

变态心理学—病因分析例题

同学们大家好，经过上几次案例分析题目的练习，同学们渐渐学会如何诊断症状了吧。相信经过多次练习，我们会越来越熟练，最后就可以轻松 hold 住案例分析题啦！而这一次，我们雄赳赳气昂昂地来解读变态心理学第二类重点题目一病因分析题。

这种题目的出现频率并不高，却很让同学们头疼，因为变态心理学这本书里病症那样多，而每一个病症都对应一个病因，好不容易背完了症状不够，还要再背病因，病因也那么多，洋洋洒洒背下来，自己都记不清是哪种症状对应哪种病因了。万一考到相应的题目，绞尽脑汁恐怕也写不全，甚至直接张冠李戴，把抑郁症的病因写成了恐怖症的。（笑哭脸）

难道就要寒窗苦读死记硬背非把整本书都一字不落地背下来么？非也非也，文都比邻的教研老师这次，就教给大家，病因分析题目的记忆与答题小窍门。

【原题】

我们先来做个题感受一下：

（北京理工大学 2014 年，学硕 634）

任选两种心理理论流派阐释进食障碍的发病机制。

【解答思路】

这道题并不需要把进食障碍的每一种心理理论流派发病机制都背下来，然后再任选两种，而是从整个的“病因模型”中挑选出两个理论流派。

什么是病因模型？

文都比邻的老师改编了变态心理学《知识精讲》第一章中“理论模型”知识点，总结出如下的“病因模型”。它包括：

一、生物医学模型：生物医学模型是从医学对待躯体疾病的模式出发探索精神障碍的。

生物医学模型主要有以下三种视角：

1. 大脑结构

大脑的主要结构及其功能具体内容见普心。大脑结构受损或者结构发育不良也会造成精神、心理、人格方面的障碍等

2. 神经递质

神经系统最基本的构成单位是神经元，而神经系统传递信息主要是通过神经递质进行传递的。存在几种重要的神经递质，如乙酰胆碱（ACh），多巴胺（DA），五羟色胺（5-HT）等。当神经递质的含量出现问题时，就可能导致行为的异常。

3. 遗传与基因

某些病症自婴儿出生起就带有父母的遗传基因，后天的成长环境有可能会诱发其疾病发作。基因是人类遗传的基础，也包含了人之所以为人的全部遗传信息，但是基因却不具备决定性的影响作用，更多的时候是遗传和环境产生交互作用共同影响。

二、心理流派模型：是用各大心理学流派的主要观点来解释精神障碍的原因。

心理流派模型分为以下几个流派：

（一）精神动力学模型

1. 古典精神分析：

- （1）**心理无意识论**：许多心理活动是无意识、潜意识的，人不能对其有所觉察。
- （2）**童年经历论**：大多数动力学学者认为童年经历的影响非常强大。
- （3）**焦虑和防御机制**：大多数心理冲突来自于本我与超我的矛盾自我没有办法很好的协调，因而发展出过度切不当的自我防御机制。（具体见临床与咨询心理学）

2. 新精神分析学派：

- （1）强调**自我**的力量，因为自我不能正常完全发展而产生心理障碍。
- （2）将**儿童的社会关系**看作是正常的或异常的决定因素。
- （3）修正了心理发育的**关键期**。

（二）行为主义模型

行为主义认为，所有的行为，无论是正常的还是异常的，都是**从过去的经验中习得的**。行为的习得受到外界环境的影响，因此行为的改变可以通过改变外界环境的关键因素达成。

主要有两个关键性的过程，叫做

1. **经典条件反射**。第一阶段是对条件刺激**习得恐惧**，是经典条件反射
2. **操作性条件反射**。第二阶段为了**回避恐惧**，而远离条件刺激，即操作性条件反射。

（三）认知主义模型

认知心理学包括对基本的信息加工机制的研究，如注意、记忆以及包括思考、计划、决策在内的认知过程的研究，有几个比较重要的概念：

1.期望

班杜拉强调期望对行为的影响。班杜拉认为存在两种期望。

①结果期望：在学习过程中学到的一种对行为所带来的结果的期望。②效能期望：个体对于自己完成某行为的可能性的预期。心理治疗成功在于提高自我效能期望。

2.归因

归因存在不同的维度，常见的有内部-外部归因，稳定-不稳定归因。

而心理学家感兴趣的是，是否不同类型的心理障碍与特定的归因风格有关。改变归因方式，可以改变人们对事物的看法，从而改变看待问题的方式。

3.认知评估

一种自动的、无意识的对发生的事情和自己行为的评估，就叫做认知评估。

Beck 曾经对思维过程中常见的认知歪曲进行了归纳，包括：武断的推论，过度概括化，选择性概括，“全或无”的思维方式，夸大或缩小，个人化。

4.图式

图式是包含个体最基本信念和假设的认知结构，发展于早期的个人经验之中，影响着其他的信念、价值观和态度，并影响当前信息加工过程。

（四）人本主义模型

人本主义主要针对正常人，它强调无条件积极关注和自我实现，而不是治愈疾病或缓解障碍。人本主义的基本观点是：

1.每个人都需要无条件的积极关注

每个人需要无条件的接纳，包括自我接纳与他人接纳。若是现实中不能得到足够的无条件接纳，就会产生不适当的心理障碍，阻碍自我实现与发展。

2.对自我实现和个人成长的关注

强调自我价值以及人们选择知道自身的行为来达成有意义的完满的生活的过程，也是追求自我实现的过程。关键的是每个人根据自己的经验和评估发展自己的价值观，而不是盲目地接受其他人的价值观。

三、环境模型：即外部环境的塑造也会对心理精神障碍起一定作用。

环境模型可以从以下几个方面来分析：

1.**产前环境：**母亲怀孕时有并发症对婴儿大脑发育有不良影响。母亲怀孕时服用毒品、酒精等神经活性物质，也会对婴儿发育产生不良影响，尤其患精神分裂症的可能性较大。

2.**产后环境：**可以从以下几个方面来分析。

(1) **家庭环境：**家庭环境是孩子成长发育最重要的环境。父母的教育方式，相处模式，人生价值等都会影响孩子的人格发育和心理健康程度。

(2) **学校环境：**学校里孩子接受的教育环境，以及学校里的人际环境，和学业反馈成就感等，会影响孩子的认知与人格形成。长期的不良环境容易产生人格障碍或者心境障碍。

(3) 社会文化环境：①**社会文化环境**会塑造一个人的价值观，若是一个人的认知观念与社会文化价值观不相符时，会产生相应的情绪障碍进而发展成心理障碍。②社会环境中，某些**重大应激事件**的产生，如车祸，战争，洪水，地震，亲人去世，离婚等具有摧毁性质的事件产生时，个人容易在应激情绪下产生创伤后应激障碍或者发展成其他的精神障碍。

那么，掌握此病因模型之后，我们要做的就是根据题干，从模型中抽取相应的因素，然后与病症和题干相结合再组织语言作答好了。

此题问得是“任选两个心理理论流派”作答，那么说明我们不用回答生物医学模型和环境模型，只用从四大流派里面任选两个进行作答就好了。

【题目答案】

(1) 心理动力观点

经典心理动力学理论认为，神经性厌食症是一种对口唇受孕恐惧的**防御**，之所以要回避事物，是因为食物象征性地等同于性和怀孕。

其他心理动力学理论认为，不能发展出充分的**自我**感觉导致了神经性贪食症，而母女之间的冲突型的支配关系造成了女儿不能发展出充分的自我感觉，食物成为失败关系的象征。

其他观点还认为，进食障碍和**童年**受虐及其他创伤等有关。

(2) 行为主义观点

怕胖的恐惧和体相障碍是引起自我挨饿的动机因素，而体重的减轻是有力的**正强化物**。因此会强化进食减少或紊乱这种行为，习得一种不良的**条件反射**。

(3) 认知主义观点

一个引发强烈求瘦欲望的重要因素是来自同伴和父母的对过重体重的批评，引发自我评价过低等**认知歪曲评估**；另一个认知障碍是因为媒体对于模特完美身材的大量宣传导致对“瘦”的**不正确图式**，从而形成了进食障碍这种行为表现。

(4) 人本主义观点

因为个人在外人眼中不够“完美”的体型，从而得不到他人的**积极关注**，再加上社会文化中对于外貌的过分渲染与关注，个人的**自我发展以及需求**得不到满足，从而用食物上面的混乱感来掩盖内心的不足。

解答：此答案精神分析流派包括了防御机制，自我发展，童年期经验等精神分析学派的关键词；行为主义包括了强化物，条件反射等关键词；认知主义包括了歪曲评估，图式等关键词；人本主义包括了无条件积极关怀，自我实现等关键词。可见，只需将进食障碍的表现结合此模型来作答就可。

【老师寄语】

大家发现没有看，这个病因模型，其实几乎可以算是解释任何一种行为表现或者心理现象的模型，实际上每一种行为都可以从**生理、心理、环境**三大角度来解读。

生理因素包括的大脑，神经递质，遗传与基因这三个因素，此处就是普通心理学第二章的逻辑。**心理因素**则就是从心理学“四大流派”：精神分析流派、行为主义流派、人本主义流派、认知流派里整理出各个流派的观点并与病症结合回答。而**环境因素**，按照从里到外的逻辑顺序分为产前环境和产后环境，按照从小到大的顺序，分为家庭环境，学校环境，社会文化环境。也可以算是普通心理学“能力”、“人格”等影响因素类题目的变态心理学版。

这说明，要想将变态心理学学好，需要将其他几门基础科目学好，在将基本知识烂熟于胸的情况下，可以将知识跨学科应用。此处，就可以将普通心理学的内容应用到变态心理学中来，从而形成自己的记忆技巧。

这样，我们的记忆负担大大减轻，从此背诵变态心理学，再不用苦苦背诵完病症再背病因，甚至再背治疗方法。除了必须要掌握的病症表现，一个大大的模型框架就把病因全覆盖，这样，变态心理学这门科目再不会那样难以理解了。现在，你明白病因分析类题目，该如何作答了么。

最后，掌握了这个模型之后，让我们再做道题检验一下成果：

(苏州大学 2015, 347)

精神分裂症的主要社会心理因素。

同学们可以以图片形式发给后台，或者直接在评论里留言。老师欢迎你的互动哦~（比心）

