人的心理、意识施以影响，通过心理转换性机制以神经症症状或梦及失误等形式表现出来。

精神分析治疗就是把压抑在潜意识中的心理矛盾冲突挖掘出来，剥去其伪装，使其上升到意识中来，并让来访者对其有所领悟，在现实原则指导下得以纠正或消除，从而使心理障碍得以消除，病情得以治愈。

编辑推荐

《心理咨询技术与方法》是马莹和顾瑜琦编写的，由人民卫生出版社出版。

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>