

临床心理学

郭念锋 著

科学出版社

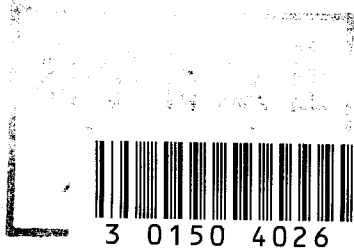
95
R395.1
18

2

X4156/05

临床心理学

郭念锋 著



科学出版社

1995



C

200447

(京)新登字092号

内 容 简 介

本书是一部集理论与实用为一体的临床心理学专著。它介绍了现代临床心理学的各种主要理论观点及临床实施原则；依据大量临床案例分析，综合心理障碍的病因和病程两种主要因素，提出临床心理的系统分类诊断法；按患者的个性差异，详细讲解了心理咨询和心理治疗的具体操作方法与步骤；对梦境的临床意义提出新的解释。该书内容对医生、临床心理学工作者、大专医学院校师生、心理专业师生、青少年家长、中小学教师、企事业人事干部以及其他有关人员的实际工作都有重要参考价值。

临 床 心 理 学

郭念锋 著

责任编辑 张建荣 曾美玉

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码：100717

北京宏大印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

*

1995年2月第 一 版

开本：787×1092 1/32

1995年2月第一次印刷

印张：13 3/4

印数：1—5 040

字数：288 000

ISBN 7-03-004591-2/R·235

定价：8.20



序

临床心理学作为应用心理学的重要分支学科已有近80年历史。在此期间，它从解决儿童问题开始，经由专业化和职业化发展阶段，通过与生理学、医学、心理卫生学、社会学、教育学和伦理学等许多学科的交叉渗透，渐渐在理论和实践方面得以充实和深化，最终臻于成熟。如今，它正处于方兴未艾、朝气蓬勃的阶段。

人类的存在本身便含有对精神健康与生活和谐的内在需求。然而，现实证明，这种内在需求只能在充满矛盾的客观世界中获取满足。面对这种需求与现实的冲突，人们总是期待科学的帮助。我们说临床心理学是一门重要学科，就是指它能为人们在冲突中获取健康与和谐提供积极帮助。

作者在本书中提出的人性 (Human essence) 主义心理学思想、正常与异常心理的区分原则、心理健康水平的衡量标准和新的释梦手段，以及心理紊乱的系统分类诊断方法和年龄特征等问题，对于促进该学科的理论归宿、丰富临床手段和活跃该学科的学术气氛，无疑是有价值的尝试。作者提出的种种见解，不是偶然形成的，而是作者在中国科学院心理所30余年的工作中，在老一代心理学家启发指导下，对心理学及其旁及的许多有关学科潜心研习的结果，也是作者借助自身较好的哲学素养对几十年实践经验的总结。

当然，任何新的学术思想都不会尽善尽美，由书中提及的见解引发学术界对某些问题开展学术讨论也是不无可能的。

我想，这正是沉寂已久的心理学理论界所期待的景况。

本书内容涉及面较广，即便是非专业读者也会从本书中获得某些有益的启发和知识。

徐联仓

1994年9月

于北京

前 言

《临床心理学》的出版,不单是为了向社会提供一本读物,更重要的是想把临床心理学作为心理学的重要分支学科独立出来,在心理科学中占一席之地,以求自身的发展。

50年代后期,学术界许多前辈,在临床心理学方面做过不少工作,如当时提出的“综合快速治疗”神经症的方法,就是那一时代临床心理学工作的结晶。但是,后来的若干年中,对此有所忽略,这为后来的工作带来若干不便。

自80年代初,心理咨询与心理治疗的临床工作又应急切的社会需求而兴起。时至今日,整个形势的发展十分迅速,社会需求远远走在学科发展的前面。无论咨询治疗的方法,还是理论的归宿,临床心理学都显得比较薄弱,为更好地满足社会的需求,本书力求对临床资料的收集和加工、临床诊断、咨询治疗以及各派理论观点进行较详细的介绍,以便给读者更多的知识。然而,由于临床心理学涉及问题甚广,作者能力有限,所以难免对许多问题的理解和叙述有不全面或不深刻之处,还望广大读者加以谅解和多多批评指教。

在本书中,作者借助自己若干年的临床经验和反复研习思考,对临床心理学中的若干问题提出了自己的新见解。比如临床心理学中人性主义观点、鉴别正常与异常精神状态的界限、对释梦在诊断和治疗中应用价值的讨论、心理紊乱的系统分类诊断以及人性主义疗法等,都是作者临床实践和理论思考的总结。这些所谓新见解,无疑是轮廓性的,尚有待

与学界同仁商榷研讨。在本书中提出这些见解，其目的是以抛砖引玉的方法引出广大同仁在临床心理学中的真知灼见，这是作者真正期待的结果。

关于人性主义心理学在临床上的应用，的确是一种尝试。无论是概念的确立，还是治疗原则与方法的提出，所依据的只是个人有限的临床经验和对心理学理论的某种分析与总结。由于受到个人经验和理论水平的限制，必然有些不甚妥当之处。另外，作者在为确立这一新的观点而进行临床实践和理论思考时，也常常发现它的不甚完善之处，这便提醒了作者，这项工作尚有待深入。为此，当在书中有关章节里谈到这类问题时都留有很多余地，这正是为将来进一步研讨所做的准备。

对梦的解释历来是临床心理学中的诊断手段，但梦的内容是否能为诊断提供有价值的资料却是长期争论的焦点。作者不去争论梦的内容问题，而把注意力转向梦的情绪色彩，提出梦的情绪色彩与患者被压抑的情绪有直接关系，并以此作为推断患者心理压力的方法。这种释梦法乃是作者多年来临床释梦的经验总结。正如前面所说，个人经验是有限的，所以希望读者对此最好结合自己的临床经验予以重新审视或纠正。

本书的前身是给函授大学写的一本讲义。自1986年以来，作者一直按讲义内容演讲。虽然根据广大学员的意见进行过多次修改，但仍觉内容不够集中，为了便于读者理解，特做如下说明。

第一，如果读者是位医生，请把阅读重点放在心理学理论部分，并希望临床心理医生依据自己的临床实践来评价它们，对本书中的理论见解予以纠正，因为临床心理学的真实

要义往往不是在书本中，而是在临床实践中。

第二，若读者是心理学工作者，那么，对本书并不陌生。然而，为了更好地理解临床心理学的内容，还要学一些医学知识，特别是精神病学和神经病学知识，最好能在临床上多做些观察。这样，在读这本书时肯定会超出本书的内容而获得更新的知识。

第三，如果读者既不是医生也不是心理学工作者，这本书的内容可能不易被读者理解。如果要想致力于临床心理学工作，还需在心理学和医学方面努力学习一些必要知识。

第四，如果读者既不是医生，也不是心理学工作者；既不想从事临床心理学工作，也不想使用临床心理学知识完善自己和帮助别人，那么，不必仔细去读它。

在本书完成时，首先应感谢我的学生们和其他心理学函大学员。他们为本书的撰写给了我强大的精神力量。

在本书撰写过程中，张建新、杨晓媛、钱晓南等同志提供了许多国外资料，中关村医院和西单心理咨询中心为我提供了临床机会，许多本行同仁给了我很有益的建议，心理所魏明庠教授对本书提出过许多建设性意见，对本书的撰写给过许多具体指正，心理学函大校长刘善循同志、办公室主任王子纯同志以及心理所王菁华同志为本书出版给予大力支持。没有上述诸位同仁的帮助，本书的出版是不可能的，对他们为本书的出版而付出的种种辛劳，在此一并表示深切的谢意。

作者谨此

1994年1月

目 录

第一章 概述	1
第一节 定义.....	1
第二节 一般原则.....	4
第三节 临床心理学的工作范围.....	7
第四节 临床心理学和它的邻近学科.....	10
第五节 临床心理学形成的历史背景和由来.....	14
第六节 临床心理学的巩固、发展和迅速职业化...	19
第七节 我国临床心理学的现状与未来.....	23
第二章 临床心理学的基本理论问题	28
第一节 临床心理学中的人性主义心理学观点.....	31
第二节 关于精神活动的结构.....	46
第三节 关于精神活动的动力问题.....	51
第四节 关于个性心理的理论问题.....	61
第五节 生物系统论和临床心理学.....	66
第六节 关于精神活动生长与发展的观点.....	73
第七节 关于“可能性”、“交替”和“选择”的 概念及其在临床上的使用.....	87
第八节 关于应激理论与疾病的概念.....	92
第三章 获取临床资料的方法及途径	102
第一节 获取临床资料的注意事项.....	102
第二节 谈话法（会谈法）.....	106
第三节 观察法和产品分析法.....	123

第四节	实验法·····	126
第五节	测验法·····	127
第四章	临床资料的整理与加工·····	141
第一节	评价临床资料的程序·····	141
第二节	分析临床资料时的倾向性·····	144
第三节	对资料的解释、归纳与验证·····	153
第四节	临床资料的定量分析·····	157
第五节	最后评价的交流·····	159
第五章	心理诊断及其工作要点·····	163
第一节	概述·····	163
第二节	区分正常与异常精神活动·····	167
第三节	精神健康水平的评价标准·····	172
第四节	非精神病性心理紊乱的程度分类·····	179
第五节	非精神病性心理紊乱的病因评估·····	190
第六节	心理紊乱的系统分类诊断和临床应用·····	202
第七节	释梦在心理诊断中的价值·····	204
第六章	心理紊乱的年龄特征·····	212
第一节	儿童、少年期的心理紊乱·····	212
第二节	青年时期的心理紊乱·····	222
第三节	中年人的心理紊乱·····	236
第四节	老年人的心理紊乱·····	242
第七章	临床心理咨询·····	246
第一节	什么是临床心理咨询·····	246
第二节	临床心理咨询工作的范围·····	252
第三节	临床心理咨询中应注意的几个问题·····	261
第四节	心理咨询会见的形式·····	268

第五节 儿童、少年问题和婚姻家庭问题的心理咨 询.....	275
第八章 心理治疗	282
第一节 概述.....	282
第二节 行为治疗法.....	293
第三节 认知疗法（理性-情绪疗法）.....	302
第四节 存在-人本主义心理治疗的理论与原则...	314
第五节 患者中心治疗法.....	325
第六节 现实治疗法.....	333
第七节 格式塔治疗法.....	339
第八节 人性主义心理疗法.....	351
第九章 医护心理学	360
第一节 躯体疾病患者的一般心理特点.....	360
第二节 个性与疾病的关系.....	360
第三节 某些内科病人的心理.....	375
第四节 外科病人的心理特点.....	389
第五节 妇科患者的心理.....	397
第六节 儿科疾病治疗中的心理学——母亲、孩子 和医生的关系.....	403
第七节 其它疾病患者的心理学.....	411
参考文献	420

第一章 概 述

第一节 定 义

对一门学科来说，首先要根据以往的经验，用最概括的语言，对它的对象、任务、性质和范围做出规定，这就是对这门学科的定义。而对临床心理学这门学科来说，至今也还不能给出最后的定义。因为这门学科仍然在发展与成熟过程中。当然，根据本学科目前的发展水平，一般地说明它的对象、任务、性质和工作范围也还是可能的，但这种说明肯定不具备绝对意义。

我们可以确定，临床心理学是属于应用心理学的范畴。应用心理学是心理学中最有生命力的部分，它包括工程心理学、教育心理学、临床心理学和组织管理心理学四大领域。而临床心理学作为应用心理学的一个分支，占有很大的比重，它几乎与教育心理学有同等重要的意义。

临床心理学中的“临床”（clinic）一词，原系医学领域中的专用名词。而就临床心理学目前的实际情况来看，它的性质与内容已远远超出“临床”一词的本来含义。因此，我们无法再从字面狭隘地去理解这门学科了。

为了对临床心理学有一个较准确的定义，就必须先对它的研究对象和主要任务做出较正确的估计。

我们依据精神病学资料可以确定，真正患有精神病的人只占人群的极少部分，约为千分之七至千分之十左右。又可依据心理卫生学资料确定，绝对无任何心理问题和心理障碍的人，也只有极少数。而绝大部分的人正是处在从没有任何心理问题到精神病这一过渡带中。假设人的心理健康水平呈常态分布，那么，便可用图1-1表示上述的情况。

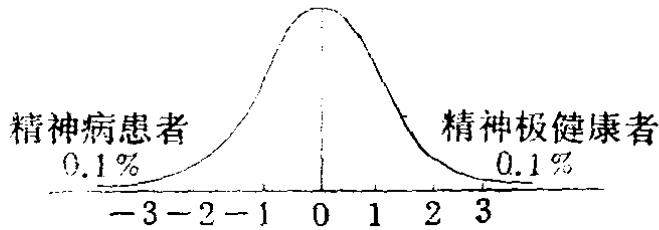


图1-1 心理健康水平的人群分布

精神病患者是精神病学的工作对象，精神极健康者无需心理学的矫治，那么处在过渡带中有种种心理问题和轻重不同的心理障碍的人们便是临床心理学的工作对象。

无论从临床心理学的早期工作或是就目前的工作性质来看，它确实是以帮助有行为障碍和有精神疾病的人尽快康复为己任。这就使人们很自然地认为，临床心理学是运用心理学知识帮助病人康复的应用学科。可是，临床心理学除上述任务而外，还经常以心理学的知识帮助正常人解除心理问题，培养和训练正常人的个性发展，使其达到最有成效的水平和具有良好的适应能力，使正常人的精神活动更具创造性等等。

根据以上所说的实际情况，我们对临床心理学似乎可以做如下概括：临床心理学是运用心理学的知识和原理帮助病人纠正自己的精神和行为障碍，以及通过咨询来指导和培训健全的人以便有效地适应环境和更富有创造力。

过去，对临床心理学有着各种不同的看法，所以，在这

里还有必要对各种看法作一些分析。由于人们的出发点不同或对问题的理解深度不同，临床心理学一词曾经一度被人们在不同意义上使用。豪斯顿（B.Houston）曾经把人们给临床心理学下的定义归为以下四类：

（1）从精神病学角度把临床心理学只看做是通过心理测验来发现某些心理和人格异常或发现儿童的异常发展。

（2）从变态心理学角度把临床心理学看做是对心理变态的诊断。

（3）从心理测验的角度把临床心理学只当做一些诊断疾病的手段，以及测定方法的汇集。

（4）从行为评价的角度看待临床心理学则把重点放在社会方面，认为临床心理学只是评定行为社会效果的一种工作。

从以上情况看来，从不同角度来给临床心理学下定义似乎都能反映出该学科的某些特点，但就临床心理学的现状来看，这些定义都不免有些片面。

1935年，美国心理学会曾经对发源于美国的临床心理学进行了讨论，并且对它提出了某些规定，概括地提出了临床心理学的目的、对象和立场。它认为，临床心理学的出发点和原则不应属于心理学以外的其它学科，临床心理学的目的是消除个人在人格和行为方面的障碍，使人能够更有效地适应社会生活。为了上述目的而采取的方法是通过测定、分析和观察以便了解人的行为和能力方面的特点，把这些特点与心理学的检查、身体检查和社会调查的结果相对照，从而作出诊断，定出指导方法。美国心理学会在当时对临床心理学给出的定义要比过去的定义清楚，但在学科的目的方面也还

有不足之处，它未能超脱机能主义心理学的影响，把临床心理学的目的只规定为帮助人们适应社会环境，未能从积极方面发挥人的主动精神和创造力去改造环境。尽管有这样的缺陷，自1935年以后，临床心理学在定义上的混乱局面总算结束了。

在那以后，随着临床心理学的发展，其工作范围渐渐扩展，由个体的咨询治疗扩展到群体的咨询指导，由医院扩展到工厂或学校；由心理和行为的矫正发展到对心身疾病的治疗与保健指导等等。

第二节 一般原则

临床心理学的总的工作原则或总的指导思想是：它既注意到人类内在的精神-生物学条件（如神经系统的结构和功能，人体生理过程与精神活动的交互影响等等），又要注意到人的一切功能所赖以实现的外在自然环境和社会环境。在临床心理学范围内考虑各种问题时，无论这些问题是表现在个体方面还是表现在群体方面，都应从上述两方面入手，从人的内、外两方面的相互关系中去寻找答案和解决的办法。

临床心理学在测定、诊断人的精神障碍以及帮助人们健全人格方面，采取的完全是科学手段，它与过去和现有的各种迷信的和宗教的方法是水火不相容的，虽然人们有时借助于宗教和迷信也能一时地或较长久地解决精神上的苦恼和困难，但这与临床心理学毫不相干。

临床心理学在具体的诊断、治疗和咨询服务方面与宗教活动的根本区别，已包含在科学与宗教的根本对立之中。如果说泛灵论和宗教是人类早期的愚昧无知，那么科学则是人类

近代文明的产物。从人类认识史来看，在人类的早期，从人类具有了意识和自我认识之后，它们便企图去理解、预言和控制自然界。但是，这样的目的却与当时人类的认识水平很不协调。在人类的认识能力还不能如实反映自然界的客观规律时，人们便以假想和盲目崇拜来代替真理并以此牵制自己的行为，这便是原始宗教。原始宗教一产生便成为人类精神活动与行为的控制力量和当时社会准则的维护者。在原始宗教的图腾初期，掌管祭司的人便把整个民族的企望告诉他们所盲目崇拜的图腾，同时又把所谓图腾的旨意传达给民族中的人们。这就是早期所谓神灵与人类之间的媒介。这些媒介，或者说这些能通达神灵的人们可以把人类的灾难或某个人的疾患说成是神的惩罚，并且告诉人们应如何规范自己的言行以免冒犯神灵。由此可见，宗教活动在处理人的行为时，从一开始就是以独裁、武断为依据的，它们不具有丝毫理性的思辨和实验的根据。而科学则完全是另外一回事，科学认为宇宙中的一切都遵循着自然规律，而自然规律不是自明的，必须通过细心观察思考和实验研究才能获得通晓这些规律的必要资料，而后进行概括以便作为判断这一类事物的依据。临床心理学正是遵循着一般科学的法则来处理人的精神与行为问题的，它不是武断地根据臆测来做任何决定，无论在它的诊断治疗部分还是在它的咨询部分，每一个决策都必须依据事实规律或者说按着很严格的科学规定做出，不能只凭个人经验或利用患者对心理学的盲目信任去指导患者。

临床心理学虽然也广泛采用心理测验的方法，但它的着眼点不在于求得群体的平均特征，群体的平均特征只是做为常模发挥它的比较与鉴别作用。临床心理学的最后目的

不是从一类事物中抽取一般法则，而是在一般法则指导下解决具体问题，在这一点上它与心理测验和其它的单纯研究工作有区别。临床心理学主要是以个体人为工作对象，虽然在必要时也调查和询问某些集团和群体的状况，但这是为了通过这种查询更深地了解个体的问题。在治疗时，有所谓集体治疗，这与上述原则并不矛盾。因为在集体治疗之前，就已经通过个别诊断弄清了每个人的病情，这时，把类似的患者集中起来就一般问题加以解释和说明以及同时对他们进行一般训练，这只是技术性问题，而不是原则性问题。在集体治疗过程中，也必须本着临床心理学的原则随时加强个别指导工作。

与医学领域中的临床工作类似，临床心理学的另一原则是诊断与治疗并重。本来这应是不言而喻的事，但是，一提起临床心理学，很多人往往以为只是一系列测验和检查工作。其实，从临床心理学一开始，就不是以测定和诊断为最后目的，它的最终目的是通过各种治疗手段，使心理学的原则在具体人身上见到实效。实际上，就连某些诊断的可靠性，也是在逐步治疗过程中才渐渐明确与被证实的。

由于治疗是临床心理学中的关键性的实践领域，所以任何人从事这类工作必须十分谨慎。一般没有受过训练和没有经过考核的人，无论是心理学家或医学工作者，都无权作出治疗方案，这恰似医疗工作中的处方权一样。在这一方面，目前我国还比较混乱，现有的所谓“咨询机构”是否具有这种合法性，很值得怀疑，因为它们是否能够真正完成临床心理学的任务也尚属疑问。

在某种意义上来说，临床心理学是一个多学科的综合应用科学。在为病人服务以及为人的人格健全服务的目标下，