

医学心理学第五节 满灌疗法 PDF转换可能丢失图片或格式，
建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/493/2021_2022__E5_8C_BB_E5_AD_A6_E5_BF_83_E7_c67_493435.htm 满灌疗法（flooding therapy）与系统脱敏疗法正好相反，后者是采用对抗条件作用，对同一可引起恐惧的刺激用新的反应（放松）来替代旧的反应（焦虑紧张），恐惧刺激逐步升级，直至最后给予最强的恐惧刺激时病人仍然作出放松反应，从而达到了治疗目的。这一缓慢的逐步消退过程需要经过一定按部就班的训练，使病人逐渐适应引起恐惧的情境。而前者不需要经过任何放松训练，一开始就让病人进入最使他恐惧的情境中。一般采用想像的方式，鼓励病人想像最使他恐惧的场面，或者治疗者在旁反复地、甚至不厌其烦地讲述他最感害怕的情景中细节，或者用录相、幻灯片放映最使病人恐惧的镜头，以加深病人的焦虑程度，同时不允许病人采取堵耳朵、闭眼睛、喊等逃避措施。即使病人由于过分紧张害怕甚至出现昏厥的症兆仍鼓励病人继续想像或聆听治疗者的描述。如果让病人躺卧在沙发上，一般不会出现昏厥现象。事先告诉病人：在这里各种急救设备俱全，医护人员皆在身旁，他的生命是绝对安全有保障的，因此可以立即想像、聆听或观看使他最害怕的情景，在反复的恐惧刺激下，即使病人因焦虑是紧张而出现心跳加剧、呼吸困难、面色发白、四肢冰冷等植物性神经系统反应，病人最担心的可怕灾难并没有发生，焦虑反应也就相应地消退了。另一有效的方式是要病人直接进入他最感恐惧的情境：例如一名因担心寒冷会使下肢冻坏而至瘫痪的恐惧症病人，即使到了夏天上身仅穿单衣，下身仍穿着厚

厚的绒裤和棉裤，病人诉说他只要一脱棉裤或者想像要脱棉裤，下肢就发抖，僵硬以致不能站立和行走。治疗时室温为摄氏28度，病人上身只穿单衣，下身却穿一条衬裤、一条棉毛裤、一条毛线裤、一条厚棉裤，并加一双厚的长统袜子。治疗者告诉病人经过检查，他的下肢和上肢的功能一样，在室温下不会发生瘫痪，同时还准备了注射药物和电刺激仪器以预防可能出现他所担心的情况。在治疗者的保证下，取得病人的同意后，要病人躺在治疗床上，用极其迅速的方法将其棉毛裤、毛线裤和棉裤包括长统袜的在内一并脱下，只留短衬裤，结果病人下肢并未出现发抖僵硬现象。要病人在床上活动下肢，数分钟后即下地行走，一次治疗获得成果。此疗法的适应症和系统脱敏疗法一样，对某些恐怖症和强迫症效果较好。至于对那些病人采用此法，还要考虑他的文化水平、暗示程度以及发病原因等多种因素。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