



鲁龙光教授心理疏导疗法系列丛书

丛书主编 鲁龙光

心理疏导疗法解读

鲁龙光 著



Understanding
Dredging psychotherapy

本书上篇为理论篇，介绍疏导疗法的基本理论；下篇为应用篇，分类介绍了强迫、恐怖、适应障碍和抑郁性疾病、性功能障碍、性偏离障碍、精神障碍恢复期等的疏导治疗。适合临床心理工作者和各类心理障碍者学习、参考。



东南大学出版社
SOUTHEAST UNIVERSITY PRESS

鲁龙光教授心理疏导疗法系列丛书

心理疏导疗法解读

鲁龙光 著



东南大学出版社
SOUTHEAST UNIVERSITY PRESS

内容提要

本书分上下两篇,上篇为理论篇,主要介绍疏导疗法的基础理论;下篇为应用篇,分别介绍了示范性集体疏导治疗及强迫症、恐怖症、适应障碍和抑郁性疾病、性功能障碍、性偏离障碍、精神障碍恢复期等的疏导治疗。

本书适合临床心理工作者参考,也适合各类心理障碍者阅读。

图书在版编目(CIP)数据

心理疏导疗法解读/鲁龙光著. —南京:东南大学出版社,2017.5

(鲁龙光教授心理疏导疗法系列丛书/鲁龙光主编)

ISBN 978-7-5641-7054-7

I. ①心… II. ①鲁… III. ①心理疏导

IV. ①B846

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 044871 号

心理疏导疗法解读

出版发行 东南大学出版社
社 址 南京市四牌楼 2 号(邮编:210096)
出 版 人 江建中
经 销 全国各地新华书店
印 刷 南京玉河印刷厂
开 本 700mm×1 000mm 1/16
印 张 20
字 数 403 千字
版 次 2017 年 5 月第 1 版
印 次 2017 年 5 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5641-7054-7
定 价 58.00 元

本社图书若有印装质量问题,请直接与营销部联系,电话:025-83791830。

实践的力量

(代丛书总序)

心理疏导疗法是荣获国家科技成果奖的、具有中国特色的心理治疗方法。心理疏导疗法以辨证施治为原则,以传统文化为主导,以系统论、控制论、信息论为基础。数十年来,我们用心理疏导疗法治疗各种心理障碍及心身疾病上万例,经部分鉴定,痊愈及显著进步率为85.7%。有些被疾病缠身几十年的患者,甚至不少被判为“不治之症”的患者,经短时间的心理疏导治疗,便奇迹般地恢复了健康。

心理疏导疗法作为创新理论及临床实践第一次成书,是1989年在上海科学技术出版社出版的《疏导心理疗法》。之后,由我所著的《心理疏导疗法》先后在江苏科学技术出版社和人民卫生出版社出版,由我和我的学生黄爱国合著以及由他独著的《心理障碍自我疏导治疗》《强迫症心理疏导治疗》《打开心灵枷锁——强迫及焦虑的疏导整合疗法》等先后在人民卫生出版社出版,累计发行近十万册,受到了有关专家、学者和广大读者的一致好评。

2012年初,东南大学出版社有关领导以独特的远见出版了《鲁龙光教授心理疏导疗法系列丛书》,得到了广大读者的欢迎。转眼之间,5年过去了,结合广大读者新的需求,我们重新编辑出版了这套新的系列丛书。

疏导疗法从患者中来,到患者中去。多年来,我一直坚持临床实践,避免闭门造车。本套丛书,从疏导疗法的基本理论,到集体疏导治疗的实况转载,再到典型案例的长期随访,最后是社交焦虑的专题研究,均来自于临床实践。书中大量的案例,均为患者(求助者)的真实材料,保证原汁原味,利于读者理解,也为困惑者提供示范。虽然心理问题的解决最终还需要靠个人的实践和体验,但前人开路,后人受益,希望这些案例能帮助大家少走弯路。其中,《心理疏导疗法解读》一书,分上下两篇,分别介绍了心理疏导疗法的理论与实践,详细介绍了疏导疗法的基本理论和实践操作。《强迫症疏导治疗及长期随访案例》一书,通过对14个个案的长期随访,详细介绍了

他们由病到愈的过程,个案资料丰富,认识和实践的反馈材料翔实,能为读者提供较好的示范作用。《心理障碍的疏导自助》一书,“现场直播”了一次集体疏导治疗的全程内容,广大读者可以以现场参与者的视角,自我认识和实践,也能有现场参与者的收获与进步。基于“三论”的疏导治疗系统具有强大的整合功能,凡是有用的理念和方法,均可以整合到疏导治疗系统之中,这是疏导疗法生命力的保证。在这方面,黄老师结合临床常见的社交恐怖症,进行了有益的探索。这几年来,他一直在学习各种心理治疗理论,也在尝试将精神分析的理论与实践融入疏导治疗系统之中,《社交焦虑的疏导整合疗法》是他临床实践的最新成果。

虽然疏导疗法创立至今已 30 余年,但中国本土化疗法的前进之路总是步履蹒跚。作为心理治疗理论,疏导疗法仍然算是新生事物,很多方面还有不足,希望大家能够批评指正,将其逐步完善。

东南大学出版社各级领导对本套丛书的出版给予了大力支持,尤其是马伟编辑,为了这套丛书,费尽心力,在此特表谢意。

鲁龙光

2016 年 12 月

心理疏导疗法是本土化的心理治疗方法,1984 年创立命名,1987 年荣获部委级科技进步奖,1988 年被评为国家科委科技研究成果,是新中国成立以来唯一获得国家奖项的心理治疗方法。近三十年来,我们根据心理疏导治疗原理,对各类心理障碍及心身疾病等进行心理疏导及治疗,效果显著。

《疏导心理疗法》和《心理疏导疗法》曾先后在上海科技出版社、江苏科技出版社及人民卫生出版社出版,累积发行达 10 万余册。1999 年,江苏科技出版社出版的《心理疏导疗法》荣获华东地区优秀科技图书二等奖。2008 年起,我的学生黄爱国与我一起出版了《心理障碍自我疏导治疗》《强迫症疏导治疗纪实》等书籍,他还单独出版了《强迫症心理疏导治疗》《打开心灵枷锁——强迫与焦虑的疏导整合疗法》等著作。这些书籍帮助了大批求助者。本疗法问世以来,深得广大专家、学者及读者的欢迎,认为其方法简便,通俗实用,适应性广,效果显著。目前,“心理疏导”已经普遍用于医疗、教育等社会各领域。广大读者对“心理疏导疗法”也有较为强烈的要求与热望,但目前相关资料十分缺乏,很多读者来信来电询问,希望能够继续出版相关读物。为此,我们修订并出版了本书,希望能够满足广大读者的要求。

本书分为上下两篇。其中,上篇为理论篇,以当代边缘学科“控制论、信息论、系统论”为重点,介绍了疏导疗法的理论基础。此“三论”三位一体,目标是取得“最优化”。“三论”内容深奥,我了解甚少,只能根据自学内容结合心理疏导疗法的实践进行应用、摸索和提高。三十年来的实践证明,“三论”对于心理疏导疗法的理论探索与疗效提高具有很大的指导作用。其中,有两点值得说明:第一,“三论”是心理疏导治疗系统的主导和基础,吸收多学科、先进的学术思想,使心理疏导及治疗系统的理论与临床应用更加卓有成效。第二,根据“三论”的原则,心理疏导治疗系统归纳出了一个信息和控制的基本模型,即从个案的整体出发,主要以信息转换及反馈等,帮助患者达到最优化,实现最佳的控制,取得最好的效果。下篇为应用篇,主要以心理疾病的集体疏导治疗示范,介绍疏导疗法的具体操作。在各类心理障碍的疏导疗

法部分,分别介绍了强迫症、恐怖症、适应障碍及抑郁性疾病、性功能障碍、性偏离障碍以及精神障碍恢复期等心理疏导治疗的具体操作方式。

虽然已经创立 30 多年了,但心理疏导疗法仍然是一个新生事物,很多方面还不成熟,有待提高。希望广大同行和读者能够提出批评意见,以进一步完善心理疏导疗法。

鲁龙光

2016 年 11 月

上 篇

第一章 心理疏导疗法概述	1
第一节 心理疏导疗法的概述	1
第二节 心理疏导的任务、作用、范围、内容及方式	6
第三节 心理疏导的方法	8
第四节 心理疏导的基本过程和注意事项	11
第二章 心理疏导疗法的理论基础	13
第一节 传统文化与心理疏导疗法	13
第二节 信息论与心理疏导疗法	19
第三节 系统论与心理疏导疗法	24
第四节 控制论与心理疏导疗法	30
第五节 理论的实践与检验——典型病例介绍	36
第三章 疏导者(医生)应具备的条件、疏导技巧和要点	57
第一节 发挥主导作用	57
第二节 做好信息收集	59
第三节 培养治疗情感	61
第四节 加强语言艺术修养	63
第五节 注意科学性、趣味性相结合	64
第六节 掌握循序渐进原则	65
第七节 指导患者做好信息反馈	66
第八节 鼓励患者树立坚强的自信心	70

第九节 调动患者的治疗能动性	72
第十节 激发患者治疗过程中的新领悟	75
第十一节 培养患者自我认识和矫正的能力	77
第四章 心理疏导疗法的实施	80
第一节 一般程序	80
第二节 个别治疗	82
第三节 集体治疗	91

下 篇

第五章 心理疾病的集体疏导治疗示范	105
第一节 集体疏导治疗概述	105
第二节 集体治疗第一讲	106
第三节 集体治疗第二讲	116
第四节 集体治疗第三讲	128
第五节 集体治疗第四讲	133
第六节 集体治疗第五讲	138
第七节 集体治疗第六讲	144
第八节 集体治疗第七讲	151
第九节 集体治疗第八讲	155
第十节 集体治疗总结	161
第六章 强迫症、恐怖症的心理疏导治疗	168
第一节 强迫症、恐怖症概述及疏导治疗原则	168
第二节 强迫思维(观念)的心理疏导治疗	180
第三节 恐怖症的心理疏导治疗	193
第七章 社会适应障碍和抑郁性疾病的心理疏导治疗	210
第一节 概述	210

第二节 心理素质与现代社会适应障碍	216
第三节 如何提高心理素质	224
第四节 抑郁性疾病的心理疏导治疗	236
第八章 性功能障碍的心理疏导治疗	251
第一节 人类性功能及性功能障碍	251
第二节 心因性阳痿的心理疏导治疗	253
第三节 心因性不射精的心理疏导治疗	266
第四节 性欲抑制的心理疏导治疗	271
第九章 性偏离的心理疏导治疗	279
第一节 性偏离及其治疗原则与程序	279
第二节 异装症的心理疏导治疗	282
第三节 恋物症的心理疏导治疗	284
第四节 露阴症和窥阴症的心理疏导治疗	291
第十章 情绪危机及精神障碍恢复期的心理疏导治疗	298
第一节 情绪危机的心理疏导治疗	298
第二节 精神障碍恢复期的心理疏导治疗	303

上 篇

第一章 心理疏导疗法概述

第一节 心理疏导疗法的概述

一、概念

心理疏导疗法是医生在与患者诊疗交往过程中产生良性影响,对患者阻塞的病理心理状态进行疏通引导,使之畅通无阻,从而达到治疗和预防疾病,促进心身健康的目的的一种治疗方法。

心理疏导疗法的基本工具是语言,针对患者不同的病症和病情阶段,以准确、鲜明、生动、灵活、亲切、适当、合理的语言分析疾病产生的根源和形成的过程,疾病的本质和特点,教以战胜疾病的武器和方法,激励鼓舞患者增强同疾病作斗争的勇气和信心,充分调动患者治疗的能动性,逐步培养激发患者自我领悟、自我认识和自我矫正的能力,促进患者自身心理病理的转化,减轻、缓解、消除症状,并帮助他们认清疾病的运动规律,改造性格缺陷,提高主动应付心理应激反应的能力,巩固疗效。

所谓“疏导”,即“疏通”与“引导”。

“疏通”是指医患之间广开信息交流之路,通过信息收集与信息反馈,有序地把患者心理阻塞的症结、心灵深处的隐情等充分表达出来。实现从不愿合作到愿意合作,从不愿接受治疗到主动迫切要求治疗,从消极情绪到积极情绪,从逃避现实到面对现实的心理转化过程。

“引导”即在系统了解的基础上,抓住主线,循循善诱,提高患者的认识,把各种不正确的认识及病理心理引向科学、正确、健康的轨道,这也是病理心理到生理心理的转化过程。

“疏通”与“引导”是辩证统一的关系。“疏通”是为了正确的引导,它是引导的前

提。如果疏通不好,不能广开信息交流之路,就无从正确地加以引导。“引导”是“疏通”的目标,是疏通的继续。不引导只疏通就会停止不前,放任自流,只有疏通与引导达到统一,才能使治疗沿着正确、健康的方向发展。

人不是一般的生命体,而是有着高度发达的心理系统并在其统一指挥下精密协调的有机体。人体的各个部分是互相联系、互相影响、互相制约的。人和自然界的联系十分密切,人天天和自然界打交道,日月星辰金木水火土,无不对人施以影响。更重要的是人具有社会性,就其本质来说,人是一切社会关系的总和。人与人之间的关系至为复杂微妙。而人、自然界、人类社会以及它们之间的相互关系又处在不断的运动、变化、发展之中,所有这一切反映在人的心理上必然呈现出难以名状的复杂情况。因此,心理疏导疗法要求用联系的、发展的、全面的观点分析和解决问题,反对形而上学,反对简单化地对待人类的心理问题,认为必须采取十分审慎的态度,进行周密的调查研究,考虑各方面的因素,在治疗过程中贯穿辩证法的思想。

心理疏导疗法在临床诊疗过程中,反对有意无意地把患者当成“一架损坏了的机器”去进行“修理”,强调在整个诊疗过程中都要尽可能充分调动患者的治疗能动性,树立自信心,引导其自己解决自己的问题。

心理障碍和心身疾病患者情况复杂,个体差异大,心理疏导疗法反对依葫芦画瓢,“如法炮制”,主张采用“一把钥匙开一把锁”的因人而异的方法。

由于心理—社会因素众多,病状繁杂,患者及家属的陈述有时又使人不得要领,因此心理疏导疗法要求经过认真地调查和分析,抓住主要的矛盾和矛盾的主要方面加以疏导,使之迎刃而解,切忌不分轻重缓急、“眉毛胡子一把抓”的做法。

心理疏导疗法严禁信息失真,必须竭尽全力,采取各种方法,调动各种积极因素,用以准确了解患者的病因、病情和特点,然后对症治疗,不可一知半解、浅尝辄止和想当然。

心理疏导疗法要求医生不论对何种疾病患者都应强调一个“爱”字,对他们要满腔热情、体贴入微、关心备至,要千方百计地把他们从痛苦中解放出来,让他们幸福地生活。

二、基本理论

心理疏导疗法的理论是根据辩证施治的原则,以中国传统文化和古代心理疏导的思想和方法为主导,在控制论、信息论、系统论等理论基础上形成的。它的主要内容为:

1. 以辩证施治为原则。心理疏导疗法是经过多年的学习研究、社会调查和临床实践逐步形成起来的一种心理疗法。它吸收了国内外现代医学和心理、社会、教育、文史、哲学以及其他有价值的、先进的学术思想的丰富营养,使之在临床应用中更加卓有成效。

心理疏导疗法坚持实事求是,从个案的实际出发,详细地占有资料,具体地进行分析,反映历史的真实,通过临床实践,不断地总结上升为理论,反过来再运用于临床治疗,使之接受实践的检验,不断地完善理论,使理论和实践密切地结合起来,逐步分析和解决临床实践中的新问题。

心理疏导疗法断然否定心理疾病等不可知、不可治的唯心的无所作为的观点。心理疾病等与世上一切事物一样都是可以认识的,因而是可以治愈的。问题是要努力创造条件,不断有所前进,使之对各类疾病的治疗方法逐步臻于完善。

2. 以中国传统文化和古代心理疏导的思想与方法为主导。如“清静”“无为”“抱一”“守中”“人之情,莫不恶死而乐生;告之以其败,语之以其善,导之以其所便,开之以其所苦,虽有无道之人,恶有不听者乎!”等,我国古代思想家、医学家在心理治疗方面作出过了不起的成就,非常强调在诊疗过程中把医患双方的精神状态作为整个医疗工作的一部分,并认为任何诊疗工作都应和心理治疗相结合,特别强调耐心说服、解释,争取患者的合作与信任等等。同时,吸取国内外现代心理治疗的先进技术和经验,使之与心理疏导疗法融为一体,重视“古为今用”“洋为中用”,目的是为了建立适合我国国情的崭新的心理治疗方法。

3. 以控制论、信息论、系统论为基础。控制论、信息论、系统论是心理疏导治疗系统的“三位一体”的支柱。心理疏导治疗系统在理论上可以归纳出一个信息和控制科学的模型。它从整体出发,始终着眼于心理与躯体、机体与环境、整体与部分等之间的相互作用。它植根于当代自然与社会科学的沃土之中,吸取多种学科的先进理论和方法,进行本系统的设计、实验、研究、创造、应用、检验等等,使之获得强大的生命力,形成一个综合工程。心理疏导系统主要由医生、信息和患者三个要素构成,以社会信息——语言作为治疗的基本工具,其治疗控制原则主要是信息的转换和反馈原理。整个治疗过程就是通过语言等信息的传递,达到改善患者心理状态的过程。在制定治疗准则的条件下,依靠疏导治疗反馈的作用,可以实现最优的控制,取得最大的效果。

三、心理疏导治疗模式

1. 治疗程序及操作要点

心理疏导与治疗主要通过医患互动实现治疗信息与反馈信息转换,达到患者认知结构的改变、优化的目的。

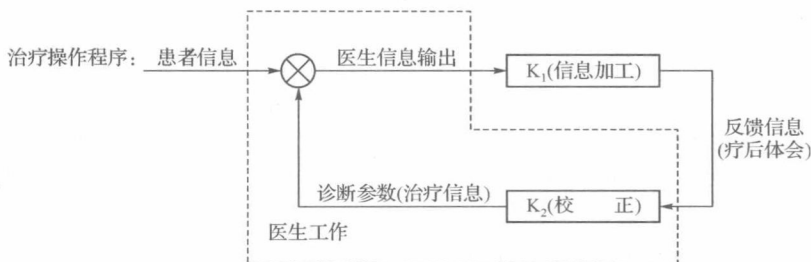
1) 治疗程序

(1) 患者输出信息。提供真实、翔实的自传性病情材料。

(2) 医生根据患者的材料进行分析,作出初步诊断。

(3) 医生治疗信息输出。讲述所诊断疾病的可能原因、本质、特点 and 治疗方法,取得患者配合,树立信心。

- (4) 患者接受治疗信息,争取做到认识与实践一致,并写出反馈(体会)材料。
- (5) 医生根据不断变化的反馈信息,输出新的治疗信息。
- (6) 整个治疗按下图循环往复进行,由浅入深,消除症状,完善性格,巩固疗效。



心理疏导及治疗程序示意图

K_1 ——患者对治疗信息变换(加工处理):①理解内容,即把接受的信息理解深入、透彻;②联系自己,即在对输入信息理解的基础上,结合自己广泛联系,举一反三,提高认识;③转化处理,即在联系自己的过程中,深化认识,不断转化自己的认知结构;④反思总结,即把自己的理解、联系及认识转化过程进行总结,记录下来,巩固新的认知结构,巩固疗效。

K_2 ——医生对患者的反馈信息变换(校正):设计新的方案,预输出新的治疗信息。

⊗——综合器:提取诊断参数,预计新的治疗信息输出。

以上治疗程序反复循环,不断提高、优化认知结构,直至痊愈。

2) 操作要点

(1) 心理疏导及治疗医生必须经过专门的训练,掌握疏导治疗的操作规则和治疗程序,具备疏导医生条件及疏导技能后,才能完成疏导治疗工作任务。否则,就很难达到“最优化”的治疗目的。

(2) 必须掌握患者足够的、可控制的真实信息及反馈信息,才能使信息加工处理操作活动朝着预期疏导目标前进。

(3) 心理疏导及治疗必须按照图解程序规范化操作,但具体疏导内容应随时根据患者的反馈信息进行调整。

(4) 疏导内容要科学、通俗易懂,结合实际,应有针对性、灵活性和多样性,忌生搬硬套,可用载体,多讲实例,引用故事、成语等,以帮助其深化认识。

(5) 多提问题,启发患者联系自身。

2. 疏导治疗模式

心理疏导及治疗模式是:不知→知→实践→认识→效果→再实践→再认识→效果巩固。这种治疗是一个循环往复、逐步深入的认知改变过程。所以,其效果不仅仅是求得症状的消失,而是以远期效果的巩固为最终目标。在此模式实施中,要求患者做到:“善”:善于设疑(提问);“精”:精于理解(内容);“巧”:巧于联系(自己);“勇”:勇于实践(付诸);“贵”:贵于检验(结果);“少”:少想多做(认识与实践同步)。

3. 心理障碍“树”的模型

心理疏导疗法将心理障碍的产生、发展形象地比作一棵树,这棵“树”分根、干、冠(枝叶)三个部分。树冠代表各种症状,树干代表“怕”字,树根则代表性格缺陷,“树”成长的土壤代表个人所处的社会和自然环境。在长期不良的培养下(包括部分遗传因素),使得成长起来的性格具有一定缺陷。在遇到不可避免的困难、挫折和应激时,难以适应,从而产生心理障碍,滋生出千奇百怪、不现实的“怕”字,进而表现出各种各样的症状。

因此,要治愈心理障碍,就必须除去这棵“树”。具体程序及操作见第五章“心理疾病的集体疏导治疗示范”。

四、特点

心理疏导疗法与其他心理疗法相比,它的特点是综合性强,适应性广,以自我认识为主,实与虚密切结合。其具体特点如下:

1. 心理疏导是多学科的交叉。它具有严格的科学性和很强的逻辑性。心理疏导疗法理论走的是“综合科学”的道路,以系统方法论的观点,把临床医学、基础医学、心理学、社会学、教育学、人文学、行为科学、伦理学以及其他许多当代社会科学的理论、方法,引入心理疏导疗法领域,丰富和发展了心理疏导疗法的理论与实践。

2. 适应性广。心理疏导疗法是从临床实践中总结出来的,因此,它的应用性强,适应性广,改变了一般心理治疗中的教条、单调、被动的状况。它的主导思想是以“治病救人”为目标,着眼于“完善自我”“提高素质”“虚实同步”“发展潜能”,实质上就是提高心理素质,保障心身健康,将心理疏导工作融入“治病救人”这一总目标之中。

3. 强调患者的自我认识、自我完善、自我保护。心理疏导要求患者能够正确地认识自己、剖析自己的心理素质,揭示心理疾病的形成规律,消除心理疾病与心理治疗的神秘性,不断促进自我性格改造,保障心身健康。

4. 信息的转换、学科的交叉与知识综合运用功能。医生和患者一起商讨疏导中的信息交流问题,目的是双方均承担义务,以保证疏导质量。要鼓励患者积极配合,发挥其主观能动性,学会自己动手解决问题。根据患者的特征和事件,重点解决其心理逆流,必要时,动员其家庭和社会给予支持。

5. 治疗目标是长期的,是持续不断的“实践——认识——再实践——再认识”。

6. 以最少的信息,实现最优的控制,达到最佳的效果,即疗程短、疗效好、效果巩固。

7. 疏导过程是提高认识水平、技能,更新、补充、完善自我的过程。

第二节 心理疏导的任务、作用、范围、内容及方式

一、任务

心理疏导的基本任务是提高人们的心理素质和心理应激的适应能力。当前的社会特点是科学文化频繁更新,信息成了社会的重要资源,因此,心理医生应该把面对现实问题作为研究的中心。通过对一系列重大的心理—社会紧张刺激因素的分析,帮助那些心理上处于逆境的人们,从心理疏导的角度论证事件的可行与否,解答“为什么”“怎么办”等疑问,帮助人们在社会活动中有意识、有计划、有目的地应付各种外来的不良信息的刺激,强化心理防御机能,保持良好的情绪,预防疾病的发生和发展。同时,普及心理卫生知识,提高公众的心身健康水平,从而保证在快节奏的社会活动中愉快地生活。此外,帮助心理危机的患者,培养心理疏导人才等等,也是心理疏导工作的任务。

这些任务的完成,取决于工作人员的良好心理素质。从心理疏导的角度讲,就是给患者提供几个实事求是的方案,再给予一定量的信息,让患者根据自己的经验作出选择,解决疑惑的问题,使其阻塞的心理得以疏通,从逆境中走出来,沿着最佳路线一步步地走向光明的前程。

心理疏导在个体心理素质的提高和适应不断变化的生活环境等各个方面,都可能产生重大的影响,因而它必须吸取多学科有益成果,在较大程度上摆脱传统心理治疗理论的框架,而成为应用范围较广的一个系统工程。

二、作用

心理疏导具有多学科综合的、多层次网络式的结构,其内容包括民族文化、传统习惯、社会风尚、意识形态及个体社会背景等诸方面,以及这些因素的改变对个体身心健康的影响等。随着社会的进步和发展,个体生存和竞争的调整频率加剧。在此情况下,心理疏导工作便成为人们保持心身平衡的心理—社会结构中各复杂因素的一个聚焦点。人们的内在心身素质与人际关系和其所处的环境等外界社会因素息息相关,这些因素通过本人不适当的主观评价,就可能导致心理障碍。所以,在十分复杂的矛盾群体中,探索个体心理活动系统在整个社会结构中的作用,说明各种心理障碍在社会进化过程中的演变趋向,便是心理疏导系统研究的思路。

以控制论、信息论、系统论为基础,为研究心理疏导系统的结构提供了方法论原则。当人们的心身受到内外刺激时,人们为维持内部心身平衡而产生的种种生理现象,叫做“守恒系统”。人的每个“守恒系统”的结构、功能、作用等都不是简单的算术

相加的结果,而是在一定外部条件影响下,心身内部各种因素和成分之间多项联系的、有规律的运动的结果。

剖析心身障碍发生的原因、表现的症状以及可能的发展趋势,从整体上去认识,才能有效地调控心理疏导,使之向合理的方向发展,从而提高其功效。

临床上常见的来访者有以下几个层次:

A 级层次的来访者,希望通过心理疏导来提高其某些方面的心理素质。

B 级来访者,因困惑不解或心理障碍,想从心理疏导中找到出路,得到启发。

C 级来访者,多是由于心理疾病而寻求解脱。

D 级来访者,则是因心理危机而濒临绝境,需要立即采取抢救措施。

从政治、经济、历史、伦理、生理等各个角度出发协助患者进行自我认识,是心理疏导(咨询)的基本途径。心理—社会因素不仅错综复杂,而且瞬息万变。一些在心理健康的人看来是微不足道的事情,而在那些心理素质不完备的个体看来,却具有极特殊的意义,甚至获得完全不同于事件本身的特殊体验。心理疏导的目的,就是根据来访者的心理特征,找出其心理冲突的主线,然后进行引导,使其体会到求得解脱的迫切感,启迪其良性的联想和逻辑思维,在潜在力量的驱使下,对于客观的现实生活采用一种新的逻辑思维方式,从而有效地抵御各种不利的心理—社会因素的刺激。

整个心理疏导过程,是一个破坏旧的心理不平衡,建立新的心理平衡的过程,借此帮助患者培养心理上辨别真伪的能力。

三、范围

1. 日常心理问题:包括儿童教养、伤残儿童、青春期心理卫生指导,恋爱、婚姻、婚前心理指导,性问题、性功能障碍、性生活指导,以及家庭、人际关系、子女教育问题、不良习惯的矫正等。

2. 心身疾病防治问题:心身疾病是指以躯体症状为主要临床表现,而心理因素在疾病的发生、发展、防治、转归等方面起主导作用的一组疾病。这些疾病广泛地存在于内、外、妇、儿、五官、神经等临床各科。

3. 精神神经专业所涉及的疾病的预防、治疗、康复、就业、防复发、家庭护理、精神药物的功能和使用,以及精神病后的婚姻、生育等问题。

4. 情绪危机急诊:凡是能对人构成威胁性心理创伤的境遇,如无心理准备的各种重大意外事件,均可造成人的情绪危机。疏导急诊可以解除当事者的情绪危机,防止自杀、杀人、伤人、毁物等激情下意外事件的发生,帮助其重建新的人际关系,摆脱或减轻情感的羁绊。

5. 更年期及老年心理卫生指导。

6. 承担全部心理治疗工作任务。