

行为医学理论与应用丛书

总主编 刘新民 杨志寅 白 波

临床心理治疗 与行为干预

■ 主 编 李荐中

 人民卫生出版社

00627703

行为医学理论与应用丛书

总主编 刘新民 杨志寅 白 波

临床心理治疗 与行为干预

- 主 编 李荐中
- 副主编 齐金玲 何志磊 王海娜
孙 红 姜凤荣
- 编 委 (以姓氏笔画为序)
于建军 于增艳
王 娜 王海娜
伊桔林 刘兴来
刘爱芹 齐金玲
孙 红 孙正海
李荐中 李树忠
杨微微 何志磊
张立贤 陈云辉
周馨竹 姜 晶
姜凤荣 曹运华

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

临床心理治疗与行为干预 / 李荐中主编. —北京: 人民卫生出版社, 2011. 12

ISBN 978-7-117-15116-0

I. ①临… II. ①李… III. ①精神疗法 IV. ①R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第241592号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

临床心理治疗与行为干预

主 编: 李荐中

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里19号

邮 编: 100021

E-mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京市文林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 22 插页: 4

字 数: 419千字

版 次: 2011年12月第1版 2011年12月第1版第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-15116-0/R·15117

定 价: 40.00元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

行为医学理论与应用丛书

总主编 刘新民 杨志寅 白 波

1. 行为主义心理学与行为医学（王翔南、韦波编著）
2. 临床心理障碍与行为问题处理手册（刘新民编著）
3. 非精神科临床心理行为问题诊治（邓云龙、马鑫编著）
4. 临床心理测验与行为评估（程灶火编著）
5. 临床心理治疗与行为干预（李荐中主编）
6. 临床医患行为与医患沟通技巧（李功迎编著）

行为医学理论与应用丛书编委会

主任委员 刘新民 杨志寅 白 波

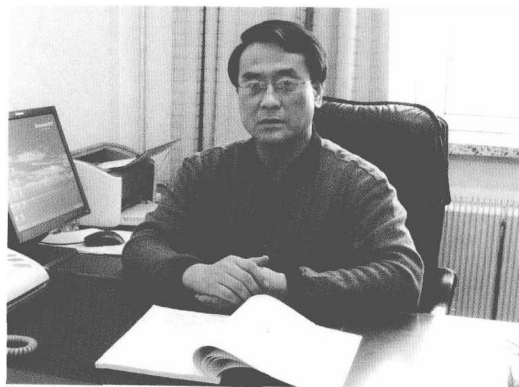
委 员 （排名不分前后）

杨志寅 白 波 潘 丽 程灶火 邓云龙 李荐中
韦 波 王翔南 李功迎 马 鑫 刘新民

人民卫生出版社

作者简介

李荐中，男，主任医师，教授，硕士研究生导师。曾任齐齐哈尔市第一神经精神病医院精神科主任；齐齐哈尔市第一医院心理科主任；齐齐哈尔医学院精神医学与心理学系主任。现任齐齐哈尔医学院精神卫生学院院长和精神卫生研究所所长。



长期从事医疗、教学和科研一线工作，在精神医学与心理卫生领域辛勤耕耘。1985年率先在国内开展“考场境遇性焦虑”的研究，被《中华神经精神科杂志》誉为“开阔精神医学新领域的重要尝试”；1987年开展关于“离退休老干部心理卫生”的研究；1989年开展对“性变态”的研究等。此后潜心研究适合中国人特点的心理疗法，并于1996年正式提出“全方位整合心理疗法”的基本理论并进行了临床应用研究，获市科技进步一等奖。2003年开展对“青春期逆反心理”的研究，首次提出“团体家庭治疗”的方法；2009年起提出“辩证统合心理疗法”，并且在浙江、福建、江苏和黑龙江等地巡回开展该疗法的“工作坊”培训。美国著名精神医学家、心理治疗家、WHO亚太地区精神医学联络人曾文星教授曾撰文称赞李荐中在心理治疗上“很有贡献”（见《中国心理卫生杂志》1997年第一期）。代表作有《心语——心理咨询案例》（中国医药科技出版社）和《全方位整合心理疗法》（黑龙江科技出版社）等。

总 序

行为医学：临床医学的新走势

一、构思

2009年11月，我以学术委员会委员和组织委员会委员的身份，参与了在广州召开的中华医学会行为医学分会第十一次学术交流大会。那是一场隆重的会议，反映了我国行为医学当今蓬勃发展的良好势头。在这次会议期间举行的第四届委员会换届选举中，我意外地高票当选为副主任委员。我想这应该源于主任委员和委员们的信任，其中也有大家的期望，我应当有所回报。不久以后，主任委员杨志寅教授和候任主任委员白波教授与我谈及行为医学学科建设问题，他们高瞻远瞩的见解点燃了我的兴趣。于是在以后数月的时间里，我进行了仔细的思考，试图将我的感悟、理念、知识和方法体现出来，并组织 and 邀请一批专家，构思和编撰一套《行为医学理论与应用丛书》。我于2010年7月在新乡举行的行为医学分会常委扩大会上将此设想作了报告，引起了专家们的热议。

其实，我们最初的想法是从临床医学角度出发，以具体的疾病为单元，进行行为医学多学科处理的总结与撰写，如糖尿病、冠心病、消化性溃疡、癌症等。为临床工作者提供这样的作品：当作为医生的你在接诊一个病人时，本书能够提供多个不同学科专家的意见，帮助你形成综合性的思考并对病人进行全方位和跨学科的处理。但这一设想由于研究资料搜集、主编挑选和时间精力等多方面的限制而搁浅（最近，我与行为医学分会副主任委员张锡明教授和中国疾病预防控制中心刘尊永教授尝试编著了一部糖尿病的行为医学著作《糖尿病的多学科防治与行为干预》已经完稿，即将由人民卫生出版社出版发行）。

于是，最终形成以行为医学角度为出发点，满足医学临床实践需要的一套参考书。其重点阅读对象为综合性医院和基层医院医护人员和管理者，以及医学专业的学生和感兴趣的人们。

二、理念

作为一位长期从事应用心理学的工作者，我经常应邀到各种类型单位为不同人群做讲座或报告毫不奇怪。但近年来综合医院的邀请在增多，他们尤其希望我讲授有关提高医疗质量与改善医患关系的心理与行为技术。因此，我常常不得不去思考很多人都会感到纳闷的一个问题：在医学科学飞速发展，新理论、新技术、新方法、新药物层出不穷的今天，在医学研究的人力物力投入如此之大、科研论文和成果奖励如此之多的今天，在医疗条件改善得如此之快的今天，我们的服务对象为什么还有那么多的抱怨和不满？医患关系为何仍是这样的紧张？医疗纠纷为何还是如此之多？为什么还有那么多疑难杂症无法得到解释？

虽然目前对上述问题还难以找出确切和肯定的答案，但是行为医学可能成为我们开启释疑解惑的一把钥匙。1977年，一群多学科专家汇聚在耶鲁大学宣布创立行为医学，并给行为医学作出了明确的定义：“行为医学是关于发展行为科学知识和技术的一门学科，它将有助于对身体健康和疾病的进一步理解，并且把这些知识和技能应用到疾病的预防、诊断、治疗和康复中。精神病、神经症和物质滥用只有在它成为引起生理障碍的原因时，才被包括在此领域内。”这次会议规定了行为医学的内容和涉及的领域，强调有必要总结各种杂志发表的相关论文，促进各学科的交流 and 融合。这样，行为医学作为一门综合行为科学和生物医学的多学科交叉领域诞生了，它试图将心理学、社会学、管理学，教育学、人类学、精神病学，甚至是经济学和政治学的理论和方法运用于医学之中，以更好地解决人类的健康和疾病问题。它要求转变医学的理念，从关注疾病转向关注健康再到关注生命质量，从关注生存到关注长寿再到关注健康寿命。这种突破越分越细的、越来越专的、越离越远的经典医学学科之间界限的理念，正是我们思考与处理当前医学难题的一条捷径。行为医学提倡的以循证医学为导向和以转化医学为途径的多学科处理模式，反映了现代医学的发展方向，充分体现了“生物-心理-行为-社会-环境”的会聚型医学模式的转变。

三、内容

本套丛书从六个方面讨论临床中行为医学理论与应用问题，我要简要介绍这些主题及其特色，同时要感谢这些知名教授承担任务的勇气，感谢他们奉献的知识与时间。

第一部：《行为主义心理学与行为医学》 由王翔南教授和韦波教授编著。该书侧重于阐述行为医学与行为主义心理学的概念、理论与方法。王翔南教授

目前在广西医科大学任教，他有很长的行为医学与心理学教学、研究和实践的经历，是一位很有个性的学者。我与他认识已经很久，但在学术上的深交却是近两年的事。他对行为主义心理学有着长期的积累与深入的思考，你会轻易地发现这部书中有许多国内同类作品中罕见的资料，有的资料非常宝贵。其实在这套丛书策划之前，他的著作已经基本完成，此时要做的只是按系列丛书要求进行深加工就行了。王翔南教授认为行为主义心理学与行为医学有着起源与因果关系，我却更加倾向于行为医学的综合性学科的概念。即他比较主张狭义的定义，我更侧重于广义的定义。为此我们进行了反复商榷甚至是辩论。我们将学术问题与同行友谊分开，以尊重个性和寻求共性的规则相处，加深了了解且加强了友谊。更重要的是，这种不同观点的碰撞促使我们复习了大量的资料，促进了我们对该学术问题更深刻的理解。其实，或许广义概念与狭义概念的有机结合才是行为医学的真正内涵。韦波教授广西医科大学党委书记、博士生导师，他是一位非常沉稳的学者，有很宽的知识面，且思维深刻、思路清晰。学品如人品，他的加入使本书增色不少。

第二部：《临床心理障碍与行为问题处理手册》 由我（刘新民）主编。本书从常见心理、行为、精神等问题的各种表现入手，包括焦虑、抑郁、行为模式、性格缺陷、自杀行为等，试图将临床中几乎每天都能见到的那些轻重不等、表现各异的异常行为展示出来，分析和讨论其表现、原因、机制、评估、识别、诊断和防治原则等。我作为一位从业近30年的心理医生，见证了太多的临床病案，并在近10余年中作为牵头人（总主编）邀请和组织了全国数十位专家教授，编撰出版反映异常心理与行为的“变态心理学”作品达50部以上，包括填补国内空白的国家“十一五”规划教材和卫生部“十一五”规划教材。我深感异常行为在临床上的多发性以及对健康和疾病的影响，而一般的临床医护人员却往往不能识别和正确地处理。我把此书作为临床医护人员的案头工具书来编撰，希望对大家有用。

第三部：《非精神科临床心理行为问题诊治》 由邓云龙教授和马鑫博士主编。本书侧重于非精神科临床常见的心理与行为问题的识别和处理，包括躯体疾病患者出现的心理行为问题，以及简单实用的心理治疗和药物治疗等。邓云龙教授是中南大学身心健康研究所所长，中南大学湘雅三医院精神病学教研室和临床心理科主任，临床心理学和应用心理学博士生导师。他是一位严谨且资深的学者，对专业工作一丝不苟，甚至有追求完美的倾向。我的感觉是，只要他接手的任务你就会感到非常放心。马鑫博士临床心理学基础扎实，知识面很宽，是邓云龙教授的得力助手。他们在这部著作里首先对健康、疾病与病人，病人、医生与医院等基本的医学范畴进行了精辟的论述，然后以日常多见的病案导出主题，如“情绪低落或抑郁悲观的病人”、“焦虑紧张或心烦失眠的病人”、

“暴力攻击或难以相处的病人”等，本书具有良好的临床实用性和可读性。

第四部：《临床心理测验与行为评估》 由程灶火教授主编。本书侧重于测验与评估方法的介绍，尤其是许多临床好用与简明的评定量表，会使你感到无论是做临床服务还是临床研究都非常方便。程灶火教授是与我紧密合作多年的老朋友，我们一起共同建设了应用心理学硕士点，组建了心理与行为研究中心。我们还经常交换主角与配角的位置，却始终是这样的协调。他是无锡精神卫生中心（江苏精卫心理研究院）的引进人才，是该院的学术权威，特别善于思考，具有很强的处理困难的能力；他在心理评估方面有很高的水平，主持编制了多种心理测量工具并屡屡获奖；他还在主持一个院士工作站，同时承担有医院的领导职务。

第五部：《临床心理治疗与行为干预》 由李荐中教授主编。本书侧重于临床心理治疗与行为干预方法的介绍，你会发现有不少心理治疗和干预方法其实你也能学会。李荐中教授也是与我合作多年的好友，他一直在医疗、教学和科研一线工作，有着丰富的临床经验。他为人低调，扎实治学，在心理治疗领域有很深的造诣，提出了“全方位整合心理疗法”和“辩证统合心理疗法”，并且在浙江、福建、江苏和黑龙江等多地巡回开展“工作坊”培训。但他几乎放弃了自己的业余爱好及文体活动，因此我真有些担心他的身体。

第六部：《临床医患行为与医患沟通技巧》 由李功迎教授主编。本书侧重于提供正确的医患沟通与交往技巧，试图以此促进医患关系、改善并提高临床服务质量。李功迎博士是一位年轻的教授，主要从事司法精神病学、精神病学教学与行为医学教学和研究，而且十分努力和沉稳，给人的感觉是扎实和可靠。近些年来他一直在讲授医患沟通学，对此很有研究，而这恰恰是当前临床医护人员面临的一个难题，也是医院管理者深感担心的一个问题。你就不难理解，为何要将本书交给他来主编。相信你阅读之后会有新的感悟。

四、问题

虽然行为医学的思想源远流长，但作为一门学科只有短暂的历史。它本身还存在着许多挑战性的问题，包括其定义、理论、方法和技术等，尤其是综合性学科固有的问题。例如，如何才能将多学科的相关理论与方法抽象与整合起来？如何在具体问题上达到预期的、独特的、专业化的作用？如何才能避免众多专业的简单叠加？有可能使一位专家同时掌握多学科理论吗？如何才能进行行为医学的有效教学与培训？等等，都有待于深入的研究。本丛书只是一种粗浅的尝试，肯定存在着不足甚至是错误。我希望它能起到抛砖引玉的作用，希望有更多的学者产出更好的作品，共同丰富和提升行为医学学科建设水平。

五、致谢

本套丛书在策划、写作和出版过程中，得到许多人的帮助。首先，我要感谢中华医学会行为医学分会的关心与帮助。杨志寅教授和白波教授既是分会的主任委员，也是本套丛书的策划者和总编，他们在编撰过程中一直予以关注和指导；分会的名誉主任委员杨菊贤教授也提出过很好的建议。接着，我要感谢人民卫生出版社在本书的立项和出版中给予的方便。我在该社主编出版和即将出版的作品大约有50部之多，作为撰稿人我无法表达对出版社的领导和编辑们的感谢。尤其是潘丽女士，她的热情和真诚令我感动，我也佩服她对选题的洞察力和职业的敏感性。再次，我要感谢我的研究生们，他们为我处理书稿和有关事务做了大量的工作，尽管这也是他们学习的一部分。他们是：刘涛、杨玉祥、赵方乔、谷莲莲、刘培培、穆露露、何佩佩和唐慧。最后，我还要感谢各位读者，感谢你们的阅读，我特别希望得到你们的批评与建议。

刘新民

2011年9月于芜湖

前 言

本书从案例入手，首先描述了各种常见心理疾病和心理问题的治疗与咨询的细节，然后简要介绍该案例所采用的心理治疗方法的主要理论和常用技术。全书侧重实际操作，结构新颖，案例翔实，古今中外各种主要心理疗法均囊括其中，是医学、心理学、教育学等专业学生以及广大医务人员、教师、心理咨询师、心理治疗师和社会工作者必不可少的重要参考书。

全书共约40万字，其中，李荐中撰写10万余字，王海娜、姜晶、李树忠各自撰写5万余字，其他作者各自撰写1万~3万字；于建军、刘爱琴、孙正海、姜凤荣、张立贤在资料检索、收集整理、文字校对、图片处理等诸多方面做了大量工作；首都医科大学孙红教授审阅了全书。在此一并致谢！

书中引用了一些国内心理治疗专家的相关资料，在此谨表示由衷的感谢！

本书以这种特殊形式撰写，也是在心理治疗与咨询领域探索案例式教学使用教材的一种有益尝试，欢迎广大读者对此提出宝贵意见。

编者

2011年9月

目 录

第一章 绪论.....	1
第一节 临床心理治疗与行为干预的发展史.....	1
一、临床心理治疗发展史.....	1
二、行为干预发展史.....	3
第二节 临床心理治疗与行为干预现状.....	3
一、现状特点与不足.....	3
二、发展方向与前景.....	9
第二章 经典心理治疗技术与应用.....	14
第一节 精神分析治疗.....	14
一、案例与干预治疗经过.....	14
二、案例治疗干预评析.....	21
三、精神分析治疗的基本理论.....	23
四、精神分析治疗的常用技术.....	26
五、精神分析治疗的适应范围与使用评价.....	27
第二节 行为治疗.....	28
一、案例与治疗干预经过.....	28
二、案例治疗干预评析.....	32
三、行为治疗的基本理论.....	32

四、行为治疗的常用技术	34
五、行为疗法的适应范围与使用评价	35
第三节 认知疗法	35
一、案例与治疗干预经过	35
二、案例治疗干预评析	38
三、认知疗法的基本理论	38
四、认知疗法的常用技术	39
五、认知疗法的适应范围与评价分析	40
第四节 以人为中心疗法	40
一、案例与治疗干预经过	40
二、案例治疗干预评析	44
三、以人为中心疗法的基本理论	45
四、以人为中心疗法的常用技术	48
五、以人为中心疗法的适应范围与使用评价	48
第五节 支持治疗	50
一、案例分析与治疗干预经过	50
二、案例治疗干预评析	53
三、支持治疗的基本理论	55
四、支持治疗的常用技术	56
五、支持治疗的适应范围与使用评价	58
第六节 内观疗法	59
一、案例与治疗干预经过	59
二、案例治疗干预评析	64
三、内观疗法的基本理论	65
四、内观疗法的常用技术	66

五、内观疗法的适应范围与使用评价	68
第七节 森田疗法	70
一、案例与治疗干预经过	70
二、案例治疗干预评析	74
三、森田疗法的基本理论	74
四、森田疗法的常用技术	75
五、森田疗法的适应范围与使用评价	77
第八节 其他疗法	78
一、暗示疗法	78
二、催眠疗法	88
三、松弛疗法	97
 第三章 当代心理治疗技术与应用	109
第一节 团体心理治疗	109
一、案例与治疗干预经过	109
二、案例治疗干预评析	119
三、团体心理治疗的基本理论	119
四、团体心理治疗的常用技术	121
五、团体心理治疗的适应范围与使用评价	123
第二节 交互分析治疗	124
一、案例与治疗干预经过	124
二、案例治疗干预评析	130
三、交互分析治疗的基本理论	130
四、交互分析治疗的常用技术	133
五、交互分析治疗的适应范围与使用评价	135

第三节 婚姻与家庭治疗	136
一、案例与治疗干预经过	136
二、案例治疗干预评析	140
三、婚姻与家庭治疗的基本理论	141
四、婚姻与家庭治疗的常用技术	143
五、婚姻与家庭治疗的适应范围与使用评价	146
第四节 艺术治疗	147
一、案例与治疗干预经过	147
二、案例治疗干预评析	154
三、艺术治疗的基本理论	155
四、艺术治疗的常用技术	156
五、艺术治疗的适应范围与使用评价	159
第五节 其他治疗	160
一、性治疗	160
二、生物反馈治疗	170
三、沙盘游戏治疗	180
四、叙事心理治疗	192
五、焦点解决短期治疗	210
第四章 中国特色的心理治疗技术与应用	224
第一节 快速综合疗法(悟践疗法)	224
一、案例与治疗干预经过	224
二、案例治疗干预评析	226
三、快速综合疗法的基本理论	227
四、快速综合疗法的常用技术	229

五、快速综合疗法的适应范围与使用评价	230
第二节 认识领悟疗法	231
一、案例与治疗干预经过	231
二、案例治疗干预评析	240
三、认识领悟疗法的基本理论	240
四、认识领悟疗法的常用技术	241
五、认识领悟疗法的适应范围与使用评价	243
第三节 心理疏导疗法	243
一、案例与治疗干预经过	244
二、案例治疗干预评析	251
三、心理疏导疗法的基本理论	251
四、心理疏导疗法的常用技术	253
五、心理疏导疗法的适应范围与使用评价	257
第四节 中国道家认知疗法	260
一、案例与治疗干预经过	260
二、案例治疗干预评析	268
三、中国道家认知疗法的基本理论	269
四、中国道家认知疗法的常用技术	270
五、中国道家认知疗法的适应范围与使用评价	273
第五节 辩证统合心理疗法	274
一、案例与治疗干预经过	274
二、案例治疗干预评析	281
三、辩证统合心理疗法的基本理论	282
四、辩证统合心理疗法的常用技术	284
五、辩证统合心理疗法的适应范围与使用评价	288

第六节 中医心理疗法	288
一、案例与治疗干预经过	288
二、案例治疗干预评析	294
三、中医心理疗法的基本理论	295
四、中医心理疗法的常用技术	296
五、中医心理疗法的适应范围与使用评价	297
第五章 危机干预与心理救援	300
第一节 危机干预	300
一、案例与治疗干预经过	300
二、案例治疗干预评析	302
三、危机干预的基本理论	302
四、危机干预的常用技术	306
五、危机干预的适应范围与使用评价	307
第二节 自杀干预	308
一、案例与治疗干预经过	308
二、案例治疗干预评析	311
三、自杀干预的基本理论	311
四、自杀干预的常用技术	315
五、自杀干预实施评价	318
第六章 综合干预与灵活运用	320
第一节 案例与综合治疗干预经过	320
第二节 案例综合治疗干预评析	327
第三节 生物-心理-社会医学模式指导下的认知观	328
一、生物医学模式的缺陷	328