



全国医护专业“十三五”规划立体化教材
“互联网+医药卫生类专业”立体化教材

护理心理学

HULI XINLIXUE

主编 刘芳 赵阳



含微课



江苏大学出版社
JIANGSU UNIVERSITY PRESS

全国医护专业“十三五”规划立体化教材

“互联网+医药卫生类专业”立体化教材

护理心理学

主编 刘芳 赵阳

 江苏大学出版社
JIANGSU UNIVERSITY PRESS

镇 江

内 容 提 要

本书主要介绍了护理心理学的相关知识,全书共8章,具体内容包括:绪论、心理学基础知识、心理健康、心理应激、心身疾病、心理评估、心理干预和心理护理。此外,附录部分给出了心理评估常用的评定量表与问卷。

本书可作为各类院校护理专业学生学习护理心理学的教材,也可以作为从事护理工作相关人员的学习参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

护理心理学 / 刘芳, 赵阳主编. -- 镇江: 江苏大学出版社, 2018. 12
ISBN 978-7-5684-1040-3

I. ①护… II. ①刘… ②赵… III. ①护理学—医学心理学—医学院校—教材 IV. ①R471

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第296933号

护理心理学
Huli Xinlixue

主 编 / 刘 芳 赵 阳
责任编辑 / 徐 婷
出版发行 / 江苏大学出版社
地 址 / 江苏省镇江市梦溪园巷30号(邮编: 212003)
电 话 / 0511-84446464(传真)
网 址 / <http://press.ujs.edu.cn>
排 版 / 北京金企鹅文化发展有限公司
印 刷 / 北京谊兴印刷有限公司
开 本 / 787 mm×1 092 mm 1/16
印 张 / 12
字 数 / 277 千字
版 次 / 2018年12月第1版 2018年12月第1次印刷
书 号 / ISBN 978-7-5684-1040-3
定 价 / 35.00 元

如有印装质量问题请与本社营销部联系(电话: 0511-84440882)



前言

医学之父希波克拉底曾提出，在医疗活动中要以患者为中心，护理的重要性在于帮助患者抚平心灵，给患者以爱和信心。护理学先驱南丁格尔也将改善医疗环境，加强护理人员与患者的沟通交往，恢复患者的积极情绪作为护理工作中不可或缺的内容。这些思想都为护理心理学的诞生奠定了一定的基础。

护理心理学是护理学和心理学相结合的一门学科，是护理专业的主干课程之一。

本教材的编写遵循教育部、卫生健康委员会关于医药卫生类人才的培养目标，力求做到科学性、先进性、启发性、创新性和适用性相结合。本教材结构完整、层次清晰、体例丰富，具体内容包括：绪论、心理学基础知识、心理健康、心理应激、心身疾病、心理评估、心理干预和心理护理。此外，附录部分给出了心理评估常用的评定量表与问卷。

遵循“三基”“五性”，注重能力培养

在编写过程中，编者遵循“三基”（基本理论、基本知识、基本技能）、“五性”（科学性、先进性、启发性、创新性、适用性）的原则，紧扣专业培养目标，贴近社会发展对高级护理专门人才的实际需求，注重对学生的创新精神和实践能力的培养。在教材内容的广度及深度等方面，以适用、够用、实用为原则进行取舍，以便学生掌握基本理论知识、基本思维方法和基本实践技能。

体例丰富多样，理论联系实践

本教材体例丰富，包含“课堂互动”“知识链接”“典型案例”“小知识”“同步习题”等模块，既丰富了阅读体验，增强了学生的学习兴趣，又通过大量与护理工作结合紧密的案例，使学生能够将理论知识与护理实践结合起来，真正做到学以致用。

立体教学手段，扫码轻松学习

本书配置了“二维码”，提供立体化学习资源，包括形式多样的微课，如调查、动画、访谈等。学生可实现方便快捷的“码”上学习，获得全方位的学习体验。

本书由刘芳、赵阳任主编，马文静、刘会会、陈芳芳任副主编，李爽、李敬敬、刘丽娟、候会娟参与编写。

在教材的编写过程中，笔者参阅了大量国内外论著、教材等文献资料。在此，我们对

这些文献的作者表示诚挚的感谢!

由于护理心理学是一门新兴学科,无论是学科理论还是专业技能都需要进一步发展和完善。编者知识和能力有限,书中的错误及不足之处敬请各位专家和读者批评指正。

编 者

2018 年 11 月

本书编委会

(以姓氏笔画为序)

马文静 (郑州黄河护理职业学院)

刘 芳 (郑州黄河护理职业学院)

刘会会 (郑州黄河护理职业学院)

刘丽娟 (郑州中康医院)

李 爽 (郑州黄河护理职业学院)

李敬敬 (郑州黄河护理职业学院)

陈芳芳 (郑州黄河护理职业学院)

赵 阳 (郑州黄河护理职业学院)

侯会娟 (郑州中康医院)

目 录

第一章 绪论	1
第一节 护理心理学的概念及研究对象	2
一、护理心理学的概念	2
二、护理心理学的研究任务	2
第二节 护理心理学的发展	3
一、护理心理学的萌芽期	4
二、护理心理学的形成期	4
三、护理心理学的发展期	4
第三节 护理心理学相关的心理学理论	5
一、精神分析理论	5
二、行为主义理论	7
三、人本主义理论	9
四、认知理论	11
第四节 护理心理学常用的研究方法	11
一、观察法	11
二、调查法	12
三、心理测验法	12
四、实验法	13
五、个案法	13
同步习题	13
第二章 心理学基础知识	15
第一节 心理现象与心理实质	16
一、心理现象	16
二、心理实质	16

第二节 心理过程	18
一、认知过程	18
二、情绪与情感过程	34
三、意志过程	37
第三节 人格	39
一、人格概述	40
二、人格倾向性	42
三、人格特征	47
四、自我意识	52
同步习题	53
第三章 心理健康	55
第一节 心理健康概述	56
一、心理健康的概念和标准	56
二、影响心理健康的心理与社会因素	58
第二节 优生与胎教	61
一、优生	61
二、胎教	62
第三节 不同年龄段的心理健康	62
一、儿童期心理健康(0~11岁)	62
二、少年期心理健康(12~18岁)	65
三、青年期心理健康(19~44岁)	65
四、中年期心理健康(45~59岁)	66
五、老年期心理健康(60岁以上)	67
同步习题	68
第四章 心理应激	69
第一节 心理应激概述	70
一、应激的概述	70
二、应激的过程	70
三、心理应激与健康	76
四、应对	77
第二节 护理工作中的应激现象	81
一、护理工作中常见的应激源及其影响	81
二、护理工作中应激的应对策略	83
同步习题	84

第五章 心身疾病	85
第一节 心身疾病概述	86
一、心身疾病的概念	86
二、心身疾病的范围	86
三、心身疾病的致病因素	87
四、心身疾病的预防与治疗	89
第二节 常见的心身疾病及其防治	90
一、原发性高血压	90
二、冠心病	93
三、消化性溃疡	94
四、糖尿病	95
五、癌症	97
六、支气管哮喘	99
同步习题	101
第六章 心理评估	103
第一节 心理评估概述	104
一、心理评估的概念	104
二、心理评估在护理工作中的作用	104
三、心理评估的一般过程	105
四、心理评估的实施原则和注意事项	105
五、心理评估人员应具备的素质	106
第二节 心理评估的常用方法	107
一、观察法	107
二、访谈法	109
三、心理测验	111
第三节 护理中常用的心理测验	114
一、智力测验	114
二、人格测验	116
三、评定量表	117
同步习题	119
第七章 心理干预	121
第一节 心理干预概述	122
一、心理干预的概念	122
二、心理干预的类型和范围	122

三、心理干预的原则和注意事项	123
第二节 心理干预的常用方法	125
一、心理支持与疏导	125
二、认知调整与教育	129
三、行为训练	132
同步习题	140
第八章 心理护理	141
第一节 心理护理概述	142
一、心理护理的概念	142
二、心理护理的目标	143
三、心理护理的原则	143
第二节 心理护理的基本程序	144
一、心理护理评估	144
二、心理护理诊断	145
三、制订与实施心理护理计划	146
四、心理护理评价	147
第三节 患者的一般心理	149
一、患者角色	149
二、患者心理需要及心理护理	151
第四节 不同年龄阶段患者的心理护理	154
一、儿童患者的心理护理	154
二、青少年患者的心理护理	155
三、中老年患者的心理护理	156
第五节 特殊患者的心理护理	157
一、危急重症患者的心理护理	157
二、手术患者的心理护理	158
三、疼痛患者的心理护理	160
四、慢性病患者的心理护理	160
五、肿瘤患者的心理护理	161
六、传染病患者的心理护理	162
同步习题	162
附录 常用评定量表与问卷	163
参考文献	180



第一章 绪 论

| 学习目标 |

- ◆ 了解护理心理学的概念
- ◆ 熟悉护理心理学的研究任务
- ◆ 了解护理心理学的发展过程
- ◆ 熟悉护理心理学相关的心理学理论
- ◆ 掌握护理心理学常用的研究方法

在现代护理工作中,患者被看作身心统一的整体。关注患者的心理反应及情绪变化,满足患者心理需求,提高患者自我护理能力,促进患者早日康复,已经成为临床护理的主要目标。与此同时,维护护士的心理健康,对护士进行职业心理素质优化,也成为临床护理工作的专业发展目标。

由此,学习和掌握护理心理学相关的理论知识及实践技能成为护理人员的重要任务。

第一节 护理心理学的概念及研究对象

一、护理心理学的概念

护理心理学是研究护理人员和护理对象心理活动的规律及特点,解决护理实践中的心理问题,以实施最佳护理的一门应用科学。

护理心理学是护理学与心理学相结合而成的一门交叉学科。它既是心理学的一个分支,也是护理学的重要组成部分。

二、护理心理学的研究任务



护理心理学的研究对象和任务

护理心理学的研究任务是将心理学的理论和技术应用于临床护理,指导护理人员根据患者的心理活动规律做好心理护理工作。

(一) 研究患者的心理活动规律及其特点

由于个体的先天遗传因素和后天环境不同,所形成的个性心理是不同的,患病后的心理反应也会各有差异。同时,患者的社会背景、经济状况等也会影响他们的心理活动,导致各类患者的心理变化差异较大,加之患者躯体上的任何疾病都可能引发心理上的障碍,所以,护理人员需要研究各种疾病患者的心理行为变化的一般规律和特殊的心理变化,以实施最佳的心理护理方法。这是护理心理学的重要任务之一。

(二) 研究心理社会因素对患者心理活动的影响

心理社会因素对个体的健康和疾病及其相互转化有着重要影响,因此,护理心理学要研究心理社会因素在疾病的发生、发展和转归过程中作用的途径和规律,了解心理社会因素对患者的遵医行为、治疗效果及患者的生活质量等所产生的影响,以便更好地对患者进

行整体性护理。

（三）研究心理评估和心理干预的理论和技術

护理心理学不仅要研究评估患者心理活动的技术和方法，还要研究对患者异常心理活动进行干预的理论和技術。护理人员要掌握正确的心理评估技术，为患者提供客观准确的心理活动量化测评工具，掌握心理护理所必需的心理干预技术，根据患者的心理问题的性质、人格特征及自身经验等，对患者存在的心理问题进行干预，使其得到解决或缓解。

（四）研究心理护理的理論、技術和方法

针对患者当前存在的和潜在的心理问题及心理特点，护理人员应研究出具体的心理护理技术，在心理健康教育的基础上，选择合适的心理干预办法，制订个性化的心理护理方案。同时，研究如何运用心理学知识和技术促进患者的心身健康，增进患者的全面健康。

（五）研究及培养护士的心理素质

护理人员要对工作表现出高度的责任心，对患者要有同情心，尊重、体贴患者，在承担繁重工作的同时，也要随时准备应对意外和突发事件。要做好护理工作，护理人员必须具备良好的心理素质，有适当的情感表达力和自控力，较好的人际沟通能力，以及较强的挫折、冲突与孤独的容忍力和耐受力。因此，培养良好的心理素质是护理心理学的重要内容。

课堂互动

某门诊注射室。一名护士给患者行肌肉注射给药，“喂，请你把裤子解开。”患者面露难色指了指毫无遮挡的房间：“能不能给挡一挡？”“您这么大了，干嘛还这么讲究？”护士说。患者十分尴尬。

请问，这名护士的做法对吗？应如何做呢？

第二节 护理心理学的发展

护理心理学是在现代心理学和现代护理学发展的基础上逐渐形成与发展起来的。心理学作为一门独立学科的诞生，为护理心理学的诞生和发展奠定了基础、开拓了道路。而南丁格尔创办世界上第一所护士学校使护理工作走上科学的发展道路，促进了护理心理学的形成与发展。

一、护理心理学的萌芽期



护理心理学的发展

19 世纪中叶到 20 世纪 40 年代，医学进入了快速发展的时期，生理学、生物学、微生物学、病理学等医学基础研究逐渐形成并取得快速发展，其研究成果极大地促进了医学的发展，也促进了生物医学模式的形成。在生物医学模式的影响下，护理学理论和实践都以疾病为中心，护理工作实行的是功能制护理，其主要任务是协助医生诊断和执行医嘱。

南丁格尔在建立护理学这门学科时，已经认识到环境对患者的影响。她认为消极的环境会影响患者的情绪状态，应该通过丰富的刺激让患者从情绪上得到恢复。这是护理心理学的萌芽。

二、护理心理学的形成期

20 世纪 40 年代到 70 年代，生物医学模式走向顶峰后开始衰退，其逐渐被“生物—心理—社会”医学模式所取代，护理心理学也逐渐形成并得到认可。

随着社会经济和医学科学的发展，生物因素引起的疾病逐渐被控制，而与心理社会因素密切相关的一类心身疾病（如脑血管疾病、心血管疾病、恶性肿瘤等）高居人类死亡谱榜首。据分析，导致人类死亡的前 10 种原因中，约半数直接或间接与不良的生活方式有关，而不良的生活方式又与心理社会因素直接相关。

“生物—心理—社会”医学模式要求医学把人看成是一个多层次、完整的连续体，在健康和疾病问题上，要同时考虑生物、心理和社会因素的综合作用。在这种医学模式的指导下，护理工作也由功能制护理向整体制护理转变，它不仅重视患者的生理变化，更注重其心理变化。护理模式的转变及现代心理学理论和技术的快速发展，促进了护理心理学的形成，并为其发展奠定了坚实的基础。

三、护理心理学的发展期

20 世纪 80 年代以后，生活节奏的不断加快，对人们保持心理上的健全和情绪的平衡提出了更高的要求。因此，护理心理学得到了快速的发展，心理护理的范围不再局限于医院，而是扩展到社区和家庭；心理护理的对象也由患者扩展到存在潜在影响健康因素的健康人。护理心理学的理论不断得到充实和完善，心理护理的方法和技术也不断增多。

第三节 护理心理学相关的心理学理论

一、精神分析理论

精神分析理论属于心理动力学理论,是奥地利精神科医生弗洛伊德于19世纪末20世纪初创立的。精神分析理论是现代心理学的基石,它的影响远不仅局限于临床心理学领域,对于整个心理科学乃至西方人文科学的各个领域均有深远的影响。

(一) 意识层次理论

弗洛伊德将人的精神活动分为意识、潜意识和前意识3个层次。

1. 意识

意识是人能直接感知的部分,与语言(即符号系统)有关,是心理活动中与现实联系的那部分。

意识活动是遵循现实原则来行事的,只有合乎社会规范和道德标准的观念才能进入意识。意识保持个体对环境和自我状态的感知,对人的适应有重要的作用。

2. 潜意识

潜意识又称无意识,是指个体无法直接感知到的那部分心理活动,主要包括不被外部现实、道理、理智所接受的各种本能冲动、需求和欲望,或明显导致精神痛苦的过去的事件。

潜意识虽然不被意识所知觉,但它是整个心理活动中最具动力性的部分。它是人类心理活动的原动力所在。

弗洛伊德认为,如果把人的心理比作一座冰山,那么意识只是冰山露出海面的一小部分,大部分心理活动或过程则是潜意识的。

3. 前意识

前意识介于意识和潜意识之间,主要包括目前未被注意到或不在意识之中,但通过自己集中注意或经过他人的提醒能被带到意识区域的心理活动和过程。

前意识的作用是保持对欲望的需求和控制,使其尽可能按照外界现实要求和个人道德来调节,是意识与潜意识之间的缓冲。

(二) 人格结构理论

弗洛伊德认为,人格结构由本我、自我、超我3个部分组成,如图1-1所示。

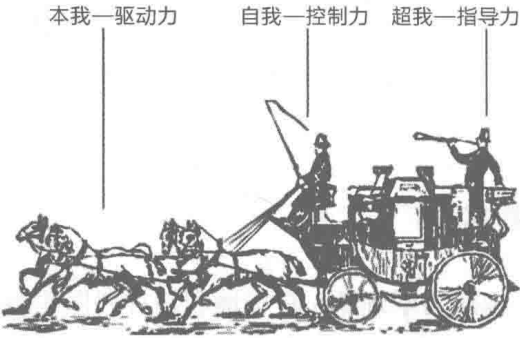


图 1-1 本我、自我和超我



弗洛伊德人格结构理论

1. 本我

本我即原我，是指原始的自己，包含生存所需的基本欲望、冲动和生命力。本我是一切心理能量之源，本我按快乐原则行事，它不理睬社会道德、外在的行为规范，它唯一的要求是获得快乐，避免痛苦。本我的目标乃是求得个体的舒适、生存及繁殖，它是无意识的，不被个体所觉察。

2. 自我

自我即指自己，是自己可意识到的执行思考、感觉、判断或记忆的部分。自我的机能是寻求“本我”冲动得以满足，而同时保护整个机体不受伤害，它遵循的是“现实原则”，为本我服务。

3. 超我

超我，是人格结构中代表理想的部分，它是个体在成长过程中通过内化道德规范、社会及文化环境的价值观念而形成的，其机能主要在监督、批判及管束自己的行为。超我的特点是追求完美，所以它与本我一样是非现实的。超我大部分也是无意识的。超我要求自我按社会可接受的方式去满足本我，它所遵循的是“道德原则”。

知识链接

西格蒙德·弗洛伊德

西格蒙德·弗洛伊德（Sigmund Freud，1856—1939），奥地利人，心理学家、精神病医师、潜意识理论发展的里程碑式人物、精神分析学派创始人。曾在维也纳大学医学院学习，1881年获医学博士学位。次年起作为临床精神病学家私人开业。早期从事催眠治疗工作，后创立精神分析法。1936年当选为英国皇家学会通讯会员。1938年奥地利被德国侵占，赴英国避难，不久因颌癌逝世。



（三）精神动力学理论

精神动力学理论又称性本能理论。弗洛伊德认为，人的精神活动的能量来源于本能，本能是推动个体行为的内在动力。人类最基本的本能有两类：一类是生的本能，另一类是死亡本能或攻击本能，生的本能包括性欲本能与个体生存本能，其目的是保持种族的繁衍与个体的生存。弗洛伊德是泛性论者，他认为性欲有着广义的含意，是指人们一切追求快乐的欲望，性本能冲动是人类一切心理活动的内在动力，当这种能量积聚到一定程度就会造成机体的紧张，机体就要寻求途径释放能量。

弗洛伊德将人的性心理发展划分为以下5个阶段。

1. 口欲期（0~1岁左右）

口欲期的快乐来源于唇、口、手指头。在长牙以后，快乐来自咬牙。

2. 肛门期（1~3岁）

肛门期的快乐来源于忍受和排泄粪便，肌紧张的控制。

3. 生殖器期（3~5岁）

生殖器期的快乐来源为对生殖部位的刺激和幻想，恋母或恋父。此时，儿童喜欢触摸自己的性器官，但这不是心理上的性爱，没有成人的性意识和性交愿望，也没有成人的性生理反应。

4. 潜伏期（5~12岁）

潜伏期的儿童对性不感兴趣，不再通过躯体的某一部位获得快感，而是将兴趣转向外部，去发展各种知识和技能。

5. 生殖期（12岁以后）

性欲逐渐转向异性，这一阶段起于青春期，贯穿于整个成年期。

二、行为主义理论

行为主义理论又称刺激—反应理论，是由美国心理学家华生在巴甫洛夫条件反射学说的基础上创立的。美国心理学家斯金纳和班杜拉等进一步完善了行为主义理论。

行为主义者认为，学习是刺激与反应之间的联结。他们的基本假设是：行为是学习者对环境刺激所做出的反应。他们把环境看作刺激，把伴而随之的有机体行为看作反应，认为所有行为都是习得的。

行为主义理论主要包括经典条件反射理论、操作性条件反射理论、社会观察学习理论及内脏操作条件反射理论等。

（一）经典条件反射理论

经典条件反射，是指一个刺激和另一个带有奖赏或惩罚的无条件刺激多次联结，可使