

Quanguo Zhongdeng Weisheng
Zhiye Jiaoyu Jiaocai

全国中等卫生职业教育教材

护理心理学

Huli Xinlixue

主编 刘志超

编者 白洪海 李凤霞 胥巧珍



广东科技出版社

全国中等卫生职业教育教材

护 理 心 理 学

主编 刘志超

编者 李凤霞 白洪海 胥巧珍

广东科技出版社

·广 州·

图书在版编目 (CIP) 数据

护理心理学/刘志超主编. —广州: 广东科技出版社,
2004.1 (2006.1 重印)
(全国中等卫生职业教育教材)
ISBN 7-5359-3453-6

I. 护… II. 刘… III. 护理学: 医学心理学 - 专
业学校 - 教材 IV. R471

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 092447 号

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路 11 号 邮码: 510075)

E - mail: gdkjzbb@21cn.cn

http: //www.gdstp.com.cn

经 销: 广东新华发行集团

排 版: 广东科电有限公司

印 刷: 广东省肇庆市科建印刷有限公司

(广东省肇庆市星湖大道 邮码: 526060)

规 格: 787mm×1092mm 1/16 印张 10.25 字数 220 千

版 次: 2004 年 1 月第 1 版

2006 年 1 月第 2 次印刷

印 数: 8 001 ~ 12 000 册

定 价: 16.00 元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

全国中等卫生职业教育护理专业

临床护理教材目录

- | | |
|----------------|-----------|
| 1. 儿科护理学 | 广东科技出版社 |
| 2. 外科护理学 | 浙江科学技术出版社 |
| 3. 妇科护理学 | 四川科学技术出版社 |
| 4. 内科护理学 | 陕西科学技术出版社 |
| 5. 五官科护理学 | 陕西科学技术出版社 |
| 6. 护理心理学 | 广东科技出版社 |
| 7. 护理技术 | 四川科学技术出版社 |
| 8. 护理概论 | 浙江科学技术出版社 |
| 9. 社区保健 | 广东科技出版社 |
| 10. 药理学基础 | 浙江科学技术出版社 |
| 11. 病理学基础 | 陕西科学技术出版社 |
| 12. 病原生物与免疫学基础 | 四川科学技术出版社 |
| 13. 人体结构学 | 广东科技出版社 |
| 14. 生理学基础 | 广东科技出版社 |

前 言

《护理心理学》以 2001 年 7 月中等职业学校医药卫生类专业《教学计划和教学大纲汇编》为主导，系统地介绍了心理学的基本知识、心理护理的基本理论和基本技能。在阐明人的正常心理活动规律的基础上，对异常心理现象作了简要概述，以求保持知识结构的完整性。

21 世纪最重要的是知识，比知识更重要的是能力，比能力更重要的是心理素质。通过该课程的学习，使护生能够在增强自身心理素质的同时，运用心理学的理论和方法，解决工作中的实际问题，提高护理水平，实现系统化整体护理的专业目标，真正落实 1989 年 WHO 提出的 21 世纪健康新概念：“健康不仅是没有疾病，而且包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康。”

全书共分 9 章，依次为：绪论、心理学基本理论、脑与心理、心理过程、人格、心理发展与精神卫生、心理防御与心理应激、心理障碍、护理心理学基本技能。

教材编写单位：山东省泰安卫生学校、山东省济南卫生学校、广东省深圳卫生学校和上海第二医科大学卫生学校给予了大力支持，在此表示诚挚的感谢。

由于编者水平有限，不妥之处在所难免，恳请各位同仁指正。

编者

2003 年 3 月

目 录

第一章 绪论	1
第一节 心理学概述	1
一、心理学的概念	1
二、心理学的研究对象和任务	1
三、心理学发展简史	2
第二节 护理心理学概述	3
一、护理心理学的概念	3
二、护理心理学的研究对象和任务	3
三、护理心理学的发展前景	4
第三节 护理心理学的研究原则和方法	4
一、护理心理学的研究原则	4
二、护理心理学的研究方法	5
第四节 学习护理心理学的意义	5
一、提高自身心理素质	5
二、适应现代护理模式的转变	6
第二章 心理学基本理论	8
第一节 精神分析理论	8
一、潜意识理论	8
二、人格结构理论	9
三、性本能理论	10
四、释梦理论	11
五、心理防御机制理论	11
第二节 行为主义理论	12
一、经典性条件反射	13
二、操作性条件反射	13
三、观察学习	13
第三节 人本主义理论	14
一、罗杰斯的人本主义理论	14
二、马斯洛的需要层次理论	14
第四节 认知理论	15
第五节 心理生理学理论	15
第三章 脑与心理	17
第一节 心理是脑的功能	17

一、脑是心理活动的器官	17
二、大脑的心理功能区	21
三、脑的基本功能联合区	21
四、大脑半球心理功能单侧化	22
第二节 心理活动是客观现实的主观反映	23
一、客观现实是心理活动的源泉	23
二、社会生活实践是人心理产生的基础	23
三、心理是客观现实在人脑中主观能动的反映	25
第四章 心理过程	26
第一节 认识过程	26
一、感觉	26
二、知觉	27
三、记忆	31
四、思维	35
五、想象与创造	37
六、注意	39
第二节 情绪与情感过程	40
一、概述	40
二、情绪与情感的分类	41
三、情绪与情感的作用	43
第三节 意志过程	44
一、意志的概念	44
二、意志行动的基本特征	44
三、意志品质及其培养	45
第五章 人格	47
第一节 概述	47
一、人格的概念	47
二、人格的一般特性	47
三、健全人格	48
第二节 人格特征	48
一、能力	48
二、气质	53
三、性格	55
第三节 人格倾向性	58
一、需要	58
二、动机	60
三、兴趣	62
四、信念	63

五、世界观	63
第四节 自我意识	63
一、自我意识概述	63
二、自我意识的形成与发展	64
第六章 心理发展与精神卫生	66
第一节 心理发展概述	66
一、心理发展的特征	66
二、影响心理发展的因素	67
三、心理发展的主要阶段	67
第二节 心理发展的规律	68
一、动作发展	68
二、语言发展	68
三、认知发展	69
四、情绪发展	70
五、意志发展	70
六、人格发展	71
第三节 精神卫生概述	71
一、精神卫生的概念	71
二、心理健康的标准	72
第四节 优生与胎教	73
一、优生是人生健康的基础	73
二、妊娠期精神卫生	73
三、胎教	74
第五节 不同年龄阶段的心理特征及精神卫生	75
一、儿童期心理特征及精神卫生	75
二、青少年期心理特征及精神卫生	78
三、中年期心理特征及精神卫生	81
四、老年期心理特征及精神卫生	82
第七章 心理防御与心理应激	84
第一节 挫折与心理防御机制	84
一、挫折的概念	84
二、挫折的原因	84
三、影响耐受挫折的因素	84
四、心理防御机制与心理应对	85
第二节 心理应激	88
一、心理应激的概念	88
二、应激源	88
三、应激反应	89

四、心理应激与健康	91
第八章 心理障碍	95
第一节 概述	95
第二节 正常与异常心理的判断标准	95
一、经验标准	96
二、统计学标准	96
三、医学标准	96
四、社会适应标准	96
第三节 心理障碍形成的原因	97
一、生物学因素	97
二、心理因素	97
三、社会文化因素	98
第四节 人格障碍	98
一、人格障碍的概念	98
二、人格障碍的特征	98
三、人格障碍的类型	99
第五节 性心理障碍	99
一、性心理障碍的概念	99
二、性心理障碍的分类	100
第六节 成瘾	102
一、成瘾的概念	102
二、成瘾的分类	102
第九章 护理心理学基本技能	103
第一节 护患心理沟通	103
一、人际沟通概述	103
二、护患关系的性质与类型	104
三、护患沟通的技巧	105
第二节 心理咨询	108
一、概述	108
二、心理咨询的原则与程序	108
三、心理咨询师应具备的条件	109
四、心理咨询的分类与形式	109
五、心理咨询的范围与技巧	110
第三节 心理评估	111
一、心理评估概述	111
二、心理测验概述	112
三、常用心理测验	114
四、临床常用心理自评量表	119

第四节 心理治疗	129
一、概述	129
二、常用的心理治疗方法	131
第五节 心理护理	138
一、概述	138
二、心理护理的程序及方法	139
三、常见的心理问题及护理	140
四、护理人员的心理品质及培养	146
实验指导	148
实验一 记忆广度实验	148
实验二 注意分配实验	149
实验三 气质类型测验	150
实验四 沟通技巧训练——《情景剧》	153
实验五 临床量表调查	153
实验六 临床心理调查	153
实验七 放松训练	154

第一章 绪 论

第一节 心理学概述

一、心理学的概念

心理学是研究人的心理活动及其行为规律的科学。

心理活动也称心理现象。在我们生活的周围环境中有着各种各样的现象，如山川河流、动物植物、气象海洋、政治经济、法律道德、科学文化、宗教信仰及风俗习惯等。有的属于自然现象，有的属于社会现象。对这些现象分别进行研究，就构成了不同的学科、不同的知识领域。心理学即为这样一门科学，研究人的心理现象及其行为规律。

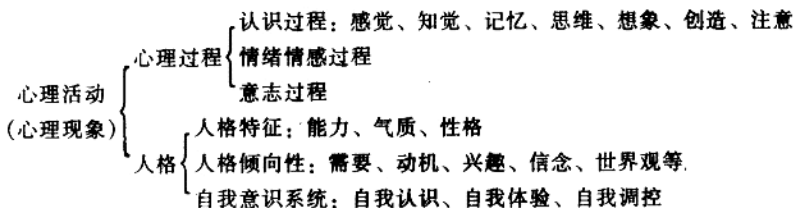
人类关于自然和社会方面的各种知识、在认识世界和改造世界方面获得的一切成就，都是与人的心理活动分不开的。如我们的眼睛可以看到色彩斑斓的世界，我们的耳朵可以听到悠扬美妙的乐曲，事过境迁却记忆犹新。科学的思维、丰富的想象使人类创造出多少人间奇迹。人还有喜怒哀乐的情绪，通过活动以满足自己的各种需要，并在环境中刻下自己意志的痕迹。而人与人之间的各种差异，则更显心理现象之奇妙，曾被恩格斯誉为“地球上最美的花朵”。

二、心理学的研究对象和任务

(一) 心理学的研究对象

心理学研究的对象是个体的心理活动及其行为规律。

心理活动是个体生命过程中的高级表现形式，是一个完整的、复杂的统一体，一般分为心理过程和人格两部分：



心理过程是个体认识和改造客观世界的心理活动过程，包括认识过程、情绪情感过程和意志过程，三者之间相互联系，关系极为密切。当个体通过感觉、知觉、记忆、思维、想象和创造过程认识和改造客观世界的同时，必然会根据自己的评判标准，产生情绪情感的体验，并引发相应的意志过程。与此同时，个体的认识过程也将进一步得到深化。

个体在认识和改造客观世界过程中，常表现出各自的不同特点。这些不同特点构成了人们心理活动上的差异，即为人格，或称个性，从而将人们彼此区分开来。人格的核心部分是人格特征，个体之间的差异主要体现在能力、气质和性格 3 个方面。人格倾向性是决定个体对客观事物采取何种态度与行为的动力系统，主要包括需要、动机、兴趣、信念、世界观等。自我意识是一种自我调节系统，由自我认识、自我体验、自我调控 3 个方面构成，主要体现在对自己的心理特点和自身社会价值等方面的自我认识与自我评价；对自己情绪情感的体验；对自身的心理活动和行为主动地掌握与调控。自我意识产生和发展的过程就是人格特征形成的过程。

行为则是指个体为了自身的生存与种族的延续，在适应不断变化的复杂环境时所作出的各种反应。行为主要分为本能行为和社会行为。本能行为是指由先天遗传的、无需学习即可出现的行为，如摄食、饮水、睡眠、性、防御等。社会行为是指对社会其他成员有影响的行为，如劳动、医疗、人际交往、教育、攻击等。

心理活动不仅来源于现实，来源于实践活动，而且又通过其外部行为，主要是用动作和言语表达出来。人类的行为活动很明显要受到心理活动的支配和调节。外部行为乃是心理活动的直接表现，知情意等心理过程及人格诸方面又会对行为产生极大的影响作用。

（二）心理学的研究任务

心理学的基本任务是揭示心理活动的规律，并应用这些规律为人类的实践服务。规律是客观事物本身所固有的、本质的和必然的联系，认识了这种联系，就能科学地解释客观事物的各种现象，并能预测和控制事物的发展变化过程。

心理现象与其他自然现象、社会现象一样，也有其特定的规律性：①心理过程发生发展的规律；②人格形成和发展的规律；③心理过程与人格关系的规律；④心理活动与行为关系的规律。心理学的任务就是探讨这些规律，并将其研究成果应用于实践的各个领域，如教育、国防、医学、商业、体育等。同时，也就相应地形成了心理学的各个分支学科，诸如教育心理学、军事心理学、医学心理学、商业心理学、运动心理学等。

三、心理学发展简史

有位西方心理学家曾说过一句名言：“心理学有一个长远的过去，却只有一个短暂的历史”。的确，心理学是一门既古老又年轻的新兴学科。

说其古老，是因为人类探讨自身的心理现象已有 2000 多年的历史了。长期以来，许多哲学家、教育家、思想家和医生就十分关注“心灵”、“意识”、“人性”等问题。我国先秦时期的著名思想家孔子、孟子、荀况等人，就曾探讨过人性的本质，在人性与环

境的相互关系问题上也有过一系列的精辟论述。

古希腊哲学家亚里士多德（Aristotle）的著作《灵魂论》、《记忆论》、《梦论》等，可谓是最早的心理学专著，而同时期的希波克拉底在他的《论人的本性》等书中首先提出了“脑是心理的器官”。中世纪，宗教神学占有统治地位，使心理学带有浓烈的宗教色彩。欧洲文艺复兴后，在自然科学迅速发展的基础上，产生了唯物主义哲学，将人的感觉、意识、本能等问题作为哲学上的主要概念加以探讨，扩大了心理学的研究领域。德国哲学教授洛采（B. H. Lotze）1852年出版了第一本医学心理学专著。虽然心理学经历了漫长的变化，但仍未形成一门独立的学科。



图 1-1 德国心理学家冯特

1879年德国心理学家冯特（W. Wundt, 1832~1920, 图 1-1）创建了世界上第一个心理实验室，至此，心理学才真正脱离哲学，而成为一门独立的学科。在冯特的主持下，开展了对感知觉、联想和情感等系统的研究，形成了现代心理学的雏形。此后，大批的哲学家、生理学家、医学家和教育学家按照各自的理论和方法对心理现象进行了研究，在上世纪初形成了百家争鸣、学派林立的局面，对心理学的发展起到了促进作用。其中对心理学发展影响较大，并与医学关系较为密切的学派有精神分析学派、行为主义学派、人本主义学派、认知学派和心理生理学派，其基本理论将在第二章中详细叙述。

第二节 护理心理学概述

一、护理心理学的概念

护理心理学是护理学与心理学相结合的应用学科，是研究护理过程中护患心理活动规律及解决护理对象心理问题的科学。它是医学心理学的一个重要分支学科。

二、护理心理学的研究对象和任务

（一）护理心理学的研究对象

现代护理学的先驱南丁格尔（F. Nightingale）曾指出：“护理工作的对象不是冷冰

冰的石块、木头和纸片，而是有着热血和生命的人类。”我们人类不但具有生物属性，而且具有精神属性和社会属性。外界环境中的不良刺激必然会给人们造成一定的心理问题，从而对身心健康产生负性影响。护理心理学是研究护理工作中心理学问题，研究对象自然也就是护理对象的心理问题，以及这些心理问题对健康和疾病有何种影响。

（二）护理心理学的研究任务

（1）将心理学的基本理论和基本技能运用于护理工作中，使护理人员能按照护理对象的心理活动规律做好身心护理工作。

（2）研究护理对象的心理活动对生理活动的影响，从而揭示心理因素与疾病之间的内在联系，以便采取有效措施，预防疾病，维护身心健康。

（3）研究护患关系的沟通技巧，因人而异，采取恰当的沟通方式，建立良好的护患关系，为解决护理对象的真实心理问题奠定基础。

（4）研究护理人员应具备的心理素养。护理工作是科学艺术和爱心的结合，要求从业人员应具有高尚的道德情操、心智聪慧、技术娴熟、举止优雅、文化修养良好及人格健全。

三、护理心理学的发展前景

护理心理学作为一门应用学科，在 21 世纪的今天，一定会有一个良好的发展前景。首先是医学模式转变的需要，在全面探求提高护理质量过程中，护理心理学将成为一条不可缺少的研究途径；其次是社会发展的需要，在当前改革与转型时期，人们的心理压力普遍增加，以及各种生活事件的冲击等都非常需要心理护理的服务，心理护理越来越受到重视；还有国际大环境的需要，目前，恐怖活动频繁，人质危机屡屡发生，酗酒、吸毒及家庭暴力已成为全世界关注的焦点问题，心理护理工作者的有力干预，对当事人的心身康复和社会安定极为重要；再就是提高国民素质的需要，要迎接 21 世纪的挑战，社会需要大量高素质人才，心理素质的提高即更显迫切，护理心理学的普及应用将为全民心理素质的提高作出贡献。

第三节 护理心理学的研究原则和方法

一、护理心理学的研究原则

1. 客观性原则 心理活动是对客观事物的主观反映。研究人的心理活动必须以客观行为表现和心理测验等为依据，以实事求是为准则，切忌用主观猜测去揣度人的心理活动。只有这样，才能获得真实可靠的有关资料，作出符合实际的科学判断。

2. 发展性原则 人的心理活动处于不断发展变化之中，应以发展的观点去观察

和分析,不仅要研究现在;也要预测将来。

3. 系统性原则 心理活动是一个多因素、多层次的复杂系统,并与其周围环境构成了一个统一的整体。护理心理学的研究必须考虑到各种因素之间的相互作用及各种心理现象之间的相互联系。

二、护理心理学的研究方法

1. 观察法 是指通过对被观察者的外部表现进行观察,以了解其心理活动的方法。通常在自然条件下进行。这种方法的优点是保持心理表现的自然性,被观察者通常不知道自己在被观察,其不足之处则在于得到的结果可能只是一种表面现象,不能准确地确定其真实原因,而且只是消极、被动地等待某些现象的出现,因此可能是一个缓慢的过程。

2. 实验法 是指人为地设置和改变条件,引发某些心理现象,从而进行研究的方法。此种方法的优点在于研究人员可以通过控制条件引发他所需要了解的某种心理现象,而不是消极等待它的出现。研究者通过一些条件不变,可以预料这些条件对被试者心理现象的影响,改变一些条件而使另一些条件不变,可以揭示一定的心理现象产生的原因,这样反复进行试验,可以作为判断被研究心理现象的典型性和偶然性的依据。

3. 测验法 是运用某些测验材料,以标准化的方法对人的心理现象进行数量化的测量,从而确定个体心理现象差异的性质和程度,为判定某些方面的心理水平提供依据。目前,应用较广的是人格测验和智力测验。

第四节 学习护理心理学的意义

护理工作者学习护理心理学,不仅能正确揭示心理现象,提高生命质量,而且对护理实践更具有重要的现实意义。

一、提高自身心理素质

专家指出:21世纪最重要的是知识,比知识更重要的是能力,比能力更重要的是心理素质。学习护理心理学的首要意义是提高自身心理素质,培养良好的心理品质和健全的人格;①敏锐的观察力,稳定的注意力,良好的记忆力,创造性的思维及丰富的想象力;②良好的语言表达能力、操作能力、交往能力和组织管理能力;③积极稳定的情绪,坚强的意志品质;④对人真诚、热情、宽容、充满爱心;⑤自尊、自爱、自信、严于律己;⑥对工作认真负责、精益求精。

作为一个护理工作者,具备良好的心理素质,有助于建立良好的人际关系和适应社会;有助于增强抗挫折的能力而健康成长;有助于提高专业水平,加速自我发展;有助

于为护理对象提供有效的帮助和高质量的服务,使自己成为深受他人爱戴的白衣天使。

二、适应现代护理模式的转变

伴随着医学模式的转变,护理模式发生了根本性的变革。

(一) 生物医学模式及其对护理学的影响

生物医学模式是中世纪欧洲文艺复兴后逐渐形成和发展起来的。不同历史时期的科学家为此做出了卓越的贡献,从而使医学科学有了长足的发展。从哈维(Harvey, 1598~1657)提出血液循环理论到琴纳(Senner, 1749~1823)制成牛痘疫苗;从施来登(Schleiden)和许旺(Schwann)的细胞学说魏尔啸(Virchow, 1821~1902)的细胞病理学;从断肢再植到器官移植;从DNA双螺旋结构的确立到克隆;特别是上世纪末对基因图谱的解密,更使生物科学达到了一个巅峰阶段。

生物医学模式的基本观点认为,每一种疾病都能在人体某一特定的器官、细胞,乃至生物分子水平上发现形态或化学的变化,从而确定生物或理化的原因并制定相应的治疗措施。

在生物医学模式的影响下,护理工作形成了以下特点:①护理模式是以疾病为中心的“疾病护理模式”;②护理对象是有病的人;③护理出发点是病人的躯体;④护理服务的范围局限在医院;⑤医护关系是一种附属关系,护士是医生的助手;⑥护理方式是以执行医嘱和完成护理操作为目的的功能制护理;⑦护士的职能是执行医嘱,配合手术、检查,进行各种护理技术操作,并提供生活护理。由此形成了护理技术是衡量专业水平的唯一标准。

(二) 生物-心理-社会医学模式及其对护理学的影响

20世纪中叶以后,随着生产力的发展和社会的进步,人们的生活与工作方式也发生了巨大变化,在追求多层次需要的同时,心理社会因素对人类健康与疾病的影响也日显突出。无论是发达国家还是发展中国家,对“疾病谱”和死亡原因的调查都表明:当今威胁人类健康、造成死亡的主要原因已并非昔日的战争、营养不良和传染病等,而是心、脑血管疾病、肿瘤及意外事故等所谓“文明病”。在这一背景下,生物医学模式已不能概括和解释现代医学所面临的全部课题,而对一些功能性障碍及行为问题更是束手无策,显露出这一模式的内在缺陷和局限性:①注重人的生物属性而忽略了人的社会属性;②注重人的躯体而忽略了人是有复杂心理活动的心身统一的整体;③注重生物因素而忽略了心理社会因素对健康和疾病的影响。

1977年美国罗彻斯特大学教授恩格尔(G. L. Engel)在《科学》杂志上撰文〈需要新的医学模式——对生物医学的挑战〉,批评了生物医学模式的“心身二元论”,并提出了现代医学模式——生物-心理-社会医学模式。这一模式并不排斥生物医学的研究,而是要求生物医学以系统论为概念框架,以“心身一元论”为基本的指导思想。在致病因素方面,既要考虑到生物学因素,也要充分考虑到心理社会因素的特点,将所有这些因素都看作是相互联系、相互影响的。因此,对于疾病与健康而言,无论是致病、治病,还是预防、康复等都将人视为一个整体,综合地考虑各方面因素的交互作用。

在生物-心理-社会医学模式的影响下，护理工作形成了以下特点：①护理模式是以提高健康水平为中心的“系统化整体护理模式”；②护理对象不仅是病人，而且包括健康的人；③护理出发点是人的整体；④护理服务的范围由医院扩展到家庭和社区；⑤医护关系是既合作又各有一定的独立性；⑥护理方式是以护理程序为核心的系统化整体护理；⑦护士的职能是全方位的，既是护理的提供者、决策者、管理者 and 研究者，又是教育者、沟通者和代理人。这些特点既明确了护理工作的目标，也显示了整体护理的科学方法，更充分体现了护理专业的社会价值和护理人员的自身价值。

总之，医学模式的转变是社会进步和现代医学发展的必然，只有从生物、心理、社会3个维度综合研究健康与疾病问题，才能全面实现1989年世界卫生组织（WHO）所提出的21世纪健康新概念：“健康不仅是没有疾病，而且包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康。”

护理工作者学习护理心理学，有助于适应医学模式和护理模式的转变，提高护理质量，促进人类卫生健康的发展。

（泰安卫生学校 刘志超）