

编者按:该文是孟红教授访学的中期总结报告,反映了作者的亲身体验和学习收获,充满激情和感叹。更多的是结合天津中医药大学实际,联系自身工作的反思与谋划。将该文发表,与全校师生分享她的喜悦和经验。也让大家结合自己工作去思考,改善教师自身的学习和工作。并期盼其他访学进修的教师也能写出亲身体验与思考,本刊将优先发表,以惠读者。

访学有感

孟红

关键词:访学;心理学;感想

中图分类号:G644.5

文献标识码:A

文章编号:1673-9043(2009)01-0050-02

我于2008年到华南师范大学做访问学者,学习心理咨询治疗方向,导师是郑希付教授。在导师指导下,我在本学科前沿进行研修和开展学术交流活动。在这里我重温学习时光,追忆青春遐想,徜徉知识殿堂,领略了大师风采,启迪了思维,明确了未来的奋斗方向。这里虽然平均气温30℃左右,但我心中充满对知识的饥渴和喜爱,如何充分利用好这一年的学习时间,如何汲取更多的知识,充分锻造个人的能力,找到今后的研究方向,是访学重点。我倍加珍惜这次难得的学习机会,惟恐错过了一堂课,对我来说,知识给我打开了一扇宽阔的门,已经很久没有感觉到时间是如此的紧迫和紧张了,也很久没有激发起这样强烈的学习激情了。学习到了中期,特总结这一阶段的情况。

1 华师文化启迪了我的思维,明确了未来的奋斗方向

这学期我跟着导师和其他专家上研究生的临床心理学、心理咨询的理论体系、心理学基本原理研究、认知心理学研究等课程,还和本科生一起上了心理咨询、变态心理学、家庭与婚姻咨询等课程,老师们极富个性的教学风格、博大精深的前沿理念、高屋建瓴的案例分析,以及老师们的睿智、博学、严谨和谦和,无不给我留下了深刻的印象,令人耳目一新,深感受益终生。校园草香阵阵扑面,名师教诲声声入耳,思想碰撞点点入心。老师们将渊博的学识、敏锐的洞察力以及对中华民族发展的关切深深地积淀在心灵中,使我不仅仅收获了知识,更重要的是使我的思维获得了深刻的启迪,思维观

念、工作和学习的方法得到了更新。所以,我会将通过此次学习激发的学习热情,立足于实际工作,明确自己未来的奋斗方向。

我在华南师范大学查阅文献资料和听相关课程时,发现神经衰弱的诊断在我国目前存在着混乱情况,如诊断扩大、乱贴标签甚至误诊等。变态心理学课上,老师把神经衰弱归类在神经症里,当然也强调在诊断上,要在除外其他神经症后,最后再诊断神经衰弱。在心理咨询课上,老师将其归类在情感障碍里,文献资料大多也如此。为什么在欧美国家已经不用的神经衰弱诊断而在我国还在使用,而且被内科、中医及患者使用和接受呢?为此我做了研究并写出《国人接纳神经衰弱标签而非抑郁症的文化根源》和《神经衰弱诊断混乱及躯体化原因研究》,待发表。

2 华师文化提升了我的思想境界。

华南师范大学汇集了诸多的名师,虽然他们以教育心理为特点,但在临床心理学和沙盘治疗、认知心理学上也居全国前列。我参加他们研究生每周的课题讨论会,尤其申荷勇老师的“梦工作”和沙盘治疗研讨会给我留下深刻印象,为此我阅读了大量荣格的著作,深入学习他的理论和思想,如集体无意识、阴影、原型、阿尼玛、阿尼姆斯等,与大师同行,对此我肃然起敬,心灵和思想境界快速提升。当然,我导师的《网络成瘾者的情绪启动效应》研究我深受启发,我是否可以用于抑郁症的情绪启动效应的研究?这有待我进一步思考。

还积极参加他们举办的学术讲座,如华东师范大学徐光兴教授的《解梦心理学》、华南师范大学王志超教授的《中重度智力障碍教育研究》、华南师范大学心灵花园工作站的《四川地震工作汇报》、香港

作者单位:300193 天津中医药大学

作者简介:孟红(1962-),女,副教授,天津中医药大学文理部副主任,研究方向为心身医学、临床心理学。

中文大学曾荣光教授的《教育研究的比较历史方法》、中山大学张翼教授的《文明的追赶、超越与文明中心的形成》、台湾政治大学吴政达教授的《学校组织中领导者与部署交换关系、组织公平、组织自尊与工作满意度对组织公民行为影响之研究》等。每天的学习就好比面对一桌丰盛的大餐，一盘盘“山珍海味”令人目不暇接，收获是巨大的，开阔了视野，精神心灵得到充实。

3 华师文化引导我生命的方向

我充分利用华南师范大学的资源，天天泡在图书馆，把一个一个老师请到我身边，聆听他们生命的故事，想想自己的人生，如何过的更有意义。维克多·弗兰克尔的话引起我的共鸣：“如果我今生还能做些什么的话，就让我帮助那些神经症的患者，解除他们身体和精神的苦痛。”我想把它也作为我今

后的努力方向。我阅读了大量文献和专业书籍，记了3本读书笔记。我和凯博文很投缘，他的著作《苦痛和疾病的社会根源》和《道德的重量》对我启发很大。印度·克里希那穆提的《心灵自由之路》告诉我们：“真理让我们得自由，自由和责任是分不开的。”英·托马斯的《生命的沉思》说：“生活的意义需要正确的原则，而品格是灵魂不朽的支柱。”而《关爱·治疗·奇迹》把心理学运用到医疗中，对我启发很大。荣格的《分析心理学》和弗兰克尔的《意义治疗》是我今后学习的重点和开展工作的重点。我力求把心理治疗和中医结合起来，寻找创新一套治疗方法，学成归来创建天津中医大学的心理治疗中心，为天津的建设发展及百姓身心健康贡献力量。

(收稿日期:2008-12-12)

· 临床报道 ·

中药配合艾灸治疗面肌痉挛1例

郭颖,赵建国

关键词:面肌痉挛;中药治疗;艾灸治疗

中图分类号:R745.12 文献标识码:B 文章编号:1673-9043(2009)01-0051-01

面肌痉挛是一侧面部无痛性不自主痉挛性抽搐,无神经系统阳性体征,该病病因未明,多在中年以后发病,女性多见,中医以针刺治疗为主,但都有一定弊端。针刺治疗是否有效,应深刺还是浅刺,应强刺激亦或弱刺激目前均仍存在广泛争议。笔者采用中药配合灸法疗效显著,现报道如下。

1 典型病例

患者,女,27岁,2007年10月18日初诊。主诉,左侧面部肌肉不自主抽动1年余。患者2年前出现左侧下眼睑跳动,曾于眼科及针灸科辗转治疗1年余,以口服维生素及针刺治疗为主,无效且症状逐渐较重,由眼睑部跳动蔓延至半侧面部肌肉跳动。就诊时患者左侧面部肌肉跳动,偶有白痰,纳可,寐安,二便调,舌淡红苔黄腻,脉濡弱。诊断为面肌痉挛,证属脾虚肝旺,痰湿阻络。方用醒脾汤加减配合面部艾条悬灸。药用:陈皮10g,半夏10g,天麻10g,钩藤10g,炙黄芪25g,川芎15g,茯苓15g,泽泻8g,全蝎4g。6剂,水煎服,1剂/d。并嘱患者每天自行用艾条在面部肌肉跳动处做悬灸,每天约0.5h。此后每周复诊,药物随症稍有加减,治疗6周

后,症状基本消除,随访至今未再出现面部肌肉跳动。

2 讨论

面肌痉挛开始多为眼轮匝肌间歇性轻微颤搐,若治疗不当可逐渐蔓延至同侧其他面肌,且抽动逐渐加重,可因精神紧张、疲劳等因素加剧。临床上有人主张采取针刺治疗,但由于施术者针刺水平不同,加之患者体质各异,较易造成病情迁延甚至加重,故不主张采用针刺治疗。此外,针刺可使血管通透性增强,使细胞组织水肿加重,针刺还可加剧血管痉挛状态,会导致病情加重,故笔者认为面肌痉挛不宜针刺治疗,更不宜强刺激。且面肌痉挛经久不愈的患者可出现抑郁、焦虑等情绪,针刺特别是强刺激可使患者精神和局部肌肉紧张,而精神焦虑紧张又可诱发面部不自主运动或使痉挛加剧,成为其诱发因素。

中医认为面肌痉挛的发生多与情志因素有关,情志不畅导致肝气不舒,肝阳上亢,肝气乘脾,脾虚湿浊内生,痰湿阻络,脉络不通导致面肌痉挛的发生,日久可出现气虚血瘀。治以健脾息风,祛湿通络。陈皮、半夏燥湿化痰,行气通络;天麻、钩藤平抑肝阳、熄风通络;黄芪、川芎补气活血;茯苓、泽泻健脾利湿;全蝎熄风通络。全方共奏平肝熄风、健脾祛湿、活血通络之功。配合艾条悬灸可起到促进血液循环,起到疏通经络的作用。

作者单位:300193 天津中医药大学(郭颖)

300193 天津中医药大学第一附属医院(赵建国)

作者简介:郭颖(1982-),女,2006级硕士研究生,从事中西医结合专业。

(收稿日期:2008-10-11)