

<<心理治疗师该说和不该说的话>>

图书基本信息

书名：<<心理治疗师该说和不该说的话>>

13位ISBN编号：9787501991648

10位ISBN编号：7501991642

出版时间：2013-6

出版时间：中国轻工业出版社

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>

## <<心理治疗师该说和不该说的话>>

### 前言

第一次看到这本书时，我就被它深深吸引住，心里想着这应该会是一本非常实用的书。果然不负所望，这本书正如它的名字一样，简单直接，它以简单易懂的文字去解构一个非常重要且有时是棘手的、却常常被忽略的主题，那就是，对来访者的提问，治疗师该说什么。它告诉治疗师们在治疗的过程中面对来访者各式各样的提问时要说什么，不是简单地告诉治疗师怎么回答问题本身，更为重要的是展示给治疗师，如何更好地组织你的回答，去推动治疗，为来访者谋福祉。

在治疗的不同阶段，来访者的一些提问可能会让治疗师措手不及，尤其新手治疗师更是如此。的确，每次的治疗都是一个独特的过程，但是在治疗过程中，是会存在一些典型的来访者会提及到的一些问题的，这是些什么样的问题呢？

对这些问题治疗师可以从什么角度出发去作答呢？

这正是本书关心的主题，而这样的主题非常具有实用价值。

在来访者提问之前我们先要做一些准备，了解我们可以从哪些角度切入思考，甚至提前做一些练习，这有利于降低我们治疗时可能有的焦虑情绪（新手治疗师尤其明显！

），使得我们更能够把注意力集中到来访者身上而不是关注到自己的焦虑上。

另外，本书就和一本随身功能手册一样，可以随时翻阅。

作者按照不同的主题把治疗进程中的不同问题进行了归类，这为读者提供了极大的便利。

我们都知道回答来访者的提问是非常重要的，这一点常常在各种场合（例如上课、督导或者案例讨论中）中被强调，但是真让你回答的时候，你要说什么呢？

可能你做过一些简短的练习，在课堂上，在同事间；但是你其实很少有机会去看、去听、去了解别的治疗师在具体的治疗中是怎么回答这些问题的，他们是如何表述的，这样的表述有什么作用，或者不恰当的表述给现实治疗带来了什么不良的后果。

这本书里有很多具体的例子，不仅仅有那些成功的例子，即恰当地回答来访者的提问有利于推动治疗；同时还给出了一些失败的例子，即治疗师回答不恰当时对治疗造成的影响及治疗师对此的反思，这让我们可以从别人的实际例子中吸取经验和教训。

本书行文流畅，而且身为治疗师的两位作者的真情实感都融入其中，我们可以看到治疗师的很多面，在回答来访者提问时的各种表现，焦虑、紧张、坦然、诙谐、智慧、真诚等等，而这样的各种表现在最后关于结束治疗的章节中尤其明显。

这本书非常适合新手治疗师以及心理治疗专业的学生阅读，正在从业的心理治疗师也能从本书中受益匪浅。

除了本人以外，参加本书翻译的人员还有聂晶和李扬两位师姐。

在本书翻译的过程中我们还得到了很多朋友和同事的帮助，包括杨寅、刘文玲、宋新燕、王建宜、孙永强、丁欣放、王文余、余苗，在此对他们致以最诚挚的谢意！

本书作者的语言生动诙谐，因译者水平有限，恐未能将原作的语言风格完全展现，希望读者能够从译文中略微领略到原作的风采。

译文中错误和疏漏之处在所难免，真诚欢迎广大读者批评指正。

陈瑞云 2013年初于北大燕园

## <<心理治疗师该说和不该说的话>>

### 内容概要

《心理治疗师该说和不该说的话:如何回答来访者的提问》作者埃德爾斯坦將用一问一答的形式告诉治疗师，如何作答有助于营造鼓励个人自我发现与成长的治疗氛围。

心理治疗的魔力在于人们可以自由地谈论任何事情。

所以，来访者说出任何令治疗师吃惊的经历或者提出任何棘手的问题都不足为奇。

这些问题触及的领域包括宗教、性、金钱以及治疗边界，等等。

也许这些五花八门的提问的确让人为难或令人不适，但《心理治疗师该说和不该说的话:如何回答来访者的提问》将向你揭示，治疗师利用好这些敏感问题可以大大推动整个治疗过程，而不是瓦解治疗师与来访者的关系。

<<心理治疗师该说和不该说的话>>

作者简介

作者：（美国）埃德尔斯坦（Linda N.Edelstein）（美国）Charles A.Waehler 译者：聂晶 陈瑞云 李扬  
埃德尔斯坦，博士一位有着30年临床经验的心理治疗师与督导师，美国西北大学教授。

## <<心理治疗师该说和不该说的话>>

### 书籍目录

第一部分在大背景下看来访者的提问 引言 来访者的问题为什么会引发恐惧？

不同的理论会带给我们怎样不同的建议？

记住，这与你本人无关 回答提问的指导方针 风格和语言的考虑 进一步的思考 第二部分来访者的提问和回应——主题章节 引言 第一章治疗前期 问题 回应 进一步的思考 第二章经验 问题 回应 进一步的思考 第三章治疗进程 问题 回应 进一步的思考 第四章对改变的预期 问题 回应 进一步的思考 第五章技术问题 回应 进一步的思考 第六章专业角色 问题 回应 进一步的思考 第七章金钱 问题 回应 和治疗无关的金钱问题 回应 进一步的思考 第八章保密性 问题 回应 进一步的思考 第九章边界 问题 回应 边界失误 进一步的思考 第十章私人问题 问题 回应 进一步的思考 第十一章性行为 问题 回应 和治疗师有关的问题 回应 进一步的思考 第十二章宗教和灵性 问题 回应 进一步的思考 第十三章偏见 问题 回应 进一步的思考 第十四章污名 问题 回应 进一步的思考 第十五章外观 和治疗师有关的问题 回应 和治疗环境有关的问题 回应 进一步的思考 第十六章梦 问题 回应 进一步的思考 第十七章治疗师的反应 问题 回应 进一步的思考 第十八章个体和文化差异 问题 回应 进一步的思考 第十九章波及他人 问题 回应 进一步的思考 第二十章办公室之外 问题 回应 进一步的思考 第二十一章保持联系 问题 回应 进一步的思考 第二十二章生活事件 问题 回应 进一步的思考 第二十三章结束治疗 问题 回应 进一步的思考 总结

## <<心理治疗师该说和不该说的话>>

### 章节摘录

版权页：这个问题不仅仅是想要从你那里得到保证和放心，它实际上还想要你去总结或者反映之前提到的重点。

当来访者努力去表达他的世界，他想要知道你是懂他的。

你可以说：“我听到了下面这些很重要的担心……”当你已经反映给来访者一些要点，同时也可能处理了一些能让他把故事正确呈现的要素的时候，他会感觉到自己被确认了，并且还常常会修正他的陈述中那些需要调整的部分。

有的时候这个问题“你理解吗”可能隐藏着“我是正常的吗”这样的担心，甚至更为严重的，隐藏着“我是怪胎吗”这样的担心。

这些问题都可以被回答，“我会尽我所能去理解你，告诉我如果我疏忽了。

”或者，如果来访者直白地问道，“我是正常的吗？”

”我们可能回答：“事实上我不使用像‘正常’这样的词。

我只是想要理解到底什么在困扰着你。

”或者“你来这里是因为你有一些问题需要解决。

那是需要勇气的。

”如果你的来访者有很好的幽默感，那么你或者说，“正常就像温度。

”而且，除非在他们的自我意象上有着严重的缺点，否则来访者通常不会把自己认为是怪胎。

询问一些程度很强烈的描述，比如“怪胎”。

“那是一个很重的说法。

为什么你会这么说自己呢？

”或者“看上去你觉得自己是怪胎。

但是我不这么觉得，但是我想要知道你为什么会有这种想法呢？

”比你使用的具体话语，更为重要的是，你的行为显示出了你想要去理解的渴望。

“治疗中会有很多惊讶吗？

你会发现隐藏起来的记忆吗？

”这个问题或者其他类似的问题所隐含的意思可能是，会存在一些未说出来的其他问题，或者你的来访者担心他可能会揭露出一些长期压抑的记忆。

有的时候，这表示他可能担心你会在治疗的过程中植入一些错误记忆。

这类型的问题是在媒体报道了几个新故事之后开始产生的，在这些故事里，一些无辜的人因为一些之前不知道的经历而被狠狠地打击到。

一些温和的话语是适宜的，但是不要做出空泛的承诺。

你可以说：“我们会从我们所知道的问题开始。

如果其他的问题出现了，我们也会做好准备去理解它们。

隐藏的记忆并不是那么常见的。

”在第一次治疗快结束的时候，邀请来访者提问会是一个不错的主意，你可以这么说：“我已经问了你很多问题。

你有什么问题想问我吗？

”有的时候，来访者会被吓到。

他们并没有带着对你提问的准备进到治疗室来；他们期待得到回答，而不是提问题。

在这种时候，你可以这么说来消除他们的担忧：“没有关系。

这不是你唯一的机会。

如果你有问题，或者当你有问题想问的时候，随时都可以提出来。

”当来访者确实对你提出了一些新的问题，这些问题一般会落入下面几个种类里：他们可能想要和你讨论治疗收费等交易方面的问题；他们可能想要更多地了解你；他们也可能想要知道接下来会发生什么。

有的时候，一个来访者会很有攻击性地向你提出一个问题。

## <<心理治疗师该说和不该说的话>>

在治疗早期出现具有攻击性的问题往往很罕见，但是值得一提。

有时不是一个特定的问题带有敌意，而是超级多的一系列的问题显露出了这样的敌意、攻击性、焦虑或者可能是一种把注意力从自己身上引开的方式。

这些情况是令人不安的，因为你正在想办法做到对来访者有帮助，而突然间你却遭遇到来自来访者的敌意、抵抗或者两者兼有。

不管源头是什么，你仍然需要去处理它。

开始时你可以假定存在恐惧或者焦虑，然后回答一两个合理的提问，接着你才说出你的一些观察：“你给我提了很多的问题。

你是不是对开始这个治疗感到担心呢？

”如果慢慢地，提问变成了你的来访者回避的方式，比如回避谈论他自己、回避得到过多的建议或者回避显露对他人过多的关心，那么我们应该以不同的方式进行回应。

首先，我们会把这个假设记住，因为这可能会是对之后的治疗有帮助的主题，但是在当下，我们可以说：“我觉得你宁愿谈论我而不太愿意谈论你自己。

”或者，指出这个问题所具有的个人性质，说道：“等会儿，这可是你的治疗时间。

”或者“让我们回来谈谈你自己吧！

”偶尔你会接收到一个直接的、具有攻击性的挑战，例如，“我怎么知道你好？

”或者“是什么让你觉得你可以帮到我？

”这类问题非常罕见，但是在治疗的早期，它们应该得到一些回答。

“因为我们是在一起工作，所以你将会决定你在多大程度信任我。

”或者“在我们工作两周之后你就会有你的答案了。

”或者“我已经帮助过其他人；为什么我和你之间就会不一样呢？

”或者“我并不是独自一人在这个房间里；我们是在一起工作来帮助你。

”你的来访者已经步入了一个可能让他感到非常容易受到伤害的阶段，如果你可以提醒自己这一点，那么你的同情会超越你的防御或者你想要攻击的渴望。

## <<心理治疗师该说和不该说的话>>

### 编辑推荐

《心理治疗师该说和不该说的话:如何回答来访者的提问》非常适合新手治疗师以及心理治疗专业的学生阅读，正在从业的心理治疗师也能从《心理治疗师该说和不该说的话:如何回答来访者的提问》中受益匪浅。

在治疗的不同阶段，来访者的一些提问可能会让治疗师措手不及，尤其新手治疗师更是如此。

的确，每次的治疗都是一个独特的过程，但是在治疗过程中，是会存在一些典型的来访者会提及到的一些问题的，这是些什么样的问题呢？

对这些问题治疗师可以从什么角度出发去作答呢？

这正是《心理治疗师该说和不该说的话:如何回答来访者的提问》关心的主题，而这样的主题非常具有实用价值。

作者埃德尔斯坦将用一问一答的形式告诉治疗师，如何作答有助于营造鼓励个人自我发现与成长的治疗氛围。



<<心理治疗师该说和不该说的话>>

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>