

<<赌博心理治疗>>

图书基本信息

书名：<<赌博心理治疗>>

13位ISBN编号：9787040212488

10位ISBN编号：704021248X

出版时间：2008-1

出版范围：高等教育

作者：杰夫瑞斯

页数：152

译者：田娟娟

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：<http://www.tushu007.com>

<<赌博心理治疗>>

内容概要

本书围绕目前流行的赌博和打赌问题，利用两个虚构但又生动的案例，运用以人为中心的方法，通过对详细的面谈和督导的描述，为读者展现了以人为中心方法以及作者本人的无穷魅力。

书中详尽的理论、生动的案例、实用的技术，带给读者更多的思考、体验和探索，并使读者从中有所收获。

本书适用于正在学习咨询心理学的人员和各种机构中从事心理咨询的人员，也为赌博者矫治赌博问题提供了非常有益的参考。

<<赌博心理治疗>>

书籍目录

中文版序言 序言1 序言2 前言 关于作者致谢 导言 赌博和打赌 当赌博和打赌成为问题时 赌博问题有多严重？

以人为中心的方法 督导第1部分 赌博习惯 第1章 咨询面谈1：来访者介绍他的赌博行为 第2章 咨询面谈2：来访者尝试改变他的赌博模式 督导：被督导者从他自己的玩投币机经历中学习 第3章 咨询面谈3：现在和过去的赌博经历 第4章 更新 咨询面谈7：赌博者内心不想去赌博的自我感受 咨询面谈8：赌博的满足感——不只是赢钱 第5章 咨询继续 咨询面谈12：探索和赌博有关的体验 反思 第2部分 打赌习惯 第6章 情景设置 咨询面谈1：我需要帮助吗？

形成咨询关系 第7章 咨询面谈2：取得一点胜利，“打赌不是问题”，还有保密性的问题 督导：被督导者对他的一致性表示质疑 第8章 咨询面谈3：来访者的妻子加入 第9章 咨询面谈4：挣扎地接受停止打赌的需要 第10章 更新 咨询面谈8：来访者更沉着，更爱思考 第11章 帕特对罗布咨询的反思 罗布对自己咨询体验的反思 作者的结语 附录 “改变周期”模型 参考文献

<<赌博心理治疗>>

章节摘录

咨询面谈1：来访者介绍他的赌博行为。马克斯坐在等候区的椅子上，觉得有点焦虑。他环视了一下周围，这里看起来相当忙碌。

一个年长的妇女坐在他的对面。

她一头白发，穿着浅褐色的外套，低头看着放在膝盖上的双手。

自从他坐在那里后她就基本上没有动过。

在那位妇女旁边坐着一位秃头的超重的男性，从他的胃部形状来看好像很能喝酒。

在他的左边，坐着一位十分消瘦的年轻妇女，旁边放着一个婴儿车。

婴儿车里的孩子十分安静。

在他的右边，是一个正在读报纸的男性，看起来十分放松。

没有一个人说话。

马克斯是因为他的赌博行为来找咨询师的，他也在想着其他等候的人都有什么样的问题。

在墙上有一个标志：“心理治疗”。

马克斯想着导致他来到这里的情况，那是一个很长的故事。

他想自己必须求助于要见的这个人来解决这个问题——这个人的名字是克莱夫。

他们通过电话，并且感觉还好。

克莱夫并没有问太多的问题，他更关心的是马克斯想要从咨询中得到什么而不是过去在他身上发生了什么。

这也并不是像马克斯所期望的那样。

克莱夫说了什么呢？

是这样的：“那么，你感觉受到一些让你有很好感觉的事情的困扰？”

在这之前，马克斯已经对不能改变自己的赌博行为做出了一些评论，有些事情是他确实不想改变的，至少，他不想失去赌博带给他的那种感觉，而且不仅是感觉，还有那种生活方式、那些朋友、那种气氛、那种愉快等所有和赌博联系在一起的事情。

一个男人走进等候区，马克斯一眼就看到了他那张黑色的脸。

他对黑色人种没有什么成见。

但不知何故马克斯很惊讶，他一直认为这里的工作人员应该是白种人。

他不确定是为什么，他只是这样想着。

可能是因为他自己生活的地方，尽管他有来自其他种族背景的朋友——但大多数是白人。

他听到那个人叫他的名字。

“是的，我在这里。”

“他站起来说。”

“你好，我是克莱夫，我们在电话里谈过。”

“那人在马克斯走近时伸出了他的手。”

“你好，我是马克斯。”

“克莱夫点点头说，‘跟我来，你要来点茶、咖啡或者其他什么吗？’”

“‘不用了，谢谢。’”

“‘好吧，来这边吧。’”

“克莱夫走进咨询室，马克斯紧跟其后。”

“请坐。”

“马克斯看了看两把椅子，回过头来又看了一下克莱夫，想看看他会坐到哪个椅子上。”

“随便哪个，由你决定。”

“马克斯走向靠左边的椅子，那个椅子更靠近门，并且方向是正对着门的，就像是他可以直接穿出门去。”

他脱下夹克，把它挂在椅子的靠背上并且坐了下来。

“我们在电话里谈过有关你希望从咨询中得到的东西，并且我也解释了保密性的问题。”

<<赌博心理治疗>>

我们也把简介寄给你了是吗？

” 马克斯点点头。

“ 你还有什么问题吗？

还有不确定的问题吗？

” 马克斯摇摇头。

“ 椅子舒服吗？

你觉得像这样安排可以吗？

” 马克斯点点头。

他对于将要发生什么有点不确定，但是觉得坐在那里感觉很好。

以前他也去咨询过但是实际上没有太大的帮助。

但那时候也是他不想真正发生改变的时候，他谈论有关他的赌博问题但是咨询师的目的是尝试让他接受他不得不停止赌博了。

他认为不是这样，他确定他能够控制这样的情况。

他去赌博的唯一原因就是因为他们存在经济上的问题。

他向克莱夫提到了这些，克莱夫告诉他，听起来你好像更需要去找一位经济学顾问或者一位债务学顾问——他们应该在公民咨询部——而不是一个治疗咨询师。

克莱夫解释了两者的不同之处，让他能够分别理解。

马克斯这次是被他的全科医生转介到这里的。

他觉得很沮丧——事情进展的并不是很好，有一点不幸运的趋向——已经发生了，因为赌博引起了一些家里的问题。

为了保持和睦，也因为他低落的情绪，并且为了要摆脱困扰，他最终决定投入工作，所以当他见到咨询师时向他提到了这些问题。

他以前是一个广告公司的经理，十分有创造性的工作，收入也不错。

这就是问题的一部分。

从他成为一个青少年后，他从来没有能够真正依赖过钱。

在码头紧里边拱廊的娱乐场里，和他的一些伙伴在一起，所有的一切就开始了。

去一些能去的地方，做一些能做的事情。

他们所做的一切，从来都看不出问题；不，是压根就看不出问题来。

想起来都有点可笑，不过的确是……当他想起以前的那些日子，那些疯狂的日子时，他笑了。

克莱夫注意到马克斯笑了，“你看起来沉浸在一些想法中，并且它让你笑了。

” “ 嗯？

哦，是的，是的，想起了过去。

” “ 有关过去？

” “ 是的，想到了开始赌博的时候。

” “ 哦，想到了开始赌博的时候。

” “ 好像是很久以前了，然而一点也不好。

” 他摇摇头。

“ 你知道，我的生活成为一系列不同的赌博经历，当然还有其他的一些东西，但是赌博已经成了重要的事情，并且不断地发展。

它并不是问题，直到它突然变成了问题，虽然欠了钱，但是认为下次打赌就会赢，往往是再来下一次的赌博。

有时候是的，有时候的确赢了。

但通常都没有赢。

但是过后，还是相同的想法，你是不幸运的，你找到了一些可以责怪的原因。

可能牌是被打乱了重新洗的之类的原因。

但是你认为下次一定可以赢。

你必须赢，你必须赢。

<<赌博心理治疗>>

那是一种毒药，人啊，那确实是。

” 马克斯又一次摇摇头。

“ 但是你没有看见它，只是带着笑又一次和伙伴们开始，就是这样。

” “ 那就是你怎样开始的，带着笑和你的伙伴们一起。

” 咨询师强调了来访者最后所说的那句话并保持和他的进程一致，而没有拉来访者回来关注他前面所说的，只是随着来访者自己的进程前进。

有时一个共情反馈的总结是很有价值的，也有时最好和来访者的进度保持一致，以便继续跟着他们自己的思路、感觉和经历走。

马克斯点了点头。

“ 我们放学后朝那边走，在该去学校的时候还待在那里，甚至还在娱乐场里过夜。

有时候玩游戏能够赢钱，但不是经常能。

赛车实在是能吸引人的游戏。

国际汽车大奖赛、长程赛车，还有战斗游戏，无论是什么都很让人兴奋。

” 他停顿了一下说，“ 其实，通过玩游戏来赢钱并不是首要的动机，而是为了有欢笑、有快乐、有让人兴奋的感觉，你明白吗？

我们四处混，有时还会被人赶出来。

但是我们还会去其他地方——你知道吗，除了住在海边还有很多可以选择的地方。

这些地方灯火通明，十分热闹。

” 克莱夫点点头，他能够意识到这种吸引。

“ 是的，一些能去的地方也让你觉得迷恋，它给你一种兴奋的感觉。

”

<<赌博心理治疗>>

后记

生活就是赌博，在我们做出选择和决定的时候要不断地平衡各种风险。

生活是不确定的，我们在努力增加自己偏爱的事情的可能性。

即使它并不现实，我们也想要对它感觉更确定。

这是人类的天性。

这一切是从哪里开始的呢？

孩子看到雨点从窗户上滑落，会想哪个雨滴会先到底部。

或者，如果我哭了某人是不是会来？

人之所以为人本身就是一件有风险的事情，“我要尝试，我会很受鼓励，但我会跌到。

”“可能我抓住一个人的胳膊会容易些，我站起来的可能性就会大些。

”倒不是这种想法正在趋向词语控制化，这里还包含着一种本能。

之后，说的话可能就是，“我能不能手放开自行车，而让车子依然保持稳定不摔倒？

”整个生活中我们都在冒险，都在赌博，因此就不会惊奇赌博和打赌是人类经历中如此重要的特征之一了。

写这本书我感到很高兴，我觉得马克斯和罗布两个角色在努力让自己的生活变得有意义——过去、现在和未来。

他们有不同的生活经历以及赌博和打赌的原因，每个人都把赌博和打赌的经历与行为作为自己的意义所在，就是这样。

人们是不同的，选择某一行为有其特定的原因——有时候是有意识的，有时候是出于本能，但通常是从过去的经历和现在的期望中条件反射而来的。

有时候是出于对某种特定情境的反应，有时候是通过时间累积起来的。

以人为中心的咨询师很有兴趣理解来访者所想到、感受到和体验到的内容。

无论他们暴露的内容是什么，咨询师都在温暖地接纳来访者的同时表达着这种理解。

赌博和打赌在人的生活中有什么目的？

对他们来说意味着什么？

如果没有赌博和打赌，他们会失去什么？

这可能掩饰了什么——拿掉这些掩饰，还剩下什么？

改变的动机是什么？

是什么让他们从改变中又回到原来？

既然赌博和打赌会引起很多问题，那是什么让一个人还想继续保持这种习惯呢？

还有，如果问题是针对其他人的，他们自身并没有体验到这是问题该怎么办？

当赌博者觉得他们做的事情或者事情产生的后果让自己不舒服的时候，赌博和打赌才真正成为一个问题。

在不舒服出现之前，当事者并不觉得这是一个问题。

它可能是不舒服的情绪，但更可能是不舒服的想法。

无论这种不舒服在什么方面，都要将其呈现给个体，他才能开始想要改变，或者在改变之前，开始思考这件事情或者需要不同对待的事情。

许多年轻人由于条件反射而进入更紧张和更广泛的赌博环境中。

这样的结果是他们将来会变得更加投机。

我想也不是没有理由总结出，有更多赌博的机会，也将会有更多赌博的存在，更高的风险也会把人们吸引得更深，有一大堆的理由。

赌博业想要吸引更多新的人，因此也必须提供给人们所追寻的：暴赢的承诺；足够的小赢让他们着急且带着希望；兴奋，炫目，刺激的感受；他们可以购买产品；把赌博的过程从花钱的意识中分离出来的体验；开始小赢但逐渐发展成更大的赌注、更大的输赢——与从软毒品到硬毒品的引诱有什么不同吗？

当然人们有权利做自己的选择，同时人们也必须为这些选择负责任，这些选择也要经得起诱人的吸引

<<赌博心理治疗>>

。这些好像不是学校里教的东西。
我们是社会的消费者，所以必须学会成为一个消费者，而且我们被告知，消费的越多就越快乐。现在我们可能已经得到了某些痛苦的教训——这可能是个谎言。
打赌或赌博很多，但没有让我们更快乐。
从一些十分巨大的彩票赌家损失惨重的生活方式的改变中我们明白，赢不总是玫瑰床。
不知道曾经有多少人对我说过，他们愿意更多地待在那儿，中个小奖、可能最多的是一百万，也足以让一个人过上完全不同的生活。
但即使实现这一点也是不够的，因为其中需要应对的问题太多了。
赌博是有关想法的，如果赢了我们会感觉不同，而且还会持续。
但事实并不是这样的，问题赌博者还需要再赢，重温那种体验，一次又一次地想要找到那种感觉。
赢给人一种体验，那是它带来的东西。
那是真的产品，一种体验，一种感觉良好的因素，或者至少是一种承诺。
对一些人来说，对赌博和打赌感觉激动就足够了，赢被看作是一种奖励；对另一些人来说，赢是他们关注的焦点。
这本书主要写了以人为中心方法如何对赌博和打赌习惯成为问题的人进行咨询，我希望这本书可以帮助大家对这方面有个清晰的理解。
克莱夫和帕特两位咨询师也会犯错误，也会在督导中讨论他们的过程。
咨询是伴随着一生的学习过程。
对以人为中心的咨询师来说，学习要非常聚焦于他们自己，要确保把自己的一致性带到和来访者的关系中，同时也要确保敏感的共情，并能让来访者感受到温暖的接纳。
有时感觉我好像一遍又一遍都说着相同的事情，每次都像在玩弄词句。
然而我们不能避免以人为中心咨询的基本性质和以人为中心的督导事实，主要是要确保治疗师能够为他的来访者提供治疗条件。
这本书中的两个情景包括了很多的方面，当然还有其他形式的赌博需要强调——比如说宾果。
另外，两个来访者都是男性。
赌博和打赌有固定的模板吗？
和男性相比，女性赌博会有不同的原因或者不同的方式吗？
在多大程度上两者是可以转换的？
随着网络赌博的出现，我们会看到在女性中出现不同的赌博模式吗？
随着互联网赌博的逐渐上升，可能另一种狡猾的——或者不那么狡猾的——条件，会让人们寻找到特定形式的兴奋。
这些游戏中打赌的结果可能已经发生了，如果还没有，那么我肯定在引进这种游戏不久之后也会发生。
。我真的很担心人们被更广泛的打赌和赌博文化所影响。
我不是想要禁赌，我说过，这是人类的一种本能体验。
生活中总是有打赌和赌博，可笑的是，它确实给了我们一系列的体验，这些体验都让我们觉得很满足。
。可是这也是一种剥削，人们也会受到伤害。
如果这种影响能减少，那么在文明的社会中这肯定是一个主要的目标。
我保证在未来的几年到几十年里，会看到咨询师处理越来越多有赌博问题的来访者。
我无法想象从早年就有根深蒂固的赌博习惯的人会是什么状态。
我想看到以人为中的方法被认为是一种可信的方法，不仅是作为一种治疗形式，也要作为一种适应社会需要或者至少是需要记住的价值和原则体系。
以人为中心的理论主张一致性、真诚、真实、透明的重要性，好像这个方法也包容那些似乎是十分相反的方面。
看起来以人为中心方法的关系成分是基于核心条件而存在的，当与隔离感相反时，这种关系成分会强

<<赌博心理治疗>>

烈出现。

隔离感经常伴随着较深的心理和情绪问题。

咨询关系的概念在我们熟知的以人为中心方法的早期发展过程中是一个非常重要的驱动力。

罗杰斯在1942年这样谈及咨询关系：“在咨询关系中，温暖的接纳和咨询师不施加任何强迫或者压力以使被咨询者能最大程度地表达其情感、态度及问题.....在定义完善的框架中，在对完全情绪自由的独特体验中，来访者可以自由地认识和理解他的冲动和模式不论这是积极的还是消极的，就像没有处任何关系之中一样” (Rogers,1942,pp.113-14)。

和有赌博问题的个体或来访者工作，就像和有其他任何问题的来访者工作一样，要形成治疗关系，并带着越来越多的开放和真诚，给来访者提供时间和空间来探索他们的体验。

以人为中心的咨询不会采取“治疗问题赌博”的观点，而是形成一种治疗关系，这种治疗关系能够让来访者通过现实趋向的过程进行自我指导的结构性人格改变。

当来访者更真诚地意识到自己、减少“价值条件”的影响、重新评估自我感的时候，为了改变原有行为建立新的行为，他们可能更努力地改变行为，这种新的行为会更接近于满足他们正改变着的自我感的需要。

当来访者意识并理解他们问题赌博的原因、开始放松控制时，赌博行为就会改变。

还有可能的是，这种改变是以可持续的方式进行的，因为它是由心理和情绪改变驱动的，它本身是实现趋向在以人为中心的治疗体验中运作的结果。

<<赌博心理治疗>>

编辑推荐

《赌博心理治疗》是由高等教育出版社出版的。

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:<http://www.tushu007.com>