



《咨询原理》

课程信息

| | | | |
|--------|-------------|--------|------------------------|
| 课程中文名称 | 咨询原理 | 课程英文名称 | Theories of Counseling |
| 层次 | 硕士研究生 | 适用专业 | 学校咨询、心理健康教育 |
| 课程类别 | 学位专业课程 | 开课学期 | 秋季学期 |
| 学时 | 32 (3 学时/周) | 学分 | 2 |
| 先修课程 | 无 | | |

教师信息

| | | | |
|-----|-----------|----------|-----------------|
| 教师 | 傅纳 | 联系方式(邮箱) | funabnu@163.com |
| 办公室 | 英东教育楼 531 | 办公时间(预约) | 预约 |

关于本课程

❖ 课程描述

《咨询原理》是硕士研究生阶段要开设的学位专业课。该课程主要是讲授心理咨询中不同流派的相关理论，这些理论都具有原创性。因此，这是一门偏理论性的课程。通过开设该课程旨在帮助学生掌握不同心理咨询流派的咨询理论、咨询过程和咨询方法。

❖ 课程目的

本课程目的如下：

- 1.全面、正确、深入地理解和掌握心理咨询不同流派的理论架构。本课程所讲授的理论都具有原创性，是学习和实践心理咨询与治疗的基石。尽管当今的心理咨询和治疗的种类、方法繁多，但它们都是在这些原创性理论的基础上发展起来的。因此，对这些原创性理论的掌握和理解不仅有助于学生在未来进行心理咨询、心理治疗的实践活动，也为他们开展心理健康教育其他方面的工作提供了理论依据。
- 2.帮助学习者习得尊重人、接纳人的态度。虽然不同的心理咨询流派对人性、心理问题产生原因的看法不同，但它们的异曲同工之处都是对人的尊重，这也是心理咨询从业者所必需具备的态度。本课程中将通过理论讲解、案例分析和讨论、体验性活动、模拟咨询等方法帮助来访者在内化所学知识的同时习得尊重人、接纳人的态度。

3. 通过课堂上的讲解和练习，在深入理解理论的基础上，熟练掌握不同心理咨询流派的治疗方法，并能够在实践中有意识、有目的、有针对性地加以运用。
4. 在教师的引导下，学习者学会会有意识地分析不同理论流派的优势与不足，习得没有所谓“万能理论”的态度，学会兼容并蓄，在实践中整合性地运用各种理论流派。
5. 通过本课程的学习使学习者感受到心理咨询和治疗理论的魅力和吸引，激发他们学习理论的兴趣，改变一学理论就感觉枯燥、晦涩的态度。
6. 培养学习者在自己的生活中自觉运用不同理论进行自我帮助的意识。

❖ 课程具体目标

本课程的具体目标如下：

1. 学生能够运用自己的语言复述各理论流派的核心概念和治疗方法。
2. 能够运用各理论流派进行个案概念化。个案概念化是指咨询师依据某种心理咨询理论对来访者的问题进行理论假设。具体来讲，针对来访者的问题要获得哪些信息，如何获得信息并加以有意义地综合，如何利用信息进行临床预测和假设，从而由这种判断或假设进一步形成咨询计划的雏形。
3. 能够将课堂所讲授的理论和方法在教师的指导下用于实践工作。
4. 能够运用所学理论设计并实施各种心理健康教育活动。

❖ 课程内容

本课程按照现在经典的对心理咨询和治疗流派的划分选讲如下内容：

第一部分：心理动力取向

- 经典精神分析

第二部分：人本—存在主义取向

- 以人为中心的心理咨询
- 格式塔心理咨询

第三部分：认知—行为取向

- 行为咨询
- 理性情绪行为咨询

第四部分：后现代主义的心理咨询与治疗

- 焦点解决短期心理咨询
- 叙事治疗

❖ 教学策略及工具

综合教学内容、教学目标及学生特点，制定以下教学策略：

-
1. 讲授与讨论：教师讲解理论并结合实际案例和文献进行课堂讨论；通过 bb 平台的讨论版让学生结合自身经历对所学理论进行理解；
 2. 体验式教学：对于一些难以理解的内容设计相应的体验性活动，让学生通过课堂上的体验活动理解和内化所讲内容
 3. 案例分析：通过对各流派经典案例的学习和任课教师所提供案例的分析讨论理解各流派的理论和方法，同时又能够横向比较在处理同一个案时不同流派的相同与差异。
 4. 基于资源：给学生提供相应的视频、资料、网站等，便于学生课后的自主学习与研讨。

❖ 教学资源

主要教材：

1. GERALD COREY. (2016). *Theory and Practice of Counseling and Therapy* (10th). CENGAGE Learning.
2. 钱铭怡. (2016). *心理咨询与心理治疗*. 北京：北京大学出版社
3. 郑日昌, 蒋光荣, 伍新春. (2006). *当代心理咨询与治疗体系*. 北京：高等教育出版社

参考教材：

1. 郭本禹. (2007). *西方心理学史*. 北京：人民卫生出版社
2. 伍新春, 胡佩诚. (2006). *行为矫正*. 北京：高等教育出版社
3. Gordon Wheeler, Lena Axelsson. (2015). *Gestalt Therapy*. Washington DC :American Psychology Association

文献阅读：

1. Bond, C., Woods, K., Humphrey, N., Symes, W., & Green, L. (2013). Practitioner review: The effectiveness of solution focused brief therapy with children and families: A systematic and critical evaluation of the literature from 1990–2010. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54(7), 707-723.
2. Braz, A. C., Prette, Z. A. P. D., & Prette, A. D. (2011). Assertive social skills training for the elderly. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual: Revista Internacional Clínica y De La Salud*, 19(2), 373-387.
3. Cramer, P. (2015). Defense mechanisms: 40 years of

empirical research. *Journal of Personality Assessment*, 97(2), 114-122.

4. Ellis, A. (1986). Rational-emotive therapy applied to relationship therapy. *Journal of Rational-Emotive Therapy*, 4(1), 4-21.

5. Ellis, A. (2003). The relationship of rational emotive behavior therapy (REBT) to social psychology. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 21(1), 5-20.

6. Meyers-Abell, J., & Jansen, M. A. (1980). Assertive therapy for battered women: A case illustration. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 11(4), 301-305.

7. Perry, J. C., & Bond, M., M.D. (2017). Addressing defenses in psychotherapy to improve adaptation. *Psychoanalytic Inquiry*, 37(3), 153-166.

8. Perls, F. (1973). *The gestalt approach & eye witness to therapy* Science & Behavior Books, Oxford.

9. Robert, L. (1975). Gestalt awareness training for graduate students. *Counselor Education and Supervision*, 15(2), 140-144.

10. Rogers, C. R. (1995). What understanding and acceptance mean to me. *Journal of Humanistic Psychology*, 35(4), 7-22.

11. Rogers, C. R. (1973). My philosophy of interpersonal relationships and how it grew. *Journal of Humanistic Psychology*, 13(2), 3-15.

12. Zhang, A., Franklin, C., Currin-McCulloch, J., Park, S., & Kim, J. (2018). The effectiveness of strength-based, solution-focused brief therapy in medical settings: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Behavioral Medicine*, 41(2), 139-151.

其他视频及网站等:

1. <https://www.apa.org/about/division/div16>

2. <https://www.apa.org/about/division/div17>

3. <https://www.apa.org/about/division/div29>

❖ 教学环境要求

活动桌椅的多媒体教室

❖ 考核方式

| | |
|---------------------|------|
| 按时上课、积极参与课堂的讨论和体验活动 | 20% |
| Bb 平台讨论 | 15% |
| 作业 | 50% |
| 小组展示 | 15% |
| 总计 | 100% |

❖ 作业要求

1. 关于阅读指定文献和教材。在完成与阅读指定文献和教材有关的作业时，学生还必须自行查阅其他的相关文献，并将这些文献附在作业后。

2. 关于 bb 平台讨论。每一个流派讲授完毕后，会开通 bb 的平台讨论版，每一个讨论话题的持续时间为 2 周，2 周后 bb 平台的讨论版会关闭，届时没有参与讨论的同学将在此项作业上获得 0 分。

3. 关于自我体验报告。自我体验报告在最后一次上课时于课堂上提交。

4. 关于小组呈现。阅读指定文献并进行小组呈现，每个小组呈现时间为 15 分钟。

❖ 详细课程计划

见附录

❖ 对学生的要求

1. 准时上课，认真参与课堂讨论和体验活动。

2. 课后认真阅读教师指定的参考文献，以便更好地理解课上所讲内容。

3. 在规定时间内参与 bb 平台讨论版的讨论；在规定时间内提交作业。

4. 每个同学在上课期间必须以来访者的身份进行至少 4 次的自我体验。

5. 4-5 名学生形成一个小组，阅读任课教师指定文献并进行课堂呈现。每个小组呈现时间 15-20 分钟，小组呈现不仅是讲解文献，主要是考察学生在阅读过程中的思考。小组的得分是小组成员每个人在这一项上的得分。

❖ 其他信息说明

无

附：学期课程安排

| 周次 | 课程主题 | 主要内容 | 教学活动 |
|----|----------------------------|--|---|
| 1 | 心理咨询原理概述(1节) 经典精神分析(2节) | 1. 讲解本门课程在学校咨询和心理健康教育专业学习中的作用和功能；本门课程所涉及的主要内容；怎样学习本门课程。 2. 经典精神分析产生的时代、哲学背景、社会背景、精神分析发展的阶段； 3. 经典精神分析理论（快乐原则、本能、无意识理论、人格结构理论、焦虑理论） | 1. 课程介绍 2. 从学生已经掌握的经典精神分析开始入手，逐渐深入，帮助学生更好地理解 and 适应本门课程。 |
| 2 | 经典精神分析(3节) | 1. 经典精神分析理论（自我防御机制、性心理发展） 2. 经典精神分析的治疗目标 3. 经典精神分析的治疗方法 | 案例分析与讲解。 |
| 3 | 经典精神分析(1节) 以人为中心的治疗(2节) | 1. 经典精神分析述评及新发展。 2. 以人为中心治疗产生的时代、哲学背景、社会背景、以人为中心治疗的发展阶段； 3. 以人为中心治疗的理论（罗杰斯关于人性的理论、自我实现的趋向、机体智慧、机体估价过程、体验、现象场） | 关于经典精神分析的课堂体验活动。 |
| 4 | 以人为中心的治疗(3节) | 1. 以人为中心治疗的理论（自我、价值条件和自我异化） 2. 以人为中心治疗的治疗目标 3. 以人为中心治疗的治疗方法 | 关于以人为中心心理咨询的课堂体验活动。 案例分析 布置课后阅读文献 |
| 5 | 以人为中心治疗(1节) 格式塔治疗(2节) | 1. 以人为中心的治疗方法的方法 2. 格式塔治疗的理论来源 3. 格式塔治疗的理论（人性观、如何理解格式塔、此时此地、未完事件） | 关于格式塔心理咨询的体验活动 |
| 6 | 格式塔治疗(2节) 行为治疗(1节) | 1. 格式塔治疗的理论（接触、接触界线、内射、投射、融合、回射、去敏感、自我中心主义） 2. 格式塔治疗的治疗目标 3. 格式塔治疗的治疗方法 4. 行为治疗的理论来源 5. 行为治疗理论（经典条件反射） | 案例讨论 布置课后阅读文献 |
| 7 | 行为治疗(3节) | 1. 行为治疗理论(操作性条件反射、分化、泛化、强化、惩罚) 3. 行为治疗的治疗目标 4. 行为治疗的治疗方法 | 关于行为治疗的体验活动 案例讨论 |
| 8 | 行为治疗(2节) 认知治疗(1节) | 1. 行为治疗的治疗方法 2. 认知治疗产生的理论基础 | 案例讨论 |
| 9 | 理性情绪行 | 1. 理性情绪行为治疗的人性观 | 案例讨论 |

| | | | |
|----|----------------------------|--|--------------------------|
| | 为治疗(2节) 后现代心理 治疗(1节) | 2. ABC理论 3. 理性情绪行为治疗的目标 4. 理性情绪行为治疗的方法 5. 后现代心理治疗的理论基础 | |
| 10 | 后现代心理 治疗 | 2. 焦点解决短期心理治疗的理论 3. 焦点解决短期心理治疗的治疗目标 4. 焦点解决短期心理治疗的治疗方法 5. 叙事治疗的理论 6. 叙事治疗的目标 7. 叙事治疗的方法 | 案例讨论 关于叙事治疗的体验 性活动 |
| 11 | 学生课堂呈 现 | | |

