



素质能力本位课程特色教材

供高职高专护理及相关医学类专业用

主编 陈健尔 黄 丽

护理心理学



HULI XINLIXUE

 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

素质能力本位课程特色教材
供高职高专护理及相关医学类专业用

护理心理学

HULI XINLIXUE

主 编 陈健尔 黄 丽

副主编 叶国英 阮列敏

主 审 姚蕴伍

编 者 (以姓氏笔画为序)

于颖新 宁波天一职业技术学院护理学院

马冬梅 杭州师范大学护理学院

王 丽 宁波天一职业技术学院护理学院

叶国英 宁波天一职业技术学院护理学院

兰常林 衢州职业技术学院医学系

朱妙仙 杭州师范大学心理系

阮列敏 宁波市第一医院

杜玉芳 杭州师范大学心理系

位焕弟 杭州师范大学心理系

张 莉 宁波天一职业技术学院护理学院

陈健尔 宁波天一职业技术学院护理学院

金彩云 台州学院医学院

黄 丽 杭州师范大学临床医学院

缪群芳 杭州师范大学护理学院

学术秘书 杜玉芳 于颖新

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目(CIP)数据

护理心理学/陈健尔,黄 丽主编. —北京:人民军医出版社,2008.6
素质能力本位课程特色教材. 供高职高专护理及相关医学类专业用
ISBN 978-7-5091-1918-1

I. 护… II. ①陈…②黄… III. 护理学:医学心理学—高等学校:技术学校—教材
IV. R471

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 087523 号

策划编辑:徐卓立 文字编辑:池 静 责任审读:周晓洲
出版人:齐学进
出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店
通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036
质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283
邮购电话:(010)51927252
策划编辑电话:(010)51927300-8743
网址:www.pmmp.com.cn

印刷:三河市春园印刷有限公司 装订:春园装订厂
开本:787mm×1092mm 1/16
印张:10.25 字数:248 千字
版、印次:2008 年 6 月第 1 版第 1 次印刷
印数:0001~4100
定价:26.00 元

版权所有 侵权必究
购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

素质能力本位课程特色教材

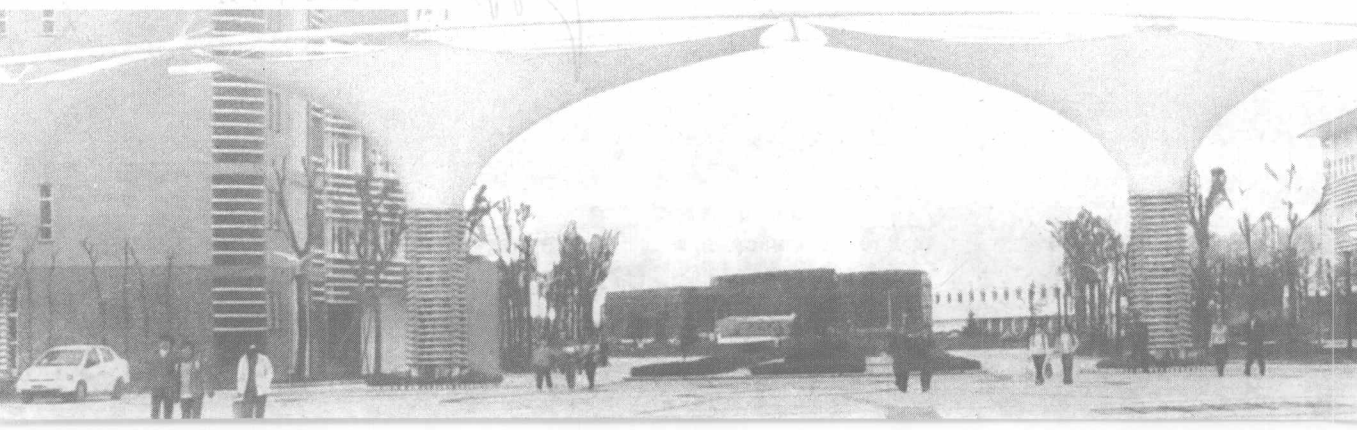
编委会

主 任 陈健尔

副主任 张龙禄 许复贞 周菊芝 应志国
寿佩勤

委 员 (以姓氏笔画为序)

方理本	叶国英	华金中	许复贞
阮列敏	寿佩勤	应志国	沈燕君
张天华	张龙禄	陈健尔	周菊芝
柯海萍	姚蕴伍	夏佳芬	郭春燕
盛芝仁			



序

高职高专护理与相关医学类专业教育是我国培养应用型卫生技术人员的一个重要途径。随着现代医学模式的变化和整体化护理的发展,传统的教育模式已越来越不适应卫生技术人员培养的实际要求。近年来,我们积极探索和实践“以就业为导向,以素质能力为本位”的应用型卫生技术人员培养模式的改革与创新,在人才培养目标上突出三要素:人文精神与职业素养,专业知识与专业技能,人际沟通能力与社会工作能力;在教学改革上推进“素质能力本位”课程体系建设,全面修订了各专业的教学计划和教学大纲,对教学内容进行了调整充实。我们还积极探索教学方式和教学环节的改革,在加强专业知识技能培养的同时,注重培养学生的职业素养和专业岗位综合能力,实施职业岗位综合素质能力的培养与训练,使学校教学更加符合护理与卫生技术工作实践的要求。

为了适应课程体系改革的要求,我们组织了特色教材的建设工作。建设宗旨是在坚持“三基”和“五性”的基础上,突出专业能力和职业素质发展的内容,体现人文精神和职业素养培养、专业理论知识与专业实践技能的训练要求,力求培养学生良好的人文职业素质和较强的岗位适应能力。

本套自编特色系列教材包括护理及相关医学类专业的职业素养发展课程与专业知识能力课程用书,可归纳为理论课教材和实验实训指导教材两类,用以满足理论课程改革和加强专业技能训练的要求。教材力求图文并茂,强调实用性、可读性和操作性,每本教材章节前设有明确的学习目标或要点,章节后附有自测题或作业等,便于学生的学习、理解与掌握。有些还插有小知识、小实验等,以提高学生的学习兴趣。

该特色系列教材在编写中努力吸收相关专业研究领域的新知识、新技术、新标准和新内容,凝结着我校教育改革的经验总结和研究成果。为了更好地体现教材的职业性和实践性,我们还邀请了兄弟院校以及临床医师、临床护理与卫生技术人员共同参与了编写工作,这里我们表示衷心的感谢。

由于教育教学改革是一个不断创新完善的过程,我们的探索需要不断深化和发展,特色系列教材的建设也需要不断完善,加上编者水平等原因,教材难免存在不少问题和不足,希望有关专家和教师、同学、读者们提出意见和批评,帮助我们在使用中不断修订提高。

王 主

2008年5月



前言

本书是我院在培养应用型护理人才,进行素质能力本位课程体系改革中涌现的一本特色教材,是专门为高职高专护理专业学生设计编写的介绍护理心理学知识与技能的实用型教材。

从开始筹划编写该教材到将书稿交付出版社,我们经历了整整一年的多次反复修改,目的是从护理人才培养模式改革的要求出发,使教材真正适应现代医学模式和整体护理的要求,凸现除知识的新颖性和实用性,更加符合高职高专护理学生的特点,为高职高专护理专业学生职业岗位综合素质能力的培养与训练提供一本全新的,既结构完整又针对性强的护理心理学特色教材。现在,经过大家的共同努力,这本教材终于要出版了。这是我们奉献给广大师生的一份礼物,也是大家付出的心血和改革探索的结晶,我们怀着欣慰和忐忑的心情期待着它在今后的教学实践中得到检验和肯定。

本教材的编写核心是体现素质能力本位课程体系的“三基”和“五性”。“三基”即基础理论、基本知识、基本技能;“五性”即思想性、科学性、先进性、启发性和适用性。

全书共分9章,内容可归纳为五个部分。第一部分为绪论,主要介绍心理学、护理学以及护理心理学的基本概念。第二部分介绍心理学基础知识,包括了第2章心理过程和第3章个性。第三部分为护患关系内容,包括了第4章患者心理与第5章护患关系。第四部分为心理护理的基本知识和技能,包括第6章心理应激与临床护理,第7章临床护理工作中心理评估,第8章临床护理中的心理干预。第五部分包括第9章护士职业压力与释放。

本书知识的实用性主要体现在心理学基础知识部分力争将每一个知识点与临床患者的心理特点以及护士的心理特点相联系,在心理护理的知识和技能中重点介绍与临床护理相关的可操作性内容等。本书的新颖性则表现在促进护患关系的技巧,行为自我管理技术、认知治疗、集体心理干预等发展变化快的内容上,有关章节是编者花了大量时间和功夫,综合国内外的最新研究成果和临床实践经验编写而成的。为了使教材在教学中进一步提高学生学习本课程效率,明确各章的学习重点,我们在每一章的前面设了学习目标,最后安排了名词解释和思考题。同时我们适当增加了可读性强的小故事、小知识、小实验等链接内容来增加学生对本课程的兴趣。



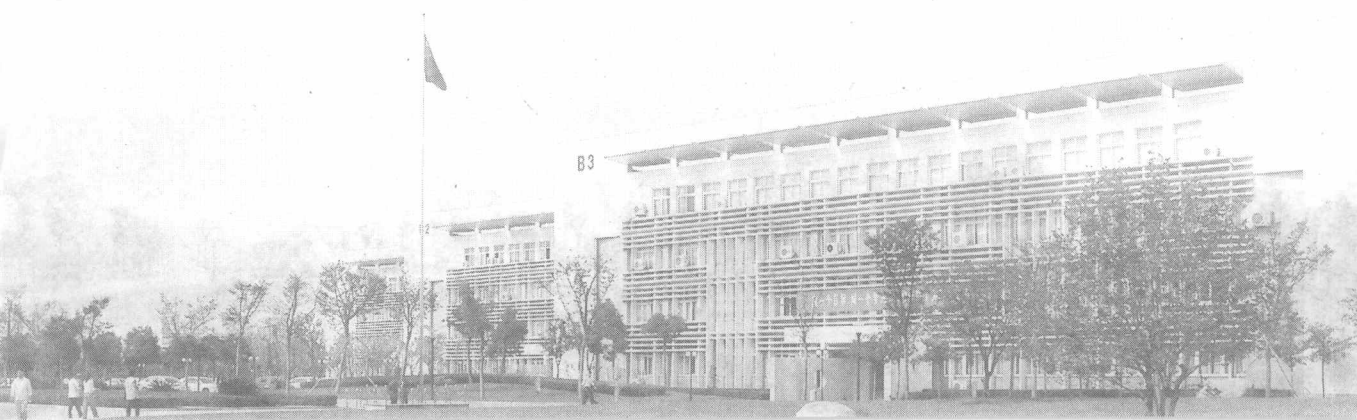
为了使教材内容更贴近临床护理实际,更具实践性和应用性,我们力邀了来自多个单位、不同岗位、不同专业背景的编者参与了编写工作。除了高等医学院校护理学、心理学、护理心理学的教师外,特别邀请了临床护理工作共同讨论,集思广议,保证教材的适用性和质量。

我们强烈希望通过自己的努力为广大同学和读者提供一本确具有特色的实用教材,但是,我们也知道,特色教材的建设和编写工作是一个漫长的过程,一个不断探索和完善的过程。因此,对于书中尚存的许多不足之处,恳请各位同行、专家给予批评指正,以便我们在今后的再版时改进。

今天,在教材即将付梓之际,谨向各位作者以及为本教材编写、出版提供帮助和支持的所有人士致以最真诚的感谢。

陈健尔 黄丽

2008年5月



目 录

第1章 绪论	(1)	第3章 个性	(33)
第一节 护理心理学概述	(1)	第一节 概述	(33)
一、护理心理学及相关概念	(1)	一、概念	(33)
二、护理心理学与医学心理学	(2)	二、个性的特征	(34)
三、护理心理学与护理学	(2)	第二节 个性倾向性	(34)
第二节 护理心理学发展	(4)	一、个性倾向性概述	(35)
一、护理心理学发展历史	(4)	二、需要	(35)
二、护理心理学发展趋势	(5)	三、动机	(37)
第三节 护理心理学的研究对象、任务及方法	(5)	四、挫折	(38)
一、护理心理学的研究对象	(5)	五、动机、挫折与临床护理	(40)
二、护理心理学的研究任务	(5)	第三节 个性心理特征	(40)
三、护理心理学的研究方法	(6)	一、能力	(40)
四、学习护理心理学的意义	(7)	二、气质	(43)
第2章 心理过程	(8)	三、性格	(45)
第一节 认知过程	(8)	第四节 个性与临床护理	(46)
一、感觉	(8)	第4章 患者心理	(48)
二、知觉	(11)	第一节 患者的基本心理特点	(48)
三、记忆	(14)	一、焦虑情绪	(48)
四、思维	(16)	二、抑郁情绪	(49)
五、想象	(18)	三、恐惧心理	(50)
六、注意	(19)	四、孤独心理	(51)
第二节 情感过程	(20)	五、依赖心理	(51)
一、情绪和情感概述	(20)	六、退化心理	(51)
二、情绪和情感的分类	(23)	七、否认	(52)
三、情绪与临床护理	(26)	八、自我概念紊乱	(52)
第三节 意志过程	(30)	第二节 不同治疗方式患者的心理反应	(53)
一、意志的概念与特征	(30)	一、手术治疗的心理特点	(53)
二、意志行动的心理过程	(30)	二、药物治疗的心理特点	(54)
三、意志的品质	(31)	三、放射治疗的心理特点	(55)
四、意志与临床护理	(31)	四、重症监护治疗的心理特点	(56)

第三节 特殊症状患者的心理反应	(84)
..... (57)	
一、疼痛患者的心理特点	(57)
二、睡眠障碍患者的心理特点	(58)
三、临终患者的心理特点	(59)
第四节 不同年龄患者的心理特点	(60)
..... (60)	
一、儿童患者的心理特点	(60)
二、青年患者的心理特点	(61)
三、中年(更年期)患者的心理特点	(61)
..... (61)	
四、老年患者的心理特点	(62)
第5章 护患关系	(64)
第一节 护患关系	(64)
..... (64)	
一、护患关系的重要意义和特点	(64)
二、护患关系的影响因素	(65)
三、护患关系的模式	(66)
第二节 护患沟通	(67)
..... (67)	
一、护患沟通的原则	(67)
二、护患沟通的技巧	(68)
第三节 促进护患关系的技巧	(70)
..... (70)	
一、同理心	(70)
二、积极关注	(74)
三、真诚	(75)
第6章 心理应激与临床护理	(77)
第一节 心理应激总论	(77)
..... (77)	
一、心理应激的概念	(77)
二、心理应激理论与临床护理	(79)
第二节 生活事件	(79)
..... (79)	
一、生活事件分类	(79)
二、生活事件的定量研究及与健康	(80)
的关系	(80)
三、临床护理人员对患者生活事件	(83)
管理的指导	(83)
第三节 认知评价	(83)
..... (83)	
一、认知评价的概念	(83)
二、认知评价的过程	(83)
三、临床护理人员对患者认知评价	(84)
的干预	(84)
第四节 应对方式与心理防御机制	(84)
..... (84)	
一、应对方式的概念	(84)
二、应对方式分类及其评估	(85)
三、应对研究及评定的意义	(86)
四、患者应对策略的确立	(86)
五、临床护士对患者应对策略的	(87)
指导	(87)
六、心理防御机制	(87)
第五节 社会支持	(88)
..... (88)	
一、社会支持的概念	(88)
二、社会支持与健康的关系	(89)
三、社会支持对患者的意义	(89)
四、社会支持的分类和评定	(90)
五、临床护理中的社会支持方法的	(91)
应用	(91)
第六节 个性特征与应激	(92)
第七节 应激反应	(93)
..... (93)	
一、应激反应的概念	(93)
二、应激的生理反应	(93)
三、应激的心理行为反应	(94)
第7章 临床护理工作中心理评估	(96)
..... (96)	
第一节 概述	(96)
..... (96)	
一、临床心理评估的相关概念	(96)
二、临床心理评估的发展简史	(97)
三、心理评估的基本方法	(98)
第二节 心理测验	(99)
..... (99)	
一、心理测验的概述	(99)
二、常用心理测验的分类	(101)
三、心理测验必备的条件	(102)
四、临床护理工作中常用的心理	(103)
测验	(103)
第8章 临床护理中的心理干预	(115)
第一节 心理干预与心理治疗总论	(115)
..... (115)	
一、心理干预与心理治疗概念	(115)
二、心理干预的分类	(116)
三、心理干预的形式	(116)
四、心理干预的功能	(117)
五、心理干预的适用范围	(118)

第二节 教育性干预.....	(118)	中的应用	(131)
一、教育性干预的概念	(118)	第七节 认知治疗.....	(132)
二、教育性干预的方式	(119)	一、认知治疗的概述	(132)
三、教育性干预的原则	(119)	二、认知改变技术在临床护理中 的应用	(133)
四、教育性干预在临床护理中的 应用	(119)	第八节 集体心理干预.....	(134)
第三节 支持性心理治疗.....	(119)	一、集体心理干预概念	(134)
一、支持性心理治疗的概念	(119)	二、集体心理干预方法	(135)
二、支持性心理治疗的具体方法	(120)	三、集体心理干预在临床护理中 的应用	(135)
三、支持性心理治疗在临床护理中 的应用	(120)	第九节 其他心理行为干预.....	(137)
第四节 行为矫正.....	(121)	一、精神分析法	(137)
一、行为学习理论简介	(121)	二、暗示治疗与催眠治疗	(139)
二、行为矫正概述	(123)	三、患者中心疗法	(140)
三、强化疗法	(124)	第9章 护士职业压力与释放.....	(143)
四、厌恶疗法	(125)	第一节 职业压力与职业倦怠.....	(143)
五、暴露疗法	(125)	一、概念	(143)
六、示范法	(126)	二、职业倦怠的特征	(144)
第五节 放松疗法与生物反馈.....	(127)	三、职业倦怠形成的阶段	(145)
一、放松疗法的概念	(127)	第二节 护士职业倦怠的原因.....	(146)
二、松弛训练	(128)	一、组织因素	(146)
三、生物反馈	(129)	二、个人因素	(148)
第六节 行为自我管理技术.....	(130)	第三节 护士职业倦怠的应对策略	(149)
一、行为自我管理的概念	(130)	一、组织途径	(149)
二、行为自我管理技术	(130)	二、个体途径	(149)
三、行为自我管理技术在临床护理		参考文献.....	(151)

第1章 绪论

Chapter 1

学习目标

1. 掌握心理学、护理心理学的基本概念;掌握护理心理学的研究对象和任务。
2. 理解护理心理学与医学心理学、护理心理学和现代护理学之间的关系。
3. 了解护理心理学研究的方法。

护理心理学是护理学与心理学相结合而形成的一门新兴的应用学科。护理心理学把心理学的知识和方法运用于现代护理领域,研究和解决护理理论和实践中的心理行为问题。因此,护理心理学是护理学的一个重要分支学科,也是心理学领域中的一部分应用学科。

第一节 护理心理学概述

一、护理心理学及相关概念

(一)心理学的概念

心理学(psychology)是一门研究人的心理现象及其规律的科学,即研究人的心理过程(包括认知、情感、意志等)和个性心理特征(包括兴趣、能力、气质、性格等)以及它们发生、发展和相互作用的规律。具体而言,它是研究客观外界刺激是如何引起人的心理活动的;人的语言、思维、行为是怎样形成的;人的个性心理特征是如何形成和发展的;心理活动与人的社会实践活动的关系等。

(二)护理心理学的概念

护理心理学(nursing psychology)是护理学与心理学相结合而形成的一门新兴的应用学科。护理心理学是从护理情境与个体相互作用的观点出发,研究在护理情境这个特定的社会生活条件下个体心理活动发生、发展及其变化的规律的学科,即护理心理学是研究护理过程中影响护理对象和护理人员的心理活动规律的护理情境和社会条件,探讨护理人员的心理品质及其培养,寻求心理护理的技术和方法,解决护理实践中的心理问题,达到实施最佳护理效果的一门应用学科。

对于护理心理学的概念,可以从以下几个方面理解:第一,护理心理学研究个体心理活动的规律,必须强调护理情境与个体的相互作用。如研究患者个体心理活动的规律,既要了解患者个体心理活动如何受护理情境中其他人或团体的影响,也要了解患者个体心理活动如何影

响护理情境中的其他人或团体。第二,护理心理学重视护理情境的作用。护理情境对护理人员、患者个体的心理活动所产生的作用,是通过个体的主观意识而直接影响其心理变化的。因此,不同的护理情境,对个体心理活动的影响也不同。第三,护理心理学注重个体内在心理因素的影响。因为即使是在相同的护理情境下,由于个体的内在心理因素不同,也会发生不同的心理反应。以癌症患者心理活动的比较为例,便足以说明个体内在心理因素在特定情境中对个体自身心理活动的影响。具有乐观、开朗、坚强等内在心理因素的个体和具有悲观、忧郁、软弱等内在心理因素的个体,对患有癌症的同一事件可产生截然不同的心理活动。

二、护理心理学与医学心理学

(一)医学心理学的概念

医学心理学是研究心理因素与疾病和健康之间的关系,是研究解决医学领域中的有关健康和疾病的心理行为问题,是心理学与医学相结合的学科。医学心理学不但要研究医学领域中的心理、行为与健康 and 疾病的关系问题,还要研究如何应用心理学的知识和技术于医学中,以防治疾病和增进健康。

(二)护理心理学和医学心理学

护理学与医学有着不可分割的密切联系,护理学和医学有着共同的研究领域。因此,有一种观点认为“护理心理学属于医学心理学的一个应用分支”。诚然,自20世纪中叶以来,发展迅速的医学心理学对护理心理学起了极大的引导和推动作用,由于两者所倡导的理念和学科特点有相似的地方,护理心理学的很多思路都直接或间接地来源于医学心理学。但“护理心理学属于医学心理学”的观点值得商榷,因为两者也有着不同的研究范畴。护理心理学除了运用医学心理学的有关理论来探讨护理对象的心理问题之外,还要探讨医学心理学未涉及的护理人员的心里和护理情境中的动态人际关系。在同样探讨护理对象的情况下,两门学科也有不同的侧重点:在医学背景下,医学心理学侧重研究疾病过程中的心理因素的致病机制,并以此来进行心理咨询、心理诊断或心理治疗,而在护理背景下,护理心理学侧重研究心理问题对护理过程本身的影响。两门学科的不同背景和目的是两者区别的根源所在。

心理小知识

在日常生活中,我们经常会听到这样的与心理有关的词:心理失调、心理异常、心理疾病和心理障碍等。严格地说,这些概念是有区别的:心理失调,指心理失去平衡,行为缺乏整合协调,致使个体在不同情况下的处理能力下降、适应不良;心理异常,指人的心理状态发生了病理性的变化,行为表现明显与众不同,能力明显受损,需要心理治疗;心理疾病,这是从医学的角度理解心理异常,即用疾病的概念来反映人的心理异常;心理障碍,则是指心理过程和功能受阻,这种障碍既可能是功能性的,又可能包括器质性的改变。所以,心理障碍的概念要广泛些,也比较中性,它能反映各种不同程度的、表现不一的心理问题。当然,这种区别是人为的,实际上在许多时候,这些概念是通用的。

三、护理心理学与护理学

(一)护理学的基本概念

护理(nursing)一词来自拉丁语,意思是养育、保护、照料等。护理学是以自然科学和社会

科学理论为基础的研究维护、促进、恢复人类身心健康的护理理论、知识、技能及其发展规律的一门综合性应用性学科。世界卫生组织(WHO)指出:“护士作为护理的专业工作者,其唯一的任务就是帮助患者恢复健康,帮助健康的人促进健康。”护理的目标是在尊重人的需要和权利的基础上,提高人的生存质量,通过“促进健康,预防疾病,恢复健康,减轻痛苦”来体现。护理的最终目标不仅是维护和促进个人的健康,更重要的是面向家庭、社区、人群,提高整个人类的健康水平。

(二) 护理心理学和现代护理学

首先,护理心理学的产生和发展得益于护理学的进展。医学模式的转变推动了现代护理观的发展,护理的模式由传统的功能制护理转变为整体护理。在现代护理观的指导下,护理理论与实践拓展到人的心理、社会等方面,护理工作的重点从疾病护理转变为以人为中心的整体护理,心理护理在整体护理模式中占有重要地位,成为整体护理的重要组成部分。护理心理学的孕育越来越成熟,最终作为一个交叉的边缘学科而产生。

护理学由以疾病为中心发展到今天以人的健康为中心的整体护理阶段,现代护理学与护理心理学之间的关系越来越密切,具体表现为几个方面:第一,现代护理学和护理心理学都是以人为研究对象并直接服务于人。第二,现代护理学和护理心理学都属于一种自然科学与社会科学交叉的边缘学科。第三,现代护理理论不断地吸收护理心理学关于人们的需要与动机、应激与应对、自我的发展与障碍等理论作为自己的理论基础。特别是美国心理学家马斯洛关于需要和动机的理论,构成了现代护理学基础的一个重要的组成部分。第四,现代护理实践中积极地运用护理心理学特别是心理咨询、治疗等干预措施对患者进行心理护理和教育,为心理护理实践提供了有效的技术支持。如心理评估的访谈技术、心理测验和评定量表,在护理对象心理问题的评估和诊断步骤中都是不可缺少的定性与定量技术;而心理咨询与各种心理治疗技术则是心理干预和护理健康教育等步骤中经常能用到的有效措施。

其次,护理心理学与护理学的界限日益明显。护理心理学具有与护理学不同的理论体系及特点是其作为独立学科产生与发展的前提。从研究领域上来看,护理心理学包括了护理学尚未涉及的领域。从研究对象上看,护理学着重于研究护理对象,而护理心理学既研究护理对象,还研究护理人员,甚至包含两者在护理情境中的动态关系。即使护理学和护理心理学都研究护理对象或患者,两者的角度也不尽相同。护理心理学的这些特点使其在研究角度、研究思路和解决问题的方式上与护理学有较大的区别。从研究途径上看,护理学虽关注与护理对象身心健康密切相关的心理因素,但它更多地借助外界因素或客观途径,以生物、化学、机械、物理等方式,力求通过美化环境、提供舒适、保障安全的方法来满足护理对象的健康要求,达到护理目标。护理心理学则更关注与“增进和保持健康”紧密联系的心理学问题,更多地以内在心理因素或社会文化因素为中介,通过提高社会文化条件、激发护理对象的心理潜力、调动其主观能动性途径来达到护理目标。

最后,护理心理学推动了护理学的进一步发展。护理心理学的发展同时也促进了护理学科专业内涵的不断深入,而现代科学的发展趋势表明,学科的专业化分工越精细,就越具有针对性,亦越有利于学科领域实际问题的解决。从护理学科中孕育并产生的护理心理学同时也丰富了现代护理学科,进一步拓宽了它的发展领域。两门互相影响着的学科一起在人类健康事业中发挥着积极作用。

第二节 护理心理学发展

一、护理心理学发展历史

心理学(psychology)是一门既古老而又年轻的科学。说古老,是它渊源数千载,自从有人类以来,人们一直在琢磨、猜测心理这种微妙的现象,早期的战略战术都是研究人的心理,无非尚未形成心理学说。说年轻,是指现代心理学作为一门独立的学科只有一百余年的历史。心理学是由希腊文中 psyche 与 logos 演变而成,前者意指“灵魂”(soul),后者意指“讲述”(discourse),合之则谓心理学(psychology)。心理学,是阐释心灵的学问。心理学最初在哲学内部发展,用思辨方法来描述人的心理现象。到了 19 世纪中期,随着自然科学的发展和实验方法的广泛采用,人们自然不满意“灵魂说”关于心理现象的解释,而力求对心理现象的本质作出科学的说明。由于物理、化学和生物学的发展,许多学者开始用实验的方法来研究人的心理活动特点和规律,使人类对心理现象的认识上升到了一个新台阶。特别是德国生理学家、哲学家、心理学家冯特(Wundt, 1832—1920)于 1879 年在莱比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室。冯特的研究以意识为主题,以内省为方法,目的在于探究人的心理结构,其著作《生理心理学原理》是心理学史上第一部系统的心理学专著。国际心理学界公认冯特为心理学的创始人,1879 年为科学心理学诞生之年,心理学才逐渐成为一门独立的学科。

护理心理学的形成与发展是在现代心理学和现代护理学发展的基础上逐渐形成与发展起来的。1860 年,南丁格尔(F. Nightingale, 1820—1910)在英国创办了世界上第一所护士学校——南丁格尔护士训练学校,为护理教育和现代护理学的发展奠定了基础,从此,护理事业迅速发展并经历了三个不同的发展阶段,促进了护理心理学的形成和发展。

从 19 世纪中叶到 20 世纪 40 年代,随着自然科学的发展,医学的发展也进入了快速发展的新时期,生理学、生物学、微生物学、病理学等医学基础研究逐渐形成并取得快速发展,极大地促进了生物医学模式的发展。在生物医学模式的影响下,护理学理论和实践都是以疾病为中心,实行功能制护理,护理工作的主要任务是协助医师诊断疾病、执行医嘱和各项护理操作。南丁格尔在创立这门学科时,已经认识到环境对患者情绪状态的影响,她曾指出:“护理工作的对象,不是冷冰冰的石块、木头和纸片,而是有热血和生命的人类”,并把与患者的沟通包含在整体环境之中,这些都是护理学中心理护理的最早萌芽。

20 世纪 40—60 年代,随着心理学、社会学的发展,西方的一些护理工作者将系统论观点引入护理理论中,并吸收了人本主义心理学派创始人马斯洛(A. H. Maslow)的“需要层次理论”和生态学家纽曼的“人与环境的相互关系学说”等重要思想,特别是美国医学家恩格尔(G. L. Engel)提出的“生物—心理—社会医学模式”,这一新的医学模式强化了人是一个整体的思想,这一时期最重要的特征是强调对“人”的关注,护理工作不仅要关心患者的病症和障碍,还应关注引起病症和躯体障碍或由疾病所导致的心理、行为、家庭、社会角色、经济甚至伦理等方面的问题。正是在新的医学模式的指导下,护理工作的模式由传统的功能制护理转变为现代的整体化护理。护理模式的转变和心理学理论、技术的发展促进了护理心理学的形成并为其发展奠定了基础。但是,这一阶段的护理实践主要还是针对患者已有的障碍和问题,同时工作范围大多局限在医院内,还未涉及群体保健和全民健康。

进入 20 世纪 80 年代以来,随着人类物质文明和精神文明的发展,人们对身体健康的要求

不断提高的同时,也追求心理上的舒适与健全。1994年,北美护理协会(NANDA)通过的128种护理诊断中,就有一半以上的护理诊断与心理社会功能有关。另外,随着生活环境的变化和生活节奏的不断加快,人们对维护和促进心理健康提出了更高的要求。1977年世界卫生组织提出“2000年人人享有卫生保健”的全球战略目标,各国政府以及与健康相关的组织机构和专业人员都为之努力奋斗,“以人的健康为中心”成为护理工作的指导思想。心理护理工作从对患者的护理扩大到对人的疾病与健康变化发展的全过程护理,从个体健康扩大到群体健康的促进。正是在这种背景下护理心理学得以快速的发展。

在我国,1995年11月成立了中国心理卫生协会护理心理学专业委员会,1996年在全国高等教育护理专业教材编审委员会上正式将护理心理学从医学心理学中分离出来,成为护理专业的一门非常重要的独立学科,这标志着我国护理心理学的发展进入了一个新的阶段。

二、护理心理学发展趋势

护理心理学将紧随现代护理学发展的大趋势而不断发展完善。随着护理学学科地位的不断巩固和发展,根据不同层次人才的培养目标,借鉴和吸收心理学理论与方法,与现代护理学的理论和临床应用模式相融合,创建和完善护理心理学的综合的独特的学科体系。在护理心理学的研究方法中,应积极开拓实验论证式的研究,使护理心理学的研究成果更加科学和规范,同时,护理心理学的研究领域从局部单一型走向多元型,从而进一步丰富了护理心理学的内容,为保持和促进人类身心健康提供更有力的支持。此外,临床研究模式要逐步改善目前临床心理护理研究中以个人实践经验为主导的分散状况,应将零散的个人成功经验进行提炼综合,上升到理论高度,建立科学、规范的临床心理护理应用模式,使我国的护理心理学临床实践走上科学发展的轨道。

第三节 护理心理学的研究对象、任务及方法

一、护理心理学的研究对象

护理心理学研究对象包括护理情境中护理对象和护理人员。其中护理对象包括患者、亚健康状态的人和健康人。护理是个体之间相互作用的过程,因此护理心理学并不仅仅研究护理对象和护理人员静态的心理状态,而是研究在护理情境中动态的变化着的心理现象及其规律。

二、护理心理学的研究任务

(一) 研究心理社会因素和躯体健康的关系

护理心理学必须深入研究心理社会因素与躯体健康的关系,揭示心理社会因素和躯体病变存在的内在联系。个体的生理病变会影响心理状态,如恶性肿瘤常导致护理对象产生严重的心理障碍,而心理状态的变化或突发的社会事件又会对躯体状态产生影响。护理人员如果能认识和掌握心理社会因素和躯体健康相互影响的规律,就能较好地把握护理对象心理问题的根源。此外,如果能通过控制护理对象的心理社会因素来保证医疗护理进程,促进康复,则能大大提高护理工作的效率。

821 (二)研究护理对象的心理活动及其规律

护理对象是护理工作的中心。护理对象会产生与疾病相联系的各种心理活动或心理现象。为护理对象提供优质护理服务,实施最佳的心理护理,不仅要了解个别护理对象的心理活动,了解一般患者的心理活动,还要了解门诊和住院两个患病群体不同的心理特点,不同病期中患者的心理特点以及不同科室患病群体的不同心理特点。只有掌握了护理对象的不同心理特点,才能采取有针对性的护理措施。

(三)研究心理干预的理论和技巧

护理心理学不仅要研究护理对象的心理活动规律,还要在此基础上进一步研究干预护理对象心理活动的理论与技巧,如心理评估、心理护理的理论和技巧等。对护理对象的心理问题进行干预并解决或缓解应该是护理工作中的关键一环。不同心理特点的护理对象需要不同的干预理论或干预技巧。

(四)研究护理人员的心理品质及其培养

在护理的动态过程中,护理人员和护理对象互相影响,护理人员的心理品质对护理过程和护理效果至关重要。面对一个疾病缠身或心情低落的护理对象时,护理人员只有具有开放、接纳、同情、包容等心理品质,并能够对护理对象和自己进行心理调适才能够有效地提高护理效率。因此,护理人员的职业心理素质也是护理心理学研究的一项内容。

三、护理心理学的研究方法

(一)观察法

观察法是在自然条件下或在预先设计的情境中,对受试的外显行为进行有目的、有计划地观察,从中发现心理现象产生和发展的规律性。包括以下两种方法。

(1)自然观察法:指在不加任何干涉的自然情境中对研究对象的行为直接观察记录,进行分析,获得行为变化的规律。优点为简便易行,获取材料较真实;缺点为结果具有一定的偶然性,获得特定资料需较长时间。

(2)控制观察法:是在预先控制观察的情境和条件下进行观察。优点为获取资料快,容易作横向比较;缺点为资料的可靠性差。

(二)调查法

调查法是通过访谈、问卷等方式获得资料并加以分析的一种研究方法。包括以下两种方法。

(1)访谈法:通过与被试者会晤交谈,了解其心理活动,同时观察其在访谈时的行为反应,以补充和验证所获得的资料,记录、分析所得到的研究结果。优点为简便,较快获得结果;缺点为某些受试者不习惯面对面交谈,导致调查资料失真。

(2)问卷调查法:采用事先设计的调查问卷,现场或通过信函交由被调查者填写,然后收集问卷对其内容逐条进行分析研究。优点为简便,信息量大;缺点为结果的真实性、可靠性易受多种因素影响。

(三)测验法

测验法是运用标准化的心理测量工具,对心理活动进行测量和评定的一种研究方法。标准化心理测量工具经过信度、效度的检验。心理测验按内容分为智力测验、成就测验、态度测验和人格测验;按测验规模分为个别测验和团体测验;按形式分为文字测验和非文字测验等。

(四)实验法

实验法是在控制的条件下,研究者系统地操纵自变量,以研究该变量的变化对因变量影响的一种研究方法。包括以下两种实验法。

(1)自然实验法:是在人们正常学习和工作情境中进行的实验。优点为自然、方便,结果比较合乎实际;缺点为实验条件较难控制,实验结果准确性不高。

(2)实验室实验法:是在实验室借助专门的实验设备,在对实验条件严加控制的情况下进行的实验。优点为省时、省力,结果准确;缺点为易受实验情境影响,人为的实验情境脱离实际情境,难以在日常生活中推广。

四、学习护理心理学的意义

(一)有助于提高护理质量

护理心理学的学习有助于护理人员学会用科学的方法研究人的心理和指导日常护理工作,加强护理工作的科学性和有效性。护理心理学的学习有助于护理人员掌握不同年龄、性别、不同的护理对象的心理特征,采取相应的心理护理措施,使其处于最佳的心身状态,促使患者早日康复,增进人群健康,全面提升护理质量。

(二)有助于提高护理人员的心理素质

护理心理学的学习有助于护理人员全面客观地认识自身的心理活动,从而更好地控制、调节和培养自身良好的心理品质(如敏锐的观察力、敏捷的反应力、准确的记忆力、灵活的注意力、深刻的思维能力和良好的语言表达能力、人际交往能力,以及稳定的情绪、坚韧的意志、健全的人格等),从而更好地处理护患关系,取得满意的护理效果。

(三)有助于现代护理学的发展

随着医学模式的转变,护理模式由功能制护理转变为系统化整体护理。现代护理,主要指“诊断和处理人类对其现存和潜在健康问题的反应”。护理工作的重点从疾病护理转变为以人为中心的整体护理;护理工作的对象由患者扩展到健康人;护理工作的范围由医院扩展到社区;护理人员的职能由单一向多职能转变。这些变化意味着现代护理学是一门受人重视的独立学科。心理护理是系统化整体护理的重要组成部分,掌握护理心理学知识和技术是整体护理质量和水平的保证。因此,随着护理心理学研究的深入、护理心理学学科不断发展,护理心理学知识和技术体系的不断完善,必将推动现代护理学的全面发展。

一、重要概念

心理学 护理学 护理心理学

二、复习思考题

1. 护理心理学和现代护理学之间有哪些联系?
2. 护理心理学的研究对象和任务是什么?
3. 学习护理心理学有什么意义?

(陈健尔)