

实用临床护理指导手册系列丛书

# 实用临床心理护理 指导手册

丁淑贞 吴 冰◎主编



中国协和医科大学出版社

实用临床护理指导手册系列丛书

# 实用临床心理护理指导手册

主编 丁淑贞 吴 冰

副主编 苏丽萍 周 军 王丽莹 韩 莉

编 者 (按姓氏笔画排序)：

丁淑贞	于 涛	王红微	王丽丽	石 娜
冉晓梅	付那仁图雅		付馨瑶	毕海佳
刘艳君	齐丽娜	孙石春	孙丽娜	李 丹
李 瑞	李世博	吴雅楠	谷 艳	张 彤
张 宏	张家翾	张黎黎	林朝虹	周 军
秦秀宝	董 慧			



中国协和医科大学出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

实用临床心理护理指导手册 / 丁淑贞, 吴冰主编. —北京: 中国协和医科大学出版社, 2018. 9

(实用临床护理指导手册系列丛书)

ISBN 978-7-5679-1044-7

I. ①实… II. ①丁… ②吴… III. ①护理学—医学心理学—手册 IV. ①R471-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 057577 号

### 实用临床护理指导手册系列丛书

#### 实用临床心理护理指导手册

---

主 编: 丁淑贞 吴 冰

责任编辑: 许媛媛 吴桂梅

---

出版发行: 中国协和医科大学出版社

(北京东单三条九号 邮编 100730 电话 65260431)

网 址: www.pumcp.com

经 销: 新华书店总店北京发行所

印 刷: 北京玺诚印务有限公司

---

开 本: 710×1000 1/16 开

印 张: 22.25

字 数: 420 千字

版 次: 2018 年 9 月第 1 版

印 次: 2018 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 56.00 元

---

ISBN 978-7-5679-1044-7

---

(凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页及其他质量问题, 由本社发行部调换)

# 前　　言

随着医学的飞速发展以及人们对疾病认识观念的变革，护理心理学备受重视。护理心理学是护理学和心理学相结合产生的一门交叉学科，以现代医学观和整体化护理思想为指导，围绕技术应用型人才的培养目标，突出护理专业特点，将心理学基础理论和临床护理实践技术有机地融为一体，是护理学专业重要的应用性主干课程。具体来说，护理心理学就是将心理学的知识、理论、方法和技术应用于现代护理领域，研究在护理情境下，护理人员和患者的心理现象及其活动规律，护患关系以及各类患者的心理护理措施，解决护理实践中的心理问题。临床心理护理作为整体护理的核心内容之一，其作用在与患者的沟通交流中得到充分体现，而心理护理现已成为现代护理工作的重要组成部分。

为满足广大读者学习护理心理学的理论知识，提高职业心理素质，掌握临床心理护理实践技能的要求，根据实际需要，我们组织了具有丰富临床教学和管理经验的心理学专家及临床资深的专科护士，编写了这本《实用临床心理护理指导手册》。

本书内容面向临床心理护理工作需要，主要内容包括护理心理学基础、心理卫生与心理健康、心理应激与危机干预、心身疾病、心理评估、心理治疗、患者心理、心理护理、护士心理与护患关系、临床常见心身疾病的心理护理、特殊患者的心理护理。本书内容新颖，简明实用，重点强调临床实用性，具有很强的指导性。

本书主要作为临床护理人员的参考用书，也可供护理学专业本科、专科学生参考使用。

由于编者水平有限，本书难免存在不足及疏漏之处，敬请读者不吝指正，以便进一步修订和完善。

编　　者

2018年6月

# 目 录

<b>第一章 概述</b>	1
第一节 心理学概述	1
第二节 护理心理学概述	4
第三节 护理心理学的发展概况	12
<b>第二章 护理心理学基础</b>	18
第一节 心理现象及实质	18
第二节 心理过程	20
第三节 人格	44
<b>第三章 心理卫生与心理健康</b>	69
第一节 心理卫生	69
第二节 心理健康	71
第三节 各年龄阶段的心理特征和心理卫生	75
<b>第四章 心理应激与危机干预</b>	100
第一节 概述	100
第二节 护理工作中的应激现象	113
第三节 心理危机干预	116
<b>第五章 心身疾病</b>	124
第一节 概述	124
第二节 临床常见心身疾病	134
<b>第六章 心理评估</b>	148
第一节 概述	148
第二节 临床护理心理评估的常用方法	153
第三节 临床心理护理常用评定量表	167
<b>第七章 心理治疗</b>	194
第一节 概述	194
第二节 临床护理常用心理治疗方法	199
<b>第八章 患者心理</b>	226

第一节 患者角色 .....	226
第二节 患者行为 .....	227
第三节 患者的心理反应 .....	229
第四节 患者的心理需求 .....	232
<b>第九章 心理护理 .....</b>	<b>236</b>
第一节 心理护理概述 .....	236
第二节 心理护理的实施程序 .....	243
第三节 临床心理护理基本方法 .....	252
<b>第十章 护士心理与护患关系 .....</b>	<b>267</b>
第一节 护士心理素质 .....	267
第二节 护患关系 .....	274
第三节 护患沟通 .....	278
<b>第十一章 临床常见心身疾病的心理护理 .....</b>	<b>296</b>
第一节 冠心病患者的心理护理 .....	296
第二节 高血压患者的心理护理 .....	303
第三节 支气管哮喘患者的心理护理 .....	307
第四节 消化性溃疡患者的心理护理 .....	312
第五节 糖尿病患者的心理护理 .....	316
第六节 甲状腺功能亢进症患者的心理护理 .....	320
第七节 肿瘤患者的心理护理 .....	325
<b>第十二章 特殊患者的心理护理 .....</b>	<b>334</b>
第一节 急危重症患者的心理护理 .....	334
第二节 传染病患者的心理护理 .....	337
第三节 慢性非传染性疾病患者的心理护理 .....	340
第四节 精神病患者的心理护理 .....	342
第五节 康复患者的心理护理 .....	344
第六节 临终患者的心理护理 .....	347

# 第一章

## 概 述

### 第一节 心理学概述

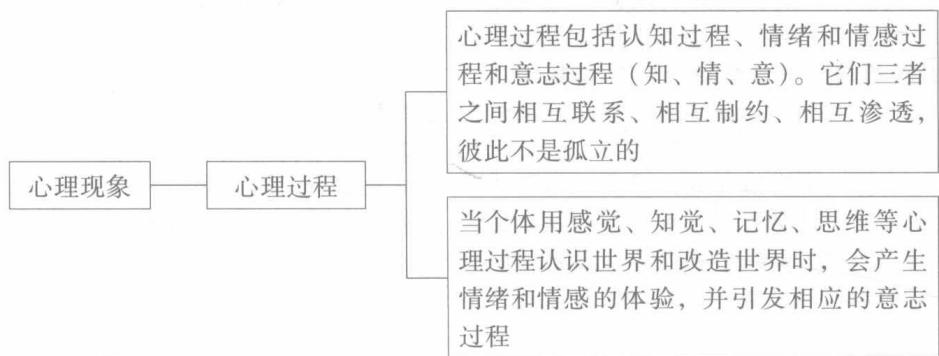
#### 一、心理学的概念

心理学（psychology）的英文是由两个希腊文字“psyche”和“logos”组成，前者的含义是“心灵”“灵魂”，后者的含义是“话语”或“理法”，两者合并指心理学是关于灵魂的科学。这是心理学的最早定义。直到1879年，德国学者威廉·冯特受到自然科学的影响，在德国的莱比锡大学建立了世界上第一所心理实验室。从此，心理学脱离哲学的范畴，成为一门独立的学科。

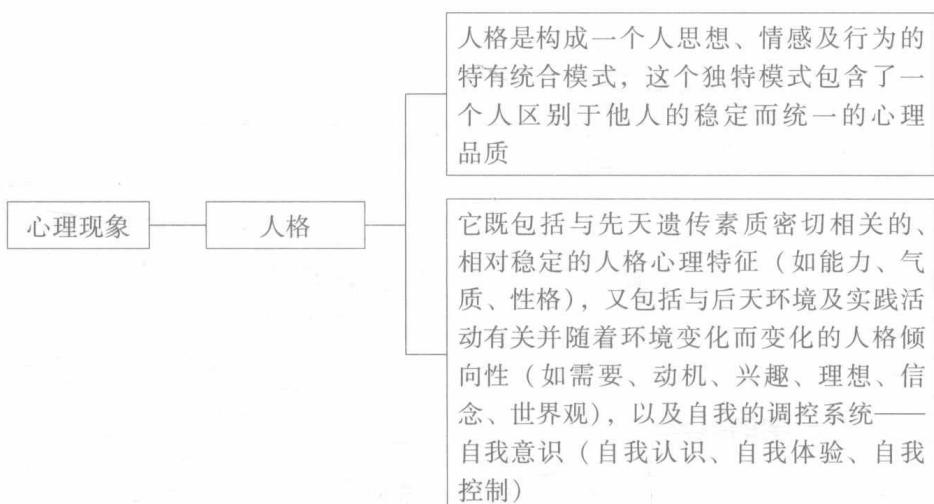
在此后的100多年里，心理学的概念随着社会经济发展的不同时期而有所变更，直到20世纪80年代，人们对心理学的概念才达成共识：心理学是研究人的行为与心理活动规律的科学，以描述、解释、预测和调控人的行为为目的，通过研究分析人的行为，揭示人的心理活动规律。其任务是揭示人的各种心理现象的本质，阐明其特点和规律，从而使人类对自己的心理活动具有充分的科学认识，为完善和发展人的精神世界提供科学依据。

#### 二、心理现象

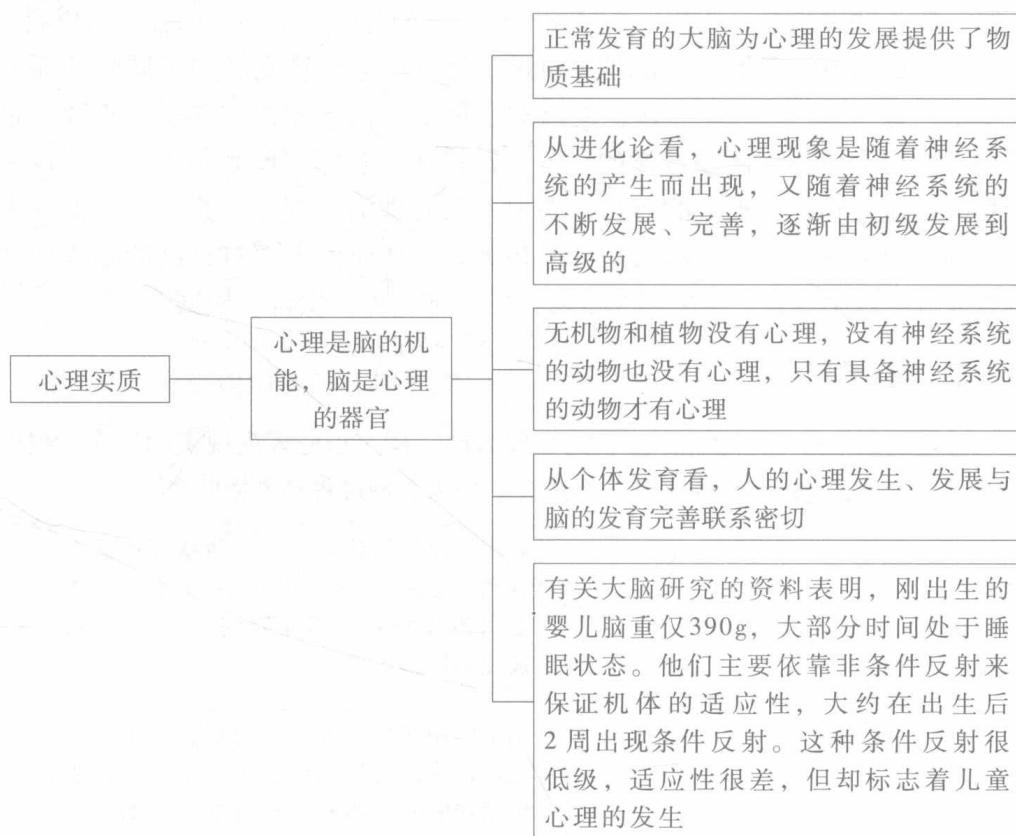
心理现象是指个体随时体验着的心理活动，是人脑对客观现实的反应。根据心理现象的发展逻辑与内在联系，心理现象分为心理过程和人格两个方面。



续流程



### 三、心理实质



## 续流程

心理是脑的机能，脑是心理的器官

随着年龄的增长，脑重量也在增加。随着脑重量的增加，个体的心理活动逐渐丰富起来，从最初仅有听觉、视觉、运动觉，到知觉和表象的产生，之后又发展出言语和思维，想象力日渐丰富；情绪情感方面由最初简单的哭与笑的反应，发展到较为复杂的情感体验的产生；其行动出现了随意性，自我意识也得到发展

心理实质

十二岁时，儿童脑的平均重量是 1400g，已达到成人的水平。此时心理发展基本成熟，逻辑思维占主导地位，并能运用道德观念来评价事物的是非与好坏。由此可见，脑的发展、完善是个体心理发展与成熟的物质前提

健全的大脑为心理现象的产生提供了物质基础，但是大脑只是从事心理活动的器官，有反映外界事物产生心理的功能，心理并不会凭空产生，而是客观事物作用于人的感觉器官，通过大脑活动而产生的

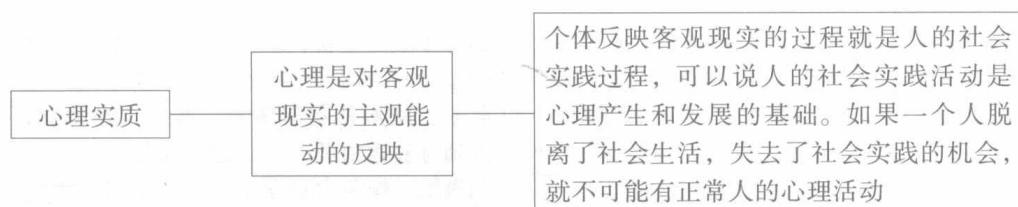
心理是对客观现实的主观能动的反映

人的心理反应带有主观性。人脑中所形成的客观事物的映象，虽然与客观事物相似，但却不是客观事物本身。人的心理活动的内容是客观的，但其形式是主观的，由于每个人的经验不同，世界观与人格不同，或者当时的心态不同，对同一事物的反映也不同

人脑对客观世界的反映不是镜子似的机械的、被动地反映，而是一种积极的、能动地反映。心理反应具有选择性，人对客观世界的反映是根据主体的需要、兴趣、任务而有选择地进行的

人在改造客观世界的过程中，能主动地把客观现实反映到主观世界中来，又能通过实践活动使主观变成客观的现实，使之符合人的需要和意愿，并不断推动人类社会的发展和进步

续流程



## 第二节 护理心理学概述

### 一、护理心理学的概念

护理心理学是护理学和心理学相结合的一门交叉学科，是将心理学知识、理论和技术应用于现代护理领域，研究心理因素与健康和疾病之间的关系，研究护理领域中有关人的健康和疾病的心理活动规律及其相应的最佳心理护理方法的学科。

护理心理学既是护理学的分支，也是心理学的分支。从护理学的角度来看，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；从心理学的角度来看，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的各个方面，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。

### 二、心理学在护理中的重要作用

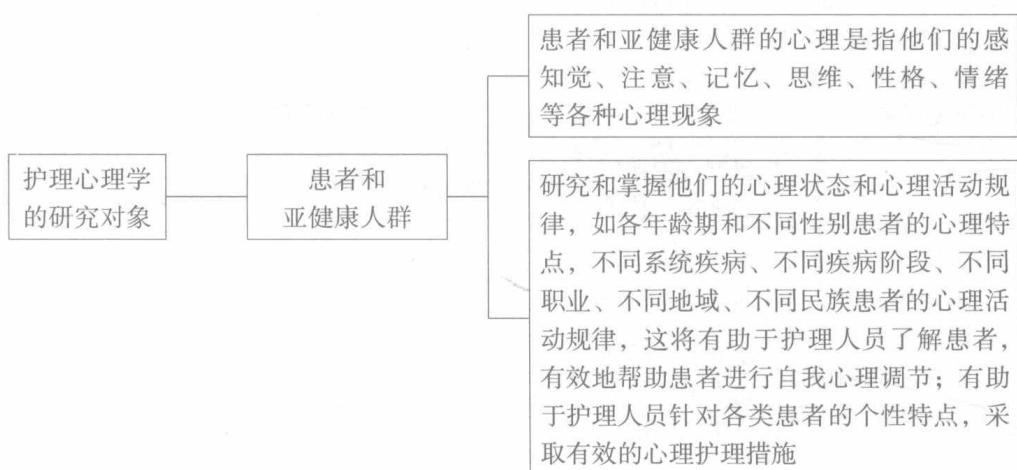
掌握患者的心理状态、情绪变化、性格特点以及社会背景等因素在疾病的治疗与康复过程中所产生的影响，并加强心理咨询，以提高疗效，已日益受到广大医护人员的重视。对于护理专业人员来说，深入探讨“护理心理学”这门学科的性质、范畴与内容，以及任务等理论体系的特点，以明确护理心理学在护理专业中的重要作用是完全必要的。

护理学同其他学科一样，随着人类对客观世界的认识和科学技术的发展，已经有了很大的进展。社会科学与自然科学在这门学科中的相互渗透日益明显，国外高等护理教育将心理学、社会学、人类学、教育学列为基础课程。有些大学护理系的教学大纲中明确提出：“护理学是属于社会科学范畴的一门进展较快的学科”。从“护理学”的范畴与内容看，它包括基础护理、护理技术操作、临床护理、护理科学管理、心理卫生、专科护理、护理科普等方面，

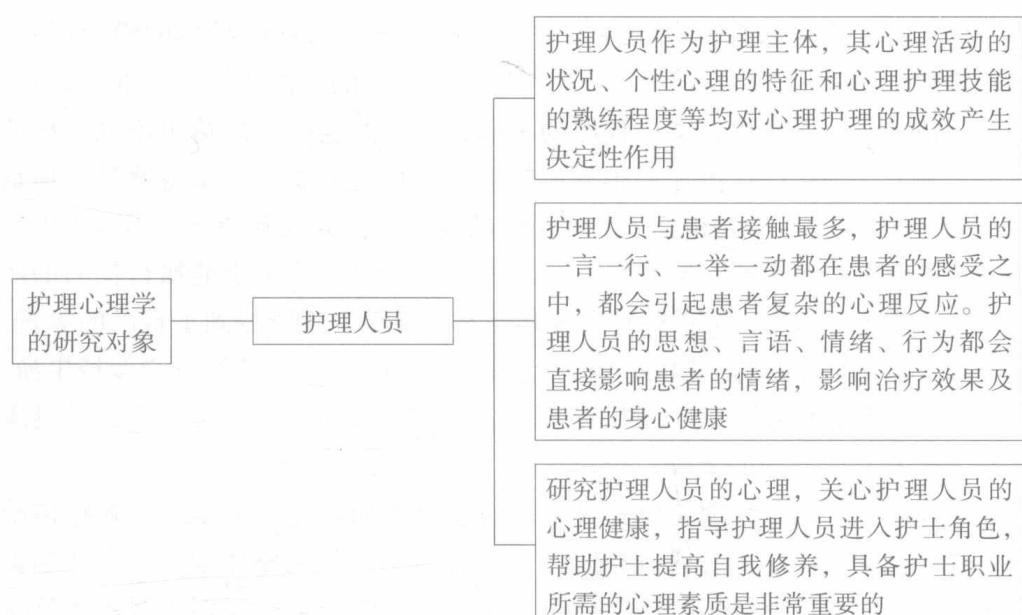
任何一方面的内容都与护理心理学的研究任务相关。心理学的应用在护理工作中所具有的广泛内容，也体现了护理学这门学科与社会科学的横向联系。护理学的创始人南丁格尔曾提出：“人是各种各样的，由于社会职业、地位、民族、信仰、生活习惯、文化程度的不同，所得的疾病与病情也不同，要使千差万别的人都能达到治疗或康复所需要的最佳身心状态，本身就是一项最精细的艺术。”这一阐述概括了护理工作的性质与任务及其特点。不少人把护理工作看作医疗工作的附属部分，有的医师也仅仅希望护士能执行他们的医嘱，有些护士也认为，完成打针、发药等具体事项，就算尽到了自己的职责，这种观念显然是片面的。国际护士学会规定护士的权利与义务为“保持生命，减轻痛苦，促进健康”。护士的任务是帮助患者恢复健康，并提高人民的健康水平（指身心两方面的健康）。

当前，现代医院管理的模式以临床护理管理而言，较突出地反映在传统的以“疾病为中心”的护理正在向以“患者为中心”的整体观念的责任制护理转变，其中心目标是为了解决护士只注意自己的分工职守而忽视患者整体情况的传统习惯，使之转变为以整体观点对待患者，进行身心两方面的护理。指导思想是在完成治疗计划的全过程中，及时地掌握患者的心理状态，注意患者所患疾病相关的社会因素与心理因素，并及时护理其不利于治疗的各种心理反应。护士与患者的关系是一个整体的、全面的、连贯性的护患关系。针对上述现代护理学的进展，逐步认识到适应这一转变的重大意义，在教学改革中，重视心理学、伦理学、自然辩证法等社会科学的课程设置是完全必要的。当然，还必须重视理论与实践的结合，将心理学在护理实践中广泛应用。

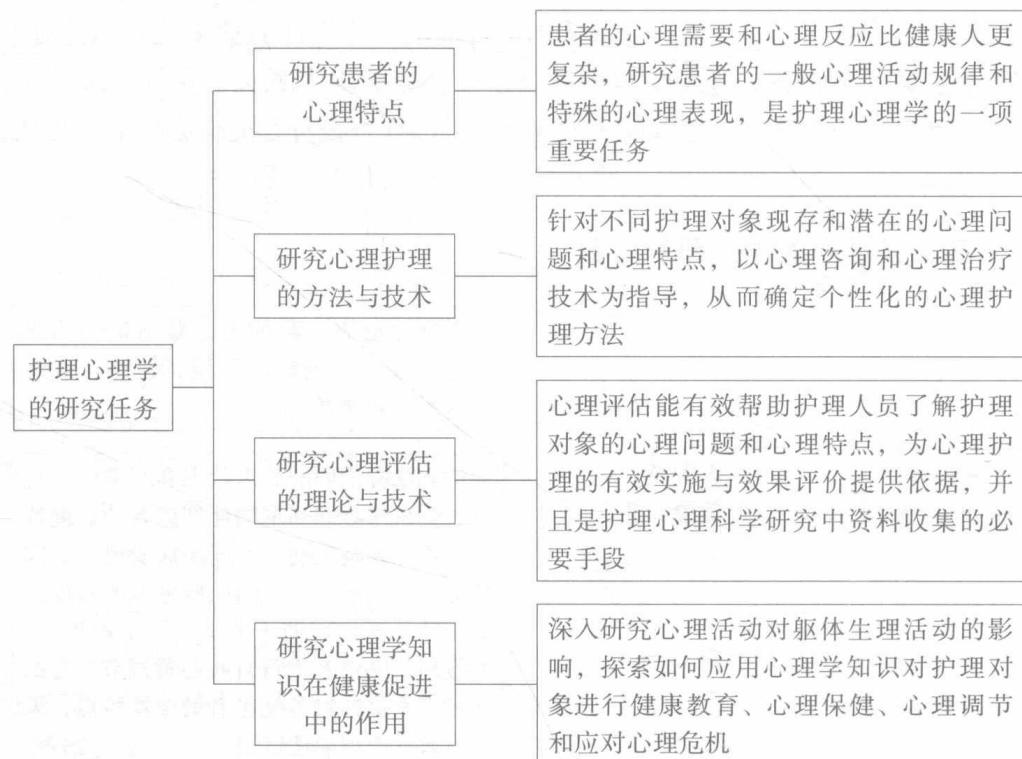
### 三、护理心理学的研究对象



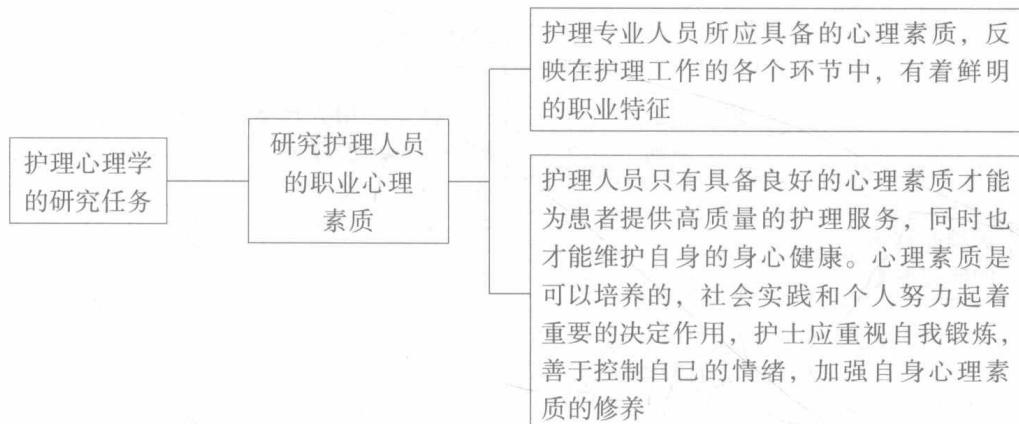
续流程



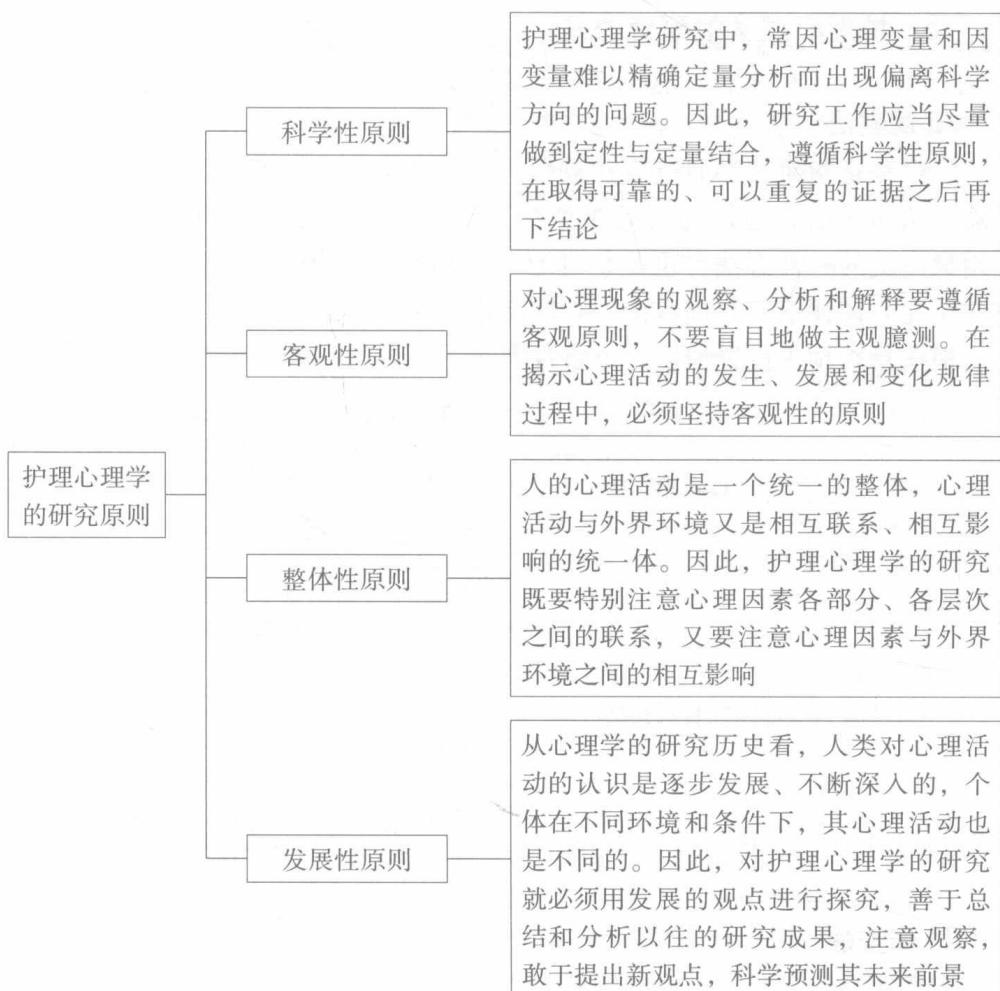
#### 四、护理心理学的研究任务



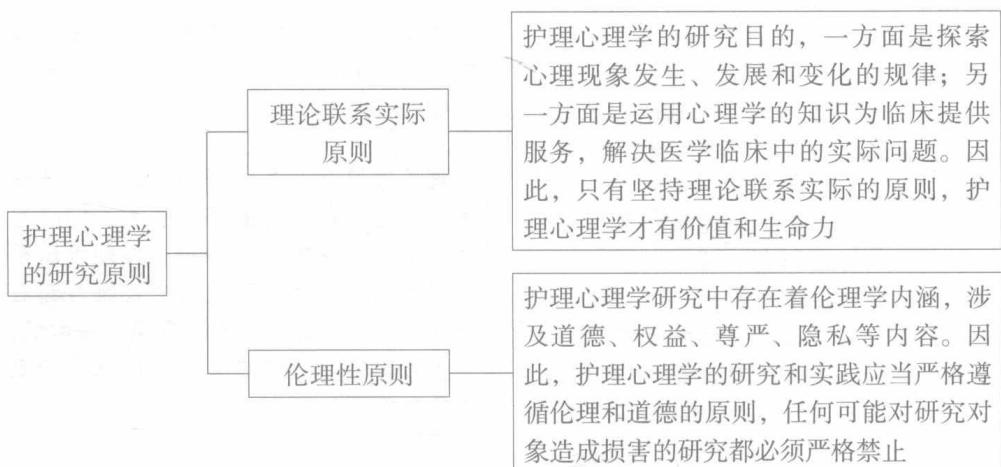
## 续流程



## 五、护理心理学的研究原则



续流程

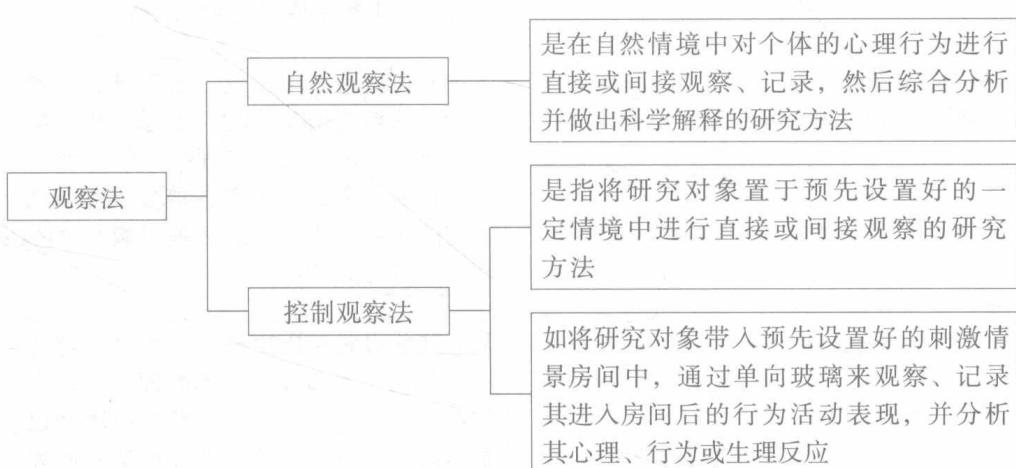


## 六、护理心理学的研究方法

### 1. 观察法

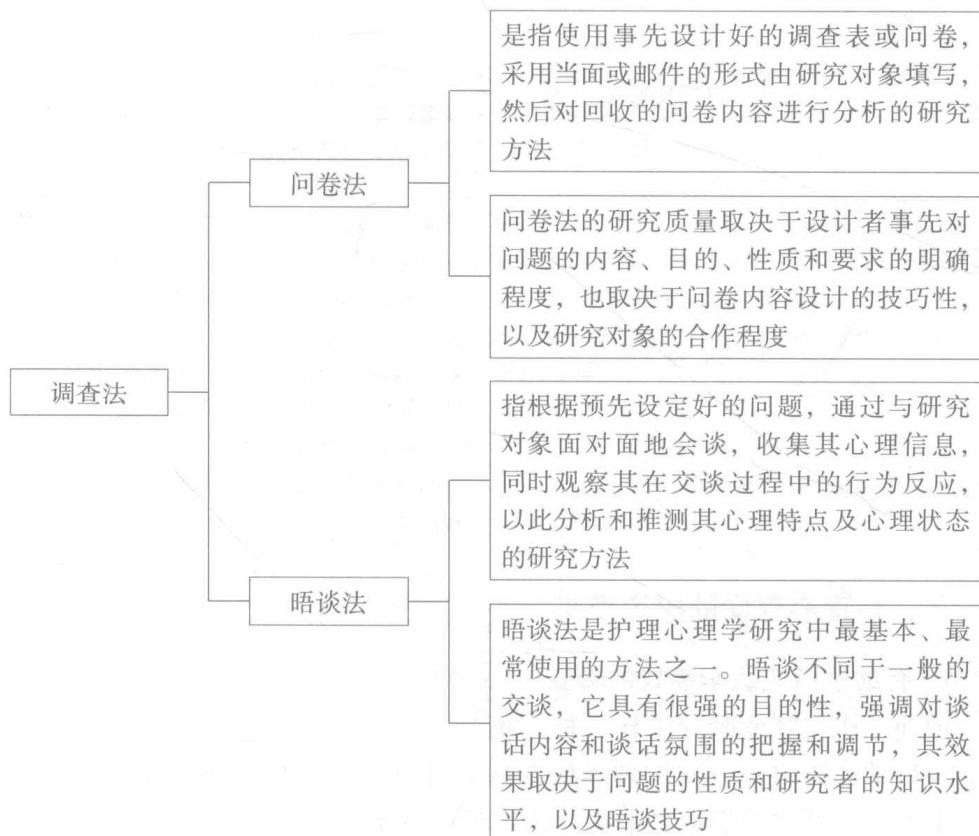
观察法是指研究者通过直接观察、记录研究对象（个体或团体）的行为活动，从而揭示心理行为活动规律的方法。观察法是科学史上最原始、应用最广泛的一种方法，也是护理心理学研究中比较常用的方法之一，被广泛应用在心理评估、心理咨询、心理治疗中。

根据是否预先设置情境，可将观察法分为自然观察法和控制观察法。

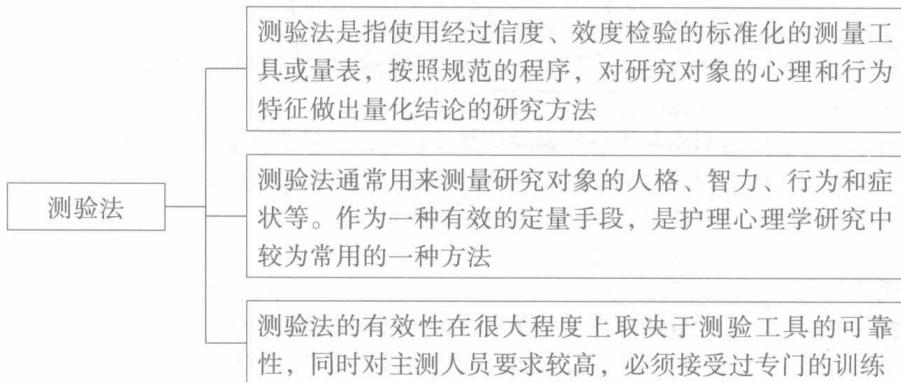


### 2. 调查法

调查法是指通过问卷或晤谈等方式获得资料并加以分析研究的方法。

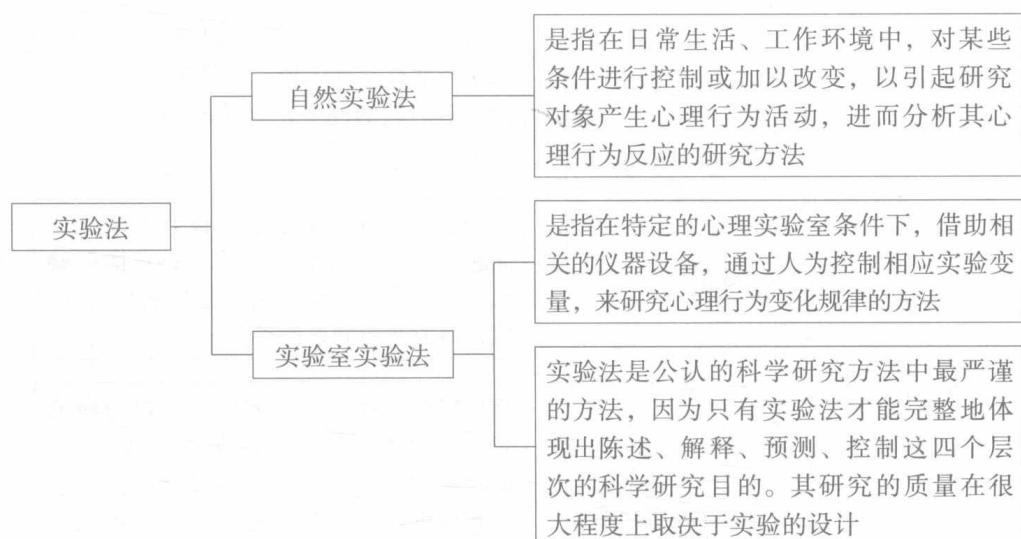


### 3. 测验法



### 4. 实验法

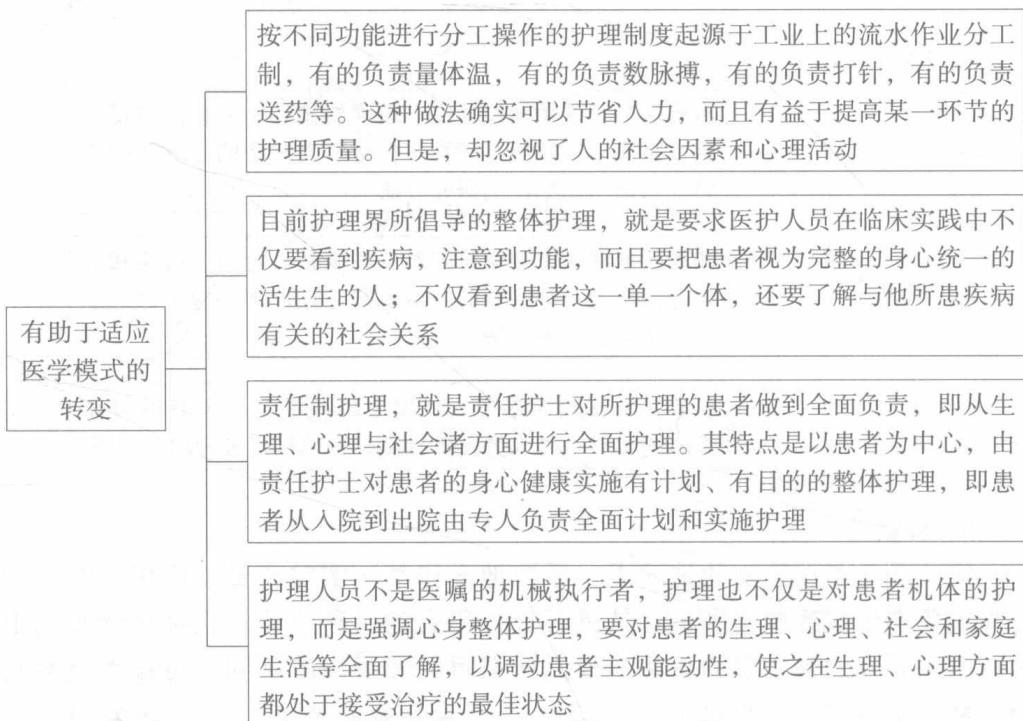
实验法是指在控制的情境下，系统地操作某一实验变量，使相应的心理行为现象产生或改变，进而对其进行分析研究的一种方法。它是科学研究所进行因果研究的最主要的方法。根据研究目的和手段的不同，可分为自然实验法和实验室实验法两种。



## 七、护理心理学的学习意义

### 1. 有助于适应医学模式的转变

护理工作与其他医疗工作一样，也是受一定的医学模式制约的。回顾我国护理科学的历史，考察护理界的现状，可以看出，我国的护理工作基本上是在生物医学模式的规范之中实行的功能制护理。



## 续流程

有助于适应  
医学模式的  
转变

在责任制护理的护理程序中提出了以下三项护理内容：一是要以患者为中心，与患者建立相互信任的关系；二是对患者的态度要和蔼可亲，对患者提出的任何问题都能耐心地解释；三是要善于做好患者的思想工作

在护理全程中，实施心理护理，使患者处于有利于治疗与康复的最佳状态，这些也正是护理心理学的指导思想和最终目标。因此，可以说护理心理学是现代医学护理模式的需要，也可以说护理心理学推动着护理学、护理事业的发展

## 2. 有助于提高护理服务质量

有助于提高  
护理服务  
质量

了解患者心理活动发生、发展的规律，心理状态对疾病演变过程的影响，以及针对各种不同心理状态采取的不同护理措施

预测患者的各种心理变化，主动、有针对性的开展工作

重视患者良好心理状态的重要性，认真实施心理护理，为患者消除或规避各种不良刺激因素，努力为患者创造有利于健康的心理环境

形成身心之间的良性循环，促进疾病向健康方向发展，从而大大提高护理质量

## 3. 有助于培养良好的心理素质

有助于培养  
良好的心理  
素质

护理人员服务的对象是社会各阶层的民众，特别是患病的人，他们既有一般人的心理特点，又有疾病后病态的特殊表现，且因人而异

面对患者千姿百态的心理表现，以及复杂繁琐的护理需求，护理人员应具备良好的心理素质，如稳定而宁静的心境，谦和而文静的风度与气质，敏锐的感知观察力，准确快速的记忆力，敏捷的思维力与丰富的想象力，精确的语言表达能力，丰富的情绪感染力，以及良好的沟通能力等

护理人员也是生物的人、社会的人，有性格特征，同样受其自身生理、心理变化的影响，同样因工作环境、家庭、社会信息的刺激而出现各种心理变化及情绪反应。若处置不当，一定程度上会对护理工作及其质量带来负面影响

从事与适应护士职业，做好护理工作，护理人员必须有意识地调节和改变自我，不断注重培养和优化自己的职业心理素质。在护理心理学的理论指导下，在实践中刻苦磨炼，强化训练，努力使自己成为业务技术精湛、心理素质优良、知识结构合理的护理工作者