



整合心理咨询： 心理学理论与心理咨询实践的结合 演讲 1

克莱克 D. 康贝尔 博士 院长
罗斯米德心理学院
拜欧拉大学

1



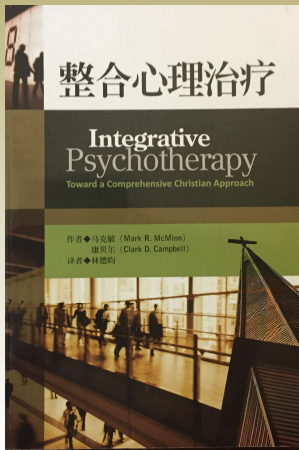
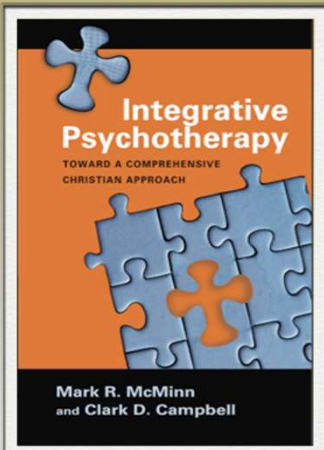
Integrative Counseling 整合心理咨询

是什么？

- 与基督徒神学的整合
- 整合心理学的研究和基于实证的心理治疗 (EBP)
- 心理治疗模式之间的整合

为何著书？

- 契合全科治疗的经验
- 契合我们帮助基督徒社区的渴望





整合咨询涉及到心理治疗模式的整合

在本演讲中，我简要介绍一下：

- 心理疗法的历史
- 各种整合心理治疗方法
- 四种整合方式
- 我们的整合咨询取向的特点

3



Brief History of Psychotherapy 心理治疗历史

- 前现代时期
 - 很多人试图修复或帮助人们
 - 灵魂的关怀
- 现代时期
(5个心理治疗的发展浪潮)
 - 心理分析
 - 行为疗法
 - 人本主义/经验疗法
 - 认知疗法
 - 家庭系统取向
- 后现代时期
 - 具体策略与技术（内观法，动机访谈，DBT, ACT等）

4



Kinds of Psychotherapy 心理治疗的种类

- 有人认为有超过1000种的心理治疗
- 其中很多没有得到很好的发展，或者只针对一个或几个问题。其他心理治疗非常广泛，并被称为心理治疗的“取向”或“模式”
- 大多数心理咨询师认识到单单一种治疗取向是不足以去应对人们的所有问题的。
- 因此，近年来很多努力投入在整合治疗的形式中，来研究两种或更多心理治疗的结合

5



Approaches to integration of psychotherapy models 心理治疗模式的整合方式

- 世俗心理学的“整合”与神学或基督教的整合不同
- 在大多数心理学中“整合”意味着心理学治疗模式的整合。
- 一些调研显示，大多数心理学家都以整合的形式来进行治疗。换句话说，在他们的临床工作中，他们使用一种以上的治疗模式。

6



Approaches to integration of psychotherapy models 心理治疗模式的整合方式

- 心理治疗的纯粹模式这些年以来一直在改变
 - 心理动力心理治疗变得更加短期，注重关系，并更关注来访者当前的问题
 - 认知行为治疗用时更长些，更关系化，并且包含进对于来访者问题发展的观点

7



Approaches to integration of psychotherapy models 心理治疗模式的整合方式

- 整合模式的历史
 - 杰洛米·弗兰卡 (Jerome Frank) (1961)
 - 阿诺德·拉扎勒斯 (Arnold Lazarus) (1967 & 1977)
 - 在20世纪80年代有更多关于整合心理治疗的文章/书籍出版
 - 最近关注于理解哪种疗法对于治疗某种障碍和来访者的独有的特征效果最好
- 在治疗中整合的普及率 (Norcross and the Delphi Poll).
 - 预测未来10年中，整合治疗是三个增长最快的治疗方式之一

8



Approaches to integration of psychotherapy models

心理治疗模式的整合方式

- 整合心理治疗 = 折衷主义（旧时措辞）
- 心理治疗中的四类整合（(Norcross, 2005)
 - 技术折衷
 - 理论整合
 - 共同因素
 - 同化整合
- 即使是那些仔细遵循一个模式的咨询师也经常吸收和采纳其他技巧或策略

9



Approaches to integration of psychotherapy models

心理治疗模式的整合方式

同化整合

行为启动

思维跟踪

诠释

CBT / 基模疗法

行为疗法

心理分析理论/
情绪聚焦疗法

技术折衷

思维跟踪

松弛

积极倾听

不连贯的理论

10



From many approaches to our approach 由多取向到我们的取向

整合心理咨询（IC）是一种意在实现实践应用的理论的整合。整合主要发生在理论层面，实践则按照具体模式的技术应用。

对应普遍情绪问题的应用取向

心理治疗取向---行为，认知行为（基模）和关系

神的形象---功能上，结构上，关系上人的本性。通过行动（支配），思考（道德推理）和关系（在与神的关系中）来理解这个世界。

基督教对于人类本性的观点（哲学的&神学的人类学）

11



总结

- 整合咨询是基于我们对整合被接受的咨询理论的愿望，和我们对整合基督教神学与理论和实践的愿望的。
- 整合咨询并不是要适用于所有的心理疾病，而是针对我们所遇到的最常见的问题。
- 目的是能够让那些具备基本知识和技能的人可以与人一起工作。
- 即那些已经发展或正在发展思维和心灵模式的人可以帮助那些需要帮助的人。

12