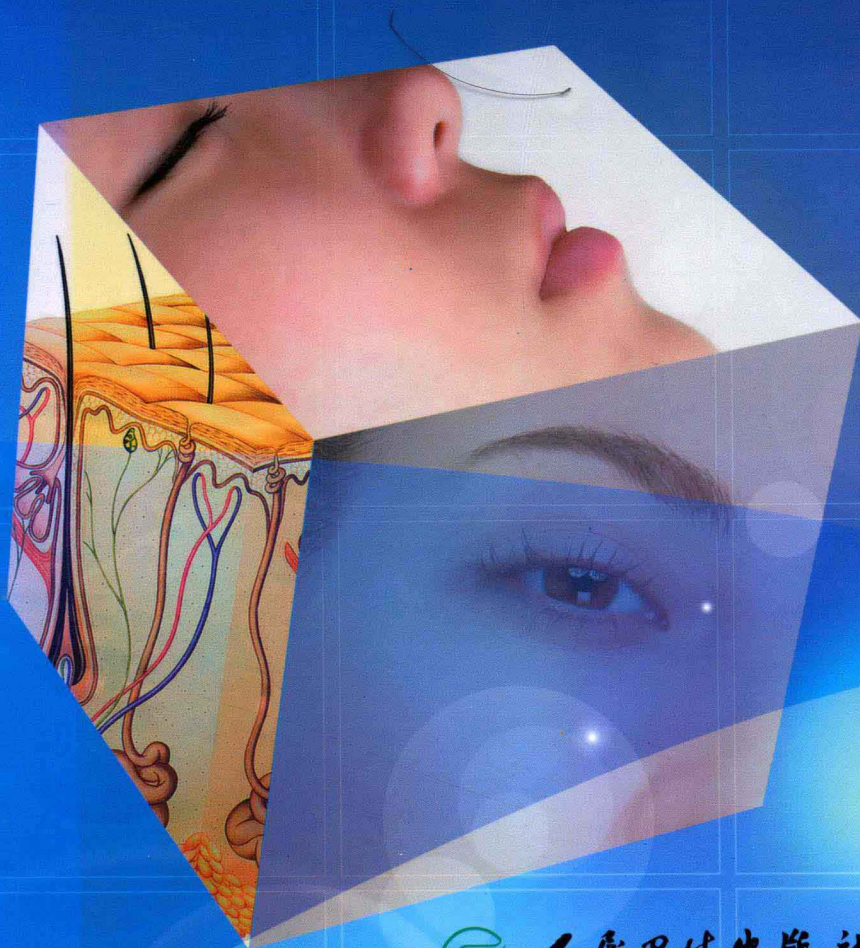


全国高职高专卫生部规划教材
供医疗美容技术专业用

美容心理学

主编 / 张渝成 副主编 / 李丽华 兰小彬



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

全国高职高专卫生部规划教材
供医疗美容技术专业用

美容心理学

主 编 张渝成

副主编 李丽华 兰小彬

编 者 (以姓氏笔画为序)

兰小彬 (雅安职业技术学院)

江领群 (重庆医药高等专科学校)

刘金泉 (山西大同大学医学院)

李小毳 (黑龙江省卫生学校)

李丽华 (黑龙江护理高等专科学校)

李雪飞 (大连医科大学高等职业技术学院)

李莲英 (平凉医学高等专科学校)

张渝成 (重庆医药高等专科学校)

赵 霞 (大连医科大学美容医学院)

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

美容心理学/张渝成主编. —北京: 人民卫生出版社, 2010. 6

ISBN 978-7-117-12917-6

I. ①美… II. ①张… III. ①美容-医学心理学-高等学校: 技术学校-教材 IV. ①R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 078804 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

本书本印次封底贴有防伪标。请注意识别。

美容心理学

主 编: 张渝成

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

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京市燕鑫印刷有限公司 (万通)

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 10

字 数: 243 千字

版 次: 2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-12917-6/R · 12918

定 价: 17.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

出版说明

全国高职高专医疗美容技术专业卫生部规划教材于 2009 年 3 月启动编写,主干教材共 13 种。编写原则是以专业培养目标为导向,以职业技能培养为根本,力求体现高职高专教育的特色,内容以“必需,实用”为度,特别强调基本技能的培养,力求将相关内容写细、写透,使学生毕业后能独立、正确处理与专业相关的临床常见实际问题。

依据目前高职院校实际开设的课程以及课时数情况确定教材的种类及字数。为了增强学习效果,《美容人体解剖学》、《美容皮肤治疗技术》、《美容牙科技术》、《医疗美容技术》、《美容中医技术》、《美容医学造型艺术设计》教材配了视听内容丰富的光盘;《医学美学概论》、《美容人体解剖学》、《美容皮肤治疗技术》、《美容中医技术》、《美容化妆品》、《美容医学造型艺术设计》教材配有实训教程;《医疗美容技术》、《美容医学伦理学》教材配有学习指导及习题集。

教材的主编和编者是来自全国各地教学一线的专家学者。在卫生部教材办公室和全国高职高专相关医学类教材评审委员会的组织和指导下,对编写内容的科学性、适用性进行了反复的修改,对教材的体例和形式也进行了规范,以便于师生在教学中参考。

教材目录

医学美学概论	主 编	欧阳学平	副主编	段 渠	王诗晗
美容人体解剖学	主 编	王向义	副主编	章培军	王 岩
美容心理学	主 编	张渝成	副主编	李丽华	兰小彬
美容药理学	主 编	秦红兵	副主编	吴正平	张景云
美容外科学概论	主 编	黎 冻	副主编	顾劲松	吕金陵
美容皮肤治疗技术	主 编	边二堂	副主编	温树田	胡晓军
美容牙科技术	主 编	张秀华	副主编	张 蓉	于 江
医疗美容技术	主 编	裘名宜	副主编	陈娘娘	孙林潮
美容中医技术	主 编	刘 宁 聂 莉	副主编	江 琼	王德敬
美容化妆品	主 编	黄丽娃	副主编	李发胜	张春娜
美容医学造型艺术设计	主 编	于 江	副主编	张秀丽	奚晶晶
美容医学伦理学	主 编	奚 红	副主编	李春巧	刘月岩
美容营养学	主 编	晏志勇	副主编	柴茂山	徐 凤 李雪飞

前 言

《美容心理学》是全国高职高专医疗美容技术专业卫生部规划系列教材之一。本教材编写以教育部关于教材编写的五性(即思想性、科学性、先进性、启发性和实用性)为基本原则,力求科学严谨、简明扼要、注重理论联系实际,强调实用性和对临床工作的指导性。因此,在编写时笔者根据医疗美容技术专业高职高专层次培养目标的要求,尽量精简理论,以掌握概念、强化应用为目的。在理论介绍方面,以必须、够用为度。在基本能力方面,以培养高级技术应用型人才为目标,以学生就业为导向,以实用为宗旨和特征,强调可操作技能的培养和训练,并尽量使其具有鲜明的职业特征,使教学内容与职业需求紧密配合,使实践教学与职业岗位紧密接触。所以,本书的最大特点是实用性突出和通俗易懂,使学生掌握的知识、技能在实际工作中得到应用,并能切实解决工作中的问题。

全书约 20 万字,共 13 章,建议教学学时 36~40 学时。第一章至第七章,是美容心理学基础知识部分。包括绪论、美容心理学基础知识、容貌形体审美心理、体像与美容心理、求美动机与行为、美容社会心理、容貌缺陷心理。第八章至第十三章,是美容心理学应用知识部分。主要内容有美容心理评估与咨询、美容心理障碍的治疗、人格障碍与美容心理、美容与神经症、美容与心身疾病、美容心理护理。这部分内容突出了高职高专层次的培养特色,可操作性强。

本教材在编写过程中数易其稿,参阅了大量的参考文献,内容上增加了一些当前美容心理学研究的最新进展,真正做到使学生能学以致用。本书不仅适合高职高专医疗美容技术专业的大学生学习,也适合美容医学机构的医务工作者和相关专业人员阅读和参考。

由于美容心理学研究和教材建设刚刚起步,学科体系和内容相对不太成熟,以及编者的水平有限,书中可能还存在不足,希望同行专家和广大读者批评指正,以便将来进一步修改完善。

张渝成

2010 年 3 月

目 录

第一章 绪论	1
第一节 美容心理学概述	1
一、美容心理学与相关学科	1
二、美容心理学研究对象、内容及方法	3
三、美容心理学的发展	5
第二节 美容心理学的主要理论	6
一、精神分析理论	6
二、行为主义理论	7
三、人本主义理论	7
四、格式塔心理学	8
五、认知心理学	8
六、心理生理学	9
第二章 美容心理学基础知识	10
第一节 心理学的概念和心理现象	10
第二节 心理过程	10
一、认识过程	10
二、情绪过程	13
三、意志过程	14
第三节 人格	14
一、人格的概念	14
二、人格的特征	14
三、人格的结构	15
第三章 容貌形体审美心理	17
第一节 人体容貌审美	17

一、人体美概述	17
二、审美意识与美感	18
第二节 审美的生物学基础与心理机制	19
一、审美的生物学基础	19
二、审美的心理机制	20
第三节 美容医学中的审美	20
一、审美的含义	20
二、审美关系	21
三、人体美的特征	22
四、容貌审美标准与判断	23
第四章 体像与美容心理	25
第一节 体像概述	25
一、体像的概念、特点与意义	25
二、体像与美容医学	26
第二节 自我体像的形成与发展	28
一、知觉与体像	28
二、自我体像的形成与发展	29
三、体像对人格的影响	32
第三节 消极体像与体像错觉	33
一、消极体像的含义与种类	33
二、错觉概述	34
三、体像错觉	36
第五章 求美动机与行为	39
第一节 需要与动机概述	39
一、需要概述	39
二、动机概述	40
第二节 美欲与心理需要	42
一、美欲概述	42
二、美欲与心理需要的关系	43
第三节 求美动机与求美行为	44
一、求美动机与行为	44
二、求美动机与行为产生的原因	45
第六章 美容社会心理	46
第一节 美容医学与社会心理	46
一、社会心理学的概念和内容	46
二、求美行为的社会心理	46

第二节 容貌与人际交往	47
一、容貌与第一印象	47
二、容貌的价值与作用	48
第三节 容貌有关的社会心理行为	49
一、社会态度与美容观	49
二、美容与偏见	50
三、美容与从众、流行心理	51
四、容貌缺陷的社会心理问题	52
第七章 容貌缺陷心理	54
第一节 容貌缺陷心理概述	54
一、容貌缺陷心理概念	54
二、形成容貌缺陷心理的因素	55
第二节 容貌缺陷者的常见心理问题	57
一、认知问题	57
二、情绪问题	58
三、人格问题	59
四、行为问题	60
第三节 容貌缺陷的心理应对	61
一、心理防御机制概述	61
二、容貌缺陷者的心理应对策略	64
第八章 美容心理评估与咨询	68
第一节 美容心理评估	68
一、美容心理评估的概念和意义	68
二、美容心理评估的方法	69
三、常用的美容心理测验	71
第二节 美容心理咨询	73
一、美容心理咨询的概念和作用	73
二、美容心理咨询的形式与程序	74
三、美容心理咨询的原则	75
四、美容心理咨询的技术	76
第九章 美容心理障碍的治疗	80
第一节 心理治疗概述	80
一、心理治疗的形式	80
二、心理治疗的基本过程	81
第二节 行为疗法	82
一、放松疗法	82

二、系统脱敏疗法	86
三、厌恶疗法	87
四、满灌疗法	87
五、行为塑造法	88
第三节 精神分析疗法	89
一、自由联想	89
二、梦的分析	89
三、阻抗	89
四、移情	89
五、解释	90
第四节 集体心理治疗	90
第五节 认知疗法	90
一、合理情绪疗法的理论	91
二、不合理信念的种类	91
三、不合理信念的特征	91
四、合理情绪疗法的治疗技术	92
第六节 心理支持疗法	92
一、概述	92
二、治疗技术	93
第七节 催眠疗法	93
一、催眠疗法概述	94
二、方法与技术	95
三、催眠状态下的心理反应	97
第八节 家庭治疗	97
第十章 人格障碍与美容心理	99
第一节 人格障碍概述	99
一、人格障碍概念及诊断	99
二、人格障碍的临床类型及表现	99
第二节 人格障碍求美者的行为特点及沟通要点	101
一、自恋型人格求美者	101
二、依赖型人格求美者	102
三、癯症型人格求美者	102
四、边缘型人格求美者	103
五、强迫型人格求美者	104
六、偏执型人格求美者	104
第三节 人格障碍与整形美容外科手术满意度	105

第十一章 美容与神经症	106
第一节 美容与神经症	106
一、神经症概述	106
二、容貌因素导致的神经症	107
三、神经症的心理干预	108
第二节 躯体变形障碍	110
一、躯体变形障碍概述	110
二、躯体变形障碍的诊断	111
三、躯体变形障碍的治疗	112
第十二章 美容与心身疾病	113
第一节 神经性厌食症	113
一、神经性厌食症概述	113
二、神经性厌食症的临床表现	114
三、神经性厌食症的心理干预	114
第二节 肥胖症	115
一、肥胖症概述	115
二、肥胖症的心理干预	116
第三节 损容性皮肤心身疾病	117
一、银屑病	117
二、寻常痤疮	118
三、黄褐斑	119
四、斑秃	119
第十三章 美容心理护理	121
第一节 美容心理护理概述	121
一、美容心理护理的概念、意义及目的	121
二、美容求术者心理护理诊断与评估	122
三、美容求术者心理护理方法与技巧	123
第二节 美容求术者的心理特征	124
一、美容求术者的心理特点	124
二、美容求术者的心理定势	127
三、美容求术者的期待与满意	128
第三节 美容求术者的心理问题及护理	129
一、美容求术者常见的心理问题	129
二、美容求术者手术前心理疏导	130
三、美容求术者手术后的心理反应与护理	131
第四节 美容治疗失败者的心理及心理护理	133

一、美容求术者对治疗不满意的原因·····	133
二、美容治疗失败对求术者的心理影响·····	134
三、美容治疗失败者的心理与心理护理·····	135
附录1 90项症状自评量表(SCL-90) ·····	137
附录2 抑郁自评量表(SDS) ·····	140
附录3 焦虑自评量表(SAS) ·····	141
附录4 田纳西自我概念问卷 ·····	142
附录5 美容心理学建议学时安排 ·····	145
附录6 主要参考文献 ·····	146

美容医学与心理学有着十分紧密的联系。美容医学的目的是为了引发自我及他人心中的美感,而美的概念形成以及对美的判断是一个心理过程。在美容医学临床实践中有相当多的求美者并非传统意义上的患者,他们当中的很多人甚至在容貌上没有任何缺陷,而是因为出于爱美、追求时尚或是由于某些特殊原因为自己容貌感到焦虑而就医。在这些求美者中,心理异常或心理不健康的发生率远远高于一般人群。美容医学的效果不是以单纯的症状解除、功能改善为标准,而是与求美者的心理因素密切相关。因此,在生物-心理-社会医学模式下学习和掌握美容心理学的理论与技能,既可改善求美者的情绪状态,提高其生活质量,有利于求美者康复,又可以帮助美容医疗工作者在临床工作中减少医患之间的纠纷,这对美容医学工作者来说有着非常重要的意义。

第一节 美容心理学概述

一、美容心理学与相关学科

(一) 美容心理学的概念

美容心理学(cosmetic psychology)是运用心理学和医学心理学的基础知识,以美容特别是医学美容实践为应用领域,研究求美者的心理现象及其规律,并有针对性地进行心理评估、心理咨询和心理治疗的学科。美容医学中的求美者是一类以求美为目的来美容医疗机构就医的人群。他们当中有些人并没有躯体器官病变和功能障碍,也就是说是一种非疾病状态,他们是主动追求自身美化而就医的人。他们当中也有一些人是因患有损容性疾病而就医。他们期待在保证健康的前提下,通过医学手段进行面型和体型静态美和动态美的塑造,以求优化身心审美状态,延缓自然衰老,提高生活质量,更好地适应工作、生活、家庭、恋爱等方面的需要。美容医学中的求美者是美容医学服务的基本对象。

美容心理学涉及普通心理学、医学心理学、美容学、美容医学、社会心理学、发展心理学等多个学科领域,是一门交叉学科。联系较为密切的有临床心理学、病理心理学、社会心理学和审美心理学等学科。

(二) 美容心理学与美容医学的关系

1. 美容心理学与美容医学的联系

(1) 美容心理学为美容医学实践提供心理学的依据:在美容医学实践中,对求美者心理与人格的准确评估,对美容手术的实施具有非常重要的作用。美容医学临床实践中有一些容貌存在缺陷的人,或是由于特殊原因为自己容貌而感到焦虑的人,希望通过寻求美容医学

的帮助修复其容貌缺陷或解除其焦虑心理,在美容医学实践中如不注意其特殊的心理需求,可能美容手术本身效果很好,但求美者仍不满意,从而导致医疗纠纷。所以,只有准确把握求美者的心理活动规律,才能有针对性地进行美容医学活动,提高美容医学的实际效果。而美容心理学是研究美容医学过程中人的心理活动的特点与规律,为美容医学活动的实施提供心理学的依据,对促进美容医学理论与临床实践发展具有积极意义。

(2) 美容医学是美容心理学研究的基础与前提:美容心理学研究不能离开美容医学实践活动,美容心理学的理论体系是建立在美容医学活动基础上的,是对美容医学实践活动中美容理论的总结和美容医学过程中人的心理活动的抽象概括。美容心理学的研究要符合美容医学活动的需要,并与美容医学实践活动紧密结合,付诸美容医学实践,才能保证其效果。

2. 美容心理学与美容医学的区别

(1) 研究对象不同:美容医学是医学的组成部分,是以人体美学理论为指导,通过手术、药物等医疗手段来修饰、完善或保持和重塑人的容貌与形体的学科。美容医学的研究对象是人的形体美以及维护、修复、再塑形体美的一切医学技术的基础理论与临床实践。美容心理学是应用心理学的分支学科,是以求美者的心理发生、发展过程为研究对象,是通过心理咨询、心理治疗等心理学手段,解决求美者的心理问题或心理障碍。

(2) 研究的重点不同:美容医学着重于研究美容的医学问题,美容心理学侧重研究美容医学实践中求美者的心理活动过程和规律。

(三) 美容心理学与理论心理学的关系

1. 发展心理学(developmental psychology) 是研究个体从受精卵开始到出生、成熟、衰老的生命过程中,心理发生、发展的特点和规律。简言之,发展心理学就是研究个体毕生心理发展的特点和规律。在美容心理学中,要应用发展心理学的理论,研究审美认知发展的年龄特征,审美心理的发展;研究个体社会性发展的年龄特征,包括兴趣、动机、情感、价值观、自我意识、人格等,其中对人格的年龄特征的研究是最重要的一环;研究个体体像的形成和发展规律。

2. 人格心理学(personality psychology) 是研究个体人格发展、人格结构、人格动力、人格改变及其规律的学科。人格心理学是美容心理学研究中最重要基础心理学学科之一。人的形体容貌与人格的形成有密切的关系,美容医学的复杂性不仅来自于医学技术日新月异的发展和求美者需求的多样化,而且来自于求美者复杂的人格特征,如一些从纯技术角度来看非常成功的美容外科手术,求美者却对手术效果并不满意,这是其人格的复杂性所致。所以,对求美者进行人格特征的评估与研究显得非常重要。

3. 社会心理学(social psychology) 是从社会与个体相互关系的观点出发,研究特定社会生活条件下个体心理活动发生、发展及其变化规律的一门学科。由于容貌美具有明显的社会心理特征,所以容貌美具有社会心理学的意义,还有美容本身就是一定社会心理背景的产物,所以社会心理学与美容心理学有着密切的关系。

4. 病理心理学(abnormal psychology) 又称变态心理学,是按照心理学的原理和方法探讨精神疾病异常心理现象的规律及其在实际领域的应用。美容心理学运用病理心理学的理论,研究体像障碍为核心的种种病态求美行为和病态心理,研究美容因素导致的各种精神障碍。

5. 审美心理学(aesthetic psychology) 是研究人在审美过程中的心理活动规律的心理

理学分支学科。美容心理学主要涉及容貌审美的心理学问题,还包括审美感觉、审美知觉、审美想象、审美情感等。

(四) 美容心理学与应用心理学的关系

1. 医学心理学(medical psychology) 是将心理学的理论应用于医学领域,研究心理因素在人的健康和疾病及其转化过程中作用和规律的学科,是心理学与医学相结合而产生的一门学科。其相关学科有神经心理学、临床心理学、心理诊断学、心理治疗学、咨询心理学、健康心理学、护理心理学、缺陷心理学、心身医学和病理心理学等。美容心理学与医学心理学既是一种从属关系,又是一种并列关系,美容心理学与医学心理学在内容上有一定的同一性,但又具有特殊性。

2. 咨询心理学(counseling psychology) 主要是应用心理学的知识和方法,帮助人们解决学习、工作、生活、疾病和康复等方面出现的心理问题,以使其更好地适应环境,保持身心健康。在美容医学实践中由于求美者的心理障碍或心理不够健康发生率相当高,而且很多求美者从根本上说对美的需求是由于病态的动机所驱使,因此,心理咨询配合美容手术或单独进行心理咨询,对求美者是很有必要的。

3. 心理评估(psychological assessment) 应用多种方法所获得的信息,对个体某一心理现象作全面、系统和深入的客观描述。常用的心理评估方法有观察法、会谈法、心理测验法等。美容医学心理评估实际上是美容医学诊断的重要组成部分,美容医学是除精神医学以外,所面对的人涉及心理问题最多的临床医学,因此,心理评估在美容医学中具有十分重要的意义。

二、美容心理学研究对象、内容及方法

(一) 美容心理学研究的对象

1. 研究个体容貌对人格形成的影响,以及个体对自身审美的心理学问题。
2. 研究容貌缺陷对人的心理影响,以及因容貌问题所导致的各种心理障碍,包括容貌问题引起的神经症和心身疾病。
3. 研究容貌美的社会价值、人们对美容的态度、不同文化观念的人的审美心理差异,以及各种流行元素对美容医学的影响等。
4. 研究容貌审美的心理学要素,以及美容医学实践中所涉及的审美心理学问题。
5. 研究体型、容貌所引起的心理问题的心理评估、心理咨询、心理治疗和心理护理。研究由心理问题导致的损容性心理疾病的诊断与治疗。

(二) 美容心理学研究的内容

1. 容貌审美心理 研究容貌审美所涉及的心理学问题,主要有审美感觉、审美知觉、审美思维、审美想象、审美联想、审美情感、审美差异、审美关系、审美主体、审美客体、容貌的美与丑等。
2. 美容社会心理 人的求美心理包括了广泛的社会心理学内容,所以美容医学与社会心理学有十分紧密的关系。美容社会心理主要研究不同群体对美容和美容医学的态度,对美容和美容医学的偏见,美容与从众、流行心理,美容与人际交往和人际吸引,不同文化背景下的审美心理差异,容貌缺陷的社会心理问题等。
3. 求美动机和行为 研究求美动机产生的原因、求美动机的种类、求美动机与求美行

为的关系、非容貌缺陷与求美动机、特殊的求美动机和病理的求美动机。研究人的心理需要与美欲的关系,以及美欲与不同层次心理需要的关系等。

4. 求美者人格与心理类型 研究容貌形体与人格的关系以及对人格的影响,求美者的人格特征对求美行为的影响,容貌与人格障碍的关系,先天性容貌缺陷者的心理特征,后天因素导致的容貌缺陷者的心理特征,严重容貌形体缺陷者的心理特征,求美者心理类型与交流等。

5. 容貌缺陷心理 研究容貌缺陷心理形成的影响因素、容貌缺陷与心理障碍的关系、容貌缺陷与病理心理的关系(如各种与美容相关的神经症)、容貌与心身疾病的关系、容貌缺陷的心理问题(如认知问题、情绪问题、人格问题、行为问题)、美容医学手术的心理禁忌证、容貌缺陷心理问题的应对方法。

6. 美容医学心理评估与咨询 研究美容医学心理评估的意义、内容、方法和程序;研究美容心理咨询的内容、特点、形式与程序,美容心理咨询的原则,美容心理咨询的技术,以及与求美者建立良好咨询关系的方法与技术。

7. 美容心理障碍的治疗 研究美容心理治疗的原则、形式,美容心理治疗的常用技术,如行为治疗技术、认知治疗技术、团体治疗技术、心理支持疗法以及催眠治疗等。应用心理治疗技术对求美者的心理障碍进行治疗。

8. 求美者的心理护理 研究求美者的心理特征和心理活动规律,美容心理护理的基本方法,求美者常见的心理问题、术前的心理疏导、术后的心理反应与护理、对治疗不满意的原因、美容治疗失败对求美者的心理影响和心理护理。

(三) 美容心理学研究的方法

1. 观察法 是通过观察被评估者的言语、表情、动作以及在日常生活、学习、工作中的活动表现,了解其心理活动的一种方法。观察法的优点是所获得的材料比较真实、客观,在观察时对被观察者的合作要求不高,观察法能得到被观察者不能直接报告或不便报告的资料。不足之处:①得到的只是外显行为,不易重复,因而评估结果经常出现分歧意见;②观察法无法保证观察到预定的内容;③观察结果受观察者的观察能力和综合分析能力的影响。观察的内容主要有:外表、行为、语言特点、思维内容、认知功能、情绪等,对人、对事的态度,面临困难的应对方式等都可以作为观察的内容。观察法的主要步骤:①确定观察要点;②明确观察中的记录指标;③确定观察中的先后顺序;④预先估计观察重点,必要时还需要补充观察。

2. 调查法 通过向被调查者口头或书面提问,收集有关的心理活动资料,进而探讨心理活动发展变化规律的方法。调查法的优点是简便易行,可以在短时间内收集到大量的资料,利于较快地得出结论。在要求取得大量资料的研究领域,如社会心理学中,这种方法得到较多的运用。调查法的缺点是常受各方面的限制,主要是被调查者方面和条件限制,所得到的资料难以真实、准确地反映实际情况。具体方法有问卷法、谈话法、访问法等。在美容心理学中主要通过访谈或问卷调查进行,以了解其心理特征或心理问题。

3. 测验法 又称心理测验法,指以心理测验为主要工具,测量个体的心理反应、行为或人格方面的特征,从而分析与其他变量之间关系的方法。在美容心理学的研究中为了了解求美者的人格特征和心理过程,需进行有关的测验,如人格测验、情绪评定等,以便快速、准确地掌握求美者的心理状态。

4. 个案法 对一个或几个研究对象进行较长时间系统研究的方法。在研究中要注意全面地调查被研究者的社会条件,教育与家庭的影响,活动、工作情况,身体健康状况,以及在这些因素的影响下的心理活动发展、变化的规律。个案法的优点是有益于全面系统地对其进行了解,不足是研究对象的数量少,结果可能不具普遍意义,所以个案法应与其他方法结合起来应用。在美容心理学中常应用个案法进行研究。

5. 实验法 在控制的条件下,根据研究的目的,有计划地引起或改变被试者的某种心理活动,对所观察到的被试者的多种表现进行分析研究,从而了解其心理活动的规律的方法。实验法又分为实验室实验法与自然实验法,实验室实验法是在人为的条件下,严格控制外界条件而进行的,后者则是在日常生活的情况下,适当控制外在条件而进行的,其实验结果虽不如在实验室中采用各种精密仪器、设备所作的记录精确,但由于它兼具观察法与实验室实验法的优点,因而在心理学研究中仍得到广泛应用。在美容心理学中多采用自然实验法和临床实验法。

三、美容心理学的发展

国外从 20 世纪 50 年代开始对美容心理学进行研究,如美国整形外科医生 Edgerton 发表了“隆乳术:精神医学的内涵和适应证”、“美容整形外科患者的外科——精神医学的研究”、“鼻整形术后的外科与心理变化”等文章。他的同事 Jacobson 在 20 世纪 60 年代发表了一些论文,如“女性轻度缺陷患者的精神医学评估”、“精神医学在整形外科患者管理中的作用”等。进入 20 世纪 80 年代后,对美容整形心理学的研究逐渐增多,所涉及的内容更为广泛。研究的特点是美容整形外科医生与精神、心理医生联合研究美容整形医学中的心理学问题。如美国南加州大学医学院外科与精神医学部的 JM. Goin 和 MK. Goin 两人联合研究,发表了一些学术价值较高的文章,如“面部美容外科的心理学影响”、“变得痛苦:乳房再造患者的心理经历”等。他们认为,美容整形外科的目的是改变人们的体像、提高容貌缺陷者的信心,当然,要做到这一点还有其他途径,如接受教育,提高内在素质等。一个长久的解决问题的办法是从内在入手,而非外部的手术。心理学家和精神病学家的介入,使得该领域的学术研究具有了一定的深度。精神心理学家 Napoleon 较为深入地将心理学理论运用于美容外科实践,并发表了一些有价值的文章,如“老年美容外科求美者的心理学考虑”、“美容整形患者的人格问题”等。精神病学家 Philllips 是近年来美国对体像障碍研究较为深入的代表人物,她认为美容整形外科与体像障碍有着密切的关系,因此,在讨论体像问题时,绝不可忽视其与美容整形外科的关系。

在我国对美容心理学的研究也得到了广泛的重视,何伦等从 1995 年开始关注美容心理学问题,并编写了国内第一部美容心理学专著——《美容心理学》,随后又承担了国家自然科学基金有关体像研究的课题,后来编写教材《美容心理学》,并发表多篇关于美容心理学的研究论文。国内其他学者也在开展美容心理学的研究,如童矫胜的“美容心理与心理健康”研究;周正猷的“体像障碍和美容心理”研究;张澜成等的“美容心理障碍的治疗”研究;鲁龙光等的“体像障碍自评量表的初步制定”研究等。综上所述可以看出,我国对于美容心理学的各个方面都已逐步开展研究,也充分说明美容心理学与美容医学的密切关系。但目前的研究缺乏系统性,深度和广度还有待提高,美容心理学的学科体系有待完善。