

站内搜索:

网站公告

- [2014/04/12] [提交作业注意事项](#)
- [2012/09/30] [网站公告](#)
- [2010/03/16] [“青年教师教学基本功大赛”心理学院预赛圆满举行](#)
- [2010/03/16] [心理学教学团队获批为国家级教学团队](#)
- [2010/03/16] [心理学实验教学中心获批为省级实验教学示范中心](#)
- [2010/03/16] [哈佛大学Helen Haste教授来心理学院讲学](#)
- [2010/03/16] [美国俄勒冈大学教授米勒来心理学院讲学](#)
- [2010/03/16] [加拿大艾伯塔大学Das教授报告](#)
- [2009/07/29] [陕西省初中心理健康骨干教师培训班在我校举行](#)
- [2009/07/29] [著名心理学家林崇德、申继亮应邀来我校指导工作](#)
- [2009/06/26] [莫斯科心理师范大学老师来陕西师范大学交流学习](#)
- [2008/11/01] [网站公告](#)
- [2008/08/26] [中国科学院关于科学理念的宣言](#)
- [2008/06/26] [中小学教师职业道德规范\(全文\)](#)
- [2008/06/16] [大学毕业生调适优化就业心理的10条建议](#)
- [2008/06/12] [网站公告：“心仪信箱”功能说明](#)

[更多>>](#)

友情链接

- 青春励志故事
- 天津师范大学心理与行为研...
- 教育部高等学校心理学教学...
- 精品课程资源库
- 中育网(青少年心理健康教...
- 中国教育科研

人本主义心理学之父：卡尔·罗杰斯

阅读次数: 2321



卡尔·罗杰斯(Carl Rogers,1902-1987)是美国心理治疗学家,人本主义心理学的创建者之一,非指导式咨询(受辅者中心疗法)的创始人。他出生于伊利诺斯州芝加哥郊区。他先入威斯康星大学学农,后为了从事基督教研究和牧师职业而专攻历史。1922年他曾以代表身份赴北京参加国际基督教联盟大会。1924年于威斯康星大学毕业后,他又进入了当时比较自由的纽约市联合神学院。在那里,他开始接触临床工作,很快发现咨询比宗教工作更符合他的志趣,于是又赴纽约哥伦比亚大学专攻临床与教育心理学。1931年获博士学位。后又到罗彻斯特担任社区辅导诊疗工作。1938年任罗彻斯特儿童指导中心主任。1940年任俄亥俄州大学心理学教授。1944-1945年任美国应用心理学学会主席。1945年任芝加哥大学心理学教授,并创建心理咨询中心。1946-1947年任美国心理学会主席。1956年获美国心理学会杰出科学贡献奖,1957年他又返回威斯康星大学任教,形成了受辅者中心治疗的整个理论体系。1962年至1963年任斯坦福大学行为科学高级研究中心研究员。1964年转加利福尼亚州西部行为科学研究所任常务研究员。1968年另建关于人的研究中心,并任常务研究员。1972年又获美国心理学会杰出专业贡献奖。

罗杰斯的心理治疗观点

罗杰斯的突出贡献在于创立了一种人本主义心理治疗体系,其流行程度仅次于弗洛伊德的精神分析法。罗杰斯认为每个人都生而有之地具有自我实现的趋向,当由社会价值观念内化而成的价值观与原来的自我有冲突时便引起焦虑,为了对付焦虑,人们不得不采取心理防御,这样就限制了个人对其思想和感情的自由表达,削弱了自我实现的能力,从而使人的心理发育处于不完善的状态。而罗杰斯创立的受辅者中心疗法的根本原则就是人为地创造一种绝对的无条件的积极尊重气氛,使受辅者能在这种理想气氛下,修复其被歪曲与受损伤的自我实现潜力,重新走上自我实现、自我完善的心理康庄大道。

罗杰斯坚持以个体心理为中心的研究,以心理治疗的经验论证了人的内在建设性倾向。他认为心理治疗的实质就是重建个体在自我概念和经验间的协调,就是与来访者共同创建一种安全和自由的治疗关系,使来访者在这种关系中积极地接纳自己,成为他的真实自我。

罗杰斯认为心理咨询师应该持有这样一种态度:如果能够提供某种类型的人际关系,那么对方就会在他身上发现运用这种关系来促进成长的能力,同时也就会产生个人的变化和发展。罗杰斯将这种人际关系称为助益性的人际关系,并提出助益性人际关系的三个特征:(1)彼此间真诚透明(2)相互接纳(3)深入的理解与共情。只要治疗师具备这三个条件,并且在一定程度上被当事人所准确感知,“治疗的时刻”就会出现。

在罗杰斯看来,来访者在心理治疗中会经历五个阶段的变化:(1)来访者的自我变得较为开放(2)来访者的自我变得较为协调(3)来访者更加信任自己(4)来访者变得更适应了(5)来访者愿意使其生命过程成为一个变化的过程。

罗杰斯还将心理治疗的经验推广应用于教育、人际交往、家庭生活和创造过程等领域,产生深远影响。

罗杰斯的教学观

关注促进学习而不是教学功能的教师,在组织安排自己的时间、精力方面,相当不同于传统的教师所采用的方式。学习促进者不是把大量时间放在组织教案和讲解上,而是放在为学生提供学习所需要的各种资源上,把精力集中在简化学生在利用资源时必需经历的实际步骤上。

1.提出了意义学习的学习观。罗杰斯把学习分为两类,一类是无意义音节学习,一类是意义学习。他认为对学习有

- [国家精品课程资源](#)
- [中华人民共和国教育部](#)
- [加州伯克利心理学系](#)
- [美国心理学会](#)
- [国际心理科学联合会](#)
- [香港中文大学心理学系](#)
- [东南大学学习科学研究中心](#)
- [华中师范大学心理学院](#)
- [西南大学心理学院](#)
- [华东师范大学心理与认知科…](#)
- [浙江大学心理与行为科学系](#)
- [北京大学脑科学及认知科学…](#)
- [北京大学心理学系](#)
- [北京师范大学发展心理研究…](#)
- [北京师范大学心理学院](#)
- [脑与认知科学国家重点实验…](#)
- [中国心理学会](#)
- [中国科学院心理研究所](#)

真正价值的则是意义学习。他认为意义学习应具有以下要素：(1)学习具有个人参与的性质；(2)学习是自我发起的；(3)学习是渗透性的；(4)学习是由学生自我评价的。

2. 人类生来就有学习的潜能，教育应以学习者为中心，充分发挥他们的潜在能力。教师应由衷地信任学生能够发展自己的潜在能力，教育的目标应当以学习者为中心，充分发挥每个学生的潜在能力，使他们能够愉快、创造性地学习和工作。

3. 教师是学生最重要的资源，要为学生提供知识、技术和理论方面的资源，而不是把它们强加于学生。同时，教师应按照学生的本来面目接纳和理解学生。教师的任务在于创造一种能促进有意义学习得以发生的课堂气氛，使学生在教学情景中感到自信、轻松和安全，这是实现以学习者为中心的教學的前提。

4. 构建真实的问题情境，提倡从做中学，让学生直接体验到社会问题、伦理和哲学问题、个人问题并最终解决这些问题，激发学生学习动机，鼓励学生自由探索。

5. 强调学习过程中学生的主体地位，教师是学生学习的促进者。

6. 认为学习过程应是学生获得相应学习方法、促进其健全人格形成的过程，反对把学习过程简单地理解为获得某一知识的过程。并提出了“同伴教学”、“分组学习”、“交朋友小组”和“探究训练”等促进自主学习的方法

罗杰斯对行为科学的态度

在罗杰斯看来，科学本身永远无法脱离个人价值的选择而独立存在，但个人价值的实现又要依靠科学；个体选择的目标，必然始终存在于作为实施工具的科学之外。这意味着，具有主观选择能力的人能够而且始终独立于他的任何一种科学追求，能够而且始终先于他的任何一种科学工作而存在。

主要著作：

《咨询与心理治疗》（1942）、《受辅者中心治疗》（1951）、《论人的成长》（1961）、《学习的自由》（1969）、《罗杰斯论交朋友小组》（1970）、《罗杰斯论个人权力》（1977）、《一种存在的方式》（1980）和《20世纪80年代的学习自由》（1983）等。

人物名言

生命的过程就是做自己，成为自己的过程。 —— 卡尔·罗杰斯

[\[关闭\]](#)