

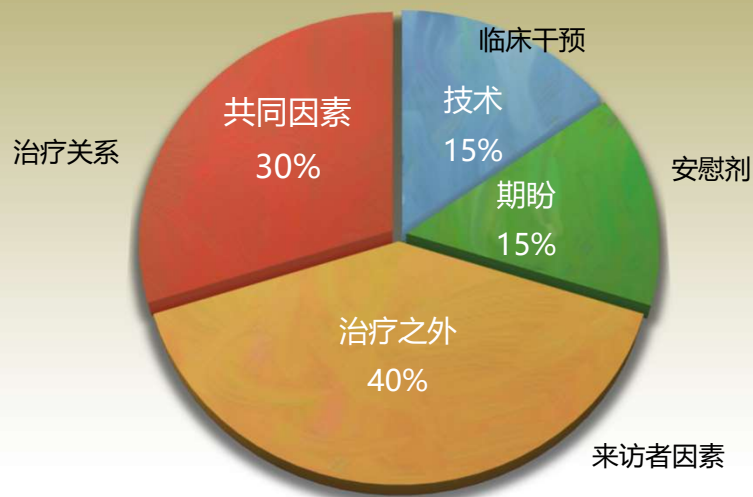
整合咨询涉及到具体心理治疗模式的整合

在本演讲中，我将简要介绍：

- 咨询中起作用的一些方面
- 治疗关系的重要性
- 具体心理治疗模式的整合：
 - 行为和认知行为
 - 基模和接纳承诺疗法
 - 心理动力学和情绪聚焦疗法

2

Recall the factors that make psychotherapy work
回顾使心理治疗有效的因素



3

Recall the factors that make psychotherapy work
回顾使心理治疗有效的因素

- 来访者因素
 - 一些特征如创伤史, 积极应对机制, 经济和家庭资源等。
- 治疗关系
 - 咨询师最具控制力的因素
- 促进希望, 期待, 作用性 (来访者有改变处境的能力)
- 技术

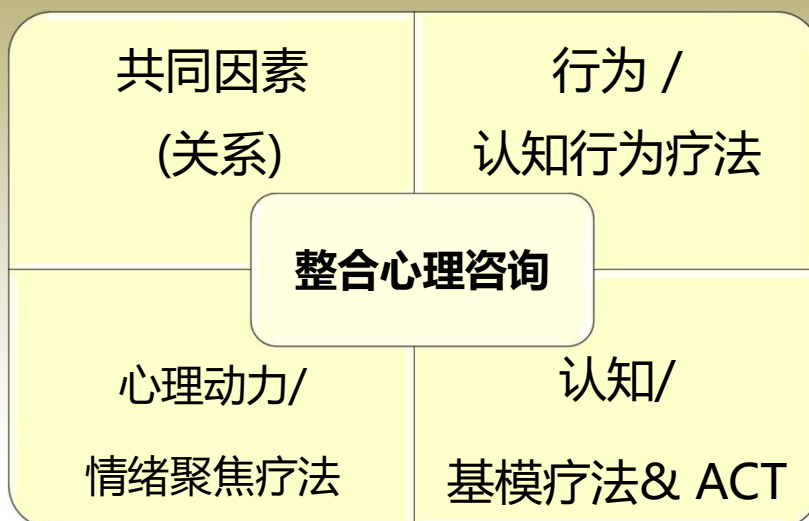
4

The Therapeutic Relationship 治疗关系 (Norcross, 2010)

- 对于患者在所有类型的心理治疗中的成功有大且稳定的贡献。
- 治疗师需要注意患者对于关系的反应，如此可以避免关系破裂且恢复关系
- 进行治疗时对关系的忽视是不明智的
- 量身定做的关系来迎合患者的特质（不只迎合患者的诊断）可以提高效果

5

What theories get integrated in integrative counseling 什么理论被整合在整合心理咨询中



6

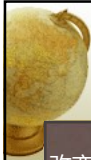


Integration of psychological models in IC 整合心理咨询中心理学模式的整合

考虑行为治疗，基模或认知治疗和心理动力或情绪聚焦疗法的这些方面

- 改变的必须条件
- 改变的目标
- 渴望得到的果效
- 改变机制
- 改变的技术

7



Psychotherapy models can be described by the target of intervention 心理治疗模式可以藉由干预的目标来描述

改变技巧的范例	暴露 / 脱敏 / 对自动思维的意识	反覆的基模启动 / 自我偏见	移情 / 诠释 / 关注于情绪的过程
改变机制	强化相倚 / 脱敏 / 技巧发展	对于基模的意识 / 解除	洞察力 / 精神疏导 / 通过治疗关系带来情绪改变
期待的结果	症状减轻 & 健康行为	在世界中对自己现实的评估 / 建构意义	个人成长和健康的不关系
改变的目标	行为 / 症状	对自我, 他人, 世界和未来的信念	关系行动化 / 情绪体验和表达
改变所需的条件	为来访者和文化塑造共情, 无条件积极关注以及真诚		
	功能上	结构上	关系上

8



Integrative Counseling 整合心理咨询

- 整合心理咨询的优势
- 整合心理咨询的劣势