

帮你顺利成为一名合格的
“社区心理医生”！

社区 心理医生

Community psychologist

刘义林◎主编

专业性

+

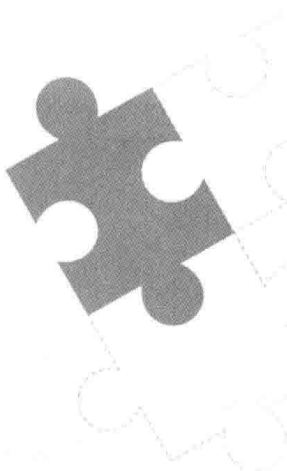
操作性

详细具体的指导
科学实用的内容

清华大学出版社



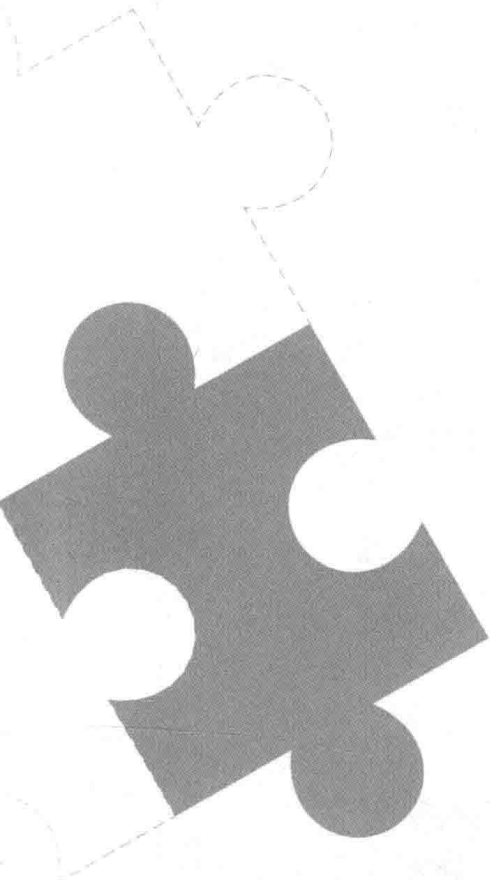
非
外
借



社区 心理医生

Community psychologist

刘义林◎主编



清华大学出版社
北 京

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签，无标签者不得销售。

版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

社区心理医生 / 刘义林主编. —北京：清华大学出版社，2018

ISBN 978-7-302-49857-5

I. ①社… II. ①刘… III. ①心理保健—社区服务 IV. ①R395.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 050809 号

责任编辑：周 华

封面设计：李伯骥

版式设计：方加青

责任校对：王荣静

责任印制：沈 露

出版发行：清华大学出版社

网 址：<http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址：北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编：100084

社 总 机：010-62770175 邮 购：010-62786544

投稿与读者服务：010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质 量 反 馈：010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者：三河市君旺印务有限公司

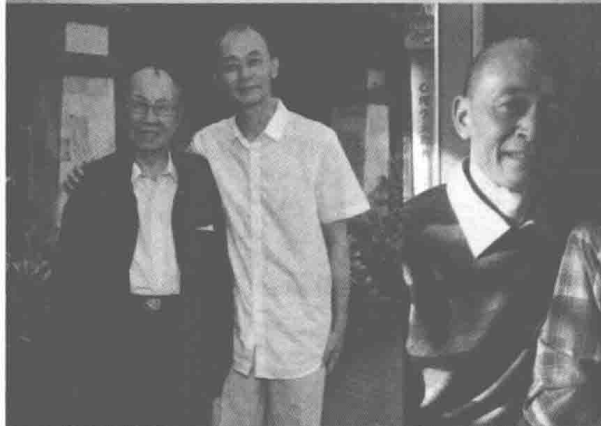
经 销：全国新华书店

开 本：185mm×260mm 印 张：25 字 数：622 千字

版 次：2018 年 9 月第 1 版 印 次：2018 年 9 月第 1 次印刷

定 价：65.00 元

产品编号：078237-01

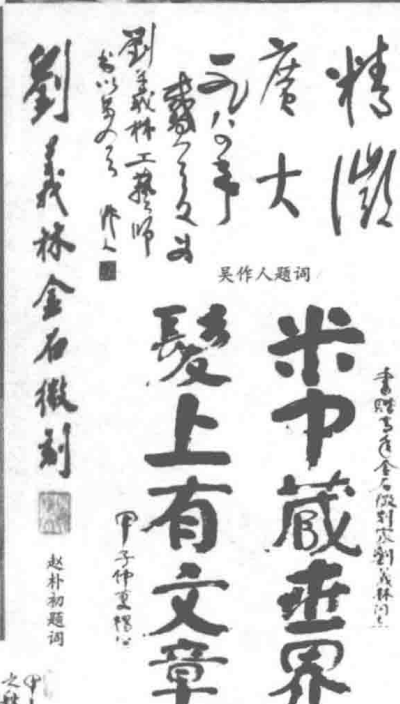
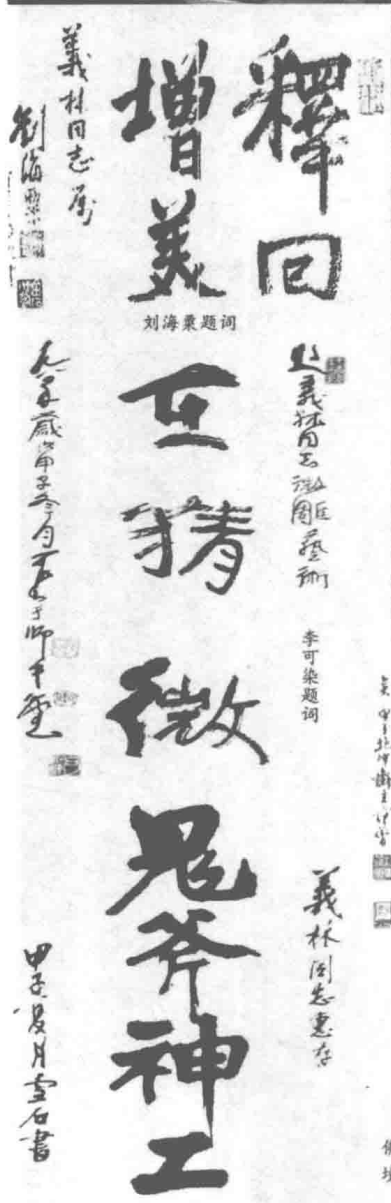
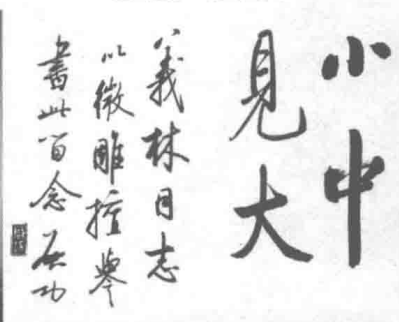


全国社区心理援助中心由李心天教授、张伯源教授、张吉连教授担任顾问，刘华清教授和岳晓东博士担任学术总督导，先后在北京、山东济南、甘肃兰州、新疆乌鲁木齐、河北廊坊、浙江温州等地举办了社区心理援助师和师资培训，截至2017年4月，已经在全国各省地、市、县、区设立了238个社区心理援助中心。

在吴作人家

爱新觉罗·启功题词

在李可染家



甲子之秋，初识义林兄之艺，神乎其技，令人惊倒，佛家云：微尘中有大千世界，芥子里藏须弥山。此哲学境界，义林于刀锋上现之矣。甲子抱冲斋主范曾。

白雪石题词

范曾赠画题词

艾青题词

中国社区心理援助协会会长、全国社区心理援助中心主任刘义林博士，赵朴初、吴作人、启功、刘海粟、李可染、范曾、艾青、白雪石、杨超为刘义林博士的题词。

《社区心理医生》编委

顾 问 李心天 张伯源 张吉连 王极盛

主 编 刘义林

副主编 刘华清 岳晓东 姜长青 刘 艳 李玖菊 马玲娜 胥洪模 许多斌 焦伟珍
 庞 丽 刘建新 游金潋 康雪琴 李 明 徐毅强 冯树英 麦合巴 马和萱
 朱艺新 杜庆斌 杨文玲 柳晓琼 钟宁奎 倪 峰 刘 立 彭 娟 万岩杰
 张海燕 苏朝霞 王 伟 苏永生 覃 燕 钱 建 缪风云 胡高盛 邱 驷
 朱美云 李 娟 程 洁 秦 华 高 源 宋美琴 刘兰香 顾俊峰 于 晶
 杨 怡 陈 心 傅春胜 陈 伟 张 坚

编 委:

阿衣古丽·阿不都瓦衣提 艾尔肯·塞来 巴哈古丽·艾合买提 白金荣 卜彦峰
 蔡 芸 曹 红 曹立萍 曹敏娟 曹瑞凤 曹 霞 岑雪莲 曾 烨 查丽敏
 陈 静 陈俊丽 陈丽华 陈 明 陈秋香 陈 欣 陈有武 程 洁 戴宝清
 单红妍 登巴次成 邓秀文 邓燕峰 丁 芳 丁文芬 董 静 董玉红 杜庆斌
 杜云艳 段 峰 范铁薇 范秀丽 范 英 方柳丁 冯树英 逢岩华 符龙花
 付春山 高冬兰 高 峰 高 宏 高佳源 高禄璋 高 源 龚建兵 顾发军
 顾俊峰 顾荣斌 郭春英 郭俊梅 郭丽芳 郭 敏 国建茹 韩明芳 郝 琳
 郝 瑶 何秀琴 胡高胜 胡 钧 胡鑫超 胡宇波 黄海燕 黄庆霞 黄 琼
 黄文娟 黄文树 黄小艳 惠 慧 霍永明 焦海涛 焦伟珍 康庆英 康雪琴
 李爱云 李保凯 李春江 李冬梅 李海燕 李合丽 李静文 李娟(海南海口)
 李娟(陕西渭南) 李 琳 李美琴 李庆忠 李荣玲 李 晓 李晓强 李谢之
 李艳君 李 轶 李 瑛 刘 昶 刘朝罡 刘春燕 刘凡彬 刘 浩 刘建梅
 刘金华 刘 君 刘兰香 刘利丽 刘连飞 刘 旻 刘名微 刘 薇 刘兴瑞
 刘义林 刘月芳 柳晓琼 娄根玲 陆书华 罗 芳 罗显华 麻丽丽 麻连红
 马和萱 马金民 马玲娜 马晓丽 麦合巴·卡哈尔 满 莉 孟秀琴 缪风云
 木塔力普·吐尔逊 倪翠坤 倪 峰 倪新英 聂秀梅 牛雪梅 潘 冰 潘建平
 庞 红 庞 丽 庞素贤 彭 娟 浦桂萍 钱 建 秦 华 邱 驷 屈 丹

任明霞	任志兵	戎孝慧	荣运红	申鹏海	沈 宁	石 波	宋美琴	苏 松
苏永生	孙凌傲	孙治浩	覃 燕	谭 力	唐 静	田进军	万岩杰	汪 乐
王爱平	王爱琴	王 斌	王家文	王建进	王 静	王 磊	王连有	王龙云
王仕俊	王 伟	王武霞	王向元	王小琴	王 岩	王永兰	王志恒	王志平
吴贝贝	吴 非	吴 锋	吴 杰	吴清山	夏 琴	辛红芳	熊晓兰	胥洪模
徐文长	徐毅强	许多斌	许克尔	卡地尔	薛贞艳	杨红艳	杨力红	杨文广
杨文玲	杨新霞	杨煦怡	杨支华	姚 芳	殷 毅	尹训宝	于丽丽	袁家文
袁丽萍	岳太鹏	张赤英	张传宝	张 丹	张斗木	张 飞	张桂荣	张海燕
张锦芬	张锦琼	张景东	张 娟	张丽芳	张莲芝	张路坪	张 娜	张苏元
张小博	张琰妍	张艳红	张英姿	张迎霞	张永杰	张忠宝	赵春林	赵嘉才
赵菊清	赵 琦	赵伟芬	郑 萍	郑 辛	钟宁奎	周安山	周光荣	周素娟
周晚枫	周新平	朱美霖	朱卫红	朱学英	朱艺新	祝华平	邹亚萍	

前 言

当前我国正处于经济社会快速转型期，人们的生活节奏明显加快，竞争压力不断加剧，个体心理行为问题及其引发的社会问题日益凸显，引起社会各界广泛关注。一方面，心理行为异常和常见精神障碍人数逐年增多，个人极端情绪引发的恶性案（事）件时有发生，成为影响社会稳定和公共安全的危险因素；另一方面，心理健康服务体系不健全，政策法规不完善，社会心理疏导工作机制尚未建立，服务和管理能力严重滞后。现有的心理健康服务状况远远不能满足人民群众的需求及经济建设的需要。加强心理健康服务、健全社会心理服务体系迫在眉睫。

加强心理健康服务，开展社会心理疏导，是维护和增进人民群众身心健康的重要内容，是社会主义核心价值观内化于心、外化于行的重要途径，是全面推进依法治国、促进社会和谐稳定的必然要求。各地区、各部门要认真贯彻落实中央决策部署，从深化健康中国建设的战略高度，充分认识加强心理健康服务、健全社会心理服务体系的重要意义，坚持问题导向，增强责任意识，自觉履行促进群众心理健康责任，加强制度机制建设，为实现“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴中国梦作出积极贡献。

心理健康是人在成长和发展过程中，认知合理、情绪稳定、行为适当、人际和谐、适应变化的一种完好状态。心理健康服务是运用心理学及医学的理论和方法，预防或减少各类心理行为问题，促进心理健康，提高生活质量，主要包括心理健康宣传教育、心理咨询、心理疾病治疗、心理危机干预等。心理健康是健康的重要组成部分，关系广大人民群众幸福安康、影响社会和谐发展。加强心理健康服务、健全社会心理服务体系是改善公众心理健康水平、促进社会心态稳定和人际和谐、提升公众幸福感的关键措施，是培养良好道德风尚、促进经济社会协调发展、培育和践行社会主义核心价值观的基本要求，是实现国家长治久安的一项源头性、基础性工作。

党中央、国务院高度重视心理健康服务和社会心理服务体系建设工作。习近平总书记在2016年全国卫生与健康大会上提出，要加大心理健康问题基础性研究，做好心理健康知识和心理疾病科普工作，规范发展心理治疗、心理咨询等心理健康服务。《国民经济和社会发展的第十三个五年规划纲要》明确提出要加强心理健康服务。《“健康中国2030”规划纲要》要求加强心理健康服务体系建设和规范化管理。近年来，各地区、各部门结合各自的实际情况，从健全心理健康服务体系、搭建心理关爱服务平台、拓展心理健康服务领域、开展社会心理疏导和危机干预、建立专业化心理健康服务队伍等方面进行了积极探索，取得了一定成效，为进一步做好加强心理健康服务、健全社会心理服务体系工作奠定了基础。

全面贯彻党的十八大和十八届三中、四中、五中、六中全会精神，深入学习贯彻习近平总书记系列重要讲话精神和治国理政新理念、新思想、新战略，按照《精神卫生法》《国民经济和社会发展的第十三个五年规划纲要》等法律政策要求，落实健康中国建设战略部署，强化政府领导，明确部门职责，完善心理健康服务网络，加强心理健康人才队伍建设。加强重点人群心理健康服务，培育心理健康意识，最大限度满足人民群众心理健康服务需求，形成自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态。

积极推动心理咨询和心理治疗服务。充分发挥心理健康专业人员的引导和支持作用，帮助公民促进个性发展和人格完善，更好地进行人生选择，发展自身潜能，解决生活、学习、职业发展、婚姻、亲子、人际交往等方面的心理困扰，预防心理问题演变为心理疾病，促进和谐生活，提升幸福感。

倡导大众科学认识心理行为问题和心理疾病对健康的影响，将提高心理健康意识贯穿终生，逐步消除公众对心理疾病的耻病感，引导心理异常人群积极寻求专业心理咨询和治疗。各级各类医疗机构和专业心理健康服务机构要主动发现心理疾病患者，提供规范的心理疾病诊疗服务，减轻患者心理痛苦，促进患者康复。

重视心理危机干预和心理援助工作。建立和完善心理健康教育、心理热线服务、心理评估、心理咨询、心理治疗、精神科治疗等衔接递进、密切合作的心理危机干预和心理援助服务模式，重视和发挥社会组织和社会工作者的作用。将心理危机干预和心理援助纳入各类突发事件应急预案和技术方案，加强心理危机干预和援助队伍的专业化、系统化建设，定期开展培训和演练。在突发事件发生时，立即开展有序、高效的个体危机干预和群体危机管理，重视自杀预防。在事件善后和恢复重建过程中，依托各地心理援助专业机构、社会工作服务机构、志愿服务组织和心理援助热线，对高危人群持续开展心理援助服务。

普遍开展职业人群心理健康服务。各机关、企事业单位和其他用人单位要把心理健康教育融入员工思想政治工作，制订实施员工心理援助计划，为员工提供健康宣传、心理评估、教育培训、咨询辅导等服务，传授情绪管理、压力管理等自我心理调适方法和抑郁、焦虑等常见心理行为问题的识别方法，为员工主动寻求心理健康服务创造条件。对处于特定时期、特定岗位、经历特殊突发事件的员工，及时进行心理疏导和援助。

全面加强儿童青少年心理健康教育。学前教育机构应当关注和满足儿童心理发展需要，保持儿童积极的情绪状态，让儿童感受到尊重和接纳。特殊教育机构要针对学生身心特点开展心理健康教育，注重培养学生自尊、自信、自强、自立的心理品质。中小学校要重视学生的心理健康教育，培养积极乐观、健康向上的心理品质，促进学生身心可持续发展。高等院校要积极开设心理健康教育课程，开展心理健康教育活动；重视提升大学生的心理调适能力，保持良好的适应能力，重视自杀预防，开展心理危机干预。共青团等组织要与学校、家庭、社会携手，开展“培育积极的心理品质，培养良好的行为习惯”的心理健康促进活动，提高学生自我情绪调适能力，尤其要关心留守儿童、流动儿童心理健康，为遭受学生欺凌和校园暴力、家庭暴力、性侵犯等儿童、青少年提供及时的心理创伤干预。

关注老年人、妇女、儿童和残疾人心理健康。各级政府及有关部门尤其是老龄办、妇联、残联和基层组织要将老年人、妇女、儿童和残疾人心理健康服务作为工作重点。充分利用老年大学、老年活动中心、基层老年协会、妇女之家、残疾人康复机构、有资质的社会组织等宣传心理健康知识。通过培训专兼职社会工作者和心理工作者、引入社会力量等

多种途径，为空巢、丧偶、失能、失智、留守老年人、妇女、儿童、残疾人和计划生育特殊家庭提供心理辅导、情绪疏导、悲伤抚慰、家庭关系调适等心理健康服务。鼓励有条件的地区适当扩展老年活动场所，组织开展健康有益的老年文体活动，丰富广大老年人精神文化生活，在老年人生病住院、家庭出现重大变故时及时关心看望。加强对孕产期、更年期等特定时期妇女的心理关怀，对遭受性侵犯、家庭暴力的妇女及时提供心理援助。加强对流动、留守妇女和儿童的心理健康服务。鼓励婚姻登记机构、婚姻家庭纠纷调解组织等积极开展婚姻家庭辅导服务。发挥残疾人社区康复协调员、助残社会组织作用，依托城乡社区综合服务设施，广泛宣传心理健康知识，为残疾儿童家长、残疾人及其亲友提供心理疏导、康复经验交流等服务。通过开展“志愿助残阳光行动”“邻里守望”等群众性助残活动，为残疾人提供心理帮助。护理院、养老机构、残疾人福利机构、康复机构要积极引入社会工作者、心理咨询师等力量开展心理健康服务。

重视特殊人群心理健康服务。健全政府、社会、家庭“三位一体”的帮扶体系，加强人文关怀和心理疏导，消除对特殊人群的歧视，帮助特殊人群融入社会。各地综治、公安、司法行政、民政、卫生计生等部门要高度关注流浪乞讨人员、服刑人员、刑满释放人员、强制隔离戒毒人员、社区矫正人员、社会吸毒人员、易肇事肇祸严重精神障碍患者等特殊人群的心理健康。加强心理疏导和危机干预，提高其承受挫折、适应环境能力，预防和减少极端案（事）件的发生。

加强严重精神障碍患者服务。各级综治、公安、民政、司法行政、卫生计生、残联等单位建立精神卫生综合管理小组，多渠道开展患者日常发现、登记、随访、危险性评估、服药指导等服务。动员社区组织、患者家属参与居家患者管理服务。做好基本医疗保险、城乡居民大病保险、医疗救助、疾病应急救助等制度的衔接，逐步提高患者医疗保障水平。做好贫困患者的社会救助工作。建立健全精神障碍社区康复服务体系，大力推广“社会化、综合性、开放式”的精神障碍康复模式，做好医疗康复和社区康复的有效衔接。

预防为主，以人为本。全面普及和传播心理健康知识，强化心理健康自我管理意识，加强人文关怀和生命教育，消除对心理问题的偏见与歧视，预防和减少个人极端案（事）件发生。党政领导，共同参与。进一步强化党委政府加强心理健康服务、健全社会心理服务体系的领导责任，加强部门协调配合，促进全社会广泛参与，单位、家庭、个人尽力尽责。立足国情，循序渐进。从我国基本国情和各地实际出发，将满足群众需求与长远制度建设相结合，逐步建立健全心理健康和社会心理服务体系。分类指导，规范发展。坚持全民心理健康素养提高和个体心理疏导相结合，满足不同群体心理健康服务需求，促进心理健康服务科学、规范、有序发展。

到2020年，全民心理健康意识明显提高。各领域各行业普遍开展心理健康教育及心理健康促进工作，加快建设心理健康服务网络，服务能力得到有效提升，心理健康服务纳入城乡基本公共服务体系，重点人群心理健康问题得到关注和及时疏导，社会心理服务体系初步建成。

到2030年，全民心理健康素养普遍提升。符合国情的心理健康服务体系基本健全，心理健康服务网络覆盖城乡，心理健康服务能力和规范化水平进一步提高，常见精神障碍防治和心理行为问题识别、干预水平显著提高，心理相关疾病发生的上升势头得到缓解。

尽管我国近20年来培养了约2万名心理治疗师和90万名心理咨询师，但社区心理医生

却仍然是空白。为了改变我国社区心理医生十分短缺的现状，按照以上原则和目标，在政府支持鼓励、社会迫切需求的时代背景下，由中国专业人才库全国心理学考评管理中心授权委托，我们组织编写了这本《社区心理医生》培训教材，培训项目及编码为：XLYS-901000-X1。期待着社区心理医生为促进和谐社会、提高全民心理健康水平作出贡献。

编 者

2017年5月1日

目 录

第一章 社区医学心理学	001
第一节 社区医学心理学基础知识	001
第二节 社区健康与疾病的心理因素	005
第三节 社区医患关系与心理护理	012
第四节 社区躯体症状与心理障碍的相互关系	016
第五节 社区各种常见疾病的心理治疗	020
第二章 社区变态心理学	029
第一节 社区变态心理学基础知识	029
第二节 社区常见的心理障碍及心理治疗方法	033
第三节 社区神经症的心理治疗	045
第四节 社区儿童心理障碍与治疗	051
第五节 社区老年心理障碍与治疗	062
第三章 社区精神病学	072
第一节 社区精神病学基础知识	072
第二节 社区常见精神病人的诊断评估和治疗	092
第三节 社区精神疾病的现状与未来的发展趋势	097
第四节 社区精神疾病的康复管理与心理辅导	101
第五节 社区精神卫生工作的法律依据和注意事项	109
第四章 社区咨询心理学	123
第一节 社区心理咨询学的基础知识	123
第二节 社区心理咨询的关系建立和会谈方法	136
第三节 社区心理咨询的倾听和共情方法	141
第四节 社区心理咨询的分析和洞察方法	151

第五节	社区心理咨询的测量和评估方法	157
第五章	社区心理测量学	161
第一节	社区心理测量基础知识	161
第二节	社区心理医生52种常用测评量表简介	166
第三节	社区心理测量的正确使用	177
第四节	社区心理卫生评定量表手册简介	181
第五节	社区常用心理评估量表手册简介	192
第六章	社区精神卫生药理学	202
第一节	社区精神卫生药理学的作用基础	202
第二节	社区精神卫生抗精神病药物	206
第三节	社区精神卫生抗抑郁、抗焦虑药物	208
第四节	社区精神卫生常见药物的适应证和副作用	213
第五节	社区常见精神疾病诊断标准	219
第七章	社区常用心理疗法	232
第一节	社区心理医生主流心理疗法	232
第二节	社区心理医生辅助心理疗法	238
第三节	社区心理医生个性化心理疗法	248
第四节	社区心理医生本土化心理疗法	255
第五节	社区心理医生非药物疗法探讨	266
第八章	社区积极心理学	290
第一节	社区常见的积极情绪和消极情绪	290
第二节	社区积极心态、情商与幸福感	295
第三节	社区综合积极情绪疗法的运用	299
第四节	社区积极心理治疗	317
第五节	社区积极人际关系对策	321
第九章	社区心理医生的伦理操守和职业道德	324
第一节	社区心理医生的基本素养	324
第二节	社区心理医生的伦理守则	329
第三节	社区心理医生的职业道德	331

第四节	社区心理医生的社会责任感和使命感	333
第五节	社区心理医生的法律意识和自我保护	335

第十章 社区心理医生的培训实践和继续教育

346

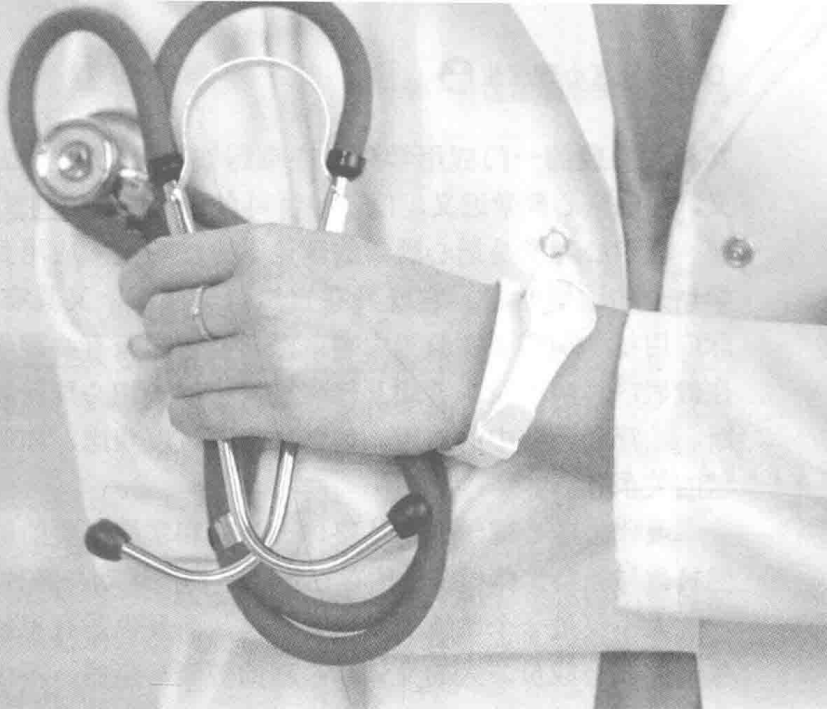
第一节	社区心理医生的培训督导体系	346
第二节	社区心理医生的继续教育体系	348
第三节	社区心理医生的常见案例分析	351
第四节	社区心理医生的临床注意事项	371
第五节	社区心理医生的自我觉察和自我成长	373

结束语

382

参考文献

384



第一章

社区医学心理学

第一节 社区医学心理学基础知识

一、医学心理学的定义

医学心理学尚未形成一致公认的定义。目前，国内许多作者认为医学心理学是心理学和医学相结合的一门新兴学科，是对心理变量与身体健康之间关系的研究，或者说是研究心理因素在健康和疾病及其相互转化过程中所起作用的科学。

曾有一些人认为医学心理学是心理学在医学中的应用，因而是心理学的分支。但这一观点在我国显得狭隘了一些。应该说，医学心理学既是医学的分支，也是心理学的分支。例如从医学的分支来看，医学心理学研究医学中的心理行为问题，如各种患者的心理行为特点、各种疾病的心理行为变化，等等；从心理学分支来看，医学心理学研究如何把心理学的系统知识和技术应用于医学各方面，包括在治疗疾病过程中如何应用有关心理科学知识和技术问题等。

由于医学心理学研究的是介于医学与心理学之间的课题，故有人提出也可将其称为心理医学。但医学心理学偏重于相对正常行为的研究，对于医学中严重变态行为的研究（也是心理医学），则主要归入精神病学研究范围。社区心理医生了解社区医学心理学对于在工作中涉及的由躯体疾病导致的心理问题和由心理问题产生的躯体疾病都有很大的帮助。

二、医学心理学的意义

医学心理学是一门从医学的观点研究、诊断、治疗和预防精神障碍和人的身心疾病及

其相关问题的一门应用学科。在英国被称为的医学心理学与在美国被称为的精神医学同义，与临床心理学近义，但各种学科名称所强调的侧重点或研究的历史取向有所不同。

医学心理学是把心理学的理论、方法与技术应用到医疗实践中的产物，是医学与心理学结合的边缘学科。它既具有自然科学性质，又具有社会科学性质，包括基本理论、实际应用技术和客观实验等内容。医学心理学兼有心理学和医学的特点，它研究和解决人类在健康或患病以及二者相互转化过程中的一切心理问题，即研究心理因素在疾病病因、诊断、治疗和预防中的作用。如怎样克服过度焦虑，如何消除抑郁，医生与患者如何建立和谐的关系等。

现代医学心理学强调从整体上认识和掌握人类的健康和疾病问题，主张把人看作是自然机体与社会实体相统一的存在物，是物质运动与精神活动相结合的统一体。

人不仅是一个单纯的生物有机体，而且也是有思想、有感情、从事着劳动、过着社会生活的社会成员。人的身体和心理的健康与疾病，不仅与自身的生理因素有关，而且也与人的心理活动和社会因素有密切联系。临床实践和心理学研究证明，有害的物质因素能够引起人的躯体疾病与心理疾病，有害的心理因素也能引起人的身心疾病。例如药物、酒精和其他精神活性物质等能够治疗人的身心疾病，而良好的心理因素与积极的心理状态能够促进人的身心健康或作为身心疾病的治疗手段。

医学心理学不仅具有重要的理论意义，而且有着更大的实践意义。运用心理学的理论与方法探索心理因素对健康与疾病的作用方式、途径与机制，更全面地阐明人类躯体疾病与心理疾病的本质，协助医学揭示人类维护健康、战胜疾病的规律，寻找与丰富人类疾病的诊断、治疗、护理与预防的更全面、更有效的方法，提高医疗水平，促进人的身心健康。

三、医学心理学的应用

随着心理学知识和技术广泛应用于医学，医学心理学便逐渐形成了一些分支，如重点用于精神病方面的变态心理学；用于神经病学的临床神经心理学；用于预防医学的健康心理学；用于护理工作的护理心理学。

临床心理学是运用心理学的知识和原理帮助患者纠正自己的精神和行为障碍以及通过咨询来指导和培训健全的人以便有效地适应环境和更富有创造力的心理学应用学科。

临床心理学是医学心理学中发展得最早，从业人数最多的一个分支。在应用心理学方面，分为工业心理学、教育心理学、临床心理学和组织管理心理学四大领域，其中临床心理学占有很大的比重。

医学心理学在应用方面，如同教育心理学、工业心理学和运动心理学一样，把心理学的系统知识，包括它的理论、技术、方法和研究成果，结合医疗实践，应用到医学领域各个部门，如综合医院、专科医院、精神病院、诊所、疗养院、康复医院；工厂、学校和机关的保健室、基层卫生院、各级卫生防疫机构、儿童行为指导中心、青少年健康服务中心；也应用到海底、高空、远航、沙漠、矿山等作业的特殊职业群体以及职业学校、盲聋哑学校、特殊儿童学校、工读学校和监狱等群体。总之，它要解决各种影响人们身心健康的心理问题。

四、医学心理学常用方法

(一) 心理评估

心理过程和个性差异可以用一些方法来做客观描述, 这些方法主要有观察、会谈和心理测试等。应用多种方法所获得的信息, 对个体某一心理现象作全面、系统和深入的客观描述, 这一过程称为心理评估。

1. 观察与会谈: 观察与会谈都是医学心理学的基本方法。

在观察中我们要注意目标的行为, 如仪表、体形、人际交往风格、言谈举止、注意力、兴趣等各种情景中的应对行为; 观察时间, 通常直接观察时间为10~30分钟; 资料记录, 一般会因观察法的不同采用不同的记录方法; 观察者的条件, 首先应具备一定的社会知识、较好的专业知识和一定的人际交往经验。

在会谈中我们要注意用词, 尽量让来访者感到舒适易懂; 提问要恰当, 如开放式提问、促进性提问、阐明性提问、对质性提问、直接性提问等; 记录时常采用录音和录像, 但要获得来访者同意; 倾听和非词语性沟通也是必不可少。

2. 心理测试: 心理测试通常与心理量表同义, 是指在标准的情境下, 对个人行为样本进行客观的分析和描述的一类方法。

在临床工作中, 目前常用的心理测试不过百余种, 通常按其目的和功能可分为能力测试、人格测试、神经心理测试、临床评定量表和职业咨询测验等。

(1) 能力测试: 只是心理测试的一大类别, 包括智力测试、心理发展量表、适应行为量表及特殊能力测试等。

(2) 人格测试: 此类测试数量众多, 有的用于测查一般人群人格特征, 如卡特尔16项人格问卷、艾森克个性问卷等; 有的用于测试个体的病理性人格特点, 如明尼苏达多相人格问卷等。

(3) 神经心理测试: 用于评估正常人和脑损伤患者脑功能状态的心理测验, 在脑功能的诊断及脑损伤的康复与疗效评估方面发挥重要的作用。

(4) 临床评定量表: 评定量表是对自己主观感觉和他人行为的客观观察进行量化描述的方法。此类量表种类和数目繁多, 最早始于精神科临床, 以后推广到其他广泛的临床和研究领域。

(5) 职业咨询测验: 常用的测验有职业兴趣问卷、性向测验和特殊能力测验等, 人格和智力测验也常与这些测验联用, 使评估结果更为全面。

(二) 心理治疗

心理治疗也称精神治疗, 是以医学心理学的各种理论体系为指导, 以良好的医患关系为桥梁, 应用各种心理学技术包括通过医护人员的言语、表情、行动或通过某些仪器以及一定的训练程序, 改善患者的心理条件, 增强抗病能力, 从而消除心身症状, 重新保持个体与环境之间的平衡, 达到治疗的目的。

精神分析治疗由奥地利心理学家弗洛伊德于19世纪末创立, 以“自由联想”等内省方法, 帮助患者将潜在意识中的各种心理冲突挖掘出来, 带入意识中, 转变为个体可以认知