



全国高等医药院校护理系列教材

总主编 翁素贞

QUANGUO GAODENG YIYAO YUANXIAO HULI XILIE JIAOCAI

护理心理

主编 刘晓虹



复旦大学出版社

全国高等医药院校护理系列教材

护理心理

总主编 翁素贞

主 编 刘晓虹

副主编 吴 菁 付艳芬 王艳波

编 者（按姓氏笔画排序）

付艳芬 大理大学护理学院

邢国媛 天津医学高等专科学校

刘艳辉 天津医学高等专科学校

刘晓虹 第二军医大学护理学院

王艳波 同济大学医学院

吴 菁 第二军医大学护理学院

胡 菁 上海杉达学院

雷 璇 嘉兴学院医学院护理系

图书在版编目(CIP)数据

护理心理/刘晓虹主编. —
全国高等医药院校护理系
ISBN 978-7-309-11239-9

I. 护… II. 刘… III.

中国版本图书馆 CIP 数据

护理心理

刘晓虹 主编
责任编辑/肖 英

复旦大学出版社有限公司出版发行
上海市国权路 579 号 邮编:200433
网址:fupnet@fudanpress.com http://www.fudanpress.com
门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853
外埠邮购:86-21-65109143
常熟市华顺印刷有限公司

开本 787×1092 1/16 印张 15.75 字数 328 千
2015 年 7 月第 1 版第 1 次印刷
印数 1—5 100

ISBN 978-7-309-11239-9/R·1437
定价:40.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。
版权所有 侵权必究

内容提要

本教材紧扣高职护理专业人才的培养目标,注重结合实例、深入浅出,教材内容力求简明清晰、重点突出,除满足学生知识结构的心理学基础内容,还有“护士角色人格”等有益于指导护士职业心理发展的理论知识和胜任岗位职责的“临床心理护理”理论与技能,以引领高职护理专业学生较全面掌握必备的心理学知识,了解其优化职业心理素质、增强心理护理能力的目标 and 价值。书中重点引入“心理过程”、“个性”等基础心理学的相关理论和知识;以“应激与健康”为主题,介绍应激、应对等机制与健康及疾病的关联;并把“人际关系与护患沟通”,以及社会心理学的相关知识与护理实践相结合,对护士学习“护患沟通的常用技巧”颇有裨益;并从“患者的心理反应规律与特征”到“非精神疾病人群的临床心理评估”,再从“心理咨询与心理治疗简介”到“心理护理的知识要点与临床实践”,既借鉴“心理评估、咨询、治疗”经典知识,又突出专业特色,并融入了近年来国内外学者开展心理护理研究的理论性、工具性成果,有助于高职学生的学以致用。

全国高等医药院校护理系列教材

编写委员会名单

总主编 翁素贞

编 委 (按姓氏笔画排序)

叶文琴	叶志霞	刘晓虹	刘薇群	孙建琴
张雅丽	姜安丽	施 雁	席淑华	席淑新
徐筱萍	栾玉泉	曹新妹	章雅青	黄 群
程 云	蒋 红	楼建华		

秘 书 虞 焱

序

护理学属于医学的重要分支,在人类健康发展的历史长河中,医学因它的存在而生动,生命因它的奉献而灿然。幸福人生是一种超然的状态,在人们通往健康的大道上,每天都在演绎着心灵的故事,无论是个人还是家庭,患者还是健康者,均有可能接触到医学护理,通过这一“生命驿站”将健康之光代代延续。无疑,护士(师)在任何时代都是最有医学使命和文化责任的崇高职业,之所谓:赠人玫瑰,手有余香。南丁格尔——在我们的精神世界是最为圣洁的使者,她创造了历史的永恒!

今天,我们生活的世界无限扩展,生命的长度不断延伸,这给我们的护理学科带来了空前发展的机遇。护理学是以维护和促进健康、减轻病痛、提高生命质量为目的,运用专业知识和技术为人民提供健康服务的一门科学。随着人类疾病谱改变、社会结构转型及人口老龄化发展趋势,公众对护理服务的需求和护理质量提出新的要求,亟需医药院校培养更多的具有国际化视野、适应我国国情特点的技能型护理人才,护理的职业教育前景广阔。护理职业教育必须着眼于职业教育与护理专业这两个基本特征,而编撰一套符合我国护理职业教育特点、紧密与临床实践结合、权威而有新意的护理学教材显得尤为重要。

为了进一步贯彻、落实《国家中长期教育改革和规划纲要(2010~2020年)》关于“大力发展职业教育”的精神,我们汇集了上海市护理界临床、教学方面的资深专家,并整合全国医药高等职业学校护理专业方面的优质资源,策划、编写了本系列护理教材。在编写过程中,我们特别强调结合临床护理的实际需要,忠实体现以“任务引领型课程”为主体的理念与编写思路,以确保教材的编写质量。全套教材包括主教材、实训指导、习题三大部分。其中主教

材又分为基础课程、核心课程、专业方向课程、人文素养课程 4 个版块,并配套课件、操作视频和教学资源网络平台。

本系列教材针对护理职业教育的实际情况,突出以下特点:内容设计上,以理论知识“必须和够用”为原则,着重于对学生解决问题能力的培养,在技能方面体现其最新技术和方法,以保持教材的科学性与前沿性;体例编排上,突出能力培养特点,以“案例导入”为特色,引入启发式教学方法,便于激发学生的学习兴趣;版面设计上,采用目前国际流行的教材版式,风格清新,特色鲜明,版面活泼。此外,以模块结构组成教材,既可以适应职业教育大众化、技能教育大众化的新要求,又能达到“可教学可自学,可深学可浅学,可专修可免修”的教学目的,方便教师教、学生学,同时可以使职业教育学分制具有实际意义。

衷心希望本系列教材能得到护理学科广大师生的认同和喜爱。教材中难免存在疏漏和错误,恳请各院校师生和护理界同仁不吝指正,以便在修订过程中日臻完善。

上海市护理学会理事长



2015 年 5 月 1 日

前言

《护理心理学》教材经 20 多年建设已取得长足发展,对培养及优化护士的职业心理素质、满足广大临床护士掌握护理心理学系统理论知识和临床心理护理实用技能的迫切需求、适应人类健康需求的迅速发展、提升人们身心健康水平,发挥着越来越重要的指导作用。

本教材(为与整套教材名保持一致风格略去“学”字)以深入发展学科理论、充分满足实践需求为指导思想,尝试以护理心理学教学理论研究的新进展、新成果为主线,以充分体现护理专业特色的新框架而组织教材的结构和内容,构成起点较高、特色鲜明的教材;同时兼顾我国护理心理学教学的实际需要,保留部分基础心理学、临床心理学的基础理论知识。本教材以上海科学技术出版社发行的国家“十一五”重点规划教材、2011 年国家精品教材《护理心理学》为蓝本,结合专科教学的实际需求,更强调掌握重要知识点和必备应用技能。

本教材共 10 章,约 25 万字。第一章为绪论,较系统地阐述了护理心理学的性质、对象、任务,护理心理学的历史、现状和展望;第二至第四章为心理学的基础知识,重点简介认识过程、情绪和情感、个性、应激及心身疾病等;第五章重点阐述护士职业心理素质的自我教育和自我管理;第六章为人际关系的基本理论与护患沟通技巧等;第七章主要介绍患者心理的一般规律和常见问题;第八章为非精神疾病人群的临床心理评估;第九章简介心理咨询及心理治疗的主要理论和常用技术;第十章则为临床心理护理的知识要点与实践技能。

本教材的主要特点是:①较全面体现新进展,如第一章绪论所涉及的国内外现状,第五章论及护士角色人格未来形象等均引入

相关新进展;并以护士职业心理素质自我教育和自我管理的新视角,吸纳若干新近研究成果等。②更注重凸显教材特色,如第二至第三章基础心理学知识、第四及第九章临床心理学知识的取舍、第八章临床心理评估的体例和工具选择等均以更贴近护士人群的专业特色为准绳。③更关注自主学习范式,如第五、第十章从理论阐述到列举案例,特别加强了方便学生自学及掌握重要理论和技能的编写手法,有助于学生将优化职业心理素质和实施临床心理护理付诸行动。④更强调学用结合主旨,如各章每个项目编排的案例导入及分析提示,可引领学生学用结合;第十章则明显增强了知识的实用性和可操作性。

为达成精品教材的先进性、实用性,全体编者付诸了很大努力,但本教材尚需接受实践检验,有待逐步完善。由衷希望全国高等护理专业师生及广大临床护士给予本教材热诚关注和宝贵建议,对教材使用中发现的任何问题及时给予指正,以不断趋近精品教材。

本教材编写得到复旦大学出版社的大力支持和参编院校同仁的精诚合作,在此一并诚挚感谢。

刘晓虹

2015年1月

目 录

第一章	绪论	001
项目一	护理心理学的学科性质	001
任务一	概述	002
任务二	护理心理学与其他相关学科的关系	003
项目二	护理心理学的历史、现状和趋势	011
任务一	护理心理学的简史及发展	011
任务二	护理心理学的发展现状及趋势	014
第二章	心理过程	019
项目一	认知过程	019
任务一	感知觉	020
任务二	记忆与注意	023
任务三	思维	026
项目二	情绪	027
任务一	概述	028
任务二	情绪的体验与状态	028
任务三	情绪理论	031
任务四	情绪表达与情绪功能	032
第三章	个性	035
项目一	概述	035
任务一	个性心理结构	036
任务二	个性的特征	036
任务三	人格理论	037
项目二	个性倾向性	039
任务一	需要与动机	040
任务二	心理冲突与挫折	042
项目三	个性心理特征	043
任务一	气质	044
任务二	性格	046

任务三 个性形成的影响因素	050
第四章 应激与健康	053
项目一 健康	053
任务一 概述	054
任务二 健康的影响因素	056
任务三 心理健康维护	057
项目二 应激与应对	059
任务一 概述	060
任务二 应激反应与心理防御机制	065
任务三 应对方式	070
项目三 心身疾病	072
任务一 概述	072
任务二 心身疾病的诊断与防治原则	075
任务三 常见心身疾病及其人格特征	076
第五章 护士职业心理素质的自我教育与自我管理	082
项目一 概述	083
任务一 角色人格与护士角色人格	083
任务二 护士角色人格的形象及历史演变	085
项目二 护士角色人格的要素特质与匹配模式	092
任务一 护士角色人格要素特质的概述	093
任务二 护士角色人格要素特质的主要内容	094
任务三 护士角色人格的匹配模式	096
项目三 护士职业心理素质的自我教育与管理	098
任务一 优化职业心理素质的自我教育途径	099
任务二 优化职业心理素质的自我管理策略	103
任务三 护士身心健康的自我维护	107
第六章 人际关系与护患沟通	112
项目一 人际关系	112
任务一 概述	113
任务二 人际关系的建立与发展	114
任务三 人际吸引的影响因素	116
项目二 护患关系概述	119
任务一 护患关系的概念和特征	120
任务二 护患关系的建立与发展	122

任务三 护患关系的行为模式	124
项目三 护患沟通	126
任务一 概述	126
任务二 护患沟通的影响因素	130
任务三 护患沟通的常用技巧	131
 第七章 患者的心理反应规律与特征	137
项目一 患者的心理反应规律	137
任务一 概述	138
任务二 患者心理需要的主要内容和基本特点	141
任务三 患者心理反应的若干规律	144
项目二 患者的心理反应特征	149
任务一 特殊患者的心理反应特征	149
任务二 其他患者的心理反应特征	153
任务三 患者心理反应的主要影响因素	156
 第八章 非精神疾病人群的临床心理评估	159
项目一 概述	159
任务一 基本概念与主要功能	160
任务二 实践意义与实施原则	161
项目二 常用方法	162
任务一 观察法	163
任务二 访谈法	165
任务三 量表法	167
项目三 心理评定量表	170
任务一 概述	170
任务二 标准化心理评估的基本特征	171
任务三 临床常用评定量表	173
 第九章 心理咨询与心理治疗简介	186
项目一 概述	186
任务一 心理咨询概述	187
任务二 心理治疗概述	192
任务三 相关原则	194
项目二 心理咨询与心理治疗的理论和技术	197
任务一 心理咨询与心理治疗的关系	197
任务二 心理咨询与心理治疗的常用理论与技术	198

第十章	心理护理的知识要点与临床实践	212
项目一	心理护理概述	213
任务一	心理护理的定义及简析	214
任务二	心理护理与其他护理方法的区别及联系	215
任务三	心理护理与整体护理的关系	216
任务四	心理护理的主要实施形式	218
项目二	心理护理的要素及其作用	219
任务一	心理护理的基本要素	220
任务二	心理护理基本要素的作用	221
项目三	临床心理护理的流程与实施	223
任务一	临床心理护理的基本流程和实施步骤	225
任务二	临床心理护理过程中的评估及干预	228
任务三	临床心理护理的其他干预策略	233
	主要参考文献	238

第一章 绪论

学习目标

1. 准确表述护理心理学的学科性质。
2. 简述护理心理学作为新兴的独立学科的内因动因。
3. 简述护理心理学的发展简史。
4. 简述护理心理学的国内外现状及未来发展趋势。
5. 比较护理心理学与现代护理学的异同。
6. 比较护理心理学与医学心理学的异同。
7. 明确护理心理学与社会心理学的关联。
8. 综合相关理论,阐明我国发展护理心理学的时代背景和重要意义。
9. 试举例说明护理心理学与优质护理服务的关联。

项目一 护理心理学的学科性质

案例导入

20 世纪 90 年代中期的一次全国性专题学术研讨会上,与会者根据会议主持人的提议,围绕着“什么是护理心理学”展开了热烈的讨论。有人说:“护理心理学当然是医学心理学的分支喽”;有人说:“护理心理学是研究患者康复护理过程中的心理问题”;也有人说:“心理护理是研究护理领域中人的心理活动规律的学科”;还有人说:“护理心理学不就是大家所熟悉的‘心理护理’吗?”……与会者以各自的认知畅所欲言,各抒己见,争论不休,彼此都觉得对方说的有道理,但一时半会儿却无法达成共识。期间,一位有临床医生背景的护理学专家郑重地向与会者提出了更值得深思的问题:“美国就没有护理心理学,为什么我们中国要有护理心理学呢?”

分析提示

护理心理学以其“新兴学科”被列为我国高等护理教育的主干课程之一,这个学科究竟如何定位,其主要对象和任务是什么,是学习这门课程首先要解决的问题。很多临床护士弄不清该学科的基本概念,把护理心理学称为“心理护理学”,又把心理护理称作“护理心理”。

任何一个新兴学科的学科性质明确与否,对其学科发展具有导向性。学科性质的界定对学科发展的作用,如同飞机的导航系统、汽车的方向盘,倘若导向定位出现明显误差,势必产生“动力系统越大,偏离运行轨道越远”的结果。同理,若不能准确定位护理心理学的学科属性,该学科的发展就会思路不清、方向不明。多年以来,广大临床护士开展护理心理的积极性就如同同一匹超强驱力的“发动机”,但如果对学科性质等导向性问题理解有误,实际运行时就可能出现“驱力越大,偏离既定目标越远”等适得其反的结局。

任务一 概述

一、护理心理学的定义及其特征

1. 定义 护理心理学(nursing psychology)是从护理情境与个体相互作用的观点出发,研究在护理情境这个特定社会生活条件下个体心理活动发生、发展及其变化规律的学科。

定义所指“个体”,包括护士和护理对象。护理心理学在护理情境这个特定社会生活条件下,必须同时掌握护士、护理对象两类人群的心理活动规律。

表述“护理情境”为“特定的社会生活条件”,指护理情境并不局限于医院。此外,广义的“护理情境”还包括所有影响护理对象、护士心理活动规律的社会条件。

2. 定义的特征 护理心理学的定义主要体现在以下3个特征。

(1) 注重护理情境与个体之间的相互作用:是指研究个体心理活动的规律,必须注重护理情境与个体的相互作用。例如,对护理对象个体心理活动规律的研究,既要了解护理对象个体心理活动如何受护理情境中其他个体或团体的影响,也要了解护理对象个体心理活动如何影响护理情境中的其他个体或团体。

(2) 重视护理情境的探讨:指不同护理情境对个体心理活动的影响。以接受紧急救治的急性心肌梗死患者的护理情境为例,若十分恐慌的患者感受到医护人员镇定自若且医术娴熟、井然有序的处理,他就可能放松高度紧张的情绪,产生有利于疾病转归的心理活动;反之,若患者面对着杂乱无序的场合,以及医护人员的惊慌失措、手忙脚乱等,他原本高度的紧张则会加剧,产生导致疾病恶化的心理活动。

(3) 强调个体的内在心理因素:指相同护理情境下,个体可因心理因素不同而发生不同的心理反应。以癌症患者为例,乐观、开朗、坚强的个体与悲观、忧郁、软弱的个体,对罹患癌症的同一事件可产生截然不同的心理活动,说明个体内在心理因素在特定情境中对自身心理活动具有决定性影响。

二、护理心理学的基本属性

1. 护理心理学是交叉的边缘学科 护理心理学是介于心理学和护理学之间的交叉

学科,同时也是具有浓重人文色彩的边缘学科,该属性由其研究对象——“人”的特点所决定。护理心理学既需要用心理学理论阐明护理过程与护士、患者个体间的相互作用,揭示其心理学规律,体现学科“以人为本”的功能和作用;还需要广泛吸收医学、护理学等学科的研究成果,以护理领域为学科生长的沃土,以心理学视角协同解决护理领域中其他学科未能涉及的问题。护理心理学是现代医学、护理学迅速发展的需求,是心理学应用研究向护理领域渗透的结果。

2. 护理心理学是新兴的独立学科 此学科性质特指:护理心理学已从心理学和护理学的共同孕育中脱胎而出,成为具有独特观点及专门体系的新兴学科,这从我国“九五”以来明确把《护理心理学》列入普通高等教育国家级重点教材即可佐证。

任何新兴独立学科的诞生,都必有促其产生的内外动因,护理心理学也不例外。

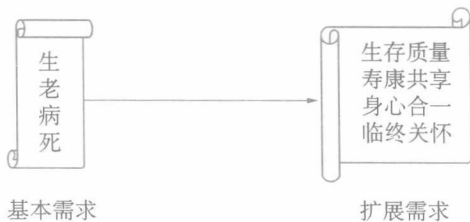
护理心理学的主要外在动因是人类健康观念变化、医学模式转变、护理体制变革等,护理领域越来越多地面对人们的心理健康问题,专业人才的原有知识结构已无法支撑其胜任份内职责,必须协同心理学等人文学科知识共同应对。

护理心理学的内在动因则包括两个基本条件:①通过心理学应用学科等对护理领域的渗透,护理心理学有了“理论指导实践,实践再丰富和完善理论”的积累过程,促使其学科理论构建有序地趋向成熟;②一大批拥有心理学知识、高等教育培养的护理人才积极参与、深入探索护理心理学的应用研究,并不断取得成果,且后者是促使护理心理学成为新兴独立学科的最基本内在动因。

任务二 护理心理学与其他相关学科的关系

一、与现代护理学的关系

护理学前冠以“现代”二字,学科内涵便丰富许多。仅以人类的“生老病死”为例,生物医学模式的传统护理学只能满足人们的基本健康需求;而伴随“生物-心理-社会”医学模式的现代护理学,则把人们“生老病死”的基本需求演绎为“讲求生存质量、强调寿康共享、注重身心合一、倡导临终关怀”等健康的扩展需求(图1-1)。



基本需求

扩展需求

图1-1 人类健康的基本需求与扩展需求

现代护理学的全新、多元化进展,为护理心理学的纵横驰骋提供了广阔空间,两者的关系主要体现在以下三方面。

1. 护理学家的贡献 有学者指出,当今大力倡导的整体护理,实际上是对南丁格尔的护理理念的回归;护理心理学学科框架的创立,首先应归功于南丁格尔。她的“护理是一项精细的艺术”、护理目标应定位于促使“千差万别的人达到治疗或康复所需的最佳身

心状态”等观点,至今仍深刻地影响着护理心理学乃至整个护理学科的发展。20 世纪中叶,护理学家奥利维亚提出“护理应增进患者的精神和身体健康,加强健康教育,包括患者及其环境、家庭、社会的保健”等见解,也是当今护理心理学理论体系的重要构成。20 世纪 60 年代后,美国护理学家创立的责任制护理,特别注重对患者实施身心的整体护理,其中把心理护理(psychological care)作为重要组成部分;纽曼、奥兰多、华生等护理学家以其心理学学位背景创建的护理理论,无不展现出护理学领域与心理学发展的紧密关联,也借此对护理心理学的学科发展提出了更迫切、更具体的要求,护理心理学逐渐被推至关系整个护理学科发展的前沿和支柱地位。

2. 护理心理学的学科领域有别于护理学 护理心理学作为交叉边缘学科,既离不开护理学科的基本范畴,又独有护理学科尚未涉及的范畴。护理学始终以服务护理对象为主要目标;护理心理学则既关注护理对象的心理健康,亦关注护士的心理健康。如以护理心理学的视角,维护护士的职业心理健康,即是间接维护护理对象的心理健康,二者同等重要。结合前述案例分析中部分业界同行所持“护理心理学就是心理护理”的观点,便可知其对护理心理学存在着认知的误区,也可明晰学习护理心理学基本属性的重要意义。

即使护理心理学是面向护理对象的服务,其也与护理学在研究重心、路径、方法及研究者知识背景等方面有较显著区别(表 1-1)。

表 1-1 护理心理学与护理学的护理对象侧重点比较

比较内容	护理心理学	护理学
工作目标	“促进心理健康”为重心	“促进健康”为重心
侧重点	强调社会环境	重视环境因素
运作方式	激发内在潜力,调动主观能动性,心理调节为主	借助外界条件或物质途径,以生化、机械、物理方式为主
实施对策	准确评估患者心理、规范应用模式、优化护士职业心态等	美化环境、提供舒适、保障安全等
实施者的知识结构	系统、深入的心理护理理论与技能	普及的心理学知识、技能

3. 护理心理学是我国护理学科发展的支柱学科 从 20 世纪“九五”期间教育部把“护理心理学”列入我国高等护理教育的主干课程,到 21 世纪初我国将护理心理学列入学科发展主题及研究生培养方向,再到该方向的博士生培养、开启博士后流动站等,均足以确立该学科的重要地位,以下主要从 5 个方面逐一阐述。

(1) 符合新时代的学科发展趋势:一方面,“21 世纪人人享有卫生保健”的全球性战略目标,既充分体现了人类健康需求的飞跃发展,也促使了护理学科更多面对与疾病、健康相关的心理学问题;另一方面,与心理因素密切相关的心脑血管疾病、癌症等跃居疾病谱和死亡谱前列并占据相当比例,社会变革与激烈竞争迫使人们的身心健康越来越多地遭遇心理失衡的威胁。我国 2008 年 1 月 23 日经国务院第 206 次常务会议通过、自 2008