

■ 马克思主义与现实研究丛书

心理治疗方法论

王仕民 编著

MAKESIZHUYI YU XIANSHI YANJIU CONGSHU

中山大学出版社

马克思主义与现实研究丛书

心理治疗方法论

王仕民 编著

中山大学国家重点学科「马克思主义理论与思想政治教育」研究成果

中山大学出版社
· 广州 ·

版权所有 翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

心理治疗方法论/王仕民编著. —广州: 中山大学出版社,
2005. 6

(马克思主义与现实研究丛书)

ISBN 7-306-02606-2

I. 心… II. 王… III. 精神疗法—方法论—高等学校—教材 IV. R749.055-03

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 104732 号

责任编辑: 李海东

封面设计: 方 竹

责任校对: 何 凡

责任技编: 黄少伟

出版发行: 中山大学出版社

编辑部电话 (020) 84111996, 84113349

发行部电话 (020) 84111998, 84111160

地 址: 广州市新港西路 135 号

邮 编: 510275

传 真: (020) 84036565

印 刷 者: 广州番禺市桥印刷厂

经 销 者: 广东新华发行集团

规 格: 850mm × 1168mm 1/32 14.25 印张 383 千字

版次印次: 2005 年 6 月第 1 版 2005 年 6 月第 1 次印刷

定 价: 29.50 元

本书如有印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换

内 容 简 介

本书以科学发展观为指导，以人为本，以现代社会为背景，依照世界观与方法论相统一的原则，阐释了心理治疗方法论的基本概念、研究对象、理论基础、功能特点、历史发展和继承改革；采用系统论方法建构了心理治疗的方法论体系，即心理治疗方法概述、西方心理治疗方法、中国心理治疗方法、心理诊断方法、心理测验方法、心理治疗的基本方法、心理治疗的主要方法、心理治疗的特殊方法、心理治疗的评估方法、心理治疗的研究方法、心理治疗人员能力和素质的提高方法等；探索总结了许多适应新时期需要的新方法；借鉴了相关学科的知识与方法。本书具有科学性与思想性、时代性与民族性、理论性与应用性相统一的特点。

本书可作为心理学、思想政治教育等专业的教学参考书，也可供其他专业选用和社会读者阅读。

总序

21 世纪的来临，不仅是时间维度的转换，同时也意味着时代精神的变迁。一方面，和平与发展已成为当今时代的主题，经济全球化的进程在不断加速发展；另一方面，世界范围内科技革命高歌猛进，推动了生产的自动化、信息化和智力化，也使社会产业结构、技术结构、人们的社会生活方式和思维方式发生新的深刻变化。历史已经昭示大转变的必然，也意味着人类又一次抵达社会发展的关键转折点。这对中国来讲，也必然是一个充满着机遇与风险的矛盾、发展与稳定的冲突并存的时代。如何在新世纪中更好、更快、更协调地建设中国特色社会主义，这不仅需要我们坚定的信心、拼搏的勇气，而且更需要科学的理论、高超的智慧，以使我们能站在时代的制高点，观察世界的变化，寻求人类社会发展的新方式；审视中华民族的过去和现在，探求中国未来发展的新方向。

马克思主义在 20 世纪指导着中国人民进行了不懈的斗争，中国共产党人正是把它作为世界观和观察世界、改造世界的基本理论、方法来接受的，这使屈辱、贫弱的中国大踏步地进入了民族独立与解放的变革时期，并进入了社会进步与发展的社会主义时代。历史雄辩地证明了：只有社会主义的理想和制度才能代表占中国人口绝大多数的普通劳动者的根本利益；只有马克思主义才是现代中国社会变革与发展的指导思想，在马克思主义与中国

实践相结合的过程中，形成了中国化的马克思主义，这是马克思主义在当代中国的新发展。

马克思主义作为无产阶级的意识形态，从这个意义上说，它属于无产阶级；马克思主义又是吸取了人类文明的精华所创立的，这又说明它属于全人类。马克思主义创立于 19 世纪，但它思想的闪电和雷鸣照亮和震动了 20 世纪，深刻地影响了人类文明的进程，并依然照亮了 21 世纪的天空和发展的征程。英国广播公司（BBC）于 1999 年秋天，用几周时间在国际互联网上经过反复评选，最后确定马克思为千年最伟大、最有影响的思想家，这就充分证明马克思主义的当代价值。马克思主义的时代价值是建立在实践基础上的，是随着实践的发展而发展的，因而与时俱进是马克思主义的理论品格，是马克思主义超越时代、富有强大生命力的根本体现。面对 21 世纪人类社会的发展、中国特色社会主义的伟大实践以及中华民族的复兴伟业，我们仍然需要马克思主义的指导，需要它的理论与智慧；21 世纪马克思主义的发展也离不开对时代与现实的研究而与时俱进，因而必须加强马克思主义的研究、宣传和教育，更需要加强马克思主义与现实的研究。

加强马克思主义的研究，我们需要实事求是地回到马克思，走进恩格斯，全面研读马克思主义文本，并借助于新的研究理路和研究方法的创新，全面、系统、科学地把握马克思主义的实质和基本观点及马克思主义发展的基本规律；同时，我们更需要把马克思主义与现实紧密结合起来，以在纷繁复杂的困惑与矛盾面前读懂这个时代；在充满风险与机遇的冲突面前理解这个世界与中国；在绵延恢宏的中国民族传统文化中把握其精华，以使它走向现代化；并对形形色色的西方与国外的理论与实践进行借鉴和扬弃。在新世纪中，我们还要加强对人们特别是青年人的马克思主义、思想道德、健康心理的教育与培养，以利于中国特色社会主义的发展。

基于这样的思考,我们依托中山大学国家重点学科“马克思主义理论与思想政治教育”学科建设,编撰了这套“马克思主义与现实”研究丛书。丛书的宗旨在于坚持和发展马克思主义,着重研究马克思主义与中国社会主义现代化实践相结合、与时代发展相结合的新问题和新特点,注重在西方与国外的各种理论与实践、在中国的民族传统文化中寻求和挖掘思想资源,以开阔视野,回答问题,力求体现马克思主义与时俱进的理论品格,为新世纪马克思主义与现实的研究、宣传和教育作出自己的一点贡献。

“马克思主义与现实”研究丛书正是根据以上宗旨进行研究所取得的成果。它们通过运用马克思主义的基本理论,探索了中国社会主义现代化在经济全球化进程中所具有的特色、价值和意义;研究了中国加入WTO后,对中国社会主义意识形态建设与发展的各个方面、要素的影响与对策;考量了现代科技革命促使广东经济发展、产业结构优化、生活方式变化、农村城市化等方面的理论与实践;同时运用马克思主义,分析了西方与国外经济、政治、文化等领域的理论与实践,以及中国传统文化中的古代矛盾观的演变,以从它们中挖掘出对马克思主义的发展、中国特色社会主义建设有利的资源。丛书还探讨了在新世纪中如何对人们特别是青年人进行马克思主义、思想道德、健康心理素质教育的新问题。丛书既有教育部、广东省的人文社会科学科研课题的最终研究成果,又有博士学位论文,作者们都为其付出了自己很多的心血,并力求有所创新。当然,由于我们的理论水平与认识能力有限,这些研究成果难免存在不足,许多问题的研究还有待于我们深入地学习、探讨和深化。我们愿意向相关领域的专家、学者以及广大读者求教,以努力提高新世纪马克思主义与现实研究的水平。

“马克思主义与现实”研究丛书编辑委员会

2005年6月

前 言

进入 21 世纪，经济全球化已成为不可逆转的趋势和潮流。面对世界范围各种思想文化的激荡，面对更加开放、更加复杂、更加多样多变的社会，人们的心理活动也必然会更具独立性、选择性、多变性和差异性。在经济全球化的进程中，人们的生产和生活方式发生了很大改变，社会经济成分、组织形式、物质利益、就业方式日益多样化，这些重大变化对人们心理的影响是巨大的。经济全球化给心理治疗工作带来了巨大的挑战，这是我们必须正视的现实，也是急需我们解决的难题。

随着社会主义计划经济体制向市场经济体制转变，我国社会经历着从传统农业社会向现代工业社会的转变，从封闭社会向开放社会的转变，这些转变也就意味着社会利益格局的调整、社会组织形式的改变、社会经济体制和政治体制的变革以及社会阶层结构和社会关系的重大变动，这种剧烈的社会变革具有纷繁复杂的特点，必然包含着剧烈的心理上的冲突和斗争。经济关系、利益关系的不断调整必然给人们带来一系列的心理问题，并造成种种心理困惑。这就要求新时期的心理治疗工作必须面向经济全球化，立足于社会主义市场经济的现实基础以及人们的心理状况。惟有如此，心理治疗工作方能更好地为社会主义经济建设这个中心服务。

实际上，每一个人都具有潜在的克服困难和适应环境的力量。

量，一旦认识到这种力量，很多问题都能得到解决。然而，出现心理困扰或心理失调的人，往往没有发现或不相信自己的力量，这就需要心理治疗人员为其提供帮助。因此，心理治疗的目的，就是帮助来访者发现自己的问题及根源，帮助来访者意识到自身的力量，弄清自己的行为和生活，帮助来访者对自己的现状和未来做出决定，从而提高他们对生活的适应能力和调节环境的能力。

在市场经济条件下，社会正在发生或已经发生了广泛的社会和文化变迁。急剧的社会文化变迁，影响着当代人的精神生活。在信息化时代，人们越来越依赖于现代化的通讯工具，这使得以直接交往为条件的情感交流变得越来越不可能。这样交往的结果，使得人们内心的情感出现真空化或使人们之间的交往日益功利化。

现代社会，市场经济的确立，使得人们的价值观念发生了深刻的变化，人们获取物质利益的渠道由单一演变成多元，人们的价值取向也从单一走向多元，个人内部和人际间的价值冲突实在是不可避免的事情，价值冲突和混乱必然造成心理困惑。

在市场经济条件下，专业分工愈来愈细，造成人的心理机能片面使用和发展。随着产业结构的调整，工业化和城市化的快速发展，使得人口快速向城市转移，造成了城市人口密度的急剧增加，使得人际摩擦和冲突的机率大大增加。有限的工作职位，有限的晋升机会，有限的居住、交通、教育、医疗容量，在各方面制造出一个个竞争“瓶颈”。竞争催生冲突，这些冲突使人们经常处于应激压力之下。

在市场经济条件下，家庭的结构和功能发生了深刻的变化。家庭作为生产和消费的基本单位的功能日益萎缩，其他一些功能也日益社会化。家庭的稳定性下降，家庭破裂、重组的比例增加。家庭在人们生活中的重要性开始下降。家庭生活对人们的心理健康具有双重作用：一方面支持、维护家庭成员的心理健康；

另一方面又会引起冲突和形成压力，造成心理问题。

现代社会，应试教育日益严重，忽视个性的和谐发展。从教育的实际情况看，一方面是社会对教育的投入越来越大，个体受教育的时间越来越长；另一方面是教育日益变成了职业教育、谋生教育。教育内容片面集中于知识、技能的传授上。个性全面和谐发展愈来愈难实现。这样教育的结果，一是使学生在校学习期间产生大量的心理问题；二是让学生以不健全的个性品质走向社会，造成长远的适应困难。

既然人在现代社会存在着适应和发展的困惑，心理治疗的出现就是必然的事情。人类社会的发展和进步，促进了人类自身的发展；人的发展和完善，又推动社会向更高层次的方向迈进。人和社会之间彼此影响，共同发展。社会需要身体和心理都是健全的成员来建设它，心理治疗的职能就在于帮助人们克服适应和发展中产生的各种心理困惑和障碍，成为健全的、有效率的建设者和享有个人幸福的个人。

《心理治疗方法论》就是想在心理治疗的方法论体系上作系统的研究，以期对人们的生活和工作有所帮助。这就是笔者写作此书的目的。

王仕民

2005年5月于中山大学康乐园

目 录

第一章 心理治疗方法概述	(1)
第一节 心理治疗的内涵	(1)
一、心理治疗的含义	(2)
二、心理治疗方法分类	(3)
三、心理治疗的作用	(8)
第二节 心理治疗的主要理论	(10)
一、精神分析理论	(10)
二、条件反射和学习理论	(11)
三、行为治疗方法理论	(13)
四、人本主义治疗理论	(14)
第三节 心理治疗中的几个问题	(15)
一、心理治疗的机制	(15)
二、心理治疗的一般过程和注意事项	(19)
三、心理治疗的原则	(24)
第四节 心理治疗方法与有关学科的关系	(27)
一、与心理学其他分支学科的关系	(27)
二、与医学相关学科的关系	(29)
三、与性学的关系	(30)
第二章 西方心理治疗方法	(32)
第一节 西方心理治疗方法的历史	(32)

一、西方早期的心理治疗方法	(32)
二、西方心理治疗方法的形成发展阶段	(35)
三、西方心理治疗方法的职业化阶段	(37)
第二节 西方心理治疗方法的现状	(40)
一、心理治疗方法的综合运用	(40)
二、心理治疗形式的发展趋势	(40)
三、心理治疗的对象范围逐渐扩大	(41)
四、多元文化背景下的心理治疗理论的形成	(42)
第三节 西方心理治疗方法的中国化	(47)
一、西方心理治疗方法中国化的文化根源	(48)
二、西方心理治疗方法中国化的任务和途径	(50)
三、西方心理治疗方法中国化的探索	(52)
第三章 中国心理治疗方法	(57)
第一节 中国古代心理治疗方法的历史走向	(57)
一、远古至战国时期的心理治疗方法	(58)
二、秦汉三国至唐代的心理治疗方法	(61)
三、五代至元代的心理治疗方法	(62)
四、明清时期的心理治疗方法	(64)
第二节 中国古代心理治疗方法的理论与主要方法	(68)
一、中国古代心理治疗方法的理论	(69)
二、中国古代心理治疗的主要方法	(73)
三、中国古代心理治疗方法的特点	(80)
第三节 中国心理治疗方法的发展	(83)
一、心理治疗方法的缓慢发展阶段	(83)
二、心理治疗方法的停滞发展阶段	(84)
三、心理治疗方法的起步发展阶段	(85)
四、心理治疗方法的发展趋势	(89)
第四章 心理诊断方法	(95)
第一节 心理诊断概述	(95)

一、心理诊断的任务	(95)
二、心理健康的标准和判断原则	(97)
三、心理健康水平的差异	(100)
四、影响心理健康的因素	(104)
第二节 常见心理障碍	(108)
一、常见心理障碍的主要症状表现	(108)
二、心理问题与心理紊乱	(117)
三、常见心理障碍的临床分类	(118)
四、心理治疗的适应范围	(132)
第三节 常用心理诊断方法	(136)
一、访谈法	(136)
二、观察法	(142)
三、个案法	(147)
第五章 心理测验方法	(152)
第一节 心理测验的概述	(152)
一、心理测验的定义	(152)
二、心理测验的功能	(154)
三、心理测验的分类	(157)
四、正确对待和使用心理测验	(160)
第二节 心理测验的发展概况	(163)
一、中国心理测验的历史	(163)
二、西方心理测验的历史	(166)
第三节 心理测验的常用方法	(171)
一、智力测验	(171)
二、人格测验	(177)
三、心理评定量表	(202)
第四节 心理测验的信度、效度和难度	(206)
一、测验的信度	(206)
二、测验的效度	(209)

三、测验项目的分析	(211)
第六章 心理治疗的基本方法	(214)
第一节 咨询心理治疗方法	(214)
一、咨询心理治疗的内涵	(215)
二、咨询心理治疗的特点	(215)
三、咨询心理治疗的基本步骤	(218)
第二节 疏导心理治疗方法	(222)
一、疏导心理治疗的内涵	(223)
二、疏导心理治疗的实施要点	(225)
三、疏导心理治疗的分类	(228)
四、疏导心理治疗应注意的问题	(231)
第三节 支持性心理治疗方法	(235)
一、支持性心理治疗的内涵	(235)
二、支持性心理治疗的主要方式	(237)
三、支持性心理治疗应注意的问题	(240)
第七章 心理治疗的主要方法	(242)
第一节 精神分析治疗方法	(242)
一、精神分析治疗方法概述	(243)
二、精神分析治疗方法的理论基础	(249)
三、精神分析的具体治疗方法	(255)
四、对精神分析治疗方法的评价	(259)
五、中国式精神分析治疗方法的探索	(261)
第二节 行为治疗方法	(267)
一、行为治疗方法概述	(267)
二、行为治疗方法的理论基础	(268)
三、行为治疗的具体方法	(274)
四、对行为治疗方法的评价	(286)
第三节 人本主义心理治疗方法	(288)
一、人本主义心理治疗方法概述	(288)

二、人本主义心理治疗方法的理论基础	(292)
三、人本主义心理治疗的具体方法	(299)
四、对人本主义心理治疗方法的评价	(319)
第八章 心理治疗的特殊方法	(322)
第一节 音乐治疗法	(322)
一、音乐治疗法概述	(322)
二、音乐治疗法的分类与机理	(329)
三、音乐治疗法的应用范围	(335)
第二节 生物反馈治疗法	(343)
一、生物反馈治疗法概述	(343)
二、生物反馈治疗法的机理	(344)
三、生物反馈治疗法的应用	(347)
四、对生物反馈治疗法的评价	(353)
第三节 催眠治疗法	(354)
一、催眠治疗法的内涵	(355)
二、催眠治疗法的理论基础	(356)
三、催眠术的分类	(357)
四、催眠治疗法的具体操作程序	(359)
五、催眠治疗法的主要适应症	(362)
第九章 心理治疗的评估方法	(363)
第一节 心理治疗的检测评估	(363)
一、心理治疗检测评估的意义和原则	(363)
二、检测评估的指标与程序	(367)
三、检测评估的类型	(370)
第二节 心理治疗效果的具体评估	(373)
一、心理治疗效果评估上的困难	(373)
二、从安慰剂效应看心理治疗效果	(376)
第三节 心理治疗的副作用	(378)
一、理论的不完善与应对方法	(379)

二、心理治疗人员造成的副作用及其应对方法	(381)
三、从历史和社会的角度看心理治疗的副作用	(384)
第十章 心理治疗的研究方法	(386)
第一节 心理治疗研究的理论	(386)
一、心理治疗研究的理论思路	(386)
二、心理治疗研究的一般特点	(390)
三、心理治疗研究的内容	(391)
四、心理治疗研究发展的新特点	(392)
第二节 中国古代心理治疗方法的研究	(394)
一、历史地考察中国古代心理治疗方法	(395)
二、科学地分析中国古代心理治疗方法	(396)
三、现实地判断中国古代心理治疗方法	(397)
四、自觉地选择和建构中国心理治疗方法	(397)
第三节 现代心理治疗的研究方法	(398)
一、心理治疗研究的观察法	(398)
二、心理治疗的个案研究法	(400)
三、心理治疗研究的调查法	(402)
四、心理治疗研究的实验法	(403)
五、心理治疗研究的内省法	(405)
第十一章 心理治疗人员能力和素质的提高方法	(408)
第一节 心理治疗职业化发展中的几个问题	(408)
一、心理治疗专业队伍正在扩大,但仍然不能满足 社会需求	(409)
二、心理治疗专职人员的水平有待提高	(409)
三、心理治疗专业化培训模式有待改进	(410)
四、心理治疗专业人员管理模式仍需探讨	(411)
第二节 心理治疗人员应具备的条件	(411)
一、心理治疗人员职业道德要求	(412)
二、心理治疗人员业务能力要求	(416)

三、心理治疗人员心理素质要求	(419)
四、心理治疗人员行为准则	(421)
第三节 心理治疗人员能力和素质的提高方法	(425)
一、心理治疗人员通过强化培训, 迅速提高业务 素质	(425)
二、心理治疗人员要加强专业理论知识的学习	(426)
三、心理治疗人员要逐步走向持证上岗	(427)
四、心理治疗工作要建立并完善督导制	(428)
参考文献	(430)
后 记	(433)