

融学术性和科普性的专著

# 性心理咨询

家庭育儿必备

健康生活良友

专业人士借鉴

●主 编 陆 峥

●副主编 季建林

同济大学出版社

# 性

## 心理咨询

陆 峥 主 编  
季建林 副主编

- 家庭育儿必备
- 健康生活良友
- 专业人士借鉴

同  
济  
大  
学  
出  
版  
社

## 图书在版编目(CIP)数据

性心理咨询/陆峥主编. —上海:同济大学出版社,  
2002.3  
ISBN 7-5608-2370-X

I. 性… II. 陆… III. 性心理学-普及读物  
IV. R167-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 091374 号

## 性心理咨询

主 编 陆 峥 副主编 季建林

责任编辑 陶文文 责任校对 张 颖

版式设计 张 颖 封面设计 范峻峰

---

出 版  
发 行

同济大学出版社

(上海四平路 1239 号 邮编 200092 电话 021-65985622)

经 销 全国各地新华书店

印 刷 同济大学印刷厂印刷

开 本 850mm×1168mm 1/32

印 张 10

字 数 290000

印 数 1—4000

定 价 16.00 元

版 次 2002 年 3 月第 1 版 2002 年 3 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-5608-2370-X/R·72

---

本书若有印装质量问题,请向本社发行部调换

## 内 容 提 要

本书是一本系统介绍和分析在综合医院的临床医疗和医学心理专科咨询中,常遇到的各种与性有关的心理卫生及精神障碍问题的专著。书中以通俗易懂的语言,将学术性和科普性相结合,论述了人类各个时期的性心理特征及发展规律;应用性心理的有关医学知识,附以临床案例,重点探讨和分析临床医疗实践及日常生活中可能出现的各种性心理障碍,以及疾病、药物、生殖对性心理的影响;结合临床实践经验,介绍性心理咨询的基本步骤及方法,提出具体的治疗措施。本书适用于全科医师、综合医院及专科医院从事医学心理学和精神医学的同道,以及广大关心心理健康的读者。

## 作 者(以章节先后为序)

陆 崢(同济大学附属同济医院)

金德初(上海市心理咨询中心)

张怀惠(同济大学附属同济医院)

李 霞(同济大学附属同济医院)

蔡 军(同济大学附属同济医院)

张海音(上海市心理咨询中心)

季建林(复旦大学附属中山医院)

朱晓彤(复旦大学附属中山医院)

郭友宁(上海市计划生育科学研究所)

刘义兰(上海市心理咨询中心)

谢 斌(上海市精神卫生中心)

## 序

我的两位年轻同事陆崢和季建林医师，主编了一本《性心理咨询》，让我写篇序言。翻阅以后，勾起了若干往事。

回想我对性心理学的兴趣，是在 20 世纪 60 年代末开始的。当时正处在十年动乱期间。由于某种机缘，我进入了被定性为“四旧”的已关闭的医院业务图书馆，恰巧发现了两大本由英国性学家蔼里士(Ellis)编著的原版《性心理学研究》。此书原先也只能馆内阅读，不外借，就顺手带回了宿舍。那是一个无书可读的时期，如果不去“抓革命”，会有很多空余的时间。开始时只是当作消遣，随便翻翻，不久被书的内容吸引住了，便认真地阅读起来。《性心理学研究》为我打开了一个全新的知识领域，那是在学校及书本上从未学到过的内容。例如，以种系发生的角度，从鱼类、鸟类，一直到灵长类生物的性行为说起，说明人类的性行为的起源。对于当时的我来说，确实是前所未闻。

第二件事，发生在 1980 年。已经是改革开放了，可是“禁令”依然不少。《大众医学》邀我写《精神科医生谈红楼》，目的是借《红楼梦》之盛名，介绍一些精神医学的知识。于是从宝玉、黛玉、凤姐写起，一直写到妙玉和香菱。据说读者的口碑还不错，编辑便约我继续往下写。原想写一二十篇。不料到了年末，我有了个出国进修的机会，于是只得收住。临行之前，突生奇念，想写点有关性心理之类的文章，我就交了一篇《红楼中的同性恋》。发表时，我已身在美国，即使是追究文责，兴师问罪，也是鞭长莫及了。当时，写此类文章确实是要冒点风险的。

再说一件事，1982 年从美国回来。在美期间，我主修精神医学，但忍不住也涉猎一些性心理学的内容，看了美国著名的性社会

学家金西(Kinsey)的性调查报告,读了一点美国妇产科专家马斯特斯(Masters)和心理学家约翰逊(Johnson)的性治疗学,也了解了一些美国精神科的性心理咨询。回国以后,很想写一本性心理方面的书,加上我的同事告诉我,《红楼中的同性恋》反响甚大,读者来信400余封。可是,出版界的朋友告诉我,恐怕还不是合适时机;我的师长也好心地提醒我,可做的事情很多,是非之地,还是少涉足为好。我终究没敢去写那本原先想写的书。在这以后,陆续还是写了一些这一领域的小文章。记忆较深的是写了一篇关于“手淫”的文章,目的是为手淫平反。大意是:手淫属正常的性行为,不是自渎,而是自慰;极少数的“病理性手淫”例外。原先我想用一个较为醒目的标题《手淫无害》,可是好心的编辑,还是将之改成一个中性标题:《“手淫有害”辩》。

斗转星移,终于迎来了中国性科学的曙光。一批介绍性知识的书籍问世了;有了中国自己的性调查报导;学校中开设了性教育的课程;还出现了性心理咨询、男性科等为性心理或性功能障碍患者服务的机构;万艾可(Viagra,伟哥)之类治疗勃起障碍的新药的上市,甚至被有些人誉为医学的革命,因为它们能“提高生活质量”。

相比之下,性心理方面的书籍还是太少,专门介绍性心理障碍防治的更少。其实,这并不奇怪,主要是从事这一领域实践的专业人士还不多,能够把经验上升为理论写成书的则更少。

性心理障碍,迄今为止还没有详尽可靠的流行病学资料;即使在比我国开放早得多的西方国家,有限的患病率资料也是低估的。因为性心理障碍的“病耻感”影响之深远远超过人们的想象,何况传统上的性心理障碍,还同“下流”、“无能”等形象有着错误的联系,使他们难以启齿。目前,相关的医学工作者首要的任务应该让公众知道,性心理障碍是一类病,同高血压病、糖尿病一样,同样给病人带来痛苦,影响病人的生活质量;他们需要得到帮助,也有权得到帮助,不应受到歧视或嘲笑。

我们应该为病人提供科学的帮助。目前,多数病人还处于无处求医的境地。求助于偏方、土方者有之,求助于所谓滋补壮阳的食品者有之,更有相当比例烧香拜佛求助于神道的。我国确实需要有更多的能够为病人提供科学帮助的性治疗机构。

现代的性治疗学发展很快。在生物学的治疗方面,万艾可之类的药物治疗勃起障碍的疗效确凿,举世为之瞩目;在心理治疗方面,马斯特斯和约翰逊创立的以性感集中为主的治疗技术,也取得明显的疗效,不论是原发性还是继发性的勃起障碍,有效率均达80%左右。科学的理论、方法和技术,能为病人提供确确实实的帮助。

《性心理咨询》的编者们,写了一本好书。社会大众需要,从事本专业的同道需要,对性心理学有兴趣的各界人士也需要。至于我及我这一代的同行,则要谢谢我们年轻的同事——本书的作者,完成了我们想做而未竟的工作。

中华医学会精神科分会主任委员

张明园

2001.10



## 前 言

心理咨询在国内开展已有二十余年的历史,而性心理咨询作为该学科中的一个重要分支却鲜有专著问世。本书的编写,旨在会同各方同仁点滴之经验,并加以系统化,为更多同行的业务提高和拓展,以及性心理咨询的规范化、理论化等起一抛砖引玉作用。

性,自古以来一直是敏感之词。它虽是人的基本生理、心理需要之一,又是人类繁衍之根本,但并非像睡眠、进食等行为那样受到应有的关注。在心理咨询中,相当一部分患者的心理问题甚至生理问题,本质源于性问题,即性掩盖于症状、行为问题等表象之下。但许多患者并非主动就医,即使主动往往也是欲言又止,因为性心理所涉及的问题往往让人难以启齿。因此,心理咨询工作者应该学会“透过现象看本质”,从根本上帮助心理障碍患者,而非“头痛医头”,简单化地加以处理。

性心理,不仅仅局限于心理学领域,与性生理亦不能截然分开,并与社会文化风俗习惯等密切相关,即社会态度、环境因素等也影响到人的性心理活动。因此,本书的第一部分主要侧重性心理等方面的基础知识,包括性学、性医学,性的生理学、心理学和社会学等相关知识,尤其是不同年龄阶段、男女性别差异等。对于心理咨询工作者来说,了解这些基础知识是必要的。

性心理障碍,在本书是指广义的,包括性功能障碍和性变态,而非其他书籍或文献所指的狭义概念——仅指性变态。性心理咨询的主要适应证或帮助对象就是涵盖上述二者。因此,本书第二部分侧重于性功能障碍和性变态的临床特征、诊断分类等内容,以

期帮助同道掌握正确的诊断和评估。

性心理咨询与性治疗,是咨询工作者针对患者的具体问题给予专业的、有针对性的并行之有效的帮助和指导,从而解决其性问题,提高患者的生活质量。因为性问题牵涉的范围较广,因此,性心理咨询除了要求医师具备常规心理咨询的技术和方法外,还需具有一般性医学、性心理学、性社会学等领域的知识,而且还要熟悉性心理障碍的识别与诊断;另外,专业的性咨询技术、性治疗方法也需要掌握与学习。只有这样,才能真正帮助患者。有鉴于此,本书的第三部分主要围绕性咨询与性治疗的技术与临床应用,并结合临床实例,进一步加以阐明。希望能给同行以启迪,并在实践中可操作、可应用。

性的问题,时常涉及伦理、道德与法律,过分纵欲或节制都不利于健康;再者,在临床实践中,许多生理或精神疾病对人的性活动亦构成影响,不恰当的药物使用也会给患者带来不必要的麻烦和痛苦。性心理咨询工作者对于这些相关的边缘问题也不应忽视。本书的第四部分就此类相关问题加以探讨,以期有助于同行在实践中识别与处理,避免不必要的司法纠纷和伦理冲突。

鉴于性心理咨询在国内尚未完全独立成“派”,仍处于起步的初级发展阶段,因此,本书编写过程中一直困扰作者的是其内容的定位:是“专著”还是“科普”?经反复斟酌考虑,还是将它定位于二者之间——既有专业理论和专家的经验,又有实例,通俗易懂,方便各类读者参阅,有利于宣传教育和普及,同时又不失为目前这一领域的专著,便于国内同行的学术交流与业务的提高。当然,能否达此境界,需留待日后各方的反馈意见。

需要说明的是,在过去二十余年中,国内有关性心理的研究日趋增多。在20世纪90年代,我国先后数次召开过国内和国际性学研讨会,出版了一些相关的专业著作和刊物,许多同行在这一领

域作出了贡献。本书的编写是国内这方面工作的进一步延伸。期望在新世纪这一学科能有更大的发展。

由于作者才疏学浅、经验不足,书中难免有谬误和缺点,恳望读者能及时予以指正。不胜感谢!

陆 崢 季建林

2001.10

# 目 录

## 第一篇 总 论

- 第一章 性的基本概念及相关学科/3
  - 第一节 性的基本概念/3
  - 第二节 性科学及其分支学科/3
- 第二章 性医学的研究范围及对象/7
  - 第一节 性医学的研究范围/7
  - 第二节 性医学的研究对象/8
- 第三章 性医学的生物学基础/10
  - 第一节 性细胞的发育和胚胎的形成/10
  - 第二节 性遗传/11
  - 第三节 性激素/11
  - 第四节 性反应周期/12
- 第四章 性医学的心理学基础/18
- 第五章 性医学的社会学基础/22
- 第六章 不同年龄阶段的性心理/25
  - 第一节 婴幼儿的性心理/25
  - 第二节 儿童期的性心理及性教育/32
  - 第三节 青春期的性心理/49
  - 第四节 中老年期的性心理/69
- 第七章 两性的性心理差异/88
  - 第一节 性、性别、性角色/88
  - 第二节 两性性差特点/90
  - 第三节 两性的心理差异原因/93

## 第二篇 性心理障碍的诊断与评估

### 第一章 性功能障碍/103

第一节 性欲低下障碍/107

第二节 性厌恶障碍/108

第三节 性兴奋障碍/110

第四节 性高潮障碍/116

第五节 性交疼痛障碍/121

第六节 躯体疾病与性功能障碍/124

第七节 性功能障碍实例分析/128

附 中国精神障碍分类与诊断标准(节选)(第三版)/131

### 第二章 性变态/134

第一节 概述/134

第二节 常见性心理障碍/138

附 中国精神障碍分类与诊断标准(节选)(第三版)/158

## 第三篇 性心理障碍的治疗

### 第一章 性心理咨询的步骤和方法/165

第一节 性心理咨询的工作模式/165

第二节 性心理咨询的程序/167

第三节 性功能障碍的咨询/174

第四节 性变态的心理咨询/175

第五节 如何接待性心理障碍患者/177

### 第二章 性心理治疗的临床应用/180

第一节 性功能障碍的几种常用心理治疗/180

第二节 精神分析疗法治疗性功能障碍/182

- 第三节 精神分析疗法治疗性变态/185
- 第四节 催眠疗法治疗性功能障碍/187
- 第五节 行为技术处理窥阴症/189
- 第六节 性感集中训练法/191
- 第七节 行为技术治疗性感缺乏/194
- 第八节 行为技术治疗阳痿/196
- 第九节 行为技术治疗早泄/198
- 第十节 行为技术处理阴道痉挛/199
- 第十一节 支持性心理疗法治疗性感缺乏  
和性高潮功能障碍/200
- 第十二节 恋物症的心理治疗/203
- 第十三节 恋足症的心理治疗/205
- 第十四节 同性恋的心理治疗/206
- 第十五节 同性恋的认知行为治疗/209
- 第十六节 阴茎持续勃起者的心理治疗/211

## 第四篇 性心理相关问题

### 第一章 生殖健康与性心理/215

- 第一节 性与婚姻、避孕、生育的关系  
及性功能问题/215

#### 第二节 调查实例分析/242

### 第二章 药物与性/246

- 第一节 抗高血压药/246
- 第二节 抗精神失常药/250
- 第三节 镇静催眠药和抗焦虑药/253
- 第四节 胃肠道疾病用药/254
- 第五节 其他药物/255
- 第六节 精神活性物质/256

### 第三章 性与疾病/261

#### 第一节 性与精神疾病/261

#### 第二节 性与躯体疾病/270

#### 第三节 常见的性传播疾病/277

### 第四章 司法精神医学中的性心理障碍/292

#### 第一节 概述/292

#### 第二节 常见性心理障碍的司法精神医学 问题/293

### 主要参考文献/300

# 第一篇

## 总 论



