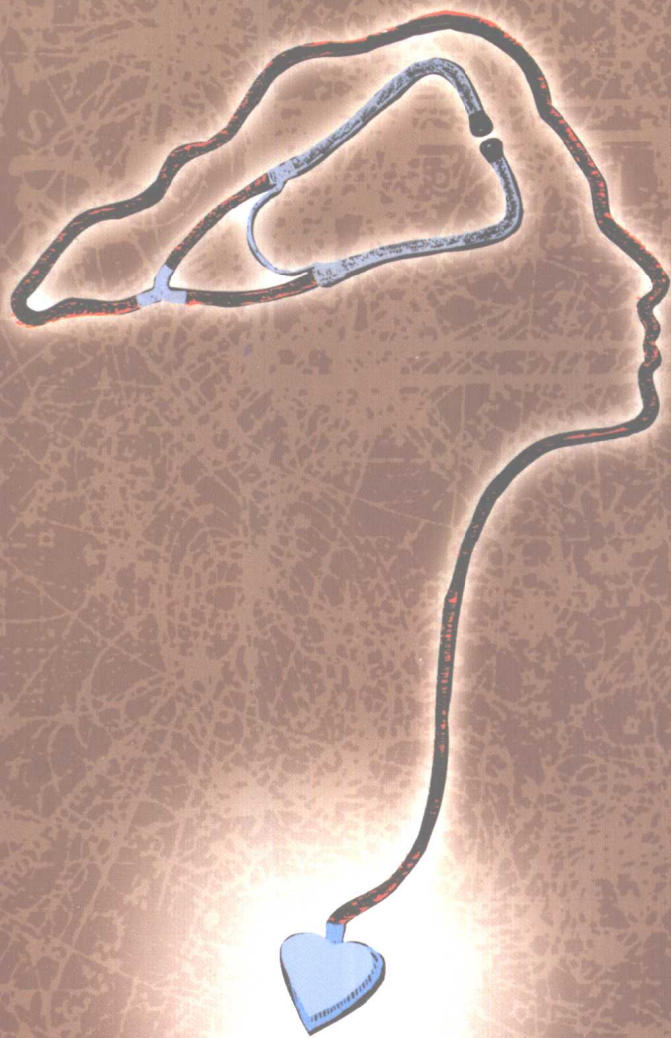


医学心理学

高等中医院校适用

主编：杜文东
朱志珍
陶功定



江苏人民出版社

中医院校适用教材

医学心理学

主 编 杜文东 朱志珍 陶功定
副主编 谢海燕 李 琰 董湘玉
孔军辉 张柏华

江苏人民出版社

书 名 医学心理学
主 编 杜文东 朱志珍 陶功定
责任编辑 王霞 谢红
出版发行 江苏人民出版社(南京中央路165号 210009)
网 址 <http://www.jsph.com>
<http://www.book-wind.com>
经 销 江苏省新华书店
印 刷 者 淮阴新华印刷厂
开 本 787×1092毫米 1/16
印 张 12.75
印 数 1—6 240
字 数 260千字
版 次 2001年8月第1版第1次印刷
标准书号 ISBN 7-214-02988-X/B·52
定 价 19.80元

(江苏人民版图书凡印装错误可向本社调换)

《医学心理学》编委会

主 编 杜文东 朱志珍 陶功定

副主编 谢海燕 李 珑 董湘玉 孔军辉 张柏华

编委(按姓氏笔画排序)

王朝勋 孔军辉 巴莺乔 刘 莺 朱志珍 余 琳

李 珑 李 真 何清平 杜文东 张柏华 杨敬宇

屈榆生 林榕发 陶功定 章震宇 董湘玉 谢海燕

编写者(按单位邮政编码排序)

- 030024 山西中医学院 陶功定
- 100029 北京中医药大学 孔军辉
- 110032 辽宁中医学院 王朝勋 季 颖
- 150040 黑龙江中医药大学 朱志珍
- 200032 上海中医药大学 章震宇
- 210029 南京中医药大学 杜文东 方 正 周中明
- 230038 安徽中医学院 李 珑
- 250014 山东中医药大学 张伯华
- 310053 浙江中医学院 巴莺乔
- 330006 江西中医学院 余 琳
- 350003 福建中医学院 林榕发
- 410007 湖南中医学院 刘 莺
- 450003 河南中医学院 李 真 程延安
- 510407 广州中医药大学 谢海燕
- 530001 广西中医学院 何清平 陈 戎
- 550002 贵阳中医学院 董湘玉 刘 瑶 凌湘柱 李 琳
李 琳(女) 刘可勋 林港祥
- 712083 陕西中医学院 屈榆生
- 730000 甘肃中医学院 杨敬宇

序

2001年4月,全国十八所中医院校合作编写的《医学心理学》教材定稿会在南京中医药大学召开,我有幸会晤与会的各位领导与专家,对于该学科建设的现状与进展,特别是中医高等教育界同仁们取得的成绩感到由衷地高兴。

从20世纪下半叶到21世纪初,人类的创造性劳动推动了现代社会飞速发展,社会物质文明与精神文明空前地丰富,这一方面极大地提高了人类生活的水平与质量;另一方面也因社会生活中频繁的应激、快速的节奏与剧烈的竞争导致心理疾患,心身疾病、精神障碍发病率上升。在这种情势下,医学心理学的诞生及其卓有成效的实践,是现代医学对人类健康事业的巨大贡献。现代社会中的医务工作者必须具备医学心理学知识。这对医学高等教育提出了具体的要求,也对中医高等教育提出了具体的要求。

中医的理论与实践历来关注社会进步与发展给健康与疾病的规律带来的变化。在中医的理论框架中,心理学思想是一个重要的组成部分,中医理论一贯主张“形神合一”的心身统一观,并以之指导临床实践,取得了显著的疗效。从两千多年前直到近代,中医对心理疾病、精神疾病的认识与诊疗一直走在世界前列。中医心理学思想的诸多建树得到举世公认。然而,在中医这个宝库中,还有大量心理学思想有待挖掘与整理,要进行这一工作,一方面要以客观、求实的态度,学习与借鉴医学心理学的理论、技术与方法;另一方面也应看到,由于中西医理论迥异,我们也应在整理中创建中医心理学思想的体系,这一体系的逐步完善,不仅能够推动中医学理论与实践的新发展,而且还将对医学心理学的发展提供丰富与充实的内涵。

近年来中医院校医学心理学教学建设取得了很大的发展,与此同时,中医心理学思想的研究也出现了一批可喜的成果。这说明医学心理学与中医心理学思想是能够相互启迪,相互交融的。本教材在这方面作出了有益的尝试,形成了自己的特色。愿本教材的编写者们继续努力,让中医院校的学生掌握扎实的现代社会所必需的医药知识与技能,同时又不忘记自己中医的本色,自信自强,创造性地为解除人民群众的心身疾苦,维护心身健康和提高生活质量而尽责。

项 平

于南京城西萍聚村

前 言

现代社会的飞速发展,给人类带来巨大的心身变化。人们对健康的概念随之有了新的诠释。生物心理社会医学模式的提出和逐步确立,正是医学科学对这一发展变化的顺应与调整。中医与西医服务的对象都是现代社会中的人,对于健康与疾病内涵与外延的演变,中医也应面对现实,积极应对,在自身的发展中作出相应的调整及充实。中医高等教育在这一过程中承担着重要的职责。

对于中医专业的本科生来说,医学心理学也像其他一些重要的现代医学学科一样,在其知识结构中是不可或缺的。正是基于这一共识,近年来,中医院校医学心理学教学建设有了飞速的发展,取得了长足的进步。绝大多数中医院校都开展了各具特色的医学心理学教学。在这种情况下,为了便于各校之间的沟通、交流、协作与教学评估,教材建设便成为当务之急。2000年秋,全国十八所中医院校商定合作编写中医院校适用的《医学心理学》教材。经过各位编者的分工撰写,2000年春在南京召开了《医学心理学》教材编写工作会议。会上各位编者对既定的编写指导思想、内容、体例进行了认真的讨论与修订,圆满完成了定稿工作。

医学心理学是一门现代医学的新兴学科,本教材的内容与体系力求与之吻合。同时根据中医院校的特点,充实一些确有中医特色,较为科学并具有可操作性的中医心理学思想的内容,以适应中医院校的教学需要。在编写中我们努力遵循科学性、思想性、先进性、实用性和可操作性的原则,力求做到:体系规范、内容新颖、可读性强、特色鲜明。

如此众多的中医院校合作编写医学心理学教材,这在中医教育界还是首次,虽然各位编者尽了全力,但教材的质量如何,还须在教学实践中得到检验。好在我们走出了可喜的第一步。只要我们认真地、客观地把握得失、总结经验,在几年后本教材进行修订时,将会更臻成熟与完善,对促进中医院校医学心理学教学工作做出贡献。

本教材的编写,得到南京中医药大学的大力支持,校长项平教授欣然作序,颇多鼓励,我们表示衷心地感谢。医学心理学界的著名专家李心天教授、王效道教授、岳文浩教授、徐斌教授以及中医学界的何裕民教授、潘朝曦教授、顾武军教授、黄煌教授对本教材进行了悉心指导;潘朝曦教授还为本教材题写了书名,在此一并致谢。本教材的出版,得到了江苏人民出版社的热情扶持,在此我们谨对社领导和责任编辑表示感谢。

编 者

2001.6

目 录

绪 论

- 第一节 医学心理学的概念····· (1)
- 第二节 医学心理学的对象、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)
- 第四节 医学心理学主要学派的理论观点····· (8)
- 第五节 中医心理学思想的形成和发展····· (10)

第一章 心理学基础理论

- 第一节 心理的实质····· (13)
- 第二节 认识过程····· (16)
- 第三节 情绪过程····· (18)
- 第四节 意志过程····· (21)
- 第五节 个性及个性倾向性····· (23)
- 第六节 个性心理特征····· (26)

第二章 心理应激

- 第一节 应激的概念和应激原····· (31)
- 第二节 应激反应····· (35)
- 第三节 应激的心身中介调节机制和影响因素····· (39)

第三章 心理障碍

- 第一节 心理障碍概述····· (44)
- 第二节 人格障碍····· (46)
- 第三节 性心理障碍····· (48)
- 第四节 神经症性障碍····· (49)
- 第五节 不良行为····· (51)

第四章 心身疾病

- 第一节 心身疾病的概念····· (56)
- 第二节 心身疾病的发病机制····· (59)
- 第三节 心身疾病的诊断和防治原则····· (65)
- 第四节 常见的心身疾病····· (67)
- 第五节 中医对心身疾病的认识····· (80)

第五章 临床心理评估

- 第一节 临床心理评估概论····· (84)
- 第二节 临床心理评估发展史····· (86)
- 第三节 心理测验的基本要求····· (87)

| | | |
|-------------|-----------------------|-------|
| 第四节 | 心理测验的种类 | (88) |
| 第五节 | 智力评估 | (89) |
| 第六节 | 人格评估 | (93) |
| 第六章 | 心理治疗 | |
| 第一节 | 心理治疗概述 | (100) |
| 第二节 | 常用心理治疗方法 | (103) |
| 第三节 | 中医心理治疗方法 | (113) |
| 第七章 | 临床心理咨询 | |
| 第一节 | 心理咨询概述 | (117) |
| 第二节 | 临床心理咨询的原则与适用范围 | (118) |
| 第三节 | 临床心理咨询的程序、形式与技巧 | (122) |
| 第八章 | 心理健康 | |
| 第一节 | 心理健康概述 | (129) |
| 第二节 | 心理健康的内涵、原则及发展史 | (130) |
| 第三节 | 个体心理健康 | (132) |
| 第四节 | 群体心理健康 | (140) |
| 第五节 | 社区的心理健康工作 | (144) |
| 第九章 | 病人的心理 | |
| 第一节 | 病人角色和求医行为 | (146) |
| 第二节 | 病人的心理反应 | (148) |
| 第三节 | 病人的心理需要 | (150) |
| 第十章 | 医患关系 | |
| 第一节 | 人际关系概述 | (156) |
| 第二节 | 医患关系模式及影响 | (161) |
| 第三节 | 医患交往与沟通 | (166) |
| 第十一章 | 心理护理 | |
| 第一节 | 心理护理概述 | (171) |
| 第二节 | 心理护理的程序与方法 | (173) |
| 第三节 | 各类病人的心理护理 | (175) |
| 第十二章 | 中医心理学思想研究现状与展望 | |
| 第一节 | 中医心理学思想的源流 | (182) |
| 第二节 | 中医心理学思想的研究现状 | (187) |
| 第三节 | 中医心理学思想的研究展望 | (192) |
| | 参考文献 | (194) |

绪 论

第一节 医学心理学的概念

一、医学心理学的定义

医学心理学是研究心理因素在健康与疾病及其相互转化过程中的规律的科学,是心理学的重要分支学科之一,是心理学与医学相结合的一门交叉学科。

医学与心理学关系十分密切,两者都是以人作为主要研究和服务对象。医学的基础研究注重生命活动的本质,而心理现象是在生命发展的较高级阶段才出现的。从现象上看,医学始终关注心与身的关系或身与心的关系以及它们的相互影响,这个问题实际上也是哲学等学科所关注的问题。从这个意义上说,医学心理学所面临的问题早在几千年以前甚至更早就已经提出来了,但医学心理学则是在医学与心理学这两个学科发展到一定阶段后才出现的必然结晶。

从医学发展史看,古代医学家就已经重视心理因素在疾病的发生、发展及转归中的作用。在中国,中医学强调“形神合一”的整体观点。在古希腊,医学家希波克拉底提出了“体液说”等观点,都强调身心的统一性,并在临床中运用一些心理方法对疾病进行治疗,取得了较好的疗效。

心理科学的诞生,一般认为以 1879 年德国心理学家冯特(Wundt, W)在德国莱比锡大学建立第一个心理实验室为标志。心理学自诞生之日起,它的研究和成果就对医学起着重要的促进作用。如心理物理法——一种研究感知觉阈限的手段已经运用于临床,对一些感觉功能进行测定;许多心理测验手段用于鉴别人的高级神经活动的机能是医学方法所不能替代的;心理治疗方法更是改变了人们以物质的或理化的方法为治病的惟一手段。可以说,几乎所有临床疾病都不同程度地存在各种心理问题,这些心理问题的改善或解决将极大地帮助疾病的治疗、预防和康复。因此,心理学与医学的融合,并诞生出新的学科——医学心理学,是历史发展的必然趋势。

二、医学心理学在医学中的地位

医学心理学在医学中占据重要的地位,成为当代医学科学三大理论支柱之一。这一地位的确立由多方面因素决定。

(一)医学模式的转变

医学模式是人类对疾病和健康总的特点和本质的概括,它集中体现了一定时期内医学研究的对象、方法和范围及指导实践的准则。除了人类早期的神灵模式之外,医学模式至今经历了三种形式,即自然哲学的医学模式、生物医学模式和正在确立的生物心理社会医学模式。

现代社会中,人们生活节奏快速,竞争激烈,精神紧张,导致心理社会因素引起的一类

“心身疾病”、神经症、精神疾病的发病明显增高。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轴,系统地全面地看待健康和疾病,在其诊断、治疗中都应考虑心理因素的作用。在这一医学模式转变的过程中,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中的指导模式。

(二) 预防疾病战略的转变

随着社会飞速发展及人们物质生活水平日益提高,心理健康问题已提上人们的议事日程。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、个人卫生手段来进行;现在以慢性非传染病为主,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行为习惯,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、嗜烟嗜酒、缺少运动等不良行为来进行,同时注重情绪乐观。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

(1) 一个人生病,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、难以容忍的挫折等等。临床上治疗这种病,从生物学上找原因是必须的,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的 1/3 有心理问题和行为问题。

(2) 一些有躯体症状但经各种检查查不出客观损害的所谓功能性疾患的病人,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,美国的求医病人中 60% 声称有躯体不适又无躯体疾病体征,在接受心理治疗之后,90% 缓解了症状,且医药费大大减少。

(3) 人在生病之后,大多会伴随不安、恐慌、忧虑等心理,也需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

病人的求医过程不是一个单纯的医疗过程,它包括与医务人员交往的过程。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,而医患关系心理方面的特征和内容则是医学心理学十分关注的。对心理治疗而言,良好医患关系的建立本身就是治疗的一个步骤。病人在发生病痛以及诊治过程中,几乎都会伴随着程度不同的负性情绪体验,这些负性情绪会对他们(她们)的疾病产生各种影响。未经过医学心理学课程学习和培训的医务人员往往不善于人际交往,不了解病人心理,不重视心理、行为和社会因素对健康疾病的影响,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借助于医学心理学的知识和技能来确立。

第二节 医学心理学的对象、任务、分支学科和研究方法

一、医学心理学的对象与任务

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人的疾病和健康及其相互转化过程中所起的作用,能有效地对人类疾病进行预防和治疗,维护人类的心身健康,这些任务包括:

(1)研究心理、行为因素对人体健康的影响及其机制:心身是统一的,任何心理活动必将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,怒的情绪一方面使心理焦虑,心理过度应激而影响心理健康并使大脑思维能力降低;另一方面又通过交感—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变化。若长期愤怒,将会伤肝、伤胃,导致高血压等病症,从而影响躯体健康。

(2)研究心理、行为因素引起心身疾病发生的机制及其对疾病全过程的影响规律:现代社会中疾病的发生大多是生物、心理、社会因素综合作用所致。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,有些病虽然主要是由生物因素引起,如肝炎等,但心理因素可通过病人的认知产生负性情绪,影响病人战胜疾病的意志;影响病人的行为(如吸烟、酗酒等);影响病人的心境(压抑、抑郁状态等)从而影响肝炎的转归和康复。近年发现不良行为也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。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深入到分子水平。

(3)研究个体通过调整自己的心理、行为来调整人体的心理活动和躯体生理活动,以达到健身、预防和治疗疾病、康复的作用:如矫正自己的C型行为可健身、防癌。培养远大理想、乐观稳定的情绪、坚强的意志可提高心理和躯体健康水平和素质。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。

(4)研究各种心理测验、量表以评估心理健康和研究各种心理治疗方法。

(5)研究改善医患关系的方法和病人心理。

二、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及包含的主要分支有以下一些:

(一)临床心理学

临床心理学(Clinical Psychology)主要研究各种心理行为因素所引致的心身疾病、各科病

人涉及的心理学问题、心理评估及心理治疗的原理和方法、心理咨询等。

临床心理学一词,首先由 Witmer, L 于 1896 年正式提出,他向美国心理学协会(APA)提交了一个采用一系列实验方法来研究学校儿童学习困难问题的建议,并从此开始讲授临床心理学课。1906 年美国出版《心理学临床》刊物,1917 年在美国成立“临床心理学家协会”。1949 年在美国科罗拉多州的“Boulder 会议”上决定临床心理学家的科学家 - 实践家模式。实践方面以从事心理测验和心理治疗为主要任务,同时有科学研究和教学任务。现在,应用心理学中以临床心理学这个分支的人数最多,每年经临床心理学训练获得博士学位的人数占有各心理学分支获博士学位总人数的一半。过去与现在从事心理学教育、科研和临床工作的,许多都是临床心理学家。临床心理学的学位训练中,基础课是在心理系进行,临床课及实习是在医院进行。由心理系授予学位,称哲学博士(Ph. D)。现在已有少数本专业培养单位(不是传统的大学心理系)也可给学位,但不是哲学博士,而是心理学博士(Psy. D)。研究方面,医学心理学侧重于研究心理的生物方面(如 Matarazz 的实验室),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。在医院工作的多与精神科结合,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,这些区分不是绝对的。

(二)健康心理学

健康心理学(Health Psychology)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。1978 年在美国心理学协会中成立健康心理学分会,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,它是教育和心理学专业的复合体,

(三)神经心理学

神经心理学(Neuro Psychology)研究脑与各种心理活动及行为产生的关系与定位。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。

(四)护理心理学

护理心理学(Nursing psychology)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。

(五)变态心理学

变态心理学(Abnormal psychology)又称病理心理学(Pathological psychology),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、治疗及预防的科学。

(六)心身医学

心身医学(Psychosomatic medicine)一词首先由 Deutsch, P 于 1992 年提出。心身医学是研究心身障碍、心身疾患、心身疾病的发生机理、诊断、治疗和预防的学科,也就是心理生理病理学(Psychophysiological pathology)。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,如何引起心身疾病发生,但从其根源看仍是生物医学的,传统上也将其归于医学范畴。

(七)行为医学

行为医学(Behavioral medicine)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、生物诸方面的影响。所以在美国参加行为医学研究会者有人类学家、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、致胖、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。所以,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。

三、医学心理学的研究方法

在医学心理学的研究方法上,一方面,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;另一方面,医学心理学牵涉到许多不同领域的内容,如临床心理学、健康心理学等,这些不同领域的研究各有其不同的对象和内容,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。

(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家的主要研究方法。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。作为一种独立的研究方法,观察法又称自然观察法,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。通过某些生理、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、认识和情感是不能直接观察到的,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。

依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”(Participant observation and nonparticipant observation)。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。而后者,观察者作为一个局外人观察、记录被观察者的行动。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是被观察的对象,否则必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,需要考虑下列因素:①行为对观察者的可接近性。②有关行为发生的频度。③有关行为的关键的反应属性。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、金钱和物力。

(二)实验法

实验法是有目的地严格控制或创造一定条件,使用仪器和计算工具以进行研究的方法。

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,从而可以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,是指在所有有关方面(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。

医学心理学实验研究的目的是要精确的确定变量间的函数关系,特别是考证关于变量间因果关系的假设。医学心理学的实验,按照其设计特点可分为三大类:前实验(Preexperiments)、准实验(Quasiexperiments)和真实验(Trueexperiments)。三类实验在确定变量间因果关系的效度方面,是依次递增的。

此法优点是所测数据精确,科学可信。但缺点是:第一,人的社会心理活动过于复杂,许多条件难以控制,增加分析时的难度。第二,所用电学、化学仪器均“极为精密”,需要精通电生理学、化学知识才能分析。第三,不接近自然生活。

(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。不同点见表绪-1。

表绪-1 心理测验和评定量表的不同

| 心 理 测 验 | 评 定 量 表 |
|------------------|---------------------|
| 接近实验室方法 | 用临床观察晤谈法 |
| 用客观的标准的测验工具 | 无 |
| 在严格控制条件下按一定程序进行 | 未 |
| 从横断面对受试者进行取样 | 从纵断面对受评者的行为进行取样 |
| 是被测者本人对测验项目作出的反应 | 由评定者(他人)作出评定 |
| 标准化程度严格,信度、效度高 | 标准化程度较差,信度、效度不如心理测验 |

第三节 医学心理学发展的历史

在整个医学发展史中,医学研究的对象——人类的健康与疾病问题,以及生命的本质问题并没有发生变化。但是对于这些问题的认识,即医学模式却随着不同历史时期生产力的发展水平、科学技术以及哲学思想的演变,表现为不同的形式。医学心理学的发展大致有三个阶段。

一、神灵主义阶段(约自公元前一万多年至公元前 1100 年)

最早出现的医学模式称之为神灵主义的医学模式(spiritualism medical model)。这一模式起源于原始社会,当时的生产力水平极为低下,人们相信“万物有灵”,将疾病看作是神灵的惩罚或恶魔作祟所致。因此,对于疾病的治疗手段主要采取对神灵或恶魔的“软硬兼施”:或者祈祷神灵的保佑或宽恕,或者采取驱鬼或避邪的方式免除疾病。这种模式随着生产力水平的提高和人们对于疾病认识的深入虽然已失去存在的意义,但在当今世界的一些偏远地区和某些文化群体中还可见到它的遗迹。尽管我们可以简单地将这种模式归因于“迷信”,但它的存在也反映了人类对于生命本质的认识尚有许多未知的问题没有解决。这阶段的特点为:①生产力水平极低。②人类迷信,相信“万物有灵”,把疾病看作是神灵惩罚和魔鬼作祟所致,此期间巫医得以兴起。③巫医的语言暗示和开导,跳神驱鬼的行为,稳定了病人的情绪。认识是心理治疗的端倪。

二、自然哲学时期(约自公元前 1100 年起至 1879 年)

此阶段的特点为,在研究心身关系时,从哲学的物质与精神的关系中发展了心理研究。如:公元前 1100 年,最古老的《周易》产生,它提出了八卦对立统一观。此后,我国的中医典籍《黄帝内经》中所提出的“天人合一”、“天人相应”的观点,将人与宇宙联系在一起探索疾病和健康问题。“内伤七情”、“外感六淫”则强调心身统一,人所处的自然环境与其所患疾病密切相关,认为心理活动是致病的主要原因。其后,古希腊医生希波克拉底(公元前 460 ~ 375 年)提出了体液学说,认为人的气质、性格与不同体液有关,提出心身统一的哲学观,强调心理对疾病的重要影响,主张“治病先知人”,治疗“一是语言,二是药物”的观点。这些观点对于今天的医学仍有许多启迪和指导作用,但不可否认,这种认识由于产生的背景及当时科学技术的发展水平所限,对于生命本质的认识及关于疾病和健康的观点仍有许多局限。

三、科学心理学时期(自 1879 年至现在)

1879 年冯特在德国莱比锡大学创立了第一所心理实验室,从此将心理学纳入到科学范畴。真正将心理学运用于临床实践中解决实际问题,并推动医学心理学发展的应首推美国心理学家魏特默(Wertheimer, M),他是冯特的学生,1896 年在美国创办了第一个临床心理诊所。此阶段特点有二:①创立了各种科学研究方法来研究心理学;②创立了不同观点的理论,提出了各种新概念,使心理学迅速发展。如美国的卡特尔(Cattell, J. M 1860 —1944)首次提出“心理测验”概念,并订出一套标准化的测验方法。法国的比奈(Binet, A 1857 —1911)和西蒙(Simon, T)提出智力年龄的测验量表。奥地利的弗洛伊德(Freud, S 1856 —1936)提出潜意识等新概念并创立了精神分析理论。美国的坎农(Cannon, W. B)和沃尔夫(Wolff, H. G)、加拿大的塞里(Selye, H)、俄国的巴甫洛夫(Pavlov, I. P)将生理学实验方法引入心理学研究,提出心理生理学理论。美国的华生(Watson, J. B)、桑代克(Thorndike, E. L 1913)、斯金纳(Skinner, B. F 1938)用条件反射研究法创立了行为主义理论。美国的马斯洛(Maslow, A. H)、罗杰斯(Rogers, C. R)用分析统计方法提出了需要、自我实现等新概念并创立人本主义理论。美国的贝克(Beck, A. T)和瑞米创立认知理论等。

第四节 医学心理学主要学派的理论观点

一、精神分析基本理论

精神分析基本理论的创始人弗洛伊德是一名奥地利医生,在他与布洛伊尔(Breuer, J)合作使用催眠术治疗神经症病人时,发现当患者在催眠状态下能回忆出与患病有关的情绪体验,在体验全部说出之后,症状奇迹般地消失,并恢复了正常。这给了弗洛伊德很大启示,为他后来创立精神分析法奠定了基础。弗洛伊德将人的心理活动分为三个不同的层次:意识、前意识和潜意识。

意识是指人们当前注意到的,由外界刺激引起的,符合社会规范和道德标准的,并通过语言表达的心理活动。前意识是指人们当前并未注意到,需经他人提醒或经自己集中注意并努力回忆才能进入意识领域的心理活动。它是意识和潜意识之间的过渡领域。潜意识是指由本能冲动引起的和被压抑的愿望,是并不能为人意识到也不能说出的心理活动。人经常产生不为社会道德、理智允许的欲望,并将它们压抑到最深层的潜意识中去。弗氏认为,正常人的心理活动大部分都是在潜意识中进行,因其不能进入意识领域,所以都得不到满足。他认为童年时压抑在潜意识中的心理冲突是引起各种心理障碍和心身疾病的根源。

弗洛伊德强调人的本能欲望特别是“性”的动力作用,他称之为“力比多”(Libido)。力比多是一种能量,如得不到正常渠道的释放,过量积聚就会使人精神紧张,并可能以症状形式表现出来。从这个意义上说,力比多所代表的“性力”是广义的,已超出了它单纯生殖的生物学意义。弗洛伊德还将人格分为三个组成部分:本我(Id)、自我(Ego)和超我(Superego)。这三个部分之间的协调和冲突构成了一个人心理动力的全貌。此外,他还以“性”为象征提出了人的心理发展的理论。

尽管他的理论常常不易被人理解和接受,他的以“性”为特征的观点容易招致人的非议,他的理论的基础研究又常常是经验的和思辩的而非实验性的,但他的理论所引起的心理学界的震动,他的实践所带来的心理治疗的推广,以及受他理论的影响而出现的“心身医学”的概念和研究,他对健康心理学和变态心理学的影响等,都是他的前人不能比拟的。

二、心理生理学理论

研究心理因素在人的疾病和健康中的作用和地位,还有一个心理生理学派。生理学家坎农等认为,心理因素对健康及疾病发生的影响必须通过生理活动作为中介机制。生理中介是指通过神经系统、内分泌系统和免疫系统三大调节系统而对人体健康发生影响。如愤怒、抑郁、焦虑、紧张等负性情绪或不良认识、不健全人格都将首先通过影响三大调节系统的活动而影响各内脏功能,产生各心理障碍的躯体症状,甚或引起心身疾病。坎农 20 世纪 30 年代提出的情绪学说指出,强烈的情绪变化(恐惧、发怒等)会使动物产生“战斗或逃避”的反应,通过植物性神经系统影响下丘脑激素的分泌,导致心血管系统活动的改变。如果不良情绪长期反复地出现,就会引起生理功能紊乱和病理改变。

30 年代加拿大生理学家塞里提出了应激适应机制学说。他认为应激是个体对有害因素的抵御引起的一种非特异性反应,表现为一般适应综合征(General adaptation syndrome,