

心理护理教程

卫生部护理中心 编



学 山 版 社

80421

心理护理教程

卫生部护理中心 编

参加编写人员

张先嫔 陈素坤

钟秀玲 蔡光惠

科学出版社

1989

2V98/16

内 容 简 介

本书根据目前护理教育需要,组织具有丰富实践经验和一定心理学知识的护理工作者编写而成。内容以心理学、医学理论为基础,突出介绍心理护理临床实践和经验教训。不少中专和大专院校的护理课程已选用本书试用本(《心理学与护理》)为教材或参考资料。这次进行了修改和充实,正式出版。大部分章节内容较多,以便根据学生接受能力和学时安排选用,亦可用作高等护理教育自学考试者或护理人员进修读物。

心理护理教程

卫生部护理中心 编

责任编辑 朱博平

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

中国科学院印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

*

1989 年 6 月第 一 版	开本: 787×1092 1/32
1989 年 6 月第一次印刷	印张: 8 1/2
印数: 0001—5,630	字数: 193,000

ISBN 7-03-001227-5/R·53

定价: 4.00 元

前 言

随着医学模式的转变,护理科学,无论是基础理论还是应用技术,都在不断向广度和深度迅速发展。传统的以疾病为中心、以躯体护理为主的功能制护理方式已日益不能适应新医学模式和保卫人类健康的需要。责任制护理的实施向护理人员提出了从人的心、身两方面实行整体护理的新目标。它不但有利于改善医务人员和患者的关系和为病人创造一个主动接受诊查、配合治疗的最佳心理状态,而且能大大缩短战胜疾病的进程。毫无疑问,为了达到这个目的,护理工作者必须掌握必要的心理学知识和应用方法,明确心理活动在疾病与健康转化过程中的作用,并且努力培养和提高本身的心理素质,才能更有效地为临床实践服务。

由于长期来护理教育中没有开设心理学课程,因此至今尚缺乏适宜的教材和师资。为了使有关护理教育机构有较多的参考资料和加强教学交流,卫生部护理中心组织编写了这本《心理护理教程》,供各有关院校开设心理护理课程时参考、选用。本书初稿完成后曾通过举办护校师资培训班,以及邀请北京市部分护理专业任课老师进行研讨,广泛交流和收集意见,并请中国科学院心理学研究所郭念锋教授审定,在此基础上又作了修改和补充。

本书从护理学角度阐述了心理学的理论知识与方法在护理实践中的应用,并以较多的篇幅联系护理临床,因此内容比较适合目前护理教学和临床护理工作者的需要。不少中专和大专院校的护理课程已选用本书为试用教材或参考教材。

目前,心理护理尚未形成独立的分支学科,其实践和理论体系均有待于进一步完善,所以希望护理界的同行们在教学和临床中不断积累资料、总结经验、开展科研,以丰富心理护理内容,促进护理学科的发展,为人类卫生保健事业做出更大的贡献。

本书后面附有教学参考说明,并对各章教学提出了学时分配、目的与要求、重点与难点、思考题等建议,以期有助于老师备课及学生学习。

由于组织和编写水平所限,缺点和错误在所难免,请广大读者批评指正,以利今后修订。最后,谨在此向协助书稿研讨、修改、补充和审定的专家和同志们表示谢意。

卫生部护理中心 陈淑坚

目 录

前言

第一章 心理学概述	1
第一节 研究的对象与任务	4
第二节 心理现象的实质	7
第三节 研究的原则与方法	12
第四节 现代心理学的分支	17
第二章 心理学基本知识	19
第一节 心理过程	19
第二节 个性心理特征	39
第三章 医学心理学与心理护理	50
第一节 新医学模式的形成	51
第二节 医学心理学的课题	55
第三节 对健康和疾病认识的深化	59
第四节 医学心理学的分支	67
第五节 心理护理在医学心理学中的地位	69
第四章 需要 动机 挫折 防卫	73
第一节 人的需要	73
第二节 动机与行为	79
第三节 挫折、防卫与心理护理	83
第五章 情绪情感与健康	93
第一节 情绪情感的生理基础	93
第二节 情绪情感与生活	102
第三节 紧张状态与健康	105
第四节 紧张状态的心理护理	110

第六章 心理因素与心身疾病	114
第一节 心身疾病的范围	116
第二节 心身疾病的致病因素	118
第三节 常见心身疾病的心理护理	125
第七章 心理特点与心理卫生	131
第一节 心理卫生的提出及意义	132
第二节 不同社会群体的心理特点	133
第三节 不同年龄阶段的心理卫生	136
第四节 心理卫生的自我防护	148
第八章 病人角色与病人心理	152
第一节 病人角色	152
第二节 病人的一般心理现象	157
第三节 影响病人心理的因素	170
第四节 病人的正常心理需要	176
第九章 护士角色与护士职责	187
第一节 护士角色的习得	187
第二节 护士的职能与作用	189
第三节 护士角色的培养	191
第四节 护士应具备的心理素质	196
第十章 护患关系与心理沟通	204
第一节 护理实践中的人际关系	204
第二节 护患间的心理沟通	220
第三节 沟通技巧	230
第十一章 学好心理学 促进护理事业	238
第一节 加强心理学知识的应用	238
第二节 努力实现个体的社会化	246
第三节 艰巨的任务与光荣的使命	250
教学参考说明	254
主要参考文献	265

第一章 心理学概述

心理学是一门介于自然科学与社会科学之间，并与不少学科相互渗透、交叉的边缘科学，是专门研究人的心理现象及其规律的科学。

人的心理现象，以其丰富多彩，极其生动、复杂的过程而与每个人息息相关。因此，很早就有人对这种现象发生了浓厚的兴趣，试图揭示它的本质和发生的根源。恩格斯曾把它誉为“地球上最美的花朵”。

必须明确，科学的心理学与人们想像中的“心理学”是截然不同的。历史上有一段很长时期，心理学常被认为是卜人吉凶、察人所思的巫法邪术，或者看作是玄虚奥妙、神秘莫测的“玄机”，甚至一提到“心”字就感到“玄”，并把它与“算命”、“迷信”联系起来，因而认为它注定是唯心主义的。其实，这种推论是十分错误的，是对心理学缺乏认识的表现。列宁指出：“心理学提供的一些原理已使人们不得不拒绝主观主义而接受唯物主义。”（《列宁全集》第1卷，人民出版社，1955年版，第396页）也就是说，正是由于心理学科学地揭示了人类心理现象及其认识活动规律的奥秘，才破除了迷信，荡涤了唯心观念。我们认为，正确的心理观应是辩证唯物主义的心理观，即认为人的心理活动是高度组织的物质——人脑的机能对客观现实的反映，是第二性的；而被反映的客观现实（即事物）是第一性的（将在第三节较详细地叙述）。

几千年来，心理学一直孕育于哲学的母体中，不过那时的哲学家和医生用思辩的方法来研究心理现象。直到19世纪

后半期,心理科研领域应用了实验方法,心理学才逐步脱离哲学的怀抱,取得了独立的学术地位。因此,在心理学界常引用德国心理学家艾宾浩斯(H. Ebbinghaus)的一句话:“心理学有很长的过去,但只有很短的历史。”换言之,心理学既古老又年轻。说它古老是因为它有“很长的过去”,其渊源可追溯到原始社会,那时人们只是从区别人的生与死,开始注意到人类除肉体之外,还存在着精神世界,叫做“灵魂”(心理学的名称,就是来自希腊文“灵魂”和“学问”两词,意即研究灵魂的学问);说它年轻是指它仅有100多年独立的发展历史。

1879年,在生物科学迅猛发展的影响下,德国哲学家和构造心理学派的创始人之一——冯特(W. Wundt, 1832—1920),首先在莱比锡大学建立了世界上第一个心理学实验室,对人类的感觉、知觉、注意、反映时间和情绪等心理现象进行了广泛的研究和大量的实验,接着创办了专门报道心理实验室研究成果的杂志。至此,心理学作为一门独立的实验科学脱颖而出。国际心理学界公认,1879年是心理学新纪元的开始。人们常以这个心理学实验室的成立为标志,以前的被称为哲学心理学;以后的则称为科学心理学或新心理学。

我国古代的心理思想相当丰富多彩,大家熟知的孔子(儒家)、老子(道家)、韩非(法家)等都是他们生活时代心理学思想的代表人物,可说是世界心理学思想最早的策源地之一。古代的学者把对心理现象的研究称做“性理”或“心学”。他们的论述除了大量散见于历史上的名哲学家和思想家的经典著作中之外,更有一些独立的、精辟的心学篇章,例如,荀子的《劝学篇》、《解蔽篇》、《正名篇》、《性恶篇》便是探讨学习心理、认识过程、逻辑思维和人的本性等心理问题的重要文献。特别是在论证心身或心物关系、人性或才能、情感或意志等问题上古人都有些独到之处;范缜的《神灵论》可说是我国古代解

决“形神关系”(即身心关系)的光辉代表作。当然,若与现代心理学所取得的成果比较,古人的论述只是初步的萌芽状态的研究,方法亦多属于思辩性质,所以只能称之为“心理思想”(还不能说“心理科学”)。

西方所谓的科学心理学传入我国是从20世纪初,清末实行新教育制度时开始的,用的课本大都译自日文,因此日本对我国接受西方心理学起了一定的作用。第一个直接翻译西方心理学著作的是我国近代著名学者王国维。他把丹麦海甫定著的英文版《心理学概论》译成中文,并于1907年出版;1910年他又翻译了美国禄尔克著的《教育心理学》。对我国心理学发展影响较大的还有蔡元培,他于1907—1911年留学德国,曾在莱比锡大学亲听冯特讲授心理学及哲学史。回国后,他担任教育总长,1917年改任北京大学校长,积极倡导心理科学。当时致力于心理学研究的还有陈大齐教授,他于1917年在北京大学首先建立了简单的心理实验室。1918年出版了我国第一本心理学教材《心理学大纲》。

我国“五四”运动前后,心理学进一步引起了社会各界的重视,并已有留学欧美、专攻心理学的学者回国。他们对当时在美国流行的各心理学派的思潮和观点做了深入的分析 and 研究,翻译出版了不少国外心理学著作,并于1921年正式成立了中华心理学会,由张耀翔先生任第一任会长。1922年创办了中国第一个心理学杂志——《心理》。

总的说来,1949年以前,我国的心理学倾向于欧美;以后,先是“拒欧美,批封资”而倒向苏联,后来才开始走自己的路。但是,很快又遭“10年浩劫”,心理学被斥之为“形而上学”或“唯心主义”,几乎遭到灭顶之灾。1976年可以说是我国心理学发展史的转折点,从此它逐步摆脱了种种“莫须有”的罪名与束缚,走上了生机勃勃的发展道路。

当前,我国心理学界吸取古今中外心理学的一切积极成果,有条件的已开始采用先进实验技术来加强心理科研工作。从现在看,我国心理学的一大特点是着重于应用研究,护理就是一个明显的实例。它有力地促进了护理学的发展,改变了“见病不见人”的旧的护理作风,提出了从身心两方面对患者实行整体护理的新课题。

第一节 研究的对象与任务

笼统地说,心理学的研究对象是人类的心理现象。然而,心理现象是世界上最复杂的现象之一,我们日常所说的感觉、知觉、记忆、思维、想像、情感、意志,以及能力、气质、性格等等,都属于心理现象,因此人们常说:“有人就有心理”。心理学作为一门独立的科学,就要对这些错综复杂的心理活动,运用科学的手段进行分析、研究和探讨,并在此基础上,把获得的知识条理化和系统化。

一 心理现象的两个方面

医务工作者的服务对象是(病)人,深知病人对不同的病痛,甚至同一种疾病,往往持有极不相同的观点、态度,以至行为,有的积极、乐观,有的消极、悲观……实际上这些表现都是病人心理活动的外露,受心理过程的制约。所以说,我们对于各种各样的心理现象并不陌生,但多半属于常识性的认识。要了解心理现象的本质,做出科学的解释,并掌握它们的产生、形成及发展的规律,必须借助于现代心理学的知识和研究方法。

一般来说,所有心理现象可归纳成两个方面:其一是心

理过程,包括感觉、知觉、记忆、思维、想像、情感和意志等,这是正常发育的人所共有的;其二是(个性)心理特征,包括能力、气质和性格等,是指比较稳定地表现在一个人身上的个体特征。也有人认为,心理特征中还应包括兴趣;还有人认为,人的个性是由个性倾向性(需要、动机、兴趣、信念、世界观)和个性心理特征(能力、气质、性格)所组成,但尚未取得一致意见。各种心理现象之间的关系可参阅图 1-1,在以后的各章节中还要作较详细的叙述。

二 心理现象的内在联系

任何心理现象都不是孤立存在的。以认识过程为例,它是一系列心理活动的基础,人只有在认识某一事物之后,才能对该事物产生情感,才能考虑怎样行动(意志)。所谓“知之深,爱之切”就是这个道理。就认识过程本身来说也一样,它必须有一个前提,那就是接触到的客观现实,即人首先感知到客观事物的存在,然后才会运用思维和想像。所以,我们把感觉和知觉称为认识过程的初级阶段,而把思维和想像称为它的高级阶段。

心理过程与心理特征之间同样存在着不可分隔的联系和相互制约的关系。如果对客观事物没有认识,不经受情感的体验,就不可能产生对该事物的意志和行动,而属于个性的才能、气质和性格也就无从体现。可见,个性特征是通过心理过程形成和实现的。从另一方面讲,已形成的个性心理特征反过来又可影响和制约心理过程,因此在人所共有的心理过程的基础上出现了千差万别的表现形式——个性特征。从护士角度来讲,假如对救死扶伤、增进人民健康的重要意义有一正确的认识,那么你就会通过自己的努力和才能,千方百计去

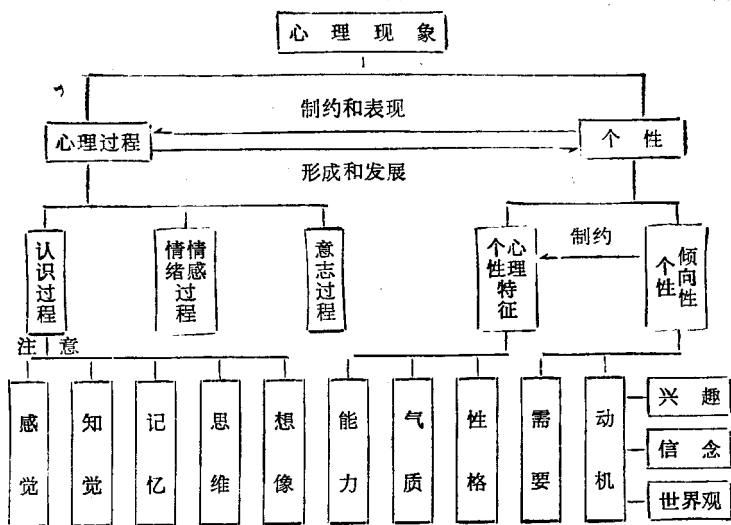


图 1-1 心理现象示意

促使病人康复。一旦病情好转或病人康复出院，你就会得到鼓舞，并进一步坚定信心，从各方面去做好护理工作。

心理现象的内在联系和相互制约关系，充分证实了“心理活动是人脑对客观现实的反映”的道理，同时也说明，各种不同的心理现象是在相互影响和共同作用下产生和发展的。揭示这种内在联系和相互制约的规律也是心理学的重要任务。

三 心理活动的机制

科学的心理学要求对每一个研究对象有确切的概念，有客观的依据，有精确的解释，还得经受实践的检验。我们知道，任何规律性通常都是通过一定机制来实现的。所以，除去各种心理现象的发生、发展和表现的规律外，心理学的另一个任务就是探索心理活动的机制，也就是要研究客观现实是怎样

作用于人脑而产生心理现象的。心理活动的机制是人脑千万年来长期演进的产物,涉及的科研领域很广,因此心理学必须与生理学、生物化学、控制论及其他有关学科相互结合,共同来阐明这个问题。

第二节 心理现象的实质

辩证唯物主义认为,心理活动是脑的机能,是人对客观现实的反映;人的心理在社会实践活动中发生与发展。如果下个定义,那就是:“人的心理是客观现实在人脑中的主观映象”。为了说明问题,可从三方面进行分析。

一 心理是脑的机能

心理是按特殊方式组织起来的物质——脑的机能,脑是产生心理的器官。这已被大量的动物实验和人的临床观察所证实,是人们经过长期的探索而得出的科学结论。

(一) 心理产生于神经系统

现代科学研究证明,动物演化发展到一定阶段,产生了神经系统。有了神经系统的动物就开始具有原始的简单的感觉,或出现了简单的心理现象。随着动物的进化,神经系统逐步完善,心理活动也越加频繁和丰富。到了灵长类动物阶段,特别是通过从猿到人的发展过程,在语言和劳动两种决定因素影响下,人脑达到了物质发展的最高阶段。人脑所具有的反馈机制就是人的心理活动。虽然可以说,任何具有神经系统的动物都有心理现象,但动物的心理与人的心理有着本质的区别。

（二）临床观察

在历史上有相当长的一段时期，人们认为心理活动器官是心脏，因为每个人都能感到自己心脏的跳动，而且在不同的精神状态（如生气、激动）下，感觉心脏的跳动有变化。由于心脏处于胸腔内，于是就认定，人的智慧就在胸部。随着科学的发展和经验的积累，尤其是通过临床实践观察，人们逐渐认识到心理活动不是发自心脏，而是源于脑组织，因而在我国古代医书上才有了“头者神明府”、“脑为元神之府”等的记述。道理虽然简单，但却是通过大量临床观察才证实的。例如，人们观察到人在酒醉时，心脏机能并没有什么异常，而精神状态却发生了明显的变化，这是由于过量的酒精饮料引起中枢神经兴奋或抑制所致。又如，脑损伤（脑震荡、脑挫裂伤、脑干损伤等）或脑手术后的一段时间里，心理活动就会受到严重的破坏：有的病人耳目完好，但却看不见东西，听不见声音；有的病人失去了记忆，连自己最亲近的人都认不出来；有的病人言语、思想和随意动作出现了异常。这些症状常常与精神病患者很类似。临床实践亦证明，精神病患者往往是在心脏和其他器官功能都正常的情况下出现神志不清和语无伦次的，而患有心脏病的病人，其神志和言行常是清楚而有条理的。这样，人们就日益意识到，精神病患者主要是脑功能障碍。假如脑的功能得到改善，人的心理活动也随之恢复正常。观察到的事实充分说明了心理活动是脑的机能。

（三）解剖证实

1861年，法国外科医生布洛卡（P. Broca），首先通过科学手段肯定人的高级心理机能——言语表达受控于左脑额叶。他解剖了一个患有失语症死者的脑，发现死者的大脑皮层的某一部位的神经细胞严重受损，证明失语症是由于大脑

皮层遭受破坏引起的。也就是说，人的言语表达能力是受脑的一定部位的控制。后来，人们把这一特定部位称为“布洛卡中枢”（位于左半球额叶的额下回），即运动性言语中枢。

1874年，俄国解剖学家贝兹（B. A. Betz）利用显微镜进行脑皮层细胞组成的观察研究。他在中央前回皮层第五层发现大型锥形细胞，后来证明它是支配躯体运动的神经细胞，被称为“贝兹细胞”。

以上只是著名的两个实例。随着科学技术的进步，不少科学家通过解剖或实验，都证明了人的智能以至个性与脑组织密切相关。

（四）“反射”概念的提出和发展

17世纪法国学者笛卡儿（R. Decartes）首先提出了“反射”的概念。1863年，俄国生理学家谢切诺夫（И. М. Сеченов）用科学实验方法充实了反射的概念。在他的名著《脑的反射》一书中第一次把反射的原理应用到解释脑的全部活动和人的心理现象上。他认为，一切有意识和无意识的复杂的心理现象的基础，就是神经活动的生理过程，按其产生的方式来说都是反射。他还指出，人的大脑反射包括三个环节：1）开始环节——外界刺激作用于感觉器官，产生神经兴奋过程，并沿着传入神经向中枢传导；2）中间环节——脑中枢兴奋或抑制过程，在此基础上产生心理现象；3）终末环节——神经兴奋从脑中枢沿传出神经到效应器，引起效应器的活动，如动作、言语等。这三个环节不可分割，心理现象产生在中间环节。他的论述对科学心理学的发展具有极为重要而深远的意义。

19世纪末到20世纪初，苏联生理学家巴甫洛夫（И. П. Павлов）又在前人的基础上，经过长期的实验研究，创立了高级神经活动学说，为进一步揭示心理活动的生理机制创造了

更有利的条件。

近 20—30 年来,生理学,特别是电生理学和生物化学的深入发展,进一步揭示了神经系统和脑的机能,如大脑皮层中感受野的发现,边缘系统、脑功能定位和裂脑人的研究等,都为阐明心理的生理机制提供了有力的科学依据,使人们更深刻地认识到心理活动是脑的机能。

二 心理现象是客观现实的反映

心理现象就其产生的方式来说,是客观事物作用于感官而引起的反射活动。脑是心理的器官,没有脑也就无所谓心理。但是,有了脑,如果没有客观事物的刺激作用,同样不可能产生心理现象。谢切诺夫的反射实验肯定,心理活动是由外界刺激引起,并受客观条件所制约。一个闭目塞听、脱离现实生活的人不可能充分认识世界,也就不会有丰富的心理内容。发生在印度森林中的“狼孩”事件可作这一论点的例证。

1920 年,印度人辛格在狼窝里发现了两个小女孩。估计,她们是被母狼“偷”来哺育的。小的约 2 岁,不久即死去了。大的约 8 岁,取名卡玛拉。她用四肢行走,慢时手和膝盖爬行;快时双手和双脚着地。她白天休息,夜间活动,每到午夜嚎叫,并且怕光、怕火、怕水和拒绝洗澡。她只食肉,不吃素食,而且从不用手取食,必须把肉扔在地下,她才用嘴去叼。卡玛拉一般不主动接近人,爱和小狗在一起。辛格竭力使她恢复“人性”。她 2 年才能直立;6 年学会用双脚行走;4 年内只教会说 6 个词;7 年后才学会说 45 个词。直到 1929 年临死(17 岁)时,她的智力发育情况大致与 4 岁的正常孩子差不多。卡玛拉在生长过程中失去了人类应有的社会生活的环境条件,也就不可能通过言语交往、学习、劳动及其他生活实践