

医学

YIXUE XINLIXUE

心理学

主编 张爱国 王明波 周继重

YIXUE
RENWEN



“十二五”医学人文系列规划教材（专科）



山东人民出版社

医学心理学

主 编 张爱国 王明波 周继重

图书在版编目(CIP)数据

医学心理学/张爱国,王明波,周继重主编. —济南:
山东人民出版社,2009.8
ISBN 978-7-209-04865-1

I. 医… II. ①张…②王…③周… III. 医学心理学
IV. R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 153994 号

策 划:袁丽娟
责任编辑:麻素光
封面设计:武 斌

医学心理学

张爱国 王明波 周继重 主编

山东出版集团

山东人民出版社出版发行

社 址:济南市经九路胜利大街 39 号 邮 编:250001

网 址:<http://www.sd-book.com.cn>

发行部:(0531)82098027 82098028

新华书店经销

山东新华印刷厂临沂厂印装

规 格 16 开(169mm×239mm)

印 张 14.75

字 数 250 千字 插 页 2

版 次 2009 年 8 月第 1 版

印 次 2009 年 8 月第 1 次

ISBN 978-7-209-04865-1

定 价 23.00 元

如有质量问题,请与印刷厂调换。电话:(0539)2925659

“十二五”医学人文系列规划教材(专科)
专家指导委员

赵惟呈 王 宁 孔晓霞
金鲁明 谷道宗 勾丽军

编委会成员名单

主 编 张爱国 王明波 周继重

副主编 刘端海 鹿瑞云

编 委 杨玉娟 石秀英 宋彩玲

郑 彦 张平平

前 言

为适应新世纪人才培养的需要,高等职业院校作为培养高素质技能型人才的摇篮,在教育理念、教学内容和教学方法等方面应该不断进行变革。高等医学职业教育也不例外,近年来医学人文教育尤其是医学心理学教育越来越受到人们的普遍关注和重视,并且医学心理学教材也层出不穷。但大多教材信息量大、内容较深,而高职院校授课时数较少,因此针对性不强,对高职院校老师授课、学生学习造成一定困难。为适应高等职业医学教育改革的需要,教材的更新势在必行。

本书是众多长期工作在高等医学职业教育一线的教师经验和智慧的结晶,是高职高专医学生学习心理学的得力助手,是一本充满高职高专教育特色的医学心理学教材。本书在吸纳相关教材理论知识的基础上更注重内容的精练和结构的合理,同时引用了一部分有针对性的典型案例,使得文字通俗易懂,内容浅显易懂。在内容上除了深入浅出地讲述了绪论、心理学基础、心理发展和心理健康、心理应激、心理疾病、心理障碍、心理评估、心理治疗、心理咨询、心理健康与心理保健等常规内容外,还对危机和危机干预这一新知识做了较为详细的介绍。

本书在编写过程中参考了大量文献和资料,借鉴了许多有价值的研究成果,特别是网上查阅和收集的资料,难以一一明述,在此我们向原作者表示诚挚的感谢!

由于编者知识水平及编写经验的限制,且编写时间仓促,其中难免存在缺点和不足,恳请各位同行和使用教材的师生提出宝贵意见!

编者

2009年8月

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 医学心理学概况	(1)
第二节 医学心理学与医学模式的转变	(5)
第三节 医学心理学的现状与发展	(8)
第四节 医学心理学研究方法	(11)
第二章 心理学基础	(15)
第一节 心理现象及实质	(15)
第二节 认知过程	(19)
第三节 情绪情感过程	(27)
第四节 意志过程	(31)
第五节 人格	(35)
第三章 主要理论流派	(45)
第一节 精神分析理论	(45)
第二节 行为学习理论	(49)
第三节 认知理论	(52)
第四节 人本主义理论	(54)
第五节 心理生物学理论	(57)
第六节 人性心理学	(59)
第四章 心理发展和心理健康	(61)
第一节 概述	(61)

第二节	健康与心理健康	(64)
第三节	儿童期心理及保健	(66)
第四节	青少年期心理及保健	(70)
第五节	中年期心理及保健	(73)
第六节	老年期心理及保健	(74)
第五章	心理应激	(77)
第一节	心理应激概述	(77)
第二节	应激的中介机制与应激反应	(81)
第三节	心理应激对健康的影响	(88)
第四节	生活事件与健康	(92)
第六章	心身疾病	(97)
第一节	心身医学与心身疾病	(97)
第二节	心身疾病的病因和发病机制	(101)
第三节	心身疾病的诊断、治疗原则和预防	(105)
第四节	常见心身疾病	(107)
第七章	心理障碍	(113)
第一节	概述	(113)
第二节	神经症性障碍	(120)
第三节	人格障碍	(124)
第四节	性心理障碍	(127)
第八章	心理评估	(131)
第一节	心理评估概述	(131)
第二节	心理测验概述	(134)
第三节	常见的心理测验方法	(136)
第九章	心理治疗	(151)
第一节	心理治疗概述	(151)
第二节	精神分析疗法	(154)

第三节	行为疗法	(156)
第四节	认知治疗	(159)
第五节	以人为中心疗法	(161)
第六节	森田疗法	(162)
第七节	积极心理治疗	(164)
第八节	叙事心理治疗	(165)
第九节	生物反馈疗法	(167)
第十章	心理咨询	(169)
第一节	概述	(169)
第二节	心理咨询的过程及原则	(172)
第三节	心理咨询技术	(176)
第四节	心理咨询师的职业要求及职业认证	(182)
第十一章	危机与危机干预	(185)
第一节	危机	(185)
第二节	危机干预	(187)
第三节	自杀与自杀预防	(191)
第十二章	医疗行为中的人际关系	(200)
第一节	人际关系与医患交往	(200)
第二节	医患关系概述	(202)
第三节	良好医患关系的沟通技巧	(208)
第十三章	病人心理	(213)
第一节	病人角色及一般心理	(213)
第二节	不同年龄阶段、不同疾病阶段病人的心理	(218)
第三节	不同疾病类型病人的心理	(220)
第四节	不同治疗手段病人的心理	(222)
参考文献		(227)

第一节 医学心理学概况

一、定义、性质、研究范围及目的

(一)定义

医学心理学(Medical Psychology)是根据我国医学教育发展的需要而建立起来的新兴交叉学科,带有明显的中国特色,其定义目前尚未形成一致的认识,综合国内学者的研究成果和学科的主要内涵,可以给出如下定义:医学心理学是研究心理变量与健康 and 疾病变量之间的关系,研究解决医学领域中有关健康和疾病的心理或行为问题的学科。

(二)学科性质

关于医学心理学的学科属性,国内医学心理学界存在广泛的分歧。医学心理学的学科特点表现在以下两个方面:医学心理学一方面是涉及医学、心理学和社会学多学科知识的一门交叉学科;另一方面,从基础和应用的角度来看,它既是医学的一门基础学科,研究心理现象与健康 and 疾病之间的相互作用规律,也是一门临床应用学科,研究如何把心理学的知识和技术应用于医学各方面,解决医学领域中有关健康和疾病的心理或行为问题,为人类的健康服务。国家学科分类曾经把医学心理学作为基础医学的一门学科,学科调整后,医学心理学归属于心理学中的应用心理学。

1. 交叉学科 首先,医学心理学是医学与心理和/或行为科学的交叉学科。就其医学属性而言,医学心理学涉及基础医学(如神经生理学、神经生物化学、神经内分泌学、神经免疫学、病理生理学等)、临床医学(如内、外、妇、儿、传染、五官、神经精神等科)、预防医学和康复医学等学科知识。就其心理和行为科学属性而言,医学心理学几乎与所有心理学学科分支学科的知识与方法密切相关。其次,医学心理学不仅要有自然科学,还要有社会科

学(如人类学、社会学等)的知识基础,所以它是自然科学和社会科学相结合的交叉学科。

鉴于医学心理学这种交叉学科的特点,因此在学习过程中应加强医学心理学与基础医学、临床医学、康复医学和预防医学等有关课程的联系。医学心理学也只有与各交叉学科密切结合,加强协同研究,才会不断发展壮大。

2. 基础学科 医学心理学揭示人类心理或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,以及心理行为因素对健康和疾病的发生、发展、转归、预防的作用规律,从而为寻求治疗疾病、维护健康的手段提供基础理论依据,也为整个医学事业的发展提供心身相关的辩证的科学思维方法。所以,医学心理学研究从内容上看具有医学和心理学的基础学科属性。

3. 应用学科 首先,医学心理学的理论与技术可以应用于医学的各个部门,包括医院、疗养院、康复机构、防疫机构、健康服务中心、企业和学校的保健部门等,直接为防病治病、健康保健服务。其次,医学心理学的知识与技术可以独立应用于不同的社会人群,以帮助人们解决和健康有关的心理问题与痛苦,增进人们心理健康与社会适应,防止有关心身疾病及精神疾病的发生。目前在我国开展的心理健康教育及心理咨询服务工作实践,都是医学心理学知识和技术广泛应用的体现,因而,医学心理学具有应用学科的属性。

(三) 研究范围

医学心理学的研究内容广泛,几乎涉及所有医学领域。归纳起来,医学心理学的研究范围主要包括:

1. 研究心身相互关系及其作用机制。
2. 研究心理或行为的生物学和社会学基础及其在健康和疾病中的作用。
3. 研究心身疾病与精神障碍的发生、发展、诊断、治疗、康复与预防。
4. 研究各种疾病过程中心理和行为的特征与变化规律及其对疾病的影响。
5. 研究如何将心理学原理及技术应用于人类的健康促进及疾病防治。

(四) 开设医学心理学课程的主要目的

1. 促进医学模式转变 生物医学模式片面地强调人的生物属性方面,

而忽视人的心理和社会属性方面,在医学实践上往往是“见病不见人”,不适应医学的发展需要,因此,传统的生物医学模式需要向生物—心理—社会医学模式转化。在医学院校为医学生开设医学心理学课程,其首要目的是为了树立医学生的整体医学观,让学生掌握医学心理学基本原理与知识,认识生理和心理的相互作用规律与机制,重视心理、社会因素在健康和疾病中的重要作用。医学心理学为医学生补充了必要的心理学和社会科学知识,使其医学知识体系更为全面,对其未来的医学理论思维和医疗实践产生有益影响。

2. 掌握医学心理学的研究和实践方法 在医学心理学体系中,心理评估、心理治疗与心理咨询属于其自身较为特殊的技能,这些技能可用于临床各科的实践与研究,对于解决许多临床问题及提高医疗水平与治疗效果都有重要意义。同时,医学心理学的临床运用所取得的成果,也将极大地丰富医学心理学的知识体系,促进医学心理学的发展。

3. 有助于改善医患关系 现代医学的核心问题之一就是医患关系。医患关系是医生与患者进行沟通的重要桥梁,是实现医疗服务的基本前提。医生如果不了解患者的心理特点,不掌握人际交往技巧,不重视心理、行为、社会因素对健康和疾病的影响,而只对疾病治疗,就可能会导致医患之间矛盾,阻碍治疗顺利进行。只有建立良好的医患关系,才能更好地处理临床中的许多问题,从而建立和谐的医患关系。

4. 掌握应对和处理个人人生难题的方法 人的一生中,不可避免地会出现一些问题,包括各种心理冲突、挫折以及各种困境如婚姻家庭问题、个人发展、情感危机、急重疾病、慢性疾病等,医学生和医务人员也不能例外。医学生不仅应该自己懂得如何应对和处理这些问题,更应该教育病人和病人家属了解应对这些困境的方法,指导他们克服相应的难题,战胜疾病,促进身心健康,提高生存与生活质量。

二、医学心理学的相关学科

医学心理学是适应我国医学教育的需要而逐渐形成的具有中国特色的新型交叉学科,与许多涉及心理行为与健康 and 疾病的学科联系密切。这些学科有的与医学心理学相互交叉,有的是相近学科,有的是医学心理学的分支学科。这些学科的出发点、理论依据、应用侧重点等均与医学心理学存在一定的联系,但又不尽相同。主要相关学科有:

1. 普通心理学 普通心理学研究心理现象的一般规律和心理学的基本原理,它是医学心理学的理论基础。

2. 神经心理学 是主要研究动物和人的高级神经功能与心理行为间关系的学科。它的任务是应用心理学、行为学的研究方法,吸收神经科学与认知心理学的最新研究成果,研究心理或行为的生物学基础,研究人类大脑在正常和异常状态下与外在心理行为变化的关系。神经心理学的研究成果为医学心理学提供了基础理论知识。

3. 心理生理学 是研究心理活动与各种行为引起某些生理变化的机制的一门学科。心理生理学的研究成果为医学心理学的心身关系和心身疾病的发病机制提供了重要的基本理论依据,是医学心理学的重要的基础分支学科。

4. 临床心理学 是指根据心理学原理和技术,解决人们心理问题的应用心理学科。该学科主要借助心理测验等手段对人们的心理和行为进行评估,并通过心理咨询和心理治疗等途径调整 and 解决人们的心理问题。临床心理学是医学心理学中最重要的应用分支学科。

5. 病理心理学 又称异常心理学、变态心理学,是用心理学原理和方法研究异常心理与行为发生、发展、变化的规律与原因,探讨其发生机制的学科,是医学心理学中一个重要的基础分支学科。

6. 健康心理学 是研究应用心理学知识与技术来维护和增进人们的心身健康、预防各种疾病的学科,是医学心理学与预防医学相交叉而形成的分支学科,是公共卫生学的重要组成部分。

7. 护理心理学 是将心理学原理和方法运用于现代护理领域,研究和解决护理工作中护患双方的心理学问题的学科,属于医学心理学中的应用分支学科。

8. 行为医学 是将行为科学理论技术与生物医学科学相结合的一门新兴的边缘学科。1977年,美国学者对其作了如下描述:“行为医学是关于发展行为科学知识和技术的一门科学,它将有助于对身体健康和疾病的进一步理解,并运用这些知识和技术进行疾病的预防、诊断、治疗和康复。精神病、神经症和身体缺陷,只是当它成为引起生理性障碍的主要原因时,才包括在内。”行为医学涉及许多生物医学学科及行为学科,仅从研究范围分析,行为医学与心身医学类似。

9. 心身医学 从广义上讲,凡是涉及健康和疾病中的生物学、心理学和

社会学三个因素相互作用的研究,都属于心身医学范畴;从狭义上讲,它是研究心身疾病的病因、发展、诊断、治疗和预防的学科,是医学心理学的一个重要分支。

第二节 医学心理学与医学模式的转变

医学模式是某一时代的医学的主导思想、心身观、健康观和疾病观等的集中反映,是医学发展的指导思想,指导着医学理论研究和临床实践,使医学工作的思维及行为方式带有一定倾向性,影响医学工作的结局。世界卫生组织(WHO)于成立之始(1948年),在宪章中提出了健康新概念,认为健康乃是“身体、心理和社会方面的完好状态,不仅仅是没有疾病和衰弱”,反映了一种新的医学思想。当前正经历着传统的生物医学模式向现代生物—心理—社会医学模式的历史性转变。

一、生物医学模式

在较早的历史时期,人类疾病主要是生物因素所导致的,如历史上的鼠疫、霍乱、梅毒、伤寒等,由于科学技术落后,加之当时的宗教束缚,人们对疾病既不能科学地认识,更不能有效地治疗。西方在文艺复兴开始不久,笛卡尔提出“健康是生理躯体的一种状态”,在理论上为生物医学模式奠定了基础,推动了医学摆脱宗教影响,步入快速发展的轨道。哈维发现血液循环,巴斯图尔和科赫的微生物学和免疫学、魏尔肖的细胞病理学等相继出现。随着西方近代自然科学的飞速发展,医学研究不断采用生物的、物理的和化学的研究手段,探索人体的奥秘,从整体到系统、器官,直至今天的分子水平,并将研究成果应用于医学临床和疾病的预防,增进了人们对疾病的认识。在这一时期,医学研究主要采用自然科学“实证加推理”的认识论和方法论来认识疾病和健康,所形成的理论与思想带有明显的生物科学属性,形成了生物医学模式。

生物医学模式认为:疾病是偏离正常的可测量的生物(躯体)变化,因此可以用偏离正常的生物学变化来解释人类的一切疾病,每一种疾病必然有一种特殊的生物学原因与之对应,因此可以采用物理或化学的方法进行治疗。

生物医学模式坚持的心身二元论和自然科学的分析还原论,将人看成是单纯生物的人,忽视人的心理活动和人的社会属性。在实际工作中,只重视局部器官,忽略人的整体系统;重视躯体因素,忽略心理和社会因素;重视药物及手术对疾病的治疗作用,忽略心理、社会因素对疾病的转归与康复的影响;在医学科学研究中较重视躯体生物活动过程,较少注意行为和心理过程,忽视心理、社会因素对健康的重要作用。在医学高度发展、人们的健康状况和健康需求发生了根本转变的今天,生物医学模式越来越显示出其局限性和对医学发展的阻碍作用,需要一种新的医学模式指导医学实践、教育与研究。

二、生物—心理—社会医学模式

1977年,恩格尔(Engel)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》。文中形象地指出,经典的西方医学将人体看成一架机器,疾病被看成是机器的故障,医生的工作则是对机器的维修。医学界掀起了有关生物医学模式必须转变的大讨论,提出必须建立一种新的生物—心理—社会医学模式。

促进医学模式转变的主要动因有以下几个方面:

1. 人类死亡谱的结构已发生根本变化,心脏病、脑血管病、恶性肿瘤、意外死亡等取代传染病成为人类死亡的主要原因。

2. 导致人类死亡的主要疾病有半数以上与吸烟、酗酒、过量饮食与肥胖、运动不足、药物滥用和对社会压力的不良反应等生活方式有关,心理、社会因素则是上述各种危险因素直接或间接的原因。

3. 现代社会的发展使生活节奏不断加快,社会竞争加剧,知识更新迅速,这些都对人类的适应能力提出了挑战,如何保持健全的心理状态、如何调节不良情绪成为现代人面临的主要压力。

4. 通过医学心理学及相关学科的深入研究,人们对心理、社会因素影响健康、导致疾病发生的中介机制已有较深入的认识。研究和临床证据已经证明,心理活动及其调节对维持健康、预防疾病具有不可忽视的作用。

5. 随着人类物质文明的发展,人们对心身健康的要求不断提高,迫切需要医生解决其身体疾病造成的直接痛苦和精神上的痛苦,提高其生活质量。

上述分析表明,原有的生物医学模式已不能阐明人类健康和疾病的本质,疾病的治疗需要药物或手术以外更多、更有针对性和高效的治疗手段,

人们追求的是身体上的无病、心身的舒适和协调的全面健康,因此,医学模式的转变已是不可避免。

恩格尔提出的生物—心理—社会医学模式是一种系统论和整体观的医学模式,它要求医学把人看成是一个多层次的、完整的连续体,生物的、心理和行为的以及社会的各种因素的共同作用决定着人类的健康和疾病。

三、医学心理学对疾病与健康认识

医学心理学始终坚持用生物—心理—社会医学模式来看待健康和疾病问题,把人看成是一个与自然环境、社会环境相互作用的开放的、完整的、多层次的连续体。医学心理学对疾病与健康的认识主要有如下四个方面:

1. 人是一个完整的系统 大脑通过神经系统将全身各系统、器官、组织、细胞、分子等部分统合起来构成一个精密高效的有机整体,各部分之间在不同层次、通过不同的途径与方式相互联系、相互影响,不能简单地将各器官和系统功能分开来看待,忽视它们之间的整体联系。

2. 人同时有生理活动和心理活动 二者相互联系、相互作用,即“心身统一”。生理活动影响(有时甚至决定)个体的心理功能,心理行为活动通过心身中介机制影响生理功能。因此,在认识健康和疾病的问题时,应将心身作为一个整体来看待。

3. 人与环境是密切联系的 人不仅是自然的人,而且也是社会的人,自然环境和自然环境的各种变化都会对人的心身健康产生相应的影响。

4. 心理因素在人类调节和适应内外环境活动中具有重要的能动作用 人作为一个整体,通过其需要、动机、思想、意愿、知识经验等心理活动对社会环境、自然环境和个体的内环境的变化可随时作出主动的适应性调整,以保持自身的健康水平和社会适应。

四、医学心理学与我国医学模式的转变

1. 医学心理学的发展促进了医学模式的转变 医学心理学被认为是现代医学理论的三大支柱之一,医学心理学的研究促进了人类对健康和疾病的认识,促使人们重视心理、社会因素的致病作用,促使人们开始反思社会、生活方式、环境因素等非生物学因素在人类健康问题上发挥的作用。其观点与生物—心理—社会医学模式一致,在医学模式由生物学模式向生物—心理—社会模式转化的过程中扮演着一个非常重要的角色,发挥了积极的

促进和推动作用。

医学生和医学工作者系统地学习医学心理学及相关学科知识,是促进医学模式转变的重要步骤和途径。如果我国广大医务工作者都能够系统地掌握医学心理学知识及技能,并且将各种心理行为技术应用于临床实践,拓展医学科学的服务与研究范围,将从根本上将医务人员的医学指导思想转变到生物—心理—社会医学模式上来,同时促进医院服务与管理模式转变,进而促进医学实践与教学研究的全面发展。

2. 医学模式的转变促进了医学心理学的发展 为了促进我国医学模式的转变,从 20 世纪 80 年代初开始,国内医学院校已陆续设置医学心理学课程,医学心理学的教学、科研和临床实践得到全面恢复和快速发展,医学心理学的教学与培训推动了我国医学模式的转变。生物—心理—社会医学模式有助于促进医学心理学工作者同生物医学工作者的联系与合作,使双方各得其益,从而促进医学心理学的发展。

第三节 医学心理学的现状与发展

一、医学心理学产生的背景

人们对心理因素在健康和疾病中作用的重视,可以追溯到远古时代,但作为一门学科,医学心理学最早出现于 19 世纪中叶。1852 年德国哥顿挺大学的洛采(Lotze)在其撰写的《医学心理学》一书中,首次使用“医学心理学”一词。心理学创始人冯特在 1867 年出版的《医学物理学手册》一书中,提到用实验方法研究人在医疗过程中的心理学问题。在以后的一百多年里,医学心理学及相关学科的重大研究成果和理论不断出现,其中心理诊断学和心理治疗学的诞生,奠定了医学心理学工作的基础。1977 年,恩格尔在《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》的文章,直接推动了传统的生物医学模式向新的生物—心理—社会医学模式的转变。此后,国外的部分在医学院校的心理学家也成立了医学心理学教研室(系),但是,无论是在心理学科或者是在医学学科内,均未设立独立的医学心理学分支学科,而只有相类似的分支学科,如临床心理学、咨询心理学、健康心理学和心身医学等。几乎同时,我国老一代医学心理学专家根据我国