



Clinical Handbook of
Psychological Disorders

心理疾患 臨床手冊

David H. Barlow◎編

潘正德◎總校閱

潘正德、吳琇瑩、李鈺華、林繼偉◎譯
林淑梨、麥麗蓉、黃麗倩、張世華、譚偉象



心理出版社

心理疾患臨床手冊

總校閱

潘正德

譯者

潘正德 吳琇瑩 李鈺華 林繼偉
林淑梨 麥麗蓉 黃麗倩 張世華
譚偉象

國家圖書館出版品預行編目資料

心理疾患臨床手冊 / David H. Barlow 作；李鈺華等譯.-- 初版.--
臺北市：心理，2004[民 93]
面；公分.--（心理治療）；59
含索引
譯自：Clinical handbook of psychological disorders : a step-by-step
treatment manual, 3rd ed.
ISBN 957-702-744-X（平裝）

1. 精神醫學

415.95

93021272

心理治療 59

心理疾患臨床手冊

作 者：David H. Barlow
譯 者：潘正德、吳琇瑩、李鈺華、林繼偉、林淑梨
麥麗蓉、黃麗倩、張世華、譚偉象
總 編 輯：林敬堯
發 行 人：邱維城
出 版 者：心理出版社股份有限公司
社 址：台北市和平東路一段 180 號 7 樓
總 機：(02) 23671490 傳 真：(02) 23671457
郵 撥：19293172 心理出版社股份有限公司
電子信箱：psychoco@ms15.hinet.net
網 址：www.psy.com.tw
駐美代表：Lisa Wu Tel: 973 546-5845 Fax: 973 546-7651
登 記 證：局版北市業字第 1372 號
電腦排版：辰皓國際出版製作股份有限公司
印 刷 者：玖進印刷有限公司
初版一刷：2004 年 12 月

本書獲有原出版者全球繁體中文版發行獨家授權，請勿翻印
Copyright © 2004 by Psychological Publishing Co., Ltd.

定價：新台幣 900 元 ■有著作權·翻印必究■

ISBN 957-702-744-X

Clinical Handbook of Psychological Disorders

by David H. Barlow

© 2001 The Guilford Press

Published by arrangement with Paterson Marsh Ltd

A Division of Guilford Publications, Inc.

72 Spring Street, New York, NY 10012

www.guilford.com

All rights reserved

No part of this book may be reproduced, translated, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, microfilming, recording, or otherwise, without written permission from the Publisher.

編者簡介

David H. Barlow 在一九六九年取得佛蒙特大學 (the University of Vermont) 博士學位，迄今發表過的期刊與章節論文超過四百篇，出版過的書籍超過二十本，大都是在焦慮性疾患、性問題與臨床研究方法領域。

他寫的書包括：《單一個案實驗設計：研究行為改變的策略》 (*Single Case Experimental Design: Strategies for Studying Behavioral Change*, 2nd Edition, with M. Hersen; Pergamon Press, 1984)；《變態心理學：整合取向》 (*Abnormal Psychology: An Integrative Approach*, 2nd Edition, with V. M. Durand; Brooks/Cole, 1999)；還有最近出版的《科學家實踐者：保險年代中的研究與責任》 (*The Scientist Practitioner: Research and Accountability in the Age of Managed Care*, 2nd Edition, with S. C. Hayes and R. O. Nelson-Gray; Allyn & Bacon, 1999)，以及《焦慮及焦慮疾患：焦慮與恐慌的本質與治療》 (*Anxiety and Its Disorders: The Nature and Treatment of Anxiety and Panic*, 2nd Edition, Guilford Press, in press)。

Dr. Barlow 曾任密西西比大學 (the University of Mississippi) 醫學中心精神醫學系教授，以及布朗大學 (Brown University) 精神醫學系及心理學系教授。上述兩校的臨床心理學實習制度皆為他所創。他過去也是紐約州立大學奧本尼分校心理系 (the University at Albany, State University of New York) 的傑出教授，曾任該系之「恐慌與焦慮性疾患治療診所」主任。目前，他是波士頓大學 (Boston University) 心理學系教授、精神醫學系研究教授、臨床訓練計畫主持人、焦慮與相關疾患中心的主任。

Dr. Barlow 在二〇〇〇年獲美國心理學會 (American Psychological Association, APA) 頒發心理學應用領域之傑出科學獎。他也曾榮獲 APA 臨床心理學科學學會的第一屆年度科學宣傳獎，以及 APA 臨床心理學學會的傑出科學貢獻獎。此外，獲得中國北京人民解放軍頒發卓越成就殊榮獎，並受邀為臨床心理學榮譽訪問教授。

他曾任 APA 臨床心理學學會主席、行為治療協進會主席、《諮商與臨床心理學期刊》 (*Journal of Consulting and Clinical Psychology*) 編輯、《行為治療期刊》 (*Behavior Therapy*) 和《應用行為分析期刊》 (*Journal of Applied Behavior Analysis*) 主編。目前，他是《臨床心理學：科學與實務期刊》 (*Cli-*

nical Psychology: Science and Practice) 主編。他也是美國專業心理學會臨床心理學認可的臨床心理師，私人執業中。

作者簡介

AMY K. BACH, MA, Center for Anxiety and Related Disorders and Department of Psychology, Boston University, Boston, MA

DAVID H. BARLOW, PHD, Center for Anxiety and Related Disorders and Department of Psychology, Boston University, Boston, MA

AARON T. BECK, MD, School of Medicine, University of Pennsylvania, Philadelphia, PA, and Beck Institute for Cognitive Therapy and Research, Bala Cynwyd, PA

TIMOTHY A. BROWN, PSYD, Center for Anxiety and Related Disorders and Department of Psychology, Boston University, Boston, MA

ALAN J. BUDNEY, PHD, Departments of Psychiatry and Psychology, University of Vermont, Burlington, VT

KAREN S. CALHOUN, PhD, Department of Psychology, University of Georgia, Athens, GA

ANDREW CHRISTENSEN, PHD, Department of Psychology, University of California at Los Angeles, Los Angeles, CA

BRYAN N. COCHRAN, MS, Department of Psychology, University of Washington, Seattle, WA

MICHELLE G. CRASKE, PHD, Department of Psychology, University of California at Los Angeles, Los Angeles, CA

EDNA B. FOA, PHD, Department of Psychiatry, University of Pennsylvania School of Medicine, Philadelphia, PA

MARTIN E. FRANKLIN, PHD, Department of Psychiatry, University of Pennsylvania School of Medicine, Philadelphia, PA

LAURIE A. GILLIES, PHD, CPsych, Department of Psychiatry, University of Toronto, Toronto, Ontario, Canada

RICHARD G. HEIMBERG, PHD, Adult Anxiety Clinic and Department of Psychology, Temple University, Philadelphia, PA

STEPHEN T. HIGGINS, PHD, Departments of Psychiatry and Psychology, University of Vermont, Burlington, VT

DEBRA A. HOPE, PHD, Department of Psychology, University of Nebraska, Lincoln, NE

NEIL S. JACOBSON, PHD (deceased), Department of Psychology, University of Washington, Seattle, WA

CONSTANCE A. KEHRER, PHD, Department of Psychology, University of Washington, Seattle, WA

MARSHA M. LINEHAN, PHD, Department of Psychiatry and Behavioral Sciences, University of Washington, Seattle, WA

BARBARA S. MCCRADY, PHD, Center of Alcohol Studies and Graduate School of Applied and Professional Psychology, Rutgers University, Piscataway, NJ

DAVID J. MIKLOWITZ, PHD, Department of Psychology, University of Colorado, Boulder, CO

TRACY A. O'LEARY, PHD, Department of Psychiatry and Human Behavior, Brown University, Providence, RI

KATHLEEN M. PIKE, PHD, Department of Psychiatry, Columbia University, New York, NY

PATRICIA A. RESICK, PHD, Center for Trauma Recovery and Department of Psychology, University of Missouri–St. Louis, St. Louis, MO

STACEY C. SIGMON, MA, Departments of Psychiatry and Psychology, University of Vermont, Burlington, VT

CYNTHIA L. TURK, PHD, Adult Anxiety Clinic and Department of Psychology, Temple University, Philadelphia, PA

ARTHUR D. WEINBERGER, PHD, Cognitive Therapy Center of New York, New York, NY

JENNIFER G. WHEELER, MS, Department of Psychology, University of Washington, Seattle, WA

G. TERENCE WILSON, PHD, Graduate School of Applied and Professional Psychology, Rutgers University, Piscataway, NJ

JOHN P. WINCZE, PHD, Department of Psychiatry and Human Behavior and Department of Psychology, Brown University, Providence, RI

JEFFREY E. YOUNG, PHD, Department of Psychiatry, Columbia University, New York, NY, and Cognitive Therapy Centers of New York and Connecticut

譯者簡介

潘正德

美國威斯康辛大學教育輔導研究所碩士

曾任：中原大學學生輔導中心主任

光武工專輔導室主任

現任：中原大學人文與教育學院教授兼學務長

吳琇瑩

中原大學心理學研究所臨床組研究生

李鈺華

美國南加州大學婚姻與家庭諮商碩士

曾任：中原大學學生輔導中心輔導老師

美國洛杉磯亞太家庭中心家庭諮商師

現任：美國加州心理學院臨床心理學博士班進修

林繼偉

美國堪薩斯州立大學諮商員教育博士

曾任：中原大學學生輔導中心主任

現任：花蓮師範學院教學心理與輔導學系助理教授

林淑梨

國立成功大學行為醫學研究所碩士

曾任：中原大學學生輔導中心兼任輔導老師

現任：行政院衛生署桃園療養院心理衛生科主任

麥麗蓉

美國密蘇里大學教育諮商心理研究所碩士

曾任：台北市社會教育館家庭教育服務中心研究員兼中心主持人

元智大學學生輔導中心主任

現任：元智大學通識教育中心講師

輔仁大學心理學系博士班進修

黃麗倩

中原大學心理學碩士

現任：中央大學諮商中心輔導老師

張世華

美國德州大學奧斯汀分校教育心理學碩士

現任：中原大學學生輔導中心輔導老師

譚偉象

美國北德州立大學臨床心理學博士

曾任：崇右企專專任副教授

現任：中原大學心理系專任副教授

前言

本書一直都與其他回顧心理疾患治療之最新進展的類似書籍有所不同，在第三版亦然。在一九九〇年代這十年間，心理學界發展出了一種因疾患而異的行為改變技術學，這樣的發展會在接下來的這個新世紀持續下去。這樣的行為改變技術學包含了各式各樣已經證實對某特定疾患有效的技術或程序，有的證據多，有的證據少。很自然，這些治療法的療效證據，對有些疾患來說會比較多，對有些疾患來說則比較少。自從本書一版、再版以來，我們愈來愈清楚看到，治療者需要具備大量的臨床技巧方能以最有效的方式運用這些技術。因此，本書的第三版，並**不是**另一本對某特定問題的治療程序做出回顧、再對未來研究方向做出建議的書。本書乃是對實際的治療方案做出詳細解說，這些治療方案是經驗豐富的臨床工作者把行為改變技術應用於十四種最常遭遇的疾患上的做法。

在本版中，有些最為人知的心理治療方案的原創者，已經修訂並更新他們的治療方案，以反映聲勢日漸壯大的心理治療的最新進展。本書中有三個原創性的治療方案是新增的，反映了過去幾年的主要發展。由 Laurie Gillies 撰寫的第七章，描述治療憂鬱症的人際心理治療（interpersonal psychotherapy, IPT）。第十章講到古柯鹼依賴的治療，由 Stephen T. Higgins、Alan J. Budney 和 Stacey C. Sigmon 撰寫，文中呈現令人興奮的新治療法，有關這些治療法對複雜無比之藥物濫用問題的療效證據與日俱增。最後，第十二章講到雙極性疾患的治療，由 David J. Miklowitz 撰寫，讀者可以在當中看到以患者的人際系統為目標的心理治療的效力。每位治療師及正在接受訓練的治療師一定都要熟悉這些理論，不論有這些問題的患者是否是他們臨床活動的主要焦點。

如以前的版本一樣，本書的出現是因應不計其數的臨床心理學研究生、精神科住院醫師，及其他心理衛生專業人員的需要而來的。無論是正在接受訓練還是已在執業，他們都在問：「但是，我該如何處理呢？」了解到目前並沒有任何一本書提供可作為實務指南的逐步說明的治療方案，本書應運而生，盼望可以滿足這個需要。為達此目的，大部分的篇章都包含好幾個特定的主題。每章一開始都會簡要回顧一下我們對該章所講疾患的知識，然後接著說明治療該疾患之技術所據以發展出來的模式或小型理論（mini-theory）。這些模式或小型理論主要是要回答一個問題：此疾患的哪些面向應該要被衡鑑、治療到？雖

然臨床實務經驗都會和理論有一段距離，臨床工作者會發現輔以一些心理動力概念的行為和系統理論是其中最主要的理論架構。

說明過理論模式之後，會說明一般而言該疾患的治療會在什麼樣的處所進行。治療處所因疾患而異，從較常見的治療室到患者的家庭環境都有。對於治療的社會脈絡（如，納入家庭或朋友的重要性），以及對某特定問題有重要關聯的治療師變項和受輔者變項，各章同樣也有詳細說明。例如：在懼曠症或愛侶之間的苦惱的治療上，有些治療師變項對治療技術之應用有其重要性，文中便會對此加以說明。此外，有關受輔者變項在治療上的意涵，如恐慌症、懼曠症患者的依賴與不能自我肯定，文中亦有說明。

接著是實際衡鑑和治療程序的逐步解說，這部分有很多章都是穿插在治療會期逐字稿的相關處。這部分重要的是，我們在治療前提供給患者的理論基礎的說明，以及應用該治療技術時一般會遇到的問題。若有可預測治療成功或失敗的預測因素相關資料，文中都會提出。

在達成上述這些企圖心相當大的目標時，本書的這一版，和上一版一樣，我很幸運請到了在該領域居領導地位的臨床工作者與研究者詳述他們治療病人的實際程序。和之前一樣，這些學者專家這次也說，為了要說明他們應用其治療方案的實際過程，他們所必須說明的細節，遠遠超過他們原先的想像。我盼望，每個地方的執業心理師和臨床學生，均能因熟悉這些細節而獲益。

最後，我要向我的行政助理 Bette Selwyn 表達深深謝意，這第三版從頭到尾，幾乎全都出自她手。

David H. Barlow
Boston and Nantucket Island

總校閱序

接觸本書是在「亞迦貝全人發展中心」王金石博士主持的一次個案研討會中開始的。當時，只見王博士左不離這本臨床手冊，右不離這本臨床手冊，把當中的個案分析得淋漓盡致，簡直把這本書當作是心理疾患患者診斷與治療之聖經。王博士講得興起，會後個別請益時，他索性把這本他心目中的經典之作送我，並期盼有人將它翻譯出來，造福有心助人的所有心理工作者。

隨後，個人在閱讀時，發現本書與其他臨床專業書籍最大的不同點，即在本書具有三個特色：

- 一、本書不是回顧心理疾患治療的書；而是掌握現在已獲實徵研究支持及未來主流治療技術或程序的書。
- 二、本書不是針對某些特定問題的治療程序做出個人回顧，再針對未來研究方向做出建議的書；而是針對十四種最常見的心理疾患的實際治療方案做出詳細解說，並結合多位在該領域居領導地位的臨床工作者與研究者的智慧撰寫而成的教科書。
- 三、本書不是章節內容分離、理論與實務拼湊的書；相反的，本書大部分的篇章均由淺入深、循序漸進，先從各個疾患的基本知識出發，接著探討治療該疾患之技術所發展出來的理論，最後逐步解說實際衡鑑與治療的程序（含逐字稿）。本書可說是一本層次分明、脈絡清晰，且理論與實務相互觀照的工具書。

由於本書具備上述三大特色，更加深本人翻譯的決心，於是舉出「為台灣臨床心理學界留下一本好書」堂而皇之的理由，找到一批原本就十分忙碌的譯者群。他們都是臨床心理學、諮商、輔導學界的朋友。他們願意挺身而出，參與並完成冗長、枯燥的翻譯工作，不是為了名和利，乃是為了表達支持並認同「好東西要和好朋友分享」的理念。

本書編著者 David H. Barlow 是當代一位傑出的臨床心理學者、研究者，與實務工作者。他在佛蒙特大學取得博士學位，發表過四百篇以上之期刊與章節論文，出版二十餘本專業書籍。他曾獲頒二〇〇〇年美國心理學會（APA）之心理學應用領域之傑出科學獎、APA 臨床心理學科學學會第一屆年度科學宣傳獎，以及 APA 臨床心理學學會的傑出科學貢獻獎。有幸參與大師級名著的翻譯，譯者們倍感殊榮，但也戒慎恐懼，擔心原著者的智慧因翻譯品質未臻

理想而毀於一旦，因此在翻譯文稿完成後，我們特別邀請中原大學心理研究所臨床組吳琇瑩同學一起加入總校閱的工作。她曾有專業翻譯文稿的經驗，堅持信、雅、達最高品質的原則。本書譯稿的核對、專業用語的一致、原文語意的傳真、DSM-4 精神的延續，她完成「為山最後一簣」的工作。本書若能更貼近原作者的心意，她耗費極大的心力。初稿的校對工作，幸蒙研究助理王裕仁的協助方得完成。本書最初的翻譯工作，在章節的分工為：第一、二章由本人負責，第三、七章由世華負責，第四章由鈺華負責，第五、八章由繼偉負責，第六、十四章由譚偉象老師負責，第九、十章由麗倩負責，第十一章由老麥負責，第十二、十三章由淑梨負責。

本書能順利付印出版，特別要感謝原作者的智慧，沒有他們在臨床上的心血結晶，本書不可能問世。此外，要感謝一起翻譯的好朋友們，由於大家心動加上行動的贊助，在不到一年的時間，完成原作者累積一生的智慧之轉換工作，為台灣心理工作者帶來一本好書。最後，要謝謝心理出版社的信任及中原大學教務處教學資源製作經費的補助，本書中文版的問世才成為可能。

潘正德 謹識於
中原大學 人文與教育學院

譯者序

我們的共同心聲

- 在翻譯的過程中，漫遊在作者的思緒之間，享受著尋寶的樂趣，最感佩的是，作者鉅細靡遺的介紹治療背景、治療現況和治療理念。善用科學方法客觀的評估，和濃厚的人本情懷同理個案的處境，其用心程度令人讚賞。不禁反思：治療時應遷就治療師的習慣、風格或治療成本，還是應以受輔者為中心的思考脈絡調整技術與策略，這帶來很大的震撼。書中更難能可貴的是，作者列舉很多治療的實例，並提醒臨床工作者可能面對的挑戰和治療效果，使得此一治療手冊更具可看性。
- 積少成多，滴水成河，感謝翻譯小組的夥伴們，一起朝向目標，辛苦努力的感覺真好。翻譯工作雖告一段落，但獲益良多，有所成長。
- 總是在繁忙的公務中，力尋空檔，和一群好朋友共襄翻譯此書之盛舉，十分辛苦！而意外發現——夜半輾轉難眠之際，起床做些翻譯，約一個小時後，再回到床上，竟可以有個好眠，所以辛苦是值得的！
- 參與這本書的翻譯工作是在一個偶然的狀況下，並非在自己的計畫中，而吸引我接受邀請，是對邊緣性人格的興趣。長久以來，邊緣性人格一直是令學校諮商員感到壓力的，面對這樣的受輔者時無不戰戰兢兢。本章中，Linehan和她的工作團隊長期對於邊緣性人格之治療方式所投入的心力令人敬佩，在其治療中也樂見東方哲學的被引用，然而文中著墨並不多，期盼未來我們能看到此部分更多的論述或研究成果。
- 這真是一本好書，有幸細讀、精讀、再三解讀，實在是賞心樂事。但提起筆來動手翻譯，就不再是這麼開心了。不管如何，我們完成了！真不是一件容易的事。
- 翻譯一本好書一直是心中的小小夢想，此次能參與翻譯這本臨床上的「經典」之作，更覺得有意義，雖然在繁忙的工作之餘，仍須提筆翻譯真的不是件輕鬆愉快的事（不記得有多少的週末及長假皆在翻譯中度過）。本書的出版是大夥辛苦的結晶，而我，在埋首翻譯之餘所學到應用在專業上的收穫和新的領悟，也算值得走這麼一遭了！
- 雖然在臨床實務工作上有一點點心得，但翻譯可是第一次，因此，生澀在所難免。還好，大夥一起打氣、相互支持、苦中作樂，總算完成這本「經典」

之作的翻譯工作。這是一本臨床心理工作者不可或缺的工具書之一。願這本書的出版，能在心理學領域激起一片美麗的浪花。

看到二〇〇二年十二月出版的《校園雜誌》，作者陳建民教授的這段話，頗能代表長期處在翻譯煎熬的心聲：

翻譯又麻煩，又費時，若少了耐心以及驚人的熱情，是做不下去的！譯海無邊，不必回頭，順利不順利，得時不得時，總要上岸。一定要撲上了翻譯的彼岸才安心，是不是？真誠的鼓勵所有的譯者，一起來努力翻向逆浪而游。

這段話曾經打動我們的心，激勵我們繼續往前。如今，展現在您眼前的，就像是初熟的果實，期盼您喜愛它、享受它，並從中獲益。此外，也盼望透過本書中文版的發行，能對身處此社會一角落的心理疾患患者及其家屬們的痛苦心靈，產生些許舒緩的效果。

潘正德、吳琇瑩、李鈺華
林繼偉、林淑梨、麥麗蓉
黃麗倩、張世華、譚偉象

目錄

| | |
|-----------------------------|------|
| 編者簡介 | iii |
| 作者簡介 | v |
| 譯者簡介 | vii |
| 前言 | ix |
| 總校閱序 | xi |
| 譯者序 | xiii |
| | |
| 第一章 恐慌症與懼曠症 | 1 |
| 第二章 創傷後壓力疾患 | 85 |
| 第三章 社交焦慮疾患 | 169 |
| 第四章 廣泛性焦慮疾患 | 225 |
| 第五章 強迫性疾患 | 303 |
| 第六章 憂慮症的認知治療 | 383 |
| 第七章 憂慮症與其他疾患的人際關係心理治療 | 451 |
| 第八章 飲食性疾患 | 485 |
| 第九章 酒精使用疾患 | 551 |
| 第十章 古柯鹼依賴 | 631 |
| 第十一章 邊緣性人格疾患之辯證行為治療 | 683 |
| 第十二章 雙極性疾患 | 759 |
| 第十三章 性功能障礙 | 815 |
| 第十四章 愛人之間的苦惱 | 879 |
| 索引 | 915 |