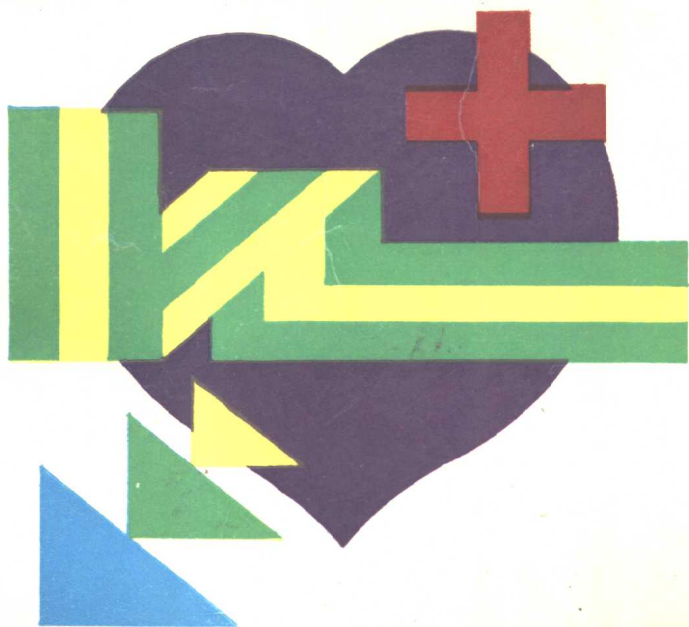


实用医学心理咨询

余展飞 林香玲 编著



同济大学出版社

10017

实用医学心理咨询

余展飞 著
林香玲

同济大学出版社

(沪)204号

内 容 提 要

医学心理咨询门诊是目前我国推行现代心理卫生科学普及宣教,进行群众性防病治病的较好服务形式,它是近20年来发展起来的国际上的新兴学科。

本书内容包括:医学心理咨询基本知识,常见心理疾病的表现和防治措施、心理缺陷的识别和有效防治,其它医学心理咨询问题、心理卫生指导、心理测试、心理治疗、精神药物治疗等八个方面,另有“附录”上海市医学心理咨询门诊介绍。

责任编辑 陆菊英

封面设计 吴列平

实用医学心理咨询

余展飞、林香玲 著

同济大学出版社出版

(上海四平路1239号)

新华书店上海发行所发行

同济大学印刷厂印刷

开本787×1092 1/32 印张 9.25 字数 220千字

1992年4月第1版 1992年4月第1次印刷

ISBN7-5608-0932-4/R·36

定价 5.40 元

前 言

医学心理咨询 (Psychological counseling for medical) 是心理咨询工作的特殊和重要组成部分。它的重点是处理医学领域中的各种心理学问题。主要对象是寻求医学帮助和指导的各种人群或病人。

医学心理咨询门诊目前已在我国蓬勃发展, 仅在上海市已经卫生局批准、各区、市一级综合性医院开设的医学心理咨门诊已有 10 所。可视为是当前最新型的医疗服务机构。这是按照新的医学模式发展起来的新学科, 深受全社会的欢迎。

医学心理咨询门诊是目前我国推行现代心理卫生科学普及宣教, 进行群众性防病治病的较好服务形式。现代心理卫生科学 (Science of mental health) 是近 20 年来发展起来的国际上的新兴学科。“心理卫生学”即“精神卫生学”, 是一门研究人类如何保障心理健康, 防治心理疾病, 提高精神卫生水平和最大限度发挥心理潜力, 高效能完成各项任务的指导性学科。既不同于精神病学, 也不同于一般心理学, 而是一门集医学、医学心理学、精神医学、普通心理学、教育学、社会学等人类知识大成的新兴边缘科学。现代心理卫生科学面向全社会, 为全人类服务, 它的基本目的是提高人类心理素质, 为身心全面健康服务, 因此是一门实践性和社会性很强的应用科学。医学心理咨询门诊是贯彻现代心理卫生科学, 进行全人类、全方位的心理保健服务的较好工作形式。

现代心理卫生科学有四大重大进展: 以“身心相关原理”为基础的基本理论和实践工作方式; “行为科学”为依据的新型心理治疗方法, 科学的心理测量技术和新型影响人类心理行为的有

效药物治疗。因此现代心理卫生科学在理论和实践上日臻完善，在人类心理保健服务工作中显示强大的生命力，深受社会的欢迎。

现代心理疾病的概念已明显扩大，心理疾病绝非等同于人们所说的“神经病”、“精神病”。后者在医学上主要指“严重的精神疾病”（有时称为“重性精神病”），大致占总人群的1.2%左右。而心理疾病大致占全人口的10%左右。人们熟知的高血压病、冠心病、消化性溃疡等，其实是一类称为“心身疾病”的特殊心理疾病，因为这类躯体疾病的心理因素起重要作用，医学上称为“精神性躯体疾病”。因此医学心理咨询门诊不等于精神病门诊，来门诊的人也绝非“精神病”。相反，真正精神病患者应该到精神科或精神病防治机构诊治，非本门诊的服务对象。这一点必须提请广大读者注意，不能混淆。医学心理咨询门诊如上所说，是向全社会开放，进行全人群、全方位心理保健服务的专门机构。对此可以消除对本门诊的不必要思想顾虑和精神压力。

限于种种原因，我国医学心理咨询门诊和现代心理卫生科学工作起步较晚，总共不到八年时间。上海市全市性开办医学心理咨询门诊仅二年历史，心理咨询门诊已有10余所。广大读者和社会人士对此新的医疗服务形式尚不了解。作者受上海市精神卫生中心领导的委托，在上级领导直接指导下，在4所医疗机构担任心理咨询工作，已积累了500余例临床病例资料。因此将这些宝贵的临床资料和经验加以整理归纳，有系统地介绍医学心理咨询的服务对象、性质、工作原则、诊治经验以及基础知识，可为广大读者参考，对本学科的社会性普及宣传亦颇有益。

本书取材于临床实践，引用资料力求实用和新颖。为了读者求诊方便，书后附录上海市各医学心理咨询门诊的名称、特色、地点和对外服务时间。限于作者的经验和知识，论述中有不妥之处请专家和有识之士批评指正，以便于进一步修正提高。

目 录

前言

第一章 医学心理咨询基本知识

第一节	心理咨询概述	1
第二节	医学心理咨询的地位和服务内容	2
第三节	医学心理咨询人员的基本要求	4
第四节	医学心理咨询服务方式、设备和布局	4
第五节	被咨询者病史填写方法	7
第六节	被咨询者就诊时应抱的基本态度	15
第七节	医学心理咨询遵循的基本原则	17

第二章 常见心理疾病的表现和防治措施

第一节	心理疾病的概述	23
第二节	心理疾病的分类	26
第三节	神经症(神经官能症)	27
一、	神经衰弱	29
二、	焦虑症	33
三、	恐怖症	38
四、	强迫症	44
五、	疑病症	51
六、	抑郁性神经症	57
七、	癔症	62
第四节	严重精神疾病	66

一、精神分裂症·····	68
二、情感性精神病·····	76
三、反应性精神病·····	84
四、低能·····	87
第五节 心身疾病·····	92
一、内科·····	95
二、神经科·····	116
三、外科·····	118
四、皮肤科·····	119
五、五官科·····	120
六、眼科·····	125
七、妇产科·····	125
八、小儿科·····	126
九、口腔科·····	126
十、其他·····	126
第六节 心理社会适应不良所致的综合征·····	126
一、社会适应不良所致的综合征·····	129
二、学习适应不良所致的综合征·····	140
三、不良行为方式所致的综合征·····	148
第七节 人格障碍和性变态·····	151
一、人格障碍·····	151
二、性变态·····	154

第三章 心理缺陷的识别和有效防治

第一节 心理缺陷的概念·····	157
第二节 心理缺陷的分类·····	159
第三节 常见心理缺陷的表现和防治措施·····	160

一、无力性格缺陷	160
二、不适应性格缺陷	161
三、偏执性格缺陷	162
四、循环性格缺陷	163
五、分裂性格缺陷	165
六、爆发性性格缺陷	166
七、攻击性格缺陷	166
八、忧郁型情感缺陷	168
九、严重社交缺陷	169
十、智力缺陷	172
十一、心理幼稚型缺陷	174
十二、其他	180
第四节 心理缺陷的诊断标准	180
第五节 心理缺陷是多种心身疾病的重要基础	181
第六节 导致心理缺陷的原因	183
一、先天性因素	183
二、后天性因素	184

第四章 其他医学心理咨询问题

第一节 睡眠障碍	188
一、失眠	189
二、多眠性睡眠障碍	191
三、睡行症	192
四、夜惊症	192
第二节 疼痛问题	192
第三节 疾病心理反应	195
第四节 医源性疾病	199

第五节 药瘾、毒瘾、酒瘾·····	202
-------------------	-----

第五章 心理卫生指导

第一节 现代心理卫生科学概述·····	205
第二节 儿童期心理卫生·····	206
第三节 青少年期心理卫生·····	210
第四节 青年期心理卫生·····	215
第五节 中年期心理卫生·····	220
第六节 老年期心理卫生·····	223
第七节 妇女心理卫生·····	229

第六章 心理测验

第一节 心理测验在医学心理咨询门诊中的用途·····	233
第二节 心理测验的种类·····	235
第三节 心理测验的注意事项·····	235
第四节 具体心理测验方法和实际意义·····	236
一、智力测验方法·····	236
二、临床心理疾病评定量表·····	239
三、人格量表·····	240

第七章 心理治疗

第一节 简易性心理治疗(短期心理治疗)·····	244
第二节 自律训练法(自我训练法)·····	246
第三节 森田治疗·····	248
第四节 专业性心理治疗(经典心理疗法)·····	250

第五节	催眠治疗	251
第六节	行为治疗	253
第七节	生物反馈治疗	265
第八节	精神分析治疗	267
第九节	集体心理治疗	267
第十节	气功疗法	268
第十一节	艺术治疗和音乐治疗	268

第八章 精神药物治疗

第一节	抗焦虑剂	271
一、	用药方式和注意事项.....	272
二、	药物副作用.....	273
三、	毒性反应.....	274
第二节	抗郁剂	274
第三节	抗精神病剂	277
第四节	镇静催眠剂	281
第五节	中草药	283

〔附录〕上海市医学心理咨询门诊介绍

第一章 医学心理咨询基本知识

第一节 心理咨询概述

心理咨询 (Psychological counseling) 是针对人类各种心理问题, 通过语言和其他方法, 在心理方面给予咨询对象帮助、劝告、启发和教育的一种活动。通过心理咨询, 使咨询对象的认识、情感、意志、行为、态度等心理活动发生良性转化, 从而解决其学习、工作、生活以及疾病和健康等方面出现的心理问题, 使其更好地适应环境, 保持身心健康。

心理咨询是随着 20 世纪初职业指导、心理测量技术和心理治疗等的兴起而发展起来的新兴学科和服务形式。1909 年帕森出版的《选择职业》一书为心理咨询的诞生打下了基础。本世纪 30 年代初期, 美国明尼苏达大学成立了以心理学知识为基础的职业咨询机构并开展学生咨询工作。1930 年后, 心理咨询已形成独立机构, 在欧美各国广泛推行, 对各种人群开展职业、学习、社会、人格、经济、家庭、疾病和健康等多种领域的心理咨询工作。目前国际上已形成“咨询心理学”(counseling Psychology) 新兴学科, 成为心理科学中重要的分支学科。咨询心理学家的影响几乎涉及到人类生活的各个领域。心理咨询根据服务对象的不同, 又分为学校心理咨询、家庭心理咨询、工厂心理咨询、军队心理咨询、社会心理咨询和社区心理咨询等形式。按照专业不同, 咨询内容相异, 心理咨询又可分为人际心理咨询、法律心理咨询、教育心理咨询、职业心理咨询、医学心理咨询等形式。美国的咨询心理学是仅次于临床心理学的第二大分支学科。即使在临床和

社区心理学领域中也成立专门心理机构。许多从事心理咨询工作的人员都接受过严格的专门训练和教育，一般具有硕士和博士等学位。仅 1973 年美国就有 325 人获得咨询心理博士学位，1365 人获得硕士学位。

第二节 医学心理咨询的地位和服务内容

医学心理咨询是心理咨询的重要组成部分，但是有相对的独立性，具有特殊的工作性质和内容。

医学心理咨询的对象，是寻求医学帮助及指导的人们和能够接受咨询服务的各类心理障碍的病人。重点处理医学领域中出现的心理学问题。通过心理治疗、药物治疗和其他医学方法，帮助咨询对象防治心理疾病和维护身心健康。幼儿、不能合作者和无法接触交谈的精神病人，不能作为医学咨询的直接对象，但是可以通过家属或其他监护人的咨询，给予间接的指导和帮助。医学心理咨询是医学科学的一种最新服务形式，对我国来说，是贯彻医学模式转变，推行综合医学、整体医学的新型医疗机构。目前通常以医学心理咨询门诊为广大群众服务，并受到社会广泛的支持和欢迎。近 20 年来，现代心理卫生科学已在国内外广泛推行和发展，因此医学心理咨询门诊已成为开展、推行、宣传和指导全社会心理卫生教育、防治心理疾病、提高精神卫生水平和身心健康的重要医疗服务机构。心理咨询主要由心理工作者担任，而医学心理咨询主要由专业医生和经过专门训练的其他人员担任。

医学心理咨询门诊的服务内容，包括如下几方面：

（一）各种神经症（神经官能症）——神经衰弱、焦虑症、恐怖症、强迫症、疑病症、癔症和抑郁性神经症等——的防治和咨询。

(二) 认识和纠治各种心理缺陷(性格、情感、社会适应缺陷等)。

(三) 对各种心身疾病和心理社会适应不良所致的综合征进行防治指导和咨询服务。

(四) 人格障碍和性变态的识别和防治等咨询。

(五) 早期精神疾病、行为障碍、情感障碍和其他心理障碍的识别和防治等问题的咨询。

(六) 睡眠障碍、慢性疼痛、疾病心理反应、医源性疾病、药瘾、毒瘾和酒瘾等咨询指导。

(七) 儿童和青少年期各种学习障碍、行为问题和其他心理保健问题的咨询指导。

(八) 青年期学习、工作、恋爱、婚姻、家庭、职业等出现的心理矛盾和心理障碍的咨询指导。

(九) 父母和家庭正确教育子女方法的指导和咨询,并对广大家长进行现代心理卫生科学的普及宣教。

(十) 开展各种心理测定工作——智力测定、人格和行为测定、心理疾病诊断、心理能力和潜力测定,为正确选择职业、升学、恋爱婚姻、人际交往和人材培养提供最佳方案。

(十一) 对中老年期和妇女出现的心理矛盾和心理社会适应不良引致的各种心理障碍(睡眠、工作、生活、家庭、婚姻、子女、退休、疾病和健康等问题)给予咨询指导和医疗帮助。

(十二) 推行现代心理卫生科学的普及宣教工作,协助基层开展科研工作,提高群众精神卫生水平。

(十三) 接受学校、工矿企业和其他单位的心理健康检查和建立心理健康档案,提高各类人群的心理素质和发扬最佳心理能力,高效地完成各项任务。

(十四) 其他有关医学心理学和心理卫生的咨询服务。

第三节 医学心理咨询人员的基本要求

医学心理咨询已在全国各地广泛掀起。目前从事此项工作的人员有精神科、内科、神经科等临床各科医务人员和心理工作者，也有接受专门训练的其他人员，以兼职的非专业人员为主。

医学心理咨询人员必须具备以下基本条件：

（一）具有较丰富的医学、医学心理学和现代心理卫生科学以及社会学等多方面的基本知识。

（二）有实际工作经验，在医学心理咨询机构从事实践工作，熟悉心理咨询的技巧，能够解答对咨询对象提出的各种心理问题，并给予帮助、指导和治疗。

（三）本人必须是心理健康者。要求心理稳定，不急不躁，否则反而给被咨询者带来不良心理影响。

（四）有良好的服务态度，高尚的医德医风。态度和蔼、热情、充满自信心。

（五）热爱本专业，对工作有高度责任性和事业性。积极钻研业务，使服务质量精益求精。

第四节 医学心理咨询服务方式、设备和布局

医学心理咨询目前的服务方式主要为门诊工作形式，一般设在综合性医院，以专科门诊形式对外服务。这种服务形式有利于消除来诊者的心理压力，增强来诊者对咨询医生的信任感，使本学科为广大群众理解和接受，同时还有利于诊断检查、药物供应、各科会诊、相互交流。精神病防治机构中设立医学心理咨询门诊，目前都采取分开门诊的制度，将医学心理门诊的一般病人

与精神病患者分开诊治。实践证明这种做法普遍受到社会欢迎。

医学心理咨询的其他服务方式还有：集体咨询、通讯咨询（电话和通信等方式）、会诊咨询、现场咨询、家庭咨询和社会性宣传等。

医学心理咨询门诊经常接受各种心理疾病患者的诊治，因此与一般心理咨询不同，带有医疗性质，经常需要使用各种精神性药物（大约 90% 以上病员需要接受药物治疗），因此，必须具备药房、药物供应、发药条件和必要的规章制度。有些药物需要进口，必须保证有充分供应药物的条件。

医学心理咨询门诊需要开展各种心理测定，协助心理疾病的诊断，治疗中还要通过重复心理测定，考核疗效，评估预后结局，指导用药。因此一般需要设立心理测定室，配备专业人员，负责开展心理测定工作。现代心理测定技术已发展为采用电子计算机方法进行测试和计算，这种方法具有快速、准确和排除不必要的心理干扰等优点，因此，最好在门诊室配置电脑设备。

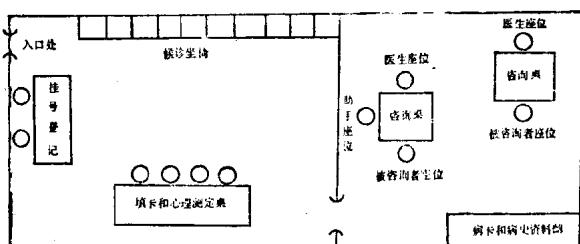
心理治疗仍是防治心理疾病的重要手段。但是现代心理治疗已不再是单纯依靠医生与病人交谈、思想情感交流而达到治疗目的，而更多地采用新型的心理治疗医疗仪器，例如音频音乐治疗仪、电针治疗仪、气功仪、生物反馈仪、电催眠治疗仪等。因此，理想的医学心理咨询门诊，还应该设立心理治疗室。

较理想的医学心理咨询门诊室应该有 2 ~ 3 个房间组成。使医生诊治室与候诊室、病史室及登记、填表、填写精神卫生调查表的场所分开，以免相互干扰。原则上心理咨询工作应该是由 1 ~ 2 位咨询者与 1 位被咨询者面对面个别咨询为好。这样减少被咨询者的心理负担和思想顾虑，有利于真实地提供病史资料和说出自己隐藏在内心深处的心理体验和感受。通常这些内容是不希望被其他人知道的。

咨询室应该具有安静、平和和自然的环境。室内陈设应简单整洁，光照适度，有良好的通风。桌子上铺置白色桌布，上设花瓶和鲜花（或塑料花），墙壁适当挂设有利心理健康的壁画和宣传资料，使来诊者入室后心理安定，充满信心，并有一种良好的印象。这是必须逐步完善的有利心理咨询工作进行的客观条件。

医学心理咨询的病卡和病史资料是保密的，不对外公开。因此预检、病史登记、填卡工作必须单独进行，与其他科室挂号填卡工作分开。病人提供的资料，医院必须对他们负责保密，不能外传，不能作为谈笑流传资料，这是必须遵循的最起码的职业道德。

二室型布局图



三室型布局图

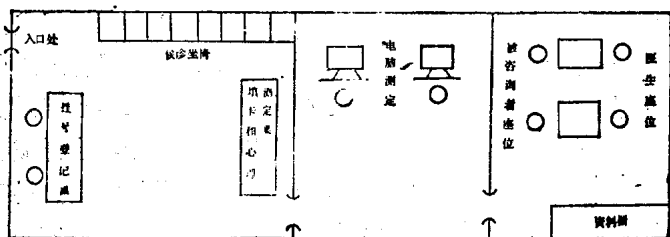


图 1 两种医学心理咨询室的布局示意图

图 1 是两种医学心理咨询室的布局示意图。

第五节 被咨询者病史填写方法

来医学心理咨询门诊的被咨询者，必须首先办理就诊手续。这些手续包括登记自己的姓名、年龄、性别、职业、单位和家庭地址。登记人员填写病卡和做好登记、编号工作，以便日后查询，减少由于门诊卡遗失时查询工作的麻烦（此类情况经常发生）。

医学心理咨询门诊与一般综合性医院各科门诊不同，必须详细了解来诊者的咨询目的和要求，以及整个有关心理问题的背景资料。为此必须详细和正确地填写精神卫生调查表，包括工作、学习、生活的情况、家庭史、家属史和个性，以及不良的心理社会因素等情况。缺乏这些资料，使咨询医生无法掌握患者的第一手资料，不利于疾病的诊断和防治工作的顺利进行。这一点务求要求被咨询者理解和高度配合。填写时必须准确、完整、实事求是。医务人员对被咨询者提供的资料高度负责和保密。（在病卡首页左上角用鲜明的红字注明：对您负责，绝对保密）。

以下是几种医学心理询问门诊填写的调查表样式：

挂号索引单（门诊号）

姓名_____男、女

年龄_____

家住_____路_____村里_____弄_____号_____室

住院号		X光号	
杨浦区中心医院			
医学心理专用 门诊证	门诊号		凭证挂号
	姓 名_____		
	年 龄_____性 别 男、女_____		
	日 期_____		