



心理學諮商

〔余伯泉博士・洪莉竹博士主編〕

照護心理學

*Psychology for Nurses
and the Caring Professions*



Sheila Payne & Jan Walker◆著

徐溢謙◆譯

張景然博士◆校閱

照護心理學

PSYCHOLOGY for NURSES and the CARING PROFESSIONS

Sheila Payne and Jan Walker 著

譯者 徐湓謙

校閱 張景然 博士

照護心理學 / Sheila Payne, Jan Walker 著；

徐溢謙譯. -- 初版. -- 臺北市：弘智文化，

民 94 面；公分

譯自：Psychology for nurses and the caring professions

ISBN 986-7451-06-6(平裝)

1. 醫學心理學 2. 病患 3. 護理 - 心理方面

410.14

94002340

照護心理學

(PSYCHOLOGY for NURSES and the CARING PROFESSIONS)

作 者／Sheila Payne and Jan Walker

譯 者／徐溢謙

校 閱／張景然 博士

編 輯／張慧茵

發 行 者／弘智文化事業有限公司

登記證：局版台業字第 6263 號

地址：台北市大同區民權西路 118 巷 15 弄 3 號 7 樓

E-mail: hurngchi@ms39.hinet.net

郵政劃撥：19467647 戶名：馮玉蘭

電話：886-2-2557-5685 0921-121-621 0932-321-711

傳真：886-2-2557-5383

網站：www.honz-book.com.tw

發 行 人／邱一文

經 銷 商／旭昇圖書有限公司

地址：台北縣中和市中山路二段 352 號 2 樓

電話：(02) 22451480 傳真：(02) 22451479

製 版／信利印製有限公司

版 次／94 年 3 月初版一刷

定 價／390 元

ISBN / 986-7451-06-6

本書如有破損、缺頁、裝訂錯誤，請寄回更換。

PSYCHOLOGY for NURSES and the CARING PROFESSIONS

Copyright © 1996

By Sheila Payne and Jan Walker

ALL RIGHTS RESERVED

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording, or any information storage and retrieval system, without permission, in writing, from the publisher.

Chinese edition copyright © 2005

By Hurng-Chih Book Co., Ltd.,

For sales in Worldwide.

ISBN 986-7451-06-6

Printed in Taiwan, Republic of China

目錄

序.....	1
譯序.....	3
第一章 心理學導論	13
什麼是心理學？	14
健康照護中的心理學	15
研究心理學	16
心理學理論的應用	18
個案研究：安安	18
以行為取向處理安安的焦慮	19
以認知取向處理安安的焦慮	22
心理動力取向	24
人本取向	28
以其他取向了解心理問題	34
什麼是心理學家？	38
精神科醫師與心理學家之間的差異	38
教育心理學家	39
職能心理學家	39
臨床心理學家	40
健康心理學家	40
摘要.....	41
延伸閱讀	42

第二章 了解健康與病痛	43
導論	44
疾病與病痛	44
理論的觀點	45
人類學觀點	45
社會學觀點	47
大眾對病痛的了解	51
健康行為的社會認知模型	56
健康信念模型	57
行為策劃論	60
社會認知模型的優缺點	63
提供有關健康的建議	68
摘要	70
延伸閱讀	70
第三章 自我概念與身體形象	71
導論	72
孩童對於自己的身體、健康與病痛的概念	73
孩童了解健康與病痛的理論模型	75
用以了解健康照護的腳本與基模	78
自我概念	81
身體形象	85
污名	88
自尊	93
「自我」與社會環境間的互動	96

摘要.....	98
延伸閱讀.....	99
 第四章 學習理論的發展與應用.....	101
導論.....	103
學習理論發展的背景.....	103
行為主義學習論與行為主義.....	105
古典制約.....	105
降低對醫院情境恐懼感的重要性.....	110
操作(工具)制約.....	110
行為主義的問題.....	116
認知對於制約理論的重新詮釋.....	118
可能性的學習與可預測性.....	118
失控、學得無助與憂鬱.....	120
社會學習論.....	122
觀察學習.....	123
自我效能與自尊.....	124
在社會情境中學習對成因的歸因：控制觀.....	125
因果歸因，學得無助與憂鬱.....	127
控制觀的起源與相關概念.....	127
社交技巧的重要性.....	128
以社會認知行為取向幫助決心戒菸者戒菸.....	129
摘要.....	133
延伸閱讀.....	134

第五章 知覺、記憶與提供病人訊息	135
導論	136
知覺理論	136
社會知覺	141
從不同的觀點看事情	142
個人建構論	144
記憶	148
注意力	149
短期記憶與長期記憶	150
記憶法	151
初始效應與新近效應	152
遺忘	152
心理基模與腳本	153
與病人有效地溝通	154
精神分析對遺忘的解釋	158
記憶喪失與編碼問題	159
摘要	162
延伸閱讀	163
第六章 壓力與因應：在健康照護中的理論與應用	165
導論	167
壓力與因應的理論	168
根據反應的壓力模型	168
根據刺激的壓力模型	172
壓力交流模型與因應	176
心理調適：焦慮與憂鬱	182

因應醫療程序.....	184
社會支持	188
社會網絡	190
各類型的社會支持	192
社會支持功能如何發揮功效？	194
控制與支持的平衡	196
干擾與憤怒.....	198
與壓力有關的個人特徵	199
行為模式	200
韌性	201
自我效能	202
個人控制與控制觀	202
心理學的概念與介入之間的關係	204
工作環境中的壓力	206
摘要	208
延伸閱讀	209
 第七章 社會關係的發展與失落.....	 211
導論	212
依附關係	213
Bowlby 的依附理論	214
依附關係的發展	216
分離	217
「連結」	218
依附行為	219
主要依附對象	220

親職的態度.....	221
依附關係的測量.....	222
生活轉變.....	225
失落、悲傷與哀悼.....	230
失落理論.....	233
因應失落的假設所受到的評價.....	238
預期性悲傷.....	240
為喪親者提供協助.....	242
摘要.....	244
延伸閱讀.....	244
 第八章 疼痛.....	 245
導論.....	247
孩童：感覺疼痛與學習表達疼痛.....	247
疼痛是一種威脅.....	250
疼痛的門閥控制理論.....	251
安慰劑效應.....	253
定義急性疼痛與慢性疼痛.....	254
急性疼痛.....	255
為疼痛的程序做好準備.....	255
為急性疼痛下止痛藥.....	257
病人自控式止痛法.....	258
評估急性疼痛.....	260
急性疼痛管理的目標.....	262
疼痛是：「個人說痛的」就「是痛」，「個人說痛時」 就「有痛」.....	262

慢性疼痛	264
訊息	266
活動及參與程度的逐漸增加	267
過去與現在的經驗與壓力源所造成的衝擊	269
個人疼痛控制策略的有效性	271
慢性疼痛的評估與處理	272
藥物在慢性疼痛中所扮演的角色	274
醫院中的慢性疼痛病人	276
末期疾病的疼痛	277
控制其他令人不舒服的症狀	280
摘要	281
延伸閱讀	282
 第九章 健康照護傳遞工作中的社會歷程	283
導論	285
態度與態度的改變	285
認知失調	288
說服	289
訊息的傳播者	291
訊息的本質	292
呈現的順序	294
論點與視聽大眾意見間的歧異	294
訊息的複雜性與訊息的呈現	295
檢查制度、偏見或選擇	296
視聽大眾效應/目標效應	297
選擇性注意	297

自尊與教育	298
行動的立即性與訊息的持久性	299
誰順從了？	299
服從性	301
從眾性	303
旁觀者的冷漠	307
非語言行爲	309
角色管理	311
刻板印象、污名與偏見	314
偏見與歸因理論	316
個別化與整體照護的重要性	319
領導風格	320
團體互動	321
組織的管理與改變	324
摘要	326
延伸閱讀	326
寫在後面	327
名詞解釋	335
參考書目	351

序

本書的目的在於鼓勵健康專業人員（health professionals）於其臨床實務工作中運用心理學知識。兩位作者兼具護理人員與健康心理學者的背景，所以我們著重於描繪出自己作為護理人員的臨床經驗，以及作為心理學者對研究的興趣。

瀏覽過本書的目錄，讀者將會發現，心理學領域中諸如訊息處理（information processing）與個體差異（individual differences）的部分，已被略去。我們坦承，這些部份對於健康照護工作（health care）具有重要的意義及用途，例如，對於介紹新的應用技術與心理計量測驗的使用方面；然而，我們對這些方面仍審慎地做出省略的決定，目的是為了強調更直接關聯到人際關懷（interpersonal care）議題的部分。我們希望對於上述主題有興趣的讀者，可以去參考其他在這些主題上兼具廣泛性與明確性的教材。詳細地涵蓋於本書中的心理學領域包括：健康心理學、社會心理學與發展心理學；相對地，心理學中其他的領域則是約略地提及。

我們選擇一些題目用以說明當前心理學自身所面臨的一些問題，同時全書自始至終，我們強調具爭議性的議題。顯而易見地，這樣的涵蓋範圍必然反映了我們的偏見與興趣；因此在許多情況下，書中並沒有明確清楚的解答，我們邀請讀者能透過練習題，去做出自己的結論。

為使本書更適用於讀者，書中納入了焦點討論、練習題、以及連接到本書其他部分相關內容的詳盡連結。全書到處都有我們建議的補充閱讀資料；我們期盼授課教師也能提供其個人所知的

資料來源，以呈現其個人對於這些議題的觀點，並激發更多值得深思的不同議題。

書末附有專有名詞的解釋，包含了全書本文部分所有以粗體字強調之專業用語的定義。近代相關研究的參考目錄則以標準格式寫成，以方便學生查閱其出處，並學習正確的學術研究體裁。然而，我們省略了戰前與古典實驗的參考目錄，這些實驗普遍都是以標準介紹文本(standard introductory texts)的形式寫作而成，我們假設學生對這些實驗的部分或許更易於參考後來的資料來源。

期望這本書不僅作為一本有助於在健康照護領域中研習心理學課程的教科書，更期盼能培養讀者的興趣，瞭解心理歷程如何影響人們認識健康與病痛。

Sheila Payne

Jan Walker

譯序

花了好長的時間，這本書的翻譯工作終於完成。當初接到這本書的時候，對於自己擔任這本書的翻譯工作，在能力上感到遲疑，即使在心態上自己是相當願意為這本特別適用於護理與照護專業人員的心理學教科書盡一份心的。

在當時任教於輔仁大學醫學院心理復健系（現更名為臨床心理系）的哲學博士蕭宏恩副教授（目前任教於元培科學技術學院通識教育中心，專任副教授兼主任）的鼓勵之下，於是初生之犢不畏虎地接下了這份對譯者而言其實是有些艱難的翻譯工作。蕭副教授以其多年致力於哲學在應用科學範疇中的具體實踐、從事醫護倫理等相關研究、以及任教於護理系教授護理倫理的經驗，在看過本書後，認為這本書專為護理與照護人員量身訂作，對國內學習護理與照護專業的學習者在專業技能與專業態度（亦即技術面與倫理面）兩方面，都能提供良好適當的學習與啟發，正符合護理與照護專業在心理學方面的學習需求；蕭副教授的鼓勵讓譯者有了著手翻譯的衝動，同時恩師也在本書的翻譯工作中提供了許多書中與知識論及認識論有關的專業知識與指正。

翻譯工作一旦開始，便發現困難猶如排山倒海而來！為了能夠中肯適切地將嚴謹典雅兼具的英式英語，在盡可能符合信雅達原則的前提下，轉換成適合完全沒接觸過心理學相關知識的護理與照護專業的學習者能夠接受的語言，譯者複習了原本習以為常的心理學相關知識、閱讀了護理照護專業的相關書籍、求教於護理專業的師長與臨床工作者、詳加研究作者所用字彙的原意、並一再地反覆校對，以期能正確傳達作者精闢的文字，並減少來自

語言文化差異所造成的謬誤。

這樣的堅持，或者可能是缺乏自信，讓本書的翻譯工作陷入了長期抗戰，所幸弘智文化公司李茂興先生的寬容與支持，讓譯者能在工作繁重之餘，仍能有充裕的時間、沒有壓力地完成譯作，使得本書雖經難產，但終能誕生。

本書的順利完成，實為許多熱心的朋友所共同成就：首先感謝心理復健系的同窗許馨仁小姐的信任與推薦，並接受譯者擔心由多名譯者共筆可能因角度的個別差異而對原著產生不同觀點詮釋的憂慮，慷慨地讓譯者獨力完成翻譯工作；摯友陳仲辰先生在翻譯過程中付出其寶貴的時間，提供大部分文書處理與校對工作上的協助，並包容譯者在許多方面的要求與挑剔；還要感謝許多師長及其個人所擁有的人際網絡、與譯者曾共事過的護理同仁，願意不吝提供其專業知識與工作經驗，成為譯者求助的智囊團；更要感謝譯者就讀於輔仁大學醫學院心理復健系時的所有師長，給予譯者不只是心理專業的教導，更重於人文素養的培育，讓譯者在譯作過程中對倫理相關議題的捕捉，能夠更加地謹慎留心。

隨著翻譯工作的進行以致完成，譯者感觸良深地發現：翻譯工作需要的不只是英文能力，更在於國文素養！為此譯者要特別感謝求學過程中曾教導過譯者的各位國文老師與英文老師，謝謝您們對譯者盡心盡力地傳道授業解惑，希望譯者對本書的翻譯工作沒有辱沒了您們的教導。

「……得之於人者太多，出之於己者太少。因為需要感謝的人太多了，就感謝天吧！」

徐溢謙

民國九十四年二月於苗栗

目錄

序.....	1
譯序.....	3
第一章 心理學導論	13
什麼是心理學？	14
健康照護中的心理學	15
研究心理學	16
心理學理論的應用	18
個案研究：安安	18
以行為取向處理安安的焦慮	19
以認知取向處理安安的焦慮	22
心理動力取向	24
人本取向	28
以其他取向了解心理問題	34
什麼是心理學家？	38
精神科醫師與心理學家之間的差異	38
教育心理學家	39
職能心理學家	39
臨床心理學家	40
健康心理學家	40
摘要.....	41
延伸閱讀	42