



国家卫生和计划生育委员会“十二五”规划教材  
全国高等医药教材建设研究会规划教材  
全国高等学校医药学成人学历教育（专科）规划教材

供护理学专业用

# 护理心理学

第**3**版

主 编 曹枫林

副主编 张纪梅 曹卫洁



人民卫生出版社  
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

- ▶ 国家卫生和计划生育委员会“十二五”规划教材
- ▶ 全国高等医药教材建设研究会规划教材
- ▶ 全国高等学校医药学成人学历教育（专科）规划教材
- ▶ 供护理学专业用

# 护 理 心 理 学

第 3 版

主 编 曹枫林

副主编 张纪梅 曹卫洁

编 者 （以姓氏笔画为序）

厉 萍（山东大学护理学院）

杨秀木（安徽蚌埠医学院护理学系）

陈 瑜（南方医科大学护理学院）

张纪梅（厦门医学高等专科学校）

张银玲（第四军医大学护理学系）

曹卫洁（海南医学院护理学系）

曹枫林（山东大学护理学院）



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

护理心理学/曹枫林主编. —3 版. —北京: 人民  
卫生出版社, 2013. 7

ISBN 978-7-117-17483-1

I. ①护… II. ①曹… III. ①护理学-医学心理学-  
高等学校-教材 IV. ①R471

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 135742 号

|       |                                                  |                                         |
|-------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 人卫社官网 | <a href="http://www.pmph.com">www.pmph.com</a>   | 出版物查询, 在线购书                             |
| 人卫医学网 | <a href="http://www.ipmph.com">www.ipmph.com</a> | 医学考试辅导, 医学数<br>据库服务, 医学教育资<br>源, 大众健康资讯 |

版权所有, 侵权必究!

护理心理学

第 3 版

主 编: 曹枫林

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: [pmph@pmph.com](mailto:pmph@pmph.com)

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 三河市尚艺印装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 11

字 数: 275 千字

版 次: 2000 年 7 月第 1 版 2013 年 7 月第 3 版  
2016 年 2 月第 3 版第 4 次印刷 (总第 33 次印刷)

标准书号: ISBN 978-7-117-17483-1/R · 17484

定 价: 23.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: [WQ@pmph.com](mailto:WQ@pmph.com)

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

# 全国高等学校医药学成人学历教育规划教材第三轮

## 修订说明

随着我国医疗卫生体制改革和医学教育改革的深入推进,我国高等学校医药学成人学历教育迎来了前所未有的发展和机遇,为了顺应新形势、应对新挑战和满足人才培养新要求,医药学成人学历教育的教学管理、教学内容、教学方法和考核方式等方面都展开了全方位的改革,形成了具有中国特色的教学模式。为了适应高等学校医药学成人学历教育的发展,推进高等学校医药学成人学历教育的专业课程体系及教材体系的改革和创新,探索医药学成人学历教育教材建设新模式,全国高等医药教材建设研究会、人民卫生出版社决定启动全国高等学校医药学成人学历教育规划教材第三轮的修订工作,在长达2年多的全国调研、全面总结前两轮教材建设的经验和不足的基础上,于2012年5月25~26日在北京召开了全国高等学校医药学成人学历教育教学研讨会暨第三届全国高等学校医药学成人学历教育规划教材评审委员会成立大会,就我国医药学成人学历教育的现状、特点、发展趋势以及教材修订的原则要求等重要问题进行了探讨并达成共识。2012年8月22~23日全国高等医药教材建设研究会在北京召开了第三轮全国高等学校医药学成人学历教育规划教材主编人会议,正式启动教材的修订工作。

本次修订和编写的特点如下:

1. 坚持国家级规划教材顶层设计、全程规划、全程质控和“三基、五性、三特点”的编写原则。

2. 教材体现了成人学历教育的专业培养目标和专业特点。坚持了医药学成人学历教育的非零起点性、学历需求性、职业需求性、模式多样性的特点,教材的编写贴近了成人学历教育的教学实际,适应了成人学历教育的社会需要,满足了成人学历教育的岗位胜任力需求,达到了教师好教、学生好学、实践好用的“三好”教材目标。

3. 本轮教材的修订从内容和形式上创新了教材的编写,加入“学习目标”、“学习小结”、“复习题”三个模块,提倡各教材根据其内容特点加入“问题与思考”、“理论与实践”、“相关链接”三类文本框,精心编排,突出基础知识、新知识、实用性知识的有效组合,加入案例突出临床技能的培养等。

本次修订医药学成人学历教育规划教材护理学专业专科教材12种,将于2013年9月陆续出版。

全国高等学校医药学成人学历教育规划教材护理学专业

（ 专科 ） 教材目录

| 教材名称      | 主编      | 教材名称        | 主编  |
|-----------|---------|-------------|-----|
| 1. 内科护理学  | 魏秀红 赵书娥 | 7. 护理学导论    | 隋树杰 |
| 2. 外科护理学  | 芦桂芝     | 8. 基础护理学    | 杨立群 |
| 3. 妇产科护理学 | 张新宇 张秀平 | 9. 健康评估     | 桂庆军 |
| 4. 儿科护理学  | 张玉兰     | 10. 临床营养学   | 史琳娜 |
| 5. 护理心理学  | 曹枫林     | 11. 急危重症护理学 | 周会兰 |
| 6. 护理管理学  | 苏兰若     | 12. 社区护理学   | 涂 英 |

# 第三届全国高等学校医药学成人学历教育规划教材

## 评审委员会名单

顾问 何 维 陈贤义 石鹏建 金生国

主任委员 唐建武 闻德亮 胡 炜

副主任委员兼秘书长 宫福清 杜 贤

副秘书长 赵永昌

副主任委员 (按姓氏笔画排序)

史文海 申玉杰 龙大宏 朱海兵 毕晓明 佟 赤  
汪全海 黄建强

委员 (按姓氏笔画排序)

孔祥梅 尹检龙 田晓峰 刘成玉 许礼发 何 冰  
张 妍 张雨生 李 宁 李 刚 李小寒 杜友爱  
杨克虎 肖 荣 陈 廷 周 敏 姜小鹰 胡日进  
赵才福 赵怀清 钱士匀 曹德英 矫东风 黄 艳  
谢培豪 韩学田 漆洪波 管茶香

秘书 白 桦

# 前 言

护理心理学是护理学和心理学相交叉而产生的一门应用学科，是护理教育的一门重要的主干课程。其任务是运用心理学的基本理论和方法，探索护理对象的心理活动规律，解决护理工作中所涉及的各种心理学问题。

本书在坚持“三基五性”基本原则的基础上，与上版教材相比，在编写内容和编写形式上进行了创新。在内容上，根据学科发展的需要和最新的研究成果，将新理论、新方法编入其中。在编写形式上，每章前设置学习目标，每章末设置学习小结和复习题，首尾呼应，便于学生复习和掌握主要知识点；在每章中设置相关链接，介绍经典的心理学实验、最新研究进展等，拓宽学生的知识面，同时增强教材内容的趣味性。

全书共分为十一章，分别是绪论、心理学基础知识、心理发展与心理健康、心理应激、心身疾病、异常心理、心理评估、心理干预、患者心理、心理护理、护士心理健康与维护。第一章和第四章由曹枫林编写，第二章由陈瑜编写，第三章由杨秀木编写，第五章和第十一章由曹卫洁编写，第六章和第九章由厉萍编写，第七章和第八章由张纪梅编写，第十章由张银玲编写。

本书主要读者是我国护理学成人学历专科教育的学生，也可供护理专业教师和临床护理工作使用 and 参考。

本书在编写过程中得到了各编者所在院校和单位的大力支持，在此表示衷心的感谢。本书参编人员均具有丰富的教学经验和严谨的治学态度，但由于时间仓促和本人水平所限，疏漏和错误之处在所难免，敬请读者和同行提出宝贵意见。

曹枫林

2013年6月

# 目 录

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 第一章 绪论 .....            | 1  |
| 第一节 概述 .....            | 1  |
| 第二节 护理心理学的常用研究方法 .....  | 4  |
| 第三节 护理心理学相关的心理学理论 ..... | 7  |
| 第二章 心理学基础知识 .....       | 13 |
| 第一节 心理现象与心理实质 .....     | 13 |
| 第二节 心理过程 .....          | 16 |
| 第三节 人格 .....            | 28 |
| 第三章 心理发展与心理健康 .....     | 39 |
| 第一节 概述 .....            | 39 |
| 第二节 不同年龄阶段的心理健康 .....   | 42 |
| 第四章 心理应激 .....          | 53 |
| 第一节 概述 .....            | 53 |
| 第二节 心理应激的中介机制 .....     | 57 |
| 第三节 应激反应 .....          | 60 |
| 第五章 心身疾病 .....          | 67 |
| 第一节 概述 .....            | 67 |
| 第二节 心身疾病的发病机制 .....     | 69 |
| 第三节 常见的心身疾病 .....       | 70 |
| 第六章 异常心理 .....          | 79 |
| 第一节 概述 .....            | 79 |
| 第二节 常见心理障碍 .....        | 81 |
| 第三节 常见不良行为 .....        | 84 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 第七章 心理评估          | 89  |
| 第一节 概述            | 89  |
| 第二节 心理评估的常用方法     | 91  |
| 第三节 主要心理测验介绍      | 97  |
| 第八章 心理干预          | 103 |
| 第一节 概述            | 103 |
| 第二节 心理干预技术        | 104 |
| 第九章 患者心理          | 114 |
| 第一节 疾病行为与患者角色     | 114 |
| 第二节 患者的心理需要和心理反应  | 118 |
| 第十章 心理护理          | 123 |
| 第一节 概述            | 123 |
| 第二节 不同年龄阶段患者的心理护理 | 126 |
| 第三节 不同类型患者的心理护理   | 130 |
| 第十一章 护士心理健康与维护    | 147 |
| 第一节 护士工作应激        | 147 |
| 第二节 护士心理健康维护      | 151 |
| 附录                | 153 |
| 附录一 常用的心理测验问卷     | 153 |
| 附录二 各章参考答案        | 161 |
| 参考文献              | 165 |

# 第一章

## 绪论

### 学习目标

掌握：

1. 护理心理学的概念。
2. 护理心理学的研究任务。

熟悉：

1. 护理心理学的研究方法。
2. 护理心理学相关的心理学理论。

了解：

护理心理学发展概况。

临床护理实践中存在许多复杂的心理学问题，如患者的心理反应、心理干预等，为解决护理工作中的各类心理行为问题，将心理学知识、原理和方法运用于护理领域，就形成了一门应用学科——护理心理学。

### 第一节 概述

#### 一、护理心理学的概念

护理心理学是研究护理对象和护理人员的心理活动发生、发展及其变化规律的学科，是护理学和心理学相交叉而产生的一门应用学科。

护理心理学既是护理学的分支，也是心理学的分支。从护理学分支来看，护理心理学研究护理学中的心理行为问题，例如，各类患者的心理特点及心理行为变化规律、护士的职业心理素质等；从心理学的分支来看，护理心理学研究如何把心理学的系统知识和技术应用于护理学各方面，例如，在临床护理工作中如何有效应用心理学理论和技术对患者实施心理干预等。护理心理学作为一门新兴的应用学科，对提高护理质量，推动护理学的进步和发展起着重要的作用。

## 二、护理心理学的研究对象和任务

护理心理学的研究对象包括护理对象和护理人员两大部分,其中护理对象包括患有各种疾病的患者、健康受到威胁的亚健康状态的人和健康人。护理心理学的主要目的是研究如何运用心理学的理论、方法和技术,来解决护理学中的心理问题。护理心理学的主要研究任务包括以下几方面:

1. 研究心身交互作用对健康的影响 护理心理学不仅要深入研究人们的心理活动对躯体生理活动的影响,从而揭示疾病与心理因素之间的内在联系,还要探讨人在患病之后所引起的各种心理反应。护理人员只有认识和掌握其中的规律,才能自觉地采取适当的措施进行心理护理。

2. 研究患者的心理特点 护理心理学的另一项重要任务是研究各类患者的一般心理特点和特殊心理表现,以及疾病过程中的心理行为变化规律。

3. 研究评估与干预患者心理活动的理论与技术 护理心理学不仅要研究患者的心理活动规律,还要在此基础上进一步探讨评估与干预患者心理活动的理论与技术,如心理评估、心理护理的理论和技术等。

4. 研究护理人员的职业心理素质 护理人员从事的是一项崇高的职业,她们通过实施护理服务为患者减轻疾苦。要做好这项工作,就要求护理人员必须具备良好的职业心理素质,如敏锐的观察力、准确的记忆力、积极而稳定的情绪等。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、护理心理学的发展概况

### (一) 国外护理心理学发展概况

1. 心理学融入护理实践,强调心身统一 自20世纪50、60年代美国学者提出护理程序的概念之后,护理学获得了革命性的发展。1973年恩格尔(G. L. Engel)提出的生物-心理-社会医学模式进一步强化了以病人为中心的全新护理观念。以病人为中心的整体护理思想带来了护理实践领域的一系列变化,集中表现在:①护理工作的主动性增加,从被动的疾病护理转变为运用护理程序为病人实施生理、心理、社会及文化的整体护理;②护理工作除了执行医嘱和各项护理技术操作之外,更多的侧重对人的关注,进一步认识到心理、社会和文化因素对患者病情转归和健康的影响,从而帮助患者最大限度地达到生理与心理新的平衡与适应;③护士的角色不仅仅是病人的照顾者,更多的是担当病人的教育者、咨询者和病人健康的管理者;④病人有机会参与对其治疗和护理方案的决策。

为了提高护理专业人员适应人类健康事业发展的能力,一些发达国家和地区在逐步普及高等护理教育的同时,根据现代护理人才的培养目标,对护理专业教育的课程设置及人才的知识结构进行了大幅度的调整,特别强调护理人员应具备丰富的包括心理学在内的人文社会学科知识。在课程设置中增加了心理学课程的比重,例如,美国四年制专科护理教育的课程体制中平均有近百学时的心理学课程内容,包括普通心理学、生理心理学、社会心理学、变态心理学、临床心理学等。教学中特别强调护患关系及治疗性沟通对患者心身康复的重要性及护士的沟通技能训练。

总之,国外护理心理学主张:把疾病与病人视为一个整体;把“生物学的病人”与“社会心理学的病人”视为一个整体;把病人与社会及其生存的整个外环境视为一个整体;把病人从入院到出院视为一个整体。

2. 应用心理疗法开展临床心理护理 将心理疗法应用于临床心理护理实践,成为国外护理心理学研究的一个重要特点。应用于临床心理护理的心理疗法有认知行为疗法、音乐疗法、放松疗法等。在应用心理疗法进行心理护理的过程中,国外还特别强调效果评价,许多研究采用心理评定量表评估实际效果。

3. 开展量性和质性研究 运用量性研究探讨病人和护士的心理特点、心理干预策略和心理护理效果,是国外护理心理学研究的主要方法。此外,质性研究也越来越广泛地应用于心理护理理论与实践研究中,其研究方法是以参与观察、无结构访谈或结构访谈来收集病人资料。分析方式以归纳法为主,强调研究过程中护士的自身体验。这些研究的开展提高了护理心理学的科学性和实践价值,对学科发展起到了极大的推动作用。

## (二) 国内护理心理学发展概况

1. 学科建设日趋成熟和完善 自1981年我国学者刘素珍撰文提出“应当建立和研究护理心理学”以来,我国护理心理学的研究逐步深入,其科学性以及在临床护理工作中的重要性得到人们的普遍接受和认可,并引起学术界及卫生管理部门的高度重视。1991年人民卫生出版社出版的高等医学院校教材《医学心理学》,将护理心理学归为医学心理学的一个分支学科,1996年经有关专家学者讨论正式命名为《护理心理学》,并被列为“九五”国家重点教材,由此护理心理学在我国成为一门独立的学科。护理心理学作为一门具有心理学本质属性,应用于护理实践领域的新兴独立学科,随着人类健康观的发展,在进一步确定学科发展目标、构建独特理论体系和实践应用模式的过程中逐渐走向成熟。

20世纪80年代初期,责任制护理的引入和实施对我国护理教育的发展产生了深刻影响,护理教育中逐步增加了护理心理学内容,并由最初的知识讲座很快过渡为系统讲授的必修课程。同时,国内各种不同类型的研讨会、学习班的举办,各护理期刊开设心理护理栏目,刊登具有指导意义的学术文章,《护理心理学》教材及学术专著陆续出版等,为护理心理学的普及和专业教学提供了基本保障。经过多年教学、临床实践和专题研究,一支心理学理论扎实、临床实践经验丰富、学术水平较高的教学专业队伍已初步形成。1995年11月,中国心理卫生协会护理心理学专业委员会在北京成立,护理心理学领域有了国内最高层次的学术机构,也标志着我国护理心理学的学科建设步入了新的历史发展时期。

2. 科研活动广泛开展 随着医学模式的转变,临床护理已由单纯的疾病护理转变为身心整体护理,护理心理学的地位和作用日益突出。广大临床护士积极开展心理护理的应用研究,探索病人的心理活动共性规律和个性特征的各类研究设计,取代了既往千篇一律的经验总结。前瞻性研究逐渐增多,对心理护理措施、心理评估体系以及护士人才选拔和培养的研究也得到了进一步重视和加强。心理评定量表在临床护理中的应用是目前护理心理学研究的另一热点。用客观量化替代主观评价并借此作为制定干预对策的依据,关注干预质量与效果,已成为我国临床心理护理的一个发展方向。

3. 临床心理护理突出个性心理特征 不同气质、性格的病人在疾病承受能力、反应方式及在病房里的表现不同,疾病的心理活动规律也有极大差异。临床心理护理中强调根据患者的个性心理特征,对千差万别的个体实施有针对性的个性化护理。

## 第二节 护理心理学的常用研究方法

### 一、观察研究法

#### (一) 概念

观察研究法是指研究者通过感官或借助一定的科学仪器,在一定时间内,有目的、有计划地考察和描述客观对象并收集研究资料的一种方法。作为科学研究史上最原始、应用最广泛的方法,观察法是从事任何研究都不可缺少的。

#### (二) 分类

1. 依据研究情境的不同 观察法可分为自然观察法和控制观察法。自然观察法是指在自然情境中对研究对象的行为进行直接观察、记录、分析,解释某些行为变化的规律。控制观察法是在研究者预先设置的情境中对研究对象进行观察研究。

2. 根据研究目的和要求的不同 观察法可分为以下几种:①连续性观察:指对同一对象的同一问题所进行的持续的、多次反复的观察。这种方式多用于对患者个性化心理问题的研究。如针对某位因患急性心肌梗死而住进重症监护病房的患者,要了解其病情变化是否与情绪波动有关,就必须对该患者的情绪状态与病情发展的关系进行持续、反复的观察,才可能获得比较可靠的结论。②轮换性观察:指对同一问题进行观察研究时,需变换几次甚至几十次对象施以反复观察。这种方式比较适用于对患者心理状态的一些共性问题的研究。例如,想了解某一类疾病患者的一般心理特点,仅通过观察一个患者的心理反应很难得出正确结论,必须分别对患此类疾病的不同患者的心理活动进行轮番观察,才可能归纳出他们因患有某种疾病而产生的共性的心理问题。③隐蔽性观察:指研究者的观察活动需在被研究者不知情的状况下进行,力求使被研究者的心理活动在自然情境中真实流露。这种观察方式既适用于对患者共性心理问题的研究,也适用于对患者个别心理问题的研究。观察若在室内进行,一般需设置里明外暗的观察室,研究者可通过单向“观察窗”,对研究对象的言行作详细观察而不被研究者察觉。如果观察性研究在室外展开,研究者可通过扮演“假被试”,与那些“真被试”打成一片,在掩盖其真实身份的情况下亲身参与其中,以获得较可靠的结果。在运用隐蔽性观察法进行研究时,研究者需要特别注意所涉及的伦理学问题。

#### (三) 观察研究法的基本原则

1. 重复性原则 由于时间因素的影响,仅根据1~2次观察即做出结论,难免有很大的偶然性。只有多次反复地观察,才有助于发现研究对象心理活动的稳定性特征,使所得结果具有代表性。

2. 主题性原则 是指在每一次具体观察研究的过程中,只能确定一个观察主题,观察一种行为,以避免观察指标设置太多,造成彼此干扰,无法得到准确的研究结论。如观察病室环境(物理环境)对患者情绪状态的影响,研究者除了必须把物理环境与社会心理环境严格区分,还要进一步对物理环境中的噪声、通风、采光条件、病室布置等各种观察指标加以区别。

3. 真实性原则 该原则充分体现在隐蔽性观察的研究方式中。隐蔽性观察的目的是为了防止被试的心理活动出现某些假象,比如被试的“迎合”心理或“逆反”心理。如果被试了解研

究者的意图,当他们产生“迎合”心理时,就会主动配合研究者,有意表现出符合研究者主观愿望的心理活动;当他们发生“逆反”心理时,则可能一反常态地表达自己的心理反应。因此,上述两种情况,都是被试以假象掩饰真实心理状态的结果,都会使收集的资料失去意义。

## 二、调查研究法

### (一) 概念

调查研究法是指研究者以所研究的问题为范围,预先拟就一些题目,让被试根据自己的意愿选择作答,再对其结果进行统计分析的一种方法。这种研究方法比较简便、可行,调查所得结果可提供一定参考价值,在社会心理学等领域被广泛采用。对护理心理学研究而言,在分析患者心理需要、了解患者心理特点等问题时,通常可采用调查研究法。

### (二) 调查研究法的主要方式

调查研究法一般可采用两种方式进行,一种是问卷调查,多用于短时间内大范围人群的资料收集;另一种是访谈调查,一般采用面对面的个体访谈形式,由调查者按被调查者所述做好记录。

### (三) 调查研究法的注意事项

1. 精心策划 进行调查前必须精心设计调查表,力求就某范围的调查获得较大的信息量,以便在资料分析时得到更多有价值的结果。信息量小的调查问卷往往易导致片面的结论。

2. 确保真实 为确保调查结果的真实性,调查问卷一般可采用无记名方式收集资料,以打消被调查者的答卷顾虑。访谈调查时,则需要调查者积极营造一个和谐、宽松的谈话氛围。必要时,调查者还可以向被调查者做出替他保守个人隐私的承诺,以便被调查者能无拘无束地袒露心迹。

3. 科学抽样 调查研究的成败,主要取决于所抽样本的代表性,故调查研究法又称为抽样调查。随机抽样是可以增强调查结果代表性的常用方法。

4. 通俗易懂 调查者在自行设计问卷时,应注重文字表达上的言简意赅和通俗易懂。同时还应考虑如何方便作答,尽量选用“是非法”、“选择法”的答题方式供被调查者使用,以便他们能在比较轻松的状态下顺利地完成调查问卷。

## 三、实验研究法

### (一) 概念

实验研究的方法是指在观察和调查的基础上,对研究对象的某些变量进行操纵或控制,创设一定的情境,以探求心理现象的原因、发展规律的研究方法。与其他研究方法相比,实验法被公认为是最严谨的方法。

### (二) 分类

实验研究具体包括实验室实验、实地实验、模拟实验三种。不同学科的学术研究,对三种实验法的使用也各有侧重,护理心理学常用的实验研究是后两种。

1. 实验室实验 是在实验室内的研究,能够比较容易地控制影响实验结果的混杂因素,便于有计划地操纵自变量的变化,观察因变量随之改变的情形,以分析和研究其中的规律。

实验室实验是自然科学研究和社会科学研究都采用的一种方法。护理心理学实验研究的内容,既有自然科学的,也有社会科学的。如研究患者的情绪状态与机体免疫机制的交互影响,可主要采用自然科学的实验研究方式;而研究语言暗示对患者情绪调节作用的问题,则可着重于社会科学的实验研究方式。实验室实验的优点在于研究的控制条件严格,可排除许多干扰因素,能获得说服力较强的研究结果。

2. 实地实验 又可称为现场实验,是将实验法延伸到社会的实际生活情境中进行研究的一种方法。与实验室实验的不同之处在于,它是在现场(自然)情况下控制条件进行的实验。从对控制实验的干扰因素来看,实地实验虽不及实验室实验那么便利,但它具有更接近真实生活、研究范围更加广泛、实验结果易于推广等优点,因此,在社会心理学、管理心理学等领域的科学研究中被广泛采用。实地实验也是护理心理学研究的常用方法之一。如研究“住院患者心理状态与疾病的发展及转归的关系”这类问题时,显然难以进入实验室开展实验,只能以病房为现场来开展实地研究。

3. 模拟实验 是指由研究者根据研究需要,人为地设计出某种模拟真实社会情境的实验场所,间接地探求人们在特定情境下心理活动发生及变化规律的一种研究方法。如研究者可设计一些模拟的护患交往情境,请有关人员扮演患者,以观察护士的人际沟通能力,进而深入了解一些共性问题。模拟情境虽是为人为设计的,但对被试而言,只要他们未察觉自己置身于人为情境,所产生的心理反应实际上也与实地实验相近,基本是真实的、可信的。因此,模拟实验情境应尽可能地做到逼真,不被被试所识破,以求得到最接近真实的可靠结果。

### 相关链接

#### 模拟监狱实验

为了研究人及环境因素对个体的影响程度,心理学家津巴多(P. Zimbardo)设计了一个模拟监狱的实验。实验地点设在斯坦福大学心理系的地下室中,参加者是男性志愿者。他们中的一半随机指派为“看守”,另一半指派为“犯人”。实验者发给“看守”制服和哨子,并训练他们推行一套“监狱”的规则。而“犯人”则要穿上品质低劣的囚衣,并被关在牢房内。

所有的参加者包括实验者,仅花了一天的时间就完全进入了角色。看守们开始变得十分粗鲁,充满敌意,他们还想出多种对付犯人的酷刑和体罚方法。犯人们垮了下来,要么变得无动于衷,要么开始了积极的反抗。用津巴多的话来说,在那里“现实和错觉之间产生了混淆,角色扮演与自我认同也产生了混淆”。

尽管实验原先设计要进行两周,但它不得不提前停止。“因为我们所看到的一切令人胆战心惊。大多数人的确变成了‘犯人’和‘看守’,不再能够清楚地区分角色扮演还是真正的自我。”

这个颇受争议的模拟实验表明,一个简单假设的角色可以很快进入个人的社会现实中,他们从中获得自我认同,无法从他们扮演的角色中分清自己的真实身份。

### 第三节 护理心理学相关的心理学理论

#### 一、精神分析理论

精神分析理论又称心理动力理论,19世纪末由奥地利维也纳的精神病医生弗洛伊德(S. Freud)创立。

##### (一) 精神分析理论的主要内容

1. 精神分析的心理结构 弗洛伊德把人的心理活动分为意识(conscious)、潜意识(unconscious)和前意识(preconscious)三个层次。

(1) 意识:与语言(即信号系统)有关,是心理活动中与现实联系的那部分,能被自我意识所知觉。它是人们当前能够注意到的那一部分心理活动,如感知觉、情绪、意志、思维等,以及可以清晰感知的外界的各种刺激等。意识保持个体对环境和自我状态的感知,对人的适应有重要的作用。

(2) 潜意识:又称为无意识,是指个体无法直接感知到的那一部分心理活动,主要包括不被外部现实、道德理智所接受的各种本能冲动、需求和欲望,或明显导致精神痛苦的过去事件。无意识虽然不被意识所知觉,但是,它是整个心理活动中最具动力性的部分。

(3) 前意识:介于前两者之间,主要包括目前未被注意到或不在意识之中,但通过自己集中注意或经过他人的提醒又能被带到意识区域的心理活动和过程。

精神分析理论认为,人的各种心理、行为并非完全是由个体的意志决定的,而是被无意识的欲望、冲动等决定的。被压抑到无意识中的各种欲望或观念,如果不能被允许进入到意识中,就会以各种变相的方式出现,表现为心理、行为或躯体的各种病态。

2. 精神分析的人格理论 人格是由本我(id)、自我(ego)和超我(superego)三部分构成。

(1) 本我:存在于无意识深处,是人格中最原始的部分,代表人们生物性的本能冲动,主要包括性本能和攻击本能,其中性本能或称为libido(欲力或性力)对人格发展尤为重要。本我具有要求即刻被满足的倾向,遵循着“快乐原则”(pleasure principle)。

(2) 自我:大部分存在于意识中,小部分是 unconscious 的。自我是人格结构中最重要的一部分,自我的发育及功能决定着个体心理健康的水平。一方面,自我的动力来自本我,是本我的各种本能、冲动和欲望得以实现的承担者;另一方面,它又是在超我的要求下,要顺应外在的现实环境,采取社会所允许的方式指导行为,保护个体的安全。自我遵循着“现实原则”(reality principle),调节和控制本我的活动。

(3) 超我:类似于良心、良知、理性等含义,大部分属于意识的。超我是在长期社会生活过程中,由社会规范、道德观念等内化而成,是人格中最具理性的部分。超我的特点是能按照社会法律、规范、伦理、习俗来辨别是非,分清善恶,因而能对个人的动机行为进行监督管制,使人格达到社会要求的完善程度。超我按“至善原则”(principle of ideal)行事。

弗洛伊德认为人格是在企图满足无意识的本能欲望和努力争取符合社会道德标准两者长期冲突的相互作用中发展和形成的。即“自我”在“本我”和“超我”中间起协调作用,

使两者之间保持平衡,如果两者之间的矛盾冲突达到“自我”无法调节时,就会产生各种精神障碍和病态行为。

弗洛伊德强调个人早期生活经验对人格发展的影响。他认为一个人的人格形成要经过五个时期:从出生到一岁半左右称为口腔期,主要从口腔部位的刺激中得到快感;一岁半至两岁时称为肛门期,从自身控制大小便中得到快感;三岁至五岁时称为性器期,开始注意两性之间的差别;六岁至十二岁时称为潜伏期,儿童的性力从自己的身体转移到外界的各种活动,因此称为潜伏期;之后到青春期时称为生殖期。弗洛伊德认为,在每一个时期都可能发生人格三部分的冲突,解决得不好就可能产生人格障碍或心理疾病。

## (二) 精神分析理论的意义

精神分析理论是最早的系统解释人类心理及行为的心理学体系,它既可以解释正常人的心理活动,又可以解释异常的心理现象,对理解人类的精神现象及规律有重要的贡献。精神分析治疗也是20世纪三大心理治疗流派之一,目前仍用于临床治疗。



## 相关链接

### 弗洛伊德 (Sigmund Freud 1856—1939)

奥地利精神科、神经科医生,心理学家,精神分析学派的创始人。1856年5月6日出生于摩拉维亚犹太商人之家,是其父母八个子女中的长子。他4岁时随家人迁居维也纳。17岁考入维也纳大学医学院,1881年获医学博士学位。后开业行医,终生从事精神病的临床治疗工作。在探寻精神病病源方面,弗洛伊德抛弃了当时占主流的生理病因说,逐步走向了心理病因说,创立了精神分析学说,认为精神病起源于心理内部动机的冲突。1886年与马莎·伯莱斯结婚,育有三男三女,女儿Anna Freud后来也成为著名的心理学家。主要著作有:《梦的解析》、《性学三论》、《心理分析导论》、《文明及其缺陷》。

## 二、行为主义理论

美国心理学家华生(J. B. Watson)创建了行为主义心理学,也称行为学派。俄国生理学家巴甫洛夫(I. P. Pavlov)、美国心理学家斯金纳(B. F. Skinner)和班杜拉(A. Bandura)等进一步完善了行为学习理论。

### (一) 行为的概念

行为(behavior)一词在心理学中有狭义和广义两种含义。

1. 狭义的行为 早期行为学派认为,“行为”指个体活动中可以直接观察的部分。只有行为才是可以直接观察并进行科学研究的对象,而人的心理和所谓隐藏在内心的欲望、驱动力,以及主观体验、意识、心理冲突,都无法直接进行观察和了解,是不能进行科学研究的。

2. 广义的行为 新行为主义学派通过大量的研究,扩大了人们对行为含义的理解。将“行为”界定为个体内在的和外在的各种形式的运动,其中包括主观体验、意识等心理活动和内脏活动。