

张志勇老师普通心理学讲义第15章心理障碍与心理治疗 PDF
转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/249/2021_2022__E5_BC_A0_E5_BF_97_E5_8B_87_E8_c38_249942.htm 第15章 心理障碍与心理治疗

01. 心理变态，指影响一个人的安宁感，或影响社会、职业职能的思维、情感和行为习惯。02. 心理疾病的概念随历史和文化而变化。不同文化对心理变态的描述和界定不同，但是"心理疾病"决非只是给不正常者的一个标签。03. 心理动力学观点区分出神经症、人格障碍和精神症，它们形成一个身心障碍的连续体。从心理动力学角度，要评估一个人的愿望和恐惧、认知和情绪资源、自我和他人的体验。04. 认知-行为观点将经典和操作条件作用与认知-社会观点相结合。功能紊乱行为，是环境偶发事件和错误认知导致的结果。05. 理解心理变态，常常要求进入生物学分析水平。从生物学的角度，心理变态源于大脑内的错误连接，尤其是特定神经递质活动量大，有时过于活跃，有时过于沉寂，容易产生错误连接。心理变态的素质-应激模型指出，存在一种精神分裂症素质（先天遗传而来的心理倾向），潜在容易受伤害的人，在应激情形下就可能表现出症状。06. 系统观点，试图以一个人所处的社会团体，诸如夫妻、家庭或者更大的社会系统背景来解释一个人的行为。家庭系统模型，认为任何人的症状实际上都是家庭的功能紊乱。07. 心理障碍诊断和统计手册（第四版）（DSM-IV）（1994），是美国精神病协会出版的心理疾病的官方手册，是描述诊断的基础。中国1989年出版了《中国精神疾病分类与诊断标准》（第二版）。08. 儿童期或青春期诊断出的第一种症状往往是注意缺陷多动症，特点是与

年龄不符的分心、冲动和多动。另一种是操行障碍，即孩子持续地违反他人的权力以及社会规范。

09. 物质有关的障碍，指连续地使用对心理和社会功能有不利影响的物质。全世界范围内，酗酒，是最常见的物质使用障碍。和其它多数心理障碍一样，酗酒的根源包括基因、环境以及它们的相互作用。

10. 精神分裂症，是与现实脱节的一种障碍，它包括积极症状（如幻觉、错觉、联想散漫），消极症状（情感贫乏、社会技能差）。精神分裂症的类型包括：妄想狂（以妄想症状为主，并有相应的幻觉），紧张型（以躯体运动上的变化为主，表现有紧张性兴奋和紧张型木僵，两者可交替出现），紊乱型（与现实的接触特别差，看上去凌乱，行为怪异，情感淡漠或不合时宜），无分化型（混合的症状，不符合上述任一类型的标准），残留型（主要是消极症状，诸如情感缺乏，言语贫乏，无话可说，或缺乏动机）。精神分裂症是高度遗传的大脑疾病，但易感个体受环境刺激的激发而出现或者恶化。

11. 心境障碍，以情绪和心境的困扰为特征。躁狂症，处于此状态的人感觉特别快乐，认为他们什么都能做。最严重的抑郁是主抑郁障碍。精神抑郁症，指长期的、超过两年的无名抑郁。两极障碍，是躁狂和主抑郁情节交替为特征的心境困扰。心境障碍不一定就有自杀，但自杀念头是抑郁的常见成分。

12. 心境障碍的病因学中有基因的贡献，但是，除了两极障碍和精神分裂症一般要求生理上的易感性以外，环境事件本身就能促成抑郁。认知理论从功能紊乱的思维中寻找抑郁的根源。心理动力学理论认为，抑郁的本质、诱发物，有赖于个体的人格结构。

13. 焦虑障碍，其特点是强烈、频繁或连续的，没有正当的情境理由的焦虑。恐惧障碍，特

点是没有情景理由的强烈害怕和厄运或恐怖感。广场恐怖症，指处于很难逃脱的地方或情境时的害怕感。强迫-冲动障碍，以一再发生的强迫症（持久稳固的思想或观念）和冲动（以刻板的方式对强迫症作出有意的行为）为标志。创伤后应激障碍，其特点是倒叙和反复想到通常人类体验以外的心理忧伤事件。

14. 焦虑障碍和抑郁一样，有一定的遗传性，但是不一定要有基因遗传倾向。认知-行为理论将它们与条件化的情绪反应和功能失常的认知联系起来。心理动力学理论将焦虑障碍与冲突、童年信仰、害怕和愿望联系起来。

15. 分离障碍，其特点是意识、记忆、自我统一性感觉或者环境知觉出现分裂瓦解。最重要的特征是分离，即经验的重要方面在意识中被分割开，彼此无关的混乱状态。最严重的类型是分离人格障碍，也称为多重人格障碍。

16. 人格障碍，其特点是适应不良的人格模式，导致长年在人际和职业功能方面出现障碍。边缘人格障碍，其标志是极端不稳定的人际关系，心境急剧摆动，自我统一性感觉不稳定，非常害怕分离和遗弃，控制，冲动行为，自伤行为等。反社会人格障碍，其标志是一些领域中不负责任和干扰社会的行为模式。基因遗传在很多人格障碍中起一定的作用；童年的经验，诸如虐待和忽视也起同样的作用。

心理动力学的治疗

17. 心理动力学认为，洞察--了解一个人自己的心理过程--对治疗变化和治療关系重要。

18. 自由联想，是用于探索症状形成中所涉及的关联网络和无意识过程的一种技术。心理动力学治疗的另一个核心因素是对冲突、防御、妥协形成和转移反应的解釋。转移，指将思想、情感、恐惧、愿望和冲突从过去的关系，特别是从童年转移到治疗者身上。治疗者也必须十分小心注意他们自

己的逆转移，即由于与病人的相互作用，尤其是病人向他们的转移而引发的情绪反应。

19. 心理动力学当今主要的治疗方法是心理分析（很典型而且是长远的），心理动力学心理治疗（依赖同样的原理，但对话更多），和短期心理动力学心理治疗（也是依赖同样的原理，但有特定的关注焦点和有限的活动时间）。

20. 认知-行为治疗法，时间相对较短，直接，而且集中于具体的症状。它们依赖操作和经典条件作用，以及认知-社会的和更严格的认知干预。

21. 在系统脱敏（一种经典条件作用技术）中，病人以一种放松的状态在心理上慢慢地接近所害怕的刺激。曝光技术，和脱敏一样，依赖经典条件作用原理，但它们让病人接触现实生活中实际的恐惧刺激而非只是想象它。依据操作条件作用的治疗，用奖励和惩罚修改不当的行为。

22. 在参与模型中，治疗者不仅塑造所要的行为，而且还逐渐引导病人参与其中。技能训练，传授完成相关目标所必须的程序。社会技能训练，帮助那些在人际能力方面有特定缺陷的人。

23. 认知治疗试图用比较有效而且准确的认知替代功能失效的认知。Ellis推出理性-情感治疗，提出了心理治疗的ABC理论，A指激发条件，B指信念系统，C指情绪后果。Beck的认知治疗类似地提出，改变扭曲的认知是治疗变化的关键。

人本、团队和家庭治疗

24. 人本治疗，集中于病人的现象（体验）世界。Rogers的当事人中心治疗，目的在于帮助个体通过治疗的移情作用和无条件关注，体验真实的自我。

25. 团对、家庭和婚姻治疗，涉及同时面对多个个体。团队治疗，集中于个体动力学和团队过程。团队治疗的一种变式是自助团队，它不是由专业人士来指导。家庭治疗，假定症状的根源在于家庭系统的结构，所

以治疗应该指向家庭互动模式。家庭治疗的变式是婚姻或夫妇治疗，以夫妇为治疗单位，可以采用系统、心理动力学或者认知-行为技术。

26. 生物治疗的目的是改变大脑的机能，尽可能地恢复正常的机能。药物治疗，是生物治疗的主要类型，它指用药物治疗心理障碍。电痉挛治疗（ECT），或者电击治疗，至今仍作为最后的选择治疗严重的抑郁。在一个时期，心理手术，即减轻心理症状的大脑手术也曾广泛采用。

27. 药物治疗法，已被确立为治疗精神分裂症、两极障碍和很多其它心理变态的有效方法，但是，病情的反复率和副作用是其两大问题。

28. 研究者发现，所有心理治疗方法的效果都是相对的，没有哪一种总体上比其它方法更有效。认知-行为法和生物治疗法取得了教多的实际关注和支持，但是并没有发现它们比短期的心理动力学心理治疗法更好。

29. 治疗方法有赖于文化价值系统和有关人格和心理变态的信念。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com