

医用物理学

医用化学

人体解剖学

组织学和胚胎学

生理学

生物化学

医学微生物学和免疫学

人体寄生虫学

病理学

药理学

医学遗传学基础

预防医学

诊断学

内科学

外科学

妇产科学

儿科学

传染病学

眼耳鼻咽喉口腔科学

皮肤性病学

中医学

医学心理学

卫生部规划教材

全国医学高等专科学校教材 • 供临床医学专业用

医学心理学

马存根 主编



人民卫生出版社

全国医学高等专科学校教材

供临床医学专业用

医学心理学

马存根 主编

编者（以姓氏笔画为序）

才筱华（中国人民解放军兰州医学高等专科学校）

马存根（大同医学高等专科学校）

张运生（开封医学高等专科学校）

张珍林（西安医科大学安康分校）

梁光霞（九江医学高等专科学校）

梅清海（中国人民解放军白求恩军医学院）

人 民 卫 生 出 版 社

医学心理学

主 编：马存根

出版发行：人民卫生出版社（中继线 67616688）

地 址：（100078）北京市丰台区方庄芳群园3区3号楼

网 址：[http://www. pmph. com](http://www.pmph.com)

E - mail: [pmph@pmph. com](mailto:pmph@pmph.com)

印 刷：北京市博雅印刷厂

经 销：新华书店

开 本：850×1168 1/16 印张：11.75

字 数：249千字

版 次：2000年6月第1版 2001年1月第1版第3次印刷

印 数：10 016—40 030

标准书号：ISBN 7-117-03940-X/R·3941

定 价：14.00元

版权所有，请勿擅自用本书制作各类出版物，违者必究

（凡属质量问题请与本社发行部联系退换）

115x81

临床医学专科第四轮教材修订说明

为适应我国医学专科教育改革和基层卫生工作改革发展的需要,经卫生部临床医学专科教材评审委员会审议,卫生部教材办公室决定从1998年着手进行临床医学专科第四轮教材的修订编写工作。在总结第三轮教材使用情况的基础上,提出了第四轮教材的修订原则:对内容变动不大的《医用物理学》、《组织学和胚胎学》此次暂缓修订。为适应医学模式向生物医学-心理-社会模式的转变,增设一门《医学心理学》。遵循培养目标,这轮教材在内容上除强调“三基”、“五性”外,注重体现《面向21世纪教育振兴行动计划》培养高素质人才的要求。

全套教材共22种:

- | | | | |
|-------------------|-------|------------------|-------|
| 1.《医用物理学》第三版 | 明纪堂主编 | 12.《预防医学》第二版 | 李德主编 |
| 2.《医用化学》第四版 | 庞茂林主编 | 13.《诊断学》第四版 | 邓长生主编 |
| 3.《人体解剖学》第四版 | 吴先国主编 | 14.《内科学》第四版 | 祝惠民主编 |
| 4.《组织学和胚胎学》第三版 | 刘贤钊主编 | 15.《外科学》第四版 | 段志泉主编 |
| 5.《生理学》第四版 | 钟国隆主编 | 16.《妇产科学》第四版 | 孙云桥主编 |
| 6.《生物化学》第四版 | 黄诒森主编 | 17.《儿科学》第四版 | 魏克伦主编 |
| 7.《微生物学和医学免疫学》第四版 | 张卓然主编 | 18.《传染病学》第二版 | 刘应麟主编 |
| 8.《人体寄生虫学》第四版 | 陈兴保主编 | 19.《眼耳鼻喉口腔科学》第四版 | 苏启明主编 |
| 9.《病理学》第四版 | 和瑞芝主编 | 20.《皮肤性病学》第四版 | 蔡中民主编 |
| 10.《药理学》第四版 | 丁全福主编 | 21.《中医学》第二版 | 程化奇主编 |
| 11.《医学遗传学基础》第二版 | 赵汝良主编 | 22.《医学心理学》 | 马存根主编 |

临床医学专科第二届教材评审委员会

顾 问 叶舜宾

主任委员 于 频

副主任委员 钟国隆 祝惠民

委 员 (以姓氏笔画为序)

丁全福 王祖武 王海江 左树凯 刘 森

苏启明 李 德 李 竞 张万超 高君砺

评审委员会办公室主任 黄道初

前 言

随着科学技术的迅猛发展,生活节奏加快,信息量与日俱增,竞争日趋激烈,疾病谱顺位发生了很大的变化,人们对健康和疾病的认识在不断深化,新理论、新知识日新月异地在发展和提高,越来越认识到不良的心理因素对人的心身健康的严重危害和在疾病发生发展过程中的作用,由此推动了生物—心理—社会医学模式的出现并逐步占据主导地位。医学心理学因而也得到了长足的发展,1987年卫生部规定其为临床医学专业本科的必修课程。

临床医学的专科教育作为一个独立的层次将长期存在,承担着为基层卫生机构培养人才的任务。同时,近年来社区医疗服务网络的出现和发展,已有一大批专科毕业生从事社区医疗服务,他们将成为集临床诊疗、预防、保健和康复为一体的医务工作者。《医学心理学》知识已成为他们从事这些工作的必备条件之一,因而卫生部规定《医学心理学》是医师资格考试的必考课程。鉴于此,临床医学专业专科教材评审委员会决定在规划教材进行第四轮修订时增加《医学心理学》。并于1998年5月在汕头召开的临床医学专业专科教材评审委员会暨主编会上,组成了编写组。1998年7月在大同召开了参编作者研讨会,与会者进行了热烈的讨论,确定了编写提纲。此后,经过编者一稿、集体互审后修改形成二稿、主编统稿形成三稿,最后集体终审修改定稿。

作为一门新兴的学科,医学心理学的体系和范围尚在发展之中。考虑到临床医学专业专科学子没有学习过普通心理学,因而在绪论之后先用两章讲述心理过程和人格,继而对心理卫生、心身疾病、心理变态、心理诊断、心理治疗、心理咨询、心理护理以及医务工作者应具备的心理素质及培养等进行论述。在编写过程中,力求做到简明扼要、生动形象、层次清楚、重点突出,贯彻理论联系实际的原则,体现医学专科学子的智能特点,同时着力于体现教材的思想性、科学性、先进性、适用性和启发性。各医学院校学时数不同,可根据实际需要重点讲授;为兼顾专科学子毕业后继续教育的需要,故本教材的实际内容和知识范围与本科教材紧密衔接,可作为各级医务工作者进一步提高的良师益友。

本教材在编写过程中得到了卫生部临床医学专业专科教材评审委员、开封医学高等专科学校苏启明教授的热情帮助和指导;九江医学高等专科学校和大同医学高等专科学校等单位的领导和同志们为本书的编务和筹备审稿付出了辛勤的努力,在此一并深表谢意。由于编写时间仓促,多数作者首次参加规划教材编写,疏漏和错误之处,恳请使用本教材的同志们、同学们批评指正。

马存根

2000.3.8

目 录

第一章 绪论	1
第一节 医学心理学简史及研究内容	1
(一) 医学心理学简史	1
(二) 医学心理学研究内容及分支学科	3
(三) 医学心理学对人的健康和疾病的观点	4
第二节 医学模式的转变与医学心理学	5
(一) 生物医学模式简介	5
(二) 生物心理社会医学模式出现的动因及时代特征	6
(三) 适应医学模式转变, 搞好医学心理学教育	7
(四) 医学心理学的研究任务	7
第三节 医学心理学的研究方法	8
(一) 观察法	9
(二) 调查法	9
(三) 晤谈法	9
(四) 实验法	10
(五) 测验法	10
(六) 个案法	10
第二章 心理过程	11
第一节 认识过程	11
(一) 感觉	11
(二) 知觉	12
(三) 记忆	15
(四) 想象	17
(五) 思维	19
(六) 注意	21
第二节 情绪情感过程	23
(一) 情绪和情感的概念及其作用	23
(二) 情绪和情感的种类	24
(三) 情绪的外部表现和生理变化	26
(四) 情绪理论	27
第三节 意志过程	29

(一) 意志的概念及意志行动的特点	29
(二) 意志过程	30
(三) 意志品质	31
第三章 人格	33
第一节 人格概述	33
(一) 人格的特性	33
(二) 人格的结构	34
第二节 人格心理倾向	34
(一) 需要	34
(二) 动机	36
(三) 兴趣	38
第三节 人格心理特征	39
(一) 能力	39
(二) 气质	42
(三) 性格	44
第四章 心理卫生	48
第一节 心理健康水平和心理卫生原则	48
(一) 心理健康水平	48
(二) 心理卫生原则	50
第二节 个体心理卫生	51
(一) 孕期心理卫生	51
(二) 婴幼儿心理卫生	53
(三) 学龄儿童心理卫生	54
(四) 少年心理卫生	55
(五) 青年心理卫生	56
(六) 中年心理卫生	58
(七) 老年心理卫生	59
第三节 群体心理卫生	60
(一) 家庭心理卫生	60
(二) 学校心理卫生	61
第五章 心理应激与心身疾病	64
第一节 心理应激	64
(一) 应激的概念	64
(二) 应激过程	65
(三) 应激的心理防卫机制	68
第二节 心身疾病	70

(一) 心身疾病的概念	70
(二) 心身疾病的分类	70
(三) 心身疾病的预防、诊断和治疗的原则与方法	71
(四) 常见的心身疾病	73
第六章 心理变态	78
第一节 心理正常与否的判断	78
(一) 内省经验标准	78
(二) 社会适应性标准	79
(三) 医学标准	79
(四) 统计学标准	79
第二节 心理变态的分类	80
(一) 变态心理学的分类	80
(二) 精神病学的分类	80
(三) 医学心理学的分类	80
第三节 人格障碍	81
(一) 人格障碍的概念	81
(二) 人格障碍的形成因素	82
(三) 人格障碍的常见类型	83
(四) 人格障碍的防治	87
第四节 性变态	87
(一) 正常性心理发展	87
(二) 性变态的概念	88
(三) 性变态的原因	88
(四) 性变态的常见类型	88
(五) 性变态的诊断与治疗	94
第七章 心理诊断	95
第一节 心理诊断的一般过程和方法	95
(一) 心理诊断的一般过程	95
(二) 心理诊断的基本方法	95
第二节 心理测验及其基本要求	97
(一) 心理测验的类型	98
(二) 标准化测验的基本特征	99
(三) 心理测验的基本要求	99
第三节 常用的心理测验及评定量表	100
(一) 智力测验	100
(二) 人格测验	104
(三) 记忆测验	108
(四) 临床评定量表	110

第八章 心理治疗	112
第一节 心理治疗的原则和分类	112
(一) 心理治疗的原则	112
(二) 心理治疗的分类	113
(三) 心理治疗的一般过程	114
第二节 常用的心理治疗方法	115
(一) 心理分析疗法	115
(二) 行为疗法	118
(三) 询者中心疗法	122
(四) 认知疗法	122
(五) 催眠疗法	125
(六) 森田疗法	126
(七) 音乐疗法	127
第九章 心理咨询	130
第一节 心理咨询的模式和原则	130
(一) 心理咨询的模式	130
(二) 心理咨询的原则	131
第二节 心理咨询的对象和内容	131
第三节 心理咨询的方式和程序	133
(一) 心理咨询的方式	133
(二) 心理咨询的程序	134
第四节 心理咨询者应具备的素质及注意事项	137
(一) 心理咨询者应具备的素质	137
(二) 心理咨询者应注意的事项	138
第十章 心理护理	140
第一节 心理护理的任务及方法	140
(一) 心理护理的对象及任务	140
(二) 心理护理的方法	142
第二节 病人的一般心理特点	145
(一) 病人的一般心理活动	145
(二) 病人的一般心理需要	151
第三节 特殊病人的心理特点及护理	153
(一) 手术病人的心理特点及心理护理	153
(二) 急危重症病人的心理特点及心理护理	155
(三) 恶性肿瘤病人的心理特点及心理护理	157
(四) 精神病人的心理特点及心理护理	159

(五) 传染病人的心理特点及心理护理	162
第十一章 医务工作者应具备的心理素质及培养	164
第一节 医务工作者应具备的心理素质	164
(一) 高尚的道德感	164
(二) 较强的专业能力与娴熟的技术	164
(三) 良好的气质与性格	164
(四) 坚强的意志品质	165
(五) 积极而稳定的情绪情感	165
(六) 敏锐的观察力	165
(七) 良好的记忆力	165
(八) 深刻的思维能力	165
(九) 良好的注意能力	166
(十) 良好的人际交往能力	166
第二节 医务工作者心理素质的培养	166
(一) 医务工作者心理素质的养成教育	166
(二) 医务工作者与病人的沟通技巧	167

第一章 绪 论

医学心理学 (medical psychology) 是医学和心理学相结合而派生出来的一门交叉学科, 是自然科学和社会科学相结合的边缘学科。医学心理学把心理学的系统知识和技术运用于医学领域中, 研究和解决整个医学领域中的心理行为问题, 因而它是心理学的一个重要分支。同时, 医学心理学研究各种病人的心理行为特点、各种疾病的心理行为变化等, 因而也是医学的一个重要分支。

从学科定义上来说, 医学是以保护和增进人类健康、预防和治疗疾病以及促进病人康复为研究内容的科学。心理学是研究心理现象及其规律的科学。医学心理学则是研究心理因素在人体健康和疾病以及在它们相互转化过程中所起的作用及其规律, 利用心理学技术预防、诊断和治疗疾病的科学。

医学和心理学有着密切的关系。一方面, 从现象上看医学研究的是人的躯体方面的正常与否, 但实际上人们也越来越多地注意到不良的心理因素可诱发疾病, 而积极向上的、良好的心理状态不仅能预防疾病, 而且也能促进疾病的康复; 另一方面, 心理学侧重研究心理方面, 似乎是看不见、摸不着、很抽象的东西, 实际上它是人脑的功能, 是人脑对客观现实的反映, 可以说心理学探讨了多少年的心理现象的实质问题, 最终在医学上找到了答案。这样, 医学心理学所面临的研究课题实际上在它诞生以前很久就提出来了。所以说, 医学心理学是医学和心理学两个学科发展到一定阶段必然相互结合的产物。

第一节 医学心理学简史及研究内容

(一) 医学心理学简史

医学心理学的探索渊源流长。不论是在我国还是在西方文明古国, 在人类科学还处于极端落后的远古时代就已经开始了, 19 世纪以来, 得到了飞速的发展。

1. 国外医学心理学的发展概况 19 世纪下半叶, 随着自然科学的飞速发展, 心理学作为一门独立的学科出现于世, 并飞速发展, 逐渐形成自己的体系, 派生出许多应用心理学分支, 医学心理学是其中重要的一个分支。最早使用医学心理学命名其著作的是德国哥顿挺大学哲学教授洛采 (B. H. Lotze)。1879 年德国学者冯特 (W. Wundt) 在莱比锡大学创建了世界上第一个心理学实验室, 才使心理学成为真正意义上的科学, 他是现代心理学的开创人。1890 年美国心理学家卡特尔 (J. M. Cattell) 第一次提出了心理测验概念, 医学心理学的研究和临床应用热点转向了心理测验。1896 年, 冯特的学生、

美国心理学家韦特模 (L. Witmer) 首次提出并使用临床心理学概念, 并在宾夕法尼亚大学建立了心理门诊, 从此把心理学应用于医学临床实际以解决临床问题。

20 世纪初发展起来的心理动力学派, 在西方心理学界曾产生过极大的影响。心理动力学派的创始人是奥地利医生弗洛伊德 (S. Freud), 他有两句著名的断言, 一是“范畴广泛的精神过程本身都是无意识的, 而那些有意识的精神过程, 只不过是孤立的动作和整个精神生活的局部而已”; 二是“性的本能冲动在神经和心理疾病成因中起着一种不平凡的巨大作用”。他强调心理因素对躯体的影响, 提出被压抑的情绪和心理冲突可成为导致人体功能失调的致病动因。这些观点对心理学和临床医学的部分领域 (尤其是精神病学) 影响很大, 并创立了以精神分析法治疗疾病的方法, 但其泛性论观点推论解释到一般人, 难免有以偏概全之嫌, 因此也受到人们的批评。由于其在解释人的健康和疾病的心理机制上拿不出有力的科学依据, 只靠逻辑推断, 因而它在学术上的影响已成为历史。

20 世纪 30 年代以来, 以著名生理学家坎农 (W. B. Cannon)、塞里 (H. Selye)、巴甫洛夫 (I. P. Pavlov)、沃尔夫 (H. G. Wolff) 等为代表的心理生理学派, 研究了情绪变化和心理应激因素对机体生理功能, 特别是受自主神经控制的内脏活动以及内分泌和免疫系统的影响。这些工作初步阐明了心身之间关系, 他们以为: 情绪不良长期反复地出现, 就会引起生理功能紊乱和病理改变, 其影响程度取决于个体的遗传素质和人格特征; 意识对于外界刺激的认知、评价是机体生理功能的主动调节者, 是导致疾病或者促进健康的关键因素。这一学说为心身医学的创立奠定了基础。

对于医学心理学早期形成有过重大影响的另一学派是行为学派, 其创始人是美国心理学家华生 (J. B. Watson), 在 1913 年创立了行为主义理论, 包括经典的和操作性的两个学习理论, 以及后来发展起来的社会学习理论。认为心理学是自然科学, 只有行为的研究才是心理学研究的客观方法, 至于主观体验、意识, 甚至脑的活动都不能作为科学研究的对象。华生认为: 人的一些病态行为是通过学习获得的。所以变态行为和心身疾病等也可以通过教育和训练得到矫正。行为学派严格的科学取向, 促进了心理学研究方法和工具的客观化, 但它将传统心理学中“心”的成分排除出去, 使其内涵变得狭窄, 因此也受到学者们的批评。

第二次世界大战期间及战后不久, 心理测验、心理咨询和心理诊断出现并得到了长足的发展。与此同时, 继上述三个曾对医学心理学起到重大影响的学派之后, 人本主义心理学派发展起来了。它的主要代表人物是美国心理学家马斯洛 (A. H. Maslow), 人本主义心理学理论强调人的自主作用, 认为人有强烈的自我实现愿望, 不断追求新的更高目标, 而且永远不会满足。马斯洛关于人类需要的层次论, 一方面正视人的各种生理、心理、物质和精神的需要, 是可以借鉴的; 但另一方面则过分强调脱离社会现实的个人需求, 这是不可取的。

近 20 年来, 医学心理学得到了更大的发展, 除了 1976 年在美国耶鲁大学举行的国际学术会议提出行为医学概念及 1978 年出现健康心理学概念之外, 尤其表现在如下几个方面: ①从绝对数量上看, 从事医学心理学工作的人数越来越多。从心理学各专业人

员分布比例来看,在医学心理学研究、咨询、诊断和治疗等领域的职业人数占总数约为40%。②基础理论的研究取得了很大进展,形成了许多既独立又相互联系的理论体系,如心理与神经内分泌免疫网络的研究等。③医学心理学已成为医学教育中重要的人文学科必修课,并占有相当比重的学时数和学分,有的院校还成立了医学心理学系。甚至有的国家还规定:只有持医学心理学课程学分的医科毕业生才准许开业。④生物心理社会医学模式逐渐被人们所接受,心理诊断、咨询和治疗日益受到重视。

2. 国内医学心理学的发展概况 本世纪初期心理学传入我国,1917年北京大学哲学系开设了心理学课,并开展了简单的心理学实验。1922年创办了中国第一个心理学杂志——《心理》。30年代,心理测验技术传入我国,但在医学上应用较少。1936年,根据当时的需要,在南京成立了中国心理卫生协会,次年因抗日战争爆发,工作被迫停顿。抗日战争胜利后,相继有医学心理学家在精神病院和儿童福利机构开展心理卫生、心理诊断和治疗工作,并撰写了有关著作。

建国初期,由于效仿前苏联的做法,把西方心理学、变态心理学心理治疗和心理测验一概认为是唯心主义而加以排斥。到1958年,中国科学院的心理学工作者携同临床医生一起,对许多久治不愈的神经衰弱病人开展了以心理治疗为主的综合快速治疗,并在短期内取得良好效果。60年代初,制定了“地方性克汀病智力分级的初步方案”,作为克汀病患者智力鉴定量表,为防治地方性碘缺乏病作出了贡献。就在医学心理学事业步入正轨之际,“文化大革命”开始了,整个心理学领域都遭到严重摧残,医学心理学工作陷于瘫痪之中。

1978年底召开的中国心理学会第二届学术会议和1979年举行的医学心理学学术座谈会,以及中国心理学会成立了医学心理学专业委员会,标志着我国医学心理学步入了崭新的发展阶段。随后于1985年成立了中国心理卫生协会,1990年成立了中华医学学会行为医学学会,1993年成立了中华医学学会心身医学学会。十几年来,医学心理学事业的发展呈现出一派欣欣向荣的局面,主要表现在:①医学心理学课程被纳入医学教育的教学大纲。到目前为止,大部分医学院校和中等卫生学校的教学大纲都把医学心理学作为必修课程。1979年北京医学院率先成立医学心理学教研室,随后各医学院校纷纷响应,并配备专职的医学心理学教师。②全国陆续举办了多期医学心理学师资培训班、心理测验培训班,培养了大批专兼职人才,承担教学、临床和科研工作。③全国性的医学心理学学术会议先后举行,专业性刊物陆续出版,如《中国心理卫生杂志》(1987年)、《中国行为医学杂志》(1992年)和《中国临床心理学杂志》(1993年)等。并有相当多的论文发表,许多心身疾病的研究都获得了很有价值的成果,心理测验的应用有了较大发展。目前,一支医学心理学队伍正在日益壮大,他们活跃在医学教育、科研和临床各条战线上。

(二) 医学心理学研究内容及分支学科

医学心理学从产生的那一天起就处于学科的不断变化之中,因而其涵盖的学科内容在不同的学者和学派之间以及不同的历史时期之间不同。近20年来我国学者综合国外该领域中的有关研究内容,逐步形成了有我国特色的医学心理学学科体系;并且逐

渐成熟和为大家所接受，其中有的分支学科比较成熟，有的正处在形成和发展之中，有的还有待于进一步探索。

医学心理学的基础和分支学科有：

1. 普通心理学 (normal psychology) 是医学心理学的基础学科。但考虑到医学专科学学生多数没有学过心理学，故增加这一部分内容。

2. 健康心理学 (health psychology) 是指把心理学的知识应用于预防医学，以保持和增进身心健康，研究维持身心健康的原则和措施，从而达到预防疾病的发生。

3. 心身医学 (psychosomatic medicine) 是研究心身疾病的发生、发病机制、诊断、治疗和预防，研究生理、心理和社会因素相互作用对人类健康和疾病的影响。随着社会进步、科技飞速发展，造成心理应激越来越剧烈，心身疾病的发病率越来越高，范畴也在不断扩大，因而已成为医学心理学的一个重要分支。

4. 变态心理学 (abnormal psychology) 研究行为的不正常偏离，揭示异常心理的种类、原因、规律和机制。一方面，变态心理学的某些研究成果是医学心理学理论的重要来源；另一方面，变态心理学研究的多种变态心理又是医学心理咨询、诊断、治疗等服务的内容。因而一般认为它是医学心理学的基础分支学科。

5. 心理诊断学 (psychodiagnostics) 主要指心理测验和临床评估，在进行心理诊断上具有重要价值，是医学心理学重要的应用分支学科。

6. 心理治疗学 (psychotherapeutics) 是指在心理学理论指导下，应用多种技术治疗各种心理行为障碍的方法。也是医学心理学重要的分支学科。

7. 咨询心理学 (consulting psychology) 主要是对心身疾病、变态心理、神经症和精神疾病恢复期的病人及家属就疾病的诊断、治疗和康复等进行指导。也是医学心理学的重要应用分支学科。广义地说，咨询心理学还为正常人处理生活、学习、工作以及婚姻、家庭、生育等方面提供指导和帮助。

8. 护理心理学 (nursing psychology) 研究护理工作中的心理学问题，即应用医学心理学原理去指导护理，强化心理护理，提高护理质量。是医学心理学在护理学中的应用。

另外，医学心理学还包括神经心理学 (neuropsychology)，即是研究大脑与心理活动的具体关系，包括各种心理活动的大脑机制问题；康复心理学 (rehabilitation psychology) 是研究解决伤残、慢性病人和老年人存在的心理行为问题，促使其适应工作、学习和社会生活，从而降低其残废程度；缺陷心理学 (defect psychology) 则是研究心理或生理缺陷者的心理学问题，并通过指导和训练，使其在心理上得到部分补偿；药物心理学 (pharmacopsychology) 是研究药物在应用过程中，对心理活动和行为的影响规律以及影响药物效应的心理因素以达到提高药物疗效。

(三) 医学心理学对人的健康和疾病的观点

医学心理学认为健康应包括心、身两个方面，概括地表述就是世界卫生组织 (WHO) 下的定义，即“健康不仅仅是没有疾病，而且是身体上、心理上和社会适应上的完好状态或完全安宁 (complete well-being)。”有人认为还应包括道德品质的良好状

态。与健康相反的是疾病。健康和疾病不是两个对立的观念，而是一连续体的两极，在一定条件下可以相互转化。

我国医学心理学工作者在多年研究的基础上提出了对于健康和疾病的观念：

1. 心身统一的观念 一个完整的个体应包括心、身两个部分，两者是互相联系的。心理活动通过心身中介机制影响生理功能，反过来，生理活动也影响心理功能，因此在考虑个体的健康和疾病时，应注意心身两方面的影响。

2. 社会对个体影响的观念 一个完整的个体不仅是生物的人，而且也是一个社会的人。因为他不仅要受周围自然环境的影响，而且要受特定的社会环境如人际关系等的影响，因此在研究个体的健康和疾病时，要注意其所处的自然环境、文化背景、教育修养、经济状况、职业及社会地位、家庭关系等多种因素的影响。

3. 认知和自我评价作用的观念 社会因素能否影响健康或导致疾病，不但取决于社会因素的性质和意义，而且更主要的是取决于个体对外界刺激怎样认知和评价。即社会因素是通过心理中介机制来影响健康和疾病的。

4. 主动适应和调节的观念 人作为一个整体要对社会自然环境以及个体内环境随时主动适应和调节，保持与外界的动态平衡，以促进健康、抵御疾病。

第二节 医学模式的转变与医学心理学

医学模式（medical model）是人们从总体上认识健康和疾病以及相互转化的哲学观念，包括健康观、疾病观、诊断观、治疗观等，影响着这一时期整个医学工作的思维及行为方式，从而使医学带有一定的倾向性、习惯化了的风格和特征。目前正处于生物医学模式向生物心理社会医学模式转变的重要时期。医学心理学正是适应这一转变而逐步发展、完善起来的。

（一）生物医学模式简介

随着科学技术的进步，医学的研究逐渐从宏观步入微观，并已进入分子水平，这样使人们逐渐产生了一种观念，即认为人体只不过是一部精密的机器，疾病则是某一部件出现故障和失灵，医生的工作就是修补和完善。19世纪以来随着生物学、解剖学、生理学、病理学、微生物学和免疫学等生物科学体系的形成，加上外科方面消毒和麻醉技术的出现，为“人体机器”的观念注入了新的研究成果，于是生物医学模式诞生了。

生物医学模式（biomedical model）是指建立在经典的西方医学基础之上尤其是细菌论基础之上的医学模式，由于其重视疾病的生物学因素，并用该理论来解释、诊断、治疗和预防疾病以及制定健康保健制度，故被称为生物医学模式。其基本特征是把人看作单纯的生物或是一种生物机器。即只注重人的生物学指标的测量，忽视病人的心理、行为和社会性，它认为任何疾病（包括精神病）都能用生物机制的紊乱来解释，都可以在器官、组织和生物大分子上找到形态、结构和生物指标的特定变化。

无疑，生物医学模式对医学的发展和人类健康事业产生过巨大的推动作用，特别是在针对急慢性传染病和寄生虫病的防治方面，使其发病率、病死率大幅度下降；在临床

医学方面，无菌操作、麻醉剂和抗菌药物的联合应用，减轻了手术痛苦，有效地防止了伤口感染，借助细胞病理学手段对一些器质性疾病作出诊断。

然而，必须同时看到这种模式有很大的片面性和局限性：①仅仅从生物学的角度去研究人的健康和疾病，只注重人的自然属性，忽视了人的社会属性；②在临床上只注重人的生物功能，而忽视了人的心理功能及心理社会因素的致病作用；③在科学研究中较多地着眼于躯体的生物活动过程，很少注意行为和心理过程；④思维的形式化往往是“不是、就是”（不是病，就是健康）。因而对某些功能性或心因性疾病，无法得出正确的解释，更无法得到满意的治疗效果，这样就必然不能阐明人类健康和疾病的全部本质。

（二）生物心理社会医学模式出现的动因及时代特征

1977年美国精神病学家和内科学教授恩格尔（G.L.Engel）在《科学》杂志上发表论文“需要新的医学模式——对生物医学的挑战”，严厉批评了生物医学模式的“还原论”和“心身二元论”的局限，呼吁修改或摒弃，同时建立一种新的模式，即生物心理社会医学模式（biopsychosocial medical model）。他相信，一个健康和疾病的全面观点，应该包括生物学、心理学和社会学的相互作用。这一建议立即得到WHO的赞同。

生物心理社会医学模式是指建立在系统论和整体观之上的医学模式，它要求医学把人看成是一个多层次的、完整的连续体，也就是在健康和疾病问题上，无论是致病、治病，还是预防及康复等方面都应把人视为一个整体，要综合考虑生物的、心理的以及社会的各种因素的综合作用。综合分析可以认为这一医学模式出现的动因及时代特征有：

1. 疾病谱顺位的变化 自20世纪50年代以来，疾病构成比和死亡原因比19世纪以前发生了根本性变化，疾病的发病率重点已从传染病转移到心脏病、恶性肿瘤和脑血管病等非传染病方面。研究资料表明，这些疾病并非由特异性因素引起，而是生物、心理、社会等多种因素综合作用的结果，因此在治疗中只靠用药物、理疗、手术等手段已经不能满足临床的需要。

2. 人们需求层次的提高 随着社会进步、经济发展和生活水平的提高，人们的需要已转向期望精神等方面的满足。除了躯体健康之外，他们要求提供改变有害健康行为和习惯的方法，得到保持心理平衡的指导，获得心理上的舒适和健全，以达到延年益寿和生活质量的全面提高。

3. 社会因素对健康和疾病的作用增强 20世纪以来，生产的社会化、都市化给自然环境带来了严重污染，如空气、水源、土壤、食物等，社会发展和人类生存保障的矛盾日趋激化并受到全社会的普遍关注。WHO曾在总结各国卫生工作经验时指出：“当今世界已有的教训是，卫生部门不能再单枪匹马地开展工作，卫生事业是全社会的事，需要全社会的配合。”同时，社会环境的变化、科学技术更新的加速、就业择业困难、竞争愈演愈烈、生活节奏加快，给人们心理造成了很大压力，对其社会适应包括保持心理健康提出了更高的要求。

4. 人类认识水平的提高 人们意识到，对人的健康和疾病的认识停留在生物机器的水平上，已经远远不能满足时代发展的要求，人类需要一个多层次、多角度、深入系

统地观察研究医学问题的方法，经过探索，人们对心理社会因素造成躯体疾病的中介机制有了较深入的了解。于是综合生物、心理、社会诸因素的新型医学模式，顺理成章地成为当代医学模式。

（三）适应医学模式转变，搞好医学心理学教育

生物心理社会医学模式的灵魂在于有关心理学、社会学内容对医学的补充和有机结合，而医学心理学就是这种补充和有机结合的产物之一，医学心理学的产生和发展对医学模式的转变起到了推动和促进作用。面临新旧医学模式的更替过渡，如何做好目前的工作，是摆在医学心理学家以至全社会面前的重要课题。作者认为，我国目前医学心理学工作的开展应当做好以下四个方面的工作。

1. 开发管理阶层的主导思想 尽快实现医学模式的转变，首先必须给予政策的保障。提高医学、医教行政管理人员的医学心理学知识水平，充分认识其重要性和必要性，对转变旧的管理模式起着决定性的作用。管理部门要转变思想，为医学心理学的教学、科研、临床以及各级学术机构的建立创造有利条件，支持有关工作的开展。

2. 抓好医学心理学教学和科研工作 医学模式的转变必然带来医学教育模式的转变。各级管理部门应当大力协助医学院校尽快建立有关教研室和科研机构，组织修订教材、开设课程、充实教学内容、提高教学质量，使医学生牢固树立生物心理社会医学模式，树立心身统一的有机整体观点，并将其知识应用到将来的工作实践中。对缺乏医学心理学知识的医教人员和在职医务人员，通过各种方式的培训和教育补充这方面知识的不足。要积极开展医学心理学等学科的科研工作，尽快提高国内研究水平和成果，推动我国医学心理学的发展。

3. 改变临床医学的现有结构 近几年来，虽然我国医学心理学发展很快。然而综合性医院临床科室的结构大多未能走出生物医学模式的框框。究其原因，除了医院在职人员多数缺乏有关知识之外，主要则是领导缺乏改革意识和探索精神。因此，解决这个问题上级主管部门应加大力度督促其尽快改革落实，使临床心理诊断、治疗等早日成为临床工作的有机组成部分，使之能通过心理测验等来进行心理诊断，用心理技术来治疗心理障碍，满足人民群众的医疗需要。

4. 改变群众对健康和疾病的原有观念 生物医学模式的长期统治使人们对健康和疾病的认识只注重躯体方面，而医生的工作范围也仅限于此。这种观念往往令人们不能把心理行为的异常当作疾病而延误医治。所以，普及医学心理学知识，使广大群众（尤其是病人）尽早学到医学心理学和保健常识，改变陈旧观念，学会适应和应对人生难免发生的一些问题如心理冲突、挫折、应激、慢性病和威胁生命的疾病等，从而提高生存质量，预防疾病的发生，也是当前的一大任务。

（四）医学心理学的研究任务

1. 研究心理因素在各类疾病发生、发展和变化过程中的作用规律 根据心身统一的观点，可以把疾病分为三类：①致病因素直接或首先作用于大脑，病理改变主要在脑，所产生的精神症状虽程度不同，但一般比较明显，包括神经病学中的脑部疾病、神经症、人格障碍和性变态，以及精神疾病等。②致病因素直接或间接作用于大脑以外的