

全国医学高等专科学校教育应用型人才培养规划教材

# 医学心理学

临床医学类、护理类、药学类、医学技术类专业用

medical  
psychology

主编 郭少三



高等教育出版社

全国医学高等专科学校教育应用型人才培养规划教材

# 医学心理学

## medical psychology

临床医学类、护理类、药学类、医学技术类专业用

主 编 郭少三

副主编 邹淑珍 丛 媛

编 者 (以姓氏拼音为序)

曹楚兵 益阳卫生学校

丛 媛 山东医学高等专科学校

高慧婷 通辽职业学院

顾红霞 南阳医学高等专科学校

郭少三 岳阳职业技术学院

黄 毅 湖北中医药高等专科学校

李慧秀 岳阳职业技术学院

刘志雄 娄底卫生学校

鲁 挥 襄樊职业技术学院

邹淑珍 邵阳医学高等专科学校



高等教育出版社

## 内容提要

本书共分十一章。编者根据从一般到特殊的顺序,在绪论和心理学基础知识之后的第三章至第八章里,分别介绍了心理健康、心理防御与心理应激、心身疾病、心理评估、心理咨询与心理治疗、异常心理与不良行为等有关内容,在第九章至第十一章里,联系临床实践对临床医疗中常见心理问题及其干预、病人心理与医患关系进行了讨论,并从护理程序的角度概要说明了因病施护、因人施护的个体心理护理的特点和方法。

本书在介绍心理学基础知识的基础上,重点突出了医学心理学知识在生活实际和临床实践中的应用等相关内容,简明扼要,通俗易懂,有助于学生通过学习掌握必要的心理学基础知识,学会分析和处理有关疾病和健康问题,了解医学心理学的理论和技术,并在临床实践中融会贯通、加以应用。

本书适用于高职高专临床医学类、护理类、药学类、医学技术类专业学生,也可供广大基层医务人员参考阅读。

## 图书在版编目(CIP)数据

医学心理学/郭少三主编. —北京:高等教育出版社,  
2006.6

临床医学类、护理类、药学类、医学技术类专业用

ISBN 7-04-019495-3

I. 医... II. 郭... III. 医学心理学-医学院校-  
教材 IV. R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 052561 号

|      |     |      |     |      |     |      |     |
|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|
| 策划编辑 | 杨 兵 | 责任编辑 | 张 然 | 封面设计 | 于文燕 | 责任绘图 | 宗小梅 |
| 版式设计 | 王艳红 | 责任校对 | 朱惠芳 | 责任印制 | 朱学忠 |      |     |

出版发行 高等教育出版社  
社 址 北京市西城区德外大街 4 号  
邮政编码 100011  
总 机 010-58581000

经 销 蓝色畅想图书发行有限公司  
印 刷 北京新丰印刷厂

开 本 787×1092 1/16  
印 张 10  
字 数 230 000

购书热线 010-58581118  
免费咨询 800-810-0598  
网 址 <http://www.hep.edu.cn>  
<http://www.hep.com.cn>  
网上订购 <http://www.landaco.com>  
<http://www.landaco.com.cn>  
畅想教育 <http://www.widedu.com>

版 次 2006 年 6 月第 1 版  
印 次 2006 年 6 月第 1 次印刷  
定 价 15.10 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 19495-00

# 前 言

现代社会的发展和社会环境的变化,使心理社会因素对健康和疾病的作用日益增强,对人们的社会适应能力提出了更高的要求,人们对心身健康关注程度也日益提高。因此,掌握医学心理学知识已成为医务人员从事医疗服务工作的必备条件之一。

医学心理学既是临床医学专业的必修课程,也是医师执业考试的必考课程。本教材是根据高职高专医学专业的教学计划编写的,旨在培养具有高素质、适应岗位需要的医学应用型人才。因此,我们的编写原则是立足“三基”(基本理论、基本知识、基本技能)、体现“五性”(思想性、科学性、先进性、启发性、实用性)、结合临床、力求创新。

本教材在介绍心理学基础知识的基础上,重点突出了医学心理学知识在生活实际和临床实践中的应用等相关内容,编写力求简明扼要、通俗易懂,尽量避免一些深奥的、不实用的理论,以利于学生能较好掌握有关知识。

本教材的编写得到了岳阳职业技术学院、邵阳医学高等专科学校、山东医学高等专科学校、湖北中医药高等专科学校、南阳医学高等专科学校、通辽职业学院、襄樊职业技术学院、益阳卫生学校和娄底卫生学校等单位领导的大力支持和帮助,编写人员也付出了辛勤的劳动,在此一并致谢。

由于编写时间仓促,编者能力和水平有限,书中若有疏漏之处,恳请使用本教材的医学生和同仁批评指正。

郭少三

2006年2月

# 目 录

|                             |    |                             |    |
|-----------------------------|----|-----------------------------|----|
| <b>第一章 绪论</b> .....         | 1  | 二、个性心理倾向 .....              | 26 |
| <b>第一节 概述</b> .....         | 1  | 三、个性心理特征 .....              | 28 |
| 一、医学与医学心理学 .....            | 1  | 四、自我意识 .....                | 31 |
| 二、医学模式的转变与医学心理学 .....       | 2  | <b>第三章 心理健康</b> .....       | 33 |
| 三、国内医学心理学发展简况 .....         | 3  | <b>第一节 概述</b> .....         | 33 |
| <b>第二节 医学心理学的研究方法</b> ..... | 3  | 一、健康与心理健康 .....             | 33 |
| 一、医学心理学研究方法的主要特点 .....      | 3  | 二、心理健康教育 .....              | 34 |
| 二、基本研究方法 .....              | 4  | <b>第二节 孕期及儿童期心理健康</b> ..... | 35 |
| 三、主要研究方式 .....              | 5  | 一、优生与胎教 .....               | 35 |
| <b>第二章 心理学基础</b> .....      | 7  | 二、乳儿期 .....                 | 35 |
| <b>第一节 概述</b> .....         | 7  | 三、婴儿期 .....                 | 36 |
| 一、心理学的概念 .....              | 7  | 四、幼儿期 .....                 | 36 |
| 二、心理现象的基本内容 .....           | 8  | 五、学龄期 .....                 | 37 |
| 三、心理的实质 .....               | 8  | <b>第三节 青少年期心理健康</b> .....   | 38 |
| <b>第二节 认识过程</b> .....       | 9  | 一、青少年期生理心理特征 .....          | 38 |
| 一、感觉和知觉 .....               | 9  | 二、青少年期心理健康的发展 .....         | 38 |
| 二、记忆 .....                  | 12 | <b>第四节 成年期心理健康</b> .....    | 39 |
| 三、思维 .....                  | 15 | 一、青年期 .....                 | 39 |
| 四、注意 .....                  | 18 | 二、中年期 .....                 | 40 |
| <b>第三节 情绪和情感过程</b> .....    | 20 | 三、老年期 .....                 | 41 |
| 一、概述 .....                  | 20 | <b>第四章 心理防御与心理应激</b> .....  | 43 |
| 二、情绪与人的行为和健康 .....          | 22 | <b>第一节 挫折与心理防御机制</b> .....  | 43 |
| 三、情绪调节 .....                | 22 | 一、挫折 .....                  | 43 |
| <b>第四节 意志过程</b> .....       | 23 | 二、心理防御机制 .....              | 44 |
| 一、概述 .....                  | 23 | <b>第二节 心理应激</b> .....       | 46 |
| 二、意志的基本阶段 .....             | 24 | 一、心理应激的概念 .....             | 46 |
| 三、意志品质 .....                | 24 | 二、生活事件与应激源 .....            | 46 |
| <b>第五节 个性</b> .....         | 25 | 三、心理应激的中介因素 .....           | 46 |
| 一、概述 .....                  | 25 | 四、应激反应 .....                | 47 |

|                            |           |                                       |           |
|----------------------------|-----------|---------------------------------------|-----------|
| 五、心理应激与健康 .....            | 48        | 一、心理干预与心理治疗的概念 .....                  | 70        |
| <b>第五章 心身疾病 .....</b>      | <b>51</b> | 二、心理治疗的适用范围 .....                     | 70        |
| 第一节 概述 .....               | 51        | 三、心理治疗的基本过程和基本原则 .....                | 71        |
| 一、心身疾病的概念 .....            | 51        | 四、常用的心理治疗技术 .....                     | 72        |
| 二、心身疾病的范围 .....            | 51        | <b>第八章 异常心理与不良行为 .....</b>            | <b>77</b> |
| 三、心身疾病的病因与发病机制 .....       | 52        | 第一节 异常心理概述 .....                      | 77        |
| 四、心身疾病的诊断原则 .....          | 53        | 一、异常心理的概念 .....                       | 77        |
| <b>第二节 几种常见的心身疾病 .....</b> | <b>53</b> | 二、异常心理的判断标准 .....                     | 77        |
| 一、冠状动脉粥样硬化性心脏病 .....       | 53        | 三、异常心理的分类 .....                       | 78        |
| 二、原发性高血压 .....             | 54        | <b>第二节 人格障碍 .....</b>                 | <b>79</b> |
| 三、消化性溃疡 .....              | 54        | 一、概述 .....                            | 79        |
| 四、支气管哮喘 .....              | 54        | 二、人格障碍的心理干预 .....                     | 80        |
| 五、癌症 .....                 | 54        | <b>第三节 性心理障碍 .....</b>                | <b>81</b> |
| <b>第三节 心身疾病的防治 .....</b>   | <b>55</b> | 一、概述 .....                            | 81        |
| 一、心身疾病的心理干预目标 .....        | 55        | 二、常见的性心理障碍与心理干预 .....                 | 82        |
| 二、心身疾病的治疗原则 .....          | 55        | <b>第四节 不良行为 .....</b>                 | <b>82</b> |
| 三、心身疾病的预防 .....            | 55        | 一、烟瘾 .....                            | 82        |
| <b>第六章 心理评估 .....</b>      | <b>57</b> | 二、酒瘾 .....                            | 83        |
| 第一节 概述 .....               | 57        | 三、贪食与厌食 .....                         | 84        |
| 一、心理评估的概念 .....            | 57        | 四、因特网成瘾 .....                         | 84        |
| 二、心理评估常用的方法 .....          | 57        | <b>第九章 临床医疗中常见心理问题<br/>及其干预 .....</b> | <b>86</b> |
| <b>第二节 心理测验 .....</b>      | <b>58</b> | 第一节 睡眠障碍心理 .....                      | 86        |
| 一、心理测验的概念 .....            | 58        | 一、失眠 .....                            | 86        |
| 二、心理测验的分类 .....            | 58        | 二、睡眠相关障碍 .....                        | 87        |
| 三、标准化心理测验的基本特征 .....       | 59        | <b>第二节 疼痛心理 .....</b>                 | <b>88</b> |
| 四、常用的心理测验 .....            | 60        | 一、影响疼痛的心理社会因素 .....                   | 88        |
| <b>第三节 临床评定量表 .....</b>    | <b>62</b> | 二、疼痛的心理干预 .....                       | 89        |
| 一、症状评定量表 .....             | 63        | <b>第三节 手术心理 .....</b>                 | <b>89</b> |
| 二、应激和应对评定量表 .....          | 63        | 一、手术病人的心理反应 .....                     | 89        |
| 三、A 型行为类型问卷 .....          | 64        | 二、手术心理干预 .....                        | 90        |
| 四、护士用住院病人观察量表 .....        | 64        | <b>第四节 康复心理 .....</b>                 | <b>91</b> |
| <b>第七章 心理咨询与心理治疗 .....</b> | <b>66</b> | 一、康复过程中的心理行为问题 .....                  | 91        |
| 第一节 心理咨询 .....             | 66        | 二、康复心理的干预 .....                       | 92        |
| 一、概述 .....                 | 66        | <b>第五节 药物心理 .....</b>                 | <b>92</b> |
| 二、心理咨询的基本要求 .....          | 67        | 一、药物的心理效应 .....                       | 92        |
| 三、心理咨询的工作模式 .....          | 68        | 二、药物依赖 .....                          | 93        |
| 四、心理咨询的注意事项 .....          | 70        | 三、安慰剂 .....                           | 94        |
| <b>第二节 心理治疗 .....</b>      | <b>70</b> |                                       |           |

|                              |     |                                |     |
|------------------------------|-----|--------------------------------|-----|
| <b>第十章 病人心理与医患关系</b> .....   | 96  | 二、心理护理诊断 .....                 | 108 |
| <b>第一节 病人角色</b> .....        | 96  | 三、心理护理计划 .....                 | 109 |
| 一、病人与病人角色 .....              | 96  | 四、心理护理实施 .....                 | 109 |
| 二、病人的疾病行为 .....              | 97  | 五、心理护理评价 .....                 | 109 |
| 三、病人的心理需要 .....              | 98  | <b>第三节 不同类型病人的心理护理</b> .....   | 110 |
| <b>第二节 病人常见的心理变化和心理问题</b> .. | 99  | 一、门诊病人的心理护理 .....              | 110 |
| 一、常见的心理变化 .....              | 99  | 二、急诊病人的心理护理 .....              | 111 |
| 二、常见的心理问题 .....              | 100 | 三、住院病人的心理护理 .....              | 112 |
| <b>第三节 医患关系</b> .....        | 102 | 四、临终病人的心理护理 .....              | 113 |
| 一、概述 .....                   | 102 | <b>第四节 不同年龄阶段病人的心理护理</b> ..... | 113 |
| 二、临床医疗活动中的人际交往 .....         | 103 | 一、儿童病人的心理护理 .....              | 113 |
| 三、良好医患关系的体现及构建措施 .....       | 103 | 二、青年病人的心理护理 .....              | 114 |
| 四、医务工作者心理素质的培养 .....         | 104 | 三、中年病人的心理护理 .....              | 115 |
| <b>第十一章 心理护理概论</b> .....     | 106 | 四、老年病人的心理护理 .....              | 115 |
| <b>第一节 心理护理的概念和原则</b> .....  | 106 | <b>实验指导</b> .....              | 118 |
| 一、心理护理的概念 .....              | 106 | <b>附录</b> .....                | 123 |
| 二、心理护理的原则 .....              | 106 | <b>中英文对照名词索引</b> .....         | 142 |
| <b>第二节 心理护理的基本程序</b> .....   | 107 | <b>参考文献</b> .....              | 149 |
| 一、心理护理评估 .....               | 107 |                                |     |

# 第一章 绪 论

## 学习要点

医学心理学是现代医学与心理学相互渗透、融合而成的新学科,研究介于医学与心理学之间的课题。

医学心理学既是涉及多学科知识的交叉学科,也是医学基础学科和临床应用学科;它随着现代医学的发展而形成,顺应医学模式的转变而发展。

医学心理学研究借鉴了心理学的基本方法,但又有许多临床特点。

## 第一节 概 述

### 一、医学与医学心理学

#### (一) 医学心理学的定义

医学和心理学都是以人为研究对象并直接服务于人,都属于自然学科和社会学科交叉的边缘学科。在医学的发展过程中,现代医学理论不断地吸收心理学关于人的需要与动机、应激与应对、自我的发展等理论作为自己的理论基础,并在医学临床实践中积极运用心理学的知识、理论与技术对病人进行干预,使现代医学与心理学的关系越来越密切,二者相互渗透、融合,在心理学中逐步形成并发展了一门新的学科——医学心理学。

医学心理学(medical psychology)是综合国内外多种与医学有关的心理行为科学理论、知识和技术,根据医学教育发展的需要而发展起来的新兴交叉学科。它研究心理变量与健康或疾病变量之间的关系,研究并解决医学领域中的有关健康和疾病的心理行为问题。

#### (二) 医学心理学的研究范围

医学心理学研究的是介于医学与心理学之间的课题,因此它既是心理学的分支,也是医学的分支。归纳起来,医学心理学的研究范围有:① 研究心理行为的生物学和社会学基础及其在健康和疾病中的意义;② 研究心身相互作用机制;③ 研究心理行为因素在疾病过程中的作用规律;④ 研究各种疾病过程中的心理行为变化规律;⑤ 研究如何将心理行为知识和技术应用于人

类的健康保持和疾病防治。

### (三) 医学心理学的学科性质

医学心理学不但是涉及多学科知识的一门交叉学科,从基础和应用的角度来看,它还是医学基础学科,同时也是一门临床应用学科。

1. 交叉学科 医学心理学是医学与心理行为科学的交叉学科。就医学来说,医学心理学涉及基础医学、临床医学、预防医学、康复医学和护理学等许多医学课程中的有关基础知识。就心理行为科学来说,医学心理学涉及普通、实验、发展、教育、社会心理学以及人类学、社会学等广泛学科领域的相关知识。医学心理学的许多基本概念也是来自普通心理学。

2. 基础学科 医学心理学揭示行为的生物学和社会学基础,心理活动和生物活动的相互作用,以及它们对健康和疾病的发生、发展、转归、预防的作用规律,寻求人类战胜疾病、保持健康的基本心理途径。因而医学心理学是医学教育的一门基础课程。

3. 应用学科 作为心理学的应用分支学科,医学心理学将心理学的知识、理论和技术,应用于医学的各个工作领域,如医院、疗养院、康复中心、防疫机构、健康服务中心、企事业和学校的保健部门以及某些特殊群体等。此外,医学心理学的知识与技术也可以独立应用于社会人群,以帮助人们解决日益增多的与健康有关的心身问题。

## 二、医学模式的转变与医学心理学

医学心理学的发展与医学模式的转变有着实质性的联系。人类对健康需求的不断变化与提高,促使医学模式不断发展和完善,同时,也极大地促进了医学心理学的发展。

在原始社会,生产力水平极为低下,科学思想还未确立,人们认为自然界的一切现象超越人力,相信“万物有灵”,认为人类的生命和健康是由神灵主宰的,疾病和灾难是神灵对人的惩罚。因此,当时治疗疾病的方法是求助于神灵和巫医、巫术。

15 世纪以前,古代哲学思想,主要是朴素的唯物论和辩证法对医学的影响很大,医学史学家将这一时期称之为“自然哲学模式”(natural philosophic model)。西方医学的鼻祖希波克拉底(Hippocrates, 约前 460—前 377)认为:人体各部分的协调统一是健康的条件,疾病是由于身体内部的失调或外部气候、个人卫生、饮食和环境的影响造成的,提出了“治病一是语言,二是药物”的治疗观点。这些思想对后世的影响十分深远。

15 世纪中叶,欧洲爆发文艺复兴运动,西方医学开始摆脱宗教的禁锢,自然科学,包括医学获得飞跃发展。这一时期,人们开始用实验方法来研究医学,医学中的解剖学和实验生理学发展最快。17 世纪显微镜的发明,以及 19 世纪以后细胞胚胎学、病理学及微生物学的发展,逐渐形成了生物医学模式(biomedical model)。生物医学模式对现代医学的形成和发展产生了巨大的推动作用,在防治某些生物源性疾病特别是在控制危害人类健康的传染病方面取得了巨大的成绩,至今仍是医学研究的基础。但是生物医学模式重视生物因素而不重视心理和社会的因素,在对健康和疾病的影响研究中侧重于躯体的生理活动过程,使得临床治疗效果受到很大影响。

随着医学的发展,原来的生物医学模式已不足以阐明人类健康和疾病的全部本质,疾病的治疗也不能单凭药物或手术,人们对于健康的要求已不再停留在身体上的无病,而是更追求心身的舒适和协调。因此,医学模式的转变已是不可避免。

20 世纪中叶,医学的发展和人们防治疾病手段的进步和提高,使生物医学模式受到了极大挑战。1977 年,美国医生恩格尔(Engel G. L.)在《科学》杂志上发表了《需要一种新的医学模式——对生物医学的挑战》一文,提出了生物心理社会医学模式(biopsychosocial medical model)。他对生物心理社会医学模式的特点作了强有力的分析和说明,认为健康和疾病的全面观点应该包括生物的、心理和行为的,以及社会的各种因素的综合作用。这一建议立即得到 WHO 的赞同。这是一种系统论和整体观的医学模式。

随着健康定义的发展和医学模式的转变,医学与心理学在临床实践中的交叉与结合日益密切,也越来越受到人们的重视。目前,我国死亡谱与发达国家一样也已发生根本性变化,与心理社会因素密切相关的一类疾病即心身疾病的死亡率已跃居首位;广大人民对医疗的需要也已开始向高层次发展。因此,医学心理学的产生和发展适应了医学模式的转变,同时新的医学模式对医学心理学的发展也有重要的指导意义。

### 三、国内医学心理学发展简况

在我国,心理学于 20 世纪初传入。北京大学于 1917 年开设了心理学课程,并开展了简单的心理学实验。1922 年,中国第一个心理学的杂志《心理》出版。20 世纪 30 年代,心理测验技术传入我国。50 年代末,部分医学家和心理学家结合开展了对神经症为主的综合快速心理疗法的研究。但从整体上来讲,我国医学心理学的快速发展还是近 20 年来的事。

20 世纪 70 年代末,在卫生部的督促和支持下,通过举办医学心理学师资培训班,全国许多医学院校开始逐步设置医学心理学课程,并建立教研组织,尝试编写医学心理学讲义和教材。随后,中国医学心理学专业委员会、中国心理卫生协会、中华医学会行为医学学会行为医学分会等相继成立,相应的学术刊物如《中国心理卫生杂志》、《中国行为医学科学》、《中国临床心理学杂志》等也先后创刊,这标志着国内医学心理学科科研工作的局面初步打开。

近些年来,我国的医学心理学工作已逐渐扩大到医学各领域,心身医学和临床应用性论文所占的比重越来越大,各地正在建立更多的医学心理咨询门诊,反映了我国医学心理学开始向广阔的领域发展。

## 第二节 医学心理学的研究方法

### 一、医学心理学研究方法的主要特点

医学心理学属于心理学的分支,所以其基本的研究方法是借鉴心理学的。但它又是一门应用学科,其研究方法也有许多临床特点。医学心理学研究方法的主要特点有:

1. 基础理论的多样性 医学心理学有关的理论很多。理论的多样性反映了人们对心理实质认识的不一致,同时也使研究和工作方法呈现多样性。

2. 心理因素的主观性 与某些自然现象不同,许多心理现象的定量难度更大,常带有主观

成分。这就需要在实际工作过程中更要注意方法学问题。

3. 研究对象的多学科属性 在医学心理学工作中常同时涉及社会、心理、生物等多学科的有关因素和变量。为了保证结果的科学性,需要我们同时掌握这些学科的一些基本研究方法和手段。

以上特点导致了在医学心理学研究中出现宏观和微观并重、实证与思辨同行、形态与机能结合、单因素与多因素分析共存的现象。

## 二、基本研究方法

医学心理学的基本研究方法可分为观察法、调查法、心理测验法和实验法等。

### (一) 观察法

观察法(observational method)是通过对被试心理现象的外显行为进行有目的、有计划地观察,以分析心理活动的方法。观察法分为:① 自然观察法(naturalistic observation):在自然情景中观察、记录人或动物的行为,然后进行分析研究,从而解释某种行为变化的规律。该方法可得到许多基本的、比较真实的资料。② 控制观察法(controlled observation):是指在预先设置的某种情境下进行观察,能较快地获取所需资料。观察法的优点是可以取得被试不愿意或者没有能够报告的行为数据,缺点是观察的质量在很大程度上依赖于观察者的洞察分析能力以及条件控制的严谨性。而且,观察活动本身也可能影响被观察者的行为表现,使观察结果失真。

### (二) 调查法

调查法(survey method)是指通过晤谈或问卷等方式获得资料,并加以分析研究,以了解人的心理活动材料的方法。调查法可分为:① 晤谈法(interview method):通过与被调查者面对面地交谈,了解其心理信息,同时观察其在晤谈时的行为反应,以补充和验证所获得的资料,进行记录和分析研究。晤谈法的效果取决于问题的性质和研究者本身的知识水平和晤谈技巧。② 问卷法(questionnaire method):利用事先设计好的调查表或问卷让被调查者填写,然后收集问卷并对其内容逐条进行分析研究。对调查结果分析时,应对被调查人的态度、信息有无被夸大、缩小或歪曲等有充分考虑,以免影响结果判断的正确性。

### (三) 心理测验法

心理测验法是指用一套经过标准化的心理测验材料,对被试的心理活动或某种心理品质进行测量,并为评判被试某些方面的心理水平提供参考依据的方法。心理测验种类繁多,如智力测验、人格测验、症状量表等。心理测验作为一种有效的定量手段,是医学心理学研究中一种常用而重要的方法。

### (四) 实验法

实验法(experimental method)是指人为地控制和改变条件,主动引起和改变被试的某种心理现象,从而进行研究的方法。根据其实施方式可分为实验室实验(laboratory experiment)和现场实验(field experiment)。前者在实验室条件下进行,实验者可按实验设计对心理活动进行测量分析,揭示心身现象的规律;后者可在实际生活和临床工作等自然情境中进行,优点是实验条件接近生态环境,所得结果比较切合实际,缺点是难以得到精密实验的结果。实验法是研究中最广、最严谨、科学成效最大的方法,但实验研究的质量在很大程度上取决于实验设计。

在实际研究工作中,以上几种基本方法往往综合使用。

### 三、主要研究方式

#### (一) 个案研究

个案研究(case study)是对单一案例的研究。例如对临床某个案的问题性质和干预(如行为治疗)疗效作出系统的认定。个案研究应重视结果对于样本所属整体的普遍意义,有时则作为大规模抽样研究(sampling study)的准备阶段。个案法还特别适用于少见案例如狼孩、猪孩、无痛儿童等心身问题的研究。个案研究通常需要追溯个案的历史和各方面的背景资料,属于纵向或追踪研究的方法,又称为个案史法。

#### (二) 临床实验研究

临床实验研究其实是上述现场实验法的一种。这一研究方式在医学心理学中具有重要意义。例如在医学临床,通过神经科脑部实验(在脑手术允许下)可取得许多宝贵的神经心理学资料,通过对有关心身疾病的临床研究可认识心身的相关性和心理治疗的疗效等。在医学心理学临床,某些实验研究可在生活情景中进行。例如对一组幼儿实施连续三年的行为学干预,同时记录其有关心身变量并与未干预组做比较,以期证明该干预方法对幼儿的心身发展各指标有无意义等。

#### (三) 心理生物学研究

近年来自然科学的飞速发展,也促进了医学心理学领域的心理生物学研究工作的深入发展。如分子遗传学方面的 DNA 重组技术、基因识别、测序、基因组作图等,在脑影像技术方面有计算机辅助断层摄影(CT)、磁共振成像等,在神经电生理方面有脑电图以及计算机技术等,这些新方法和新技术为探索心理行为的生物学基础、心身相关性和心理病因学等医学心理学的深层次问题提供了有力的武器。

#### (四) 回顾性研究与前瞻性研究

回顾性研究(retrospective study)是以现在为结果,回溯到过去的研究,是目前医学心理学最常见的研究方式之一。这一研究方式由于条件限制较少,有其优点,但其缺陷是被试目前的心身状态会影响对过去资料报告的真实性和准确性。

针对回顾性研究的缺陷,应提倡前瞻性研究(prospective study)。这是以现在为起点追踪到将来的研究方法。例如在临床心理实验中,对一批 A 型行为类型者使用自我行为管理策略指导,并追踪此后整个行为干预策略实施过程中被试 A 型行为的改变情况,从而证明这种治疗技术的实际效果。由于前瞻性研究条件限制过多,使用并不很普遍。前瞻性研究所采用的研究方法可以是多种多样的。前述临床实验研究中对幼儿行为干预实验的例子也属前瞻性研究。

(郭少三)

---

## 生物心理社会医学模式出现的动因及时代特征

第一,死亡谱结构的变化:20 世纪 50 年代以来,人类主要死因已从传染病转移到心脑血管

病、肿瘤等非传染病。这些致死性疾病与吸烟、酗酒、过量饮食、运动不足等行为方式和社会压力的不良反应有关,是心理社会等多种因素综合作用的结果,治疗中只靠用药物、理疗、手术等手段已不能满足临床需要。第二,社会因素对健康和疾病的作用增强:现代社会的发展和社会环境的变化等使人们心理压力加大,对其社会适应能力包括保持心理健康提出了更高的要求。第三,人们需求层次的提高:随着社会进步和经济发展,人们在需要解决其身体痛苦的同时,也要求得到心理卫生指导,以减轻精神上的痛苦,全面提高生活质量。第四,人类认识水平的提高: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,意识到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。于是,综合生物、心理、社会诸因素的新型医学模式——生物心理社会医学模式,顺理成章地成为了当代医学模式。

---

## 第二章 心理学基础

### 学习要点

心理学是研究心理现象发生发展规律的科学。

心理是脑的功能,是客观现实的主观映像。

心理现象包括心理过程和个性。心理过程是人脑对客观现实的反映过程,是心理现象的动态表现形式;个性是在心理过程中形成和表现出来的具有个人特点的、相对稳定的心理特征的总和。

心理过程包括认识、情绪情感和意志三个基本过程。

认识过程是人们通过感知觉、记忆、思维等获取知识,认识和改造客观世界的过程。在这一过程中,人们对客观事物抱一定态度,在需要的基础上表现出情绪情感过程,而且通过意志行动去实现认识和改造客观世界的目的。

个性的心理结构包括个性心理倾向、个性心理特征和自我意识。

个性心理倾向是人行为活动的基本动力,包括需要、动机和兴趣等,其中需要是个性心理倾向的源泉。

个性心理特征是人在心理活动过程中较稳定的心理特点,包括能力、气质、性格。能力保证活动的完成;气质决定心理活动的表现形式;性格是个性的核心。

自我意识是个体对自己作为客体存在的意识,是个性的调节系统,包括自我认识、自我体验、自我控制等。它们分别是自我意识的认知部分、情绪部分和意志部分。

### 第一节 概 述

#### 一、心理学的概念

心理学(psychology)是研究心理现象发生发展规律的科学。心理现象(mental phenomena)是人

与客观现实相互作用时,客观现实反映在人脑中而产生的心理过程以及在心理过程中形成与表现出来的个性。心理学作为一门学科既古老又年轻。人们在科学还极端落后的远古时代就开始了对心理现象的探索,但在漫长的年代里,由于种种原因,心理学一直没有成为一门独立的学科。直到1879年德国心理学家冯特(Wilhelm Wundt,1832—1920)创办了第一个心理实验室,对心理现象采用自然科学的手段进行实验研究,心理学才脱离哲学成为一门真正独立的学科。

## 二、心理现象的基本内容

心理现象包括两个相互联系的方面,即心理过程和个性。

### (一) 心理过程

心理过程(mental process)是人脑对客观现实的反映过程,是心理现象的动态表现形式。它包括认识、情绪情感和意志三个基本过程。

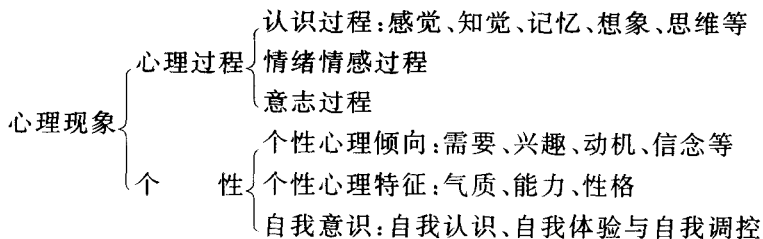
认识过程是人对客观世界的认识和反映,是获取知识经验的过程。认识过程依赖感觉器官产生感觉,并将感觉整合成一个整体形成知觉,通过记忆、思维并伴随注意来完成。人在认识世界和改造世界的活动中,与客观事物发生多种多样的联系,客观事物对人具有一定的意义,人对客观事物也抱有一定的态度,表现为快乐、悲哀、愤怒、恐惧等,这便是情绪情感过程。人的活动总是有一定的目的,在目的的确立和实现过程中常会碰到种种困难和挫折,克服困难和挫折,实现预期目标的过程就是意志过程。

### (二) 个性

个性(personality)是在心理过程中形成和表现出来的具有个人特点的、相对稳定的心理特征的总和,包括个性心理倾向、个性心理特征和自我意识。个性心理倾向是人对客观事物采取何种态度和行为的动力系统,包括需要、兴趣、动机、信念和世界观等;个性心理特征是表现一个人本质的、稳定的心理特征系统,表现在能力、气质和性格等方面;自我意识是个体在与他人交往的社会实践活动中产生的,是个体对自我进行调控的系统,包括自我认识、自我体验和自我调控。

心理过程和个性心理密切相关,个性心理在心理过程的基础上形成并通过心理过程表现出来,同时个性又制约和影响心理过程,二者相互联系、相互依存、相互制约,是不可分割的整体。

综上所述,可把心理现象的基本内容归纳如下:



## 三、心理的实质

### (一) 心理是人脑的功能

人脑的形成大约经历了10亿年,其中发展较晚的大脑皮层在调节人体机能方面起主导作

用,它不仅对各种机能进行全面而又精细的调节,同时由于社会生活、生产劳动和语言的发展,使其和动物脑有了质的区别,具有了抽象思维能力,也成为人进行意识活动的物质基础。尤其是新皮层及其高级联合区得到高度发展,使人能够凌驾于一切生命之上,并本质地区别于其他动物。

个体发育成熟和心理成熟平衡的过程也证明心理的基础是成熟的大脑。孩子初生时大脑皮质功能尚未健全,因而智力水平较低,动作也不协调;随着个体的成长,大脑皮质的发育和功能逐步成熟,逐渐出现了各种具体的心理活动,动作变得协调;12岁儿童的脑已接近成人水平,心理活动日臻完善。

### (二) 心理是客观现实在人脑中的反映

1. 客观现实是心理活动的源泉 人的心理是客观现实中各种各样的事物作用于人脑的产物。客观现实通过感觉器官作用于人脑,才能产生感知觉、思维、想象、情感等心理现象。

2. 社会实践促进心理活动的发展与完善 社会实践是心理的基础,如果没有人的社会实践就不可能有人心理。如印度的狼孩、立陶宛的熊孩、撒哈拉沙漠的羊孩等,他们出生后由于种种原因脱离了社会生活,与兽为伍,导致心理发育停滞,养成了许多兽的习性。即使那些心理发育已趋成熟的正常人,若由于自然或社会的原因,长期脱离社会生活,心理活动水平也会下降甚至退化。

3. 心理是客观现实的主观反映 人的心理现象虽然都是客观现实的反映,但是各人对客观现实的反映有主观性,不同的人对同一事物有不同的反映。例如,观看同一电视悲剧,有的人只是当作艺术作品来欣赏,有的人则很悲伤。同一个人在不同的时间和不同的条件下,对同一事物的反映也不尽相同。例如,一个喜欢听音乐的病人,当他有剧烈疼痛时,可能会讨厌音乐。

(邹淑珍)

## 第二节 认识过程

### 一、感觉和知觉

#### (一) 概述

1. 感觉(sensation) 是人脑对直接作用于感觉器官的事物的个别属性的反映。客观事物具有多种属性,如颜色、气味、温度、声音等。人们用耳朵听声、眼睛辨色、舌头尝味等,这声、色、味就是事物的个别属性。

感觉是认识客观世界的开始,也是反映现实的最简单的心理过程。

感觉是由感受器、神经传入通路和大脑皮层的特定部位(感觉中枢)三个特定的部分共同活动而产生的。这三个特定部分称为感觉分析器。

根据获取信息的来源不同,感觉可以分为两类:① 外部感觉:是指人的感官对外部信息的反映。外部感觉又可分为远距离感觉和近距离感觉。前者包括视觉、听觉和嗅觉,其中视觉是人类最重要的一种感觉;后者包括味觉和皮肤的触压觉、温度觉和痛觉。② 内部感觉:是指人的感官对机体内部信息的反映。如运动觉、位置平衡觉和各种内脏感觉。

2. 知觉(perception) 是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物的整体反映。例如,我们闻到苹果的香味时,是感觉,因为香味只是苹果的个别属性。当我们辨认出苹果时,就是知觉了。因为苹果本身包含了颜色、滋味、硬度、温度和形态等苹果的所有特征。通过知觉,人们才能对某一事物形成一个完整的映像。

根据知觉对象的不同,知觉分为物体知觉和社会知觉。

物体知觉包括:① 空间知觉:是指物体空间特性在人脑中的反映。如形状、大小、距离、立体和方位等。② 时间知觉:是指人脑对客观现象延续性和顺序性的反映。时间知觉没有专门的器官。人的行为和生理过程能随时间而发生的周期性节律变化可起到自动计时器的作用,称为“生物钟”。③ 运动知觉:是指人对物体在空间位移的知觉。

社会知觉包括:① 对人知觉:是指通过对一个人的外表和语言来认识这个人的心理特点和品质。即通常所说的“听其言、观其行而知其人”。② 对己知觉:是指通过对自己的言行观察或机体状况的察觉来认识自己的身体、思想感情、意向、性格、社会角色及行为等。即通常所说的“自知之明”。③ 人际知觉:是对人与人之间关系的知觉,这种知觉有明显情感成分的参与。如“情人眼里出西施”就是一个典型的例子。

感觉和知觉是两个不同而又密不可分的基本心理过程,有共同点也有区别。二者的相同点是:第一,感觉和知觉都是客观事物直接作用于感觉器官产生的;第二,感觉和知觉同属认识过程的感性阶段,都是对当前客观事物的反映;第三,感觉和知觉都是人脑对客观事物的直接反映。二者的区别是:第一,感觉是人脑对事物个别属性的反映,而知觉则是对事物整体的反映;第二,感觉的产生依赖于客观刺激的物理特性,相同的刺激会引起相同的感觉,而知觉不仅依赖于刺激物的物理特性,而且依赖于知觉者本身的特点,如知识经验、心理状态、个性特点等;第三,感觉是某个分析器活动的结果,而知觉是多种分析器联合活动的结果。

感觉和知觉虽然是一种简单的心理现象,但在人类的现实生活中起着极其重要的作用,是人类一切心理活动的基础,是人们认识世界的开端及获得知识的源泉。

## (二) 感受性及其变化的一般规律

感受性(sensitivity)是指感觉器官对适宜刺激的感觉能力。感受性的衡量指标是感觉阈限。二者呈反比关系。感觉阈限(sensory threshold)是指刚刚能引起某种感觉的持续一定时间的最小刺激量,分为绝对感觉阈限和差别感觉阈限。刺激必须达到一定强度才能引起人们的感受。能引起感觉的最小刺激量称为绝对感觉阈限(absolute sensory threshold)或叫下阈。同一性质的两个刺激,其强度差异必须达到一定程度才能使人在感觉上加以分辨。刚刚能引起感觉差异的最小刺激量叫差别感觉阈限(differential sensory threshold)。

机体的感受性在不同条件下会发生变化,其变化的一般规律主要有以下表现:

1. 感觉的适应现象 是指感受性因刺激物的持续作用而发生改变的现象。适应可表现为感受性提高或降低。除视觉外,其他感觉的适应一般都表现为感受性的降低或暂时消失。根据适应的快慢,感觉可分为快适应和慢适应两类。前者有皮肤触压觉和嗅觉等,后者有听觉、痛觉及体内的各种感觉。感觉适应的快与慢有不同的生理意义:快适应有利于机体不断接受新刺激,慢适应则有利于感受器对机体某些功能进行长期持续监控,并根据其变化随时调整机体的功能。

2. 感觉的相互作用 是指在一定条件下,感受性因各种不同感觉的相互影响而发生变化的