

心理學家還是精神科醫生?

曾經去一個朋友的公司，為她的同事講關於處理壓力的講座。事後跟觀眾們 **Happy Hour**，被問及一些關於我工作的事宜。他們對我的身份很感興趣，雖然我剛剛跟他們講了一個接近一個鐘頭的講座，但是他們還不太肯定我究竟是心理醫生、心理學家、還是精神科醫生。其實很多人都未必能分得清他們的分別。而我亦有時會利用大家的混淆，自稱是心理醫生，希望減低病人對需要見精神科醫生的抗拒。自從有了「無間道」陳慧琳的角色後，大家對臨床心理學家好像有了更多的認識。簡單來說，兩者分別是精神科醫生及臨床心理學家。前者顧名思義是醫生，需要完成醫科大學課程，再接受精神科專科培訓才可成為精神科專科醫生。他們可以處方藥物。臨床心理學家不是醫生，但他們有部分都被稱呼為 **Dr**，這是由於他們有博士學位。在香港，臨床心理學家不能處方藥物，他們會用不同的心理治療方法幫助病人的各種精神及心理問題。不少病人會同時見精神科醫生及臨床心理學家。

其實精神科醫生亦會為病人進行心理治療。相信大家會對病人躺在梳化上，背著治療師訴說自己的心底話這畫面有些印象。從前精神科醫生弗洛伊德就是這樣為病人進行心理療法以及各種精神動態療程。現代的精神科醫生會因應個人的興趣及專長鑽研某些心理治療法，並為適當的病人安排這些治療。若有機會接受心理治療，不要太期待有一張很舒適的梳化讓你躺下，這樣恐防你真的會睡著。

香港精神科醫學院
精神科專科醫生黃美彰

原文刊載於 Yahoo 專欄 <http://hk.news.yahoo.com/blogs/psyhk/>