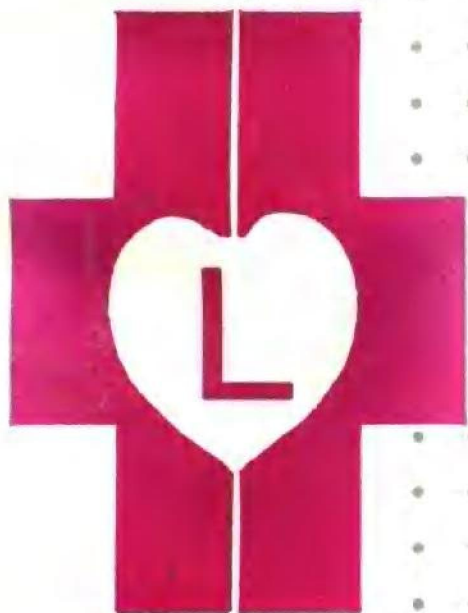


现代应用心理学丛书

临床心理学

LINCHUANG
XINLI
XUE

XIANDAIYINGYONGXINLIXUECONGSHU

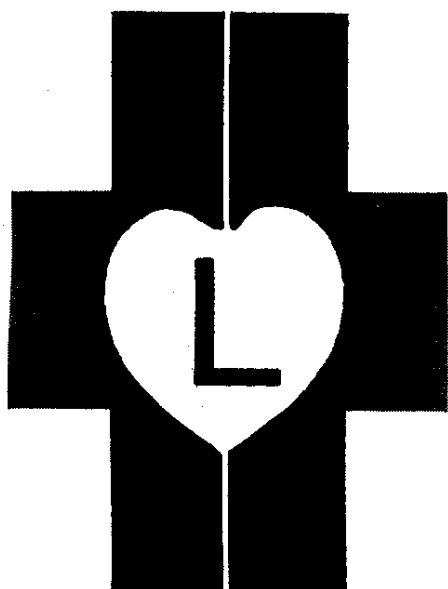


郑希付 著

河南大学出版社

现代应用心理学丛书

临床心理学



郑希付 著



河南大学出版社

现代应用心理学丛书

临床心理学

郑希付 著

责任编辑 席子

河南大学出版社

(开封市明伦街 85 号)

河南省新华书店发行

河南大学出版社电脑照排

中国科学院开封印刷厂印刷

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:18.75 字数:470 千字

1997 年 3 月第 1 版

1997 年 3 月第 1 次印刷

印数:1—3000

定价:19.00 元

ISBN7-81041-337-6/B·63

序

由《心理世界》编辑部及河南大学心理学教研室牵头组织,河南大学出版社出版的《现代应用心理学丛书》破胎问世了。这的确是值得庆贺的一件大好事!这套丛书的出版是心理学出版物中独领风骚的大工程。它的历史意义将在下一世纪显示出来,因为21世纪将是我国心理学大有作为的时代。

当今社会各个领域对心理学的需求越来越迫切,这为心理学的应用提供了广阔的天地,但同时也给心理学带来了一些问题。由于种种原因,我国的心理学研究不够发达,受过心理学专业训练的心理学者很少,远远跟不上社会发展的需要。在这种情况下,一些未受过心理学专业训练的人也以“心理学家”的身份涉足到心理学应用领域,似乎心理学人人都能搞,心理学家人人都能当。这是一种极大的误解。

心理学是一门以实证方法为研究基础的严肃科学。应用心理学与基础心理学没有本质的区别。应用心理学家首先是心理学家,他们与其他心理学家一样,应受到心理学知识与研究方法的严格训练,方能有资格、有能力地去解决复杂的应用问题。除此以外,应用心理学家为了解决实际问题,还必须具备该领域的一般知识和经验。因此,要对应用心理学家提出更高的要求。

所有的科学都具有一个共同的本质的东西,那就是科学方法。心理学是将这种基础性的方法用于人类行为研究。所以,应用心理

学者必须受到许多研究方法上的训练。在不同的应用领域还要强调特殊的方法论。从方法论的角度而言,应用心理学的研究必须符合以下要求:

1. 实证性。应用心理学不同于思辨科学,它必须采用实证的研究方法,通过实验、观察或科学调查并使用统计分析来得出结论。为了验证主观的假说或探讨某种行为规律及其影响因素,需要通过实验、观察或调查来收集数据。而为了使数据便于分析以寻求各种变量之间的关系,就必须对实验和观察的条件进行控制或通过统计分析加以解析。所以,在研究前需要进行实验设计,明确什么是自变量,什么是因变量,采用什么方法和仪器、设备对它们进行控制和观察记录。这样,获得的数据才有用。因此,应用心理学者应掌握实验心理学和实验设计方法。

2. 再现性。科学观察的一个先决条件就是再现性。观察必须能够重复,无法重复的结果不能成为规律性的现象。在人的行为中存在着广泛的个别差异,即使是同一个人,在不同的时间和场合,其反应也存在着变化。因此,从单一的观察或数例观察而得出普遍性的结论是危险的。要下结论,多次重复实验和观察是必要的。

3. 代表性。在心理学研究中,仅仅有一定的数量是不够的。如果这种数量缺乏代表性,则会导出不同的结论。根据观察所得出的结论,应代表某种群体。对这一群体所抽取的样本将会产生多大的偏差,应作慎重的考虑和说明。在心理测验、问卷调查中,结果的代表性尤为重要。因此,应用心理学者必须掌握统计学中的抽样方法。

4. 研究工具和分析方法的科学性。实验仪器和设备的有效性及精确性决定着实验数据的准确性和结论的正确性。但任何工具和方法都不可能达到完全的精确。因此,在实际应用研究成果时,必须明确研究工具和方法上的误差范围以及适用范围。在采用问卷调查量表进行测验和调查时,首先要对量表和问卷进行“标准

化”，在信度、效度检验合格后方能使用，从而保证研究的科学性。此外，通过实验或调查所得的数据本身并不能说明问题，必须通过统计方法进行分析，找出各种变量之间的关系，揭示其内在的规律，方能得出结论。因此，应用心理学者必须掌握心理测量学和统计方法。

由上可见，不是任何一个人，甚至不是任何一个心理学者都能成为一个应用心理学者的。在美国已制定法律，规定心理学者开业或使用“心理学者”这个称号，必须持有证明和执照。其条件是：有心理学博士授予权的大学所授予的心理学博士学位，具有两年与心理学有关的工作经验，通过资格考试等。对于水平要求更高的特殊资格证明，由美国职业心理学检定局发给。其条件是：具有心理学博士学位和五年的心理学工作经历，并要通过笔试和现场考试。该局只颁发临床心理、心理咨询和工业心理三种专业的执照，并公布执照持有者的名单。同时，美国心理学会还制定了心理学者职业道德伦理标准，以规范心理学者的行为。在一些州还制定了法律，对一些没有经过资格认定而自封的“心理学家”要处以罚款。

我国目前尚无这类法律和规定。但由于社会上一些人滥用心理测验、心理调查和心理咨询，甚至冒充“心理学家”，成立以赢利为目的的私营心理学机构，到处招摇撞骗，造成了不良影响。鉴于此种情况，心理学界强烈呼吁国家有关部门尽快制定有关法规和职业道德，以便使心理学的应用健康发展。

人类将送走 20 世纪，迎来 21 世纪。下一个世纪的社会、经济、工业和科技将更加发展。这种发展将导致对人的因素的更加重视，从而为心理学的发展创造条件。

推动科学发展的动力来源于两方面。一是来源于科学本身的内部机制。科学的本质就是不断探索未知。在探明了某些未知、发现了规律之后，科学绝不会停留下来，它必然要向新的未知进军。另一是来源于社会需要。科学的最终目的在于造福人类。社会的

发展,不断地向科学提出种种需要解决的实际课题,科学也在解决这些实际课题中得到发展。与科学本身的内部动力相比,社会需要是推动社会发展的更加强大的动力。心理学要发展,首先必须获得社会承认。要获得社会承认,就必须能为社会实践服务,解决社会实践中的问题。所以,如何将心理学应用于实际是心理学能否快速发展的关键。

改革开放促进了我国经济的高速发展,也给我国心理学的大发展创造了机会。中国的心理学家应该走出象牙之塔,为实现我国现代化的物质文明建设和精神文明建设服务,以求社会对心理学的承认。21世纪将是中国大发展的时代,也将是我国心理学大有作为的时代。中国心理学家应做好各种准备,去迎接新时代的到来!

凌文铨

1995.3. 于北京

序

从上世纪到本世纪,心理学取得巨大发展,其原因我想主要有二:心理学已从冯特建立第一个心理实验室以来迅速摆脱了纯思辨形态而成为一门独立的学科,并日益与现代科学技术紧密结合;不仅心理学的理论性、科学性有巨大发展,而且其应用越来越广泛,并进入临床。

心理学已发展到 100 多个学科,全世界有数千种心理学杂志,数十万名心理学家,心理学空前繁荣。人区别于其他一切动物的根本标志在其复杂的心理活动,人的一切奇妙和神秘主要来自心理世界;人的生理现象已缔造了一个庞大的学科体系,然而,这一庞大的体系却远未包含关于人的科学这一更为庞大的体系,这首先是因为关于人的心理的科学的存在与发展,心理现象的复杂性远胜于生理现象。

从理论上讲,生命科学将雄居于 21 世纪科学的峰顶上,因而心理科学必将是 21 世纪的前沿学科之一;从实践上讲,心理学的应用将会遍及人类社会生活和经济生活的每一个领域。因而,心理学从理论到应用的发展势头将仍然会是十分强劲的。

心理学在我国曾遭受长达 20 年的摧残,十一届三中全会之后,心理学也成为我国恢复最快、发展最快的学科之一,临床心理学也开始起步,临床心理学已发展到可以培养博士的水平,临床心理学已进入实际社会生活,不少的心理咨询机构建立起来,然而,在我国迄今尚无专门的、系统的临床心理学著作。仅就此而言,郑

希付博士的《临床心理学》具有重要的开创意义。

临床心理学亦有其理论构架,在“临床”上自然包括诊断和治疗两大块,与此匹配,尚有社区心理学、心理咨询等。郑希付的《临床心理学》具有较完整的结构,在花了三分之一以上的篇幅讲述理论与心理诊断之后,以更大的篇幅介绍了心理治疗的有关原理和方法,比较充分地体现了“临床”的特点,内容也显得十分丰富。除了传统的临床心理原理外,郑希付的著作中还着重介绍了一些临床治疗的新方法,如“自信训练”、“生物反馈”等,并介绍了操作程序,且配合实例分析,这使得该书更具“临床”性质。

在我国,传统的医院只诊断和治疗生理意义上的疾病,这种情况正在开始起变化,不少医院在医疗过程中自觉地运用行为医学,运用医学心理学,许多高明的医生在为病人治疗生理上的疾病时十分注意配合心理治疗。非常有意义的历史事实是,第一个采用自然科学的实验方法来研究心理学并创建了构造心理学的冯特却是专攻医学的博士,是一位生理学讲师出身的人。生理与心理的天然联系是一个更引人入胜的研究领域。

然而,区别于生理医院而独立设置的心理医院早已诞生了,美国心理学家维特默于1896年建立了第一个心理诊所,并正式提出了临床心理学的名称。时至今日,临床心理诊断与治疗已成为一种时尚的职业,心理医院遍布美国的每一个州,临床心理学是各国心理学会中人数最多的分支之一,在美国,全体心理学工作者的40%集中在这一分支。

心理学作为一门科学,由基础理论进入应用,进入开发,进入临床,又进而推动整个心理学的发展,这种良性循环正是心理学蓬勃发展的关键因素,临床心理学又是这一循环中的关键要素。

我们可以预期,临床心理学将在我国得到迅速发展,这也等于说,郑希付的著作《临床心理学》的未来影响也是可以预期的。

最后,有一点也许是值得一提的。我们有必要对临床心理有更

广泛的理解,它不只是面对心理疾病患者的,它还包括对心理健康的保护、对心理疾病的预防、对异常心理的早期诊断与消除以及愈后的康复和进一步训练。在这种广义的理解之下,临床心理与德育有密切联系。1994年8月颁布的《中共中央关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》中,多次提到了“心理健康教育”,把德育仅仅视为政治教育是远远不够的了,中共中央的文件赋予了德育以更完整的科学涵义;同时,似乎也提醒我们德育工作者,不仅要懂得普通心理学,而且要熟悉一些临床心理学知识。尽管作为专业的临床心理学家是必须持有营业执照、必须有严格的持照考试制度的,然而,一名专业的德育工作者完全不熟悉临床心理学可能也很难跟上时代。这也许是《临床心理学》会拥有更多的读者的原因之一。

张楚廷

1996年1月1日

目 录

第一章 导论	(1)
第一节 临床心理学的概念	(1)
第二节 临床心理学的背景	(3)
第三节 临床训练	(10)
第四节 临床心理学的功能	(15)
第五节 临床心理学职业与其他职业领域	(17)
第六节 临床心理学、咨询心理学和治疗心理学	(23)
第七节 临床心理学者的道德原则	(25)
第二章 人格与行为理论	(36)
第一节 精神分析理论	(36)
第二节 精神分析理论的演化	(46)
第三节 罗杰斯的自我理论	(62)
第四节 行为理论	(68)
第三章 心理诊断与评价	(80)
第一节 心理诊断和心理测验的一般理论问题	(80)
第二节 精神疾病的诊断标准	(83)
第三节 诊断性测验	(87)
第四节 诊断差异与问题的诊断	(91)
第五节 人格理论与诊断性测评	(96)

第四章	心理测评	(99)
第一节	心理测评概述	(99)
第二节	智力测验的目的	(102)
第三节	心理能力的特殊测验	(108)
第四节	操作测验与评价	(121)
第五节	生理测验	(126)
第五章	个性测评	(130)
第一节	个性测评概述	(130)
第二节	等级量表	(132)
第三节	个性问卷	(140)
第四节	投射技术	(150)
第六章	其他诊断技术	(176)
第一节	心理缺失的诊断技术	(176)
第二节	抽象思维和概念能力的测验	(180)
第三节	记忆测验	(184)
第四节	其他诊断性测验	(188)
第七章	临床会话	(197)
第一节	临床会话的作用	(197)
第二节	临床会话的准备	(200)
第三节	临床会话的过程	(210)
第四节	临床会话的技能	(229)
第五节	临床会话的分类与评价	(235)
第六节	危机处理的技能	(238)
第八章	心理治疗的效果检验	(246)
第一节	临床方法的推广和人们的挑战	(246)
第二节	确定心理治疗有效性的方法	(248)
第三节	评定治疗方法有效性的其他方法	(261)

第九章 心理治疗概论	(267)
第一节 什么是心理治疗.....	(267)
第二节 治疗过程的参与者.....	(271)
第三节 好的心理治疗者的基本要求.....	(277)
第四节 心理治疗的训练与特征.....	(282)
第十章 传统心理疗法	(295)
第一节 传统心理疗法概述.....	(295)
第二节 精神分析疗法.....	(301)
第三节 患者中心疗法.....	(316)
第十一章 认知疗法.....	(323)
第一节 理智-情绪疗法的理论基础.....	(323)
第二节 理智-情绪疗法的基本内容.....	(329)
第三节 交互分析方法.....	(339)
第十二章 态度改变方法	(347)
第一节 概述.....	(347)
第二节 态度改变的条件.....	(350)
第三节 态度的获得和改变.....	(359)
第十三章 现实、存在疗法	(371)
第一节 现实疗法.....	(371)
第二节 存在疗法.....	(376)
第十四章 行为疗法.....	(383)
第一节 行为疗法概述.....	(383)
第二节 系统脱敏疗法和恐惧情绪的消除.....	(388)
第三节 操作性方法.....	(417)
第四节 厌恶疗法.....	(437)
第十五章 催眠与暗示	(458)

第一节	催眠概述·····	(458)
第二节	催眠的方法·····	(462)
第三节	催眠的作用·····	(468)
第四节	自我催眠技术及其他·····	(475)
第十六章	生物反馈方法·····	(480)
第一节	生物反馈方法概述·····	(480)
第二节	生物反馈的程序·····	(484)
第三节	作为自我控制的生物反馈·····	(489)
第四节	生物反馈方法的应用·····	(496)
第十七章	群体疗法·····	(512)
第一节	群体疗法概述·····	(512)
第二节	群体疗法的种类和发展·····	(524)
第三节	配偶疗法·····	(536)
第十八章	社区心理学·····	(550)
第一节	社区心理学的历史发展·····	(550)
第二节	社区心理学的倾向·····	(560)
第三节	社区心理学与学校教育·····	(568)
第四节	社区心理学与犯罪·····	(574)
第五节	业余职业服务·····	(578)

第一章 导论

第一节 临床心理学的概念

一、什么是临床心理学

首先提出临床心理学概念的是西方学者莱特娜·威特曼 (Lightner Witmer), 他于 1896 年首次使用了这个术语。后来在他和其他学者的努力下, 临床心理学逐渐成为心理学的一个重要分支。

那么, 什么是临床心理学呢? 虽然这一问题比较复杂, 但人们仍试图解释它, 人们一般的解释是: 临床心理学研究的是人的问题, 是帮助人们去进行自我调整、改变自己行为和获得人的最大潜能的一种应用心理学学科。具体而言, 临床心理学的目的在于用心理学的方法帮助人们解决问题, 渡过危机。因此, 临床心理学研究的对象就是帮助人们摆脱困境的理论和方法。

二、临床心理学的产生与发展

生活是复杂多变的, 有时生活的变化是在自己的预料之中的, 是自己可以控制的; 而有时的变化则是自己无法控制的, 使你束手无策, 因此我们说他这时遇到了危机, 或说他处于困境。这时, 人们就设法帮他去摆脱此困境。这样, 临床心理学就应运而生了。

虽然临床心理学的存在已有 90 年的历史,但它的快速发展还只是近 30 年的事,这与整个心理学的发展状况一致。临床心理学帮助人们适应社会生活的作用越来越重要。因此,临床心理学已成为心理学分支中最大的一个。美国研究临床心理学的人数占总体心理学人数的 42%。

临床心理学的这种发展,一方面是由于社会对人们的心理健康有了较大的兴趣;另一方面,最大的贡献还在于心理学工作者。

临床心理学的这种发展变化不是一帆风顺的,甚至是很艰难的。这种艰难一方面是由于临床心理学者内部的冲突引起的。从临床心理学产生的那一刻起,临床心理学者便分为两派,一派对临床心理学的科学研究与理论有兴趣;一派对临床心理学的实践活动更有兴趣。他们都企图强调自己工作的重要性。前者我们称之为“研究倾向”学派,后者称之为“职业倾向”或“实际倾向”学派。在职业倾向学派内部也存在着分歧,有医学职业派与心理职业派的对抗。虽然,临床心理学有这么多的分歧和斗争,但它仍然存在着,而且发展了。

现在的临床心理学工作者遍及社会的各个部门,如社会上的心理医院、心理诊所等。学校有心理医生,当学生表现出较强的攻击性时,当学生成绩突然下降时,当学生逃学时,老师、家长都会将自己的学生或孩子送到心理医生面前。工厂有心理医生,当工人的情绪低落时,当工人之间有磨擦时,心理医生就会来到他们面前。社区、街道有多种类型的心理服务机构:如发泄中心、自杀防卫中心,这些心理学工作者都以各种方式为人们提供服务。临床心理学工作者的活动是多种多样的:他们可以通过会话的方式了解情况,给你以帮助;可以对你进行各种测试,并且对测试的结果进行评定和诊断;对你提供相应的心理咨询;对你的行为问题用一定的方法进行治疗。服务的对象也是多样化的:可以是成人,也可以是小孩;可以是个人,也可以是团体;可以是学校的一个班级,也可以是一

个家庭、一对夫妻等。当然,临床心理学工作者的活动还包括对本专业学生的教育,专业基本理论及方法的研究和运用,人的个性、变态行为研究,以及对相应临床方法的评价。

由于临床心理学工作者的上述活动,他们会接触到不同的职业群体,这些职业群体出于助人的动机,也逐渐地对临床心理学产生了兴趣,他们也纷纷接受这方面的学习、训练,从事这方面的工作。

第二节 临床心理学的背景

一、历史背景

临床心理学作为一个特殊的学科,与母体心理学有着密切的联系。心理学产生于19世纪末期,一个世纪前,一些学者企图用科学的方法来研究人的心理本质。1879年德国学者冯特在莱比锡大学建立了世界上第一个心理实验室,这便成为心理学的一个里程碑。之后,詹姆斯又在美国建立了美国的第一个心理实验室,同时其他学者也都在研究关于心理的规律。最初的心理学研究集中于感觉、知觉,后来人们逐渐地对一般性规律有兴趣,如 James Mckeen Cattell 企图对哥伦比亚大学的人校新生的心理能力进行评价。随着心理测验的产生,有关心理测验方面的实验也在进行。从历史的观点来看,对临床心理学的产生有直接贡献的是威特曼,如果我们一定要找一个临床心理学创始人的话,这个人当然就是他。他曾和冯特一起搞研究,并且于1892年在莱比锡大学获得了哲学博士学位。之后他被任命为宾夕法尼亚大学心理实验室指导。1896年,也就是临床心理学产生的时间,威特曼创立了世界上第一个心理诊所,并且首次开设临床心理学课程。实际上,他当时就为这门学科命名为临床心理学。虽然,后来的追随者并没有用此名称,但