三级诊断技能部分

怎样选择摄入性谈话的切入点(确定谈话的目标、内容与范围)?
(1)该**求助者**主动提出的求助内容。
(2)**咨询师**在初诊接待中观察到的疑点。
(3)依据**心理测评结果**的初步分析发现问题，进行谈话。
(4)**上级心理咨询师**为进一步诊断而下达的谈话目标。
(5)谈话目标中若有**一个以上的内容**，应分别处理。

不恰当提问的消极作用有哪些?
(1)造成依赖。
(2)责任转移。
(5)产生防卫心理和行为。
(3)减少求助者的自我探索。
(4)产生不准确的信息
(6)提问过多可影响交谈中必要的概括与说明。

摄入性谈话时，如何避免提问方式的失误?
①避免提问“为什么”的问题。
②避免多重选择性问题。
③避免多重问题。
④避免修饰性反问。
⑤避免责备性问题。
⑥避免解释性问题。

进行摄入性谈话时应注意哪些内容?
1、态度必须保持中立
2、提问中避免失误
3、不能讲题外话
4、不能用指责、批判性语言阻止或扭转求助者的会谈内容
5、在摄入性会谈后不应给出绝对性的结论
6、结束语要诚恳、客气。

选择什么方面的心理测验?
(1)选择测评量表应有针对性；
(2)为寻找心理问题的原因、探索求助者行为的倾向性；
(3)为评估临床症状严重程度；
(4) 应围绕应形成的初步印象或求助者的某些特殊表现来选用。

求助者目前精神、身体和社会工作与社会交往状态：
(1)精神状态。
(2)身体状态。
(3)社会工作与社会交往。

一般心理问题的诊断
1、分析求助者问题是否有器质性病变作基础
2、根据区分正常与异常的心理学原则和精神病性症状，与精神病性问题相鉴别
3、分析求助者的内心冲突类型，与神经症性问题相鉴别
4、分析求助者情绪是否泛化与严重心理问题相鉴别
5、确定求助者心理问题持续时间，心理，生理及社会功能影响程度
6、形成初步诊断 xin8.org

严重心理问题的诊断
1、分析求助者问题是否有器质性病变作基础
2、根据区分正常与异常的心理学原则和精神病性症状，与精神病性问题相鉴别
3、分析求助者的内心冲突类型，与神经症性问题相鉴别
4、分析求助者情绪是否泛化

5、确定求助者心理问题持续时间，心理，生理及社会功能影响程度
6、形成初步诊断 （华人心理网）

该求助者产生心理问题的原因是什么?
求助者出现心理问题的原因是：
1、生物学原因
2、社会原因
3、心理原因

三级咨询技能

在咨询时，怎样和求助者建立良好的咨询关系?
（1）尊重
（2）热情
（3）真诚
（4）共情
（5）积极关注

针对求助者的心理问题，心理咨询师在咨询中怎样把握共情技术?
正确理解和使用共情，应当注意以下几点：
1、咨询师从求助者而不是自己的角度来看待求助者及其存在的问题。
2、设身处地的理解。
4、把握时机，共情应适度。
7、表达共同应考虑到求助者的特点和文化背景。
3、表达共情要因人而异。
5、表达共情要善于使用**躯体语言**。
6、表达共情要善于**把握角色**。
8、应验证自己与求助者是否产生**共情**。

有效咨询目标的基本要素包括哪些内容?（如何商定咨询目标）
咨询目标由心理咨询师与求助者共同商定
1.具体 2. 可行 3. 积极 4. 双方可以接受 5. 属于心理学性质 6. 可以评估 7. 多层次统一
咨询目标可以进行修改，但需双方重新商定。
咨询时与求助者商定的咨询方案主要包括什么内容?
包括以下内容：
1、咨询目标；
4、双方各自的特定责任、权利与义务；
2、咨询的具体方法、过程和原理；
3、咨询的效果及评价手段；
5、咨询次数与时间安排
6、咨询的费用
7、其他问题及有关说明。

请说出面质技术的定义和求助者的常见矛盾。
1、面质，又称质疑、对质、对峙、对抗、正视现实等，是指咨询师指出求助者身上存在的矛盾。
2、常见矛盾有：（1）言行不一致（2）理想与现实不一致（3）前后言语不一致（4）咨访意见不一致

请说出面质技术的注意事项。
1、要有事实依据。
4、以良好咨询关系为基础。
2、避免个人发泄。
3、避免无情攻击。
5、可用尝试性面质。

放松训练的原理、方法、步骤

步骤：

1、介绍原理
2、咨询师进行示范指导
3、强化求助者练习
4、指导求助者掌握放松方法，代替焦虑紧张

注意事项：

1、第一次时咨询师可以做示范，减轻求助者焦虑并提供模仿信息。
2、多种放松方法可联合使用但不宜过多。
3、关键是放松，既强调身体的，更强调精神的。
4、放松时应集中精神避免干扰。
5、指导语有口头和录音两种，开始时，口头更易被接受。
6、对想象力强、易受暗示的求助者效果好。
7、促进求助者领悟，最重要的目的是能在日常环境中随时放松并运用自如。

请写出阳性强化法的工作程序。

1、明确目标行为
2、监控目标行为
3、**设计干预方案，明确阳性强化物**
4、实施强化
5、追踪评估。

请写出阳性强化法的原理。

1、行为主义认为一个习得行为如果得以持续，一定是被它的结果所强化。
2、如果建立或保持某种行为，必须对其施加奖励。
3、以阳性强化为主，及时奖励正常行为，漠视或淡化异常行为，这种方法就是阳性强化法。

请写出阳性强化法的注意事项。

1、目标行为应**单一具体**，如有多个目标，需逐一进行，不可同时展开。
2、阳性强化应适时、适当，应在行为出现时进行。强化也要适度适当。
3、随时间进程，强化物可由物质刺激变为精神奖励，待固化后最终可以撤销强化物。

简述合理情绪疗法的过程。

1、心理诊断阶段：明确求助者的 ABC,寻找求助者的不合理信念。
2、领悟阶段：实现三点领悟：
（1）是信念而不是诱发事件本身引起了情绪及行为后果。
（2）求助者对自己的情绪和行为反应应负有责任。
（3）只有改变了不合理信念，才能减轻或消除各种症状。
3、修通阶段：
（1）与不合理信念辩论。（苏格拉底辩论术、产婆术）
（2）合理情绪想象技术。
（3）家庭作业（RET 自助表　RSA 自我分析报告）
（4）其他方法(情绪/行为技术：自我管理程序、停留于此、放松技术、系统脱敏)
4、再教育阶段：重建心理与行为模式。

如果使用合理情绪疗法，请说出原理是什么？

1、合理情绪疗法原理：合理情绪疗法是美国心理学家埃利斯（A.Eills）创造的一种心理治疗理论和方法，通过纯理论分析和逻辑思辨的途径，改变求助者的非理性观念，解决情绪和行为上的问题。其核心理论是 ABC 理论。A 是诱发事件，B 信念，C 是情绪反应、行为结果。

2、ABC 的关系： A 不是 C 的直接原因；B 是不合理的、不现实的信念导致情绪困扰和神经症；治疗核心是通过改变不合理的信念来改变、控制情绪及行为结果。

合理信念和不合理信念的区别

合理信念 ：	不合理信念
大都基于一些已知客观事实 ； 能使人保护自己，努力愉快； 使人更快达到自己目标； 使人不介入他人麻烦； 使人阻止或很快消除情绪困扰。	包含更多主观臆测成分； 产生情绪困扰； 难以达到现实的目标而苦恼； 主动介入他人麻烦； 长时间无法消除或减轻情绪困扰，造成不适当的反应。

三个非理性观念主要特征

1.绝对化要求：是指个体以自己的主观意愿为出发点，认为某一事物必定会发生或不会发生的信念。
2.过分概括化：以偏概全。
3.糟糕至极：是一种对事物的可能后果非常可怕、非常糟糕、甚至是一种灾难性预期的非理性观念。

简述阻抗的表现形式。

1、阻抗是求助者在心理咨询过程中对自我暴露与自我变化的抵抗，其意义在于增强自我防御。
2、表现形式：
（1）讲话程度上的阻抗，包括沉默、赘言、寡言等。
（2）讲话内容上的阻抗，包括交谈、情绪发泄、谈论小事、假题问题。
（3）讲话方式上的阻抗，包括外归因、健忘、顺从、控制话题、最终暴露等。
（4）咨询关系上的阻抗。

如何应对阻抗?

(1)解除戒备心理。
(2)正确地进行诊断和分析。
(3)以诚恳帮助对方的态度对待阻力。
(4)使用咨询技巧突破阻抗

咨询效果评估的维度?

1、求助者对咨询效果的自我评价。
2、症状改善情况。
3、求助者社会生活适应状况改变的客观现实。
4、求助者周围人士的评估。
5、**咨询师**的评定。
6、求助者咨询前后的**心理测量**结果的比较。

制约心理咨询有效性的因素?

一般性有效因素： 求助者希望改善的动机；对咨询师的信心；因得到帮助而对咨询师产生的希望；咨询师的尊重、关切。
特殊性有效因素： 针对性的咨询所产生的效果。
求助者本身的潜在适应能力与生长、复愈的能力。

心理咨询有效性的共同因素是什么?

1、咨询师与求助者之间建立的和谐、信任关系，这是最基本的共同点。
2、求助者求治的强烈动机、积极态度。
3、有一套双方都相信的理论和方法。
4、咨询师本身的特征。
5、促进求助者的认知改变、情绪调节、行为改善。

心理咨询的效果通过何种机制起作用?

1、宣泄疏导求助者的情绪而缓解压力。
2、鼓励求助者倾诉内心痛苦并进行针对性的指导。
3、探询求助者的潜意识并使求助者领悟。

4、协助求助者改进认知结构，学会合理思维。
5、通过学习与训练建立积极、合理、有效的行为模式。
6、帮助求助者排除心理障碍，促进自然复愈与成长。

如果心理咨询师缺乏帮助这类求助者的经验，在转介时需注意什么？

1、咨询师如发现自己与该求助者不匹配时，应以高度的责任感和良好的职业道德，明智地转介。
2、应当事先征求该求助者意见并说明理由。
3、向该助者介绍新咨询师的有关情况，尤其是其专业特长。
4、向新咨询师介绍该求助者的情况，但不应透露隐私情况。
5、如有必要，原咨询师可以与新咨询师交流。一般不干预新咨询师的活动。