

# 綜合醫院 心理咨詢

趙耕源 著

6  
45  
广东高等教育出版社

ZONGHE YIYUAN XINLI ZIXUN

# 综合医院心理咨询

赵耕源 编著

1  
■  
三  
年  
七  
月  
八  
日

广东高等教育出版社

84951

## 综合医院心理咨询

赵耕源 编著

\*

广东高等教育出版社出版

广东省新华书店发行

广东农垦印刷厂印刷

787×1092毫米32开本 5.25印张 110千字

1987年6月第1版 1987年7月第1次印刷

印数1—5 000册

ISBN 7—5361—0015—9/R·1

统一书号：14343·8

定 价：1.20元

## 内 容 提 要

本书介绍心理的实质与心理学的概况、医学心理学基本知识、心理咨询、心理咨询常见问题、心理治疗和心理卫生等内容，着重介绍综合医院心理咨询门诊诊疗技术。本书内容丰富，叙述简明，实用性强，可供临床医生以及其他医务人员阅读，也可供广大群众参考。

11/25/08

## 前 言

随着医学科学的发展，单纯生物医学模式向生物心理社会医学模式的转换，人们愈来愈重视心理社会因素在保障身心健康、预防心理疾病、精神病、心身疾病中的巨大影响。综合医院中心心理咨询门诊这一新型的门诊形式亦愈来愈引起人们的兴趣。人们亲切地称心理咨询门诊的医生是心理医生，他们有了心理刺激和矛盾，都愿意找心理医生谈谈以解决他们的内心焦虑与苦闷。回想1981年西安医学院在第一附属医院开设国内第一个综合医院心理咨询门诊之后，由于当时心理学的知识尚未很好地普及，因而并未引起大家应有的重视。而当1983年3月广州中山医科大学在第三附属医院开设全国第二个综合医院心理咨询门诊之后，由于大力开展了心理知识的普及工作，从而很快使这一门诊兴旺起来，国内外记者纷至沓来，报纸、杂志、电视台不断报道，引起了广泛而热烈的反响，来咨询者络绎不绝，说明这样的新型门诊是大受群众欢迎的。美国记者、纽约时报驻北京分社社长任恪士（C·S·Wren）在采访之后说得好：“你们开设了这种医疗门诊，说明广州人民的健康水平大大提高了。因为如果一个国家或城市医疗保健水平很差、传染病肆虐、人民生命受威胁，就无法腾出人力来顾及这种咨询门诊。”（《羊城晚报》1984年4月18日第一版“美国记者看广州”。）

从1983年以来短短的三年间，国内各省市又有五、六间综合医院开设了心理咨询门诊，都受到各地群众的欢迎，证

明这样的门诊是极为群众所需要的。为了能够推广这种新型门诊，我们根据自己这几年来开展心理咨询门诊的经验，结合国内外的资料，编写了这本“综合医院心理咨询”小册子，供各地有志于开设这一门诊的同道及临床各科同志、医学心理学工作者参考。如果这本小册子，能对这一工作的普及起些添砖加瓦的作用，那我们就额手以庆了。当然由于我们开展综合医院心理咨询工作的时间尚短，经验也很菲薄，相信书中定有许多错误或不当之处，希望广大读者不吝指正。

赵耕源

1987年2月

# 目 录

|                                     |      |
|-------------------------------------|------|
| <b>第一章 心理的实质与心理学的概况</b> .....       | (1)  |
| <b>第二章 医学心理学基本知识</b> .....          | (4)  |
| 第一节 医学心理学的研究范围.....                 | (4)  |
| 第二节 心理——社会因素的致病作用.....              | (6)  |
| 第三节 个性心理特点与健康的关系.....               | (10) |
| 第四节 疾病行为与病人身份.....                  | (13) |
| 第五节 医患关系.....                       | (15) |
| 第六节 病人的心理状态.....                    | (17) |
| 第七节 诊疗心理学.....                      | (20) |
| <b>第三章 心理咨询</b> .....               | (26) |
| 第一节 综合性医院开展心理咨询的必要性.....            | (27) |
| 第二节 心理咨询的范围.....                    | (31) |
| 第三节 心理咨询的方式.....                    | (32) |
| 一、门诊心理咨询 (附1000例<br>门诊心理咨询分析) ..... | (32) |
| 二、书信心理咨询 (附500例<br>书信心理咨询分析) .....  | (36) |
| 三、一般宣传形式的咨询.....                    | (41) |
| 四、现场心理咨询.....                       | (41) |
| 五、电话心理咨询.....                       | (43) |
| <b>第四章 心理咨询常见问题</b> .....           | (44) |
| 第一节 神经症.....                        | (44) |
| 一、神经衰弱.....                         | (47) |

|                |       |
|----------------|-------|
| 二、焦虑症          | (51)  |
| 三、强迫症          | (54)  |
| 四、恐怖症          | (56)  |
| 五、疑病症          | (58)  |
| 六、癔症           | (60)  |
| 七、抑郁性神经症       | (63)  |
| 附：人格解体性神经症     | (66)  |
| 第二节 心身疾病       | (68)  |
| 一、心身医学的概念      | (68)  |
| 二、心身现象和心身疾病的分类 | (69)  |
| 三、常见心身疾病中的心身关系 | (71)  |
| 四、心身疾病的诊断和治疗原则 | (79)  |
| 第三节 人格异常和性心理异常 | (80)  |
| 一、人格异常         | (80)  |
| 二、性心理异常        | (85)  |
| 第四节 儿童常见心理障碍   | (96)  |
| 一、精神发育不全       | (96)  |
| 二、儿童行为障碍       | (101) |
| 三、特种症状         | (105) |
| 四、儿童多动症        | (107) |
| 第五节 睡眠障碍与梦     | (110) |
| 一、睡眠的生理        | (110) |
| 二、睡眠障碍         | (115) |
| 三、梦            | (121) |
| 第五章 心理治疗       | (125) |
| 第一节 心理治疗的重要性   | (125) |



|                         |       |
|-------------------------|-------|
| 第二节 心理治疗的方式 .....       | (127) |
| 一、一般心理治疗 .....          | (127) |
| 二、行为疗法 .....            | (129) |
| 三、催眠和暗示 (用作医疗方法) .....  | (138) |
| 四、音乐治疗 .....            | (141) |
| <b>第六章 心理卫生</b> .....   | (144) |
| 第一节 心理卫生的目的和意义 .....    | (144) |
| 第二节 社会中不同群体的心理卫生 .....  | (146) |
| 一、家庭 .....              | (146) |
| 二、学校 .....              | (147) |
| 三、工矿企业 .....            | (147) |
| 第三节 个体发展不同阶段的心理卫生 ..... | (148) |
| 一、孕期心理卫生——胎教 .....      | (148) |
| 二、婴幼儿的心理卫生 .....        | (149) |
| 三、儿童少年期的心理卫生 .....      | (152) |
| 四、青年期的心理卫生 .....        | (153) |
| 五、中年期的心理卫生 .....        | (154) |
| 六、更年期的心理卫生 .....        | (155) |
| 七、老年期的心理卫生 .....        | (156) |

# 第一章 心理的实质与心理学 的概况

心理活动或称心理现象是人脑的功能，人脑就是心理活动的物质基础。人脑所以能够产生心理活动，那是由于客观外界（包括自然界与社会中各种各样的刺激）在人脑中反映的结果。自然界、诸如天地日月、山岳河流、树木花草、飞禽走兽，是人类赖以生活和实践活动的环境，而社会生活、家庭、亲属、亲戚、朋友、人与人之间的各种关系等，则是人类活动的更重要场所，这些都影响着人的心理活动，可以说客观外界的刺激是心理活动的源泉。对于人的心理活动的发展来看，人的社会活动具有更加重要的作用。本世纪20年代印度曾经发现了一个女狼孩，当时8岁，她用四肢走路，怕光怕火，夜间视觉很灵敏，习惯于狼的生活方式。回到人类社会后，经过细心照料与教育，2年后学会站立，4年后学会6个单词，6年学会45个词，生活方式也有了改变，17岁时死去，此时她的心理发展水平仅相当于4岁儿童。这个狼孩从小失去人类社会的生活条件，没有语言交流，从而失去获得人的知识经验的可能性。尽管她是人，也具备有人类心理活动的物质基础——人脑，但不是生活在人的环境中，因而就缺乏人的心理活动，使她不能成为一个完整的人，仅仅是一个人的生物体而已。由此可以概括地说：心理活动就是人脑对客观外界的刺激所产生的主观反映。因为心理活动与生理反射不同，它是外界刺激在人脑中所引起的主观性活动，也

就是说心理活动是具有主观性的。

人的心理活动是多方面的，极为复杂的，而且具有社会性。人在接触客观外界时，首先通过眼、耳、鼻、舌、身等感觉器官，辨认外界事物的个别属性，如颜色、声音、气味、形状等，就叫感觉。如果是对事物的整体感知，就叫知觉。这些被感知的东西，离开感觉器官后，它的形象仍然留在脑内，这些形象以后能够回忆，并且当这些东西再度在外界出现时可以认出它，这就是记忆。人们从感知的大量事物中进行分析、比较，从而认识某些事物的特性，并利用已学得的知识 and 形式的概念，进行综合、判断和推理，以便认识外界事物的内在区别和质的联系，这就是思维。上述感觉、知觉、记忆、思维等心理活动都是为了认识外界事物，所以这是认知的心理活动。如果要清晰地感知、记忆或思考某一事物，还必须集中注意。注意本身并不是独立的心理活动过程，它可以使感觉、知觉、记忆、思维等心理活动处于积极状态，使它们有选择地指向某一事物。人在清醒时并不是同一时间内感知周围的一切事物，每一瞬间总是注意着某一事物，从而感知它、记忆它、思考它，所以注意是一切心理活动的共同特征。人在认识、接触外界事物时，总伴随着各种体验，如喜怒哀惊等，就叫情绪。这种情绪活动虽然由外界事物引起，但主要取决于当事人对事物的态度，并受到人当时的需要与动机的影响。人们总是按自己的需要与愿望来认识和改造客观世界的，凡是为了实现一定的目的和动机而进行的活动就叫行动，这里包括行为与动作。那些为了达到既定目标而努力克服困难的行动，就是意志行动。认知、情绪、意志，就是人心理活动的主要组成，称为心理过程。这

三者是相互联系、相互影响和相互制约的，它们是完整心理活动的不同方面，并在人的实践活动中协调和统一地发挥作用，正是这种协调性保证了人心理活动的完整性和正常地发挥作用。

正常心理活动还有一个重要特点，就是个性心理特征的相对稳定性。个性心理特征就是人与人之间的个体差异在心理方面的表现，它包括一个人的能力与性格，它是人的先天性素质在后天不同实践过程中与环境条件相互作用而形成的。个性心理特征与各种心理过程是统一的，而且它参与和表现在各种心理过程之中，使各种心理过程都带有个体的特征。个性心理特征一旦形成，就具有相对稳定性，即在无明显的原因时，它不会轻易改变。不论是一个人的能力方面还是性格方面，这种相对稳定性对保证正常的心理活动是很重要的。

心理学就是研究心理活动的科学。心理活动是客观世界在人脑中的反映，它有一定的规律性，是客观而普遍地存在的，并可以通过实验的方法来加以研究，这使心理学具有自然科学的特征；同时，社会环境等客观世界对心理活动有很大的影响，特别从内容上看，人的心理活动具有社会性，因而使心理学与社会科学密切有关。所以，心理学可以说是一门自然科学与社会科学相互交叉的学科。心理学因研究不同对象或不同生活领域，而有许多分支，如儿童心理学、老年心理学、教育心理学、司法心理学、军事心理学、商业心理学、航空心理学、体育心理学、管理心理学、医学心理学等，说明心理学在各行各业都是很重要的。

## 第二章 医学心理学基本知识

### 第一节 医学心理学的研究范围

医学心理学是研究医学中的心理学问题，是医学与心理学的交叉课题。医学和心理学都是以人作为研究对象的。人不是一个单纯的生物机体，而是一个有意识、有思想、能从事创造性劳动、过着社会生活的高级生物，他有着非常丰富而又极为复杂的内心心理活动，这是人与一般动物的不同点。人身体上和精神（心理）上的健康和疾病，不仅与自身的躯体因素有关，而且与本身特有的心理因素以及人生活在其中的社会因素有关。医学心理学的基本任务就在于将人的心理活动过程和个性心理特征的基本规律应用于医学，以能更全面地阐明人的心身健康及疾病的本质。它所要研究的是：①健康时生理与心理的相互影响；②疾病时的各种心理现象，亦即疾病时病理生理过程对心理的影响；③心理对健康与疾病的能动影响。通过这些研究可以进一步揭示人类如何为战胜疾病和维护健康而斗争的科学原则，并找出预防和治疗疾病的全面有效的方法。

医学心理学是一门研究范围较广泛、分支较复杂的学科，它至少有下列分支：

（一）病理心理学 研究异常心理与行为的发生、发展、变化的原因和规律。它不仅要对异常心理现象加以描写、分类和解释，而且要研究其本质和发生机理。

(二) 神经心理学 研究动物和人的高级神经能活动机和行为之间的相互关系和相互作用，亦即研究脑与行为的关系。它的任务在于确定人心理活动的物质基础，明确脑各部位与心理活动的关系，并为采用新的心理学方法为诊断脑局限性损害提供依据。

(三) 药理心理学 研究药物作用与动物和人的相应心理活动变化之间的关系。通过应用各项先进科学技术，使得有可能通过实验的方法直接观察心理活动和人体内相应的化学物质变化之间的因果关系，从而使我们有可能会去正确理解心理活动本质及有效地控制自身的心理活动。

(四) 心身医学 研究心理——社会因素对人体疾病的关系，尤其着重研究那一类由于心理——社会因素起重要作用所造成的心身疾病的病因、发病机制、治疗及预防。

(五) 诊疗心理学 对包括诊断、治疗、护理等整个临床医疗过程中各种心理因素的分析，注意研究人们在正常和异常机能状态下的心理成分，并用临床技术对这些心理成分进行评定与纠正。

(六) 缺陷心理学 以躯体有某些缺陷的儿童或成人作对象，研究他们所出现的心理问题，从而不仅对一般心理学的理论有所补充，而且亦为这些残废者的检查、诊断、保健、学习和培训提供依据。

(七) 心理诊断 研究衡量正常和异常心理现象的标准的理论和方法。一般言之，它主要研究、设计各种心理测量方法，对人的认知过程、语言思维、智力状态和个性心理特征（亦即人格特征）等的变化，作出尽可能合乎客观现实的鉴定和评价。

(八) 心理治疗 研究主要通过医生与病人之间的相互交际过程，医生通过语言、表情、姿势、态度和行为以影响或改变病人的感受、认识、情绪、态度和行为，从而减轻或消除使病人痛苦的各种情绪和行为，以及由此引起的各种躯体症状，以达到治疗的目的。

(九) 心理咨询 通过倾谈，了解咨询者所存在的心理刺激与矛盾，指导与帮助他们消除这些不利于心身健康的心理——社会因素的影响，防止心理疾病或心身疾病的发生和发展。

(十) 心理卫生 研究关于维护人们心理健康，预防心理疾病、精神病与心身疾病的心理学原则和措施。

## 第二节 心理——社会因素的 致病作用

心理社会因素，亦称为心理性社会性刺激因素。我们知道从单细胞生物到复杂的人类，均有接受刺激而作出反应的能力。客观外界随时随地有无数的刺激作用于人们，但其中仅有一些刺激引起反应（趋向性或迴避性），而另一些刺激并不引起反应。原则上讲，只有能引起人们反应的刺激才能称为刺激，不引起人们反应的刺激，是无关刺激，也许不能称为刺激。心理性刺激，来自人们的心理活动方面，如忧伤、悲哀、愤怒、悔恨、内心矛盾、恐惧等等。人们的心理活动，就是人们的精神生活，而社会与家庭中的人际关系，人们通过语言与文字的思想交流，劳动与工作等是人类精神生活的主要内容，也是心理刺激的主要来源，所以人们的心

理刺激主要来源于社会生活之中，也可以说是社会性因素。所以心理性刺激与社会性因素两者是密切不可分的，而统称为心理——社会因素。

通常把能引起人们不愉快情绪反应的“心理——社会因素”，看做是引起心身不良反应的刺激因素，对能引起人们激动、喜悦的因素，是否属于刺激因素，学术界有不同的看法，但是，实际上过度的喜悦与激动，对心身健康来讲，可能也是有害的。

情绪反应是人们对客观事物的态度，因此对于心理——社会因素是否能起到刺激作用，就不仅决定于这些因素本身的性质与强度，而且也决定于人们当时的心理状态与态度。例如火灾、亲人死亡，通常均引起不愉快情绪反应，是构成心理——社会的刺激因素，但在下列情况下，就可能不一定成为刺激因素：事前有保险，火灾后可得到比损失更多的保险金；或死亡的亲人是久病拖累或与当事人感情恶劣、甚至是反目的。另外，有些外界因素，例如某种职业，本身并无刺激作用，对于喜爱这种职业的人，真是喜出望外，求之不得；而对于厌恶这种职业的人，就可能成为刺激因素，这时离开当事人的主观态度，单独根据客观刺激本身是根本不可能确定它是否属于刺激因素的。

当然外界刺激的强度不同常会影响到刺激的性质，例如失窃上千元与失窃仅十元，对当事人的刺激强度就大为不同。此外，是预料中会出现的外界因素与突然出现的、预料不及的因素，则后者所引起的心理刺激作用远较前者强得多。美国学者Holmes曾不顾个别的特殊状态而对美国的群体进行研究，发现至少有70多种生活事件可作为心理社会刺



激因素，而其中以丧偶为最强，定为100分。其次为离婚、分居、判刑、亲人死亡等。

每个人在社会生活中都会遭遇到各种各样的心理——社会刺激因素，但在大多数情况下，人们是能够耐受的，虽然产生一定的心身反应，但往往并不致病，这是因为每个人在对外界刺激的反应过程中，都有一个维持内部机能稳定和平衡的生理与心理系统。但是，一旦当心理——社会因素的强度超过这个稳定和平衡系统，即会出现崩溃，呈现心理上（精神上）或躯体上的异常改变。当然由于每个人个性特征的不同，感受性（敏感与不敏感）和耐受性的不同，而会出现很大的差异。尽管如此，心理——社会因素能引起疾病这一点却是无可怀疑的。许多临床资料都能证实这一点：Parkes追踪研究4,489例年龄在55岁以上的丧妻者历时9年，发现有213例（占总数5%）在妻子死亡后半年内亦相继死亡，超过同年龄组未丧妻者死亡率的40%。半年后其死亡率又逐渐下降到与后者一样。Rees等（1967）报告903例新近死亡近亲者，在居丧之年的死亡率比对照组高7倍。同样是配偶死亡，在不同情况下对当事者的影响并不一样。年老而寿终正寝者，对当事人打击较小，而意外死亡者，影响则大。有一组关于上述情况的调查报告，发现在一年内居丧者的死亡率后者比前者大3倍。此外，还发现中年丧偶者与同年龄组相比，对健康的影响较老年者更明显，年龄越轻影响越大，丧妻者比丧夫者更严重。比较这些丧偶者与同年龄组的死亡原因，以下数种疾病的比例相差最明显：脑血管病为对照组6.2倍，冠心病4.8倍、非风湿性心脏病3.4倍、高血压性心脏病8.2倍、动脉硬化症7.1倍、肺结核7.8倍、肺炎和