


行为医学理论与应用丛书  
总主编 刘新民 杨志寅 白 波

# 行为主义心理学 与行为医学

■ 王翔南 韦 波 编 著

 人民卫生出版社

行为医学理论与应用丛书

总主编 刘新民 杨志寅 白 波

# 行为主义心理学 与行为医学

■ 王翔南 韦波 编著

人民卫生出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

行为主义心理学与行为医学/王翔南等编著. —北京:  
人民卫生出版社, 2011. 10  
ISBN 978-7-117-14497-1

I. ①行… II. ①王… III. ①行为主义-心理学  
②行为医学 IV. ①B84-063②R395. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 180775 号

门户网: <a href="http://www.pmph.com">www.pmph.com</a>	出版物查询、网上书店
卫人网: <a href="http://www.ipmph.com">www.ipmph.com</a>	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!

## 行为主义心理学与行为医学

编 著: 王翔南 韦波

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](mailto:pmph@pmph.com)

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 24 插页: 4

字 数: 456 千字

版 次: 2011 年 10 月第 1 版 2011 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-14497-1/R·14498

定 价: 49.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: [WQ@pmph.com](mailto: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(李荐中编著)
6. 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 (排名不分先后)

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



**王翔南**,心理学教授,心理学硕士,国家首批心理咨询师师资,高级心理咨询师,国家心理保健高级人才(国家人事部授予),日本森田心理学研究员,2000年广西南宁市政府自湖南引进的高级心理学人才,现任中华医学会行为医学学会全国常委,广西行为医学会常务副主任委员,中华现代医学会副会长,世界华人医学联合会(WCMU)副理事长,亚洲传统医学现代促进学会(AMPATM)委员,曾任《美国中华健康卫生杂志》(U. S. CHHJ)常务编委、副总编辑,《世界华人医学杂志》(WCJM)常务编委、副总编辑、执行主编,《中华行为医学与脑科学》杂志常务编委等职。

现任广西医科大学心理教研室副主任,曾任广西卫生职业学院心理行为辅导中心主任及右江民族医学院心理教研室主任,曾在南宁市精神病专科医院担任心理科主任5年,曾先后在湖南省三甲医院、医学院校附属医院担任心理医生、心理科主任10年。

在湖南工作期间被当地政府授予“首批跨世纪学术和技术带头人”称号,2002年8月被广西南宁市政府评定为“南宁市新世纪学术和技术带头人”,是南宁电视台、广西电视台特聘心理指导专家。

1994年5月至今,曾多次出席国内、外有关学术会议,并在大会上做学术报告。受邀在国内各地学术机构、大学、医疗卫生单位、部队、社会团体、行政机关等处专题讲学400余次。1994年5月至今,受命主持全国性学术会议16次。

1990年至今在国内外学术期刊及学术会议上发表学术论文60余篇,出版学术论著及科普著作多部。5次获市级科研成果一等奖,2次获二等奖;3次获省级科研成果二等奖;25次获国家一级学会授予的优秀学术论文或科研成果一等奖;2次获国际学术团体授予的世界华人医学成就奖。

关于王翔南的各项学术成就、工作业绩和其他情况,可使用百度搜索引擎,键入“王翔南”搜索,即可获悉17000条相关信息和报道。

## 作者简介



**韦波**,医学教授,博士生导师,中国灾害救援医学学会副会长、中国医师协会常务理事、中国医院协会常务理事、广西医师协会会长、中国医师协会医学急救与复苏专业委员会副主任委员、中国健康教育协会理事会理事、中华医学会行为医学学会全国常委、广西行为医学学会主任委员、中华预防医学会广西分会公共卫生管理专业委员会主任委员、《中国急救复苏与灾害医学杂志》副总编、《中华行为医学与脑科学》杂志常务编委、《内科》杂志编委会主任委员、《微创医学》杂志编委会副主任委员。

现任广西医科大学党委书记,曾任广西柳州市人民医院副院长、党委书记兼副院长,广西壮族自治区卫生厅副厅长。

主持承担了世界银行资助项目2项,美国中华医学基金会(CMB)项目2项,国家科技支撑计划课题1项,国家自然科学基金项目2项以及省级科研项目9项。获得国家教学成果奖二等奖1项,获得省部级科技进步奖6项。发表论文40篇(第一作者)。培养博士生5人,硕士生12人。现为广西医科大学卫生事业管理研究所所长,广西医科大学公共卫生学院流行病学和社会医学与卫生事业管理学教授,博士生导师。

主要研究领域:精神卫生流行病学、卫生政策研究、高等医学教育管理研究。



# 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——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的关系,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。韦波教授是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心身健康研究所所长,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,希望有更多的学者写出更好的作品,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帮助。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。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

## 作者序

——任重而道远

记得在一次出国参加心理学方面的国际学术会议期间，我曾在会上向正在讲课的一位德高望重的华裔心理学家提问：“您研究了一辈子心理学，您能够用一个简短语句给心理学下一个定义吗？或者您能告诉我们，什么是心理学吗？”

这位声誉显赫的美籍心理学家沉吟片刻后说：“抱歉！我不能。心理学就像漂浮在大海上的一座冰山，我们能看见的只是海平面上的冰山一角，更巨大的部分还在水下面呢，我们不能用局部来定义整体。所以很抱歉，我不能给您一个满意的答复。”

这么多年来，我一直在思考着由这个问题所引发的一系列问题：为什么我们和我们的所有前辈们，竟不能为自己所为之献身的学科下一个完整而严谨的定义呢？为什么这个学科会有那么多的流派、那么多的争议？为什么在经历了一百多年的探索、研究和实践之后，这门学科仍不能进入主流自然科学领域，至今仍在自然科学与社会科学之间的边缘状态徘徊？为什么这门学科总是跟迷信和巫术有那么多说不清的瓜葛与牵连？这门学科是一门科学学科吗……

这么多年来，我也一直在孜孜不倦地寻求这些问题的答案。现在我终于明白，世界有许多问题原本就是没有答案的，或者说这些问题是不能够用我们人类创造的、已经被我们所理解的、现行的科学理论来解释的。有些问题的答案是属于明天的，或者是属于明天之后更加遥远的时空。

比如，我们一直以为大脑是人的总指挥部，人的所有思维、意志、动机与行为、情绪与情感都是发源于此。但是，直到最近我们才发现：进行心脏移植手术，居然会将捐献者的性格和行为一块移植！难道心脏也有思想？难道我们母语中的“心潮澎湃”、“心血来潮”、“费尽心机”等都有合理的理由？

有研究认为，人类的大脑细胞约有 90% 终生闲置不用，仅有 10% 左右在使用，这是为什么呢？按照“用进废退”的原理，这些闲置不用的大脑皮质细胞应该逐渐退化才对，但为什么人类的大脑反而愈来愈发达，愈来愈聪慧呢？

我们知道人类有视、听、嗅、触、味五个感觉，但是超越这五个感觉的所谓“第六感觉”仍然以不可辩驳的事实，令我们无法忽略它的存在：比如亲人去世时的感应、比如几乎每个人都遇到过“说曹操，曹操到”的尴尬等。“思维传递”已经被越来越多的科学实验所证明，在美国一个大学的实验室，甚至已经将它用磁共振彩色图像

标志出来——尽管到今天它仍然无法用我们已经掌握的理论去解释。

我们一直试图否认灵魂的存在,但是“濒死体验”却告诉我们:人死以后有许多诸如“脱体飘升”、飞翔、钻过隧道、看见光环和彩虹围绕着的过世亲人等共同经历和体验。美国的实验研究也表明,“濒死体验”的确存在,而且具有较为广泛的代表性。另一个跟灵魂相关的所谓“灵动现象”,一百多年来也为不同时代的科技工作者所关注着。面对凭空飞行的室内物品、无人自动的桌椅、深夜屋内的异响等,不同时代的科学试图给予多种多样的解释,但同样也无法让人心悦诚服。

古人类学无疑是一门自然科学学科,达尔文的进化论也告诉我们,人类是从猿类演化而来,人与黑猩猩的遗传差异在DNA中的反映仅仅相差1%左右。但是我们至今仍然找不到具有说服力的猿类与人类之间的过渡类型化石,总不可能一下子从猿变成人吧?还有诸如“UFO之谜”、“金字塔之谜”、“人类史前文明之谜”、“复活岛人像之谜”、“麦田怪圈之谜”、“外星人之谜”、“人体自燃之谜”、“家畜器官被割盗之谜”、“神农架野人之谜”、“尼斯湖水怪之谜”……

大自然和我们人类本身,原本就有太多的未解之谜,或者叫目前没有答案的问题,我们不能期望立刻有个满意合理的答案,更不能企图用我们已经掌握的知识去解释所有未知的事实。科学是时效性知识,是不断发展、不断更新的知识,正因为如此,它才不断创新、不断前进、不断超越自身!现阶段的科学,也许几天后就是落后的象征;而今天看起来十分荒谬的科学幻想,可能不久就会变成现实,试想:在中世纪,人们能想象今天的潜艇、飞机、电灯、电话吗?在19世纪或者20世纪初,你告诉人们,核弹、卫星、航天飞机、电视、电脑、手机和互联网这些东西,大家难免不把你当成疯子。所以我们在解释未知现象的时候,千万不要运用现阶段的科学理论,千万不要认为,凡是在现阶段的科学理论仓库里不能找到的答案或合理解释的新理论就是“伪科学”,因为如果你那样做的话,你本身就是“不科学”了。要用发展的眼光去看待发展中的世界,要用探索的态度对待需要探索的事物,这样我们才不会迷失在我们自己建造的科学城堡之中,这样我们才不至于沦为未来科学的绊脚石。

其实心理学也是如此。自从我学习与研究心理学时开始,本文开头提出的问题就始终萦绕着我。后来我在将这些知识传授给我的学生和求知者20多年的时间里,也曾多次遇到过类似的提问。我为此迷惑过,也试图从浩如烟海的心理学书库中寻找妥当、合适的答案,但是我没有成功,只能像那位华裔心理学家一样,用一些看似高深、其实模棱两可的话来搪塞那些忠实的听众。现在我总算悟出了一个道理,那就是——

心理学之所以不能像其他科学学科,尤其是不能像自然科学的某些学科那样严谨、规范和无懈可击,那是因为心理学永远是一门前沿科学学科,永远有着深不可测的底蕴和不规则的运行轨迹。它选择的研究对象是动物或人的心理活动,前者无法与它的研究者进行深层次沟通,后者内心太丰富多彩,而且变化多端、高深莫测。我们常说“人心难测”、又说“心比天高”就是说的这个道理。然而,这并不

能说明心理学不是科学,恰恰相反,这说明它是一门部分已知的未来科学学科。按照现在的计算机技术发展趋势,我们可以预测:在未来20年内,“读心术”将会变成现实。有一天人们只要用扫描探头,远远地对着你的头部扫一下,就立刻知道你在想什么了!这似乎很可怕,但是请放心,人类很快就会有新的应对方法。我说过,人脑是最难对付的器官,只要配合计算机技术略加训练,人人都可以学会控制脑电波、脑磁场的图谱变化,因此也就很容易地去对付或欺骗别人的“读心扫描”了,就像我们今天可以通过生物反馈仪的训练,自如地控制心率、血压一样。

学习心理学最重要的是“悟性”——这是一种非习得性的感性成分,是人脑里的“软件”。有时候人的理性越多,悟性就越少;当好一名合格的心理辅导员或者心理医生,最重要的不是技术娴熟、专业精湛,而是人格健康、情商高。因为无论心理咨询还是心理辅导,都需要心与心的交流,都需要情感的互动。不能想象一位冷酷的、人格存在问题的心理辅导员或心理医生能够进入求助者的内心世界,进行深层次的沟通和交流!

学好心理学还有一个必要的条件,那就是千万不要迷信权威,我一贯主张:自己是自己最好的老师。我自幼就对心理学故事感兴趣,在读本科时开始学习心理学专著,那时国内的医学院校都没有开设心理学课程,我完全靠着自学,几乎通读了所有的心理学名著。参加工作后我的专业是外科,一边拿手术刀,一边尝试心理咨询与治疗。后来经验越来越多,名气越来越大,终于在1990年春在湖南的一家三甲医院开设了第一家心理咨询门诊。从开始接触心理学,到正式开设心理咨询门诊,我的面前没有出现过老师,这也使得我在求知时少了许多羁绊和误导。心理学作为一门科学学科,它本身就浩如烟海,再加上它所涉及的其他学科知识,就更是博大精深了。在它的面前,任何人都不敢妄称专家,因此也就无所谓师长了。

1992年10月,我被选入国家级学术团体——中华行为医学会心理学组,担任副组长;1994年5月初,我第一次独立主持全国行为心理学学术会议,随后在当地电台、电视台开办心理行为咨询节目,担任节目主持人。每天都要回复大量的听众、观众来信、来电,积累了丰富的经验。后来我发表了一篇中国学术界皆知文章《中国末代皇帝溥仪的性问题研究》。这篇文章受到日本人的高度重视,我因此被邀请到日本做访问学者。在日本访问学习期间,日本的精神卫生和心理学专家对我们很尊敬,也很宽松,许多资料和数据任我们自由读取,那时候我丝毫也没感到“师道尊严”的压力。我在国内一家重点大学读研究生的时候,我跟导师的关系不像师生,更像同事。我们经常在课堂上讨论学术问题和课题设计,有时候还会发生一些小小的争执和摩擦,那时候,我的面前同样也没有老师。

2001年初,我作为“引进人才”搭乘“西部大开发”的东风,从湖南进入广西,在南宁市一家精神病专科医院工作了5年多。在此期间,我亲手筹建了广西第一家正规的心理专科,引入日本人的捐款,筹建了“森田心理病房”。同时我在广西的电台、电视台定期开设心理卫生节目,在各大报刊开设心理专栏,在各大、中专院校、机关单位和部队开办心理报告会,十年如一日地广泛深入地宣传心理

卫生知识,提高大家的心身健康意识,取得了为官方认可的显著成绩。我所做的这一切,都没有前车可鉴,也没有老师引路。

从事心理学工作 20 余年,我无数次出席国内外学术会议,也独立主持过全国会议十几次,见识过国内外心理学界的学术名流无数,我从来没有被他们的地位、声望所震慑,也从来没有为他们的学识所倾倒。因为我知道他们只是在心理学的不同专业领域内有所建树而已,甚至在各自的专业范围内也不能做到无所不知,与渊博高深的心理学知识相比,我们每个人都只是沧海一粟。

小时候上哲学课时,老师告诉我们一个著名哲学家的名言:“昨天你涉过这条河,今天你又涉过这条河,你可知道,今天的河已经不再是昨天的河。”老师当时没有解释这句话的含义,我冥思苦想许久,怎么也想不明白这话中的道理。后来随着年纪渐渐增大,我慢慢懂了,哲学家的这句名言说的是,在这个每时每刻都在改变着的世界上,只有变化,没有永恒。小河的涨落、河水质量、河里的鱼虾水草,甚至连小河的位置,时刻都在发生着变化,所以说“今天的河已经不再是昨天的河”。心理学也是如此,面对人那无比智慧、与时俱进的大脑,心理学必须不停地修正、补充、开拓和扩展自己的理论疆土,不停地改变自己的操作模式和实践技术。心理学之所以奥妙无穷,之所以莫测高深,之所以不拘一格,之所以扑朔迷离,原因就在于此。

学习心理学,自己是自己最好的老师。如果你期望别人给你指一条捷径,那么你就只能获得一口袋收获;如果让探索的小船在心理学知识的大海上任意漂泊,你就能看到美不胜收的景致,得到意想不到的巨大收获。

1994 年 5 月初,我在湖南省郴州市主持召开“首届中华行为医学学术研讨会”,并在会议上做了题为“行为医学发展史研究”的学术报告。会后,这篇文章被收录入会议论文集公开出版发行,此后又被国内外数家学术期刊转载。我在文章中首次追溯行为医学的学科发展历史,正本清源,整理了行为医学的母系学科:动物心理学、实验心理学和行为主义心理学及其相互关系,弄清了它们之间的学术关联及行为医学在理论上的传承脉络。

当时,在我国的医学界,行为医学的影响十分微弱,许多专家学者甚至不知道行为医学是何物?就是在行为医学学术界,大家也不知道行为医学来自何处,弄不清楚它的基础理论发源,经常将源自于巴甫洛夫的狗的经典性条件反射实验以及华生的婴儿条件反射的建立和消退为基础的行为疗法(behavior therapy),与源自于斯金纳小白鼠的操作性条件反射的建立和消退为基础的行为矫正法(behavior modification)相互混淆,在理论上弄出很多笑话。而当时行为医学界某位出身于精神学科的学术泰斗,不知道自己本身就糊涂,还是有意掩蔽软肋,对我兢兢业业地力图将行进在迷雾之中的行为医学理论发展历程归纳出来的一番苦心并不领情,认为这是画蛇添足、多此一举,并说“要多做实事,没有必要追根寻源”等。

20 多年过去了,我国的行为医学学科事业虽然阳光明媚,但仍然任重道远,这么多年来我们不停地耕耘,但收获不丰。在规模浩荡的现代医学领域里,行为

医学仍然处于边缘状态,而老大哥——精神病学学科事业却是一片辉煌!

按理说,中国人生来就忌讳“神经病”,对“心理、行为障碍”以及为之服务的行为医学事业应该持接受和欢迎态度才对,但是为什么事实却恰恰相反呢?我认为,中国的行为医学学科发展,之所以在经历了20年的坎坷历程后(中华医学会行为医学分会于1990年10月成立),至今的状态仍像中华医学会会长、名声显赫的钟南山教授所形容的那样“升在天空,不能落地”,关键就在于我们缺乏一个坚实有力的支持力量,这个无往而不胜的力量就是我们的基础理论!没有一个过硬的、经得起推敲的理论做支撑,我们的一切努力都只能营造出一张软软的皮囊——没有血肉,也没有骨骼。如果没有清晰的系统观念,如果缺乏成熟的理论思考,我们的实践有时候会像无头的苍蝇到处乱撞,有时候又会像出生丧母的婴儿一样有奶便是娘,四处乱投怀抱。

我国正式出版的行为医学专著迄今已有10部之多,但无论哪一部都没有涉及基础理论问题,其实在行为医学的发源地——美国,这也同样是个问题。1977年2月,美国一批实验心理学家、临床医生以及其他行为主义者在耶鲁大学召开了第一届国际行为医学大会,正式宣布创立行为医学。同年,他们创办了行为医学杂志,并在美国国家心肺和血液研究所建立了以威尔斯(Weiss)为首的行为医学学部;实验心理学家米勒(Miller)创建了行为医学研究会并担任该学会的第一任主席。但此后相关的理论研究并未系统化、规范化,这当然与美国人注重实用有关。今天,在美国医院和社区医疗服务机构里进行行为治疗,已经是一件非常普通的常规工作,行为治疗专家和行为工作者遍地都是,而且行为治疗专家的收入都非常高,一次成功的消除恐惧症的系统脱敏治疗,收费高达3000美元。

从另一方面来说,美国人之所以不太重视行为医学基础理论的系统研究,是因为他们对萌生于美国土壤中的行为主义心理学理论实在是太熟悉不过了,任何从事行为研究的专业人员、包括科普工作者,熟悉华生(John B. Watson)、斯金纳(Burrhus Frederic Skinner)、班杜拉(Albert Bandura)就像熟悉自己的手指一样,而在中国,这些始终是十分薄弱的方面。

所以就有了我们斗胆编撰这本行为主义心理学与行为医学专著的多年梦想,就有了我们今天将这多年辛苦的梦想化为现实的努力。无论我们的力量多么渺小,无论我们的声音多么微弱,无论我们的路途多么遥远,无论我们的行为多么可笑,我们仍然不会自卑、不会气馁,不会犹豫,不会动摇!只要我们坚持不懈地走下去,我们的目的就一定会达到!到了那一天,也许我们都已经衰老,但是我们不会遗憾,我们能够自傲:我们的身躯已融入行为科学的洪流,在成功的皇冠上也凝结着我们孜孜不倦的辛劳。那时候我们就可以满意地离去了,面对波澜壮阔的行为医学事业,面对层出不穷的行为医学科研成果,我们会露出由衷欣慰地微笑!

王翔南

2011年8月9日于南宁



# 目 录

第一章 行为主义心理学之父 .....	1
第二章 行为主义心理学诞生的历史背景 .....	3
第一节 社会与哲学的背景 .....	3
第二节 神经生理学的背景 .....	4
一、巴甫洛夫——行为主义心理学理论的奠基者 .....	4
二、巴甫洛夫的经典性条件反射实验 .....	6
第三节 科学心理学发展的背景 .....	15
第四节 动物心理学研究成果的背景 .....	17
一、桑代克关于鸡的迷宫实验 .....	18
二、桑代克关于猫的“问题箱”实验 .....	19
三、桑代克的“联系法”理论 .....	20
第三章 华生与行为主义心理学 .....	22
第一节 从问题行为少年到行为主义心理学学者 .....	22
第二节 华生的行为主义心理学基本观点 .....	24
第三节 华生的行为主义心理学基本理论 .....	26
一、关于专业术语 .....	26
二、关于遗传与环境的关系 .....	26
三、关于动作流的概念 .....	27
四、关于情绪的理论 .....	27
五、关于思维的外周理论 .....	33
六、关于人格的理论 .....	34
第四节 华生的行为主义心理学研究方法 .....	35
一、观察法 .....	35
二、条件反射法 .....	35
三、口头报告法 .....	35
四、测验法 .....	36

五、社会实验法 .....	36
第五节 华生的行为主义心理学学习理论——学习律 .....	36
一、频因律 (frequency) .....	37
二、近因律 (recency) .....	37
第六节 华生的悲剧——爱美人, 不爱江山 .....	38
<b>第四章 新行为主义心理学 .....</b>	<b>41</b>
第一节 华生的行为主义心理学与新行为主义心理学 .....	41
第二节 托尔曼与他的目的行为主义心理学 .....	44
一、托尔曼的主要学术观点 .....	45
二、托尔曼的主要实验 .....	47
三、关于对托尔曼的行为主义心理学认知理论的评价 .....	57
第三节 赫尔及其逻辑实证行为主义心理学的学习理论 .....	58
一、赫尔的学习理论形成背景 .....	60
二、基本公设与学习系统 .....	61
第四节 斯金纳的操作性行为主义心理学的理论与实践 .....	69
一、小发明家与大心理学家 .....	69
二、操作性条件反射的实验与基础理论 .....	74
三、行为塑造 (行为矫正) .....	83
四、教学机器与程序教学 .....	87
五、鸽子的迷信行为 .....	97
六、斯金纳的育婴箱与小说《沃尔登第二》 .....	99
<b>第五章 对行为主义心理学的总体评价 .....</b>	<b>104</b>
第一节 斯金纳 .....	104
一、对学习理论的贡献 .....	104
二、操作性行为主义心理学理论的局限性 .....	104
第二节 赫尔与托尔曼 .....	105
一、赫尔的逻辑实证主义理论过于庞杂并有较严重的缺陷 .....	105
二、托尔曼的目的行为主义为新行为主义心理学向认知心理学 演变奠定了基础 .....	106
第三节 新的新行为主义者的探索之路 .....	106
一、实证主义的动摇和科学哲学态度的转变是导致行为主义 危机的另一个原因 .....	106
二、新的新行为主义心理学的创新之举 .....	107