

全国医药类高职高专规划教材·护理专业

护理心理学

主 编 蓝琼丽



西安交通大学出版社
XI'AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

全国医药类高职高专规划教材·护理专业

护理心理学

主 编 蓝琼丽

副主编 王 霞 许 燕

编 委 (以姓氏笔画为序)

王 霞 山西职工医学院

刘丽华 湖南师范大学医学院

许 燕 首都医科大学燕京医学院

黄苏丽 广西科技大学医学院

温 萌 徐州医学院

蓝琼丽 广西科技大学医学院

图书在版编目(CIP)数据

护理心理学/蓝琼丽主编. —西安:西安交通大学出版社,2013.12
ISBN 978-7-5605-5898-1

I. ①护… II. ①蓝… III. ①护理学-医学心理学 IV. ①R471

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 319761 号

蓝琼丽 主 编

宋伟丽 主 编

(西安交通大学) 编 著

西安交通大学 编 著

西安交通大学 编 著

西安交通大学 编 著

西安交通大学 编 著

西安交通大学 编 著

书 名 护理心理学
主 编 蓝琼丽
责任编辑 宋伟丽

出版发行 西安交通大学出版社
(西安市兴庆南路 10 号 邮政编码 710049)

网 址 <http://www.xjtupress.com>
电 话 (029)82668357 82667874(发行中心)
(029)82668315 82669096(总编办)

传 真 (029)82668280
印 刷 陕西奇彩印务有限责任公司

开 本 787mm×1092mm 1/16 印张 11.75 字数 280 千字
版次印次 2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5605-5898-1/R·412
定 价 26.00 元

读者购书、书店添货,如发现印装质量问题,请与本社发行中心联系、调换。

订购热线:(029)82665248 (029)82665249

投稿热线:(029)82668803 (029)82668804

读者信箱:med_xjup@163.com

版权所有 侵权必究

前言

护理心理学是护理和助产专业学生必修的一门课程。本课程是临床护理教学中十分重要的环节,主要任务是向学生传授心理学的基础知识和与护理实践相关的专业心理学知识。本教材的编写以现代医学观和整体化护理思想为指导,紧紧围绕护理、助产专业的人才培养目标,依据最新的护士资格考试大纲进行编写,并在此基础上进行适当扩展;吸收了国内外护理心理学前沿的研究成果,增强了教材的时代性;在具体内容的编写中,理论知识以够用为度,更多体现的是具体的临床案例分析和心理护理方法的介绍等,增强了教材的实用性。在内容的编排上,每章节前点明该章的学习目标,正文中插入知识链接,在章后设置用于思维拓展训练的目标检测,突出启发式教学的思想,激发学生学习积极性。

全书共分十章,包括绪论、心理学基础知识、护理人员心理、心理应激与心身疾病、临床心理评估、心理护理概述、临床心理护理方法、患者心理、专科患者心理护理、临床特殊问题的心理护理。我们力图通过本教材的学习,使学生掌握必要的心理学基础知识和心理应激及应对知识;了解护士的职业心理特点,掌握护理工作者应具备的心理素质并进行相应的职业角色人格训练;掌握患者的心理特点及评估、心理干预方法;为将来开展临床心理护理作好准备。同时具有分析各类心理现象的能力,并能应用所学的心理学知识和技能进行自我心理保健、解决自己的心理和心身问题,能初步帮助其他人(包括患者)开展心理保健、为其他人解决心理和心身问题提出建设性的建议。本教材按 36 学时编写,其中理论 30 学时,实践 6 学时,在教学过程中,各学校可根据实际情况,对本书内容和学时的分配作适当的调整。

本教材主要适用于专科层次的护理和助产专业学生,也可作为其他医学专业开设与医学相关的心理学课程选用的辅助教材,或临床护理工作者参阅的资料。

本教材编写人员均为各院校护理心理学教学第一线的教师,主编由广西科技大学医学院蓝琼丽教授担任;山西职工医学院王霞老师和首都医科大学燕京医学院许燕老师担任副主编;参编者有湖南师范大学医学院刘丽华老师、广西科技大学医学院黄苏丽老师和徐州医学院温萌老师。他们实践经验丰富,尽心尽力将自己的教学经验凝结为文字,为编写本教材做出了很大的努力。在此,对所有的编者和在编者身后的支持者们表示衷心感谢;同时,感谢西安交通大学出版社提供的机会和各种支持。

由于水平有限,疏漏之处在所难免,恳请专家、同仁和广大读者批评、指正。我们将虚心接受,再接再厉,为护理心理学做出更大的贡献。

蓝琼丽

2013 年 10 月

目 录

第一章 绪论.....	(001)
第一节 护理心理学概述.....	(001)
一、概念.....	(001)
二、护理心理学的研究对象、任务及方法.....	(001)
第二节 医学模式转变与护理心理学.....	(004)
一、医学模式的转变.....	(004)
二、现代医学模式的主要观点.....	(005)
三、医学模式转变与护理心理学.....	(006)
第三节 护理心理学简史及发展趋势.....	(006)
一、护理心理学简史.....	(006)
二、护理心理学发展趋势.....	(009)
第四节 学习护理心理学的意义.....	(011)
一、有助于适应现代护理模式的变化.....	(011)
二、有助于提高临床护理质量.....	(011)
三、有助于培养护理人员良好的职业心理素质.....	(011)
第二章 心理学基础知识.....	(013)
第一节 心理现象和心理实质.....	(013)
一、心理现象.....	(013)
二、心理实质.....	(014)
第二节 心理过程.....	(015)
一、认知过程.....	(015)
二、情绪过程.....	(028)
三、意志过程.....	(033)
第三节 人格.....	(035)
一、人格概述.....	(035)
二、人格倾向性.....	(037)
三、人格心理特征.....	(040)
第三章 护理人员心理.....	(049)
第一节 护理人员的职业心理素质与培养.....	(049)
一、护理人员职业心理素质的定义.....	(049)

二、护理人员应具备的职业心理素质	(049)
三、护理人员职业心理素质的培养	(051)
四、护理人员的行为规范	(053)
第二节 护理人员的工作倦怠及调适	(054)
一、工作倦怠的定义	(055)
二、工作倦怠与健康	(055)
三、护理人员工作倦怠的调适	(055)
第三节 护理人员的心理保健	(057)
一、护理人员的工作特点与心理特征	(057)
二、护理人员的心理保健	(058)
第四章 心理应激与心身疾病	(061)
第一节 心理应激	(061)
一、心理应激的概念	(061)
二、心理应激的过程	(062)
三、心理应激对健康的影响	(066)
四、心理应激的应对	(067)
第二节 心身疾病	(070)
一、心身疾病概述	(070)
二、心身疾病的诊断和防治原则	(073)
三、常见的心身疾病	(074)
第五章 临床心理评估	(081)
第一节 心理评估概述	(081)
一、心理评估的概念和作用	(081)
二、心理评估在护理工作中的应用	(081)
三、护理人员实施心理评估的原则和注意事项	(082)
四、心理评估的常用方法	(084)
第二节 心理测验在护理工作中的应用	(085)
一、心理测验概述	(085)
二、临床护理工作中常用的心理测验	(086)
第六章 心理护理概述	(101)
第一节 心理护理及其在现代护理中的作用	(101)
一、心理护理的概述	(101)
二、心理护理在现代护理中的作用	(104)
第二节 心理护理的实施程序	(104)
一、心理护理的目标	(105)
二、心理护理的原则	(105)

三、心理护理的实施程序	(106)
第七章 临床心理护理方法	(112)
第一节 心理咨询与心理治疗	(112)
一、心理咨询与心理治疗概述	(112)
二、心理咨询分类	(113)
三、心理咨询的原则	(114)
四、心理咨询者应具备的条件及注意事项	(115)
第二节 心理干预技术在护理工作中的应用	(117)
一、支持性心理治疗	(117)
二、行为疗法	(118)
三、认知疗法	(124)
四、森田疗法	(126)
五、音乐疗法	(127)
第八章 患者心理	(130)
第一节 患者心理概述	(130)
一、患者角色	(130)
二、患者的权利和义务	(131)
三、患者角色的转化	(132)
四、患者的心理需要	(134)
第二节 患者心理危机及干预	(135)
一、心理危机及干预概述	(135)
二、患者心理危机的识别	(137)
三、危机中护理人员的作用	(138)
四、患者攻击性和自杀行为的干预	(138)
第九章 专科患者心理护理	(142)
第一节 内科患者的心理护理	(142)
一、内科患者的心理特点	(142)
二、内科患者的心理护理	(144)
第二节 外科患者的心理护理	(145)
一、外科患者的心理特点	(145)
二、外科患者的心理护理	(146)
第三节 妇产科患者的心理护理	(149)
一、妇科患者的心理特点及心理护理	(149)
二、孕妇的心理特点及心理护理	(152)
三、产妇的心理特点及心理护理	(153)
第四节 儿科患者的心理护理	(156)

一、儿科患者的心理特点	(156)
二、儿科患者的心理护理	(157)
第十章 临床特殊问题的心理护理	(161)
第一节 门诊患者的心理护理	(161)
一、门诊患者的心理特点	(161)
二、门诊患者的心理护理	(162)
第二节 急性病患者的心理护理	(163)
一、急性病患者的心理特点	(163)
二、急性病患者的心理护理	(164)
第三节 癌症患者的心理护理	(165)
一、癌症患者的心理特点	(165)
二、癌症患者的心理护理	(167)
第四节 传染病患者的心理护理	(169)
一、传染病患者的心理特点	(169)
二、传染病患者的心理护理	(170)
第五节 疼痛患者的心理护理	(171)
一、疼痛概述	(172)
二、疼痛患者的心理护理	(173)
第六节 临终患者的心理护理	(174)
一、临终患者的心理特点	(174)
二、临终患者的心理护理	(175)
参考文献	(179)

第一章 绪论



学习目标

- 【掌握】护理心理学的概念、研究对象；医学模式转变及其主要观点；现代护理模式。
- 【熟悉】护理心理学的研究方法和任务；学习护理心理学的意义。
- 【了解】护理心理学发展简史及国内外护理心理学发展趋势。

第一节 护理心理学概述

随着当代医学模式由生物医学模式向生物-心理-社会医学模式的转变，人们对健康和疾病的认识和观念也在不断更新。现代护理学适应医学模式转变的需要，护理模式从以疾病为中心的功能制护理转变为以患者为中心的系统化整体护理，对临床护理工作提出了更新、更高的要求。护理心理学作为一门新兴的学科，扩大和丰富了护理学科，成为医学心理学在临床应用方面的重要分支之一，对提高医疗护理质量，推动医学的进步和发展起到了重要的作用。

一、概念

护理心理学(nursing psychology)是研究护理人员和护理对象的心理活动特点和活动规律，解决临床护理实践中的心理行为问题，以实现最佳护理的一门学科。护理心理学是护理学和心理学相结合而形成的一门交叉学科，它既是心理学的一个分支，也是护理学的重要组成部分。护理心理学既需要心理学的理论阐明护理过程中护理人员与患者个体间的相互作用，揭示其心理活动的规律；还需广泛吸收医学、护理学等学科的研究成果。护理心理学是现代医学、护理学迅速发展的产物，是心理学应用研究向护理领域渗透的结果。

二、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

护理心理学作为一门新兴学科，其研究对象包括护理情境中的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，护理心理学不仅研究护理对象和护理人员静态的心理现象，而且还要研究在护理情境中动态的心理活动及其变化规律。

(二) 护理心理学的研究任务

1. 研究心理社会因素与躯体的健康和疾病的关系

心理社会因素与躯体病变存在着内在联系。诸多的心理社会因素，如社会的政治、经济、

文化及生活中的各种应激事件等是许多疾病如冠心病、高血压、溃疡病等的致病和诱发因素,对于疾病的发生、发展、治疗、预后以及患者和其家属的生活质量产生不同程度的影响。同时,个体的生理病变又会影响其心理状态,无论什么病,均会对患者的心理活动产生不良影响,而那些严重的疾病如恶性肿瘤、精神疾病等则常常导致患者产生严重的心理障碍。因此,如果护理人员能认识和掌握心理社会因素与躯体健康相互影响的规律,在临床护理实践中就能较好地把握患者心理行为问题的根源,对患者进行系统护理,促使患者早日康复。

2. 研究护理对象的心理活动规律和心理护理方法

深入研究护理对象的心理活动特点和规律,并依据其心理需要,采取恰当的措施,实施最佳的心理护理是护理心理学的一项重要研究任务。不同年龄和性别的人由于他们的成熟状态和社会经历不同,所充当的社会角色不同,患病后的心理反应也会各有差异;患者的社会背景、经济状况和文化程度等也会影响他们的心理活动;不同疾病患者,他们的心理变化差异也很大。因此,护理人员不仅要了解一般患者的心理活动,还要了解不同疾病、不同病期、不同科室疾病患者的心理特点。同时还需要研究心理护理与整体护理的关系,从护理程序的角度去研究心理护理的实施过程和方法,以便针对不同患者的心理特征采取相应的心理护理措施,实施心理护理技术,这样才能使系统化整体护理取得更好的效果。

3. 研究心理评估和心理干预的理论和技巧

心理护理最重要的步骤是对患者存在的心理问题进行评估,并有针对性地进行干预,以达到解决或缓解的目的。国内外已发展了许多心理评估技术,用于定量评估患者的智力、人格、临床症状、治疗效果等。很多心理干预技术,如应对、心理治疗和心理咨询已成为干预和解决患者心理问题的重要方法,并且作为一门独立和专门的技术应用于临床各科的护理工作中。因此,掌握这些技术能有效地帮助护理人员了解患者在认知、情绪、人格、行为等方面存在的心理问题,明确心理干预和评估心理护理的效果,还可以为护理科研提供一些有用的客观评价工具。

4. 研究心理健康教育的维护和促进

随着现代护理学的发展,护理专业的服务范围由医院扩大到社区,服务对象由患者扩大到健康人,工作性质由对疾病的护理和治疗扩大到治疗与预防并重。因此,对患者和患者家属以及其他具有潜在问题的健康人进行健康教育已成为系统化整体护理的一项重要任务,其中包括心理健康教育的内容。护理人员对健康人进行适当的心理健康教育,能帮助他们预防某些心理问题的出现,或一旦出现心理问题便能及时地寻求帮助;适当的心理健康教育也能帮助人们对某些疾病产生正确的认识,消除由于错误认识而产生的恐惧情绪。

5. 研究护理人员心理素质的培养

在护理的动态过程中,护理人员的心理素质对护理过程和护理效果有着重要的影响。良好稳定的心理素质是做好护理工作的前提和保证,面对一个疾病缠身或情绪低落的患者,护理人员只有具有开放、接纳、同情、包容等良好心理品质,才能有效开展心理护理工作。而且在护理工作中也存在着很多不可预料和控制的事件和刺激,持续高水平的应激对护理人员的心身健康和工作质量有显著影响,因而现代护理工作对护理人员的心理素质提出较高的要求。因此,研究护理人员应具备的良好心理素质以及如何培养这些心理素质、如何进行有效的心理调适等也是护理心理学的一项重要任务。

(三) 护理心理学的研究方法

护理心理学研究的是护理领域里各种复杂的心理现象,主要运用心理学及医学的研究方法,结合护理专业的特点进行。常用的方法有:观察法、调查法、实验法、个案法和心理测验法等。

1. 观察法

观察法是通过科学观察与分析,研究各种环境因素影响人的心理行为的规律。这种方法在心理评估、心理咨询和心理治疗中被广泛应用,运用于护理领域则指护理人员通过对护理对象的动作、表情、言语等外显行为的观察,来了解其心理活动。该法的优点是简便易行,可得到基本的、真实的资料;缺点是观察的质量很大程度上依赖于观察者的能力,常带有主观性和偶然性。

(1) 主观观察法与客观观察法 主观观察法是个人对自己的心理进行观察和分析研究,传统上称为内省法。这种方法有较大的局限性,因为只有当事人自己的体验,往往不利于对研究结果的验证、推广和交流。客观观察法是研究者对个体或群体的行为进行观察和分析研究。这种方法要求按严格的规律真实地记录,以正确地反映实际情况,并对观察获得的资料进行科学的分析,以解释心理活动变化的本质。

(2) 自然观察法与控制观察法 自然观察法是在自然情境中对被观察者的行为进行直接观察、记录,其优点是不改变被观察者的自然生活条件,所获取的资料比较真实。控制观察法是在预先设置的某种情境下进行的直接或间接的观察,这样能较快地、集中地取得观察资料,但由于人为设置的情境可能会对被试者产生影响,因此不易反映真实情况。

(3) 临床观察法 这种方法是通过医学临床的观察记录来获取资料进行分析研究。临床观察在护理心理学研究中十分重要,它可以借此探讨行为变异时人心理现象的病理生理机制,深入研究患者的超限内心冲突与心理创伤所造成的心理障碍、心身疾病及精神疾病等。

2. 调查法

调查法是通过结构式访问或问卷等形式,系统、直接地从某一群体的样本中收集资料,并通过对资料的统计分析来认识心理行为现象及其规律的方法。

(1) 访谈法 是由调查者按照调查设计要求与被调查者进行晤谈或访问,记录访问时被调查者的各种回答内容。访谈法是一种以口语为中介、晤谈双方面对面交往和互动的过程。调查者与被调查者之间的相互作用、相互影响贯穿资料收集过程的始终。因此,此法调查回答率高,调查资料的质量较好,调查对象的适用范围广。但这种方法由于受双方心理互动的影响,往往难以做到完全客观而出现一些访问偏差。另一个不足是匿名性差,容易出现心理阻抗,直接影响回答问题的态度和答题的真实性。

座谈也是调查访问的一种手段。通过座谈可以从较大范围获取有关资料,以提供分析研究。如慢性疾病康复期的心理行为问题,可以通过定期与家属的座谈进行分析研究。

(2) 问卷法 指调查者事先设计好调查表或问卷发放给调查对象,由其自行阅读操作要求并填写问卷,然后再由调查者回收并对其内容进行整理和分析的方法。问卷调查的质量取决于研究者事先对问题的性质、内容、目的和要求的明确程度,也与问卷设计技巧和被调查者的合作程度有关。调查问卷法具有节省时间、信息量大、匿名性好、避免人为因素影响的优点。但是问卷的回收率有时难以保证,被调查者的文化水平、对问题的理解程度常常影响问卷法的

适应范围。调查者由于对被调查人的填答环境无法控制,错答、误答、漏答现象有时会影响资料的质量。采用集中指导式填答可避免上述缺点,但也应注意缺乏匿名性和群体压力带来的负面影响。

3. 实验法

实验法是一种经过精心的设计,在严格控制的条件下,通过操作某些因素,来研究变量之间的相关或因果关系的方法。

(1)实验室实验 在实验室的条件下借助于各种仪器设备,严格控制无关变量的情况下进行的。这不仅便于观察某一操作变量引发的行为反应,而且可通过仪器精确记录所致的生理变化。实验室可以实现程序自动化控制的各种模拟环境,借此研究特殊环境中心理活动的变化和相应的生理变化规律。

(2)现场实验 是在工作、学习或各种生活情境中,尽量使现场条件单一化,适当地对研究对象的某些变量进行操作,观察其有关的反应变量,以分析研究其中规律的实验方式。现场实地的研究可避免由于过度的改变习常的环境条件对被试者造成的心理活动误差,但很难像实验室那样严格控制无关变量的影响,因变量的结果往往是多因素引发的。因此,现场实验应采用多因素的实验设计,实验期限易长,一般成本较大。

4. 个案法

个案法是以某个人或者某一团体(如家庭、工作单位等)为研究对象的一种方法。事实上,个案法并非某一具体的研究方法,只是强调把个案作为研究的对象,在实施过程中往往需要采用观察、访谈、测量和实验等手段。一般由训练有素的研究者实施,依据被试者的历史记录,晤谈资料、测验或者实验所得到的观察结果,构成一个系统的个人传记。这种深入的、发展的描述性研究非常适用于心理问题的干预、心身疾病或心理障碍的疗效分析,进行心理行为疗法的前后自身比较研究等。个案法也可用于某些研究的早期探索阶段,详细的个案研究资料可为确定进一步开展大规模研究提供依据。个案法对于一些特殊案例的深入、详尽、全面研究,对揭示某些具有实质意义的心理发展和行为改变问题有十分重要的意义。例如对狼孩、猪孩、无痛感儿的个案研究等。

5. 心理测验法

心理测验法指以心理测验作为个体心理反应、行为特征等变量的定量评估手段,据其测验结果揭示研究对象的心理活动规律。此法需采用标准化、有良好信度和效度的测量量表,如人格量表、智力量表、行为量表、症状量表等。心理测验的量表种类繁多,必须严格按照心理测试规范实施,才能得到正确的结论。心理测试作为一种有效的定量手段在临床护理工作中使用得很普遍。

第二节 医学模式转变与护理心理学

一、医学模式的转变

所谓医学模式,是人们对健康和疾病总体的认识和本质的概括,体现了一定时期内医学发展的指导思想,是一种哲学观在医学上的反映,包括疾病观、健康观、诊疗观等。医学模式影响医学工作的思维及行为方式,使它们带有一定倾向性的、习惯化了的风格和特征,从而影响医

学工作的结果。

1. 生物医学模式

中世纪,自然科学冲破了宗教黑暗统治后迅速发展起来,各个领域都取得了巨大的成就。16 世纪中叶的维萨里(Vesalius)创立的现代解剖学、17 世纪初哈维(Harvey)提出的血液循环理论、魏尔啸(Virchow)创立的细胞病理学等奠定了现代医学的基石。人们对自己身体的认识水平不断提高,从整体到系统、器官,直至现在的亚细胞和分子水平。在这几百年里,生物医学模式对现代西方医学的发展和人类健康事业产生了巨大的推动作用,特别是在针对急慢性传染病和寄生虫病的防治方面,使其发病率、病死率大幅度下降;在临床医学方面,借助细胞病理学手段对一些器质性疾病作出定性诊断,无菌操作、麻醉剂和抗菌药物的联合应用,减轻了手术痛苦,有效地防止了伤口感染,提高了治愈率。这一模式立足于生物科学的基础,把人看作一个生物机体,认为人身上的每种疾病都必须而且也可以在器官、组织、细胞或生物大分子上找到可测量的形态、结构和生物指标的特定变化,都可以确定出生物的和理化的原因,并由此找到治疗的手段。这种思维模式对某些功能性或心因性疾病无法作出正确解释,无法得到满意的治疗效果,更不能全面阐明人类健康和疾病的全部本质。

2. 生物-心理-社会医学模式

随着社会生产力和文明程度的提高,生物因素引起的疾病如传染病的逐渐被控制,人类“疾病谱”和“死因谱”发生了显著的变化。当今威胁人类健康、造成死亡的主要疾病已不再是昔日的传染病和营养不良性疾病,而是与心理社会因素密切相关的心脑血管疾病、恶性肿瘤和意外伤害等。同时,现代生活节奏的不断加快,对人的内部适应能力(包括心理的健全和情绪的平衡)提出了更高的要求。另外,随着人类物质文明的发展,人们对自身生命质量水平的要求也在不断提高,迫切需要医生在解决其由于身体疾病而造成的直接痛苦的同时,帮助他们减轻精神上的痛苦;疾病的治疗也不能单凭药物和手术。这时生物医学模式已明显不适应现代医学的发展,于是,新的生物-心理-社会医学模式应运而生。与生物医学模式不同,生物-心理-社会医学模式是建立在系统论和整体观之上的医学模式,它要求医学把人看成是一个多层次的、完整的连续体,也就是在健康和疾病问题上,既要考虑生物的、也要考虑心理的、行为的以及社会的各种因素的综合作用。

3. 整体医学模式

自从世界卫生组织(WHO)在 1990 年提出生活方式疾病概念起,就把生物-心理-社会医学模式进一步推进到整体医学模式。整体医学模式认为,健康是整体素质健康,是生命存在和生存质量的统一,即身体素质、心理素质、社会素质、道德素质、审美素质等多种素质的完美结合。整体医学模式与整体护理相呼应,有利于临床医疗和临床护理工作的规范协调统一。

二、现代医学模式的主要观点

对于健康与疾病的问题,现代医学模式的主要观点有:

1. 人是完整的整体观

人是一个完整的大系统,通过神经系统使个体保持全身各系统、器官、组织和细胞功能活动的完整统一。在病理情况下,一个器官的病变必然会影响到其他器官或系统,甚至会影响全身。因此,在健康与疾病的问题上如果只重视被分解了的各个系统或器官,忽视作为一个整体的人或患者,或者把各个器官、系统割裂开来看待,忽视它们之间的整体联系,都是医学指导

思想上的错误,在实践上也会延误患者的治疗,难以取得满意的效果。

2. 心身统一的观点

一个完整的个体应包括心身两个部分,两者互相联系。对外界环境的刺激,心身是作为一个整体来反应的。心理反应随着生理机能的变化而变化,不仅是生理功能会影响着心理活动,同样,心理活动也影响生理功能。心理和生理相互影响,相互制约。作为一个整体的人,其精神和躯体是不能分割的。因此,在考虑个体的健康和疾病时,应同时注意身心两个方面的影响。

3. 社会对个体影响的观点

医学心理学认为一个完整的个体,不仅是一个生物人,而且还是一个社会人。他不仅要受到周围自然环境的影响,而且要受到特定的社会环境如人际关系等的影响。因此,在考虑个体的健康与疾病时,不仅要注意其所处的自然环境的影响,而且还要注意社会环境如文化背景、教育水平、职业及社会地位和经济状况等多种因素的影响。

4. 认知与自我评价的观点

医学心理学认为社会因素能否影响健康而导致疾病,不仅取决于社会因素的性质和意义,更重要的是取决于个体对外界刺激的认知与评价。社会因素必须通过心理的中介机制才能引起心身方面的反应,这些社会因素也必须构成心理刺激后才能对健康或疾病发生影响。

5. 主动适应与调节的观点

人作为一个整体,对经常变化着的社会环境、自然环境和个体内环境随时进行主动适应和调节,保持与外界的动态平衡,以维护健康、抵御疾病。在这种调整适应过程中,人并非总是被动地适应其变化,而是可以通过认识和行为操作做出一些主动的适应性努力,或者改变社会环境或自然环境,或者调整自己的认知,以适应变化了的环境。

三、医学模式转变与护理心理学

现代护理学为适应医学模式转变的需要,相应地从“以病为中心”的功能制护理转变为“以患者为中心”的系统化整体护理。护理工作重点的转移,实现了以服务对象为中心,以解决服务对象的健康问题为目标的护理功能;并运用护理程序的科学方法承担起为患者解决问题的责任,充分显示护理专业的社会安全价值和护理人员的自身价值。护理理论与实践拓展到人的心理、行为、社会等方面,形成了护理心理学完整的理论体系和实践内容,极大地促进了护理学科的发展。在现代医学模式的指导下,护理工作表现为以下特点:①护理是以服务对象和人的健康为中心;②护理对象不仅是患者,还包括健康人,其目的是提高人们的健康水平;③护理工作的着眼点是人的整体;④护理服务的范畴由医院扩展到社区和家庭;⑤医护关系是既独立又合作的关系;⑥护理方式是以护理程序为核心的整体护理;⑦护理人员的职能是多方面的,如护理的提供者、决策者、管理者、教育者、代言人、研究者等。

第三节 护理心理学简史及发展趋势

一、护理心理学简史

真正科学概念上的心理学和护理学,是只有百年历史的年轻学科,作为两门学科交叉而形

成的护理心理学,其历史就更为短暂。但护理心理学的基本学科思想,却可以追溯到远古时代,因此,也可以认为,护理心理学是一门有着几千年历史的古老学科。

(一) 护理心理学的起源

早在三千多年前,世界上最古老的文献——古印度《吠陀经》里就有身心辩证关系的思想萌芽。随后成书于两千多年前的《逻迦集》明确提出“护理人员必须心灵手巧,有纯洁心身”、“护理人员应该注意患者的需要,给患者以关心”、“护理人员应具有良好行为,忠于职务,仁慈和善,对患者有感情”等论述,无一不体现古代学者对患者心理状态的密切关注。“西医之父”希波克拉底创立的“体液学说”,主张把人的气质划分为不同类型,并认为医治疾病时应考虑患者的个性特征等因素,也曾对护理工作应根据患者的个性特征有针对性的实施护理产生了很大的影响。

我国最早的经典医学论著《黄帝内经》,就心理因素对人体健康与疾病的相互转化过程中的影响曾做过十分精辟的论述,如“喜怒不节,则伤脏,脏伤则病起”、“喜伤心、怒伤肝、思伤脾、忧伤肺、恐伤肾”等等,这些充分说明几千年的祖国医学,就已经注重强调情绪对健康的重要影响了。《黄帝内经》从身体和心理方面对人进行了类别划分,按“阴阳五行”将人的气质分为五类 25 种,要求根据患者的不同性格施以不同的医疗护理。但此时的护理心理学实践,基本上处于比较粗浅的、自发的、朦胧的原始阶段。

(二) 护理心理学的形成

最早提出心理护理思想的是护理学先驱南丁格尔(Nightingale F)。她曾说过:“护理工作的对象,不是冷冰的石块、木头和纸片,而是有热血和生命的人类。”十九世纪中叶,她担任英国伦敦“贫民医院”的护理督导工作,强调病房必须空气新鲜,条件舒适,环境清洁、安静等。由于战争,降低感染引起的死亡率成为护理界的首要任务,南丁格尔重视改善护理环境,以此作为提高存活率的有效措施。她将改善患者情绪列为其中的一部分,提出“护理人员必须区分护理患者与护理疾病之间的差别,着眼于整体的人”,要求护理人员加强与患者的交往,并为患者提供丰富的活动,恢复他们的积极情绪。南丁格尔的观念构成了心理护理的雏形。近代护理心理学在南丁格尔的引导下,开始步入比较自觉的、清晰的、精细的准科学发展阶段。

护理心理学的形成还与近代医学史上的一些重大事件有关。一是健康新概念的提出,即健康“乃是身体、心理和社会方面的完好状态,不仅仅是没有疾病和衰弱的状态”。二是马斯洛需要层次理论引入护理学,分析患者的需要,满足患者合理的生理和心理需要,成为护理工作的重要目的。三是生物医学模式向生物-心理-社会模式转变,护理模式发生的巨大变化,在原来以疾病为中心的护理基础上转变为以患者为中心的护理。四是整体护理模式应用于临床,它是以患者为中心,由责任护理人员对患者的身心健康实施有计划和有目的的整体护理。整体护理模式明确提出了心理护理的目标,要求护理人员懂得心身关系,提高个人心理素养,并学会对患者进行劝导、解释、安慰与积极暗示等。这些大大地丰富了护理心理学的理论和实践,促使护理心理学进入了科学化的学科发展阶段。



知识链接

现代护理学先驱——南丁格尔

弗洛伦斯·南丁格尔,英国人,1820年5月12日生于意大利的弗洛伦斯城。她生于一个

名门富有之家,自幼便在家庭里受教育。她父亲是一个博学、有文化教养的人,为她提供了古典书籍、数学、哲学和语言等方面的教育。她从小便经常照看附近村庄的病、残人,并护理她的亲属,以解除病者的痛苦。她的父母反对她做护士,认为有损家庭荣誉。在她的时代,没有一个有身份的人做护士。做护士的,往往都是一些无知、粗鲁、酗酒、没有受过训练的女人。但封建意识、社会影响从未使她失去做护理工作的信心。她利用到欧洲旅游的机会,了解各地护理工作。最后她选定了凯瑟沃兹医院,并于1851年在该院参加了4个月的短期训练班,在学习期间,她亲身体会到护理工作要为患者解除痛苦、给予精神安慰,必须付出多方面的辛勤劳动。1853年,她在伦敦担任了妇女医院院长。次年,克里米亚战争爆发,她受政府的邀请,带了38名合适的妇女,于1854年10月21日离开伦敦,启程前往克里米亚。在克里米亚,南丁格尔发现工作很困难:军队领导对她的工作怀疑,医院的给养也短缺,护士的纪律很差。面对种种困难,她重点整顿了规章和纪律。由于各方面支援,医院供应好转;精心的护理挽救了很多士兵的生命。她在克里米亚短短半年时间,士兵的死亡率由原来的50%下降到2.2%。

(三) 护理心理学的发展

护理心理学在现代医学模式和先进护理理念的影响下,以前所未有的速度和规模进入了一个繁荣发展的阶段。不同的国度、不同的文化背景下护理心理学发展状况存在一定的差异。近20年来,我国护理心理学的发展也进入了一个新的阶段,主要表现在:

1. 成立了相关学术机构

20世纪80年代初期,全国各省(市)、自治区的护理学会先后成立了相应的学术组织,如“护理心理学科委员会”、“心理护理研究会”、“临床心理护理学组”等。开展护理心理学的学术交流活动,举办“护理心理学讲座”、“临床心理护理学习班”等,在护理人员中普及心理学知识,推进临床护理人员的心理护理实践,引导护理人员开展护理心理学研究。

1995年11月中国心理卫生协会护理心理专业委员会在北京宣告成立,由来自全国的从事护理教育、管理、临床等领域的30多名护理专家、学者组成。机构设在国家卫生部护理中心,由中心负责人兼任专业委员会主任。这标志着我国护理心理学的学科建设从此进入了一个崭新的历史阶段。通过举办各种讲习班、学习班,培养了大批骨干,在全国各地承担起护理心理学的教学、临床、科研工作,为推进我国护理心理学科的发展起着积极的作用。

2. 重视学科教育

20世纪80年代初,《护理心理学》作为护理教育的必修课,先后在中专、大专、本科等专业教育中全面展开,并招收了护理心理学方向的硕士研究生,短短几年,已从普及知识讲座过渡到系统传授专业化理论的专业必修课。特别是随着近年来本科护理教育的发展,护理心理学课程建设得到进一步的重视和加强。教学要求不断明确,教学时数不断增多,教材质量不断提高,师资队伍不断壮大。护理心理学教学对培养护理专业人才的职业心理素质、增强护理人员的职业技能方面将发挥更加重要的作用。

3. 广泛开展心理护理实践及科研工作

随着系统化整体护理在我国的广泛开展,特别是心身疾病的发病率和死亡率的不断上升,以及心理社会因素对疾病的发生、发展和转归的影响,在临床护理实践中开展心理护理显得越来越重要。在对患者实施心理护理的具体工作的同时,广大临床护理工作还不断总结工作经验,积极开展心理护理科研活动,所撰写的心理护理论文逐渐从经验描述性向科学统计方面

转化,论文质量不断提高,内容更加丰富,对临床心理护理更具有指导性。大多数论文主要发表在《中华护理杂志》、《中国心理卫生杂志》和《护理管理杂志》等刊物上。

二、护理心理学发展趋势

(一)国外护理心理学理论与实践进展

近年来,随着医学模式的转变和以人的健康为中心的整体护理观念的确立,护理心理学研究不断深入,无论是在理论方面还是在实践方面都取得了许多新的进展。欧美等发达国家多将护理心理学方面的教科书冠以“护理用心理学(psychology for nursing 或 the psychology of nursing care)”之名。从近年国内学者出访、国外学者来访以及相关学术期刊和学术交流所得资料来看,国外护理心理学研究呈现如下几个方面的特点:

1. 强调心身统一,心理学融入护理实践

自 20 世纪 70 年代后期以来,世界范围内的医学思想发生了巨大变化,生物-心理-社会医学模式的提出,使护理工作的内容不再是单纯的疾病护理,而是以患者为中心或以人的健康为中心的整体护理。临床心理护理作为整体护理的核心内容,以个性化护理、程序化护理、文化护理或宗教护理等形式,在充分的护患沟通中得以体现。护理学科的迅速发展和护理实践的不断变革,使作为护理学重要组成部分的护理心理学也得到了前所未有的发展。

Martharogers 在 1970 年就提出了“人是一个整体”的护理学说,其主要论点为:人的自然属性是不可削减的,人是一个开放的系统,人与其所处的环境是一个综合体。因此,人必须被视作一个多元的整体,包括生理的、心理的、精神的、环境的等等,而不能仅仅注重其某一方面。国外心理护理研究主张:把疾病与患者视为一个整体;把“生物学的患者”与“社会、心理学的患者”视为一个整体;把患者与社会及其生存的整个外环境视为一个整体;把患者从入院到出院视为一个连续的整体。

自 20 世纪 50、60 年代美国学者提出“护理程序”的概念之后,护理学科发生了革命性发展。在临床护理实践中,以护理程序为核心,对患者生理、心理、社会等方面的资料进行全面评估,进而做出护理诊断,制定并实施将患者心身视为整体的护理计划。“以患者为中心”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:护理工作转向护理人员紧紧围绕患者的需求,运用护理程序系统地护理患者,从生理、心理、社会、精神及文化等各方面对患者实施整体护理;护理工作除了执行医嘱和各项护理技术操作之外,更多的是注重对人的研究,进一步认识心理、精神、社会状况和文化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、社会的平衡和适应;护理人员的角色已不仅仅是患者的照顾者,而更多的是担当患者的教育者、咨询者和患者健康的管理者;医生和护理人员有分工有合作,患者有权参与对其治疗和护理方案的决策等等。

2. 重视护理人才培养中的心理学教育

为了提高护理专业人才适应人类健康事业蓬勃发展所需要的能力,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,对专业教育的课程设置及人才的知识结构进行了大幅度调整,特别强调护理人员应具有丰富的包括心理学在内的人文学科知识。一些发达国家的护理教育,在课程设置中显著增加了心理学课程的比重。美国四年制本科护理教育的课程计划中,平均每年有近百学时的心理学课程内容,包括普通心理学、发