

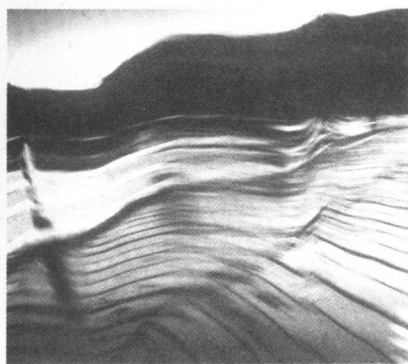
实用 临床疾病 心理学

Shiyong
Linchuang
Jibing
Xinlixue

主编 倪爱华 郭树苗

河北教育出版社

Shiyong Linchuang
Jibing Xinlixue



河北教育出版社

实用临床疾病 心理学

主编 倪爱华

江苏工业学院图书馆
藏书章

图书在版编目(CIP)数据

实用临床疾病心理学/倪爱华等编. —石家庄: 河北教育出版社, 2006.2

ISBN 7-5434-6321-0

I. 实… II. 倪… III. 医学心理学 - 医学院校 - 教材 IV. R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 011378 号

出 版 河北教育出版社
网址: <http://www.hbep.com>
地址: 石家庄市联盟路 705 号, 050061

排 版 保定市万方数据处理有限公司
印 制 石家庄市东方彩印厂

开 本 787 × 1092 毫米 1/16
印 张 26.5
字 数 500 千字
印 数 1 - 3000
版 次 2006 年 8 月第 1 版
印 次 2006 年 8 月第 1 次印刷
统一书号 ISBN 7-5434-6321-0
定 价 50.00 元

版权所有, 翻印必究 法律顾问: 陈志伟

顾 问：郭念锋

主 编：倪爱华 郭树苗

副主编：魏 慈 吕秀芹 章冬梅 槐雅萍
侯建香 杨晶（消化） 孙素娟
陶杰梅 沈海萍 刘 娟 巩 涛
肖向建 兰海涛 阎桂芳 赵雪平

编 委：孟会彦 李聪元 康宇华 刘平英
张丽娟 魏 欣 秦爱华 任秀英
刘学军 何 伟 刘敬珍 刘月欣
曹 静 胡义亭 郑吉敏 韩晓丽
张洪珍 王 舸 叶玉芳 张淑倩
张俊莲 姚志刚 李志立 陆素妍
宫淑芝 宁晓然 杨晶（呼吸）
郑愈梅 赵书云 赵海军 郑 瑶
冯荣芳 刘 芳 赵其景 王利娜
乔淑章 李 杰 刘惠卿

前 言

临床疾病心理学为临床心理学的一个分支，它主要讨论临床各学科疾病的心理学问题，并为各学科服务。

现代医学模式的发展，不仅要求人们看到生物、理化和遗传等因素在疾病发生、发展和康复中的作用，同时也应注意到心理、社会因素在疾病的发生、发展和康复中的作用，这就要求临床医师在诊疗过程中不仅要针对疾病去诊治，而且更主要的是针对人去诊治。同时应考虑到作为疾病客体的人的主观能动性，即人的心理活动和社会因素对疾病的作用和影响。如目前已明确地认识到精神因素与高血压有密切的关系——高血压是被肯定的一种心身疾病；又比如 AIDS（爱滋病）患者，该病致病因素是 HIV 病毒，但患 AIDS 的病人心理变化很显著，抑郁、焦虑、恐惧、自卑，甚至报复社会等一系列复杂的心理变化，在疾病的发生、发展和康复过程中产生了不可忽视的影响，迫切需要给予心理干预和社会干预。因此，临床疾病心理学的产生有其重要的意义。它主要研究临床各科疾病的心理学问题，使临床各科医师在诊治疾病的过程中，充分考虑到病人的心理变化，并给其适当的心理干预，使病人积极、愉快地配合治疗，对预防疾病和病人的康复有重要的价值。

这就是实用临床疾病心理学产生的意义。

本书共 20 章，约 60 万字左右，其特点是阐述了临床心理学基础和各科疾病的生物、理化及心理、社会致病因素、病后的心理特征和常用的心理干预措施，具有容易理解和临床实用的特点，适合各科临床医师阅读、借鉴。书中把各类临床疾病患者的心理学问题系统地综合起来，为各科临床医师提供最新的、最实用的心理学知识和方法，这是本书独具的特色。

倪爱华

2006.7.10

目 录

第一章 临床心理学基础	(1)
第一节 概述.....	(1)
第二节 临床心理咨询.....	(3)
第三节 临床心理治疗.....	(6)
第二章 心境障碍	(28)
第一节 单相抑郁发作.....	(28)
第二节 单相躁狂发作.....	(31)
第三节 双相情感障碍.....	(33)
第三章 心理因素相关生理障碍	(36)
第一节 睡眠障碍.....	(36)
第二节 进食障碍.....	(40)
第四章 应激相关障碍	(45)
第一节 概述.....	(45)
第二节 急性应激障碍.....	(47)
第三节 创伤后应激障碍.....	(49)
第四节 适应障碍.....	(51)
第五章 心血管病临床心理	(54)
第一节 概述.....	(54)
第二节 高血压病.....	(57)
第三节 冠心病.....	(60)
第四节 先天性心脏病.....	(64)
第五节 心律失常.....	(69)
第六节 心功能不全.....	(72)
第七节 病毒性心肌炎.....	(75)
第八节 心包炎.....	(76)
第九节 雷诺氏病.....	(78)
第六章 呼吸系统疾病临床心理	(81)
第一节 概述.....	(81)
第二节 支气管哮喘.....	(83)
第三节 慢性阻塞性肺疾病.....	(86)

第四节	肺结核·····	(90)
第五节	高通气综合征·····	(93)
第七章	消化系统疾病临床心理 ·····	(96)
第一节	概述·····	(96)
第二节	消化性溃疡·····	(97)
第三节	胃炎·····	(100)
第四节	溃疡性结肠炎·····	(103)
第五节	肝硬化·····	(105)
第六节	胆石症、胆囊炎·····	(108)
第七节	功能性消化不良·····	(110)
第八节	肠易激综合征·····	(112)
第八章	风湿性疾病临床心理 ·····	(115)
第一节	概述·····	(115)
第二节	类风湿关节炎·····	(117)
第三节	系统性红斑狼疮·····	(119)
第四节	干燥综合征·····	(121)
第五节	风湿热·····	(123)
第六节	多发性肌炎与皮肌炎·····	(125)
第七节	硬皮病·····	(127)
第八节	结节性多动脉炎·····	(129)
第九章	内分泌代谢疾病临床心理 ·····	(131)
第一节	概述·····	(131)
第二节	腺垂体功能减退症·····	(132)
第三节	糖尿病·····	(135)
第四节	甲状腺功能亢进症·····	(140)
第五节	甲状腺功能减退症·····	(143)
第六节	Cushing 综合症·····	(144)
第七节	肥胖症·····	(146)
第八节	嗜铬细胞瘤·····	(149)
第九节	肢端肥大症·····	(151)
第十节	痛风·····	(153)
第十章	泌尿系统疾病临床心理 ·····	(156)
第一节	概述·····	(156)
第二节	肾功能衰竭·····	(157)
第三节	肾炎·····	(161)
第四节	肾病综合征·····	(164)
第五节	肾盂肾炎·····	(167)

第六节	肾结石·····	(170)
第十一章	血液疾病临床心理·····	(173)
第一节	概述·····	(173)
第二节	营养性贫血·····	(174)
第三节	再生障碍性贫血·····	(176)
第四节	白血病·····	(179)
第五节	特发性血小板减少性紫癜·····	(181)
第六节	白细胞减少症和粒细胞缺乏症·····	(183)
第七节	多发性骨髓瘤·····	(185)
第十二章	肿瘤疾病临床心理·····	(187)
第一节	概述·····	(187)
第二节	头颈部恶性肿瘤·····	(188)
第三节	肺癌·····	(191)
第四节	胃肠道恶性肿瘤·····	(193)
第五节	乳腺癌·····	(197)
第六节	妇科恶性肿瘤·····	(199)
第七节	癌症病人的恶心与呕吐·····	(201)
第八节	癌症病人的疼痛·····	(203)
第十三章	神经系统疾病临床心理·····	(206)
第一节	概述·····	(206)
第二节	脑血管疾病·····	(206)
第三节	癫痫·····	(211)
第四节	痴呆·····	(214)
第五节	周围神经病·····	(216)
第六节	脊髓疾病·····	(219)
第七节	帕金森病·····	(221)
第八节	偏头痛·····	(223)
第九节	周期性瘫痪·····	(225)
第十节	脱髓鞘病·····	(227)
第十一节	重症肌无力·····	(229)
第十四章	神经症·····	(232)
第一节	概述·····	(232)
第二节	神经衰弱·····	(233)
第三节	癔症·····	(236)
第四节	焦虑症·····	(239)
第五节	强迫症·····	(242)
第六节	恐惧症·····	(245)

第七节	躯体形式障碍·····	(247)
第十五章	儿科临床心理·····	(251)
第一节	概述·····	(251)
第二节	情绪障碍·····	(255)
第三节	儿童行为异常·····	(258)
第四节	缺陷儿童临床心理·····	(262)
第五节	儿童慢性病临床心理·····	(264)
第六节	营养缺乏病·····	(267)
第七节	婴幼儿腹泻·····	(269)
第八节	小儿肺炎·····	(271)
第九节	多动症·····	(273)
第十节	抽动—秽语综合征·····	(275)
第十一节	遗尿症·····	(277)
第十二节	儿童精神病性障碍·····	(280)
第十六章	妇产科与计划生育临床心理·····	(282)
第一节	概述·····	(282)
第二节	流产·····	(284)
第三节	妊娠高血压综合征·····	(287)
第四节	妊娠、分娩·····	(290)
第五节	产褥感染·····	(294)
第六节	妊娠滋养细胞疾病·····	(296)
第七节	功能性子宫出血·····	(298)
第八节	心因性闭经·····	(300)
第九节	痛经·····	(302)
第十节	经前期紧张综合征·····	(304)
第十一节	妇科及输卵管结扎术后综合征·····	(307)
第十二节	人工流产·····	(311)
第十三节	不孕症·····	(314)
第十七章	外科临床心理·····	(319)
第一节	概述·····	(319)
第二节	外科感染临床心理·····	(323)
第三节	损伤临床心理·····	(326)
第四节	急腹症临床心理·····	(328)
第五节	胸外科临床心理·····	(331)
第六节	肛肠疾病临床心理·····	(335)
第七节	麻醉临床心理·····	(338)
第八节	破伤风临床心理·····	(340)

第九节 烧伤临床心理	(342)
第十节 骨折临床心理	(345)
第十一节 脑外伤临床心理	(347)
第十八章 五官科疾病临床心理	(351)
第一节 青光眼	(351)
第二节 中心性浆液性脉络膜视网膜病变	(354)
第三节 梅尼埃病	(357)
第四节 耳鸣	(358)
第五节 咽异感症	(360)
第六节 癔病性耳聋	(362)
第七节 癔病性失音	(364)
第八节 职业性喉病	(365)
第九节 牙周病	(367)
第十节 复发性阿弗他溃疡	(368)
第十一节 颞下颌关节紊乱病	(370)
第十九章 皮肤性病临床心理	(372)
第一节 概述	(372)
第二节 神经性皮炎	(373)
第三节 银屑病	(375)
第四节 荨麻疹	(377)
第五节 斑秃	(379)
第六节 酒糟鼻	(381)
第七节 皮肤瘙痒症	(383)
第八节 性传播性疾病	(385)
第九节 艾滋病	(388)
第二十章 其他科心理	(392)
第一节 门诊病人的临床心理	(392)
第二节 住院病人的临床心理	(394)
第三节 急诊病人的临床心理	(397)
第四节 特殊检查病人的临床心理	(398)
第五节 临终病人的临床心理	(399)
第六节 老年病人的临床心理	(402)
参考文献	(407)

第一章 临床心理学基础

第一节 概 述

一 概述

临床心理学（Clinical Psychology）是心理学中的一个分支学科，是一门以有心理障碍的人为研究对象，并实际从事心理疾病的诊断、治疗与预防的应用心理学科，是应用心理学的重要组成部分。要注意界定以下几方面内容：

（一）现代定义中所指的“临床”除了习惯上所指的医院病床工作之外，还包括在家庭、学校、企事业单位、社区、司法部门等场所实际进行的心理辅导工作。临床心理学工作者的工作场所不仅包括医院，还包括学校、公司企业等社会机构。

（二）临床心理学的应用主体是临床医生、护士以及其他相关心理咨询师或治疗师，并不局限于精神科等某一专业的人士。

（三）临床心理学的主要工作目标是围绕维护心理健康，克服心理障碍和心理疾病，而不是运用于公关、营销、管理的心理学工作。

（四）临床心理学所涉及的病种包括临床上常见的心理障碍、心理疾病和与心理因素有关的躯体疾病，躯体疾病包含因生物原因引起的疾病，病后产生的一系列心理问题 and 心理障碍，如艾滋病（AIDS）患者，而并不局限于狭义的精神疾病或心身性疾病。

（五）临床心理学是一门实用性、实践性、综合性很强的应用学科，因此，它兼收并蓄古今中外的各种相关的行之有效的心理学理论和技术。

综上所述，我们对临床心理学的定义可以概括如下：临床心理学是运用心理学的知识和原理，帮助病人纠正自己的精神和行为障碍，通过心理咨询指导和培养健全的人，以便有效地适应环境和更有创造力。

临床心理学包括医学心理学、护理心理学、变态心理学、健康心理学、社会心理学、发展心理学、神经心理学、咨询心理学、心理治疗学和精神药理学等心理学知识。此外，临床心理学还与社会医学，以及内科、外科、儿科、妇产科等临床医学知识具有密切的联系。从这种意义上说，其他心理学分支和临床医学是临床心理学的基础，而临床心理学是心理学与医学等多学科的实际综合应用。从某些著作来看，医学心理学和临

床心理学在内容上接近,因而可看作是相似学科。

二 临床心理学的历史

(一) 临床心理学产生的背景

临床心理学的正式出现是在 1896 年,促使它出现的社会和历史因素很多,但主要包括以下三个方面,即在心理学中科学研究方法的使用,对人类个体差异的兴趣的发展,以及对行为异常的看法及治疗方式等。

(二) 临床心理学之父——赖特纳·韦特默

美国心理学家赖特纳·韦特默(1867~1956)是第一位临床心理学家,韦特默 1867 年 6 月 28 日出生于美国宾西法尼亚州的费城。1888 年从费城大学本科毕业,1891~1892 年到德国莱比锡大学向冯特学习心理学。从 1892 年起他又回到费城大学攻读法律,后转读哲学,并兼做心理学实验室的研究助理。1896 年起,他在拜因穆尔学院(Bryn Mawr College)建立了实验心理学实验室,并积极参与了宾州低能儿童培训学校的工作。就在这一年里,韦特默创建了第一个心理诊所(Psychologic Clinic),这是世界上第一个儿童指导诊所,并成为临床心理学产生的标志。

三 临床疾病心理学

临床疾病心理学界定为临床心理学的一个分支,它主要讨论临床各科疾病的心理学问题,并为其学科服务。

现代医学模式的发展,不仅要求人们看到生物、理化和遗传等因素在疾病发生、发展、康复中的作用,同时也应注意到心理社会因素在疾病的发生、发展、康复中的作用,这就要求临床医师在诊疗过程中,不仅针对疾病去诊治,同时更重要是针对人去诊治,更应考虑到作为疾病客体的人的主观能动性,即人的心理活动和社会因素对疾病的作用和影响。当致病因素如负性生活事件导致机体大脑皮层功能、神经内分泌和免疫功能紊乱并诱发内环境不稳定,情绪、认知或行为异常时,称为心理疾患,比如焦虑性神经症;如果心身两者相互影响,使组织器官发生病理变化和病理生理变化,这属于心身疾患,比如高血压、甲亢;获得性免疫缺陷综合征(AIDS)患者,该病致病因素是 HIV 病毒,但患 AIDS 的病人心理变化很显著,抑郁、焦虑、恐惧、自卑,甚至报复社会等一系列复杂的心理变化,在疾病的发展和康复过程中产生了不可忽视的影响,这属于身心反应。临床疾病心理这一概念,包含着该问题的两个方面,但侧重身心反应。

在临床上根据心理和躯体异常程度,心理疾患分为心理问题、心理障碍和心理疾病边缘状态。心身疾病包括心身反应、心身症状、器官神经症等。身心疾患分为身心反应、身心障碍、器官缺陷性神经症和器质性精神病等。

第二节 临床心理咨询

一 概述

心理咨询(psychological counseling),是来访者(即要求进行心理咨询的人)与从事心理咨询工作者之间就来访者提出的问题和要求进行共同分析、研究和讨论,把整理出来的问题进行分类、定性,找出问题的症结,经过心理咨询者的启发和指导,共同协商,找出摆脱困境和情绪危机的办法,以克服情绪障碍,恢复与社会环境的协调适应,维护心身健康,使之生活幸福美满。

二 心理咨询的对象

心理咨询的对象不仅是患有某种心身疾病或躯体疾病的病人,更多的是来自有这样或那样心理、社会因素困扰的正常人群;还有来自代为咨询的家属或组织;也有来自学校或厂矿单位的集体咨询。咨询的任务在于使来访者与心理咨询工作者之间进行对话,提供情况和问题,共同商讨,听取心理咨询者的指导和建议。但心理咨询工作者并不参与决断和解决问题,应该相信人的潜力,人是可以在别人的支持和帮助下,自己解决自己问题的。《韦氏字典》对咨询(consultation)的解释是:“咨询是一种磋商行为,磋商的目的在于通过对事情的商讨,有关意见的交换,以达到增长见闻,获取建议的目的。”或者“心理咨询”是一个过程,只有通过咨询过程才能实现咨询的目的。

本节重点论述临床心理范畴内的心理咨询问题,主要在综合医院或专科医院的门诊进行,来访者既有病人也有健康人,他们来自社会各个阶层,其职业、文化水平、社会经历、性格特点、人生观和信仰各不相同。

三 临床心理咨询的任务

来访者提出的问题和要求虽然涉及许多方面,但一般可归纳为以下几个方面:

- (一) 各种情绪障碍,如焦虑、抑郁、恐惧等的诊断和治疗。
- (二) 对有关学习、就业、恋爱、婚姻、家庭、婚外情、计划生育和优生优育反映出来的困惑和苦恼,急需咨询和答疑。
- (三) 某些精神和心理病态的鉴别诊断和预后判断。
- (四) 性心理异常和性功能障碍的咨询和治疗。
- (五) 要求介绍各个年龄阶段的心理卫生知识,如婴幼儿期、青春期、更年期和老年期的心理卫生;有关睡眠、学习、记忆和脑力劳动的心理卫生知识。

四 常用心理咨询方式有以下几种

(一) 门诊心理咨询

在综合性医院、精神卫生中心和卫生保健部门均可设置心理咨询门诊,接待来访

者。这种形式与所接待的来访者直接见面，能进行面对面的对话，故咨询较深入，效果好。由于心理问题的特殊性，咨询的医务人员应负责对来访者所谈问题保密，但咨询记录必须完整、真实。

（二）院内咨询

内、外科或其他科病人出现心理问题如拒绝治疗、伴发抑郁或焦虑，乃至发生脑器质性综合征时，可以提请院内医学心理咨询，也可在综合性医院内建立由医院心理咨询师、精神科医师、心理学工作者和其他医师组成的“联络咨询组”，一起研究处理病人的心理问题。

（三）信函咨询

多为外地要求心理咨询者或本地要求咨询者出于暂时保密或试探心理，故以信函开路。这种形式只能初步了解情况，进行安抚和稳定情绪工作，有时不能就信中具体问题探讨，因为信中内容可能是一种情绪宣泄，不一定是咨询者的真实想法，稍有不甚就会起到反面作用，使咨询者失去信心。因此最终还是导致来门诊亲临咨询。

（四）电话心理咨询

多为处于急性情绪危象，濒于精神崩溃或企图自杀的人，拨专用电话向心理咨询门诊告急、诉苦和求援。在国外，这种电话心理咨询往往专业化，成为热线中心，24小时均有人值班，接到电话呼救后，立即派出人员赶至当事人家中，处理其急性情绪危象，安定情绪，制止自杀。北京、广州等地已设热线电话为咨询服务。

（五）专题心理咨询

针对公众关心的心理问题，在报刊、杂志、电台、电视台进行专题讨论和答疑。国内有些报刊已经开辟了心理咨询专栏，系列讨论和回答群众质疑。这种形式具有心理卫生宣传性质。

五 心理咨询的方法与技巧

因为心理咨询的方法与技巧直接影响心理咨询的效果，故必须予以充分重视。一般应注意以下几个方面：

（一）倾听

认真积极地听取来访者的倾诉，启发他谈问题、谈苦恼、谈个人经历与社会环境的关系，谈对形成困境因素的自我分析，谈他将如何摆脱困境的打算、要求咨询的目的和要求等。要认真地听，以便获取可供分析的信息。可以表示你的同情心，以取得来访者对你的信任，要为来访者提供疏泄情绪的机会。

（二）归纳和分析问题

整理出引起苦恼的最关键问题，需答疑和指导的事情是什么，并注意两者之间的关系是否一致。整理的方式应采取与来访者共同讨论分析进行。对整理出的问题，应征询来访者的意见看其是否确切，对所做分析和结论是否同意，以便使下一步的指导更有针对性，并使来访者信服。

（三）有针对性地先解决关键性的问题，其他有关的次要问题，留待下一步一个一

个地解答。解答问题时，一定要突出重点。

(四) 解答指导时，应照顾到对方的文化水平、性格特点以及解决问题的可能条件。建议、指导要实事求是，在现实条件下，经过努力可以达到目的者最好。不要好高骛远，切忌脱离实际的夸夸其谈，只讲一大堆空道理是最为有害的。为了保证措施的可行性，应征求对方意见，“这样做行不行？”如不行，则另行磋商寻找其他办法。

(五) 建议指导时应注意以下几个方面

纠正来访者的认知活动；良好性格的塑造；掌握应付各种困难的心理应对方式以及适应社会环境的能力。处理措施中，还应包括必要的药物治疗和社会治疗。后两者的治疗价值非常重要，不能因为强调了病人自己解决问题的能力，就忽视了上述治疗的重要性。心理咨询效果的好坏也决定于运用这两种治疗的功夫技巧。在社会治疗中，如能取得家庭和组织的理解、支持和帮助，则是心理咨询取得效果的最后关键。

(六) 在处理问题的实践中，如有障碍或面临的困难较大，应叮嘱来访者继续来咨询、磋商。要经常注意来访者的情绪变化，及时给予鼓励、支持，防止悲观、失望。必要时，扩大咨询对象范围，约请家属和组织参加，共同交换意见，协商处理。

六 心理咨询的几个规律性的问题

(一) 心理咨询的动机多种多样，大多数来访者都是心事重重，入困境而矛盾、犹豫、拿不定主意，急需听取有威望者的意见，寻找出路。其次是企图了解有关生理、心理卫生知识，少数人则希望寻求同情、支持和有疏泄委屈的机会。来访者第一次来访时，往往抱着打听一下或试一试的想法。进来后也只是试探性的询问，待自己认可咨询师之后，才全盘端出自己内心的疑虑和困惑。

(二) 情绪障碍是心理咨询中最突出的问题，前来要求心理咨询者中，约有半数以上均有情绪障碍。他们焦虑、抑郁、恐惧或烦恼，其中以焦虑和抑郁最为常见。他们新近遭遇的精神创伤多很明显，情感反应均很强烈，因此，解除情绪障碍，稳定情绪，指明方向和希望，是心理咨询的首要工作，是开始阶段中最关键的一环。对情绪障碍能及时处理好，则会给来访者带来希望和渡过难关的信心，防止其精神崩溃，免使不幸事件的发生。如遇到情绪障碍的严重情况，一要保证能给来访者肯定的帮助，使来访者有信心解决心理问题；二要当机立断，给予药物治疗迅速解决情绪障碍以求解除险象。

(三) 为什么来访者会陷于苦恼和困境，从来访者的诉述和造成其苦恼因素的分析中，可以知其苦恼并非偶然，既有外界的社会因素，也有内在的心理因素，两者交互影响。心理咨询工作者可以从以下几方面分析问题所在，第一，从自身原因分析，看一看自己是否存在不善处理上下级、同事、夫妇、子女、父母之间的关系，导致彼此抱怨、指责、心情不畅，是不是存在不懂生活艺术，不会安排精神生活，生活呆板、僵化、贫乏、缺乏人情味，所以容易感到空虚无聊。是不是存在性格古怪，不善与人相处，无法与人交流思想、交流感情，不但自己苦恼，周围人也为之苦恼。是不是存在缺乏卫生保健知识，尤其缺乏心理卫生知识，易受疑病和医源性疾病之害。是不是存在由于缺乏生活阅历，在心理发展尚不完全成熟之际，最易受到迅速变化的社会冲击，并为此处于矛

盾、困惑和苦恼之中，等等。第二，从客观原因分析，让来访者站在对方的立场上分析，从客观上是不是应该如此，并不存在不公平、故意压制人等等问题。第三，是否存在社会帮助问题，出现问题没有寻求应有的帮助，一味的烦恼、怨天尤人，没有冷静的思考解决问题的办法，等等。让来访者明白问题的关键，从而找出解决问题的方法或接受现实，解除掉自己的情绪障碍。

（四）心理咨询内容有年龄特点：不同年龄的来访者所提出的心理咨询内容常不相同。代儿童咨询者，多为有关优生、教养、学习、智力培养的质疑或多动行为问题；青少年多为青春期烦恼、学习和升学，或由于家庭不懂青少年心理规律及僵化、专制的教育方式引起青少年的苦恼；青年则多为恋爱、婚姻、情感、性生活、职业选择、事业、人际关系中的烦恼；中老年人则多为衰老、体弱多病、离退休、丧偶、再婚及“两代人之间的隔阂”矛盾中的苦恼。

（五）要注意分清楚心理障碍的表现是原发的还是继发的，要透过病人出现的情绪障碍和形形色色的心理病态现象，寻找其产生的根本原因：一方面，要注意引起心理障碍的社会、心理因素；另一方面，也不能忽视有关生理学因素作为产生心理病态的背景。例如焦虑、抑郁，既可能是仅仅继发于社会、心理因素的境遇性反应，也可能是焦虑症或抑郁症的原发症状。境遇性反应的焦虑、抑郁仅为暂时性的心理反应；而焦虑症或抑郁症则为神经症范畴，有其致病生物学基础。因此，在心理咨询时，必须分别对待并予以相应的处理。如为精神病症，则应重视药物治疗，辅以心理咨询和心理治疗。在临床心理咨询中，事实上很多来访者是由于患有精神疾病而激发一些与社会环境不适应的表现，在心理咨询中不可不慎。这也是为什么从事临床心理咨询的工作者必须具有丰富临床知识、经验的道理。

第三节 临床心理治疗

一 概述

心理治疗（Psychotherapy）又称精神治疗，是指应用心理学的理论与方法治疗病人心理疾病的过程。是用语言、表情、动作、姿势、态度和行为向对方施加心理上的影响，解决心理上的矛盾，达到治疗疾病、恢复健康的目的。因此，从广义上讲，心理治疗就是通过各种方法，运用语言和非语言的交流方式，影响对方的心理状态（影响或改变患者的感受、认识、情感、态度和行为，减轻或消除使患者痛苦的各种情绪、行为以及躯体症状），通过解释、说明、支持、同情、相互之间的理解来改变对方的认知、信念、情感、态度、行为等，达到排忧解难、降低心理痛苦的目的。由此可见，广义的心理治疗泛指一切影响人的心理状态、改变理解行为的方式和方法。父母与子女之间、夫妻之间、同学同事之间、邻里之间、亲朋好友间的解释、说明、指导等方式的交往与沟通，都具有一定的心理影响和心理治疗作用。而狭义的心理治疗，则是在确立了良好的

心理治疗关系的基础上,由经过专门训练的施治者运用心理治疗的有关理论和技术,对求治者进行帮助,以消除或缓解求治者的心理问题或人格障碍,以促进人格向健康、协调方向发展的过程。

心理治疗的方法,在中国古代就已得到了绝妙的应用。据《后汉书》记载:某地有一太守,因忧思郁结患病,久治无效。后请名医华佗诊治,华佗闻得太守的病情后,开了一个奇妙的治疗“处方”:他故意收取了太守的许多珍宝后不辞而别,仅留下一封讽刺讥笑太守的信札。太守闻讯勃然大怒,命人追杀华佗,但华佗早已远去。于是,太守愈加愤怒,竟气得吐出许多黑血。不料黑血一吐,多年的沉痾顽疾也随之痊愈了。这里,华佗正是采用心理治疗的方法,以“怒胜忧思”之术治好了太守的“心病”与“身病”的。

我们知道,心理治疗的方法是极为多样的,但目的都在于解决患者所面对的心理困难与心理障碍,减少焦虑、忧郁、恐慌等精神症状,改善病人的非适应性行为,包括对人对事的看法,从而促进其人格成熟,使被施治者能以较适当的方式来处理问题,以适应生活。因为心理治疗的过程主要是依靠心理学的方法来进行的,是与相应药物治疗、物理疗法不同的治疗方法,所以称之为心理治疗。

英国心理学家艾森克(H·J·Eysenck)归纳了心理治疗的几个主要特征,这就是:

- (一) 心理治疗是一种两人或多人之间的持续的人际关系;
- (二) 参与心理治疗的其中一方是有特殊经验或接受过特殊专业训练的;
- (三) 心理治疗其中的一个或多个参与者是因为对他们的情绪或人际适应感觉不满意而加入这种关系的;
- (四) 在心理治疗过程中应用的主要方法实际上是心理学的原理,即包括沟通、暗示以及说明等机制;
- (五) 心理治疗的程序是根据某些正式的关于一般心理障碍的理论和求治者特殊的心理障碍而建立起来的;
- (六) 心理治疗过程的目的就是改善求治者的心理困难,而后者是因为自己存在心理困难才来寻求施治者予以帮助的。

近百年来,随着心理学的发展,原有的心理治疗方法不断改进和完善,并涌现出许多新的心理疗法,尤其是50年代以后的行为疗法、询者中心疗法等相继出现,不仅丰富了心理治疗方法,而且大大扩展了心理治疗的服务范围。1980年美国出版的《心理治疗手册》收集的心理疗法就有250种之多。

二 心理治疗的对象

心理治疗,顾名思义就是对心理障碍与心理困难的心理不良境况进行治疗,也就是说,心理困难与心理障碍是心理治疗的对象。那么,什么是心理困难与心理障碍呢?

第一是精神问题。从精神不佳到精神崩溃,均为心理治疗的对象。有精神疾患的人,其人格和精神失去了统一协调的效能,与外界现实不能正常接触,发生幻觉、妄想等症状,并且其思考、情感、行为亦有显著障碍,无法正确地面对日常生活,病人的表