

医学心理学第二节 认知领悟心理疗法 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_493438.htm 这一疗法是钟友彬根据心理动力学理论结合中国的具体情况和多年实践于七十年代末提出的，又称“中国式的心理分析法”。作者承认这一疗法是从心理分析和心理动力学疗法派生的。它保留了有关潜意识和心理防卫机制的理论，“承认幼年期的生活经历尤其是创伤体验对个性形成的影响，并可成为成年后心理疾病的根源”，“不同意把各种心理疾病的根据都归之于幼年‘性’心理的症结”，而认为性变态是成年人用他本人所未意识到的。即“用幼年的性取乐方式解决他的性欲或解除他苦闷的表现”。因此治疗时要用符合病人“生活经验的解释使病人理解、认识并相信他的症状和病态行为的幼稚性、荒谬性和不符合成年人逻辑的特点”，这样可使病人达到真正的领悟，从而使症状消失。认知领悟疗法的适应症是强迫症、恐怖症和某些的性变态：如露阴癖、窥阴癖、挨擦癖和异装癖等。具体的作法是：1．采取直接会面的交谈方式，如病人同意，可有家属1人参加。每次会谈时间为60～90分钟，疗程和间隔时间皆不固定。由病人或由病人与医生协商决定。凡有书写能力的病人都要求他在每次会谈后写出对医生解释的意见和结合自己病情的体会，并提出问题。2．初次会见时，要病人及家属叙述症状产生、发展的历史和具体内容，尽可能在1小时内叙述完。经躯体和精神检查诊断为上述适应症的病人的病人后，即可进行初步解释，告诉他病是可以治好的，但需主动与医生合作。对医生的提示、解释要联系

自己认识思考。疗效的好坏取决于自己的努力程度。如时间许可，即可告诉病人，他们的病态是由于幼年的恐惧体验在成人身上的再现，或用幼年的方式来对付成年人的心理困难或解决成年人的性欲。解释内容因疾病不同而略有出入。3 . 在以后的会见中，继续询问病人的生活史和容易回忆的有关经验。不要求深入回忆，对于梦也不作过多的分析。主要通过会谈建立病人与医生间的相互信任的良好关系，并使病人真诚地相信医生的解释。4 . 随后与病人一起分析症状的性质，引导他相信这些症状大都是幼稚的、不符合成人思维逻辑规律的感情或行动，有些想法近似儿童的幻想，在健康成年人看来是完全没有意义的，不值得恐惧，甚至是可笑的。只有几岁的儿童才那么认真地对待、相信和恐惧，不自觉地用一些幼稚的手段来“消除”这些幼稚的恐惧，或用幼年取乐的方式来解决成年人的问题等。这些解释要结合病人的具体病情来谈。5 . 当病人对上述解释和分析有了初步认识和体会后，即向病人进一步解释病的根源在于过去、甚至幼年期。对强迫症和恐怖症病人指出其根源在于幼年期的精神创伤。这些创伤引起恐惧情绪在脑内留下痕迹，在成年期遇到挫折时会再现出来影响病人的心理，以致用儿童的态度对待在成年人看来不值得恐惧的事物。现在已是成年人不应当象孩子那样认识、相信并恐惧了。对于性变态病人，结合他可以记忆起的儿童性游戏行为，讲明他的表现是用幼年方式来对待成年人的性欲或心理困难，因而是幼稚和和遇蠢可笑的。上述的解释需要经过病人与医生多次共同的讨论，才能使病人完全理解，达到新的认识。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