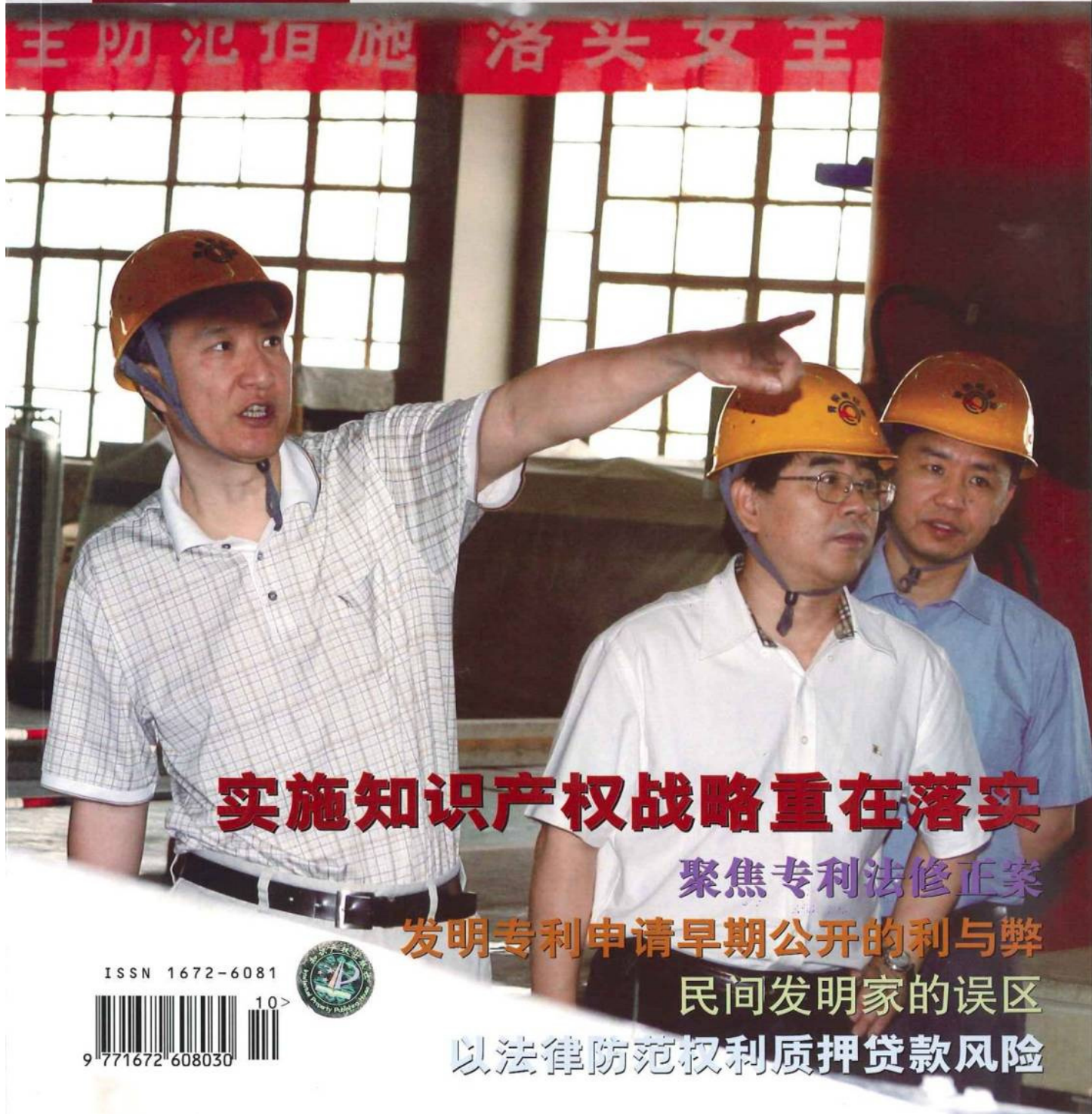


2008年第10期 定价：10元

# CHINA INVENTION & PATENT

# 中国发明与专利



## 实施知识产权战略重在落实

聚焦专利法修正案

发明专利申请早期公开的利与弊

民间发明家的误区

以法律防范权利质押贷款风险

ISSN 1672-6081



9 771672 608030





一位资深的精神科医生，一位身兼成年人与儿童和青少年的精神科顾问医生，一位发明“ICAN实践心理学模式”的医学专家，一位志在提升国人心理素质、协助构建和谐社会的学者。他就是率先创办“ICAN全人教育”的黄重光。

# 行走在阳光下的仁者

——记“ICAN实践心理学模式”的发明人黄重光博士

文/王成

黄重光，香港大学内外全科医学学士，香港中文大学医学博士，英国皇家精神科医学院荣誉院士，香港精神科医学院院士，香港医学专科学院院士，全人发展中心顾问团主席，全人教育基金主席，澳门全人教育促进会监事长，中国心理健康促进会常务理事，中国国际专业科学家学会医疗专业科学家理事会副理事长，全国心理卫生协会特邀顾问，中国亚太人才战略研究院名誉副院长，中国决策科学研究院名誉主席及决策咨询专家，中国国际爱国主义教育促进会终身名誉会长。曾任香港中文大学精神科学系教授兼系主任。

## 医者心愿 提升心理健康

据世界卫生组织 (World Health Organization) 发表的报告，全球每4个家庭之中便有1个有家人罹患各种精神心理疾病，而精神心理疾病是非常浪费人力和社会资源的。美国国立精神健康研究所 (National Institute of Mental Health) 发表的报告显示，平均每年的精



黄重光医生

神心理病发率为26.2%，在几年前发表的每年精神心理病发率为22.6%，资料表明在这几年里，病发率增加了3.6%。

身为具有30年医治精神心理疾病者丰富经验的医学专家，黄重光深刻体会提升“心理素质”对个人、家庭和社会的重要性。“怎样做才可以有效提升个人和社会的心理素质？这是我多年来

不断思考的问题。我明白这个使命绝对不是一个人的力量可以完成的，必须要有一个有效的方法，并能广泛应用，才可以成功。因此，我致力于科学研究，寻求更有效的方法，一方面治疗患者，另一方面协助大家发挥更大的心理力量。我希望每一个人都活得成功、进步和快乐，并通过提升我们中国人的心理素质，协助缔造更和谐的社会和富强的国家。”这就是黄重光的心愿。

黄重光创立了“ICAN实践心理学模式”，并通过“ICAN全人教育”提升成年人和儿童的心理素质，使其具有良好的人生观、价值观，行为自律积极，在工作、家庭以至其他社会团体中发挥良好积极的作用。

## 三要诀与三焦点组成完善ICAN

“ICAN”是Insights, Confirmation, Abilities, Nurture的简称，是一个以科学为本，价值为基础的实践心理学模式 (图1)，它由3个重要要诀组成，目的是为了协助个人和群体发挥更大的心理力





图1 “ICAN” 实践心理学模式

量,使生活更成功,进步和快乐,使社会国家能够更和谐、团结与进步。

第一要诀:成功,即价值为本,增强韧力、战胜压力、达至成功。

根据心理治疗科学,心理是由自我价值、观察、情绪和行为不断互动所组成;在“ICAN”模式里,称之为“人格功能(Personality Functioning)”。自我价值包括内在价值和人生价值,分别指我们对自己的评价和所持守的人生价值。观察或认知(观察是一个比较日常的用词,认知是专业用词)是我们对事物和遭遇的看法及思想。情绪是指我们的情绪反应和状态。行为是指我们在行为上的反应和适应。成功的人能够发挥“人格功能”四方面的心理力量,持守正确人生价值,战胜挫折、考验和诱惑,无

论经历什么逆境,仍能屹立不倒,并有力量追求正确的人生目标。

第二要诀:进步,即自我反思、自主醒觉、追求进步、不断增值。

根据动机心理学,人类最强的动机是发自内在的自主、醒觉和成功感。在“ICAN”模式里,这便是由[I]Insights(自我反思)、[C]Confirmation(自我肯定)、[A]Abilities(人生才能)、[N]Nurture(不断成长)所组成循环不息的“自我赋权(self-empowerment)”过程。通过这个过程,我们可不断推动自己进步和增值。

第三要诀:快乐,即爱国爱家、爱自己爱人、和谐社会、快乐人生。

根据发展心理学,我们需要感情满足,才会快乐和有生命力。在“ICAN”模式里,通过“联系(connect)”别人,我们建立和维系良好人际关系;通过

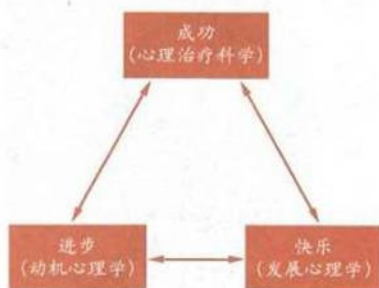


图2 成功、进步、快乐的互动关系

“赋权(empower)”别人,我们影响和改变别人。发挥“联系”与“赋权”的作用,就有力量“爱己爱人”,活出快乐人生。

这3要诀发挥了彼此不断互动的作用,能够发挥正面“人格功能”力量的人,不只有能力“成功”,也多是自主和醒觉能力高的人,他们有能力不断自我赋权,达至“进步”。他们也有能力与别人维系良好关系,因此,得到“快乐”。换言之,成功、进步、快乐产生正面循环不息的互动作用(图2)。

心理治疗科学、动机心理学和发展心理学是精神科学和心理学三个重要范畴,它们各有独特的作用。从(图2)可见,“ICAN”是综合了它们的精髓,并进一步把它们融合起来,使它们发挥更有效的提升心理素质的作用。

“ICAN”能发挥提升群体心理素质,一举三得的作用。

资料表明,世界上约有1/4的人是精神心理疾病患者。此外,另有一半的人是处于精神心理亚健康状态。换言之,精神心理健康的人只占总人口的1/4。要治疗有精神心理疾病的1/4人口,国家需要投入大量的人力与社会资源(难普及),任务重大而艰巨。具有30多年丰富临床经验的黄重光医生就此状况





发表感言：“一直以来，精神科、心理学及所有与精神心理健康有关的专业目标是‘医治’，即治疗和帮助有精神心理疾



图3 强化社群心理素质，一举三得

病的人。但有哪一个国家有足够的资源和人力来对这患有精神心理疾病的 1/4 的人口提供有效的治疗？”因此，越来越多的人强调“预防”，这也是医学的基本概念。但“预防”也不够积极，因为“预防”的目的只是减少疾病的机会，却不保证达至健康。为此，必须采用一种更全面、更有效的方法，即强化整体社群的心理素质（图3）。

首先，本来已经是精神心理健康的人，心理素质得到进一步提升，不只自己活得更好，并且能够对家庭、社会、国家发挥更大的效能。再者，精神心理处于“亚健康”状态的人，因心理素质的提升，变得更健康，减少了产生精神心理疾病的机会。至于精神心理疾病者也

会得到直接和间接的帮助，直接是因为强化心理素质的过程，一般也会对有精神心理疾病者发挥改善，甚至是彻底治疗的作用；间接是通过得到家人和朋友更大的关爱，他们多会更愿意面对自己的疾病和配合治疗，因此，得到更快和更好的治疗效果。

由此可见，“ICAN”实践心理学模式以强化整体社群心理素质为核心目标，但也因此同时达到预防和治疗的作。换言之，以“强化”整体社群作为提升国民心理素质的策略，能够达至“强化”、“预防”、“治疗”一举三得的效果，这也是最具成本效益的方法。

### 推广“ICAN”——全人教育在行动

黄重光作为成年人和儿童及青少年的精神科顾问医生，深刻了解“心理素质”对他们的影响。因此，在他发明创造“ICAN”实践心理学模式后，根据其内容为成年人设计了网络学习形式的自学课程，并为中小学生和幼儿编写及设计了多个系列的书本课程。

“ICAN成功、进步、快乐人生”多媒体网络自学课程主要是针对成年人而设立的。此自学课程的目标是提升成年人以“价值为本”的心理素质，使大家有力量持守正确人生价值，面对挑战，

适应改变，从而达至成功、进步和快乐三个目标。要达至对社群推行强化心理素质的培训，必须要运用覆盖能力大、有效和高成本效益的方法。覆盖能力大是指能够同时让很多人接受培训，并能超越时空限制。“ICAN成功、进步、快乐人生”多媒体网络自学课程就是根据这三个成功要素而设计，已得到澳门教育暨青年局的支持，即将在澳门进行，对象是澳门的整个社会群体。

“ICAN学校”是一个从心做起的计划，在校内推行“ICAN全人教育”，主要针对儿童和青少年。该计划有6个重要目标：强化教师心理素质、强化学生心理素质、家长同心协力、建设美好校园、学校不断增值、发挥典范作用。它首先使教师接受培训，然后由他们以“ICAN全人教育”课程培训学生。“ICAN全人教育”能获得一举两得的效果，一方面提升学生的心理素质，使他们拥有良好的品格，经得起人生各种考验和有力量追求正确的人生目标和理想。另一方面，也同时提升学生的学习推动力，使他们更有效地学习知识。在2002至2004学年间，黄重光在香港的中小学推行以心理学为本的“ICAN全人教育”先导计划，培训了超过2000位教师，再经这些教师教导“ICAN全人教育”的学

## 深港合作 “ICAN”全人教育课程试点启动典礼



图为深圳市教育局代表及4所参加ICAN全人教育试点学校校长与全人教育基金代表





全人发展中心人员合影



深港合作  
全人教育课程试点启动典礼  
深圳市教育局海内办副局长  
向全人教育基金主席黄重光医生向4所学校校长授牌



全人教育基金成立

生则超过30 000多人, 先导计划取得成功的效果。

为了更有效地在全香港推行“ICAN全人教育”, 经过几个月的筹组, 2005年1月, “全人教育基金”正式成立, 该基金是一个非营利性质的志愿机构, 其目标是要通过“ICAN全人教育”, 提升成年人和儿童的心理素质, 从而缔造更成功、和谐及快乐的人生与社会。全人教育基金致力训练及支持更多的教育义工和家长, 使他们掌握“ICAN全人教育”的课程, 再由他们去教育学生 and 子女。自2003年迄今, 通过“ICAN学校”计划, 黄重光与基金的义工已经培训了超过100所学校, 共5 000多位中小学教师和超过10 000多名家长, 再由他们培训了超过100 000名的中小學生。参与计划的教师的心理素质有了明显提升, 而学生的心理素质及学习态度、人际关系、生活习惯亦相对得到提升, 校园气氛变得和谐愉快。

黄重光与基金的义工们不单在香港培训教育工作者, 更把“ICAN学校”计划推广至澳门的学校。直至目前为止, 他们培训了1 000多位澳门中小学教育工作者和3 000多位家长, 而接受“ICAN全人教育”培训的学生亦达至12 000人。为了更进一步和更广泛地在澳门推动提升心理素质的工作, “澳门全人教育促进会”在2008年1月成立, 接力香港“全

人教育基金”在澳门的工作。至今, 已经有超过一半的澳门中小学参与“ICAN学校”计划。与此同时, 提升心理素质的工作已扩展至澳门各阶层, 目标是协助缔造更和谐的澳门社会。

目前, 通过“全人教育基金”和“澳门全人教育促进会”, “ICAN学校”已逐步在香港、澳门、深圳等地推广开来, 深化和创新青少年心理健康教育工作。“ICAN成功、进步、快乐人生”多媒体网络自学课程的顺利推广, 提升了成人的心理素质。“ICAN学校”与“ICAN成功、进步、快乐人生”多媒体网络自学课程相辅相成, 二者结合, 全面推广普及“ICAN”, 从而提升整体社群心理素质, 构建和谐社会, 实现国家的繁荣富强。

### 风雨兼程助辉煌

黄重光在过去的30多年里, 积极训练医科学生和专科医生, 并为专业和非专业人士主讲超过3 000多个讲座及研讨会。他经常接受政府部门及工商业机构邀请, 主讲有关压力和危机处理, 领袖和团队训练及有关沟通、辅导、纷争与磋商技巧的讲座。此外, 黄重光曾参与制作超过600多个有关儿童、家庭和心理健康的电视节目, 曾在香港电台主讲“父母之道”专题连播的节目长达12年。

黄重光创立了以科学为本、价值为基础的ICAN实践心理学模式, 并在香港、澳门及国内积极推动提升成年人和

儿童心理素质的培训工作, 为构建和谐社会作出了贡献。黄重光也因此获得中国公益事业发展大会颁授的“中国文化教育业2007十大社会公益人物”荣誉、中国心理健康促进会授予“中国百名心理学杰出成就奖”荣誉, 中国国际专业科学家学会授予“中国百名专业贡献杰出人士金牛奖”荣誉, 全国心理卫生协会授予“全国十大心理学功勋人物之星”荣誉, 中国医药医学开发合作促进会授予“中国百名医学杰出人物终身成就奖”荣誉, 中国亚太人才战略研究院授予“和谐中国推动力风云人物”荣誉, 中国国际名人评定联合会授予“创新中国百名功臣金马奖”荣誉和中国国际爱国主义教育促进会授予的“百年中华民族脊梁精神杰出人物”荣誉等。中国国际权威专家协会更将其“ICAN实践心理学模式”定为“中国医学研究领域重点研究示范单位”。

此外, 黄重光还在专业医学杂志上刊登了60多篇精神科医学研究报告及专业文章, 并为家长和儿童撰写了多个系列书籍, 包括《ICAN》系列、《ICAN全人教育》中学系列、《更美好的明天》系列、《成长路》系列、《成功父母自学教材》系列。黄重光联同资深专业人士, 撰写了《ICAN全人教育》小学系列及《幸福单亲路》, 而另一新系列著作《ICAN幼儿心理学故事丛书》亦已经出版。