

临床心理学

LINCHUANG XINLIXUE

主编◎张理义



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

临床心理学

LINCHUANG XINLIXUE

编写单位 全军心理疾病防治中心

解放军第二军医大学

解放军第一零二医院

解放军第四军医大学

解放军第一军医大学

主 编 张理义

副 主 编 皇甫恩 陈新年 端义扬 解亚宁

编 者 (以章节为序)

张理义 皇甫恩 端义扬 孙 剑

于苏文 汪卫华 高志勤 余海鹰

汪广剑 陈新年 范庆祝 邵亚琴

解亚宁 陈春霞 苏宗荣 施建安



人 民 军 医 出 版 社

Peoples Military Medical Press

北 京

图书在版编目(CIP)数据

临床心理学/张理义主编. —北京:人民军医出版社,2003.10
ISBN 7-80157-900-3

I. 临... II. 张... III. 医学心理学 IV. R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 042198 号

主 编:张理义

出 版 人:齐学进

策划编辑:杨磊石

加工编辑:于 哲

责任审读:李 晨

版式设计:赫英华

封面设计:吴朝洪

出 版 者:人民军医出版社

地址:北京市复兴路 22 号甲 3 号,邮编:100842,电话:(010)66882586,66882585,51927258,

传真:68222916,网址:www.pmmp.com.cn

印 刷 者:潮河印刷厂

装 订 者:春园装订厂

发 行 者:新华书店总店北京发行所发行

版 次:2003 年 10 月第 1 版,2003 年 10 月第 1 次印刷

开 本:787mm×1092mm 1/16

印 张:31 彩页:1 面

字 数:757 千字

印 数:0001~3500

定 价:70.00 元

(凡属质量问题请与本社联系,电话(010)51927289、51927290)

内 容 提 要

本书由心理学专家集体编写,共分为七篇。第一篇为基础知识,介绍了临床心理学的概念、基本理论、相关知识和健康心理学;第二至四篇分别论述了各类心理生理疾患的概念、分类、表现、治疗等;第五至七篇介绍了临床心理评估、临床心理咨询和心理治疗技术。

本书密切结合当前迅速发展社会形式下心理学研究与应用的需要,在介绍基本理论、基础知识的基础上反映了近年来国内外临床心理学的新进展和新成就,并注重与实际应用的结合。既可作为医学院校本科生、研究生,尤其是精神卫生和医学心理学专业的教材,也适合于临床各科医生、心理学工作者、教育工作者、社会工作者等相关人员参考。

责任编辑 杨磊石 于 哲

序

临床心理学是应用心理学的一个重要的分支学科。美国心理学家威特默(Witmer L.)于1896年在宾夕法尼亚大学建立了第一个临床心理诊所(psychological clinic),首次提出了“临床心理学”这一术语,并且第一次开设了临床心理学课程,威特默也因此被誉为“临床心理学之父”。临床心理学创立至今虽然只有100年左右,但是它的发展势头却非常迅猛。国际社会把20世纪后半叶称为心理学抬头的时代。尤其自20世纪70年代恩格尔提出生物-心理-社会医学模式以来,心理社会因素和不良生活方式对健康的影响引起了临床医务工作者的普遍重视,人们在关心“身体健康”的同时,也关心“心理健康”。由此,有关心理健康的理论及技术迅速发展,已引起全球的关注。在几乎所有发达国家,临床心理学工作者均占心理学工作者的半数以上,在大学心理学系的学生也有一半以上选择临床心理学专业。临床心理学家的工作范围也从精神病院、精神科门诊扩展到各综合性医院、儿童指导机构、职业指导中心、公共卫生部门、医学院校、部队和监狱等广阔的领域。

我国自20世纪80年代以来,临床心理学工作发展较为迅速。许多综合性医院、精神病院都开设了心理咨询门诊,一些医院设立了心理病房,在有些城市还建立了心理咨询中心,做了许多卓有成效的工作。但总的来说,我国临床心理学的发展现状还远远不能满足社会的需求,广大医务人员对这门学科还不够熟悉。

古希腊医学家、“医学之父”希波克拉底,早在公元前400年就明确提出:医生治病,一靠语言,二靠药物。他把语言所代表的心理治疗方法,放在药物治疗之上,是有深刻含义的。人的心理和肉体,是紧密融合不可分割的,只治疗病人的躯体,忽视病人的心理;只注重躯体治疗,忽视心理因素在疾病过程中的作用,是不可取的,甚至是有害的。但遗憾的是,目前许多临床医务工作者的观念尚未完全转变,对临床工作中的心理问题还认识不够,总认为心理咨询、心理治疗都是精神科医生或心理卫生工作者的职责,与己无关,这必然会影响到其诊断的准确性及治疗的效果。

随着现代科学技术的飞速发展,人们的工作及生活节奏不断加快,竞争和紧张程度日益增强,心理社会因素引起的心身紊乱、社会适应能力降低和由此导致的各类心理生理疾病的发病率也随之有不断上升的趋势。据统计,在我国普通门诊就诊的病人中,至少有15%需要心理学的援助。这些疾病由于掺杂了或多或少的心理因素,症状表现和病情演变都较复杂,给临床医生的诊断和治疗带来一定困难。因此,有关临床心理学知识的教育就显得尤为重要。

人民军医出版社出版的《临床心理学》一书,由十几位多年从事临床心理研究和实践的专

家完成,编写过程中查阅了大量文献资料,结合临床实践的经验,论述了临床心理学的基础理论、心理因素在疾病中的作用以及心身疾病的相关理论,尤其对各类心理障碍的诊断和治疗进行了着重介绍,内容系统、全面,注重专业性、实用性,对医学生和临床医生都较为适用。

希望借本书的出版,能为有志于心理学工作的医学生提供一个有效的学习工具,同时也希望能引起更多的临床工作者对这门学科的关注,推动我国临床心理学的进一步发展。

张晓明

2003年6月

前 言

随着社会经济的飞速发展和信息化、高科技化时代的到来,人们的生活、工作环境都在发生着巨大的变化。尤其中国加入 WTO 以后,社会中每一个人都可能面临着空前的机遇与挑战,同时,由此引发的人群的心理卫生问题也日渐增多。据卫生部门统计,心理疾患、心身疾病和行为障碍患者已占各科门诊就诊人数的 $1/3$ 以上。心理问题已成为临床医务工作者关注的重要课题。

临床心理学的目的在于调整 and 解决人的心理问题,改变人们的行为模式,改善其心身状态,提高其社会适应能力,以便最大限度地发挥其最大潜能。这对于增进人们的健康与文明,提高生活质量,无疑具有重要的意义。有鉴于此,我们编写了本书,为有志于从事临床心理学工作或相关工作的人员,提供一本较切合临床实际的、操作性较强的工具书。

为适应学科发展的需要和反映近年来国内、外临床心理学的新进展和新成就,本书在编写过程中,借鉴了国内外大量的相关文献资料,以使读者对临床心理学这门学科有较系统、全面的认识 and 了解。本书在编写中注重理论联系实践,同时突出了综合性医院临床各科所面临的心理学问题,具有较强的科学性和实用性。

在编写过程中,得到了多位心理学专家以及全军心理疾病防治中心、第二军医大学等单位的关心、指导与支持,特别是张明园教授在百忙之中为本书作序,在此深表谢意。同时感谢人民军医出版社为本书出版所做的努力和支持。

由于编者水平有限,不足之处在所难免,敬请专家及广大读者予以批评指正,使本书更趋完善。如本书的出版能为推动我国临床心理学工作的进展尽一点绵薄之力,则劳心自安。

张理义

2003 年 6 月于龙城

目 录

第一篇 临床心理学基础知识

第1章 概述	(1)	第三节 思维的基本过程	(67)
第一节 概念及发展简史	(1)	第四节 解决问题的思维	(68)
第二节 临床心理学的研究对象和目的	(5)	第7章 应激	(71)
第三节 临床心理学基础理论	(7)	第一节 应激的概念	(71)
第2章 心理活动的基本规律	(17)	第二节 应激反应的表现	(72)
第一节 心理活动概述	(17)	第三节 应激反应中的生理变化	(74)
第二节 心理活动的生理基础	(21)	第四节 应激源	(75)
第三节 心理活动的特征	(25)	第五节 决定应激强度和类型的因素	(78)
第3章 感知觉	(39)	第六节 应激的情绪反应	(80)
第一节 感觉	(39)	第8章 情绪与情感	(83)
第二节 知觉	(41)	第一节 概述	(83)
第4章 意识	(45)	第二节 情绪导致的生理变化	(84)
第一节 意识的概念	(45)	第9章 心理防卫理论	(86)
第二节 意识的基本特征	(46)	第一节 心理防卫机制的概念和意义	(86)
第三节 意识障碍	(47)	第二节 心理防卫机制的内容	(87)
第5章 记忆	(50)	第三节 心理防卫机制概念的进展	(89)
第一节 概述	(50)	第10章 社会支持理论	(91)
第二节 记忆的基本过程	(53)	第一节 社会化	(91)
第三节 记忆的一般规律	(56)	第二节 人际关系与亲密关系	(92)
第四节 记忆的品质	(59)	第三节 社会适应	(94)
第五节 促进记忆的因素和方法	(60)	第11章 健康心理	(95)
第六节 记忆的神经生理基础	(62)	第一节 概述	(95)
第七节 记忆障碍	(63)	第二节 影响心理健康的因素	(97)
第6章 思维	(66)	第三节 心理健康的维护	(100)
第一节 思维的一般概念和特征	(66)	第四节 正常与异常心理的关系	(103)
第二节 思维的种类	(67)		

第二篇 躯体疾病与心理问题

第12章 疼痛与心理问题	(106)	第四节 疼痛的临床心理	(110)
第一节 疼痛的特点和意义	(106)	第五节 疼痛的处理	(111)
第二节 影响痛觉的因素	(107)	第13章 睡眠与心理问题	(113)
第三节 疼痛的测定	(109)	第一节 睡眠生理	(113)

第二节 梦	(114)	第五节 皮肤科常见的心理问题	(137)
第三节 睡眠剥夺	(117)	第六节 妇产科常见的心理问题	(138)
第四节 睡眠障碍	(118)	第七节 儿科常见的心理问题	(141)
第 14 章 身心疾病	(125)	第八节 眼、口腔及五官科常见心理问题	(143)
第一节 概述	(125)	第九节 整形整容过程中的心理问题	(145)
第二节 躯体疾病伴发的心理障碍	(126)	第十节 癌症病人的心理问题	(146)
第三节 内科常见的心理问题	(131)		
第四节 外科常见的心理问题	(135)		

第三篇 心理障碍

第 15 章 心理障碍概述	(148)	第四节 治疗	(225)
第一节 概念	(148)	第五节 预后	(226)
第二节 病因及发病机制	(149)	第 19 章 药物依赖	(227)
第三节 心理障碍的分类	(152)	第一节 概述	(227)
第 16 章 心理过程障碍	(158)	第二节 麻醉药物依赖	(230)
第一节 神经症	(158)	第三节 镇静安眠药物依赖	(230)
第二节 癔症	(172)	第四节 精神兴奋药物依赖	(232)
第三节 心境(情感)障碍	(179)	第五节 致幻药物依赖	(233)
第四节 精神病性障碍	(186)	第六节 药物依赖的诊断和治疗	(234)
第五节 器质性脑病综合征	(190)	第 20 章 儿童少年期心理障碍	(236)
第六节 心因性精神障碍	(195)	第一节 儿童少年生理和心理发展特征	(236)
第七节 适应性障碍	(199)	第二节 情绪障碍	(238)
第八节 感应性精神病	(201)	第三节 抽动障碍	(239)
第九节 气功偏差所致心理障碍	(202)	第四节 儿童多动症	(241)
第十节 智能障碍	(205)	第五节 品行障碍	(244)
第十一节 战斗应激反应	(209)	第六节 行为障碍	(246)
第 17 章 人格障碍	(215)	第七节 特殊发育障碍	(247)
第一节 概述	(215)	第八节 儿童少年期心理障碍的防治	(249)
第二节 人格障碍的分类	(216)	第 21 章 老年期心理障碍	(253)
第三节 诊断	(218)	第一节 衰老的生物学及心理学特征	(253)
第四节 治疗	(219)	第二节 老年期心理障碍的病因和发病机制	(254)
第五节 预后	(220)	第三节 老年期睡眠障碍	(255)
第 18 章 性心理障碍	(221)	第四节 老年期性功能障碍	(256)
第一节 概述	(221)	第五节 老年期酒依赖	(257)
第二节 分类及临床表现	(222)	第六节 老年期心理障碍的防治	(259)
第三节 诊断	(225)		

第四篇 心身疾病

第 22 章 心身疾病概述	(262)	第二节 心身疾病的范围	(262)
第一节 概念	(262)	第三节 心身疾病的流行病学	(263)

第四节 心身疾病的病因及发病机制	(264)	第六节 神经肌肉系统心身疾病	(279)
第 23 章 心身疾病各论	(268)	第七节 皮肤科心身疾病	(280)
第一节 呼吸系统心身疾病	(268)	第八节 免疫系统心身疾病	(280)
第二节 心血管系统心身疾病	(270)	第 24 章 心身疾病的诊断和治疗	(282)
第三节 消化系统心身疾病	(273)	第一节 心身疾病的诊断	(282)
第四节 内分泌系统心身疾病	(275)	第二节 心身疾病的治疗	(283)
第五节 泌尿生殖系统心身疾病	(278)	第三节 心身疾病的预防	(283)

第五篇 临床心理评估

第 25 章 心理评估概述	(287)	第三节 投射测验	(328)
第一节 心理评估的概念	(287)	第 29 章 记忆测验	(334)
第二节 心理评估的任务和作用	(288)	第一节 修订韦氏记忆量表	(334)
第三节 心理评估的一般程序	(289)	第二节 临床记忆量表	(335)
第四节 心理评估的常用方法	(290)	第 30 章 神经心理测验	(337)
第五节 评估者应具备的条件	(292)	第一节 概述	(337)
第 26 章 心理测验	(294)	第二节 霍尔斯特德-雷坦神经心理成套测验	(338)
第一节 心理测验的概念和发展简史	(294)	第三节 鲁利亚-内布拉斯加神经心理成套测验	(339)
第二节 心理测验的基本要求	(296)	第四节 神经心理测验的选择	(341)
第三节 心理测验的种类	(299)	第 31 章 临床评定量表	(342)
第四节 心理测验的用途	(302)	第一节 概述	(342)
第五节 心理测验中需注意的事项	(303)	第二节 常用精神症状自评量表	(345)
第六节 影响测验结果的因素	(305)	第三节 常用精神症状他评量表	(355)
第 27 章 智力测验	(308)	第四节 老年用量表	(361)
第一节 智力的概念	(308)	第五节 儿童用量表	(368)
第二节 智力分数	(308)	第六节 军人用心理评估量表	(380)
第三节 常用的智力量表	(310)	第七节 临床其他常用量表	(386)
第 28 章 人格测验	(317)		
第一节 概述	(317)		
第二节 客观人格测验	(320)		

第六篇 临床心理咨询

第 32 章 心理咨询概述	(398)	第二节 书信心理咨询	(405)
第一节 心理咨询的定义	(399)	第三节 电话心理咨询	(405)
第二节 心理咨询发展简史	(399)	第四节 团体心理咨询	(406)
第三节 心理咨询的任务和目的	(401)	第五节 专题心理咨询	(408)
第四节 心理咨询的对象、范围及程序	(401)	第 34 章 心理咨询的原则	(409)
第五节 医学心理咨询与心理治疗的关系	(402)	第 35 章 心理咨询的条件	(411)
第 33 章 心理咨询的方式	(404)	第一节 对心理咨询工作者的要求	(411)
第一节 门诊心理咨询	(404)	第二节 开展心理咨询应具备的基本设施	(413)

第 36 章 心理咨询的技巧	(415)	第五节 儿童行为问题	(425)
第 37 章 门诊心理咨询可能遇到的 问题及处理原则	(417)	第六节 精神疾病	(428)
第一节 神经症和癔症	(418)	第 38 章 危机干预	(431)
第二节 心身疾病	(419)	第一节 危机理论的发展	(431)
第三节 性心理障碍	(421)	第二节 危机干预的技术应用	(433)
第四节 人格障碍	(425)	第三节 危机干预的步骤	(435)
		第 39 章 有关健康人的心理问题	(437)

第七篇 心理治疗

第 40 章 心理治疗概述	(446)	第 45 章 森田疗法	(465)
第一节 心理治疗的定义	(446)	第一节 概述	(465)
第二节 心理治疗简史及展望	(446)	第二节 森田疗法的基本理论	(465)
第三节 心理治疗的机制	(448)	第三节 森田疗法的实施	(466)
第四节 心理治疗的适应证和目的	(448)	第 46 章 生物反馈疗法	(468)
第五节 心理治疗的分类	(449)	第一节 概述	(468)
第六节 心理治疗的实施程序	(449)	第二节 生物反馈疗法的基本理论	(468)
第 41 章 行为疗法	(451)	第三节 生物反馈治疗方法	(469)
第一节 概述	(451)	第 47 章 催眠疗法	(471)
第二节 行为疗法的基本理论	(451)	第一节 概述	(471)
第三节 行为治疗方法	(451)	第二节 催眠疗法的理论	(471)
第 42 章 认知领悟疗法	(455)	第三节 催眠治疗方法	(472)
第一节 概述	(455)	第 48 章 精神分析疗法	(473)
第二节 认知领悟疗法的基本理论	(455)	第一节 概述	(473)
第三节 认知领悟治疗方法	(456)	第二节 精神分析疗法的基本理论	(473)
第 43 章 理性-情绪疗法	(458)	第三节 精神分析治疗方法	(473)
第一节 概述	(458)	第 49 章 其他心理治疗方法	(475)
第二节 理性-情绪疗法的基本理论	(458)	第一节 人本主义疗法	(475)
第三节 理性-情绪治疗方法	(460)	第二节 现实疗法	(476)
第 44 章 贝克认知疗法	(462)	第三节 积极心理治疗	(477)
第一节 概述	(462)	参考文献	(480)
第二节 贝克认知疗法的基本理论	(462)		
第三节 贝克认知疗法的实施方法	(463)		

第一篇

临床心理学基础知识

第1章 概述

心理一词起源于希腊语“psyche”，即灵魂或心灵的意思。人们最初认为肉体不过是灵魂的载体，肉体可以消亡，而灵魂是永存的。随着科技的进步和发展，人们已经弄清精神和躯体、心理和生理是互相联系的统一体，人脑是心理的物质基础，心理是脑的功能，是脑对客观现实的反映。

国际社会把 20 世纪后半叶称为心理学抬头的时代，尤其进入 21 世纪后，人们从关心“身体健康”到更多地关心“心理健康”、“精神保健”，这已成为新世纪人类自身发展的一大主题。近年来，心理咨询或心理健康的学问及技术迅速发展，已引起全社会的关注，而研究心理咨询和治疗的一门比较新的学科——临床心理学也逐渐受到人们的重视。

第一节 概念及发展简史

一、临床心理学的定义和概念

心理学(psychology)，顾名思义，是研究人类心理现象和心理活动规律的一门科学。它的任务是揭示人的各类心理现象的本质，阐明其特点和规律，从而使人类对自己的精神世界具有充分的科学认识，为完善、改造和发展人的精神世界提供科学依据。就这层意义来说，这门科学又是人类自我认识的组成部分。有人预言，心理学将成为一门带头学科，其重要性将越来越受到重视，它将成为一门与现代化建设联系最密切的基础学科之一。

临床心理学(clinical psychology)包括诊断、治疗、护理等整个医疗过程中各种心理因素的分析研究，并应用心理学技术对这些心理成分进行评定和矫正。在美国，从事这方面工作的心理学家在数量上已占首位。它的工作范围不断扩大，包括医院、心理卫生中心、儿童指导机构、职业训练所、部队及院校等单位中都有这方面的人员开展活动。

临床心理学是应用心理学中的一门新的分支学科，是临床医生应用心理学的理论、方法研究疾病的发生、发展及转归与心理学的关系，并对心理疾病的诊断、治疗、咨询提供帮助的一门新兴学科。它从 20 世纪 40 年代中期开始发展，与教育心理学、管理心理学、交通心理学、灾难心理学等一样，研究和处理与人类现实生活密切相关的事宜，以心理的适应问题为中心，并以进行心理学的临床援助活动为其主要特征。

1935 年，美国心理协会(APA)的临床部门给这门学科所下的定义是：临床心理学是应用心理学的一个分支学科，它通过心理测定、分析、观察等方法对个体的行为能力和行为特征进

行明确的理解,并且将从个体身心诊断和生活史所了解到的情况与对个体生活状况进行的观察、分析综合起来,并对个体的心理适应问题进行咨询和治疗。这一定义中强调三点:

1. 临床心理学是应用心理学,它着重培养应用技术的实践家,而不是理论家。临床心理学的发展离不开实际应用。

2. 临床心理学有两个非常重要的成分:第一是心理测定与诊断,第二是心理咨询与治疗。

3. 临床心理学的根本目的是对有心理不适应或心理有障碍的个体进行心理援助,特别是帮助适应困难的个体调整其心态,改善其人格和适应性行为,提高其生活满意度。

20 世纪 60 年代,日本的心理学会(JPA)和从事心理咨询、心理治疗的专家、学者,对这门学科所下的定义为:临床心理学是综合心理学和其他各种科学的知识和技术,对特殊个人(心理不适应的人或心理患者)在生活中遇到的障碍、苦恼进行本质的理解,并运用科学的方法加以解决的一门学科。因此他们把这门学科的实践活动称为“心理学的临床应用”。

20 世纪 80 年代,日本的学者汲取国际方面的各种研究结果,对上述概念又作了进一步解释。例如田中富士夫(1988)为临床心理学下了这样的定义:临床心理学概括地说,是对心理不健康的或有问题行为的心理咨询来访者进行心理援助,把他们的心理和人格向健康的方向引导,这种引导需要运用心理学和各种相关学科的知识和方法来进行。因此应用性、实践性是临床心理学一个非常重要的特征。

从上述定义的变化来看,起先临床心理学家十分注重“心理治疗”,但这种临床的心理治疗具有很浓厚的精神医学的色彩。后来以心理的援助、危机的介入(intervention)、引导或促进等概念来表述,则更好地反映了现代临床心理学的发展特点。另一方面,20 世纪 30~40 年代的临床心理学主要以心理测定为主,对儿童的不适应问题进行矫正、治疗,同时对社会个人的行为能力与行为特征进行明确的分析,然后对个人的适应问题进行指导、建议和劝告式的咨询。这只是一种消极的临床心理学活动。积极的临床心理学是为人们的心理健康和身心发展起到建设性的教育、援助作用。

二、临床心理学发展简史

心理学作为科学独立发展起来,至今大约有 1 个多世纪,而临床心理学创立至今不过约 100 年的历史。但在过去的 30 多年中,临床心理学发展势头迅猛。特别是第二次世界大战以后,其发展获得了社会外在及内在力量的推动,众多研究者找到了其未来发展的线索。美国临床心理学家 Sundberg ND(1973)说过这样一句话:“临床心理学诞生前的历史漫长,诞生后的发展史短暂而迅速。”

临床心理学的创立与发展是受到各种现代科学影响的结果,特别是受到生物学、哲学、精神医学、神经生理学等各相关学科以及社会的政治和经济因素的影响。下面将着重介绍临床心理学的形成与发展过程。

(一)临床心理学的创立期

德国学者威廉·冯特(William Wundt,1832~1920)于 1879 年在莱比锡大学创立了世界上第一个心理学实验室,用客观的实验方法说明人的高级心理现象,使心理学脱离了哲学的范畴,进入了科学的行列。他被公认为现代心理学的开创人,科学心理学的历史应从他写起,他因此被称为第一位心理学家。在他以前,只有心理学而没有心理学家。冯特在 1867 年出版了

《医学物理学手册》一书,论述了用实验方法研究人在医疗过程中的心理学问题,为临床心理学的发展开拓了道路。

美国心理学家霍尔(Hall GS)、卡特尔(Cattell JM)和威特默(Witmer L)都师从于冯特。回国后,霍尔于1883年在约翰斯·霍普金斯大学创立了美国第一个供心理研究用的实验室,致力于对儿童心理的研究,并大规模地使用问卷方法研究儿童的认识范围。美国的儿童心理学和教育心理学由于他的推动而得到发展,他是美国心理学会的奠基人和首任主席,被称为美国的“儿童心理学之父”。他于1887年创立了《美国心理学杂志》。1909年,为了证明精神分析对儿童期心理研究的重要性,霍尔邀请弗洛伊德和几位早期的精神分析专家到美国开会讲学,首次将心理分析介绍到美国,对美国的临床心理学和精神病学产生了深远的影响。弗洛伊德的学生荣格报告了对联想作为临床心理诊断的重要方法的研究,受到听众的热烈欢迎。

卡特尔于1890年首先提出了“心理测验”(mental test)这一术语,用以探查个人间的心理差异。他所谓的心理测验不仅指智力测验,而且还包括自感觉敏锐度到解决难题的一切能力的测验,测定人的能力的广度和变异,并订出第一套标准化的测验方法。与此同时,法国的比奈(Binet A)也于1889年在巴黎大学创立了第一个心理学实验室,并于1905年和西蒙(Simon T)根据当时法国教育部的要求编出了比奈-西蒙智力测验量表,用来对儿童学习困难的筛查。这一测验立即广泛流传,并被美国心理学家引进,加以修订和推广。智力测验的发展为心理测验概念增添了新的内容,也使人们有可能用心理学的方法来评价人类的智力。

但真正将心理学应用于医学临床实际,解决临床问题,推动临床心理学发展的,应首推美国的莱特纳·威特默(Lightner Witmer)。当时,随着资本主义生产力的发展,童工不断增多。因教育上的失误,使儿童问题成为严重的社会问题。由此,对儿童问题的研究和指导,在早期临床心理学中即占有重要地位。为解决社会上存在的儿童行为问题,威特默于1896年在宾夕法尼亚大学建立了第一个临床心理治疗所(或称临床心理门诊),专门诊治有情绪问题或学习困难的儿童。他提出在心理学中使用“临床的方法”和在教育中使用诊断的方法,并首次创造了“临床心理学”这一术语。他认为,“心理治疗所”这一结构的使命应该是开展基础研究和培训人才,为社会服务,以获得社会和科学界的重视。这位用心理学的知识为医学临床服务的心理学家被后人尊称为“临床心理学之父”。

威特默对来访者建立咨询案例,并进行教育咨询后的回访制度。他对每一案例都首先进行临床心理的诊断,然后进行矫治,由此,初步确立了临床心理学的两大方法:诊断与治疗。1897年,在威特默的主持下,宾夕法尼亚州立大学首次给大学生安排为期4周的临床心理学实习课程,由此确立了临床心理学应用学科的性质。1907年第1本临床心理学杂志《临床心理》(*The Psychological Clinical*, 1907~1935)问世。同年,威特默还创立了第一个弱智儿童的临床心理教育学校。1908年,宾夕法尼亚大学开始招收攻读临床心理学专业的研究生。

威特默所创设的心理咨询室以社会公共心理健康教育服务、创造性的实践研究和对有问题的儿童进行心理治疗为目的,将临床心理学活动普及到教育、职业、心理保健、福利事业等各个方面,这是美国临床心理学创立时具有历史意义的尝试,也使后来的临床心理学得以沿着教育、训练、研究、服务的正确轨道发展。

(二)临床心理学的确立期

第一次世界大战的爆发,给了临床心理学发展的第二股驱动力。1917年,美国宣布参战,军队便面临一个现实的难题:缺乏足够的精神病学家来评定大量新兵的情绪问题。因此心理学家开发了一种群体人格测验方法——“伍德沃思个人资料表”(The Woodworth Personal Data Sheet),以及军队团体智力测验(甲式、乙式)两种智力测验方法。至第一次世界大战后,美国的临床心理学有了一系列的重大发展。如洛夏(Rorschach)于1921年发表了“洛夏墨迹图测验”,哈佛大学建立了心理诊所以及主题统觉测验(TAT)的采用等。与此同时,临床心理学和理论心理学分开,从心理学中独立出来,成立了自己专门的组织——美国应用心理学会(AAAP)。

第二次世界大战爆发后,由于缺乏训练有素的精神病学家,很多临床心理学工作者参与了比过去更加广泛的临床工作,不仅对士兵进行心理测验,而且进行个别或集体的心理治疗和康复处理。其成就为整个心理学领域带来了新的威望和地位。战后,大量复员军人的心理适应成为重大的社会问题。战争中遗留下数千名神经症患者、情绪障碍者或战后的社会适应失败者进入美国退役军人管理局所属医院,接受心理辅导和心理治疗。这一工作仅靠医院的医生和护士显然是难以应付的,因此,发展临床心理学也成了解决专业医护人员不足的有效途径,临床心理学家的任务也从心理测量、诊断开始向心理治疗方面转化。临床心理学在这种形势下日益兴旺繁荣起来。

由于受过专门训练的临床心理学家仍然太少,美国心理学会(APA)对训练临床心理学家的计划予以支持,在战后很快成立了临床心理学教育、训练的专门委员会。1946年,美国决定在大学的研究生院中开设临床心理学的博士课程,要求设有心理学系的名牌大学制定培养临床心理学家的正式标准。次年,美国心理学会组成一个委员会,由曾在精神病院工作过的理论心理学家戴维·沙科(David Shakow)负责,发表了在临床心理学史上具有里程碑意义的《沙科报告》。两年后,即1949年,在科罗拉多州(Colorado)的Boulder城举行会议,讨论临床心理学的定义和结构,正式通过了《沙科报告》,定下了至今仍有效的培养标准。会议决定,凡担任临床心理学家职务的必须具有博士学位。临床心理学家须同时接受心理学家和临床医生的训练,他首先应是一位心理学家,其次才是临床心理医生。临床心理学家必须具有心理学理论知识和从事研究工作的基础,能够对心理卫生领域做出独特的贡献,同时还接受一年实习医师的训练以获得临床医师必备的工作技能。这种科学和临床技能两结合的训练计划称为Boulder培养方式,它是美国培养训练临床心理学家的主要方式。

(三)临床心理学的发展期

20世纪50年代以后,临床心理学的发展十分迅速,临床心理学家的地位已有了明显的改变,临床心理学已明确地被认为是心理学中的一个特殊领域,有特殊的训练要求。20世纪50年代美国每年授予心理学博士学位的总数中有一半是给临床心理学专业的。由于临床心理学家学术地位的提高,队伍的扩大,他们不再局限于心理测验和心理动力学的观点,而且还从心身(心理生理)的、行为的、人本(存在)主义的、社会(社区)的观点进行探索,从而大大发展了心理测验和心理治疗的技术,并在学术和工作上做出较多的贡献。临床心理学领域不断扩大,心理学专业毕业的学生有半数到医院从事专职或兼职的临床心理学工作。他们主要在综合性医院、精神病院、医学院、心理(精神)保健诊疗所、大学心理系以及私人诊所,从事与人的疾病和健康有关的心理病因、心理诊断、心理治疗、心理咨询和心理卫生等方面的工作和研究。此外,临床心理学的活动领域已扩展到一般的学校教育、企业、司法、社区及家庭生活中,广泛地对人

们进行心理健康教育和援助活动。

第二节 临床心理学的研究对象和目的

一、临床心理学的研究对象

临床心理学的研究和援助对象,以心理不健康、不适应或障碍者为主,即有心理问题的个人。他们是在社会生活和个人内心产生苦恼、痛苦、不幸感或感到情绪不安,并在行为上出现混乱或困难,陷入生活不适应甚至严重心理障碍的人。

从年龄来看,临床心理学的研究对象范围较广泛,包括婴幼儿、青少年、成人一直到老年人,它涵盖了人的整个一生。各年龄阶段的主要问题是不同的,例如婴幼儿期的自闭症、阿斯贝鲁症候群(即天才白痴症候群)、微细脑损伤等;学龄儿童期的弱智、学习困难、多动症、感觉统合失调问题等;青少年期的青春期危机症候群、考试焦虑、神经症或精神病等;成人期的职业压力症、婚姻不适应、酒精中毒、性欲异常等;老年期的心理保健、身心内部的衰退、自杀等。

产生不适应或心理问题的个人,作为临床心理学的研究对象,有时咨询、援助的焦点并不局限于他们自身,他们与父母的关系、家庭关系以及生活中其他有密切关系的人也可能成为心理咨询的对象。例如在幼儿的心理学临床援助中,母亲的养育态度、教养方式等,是考虑的重要因素;而儿童的学校恐惧症与学校的教育环境、师生之间的关系以及家庭生活、教育的方式有着千丝万缕的联系。

二、临床心理学的研究目的及意义

临床心理学的研究目的是运用心理学的技术、知识、成果以及与心理学相关的科学理论,对有心理适应问题的人进行援助、咨询和治疗。

其中心理不适应问题可以分为两类:

1. 外部的心理不适应 指对社会生活中的人际关系、对社会的要求(或对生活的要求)、价值目标、生活习惯等的不适应。

2. 内在的心理不适应 主要指个人内心幸福感等内部问题,即由欲求不满、不快、不安全感、紧张感等导致的不幸福感或不适应问题等。

心理不适应问题会导致心理苦恼、心理障碍、心理疾患等,而心理适应过剩或过度适应也会导致精神崩溃、疲倦或抑郁症等。只有保持适度的心理适应,量力而行,才是真正的适应。临床心理学家要针对人们的不适应问题,及早进行危机介入、援助、救济,引导其解决问题,寻求新的人生,最终使他们的心理恢复健康的状态。

从以上的论述来看,对临床心理学的研究目的和方向可归纳出以下三点:

1. 只有应用、实践才是这门学问的意义所在 当然,临床心理学有其理论领域,也要发展其自身的理论,并且从广义上来考虑,为了达到临床心理学的研究目的,需要吸收、借鉴一切心理学理论。然而更重要的是,它必须从临床实践中去发展自身的理论。故对于本门学问来说,缺乏实践性、应用性的理论研究态度是不可取的。

2. 临床心理学的两个重要领域是诊断与心理治疗 通过心理“测定、分析等手段,对个人

的行为能力、性格特征做出明了的把握”，这是第二次世界大战以前临床心理学的最大特征，主要表现在对儿童的智力和学习能力的诊断、评估上。当然，心理测定有其局限性，临床心理学家还必须通过“面谈”，对个人的问题及障碍的原因做出分析、判断，这叫做“临床的面谈诊断”。

临床心理学的治疗因流派、方法和技术手段的不同而各有不同。有的认为临床心理学中的治疗可以先于诊断；有的认为临床心理学中的诊断和治疗不能模仿医学的模式，只要解决问题即可；也有的认为在心理咨询室中进行的“面谈行为”即是一种治疗行为。但是治疗技术也好，面谈技术也好，如要取得心理援助的效果，必须发挥高度的技术能力，因而技术的实践训练和学习成为先决条件。从这个意义上说，临床心理学必须研究心理诊断和心理治疗这两种重要的应用技术。

3. 临床心理学的最终目的 是对有不适应问题、有心理苦恼的人进行援助，帮助他们恢复心理或精神的健康状态。因此，如何进行援助，是临床心理学的重要研究内容之一，它以被援助者的心理适应和人格发展作为根本的目的，它也是衡量一个临床心理学家实力的根本指标。

三、临床心理学家的任务

美国心理学家 Sundberg 于 1973 年提出“SCA”理论。“S”(setting)是指心理援助或心理咨询所必须的场所；“C”(client)是指有不适应问题的来访者，即来心理咨询的对象；“A”(activity)是指心理咨询或心理健康教育活动。

根据“SCA”的理论，临床心理学工作者或心理咨询师的实践活动主要有五种：

1. 心理辅导与心理治疗 心理辅导的主要对象是儿童及青少年，旨在促进其身心的健康成长和发展，完善其人格，偏重于教育而不是治疗，以群体方式进行为多。心理治疗则是面对有心理障碍者，目的是改善其人格，协调其人际关系。临床心理医生通常采用调查、经验分析、实验测试等技术帮助人们解决他们的心理问题，改变其行为方式，使他们能有效地应付困境。同时，这些工作本身也促进了临床心理技术的发展。

2. 心理评估 心理评估是评估个人或群体的心理过程，以及评估那些对于理解目标、促进变化和预测未来行为方面起作用的环境因素。这是临床心理医生的第二项重要活动。临床心理医生常常运用心理测验方式进行心理评估，并进而进行心理诊断。为全面深入地了解来访者的心理特点，它不仅仅依靠各种量表，还依据来访者的生活史、家庭环境、父母教养态度、个人情感特征、思维特征等进行临床的分析和理解。

3. 社区干预 包括公开宣传心理咨询的主张，进行社区心理健康教育活动，以及对“新手”及心理援助志愿者、电话咨询员等进行培训、指导，对初级心理咨询机构进行指导，参加社区中的心理咨询活动等。临床心理医生十分重视社区心理学。与传统的临床心理医生不同，社区心理学家常常参与社会与政治活动，将个人作为社区中的一个成员来研究。社区心理学是一个正在发展中的领域，有可能从临床心理学中分离出来。

4. 行为医学 临床心理学中最令人鼓舞的一个发展趋势是行为医学，它是临床心理学新开辟的、富有创造性的特殊领域。在这个新的研究领域里，临床心理医生与医务工作者一起帮助人们改变他们的生活模式，以预防疾病或治疗躯体疾患。行为医学的知识和技能有利于深入认识人的身体健康与疾病。这些知识和技能的应用同样有益于疾病的预防、诊断、治疗和康复。