

新编中医心理学

闵范忠 何清平 主编



广西民族出版社

前 言

中医心理学从其兴起形成至今，不仅在临床上得到了有效地应用，而且已成为各中医院校学生的正规学习课程，这是十分令人可喜的。中医心理学已对中医学的发展和培养新一代高水平的中医师起到了重要作用。但中医心理学毕竟是一个新兴的学科，如何使之能更适应于教学的需要、更符合教学的规律、让学生能更好地学习掌握，为此我们在教学与临床的实践进行了一些研究和探讨，基于原中医心理学教材，结合医学界同道的一些研究成果和我们的体会编撰了本书，其宗旨是：力求全书理论的系统完整性，体例上符合教学程序的需要，各章节内容主次分明、概念清楚、通俗易懂、简明扼要，有利于自学掌握，同时汇入普通心理学和医学心理学的基本知识作为中医心理学学习入门基础。但这毕竟是一种尝试，我们期望能在今后的实践应用中得以不断的修正和提高。同时，更希望能得到中医心理学界同道们的教正和帮助，共同为中医心理学的发展而努力。

本书的编写是在广西区卫生厅和广西中医学院有关部门的大力支持下才得以完成的，同时还得到许多同志的关心和帮助，谨此表示衷心地谢意。

本书由闵范忠、何清平主持编写，并进行全部书稿的统审和校正。

编著者

一九九一年元月

目 录

前言

绪论	(1)
----------	-------

上篇

第一章 普通心理学基础	(19)
-------------------	--------

第二章 医学心理学基础	(57)
-------------------	--------

第三章 中医心理学基础	(89)
-------------------	--------

中篇

第一章 中医心理病机	(137)
------------------	--------

第二章 中医心理诊断	(167)
------------------	--------

第三章 中医心理治疗	(184)
------------------	--------

第四章 中医心理卫生	(203)
------------------	--------

下篇

第一章 心理测验	(231)
----------------	--------

第二章 心理咨询	(254)
----------------	--------

绪 论

〔目的要求〕

- 1、掌握中医心理学的概念、基本内容和基本特点；
- 2、熟悉研究中医心理学的重要意义和研究方法，以及中医心理学与相关学科的关系；
- 3、了解中医心理学的源流，现状及发展前景。

第一节 中医心理学概念

一、定义

中医心理学是用中医理论研究心理活动及其实际运用规律的一门新兴学科。

中医学是一门独立的医学体系，有自己独特的理论系统和实践经验。它的基本特点是整体观念强调（“形神合一”、“天人相应”）和辨证论治。辨证论治的中心思想是因人制宜，也即按照个体心身特点及其对疾病的反应状态不同而进行辨证治疗。这本身就是医学心理学的核心内容，所以，中医学本身就非常重视对心理现象的研究和运用，医学心理学思想就是中医学学术本身的重要组成部份，并始终贯串在整个中医理论体系之中。

进入八十年代以后，随着科学的发展，各学科很快呈现出高度的分化和高度综合，不断产生出新的边缘学科，医学本身亦由生物医学模式向生物—心理—社会医学模式转化，

医学心理学自然显得尤为重要而获得迅速发展；中医学本身的特点适应了医学模式的转变，顺应了医学发展的大趋势，亦附合中医现代化发展的需要，我国的医学科学工作者顺应了这一科学发展的历史潮流，明确地提出了中医心理学这个新学科的概念。

中医心理学这个新学科，既不同于传统的中医学，也不同于现代的医学心理学，并有异于中国古代的中医心理学思想。它是在当今多学科研究中医学过程中所形成，以中医学理论为指导、并与现代心理学互相渗透、互为交叉的一门边缘学科。

二、基本内容

(一)、理论部分

1. 学科概论：包括中医心理学的基本概念（定义、内容、特点），源流现状及展望，相关学科，意义和方法等。

2. 基础理论：主要有以下六论。

①阐明人生理与心理关系的“形神合一”论。

②强调人体生命活动最高主宰的“心主神明”论。

③说明感知觉过程中感官与心神关系的“心神感知”论。

④关于情志活动的内容及其与脏腑关系的“五脏情志”论。

⑤运用阴阳理论解释睡眠及梦境的“阴阳睡眠”论。

⑥探讨人格分型及其与体质关系的“人格体质”论。

(二)、实践部分

1. 中医心理病机：主要探讨情志变化的因素，情志致病的条件、特点、机理，情志对脏腑气机的影响等以及情志活动异常所导致的常见病症，如癫狂、不寐、眩晕、胸痹等

病的病机。

2. 中医心理诊断：论述在中医望、闻、问、切四诊中如何注意对“神”的诊察判断，并注意医患心理活动对疾病诊断的影响；在辨证中，重点分析鉴别神志病变、情志病变和睡眠失常等心理病症。

3. 中医心理治疗：论述心理治疗的意义，应用原则以及常用的中医心理治疗方法：以情胜情、劝说开导、移情易性、暗示解惑、顺情从欲、习以脱敏，以意导引等，还论述如何充分发挥针药在治疗中的心理效应及心理护理在诊疗中的重要意义，因人施护、因病施护等有关内容。

4. 中医心理卫生：强调卫身先卫心，护形先护神的原则。其基本内容包括清静养神、适度用神、动形怡神，节欲守神、怡情畅神、顺时调神等。同时，对小儿、妇女、老人等不同年龄、性别的心理调摄提出了不同的具体要求。并探讨气功养生调神的心理学原理和效应。

此外，中医心理测验和中医心理咨询，是中医心理学发展的重要课题，目前尚处于探索的阶段，应引起中医界和心理学界的高度重视。

三、特点

中医心理学除具有强调整体观念，以阴阳五行为说理工具等中医学共有特点外，作为一门独立的学科，它还具有以下三个特点。

1. 传统性：中医心理学是在中医理论的指导下研究心理现象的，中医心理学思想本身就是传统的中医学所固有的，从古代的中医心理学思想到中医心理学新学科诞生，其间虽有质的飞跃，取得很大进展，但就目前而论，传统性仍

占主要地位,也就是说我们对于中医心理的研究基本上还处于继承和整理的阶段。

2. 边缘性: 中医心理学属于中医学与心理学的分支交叉学科。是中医学与心理学发展到当今水平的互相渗透, 互相结合交叉的产物。比起传统的中医学, 它有更多的创新性, 但仍很不完善, 理论体系不够系统化, 完整化, 标准化, 更达不到现代心理学要求的量化标准。要不断的创造, 提出新的假说, 上升为新的学说, 要创造反映中医特点的合理实验方法, 不断设计具有普遍意义的全国测试量表, 任务是繁重和艰巨的, 前景是光明的。在发展中医心理学的过程中要注意用现代心理学的基本理论来分析中医心理学, 又不可完全用现代心理学的框框套住中医心理学, 只有发现其特殊的认识, 发展其独到的见解, 才有助于整个心理学的发展。

3. 实践性: 中医心理学是一门实践性很强的学科, 它以解决临床中的实际问题(心理疾患), 提高防病治病的效果, 保障人类身心健康为目的。它的产生和发展是以临床实践为基础, 从来不是纯理论的研究。对于心理活动规律的认识, 情志致病的机理, 心理治疗的方法, 调神养心的措施等等, 都是源出于治疗实践, 并反过来指导临床、验证于临床的。所以, 对于中医心理学的研究, 一定要着力于临床实践, 以防治疾病为根本目的, 否则, 也就失去了其生命力。

第二节 中医心理学源流及展望

祖国医学源远流长, 整理继承中医学中有关心理学的丰

富内容，为中医心理学的发展奠定良好的基础，正确分析、估计科学发展的现状，予测和展望未来发展趋势，将对中医心理学的迅速发展起促进和推动作用。

一、中医心理学思想的产生和发展

历史悠久、文化灿烂的中华民族，是世界心理学思想的最早策源地之一，学习中医学中丰富的心理学思想史，对认识中医学完整的思想体系和丰富医学心理学史，都具有深远的意义。

(一)、远古至春秋时期的医学心理学思想

大约在五万年前的旧石器时代晚期就已经出现了避邪扶正，安慰祝福、怀念追悼等原始的医学心理学思想。如《素问·移精变气论》说，在远古时期，通过祝由等心理疗法移易精神，变利血气是主要的治病方法，这就是巫医的萌芽。以后随着原始社会的解体，夏商奴隶制社会的建立，巫医经历了形成、鼎盛和分化的过程，而早期的医学心理学思想也就从此产生并发展起来了。当时治病最简单易行的方法就是用语言、行为进行开导、说服的心理疗法。最早，由亲近的人随意而作，后来慢慢形成由家族部落和地域中涌现出威信较高的长者或知识较多、能说会道的人，在某种仪式下，通过他们的语言、行为，舞蹈等方式为人治病，这就是巫卜。由于这种巫卜的心理治疗并非都灵，随着生产活动的深入和医疗实践知识的积累，针药治疗开始出现了。这时，其中明白事理的巫医也留心起针药知识，他们有更多的治疗和采药的机会，逐渐积累了一些医药知识，不断进步，成为以针药为主、以心理治疗为辅的医生，一些保守的成为愚顽守旧的巫医。这就形成了医和巫的分家。因此，对于后世声名狼

籍的巫医与医学心理学思想萌芽时期之巫要加以区分，不能混为一谈。

（二）. 战国至西汉时期的医学心理学思想

战国时期，诸子蜂起，学派林立，学术空气十分活跃。在争鸣过程中也涉及到了心理学、医学心理学的有关问题。在先秦著作《左传》已涉及到了医学心理学的一些内容，如“六情”病因，心理病机，心理卫生，劳动鉴定等。

《内经》里已形成了中医心理学思想雏形。其主要内容是：①阴阳五行论、心主神明论、五脏情志论等中医心理学的基本思想，②五志等内容是后来发展成七情学说的依据和基础，③睡梦等心理现象、个体心身发展等内容对心理过程，人格能力等问题都有一定的认识。④对心理诊断、心理病机、心理疗法、心理卫生等一系列中医心理学的临床问题都有了确切的基本观点和较丰富的阐述。

（三）. 东汉三国时期的医学心理学思想

东汉末年，战乱疫疾屡起，张仲景感愤而作《伤寒杂病论》奠定了中医临床辨证论治的基础，也包括了对心神疾病的辨证论治。如对百合病、脏躁、惊悸、失眠等常见心神疾病都确立了完整的理、法、方药的治疗原则。至今仍为临床医生所实用。

另外，这个时期的华佗，擅长用心理治疗，如用“盛怒”治疗太守怪病。他还通晓养性之术、重视心理卫生。

（四）. 晋至隋唐时期的医学心理学思想

该时期以孙思邈及其所著《千金备急要方》为杰出代表，对心理卫生和个体心身发展进行了研究，提出了避免先天性“颠癲顽愚”的一些优生方法。北齐除之才提出的“逐

月养胎法”通过孙思邈的著作得以保存和进一步发挥。《诸病源候论》记载的“变蒸”学说，对婴幼儿的心身发展有重要的意义。孙思邈以“养性”概括养生之道，强调调神养心的重要性，并在“道林养生”中提出十二少，十二多，谈到了心理卫生的各个方面。在《备急千金要方》中收集整理提出了不少益智方药，为心神疾病的治疗提供了基础。

（五）、宋金元时期的医学心理学思想

该时期社会动荡不安，人民生活困苦，疾病丛生，客观上促进了人们对医学学术的研究和发展，陈无择在《三因极一病证方论》提出了著名的三因论，把情志病因明确为七情，此期的金元四大家都将《内经》的医学心理学思想融会到自己的学说中去。如“主火派”的刘河间，大量的描述了异常的心身现象，并作为火热证的辨证依据。“补土派”的李东垣，在研究脾胃病的病因病机时，在强调饮食不节，劳累过度是发病的主因的同时，也强调心理因素致病的重要性。“养阴派”的朱丹溪，从“阳常有余，阴常不足”立论，强调青壮年时期就要防色欲过度，以养阴精，从阴常不足出发，分析老年人的心身特点，提倡“收心养心”以调养神明，应节欲以养阴精，淡薄以涵神气而制有余之阳。

张子和是该期杰出的代表，对中医心理学许多理论和实践问题都有一系列论述。他对情志病因，心理病机，心神疾病及其心理现象在疾病予后等方面都有许多精辟的论述。在心理治疗方面，其理论和实践也达到了较高的水平。

（六）、明清时期的医学心理学思想

此时期温病学派兴起，温病证候中有不少异常的身心症状，所以治疗心神疾病的水平有了很大进步，如叶天士提

出：瘟病邪在气分不解可致邪入营分或递传心包，从而导致神志和睡梦等心身异常现象，并提出了相应的清营开窍，宁神等治疗原则。

该时期对中医心理学的理论研究，主要表现在注释《内经》方面。如明代马蒔著《黄帝内经素问灵枢注证发微》，张介宾著《景岳全书》，徐春甫著的《古今医统大全》。尤其清朝组织编纂的大型类书《古今图书集成》收集整理了大量有关医学心理学的内容。

在心理治疗方面，徐春甫、李时珍、张景岳，张石顽等医家的个人著述中都有论述。在明代江瓘编著的《名医类案》、清代魏之琇收集的《续名医类案》及俞震汇集的《古今医案按》等，较为系统的类集了心神疾病、心理治疗的历代精萃。

二、中医心理学的现状和展望

本世纪初开始出现了研讨中医心理学思想的有关文章，1922年，《三三医报》上发表了“论符禁咒治病”的文章，后又陆续发表了“巫”、“说巫”等文，其他杂志上有“祝由与由祝”、“中国祝由科在精疗学术上的评价”等文，三十年代的文章有“心病还须心药医”、“中国历代心理疗法”等。四十年代有董华农的“中国古代心理卫生学”。总的看来，建国以前对中医心理学的研究是处于零星散乱的研究状态。

新中国成立后，尤其在五十年代中期以后，中医研究有了新的起色，全国中医院校统编的一、二版教材中，都强调了中医重视心理因素的这一特点，在人格体质方面也有不少论述。六十年代的中医杂志对郁、癫、狂、厥、晕、梦、寐等

报导很多，对神经衰弱、精神分裂症，躁狂抑郁症，症状性精神病等进行了一些中西医结合方面的临床观察和研究，七十年代，对针麻中的心理现象进行了实验研究和临床观察，对中医心理学的形成都有积极的意义。

进入八十年代以来，中医心理学的研究十分活跃，1980至1984年发表的有关中医心理学的论文约600篇，质量亦高，并出现了地区性的自发研究组织。

1985年中医心理学的研究由地区性汇集为全国性的研究。举办了全国性的中医心理学研究班，公开出版了中医心理学的专著，汇编了一批较为系统的资料文献，首次在中医院校开设了中医心理学课程，创办了中医精神病院，开展全国性Dy性格调查，试办专科杂志《中医心理学论丛》，召开了三次全国性中医心理学学术研讨会（1985年成都会议，1986年哈尔滨会议和1987年南宁会议）和两次全国性专题会议。组织编写了全国中医院校《中医心理学》试用教材，建立中医心理学研究室、教研室，并召开了全国性的“中医心理学”教学研讨会和举办师资进修班等。所有这些事实说明，中医心理学在组织系统、理论研究、文献整理、教学工作等方面已开创了一个独立的、全面的、系统的、稳定高速的发展阶段，标志着中医心理学这一新学科的诞生。

中医心理学是一门很有发展前途的新兴学科。已筹建了全国性的学术组织，在临床形成心神专科，开设了若干专科门诊，试办中医心理专科医院。中医心理学知识将在中医院校学生及中医界广为普及。今后，要建立和发展一批中医心理学研究机构，创建中医心理学实验室，组织全国性的协作攻关课题，进行全国性的心理疾病的调查防治，以发挥更好的

社会效益。随着整个医学模式的转变，中医心理学必将以其独立，完整的科学理论体系而立于当今医学学科之林。它不仅在中医学中将起越来越大的作用，而且还必将会影响到整个心理学界、医学心理学界，以致对整个人类的科学文化产生影响。

第三节 中医心理学与相关学科

中医心理学具有自然科学和社会科学的双重属性。它是医学（主要是中医学）与心理学交叉而产生的边缘学科。与中医学各学科有着密切的关系，是中医学的重要组成部份。同时与普通心理学、医学心理学、精神病学的关系也极为密切。

一、与普通心理学的关系

普通心理学是心理学（一切心理学分支）的基础。它主要研究正常成人心理现象的一般规律和心理科学的基本原理，同时也概括各心理学分支的主要研究成果。中医心理学是心理学的一个分支学科，其内容也必定涉及到普通心理学所研究的心理现象的一般规律性问题。但是它又具有很大的特殊性：其研究的内容是以异常心理现象为主，以解决临床实际问题、保障心身健康为根本目的。而在理论上并不完全受普通心理学的制约，主要是与中医学的整个理论体系相一致。

普通心理学主要研究心理过程和心理特征。心理过程分为认识过程，情感过程和意志过程。认识过程是指对客观事物及其属性的反映过程，包括感觉、知觉、记忆、思维和想象等。这些内容在《灵枢·本神》篇中有着近似的命题和补

素的认识。情感是对客观事物的主观体验,中医的七情学说对此有较深刻的认识,尤其是情志和生理、病理的关系,有许多独到见解。意志过程是指确定目的,并支配行动实现目标的心理过程。《素问·汤液醪醴论》等篇的“志意”说,涉及到这方面的内容。心理特征主要指人格、能力等内容。《灵枢·通天》、《灵枢·阴阳二十五人》等篇几乎是讨论人格分型的专论。能力指能完成某种活动所需相应的心理品质,《灵枢·官能》篇对此有一定的论述。

普通心理学所揭示的心理活动基本规律,是学习中医心理学的基础,我们在今后的研究和临床实践中应自觉地加以运用,同时注意挖掘中医学的独到见解,以充实普通心理学的内容。

二、与医学心理学的关系

医学心理学是医学与心理学相结合的一门学科,中医心理学是中医学与心理学相结合的一门新兴学科。二者都是心理学的分支,都是以研究与疾病、健康有关的心理活动为重点,以服务于医疗实践为目的的。

应当说中医学属于广义医学的范畴,是整个医学的一部分,但是因为现在所指的“医学”,实际上主要是指西医学,中医学的基本内容和主要特点并未概括于其中,而西医学与中医学在理论体系和临床实践上均有很大的差别,因此,在当前中医学与“医学”(实际是西医学)是并列的关系,而不是从属的关系。在对心理活动的研究和实际应用方面,也同样如此。中医心理学虽应隶属于广义的医学心理学范畴,但却有很大的特殊性,因此,实际上中医心理学是狭义医学心理学尚不能包括的一门独立学科。

三、与精神病学的关系

精神病学是一门研究精神病的发生发展规律、临床特点、预防途径和治疗措施的临床科学。这些内容同样是中医学所应研究的。当代我国的精神病学中，也确有部分中医学的论述，但从整个体系上说，精神病学仍基本上受西医学理论框架的支配。因此，精神病学并非中医学的一部分，中医至今尚未建立起完整的中医精神病学。也正因此，中医心理学中就必定会涉及到中医精神病学中的许多内容，但中医心理学的范畴更广。随着中医学的发展，将会逐步建立起完整的中医精神病学，中医精神病学偏重于临床实践，主要局限于研究精神病的病机、诊断和治疗等，是中医临床学的一个分支，目前，则中医精神病学的许多内容仍属中医心理学所要研究和涉及的范畴。这与医学心理学和精神病学是完全不同的两门学科有所不同。

第四节 研究中医心理学的意义和方法

明确一门学科的研究意义，有助于把握它的研究方向和前进目标，确定一门科学的研究方法，就赋予了它发展的途径和必要的手段。这些都是一门学科发展的重要前提条件。

一、研究中医心理学的意义

(一)、科学发展的必然趋势

随着科学技术的逐步发展，科学分工愈来愈细，学科分化的趋势愈演愈烈；另一方面，各学科之间关系越来越紧密，学科之间的界限越来越不分明，学科间知识的渗透和综合不可避免，在这种形势下，新的边缘学科和横断学科纷纷诞生问世。中医心理学就是顺应了这一历史潮流而诞生

的。它是从中医学中分化出来与现代心理学、医学心理学互相渗透综合而成的边缘学科。因此，它同时兼有科学分化和科学综合两方面的特点。它是刚刚从中医学中发出的一根嫩枝，本身尚不成熟，与心理学、医学心理学的渗透融合也不充分、完善。然而，这根新苗有无限的生命力，它将以自己独具特点的、丰富的心理学内容，去充实、丰富现代心理学，特别是现代医学心理学，在今后的医疗卫生保健事业的实践中发挥出更大的社会效益。

（二）、实现中医现代化的途径

中医学是一门历史悠久的古老学科，本身要适应世界科技革命和现代化的要求，才能迅猛的发展，所以中医学必须要现代化。中医学的现代化有诸多方面：有从朴素唯物主义到辩证唯物主义的转变，有理论概念和理论体系的变化，从思辨定性特点到与现代精密科学理论相交融、定量化的转变，有研究方法和手段的从传统方法及单纯临床观察到现代实验分析、仪器测试的转变，等等。而中医心理学的研究既是中医现代化的要求，也是中医现代化的一个组成部分。它从中医学中分化出来，必将改变中医学旧有结构并向现代化迈进。

研究中医心理学，一方面是积极整理挖掘中医学宝库中独具特色的、丰富的心理学思想，另一方面也必须看到，这些心理学思想还没有脱离古代朴素的和思辨的特点，远没有同现代科学概念、理论体系相互通融渗透，更没有建立在现代科学的系统观察的基础上。因此，研究中医心理学，需要在辩证唯物主义思想指导下，用现代的科学理论，现代的科学实验手段，进行提炼、升华。所以，中医心理学的研究本

身就是中医现代化的一个组成部分，它的建立和发展，必将对实现中医现代化起到带动、启迪，示范等促进作用。

（三）. 促进医学模式的转化

当前医学正处于由“生物医学”模式向“生物—心理—社会医学”模式变革的时期。“生物医学”模式在世界医学发展过程中曾作出了不可磨灭的贡献。但现在越来越表现出了这一医学模式固有的局现性。这种局限性表现在把病人完全看成是自然的人、生物的人，较少从社会、心理因素来研究疾病和病人，甚至只见病不见人。因而“生物医学”模式已经不能适应当代社会医疗保健事业发展的要求了。从医学的发展和医疗保健的客观社会需要来说，在工业现代化社会中，传染病、寄生虫病、营养缺乏病已经不再是威胁人类健康的主要疾病，取而代之的是与心理、社会因素有关的疾病显著增加。这种情况临床各科都存在。必然要求当今世界医学迅速由“生物医学”模式向“生物—心理—社会医学”模式转变，从生物、心理，社会三个方面来研究人类的健康与疾病以及社会的医疗保健措施。而中医学最突出的特点，就是它始终保持整体观医学模式思想，这是它持续数千年，经久不衰的原因之一。

在中医整体观医学模式思想中，蕴育着极其丰富的中医心理学思想。中医心理学新学科的产生，正是顺应世界医学模式转变的要求。中医学把人体看成是一个阴阳、脏腑、经络、气血为内在联系的整体，而心是五脏六腑的主宰。它一方面强调人的心理、生理内在联系，同时还强调自然环境、社会关系等因素对人的健康与疾病的影响。心身统一思想贯穿在整个中医学思想体系中，对待疾病不是“只见病不见