

现代美容专业教材

XIANDAI MEIRONG ZHUANYE JIAOCAI

国际美容医学教育学会(澳门)
中国保健协会美容保健教育专业委员会

指定教材

美容

实用心理学

侯在恩 贾树华 吴月兰 主编
侯嘉玫 张 滨

MEIRONG
SHIYONG XINLIXUE



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

美容

MEIRONG SHIYONG XINLIXUE

实用心理学

主 编 侯在恩 贾树华 吴月兰
侯嘉玫 张 滨



 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

美容实用心理学/侯在恩等主编. —北京:人民军医出版社, 2008. 2

ISBN 978-7-5091-1453-7

I. 美… II. 侯… III. 美容—医学心理学 IV. R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 009692 号

策划编辑:崔玲和 文字编辑:施逢文 责任审读:余满松

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱

邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300—8139

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷:三河市春园印刷有限公司 装订:春园装订厂

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:8 字数:169 千字

版、印次:2008 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

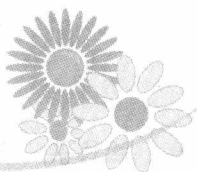
印数:0001~4000

定价:25.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内容提要



根据美容实用心理学在美容保健领域临床的实际需要,全书分4章,分别为绪论、心理学基础知识、美容心理学实用理论和美容心理学在美容保健临床的应用。为便于从事美容保健工作的初学者掌握,本书着力把冗长繁杂,艰涩难懂的心理学理论予以规范化,使之符合临床思维特点,便于临床应用。本书内容丰富,通俗易懂,涵盖面广,层次清晰,适合美容业和保健业从业人员、医学美容单位医技人员(如文刺师、医学美容师等),医学美容、生活美容、美容保健专业院校的专科和中等学历教育及短训班教学使用。

编著者名单

主 编 侯在恩 贾树华 吴月兰 侯嘉玫
张 滨

副主编 金宏英 陈付松 侯东梅 祁景伟

编 者 (以姓氏汉语拼音为序)

陈付松 中山市劳动和社会保障局教授

顾 威 大连医科大学教授

侯东梅 美国加利福尼亚大学博士后

侯嘉玫 美国佛罗里达大学博士后

侯 帅 国际美容医学教育学会中国总部讲师

侯在恩 大连医科大学教授

贾树华 大连医科大学教授

金宏英 大连医科大学教授

柯小宁(澳门籍) 国际美容医学教育学会澳门特
区总部教授

刘 纯 国际美容医学教育学会中国总部讲师

刘 微 大连医科大学讲师

潘婉仪(澳门籍) 国际美容医学教育学会澳门特
区总部教授

祁景伟 日本群馬大学博士后

吴月城 国际美容医学教育学会中国总部教授

吴月兰 大连医科大学副教授

张 滨 美国佛罗里达大学博士后

张 锐 美国蒂芬大学博士后

前言



我国生活美容业兴旺已 20 余年,成为几乎涉及千家万户的新兴服务行业。长期以来,生活美容业被误认为仅仅是一个服务行业,而且是一个低层次的没有什么学术内涵的行业。由于历史的原因,使这个行业的入门门槛很低,也确实有些滥竽充数、混迹其间者。时值 21 世纪,我国加入了 WTO,各行业都面临着与国际接轨的问题。美容业虽然起步较晚,但却有一个特殊的优势,那就是从其兴起之时,就有一些学术界的有识之士跻身其间,他们努力走出了一条包括港澳台同胞和海外同行都在探索所未果的道路,那就是给美容业找到了学术上的归宿,确认了生活美容在学术上隶属于现代医学范畴,是医学美容的重要组成部分。

这一结论的得出,对美容界不啻是一场革命,为痴迷徘徊的美容界指明了“突围”之路,结束了长期以来生活美容界学术上“无定所”的尴尬历史,大大提升了美容界的社会地位,使其从业人员成为现代医务工作者队伍中的一员,心理素质也大幅度的提高,从单一追求利润的“老板心态”,提升到把服务对象提供一流服务放在首位的“医生心态”。

鉴于此,作为美容医学高等教育的创始人,笔者于2000年提出了以培养懂医美容师为宗旨的“现代美容”理念,这一理念得到了卫生部直属的中国保健协会美容保健教育专业委员会的全面认同和大力支持。该专业委员会以“崇尚学术,拓展真诚,架构健美,福祉人生”为行为准则,几年来奋力拼搏,终于使这一适合我国国情、利于提升美容从业人员素质的“现代美容”理念得以升华,得到广大生活美容从业人员和学术界的首肯,从而使生活美容界摘掉“医盲”的帽子,从不懂医到懂得了相应的医学知识和技能,成为一个符合美容市场急需的懂医的美容行业。如是,每年几十万例次的美容纠纷和事故可望大大减少。我国美容界跻身世界美容前列的企盼可望早日实现。这本《美容实用心理学》就是在这样一个历史氛围下产生的。

心理学是当代每个医务工作者都必须掌握的必修课,作为现代懂医的美容师和美容保健师,当然也必须学习和掌握。因此,编写中注意到“三基”(基础理论、基本知识、基本技能)和“五性”(思想性、科学性、先进性、启发性、适用性)的要求。由于生活美容和保健不是治疗医学,不要求掌握过于高深的知识和技能,而心理学又是涉及多学科的边缘学科,有些理论艰涩难懂,有些观点尚属探索阶段,因此,我们在本书编撰中从强化“实用”角度做了下述尝试:一是将内容按临床思维程序做了编撰,全书分四章,第1章为绪论,第2章为心理学基础知识,第3章为美容心理学实用理论,第4章为美容心理学在美容保健临床的应用,使初学者对心理学全貌有所了解;二是围绕非手术美容对心理学相关内容做了大幅度取舍,力争重点突出、深入浅出,如较全面介绍了基础理论,而对心身疾病等纯治疗范畴的内容予以大幅度删减。作为新的探索,上述两点尝试肯

定还不够成熟,我们会竭力使之日臻完善。本书正式出版前,曾在澳门特区由我专业委员会和澳门镜湖护理学院、澳门生产力暨科技转移中心合办的首届“现代美容培训班”上宣讲,并在广东省中山市高级技工学校现代美容专业中专班和上海电大行知学院现代美容大专班进行了历时2年的教学实践。2005年6月还在卫生部人才培训中心和中国保健协会合办的首届全国文刺师指导教师培训班上宣讲了部分章节,均证明了本书的通用性、实用性、先进性,以及其学术价值和科学价值。为使本书内容尽可能全面准确,在编写中得到了众多学者和有识之士的鼎力相助,并参阅和收录了国内外学者的一些著述,在此一并致谢。感谢各位同道的辛勤劳动、无私奉献,感谢各位对本书给予的理解和厚爱。

由于编者水平有限,错谬之处切望海内外同道予以指正,便于再版时补正。

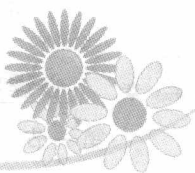
中国保健协会美容保健教育专业委员会会长
大连医科大学美容医学院首任院长

侯在恩

2006年7月9日

于国际美容医学教育学会(中国澳门)

目 录



第 1 章

绪 论

(1)

第一节 概述 / 1

一、心理概念 / 1

二、心理学概念 / 4

三、美容心理学发展简史 / 6

附:美容手术患者的“马鞍型”心理特点 / 8

四、美容心理学的研究对象和任务 / 12

五、心理学基本理论 / 13

第二节 美容心理学的研究原则和方法 / 22

一、美容心理学的研究原则 / 22

二、美容心理学的研究方法 / 23

第三节 美容工作者学习美容心理学的意义

/ 27

一、美容的医学属性决定美容工作者必须
懂得心理学 / 27



- 二、做好心理诊断,指导美容实践 / 27
- 三、帮助顾客改善体象 / 29
- 四、争取肯定的心理定势 / 29
- 五、理解美欲的社会需要,提升职业心态 / 30

第2章 心理学基础知识 (31)

第一节 心理过程 / 31

- 一、认知过程 / 31
- 二、情绪和情感过程 / 63
- 三、意志过程 / 75

第二节 心理定势 / 83

- 一、定义 / 83
- 二、构成定势的心理因素 / 83
- 三、定势的意义 / 84
- 四、美容求术者心理定势 / 84

第3章 美容心理学实用理论 (86)

第一节 审美心理 / 86

- 一、美感 / 87
- 二、美欲 / 93
- 三、体象 / 96

第二节 人格 / 99

- 一、概述 / 99
- 二、人格的组成 / 104
- 三、人格心理特征 / 105
- 四、人格心理倾向性 / 120

五、人格障碍 / 129

第三节 挫折 / 133

一、概述 / 133

二、挫折的忍受力 / 134

三、心理防卫机制 / 135

四、心理危机干预 / 144

第4章 美容心理学在美容保健临床的应用 (149)

第一节 心理诊断 / 149

一、概述 / 149

二、心理测验定义 / 150

三、心理测验常用概念 / 150

四、标准化心理测验的技术指标 / 152

五、心理测验的分类 / 154

六、心理测验的注意事项 / 157

七、心理测验应遵循的原则 / 158

八、美容常用心理测验方法 / 158

第二节 心理保健 / 171

一、概述 / 171

二、心理障碍 / 174

三、美容保健师服务群体的心理保健 / 177

第三节 心理咨询 / 180

一、概述 / 180

二、心理咨询师应具备的条件 / 193

三、心理咨询应注意的问题 / 194

第四节 心理治疗 / 195

- 一、概述 / 195
- 二、心理治疗的分类 / 199
- 三、心理治疗的原则 / 200
- 四、心理治疗常用的方法 / 201

第五节 美容工作中的人际关系 / 217

- 一、概述 / 217
- 二、美顾沟通 / 221

附：实验用表 / 231

- 实验用表 1 气质问卷调查表 / 231
- 实验用表 2 气质类型计分表 / 234
- 实验用表 3 抑郁自评量表 / 235
- 实验用表 4 焦虑自评量表(SAS) / 237
- 实验用表 5 SDS 与 SAS 的评估标准 / 238

第1章 绪论

第一节 概述

一、心理概念

(一)定义

何谓心理? 简言之,心理是脑的功能,是对客观现实的主观反映。当客观现象作用于人脑并引起人脑的活动时,就产生了心理活动。

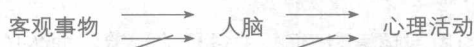
在我们的周围环境中,有各种各样的现象。而人的心理现象是自然界最复杂、最奇妙的一种现象。现代科学研究,证明心理活动不论简单还是复杂、低级还是高级,其生理机制都是反射活动,由于脑在反射活动中引起的异常复杂的联系和转换作用,即整合作用。如同一刺激可引起不同反应。而决定转换的,既有同时接受的刺激,又有过去经历过的刺激,以致使联系达到无限复杂的程度。从而使心理活动变得异常复杂。人眼可以看到五彩缤纷的世界,人耳



可以聆听旋律优美的钢琴协奏曲,即为感觉和知觉;人脑可以存储异常丰富的知识,事过境迁仍能回忆起来,此即记忆;人有“万物之灵”的智慧,人自己去思想、探讨自然和社会的各种奥秘此即为思维;人还能根据自己的经验体会想出自己从未经历过的事物,即为想像;这些统称为人的认知活动。人在认识客观事物时,持有一定的态度和体验,即为情绪活动。人还有七情六欲,他们能通过活动使周围世界符合自己的目标,这种心理活动称为意志活动。认识、情绪、意志活动的发生、发展和完成的过程叫心理过程。总之,人类关于自然和社会方面的各种知识,在认识世界、改造世界方面所取得的一切成就,都是和人脑的心理存在和发展分不开的。

(二)心理的实质

经过漫长的生物进化历程,人类因为有了高度发达的大脑,而成为自然界万物的主宰。人脑是世界上最复杂的系统。人的心理是人脑对客观现实的反映。当客观事物作用于人脑并引起人脑的活动时,才产生心理活动,并通过活动的形式表现出来。人的头脑只是反映客观现实的物质器官,只是人的心理产生的自然前提,脑本身不能自然地产生各种心理活动,没有客观事物作用于人脑,心理便不可能产生。



从辩证唯物主义观点看,心理是在实践活动中客观现实在人脑中的主观映象,即人脑对客观现象能动的反映。也可以说心理是脑的功能,脑是心理活动的场所,二者是功能与结构的关系。人脑对客观事物的反映并不是像镜子一样里面和外面的东西一个模样,只是个简单的物理现象。人脑不仅要反映当前的事物,还要反映过去经历过的事物,从而产生事物的映像,是观念的东西。

1. 脑是心理活动的器官 心理是人脑的功能,人脑是心理活动的器官。人脑发育不良,或受到伤害,人的心理也会出现问题。人的心理现象随着神经系统的产生而出现,同时随着神经系统的逐步发展而不断完善。从动物进化过程发现,有了神经系统才有了心理活动,脑越复杂,心理活动也就越复杂。在自然界,植物和无机物没有心理,没有神经系统的动物也没有心理。人的大脑是神经系统发展的最高产物。

各种心理活动的产生以脑的生理活动为物质基础,心理生理和医学临床研究表明,大脑的不同部位与不同的心理活动有关。莫斯科大学著名心理学家鲁利亚(A. Luria)认为,人的心理的功能定位不仅限于脑的皮质区域,还应该包括系列协同工作的脑区复杂系统,其中的每个区与心理活动又有不同的联系。

鲁利亚设想人脑有3个功能系统或功能联合区,分别是调节紧张度与觉醒状态的联合区,信息的接收、加工和储存联合区以及制定活动程序、调节和控制行为联合区。这3个功能联合区,分别具有不同的功能,但它们并不是完全独立地进行活动,而是相互联系、相互协调地完成每一项复杂的心理活动。

2. 客观现实是心理活动的源泉 脑是心理活动的器官,但只是为心理活动提供了物质基础,本身还不是心理活动。

客观现实是心理活动产生的源泉。各种心理现象都是客观事物作用于人的感觉器官,通过大脑活动而产生的。离开客观现实来研究人的心理现象,心理就成了无本之木、无源之水。

客观现实包括自然环境和社会环境,还包括我们人类自己。人类的各种心理活动无论是简单还是复杂,都可在客观现实中找到它的源泉。彩虹是光波作用于我们的视觉器官而引起的视觉,音乐是声波作用于我们的听觉器官而引起的听觉,美容保健师对顾客的诊



断依据也和医师对病人的诊断依据一样,是顾客的症状、体征以及在疾病过程中的各种病理表现的相互关系。即使是科幻、神话中的虚构形象,其原始材料也同样来自客观现实。

3. 社会实践是心理活动产生的基本形式 人脑对客观现实的正常反映不是简单的机械的复制、摄影和翻版,而是一种能动的主观反映。人的心理是一种主观映象,这种主观映象可以是事物外部的形象,也可以是内在的体验,还可以是公式或概念等,它是主观的,不是物质的。

20 世纪 20 年代,在印度的森林里发现了两个“狼孩”。尽管“狼孩”有正常的人脑,周围有自然环境,但他脱离了人类社会,没有人类的社会实践,后来尽管经过教育、改造,但仍只具有狼的本性,而没有正常的人的心理。

由此可见,社会实践活动是人类心理活动产生的基本形式,在心理发展过程中起着积极的重要的作用,这种作用对人早期的影响表现得更为明显和突出。

二、心理学概念

(一)定义

心理学是对行为与心理历程的科学研究,即研究心理过程及其行为的科学。行为是指由观察所见的人类或动物的外显行为,心理现象是每个个体在活动中都要切身经历的,最熟悉的现象。即研究心理现象及其发生、发展规律的科学。心理学一词(Psychology)来自希腊文 Psyche 与 Logos 两个字演变而成,前者是“灵魂”之意,后者是“讲述”之意,合起来的意思是阐释心灵的学问,也翻译成“灵魂的科学”。它以自己特有的研究对象而与其他学科区别开来。心理学是一门科学,与平时人们观察、了解到的一般常识有着严格的区