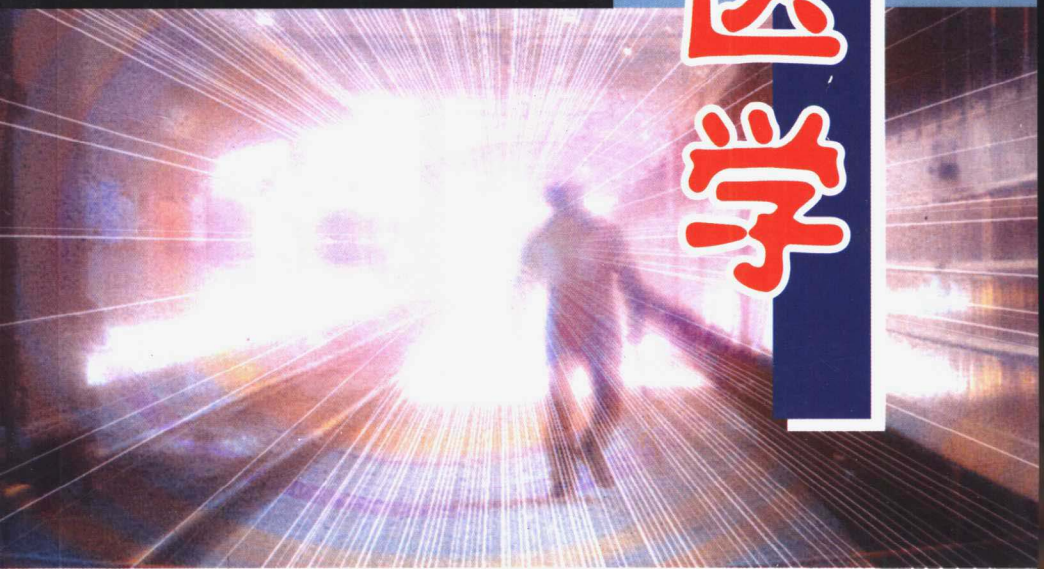


行为

医学



任桂秀

XINGWEI YIXUE

四川大学出版社



行为医学

主 编 任桂秀

副主编 康 健 唐 平
李成军 李 健

四川大学出版社

责任编辑:朱辅华
责任校对:朱兰双
封面设计:罗 光
责任印制:曹 琳

图书在版编目(CIP)数据

行为医学 / 任桂秀主编. —成都: 四川大学出版社,
2004.4

ISBN 7-5614-2790-5

I. 行... II. 任... III. 行为医学 IV. R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 028691 号

书名 行为医学

主 编 任桂秀
出 版 四川大学出版社
地 址 成都市一环路南一段 24 号 (610065)
印 刷 华西医科大学印刷厂
发 行 四川大学出版社
开 本 850 mm × 1 168 mm 1/32
印 张 7
字 数 162 千字
版 次 2004 年 4 月第 1 版
印 次 2004 年 4 月第 1 次印刷
印 数 0 001 ~ 4 000 册
定 价 11.00 元

版权所有◆侵权必究

- ◆读者邮购本书,请与本社发行科联系。电话:85408408/85401670/85408023 邮政编码:610065
- ◆本社图书如有印装质量问题,请寄回出版社调换。
- ◆网址:www.scupress.com.cn

序

随着科技的发展和人类的进步，医学先后经历了经验医学、实验医学和整体医学三个时代。医学模式正在实现从生物医学模式向生物-心理-社会医学模式过渡，卫生革命正从以防治传染病为重点的第一次卫生革命向以防治心脑血管疾病和肿瘤为重点的第二次卫生革命转移。

根据世界卫生组织（WHO）的界定，人类的健康和长寿，40%取决于遗传和客观条件，其中15%为遗传因素，10%为社会环境因素，8%为医疗条件，7%为气候因素；而60%取决于自己建立的生活方式和心理行为习惯。也就是说，人类的健康和长寿，大部分是由自己的行为所决定的。

研究人类的健康和长寿是属于行为科学范畴的一个重要内容。行为科学是与自然科学、社会科学并列的第三科学。研究行为科学在医学中的应用称为行为医学，它是研究和发展行为科学

中与健康和疾病有关的知识和技术，并将这些知识和技术应用于疾病预防、诊断、治疗和康复的一门边缘性医学学科。行为医学是适应现代医学模式，并具有美好发展前景的新兴学科。

行为医学虽是一门新兴学科，但它的起点很高。人类历史上第一次行为医学大会是1977年在美国耶鲁大学召开的，我国是在1990年被批准成立中华医学会行为医学专业委员会的。13年来，我国的行为医学专业已逐渐为医学界和人民群众所接受，学会的刊物《中国行为医学科学杂志》已发展成为我国临床医学类的核心期刊。

在21世纪，任何一门学科想要得到长足的发展，都不得不更多地学习和借鉴其他学科的某些知识和方法，并注重两个同步发展：一是微观与宏观的两极发展，微观主要指基因学与生物组织工程，宏观主要指临床预防医学与社会、环境以及行为医学的有机结合；二是分化与综合的两极发展，分化指专业学科的进一步深化，综合主要指基础—临床—预防—心理行为的整体化趋势。形势的发展要求培养“硬科学”与“软科学”结合的复合型人才，更要努力创造促进两者结合的氛围。只有实现了“硬科学”与“软科学”的有机结合，才能在快速变化的环境中发现新问题，解决新问题，控制疾病对人类健康的威胁。

本教材的作者任桂秀等老师在已出版的行为医学专著的基础上，广泛收集资料，分析和总结了近年来有关行为医学的基础理论，突出了“医学行为”的主题，以有别于其他医学心理学的教材；本教材资料翔实，观点新颖，图文并茂，循序渐进；引用的参考资料出处明确；附有“小视窗”栏目，用生动的小故事帮助学生开拓思路。因此，本教材具有较好的教学实用价值。

此外，近年来，行为医学在临床各专业的应用发展迅速，有

序

较大的突破。希望本教材再版时，适当补充临床行为医学应用的篇幅，成为一部更完整的行为医学教材，以满足医学基础和临床医、教、研日益增长的需要。

中华医学会行为医学分会 全国主任委员

中国行为医学科学杂志 总编辑

上海第二医科大学内科学和医学心理学 教授

杨菊贤

2004年3月

前 言

行为医学是一门把与健康 and 疾病有关的行为科学技术和医学科学技术整合起来，并将这些技术用于疾病预防、诊断、治疗和康复的边缘性医学学科。它为医学教育、医疗实践和医学科研提供了现代行为科学的理论、技术和方法。

尽管行为医学是 20 世纪 70 年代才发展起来的学科，但在西方医学教育中，行为医学与生物医学和社会医学已并列为三大支柱课程。我国 20 世纪 80 年代中期以后，医学院校陆续开设了行为医学课程。我们受四川省教育厅教改课题资助，与多个兄弟院校合作，开展了医学本科行为医学教材建设。编写中拜读了近年国内问世的多种版本的行为医学教材、参考书和专业杂志，受益匪浅。但同时发现，该学科教材结构和内容分歧较大，规范化尚待探索。我们认为，坚持结合医学生行为教育的本土化研究开展教材建设，仍不失为有意义的工作。

该教材本着突出“医学行为”的主题，有别于医学心理学和行为科学。全书共分9章，第一至三章介绍行为、行为起源和行为医学的基本概念及基本理论框架，第四章介绍人格与行为，第五章介绍医疗行为、尊医行为与不尊医行为，第六章介绍心理与行为评估，第七章介绍健康行为，第八章介绍4种常见的行为障碍及其防治，第九章介绍心理与行为治疗的理论、技术和方法。

本书有幸恭请上海第二医科大学杨菊贤教授写序，在此致以衷心感谢。

由于我们的水平有限，疏漏之处在所难免，诚请专家和读者指正。

编 者

2004年3月

目 录

第一章 概 论	(1)
第一节 行为与行为科学	(1)
一、行为	(1)
二、行为科学	(5)
第二节 行为医学	(6)
一、行为医学的发展简史	(7)
二、行为医学的研究对象与任务	(8)
三、行为医学的研究方法	(10)
第二章 行为医学理论的基本框架	(12)
第一节 行为主义及其基本理论	(12)
一、巴甫洛夫的经典条件反射理论	(13)
二、华生的学习理论	(14)
三、斯金纳的操作条件学习理论	(15)

四、沃尔甫的交互抑制和系统脱敏理论	(17)
五、班杜拉的社会学习理论	(18)
第二节 人本主义理论	(19)
一、马斯洛的需要层次理论	(20)
二、罗杰斯关于人格的理论	(23)
第三节 医学模式理论	(25)
一、生物医学模式	(26)
二、生物-心理-社会医学模式	(27)
第四节 医患关系理论	(28)
一、医患关系的概念	(29)
二、医患关系的本质特征	(29)
三、医患关系的作用	(31)
四、医患关系的常见模式	(32)
五、医患关系的影响因素	(34)
六、医患交往	(35)
第三章 人类行为的起源和发展	(44)
第一节 人类行为的生物学基础	(44)
一、遗传与行为	(45)
二、人脑与行为	(46)
三、神经化学与人类行为	(49)
第二节 人类行为的发展	(52)
一、人类行为发展的影响因素	(52)
二、人类行为发展的节律	(54)
三、人类行为发展的特点	(55)
四、个体行为发展的阶段特征	(56)

第三节 人类行为的社会化和社会控制	(62)
一、人类行为的社会化	(63)
二、人类行为及社会控制	(67)
第四章 人格与行为	(70)
第一节 人格	(70)
一、人格结构	(71)
二、人格结构理论	(75)
第二节 人格的形成与发展	(77)
一、人格的成因	(77)
二、人格的发展	(79)
三、人格的性别差异	(80)
四、人格的年龄相关变化	(81)
五、人格与社会适应	(82)
第三节 健全人格与异常人格	(84)
一、健全人格	(84)
二、异常人格	(86)
第五章 疾病行为与医疗行为	(94)
第一节 病感、疾病和患者	(94)
一、病感	(94)
二、疾病	(95)
三、患者	(95)
四、患者角色	(96)
第二节 疾病行为	(96)
一、表现方式	(97)

二、 尊医行为及不尊医的原因	(98)
三、 患者的权利与义务	(99)
第三节 医疗行为	(101)
一、 医生角色	(101)
二、 医生的角色期待	(101)
三、 医生的权利与义务	(102)
四、 护理行为	(102)
第六章 心理与行为评估	(108)
第一节 心理与行为的临床评估	(109)
一、 心理评估的信息来源	(110)
二、 观察条件	(110)
三、 晤谈技术	(111)
第二节 心理测验	(113)
一、 心理测验的三大要素	(113)
二、 心理测验的信度和效度	(114)
三、 心理测验的特征	(115)
四、 心理测验的分类	(116)
第三节 智力测验	(118)
一、 比奈-西蒙智力量表	(118)
二、 韦克斯勒智力量表	(119)
第四节 人格测验	(123)
一、 自陈量表	(123)
二、 投射测验	(124)
第七章 健康行为	(128)

第一节 健康与亚健康	(129)
一、健康	(129)
二、亚健康	(130)
第二节 不健康行为	(131)
一、常见的不健康行为	(133)
二、不健康行为与疾病	(136)
第三节 健康行为的特征及其建立途径	(137)
一、健康行为的特征	(137)
二、建立健康行为的途径	(138)
第八章 常见的行为障碍	(142)
第一节 攻击行为	(142)
一、基本概念	(142)
二、攻击行为的发生机制	(145)
三、攻击行为的类型	(147)
四、攻击行为的预防与控制	(147)
【附录】 连环杀手的脑病变	(149)
第二节 自杀行为	(150)
一、自杀的概念和类型	(151)
二、自杀的流行病学	(152)
三、自杀的社会、心理及生物性因素研究	(157)
四、自杀的预防和干预	(159)
第三节 性放纵行为	(162)
一、人类性行为概述	(163)
二、健康性行为	(165)
三、性放纵行为的成因、表现形式及其危害	(167)

【附录】 英国的性教育·····	(172)
第四节 成瘾行为 ·····	(175)
一、物质依赖与物质滥用概述·····	(176)
二、物质依赖与物质滥用的诊断及临床资料·····	(180)
三、成瘾行为的控制·····	(182)
第九章 行为治疗 ·····	(187)
第一节 行为治疗概述 ·····	(187)
一、行为治疗的产生和发展·····	(188)
二、行为治疗的特点·····	(189)
三、当代行为治疗的共同要素·····	(190)
四、行为疗法的适应证·····	(191)
第二节 行为治疗的过程及常用技术 ·····	(192)
一、行为治疗的过程·····	(192)
二、行为治疗的常用技术·····	(196)
参考文献 ·····	(207)

第一章 概 论

第一节 行为与行为科学

一、行 为

不同的理论对行为的解释各异。

行为主义理论认为，行为（behavior）是有机体在环境影响下所引起的内在心理和生理变化的反应（行为外因说）。在研究方法上，研究者多用精心设计的实验进行观察，研究的结论建立在对实验数据统计分析的基础上。

精神分析理论认为，人的行为受内在本能活动的驱使，与内在的冲突、欲望有关，行为是人的内在心理活动的外部表现（行

为内因说)。

人本主义理论认为,人的行为既取决于内在的心理需要,也取决于外在环境。人有调节自身需要,以保持与环境协调一致,体现自我实现的潜能。病态行为的产生,是人的自我实现潜能受到内外因素的压抑的结果。通过无条件尊重、接纳、通情,促进个体成长,发挥自身潜能,恢复自我实现能力,患者心理需要重新与环境和谐统一,即可消除病态行为。

上述观点各有侧重。客观地说,人类行为有生物性,更有社会性,受制于人的生理、心理和社会需要。旧的需要的满足,新的需要的产生,成为人的行为的内在动因。这就使人的行为成为反应内在生理、心理及社会需要的外部表现,使人们得以通过研究外在行为,去探究复杂的生理和心理现象。

人总是生活在复杂多变的自然和社会环境中,人的愿望、动机和需要无不受环境制约,因而人的行为是人通过自身心理活动,针对外部环境的刺激做出的适应性反应。反应具有复杂的物质基础,人脑是物质基础的核心。

简言之,行为是脑的功能,是人的内在生理、心理和社会需要与外部环境相互作用而产生的指向外部的活动,是人适应环境变化的反应。

(一) 人类行为的分类

人类行为的分类至今尚无统一的标准,各种分类不是绝对的,而是相对的,多为便于研究。

1. 按行为的发生分类

按行为的发生,可将行为分为先天性定型行为和后天性习得行为。

2. 按行为的起源分类

按行为的起源，可将行为分为生物性行为和社会性行为。

3. 按行为的影响范围分类

按行为的影响范围，可将行为分为个人行为和社会行为。前者是个人与环境交互作用的结果，受社会规范的制约；后者是社会刺激引起的行为，行为的结果直接或间接地影响另外一个人或人群的行为。

4. 按行为与社会环境的协调一致性分类

按行为与社会环境的协调一致性，可将行为分为适应性行为和适应不良行为。

行为还有狭义与广义之分。狭义的行为指可以被直接观察、记录和测量的外在行为，如言语、行动等；广义的行为不仅指外在行为，还包括不能被直接观察到的思想、情感、态度等内在行为。

这些分类本身也有交叉，如所有类型均有先天和后天、生物和社会、适应和不适应的成分，只是所占比重不同。适应与不适应也是相对的。适应一种社会文化背景的行为，可能被另一社会文化背景定义为适应不良。比如对同性恋行为、某些赌博行为和性放纵行为等等，就有不同的界定标准。

(二) 行为障碍的分类

人类行为千差万别，行为障碍的界定方式很大程度上取决于人们所处的社会文化背景，因此很难有统一的分类尺度。

有学者将行为障碍分为不良生活习惯、不良嗜好行为、吸毒、自杀行为和变态行为（张文. 行为医学. 北京：北京大学出版社，2000）；也有将习惯行为，A、B型行为，成瘾行为，自杀行为，致意外行为，迷信行为与神秘行为总归为行为异常（顾