

# 《故事咨询师：心理辅导的隐喻操作》

## 图书基本信息

书名：《故事咨询师：心理辅导的隐喻操作》

13位ISBN编号：9787302358745

出版时间：2014-6-1

作者：李永强,郝琦

页数：259

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《故事咨询师：心理辅导的隐喻操作》

## 内容概要

听故事和讲故事是人类与生俱来的本能。故事传播着知识，也丰富着我们的想象力；故事改造了人们的心灵，也重塑着生活的世界。创作故事是一个意义深刻且影响久远的经验，它能直接与潜意识对话，建立信任，点拨读者；故事给读者打开一个想象的空间，或能引起读者思索，或能引导读者自己得出某一个结论。

《故事咨询师：心理辅导的隐喻操作》包含了丰富的隐喻心理知识，也记录了大量动人心魄的爱与善意的辅导故事。这些故事能拂去寻常生活中的微尘，让我们在故事里认识自己，看到生命中更多的可能。我们可以借由阅读《故事咨询师：心理辅导的隐喻操作》，在故事里找到生命的良方，获得一对隐形的翅膀。唤醒讲故事和听故事的本能，我们的生活将更具活力与创造力！

# 《故事咨询师：心理辅导的隐喻操作》

## 作者简介

李永强，符号心理学与曼荼罗故事文化传播者，儿童障碍性行为矫治、学习心理与方法论专家，2005年6月毕业于北京师范大学心理学院硕士研究生班，曾任北京市社会科学院应用心理学研究中心研究员，中国大陆隐喻心理治疗的最早推广人，提出十二生肖生命原型理论，在全国首创以作文班的形式为儿童做隐喻故事心理辅导的曼荼罗故事作文坊。

郝琦，天津市教育科学研究院教育心理研究所副研究员，2001年毕业于天津南开大学，获心理学博士学位，2009年在中国艺术研究院舞蹈研究所做访问学者，著有《艺术教育与心理治疗》和《做孩子贴心的故事妈妈：隐喻故事魔法术》，并创立“自我关系心理模型”和“阅读治疗心理模型”。

## 书籍目录

### 第一篇 妙趣横生的故事辅导

隐喻故事的治疗由来已久  
什么是隐喻故事心理辅导  
隐喻辅导故事的基本模式  
隐喻故事与心理健康教育  
用故事调整儿童的学习状态  
父母离异孩子的故事治疗  
分享隐喻故事传递的力量  
故事让厌学孩子主动上学

### 第二篇 隐喻治疗的个案举例

愤怒孩子情绪疏导  
帮助孩子战胜脆弱  
化解异性恐惧障碍  
自卑孩子心理辅导  
内在小孩治疗故事  
隐喻迅速破解阻抗

### 第三篇 隐喻故事创作与互动

隐喻故事的创作初步  
隐喻故事九格创作法  
情绪语言图像的故事  
产生隐喻，澄清隐喻  
多边交互说故事举例  
玩转隐喻故事的方法

### 第四篇 隐喻心理辅导的语法

隐喻故事的创造结构  
隐喻故事的治疗因子  
隐喻资源寻找与存储  
隐喻故事的关系隐喻  
重要经验隐喻的烙印  
隐喻辅导的语法小结

### 第五篇 儿童作文的隐喻辅导

艾瑞克森式隐喻教学  
猪小弟赴约续写故事  
互动说故事疏导情绪  
内心深处的情景与声音  
心灵映象的万千投射  
想象作文的辅导课堂  
冥想呈现的内心世界  
林达隐喻故事的建构  
课堂里的电影工作坊

### 第六篇 在隐喻故事里突围

咨询师的困窘与突破

职业生涯规划の設定  
故事里寻找回家的路  
与坎坷辛苦从容共舞  
花儿为什么这样红  
说隐喻故事帮助看破  
能量阻隔、压抑与宣泄  
与那慈悲的能量连接

## 第七篇 隐喻故事心理分析

阅读唤醒内在的英雄  
内在力量与心灵成长  
强迫性重复的魔咒  
治疗不能急于求成  
野兽花园里的玫瑰  
野兽花园里的救赎  
美女对野兽的信赖  
美女对英雄的迷失  
美女对王子的呼唤

## 第八篇 书信式隐喻心理辅导

鸭场孵化的天鹅蛋  
故事探秘孩子心灵  
小黑帽的自我救赎  
灰姑娘的英雄之旅  
嫉妒是看不到自己的好  
飞蛾扑火与生命重生  
被吓到的是内在小孩  
日本武士和浪漫骑士  
盔甲武士为自己出征  
我选择我自由我存在  
凡所有相，皆是虚妄  
现在是该你出场的时候  
锲而不舍地践行天命  
倾听内心深处的声音

## 第九篇 舞蹈衍生隐喻故事

舞蹈形变的隐喻治疗  
创意流动的肢体舞蹈  
妙不可言的童话治疗

## 第十篇 隐喻故事的内在历程

英雄是带着伤痛前行的  
隐喻故事里的自我关系  
天鹅湖畔自我疗愈故事  
走出围城与心灵回归  
故事带来静悄悄的改变  
故事中的情绪语言图像  
隐喻故事发挥的影响力  
想说爱你不容易的故事

第十一篇 故事与地震危机干预  
故事在灾后儿童辅导中的作用  
故事在灾后儿童辅导上的功效  
故事产生催人上进的力量  
讲故事活化了创造力与趣味性  
后记 故事英雄的旅程

# 《故事咨询师：心理辅导的隐喻操作》

## 精彩短评

1、需要实验，最不济也可以讲故事给孩子听

1、作者在此书中通过一系列隐喻故事心理辅导的案例、方法和技巧的展示，向我们提供了新型的心理治疗方式。看后感觉非常新颖和特别。从挖掘故事中的隐喻作用，研究故事的隐喻模式，到实践中用隐喻故事为问题儿童做行为矫治等一系列分享，让我们初次接触隐喻故事疗法的读者非常惊讶。文中的个案涉及儿童愤怒、恐惧、自卑等情绪障碍，并通过相应的隐喻故事做出相应的有效疏导，其过程别开生面。作者在本书中也极力展示了隐喻故事创作之法---九格创作法，情绪语言图像解读及创作法等等，内容详实而厚重，值得仔细研究。相信对于从事心理咨询，特别是儿童心理健康方面的朋友具有参考价值。对我来讲，虽然自己并非从事心理咨询方面的工作，但这种隐喻故事的解读及创作之法，仍为我们阅读文学作品时，如何寻找辨别文中的隐喻含义开启一扇窗口，如同构建和拆解。也为我们提供观察文学作品中隐喻元素应用的含义与现实沟通提供了方法和模式。---故事式隐喻，这种表达真是非常有魔力。在我的理解中，构建隐喻故事，其实也是中止当前故事---继续前行---将现实人格视野中的情境放入故事的视野里的过程。有点像玄幻小说里，创造的各种属于自己的“神界”“灵域”等，然后在这样的封闭空间场中，继续编故事，使故事结构符合当前所需的心理结构（同态），使故事人物、元素和过程与现实人物的活动元素找得到对应关系（同形），并在这一过程中，同步发展，为人物找到一条出路（同行），最后升华这个故事，回归意识中的认同，得出正向而“彻底”的治愈。---文学作品这样构建的过程其实也非常符合我们阅读时心理过程。比如在阅读玄幻小说时，人物主角出场通常非常弱小又倍受欺凌，但主角从不气馁，也从不放弃，努力拼搏再加各种机缘巧合，最后修得一身奇功，成为战胜自我，拯救自我，最后拯救世界的英雄人物。一如这般的构建故事，其实也是个人心理能量的不断加强的过程。对心理辅导性质这样有治疗目的编制故事，当然也需于治疗者的心理细节上的互动互补而特别量身定制。所以，这样的故事隐喻式辅导，针对性非常强，一旦对症下药，则有效而意义深远。可以仔细研读。

2、不论是大人还是孩子，都喜欢听故事，只不过孩子用童话来满足，而成人则读的是小说，但归根结底，这都是一种故事的形式。以前读书，我们会觉得这本喜欢或者那本不喜欢，催促我们读下去的是一种朦胧的内心需求，我们只是觉得自己喜欢的书中有自己想要的关于人生的答案，有我们对于生活方式的认同感，说到底，我们是在书中寻找另一个自己。在读到这本《故事咨询师》后，对于读书的一些想法才突然明晰，其实，我们所有的读书都是一种自我疗愈，谁的心中没有大大小小的伤呢？我们在书中找寻自己，在书中缝合曾经的伤口，在书中重新过一种健康的人生，虽然这些过程都是毫无意识的，但我们确实一直在故事中不停地面对着内心深处不肯面对的自己。是的，故事就是有这么强大的作用力与魔力，它简直就像是童话故事书中的魔法。一直以来，我都觉得自己是一个缺乏想像力的人，也从来没有想过自己能够编一个小小的故事出来，但是当我读到这本书时，我简直要说，这真像是一本魔法书。这是一本教你如何通过自己创作故事来自我治愈的心理书，你可以自己创作故事，你可以通过隐喻故事来走向心灵，你可以打开你的想像之门，你可以学会如何更好地面对自己。当然如果你有孩子，这些方法同样可以帮助你如何去给孩子编一个更好的故事，一个更适合自己孩子的故事，你可以带着孩子一起走向更健康的人生。书中为我们揭开了人类有始以来通过故事来隐喻人生的传统，我想这里面最典型的可以说是寓言故事吧，人类善于将生活的道理通过寓言借助各种手法道出，这在全世界都是一直发生着的。童话故事中的隐喻也是很常见的，在书中，作者将我们带进许多经典童话故事中，为我们一一解开其中深刻的内涵，让我们可以以一种全新的视角重新理解那些曾在童年感动过内心的童话，当我们带着这样的启示再去阅读时，你会发现，写故事一点儿也不难，因为你带着思索，一种对人生的思索，一种对写作的思索，而不是像从前那样单纯地为了好玩才去读故事。作者在分析隐喻故事中，更多的是选取的国外经典童话，例如《美女与野兽》，故事中几乎每个桥段都有值得我们去重新理解的心理视角，当然也选取了中国的一个童话故事来分析，两个故事一对比，我们可以看到，中国的神话故事缺乏最终的心理救赎，它并不能带给读者足够的心理启示，我想这可能与中国的哲学思想有关，中国的神话故事流传于民间，但民间又缺乏足够的思辨，导致神话故事总是以悲剧收场，而国外的童话故事，多以救赎收场，这也是我们读国外的童话让人感觉美好的缘故。作者是资深心理咨询师，他们通过重新创作隐喻故事来帮助学生重新解读自己的人生，并引导孩子最终走向有答案的结局，这样的辅导显然更易让孩子们放下戒备从而直面自己的内心。关于如何创作隐喻故事，其实也是有规则可循的，九格创作法，可以带我们走进一个全新的写故事的视角，一步步，一层层，写故事，只要你找到规律，就是一件轻松的事情。这本书，能量充足，错过实在是可惜。



3、《故事咨询师——心理辅导的隐喻操作》这本书开篇所勾勒的画面——“围着篝火讲故事”顿时把人带入一个特定的情境。当然，这并不是虚幻的构造，而是古时原始人的传统。只不过，放在今天的语境中，就有了让人莫名感动的气息和温暖。故事也被称之为“隐喻”，在故事中所描述和传递的感受自然而然地具有了让人心灵相通的魔力。隐喻本身是安全的，所以才敢触碰情绪，又因为可以碰到潜意识，所以有了疗愈的功能。之前很早就知道以故事进行心理疏导的范式，读这本书就是为了更深入更全面地加以了解。作为隐喻故事的构成，在王理书老师的概括下有三个必要条件：一是构成与主角对称的“同态体”，而是要有提供困惑解答的“通路”，三是涵盖许多层面的“彻底的故事”。澳大利亚故事医生苏珊·佩罗的解释则与前者对等地分别概括为“隐喻”、“情节”和“解决方案”。我认为更为重要的如作者所言：“倾诉与聆听是每个人内心深处的需求。当我们分享一个重要的故事时，就有了彼此结合的经验，这是一种内在的联结，让我们相互之间有了更多的了解。你永远不知道自己会从故事里学到什么，感悟到什么，或者借由故事的倾诉与倾听，你可能创造多么深刻的亲密的关系。”对于心理治疗而言，故事的作用是一种外化，将问题外化成与自身无关的故事，再通过故事的发展出新的观点，看待原有问题，探索出路。就我的理解而言，前面所说的三个必要条件是非常简洁的。但是后面谈到的隐喻故事九宫格创作法反而搞得有些云山雾罩，故事层次三格（隐喻、进程、结局），故事发展三格（资源、关系、转化）、故事脚本三格（困局、成长、存在），单就每个层面还比较能够理解，但是这三个基本层面之间的关系，书中自始至终没有交待清楚。从整本书的编排来讲，还存在一定的重复和层级不清的问题，希望能有机会重新梳理。

4、最早把隐喻故事用作心理治疗的是催眠大师米尔顿，“隐喻（metaphor）”一词源自希腊语metaphora，是“传递”的意思，利用这个理论他认为各种隐喻故事既沟通意识又沟通无意识，我们能从故事中找到现实的对应，也即是深层的无意识被传递出来，借由我们最喜爱的故事。《故事咨询师：心理辅导的隐喻操作》这本书也是从这个宗旨出发，给我们介绍了隐喻故事辅导的传统、方法和基本模式，以及在心理健康教育中所发挥的作用，隐喻是一种神奇的东西，它充满着想象力，首先是让我们与故事相连，进而在情节本身的张力之下，我们被感动被侵入，然后是失衡，再而是寻找平衡的解决方案。而一个治疗性的隐喻故事，要有两个条件，第一个是隐喻故事要与当事人的世界有一种联系，形成对称的“同态体”，第二是隐喻故事要为当事人找到一条可能性的出路，最后便是解决方案，个人觉得非常有趣，书中的第二篇给我们列举了隐喻治疗的案例，如何帮助孩子疏导情绪、战胜脆弱等，其实隐喻故事对于孩子的功效特别好，毕竟成年人的话，性格很多时候都已经固定下来，而小孩子则不同，他们喜爱故事，他们从故事中学习知识、想象力，也被故事改造着心灵，让他们重新找到自己。作为成年人，我们在创造故事中释放自己的潜意识，例如书中针对治疗者的一句“但美好多于痛苦”判断到治疗者心中有痛苦的经历，真的非常微妙，我们的情绪或者潜意识总是会在自由的写作中凸现出来，这是我们需要抓住的，另外就是为什么说写作有治疗的功效，因为其中包含着释放和治疗的功效。By江焕明

5、“人们对隐喻故事有着与生俱来的热情，似乎听故事和讲故事也是人的本能。”我认为，这种以隐喻故事进行心理干预的对象应该更适合儿童吧。因为，喜欢听故事并能从故事中得到教益是儿童的天性。“智慧的贫乏就是故事的贫乏”，我不是一个会讲故事的人，所以，我很羡慕讲故事的能力，但我又没有耐心听故事。所以，读本书的一个个故事对我来说犹似折磨。在我看来，这种心理辅导是非常专业的一项工作，要想普通人针对心理问题灵活地编造故事去进行疏导，那真是难于上青天了。不过，通过本书可以了解这种重要的心理辅导方式，从而提高认识，对于自己的生活和对孩子的教育还是很有助益的。作为作用于潜意识的隐喻故事，其本身就是一种高效沟通、绝对说服的管道。他最重要的一点就是避免了传统的讲故事说教的特点：总是在故事的结尾联系听众的不足和弱点，并提出改进的要求和建议。这样，无形中就把需要帮助者置于对立面，功利色彩太浓厚，容易激发对立情绪和逆反心理，所以，教育的效果就要大打折扣了。而这种隐喻故事，表面上就是讲一个故事，但是其中的要素和当事人的世界形成一种对称的“同态体”，非常巧妙地把当事人的情绪隐藏在故事里。所以，表面上在听故事，而潜意识接收到的却是隐藏在故事背后的信息。会起到入耳入心，润物无声，水到渠成，豁然开朗的效用。也就是说，隐喻提供的是一种与深层自我连接与沟通的有效方式，隐喻故事可以很好地同理和陪伴当事人，故事的发展又可以为问题的解决提供新的可能性。借此，我们可以接触到自己原本具足的积极生命能量，从而激发自己，力争上游，激流勇进。台湾地区的绘本培训辅导师“傻姑”说的非常好：“真正接纳自己之后，觉得够了，就不需要再汲汲营营地外求，能够在平凡、平淡的生活里，自得其乐！”书的目录把每节的标题都列出来，能概览全书具体内容，便于查

找，以读者为本，非常难得。左页脚标明书名及页码，右页眉标明篇名及页码，阅读非常便利。这种页码设计非常新颖，也提升了书的版式设计档次。文字指瑕：1.第 页末行，“希望对有志从事隐喻故事心理咨询的朋友具体参考价值”中，“具体”疑为“具有”。2.第111页，倒数第四行有“用视觉、听觉、感觉等多种感官”，“感觉”不是一种感官，其与“视觉”、“听觉”不是并列关系而是包含关系，“视觉、听觉、触觉、味觉、嗅觉”都属于感觉器官。

6、作为一名专职的心理咨询师，我想从以下几个方面来评价这本书。若单纯从行文及内容的角度来说，这本书的作家罗列了大量不同类型的案例，案例材料写得较详细，针对求助者编写的故事抄录得非常完整。若有读者想要根据这本书自行编写一些故事，操作性还是很强的。但在阅读的过程中，我内心有几点疑问越来越深。首先是信度的问题。作者声称是治疗师为求助者量身订做的故事起到了治疗作用，但在我看来，这一点值得商榷。对儿童起作用的，是否可能是治疗师的亲切陪伴与耐心引导？对成年人起作用的，是否可能是诉说心事后的轻松与情绪的宣泄？科研人员研究后发现，在心理咨询的初诊之后，绝大多数的求助者都表示自己的情况有所好转。但实际上，初诊的大多数时间咨询师都在搜集资料，真正的梳理治疗极少。这一事实充分证明了，倾诉与确定采用咨询方式进行自助本身就具有一定的心理安抚与疗愈作用。而且，在心理咨询的过程中，真正起效果的是良好的咨求关系：求助者与咨询师建立起了良好的信任关系，共同向着一个目标努力，这一关系本身就具有强大的疗愈作用。鉴于这些理由，我很难将案例中求助者的好转完全归结于故事治疗这一方式。更何况，书中不少案例的结果只有寥寥几句话，比如不爱学习的孩子开始好好做作业，一些案例没有求助者反馈，更有甚者，有些案例的求助者给出的反馈是负面的（《花儿为什么这样红》一篇），可治疗师却在尽情地自说自话，按自己的逻辑理解求助者的反应……其次是效度的问题。正如我上文所说的，不少案例缺乏求助者反馈的结果，就算有反馈，大多数也是短期反馈，我基本没看到哪个案例有追踪求助者的后续情况。在这种情况下，我们几乎无法判定这一疗法的效度。一个真正有效的治疗，不仅在治疗的过程中与结束时反应良好，更应该有持续的效果，因此，心理治疗常常一个长期持续的过程，根深蒂固的心理问题几乎不可能在一两次治疗中就得到解决。但纵观这本书，大部分的治疗看起来都只有几次，而且，大量的案例与内容似乎是来源于作者建立的一个心理治疗团队，在团队互动的过程中产生的。团体治疗是一种非常有效果的治疗技术，它的治疗作用在团体互动的过程中与团体成员的人际关系之上，但引导、把控团体治疗对一个咨询师来说是非常大的挑战。可是，书中的行文给我的感觉是，该团体更像是个一对多的课堂，由治疗师逐一与成员对话交流。作为一个心理咨询师，我秉持的是人本主义与存在主义的的心理治疗理念，治疗过程中十分注重帮助求助者理清自己的认知行为模式，从而发现失调的认知，进而改变它以解决问题。也许是治疗理念上的根本不同吧，我对于故事、意象等治疗方式一直持保留意见。很遗憾，这本书依然没能改变我的观念。文/曹怀宁 2014.07.28

7、中国式的心理学被民众广为接受的就是“算命先生”，经常看到街头摆个摊，弄出八卦小本来，写写画画，看看手掌，就给人“算命”了，其实停下来我们发现这些找算命的人都是一些近期有心理情绪或者生活中遇到一些难事的人，他们可能无法和亲人讲述，找了“算命先生”开导开导就好了。心理学应该是源于西方的一门学科，不过因为中国快速的经济社会发展，高节奏的生活和生存压力，也滋生出越来越多的问题，而中国的心理学也真正发展起来，当看到这本《故事咨询师》的时候真是眼前一亮，这又是不曾涉猎过的心理辅导的方面。我看过一些心理学方面的书，还有一本《重口味心理学》，多是分析一些在人们看来很不可思议的心理疾病，而这本《故事咨询师》写的是专门运用故事这个看起来很不起眼的手段，治疗各类心理疾病的案例及分析。因为我有孩子，也曾经是孩子，听故事讲故事是必修课，特别是养育孩子的这几年，接触了世界上各个国家的优秀绘本，它们都是非常好的故事，而我以前并不知道故事还有这么多的“疗效”，《故事咨询师》列举了很多用故事隐喻治疗的个案举例，可以帮助愤怒孩子情绪疏导、帮助孩子战胜脆弱、化解异形恐惧障碍、对自卑孩子进行心理辅导……我们的孩子或许会出现这样那样的问题，作为家长我们可以按照书中的方法进行隐喻故事的创作与互动。在书中我们除了能够掌握一些比较实用的讲故事的技巧和方法，还可以了解隐喻心理辅导的现状、心理分析、种类、作用等，对这个全新的领域有比较深入的了解。

# 《故事咨询师：心理辅导的隐喻操作》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)