

临床心理学导论

—— 科学 $\swarrow$ 实践



原著 Bruce E. Compas Ian H. Gotlib 主译 姚树桥 朱熊兆



人民卫生出版社

临床心理学导论

——科学与实践

Introduction to Clinical Psychology
Science and Practice

原著 Bruce E. Compas
Ian H. Gotlib

主译 姚树桥 朱熊兆

译者名单(以姓氏笔画为序)

马惠霞	王 湘	刘哲宁	刘海洪
朱熊兆	许明智	李文波	吴大兴
周永红	周路平	国效峰	蚁金瑶
姚树桥	蒋 莉	谢家树	蔡 溢
彭 敏	薛志敏	熊 燕	

人 民 卫 生 出 版 社

人民卫生出版社

McGraw-Hill

A Division of The McGraw-Hill Companies



Bruce E. Compas, Ian H. Gotlib

Introduction to Clinical Psychology: Science and Practice

ISBN: 0-07-012491-4

Copyright © 2002 by The McGraw-Hill Companies, Inc. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

Simplified Chinese translation edition jointly published by McGraw-Hill Education (Asia) Co. and People's Medical Publishing House.

临床心理学导论: 科学与实践

本书中文简体字翻译版由人民卫生出版社和美国麦格劳-希尔(亚洲)出版公司合作出版。

未经出版者预先书面许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

敬告: 本书的译者及出版者已尽力使书中出现的药物剂量和治疗方法准确, 并符合本书出版时国内普遍接受的标准。但随着医学的发展, 药物的使用方法应随时作相应的改变。建议读者在使用本书涉及的药物时, 认真研读药物使用说明, 尤其对于新药或不常用药更应如此。出版者拒绝对因参照本书任何内容而直接或间接导致事故与损失负责。

图书在版编目(CIP)数据

临床心理学导论—科学与实践 / 姚树桥等主译.

—北京: 人民卫生出版社, 2004.4

ISBN 7-117-06055-7

I. 临… II. 姚… III. 医学心理学—高等学校—教材 IV. R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 019036 号

图字: 01-2003-4108

临床心理学导论

——科学与实践

主 译: 姚树桥, 朱熊兆

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 67616688)

地 址: (100078)北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址: <http://www.pmph.com>

E-mail: pmph@pmph.com

印 刷: 尚艺印装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 30.5

字 数: 651 千字

版 次: 2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 7-117-06055-7/R·6056

定 价: 55.00 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

译者前言

临床心理学是一门探讨人类心理病理的原因、发生机制、防治手段及增进人类身心健康的应用性学科,其核心工作是临床心理评估和心理治疗技术的研究与应用。该学科强调理论与实践并重,既是心理学科的重要分支之一,又是精神卫生学(临床医学)的不可缺少的部分。在西方国家,临床心理学(1896年诞生)经过百余年的发展,已成为当今心理学科中最庞大的分支,从业人员占心理学家一半以上,其科学研究和临床服务已渗透到社会生活的各个侧面,显示出旺盛的生命力。纵观西方临床心理学的发展,虽然也有一些挫折,但总的来说仍是相当的顺利,与其它学科一样,经历从学科早期建立到目前基本成熟的共同模式,推动学科发展的外在动力源于社会需求剧增的几次重大事件(如二次世界大战),而学科自身所具有的独特理论和解决问题的手段则是其内在动力,是该学科发展必不可少的基本条件。此外,临床心理学家培养体系相当完善,为学科持续发展提供了人才保证。与此相比,尽管近二十年来我国临床心理学有了长足发展,引进、消化及建立了国际上常用的心理评估和心理干预技术,但整体上与美国等西方国家临床心理学的发展水平仍有相当的差距,尤其在培养体系方面还相当不完善,具有研究生学历的临床心理学专业队伍规模很小,与社会对中、高级临床心理学家数量的需求相距甚远,这一现状表明了我国的临床心理学还处

在初级发展阶段,但另一方面也面临着巨大的发展空间和众多的发展机遇。在我国临床心理学即将步入高速发展的时刻,我们认为当务之急是迅速完善我国临床心理学专业人才的培养体系及教学条件,其中教材建设尤为重要。为此,我们计划从翻译西方国家的临床心理学权威教材入手,抛砖引玉,使我们对国外临床心理学现状及其发展趋势有全面的了解,并借鉴国际上临床心理学家培养的成熟经验,完善我国特色的临床心理学专业人员的培养体系,并编写出适用于我国临床心理学专业本科生和研究生培养的教材。此外,我们也希望有志于临床心理学事业、选择临床心理学作为自己职业的青年人,通过对本书的阅读,了解临床心理学的基本理论和实践技能,同时也对即将从事临床心理学工作的艰辛与挑战有全面的、正确的认识,相信青年读者们将从中收益颇丰。

我们所翻译的《临床心理学导论——科学与实践》一书,系美国 Bruce E. Compas 博士和英国 Ian H. Gotlib 博士合著,两人均是国际上著名的临床心理学家。书中凝聚了两人长期从事临床心理学研究、教学及临床实践的经验,也倾注了他们对临床心理学专业教学的满腔热忱和长期所付出的心血。该书深入浅出,特色鲜明,具体表现在:(1)高度重视临床心理学的科学基础,改变既往该学科或者偏重理论,或者只注重单纯临床技术的培养模式。在临床心理学科,各种理论假说众多,且新的理论假说还在不断产生,用理论研究方法提出理

论观点固然重要,但用科学的实证研究方法去验证理论则更为重要,也只有经验证的、在实践中有效的理论才具有真正的价值,这样的理论才能称之为科学理论;另一方面,基于临床心理学科早期对解决人类实际心理问题的技术方法的需要,也曾出现过只重实用技术而忽视科学理论基础的倾向,这种倾向曾使历史上为数不少的“心理治疗大师”最后走入伪科学的死胡同。因此,该书的一个主导思想就是:初学者首先要把自己定位于科学家,然后才做实践家,即临床心理学家培养的科学家—实践家模式。(2)理论与实践并重,科研与临床结合。强调临床心理学专业的本科生和研究生不仅要有坚实的专业理论基础,具备独立进行临床心理科研的能力,而且还要重视临床训练,能熟练地进行心理诊断和心理治疗工作,使学生毕业后既具有良好的科学素养,能进行高水平的科研活动,又具有临床实践能力,能解决临床中实际问题。更为重要的是,临床心理学的研究应紧密结合临床,研究人类病理心理特征及规律、心理诊断与干预技术及其有效性,以阐明心理障碍的原因、形成机制,并为临床实践提供最有效的方法和技术手段。为此,该书第一篇专门介绍临床心理学理论基础、科研方法及有待解决的问题,第二篇和第三篇不仅介绍了临床心理学的常用的诊断技术和心理干预方法,而且进一步将第一篇中所述的理论和科研方法有机地与临床实践相结合,详细地阐明了这些理论和方法是如何指导和应用于临床实践中,从而解决临床中的问题,尤其在心理干预疗效研究方面的综述有许多独到的见解。(3)紧跟当前临床心理学发展趋势,把临床心理学最新的研究成果呈现给了读者,如韦克斯勒成人智力量表第三版(WAIS-III)、

韦克斯勒儿童智力量表第三版(WISC-III)和明尼苏达多相人格问卷第二版(MMPI-2),在经典流派的心理治疗基础上派生的众多的新方法,以及心理治疗疗效研究最新的成果及未来研究思路等。(4)该书注意吸收心理学其它分支或相关学科的最新研究成果,例如生命科学、信息科学及测量学相关知识与技术,使传统的临床心理学(心理评估与心理治疗)发展空间得到了极大的拓展。当今科技发展日新月异,临床心理学也必将越来越多借助科技的新发现,来探讨心理异常的奥秘,使临床心理学焕发出新的活力。(5)与既往的临床心理学教材不同,该书对心理障碍的预防给予了高度的关注,并从个体、群体、社会三个层面开展预防工作提出了独到的工作模式和具体方法,这对传统临床心理学只关注个体心理问题的工作取向的改变将起到推动作用。(6)这里特别要提到的是,该书作者所提供的四个案例,生动形象,全书各章都围绕着这四个案例展开了讨论,使初学者对临床心理学各个知识点易于掌握,融会贯通。该书的这些特色和观点就是当前临床心理学发展趋势的反映。

由于临床心理学发展迅速,涉及学科和知识面极广,而译者人数较多,知识水平有限,翻译稿难免有不当之处,恳请各位同行、专家批评指正,也请使用该书的学生提供宝贵意见。

本书在翻译过程中,得到了麦格劳——希尔教育出版公司北京代表处薛睿丽女士的协助和关心,在此,致以最真诚的谢意!

姚树桥、朱熊兆

2004年3月18日

序 言

本书是为心理学专业高年级本科生和低年级研究生编写的临床心理学教材，其主要目的是让学生了解临床心理学领域中引人注目的最新观点。我们两人既是从事临床研究的科学家，又是从事临床实践的临床心理学家，还是美国心理学协会（APA）批准的临床心理学专业研究生训练课程的导师。在此书的编写中，我们汇聚了所有的工作经验，希望能为学生提供该领域中最新的、科学性的、前沿性的观点。确实，正因为致力于临床研究，我们在本书中非常重视从事临床心理学实践的科学基础。由于重视这种科学基础，我们认为，在临床心理学中把研究和实践结合起来是至关重要的。

我们假定，使用这本书的学生通过变态心理学的入门学习已经接触过临床心理学，也接触过心理学研究设计和统计的基本方法。我们相信，有了这样的基础，学生能更好地理解本书中较为高深的问题。

本书的结构

本书主要分三大部分。在第一部分里，我们纵览了临床心理学的研究领域。我们将阐述这一领域独有的特点，阐述它的历史和发展趋势。由于重视临床心理学实践的科学基础，我们还浏览了应用于临床心理学研究的各种方法。我们对主要的理论进行了回顾，这些理论是临床心理学研究和实践的基

础，我们还阐述了心理病理学的研究现状及其思考。在这一部分里，我们介绍了四个案例，它们贯穿于全书，以实例说明了临床心理学的重要方面。这四个案例代表了心理病理学的研究范围，它们分别是儿童的注意缺陷与多动障碍、青少年的贪食症、成年人的社交恐怖症和老年妇女的抑郁症。

在第二部分里，我们着重讨论临床心理学的评估方法。我们将阐述临床心理学家如何从心理学的角度来测量和理解人们及其问题。我们先讨论评估的一般过程，然后介绍不同种类的评估方法，包括与儿童和成人访谈的策略和程序、智力评估和神经心理评估、人格评估（自陈量表和投射测验）及行为评估。在这一部不同章节里我们将继续关注那四个案例，看看不同的评估方法在这些个体身上是如何应用的。

在第三部分里，我们介绍临床心理学的干预方法。首先浏览一下干预方法，如健康和积极行为的促进、心理障碍和躯体疾病的预防、心理障碍的治疗。然后详细介绍三种经典流派治疗心理障碍的方法：（a）精神分析、心理动力学和人际方法；（b）人本主义的、存在主义的和经验的方法；（c）行为的和认知的方法。对于这些方法，我们将探讨相关的理论和研究，介绍每一种疗法对特定心理障碍的应用，再次以实例说明这些疗法是如何应用于那四种个案的。与我们重视临床研究相一致，在每一章里，我们将介绍各

种治疗方法的异同,讨论临床心理学家如何进行研究并评价心理疗法的有效性,从而指出哪一种心理疗法是临床研究发现的最有效的方法。

在本书的最后一章里,我们将综合评价临床心理学领域中已取得的成就、面对的挑战以及学生将要面临的机遇。

本书的特点

本书有几大特点。第一,我们重视临床心理学的科学方法。我们两人都是通过临床心理学研究与实践的研究生训练而获得博士学位的,这种训练是以 Boulder 模式训练为基础的。由于我们接受过科学训练,因此我们坚信研究和实践是相互影响、相互作用的。当你浏览了这本书后就会发现,研究和实践相结合是这一领域中的一个重大挑战。我们相信,研究和实践应当是相互影响的,没有临床研究就无法提出有效的评估或治疗方法,没有临床实践就难以确定最需要研究的领域。因此,在本书里,我们广泛地吸收了最新研究成果,正是这些研究成果引导着临床心理学评估和干预方面的实践。

第二,我们使用了四个案例研究,是为了对研究的应用有更为具体的了解。我们在第一章里介绍了这些个案研究,继而对它们进行诊断、评估和治疗。这些个案反映了不同类型的心理障碍,涵盖了生命的全程,提出了与不同性别、不同人种相联系的重要课题。这四个案例,以及本书中其它的临床实例,生动地说明了不同的理论方法在心理病

理学的概念、评估和治疗方面的差异。例如,我们详细地描述了1999年4月20日发生于科伦拉罗 littleton 的校园枪杀案,是为了就此提出问题,探讨人类行为的不同理论模式会如何解释这种行为,特别是心理疗法的人本主义方法会如何理解这一情境。

第三,在其它书中,临床心理学的重要分支,如临床儿童心理学、临床健康心理学、心理卫生学和神经心理学被视为附属的问题而独立成章的。我们相信,这些分支是临床心理学完整的不可分割的部分,我们通过个案的运用以及在适当的问题上与其他章节内容联系起来,把这些分支也囊括在本书之中。

第四,我们提供资料,鼓励学生积极地进行批判性的思考。例如,我们提出了许多心理学理论,这些理论形成了临床心理学评估和干预方法(第4章),我们引导学生评价这些理论的优点和不足。同样地,在讨论心理疗法有效性的研究时(第15章),我们向学生介绍了那些可靠的研究方法的特点,使他们能对已有研究的质量进行判断。

最后,在这本书中,我们还采取了一些办法来增加学生的学习经验。例如,我们在每一章的后面列出了关键术语和人名,还列出了资料来源,如著作和期刊。本书有相应的网页(www.mhhe.com/compas),其中包含了每一章的关键问题、随时进行内容更新的补充资料,以及与网上相关资料的重要联系。此外,还有一个可供教师使用的计算机化的资料库。

目 录

第一篇 临床心理学总论

第1章 临床心理学概述	3
引言	3
临床心理学的研究范围	4
临床心理学和其他心理学分支	7
临床心理学和其他心理健康学科	10
临床心理学家的工作内容和环境	11
临床心理学家的培养模式	15
临床心理学家的思考方式	17
总结和结论	21
关键术语和人名	21
主要文献来源	22
第2章 临床心理学：过去与现在	26
引言	26
心理学领域中临床心理学分支的 出现	30
临床心理学领域的现状及对2010 年的展望	50
总结和结论	55
关键术语和人名	56
主要文献来源	56
第3章 临床心理学研究方法	57
引言	57
临床心理学研究的作用	58
研究过程	59
惊恐障碍：临床心理学研究的一个	

例子	74
总结和结论	77
关键术语和人名	78
主要文献来源	78
第4章 发展、行为和人格模式	79
引言	79
理论的作用	80
对理论的批判性思考	81
行为的、发展的和心理病理学理论	83
理论的应用：对重性抑郁的理解	99
总结和结论	102
关键术语和人名	103
主要文献来源	103
第5章 临床心理学诊断和分类	104
引言	104
分类的重要性	105
临床心理学的分类	107
一个有启发性的例子：青少年 抑郁	116
分类系统发展中的关键问题	117
总结和结论	121
关键术语和人名	121
主要文献来源	122

第二篇 心理评估

第6章 评估：理解人及其环境	125
引言	125

心理评估的定义·····	126	第10章 行为评估：行为、认知以 及心理生理学测量·····	216
心理评估的过程·····	127	引言·····	216
评估的伦理学问题·····	143	行为评估的历史及其研究重点·····	217
总结和结论·····	143	行为评估的目标·····	218
关键术语和人名·····	144	行为评估的方法·····	220
主要文献来源·····	144	行为评估在心理障碍中的应用·····	234
第7章 评估：临床访谈·····	145	总结和结论·····	238
引言·····	145	关键术语和人名·····	238
临床访谈·····	147	主要文献来源·····	239
访谈形式·····	154	第三篇 心理干预：促进、 预防和治疗	
总结和结论·····	168	第11章 心理干预：促进、预防和 治疗·····	243
关键术语和人名·····	168	引言·····	243
主要文献来源·····	169	心理干预的伦理准则·····	245
第8章 评估：智力测量与神经心理 测验·····	170	心理干预的特点·····	247
引言·····	170	促进和预防·····	252
智力的定义·····	172	促进和干预的范例·····	257
智力的起源：基因和环境·····	175	心理治疗的方法·····	263
智力的发展·····	178	总结和结论·····	265
智力的测量·····	180	关键术语和人名·····	265
神经心理评估·····	191	主要文献来源·····	266
总结和结论·····	193	第12章 精神分析与心理动力心理的 方法·····	267
关键术语和人名·····	193	引言·····	267
主要文献来源·····	194	弗洛伊德精神分析法·····	268
第9章 评估：人格测量·····	195	精神分析理论与治疗的起源·····	279
引言·····	195	在心理障碍中的应用·····	288
人格理论和人格评估·····	196	简化心理动力治疗和人际心理 治疗·····	289
客观人格测验·····	199	关于心理动力治疗与人际心理治疗 的研究·····	291
投射人格测验·····	206		
总结和结论·····	214		
关键术语和人名·····	214		
主要文献来源·····	215		

总结和结论·····	293	总结和结论·····	348
关键术语和人名·····	294	关键术语和人名·····	348
主要文献来源·····	294	主要文献来源·····	349
第 13 章 心理治疗：人本主义、存在主义和经验治疗 ·····	295	第 15 章 心理治疗：效果、评估及整合 ·····	350
引言·····	295	引言·····	350
历史背景·····	296	为什么要对心理治疗的疗效进行评估·····	351
主要的理论基础·····	299	如何评估心理治疗的有效性·····	354
治疗的目标·····	302	心理治疗的疗效如何·····	361
训练·····	303	总结和结论·····	375
关键技术·····	304	关键术语和人名·····	375
当代治疗方法：过程—经验心理治疗·····	307	主要文献来源·····	376
在特殊问题和心理障碍中的应用·····	313	第 16 章 临床心理学：过去、未来与机遇 ·····	377
关于人本主义、存在主义和过程—经验心理治疗的研究·····	314	引言·····	377
总结和结论·····	317	心理病理学、评估和干预的进展·····	378
关键术语和人名·····	318	21 世纪临床心理学家所面临的挑战·····	381
主要文献来源·····	318	临床心理学的机遇·····	390
第 14 章 心理治疗：行为和认知方法 ·····	319	总结和结论·····	400
引言·····	319	关键术语和人名·····	401
行为治疗发展的历史·····	321	主要文献来源·····	401
行为治疗·····	324	附录 1 专业名词解释 ·····	402
行为治疗在特殊问题中的应用·····	326	附录 2 参考文献 ·····	418
认知行为治疗·····	338		
认知治疗·····	340		

第一篇

临床心理学总论

第1章 临床心理学概述

第2章 临床心理学：过去与现在

第3章 临床心理学研究方法

第4章 发展、行为和人格模式

第5章 临床心理学诊断和分类

临床心理学是一门令人向往的、正在发展中的学科，她紧紧围绕着人类心理病理的原因、防治手段及增进人类心身健康水平来开展科学研究和临床实践。在本篇的第1至第5章中，我们将对该领域概况进行介绍。在第1和第2章里，将阐述临床心理学的定义、学科性质与特色、发展历史及其理论基础。本书自始至终强调临床心理学实践的科学性，为此专门全面介绍了临床心理学研究中使用的各种科研方法（第3章）。在第4章里介绍了指导临床心理学科研究与实践的几大理论。第5章着重于心理病理学的当前研究进展及相关思考。在第1章里，我们还提供了四个案例，本书将在各章中对这些个案进行分析和讨论，以生动地展现临床心理学各个重要的方面。

第 1 章

临床心理学概述

本章要点

引言

临床心理学的研究范围

临床心理学和其他心理学分支

临床心理学和其他心理学分支的关系

临床心理学的特点

临床心理学和其他心理健康学科

临床心理学家的工作内容和环境

临床心理学家的任务

研究

教学

评估

治疗

预防

咨询

管理

临床心理学家的 workplaces

临床心理学家的培养模式

哲学博士 (PhD) 培养模式

心理学博士 (PsyD) 培养模式

研究在临床心理学训练中的重要作用

临床心理学家的思考方式

描述

解释

预测

改变

总结和结论

关键术语和人名

主要文献来源

引言

21 世纪初, 临床心理学面临着巨大的机遇和挑战。美国国家共病 (comorbidity) 调查发现, 在过去的一年里, 30% 的成年人, 也就是 7,000 万人至少患有一种心理障碍 (Kessler et al., 1994)。其中, 1,000 多万人患有心境障碍, 如重性抑郁、双相障碍和心境恶劣障碍 (Kessler et al., 1997); 1,500 多万人患有焦虑障碍, 如广泛性焦虑

障碍、恐怖症、强迫症和创伤后应激障碍 (Kessler et al., 1999); 100 多万人患有精神分裂症这样严重的心理疾病; 50 多万人患有进食障碍, 尤其是成年女性。儿童和青少年的心理健康问题也非常普遍, 并不断增长。数以百万计的儿童和青少年患有破坏性行为障碍、注意缺陷障碍、抑郁障碍和焦虑障碍 (Achenbach & Howell, 1993)。

心理健康问题普遍地影响着人们有效生活的能力, 它会造成学业成绩不良、工作表现不佳、人际关系不好、生活质量下降

(Kessler et al., 1999; Kessler, Walters & Forthofer, 1998)。例如,患有场所恐怖症或重性抑郁症的病人只能呆在家里,患有注意缺陷障碍的儿童常常学习成绩不好,饮酒过度、药物滥用则和工作严重失职、婚姻关系破裂有一定的联系。心理健康问题和青少年犯罪、反社会行为、药物滥用有一定的联系,从而进一步导致法律问题和犯罪。

心理健康问题对躯体健康和疾病也有着深远的影响。那些有抑郁症状的心脏病患者在心脏病发作后,其第二次发作的风险是非常大的(Frasure-Smith et al., 1999)。最普遍的物质滥用是吸烟,它是肺癌发病的头号原因,肺癌是癌症中最难治愈、也最致命的一种(美国癌症协会, 2000)。进食障碍,包括贪食症和厌食症,会带来许多短期或长期的健康问题,这些问题都与营养不良有关。不能有效地处理生活压力也会影响个体的身体健康,如高血压、免疫功能下降(Adler et al., 1999)。

临床心理学的工作就是对心理健康问题及其后果进行了解、治疗和预防,临床心理学家在评估、诊断、治疗和预防这些问题上起着十分重要的作用。他们运用心理测验、访谈和行为观察等技术来诊断心理健康问题,他们通过各种形式的心理治疗(如认知行为治疗、人际心理治疗、婚姻和家庭治疗)活跃在心理健康问题治疗的第一线上。他们日益参与和心理因素相关的躯体疾病的治疗之中,如癌症、心脏病、糖尿病、哮喘病和慢性疼痛等。他们还要制订预防心理健康问题的方案,促进心理健康和身体健康。此外,临床心理学家还要开展研究,更好地理解心理健康和身体健康问题的性质及原

因,改进评估和诊断的方法,评价新的治疗和预防方法的效果。因此,临床心理学家所从事的工作非常重要,这极大地改善了人们的生活。同时,这种工作又是非常艰巨而富有挑战性的,因为心理健康问题非常复杂,人们对这些问题的认识还处于初级阶段。

在本书中,我们会向大家介绍临床心理学中的热点问题和富于挑战性的领域。我们汲取了临床心理学和其它心理学分支的研究成果,帮助大家理解临床心理学实践的科学基础。除了重视研究之外,了解临床心理学领域的重要方法就是对个案研究进行细致入微的思考。为了帮助大家获得这样的视角,大家将追踪四个案例(Jason, Allison, Philip 和 Maria),这些个案在本章最后的个案举例专栏里会有介绍(见专栏 1.3)。我们将沿着这四个贯穿于全书的案例,帮助大家理解和运用临床心理学的知识和方法。

临床心理学的研究范围

在临床心理学产生之前,人们就开始关注人类的心理问题。正如我们在第2章里要指出的,临床心理学有着丰富的历史背景。但是,在考察这一领域的发展过程之前,明确临床心理学的性质、范围和目的,对我们来说是大有裨益的。

表 1.1 列出了 80 年来临床心理学的四种定义。Lightner Witmer 在 1896 年创建了美国第一个心理诊所,他提出的定义被公认为临床心理学界最早的定义。Witmer 把临床心理学定义为通过观察或实验了解个体学习的基本原理,其目的是为了促进个体的发展。Witmer 把心理治疗看成是教育性的,

这在一定程度上是因为他和那些有学习问题的学龄儿童打交道的缘故。美国心理协会 (American Psychological Association, APA) 的临床分会 1935 年也提出了一个类似的定义, 它强调运用观察和测量等心理学方法, 其目的是为了促进个体的适应。1981 年美国心理协会提出了一个定义, 2000 年美国

心理协会的临床心理学分会也提出了一个定义, 它们重复了早期定义中有代表性的主题。临床心理学分会提出的这个定义依然把临床心理学的主要目的确定为: 运用知识更好地理解 and 解决个体在生活中所遭受的心理问题。这个定义明确了心理科学和临床实践的关系, 这正是本书所强调的重点。

表 1.1 临床心理学的定义: 1912 年~2000 年

- 1912 年 Lightner Witmer 的定义: 由于必须运用临床心理学的方法, 任何时候, 个体心智的特点都取决于观察、实验和影响发展 (即心智的发展) 的教学方法 (《心理学临床》(*Psychological Clinic*), 1907 年, 第 1 卷, 第 1 页)。
- 1935 年美国心理协会的定义: 临床心理学是一门应用心理学, 其目的在于采用测量、分析、观察的方法了解个体行为的能力和特点, 同时综合身体检查和社会背景等情况, 对个体的适当调整提出建议和意见 (Brown, 1935 年, 《心理学临床》(*Psychological Clinic*), 第 23 卷, 第 5 页)。
- 1981 年美国心理协会的定义: 临床心理学家运用原理和方法, 来理解、预测和改善人们在智力上的、情绪上的、心理上的和行为上的问题 (“临床心理学家的执业要求” (Specialty Guidelines for the Delivery of Services by Clinical Psychologists), 华盛顿特区, APA)。
- 2000 年美国心理协会临床心理学分会的定义: 临床心理学综合运用科学、理论和实践, 来理解、预测和改善人们的适应不良、能力缺乏、情绪不适, 并促进人们的适应、应对和个人发展。临床心理学关注的焦点是人类适应在智力上的、情绪上的、生物学的、心理上的、社会上的和行为上的方方面面, 这种适应贯穿于人的一生, 因文化背景不同而异, 涵盖了不同的社会经济水平。

尽管这些定义包含了共同的成分, 但还是反映出过去的 80 多年里临床心理学家对这一领域思考上的变化。首先, 临床心理学的研究范围逐渐扩大了。Witmer (1907) 最早认为这一领域的研究重点是智力和学习的问题, 或者用他的术语来说, 是心智的问题。这个定义与美国心理协会临床心理学分会 (Society of Clinical Psychology of the APA) 于 2000 年的定义相比, 后者包含了人类适应的多种层次: 智力上的、情绪上的、生物学上的、社会的和行为的。因此, 这些定义提示我们, 越来越多的问题进入了

临床心理学的研究领域。另一方面, 临床心理学最初只关注学习和教育领域中的问题, 现在非常重视心理病理学 (见第 5 章) 以及躯体疾病和健康 (Compas et al., 1998)。其次, 这些定义还反映了从重视人类行为的观察和理解到改善人类行为的变化。正如我们在第 2 章将更为详细地阐述的, 这种变化也反映出, 与心理评估相比, 临床心理学越来越热衷于心理干预 (心理治疗和其它改变行为的方法)。

但我们认为, 这些定义没有强调临床心理学与其它心理健康专业相区别的最重要的特

征。临床心理学不仅提供了有关人类行为和心理问题的科学知识,而且运用心理学知识来理解和提高人们的生活质量。心理学和人们理解、改善生活中的心理问题所做出的努力紧密联系着,这正是临床心理学的基础。临床心理学家 **Richard McFall** (1991) 在“临床心理学的科学宣言”中提出了这一重要的观点(见专栏 1.1)。这个宣言的基本原则是:“科学的

临床心理学是临床心理学惟一合法的可被接纳的形式”。McFall 认为,临床心理学的另外一种形式,即非科学的临床心理学,依赖于直觉和主观判断,是站不住脚的。心理学为临床心理学实践提供了最为客观的基础。因为,它提供了一个由大量研究积累而来的知识基础,这些研究符合严格的科学标准,为临床心理学实践提供了最清晰的依据。

专栏 1.1 临床心理学的科学宣言

1991 年, Indiana 大学的 Richard McFall 教授担任了美国心理协会临床心理学分会(现为临床心理学学会)的第三小组(临床心理学的科学学会)的主席。在他的就职演说中(和随后发表在《临床心理学家》的一篇文章中), McFall 教授向临床心理学提出了挑战,他认为,临床心理学惟一合法的形式就是基于科学研究的临床心理学。10 年过去了,他的观点至今仍然适用。下面的摘录生动地反映了 McFall 向这一领域的挑战。

基本原则: 科学的临床心理学是临床心理学惟一合法的可被接纳的形式。

我认为,这个基本原则是再清楚不过了,至少是一种不懈追求的理想。究竟有什么可以替代它呢?是非科学的临床心理学吗?如果两者只能选其一,会有人公开认为非科学的临床心理学是一种理想吗?

与这个基本原则意见相左的,很可能是这样普遍的解释:科学还没有得出所有的结论,在此之前,我们依靠临床经验、判断、创造性和直觉,只能尽最大的努力漫无目的地去探索(参见 Matarazzo, 1990)。当然,这个观点反映了一种错误的认识,即科学是一系列的结论,而不是一系列的赖以寻求结论的过程或方法。在那些尚有许多未知的领域——临床心理学当然有着更多的未知,最为迫切的是我们要尽可能严格地坚持科学方法。会有人相信依靠直觉和其它非科学方法来促进知识的进步吗?科学的系统方法是用来探索未知领域的最好方法。

所以,科学的临床心理学的另外一种选择不会是非科学的临床心理学,还有其它可以选择的吗?常常提到的是临床实践。科学和实践两分法是典型的划分方法,它已纳入临床训练的 Boulder 模式,这种模式要把临床心理学家训练为“科学家-实践家”。Boulder 模式提示着,临床心理学有两个合法的形式:临床科学和临床实践。例如,本科生对两分法感到为难,他们在申请临床心理学的研究生培养计划时,正想方设法地在科学和实践之间进行艰难而又必须的职业选择。当这些本科生向我咨询时,我试图说服他们,因为他们对这个问题缺乏一种正确的认识,即科学和实践之间没有选择。我告诉他们,所有的临床心理学家必须首先是科学家,无论他们获得学位后从事什么特殊的行业。作为临床科学家,并不意味着他们必须在实验室或大学里做研究。故意选择不重视科学训练的培养计划,没有接受到也许是最好的科学训练,这意味着他们也无法从事任何形式的心理学职业。当然,我还要告诉他们,临床心理学中各种合法活动必须建立在科学的基础之上。所有合格的临床心理学家首先必须是科学家,临床实践家必须确保他们的实践是科学有效的。

定理一: 心理学服务要推广到大众,必须满足以下四个标准(有严格的实验控制除外):

1. 服务的性质必须说明清楚;
2. 服务的益处必须表述明确;
3. 服务的益处必须科学有效;

专栏 1.1 临床心理学的科学宣言（续）

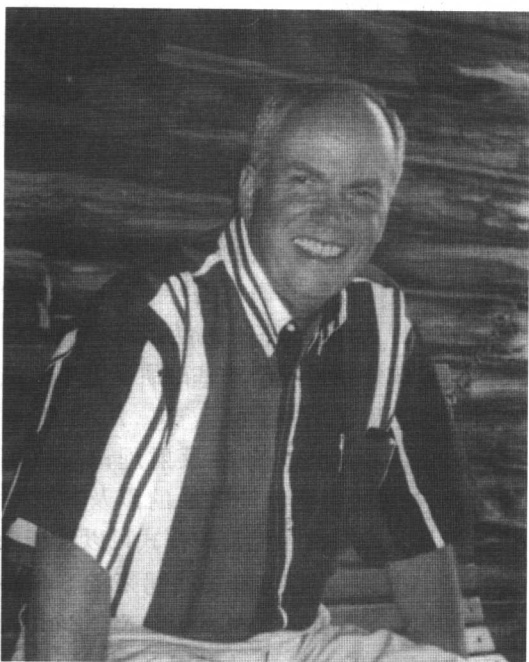
4. 可能的副作用必须依靠实证证明。

这个定理似乎非常熟悉。它是从 Julian B. Rotter 写给 1971 年春出版的《临床心理学家》的推荐书里改编而来的。Rotter 做过这样一个类比：我知道，如果食品和药物管理法允许新药未经足够的试验就上市，会遭到许多临床心理学家的反对。不仅要试验它治愈或缓解症状的能力，而且

要试验它的短期副作用和长期使用效果。但是，这些心理学家没有看到，他们提供给公众的服务是不分种族的——不论是成长经验还是治疗学——这要满足同样的标准是难以想象的。

定理二：临床心理学博士学位训练计划的首要目标是要培养最合格的临床科学家（McFall, 1991）。

就本书的宗旨而言，我们把**临床心理学**（clinical psychology）定义为心理学的分支学科，它既提供了心理学知识，又运用这些



Richard McFall 博士，Indiana 大学的临床心理学家，他极力提倡临床心理学实践的科学方法。McFall 博士积极研究社会胜任力方面的课题，在他的整个职业生涯中，他一直关注着临床研究和实践之间的关系。1995 年至 1998 年，McFall 博士任临床心理科学学院的院长

知识去理解和促进个体或人们的心理健康、身体健康和社会适应。这个定义不仅反映了临床心理学已经是什么的问题，而且还反映了临床心理学应该是什么的问题。也就是说，它强调已有科学知识的运用和新知识的产生。如果临床心理学能够保证这些工作的科学基础的话，它将拓宽心理学和行为科学的研究领域，满足公众的需要。

尽管只有少数临床心理学家既是科学家，又是实践家。但临床心理学这一领域不仅丰富了心理学的知识基础，而且也从中受益。临床心理学家既创造又运用心理学知识，其目的在于增进个体的心理适应和健康。临床心理学家关注着那些正在遭受严重情绪痛苦的人们，关注着那些行为令人烦恼的人们，关注着那些出现心理障碍的人们（Strupp & Hadley, 1997）。

临床心理学和其他心理学分支

临床心理学和其他心理学分支的关系

从根本上来说，临床心理学和所有的心理学有着一个共同的知识基础。这个基础来自于 100 多年来人们对人类行为、情绪、认