



卫生职业院校“课程改革”试用教材

WEISHENGZHIYUYUANXIAOKECHENGGAIGESHUYONGJIAOCAI

医护心理学 概要

主编 ■ 闫立安 闫 树
主审 ■ 金喜福

YIHUXINLIXUEGAIIYAO



中医古籍出版社

卫生职业院校“课程改革”试用教材

医护心理学概要

主 编 闫立安 闫 树

副主编 左辰旭 华 芮 刘 臣

编 者 (按姓氏笔画为序):

左辰旭 左 莉 冯兴慧 那 蕾 毕永生

闫立安 闫 树 闫 岩 华 芮 孙德臣

刘亚慧 刘 臣 李春生 李慧敏 陈 远

杨立春 何美秋 周 瑞 赵丽荣 赵 明

陶玉国

主 审 金喜福

中医古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

医护心理学概要/闫立安,闫树编. -北京:中医古籍出版社,2007.5

ISBN 978 - 7 - 80174 - 503 - 3

I. 医… II. ①闫…②闫… III. 护理学:医学心理学 - 高等学校;技术学校 - 教材 IV. R471

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 037127 号

医护心理学概要

主 编: 闫立安 闫 树

责任编辑: 刘从明

封面设计: 于天水

出版发行: 中医古籍出版社

社 址: 北京东直门内南小街 16 号 (100700)

印 刷: 北京楠萍印刷有限公司

开 本: 787 × 1092 毫米 1/16

印 张: 12.5

版 次: 2007 年 5 月 1 版 2007 年 5 月第 1 次印刷

印 数: 1 - 5000 册

ISBN 978 - 7 - 80174 - 503 - 3

定 价: 19.50 元

卫生职业院校“课程改革”教材编审委员会

主任委员 金喜福

副主任委员 闫立安 王茹林

委员 (以姓氏笔画为序)

于学芳 王 光 付延辉 刘亚贤

刘树华 孙瑞平 牟英豪 吴凯莹

杜晓勤 杨立春 杨淑萍 沙吕律

陈长发 罗 莉 南新建 宫 民

胡 斌 赵景峰 赵德生 徐春龙

郭长林 高 航 樊庆林

秘书长 刘亚贤(兼) 罗莉(兼)

前 言

《医护心理学概要》是以卫生职业院校(试行“学分制”改革)所制定的实施性教学计划和教学大纲为基本依据,按照教育部“关于职业教育课程改革”的总体要求,由吉林省教育科学“十一五”规划重点课题《职业院校实施学分制的理论与实践研究》课题组的组织和指导下编写的。

本书在编写过程中充分体现了职业教育与医学教育的特点,遵循适用、实用的原则,按照临床实践工作的需要精选教学内容。本书主要由三部分构成:以普通心理学中相关知识构成心理学的基础部分,为我们能更好地了解自己和他人的心理,培养良好的心理品质和健全的人格奠定基础;以心理健康、应激与心身疾病、临床心理评估、心理治疗与心理咨询、患者心理和心理护理构成本课程专业基础知识和基本技能,为维护人群的身心健康和正确认识、理解、干预患者的心理奠定基础;以正常心理与异常心理区分、挫折教育、人际关系辅导、择业心理辅导构成心理健康教育的基本知识和技能,为我们能拥有高的情商、能更好地适应社会奠定基础。

通过本书的学习,学生能够熟练掌握心理学的基本知识,理解心理因素与健康、疾病及患者的关系与作用,具有心理健康宣传教育的基本能力,了解患者的心理以及影响患者心理的基本因素,学会运用常用的临床心理评估方法,熟悉心理治疗和心理咨询常用的方法,使学生们认识到良好的心理素质是一名合格医护人员必备的条件。

由于本书编写人员水平有限,加之时间仓促,不妥之处,诚恳请求使用本书的老师和同学们提出批评意见。

编 者

2007 年 4 月

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 心理学概述	(1)
一、心理学的概念	(1)
二、心理学研究的对象和任务	(1)
三、心理学发展简况	(1)
四、心理学研究方法	(3)
五、心理学的研究内容	(4)
第二节 心理活动及其实质	(4)
一、心理活动	(4)
二、心理的实质	(5)
第三节 心理发展	(6)
一、心理发展概述	(6)
二、个体发育不同阶段的心理特征和发展规律	(7)
第二章 心理学基础	(10)
第一节 认识过程	(10)
一、感觉	(10)
二、知觉	(11)
三、记忆	(14)
四、思维	(16)
五、想象	(18)
六、注意	(19)
第二节 情绪情感过程	(20)
一、情绪、情感的概述	(20)
二、情绪、情感的分类	(21)
三、情绪的外部表现	(22)
四、情绪与健康	(22)
第三节 意志过程	(23)
一、意志的概念	(23)
二、意志的特征	(23)
三、意志的作用	(23)
四、意志的品质及培养	(24)

第四节 个性倾向性	(25)
一、需要	(25)
二、动机	(27)
三、兴趣	(28)
第五节 个性心理特征	(29)
一、能力	(29)
二、气质	(30)
三、性格	(31)
第三章 医学心理基础	(35)
第一节 概述	(35)
一、概念	(35)
二、医学模式的转变及意义	(35)
第二节 心理应激与心身疾病	(37)
一、心理应激	(37)
二、心身疾病	(45)
第三节 心理障碍	(52)
一、概述	(52)
二、心理过程障碍	(53)
三、人格障碍及性心理障碍	(55)
第四节 心理评估	(57)
一、概述	(57)
二、心理测验	(57)
三、临床评定量表	(60)
第五节 心理咨询与心理治疗	(62)
一、心理咨询	(62)
二、心理治疗	(65)
第四章 心理护理	(72)
第一节 概述	(72)
一、心理护理的特点	(72)
二、心理护理程序及方法	(73)
第二节 患者的心理问题与心理需求	(79)
一、患者的一般心理问题	(79)
二、患者的心理需要	(84)
第三节 护患关系与沟通技巧	(86)
一、护患关系	(86)
二、护患沟通与技巧	(91)
第四节 临床各科患者的心理护理	(96)
一、门诊患者的心理护理	(96)

二、急诊患者的心理护理	(97)
三、内科患者的心理护理	(98)
四、外科患者的心理护理	(102)
五、妇产科患者的心理护理	(104)
六、儿科患者的心理护理	(106)
七、老年患者的心理护理	(110)
第五节 特殊疾病和特殊状态患者的心理护理	(115)
一、ICU 患者的心理特点与护理	(115)
二、肿瘤患者的心理护理	(116)
三、临终患者的心理护理	(119)
四、自我护理的心理护理	(122)
五、自杀未遂患者的心理护理	(125)
第六节 基础护理过程中的心理护理	(127)
一、生命体征测量的心理护理	(127)
二、各种护理技术操作的心理护理	(131)
第五章 心理健康教育	(135)
第一节 概述	(135)
一、健康的概念	(135)
二、心理健康的概念	(136)
三、心理健康的基本标准	(136)
第二节 正常心理与异常心理的区分与判断	(138)
一、什么是异常心理	(138)
二、正常心理与异常心理的区分原则与判断标准	(138)
三、心理异常的分类	(139)
第三节 心理与健康	(140)
一、心理过程与健康	(140)
二、个性与健康	(141)
三、心理健康的保健原则和途径	(142)
第四节 挫折教育	(143)
一、挫折的含义	(143)
二、挫折反应的具体表现	(144)
三、挫折后消极情绪的调控	(147)
第五节 人际交往	(149)
一、什么是人际交往	(149)
二、影响人际交往的因素	(149)
三、人际交往的心理效应	(150)
四、青年学生常见的交往问题及调试方法	(152)
五、人际交往的基本原则	(153)

4 · 医护心理学概要 ·	
六、增进人际交往的方法	(153)
第六节 择业与心理健康	(154)
一、择业心理概述	(154)
二、择业中的心理问题及调适	(156)
三、择业心理培养	(162)
附录一 心理护理典型案例分析	(166)
附录二 心理量表	(183)

第一章 绪 论

心理学是一门内容广泛的学科,一般可分为基础心理学和应用心理学。我们将二者区分开来只具有相对意义,因为二者除研究的目的不同外,在其他方面,如研究的领域、研究对象,乃至运用的概念和研究方法等都是相互交叉的。基础心理学着重研究心理学理论体系的建立和基本规律的讨论;应用心理学是将心理学的理论运用于社会实践活动,为提高人们的生活质量和工作质量而服务。医护心理学是属于应用心理学的一门学科,它包括心理卫生、心理咨询、心理治疗和心理护理等多个领域,它为保障人们身心健康而服务。

第一节 心理学概述

一、心理学的概念

心理学是研究心理现象及其规律的科学。心理学以人的心理现象为研究对象。人的心理现象是人诸多生命活动中的一种高级活动,它是人与客观事物相互作用时,人脑对客观事物的反映过程。人类通过心理活动来认识和改造客观世界,从而更好地适应客观世界。

二、心理学研究的对象和任务

心理学和其他科学一样,具有完整的理论体系、特定的研究对象和任务。心理学的研究对象是个体的心理活动及其规律。心理学研究任务是:①研究心理过程发生、发展的规律;②研究个性的形成及其规律;③研究心理过程和个性之间相互关系的规律性;④研究心理活动与行为之间的关系。

三、心理学发展简况

心理学是一门既古老又年轻的科学。说它古老,是因为自有人类以来,人们就一直在琢磨和猜测心理这种微妙的现象。在远古时期,由于生产力水平很低,当时的人们还不懂得人体的结构和功能,对做梦、死亡等一些心理、生理现象更是迷惑不解,愚昧无知迫使他们把心理理解成为一种独立的灵魂。有了文字记载的历史以后,人们对心理现象的论述就多了起来。说它年轻,是因为作为一门独立的学科,心理学的出现不过才一百多年的历史。现代心理学的诞生虽只百年历史,但其发展却十分迅速。究其原因主要有两个方面。一方面是由于社会的需求。随着社会的发展,在社会各领域中,人的心理因素所起到的重要作用越来越为人们所重视。人的心理异常对个体健康和社会稳定的影响也引起全社会各界的关注。另一方面是由于基础科学和邻近学科的发展以及它们与心理学的相互影响,都对心理学的研究提出更多、更高的需求,从而推动了心理学的快速发展。

(一)古代心理思想

1. 我国古代心理思想 中国是四大文明古国之一,有着悠久的历史 and 灿烂的文化,可以说

是世界心理学最早的发源地之一。先秦时期著名思想家孔子、孟子、荀子等就对“心”、“心灵”、“人性”等心理问题做过探讨。他们的论述除了大量散见于其经典著作之外,更有一些精辟的、独立的篇章,如荀子的《劝学篇》、《解蔽篇》、《性恶篇》便是探讨学习心理、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、心物关系、人性、才能和情感意志等方面古人都有独到之处,如范缜的《神灭论》就是论述“形神关系”的光辉代表作。当然,古人的论述只是初步的萌芽状态的研究,方法也多属变性质,所以只能成为心理思想。我国古代有丰富的心理思想,值得我们珍视、继承和发扬光大。

2. 西方古代心理思想 西方心理思想源远流长,可以上溯至古希腊时期。德谟克利特认为世界万物是由原子构成的,灵魂也是由原子构成并贯穿在身体的各部分随呼吸而存在。柏拉图认为灵魂先于身体并独立于身体,是永生不灭的。当神创造世界的时候,神把理性放在身体里,以指导身体。亚里士多德博学多才,他的《灵魂论》被认为是历史上第一部论述各种心理现象的著作。亚里士多德认为,理性可分为被动理性和主动理性。被动理性是身体的功能,随身体的死亡而消灭;主动理性是人体外来的,人死它不会死,仍归到世界的理性中去。

(二) 主要学派简介

心理学成为独立的学科以后,人们对心理学的研究对象和理论体系进行了数十年的争论,形成了各种不同的理论学派,尤其在 19 世纪末到 20 世纪 30 年代,更是学派林立,分歧尖锐的时期。直到 20 世纪 50 年代心理学家们才达成了基本的共识,使心理学不断走向繁荣。现简介几种主要理论学派。



图 1-1

1. 构造主义 (structuralism) 冯特是构造主义学派的奠基人。该学派认为,人的心理现象是由一些元素构成的,并在精确的实验条件下通过内省的方法研究这些元素及其构成。如感觉是知觉的元素,意象是观念的元素,而激情是情绪的元素,这感觉、意象和激情状态三种元素通过联想和统觉就构成了人的意识经验。心理学的目的就是通过内省来了解在不同刺激情境下各元素之间的结构及变化。

2. 精神分析学派 精神分析学说 (psychoanalysis) 是由奥地利精神科医生弗洛伊德 (S. Freud, 1856 ~ 1939) 于 19 世纪末、20 世纪初创立的。由于精神分析学说对心理学的影响很大,被称为现代心理学的第一势力。它认为人类的一切行为,都根源于潜意识层中的某种欲望和动机,尤其是性欲的冲动。欲望以无意识形式支配人,并表现在人的正常和异常的行为中;人的有意识行为都是经过“自我”对“本我”和“超我”的协调后表现的。

3. 行为主义 (behaviorism) 是由美国心理学家华生 (J. Watson, 1878 ~ 1958) 1913 年创立

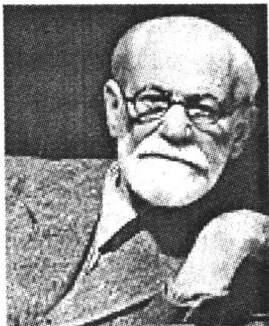


图 1-2

的,并在心理学发展史上占有重要地位,被誉为现代心理学的第二势力。该学派认为,人的行为是在后天环境的影响下通过学习获得的。因此,不需要对看不见、摸不着的意识进行研究,只需考察在客观刺激作用下的客观反应。

4. 人本主义 是由美国心理学家马斯洛(A. H. Maslow, 1908 ~ 1970)于20世纪50年代创立的,被誉为第三势力。该学派认为,人是一种自由的、有理想的生物,其行为主要受自我意识支配,把人看做是自己命运的主人;人具有个人发展的潜能和自我成长的需要,只要提供有利于人性充分发展的环境,个体都能达到自我实现的境界。

5. 认知心理学(cognitive psychology) 认知理论的诞生不同于其他学派,它是由美国心理学家奈瑟(U. Neisser)在对许多学者的研究结果进行了总结后形成的。1967年奈瑟写出《认识心理学》一书,从而明确了认识心理学这种学说的诞生。该学说认为,人是对信息进行处理的处理者,是一种具有丰富的内在资源,并能利用这些资源与周围环境发生相互作用的、积极的有机体。因此,刺激所引起的行为反应,首先通过支配外部行为的认识过程对信息进行编码、储存、加工、提取等,然后再进一步影响人的行为。

四、心理学研究方法

心理学研究的方法多种多样,这些方法由于其研究对象的特殊性,与其他学科的研究方法有所不同,可归纳为以下四种类型:即观察法、调查法、实验法、个案法。

(一)观察法

观察法是通过对被试的外显行为进行有目的、有计划、有系统的观察以分析其心理活动的方法。包括:①自然观察法:在自然情境下进行的观察。优点是简便易行,所获材料较真实。缺点是结果具有一定的偶然性,获取特定资料需较长时间。②控制观察法:在预先设计的情景下进行的观察。优点是获取资料快,容易进行横向比较分析。缺点是受设计情景影响,不易反映真实状况。

无论是在自然情境下还是控制情境下的观察都应注意,在观察时不宜使被观察者发现自己被别人观察而影响观察效果。观察者的观察能力对观察资料的质量影响较大。

(二)调查法

调查法是通过口头或书面提问,收集被调查者的心理活动材料进行分析研究的方法。包括:①晤谈调查法:在调查者和被调查者面对面时,以谈话方式进行的调查。优点是简单、方便,较快获得结果。缺点是某些被调查者不习惯面对面,导致调查资料失真;②问卷调查法:

利用事先拟好的问卷,由被调查者在问卷上进行回答的调查。优点是简便易行,信息量大。缺点是易受多种因素影响,资料真实性较差。

(三)实验法

实验法是有目的、有计划地严格控制或创设条件,主动引起或改变被试心理活动,从而进行分析的方法。包括:①自然实验法:在日常生活条件下进行的实验。优点是自然、方便,结果比较符合实际。缺点是实验条件控制较难,无关因素较多。②实验室实验法:在实验室借助仪器并控制实验条件所进行的实验方法。优点是省时、省力,结果准确。缺点是容易受实验情景影响,人为的实验情境脱离实际情境,其结果难于在日常生活中推广。

(四)个案法

个案法是对某一被试者所做的多方面的深入详细研究,包括历史资料、作业成绩、测验结果,以及别人对其的评价等。目的在于发现影响某种心理和行为的原因。这种方法强调的是个体之间的差异。但注意,个案法是对一个人进行研究所得的结果,能否扩展应慎重分析。

五、心理学的研究内容

(一)基础心理学

基础心理学相当于一般所说的普通心理学。是以正常成人的心理活动为对象,阐述心理活动的基本规律。学好基础心理学对于掌握心理学各分支学科的知识至关重要。

(二)医学心理学

主要是研究心理因素在疾病的预防、发生、诊断、治疗、护理和康复中的作用。如心身疾病、心理护理、心理评估、变态心理、医患关系等的研究。

另外,本书还增加了以正常心理与异常心理区分,挫折教育、人际关系辅导、择业心理与健康为主构成的心理健康教育的内容,旨在帮助同学们在了解自己和他人的基础上获得健康的心理,以便更好的适应社会激烈的竞争,拥有真正的健康。

第二节 心理活动及其实质

一、心理活动

心理学是研究人的心理活动及其行为规律的科学。心理活动是生命活动形式,是大脑对客观事物反映的过程。心理现象是心理活动的表现形式。人的心理现象是非常复杂的,可以从不同的角度和方向进行研究,概括起来主要有:①研究客观世界与人的心理之间的关系,即人的心理是如何反映客观世界的以及客观环境对心理的影响;②研究脑与心理之间的关系,即探讨脑的结构、功能与人的心理的关系;③研究人的心理过程与个性心理之间的关系,即两者是如何相互作用、相互制约和相互联系的;④研究心理与行为之间的关系,即心理如何调节和支配人的行为,行为又如何影响心理的发展;⑤研究心理现象的发生与发展,即人的心理是如何产生的以及在不同年龄阶段的发展规律和特点。心理现象是一个复杂的、完整的统一体,可将其分为心理过程和个性心理。

(一)心理过程

心理过程是人们认识和改造客观世界的心理活动过程,包括认识过程、情绪情感过程和

意志过程。认识过程是人获取知识经验的过程,如感觉、知觉、记忆、思维、想象等过程。情绪情感过程是客观事物与人的主观需要之间关系的体验,如情绪和情感。意志过程是人通过行动实现对客观事物有目的的改造过程。三者之间是相互联系、相互渗透、相互制约的。情绪情感过程和意志过程是在认识过程的基础上产生的,人们对客观事物产生了态度体验并引发了相应的意志行为,同时情绪情感过程和意志过程又影响认识过程,使认识活动得到进一步的深化。

(二) 个性心理

个性心理又称人格。由于每个人的遗传素质、生活环境、所受教育和实践活动不同,使每个人的心理过程表现出各自不同的特点。这些特点决定了一个人的心理面貌和行为举止,使人们在认识和改造客观事物的过程中表现出人与人的不同,这就是心理活动的另一面——个性心理。个性心理由个性倾向性、个性心理特征和自我意识三部分构成。个性倾向性主要与后天因素有关,具有动力性,能组织和引导个体有目的、有选择地对客观事物进行反应,如需要、动机等。个性心理特征与先天和后天因素有关,具有稳定性,能集中体现一个人的独特性和精神面貌,如气质、性格等。自我意识是个体在同他人交往的社会实践活动中产生的,是个体对自我进行调控的系统,如自我认识、自我调节等。心理过程和个性心理是个体心理活动的两个方面。个性心理是通过心理过程形成并表现出来的,又反过来制约和调节心理过程的进行。没有对客观事物的认识,没有对客观事物的情感体验,没有对客观事物积极改造的意志行动,个性心理就无法形成。相反,个性心理不同的人,对客观事物认识的程度、情感体验的深度、意志坚强的程度也将不同。因此,两者相互联系、相互依存、相互制约,是不可分割的整体。

二、心理的实质

人的心理是世间最复杂的现象之一,人们常说“心想”、“心烦”,汉字里几乎凡是能表示心理活动的都带“心”旁,如思、想、情、意、恨、恶、憎、怕等,那么,人的心理是心脏活动的产物吗?辩证唯物主义认为,人的心理人脑的功能,是人脑对客观现实的反映。我们可从以下几方面理解。

(一) 脑是心理的器官,心理是脑的功能

脑是各种心理活动的物质基础。心理的发展依赖心理器官的发展,有心理器官的发展,心理活动才能表现得多样和完善。

1. 动物心理器官的发展 在动物进化的最初阶段,神经系统呈弥散状或网状。此时,它们已具有了简单、低级的心理活动。随着中枢神经系统的进一步进化,特别是大脑新皮质的形成与发展,形成了真正意义上的脑,使得心理活动变得高级而又复杂。

2. 个体心理器官的发展 个体心理随着脑的发育而发展。刚出生的新生儿脑重约 370 克,心理活动的水平低。随后中枢神经细胞迅速发展,脑的重量也明显增加。出生后 6 个月脑重约 700 克;1 岁约 900 克;12 岁时脑重约 1400 克,已接近成人脑重(1500 克)。心理活动由简单到复杂、由低级向高级发展;由形象思维向抽象思维发展;由简单的情绪体验向复杂的情感体验发展;由对具体信号引起反映发展到对语词信号引起反映。

(二) 心理是客观现实的反映

1. 客观现实是心理活动的源泉 健全的大脑给心理现象的产生提供了物质基础,大脑只是从事心理活动的器官,有反映外界事物产生的心理机能,心理并不是大脑本身所固有的。心理现象是客观事物作用于人的感觉器官,通过大脑活动产生的。因此,客观现实是心理的源泉和内容。

2. 心理是对客观现实主观的反映 心理活动是对客观现实的反映,是在大脑中形成客观事物映像的过程。大脑中的映像不是客观事物本身,而是以观念的形式存在于大脑中,是主观的。由于遗传素质、知识经验、生长环境等的差异,不同个体对于同一个客观事物产生的映像也不尽相同。即使同一个人对同一客观事物的反映也会因时因地而异,体现了心理对客观现实反映的主观性。

3. 心理是对客观现实能动的反映 通过心理活动我们不仅能认识到事物的外部现象,还能认识到事物的本质和事物之间的内在联系,并用这种认识来指导人的实践活动,改造客观世界。

心理现象既是脑的机能又受社会的制约,是自然和社会结合的产物。心理只有在社会实践中同客观事物相接触,才能在认识和改造客观世界的实践活动中发展和完善。社会实践的领域越宽、实践的次数越多,客观事物越复杂,心理活动就越丰富、越完善。如果一个人脱离社会实践,他将不会具有正常人的心理。印度加尔各答附近发现的“狼孩”卡玛拉就是典型的例证。这表明,长期脱离社会实践,人就不可能有正常的心理。

第三节 心理发展

一、心理发展概述

(一)发展的概念

发展是指一种连续不断地由低级到高级、从量变到质变的运动变化过程。个体从出生到死亡身心都处于这种发展变化的过程中。在心理学中,发展是指个体身心整体的连续变化过程。通常是指那些由于成熟或学习等因素引起的持续、有规律的心理变化,而由于疾病或疲劳所引起的心理上暂时的、偶然的变化不能称之为发展。发展不仅指向前推进的过程,也指衰退消化的变化。这就是说,发展既包含着积极的、进步的变化,也包含着消极的、衰退的变化。在个体整个发展过程中,从出生到成年时期,积极的、进步的变化占优势,而到了老年时期,衰退则处于主导地位。

(二)心理发展的特征

1. 发展具有顺序性和阶段性 儿童从出生到成人,其身心发展是一个由低级到高级、由量变到质变的连续不断的发展过程。这一发展过程呈现出一定的顺序性。在个体身心发展的过程中,不同的年龄阶段表现出一些不同的特征,体现了个体发展的阶段性。每个阶段都有其特定的、典型的和本质的特征。

2. 发展具有不平衡性 第一表现为身心同一方面的发展,在不同年龄阶段的发展是不平衡的。第二表现为身心不同方面的发展不平衡性,有的心理在较早的年龄阶段即已达到较高的发展水平,有的则要到较晚的年龄阶段才能达到较为成熟的水平。

3. 发展具有稳定性和可变性 发展的稳定性,是指在一定的社会和教育条件下,儿童发展

的阶段和顺序,以及每个阶段的发展速度与年龄特点,大体是相同的。发展的可变性,是指发展的年龄特征随着社会条件和教育条件的变化而变化。

4. 发展具有个体差异性 发展既有共同规律,又表现出个体差异。发展的个体差异首先表现在身心同一方面发展的速度和水平不同。其次表现在发展的优势领域有所不同。此外,在个性心理特征方面也存在着个体差异。

5. 心理早期发展的迅速性 在人生发展的各个阶段中,早期是发展最快的关键时期,尤其是在人生的前4年。从心理发展看,智力的发展极为迅速。早期发展的质量和水平,将会影响到成年行为乃至终生。而早期发展的高速度更显示了心理早期发展的重要性。

(三)影响心理发展的因素

个体心理的发展既有共同性的一面,又有差异性的一面。如经历同样的发展阶段,表现类似的年龄特点,但发展进程有快慢,水平有高低,特征有变异等等。发展中的共性与差异性究竟受哪些因素的影响?心理学认为,虽然个体心理的发展依赖于各种各样的因素,但其中起决定作用的主要是遗传、环境、成熟与学习四大因素。

1. 遗传与环境 许多有关个体发展的研究结果显示,个体发展不完全受单一遗传或环境因素的影响,而是二者各有其影响力,是二者交互影响的结果。即遗传是个体心理发展的基础,提供了心理发展水平及模式特征的可能性,而环境和教育则提供实现其可能性的条件,规定着心理发展的现实性,两者相互作用,共同决定个体心理的发展。遗传属于先天因素,环境因素属于后天因素,包括胎儿期环境、物理环境、家庭环境、学校环境和社会文化因素。

2. 成熟与学习 成熟,是指个体生理方面的发展,包括个体的各种组织结构与功能以及本能行为的发展。学习是个体与环境接触,获得经验而引起行为变化的过程,个体的发展,是成熟与学习共同作用的结果。学习效果好坏有赖于学习时机的选择,一个人如果未达到适当的学习准备度,则无法学习,需要等个体的成熟度达到适当的水平,再教适当的学习项目才有效果。提供适当的刺激、适当的学习机会,加上适当的教育方式,才能促成个体良好的发展。

(四)心理发展阶段的分化

根据一定社会教育条件下,个体心理发展在各个不同时期内的基本规律和本质特点,综合主导活动、智力水平和个性特征,将个体心理发展划分为以下几个阶段:新生儿(出生至1个月);乳儿期(0~1岁);婴儿期(1~3岁);幼儿期(3~6岁),也称学龄前儿童;童年期(6、7~11、12岁),也称学龄儿童;少年期(11、12~13、14岁);青年期(14、15~27、28岁);成年期(18~60岁);中年期(30~60岁);老年期(60岁以后)。

二、个体发育不同阶段的心理特征和发展规律

(一)儿童期心理特征

儿童期包括乳儿期、婴儿期、幼儿期和童年期,是身心迅速发展的时期,也是个性形成的关键时期。其心理健康与否,对今后身心发展具有持久和深远的影响。

1. 乳儿期心理特征 心身各方面都有显著的发展:从完全没有随意动作过渡到学会用手操作物体和直立行走等随意动作;从完全不能说话过渡到能够掌握一些简单的词进行言语交往。随着大脑皮层发育,条件反射日益增多完善。情绪开始分化,有消极与积极之分。如有喜悦、愤怒、惊骇、厌恶等情绪反应。儿童的依恋期也在这一阶段产生。乳儿期是动作发展最

迅速的时期,从全身性的、笼统散漫的整体动作逐渐分化为局部的、准确的、专门化的动作,学会走路,扩大交往范围,均对智力发展具有重要作用。

2. 婴儿期心理特征 在这一时期,婴儿的动作发展非常迅速,他们学会了随意独立行走,扩大了他们的生活范围。因此,他们的行动有了随意性,手的动作也有了相当的发展,如学会了用笔画图画、扣纽扣、拿匙吃饭等。

婴儿期是口头言语发展的关键期。在这一时期,婴儿能积极理解言语,能听懂一些简单的故事,自己能说出一些词,随年龄的增长,能说一些简单的句子,掌握了基本句型,言语的概括和调节作用开始发展。随言语的发展,婴儿的自我意识也开始发展。

在婴儿期除了有简单的情绪反应外,开始出现一些比较复杂的情感体验。如喜欢与自己亲近的人进行交往,也有了羞耻感、同情心及嫉妒心等。

3. 幼儿期心理特征 学龄前随年龄增长,内抑制迅速发展,能调节自己的行为,但自我控制能力较差。这一阶段感觉迅速发展,3~4岁一般可辨认5~6种颜色,思维活动以形象思维为主。在言语中开始使用“我”这个代名词意味着自我意识的发展。幼期限情绪不稳定,易变性和冲动性为特征,有时候会莫名其妙地产生恐惧、快乐等多种情绪,甚至无缘无故地发脾气。幼儿的社会性需要发展很快,社会情感也因而得到发展,他们有同情心,也有了初步的友谊感、道德感和理智感。

4. 童年期心理特征 童年期的各种感觉的感受性不断提高,知觉的分析与综合水平也开始发展,有意注意迅速发展,并能自觉集中注意力,注意的稳定性逐渐延长;注意的范围逐渐扩大;注意的转移逐渐灵活协调;逐渐学会较好的分配注意,记忆能力从机械记忆逐渐向理解记忆发展,思维形式由形象思维向抽象思维过渡,想象力丰富富有幻想,性格逐步形成言语发展迅速,书面言语在这一时期进行着大量的正规训练,这些训练不仅使口语继续发展,而且促进了思维的发展,情感的表现仍比较外露,易激动,但已开始学着控制自己的情绪。

(二) 青少年期的心理特征

青少年是个体从儿童过渡到成年,逐步达到生理上和心理上成熟的阶段。概括起来主要有以下心理特征:

1. 大脑神经系统迅速发育、脑功能基本健全,但还不能从事长时期的脑力活动,容易出现脑疲劳。

2. 随着性生理的发育及心理的发展,青少年产生了性意识萌芽,并逐渐出现了性意识、性欲望及性冲动。

3. 生理发育的迅速及心理发展的延缓,使得青少年生理成熟早于心理成熟,因而常显得身心发育的不平衡。

4. 自我意识发生冲突。原来一体的自我意识分化为现实的自我与理想的自我、观察的自我与被观察的自我,同时还出现了自我意识多方面的矛盾。

5. 兴趣广泛,社交范围扩大。他们广交朋友,但由于鉴别能力尚缺乏,所以易受社会不良风气的影响而染上不良习俗。

6. 逐渐形成了独特的个性及行为方式。

7. 情绪易失衡。青少年情绪活跃,富有感染力,很容易动感情,但情绪发展还欠成熟、稳定,容易冲动失衡。青少年的情感已从儿童期幼稚、单纯的和较原始的情感,向高级的、复杂