

临床心理学

lin chuang xinlixue

——心理健康与援助的学问

linchuang xinlixue

徐光兴 著

lin chu ang xin li xue
linchuang xinlixue

上海教育出版社
shanghai jiaoyu chubanshe

华东师范大

目

——“临

(普通高校教材)

临床心理学

心理健康与援助的学问

linchuang xinlixue

徐光兴 著

上海教育出版社
shanghai jiaoyu chubanshe

图书在版编目 (C I P) 数据

临床心理学: 心理健康与援助的学问 / 徐光兴编著.
上海: 上海教育出版社, 2001. 1
ISBN 7-5320-7332-7

I. 临... II. 徐... III. 医学心理学 IV. R395

中国版本图书馆CIP数据核字 (2000) 第84331号

华东师范大学“211 工程”建设项目

——“临床心理学”研究

临床心理学

——心理健康与援助的学问

(普通高校教材)

徐 光 兴 著

上海世纪出版集团出版发行
上海教育出版社

(上海永福路 123 号 邮政编码: 200031)

各地新华书店经销 上海新合印刷厂印刷

开本 890×1240 1/32 印张 9.75 插页 4 字数 261,000

2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月第 1 次印刷

印数 1-5,100 本

ISBN 7-5320-7332-7/G · 7468 定价: (软精) 16.00 元

前 言

在现代社会中,人们对精神生活的价值越来越关心。特别是在信息化、高科技化和全球经济一体化的时代中,个人、家庭的生活及生态环境都发生了巨大的变化,现代人对于精神健康的重视,对于心理保健和援助的需求在不断地增长。

临床心理学这门学科,对于人们的精神卫生、心理健康的维持和援助具有重要的作用。近年来,希望攻读临床心理学、心理咨询的大学生和专业研究者的人数与日俱增。本书对于关心心理健康教育,立志从事心理咨询的人来说,是一本专业入门的工具书。

在今天,心理咨询被看作是临床心理活动的一个重要组成部分,是许多学习、研究心理学的学生和专业工作者非常关心的领域之一。但是心理咨询中的临床活动,其参与者并不限于心理学专业领域中的有关人员,而是包括了更多社会领域中的人士,例如医生、护士、司法工作者、教师、青少年教育工作者、社区工作者以及企业的人事部门和人力资源管理者等等。有关心理健康的科学知识和心理援助的技术,是把握人生问题、人际关系、个人职业生涯所必不可少的工具,也是增进全社会的健康和文明、提高我国人口素质的重要资源之一。

本书的内容大致可以分为三个部分。第一部分对临床心理学的历史发展、基础理论和代表性的学说等进行简明扼要的介绍。第二部分对临床心理活动及心理咨询中的人格理解和诊断、心理测量技术、心理治疗技术进行整理和解说,使之具有实践、操作的可能性。第三部分论述心理健康的科学知识在社会生活各个领域中的运用,如儿童发展障碍的教育与心理危机的克服、企业和社区生活中的精神保健等,读者可以从中加深对临床心理学知识的理解。

对于学习者来说,阅读本书只是进入临床心理学的第一步,并不等于掌握了这门学问的全部。生活在现代社会中的个人,他们的内心世界是复杂而丰富多彩的,体现出不同的个性特色。因此为使心理健康和援助的学问具有实效性,就不仅仅要学习一些基础的知识 and 理论,以实践为中心的技能训练和案例的咨询实习,也是非常重要的学习过程。

此外,在人的心理世界与精神深处,有个人不愿意曝光的隐秘部分,它们常常与人权、尊严等联系在一起。这是心理咨询过程中的伦理道德问题,在实际的个案咨询和心理援助活动中,必须谨慎、认真地对待。关于这一点,临床心理学习者一定要铭记在心。

本书是华东师范大学教育科学学院“211 工程”建设——“临床心理学”研究项目的成果总结。华东师范大学的各级领导和各位专家给予这一项目以资助和支持,体现出他们在学科与课程建设上的远见卓识。著者在此谨致以崇高的敬意。

本书的大部分内容,在华东师范大学心理学系的本科生和研究生的教学中进行了试讲,同时在上海市学校心理健康教育骨干师资培训过程中也作了讲授,受到师生们的广泛好评。本书也是著者在国外近十年留学的研究成果的集大成,是著者“十年磨一剑”的学术结晶。国外的一些大学和著名的心理学家对本书的出版,寄予厚望,并且经常给著者带来国外的最新学术动态和资料,在此著者表示衷心的感谢。

上海教育出版社的各位编辑先生,非常关注中国的心理健康教育事业和心理咨询科学知识的普及,在本书的编辑、出版工作中辛勤耕耘,富有创意。没有他们的努力和热忱,本书不可能顺利出版。著者在此谨致以深切的谢意。

2000 年 7 月于华东师大

目 录

第 一 章 临床心理学导论

- 第一节 临床心理学研究的目的…………… (1)
 - 1. 临床心理学的定义和概念(1) 2. “临床”的含义(3) 3. 临床心理学的研究目的(4)
- 第二节 临床心理学的对象与研究领域…………… (5)
 - 1. 以心理不健康、不适应或障碍者为主要对象(5) 2. 研究范围广阔(7)
- 第三节 临床心理学工作者的活动…………… (9)
 - 1. “SCA”理论的构成(9) 2. 要注意的问题(10)

第 二 章 临床心理学的历史与发展

- 第一节 临床心理学的开端…………… (13)
 - 1. 从古代到中世纪(13) 2. 精神疾患者的解放(15) 3. 临床心理学的曙光初现(17)
- 第二节 近代心理学的发展与繁荣…………… (18)
 - 1. 对个体差异研究的关心(18) 2. 对临床心理学的产生起先导作用的五门学科(19)
- 第三节 临床心理学的创立与发展…………… (22)
 - 1. 创立临床心理学的先驱者(22) 2. 临床心理学的确立期(1920—1945)(24) 3. 临床心理学的发展期(20 世纪 50—60 年代)(25)
- 第四节 临床心理学与精神医学的关系…………… (26)
 - 1. 研究领域的异同(26) 2. 精神医学诊断的必

要性(27) 3. 精神医学的诊断分类(28)

第三章 临床心理学的基础理论

第一节 类型学理论..... (30)

1. 历史上的类型学理论(30) 2. 临床心理诊断的类型论(33) 3. 类型学理论的总结概括(38)

第二节 发展与认知的理论..... (38)

1. 皮亚杰的认知理论(38) 2. 波洛比的母子关系理论(39) 3. 凯塞尔的发展诊断理论(40)
4. 埃里克森的人生周期发展理论(41)

第三节 精神分析学理论..... (44)

1. 概述(44) 2. 精神分析学诸理论(45) 3. 对精神分析学理论的概括(49)

第四节 行为主义的学习理论..... (51)

1. 巴甫洛夫的经典条件反应(51) 2. 桑代克的操作条件反应(53) 3. 肯特利库的运动学习理论(55)

第五节 其他临床心理学基础理论..... (55)

1. 罗杰斯的自我理论(55) 2. 存在主义的分析理论(57)

第四章 心理健康与心理障碍

第一节 什么是心理健康..... (60)

1. 心理健康的含义(60) 2. 心理健康的衡量标准与研究方法(62) 3. 心理健康的生涯性(64)
4. 心理健康科学的发展(66)

第二节 不适应问题和症状..... (67)

1. 不适应问题产生的机制(67) 2. 神经症(70)
3. 身心症(71)

第三节 精神障碍与疾患..... (74)

1. 精神分裂症(74) 2. 境界例(borderline case)

(77) 3. 躁狂—抑郁症(manic-depressive disorders)(78)

第四节 社会不适应的病理行为…………… (80)

1. 依存的症状(81) 2. 反社会行为与犯罪(81)
3. 自杀(83) 4. 卖淫与性变态(84)

第五节 儿童身心发展障碍…………… (86)

1. 一次性和二次性障碍(86) 2. 儿童的发展性障碍类型(87) 3. 三次预防的概念(91)

第五章 人格的理解与诊断

第一节 人格理解的基本原则…………… (93)

1. 什么是人格理解(93) 2. 人格理解与临床面接(94) 3. 人格理解与人格诊断(95)

第二节 人格诊断的基本理论…………… (96)

1. 人格的形成与构造(96) 2. 人格的适应机制和防卫机制(99) 3. 健康人格的诊断指标(101)
4. 人格的心理诊断技术(103)

第三节 临床面接中的人格理解方法…………… (106)

1. 面接与行为观察(106) 2. 精神分析疗法中的面接诊断法(107) 3. 一般心理咨询中的面接技术(110)

第六章 心理诊断与测量的技术

第一节 《精神障碍的诊断与分类手册(DSM-IV)》…………… (115)

1. 《精神障碍的诊断与分类手册》简介(115)
2. 《DSM-IV》的诊断分类(117) 3. 《DSM-IV》的使用方法(118)

第二节 智力测定的技术…………… (120)

1. 比奈智力测定(120) 2. 韦克斯勒智力测定(124) 3. 考夫曼儿童智力测定(128) 4. 各种智力测定之间的比较及注意点(133)

第三节 问卷测定法..... (135)

1. MMPI(明尼苏达多元人格测定)(136)
2. CMI(康奈尔医学健康调查表)(138)
3. Y-G 性格测定(140)

第四节 投影测定法..... (142)

1. 罗夏墨迹测定法(142)
2. TAT(主题统觉测定)(145)
3. 树木描画测定法(148)

第五节 心理诊断技术使用的注意点..... (153)

1. 基本原则(153)
2. 心理诊断实施者的自我教育与训练(154)

第七章 心理援助的基本理论

第一节 心理援助的概念与原理..... (156)

1. 心理援助活动(156)
2. 心理咨询与治疗的定义(157)
3. 心理援助的基本原则(158)
4. 心理咨询与治疗中的注意点(159)

第二节 心理援助中人际关系的建立..... (159)

1. 咨询与治疗关系的构成(159)
2. 初次面接是建立良好关系的关键(160)
3. 心理咨询与治疗中的转移与逆转移(162)
4. 心理咨询和治疗过程中的抵抗(163)

第三节 心理援助中的临床面接技术..... (164)

1. 基本的临床面接技术(164)
2. 初次面接的要点(166)
3. 面接的继续、中断和终结(168)
4. 面接结束后的追踪调查(170)

第八章 心理咨询与治疗的技术(1)

第一节 来谈者中心疗法..... (171)

1. 来谈者中心疗法的创立(171)
2. 理论与发展(171)
3. 主要学派(173)
4. 来谈者中心疗法的特点(175)

第二节	精神分析法.....	(176)
	1. 精神分析疗法的概念与类型(176)	
	2. 关于精神分析疗法的几个问题(177)	
	3. 精神分析疗法的案例介绍(179)	
第三节	行为疗法.....	(189)
	1. 什么是行为疗法(189)	
	2. 使用行为疗法的注意点(190)	
	3. 行为疗法主要技术的运用(192)	
第四节	现代心理咨询与辅导的技术.....	(196)
	1. 精密型心理咨询技术(196)	
	2. 团体心理辅导技术(197)	
	3. 生活分析的心理辅导技术(199)	
第九章	心理咨询与治疗的技术(2)	
第一节	游戏疗法.....	(201)
	1. 游戏疗法(play therapy)的心理学基础(201)	
	2. 游戏疗法的作用(203)	
	3. 游戏疗法的构造与技术(204)	
	4. 游戏疗法案例(207)	
第二节	箱庭疗法.....	(213)
	1. 箱庭疗法技术的发展(213)	
	2. 箱庭疗法的心理诊断技术(218)	
	3. 箱庭疗法的治疗理论(220)	
第三节	感觉统合疗法.....	(224)
	1. 儿童大脑的发展与感觉统合疗法(224)	
	2. 感觉统合疗法的基本构造(228)	
	3. 感觉统合疗法的定位与治疗效果(231)	
	4. 案例研究(232)	
第四节	音乐疗法.....	(233)
	1. 音乐疗法的技术特征(233)	
	2. 音乐疗法的适用对象及治疗前的诊断(236)	
	3. 治疗者与环	

境布置(238)

第十章 发展障碍儿童的心理临床**第一节 儿童的情绪障碍**..... (240)

1. 心理不健康的危险信号(240) 2. 情绪障碍的概念(240) 3. 情绪障碍的临床表现和诊断(241)

第二节 自闭症..... (243)

1. “自闭症”及其诊断标准(243) 2. 自闭症的诊断量表(245) 3. 自闭症的经典案例报告(250)

第三节 阿斯贝格征候群..... (256)

1. 阿斯贝格征候群(Asperger syndrome)的诊断标准(256) 2. 阿斯贝格征候群与自闭症的比较(258) 3. 案例报告:数学天才儿童 L(259)

第四节 学习能力发展障碍..... (261)

1. 学习困难(261) 2. 语言障碍(262) 3. 注意缺陷或多动性障碍(ADHD)(264)

第十一章 现代人的心理健康**第一节 学校心理健康教育**..... (268)

1. 学校心理健康教育与精神卫生(268) 2. 学校心理健康教育的主要内容(269) 3. “三层次介入”的理论(270) 4. 学校心理辅导与咨询的主要内容(272)

第二节 家庭生活与心理咨询..... (274)

1. 现代社会的家庭机能及变化特征(274) 2. 夫妻关系与婚姻问题(276) 3. 家庭心理咨询(277)

第三节 职业生涯中的心理保健..... (282)

1. 高度的管理化与职业压力症(282) 2. 职业

压力所导致的不适应症状(283)	3. 企业心理保 健和精神卫生的管理(285)	
第四节 社区中的心理健康.....		(287)
1. 社区的作用(287)	2. 社区心理健康(288)	
3. 社区心理健康“三次性预防”的理论(289)		
附 信息系统在心理咨询中的运用.....		(292)
主要参考文献.....		(296)

第一章 临床心理学导论

国际社会把 20 世纪后半叶称为心理学抬头的时代,进入 21 世纪人们从关心“身体健康”到更多地关心“心理健康”、“精神保健”,这已成为新世纪人类自身发展的一大主题。近年来,心理咨询或精神健康的学问及技术迅速发展,引起全社会的关注。心理学的书籍急剧地增加。研究心理咨询和治疗的一门比较新的学问——临床心理学受到人们的高度重视。

随着现代科学技术的进步,科学家在提出“信息高速公路”后不久,又提出“知识经济”的概念,在世纪之交叉提出了“数字地球”的概念,这种进步和变化真是日新月异!在这样一个信息化、数字化、生活复杂化的时代,人们的心理苦恼和精神健康问题也在逐年增加。科学技术和物质文明的发展与人们的精神卫生和身心健康水平的发展严重失调。

临床心理学是运用心理学及相关科学的理论与技术,对人们的心理适应和精神健康问题予以援助和指导的一门新兴科学。本章将概述临床心理学研究的目的、意义及特征。

第一节 临床心理学研究的目的

1. 临床心理学的定义和概念

临床心理学是应用心理学中的一门新的分支学科。从 20 世纪 40 年代中期开始发展。它和教育心理学、管理心理学、交通心理学、灾害心理学等一样,研究和处理与人类现实生活密切相关的事宜,以心理的适应问题为中心,并以进行心理学的临床援助活动为其主要特征。

1935 年,美国心理协会(APA)的临床部门给这门学问所下的定义

是:临床心理学是应用心理学的一个分支学科,它通过心理测定、分析、观察等方法对个体的行为能力和行为特征进行明确的理解,并且将从个体身心诊断和生活史所了解到的情况与对个体生活状况进行的观察、分析综合起来,并对个体的心理适应问题进行咨询和治疗。这一定义中强调三点。

(1) 临床心理学是应用心理学,它着重培养应用技术的实践家,而不是理论家。临床心理学的发展离不开实际应用。

(2) 临床心理学有两个非常重要的成分:第一是心理测定与诊断,第二是心理咨询与治疗。

(3) 临床心理学的根本目的是对有心理不适应或心理有障碍的个体进行心理援助,特别是帮助适应困难的个体调整其心态,改善其人格和适应性行为,提高其生活满意度。

20 世纪 60 年代中,日本的心理学会(JPA)和从事心理咨询和治疗的专家、学者,对这门学科所下的定义为:临床心理学是综合心理学和其他各种科学的知识和技术,对特殊个人(心理不适应的人或心理患者)在生活中遇到的障碍、苦恼进行本质的理解,并运用科学的方法加以解决的一门学问。因此他们把这门学问的实践活动称为“心理学的临床应用”。

到 20 世纪 80 年代,日本的学者汲取国际方面的各种研究结果,对上述概念又作了进一步理解。例如田中富士夫(1988 年)为临床心理学下了这样的定义:临床心理学概括地说来是对心理不健康的或有问题行为的心理咨询来谈者(client)进行心理援助,把他们的精神和人格向健康的方向引导,这种引导需要运用心理学和各种相关学科的知识和方法来进行。因此应用性、实践性是临床心理学一个非常重要的特征。

从上述的定义变化来看,起先临床心理学家十分注重“心理治疗”,但这种临床的心理治疗具有很浓厚的精神医学的色彩。后来以心理的援助、危机的介入(intervention)、引导或促进(improvement)等概念来表述,则更好地反映了现代临床心理学的发展特点。另一方面,20 世

纪 30 到 40 年代的临床心理学主要以心理测定运动为主,对儿童的不适应问题进行矫正、治疗,同时对社会个人的行为能力(behavior capacity)与行为特征(behavior characteristic)进行明确的分析,然后对个人的适应问题进行指导、助言(suggestion)和劝告(recommendation)式的咨询。这只是一种消极的临床心理活动。积极的临床心理学是为人们的精神健康和身心发展起到建设性的教育、援助作用。

2. “临床”的含义

“临床”(clinical)这个词起源于希腊语 klinikos,意思是“医生在患者的病床边进行医学的照料”。还有另外一种含义:“神父、牧师在死者床边进行祈祷,祝福灵魂的安息。”这在当时都是非常严肃的行为。但时至今日,“临床”并不只是将意思限定在“医生在患者的床边进行医学治疗”。临床心理学的创立,并不仅限于医疗临床。例如在幼儿、儿童、青少年的身心发展、成长过程中,对其家庭中出现的心理问题进行援助,咨询活动,这叫“家庭心理临床”;在学校教育过程中的心理健康教育或咨询,可称为“教育临床”;人们所生活的社区、地域的精神健康活动,可称为“地域临床”。这些都是临床心理学新开拓的领域,受到国际社会的关注。因此现代临床心理学对“临床”的含义有三个方面的发展。

(1) 它具有发展性的含义。例如针对幼儿或儿童身心发展中可能出现的问题,开展矫正或科学育儿的心理学实践活动。

(2) 它具有教育性的含义。例如以家庭、学校为中心,对儿童、青少年和父母进行心理健康教育活动。

(3) 它具有社会性含义。例如在地区、社区中对幼儿、成人、老年人的社会生活适应进行心理援助,而临床心理学的实践活动本身是与社会需求紧密结合的。

综上所述,“临床”是指一种心理援助活动,又是指处理和解决人的心理问题的社会实践活动。因此它具有发展性、教育性、社会性三种功能。

但是临床心理学家的活动和技术研修,是需要像医疗临床一样,接受“临床训练”或“临床面接”的实践和训练。在精神医学中,“临床”活动是将患者(具有什么样的症状?如何诊断?)和治疗方法(例如服用何种药物?)作为着眼点;而临床心理学中的“临床”,则以心理测定或诊断,以及心理健康援助、教育、咨询活动作为重点。

从这个意义上说,临床心理学家的“临床态度”(clinical attitude)是至关重要的。即心理咨询工作者究竟是把人的心理苦恼、痛苦和不适应等,作为一种“疾患”,作为“治疗的对象”来处理,还是从心理学的立场对人的问题进行理解、共感、教育的援助,使其得到心理的满足,从而让其过一种更有意义、更适应的生活?这是两种不同的“临床态度”,而它们是受心理学理论特别是人格理论、人性观重大影响的。

3. 临床心理学的研究目的

临床心理学的研究目的是运用心理学的技术、知识、成果,以及与心理学相关的科学理论对有心理适应问题的人进行援助、咨询和治疗。

其中心理不适应问题可以分为两类。

外部的心理不适应,指对社会生活中的人际关系,对社会的要求(或对生活的要求)、价值目标、生活习惯等的不适应。

内在的心理不适应,主要指个人内心幸福感等内部问题,即由欲求不满、不快、不安全感、紧张感等导致的不幸福感或不适应问题等。

心理不适应问题会导致心理苦恼、心理障碍、心理疾患等,而心理适应过剩或过度适应也会导致精神崩溃、疲倦或忧郁症等。只有保持适度的心理适应,量力而行,才是真正的适应。临床心理学家要针对人们的不适应问题,及早进行危机介入、援助、救济,引导其解决问题,寻求新的人生,最终使他们的心理恢复健康的状态。

从以上的论述来看,对临床心理学的研究目的和方向可作出三点规定。

第一,只有应用、实践才是这门学问的意义所在。当然,临床心理

学有其理论领域,也要发展其自身的理论,并且从广义上来考虑,为了达到临床心理学的研究目的,需要吸收、借鉴一切心理学理论。然而更重要的是,它必须从临床实践中去发展自身的理论。故对于本门学问来说,缺乏实践性、应用性的理论研究态度是不可取的。

第二,临床心理学的两个重要领域是诊断与心理治疗。通过心理“测定、分析等手段,对个人的行为能力、性格特征作出明了的把握”,这是第二次世界大战以前临床心理学的最大特征,主要表现在对儿童的智力和学习能力的诊断、评价上。当然,心理测定有其界限性,临床心理学家还必须通过“面接”,对个人的问题及障碍的原因作出分析、判断,这叫做“临床的面接诊断”。

临床心理学的治疗因流派、方法和技术手段的不同而各有不同。有的认为临床心理学中的治疗可以先于诊断;有的认为临床心理学中的诊断和治疗不能模仿医学的模式,只要解决问题即可;也有的认为在心理咨询室中进行的“面接行为”即是一种治疗行为。但是治疗技术也好,面接技术也好,如要取得心理援助的效果,必须发挥高度的技术能力,因而技术的实践训练和学习成为先决条件。从这个意义上说,临床心理学必须研究心理诊断和治疗这两种重要的应用技术。

第三,临床心理学的最终目的是对有不适应问题、有心理苦恼的人进行援助,帮助他们恢复心理或精神的健康状态。因此如何进行援助,是临床心理学的重要研究内容之一,它以被援助者的心理适应和人格发展作为根本的目的,它也是衡量一个心理临床家实力的根本指标。

第二节 临床心理学的对象与研究领域

1. 以心理不健康、不适应或障碍者为主要对象

临床心理学的研究和援助对象,主要是以有心理问题的具体的个人为主。他们是在社会生活和个人内心产生苦恼、痛苦、不幸感或感到