

心理咨询与心理治疗系列

心理健康

[英] David Pilgrim 著

张庆伟 彭 勃
王玉龙 吴定诚 译

关键概念手册



高等教育出版社
Higher Education Press

心理健康关键概念手册

[英] David Pilgrim 著

张庆伟 彭 勃

王玉龙 吴定诚 译



高等教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

心理健康关键概念手册/[英]皮格瑞姆(Pilgrim, D.)著;张庆伟等译. —北京:高等教育出版社, 2006.12

英文版由英国 SAGE 出版公司出版,2005

(心理咨询与心理治疗系列)

ISBN 7-04-020350-2

I. 心... II. ①皮... ②张... III. 心理保健 - 手册 IV. R161.1-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 127195 号

策划编辑 洪 傲 责任编辑 魏延娜 封面设计 张志奇
版式设计 范晓红 责任校对 殷 然 责任印制 毛斯璐

出版发行	高等教育出版社	购书热线	010-58581118
社 址	北京市西城区德外大街 4 号	免费咨询	800-810-0598
邮政编码	100011	网 址	http://www.hep.edu.cn
总 机	010-58581000		http://www.hep.com.cn
		网上订购	http://www.landaco.com
经 销	蓝色畅想图书发行有限公司		http://www.landaco.com.cn
印 刷	唐山市润丰印务有限公司	畅想教育	http://www.widedu.com
开 本	850×1168 1/32	版 次	2006 年 12 月第 1 版
印 张	7.625	印 次	2006 年 12 月第 1 次印刷
字 数	190 000	定 价	16.80 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 20350-00

郑 重 声 明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其为人将承担相应的民事责任和行政责任，构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人给予严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话：(010) 58581897/58581896/58581879

传 真：(010) 82086060

E - mail：dd@hep.com.cn

通信地址：北京市西城区德外大街 4 号

高等教育出版社打击盗版办公室

邮 编：100011

购书请拨打电话：(010)58581118

心理咨询与心理治疗系列

- 心理健康关键概念手册
- 游戏治疗入门
- 职业生涯咨询中的治疗计划
- 心理咨询入门：
 艺术与科学的视角
- 专业心理咨询师
 ——助人过程指南
- 心理治疗中的人际关系
 ——整合的模式
- 助人关系——过程与技术
- 心理剧临床手册
- 心理剧导论
- 心理剧与创伤
- 悲伤辅导与悲伤治疗
- 创伤后压力障碍症的经验性治疗
- 婚姻、离婚与儿童适应

以人为中心的对话系列

- 青年人问题咨询
- 家庭关系咨询——母亲与儿子
- 赌博问题咨询
- 性虐待幸存儿童咨询
- 肥胖问题咨询
- 英国国民健康中心咨询场所咨
- 酗酒问题咨询
- 发展障碍咨询
- 吸毒痊愈者咨询
- 初始咨询中的限时治疗
- 饮食障碍咨询
- 严重精神问题的应对
- 以人为中心的疗法督导

内容提要

本书是英国利物浦大学心理健康教授 David Pilgrim 对心理健康相关主题的一次系统梳理。全书共分三部分内容:第一部分主要介绍了在心理健康与心理健康问题方面存在争议的内容,不但详细地讲述了相关主题的传统精神病学观点,而且列出了对这些观点的批评。第二部分主要介绍了心理健康服务的相关内容,较清晰地描述了心理健康服务有哪些类型,其组织形式如何,以及心理健康专业人员的关注点是什么等等。第三部分将心理健康的多个争议性主题放置于社会背景中进行讨论,介绍了一系列与心理健康与社会相关的主题。

本书对心理健康专业的学习者、精神病学工作者以及临床心理学专业人士均有重要的参考价值。

近期出版的书目：

.....

社会研究关键概念手册

Geoff Payne and Judy Payne

性别研究的 50 个关键概念

Jane Pilcher and Imeda Whelehan

医学社会学关键概念手册

Jonathan Gabe, Mike Bury and Mary Ann Elston

即将出版的书目：

.....

休闲研究关键概念手册

David Harris

批判性社会力量关键概念手册

Nick Crossley

都市研究关键概念手册

Mark Gottdiener and Leslie Budd

SAGE 的《关键概念手册》系列书在多门学科的重要主题方面为学生们提供了易于理解的权威的知识。每本书的内容都前后参照对应,能促使学生通过理解来进行批判性评价。该系列书由经验丰富的知名学者编写,是必不可少的学习辅助工具,有助于对知识的理解。

致 谢

.....

这是一本涉及面广却要求精简的书,写作这样的书不可避免地需要从很多渠道获取观点、信息和知识,并取其精华,同时还需要很多跨学科的知识(主要有社会历史学、健康经济学、比较宗教学、哲学、心理学、精神病学、社会学和社会政策学)。

通过我以及很多朋友、老师和同事的共同努力,这些难题得以解决。他们是 Judy Allsop, Don Bnnister, Bill Barnes, Richard Bental, Pat Bracken, Peter Campbell, Mick Carpenter, Katherine Cheshire, David Denney, Leslie Hearnshaw, Linda Gask, Norman Ginsburg, Pat Guinan, Nigel Goldie, Ray Holland, Eric Karas, Ron Lacey, Richard Marshall, John Martin, Shula Ramon, Phil Salmon, John Shotter, David Smail, Geraldine Stathdee, Phil Thomas, Andy Treacher, Lesley Waldron and Fiona Williams。毫无疑问,他们出版的著作以及与他们们的讨论,影响了本书的写作。

我要感谢 Nigel Rogers 和 Steven Pilgrim,他们为本书“创造性”一节的初稿提出了很多宝贵的意见。最后,要特别感谢 Anne Rogers,她是我的妻子也是我长期的合作者。由于她近期有很多教学方面的工作要做,没能具体参与本书写作,所以她没有以作者的名义出现在这里。但本书的每一节都受到她的影响和帮助。

David Pilgrim

2004 年 10 月

作者序

本书的形式与 SAGE 出版的《关键概念手册》系列的大多数书很像。我一共写了 50 个小节,它们总体可分为两种类型。我所思考的主题的范围决定了它的形式是属于哪种类型。在第一类中,我对该类主题进行了总结,但在全文中没有进行引用,只在末尾简单列出了扩展阅读的书目。第二类是传统的短篇评论,在文中以惯例的方式列出了参考文献。在每节末尾列出参考文献的意图是希望读者把它们当作扩展阅读书目。

本书分为三部分。第一部分探讨了心理健康与心理健康问题的争议性内容。如果让大多数精神病学家(和一些临床心理学家)来写本书的话,他们可能会把这一部分简单地写成精神病学教科书的简化版和弱化版。然而,我选择了在讲述传统精神病学观点的同时,也列出了对于它们的批评。这就意味着我同时做了两件对立的事情而使大家都获利。我希望读者能在深入学习专业知识的同时,对那些批评性意见也能进行思考。我还列出了诸如“快乐”和“创造性”一类的主题,它们在心理学家和精神病学家写作的主流临床文献中并不常见。

第二部分的焦点集中在了心理健康服务。这部分提供了心理健康工作被组织的方式,以及专业人员在服务中的关注点。它也指出了“使用者和护理者”在发达国家的心理健康服务机构中的作用。

第三部分是内容最多的一部分,介绍了一系列与心理健康与

社会相关的主题。在本书第一部分强调了心理健康争议性的特点,本部分正是基于这些争议性的讨论而来。心理健康工作都发生在一种社会环境下,有特殊的社会历史背景,在心理健康工作中也一直都充满着政治上和伦理上的争论。本部分试图来描述这些情况。

每节一开始都以一些核心的摘要来引导读者,同时还给出了概念的定义。除少数概念外,我重新界定了每个概念。因此,它们反映了我对该主题的观点。我试图尽量客观地处理概念描述以及对它们的批评性分析,但是我意识到概念描述和批评性分析都反映了我的知识水平和价值观。它们会影响我对写作内容的选择,即忽略哪些内容,包含哪些内容,也会影响我选择何种方式来讨论这些主题。

目 录

致谢 / 1
作者序 / 1

第 一 部 分

心理健康与心理健康问题 (Mental Health and Mental Health Problems)

心理健康 (Mental Health) / 2
精神疾病诊断 (Psychiatric Diagnosis) / 6
精神疾病流行病学 (Psychiatric Epidemiology) / 12
功能性和器质性心理疾病 (Functional and Organic Mental Illness) / 16
癫狂 (Madness) / 19
悲伤 (Sadness) / 24
恐惧 (Fear) / 29
人格障碍 (Personality Disorders) / 33
物质滥用 (Substance Misuse) / 38
学习障碍 (Learning Disability) / 44
原因和构想 (Causes and Constructs) / 48
生理健康 (Physical Health) / 52
快乐 (Pleasure) / 56
创造性 (Creativity) / 60
心理健康和心理疾病的非专业观点 (Lay Views of Mental Health and Illness) / 65

进食障碍 (Eating Disorders) / 69

第 二 部 分

心理健康服务 (Mental Health Services)

基础护理 (Primary Care) / 76

急性心理健康服务 (Acute Mental Health Services) / 80

司法心理健康服务 (Forensic Mental Health Services) / 84

服务使用者的参与 (Service-user Involvement) / 88

亲属护理者 (Carers) / 93

心理健康专业人员 (Mental Health Professionals) / 97

生物学干预 (Biological Interventions) / 102

心理干预 (Psychological Interventions) / 106

心理健康的财务方面 (Financial Aspects of Mental Health) / 111

心理健康服务的质量 (Mental Health Service Quality) / 117

II

第 三 部 分

心理健康与社会 (Mental Health and Society)

心理健康政策 (Mental Health Policy) / 124

心理健康促进 (Mental Health Promotion) / 129

隔离 (Segregation) / 133

强制 (Coercion) / 139

心理疾病迷信 (The "Myth of Mental Illness") / 143

优生学 (Eugenics) / 147

护理的变质 (Corruption of Care) / 152

治疗失当 (Malpractice) / 157

能力与罪责 (Capacity and Culpability) / 161

反传统精神病学 (Anti-Psychiatry) / 166

标签理论 (Labelling Theory) / 171

污名 (Stigma) / 175
社会排斥 (Social Exclusion) / 179
有心理健康问题者带来的及遭受的危险 (Risks to and from People with Mental Health Problems) / 184
大众媒体 (The Mass Media) / 188
自杀 (Suicide) / 191
心理健康服务使用者运动 (The Mental Health Service Users' Movement) / 195
跨文化精神病学 (Cross-cultural Psychiatry) / 199
社会阶层 (Social Class) / 202
种族 (Race) / 206
社会性别 (Gender) / 210
年龄与心理健康 (Age and Mental Health) / 216
制药业 (The Pharmaceutical Industry) / 221
战争 (Warfare) / 226

第一部分

心理健康与心理健康问题 (Mental Health and Mental Health Problems)

心理健康 (Mental Health)

定义：心理健康的积极意义是指心理幸福感的一种状态；消极意义是指它的反面（如“心理健康问题”）；或者委婉地指心理健康服务机构（如心理健康服务中心）。

要点：● 说明“心理健康”的三种不同用法

- 讨论使用“心理健康”而非其他词语，如“心理疾病”的原因

2

下面将从“心理健康”与积极心理健康、心理健康服务和心理健康问题三者的关系，来讨论上面提到的“心理健康”的不同含义。

● 心理健康是心理幸福感的一种积极状态 根据世界卫生组织 (WHO) 的定义，幸福感是心理健康的一部分。世界卫生组织在 1951 年将“心理健康”描述为“个体与他人和谐相处的能力，以及参与自身所处的社会和自然环境变革或为其作积极贡献的能力”（世界卫生组织，1951:4）。这个定义是随着时间发展逐步建立的（详见《心理健康发展》中“心理健康”条目）。精神分析学家（Kubie, 1954）和社会心理学家（Jahoda, 1958）们尝试各种办法来积极地描述心理健康。最近一位学者指出“心理健康”这个词是“模糊的、难以定义的且有多种意思”。目前已有的定义往往由于彼此间的兼容性与内部一致性等诸多问题而遭到质疑（Rogers & Pilgrim, 2005）。存在主义心理学家，如马斯洛（Maslow, 1968），提

出了自我实现(self-actualization)的概念,指出每个人都需要充分发挥自己的潜能。但是如果一个人的自我实现是以牺牲他人的幸福感为代价,结果将会怎样呢?类似地,一个统计标准(statistical norm)可以用来定义心理健康,但是如果一个社会存在着不公正的和破坏性的规范,又将如何呢?

在定义积极心理健康时,一个经常出现的难题是:很难在正常与不正常的心理状态间划一条明确的界线,这与定义心理疾病或精神障碍遇到的困难是一样的。在不同时间、不同地点,标准往往不同。正是这些不同标准之间的差异削弱了学者们试图定义积极心理健康的努力。在一个社会中属于正常的事物到另一个社会可能就不正常了。类似地,对心理健康与心理变态的定义在同一个社会中也随着时间而变化。同性恋是心理变态吗?幻觉是精神寄托还是心理疾病的征兆?提出这些问题,主要是想强调心理健康与心理变态间的分界线不是永久不变的。

• “心理健康”作为“心理健康服务”一词的前缀 从第二次世界大战开始,“心理健康服务”就已取代了“精神病治疗服务”这一说法(虽然后者有时候仍在使用)。在第二次世界大战之前,医院、诊所和收容所要么受教会控制作为慈善机构而存在,要么就作为地区性或全国性的专业机构,虽然在那个时候它们还没有被称为“服务机构”。正如《韦氏词典》(1988年版)指出,在全民公费医疗体系(NHS)建立之前,英国就有过一些慈善医院和医疗救济所,为贫民窟的穷人提供服务。这就是很多老医院是从破旧的房屋改造而来的原因。然而,一些专用的心理疾病与精神障碍医院则是例外,从维多利亚女王时代开始,它们就由政府资助和管理(Seull,1979)。在1948年NHS建立以后,“健康服务”的概念反映了它在向一个持续发展的组织系统及服务大众转变。目前,在英国专业的心理健康服务要么由基础护理机构(Primary Care Trusts)提供,要么由专业的心理健康或学习障碍机构提供。此外,还有很多私人经营的心理健康机构。这些机构大小不一,一些机