

心理学革命

以系统心理理论统领心理学

Psychology Revolution:

Integrating & Leading Psychology with Systematic Psychology

皮斯李 著



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

心理学革命：

以系统心理理论统领心理学

Psychology Revolution:

Integrating & Leading Psychology with Systematic Psychology

皮斯李 著



武汉大学出版社
WUHAN UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

心理学革命:以系统心理理论统领心理学/皮斯李著. —武汉:武汉大学出版社,2015.5

ISBN 978-7-307-15593-0

I. 心… II. 皮… III. 心理学 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 076756 号

责任编辑:郭 静 责任校对:汪欣怡 版式设计:马 佳

出版发行: **武汉大学出版社** (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件: cbs22@whu.edu.cn 网址: www.wdp.com.cn)

印刷:武汉中科兴业印务有限公司

开本: 720 × 1000 1/16 印张:11.75 字数:189 千字

版次:2015 年 5 月第 1 版 2015 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-307-15593-0 定价:30.00 元

版权所有,不得翻印;凡购我社的图书,如有质量问题,请与当地图书销售部门联系调换。



前 言

心理学只有来一场革命才能走出困境

我与心理学结下不解之缘，是因为我曾为严重的心理问题所困扰。从大学三年级开始（1980年），我就陷入了神经症的心灵沼泽中无力自拔，前后达10余年之久，痛苦之至无法用语言表达。

为了走出心灵的沼泽，我坚持钻研心理学，读中科院心理所心理学函授大学和研究生班，翻遍了我所能找到的心理学和精神医学著作，试图从中找到有关神经症的本质、病理机制和病因等方面的阐述。然而，我感到很失望和茫然，心理学几大理论学派对神经症的分析各说不一。精神分析论认为，神经症是因为潜意识中的心理冲突造成的，而这种心理冲突是以性力（即 Libido，力必多）为动力展开的。因此，弗洛伊德说：“神经症是性变态的否定。”行为主义论认为，神经症是经条件作用而习得的不良反应；人本主义论认为，神经症是自我观念中的冲突与矛盾所致；认知论认为，神经症是当事人对人、对自己、对事理的错误认知所致；森田疗法的创始人森田正马认为，神经症的发病基础是病人的疑病素质，并由此导致的精神

拮抗作用所致。一些探讨神经症的精神医学著作都仅从性格基础、心理社会因素和患者对疾病的态度等方面作一般性探讨。所有这些，给我的不良印象是，各派理论“盲人摸象，各执一词”，就同一问题得出完全不同的结论，让我无所适从。

但是，我并没有因此沉沦，没有放弃探索。后来，我从认知心理学及系统论中获得了理论启示。认知心理学将人同计算机类比，将人的认知过程看成是信息加工过程，这为我们认识人的心理活动开拓了新的视角。但从我的亲身经历中，我体会到，这种视角过于狭窄。其实，我们可以立足于系统思维的视角，将人和计算机看成两个系统，并比较这两个系统的相似性，从而为认识人的心理及其行为的心理机制，开拓更为开阔的视野，这就是系统的心理观。对于把握自己的心理疾病的本质、病理机制和病因，我体会到，最根本的是得益于系统的心理观。这好比登山，当登到山顶时，就有一览众山小的感觉。

走出神经症的心灵沼泽，我靠的就是四个字：悟道、笃行。悟道包括三个层次：悟疾病之道，悟人生之道，悟生命之道；笃行即按照悟出的道理（客观规律）去行动，“我行我素”，为所当为。就这样，因疾病而探索，因探索而领悟，因领悟而自愈。我没有吃过一片药，没有看过一次医生，凭着自己的坚强和执著，摸索着从心灵的顽疾中走了出来，并且有许多深刻而独到的体验、感悟和收获。我曾将这段心路历程整理成多篇文章，发表在刊物上。在此基础上，我提出“系统心理理论与系统心理疗法”，并多次应邀参加全国或国际心理学大会，获优秀论文奖，作大会报告，或以展报形式交流，受到专家好评。

我认为，必须树立系统的心理观，以辩证的、系统的思维方法作为研究心理问题的基本方法论，站在整体的高度，立足于心理与身体、个体与（社会）环境之间的交互互动关系的背景上，探讨人的心理问题。用系统、层次、结构、功能、状态、过程、系统程序、心理动力、心理秩序等概念，阐明人的心理现象，从而为人的心理现象勾勒出一幅全面而完整的“图像”。

系统心理理论是一个框架式的、开放性的理论。它不仅能将现有的心理学中合理的理论、思想、观念纳入其中，还可以将包括中国的传统文化和养生保健方法（如气功、太极拳、瑜伽、放松训练等）在内的世界各国的有益的文化思想、宗教思想、哲学思想和养生保健方法纳入其中，使心理学更实用，更贴近社会大众的现实生活，确实为提高社会大众的精神生活质量服务。

系统心理疗法诞生于对神经症的感悟和治疗，以系统心理理论为理论基础，在重视心理治疗的同时，还重视身体、社会等方面的调整与适应。这种治疗思路和方法其实是普适的方法，也适用于神经症等类精神障碍以外的心身障碍（如失眠）、心身疾病和其他现代慢性非传染性疾病的治理（或辅助治疗）及社会大众的心理减压、身心保健等。

据专家调查推测，我国的神经症患者高达 3700 万。目前，精神医学界和心理学界对神经症的了解都还不深入，对其本质、病理机制和病因还缺乏统一的认识，这足以看出我探讨自身心理问题的意义和价值。其实，随着“系统心理理论与系统心理疗法”的提出和完善，其意义和价值远远超出了神经症的范围。我相信，这为解决现代心理学的三大缺陷找到了方向。

现代心理学的第一大缺陷是：缺乏统一的理论框架。曾任中国心理学会理论心理学与心理学史专业委员会主任委员的叶浩生教授曾在多篇文章中谈到这个问题。美国心理学家威廉·詹姆斯曾叹息心理学不能成为科学（依我看，此处“科学”改为“一门完善的学科”更符合事实），就是因为心理学只有“一系列的粗糙事实”，没有“一以贯之”的理论。美国心理学家库克说：“现代心理学之所以呈现一种分裂的不统一的局面，就是因为缺乏统一的理论框架。”

现代心理学的第二大缺陷是：各派理论大多从个体内部寻找心理和行为的原因，忽视心理和行为产生的文化背景和社会原因。人的心理现象就其本质来讲更多的是一种社会现象，其起源、发生和发展都受到文化因素的制约，植根于具体的历史和文化之中，带着文化的深刻烙印。脱离文化和社会历史背景去研究人的心理，其结果只能是歪曲心理生活的现实，阻碍人们对心理和行为本质的正确认识，也不利于心理学在现实生活中的应用。

现代心理学的第三大缺陷是：不贴近社会大众的现实生活，缺乏实用性。2008 年 5 月 24 日至 25 日，由武汉大学现代心理学研究中心与万千心理出版策划机构合作主办了“首届心理学与中国发展论坛”，并出版了《心理学与中国发展——中国的心理学向何处去？》一书。该论坛和该书的主旨思想就是，现代心理学已经脱离社会大众的现实生活，要力图改变这种现状。

国外有学者早就注意到这个问题。被誉为积极心理学之父的马丁·塞利格曼于 1998 年当选为美国心理学会主席。他曾表示任职期间的首要任务，是要实现

两个目标。第一，让学院式心理学变得通俗，连接起象牙塔与普通大众；第二，要着眼于实用，不仅仅研究抑郁、焦虑、精神分裂、神经症，更要关注爱、两性关系、自尊、动机及幸福感。马丁·塞利格曼作出了积极努力，创立了“积极心理学”，写了一些大众化的书籍。然而，从总体上讲，他的努力并没有为心理学带来革命性的变化，心理学的发展仍然任重而道远。

经历了对自己心理问题及心理学理论和疗法的刻骨铭心的感悟与反思，我深刻地认识到，心理学只有来一场破旧立新式的革命才能走出困境。

我们知道，一方面，现代心理学是舶来品，这种舶来品跟中国文化传统和中国国民的心理状态和性格特点并不能很好地融合；另一方面，中医、中国传统文化和身心保健方法中，有很丰富的心理学思想，但心理学中没有诞生于我国本土的有影响力的心理学理论。发展适合中国本土文化，并从中吸纳有益的心理学思想的心理学理论，这是摆在我国心理学家面前的艰巨任务。

问题是，如果每一个国家都发展出自己的心理学理论体系，那无疑会加剧已经四分五裂的心理学理论的分化，将更无法构成统一的理论体系。这样的心理学理论能让人接受吗？显然不能。因此，我们应该形成这样的共识：心理学的“主干理论”应该是放之四海而皆准的，被世界各国都能接受的，一种框架式的、开放性的理论。这种框架式和开放性的理论可以将各国的各种文化背景下的有益的心理学思想，纳入到这个大的框架中来。心理学是研究人性的，世界各国的人性有其共性，而心理学的“主干理论”就是对这种共同的人性的阐明和揭示。在这样一个探讨世界各国共同人性的心理学框架式和开放性的“主干理论”下，再去发展适合各国本土文化和本土国民心理状态、性格特点的心理学理论和方法。我认为，这才是心理学本土化的正确方向。

一个学科的理论可以分为不同的层次，不同层次的理论探讨不同层次的问题。学科发展得比较完善的话，则其理论体系应该成为一棵倒置的“理论树”，最高层次的理论探讨最高层次的问题，为“主干理论”；在“主干理论”下有各分支理论，分别探讨不同的分支问题；分支理论以下还有小的分支理论，分别探讨更低层次的问题。

现代心理学中流行的几大理论学派，都仅从某个侧面探讨人的心理现象，没有从整体的高度探讨人的心理，都只是“局部理论”。而且有的理论还很“偏

执”，它们以点概面、以偏概全。因此，它们都不能成为心理学的“主干理论”。系统心理理论以辩证的、系统的思维方法作为研究心理问题的基本方法论，站在整体的高度，立足于心理与身体、个体与（社会）环境之间的交互互动关系的背景上，探讨人的心理。我相信，系统心理理论能够担当起“主干理论”的角色，将心理学统合起来，为解决现代心理学的三大缺陷找到方向，引领心理学走出困境，走上振兴发展的康庄大道。这当然要打破传统的心理学体系和格局，这是一场心理学革命。

心理学究竟是关于什么的学科？心理学究竟应该关注什么、研究什么？这个问题值得我们重新审视。我认为，心理学应该是关于人性的学科，应该关注、研究真正属于人的层面的内容和人们普遍关心的问题，比如如何健康、幸福地生活，有效地工作，更好地发展自己，等等。心理学只有走近社会大众、更好地服务社会大众，才有生命力，才能显示其力量和价值。

由于“文化大革命”这段不堪回首的历史，我国传统文化的传承断代了。在这样的背景下，20世纪70年代末，开启了改革开放的伟大历程，经济高速发展30多年，物质财富取得了举世瞩目的成就，但与之形成鲜明对比的是，人们的精神状态令人担忧。犯罪率、精神病患率、自杀率、离婚率等居高不下，官员腐败、商业伦理败坏、社会价值观倒错，工作、房贷、生存等压力增大。2012年中国健康报告，七成受访市民称不快乐。凡此种种足以说明，社会转型时期，人们众感迷失，心理问题及由此而导致的社会问题很多。

如今，我国正在进行现代化建设，为实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋斗。国家现代化建设之关键在于国民的现代化，而国民的现代化之关键在于国民精神的现代化。党的十八届三中全会在其决定中提出“推进国家治理体系和治理能力现代化”。对此，有人称之为“第五个现代化”。依我看，与之相匹配，还得有“第六个现代化”，即国民精神的现代化，这是国家现代化建设进程中不可回避的重大历史任务。

在这样的时代背景下，对于心理学的改革与创新，中国的心理学界尤其要有使命感和责任感。在提高国民的心理健康水平、重建国民的精神秩序和国民精神的现代化建设方面，中国的心理学工作者要有所担当、有所作为、有所贡献。这是国家的呼唤！人民的呼唤！时代的呼唤！让我们共同努力，回应呼唤，担当起

改革与创新心理学的伟大而光荣的时代使命吧！

我早已行动起来了。因为我有过一段刻骨铭心的经历，以及对现代心理学的缺陷的切身体验和感悟，我有一种“舍我其谁”的沉甸甸的责任感和使命感，将我对诸多问题的思考与探索总结出来。于是，我先后写作了《学生成功从这里起步》、《过好人生 10 道坎》、《从系统的视角看人的发展与矫正》和这本《心理学革命：以系统心理理论统领心理学》；并创办心理服务机构，走心理服务的专业化、社会化、市场化的道路。我的理想是，整合现有资源，搭建心理服务的公共平台，创新服务模式，将有共同志向的人联络起来，做成连锁机构，采取“产品+服务”、“传统模式+现代模式”、“线上服务+线下服务”，将这项伟大而神圣的事业开展起来，发展下去，为心理学的改革与创新，为心理学走近社会大众、更好地服务社会大众作出不懈努力。

根据相关统计资料估计，至 2014 年 11 月，全国获得心理咨询师证书的人有 100 万左右。问题是，第一，心理学本身问题很多，在这样的学科背景下培养的心理咨询师自然问题不少；第二，心理咨询师培训市场乱象丛生，且不说都是短期速成的，有些心理专家或机构走向市场不是直接面对社会大众，而是热衷于培训，使用一些玄乎的理论、玄乎的概念和玄乎的方法，或假借培训一些人社部国家职业资格目录中根本不存在的“××师”，去忽悠不谙此道而又急于求成的心理咨询师们，使得心理咨询师的职业发展偏离了正确方向；第三，心理咨询师大多各自为战，不利于资源整合和提高。这几方面的问题决定了，从总体来看，整个行业的职业素养与现实社会的要求形成了巨大的反差。因此，搭建心理服务的公共平台，实现资源整合，做成连锁机构，产品与服务、远程服务与近程服务、线上服务与线下服务相结合，就显得意义重大。

但愿我的经历、我的思考、我的探索和我的执著追求能够为学界提供一些素材及思考、研究问题的视角；但愿心理学界为解决心理学的三大缺陷找到方向，使心理学走出困境，走上振兴发展的康庄大道；但愿有一大批专家学者能够走出象牙塔，走近社会大众，关注、研究他们的现实问题，为提高国民的心理健康水平、重建国民的精神秩序和国民精神的现代化建设作出应有的贡献。

目 录

第一章	揭开现代心理学繁荣的面纱	/ 1
一、	现代心理学已经危机四伏	/ 2
二、	现代心理学理论及疗法简评	/ 7
三、	现代心理学存在三大致命缺陷	/ 15
第二章	对自己心理问题的研究心得	/ 22
一、	一个心灵的复苏	/ 23
二、	我征服神经症的心路历程	/ 29
第三章	系统心理理论	/ 33
一、	三元整体观	/ 34
二、	多级层次观	/ 35
三、	结构功能观	/ 36
四、	状态过程观	/ 38
五、	心理动力观	/ 39
六、	间接反应观	/ 41

七、系统程序观	/ 42
八、心理秩序观	/ 43
九、开放系统观	/ 45
十、人性心理观	/ 46
十一、教育发展观	/ 49
十二、人文学科观	/ 55

第四章 系统心理疗法 / 59

一、心理病理观点	/ 60
二、系统治疗方法	/ 64
三、系统心理疗法是普适的方法	/ 72

第五章 构建和谐的心理秩序 / 76

一、人生究竟为了什么	/ 77
二、幸福=钱权名利吗	/ 78
三、和谐铸就幸福人生	/ 80
四、积极面对人生中的各种问题	/ 82
五、协调好同外部环境的关系	/ 88
六、夯实安身立命之根基	/ 90
七、找到自己的人生方向	/ 92

第六章 践行健康的生活方式 / 96

一、健康的核心：心理健康	/ 97
二、不可忽视人的社会健康	/ 99
三、身体保健四原则	/ 101
四、坚持练习心身双修的功法	/ 104

第七章 心理学的振兴发展之路 / 114

一、建立统一的心理学理论体系	/ 115
----------------	-------



- 二、正确认识文化对心理的作用 / 119
- 三、心理学走近大众才有生命力 / 124
- 四、辩证地看待研究方法之争 / 130

第八章 对心理咨询的几点思考 / 134

- 一、心理咨询是个朝阳产业 / 135
- 二、心理咨询的问题与对策 / 137
- 三、心理咨询要走大众路线 / 140
- 四、心理咨询师要有人生历练 / 145
- 五、搭建心理服务的公共平台 / 147

附录 Systematic Psychology and Systematic Psychotherapy / 150

参考文献 / 168

后 记 / 173

第一章 揭开现代心理学繁荣的面纱

心理学是一门既古老又年轻的学科。

说心理学古老，是指人类探索心理现象已有两千多年的历史。西方心理学思想可以追溯到古希腊时期的德谟克利特、柏拉图和亚里士多德；我国的心理学思想可以追溯到战国时期的荀况及汉代的桓谭、王充。

说心理学年轻，是指直到 1879 年冯特在德国莱比锡大学建立第一个心理学实验室，心理学才从哲学中分离出来，成为一门独立的学科。100 多年来，心理学的发展呈现出繁荣的景象，学派和理论林立，研究机构、协会、著作、刊物、研究报告和论文如雨后春笋般地不断涌现，让人应接不暇。

然而，在繁荣的背后，却蕴藏着巨大的危机。心理学从独立的第一天起，从来没有像其他科学那样拥有一个学科共同体所能接受的理论基础，没有建立起统一的理论框架。刘华认为，心理学并没有成为一门统合的学科，心理学的话语还相当破碎，分裂的趋势仍在继续，最明显的表现是即使在心理学内部的各个不同方向的研究者之间都越来越感到“无话可说”，

因为相互听不懂对方在说什么，这形成了心理学的“集体自言自语”。心理学的这种“堡垒主义”和“知识病理性表征”充分表明心理学目前的发展只是一种虚假的繁荣，心理学所披挂的仍然不过是一件“皇帝的新装”。^①

心理学的缺陷不仅仅表现在缺乏统一的理论框架这一个方面。站在今天的当口，回过头来看心理学所走过的道路，我们恐怕不得不承认，长期以来，心理学的发展偏离了正确的方向，忽视或者放弃了对现实生活中活生生的、整体的人的关怀，忽视或者放弃了对人生的意义和价值的探寻，忽视或者放弃了帮助普通社会大众提高精神生活质量，而去钻某些有关人的碎片的“牛角尖”。这样导致的结果是，如今，我们不得不面对这样的现实：心理学已经陷入了困境，现在是该觉醒的时候了。

一、现代心理学已经危机四伏

伍一军研究员在《心理学将被逐出科学圣殿?》一文中谈道：很长一段时间以来，心理学家们就在为自己钟爱的学科能在“真正的”科学殿堂里占有一席之地而不懈地努力着。然而，最近他们失望地发现，他们所作的种种努力有可能付诸东流，因为原先被大多数人看好，具有广阔应用前景的心理学的前途现在越来越黯淡了。继美国国会科学委员会向新闻界宣布，政府将大幅度削减属于心理学研究领域的行为科学的经费之后，英国医学研究会也宣布，将关闭现存的3个心理学研究中心之一——位于伦敦大学学院的认知发育研究所。

心理学将被踢出科学的大门，的确是每一位心理学家及心理学工作者所不愿意接受的事实，尤其是对于认知心理学家来说更是如此。当他们在理解人类对知识获取的方式及记忆的机理研究方面不断取得进展的时候，他们更不愿意看到心

^① 刘华：《人性：构建心理学统一范式的逻辑起点》，《南京师范大学学报》（社会科学版），2001年9月，第5期，第88~93页。



理学被划出科学的范畴。尽管他们在研究中通常有意无意地摒弃了社会学家常用的研究方法，后者对社会上有关暴力、吸毒、少年犯罪等问题有着惊人的洞察。难怪有人说心理学就像一个规划不周、发展混乱的城市，它虽然覆盖了广阔的领域，但其理论的核心却缺乏既有优势又能统一的思想。

现代分子生物学和遗传学发展之快，令其他一些学科望尘莫及。相比之下心理学的确有些步履蹒跚。面对心理学将被逐出科学圣殿的严峻局面，心理学家若退缩不前，不去据理力争，或任其发展，不进行学科的改革以顺应社会的发展需要，最终很可能难逃被社会淘汰的厄运。现在，重新确立心理学正确的研究模式才是解决问题的关键。^①

依我看，心理学被逐出科学圣殿并不足惜，因为心理学本来就不应该属于自然科学的范畴，而属于人文学科。问题是，作为一门学科，心理学的确存在不少问题。事实上，心理学已经陷入了困境。

多年前，在吉林大学 BBS 上，一个题为“中国心理学的困境与出路”的帖子，对中国心理学的现状提出了尖锐的分析，该文的分析或许不完全符合事实，但所反映出的问题值得我们反思。摘录如下：

1994 年，国家科委、中国科学院相继将认知科学和心理学列入我国 21 世纪领先发展的九大学科之一，心理学在中国逐渐得到了认可（1999 年，国家科技部将心理学确定为 18 个优先发展的基础学科之一，2000 年，心理学被国务院学位委员会确定为国家一级学科——本书作者注）。然而，心理学已经暴露出一些问题，中国的心理学更是如此。

（1）1980 年 7 月，中国心理学会加入国际心理科学联合会，成为其第 44 个国家会员；2004 年 8 月在中国北京主办了第 28 届国际心理学大会，说明我国心理学发展取得了世界的认可，但中国心理学在世界上的影响还不够。目前我国心理学期刊约有 20 多种，其中核心期刊 5 种，没有一种进入 SCI/SSCI/EI，这与我国是个期刊大国（2003 年中国期刊数 9029 种，居全世界第三。据 2002 年统计，中国期刊被 SCI 收录 61 种；被 SSCI 收录 3 种；被 EI 收录 107 种）极不相称。目前，《心理学报》的文章摘要被美国

① 伍一军：《心理学将被逐出科学圣殿？》，《南方周末》，2002 年 10 月 10 日。

出版的 Psychological Abstract 和心理科学光盘 (PsychINFO) 收录, 是中国唯一一个有希望入围 SCI、SSCI 收录的期刊。

(2) 中国心理学还属于对国外心理学随声附和的阶段。国外心理学界有什么新的进展, 国外心理学家研究什么, 中国的心理学家就研究什么, 很少提出自己的研究课题和研究方法, 因此大部分心理学家基本都是在从事国外心理学结论的验证性工作, 把国外的实验设计和研究方法拿到中国再做一遍, 缺乏创新性, 因此中国的心理学还是处于学步阶段, 要想超越世界心理学研究的最高水平, 提出自己的观点和看法还需时日。

(3) 中国心理学缺少有代表性的研究成果, 在很多心理研究领域仍应用国外的量表, 将西方心理学的研究策略和方法移植过来, 不管是否符合中国人的心理都拿来研究中国人的心理。例如: 在研究中国人的心理特点时, 研究人格时采用卡特尔 16pf, 研究智力采用瑞文智力量表。绝大部分研究都是将西方量表进行简单的修订后测中国人的心理。而这些量表是在西方文化传统、经济条件、价值观的基础上制订的, 用这样的量表来研究与西方文化、历史背景差异很大的中国人, 其可靠性是值得怀疑的。

(4) 当前心理学研究对方法和技术极度崇拜, 以方法为中心, 而不以问题为中心。当前的主流心理学, 主要以实证心理学为基础, 追求客观化、精确化和数量化。然而这使得心理学的研究忽视了人性, 诸如人的动机、需要、意志、精神等高级心理过程, 忽略了家庭、学校、社会阶层、社会历史文化等因素对人的发展的影响, 将人的研究异化为物的研究。这也是心理学研究缺少建树的原因之一。

(5) 心理学研究与心理学的应用严重脱节。很多心理学家都开始对大脑进行研究, 探索人类的奥秘, 研究严重脱离实际, 对当前的教育、人的生活、活动指导较少, 或者没有。很多人对心理学的理论和应用研究理解都发生了偏差, 认为对心理学研究最重要也是最高层次的研究是基础研究, 而应用研究则相对是低层次的研究。

(6) 一些心理学家的研究缺乏持续性和深入性, 比较浮躁。很多心理问题在中国看起来研究很多, 但都属于重复性的描述性研究, 缺乏深入的问题解决的研究。本人通过中国学术期刊网数据库对 2000 年~2005 年心理学



家在中国心理学期刊上发表的所有论文进行了一次比较简单的调查，具体的方法是采用数据库查找与解决问题、提出建议和方法有关的关键词，如培养、干预、干涉、运用、指导、应用、方案、方法、措施、咨询与治疗等。我发现，在所有的 8525 篇论文中，只有 526 篇属于解决问题方面的研究，占 6.17%。其余部分则属于描述性研究。

(7) 一些心理学家正努力把自己变成生理学家，他们忽略对心理的研究而转向研究生理，试图把人的心理还原为大脑的某个部分、某些细胞的机能，试图从生理角度解决心理问题。然而即使脑的机制研究透彻了，但生理基础不等同于心理反应，毕竟心理是非物质的、无形的。探讨心理的生理机制是无可厚非的，生理心理学也是心理学的一个分支，但这只是一个分支而已，许多优秀的心理学研究人员都去进行生理学研究似乎不适合于心理学的发展。

(8) 心理咨询和心理治疗缺乏有效的方法。当前中国的心理咨询和心理治疗还采用 20 世纪几大流派所提出的方法。精神分析疗程较长，而且有很多弊端；行为主义的疗法缺乏人性，疗效很难持续长久；人本主义疗法等等待着来访者自己发生变化，咨询者在咨询过程中扮演的只是倾听者和建议者的角色，不能对来访者的情况进行有效的干预。

(9) 盲目追逐国外的研究动态，而忽略了对中国传统的教育和心理理论的研究。例如，孔子、孟子、庄子的思想其实蕴含着深奥的心理学思想。当西方的科学心理学遇到困境的时候，他们把目光投向了我国东方的传统文化思想，而我们心理学家却目光一致地投向西方。

(10) 心理咨询师培训市场乱象丛生，心理咨询人员鱼龙混杂，其职业素养离社会要求相去甚远，使社会大众失去了对心理学的信任。^①

心理学的学科建设也存在问题。2008 年 5 月 24 日至 25 日，“首届心理学与中国发展论坛”在武汉大学举行。该论坛由王登峰、乐国安、石铁、许燕、金盛华、钟年、梁觉、彭凯平等 8 位心理学专家共同发起。在论坛上，万千心理总策划石铁说道：我觉得心理学科和心理学知识当中，绝大部分应该是应用型的，只

^① lqgatt:《中国心理学的困境与出路》，《吉林大学牡丹园站》，2008 年 3 月 16 日。