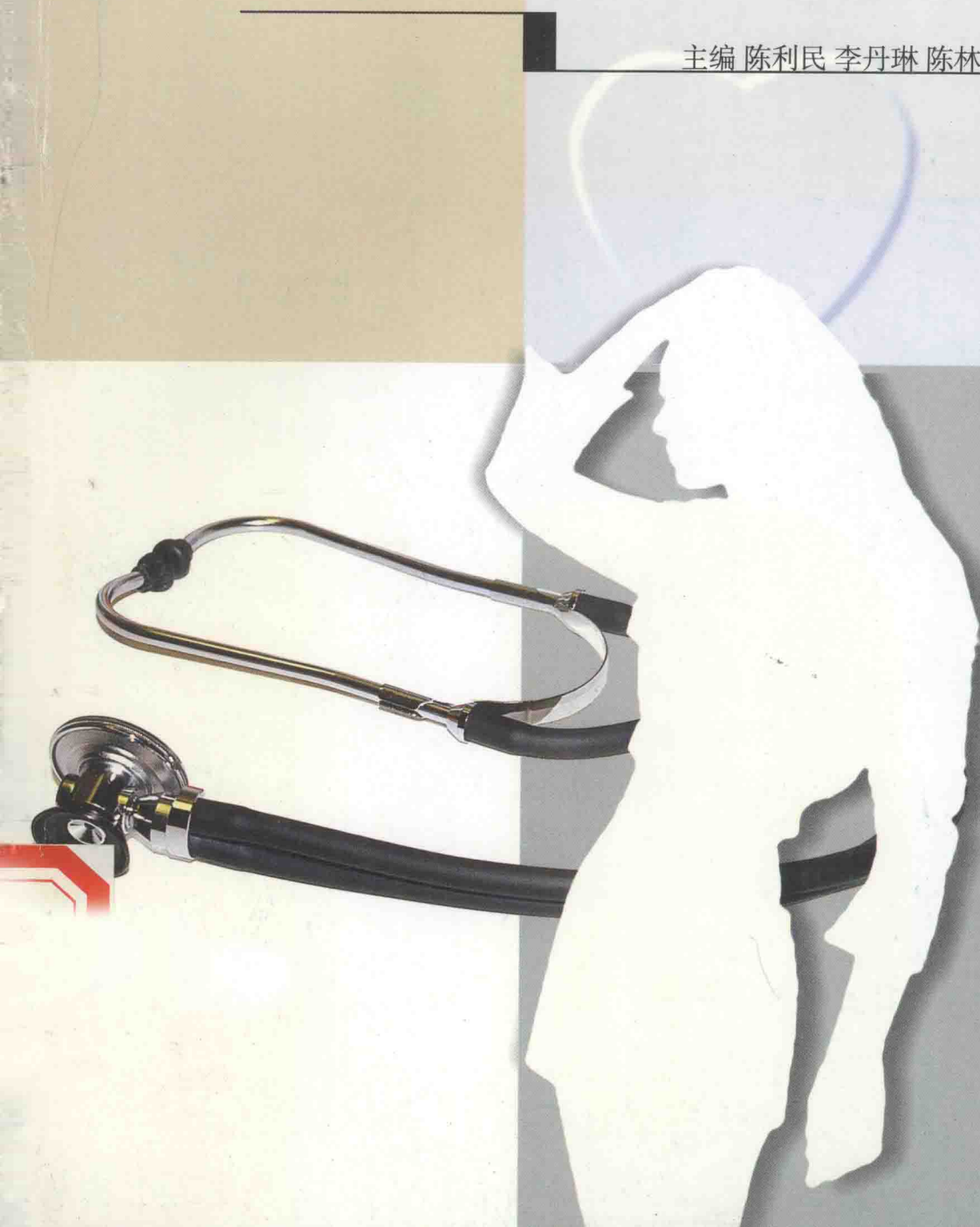


供心理、基础、临床、中医、预护、护理等专业使用

YIXUE XINLIXUE YIXUE XINLIXUE

医学心理学

主编 陈利民 李丹琳 陈林庆



甘肃人民出版社

高等医学院校教材

供心理、基础、临床、中医、预防、护理等专业使用

医学心理学

主 编：陈利民 李丹琳 陈林庆

副主编：吴俏燕 袁占国 云立新 石洲宝

编 委：（按姓氏笔画排序）

云立新	王怀忠	江陆平	石洲宝
吴俏燕	李 娟	李丹琳	陈林庆
陈利民	杨少军	张美兰	袁占国

甘 肃 人 民 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

医学心理学 / 陈利民, 李丹琳, 陈林庆主编. —兰州:
甘肃人民出版社, 2003
ISBN 7-226-02848-4

I.医... II.①陈... ②李... ③陈... III.医学心
理学 IV.R395.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第069380号

责任编辑: 张 菁

封面设计: 陈 珂

医学心理学

主编: 陈利民 李丹琳 陈林庆

甘肃人民出版社出版发行

(730000 兰州市滨河东路296号)

兰州铁道学院印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/16 印张11.75 字数290千

2003年8月第1版 2003年8月第1次印刷

印数: 1—2,200

ISBN 7-226-02848-4 定价: 25.80 元

前 言

随着现代科技的迅猛发展，无论是医学还是心理学的发展，都十分迅速，特别是将两者结合起来的医学心理学，更是受到了人们越来越多的关注。医学心理学是心理学与医学的交叉学科，它既是心理学发展的必然结果，也是现代医学模式的必然要求。现代社会中，由于人们生活工作节奏加快，竞争激烈，精神紧张，导致心理社会因素引起的各类神经症、精神疾病和心身疾病的发病率明显增高。对这些疾病，传统的生物医学模式已经无能为力，而现代生物心理社会医学模式，不仅在临床治疗中取得了很好的实践效果，而且大大提高了人类心身健康的水平，使人类对健康与疾病的认识上升到了更高的水平。在这一医学模式的转变过程中，医学心理学的发展起到了重要的推动作用。

医学心理学是心理咨询、治疗工作和医学临床诊疗服务的重要内容。可是，在实际工作中，医学和心理学的结合，还存在着很大差距。目前，心理咨询、治疗人员大多没有经过系统的医学教育，而临床医务人员大多又没有经过专业的心理学教育，两者的结合存在的问题很多。本书在编写过程中特意邀请了多年从事医学心理学研究的学者和具有丰富临床经验的专家参加，并增加了心理疾病、心身疾病的诊断和治疗方法等内容，理论结合实践，为临床实践活动提供了重要的参考。

本书在较为系统地介绍相关理论的基础上，吸收了最新诊疗方法，注重了心理评估、心理咨询、心理治疗和心身疾病等实用性和可操作性内容，对缺乏实用价值、重复性强和过于空泛的内容作了删除，突出重点，便于掌握。本书适合于各类医学院校和心理学专业的教学使用，也可以作为从事临床诊疗实践的医务工作者的参考用书。同时，本书还是有各种心理问题、心理压力和精神烦恼者的良师益友，它对帮助我们正确的认识心理实质，心理应激和心身疾病，有效地进行自我心理调节，减轻精神压力，挖掘个体潜能以取得更好的成绩方面，具有积极的意义。

本书在编写过程中，吸收了理论界的研究成果，借鉴了同类书刊的优点，并受到了有关领导和专家的关心和支持，特别是受到了甘肃省人民出版社的李果、张菁同志和兰州铁道学院印刷厂的大力协助，在此一并表示谢意。

虽然编写时，我们严格要求，认真校对，力求做到严谨、准确、客观、完整，但是由于水平有限，时间仓促，错误和疏漏之处在所难免，恳请专家、同行及广大读者批评指正，使其更加完善。

编 者
2003年7月

目 录

绪 论

- 第一节 医学心理学概述..... (1)
- 第二节 医学心理学的研究对象、任务、分支学科和研究方法..... (3)
- 第三节 医学心理学发展的历史..... (6)

第一章 心理学基础理论..... (9)

- 第一节 心理的实质..... (9)
- 第二节 认知过程..... (11)
- 第三节 情感过程..... (13)
- 第四节 意志过程..... (16)
- 第五节 个性..... (18)

第二章 心理健康 (25)

- 第一节 健康与心理健康..... (25)
- 第二节 个体心理健康..... (28)
- 第三节 群体心理健康..... (36)

第三章 心理应激..... (43)

- 第一节 心理应激的概念..... (43)
- 第二节 心理应激源..... (45)
- 第三节 应激中介影响因素..... (47)
- 第四节 应激反应..... (49)

第四章 临床心理评估..... (54)

- 第一节 临床心理评估概述..... (54)
- 第二节 心理测验的基本要求..... (56)
- 第三节 心理测验的类型..... (58)
- 第四节 评定量表..... (68)

第五章 临床心理咨询..... (75)

- 第一节 心理咨询概述..... (75)
- 第二节 临床心理咨询的原则与适用范围..... (79)
- 第三节 临床心理咨询的程序、形式与技巧 (82)

第六章 心理治疗..... (88)

- 第一节 心理治疗概述..... (88)
- 第二节 精神分析法..... (95)

第三节	行为疗法	(99)
第四节	人本疗法	(101)
第五节	认知疗法	(103)
第六节	支持疗法	(104)
第七节	暗示和催眠疗法	(106)
第八节	森田疗法	(108)
第九节	生物反馈疗法	(110)
第七章	常见心理障碍与治疗	(112)
第一节	心理障碍概述	(112)
第二节	人格障碍	(115)
第三节	神经症性障碍	(117)
第四节	精神分裂症	(119)
第五节	性心理障碍	(121)
第八章	常见心身疾病与治疗	(123)
第一节	心身疾病的概述	(123)
第二节	心身疾病的发病机制	(126)
第三节	心身疾病的诊断和治疗原则	(131)
第四节	常见心身疾病的诊断与治疗	(134)
第九章	常见的临床心理问题	(147)
第一节	睡眠心理	(147)
第二节	疼痛心理	(150)
第三节	手术心理	(153)
第四节	康复心理	(157)
第五节	药物心理	(161)
第六节	不良行为	(162)
第十章	病人心理与医患关系	(167)
第一节	病人心理	(167)
第二节	医患关系	(171)

学模式。

现代社会中，人们生活节奏快，竞争激烈，精神紧张，导致心理社会因素引起的各类心身疾病、神经症、精神疾病的发病率明显增高。对这些疾病，生物医学模式往往束手无策，暴露出其理论与实践上的局限性。而生物心理社会医学模式不仅重视研究生物因素与健康 and 疾病的关系，同时也重视心理、环境和社会因素在其中的作用，并将所有这些因素看成是相互联系、相互影响的。它要求医生从生物、心理、社会三个方面，系统全面地看待健康和疾病，并在诊断、治疗中充分考虑心理因素的作用。在这一医学模式转变过程中，医学心理学的发展是主要的推动力量。它在医学与心理学之间架起了一座桥梁，将人的心理与躯体以及社会环境、自然环境视为一个相互作用的统一整体，从而在理论上彻底动摇了生物医学模式的疾病观，确立了生物心理社会医学模式从多元角度认识 and 对待疾病与健康规律的理论基础与临床方法，使生物心理社会医学模式成为当前医疗实践的指导模式。

(二) 预防疾病战略的转变

随着社会经济的飞速发展及人们物质生活水平的日益提高，心理健康问题已受到越来越多的重视。采用心理学的方法改变或矫正人们有碍身心健康的生活方式和行为习惯，有效地进行疾病的预防，已经成为越来越多的医生关注和实践的方法。过去的卫生预防工作以传染病为主，主要靠搞好环境卫生、个人卫生的手段来进行；现在危害人类健康的疾病以慢性非传染性疾病为主，预防则主要依靠心理和行为健康，即通过改变不良生活方式和不良生活习惯，建立健康生活方式和健康行为来预防慢性病。如冠心病的预防要通过改变A型行为、高盐、多食、嗜烟、酗酒、缺少运动等不良行为，同时又注重培养和形成乐观的情绪来进行。又如，对精神病的预防，可以通过教育、训练和咨询等措施，预防心理障碍，促进人格健康发展，从而使人们对自然和社会环境作出更好的适应。

(三) 临床医疗工作的需要

疾病往往是多种心理、社会和生物因素共同作用所致。如糖尿病，病因包括遗传、肥胖、情绪紧张、抑郁、难以容忍的挫折等多种因素。临床上治疗这种病，从生物学上找原因是必要的，但其心理、社会因素也不可轻视。据调查，住院病人和门诊病人中有1/3的患者存在心理问题和行为问题。

某些有躯体症状但经各种检查找不到客观损害的所谓功能性疾病的患者，大多有心理疾患或行为问题，这就需要医务人员运用心理学的知识和技能来减轻这些病人的痛苦。20世纪70年代，求医的美国人中有60%的患者称躯体不适而又无躯体疾病体征的现象，接受心理治疗后，90%的患者都缓解了症状，大大减少了医药费用。

患者在生病期间，大多会伴随不安、恐慌、忧虑等心理，这也需要医生给予消除或减轻，从而取得更好的疗效。

(四) 改善医患关系的需要

疾病的治疗过程不仅是医生利用其医学知识帮助患者解除病痛的医疗过程，而且也是医务人员与患者交往的过程。医务人员对患者的态度直接影响着他们的心理体验，影响着他们的健康恢复。医患关系有着丰富的内涵，而医患关系中心理方面的特征和内容则是医学心理学的重要内容。对心理治疗而言，良好的医患关系的建立本身就是治疗的一个步骤。病人在发病以及治疗过程中，几乎都会伴随着不同程度的负性情绪和体验，这些不良

情绪会对他们的疾病产生各种影响。未经过医学心理学培训和课程学习的医务人员往往不能正确的处理医患关系，不了解病人的心理，不重视心理、行为和社会因素对健康和疾病的影响，只是对疾病的躯体损害进行治疗，以致医疗效果不好。可以说现代医学的核心问题是医患关系。有了良好的医患关系，才能有效地防治疾病，而良好的医患关系则需要借助于医学心理学的知识和技能来实现。

第二节 医学心理学的研究对象、任务、分支学科和研究方法

一、医学心理学的研究对象与任务

医学心理学是心理学在医学领域中的应用，其研究和服务的对象是人。可以说，在医学领域中与人有关的所有问题都与心理学相关，通过研究心理因素在疾病和健康及其相互转化过程中所起的作用，能够有效地对人类疾病进行预防和治疗，从而维护人类的心身健康。在这个过程中，医学心理学的主要任务包括：

(1)研究心理、行为因素对健康的影响及其机制。心身是统一的，任何心理活动在影响心理健康的同时也引起相应器官的生理、生化过程的变化，从而对躯体健康发生影响。例如，惊恐的情绪不但会使心理产生紧张焦虑反应，使心理过度应激而影响心理健康并使大脑思维能力降低；而且还会通过交感—肾上腺活动亢进，使垂体—肾上腺皮质轴、肾素—血管紧张素—醛固酮系统活化产生心率加快、血压升高、呼吸急促、消化障碍、血糖升高等躯体生理功能改变。若长期处于惊恐状态，将会损伤肝、肾等器官，导致冠心病、高血压等病症，从而影响躯体健康。

(2)研究心理、行为因素引进心身疾病的机制及其对疾病过程的影响规律。现代社会中，疾病的发生大多是生物、心理、社会因素综合所致。其中有些疾病主要是由心理因素引起，如高血压、神经症等。另外，有些病虽然是由生物因素引起，如肝炎等，但心理因素可通过病人的认知产生负性情绪，影响病人的心境（压抑、抑郁状态等），干扰病人战胜疾病的意志，使病人出现不良的行为（如吸烟、酗酒等），从而影响疾病的转归和康复。出现不良行为是引起心身疾病的重要原因，如A型行为易引起高血压、冠心病；C型行为易引起癌症、哮喘、溃疡病；高盐饮食行为易引起脑血管病等。所以，我们必须将宏观表现（心理应激，如孤独、失望等）和微观研究（基因分子水平）相结合，使心理症状和躯体症状发生机制的研究提高到一个新的水平。

(3)研究个体通过调整自己的心理、生理和行为以达到健身、预防和治疗疾病以及康复的规律。如矫正自己的C型行为可健身、防癌；培养远大的理想、乐观稳定的情绪、坚强的意志可提高心理和躯体健康及抗癌的水平；学会放松技术可应付各种心理应激，预防负性情绪对健康的不利影响等。

(4)研究各种心理测验、心理评估和心理治疗的方法。

(5)研究病人心理和改善医患关系的方法。

二、医学心理学的分支学科

由于医学所涉及的范围较广，因此医学心理学也包含了许多分支领域，有些则属于与其他学科交叉或相关的领域（如心身医学既被当作医学心理学的分支学科，又是医学的分

支学科），这也是许多学科在发展过程中常有的现象。从医学的不同领域看，医学心理学所涉及的问题和包含的学科主要有以下分支：

(一)临床心理学

临床心理学主要研究各种心理行为因素所引起的各种心身疾病和直接解决心理学临床问题，包括心理评估、心理诊断、心理咨询和心理治疗等具体工作。临床心理学是美国最大的心理学分支，从事这项工作的人被称为心理医生，他们人数很多，工作遍布学校、医院、机关、商业、法律、政府、军事等部门，发挥着重要的作用。由于临床心理学的内容涉及心理学知识和技术在防治疾病中的应用问题，所以一般将其看做医学心理学最大的临床分支学科。也有些人认为，两者在内容上接近，因而将他们看做相似学科。两者的主要区别表现为：在研究方面，医学心理学侧重于研究心理的生物方面，而临床心理学侧重于研究实验心理学方面。工作环境方面，医学心理学主要在医院，临床心理学多在社会上独立工作。在医院工作中多与精神科结合，对象为精神病人。在国外有临床心理学家称号，尚未出现医学心理学家称号。然而，这些区分并不是绝对的。

(二)心身医学

心身医学是研究心身障碍、心身疾病的发生机理、诊断、治疗和预防的学科，有时也叫心理生理病理学。心身医学虽然主要研究心理行为因素、社会因素与生物因素相互作用下，如何引起心身疾病的发生，但从其根源看仍属生物医学的范畴，传统上也将其归于医学类。心身医学概念在日本等国比较盛行，国内近年来也被广泛接受。

(三)行为医学

行为医学是研究行为因素与健康 and 疾病发生相互关系的学科，其理论基础有社会科学、生物科学、心理科学和行为科学。由于人类行为多起源于动物进化，其发展又受社会、心理、生物诸方面因素的影响，所以在美国参加行为医学研究会的有人类学家、社会学家、行为主义心理学家、生物医学家和行为科学家，他们共同研究行为与健康、行为与疾病防治这一主题，其研究内容甚至超过医学心理学的研究范围。所以，两者是相关学科、平行学科。但从实际看，行为医学家们主要从事根据经典条件反射、操作条件反射和社会观察学习的理论、技术来矫正不良行为，如吸烟、酗酒、肥胖、吸毒、A型行为、C型行为、高盐饮食行为、过度应激行为、超负荷工作对健康的影响，也研究行为因素与疾病发生、诊断、治疗、预防诸问题。因此，其实际应用的理论、技能和知识都属于医学心理学的行为学派，从这一角度看，则可将行为医学归于医学心理学的分支。

(四)健康心理学

健康心理学是研究心理、行为因素与维持健康、预防心身疾病、促进疾病康复中的作用的学科。1978年，美国心理学协会成立了健康心理学分会，使它成为一门新的心理学分支学科。健康心理学旨在提高和维持健康，预防和治疗疾病，对健康、疾病和有关功能障碍的确定和诊断，分析和改进保健系统，以及协助制定保健政策，都有着十分重要的作用。它是教育和心理学专业的复合体。

(五)神经心理学

神经心理学研究脑与各种心理活动及行为产生的关系与定位的学科。它来源于许多不同学科，包括神经病学、神经解剖学、神经生理学以及临床心理学等。神经心理学可分为实验神经心理学和临床神经心理学两部分。前者主要通过实验的方法探索心理（行为）的

脑机制；而后者则侧重于应用临床心理学的方法对脑损伤病人进行心理学的检查以协助诊断和治疗。

(六)护理心理学

护理心理学是研究护理工作中的心理学问题、病人心理活动的规律，以取得最佳整体心理护理效果的学科。它是医学心理学在护理工作中的分支。

(七)变态心理学

变态心理学又称病理心理学，是研究异常心理活动或异常行为发生的原因、症状、体征、诊断、治疗及预防的学科。变态心理学的研究成果是医学心理学某些理论和证据的重要来源，因此一般认为它是医学心理学的基础分支学科。

三、医学心理学的研究方法

在医学心理学的研究方法上，由于每一学派的理论观点不同，着眼点不同，很大程度上决定了它们的研究途径和方法不同。医学心理学牵涉到不同领域的内容，如临床心理学、健康心理学等，这些不同领域的研究各有不同的对象和内容，也需要一些相对独立的方法。但是，医学心理学毕竟属于心理学的一个分支，其研究方法与心理学是相同或相通的。根据医学心理学研究手段的不同，可以将其研究方法分为以下几种：

(一)临床观察法

临床观察法是医师在临床工作中有目的、有计划地通过对病人的仪表、行为、言谈、举止的观察了解其心理活动的方法。观察法是一种最基本的研究方法，各种研究都离不开对行为的观察。早在几十年以前，观察法就已经成为发展心理学的主要研究方法。但在医学心理学文献中，主要依靠观察法搜集资料的研究报告，则只是在近二十年间才开始出现和增多的。作为一种独立的研究方法，观察法又称自然观察法，它是指在完全自然的或不加控制的条件下，对被观察者的可观察的行为进行有目的、有计划的观察和记录。这里的“可观察的行为”，指机体的外显行为或反应，例如身体的姿势与动作、面部表情和言语活动等。通过某些生物、生化测量手段，机体的生理反应也可以成为可观察到的行为。人的思想、认识和情感是不能被直接观察的，但可以借助于被研究者的自我观察和自我报告加以了解。医学心理学家实施观察研究的主要目的，是描述临床现象，监测行为变化并评定其临床意义。

根据研究者是否参与被观察者的活动，观察法可分为参与性观察和非参与性观察。前者是指研究者或观察者直接参与，但不干预被观察者的活动；后者是指观察者作为一个局外人观察、记录被观察者的行为。不管在何种条件下，观察者都必须注意防止被观察者觉察到自己成为被观察的对象，否则将会影响他们的行为，导致错误或无效的观察。观察能否得到可靠的资料，也取决于是否有适当的观察记录方案。在观察记录方案的选择与设计时，需要考虑下列因素：①被观察者的可接近性；②有关行为发生的频度；③有关行为关键的反应属性；④搜集资料的目的；⑤所需资料的广度；⑥研究者可以利用的人力、财力和物力。

(二)实验法

实验法是有目的地严格控制或创造一定条件并使用仪器和计算工具进行研究的方法。实验法的主要特点是在控制的条件下实验者系统地操纵或改变一个或几个变量（称作自变量或实验变量），观察、测量和记录对其他变量（称作因变量）的影响。所谓“控制”是

指用来检验或限制任何可设想的误差来源和知识歪曲，从而保证将因变量惟一地归因于所研究的自变量的任何操作。除自变量外，可以影响因变量的因素，大体上可分为两类：一类为实验中的无关刺激因素。控制的方法是尽可能地排除，若不能排除，则要求在实验中保持恒定。另一类因素是受试者的个人因素。对于这类因素的控制方法通常是设置对照组（或称作控制组）。所谓对照组，是指在全部有关方面（除了欲研究的受试者属性外）都与实验组受试者相当的一组人。

此法优点是所测数据精确，科学可信，但缺点是人的社会心理活动过于复杂，许多条件难以控制，增加了分析时的难度。

（三）心理测验方法与评定量表法

心理测验方法是医学心理学研究工作中以心理测验作为心理或行为变量的主要定量手段，对心理进行客观的标准化的定量测定方法。评定量表是指在自然生活条件下，观察个体或群体心理和行为的量化的测量工作。两者共同点为样本大、有代表性、信度高、效度高、有常模、标准化操作程序，但两者在方法、标准、程序、信度等方面也存在一定的差别。

（四）调查法

调查法是通过交谈、访问、座谈、问卷或查阅有关资料等方式获得信息材料并加以分析研究的一种常用方法。调查法的方式比较多，使用起来也较为灵活，具有广泛的适用性，其常用方法为：

（1）交谈法、访问法和座谈法。通过与被试者会谈，了解其心理信息，同时观察其心理、情绪、行为加以分析研究的一种常用方法。调查法的方式比较多，使用起来较为灵活，具有广泛的适用性。

（2）问卷法。通过事先设计的调查表或标准问卷，供被调查者填写或回答，然后进行统计、分析、研究、总结的调查方法。问卷法简便易行，信息量大，但应当注意结果的真实程度，同时对资料的分析和总结，也要坚持客观、科学的态度。

（3）档案材料法。通过收集、查阅、统计各种历史档案、专用材料，获取相关的信息和资料，并加以研究应用的调查方法。

第三节 医学心理学发展的历史

医学心理学是在心理学和医学发展到一定阶段而结合发展起来的新兴交叉学科。但是关于心、身之间互相作用的问题，早在人类科学还处于极端落后的远古时代就已经被探索。不论是我国古代还是西方文明古国，都有不少历史记载说明这一点。不过那时候对心、身相关的认识大多属于朴素唯物主义，没有更多的科学依据。

一、国外医学心理学发展简况

随着近代自然科学的发展，1879年冯特在德国建立了世界上第一个心理物理实验室。此后，心理学开始成为一门独立的现代科学。

心理学定义随着学科的发展曾不断变化，19世纪末至20世纪初是研究心理活动的科学；20世纪中期的几十年是研究行为的科学；20世纪末界定为行为和心理历程的科学研究

究。

心理学在百年时间飞速发展，形成了许多心理学学派，同时也派生出了许多分支学科，医学心理学是其中的重要学科之一。

早在1852年，德国的Lotze BH就首先以医学心理学概念命名其著作。1896年，美国的Witmer L第一次建立临床心理学的概念，并建立了心理门诊。1890年，美国心理学家Cattel JM首先提出心理测验的概念，此后几十年临床心理学家的主要工作是从事心理测验。1908年，美国成立了世界上第一个心理卫生协会。

19世纪末和20世纪初这段时期，还有一些工作与医学心理学的发展密切相关，值得指出。一是奥地利医生Freud S提出心理冲突与某些疾病的发生（特别是精神疾患）有关，并采用精神分析治疗疾病，创建了心理动力学派。与此同时，一些生理学家如Cannon WB、Pavlov IP和Selye H等开始研究情绪的心理生理学问题、皮层内脏相关和心理应激机制。他们的这些心理生理学研究结果，为心、身联系提供了不少证据，也为临床病人的治疗增添了不少新的方法。此外，Watson JB创立并由Skinner BF发展的行为主义心理学派通过对外显行为的实验研究，促成了以后许多关于外部奖励和惩罚对人类行为影响的重要发现，成为行为治疗的重要理论起点。1930年，美国成立了心身医学会，并创立了《心身医学》杂志。该杂志自1939年至今60多年，为医学心理学的发展做出了很大的贡献。

二次大战期间，由于战时需要，西方出现了许多从事临床心理学测验和心理治疗的专业人员。战后，临床心理学工作因此而得到了较快的发展，涌现出了许多临床心理学家。他们的工作在某些国家已达到了家喻户晓的程度，其主要工作是心理治疗和心理测验。

1950年以后，心理学界的人本主义理论崛起，成为“第三次浪潮”；Rogers C的来访者中心治疗后改为以人为中心治疗，对医学心理学发展影响很大。随后出现的认知心理学发展成为认知科学也使医学心理学的研究和应用领域不断扩大。

医学心理学在最近20多年有了更大的发展。其中值得提到的重要工作有：1976年，在美国耶鲁大学举行的一次由著名行为学家和生物医学家共同参加的行为医学会议上提出了行为医学的定义；1978年，出版《行为医学杂志》；同在1978年，出现了另一门新的学科名称——健康心理学。在这一时期，从事医学心理学工作的人越来越多，各项基础研究工作取得了很大发展，形成许多既独立又相互联系的理论体系，共同推动其向纵深发展。在实际应用方面，也有许多成果，现在不少国家的综合性医院里有临床心理学家参加工作。医学心理学的发展不仅从理论上丰富了医学和心理学的基础知识，而且也直接为人类防治疾病做出了贡献。

目前，许多国家在医学院校开设医学心理学的课程。一些西方国家如美国、加拿大等，自20世纪70年代以来十分重视医学教育中有关社会科学和人文科学的教育，多数院校将与医学心理学有关的各类心理、行为学课程列为必修课，教学时数达几十到上百小时不等，并占有相当大比重的学分。有的国家还规定，医学毕业生应持有医学心理学学位才准予开业。

二、国内医学心理学简况

医学心理学在我国总体上还处于初步发展阶段。我国虽然在解放前有过少量医学心理学工作，在20世纪50年代末期也曾有部分医学家和心理学家结合，开展对神经症为主的综合快速心理疗法的研究等，但都比较落后。我国中年以上医务人员绝大多数未受过心理学

和医学心理学的教育，综合医院里很少有专职临床心理工作者。这种状况在20年前开始受到卫生部门的重视。国内医学心理学各方面工作开始有了很大的改观，其中教学工作的发展特别值得一提。20世纪80年代初，在卫生部的督促和支持下，通过举办医学心理学师资培训班，全国许多医学院校开始逐步开设医学心理学课程，并逐渐建立教研组织。各院校纷纷尝试编写医学心理学的讲义和教材逐渐形成各种不同风格的教材体系，卫生部也于1980年将医学心理学纳入必修课教材。自1983年开始至今，以原北京医科大学为主要发起单位，连续10次召开全国医学心理学教学研讨会，每次都有几十所院校教师参加，每次都有几个学术主题。这些医学心理学教学人员自发组织的交流形式对于我国刚刚起步的医学心理学学科建设，特别是教学工作，产生了积极的作用。中国心理学会在1979年成立了医学心理学专业委员会。1985年，经过有关人士的积极努力，成立了中国心理卫生协会。1990年，建立了中华医学会行为医学会。1993年，中华医学会心身医学会成立，国内多种学术刊物，包括几家心理学杂志、医学与哲学，以及各基础和临床医学杂志，不断刊登有关医学心理学论文；1987年，《中国心理卫生》杂志创刊；1992年，《中国行为医学》杂志创刊；1993年，《中国临床心理学》杂志创刊。这些情况都表明，国内医学心理学科研工作的局面已初步打开。

近些年来，我国的医学心理学工作已逐渐扩大到基础医学和内、外、妇、儿各临床学科以及老年医学和康复医学各领域。各种学术年会以及有关刊物发表的论文，心身医学和临床应用性论文所占的比重越来越大，反映我国医学心理学开始向广阔的领域发展。同时，国内不少地方正在尝试建立正规的医学心理咨询门诊。这一发展趋势向我们预示，在不久的将来，医学心理学这一门新兴学科必将在我国大地全面开花结果。

值得指出的是，目前参与我国心理学工作的成员，本身大多来自相应的各种学科，包括精神病学、心理学、神经科学、临床医学和社会科学等等，这符合医学心理学作为多学科交叉的学科性质。由于医学心理学学科内容具有广泛的交叉性和参与本学科工作的人员结构的多样性，国内各地目前的医学工作也形成了多种方向和多种特色。有的偏重理论，有的偏重应用，有的偏重临床，有的偏重社区，有的偏重实验，有的偏重学科和教材建设，有的偏重研究和论文撰写，有的偏重测验技术的引进和应用，有的偏重临床基地的建立等等。对于某些关心医学心理学的人士以及那些要新建这一学科的单位来说，上述格局难以为其提供统一的学科参考模式。但是目前阶段，这一格局应该有利于我国医学心理学的发展和壮大，还将有利于各分支学科的成熟和分化，因而有关部门对此应当给以理解和支持。

第一章 心理学基础理论

心理学是一门从哲学中独立出来的学科。心理学是研究人的心理发生和发展规律的科学，它的研究对象主要是人的心理现象。人的心理现象是普遍的，也是非常复杂的。有人类活动的地方，就有人的心理现象，但每个人的心理现象都不尽相同。一般把心理现象分为心理过程和个性心理两个方面，这两个方面是既相互区别又紧密联系的。心理过程包括认识过程、情感过程和意志过程；个性心理包括个性倾向性和个性心理特征。

第一节 心理的实质

什么是人的心理？它的实质是什么？这是心理学研究过程中首先要解决的问题。辩证唯物主义认为，心理是脑的机能，是脑对客观现实的能动反映。要科学地解释心理的实质，应从心理的发生、发展历程入手加以分析。

一、心理的起源和发展

心理现象是物质进化到一定阶段的产物。物质在发展变化过程中相互作用并留下痕迹，这个过程叫物质的反映，它是所有物质都具有的普遍属性。如滴水穿石，金属氧化生锈，菊科植物的向阳性，动物对打击的逃避等。不同发展水平的物质，其反映形式是不同的。没有生命的无机物质，其反映只有机械、物理和化学的形式；植物和单细胞动物等有生命的物质出现后，产生了新的生物反映形式——感应性。感应性是生物为了自我保护和繁衍，以自己的状态或活动形式的变化对外界刺激做出反应的能力。如单细胞的阿米巴原虫，遇到细菌等营养物质，就伸出伪足将其包裹并同化为自己的组成部分；而遇到铁丝等有害物质时，则缩回伪足向相反方向运动。感应性是生命体的主动反映形式，与无生命物质的反映形式相比，具有质的飞跃。

单细胞动物发展到多细胞动物后，动物身体的各个部分为适应生活环境的变化而逐渐分化，有了专门接受某种刺激的特殊细胞，这些细胞逐渐集中，形成了专门的感觉器官和运动器官，同时出现了协调身体各部分功能的神经系统，如腔肠动物水螅的网状神经，环节动物蚯蚓和节肢动物昆虫的节状神经，这时生物体又获得了新的反映形式——感觉。感觉是把外界刺激的个别属性反映成主观映像的过程，是最原始、最简单的心理反映形式。这种反映形式不仅表现为对直接刺激的反映，更重要的是表现为对无直接关系，具有信号意义的刺激的反映，如蚯蚓对光，蜘蛛对振动、气味的反映等。脊椎动物管状神经的出现，为脑的形成创造了条件。大脑皮层的出现是神经系统演化过程的新阶段，它使脑真正成为有机体的一切活动的最高调节者和指挥者。随着神经系统特别是脑的发展，各种感觉器官和运动器官也相应完善起来，有机体开始对直接作用于感觉器官的复合刺激和事物整

体做出反映，如鱼同时依靠视、嗅、味等感觉器官来反映复合刺激。这时更高一级的心理反映形式——知觉出现了。高等脊椎动物——哺乳动物的神经系统更加完善，大脑半球出现了沟回，扩大了脑皮层的表面积，为大脑皮层担负更重要的调节和指挥机能准备了物质基础。大脑皮层是整个神经系统的最高部位，是心理活动的最重要的器官。到了这一阶段，动物已经可以很容易地建立条件反射，心理反映的形式越来越复杂，水平也越来越高。动物的具体思维能力逐步发展，在适应环境的过程中，形成了个体特有的行为方式，能够反映一些事物和事物之间的关系，解答一些较为复杂的问题。如马戏团的小狗能解答简单的数学题，黑猩猩能利用木棍等工具从较高处取上肢够不到的食物等。

人类的心理活动是动物心理发展的继续，又与动物心理有着本质的区别。动物及其心理的演化是完全受生物学规律支配的。人类及其心理的产生，一方面要受生物学规律的支配，但更主要的是受其他因素特别是劳动和语言的决定。劳动创造了人本身，也创造了人的意识。劳动使人类祖先的四肢分化，确立了身体直立的结构，摆脱了总是向下方摄取印象的困境，可以眼观六路、耳听八方，从外界接受更多的信息。手成为劳动的器官，加强了视觉和触摸觉之间的联系，强化了对刺激物的认识，使人类祖先大脑皮层接受来自各器官的信息与日俱增，联系也日益复杂，从而促使了大脑皮质的迅速发展，并产生了动物所没有的言语等新机能区。劳动是人类制造和使用工具，自觉改造自然的过程。在这个过程中，人类不断获得外部世界的丰富知识，观察力、抽象思维能力、想象能力以及操纵物体的运动技能都得到了发展。劳动工具作为社会实践的产生，凝结着社会的丰富经验。个人参加劳动时，必须学会使用他人或前人所创造的工具。人类的社会经验是通过训练和学习来传递的，不像动物那样靠本能遗传传递种族经验。这种传递方式为人类祖先继承丰富的社会经验遗产，最大限度地发展人的心理提供了条件。

语言是人类祖先在社会劳动和交往中，为了交流思想、传递信息的需要而产生的交际符号系统。语言促使了人类意识和自我意识的产生，促使了人类抽象思维的产生，使人类的认识更加广阔。借助于语言，人们能使自己的认识不仅驰骋于无限的现实世界和虚幻境地，而且还可以追忆过去，展望未来，使人类心理出现了自觉性、目的性、计划性、社会性和抽象逻辑思维等新的特点。

二、心理的实质

(一)心理是脑的机能

从心理的起源和发展进程中，我们不难看出，人的心理现象是进化过程的产物。从物种的角度看，心理现象是动物进化到一定阶段，在出现了神经系统之后才真正产生的。从个体的角度看，脑的发育为心理的发生和发展提供了基础。现代科学也以大量的无可辩驳的事实证明了心理是脑的机能。前苏联神经心理学家鲁利亚就曾通过比较解剖法、脑局部刺激法和脑组织毁损法三个途径研究脑的组织和功能，发现当神经系统尤其是脑组织的某些部位受到损伤时，心理活动就会出现异常情况，如不认识人的面孔；能记住几年以前的事情，但失去了对新近事物的记忆等。分子生物学和脑功能成像技术等研究表明，人的一切心理活动就其产生方式来说，都是脑的反射活动。反射是有机体借助于神经系统对刺激做出规律性的反应。脑的反射活动分为三个主要环节：一是开始环节，外界刺激和它在感觉器官中引起的神经过程，经传入神经向脑中枢输入信息；二是中间环节，脑中枢将感觉信息进行加工、储存的神经过程，表现为主观上的心理现象；三是终末环节，从中枢沿传

出神经将信息传至效应器官，引起效应器官的活动，如动作、言语等。在一般情况下，反应活动本身又会成为新的刺激，引起新的神经过程，新信息又返回传入中枢，这一过程即反馈。反馈使人的心理活动成为完整、连续的过程，这样人才能更完善地反映客观世界。

(二)心理是客观现实的反映

心理现象是由外界输入的信息引起的，客观世界是心理的源泉和内容，人的正常的心理功能的产生与发展离不开社会实践。如人们的颜色视觉依赖于可见光谱中光波的长度，长波使人看到红色，短波使人看到蓝色；人的声调听觉依赖于物体振动的频率，高频使人觉得声音尖锐，低频使人觉得声音低沉，在隔绝人际交往的情况下，人们不可能发展正常的人类语言；幻觉和梦境的内容是以现实为蓝本的，神话小说中的人物也表达的是人的思想、情感和意志的形象，是在现实人物的基础上经过作者的想象塑造的。总之，客观现实包括自然环境和社会环境，作用于人，在人脑中产生各种心理现象，这些心理现象又会通过人的行为作用于周围环境，进而引起新的心理活动。

(三)人的心理反映的特点

(1)心理反映具有主观性。因为对客观现实的反映，总是在具体的人身上发生的，而人与人之间存在着遗传因素、知识经验、需要动机及个性特征等方面的差异，所以，对同一件事，不同的人会有不同的反映；即使是同一个人，在不同的时间地点，不同的心理状态下，对同一件事的反映也会有所不同。这些都充分说明人的心理反映具有主观性。

(2)人的心理反映是积极的、能动的。人对现实的反映是通过人和周围环境的相互作用，通过人有目的地改造世界的过程来实现的。因为人的活动总是由他的需要、动机、价值观推动的，所以人对现实的反映不可能是机械的、被动的、直接的。在人脑对客观现实的主观反映中，外界事物的影响总是通过反映者的内部特点而折射出来，也是通过实践活动而实现的；实践活动检验、校正着心理对客观现实的反映的正确性；心理又执行着对实践行为的调节机能。

(3)人的心理反映是社会性和自我意识的结合。人的心理的社会性一方面表现为区别于动物的共同特性，如语言、劳动、抽象思维等；另一方面表现为人与人相区别的个性特征。自我意识是人的社会性的具体表现，人既是认识主体，同时又是认识客体；人既能认识客观世界，也能认识主体本身。人的自我意识使人能够进行自我判断和评估，自觉地进行自我锻炼和改造，在实践中不断提高自己的认识能力和心理水平。

第二节 认知过程

认知过程是人类最基本的心理活动过程，包括感觉、知觉、记忆、思维、想象等方面，是人们获取、识别、加工和应用信息的能动过程。认知过程是人们认识环境和改造环境的依据。

一、感觉

感觉是人脑对当前直接作用于感官系统的客观事物的个别属性的反映。我们的五官——眼、耳、鼻、舌、皮肤和内部器官是我们的主要感觉器官。在日常生活中，外界的许多刺激物作用于我们的主要感觉器官，经过神经系统的信息加工，在我们的头脑里就产生

了各种各样的感觉，如我们看到某种颜色、听到某种声音、闻到某种气味、尝到某种味道、感觉到一定的温度以及觉察到自己的姿势和运动，内脏的舒适、疼痛和饥饿状况等等。感觉是刺激给予感官的直接感受，反映刺激物的个别属性，一切较复杂、较高级的心理现象，如知觉、思维、情绪、意志等，都是在感觉的基础上产生的。

由于划分感觉的标准不同，对感觉可以进行不同分类。在临床实际中，常把感觉分为四类：一是特殊感觉，如视、听、味、嗅和前庭等感觉；二是体表感觉，如触压觉、温觉、冷觉、痛觉等；三是深部感觉，如肌肉、肌腱、关节等感觉及深部痛觉和深部压觉；四是内脏感觉。

感受器官对刺激的感受能力，叫感受性。每种感受性只对一种形式的刺激敏感，如光波对于眼睛，声波对于耳朵。感受性的大小是用感觉阈限的大小来衡量的。在足够的作用时间内，刺激物达到一定强度才能引起感觉。刚刚能引起感觉的最小刺激量称为绝对感觉阈限，低于绝对感觉阈限的刺激，人是感觉不到的。

人的感受性和感觉阈限可因刺激物的性质和机体的生理、心理状态不同而改变，还可通过生活需要的社会实践而发展。例如画家辨别色调、明暗度、饱和度的能力较高；品酒家的味觉差别感受性高，这与他们的社会实践有关。感受性的个别差异很大，同一个人在不同的生理状态和心理状态下也有改变。人的感受性的变化和发展可以使人产生适应、感觉对比、视觉后像联系等具有重要实践意义的心理现象。

二、知觉

知觉比感觉要复杂一些，是人脑对直接作用于感觉器官的事物的整体属性的反映，它是各种感觉的有机组合。知觉是对事物各种属性、各个部分及其相互关系的综合的、整体的反映，它和感觉一样，都是刺激物直接作用于感官而产生的，都是人脑对客观事物的直接反映。根据作用于感受器的事物的不同性质，可将知觉分为空间知觉、时间知觉和运动知觉。空间知觉是人脑对物体空间特性的反映；时间知觉是人脑对客观事物的延续性和顺序性，即对事物运动过程的长短或先后的反映；运动知觉是人脑对物体在空间位移的反映。不正确的知觉为错觉。知觉具有整体性、理解性、选择性和恒定性等特点。知觉的整体性是指虽然感觉的对象具有不同的属性，由不同的部分组成，但是人总是把它感知为一个统一的整体，而不是各个孤立的部分。知觉的理解性指在知觉的过程中，人们总是用过去已经获得的相关知识和经验，对感知的事物、接受的信息进行加工和组织，并用要领的形式反映出来。人为了使自己的知觉更加清晰，总是有选择地使少数事物作为知觉的对象，这种能使知觉的对象迅速从背景中被选择的特性就是知觉的选择性。知觉的恒定性是指当知觉的条件有所改变时，人脑所反映的符合知觉对象本身特点的映像仍然保持不变。

三、思维

思维是一种高级的认识活动，是人脑对客观现实规律性的间接的概括的反映。间接性和概括性是思维的重要特征。概括性是指思维反映的是一类事物的共同的本质特征。如把鸡、鸭、鹅等一类动物，概括起来叫家禽；把萝卜、白菜、辣椒、芹菜等一类东西概括起来叫蔬菜。概括的水平越高，越能反映事物的本质特征。思维的概括性还表现在它反映事物之间本质的联系和规律上。通过概括，人就能由现象到本质，由片面到全面，由外部联系到内部联系，达到对事物本质的认识。间接性是指思维是以其他事物为媒介来反映客观事物的。正是由于思维的间接性，人才可以认识那些没有直接作用于人的种种事物或事物