

《小学生心理健康教育》：心理咨询的内涵 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/61/2021\\_2022\\_\\_E3\\_80\\_8A\\_E5\\_B0\\_8F\\_E5\\_AD\\_A6\\_E7\\_c38\\_61052.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/61/2021_2022__E3_80_8A_E5_B0_8F_E5_AD_A6_E7_c38_61052.htm) 心理咨询的内涵，国内外研究者对此有许多不同的看法，但均强调咨询既是一种特殊的人际关系，又是一个过程。借助这种人际关系能够使咨询对象发生改变，以便更好地面对自己的问题，更好地成长；借助这一过程，帮助咨询对象增强适应能力，使潜能得以充分地发展。美国《哲学百科全书》则从心理咨询的特征来界定它的内涵，认为心理咨询有六个方面的特征：(1)主要着重于正常人；(2)对人的一生提供有效的帮助；(3)强调个人的力量和价值；(4)强调认知因素，尤其是理性在选择和决定中的作用；(5)研究个人在制订总目标、计划以及扮演社会角色方面的个性差异；(6)充分考虑情境和环境的因素，强调人对于环境资源的利用以及必要时改变环境。国际心理科学联合会编辑的《心理学百科全书》(1984)肯定了心理咨询的两种定义模式，即教育模式和发展模式。该书指出：“心理咨询始终遵循着教育的而不是临床的、治疗的或医学的模式，咨询对象(不是患者)被认为是在应付日常生活中的压力和任务方面需要帮助的正常人。咨询员的任务就是教会他们模仿某些策略和新的行为，从而能够最大限度地发挥其已经存在的能力，或者形成更为适当的应变能力。”“心理咨询强调发展模式，它试图帮助咨询对象得到充分的发展，扫除其正常成长过程中的障碍。”心理咨询是以维护人的心理健康状态为目标和内容的一项工作。心理咨询是借助于一种特殊的人际关系，运用心理学的理论知识和方法，通过言语、文字及

其他信息传递方式，就咨询对象的心理方面存在的问题，提供帮助、启发和指导的过程。在咨询过程中，咨询人员努力营造出良好的人际关系氛围，对咨询对象进行启发和帮助，使咨询对象消除不良心理因素的影响，产生认识、情感和态度上的变化，从而找到其心理问题的产生原因，辨明心理问题的性质，为之寻求摆脱心理困扰的条件和对策，使之达到恢复心理平衡、增强心理素质、提高适应能力、增进身心健康的目的。 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)