

中等卫生学校教材

医学心理学

何德兰 王殿存 主编



中国医药科技出版社

96
395.1
20
2

1415624

中等卫生学校教材

医学心理学

何德兰 王殿存 主编



3 0150 4034 2

中国医药科技出版社



C

279105

登记证号(京)075号

内 容 提 要

本书是为了贯彻执行1994卫生部修定的中等医学教育的12个专业的教学计划和教学大纲而编选的教材。全书近20万字,11章。主要内容有:普通心理学基础知识、心理社会因素与疾病、心身疾病、心理诊所、心理治疗、心理卫生、护理心理、医患关系与沟通技巧,最后附8个常用心理实验。每章前列有单元教学目标,每章后列有复习思考题。

本书内容新颖、丰富、具有系统性,行文通俗,适合中等卫生学校中社区医学、护理学、预防医学、妇幼卫生、助产、口腔、医学影像诊断、口腔工艺技术专业用。同时也可供医务工作者、卫生管理干部参考。

中等卫生学校教材

医 学 心 理 学

何德兰 王殿存 主编

中国医药科技出版社 出版发行

(北京西直门外北礼士路甲38号)

(邮编 100810)

河北省保定冀中印刷厂 印刷

开本 787×1092mm1/32 印张 8.5

字数 183千字 印数 1-10000

1995年2月第1版 1995年2月第一次印刷

ISBN 7 5067-0966-X/Z·0063

定价: 7.90元

编委 成员

主审 陈巽昭
主编 何德兰 王殿存

编委 (以姓氏笔画为序)

王殿存
王志君
许钢柱
刘子深
刘保根
齐秀娟
齐文丽
何德兰
陈 盈
陈 勇
李必然
李 轶
张增学
钱卫国
董作华

前 言

1994 年国家卫生部修改制定了中等卫生学校 12 个专业的教学计划和教学大纲。新的教学计划和教学大纲突出地体现了新的医学模式即生物—心理—社会医学模式。故在 8 个专业中都将医学心理学列为必修课。为了贯彻新教学计划和教学大纲,河北省卫生厅科教处委托河北省中等医学教育研究室何德兰同志组织部分卫生学校医学心理学教师编撰了这本《医学心理学》。

该书按照新教学计划和教学大纲要求编写,主要内容有:普通心理学基础知识、心理社会因素与疾病、心身疾病、心理诊断、心理治疗、心理卫生、护理心理、医患关系与沟通技巧等共 11 章。每章前列有单元教学目标,章后有思考题,书末附有 8 个常用心理实验及主要参考文献。本书在编写过程中力求观点新颖,内容丰富,结构严谨,行文通俗。具有系统性,突出实用性,适合中等卫生学校的社区医学、护理学、预防医学、妇幼卫生、助产、口腔、医学影像诊断、口腔工艺技术等专业用,同时也可作为医务工作者、卫生管理干部学习参考。

该书在编写过程中得到了河北省卫生厅各级领导的大力支持和帮助。参阅并引用了许多专家、学者的资料,谨此一并感谢!

由于时间仓促,水平有限,书中缺点与不当之处,敬请读者批评指正。

编者

1994 年 12 月

目 录

第一章 绪 论	(1)
第一节 心理学概述	(1)
一、人的心理现象与心理学	(1)
二、心理的实质	(3)
三、心理学研究的任务与方法	(6)
第二节 医学与心理学	(8)
一、医学心理学研究的任务和主要分支	(8)
二、医学心理学的主要学派	(9)
三、为什么学习医学心理学	(11)
第二章 人的认识过程	(15)
第一节 感觉与知觉	(15)
一、感觉	(15)
二、知觉	(19)
第二节 记忆与注意	(23)
一、记忆	(23)
二、注意	(28)
第三节 思维与想象	(32)
一、思维	(32)
二、想象	(37)
第三章 情绪过程和意志过程	(39)
第一节 情绪过程	(39)
一、情绪过程概述	(39)
二、情绪情感与机体的变化	(44)
三、情绪与健康	(46)

第二节 意志过程	(19)
一、意志过程概述	(49)
二、良好意志品质的特征与培养	(53)
第四章 个性	(57)
第一节 个性概述	(57)
一、个性概念与特征	(57)
二、个性的形成	(60)
三、个性的自我调节	(60)
第二节 个性倾向性	(61)
一、需要	(61)
二、动机	(63)
三、兴趣	(65)
第三节 个性心理特征	(66)
一、能力	(66)
二、气质	(69)
三、性格	(72)
第五章 心理社会因素与疾病	(77)
第一节 心理应激	(77)
一、应激的概念	(77)
二、应激源与应激的反应	(79)
三、应激的转化与处理	(82)
第二节 冲突、挫折与心理防卫	(83)
一、冲突	(83)
二、挫折	(85)
三、挫折的心理防卫反应	(87)
第三节 心理社会因素与疾病	(89)

一、心理社会紧张刺激与疾病·····	(89)
二、社会文化因素与疾病·····	(91)
三、个性差异因素与疾病·····	(92)
第六章 心身疾病 ·····	(94)
第一节 心身疾病的概述 ·····	(94)
一、心身疾病的概念·····	(94)
二、心身疾病界定标准·····	(96)
三、心身疾病的分类·····	(96)
四、疼痛的心理因素·····	(97)
第二节 临床常见的心身疾病 ·····	(102)
一、原发性高血压·····	(102)
二、冠心病·····	(103)
三、支气管哮喘·····	(105)
四、消化性溃疡·····	(106)
五、癌症·····	(107)
第三节 心身疾病的发病机制及治疗原则 ·····	(109)
一、心身疾病的致病因素·····	(109)
二、心身疾病的发病机制·····	(110)
三、心身疾病的诊断与治疗原则·····	(114)
第七章 心理诊断与治疗 ·····	(120)
第一节 心理诊断 ·····	(120)
一、心理诊断的概念·····	(120)
二、心理诊断的方法·····	(121)
三、心理测验及其方法·····	(123)
第二节 心理治疗 ·····	(130)
一、心理治疗的概念与适应症·····	(130)

二、心理治疗的原则和注意事项	(131)
三、常用的心理治疗方法	(132)
第三节 心理咨询	(137)
一、心理咨询的范围	(137)
二、心理咨询的方式	(138)
三、心理咨询的方法和技巧	(139)
第八章 心理卫生	(141)
第一节 心理卫生概述	(141)
一、心理卫生的概念	(141)
二、心理健康及其评估标准	(142)
三、心理卫生的原则	(145)
第二节 个体不同年龄期的心理卫生	(147)
一、儿童期心理卫生	(147)
二、青少期心理卫生	(156)
三、中老年心理卫生	(159)
第三节 社区心理卫生	(164)
一、社区心理卫生工作的特征	(164)
二、社区中的群体心理卫生	(166)
三、社区心理卫生健康教育	(169)
第九章 心理护理(一)	(173)
第一节 心理护理概述	(173)
一、心理护理概念和意义	(173)
二、心理护理的原则	(174)
三、心理护理常规与程序	(175)
四、心理护理的基本方法与注意事项	(178)
第二节 病人的心理活动特征	(181)

一、病人的心理需要	(181)
二、病人的情绪反应及个性变化	(182)
三、病人心理的常见表现	(186)
四、不同年龄和性别病人的心理特征	(190)
第三节 被护理者与家属	(192)
一、被护理者角色及其转化	(193)
二、被护理者亲友的角色及其行为	(195)
第十章 心理护理(二)	(199)
第一节 自我护理	(199)
一、自我护理的概念及意义	(199)
二、自我护理中的心理问题	(202)
三、自护缺陷的原因及目标	(203)
第二节 家庭与社区心理护理	(206)
一、家庭心理护理的概念	(206)
二、家庭心理保健和护理	(209)
三、社区心理护理及内容	(212)
第三节 护士心理	(213)
一、护士角色	(213)
二、护士护理品质及其培养	(215)
三、护士心理品质及其培养	(216)
第十一章 医患关系与沟通技巧	(221)
第一节 医患关系	(221)
一、医患关系的概念	(221)
二、医患关系的基本模式	(222)
三、影响医护关系的因素	(222)
第二节 医患沟通技巧	(224)

一、沟通的概述	(224)
二、沟通技巧	(226)
三、护理技艺与沟通效应	(229)
四、医院自然环境与心理	(230)
附录 部分常用实验介绍	(232)
实验一 记忆广度实验	(232)
实验二 注意分配实验	(236)
实验三 气质问卷测定	(239)
实验四 心理放松训练	(244)
实验五 社区心理健康状况调查项目设计	(246)
实验六 观察与了解病人的心理需求及反应特点	(253)
实验七 家庭成员心理保健护理实践	(255)
实验八 医患关系沟通能力训练	(258)
主要参考资料	(261)

第一章 绪论

单元教学目标

1. 说出心理现象、心理学、医学心理学、医学模式的概念；
2. 用实例解释心理活动的产生必须依赖客观事物；
3. 说出心理学、医学心理学研究的任务；
4. 简述医学心理学的主要分支和主要学派；
5. 联系实际谈谈学习医护心理学的意义；
6. 通过学习心理学知识，总结自己在工作中的医德及服务态度。

第一节 心理学概述

一、人的心理现象与心理学

(一)人的心理现象

人的心理现象是绚丽多姿、丰富多彩、千变万化的，又时刻都在产生着，它们之间的关系也非常复杂。心理现象是每个意识清醒状态下的人都很熟悉的。听到声音，看到颜色、光亮，尝到滋味，闻到气味，摸到物体的软硬或冷热等，这些是感觉。在感觉的基础上能辨认出这是刮风，那是下雨，这就是知觉。离开了刺激物的作用后，原来听过的话语，看到的图形物像，仍“语犹在耳”，“历历在目”，这就是记忆。人不仅能通过记忆把经历过的事物回想起来，而且还能想出未经验过的事物，如形成孙悟空、猪八戒等的形象，这就是想象。总之，人在一切生活、劳动、工作、学习中都伴随着产生心理现象。

上面谈到的感觉、知觉、记忆、想象、思维等,都属于人对客观事物的认识过程。人在认识客观事物时,并非是无动于衷的,常常会产生满意与不满意,愉快与不愉快等主观的态度体验,这在心理学上叫做情绪情感。人不仅能认识客观事物,对它产生一定的情绪体验,而且能根据对客观事物的认识确定行动的目的,拟定计划,克服各种困难,最后把计划付诸行动,这种自觉地确定目标并力求加以实现的心理过程,叫做意志过程。所有这些心理现象,认知、情绪情感、意志过程统统称为心理过程。心理过程是心理学研究对象的一部分。

由于每个人的先天素质不同,生活条件及所受的教育影响不同,因此,这些心理过程在每个人身上产生时,又总是带有个人特征的。例如,每个人的兴趣倾向性、兴趣的中心、兴趣的稳定性不同;各人的观察力、记忆力、想象力、思维能力不同;克服困难的决心和毅力的大小亦不同。所有这些都是个性的不同特点。个性包括个性倾向性和个性心理特征两部分。个性也是心理学研究的对象之一。

综上所述,心理现象是心理活动的表现形式。一般把心理现象分为两类,即心理过程与个性。前者指感觉、知觉、记忆、想象、思维、情感、意志等心理过程,是心理现象的动态表现形式;后者是在心理过程中表现出来的具有个人特点的、稳定的心理倾向与心理特征,如需要、兴趣、动机、态度、观点、信念、性格、气质、能力等,是心理现象的静态表现形式。两者相互联系不可分割。

(二)心理学的概念

心理学是研究人的心理现象发生、发展规律的科学。是一门既古老又年轻的科学。说它古老,是因为人类探索自己的心

理现象已经有两千多年的历史,从公元前四世纪古希腊亚里士多德的《论灵魂》开始。说它年轻,是十九世纪中叶才开始从哲学中分离出来成为一门独立的科学,至今只有一百多年的历史。

心理科学发展迅速,研究、应用的范围亦非常广泛,并由此产生了许多分支学科。例如:从个体发展阶段来分析有老年心理学、成年心理学、青少年心理学、儿童心理学……;从人类活动领域来研究有医学心理学、教育心理学、管理心理学、政法心理学……。

总之,心理学有雄厚的理论基础,有广泛的实际应用价值。论性质是既有自然科学性质,又有社会科学性质的交叉学科。

二、心理的实质

什么是人的心理,人的心理是从哪里来的?对这个实质性问题的理解历来存在着两种根本对立的观点。持唯心主义观点的人,认为心理是脑之外的,是不依赖于物质而独立存在的虚无飘渺的东西;持唯物主义观点的人,则认为人的心理是由物质派生出来的,物质是第一性的,意识是第二性的。但对于人的心理获得科学的理解还是在马克思主义的指导下,正象列宁所指出的:人的心理是“头脑的机能,是外部世界的反映”。

(一)心理是脑的机能

现代科学史证明,心理依赖于脑。神经系统的发展水平决定着心理发展水平,大脑的健康状况制约着人的心理活动,这可从如下两个方面来说明。

1. 从物种发生史来看

心理是物质发展到高级阶段的产物。地球上最早无生命物质,物质发展到一定阶段,才由无机物合成为有机物,形成了有生命的物质——生物。生物又分化为植物和动物。动物发展到一定阶段才产生了神经系统,有了神经系统的动物就开始有了最简单的感觉即心理现象了。随着动物的演化发展,神经系统逐渐完善,大脑皮层是最后进化成的。大脑的进化主要有以下几个特点:

(1)脑的重量:从脑重占体重的比例来考虑,在高等动物中人脑最重(表 1-1)。

表 1-1 在动物进化各阶段上脑重增加的指数

根据 Haug 的指数		根据 P. R. Poynekn 的指数	
鼠	0.06	低等猿类	0.13~1.37
兔	0.10	较低等猿类	0.36~2.22
猴	0.43	人类猿	2.03~7.35
黑猩猩	0.52	海豚	6.72
人	1.0	象	9.62
		人	32.0

(2)大脑皮层上不同结构的变化:皮层各个区域的发展不是均衡的。新皮质区在低等哺乳动物刚刚出现,人的新皮质区发展最快(表 1-2),已成为皮层的主要部分。

新皮质区对各种分析器所获得的信息进行分析综合、加工编码、制定工作程序……,所以新皮质区和人的心理活动有关。

表 1 2 在进化的不同阶段,动物大脑皮质
不同结构的相对变化(%)

种类	新皮质	旧皮质	古皮质	间脑皮质
刺猬	32.4	29.8	20.2	17.6
兔	56.0	14.0	23.8	6.2
低等猿猴	85.3	2.8	8.7	3.2
黑猩猩	93.8	1.3	3.3	2.1
人	94.9	0.6	2.2	2.3

2. 从医学临床实践来看

近代的生理解剖和临床医学业已证明,心理是人脑的机能。当人脑由于外伤或疾病而受到损伤时,心理活动也会相应失调。例如枕叶受损伤者会变盲,如果顶叶角回部受损伤就会导致失读症,即看不懂书面文字。此外,当人的头部受到剧烈震荡时,人的心理活动也会受到阻碍和发生失调—产生错觉、幻觉或遗忘症。大脑两半球肿瘤使人会迅速陷入痴呆状态。这些事实都有力地证明了心理是人脑的机能,人脑是心理的器官。

(二)心理是客观现实的反映

人的心理活动,就其产生方式来说是入脑的机能,就其内容来说是客观现实的反映,是客观现实的主观能动的反映。心理现象的产生是客观事物作用于入的结果。科学心理学特别强调社会实践是人的心理活动的源泉和基础。脱离了社会实践的人也就不可能形成人的心理,例如,1920年印度一牧师在加尔各答山中,从狼窝中救出两个女孩,大的7岁叫卡玛

拉,小的叫阿玛拉,才1岁多,阿玛拉很快死掉,卡玛拉活到17岁。她虽然具备人的机体,但没有人的社会属性,如喜吃生肉,不辨冷热,昼伏夜行,声如狼嚎等。经过两年的训练才学会四个单词,三年半后才开始直立走路,学会用手拿碟吃饭,到十七岁时其智力才相当于三岁半儿童的智力水平。又如1984年4月,中国医科大学研究了一个从小与猪经常生活在一起的9岁女孩。由于特殊的生活环境,她经常与猪为伍,吃猪食,学猪爬,模仿猪的动作行为,她性别不分,颜色不分,没有数的概念,情绪不稳,孤独冷漠,这都是因为她既与人交往,又经常与猪为伍,所形成的畸形心理活动。这些事例具体地说明心理是客观现实在人脑中的反映。人的心理是在与社会密切接触、交往的过程中形成和发展的。

三、心理学研究的任务与方法

(一)心理学研究的任务

心理学研究的基本任务是揭露人心理活动的本质和人的心理现象产生和发展的规律。具体来说研究以下几个方面:

- (1)客观世界是怎样引起人的心理活动的;
- (2)心理活动过程的规律和它产生的生理机制;
- (3)人格特征形成过程的规律和条件;
- (4)心理活动过程和人格特征的关系;
- (5)心理活动与人的社会实践活动有何关系。

由于人的任何实践活动都是在心理活动的调节下完成的。因此,如何遵循人的心理活动规律提高人类社会实践活动的效率是各个领域共同面临的课题。