

## 中国内观研修所调查与展望

毛富强 刘成东 李 静 张 彤

天津医科大学精神卫生与心理学系, 天津

**摘 要** | 目的: 调查中国内观疗法研修机构现状。方法: 在第七届中国内观疗法学术大会期间通过问卷星进行现场网上调查, 共调查符合条件机构 22 家。结果: 中国内观疗法研究机构地区和性质、负责人性别和年龄、培训时间和收费等呈现一定规律和特点。结论: 在现状调查基础上, 提出中国内观疗法研修机构发展的六点展望。

**关键词** | 内观疗法; 研修机构; 调查; 展望

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



内观研修所是内观疗法培训研究基地, 是内观疗法推广普及的基本单位。为了解中国内观疗法培训机构 (相当于日本内观研修所) 现状, 为中国内观疗法普及推广提供基础和指导, 2019 年 8 月在安徽省芜湖市举办第七届中国内观疗法学术大会期间, 本课题组采用自编问卷进行互联网问卷调查, 现将调查结果报告如下。

## 1 中国内观研修所调查

### 1.1 内观培训机构情况

经过调查, 到目前为止中国共有 22 家单位开展了内观疗法培训。

#### 1.1.1 开始培训年度

从表 1 可知, 天津医科大学 1995 年在中国北方首次举办内观疗法培训, 上海市精神卫生中心 2002 年在中国南方首次开展内观疗法培训。此后从 2007 年开始, 每年都有 1 到 3 家单位新开展内观疗法培训。

表 1 中国内观疗法机构简况表

Table 1 Brief introduction of Naikan therapy institutions in China

序号	单位名称	单位地址	首期培训年月	负责人
1	天津医科大学	天津市和平区	199510	毛富强
2	上海市精神卫生中心	上海市徐汇区	200210	张海音
3	苏州大学教育学院	苏州市姑苏区	200701	黄辛隐
4	苏州市广济医院	苏州市相城区	200711	冯秀娟
5	天津中医药研究院附属医院	天津市红桥区	200808	顾石松
6	珠海君康中西医疗中心	广东省珠海市	200808	李学君
7	甘肃省天水市精神卫生中心	甘肃省天水市	200905	张子明
8	天津市精神卫生中心	天津市河西区	200910	张晓菲
9	广东金融学院	广东省广州市	200912	李 红
10	大连中山黄鹤心理会馆	辽宁省大连市	201106	黄 鹤
11	山东省淄博市精神卫生中心	山东省淄博市	201110	张勤峰
12	山东省淄博市桓台县人民医院	山东省淄博市	201201	范玉江
13	甘肃省第二人民医院	甘肃省兰州市	201211	陈琼琼
14	哈尔滨市第 51 中学	黑龙江省哈尔滨市	201401	许耕地
15	笑脑心理咨询中心	安徽省阜阳市	201404	钟庆芳
16	天津北大医疗海洋石油医院	天津市滨海新区	201411	田国华
17	大庆平澜信息科技有限公司	黑龙江省大庆市	201506	陈兴兰
18	北京良知中医药研究院	北京市昌平区	201608	魏三利
19	哈尔滨曲伟杰心理学校	黑龙江省哈尔滨市	201701	王建华
20	紫彤心理健康咨询服务有限公司	广东省广州市	201801	熊紫彤
21	天津心之光医学研究有限公司	天津市东丽区	201812	李紫晴
22	中央司法警官学院	河北省保定市	201908	史景轩

### 1.1.2 所在地区

表 1 可知, 22 家单位涉及 11 个省区市, 其中天津市 5 所、广东省 3 所、黑龙江省 3 所、江苏省 2 所、甘肃省 2 所、山东省 2 所、上海市 1 所、北京市 1 所、辽宁省 1 所、安徽省 1 所、河北省 1 所。

### 1.1.3 机构性质

表 1 可知, 22 家单位包括四种类型, 学校、医院、心理培训机构, 其中公立机构 14 所, 以学校和医院为主, 私立机构 8 所, 以心理培训机构为主。具体包括学校 5 所 (大学 4 所、中学 1 所), 医院 10 所 (综合性医院 5 所、精神科医院 5 所), 心理培训机构 7 所。

## 1.2 负责人基本情况

### 1.2.1 性别情况。

表 2 可知, 内观培训机构负责人中男性 10 人, 女性 12 人。

### 1.2.2 年龄情况

年龄最大 63 岁, 最小 32 岁, 平均 46.2 岁。60 岁及以上 2 人, 50 至 59 岁 7 人, 40 至 49 岁 6 人, 30 至 39 岁 7 人。

表2 中国内观疗法机构负责人基本情况

Table 2 Basic information of the person in charge of Naikan therapy institution in China

序号	负责人	性别	年龄	职务	职称
1	毛富强	男	51	系主任	教授
2	张海音	男	54	科主任	主任医师
3	黄辛隐	女	61	室主任	教授
4	冯秀娟	女	37	无	副主任医师
5	顾石松	男	55	无	主任医师
6	李学君	女	63	院长	副主任医师
7	张子明	男	45	科主任	副主任医师
8	张晓菲	女	32	无	主治医师
9	李红	女	52	副主任	副教授
10	黄鹤	女	42	院长	心理咨询师
11	张勤峰	男	45	科主任	副主任医师
12	范玉江	男	36	无	主治医师
13	陈琼琼	女	38	科主任	主治医师
14	许耕地	女	48	无	高级教师
15	钟庆芳	男	37	总经理	心理咨询师
16	田国华	男	45	无	主治医师
17	陈兴兰	女	47	董事长	心理咨询师
18	魏三利	男	58	副院长	主治医师
19	王建华	女	55	无	心理咨询师
20	熊紫彤	女	33	董事长	心理咨询师
21	李紫晴	女	33	总经理	心理咨询师
22	史景轩	男	50	系主任	教授

### 1.2.3 职务情况

表2可知，公立机构业务部门（系、科、室）负责人（主任、副主任）的8人，无行政职务专业技术人员（医师、教师）7人，私立机构负责人（董事长、总经理、院长等）7人。

### 1.2.4 职称情况

职称类别情况，大学教师（教授、副教授）4人，中学教师（高级教师）1人，医院医生（主任医师、副主任医师、主治医师）11人，心理培训机构教师（心理咨询师）6人

职称级别情况，正高级（教授、主任医师）5人，副高级（副教授、副主任医师、高级教师）6人，中级（主治医师、心理咨询师）11人。

## 1.3 负责人研修情况

### 1.3.1 负责人的日本导师

表3可知日本导师2人，大阪内观研修所榛木美惠子所长9人，大和内观研修所真荣城辉明教授6人，没有日本导师7人。

### 1.3.2 负责人的中国导师

中国导师8人，曲伟杰5人、王祖承3人、郅凤卿3人、毛富强3人、何蕊芳2人、李振涛1人、路英智1人、张勤峰1人，没有中国导师3人。

表3 中国内观疗法机构负责人研修情况

Table 3 Research and training of the person in charge of Naikan therapy institutions in China

序号	负责人	集中内观时间	集中内观地点	学习内观中国导师	学习内观日本导师
1	张海音	199506	日本春日井	王祖承	真荣城辉明
2	黄辛隐	200604	日本奈良	无	真荣城辉明
3	张子明	200606	中国天水	何蕊芳	榛木美惠子
4	冯秀娟	200709	中国天津	毛富强	无
5	黄 鹤	200803	中国哈尔滨	曲伟杰	榛木美惠子
6	毛富强	200804	日本大阪	李振涛	榛木美惠子
7	顾石松	200804	日本大阪	无	榛木美惠子
8	李学君	200805	日本大阪	郅凤卿	榛木美惠子
9	张晓菲	201009	中国天津	毛富强	无
10	张勤峰	201009	日本大阪	王祖承	榛木美惠子
11	范玉江	201111	中国淄博	路英智	无
12	许耕地	201201	中国哈尔滨	曲伟杰	无
13	陈琼琼	201211	中国兰州	何蕊芳	无
14	田国华	201310	中国天津	毛富强	无
15	李 红	201408	日本奈良	曲伟杰	真荣城辉明
16	陈兴兰	201409	中国哈尔滨	曲伟杰	真荣城辉明
17	史景轩	201411	日本奈良	无	真荣城辉明
18	王建华	201501	中国哈尔滨	曲伟杰	榛木美惠子
19	钟庆芳	201601	日本奈良	王祖承	真荣城辉明
20	魏三利	201606	中国天津	郅凤卿	榛木美惠子
21	李紫晴	201609	中国北京	郅凤卿	榛木美惠子
22	熊紫彤	无	无	张勤峰	无

### 1.3.3 集中内观时间情况

表3可知, 22家机构负责人中有21人体验过集中内观, 上海张海音1995年是最早体验集中内观者。集中内观体验年度分布如下, 1995年1人, 2006年2人, 2007年1人, 2008年4人, 2010年2人, 2011年1人, 2012年2人, 2013年1人, 2014年3人, 2015年1人, 2016年3人。

### 1.3.4 集中内观地点情况

在日本体验集中内观9人(大阪4人, 奈良4人, 春日井1人), 在中国体验集中内观12人(天津4人, 哈尔滨4人, 天水1人, 兰州1人、淄博1人, 北京1人)。

## 1.4 内观培训基本情况

### 1.4.1 培训期数和人数

表4可知培训内观学员超过1000人的机构已有5家, 分别位于苏州、珠海、北京、天津和大连。22家机构共培训内观疗法学员13731人, 平均每家机构培训624人。合计举办内观疗法培训390期, 平均每期35人。

### 1.4.2 每期培训天数

多数机构为3-7天, 少数也有1-2天, 或者7天以上的。

表 4 中国内观疗法培训基本情况

Table 4 Basic situation of Naikan therapy training in China

序号	单位名称	培训人数	培训期数	期均人数	培训天数
1	苏州大学教育学院	8586	160	54	1,3,7
2	珠海君康中西医疗中心	3000	83	36	1
3	北京良知中医药研究院	1588	92	17	7-9
4	天津医科大学	1446	42	34	7,10
5	大连中山黄鹤心理会馆	1200	123	10	3-7
6	淄博市精神卫生中心	600	62	10	7
7	上海市精神卫生中心	400	8	50	2
8	哈尔滨曲伟杰心理学校	300	5	60	3
9	天水市第三人民医院	260	53	5	5-7
10	大庆平澜信息科技有限公司	239	42	6	3-5
11	广东金融学院	200	17	12	2
12	哈尔滨市第 51 中学	200	20	10	3-7
13	笑脑心理咨询中心	200	10	20	2
14	中央司法警官学院	104	1	104	60
15	天津中医药研究院附属医院	100	6	17	5
16	紫彤心理健康咨询服务有限公司	100	1	100	3
17	甘肃省第二人民医院	60	21	3	7
18	天津心之光医学研究有限公司	60	14	4	3-5
19	淄博市桓台县人民医院	46	8	6	7
20	苏州市广济医院	30	3	10	7
21	天津市精神卫生中心	30	4	8	7
22	天津北大医疗海洋石油医院	21	4	5	3
	合计	13731	390	35	

## 1.5 内观培训对象和收费

### 1.5.1 培训收费情况

表 5 可知, 22 家机构中有 14 家向学员收费, 收费由 85 元至 4500 元不等, 平均每天收费 396 元。

### 1.5.2 培训对象情况

内观培训对象主要包括学生 (13 所)、医生 (7 所)、心理咨询师 (6 所)、患者 (5 所)、来访者 (5 所)、护士 (5 所)、教师 (3 所)、家长 (3 家), 对于警察、罪犯和戒毒人员的内观培训近期也成为新的热点。

表 5 内观疗法培训对象和收费情况

Table 5 Training objects and charges of Naikan therapy

序号	单位名称	培训天数	每人收费	日均收费	培训对象
1	大庆平澜信息科技有限公司	3-5	4500	900	学生、来访者
2	天津心之光医学研究有限公司	3-5	2998	600	来访者、家长、学生
3	哈尔滨市第 51 中学	3-7	3600	514	学生、教师、研修生
4	紫彤心理健康咨询服务有限公司	3	1380	460	医生、护士、心理咨询师
5	甘肃省第二人民医院	7	3000	429	医生、护士
6	上海市精神卫生中心	2	800	400	医生、心理咨询师
7	淄博市精神卫生中心	7	2800	400	医生、护士、心理咨询师、患者
8	淄博市桓台县人民医院	7	2800	400	医生、护士、心理咨询师

续表

序号	单位名称	培训天数	每人收费	日均收费	培训对象
9	笑脑心理咨询中心	2	800	400	心理咨询师、来访者
10	北京良知中医药研究院	7-9	3000	333	来访者、学生
11	天水市第三人民医院	5-7	1800	257	学生、来访者、医生、护士、罪犯
12	天津北大医疗海洋石油医院	3	600	200	患者
13	大连中山黄鹤心理会馆	3-7	1200	171	教师、医生、家长、学生
14	珠海君康中西医疗中心	1	85	85	不孕不育夫妇
15	苏州大学教育学院	1-7			教师, 公务员, 公司高管, 学生, 警察, 戒毒人员
16	天津医科大学	7-10			学生、研究生、戒毒人员
17	哈尔滨曲伟杰心理学校	3			研修生、心理咨询师
18	广东金融学院	2			学生
19	中央司法警官学院	60			学生
20	天津中医药研究院附属医院	5			学生、患者
21	苏州市广济医院	7			学生、家长、患者
22	天津市精神卫生中心	7			学生、患者
396					

## 1.6 总结

从1995年开始至今24年来中国内观疗法培训机构已有22家,涉及11个省市,培训学员达到13731人,其中14家机构成功实现了培训收费,平均每天收费396元,取得了长足的进步。

经过上述机构多年的应用实践,已经充分证明内观疗法在预防治疗精神心身疾病、解决心理行为问题、改善人际关系和促进心身健康领域具有广阔的前景。

## 2 中国内观研修所展望

中国幅员辽阔人口众多,随着经济社会的发展,对于心理健康的需求也日益增加。2019年8月中国心理卫生协会内观疗法学组第四届委员会已经在安徽芜湖产生,本文第一作者作为新一届学组主任委员将努力提升中国现有内观疗法培训机构专业水平,推动空白地区开展内观疗法培训。

### 2.1 推荐机构负责人体验集中内观

体验集中内观是学习内观疗法的基本途径,特别是在日本专家督导下进行集中内观体验才能正确领悟和规范推广内观疗法。

学组将不定期组织和推荐中国内观培训机构负责人和内观治疗师赴日本内观研修所体验集中内观,或者邀请日本专家到中国内观培训机构督导内观疗法培训。

### 2.2 规范和命名中国内观研修所

学组将制定《中国内观研修所标准》,标准包括房屋面积、家具设施、人员资格和培训内容等方面。对于符合标准的内观培训机构,由内观疗法学组考核后统一命名,作为中国内观疗法培训研究推广基地。

### 2.3 规范和开展内观疗法培训

学组将积极组织和推动内观研修所开展内观疗法培训,规范培训和收费,进一步拓展内观培训对象,

并针对不同群体开展特色内观培训。

## 2.4 鼓励和开展内观疗法研究

学组鼓励有条件的内观研修所开展内观疗法相关的科学研究，评价干预效果，分析心理机制，撰写学术论文，在高水平学术期刊和会议发表。

## 2.5 鼓励和开展内观疗法交流

学组鼓励有条件的内观研修所开展内观疗法相关的学术会议，邀请日本和中国内观专家进行访问、交流和督导，组织参加中国心理卫生协会内观疗法学组和日本内观学会组织的学术会议。

## 2.6 考核和表彰内观研究所

学组定期对已经命名的内观研修所进行考核，对于在内观疗法培训、研究和交流中取得突出成绩的研修所和个人进行表彰。

## 参考文献

- [1] 吉本伊信. 内観療法に至るまで[J]. 精神療法研究, 1970(2): 1-3.
- [2] 王祖承. 内观疗法[J]. 国外医学精神病学分册, 1988(3): 138-141.
- [3] 彭睿, 毛富强, 靳秀, 等. 中国内观疗法文献分析(1988-2015)[J]. 中国健康心理学杂志, 2016, 24(10): 1524-1529.
- [4] 毛富强. 内観認知療法の操作手引き[J]. 日本内観研究. 2016, 22(1): 13-21.
- [5] 毛富强. 内观认知疗法应用研究进展[J]. 中国健康心理学杂志, 2014, 22(2): 316-321.
- [6] 李静, 毛富强, 张志浩, 等. 内观认知疗法对女性强制戒毒者身心症状的干预效果[J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2020, 29(2): 125-129.

## Survey and Prospect of Naikan Institute in China

Mao Fuqiang   Liu Chengdong   Li Jing   Zhang Tong

*Tianjin Medical University, Department of Psychiatry and Psychology, Tianjin*

**Abstract:** Objective: To investigate the current situation of Naikan therapy training institutions in China. Methods: during the 7th China Naikan therapy academic conference, 22 eligible institutions were investigated by questionnaire. Results: there are some rules and characteristics in the regions and nature of Naikan therapy research institutions, gender and age of the person in charge, training time and fees. Conclusion: Based on the current situation investigation, six prospects for the development of Naikan therapy training institutions in China are put forward.

**Key words:** Naikan therapy; Research institutions; Investigation; expectation