

曾文星教授心理治疗丛书

PSYCHOTHERAPY:
Practice and Interview

心理治疗： 操作与会谈

曾文星 © 编著



北京大学医学出版社

曾文星教授心理治疗丛书

心理治疗：操作与会谈

Psychotherapy: Practice and Interview

曾文星 编著

北京大学医学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

心理治疗：操作与会谈/曾文星编著. —北京：北京大学医学出版社，2008.10

ISBN 978-7-81116-188-5

I. 心… II. 曾… III. 精神疗法 IV. R749.055

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 132808 号

心理治疗：操作与会谈

编 著：曾文星

出版发行：北京大学医学出版社（电话：010-82802230）

地 址：(100191) 北京市海淀区学院路 38 号 北京大学医学部院内

网 址：<http://www.pumpress.com.cn>

E - mail: booksale@bjmu.edu.cn

印 刷：北京瑞达方舟印务有限公司

经 销：新华书店

责任编辑：许 立 庄鸿娟 责任校对：金彤文 责任印制：张京生

开 本：850mm×1168mm 1/32 印张：13.25 字数：332 千字

版 次：2008 年 10 月第 1 版 2008 年 10 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-81116-188-5

定 价：35.00 元

版权所有，违者必究

（凡属质量问题请与本社发行部联系退换）

[编著者简介]

曾文星

本籍：台湾省 台南人

学历：台湾大学医学院医科毕业

台湾大学附属医院精神科住院医师专科
训练

美国哈佛大学医学院精神科进修

曾任：台湾大学医学院精神科 讲师

美国夏威夷东西文化中心 研究学者

世界精神医学会文化精神医学分会 会长

现职：夏威夷大学医学院精神科 教授

聘任：北京大学精神卫生研究所 客座教授

世界文化精神医学协会 会长

世界精神医学会文化精神医学分会 荣誉顾问

美国精神医学会 卓越终身院士

专长：心理治疗 文化精神医学

合著：心理治疗：原则与方法（北京医科大学出版社，2000）

心理治疗：理论与分析（北京医科大学、中国协和医科大学联合出版社，1994）

心理治疗：学说与研究（北京大学医学出版社，2005）

最新精神医学（水牛出版社，1988）

现代精神医学（水牛出版社，1994）

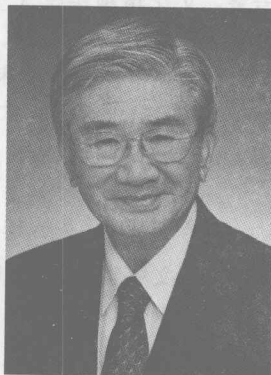
新编精神医学（水牛出版社，2003）

文静心理卫生丛书（十二册）（水牛出版社，1989 - 1996）

文化、心理与治疗（Culture, Mind and Therapy: Brunner/Mazel, 1981）

文化与家庭：问题与治疗（Culture and Family: Problems and Therapy: Haworth, 1991）

文化与司法精神医学（Cultural Competence in Forensic Mental Health: Brunner-Routledge, 2004）



- 适合文化的健康医疗 (Cultural Competence in Health Care: Springer, 2008)
- 专著: 文化精神医学大全 (Handbook of Cultural Psychiatry: Academic Press, 2001)
- 文化精神医学临床指南 (Clinician's Guide to Cultural Psychiatry: Academic Press, 2003)
- 编著: 心理治疗普及丛书 (十本) (北京医科大学出版社, 2001-2002) [简
体版]
- 心理治疗普及丛书 (十本) (香港中文大学出版社, 2004) [繁体版]
- 曾文星教授心理治疗丛书 (六本) 北京大学医学出版社 (2008)
- 主编: 华人的心理与治疗 (北京医科大学、中国协和医科大学联合出版社, 1997)
- 合编: 中国文化与心理卫生 (Chinese Culture and Mental Health: Academic Press, 1985)
- 亚太地区自杀行为 (Suicidal Behavior in the Asia-Pacific Region: Singapore University Press, 1992)
- 中国社会与心理卫生 (Chinese Societies and Mental Health: Oxford University Press, 1995)
- 移居与适应 (日本评论社, 1996) [日文]
- 文化与精神病理 (Culture and Psychopathology: Brunner/Mazel, 1997)
- 文化与心理治疗 (Culture and Psychotherapy: American Psychiatric Press, 2001)
- 文化与临床精神医学 (Cultural Competence in Clinical Psychiatry: American Psychiatric Publishing, Inc. 2004)
- 亚洲文化与心理治疗 (Asian Culture and Psychotherapy: University of Hawaii Press, 2005)

[共同作者]

提供个案资料并参加编写的共同作者名单

(按笔画排序)

丛中教授 北京大学精神卫生研究所教授。主要从事心理治疗的工作与教学，特别研究成语在本土性心理治疗中的运用。

田峰副教授 山西医科大学第二医院精神卫生科副主任医师。从事精神卫生与心理治疗工作。

朱金富教授 河南省新乡医学院心理学系副主任，新乡医学院第二附属医院主任医师、教授。主要从事临床心理咨询与治疗工作，特别是本土性的心理治疗研究。

陈一心所长、副教授 南京医科大学脑科医院副教授，儿童精神卫生研究中心所长。主要从事儿童心理治疗工作。

林红博士 北京大学精神卫生研究所儿童心理卫生助理研究员、主治医师，北京大学临床心理中心办公室主任。主要从事儿童与青少年的心理研究以及孩子和家长的心理辅导。

黄韦钦医师 中国台湾桃园桃园疗养院精神科医师。主要从事住院病人与门诊病人的心理治疗，包括催眠治疗。

丛书总序

《曾文星教授心理治疗丛书》共六本，这些书是自从一九七〇年出版第一本（繁体）以来，先后陆续出版的姐妹本。这套丛书的特点是从简单而易解的原则与方法开始，逐渐说明心理治疗上如何会谈与操作，介绍所需知晓与运用的理论与学说，包括基本的学说，进而讨论如何配合所依据的学理而透彻了解病情，并树立治疗的策略，运用于实际的操作，然后经过督导而去提高操作的水准。本丛书是配合治疗者的学习程度而可去按序阅读的有系统、有连贯性的一套书。

这六本书也反映着本人将近四十年来对心理治疗上的了解层次的进展，也显示了自己对心理治疗教学的学术生涯的逐步演变与发展，以及社会专业学者们对心理治疗的学识上所需要的时时提高的表现，是个人与社会并行进展的相互反应结果。

此丛书开头三本，即：第一本至第三本，是本人与徐静教授共同书写。我们夫妇俩有五十年来共同学习、进修、工作、研究与书写的专业背景，以及一起成家立业的长年缘分与关系，能合作一起著写我们所心愿的书籍是一件很有意义的事情。

至于后面三本，即：第四本至第六本，是依靠华人学者们共同参与书写而编著完成。在过去三十五年的光阴里，我们很关心并协助华人同事们对文化与心理卫生或心理治疗方面的进修。除了邀请许多学者先后参加国际会议，有机会与

国外学者们做学术交流，或者共同进行研究工作以外，还屡次举办有关心理治疗的讲习班。这些跟我们夏威夷有关的华夏学者们，特别对心理治疗有兴趣的，被邀请提供他们过去治疗过的实际临床个案经验，构成第四、五、六本的基本资料，并经由本人编辑与书写，是共同合作著写的成就。

最后要感谢北京大学医学出版社陆银道社长的好意，建议把早期出版过的有关心理治疗的姐妹书跟目前书写的合并起来，以丛书的形式共同出版，方便当前对心理治疗很关心的学者与医师们能使用此套丛书，有系统地一起先后阅读。对于陆社长的远见以及长年的赞助表示衷心地感谢。相信这套丛书的发行能促进华人心理治疗水准的提高，推动我们社会的心理卫生事业。

曾文星

夏威夷 檀香山

2007年6月5日

前 言

这是《曾文星教授心理治疗丛书》的第四本，主要重心是说明会谈的要领，并讨论心理治疗的实际操作。因为许多精神科医师、临床心理学家以及其他心理治疗者，特别是初学者，虽然对于心理治疗已经具备了基本的知识，但往往感到没有把握如何实际地去进行会谈，开始治疗的操作。因此感到需要有一比较具体的指导性的书籍来帮助他们。本书就是根据这样的需要与目的而编写的，可以配合丛书的其他书一起作为参考书籍之用。

目前社会上一般人士普遍地对心理治疗有所了解，并感到很需要，医疗教学系统也正在用心针对专业人员进行有关心理治疗的训练，此书可以给初学者们提供学习进行实际治疗操作的知识，包括如何适当且有效的施予会谈的要领。

此书共分为三大部分，第一部分是关于心理治疗的会谈操作。论述了心理治疗如何选择适当的病人，如何开始治疗上的会谈，并如何建立适合而有用的医患关系。接着，连贯性地讨论与解释：会谈的基本原则、方式、目的、技术、要领，以及如何进行病情解析，如何做心理诊断。也附带地讨论与会谈有关的具体事项和需要考虑的各种问题。

第二部分分别阐述了心理治疗操作的各个阶段，包括：如何根据病情解析选择治疗上的策略及辅导的模式，按阶段进行治疗工作，处理特别的问题，评价治疗的效果，并如何结束辅导过程。在第一部分及第二部分大部分的章节里，附有实例说明，使用一两个案例来简单说明该章所讨论的主题性要点。这些章后的案例，短而简单，把焦点放在该章所讨论的主题上。

第三部分是整体性的各种案例，就辅导对象的病情做有关心

理治疗操作上的综合性说明与讨论。这些例子较为详细，每例都大致按：个案的选择、问题的了解与解析、医患关系的建立、会谈的进行、治疗上的操作与进行、特殊问题的处理、辅导的结果与结束等项目分别做了解释与讨论。这样就实际个案进行了重复性地讨论并说明。

本书各章的案例，都是在实际治疗中所经验的个案。大多是国内华人的例子，用来做操作与会谈上的说明与讨论。过去我跟国内学者们共同从事研究或教学的工作，近来有几位国内的年轻同道们，经过特别安排先后来夏威夷大学医学院精神科进修，共同学习心理治疗。这些同道们以共同作者的立场提供了这些个案，好就个案做具体而详细地说明与讨论。在此特别感谢各位共同作者们的协助、合作与贡献。

全书里大部分的个案是华人的例子，但有些个案是在美国夏威夷临床教学与督导所接触的例子。虽然是夏威夷当地各个不同民族背景的病人，其生活方式与病情可能与华人略有所不同，但是很适合讨论治疗上的操作与会谈上的问题。而且经过不同民族或文化背景的案例，可显示出文化因素对病人病情的形成及其辅导有何关系，相信对华人学者与临床工作者有所帮助。这些中外个案的私人性质资料都给予适当的修饰，以便保护病人的隐私。

本书里所书写的文章内容是我数十年来从事教学或讲学的经验积累。虽然在过去出版的丛书各册中，或许曾经有过片段性的提出与讨论，但在本书里是针对会谈的操作与辅导进行的，给予系统性的介绍与展开性说明，相信会对心理治疗的操作与会谈感到需要学习的同道们有所帮助。希望读者们也去参考本人所著的丛书中每本书里所注重的内容，包括（第三本）学理的知识、（第四本）病情的解析、（第六本）督导的要领等，一起阅读，把心理治疗上所需的学术理论与实际操作合并运用，提供有力的治疗工作。

最后，我要感谢北京大学医学出版社陆银道社长的远见与长

年的赞助，先后连贯地出版有关心理治疗的书籍，有系统地提供有关心理治疗的必读书籍，促进心理治疗水准的提高，推动我们社会的心理卫生事业。也要感谢程伯基总编辑、庄鸿娟副总编辑数年来的协助，以及这次许立编辑对本书的细心编辑，使这本书能适合国内同道们的阅读与运用。在此一并致谢。

曾文星

夏威夷 檀香山

2008年6月5日

目 录

第一部 心理治疗的会谈操作

第一章 如何选择适当病人而施予心理辅导	3
具有心理与情绪上的问题,需要辅导	3
对心理问题了解,且有求于辅导的动机	4
问题的表现:躯体与心理层次的问题	6
病情的种类:精神病与神经症的差异	8
年龄、智能、语言、性别等因素的考虑	9
对心理治疗熟习程度的问题	11
避免对何种病人的治疗	11
总结:要靠临床经验与初步结果而判断	12
实例说明	13
个案一 一位认为什么也靠不住的男人(田峰)	13
个案二 一辈子什么也做不成,怎样的治疗都没效的 老年病人	18
个案三 被邻居的狗咬伤而心惊胆战的女性病人	21
第二章 如何开始:了解主诉,并说明辅导的性质与规约	25
开始的初步印象	25
了解病人提出主诉的模式,体会其意义、动机与作用	26
澄清病人对辅导的了解与期待	27
说明辅导的性质、目的、过程与时间	28
商讨辅导有关的规约	29
如何增加病人对治疗的动机与信心	32
总结:适当的去执行与照顾这些要点	34

实例说明	34
个案一 胆怯不敢发表意见，但又喜欢动手而发生问题的 小男孩（林红）	35
个案二 一位感情受挫而想法偏激的年轻士兵	47
第三章 如何与病人建立初步的关系	53
保持辅导者与病人的基本关系	53
选用辅导者与病人的“治疗性关系”	55
发觉并体会病人的“转移关系”，并适当地处理	56
要避免跟病人发生不妥当的关系	57
总结：注意如何与病人建立有治疗作用的关系	59
实例说明	59
个案 抱怨治疗者不够亲切，对他也没帮助而要求更换 治疗者的病人	59
第四章 如何进行会谈：技巧上的基本考虑	64
注意倾听、观察、分析、反应与处理：进行综合性的 会谈工作	64
基本形式的选择采用：结构性的会谈或开放性的 自由随谈	67
第五章 如何引导会谈的进行：各种目的与课题	72
会谈可以帮助了解病人所患的困难是什么	72
会谈可以让病人把内心积压的烦恼泄露	74
会谈可以帮助了解问题发生的因果关系	76
会谈可以发觉病人的病态行为模式，并帮助病人去认识	77
会谈可以协助病人领悟处理困难的要领与方向	79
会谈可以加强病人行为的改变	80
总结：朝向各种目标，连贯性、进展性地执行各种课题	80
实例说明	81
个案 为家长和同学关系而烦恼，上课也走神的 高二女孩（林红）	81

第六章 如何随不同对象而调节与更改会谈的方式	91
与精神病患者的会谈	91
与神经症患者的会谈	94
与患心理或心情问题的患者会谈	97
与心身症或疑病症患者的会谈	98
与不同性格的病入的会谈	99
与不同年龄对象的会谈	101
与不同性别对象的会谈	101
与不同文化水准对象的会谈	102
与语言不同对象的会谈	102
第七章 进行会谈的各种技术与要点	104
会谈重点首先要放在病人所关心的主诉问题与求医动机上	104
必要时要解释会谈为何谈那些话题,其目的何在	105
协助病人揭露叙述自己的烦恼与问题:基本要领	106
有技巧地引导会谈的进行与方向,并提升其了解的层次	107
总结:会谈要朝向终于能指点、提议、辅导的方向而推行	113
第八章 如何依靠会谈而进行心理诊断与病情解析	114
临床诊断、心理诊断、病情解析	114
结合学理与经验,推展诊断与解析的方向	118
就片段资料而做连接性、系统性、连锁性探索	121
随辅导治疗发觉连带性新资料,随时修改病情解析(朱金富)	123
实例说明	125
个案一 搬去跟父亲与继母住在一起后发生抑郁的 年轻女性	125
个案二 出门怕碰到女同志的中年男人	128

第九章 施行会谈时要注意的各种具体事项	136
会谈场所与隐私性环境的考虑.....	136
保密的许诺与遵守.....	136
保持治疗者与病人间的职业性关系与专业界限.....	138
会谈要考虑的一些具体项目.....	139
会谈录音或录像的问题.....	141
使用翻译者的技术与要领.....	141
治疗费用的支付与送礼的问题.....	143

第二部 心理治疗的治疗操作

第十章 如何决定治疗的策略与方向	149
建立适当的“病情解析”，动态性、概念性地了解病人的 主要问题.....	149
从病人目前最关心的迫切问题着手.....	150
帮助病人减除目前最难受的症状与所关心的问题.....	150
逐渐把治疗重心放在关键性的问题与症结上.....	151
建立“治疗性”的医患关系.....	151
关心并帮助病人更改应付困难或处理问题的模式.....	152
兼顾并调整病人基本性格上的问题.....	152
实例说明	153
个案一 跟谁都合不来的中年妇女（林红）.....	153
个案二 渴望游历四方、浪迹天涯的高一女生（林红）.....	159
第十一章 随治疗模式的不同而采用不同的会谈形式与 治疗方法	169
支持性治疗模式的会谈与治疗方法.....	169
分析性治疗模式的会谈与治疗方法.....	170
认知性治疗模式的会谈与治疗方法.....	175
行为性治疗模式的会谈与治疗方法.....	177

人际性治疗模式的会谈与治疗方法·····	178
第十二章 如何根据病人的不同病情而进行辅导的模式 ·····	181
依据支持性治疗的技术, 提供所需支持, 稳定病情, 渡过困境·····	181
运用认知疗法的原则, 改变非功能性的想法与见解·····	181
尝试分析的要领, 进一步了解动态性病情与症结·····	182
采取行为治疗的原则, 督促行为的实际更改·····	182
依照人际关系辅导的方式, 辅助并改善与人的关系·····	183
依循哲学性疗法的要点, 调整对人生的看法与态度·····	183
实例说明 ·····	184
个案 喜欢偷拿女人胸罩或内裤的中年男人·····	184
第十三章 如何随辅导的过程与阶段而进行治疗 ·····	190
初期: 建立关系, 分析与诊断, 支持与改善·····	190
中期: 利用关系, 继续分析, 更改认知与行为, 消除 情感上的症结·····	191
后期: 诱导性格的更改, 人格的成熟, 人际关系的改善 ·····	192
结尾: 回顾治疗的过程与效果, 并讨论将来改善的方向与 目标·····	192
病人提早停断治疗的情况与理由·····	193
实例说明 ·····	195
个案 一说上学就肚子疼、眼疼、心烦的初一女生·····	195
第十四章 如何处理治疗上的特殊情况与问题 ·····	208
特殊身份病人治疗上的问题及其处理要领·····	208
牵涉到法律情况的处理·····	211
病人患严重疾患, 面临死亡的情况·····	212
治疗者本身生病或发生生活上特大变化·····	213
非职业性医患关系的问题·····	213

实例说明	214
个案一 由家属陪伴，来势凶猛的高官病人（朱金富）	214
个案二 某领导女儿的咨询（朱金富）	218
第十五章 如何判断治疗的效果	221
检查疗效者：病人本身、家属、治疗者或者外人	221
判断改善的层次与方向：症状、问题、适应、人格	223
检查疗效的时机与阶段	225
实例说明	226
个案一 三个亲人一连串去世的创伤（朱金富）	226
个案二 常闹夫妻矛盾而生活感到很累的中老人（朱金富）	230
第十六章 如何准备辅导的结束	236
辅导结束的判断与决定	236
结束辅导的准备	237
如何结束辅导：若干要领	238
对结束辅导有困难的病人及处理要领	239
第三部 个案实例：进行治疗操作的整体性说明与讨论	
第十七章 精神病患者的治疗操作	245
个案一 妄想怀疑妻子不贞而烦恼的男人（朱金富）	245
个案二 患精神分裂症并有恋物癖的男性病人（陈一心）	255
第十八章 神经症患者的治疗操作	268
个案一 精神解离，与“镜中人”说话的初一女生（陈一心）	269
个案二 强迫性地怕脏、怕血、怕病的病人（丛中）	278