



全国中医药行业高等教育“十三五”规划教材



全国高等中医药院校规划教材（第十版）

护理心理学

（新世纪第三版）

（供护理学专业用）

主 编 郝玉芳

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

全国中医药行业高等教育“十三五”规划教材

全国高等中医药院校规划教材（第十版）

护理心理学

（新世纪第三版）

（供护理学专业用）

主 编

郝玉芳（北京中医药大学）

副主编（以姓氏笔画为序）

马 娟（陕西中医药大学）

刘艳红（河北中医学院）

张 斌（湖南中医药大学）

编 委（以姓氏笔画为序）

井晓磊（河南中医药大学）

左 敏（成都中医药大学）

付 蓓（湖北中医药大学）

刘 颖（贵阳中医学院）

孙 晶（山西中医学院）

宋 璐（广州中医药大学）

张淑萍（北京中医药大学）

岳海晶（黑龙江中医药大学）

董 雪（长春中医药大学）

学术秘书

乔 雪（北京中医药大学）

中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

护理心理学 / 郝玉芳主编. —3 版. —北京: 中国中医药出版社, 2016.9

全国中医药行业高等教育“十三五”规划教材

ISBN 978-7-5132-3522-8

I. ①护… II. ①郝… III. ①护理学—医学心理学—高等学校—教材

IV. ①R471

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 158688 号

请到“医开讲 & 医教在线”(网址: www.e-lesson.cn)
注册登录后, 刮开封底“序列号”激活本教材数字化内容。



中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

廊坊市晶艺印务有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 850×1168 1/16 印张 13.5 字数 321 千字

2016 年 9 月第 3 版 2016 年 9 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-3522-8

定价 35.00 元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

微信服务号 zgzyycbs

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

淘宝天猫网址 <http://zgzyycbs.tmall.com>

全国中医药行业高等教育“十三五”规划教材

全国高等中医药院校规划教材（第十版）

专家指导委员会

名誉主任委员

王国强（国家卫生计生委副主任、国家中医药管理局局长）

主任委员

王志勇（国家中医药管理局副局长）

副主任委员

王永炎（中国中医科学院名誉院长、中国工程院院士）

张伯礼（教育部高等学校中医学类专业教学指导委员会主任委员、

中国中医科学院院长、天津中医药大学校长、中国工程院院士）

卢国慧（国家中医药管理局人事教育司司长）

委员（以姓氏笔画为序）

马存根（山西中医学院院长）

王 键（安徽中医药大学校长）

王国辰（中国中医药出版社社长）

王省良（广州中医药大学校长）

方剑乔（浙江中医药大学校长）

孔祥骊（河北中医学院院长）

石学敏（天津中医药大学教授、中国工程院院士）

匡海学（教育部高等学校中药学类专业教学指导委员会主任委员、

黑龙江中医药大学教授）

吕文亮（湖北中医药大学校长）

刘振民（全国中医药高等教育学会顾问、北京中医药大学教授）

安冬青（新疆医科大学副校长）

许二平（河南中医药大学校长）
孙忠人（黑龙江中医药大学校长）
严世芸（上海中医药大学教授）
李秀明（中国中医药出版社副社长）
李金田（甘肃中医药大学校长）
杨 柱（贵阳中医学院院长）
杨关林（辽宁中医药大学校长）
杨金生（国家中医药管理局中医师资格认证中心主任）
宋柏林（长春中医药大学校长）
张欣霞（国家中医药管理局人事教育司师承继教处处长）
陈可冀（中国中医科学院研究员、中国科学院院士、国医大师）
陈立典（福建中医药大学校长）
陈明人（江西中医药大学校长）
武继彪（山东中医药大学校长）
林超岱（中国中医药出版社副社长）
周永学（陕西中医药大学校长）
周仲瑛（南京中医药大学教授、国医大师）
周景玉（国家中医药管理局人事教育司综合协调处副处长）
胡 刚（南京中医药大学校长）
洪 净（全国中医药高等教育学会理事长）
秦裕辉（湖南中医药大学校长）
徐安龙（北京中医药大学校长）
徐建光（上海中医药大学校长）
唐 农（广西中医药大学校长）
梁繁荣（成都中医药大学校长）
路志正（中国中医科学院研究员、国医大师）
熊 磊（云南中医学院院长）

秘 书 长

王 键（安徽中医药大学校长）
卢国慧（国家中医药管理局人事教育司司长）
王国辰（中国中医药出版社社长）

办公室主任

周景玉（国家中医药管理局人事教育司综合协调处副处长）
林超岱（中国中医药出版社副社长）
李秀明（中国中医药出版社副社长）

编审专家组

组 长

王国强（国家卫生计生委副主任、国家中医药管理局局长）

副组长

张伯礼（中国工程院院士、天津中医药大学教授）

王志勇（国家中医药管理局副局长）

组 员

卢国慧（国家中医药管理局人事教育司司长）

严世芸（上海中医药大学教授）

吴勉华（南京中医药大学教授）

王之虹（长春中医药大学教授）

匡海学（黑龙江中医药大学教授）

王 键（安徽中医药大学教授）

刘红宁（江西中医药大学教授）

翟双庆（北京中医药大学教授）

胡鸿毅（上海中医药大学教授）

余曙光（成都中医药大学教授）

周桂桐（天津中医药大学教授）

石 岩（辽宁中医药大学教授）

黄必胜（湖北中医药大学教授）

前言

为落实《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》《关于医教协同深化临床医学人才培养改革的意见》，适应新形势下我国中医药行业高等教育教学改革和中医药人才培养的需要，国家中医药管理局教材建设工作委员会办公室（以下简称“教材办”）、中国中医药出版社在国家中医药管理局领导下，在全国中医药行业高等教育规划教材专家指导委员会指导下，总结全国中医药行业历版教材特别是新世纪以来全国高等中医药院校规划教材建设的经验，制定了“‘十三五’中医药教材改革工作方案”和“‘十三五’中医药行业本科规划教材建设工作总体方案”，全面组织和规划了全国中医药行业高等教育“十三五”规划教材。鉴于由全国中医药行业主管部门主持编写的全国高等中医药院校规划教材目前已出版九版，为体现其系统性和传承性，本套教材在中国中医药教育史上称为第十版。

本套教材规划过程中，教材办认真听取了教育部中医学、中药学等专业教学指导委员会相关专家的意见，结合中医药教育教学一线教师的反馈意见，加强顶层设计和组织管理，在新世纪以来三版优秀教材的基础上，进一步明确了“正本清源，突出中医药特色，弘扬中医药优势，优化知识结构，做好基础课程和专业核心课程衔接”的建设目标，旨在适应新时期中医药教育事业发展和教学手段变革的需要，彰显现代中医药教育理念，在继承中创新，在发展中提高，打造符合中医药教育教学规律的经典教材。

本套教材建设过程中，教材办还聘请中医学、中药学、针灸推拿学三个专业德高望重的专家组成编审专家组，请他们参与主编确定，列席编写会议和定稿会议，对编写过程中遇到的问题提出指导性意见，参加教材间内容统筹、审读稿件等。

本套教材具有以下特点：

1. 加强顶层设计，强化中医经典地位

针对中医药人才成长的规律，正本清源，突出中医思维方式，体现中医药学科的人文特色和“读经典，做临床”的实践特点，突出中医理论在中医药教育教学和实践工作中的核心地位，与执业中医（药）师资格考试、中医住院医师规范化培训等工作对接，更具有针对性和实践性。

2. 精选编写队伍，汇集权威专家智慧

主编遴选严格按照程序进行，经过院校推荐、国家中医药管理局教材建设专家指导委员会专家评审、编审专家组认可后确定，确保公开、公平、公正。编委优先吸纳教学名师、学科带头人和一线优秀教师，集中了全国范围内各高等中医药院校的权威专家，确保了编写队伍的水平，体现了中医药行业规划教材的整体优势。

3. 突出精品意识，完善学科知识体系

结合教学实践环节的反馈意见，精心组织编写队伍进行编写大纲和样稿的讨论，要求每门

教材立足专业需求,在保持内容稳定性、先进性、适用性的基础上,根据其在整个中医知识体系中的地位、学生知识结构和课程开设时间,突出本学科的教学重点,努力处理好继承与创新、理论与实践、基础与临床的关系。

4. 尝试形式创新,注重实践技能培养

为提升对学生实践技能的培养,配合高等中医药院校数字化教学的发展,更好地服务于中医药教学改革,本套教材在传承历版教材基本知识、基本理论、基本技能主体框架的基础上,将数字化作为重点建设目标,在中医药行业教育云平台的总体构架下,借助网络信息技术,为广大师生提供了丰富的教学资源 and 广阔的互动空间。

本套教材的建设,得到国家中医药管理局领导的指导与大力支持,凝聚了全国中医药行业高等教育工作者的集体智慧,体现了全国中医药行业齐心协力、求真务实的工作作风,代表了全国中医药行业为“十三五”期间中医药事业发展和人才培养所做的共同努力,谨向有关单位和个人致以衷心的感谢!希望本套教材的出版,能够对全国中医药行业高等教育教学的发展和中医药人才的培养产生积极的推动作用。

需要说明的是,尽管所有组织者与编写者竭尽心智,精益求精,本套教材仍有一定的提升空间,敬请各高等中医药院校广大师生提出宝贵意见和建议,以便今后修订和提高。

国家中医药管理局教材建设工作委员会办公室

中国中医药出版社

2016年6月

编写说明

本教材为“全国中医药行业高等教育‘十三五’规划教材”之一，用于护理学专业教学。

随着健康需求的变化，现代“生物-心理-社会”医学模式及“以人的健康为中心”的护理等新型模式的建立，护理工作承载着更多维护人类身心健康的使命。护理工作者不仅要关注患者的情绪变化、预测患者的心理反应、满足患者的心理需要、化解患者的心理危机、为患者建立良好的心理环境等，而且还要注重自身的身心健康维护、职业心理素质的优化。护理心理学理论知识、技能已成为护理专业人才培养的重要内容。为了适应我国高等中医药院校护理专业教育发展的需要，满足护理专业人才培养对护理心理学的需求，来自全国12所高等中医药院校护理学、心理学专家共同编写了本版《护理心理学》教材。

教材编写的指导思想是注重遵循高等中医药院校护理学专业的办学规律，满足人才培养目标和要求。在章节及其内容安排上，力求突出重点，但又不失理论知识体系的系统性和科学性；体现护理学专业特色，突出实用性和针对性；结合案例，增强生动性和启发性。

全书共11章，编写分工如下：第一章绪论由郝玉芳编写，第二章心理过程由张斌编写，第三章个性由刘艳红编写，第四章应激与健康由刘颖、宋璐编写，第五章心身疾病由董雪编写，第六章患者心理由付蓓、岳海晶编写，第七章护士职业心理由张淑萍编写，第八章社会认知与护患沟通由井晓磊编写，第九章临床心理评估由马娟编写，第十章心理咨询与心理治疗由左敏、岳海晶编写，第十一章临床心理护理实施由孙晶编写。

本教材数字化工作是在国家中医药管理局中医药教育教学改革研究项目的支持下，由中国中医药出版社资助展开的。该项目（编号：GJYJS16089）由郝玉芳负责，教材编委会全体成员共同参与完成的。

本教材是在全国中医药行业高等教育“十二五”规划教材《护理心理学》的基础上编写而成，既继承了上一版的精华内容，又体现了学科进展。在此特感谢上一版编委会全体成员所付出的努力。另外，本教材在编写中，参考了诸多护理学、心理学专家的著作和论文，在此谨向他们表示深深的谢意。

《护理心理学》编委会

2016年5月

目 录

第一章 绪论	1		
第一节 护理心理学的概念、研究对象与任务	1		
一、护理心理学的概念	1		
二、护理心理学的研究对象	2		
三、护理心理学的研究任务	3		
第二节 学习护理心理学的意义	4		
一、丰富护理学专业的内涵,促进护理学发展	4		
二、贯彻整体护理观念,适应现代护理模式	4		
三、满足患者需求,提高护理质量	4		
四、优化护士职业心理素质,完善知识结构	5		
第三节 护理心理学的研究方法及应遵循的伦理学原则	5		
一、护理心理学的研究方法	5		
二、护理心理学研究应遵循的伦理学原则	7		
第四节 护理心理学的历史与现状	8		
一、护理心理学的形成与发展	8		
二、护理心理学在我国的发展现状	9		
三、中医学中的护理心理学思想	10		
第二章 心理过程	13		
第一节 认知过程	13		
一、感觉和知觉	13		
二、记忆	19		
三、注意	22		
四、思维	24		
第二节 情感过程	26		
一、情绪和情感的概念	26		
二、情绪与情感的分类	29		
		三、情绪体验的维度	30
		四、情绪状态	30
		五、情绪和情感的表达	31
		六、情绪和情感与护理	32
		第三节 意志过程	33
		一、意志的概念	33
		二、意志行为的基本特征	33
		三、意志行为的心理过程	34
		四、意志的品质	35
		第三章 个性	37
		第一节 个性倾向性	37
		一、需要	38
		二、动机	39
		三、心理冲突	40
		第二节 个性心理特征	41
		一、气质	41
		二、性格	43
		三、性格与气质的关系	45
		第三节 人格相关理论	46
		一、弗洛伊德人格结构理论	46
		二、弗洛伊德人格发展理论	46
		三、埃里克森人格发展理论	47
		第四节 个性的形成、发展及影响因素	48
		一、生物遗传因素	48
		二、家庭	49
		三、学校	51
		四、社会实践	53
		第四章 应激与健康	54
		第一节 健康与心理健康	54

一、健康的概念	54	一、患者的疾病行为	87
二、心理健康的概念	54	二、患者角色	88
三、心理健康的判定标准	55	三、患者求医行为的基本类型	91
第二节 应激	56	四、患者求医行为的影响因素	91
一、应激的概念	56	第二节 患者需要的一般规律	92
二、应激源	57	一、患者需要的基本特点	92
三、应激反应	58	二、患者需要的主要内容	93
四、应激的理论模式	60	第三节 患者心理活动的一般规律	95
五、护理工作中常见的应激源	62	一、患者心理活动概述	95
第三节 应对	64	二、患者心理活动与疾病严重程度的关系	96
一、应对的概念	64	三、患者心理活动与年龄的关系	96
二、应对的分类	65	四、患者心理活动与疾病治疗方式的关系	97
三、常用的积极应对方式	66	第四节 不同类型患者的心理反应特征及 心理护理	98
第四节 心理防御机制	68	一、门诊患者	98
一、心理防御机制的概念	68	二、急诊患者	99
二、心理防御机制的特征	69	三、慢性病患者	100
三、常见的心理防御机制	69	四、传染病患者	102
第五章 心身疾病	75	五、手术患者	103
第一节 心身疾病概述	75	六、癌症患者	105
一、心身疾病的概念	75	七、瘫痪患者	106
二、流行病学特征	75	八、临终患者	107
三、心身疾病的分类	76	第七章 护士职业心理	110
第二节 心身疾病的发病机制	76	第一节 护士角色人格概述	110
一、社会因素致病机制	76	一、护士角色人格的概念及其分析	110
二、心理因素致病机制	77	二、护士角色人格的形象及其历史演变	112
三、生理因素致病机制	78	第二节 护士角色人格的要素特质	114
第三节 心身疾病的诊断与防治原则	79	一、护士角色人格要素特质的概念	114
一、心身疾病的诊断	79	二、护士角色人格要素特质的主要内容	115
二、心身疾病的防治原则	80	三、护士角色人格的匹配模式	116
第四节 常见的几种心身疾病	81	第三节 护士职业心理素质的优化	118
一、冠心病	81	一、护士职业心理素质的影响因素	118
二、原发性高血压	82	二、护士职业心理素质的优化途径	119
三、消化性溃疡	83	第八章 社会认知与护患沟通	123
四、支气管哮喘	85	第一节 社会认知	123
第六章 患者心理	87	一、社会认知的概念	123
第一节 疾病行为与患者角色	87		

二、社会认知的特征	123
三、社会认知偏差及影响因素	124
第二节 护患关系	125
一、护患关系的概念和特征	125
二、护患关系的建立与发展过程	126
三、护患关系中的行为模式	126
第三节 护患沟通	128
一、沟通的概念和过程	128
二、沟通的特点	129
三、沟通的方式	130
四、护患沟通的目的	132
五、影响护患沟通的因素	133
第四节 护患冲突与护患关系的调控	134
一、常见的护患冲突	134
二、护患关系的调控	137

第九章 临床心理评估 140

第一节 临床心理评估概述	140
一、临床心理评估的基本概念	140
二、临床心理评估的主要功能	141
三、临床心理评估的实施原则	142
第二节 临床心理评估的常用方法	142
一、观察法	142
二、访谈法	145
三、心理测验法	147
第三节 常用的临床心理测验量表	151
一、韦氏成人智力量表	151
二、艾森克人格问卷	153
三、卡特尔 16 种人格因素问卷	154
四、自评量表	156

第十章 心理咨询与心理治疗 167

第一节 心理咨询	167
一、心理咨询概述	167

二、心理咨询的主要形式与原则	169
第二节 心理治疗	170
一、心理治疗概述	170
二、心理咨询和心理治疗的异同	172
三、常用的心理治疗方法	173
第三节 中医心理疗法	179
一、情志相胜法	179
二、言语疏导法	181
三、移精变气法	181
四、暗示解惑法	182
五、顺情从欲法	183

第十一章 临床心理护理实施 185

第一节 心理护理概述	185
一、心理护理的定义	185
二、心理护理的目标	186
三、心理护理的原则	187
四、心理护理的实施形式	188
五、心理护理与整体护理	189
六、心理护理的基本要素	189
第二节 临床心理护理的实施程序	192
一、建立良好的护患关系	192
二、心理护理评估	192
三、心理护理诊断	193
四、制订心理护理计划	195
五、实施心理护理计划	196
六、心理护理效果评价	196
七、确定新的方案	196
第三节 患者的心理评估与干预	196
一、患者心理评估的目的	197
二、患者心理评估的方法和标准	197
三、患者心理干预的基本原则	197
四、患者心理的主要影响因素	198
五、患者心理护理的相关技术	199

第一章 绪论

在当今社会经济快速发展的过程中，人们体验到更多的压力。各种身心疾患的人群快速增长，抑郁、焦虑、网瘾等现象随处可见，高血压、冠心病、糖尿病、癌症等心身疾病的发病率和死亡率逐年上升。而护理工作承载着维护人类身心健康的使命。一方面，护士不仅要帮助患者维持和恢复身体健康，同时还要关注患者的情绪变化、预测患者的心理反应、为患者建立良好的心理环境、化解患者的心理危机、满足患者的心理需要；另一方面，护士还需维护自身的身心健康，注重职业心理素质优化。为此，学习护理心理学理论知识、掌握心理护理技能已成为广大护士的迫切需要。

第一节 护理心理学的概念、研究对象与任务

护理心理学是一门新兴的交叉学科，正确认识其学科性质、内涵与外延、研究对象和任务，具有导向性作用，是发展护理心理学的首要前提。

一、护理心理学的概念

（一）护理心理学的学科性质

1. 护理心理学是介于心理学和护理学之间的一门交叉学科 护理心理学（Nursing Psychology）既需要用心理学理论来揭示患者、护士的心理活动规律，阐明其心理活动和生理活动的相互关系，研究护士与护理对象间的互动作用，探索心理、社会因素对人类健康与疾病的影响及其相互转化过程中的作用，还需要广泛吸收心理学、医学、护理学等学科的研究成果，运用心理学理论和技术，解决护理领域中的心理问题。护理心理学是心理学应用研究向护理领域的延伸和渗透。

2. 护理心理学是自然科学和社会科学相结合的一门边缘学科 护理领域中的心理现象与其他领域中的心理现象一样，既有自然科学的性质，又具有社会科学的性质。当涉及心理的生理机制时，心理较低层次的活动如感觉、知觉、记忆等，便具有自然科学的性质；而当涉及护患关系、应激源的内容及个体心理护理方法时，又具有社会科学的性质。所以，它是自然科学和社会科学相结合的边缘学科。

3. 护理心理学是一门独立的新兴学科 护理心理学是一门新兴学科，有近 20 多年的发展历史。起初护理心理学是以医学心理学的一个分支学科出现。半个多世纪以来，医学心理学的迅速发展，对护理心理学的形成与建立起到了极其重要的理论引导和技术支撑作用。随着人类健康观的普及及护理学的发展，护理领域面对越来越多的心理健康问题，大批高等护理人才从

事护理心理领域的研究,从而促进护理心理学的发展。1996年在全国高等教育护理学专业教材编审委员会上将护理心理学从医学心理学中分离出来,正式命名为《护理心理学》,并将其列为“九五”国家重点教材,从此护理心理学成为一门独立的学科。

(二) 护理心理学的定义

护理心理学是从护理情境与个体相互作用的观点出发,研究在护理情境这个特定的社会生活条件下个体心理活动发生、发展及其变化规律的学科。

定义所指“个体”,包括护士和护理对象。护理心理学在护理情境这个特定社会生活条件下,同时研究护士、护理对象两类个体的心理活动规律。

“护理情境”作为“特定的社会生活条件”,并不局限于医院。广义的“护理情境”还包括所有影响护理对象、护士心理活动规律的社会条件。

要深入了解护理心理学的定义,须从以下几个方面考虑:①研究个体心理活动的规律,必须注重护理情境与个体的相互作用。如对患者个体心理活动规律的研究,既要了解患者个体心理活动如何受护理情境中相关人物的影响,又要了解患者个体心理活动如何影响护理情境中的其他人。②注重护理情境对个体心理活动的影响。不同护理情境,对个体心理活动的影响不同。如繁忙、嘈杂的病室环境,使患者因视、听觉疲劳而产生焦虑、烦躁不安的不良情绪;而在过度封闭的病室环境中,患者长时间与外界、亲友隔离,易产生孤独、忧郁等心理。③注重研究对象个性化心理因素。相同护理情境下,因个性特征、生活背景、经济条件或社会支持等的不同,个体常发生不同的心理反应。通常个性乐观开朗、经济压力小、得到家人及社会较多关注的患者,大多有较为积极的心理,采取积极的就医行为;相反,个性内向、经济压力大、社会支持少的患者,易产生消极心理,导致消极行为。

二、护理心理学的研究对象

护理心理学的研究对象包括护理对象心理、护士心理和护理情境研究三个方面。

(一) 护理对象心理的研究

1. 患者心理的研究 研究患者的感知觉、注意、记忆、思维、性格、情绪等各种心理现象,掌握患者的心理状态和心理活动规律。如研究不同年龄段、不同性别、不同职业、不同地域、不同民族患者的心理特点,不同系统疾病及疾病不同阶段患者的心理活动规律等,这将有助于护士了解患者、有效帮助患者进行自我心理调节,有助于护士针对各类患者的个性特点采取有效的心理护理措施。

2. 亚健康状态人群心理的研究 研究健康状况受到潜在因素威胁的亚健康状态人群的心理及影响因素,如社会文化因素、情绪因素、人格因素、不良行为方式等潜在因素对健康的影响。

(二) 护士心理的研究

研究护士的感知觉、注意、记忆、思维、情绪、性格等心理现象及外显行为模式。在临床上,对垂危患者的抢救、给药治疗的执行、情绪状态的了解、生活的照顾、并发症预防、病情观察、健康教育等,都包含着心理护理。护士与患者接触最多,护士的一言一行都在患者的感受之中,都会引起患者复杂的心理反应。护士的思想、言语、情绪、行为都会直接影响患者的情绪,影响治疗效果与患者的身心健康。因此,研究护士心理,关心护士身心健康,指导护士

适应角色,帮助护士优化职业心理素质非常重要。

(三) 护理情境的研究

护理情境的研究包括医院、病房、社区或家庭的心理文化氛围、护理相关社会因素(卫生保健政策、风俗、社会支持等)对护士、患者心理活动的影响。

三、护理心理学的研究任务

(一) 研究生理与心理因素之间的相互作用

一般而言,无论患者患了什么病,均会对其心理活动产生负面影响,如恶性肿瘤、心肌梗死等常常导致患者产生严重的心理障碍;另外,一些心理因素也会促发疾病,导致各器官产生一系列的生理病理变化。如美国心脏病专家弗里德曼和罗森曼等人,在进行冠心病的心理和生理研究中发现,A型性格的人(好胜、竞争心强、不怕困难、勇于进取)冠心病的发病率比B型性格的人(不争强好斗、没有竞争的压力、办事往往慢条斯理和不慌不忙、工作有主见、不易受外界的干扰)高2倍,而且A型性格的人通常还伴有较多的其他危险因素,如高血压、高血脂、糖尿病等。护士应了解疾病对人心理的影响及心理因素对健康的作用,以便在临床实践中能更好地理解患者的言行并妥善处理,及时帮助患者调整心理状态,保持最佳健康状态,提高其生活质量。

(二) 研究患者的心理特点和心理护理的方法

疾病种类、发病程度、年龄、性别、社会背景、经济状况等不同,患者的心理常常差异很大,例如对于一个曾经是领导干部,如今由于高龄导致机体各脏器功能减退、记忆力差、反应迟钝的老人,在护理时要满足其自尊的需要;而对于一些罹患传染性或隐秘性比较强的疾病,如肝炎、性病、肿瘤疾病等的患者,床头卡上疾病名称会成为其很大的心理负担。护理工作者必须掌握各种特殊患者在不同时期的心理特征,采取相应的心理护理措施,以取得良好的护理效果。

(三) 研究心理评估的理论和技術

心理评估能有效地帮助护士了解患者在认知、情绪、人格、行为等方面存在的心理问题和评估心理护理的效果,并且为护理科研提供各项评估工具。随着科学的发展,国内外已发展了许多用于评估智力、人格、临床症状、治疗效果等方面的测验和量表。在护理心理研究领域,也开发了专门用于评价护士和患者的评估工具,如护士职业承诺问卷、护士自我概念问卷等。

(四) 研究和应用心理干预理论和技术

心理护理中很重要的任务是对患者进行干预,以解决或缓解其所存在的心理问题。因此护士应掌握一些心理咨询与心理治疗的理论与技术,以更加有效地对患者实施心理干预。目前用于临床心理护理的干预方法有音乐疗法、支持疗法、放松疗法、认知行为疗法等。各种方法都有其自身的理论基础和适用对象,护士需要根据护理对象的人格特征、心理问题的性质以选用恰当的心理干预方法。

(五) 研究护理过程中的有效沟通和护患关系问题

建立良好的护患关系,并能有效沟通,不仅有助于护士及时、准确地获取信息,为护理诊断与干预提供保障,还能缓解不良因素对患者的影响,提高患者对诊治护理措施的依从性。建立良好的护患关系和有效沟通的方式有很多种,需要护士根据特定的护理情景,运用心理学的

理论和技术选择恰当的护理方式。

（六）研究护士职业心理素质

护理心理学除了研究患者的心理外，同时研究护士的心理，包括研究护士职业心理素质的结构和影响因素，优化护士职业心理素质的教育途径和管理模式，护士的个人成长所面临的工作压力及护士心理健康的维护等。

第二节 学习护理心理学的意义

将护理心理学理论及其技术引入护理教学体系中，不仅丰富了护理学专业的内涵，而且满足了现代护理模式的需要，也是提高护理质量，优化护士职业心理素质的需要。

一、丰富护理学专业的内涵，促进护理学发展

现代科学的发展趋势表明，学科划分越精细，越有利于学科领域问题得到更有针对性地解决。护理学专业逐步向多方向、多层次、多学科体系不断延伸和拓展，从而促进其学科地位不断提高。国家教育部护理教学指导委员会把《护理心理学》列入我国高等护理教育的主干课程，使护理学专业学生及在职护士广泛地开展护理心理学的学习，促进心理护理真正有效地落实到临床护理实践工作中，拓宽了护理学的发展领域，丰富了护理学的专业内涵，有利于学科发展。

二、贯彻整体护理观念，适应现代护理模式

医学模式由传统的“生物医学”向“生物-心理-社会医学”转变，促进了健康观念的更新，同时也促进了现代护理模式的建立。强调人是一个有机整体，倡导整体护理，是现代护理模式的核心，其要求护理工作者摒弃“以疾病为中心”的传统思想，强化“以患者为中心”“以人的健康为中心”的现代护理理念。患者是生理活动与心理活动的统一体，因此在护理实践中，护理不仅帮助患病的人恢复健康，也帮助健康及亚健康的人保持健康，预防疾病；不仅要关注疾病对患者生理功能的影响，同时还应重视患者的情绪变化等心理状态；既要实施有效的生理护理，又要开展积极的心理护理，满足患者身心两方面的需求，保证其始终处于有利于治疗与疾病康复的最佳状态。开展有针对性的心理护理，需要具备专业的基础理论知识及相关技能，这就要求护士在原有知识结构的基础上学习护理心理学，才能主动适应现代护理模式的需要。

三、满足患者需求，提高护理质量

大量临床实践表明，当人患病以后，会表现出复杂的心理活动，这将直接影响疾病的疗效。此外，疾病谱和死亡谱的研究表明，现代社会中，死亡率高的疾病（如心脑血管疾病、癌症等）都是多因素致病。无数研究已充分证实心理因素在疾病的发生、转归中都起到了重要的作用。由于患者所患疾病不同、所处社会环境不同，个人体质也不尽相同，思维方式、神经类型、性格等各有特点，故心理障碍表现也各不相同。要提高临床护理质量，需要学习护理心理

学的理论知识与技术。通过心理学知识的学习,不仅可以帮助护士理解患者特殊的行为方式,了解患者心理活动发生、发展的规律,以及其心理状态对疾病演变过程的影响,而且通过学习心理学的交往技巧可以改善护患关系,获得准确的信息,从而消除患者的不良刺激因素,为患者营造有利于治疗与康复的心理环境。针对不同的心理状态采取相应护理措施,使心理护理更具针对性,最大限度地满足患者心理与生理的需求,同时帮助患者更好地适应角色,从而提高整体护理质量。

四、优化护士职业心理素质,完善知识结构

护士与患者接触最多,护士的一言一行都在患者的感受之中,都会引起患者复杂的心理反应,影响治疗效果与患者的身心健康。面对患者千差万别的心理表现及复杂多变的护理需求,护士应具备良好的心理素质,要有稳定而宁静的心境、谦和而文静的风度、敏锐的感知观察力、准确快速的记忆力、敏捷的思维力、丰富的想象力、恰当的语言表达能力、丰富的情绪感染力及良好的沟通能力等。但是护士也是生物人、社会人,有其性格特征,同样受其自身生理、心理变化的影响,同样因工作环境、家庭、社会信息的刺激而出现各种心理变化及情绪反应。若处置不当,一定程度上会对护理工作及其质量带来负面影响。这就要求护士在护理心理学的理论指导下,在实践中有意识地调节和改变自我,不断优化自己的职业心理素质,努力使自己成为业务技术精湛、心理素质优良、知识结构完善的护理工作者。

第三节 护理心理学的研究方法 及应遵循的伦理学原则

护理心理学属于心理学的分支,因此其基本的研究方法与现代心理学有共同之处。护理心理学研究的是护理学领域中各种复杂的心理现象,主要运用心理学及医学的研究方法,并结合护理专业特点进行研究。护理心理学的研究方法根据所使用的手段,可分为观察法、调查法、测验法和实验法。在实际复杂的工作中,往往综合使用几种方法,另外,还要注意各种方法都有优缺点,各有其适宜的条件。为了研究一个具体问题,必须根据问题的性质及研究者的主观、客观条件,选择其中最恰当的方法。

一、护理心理学的研究方法

(一) 观察法

观察法 (observational method) 是指研究者直接观察记录个体或团体的行为活动,从而分析两个或多个变量间相互关系的一种方法。此法是科学研究史上最原始、应用最广泛的一种方法,从事任何研究几乎都离不开观察法。此法运用于护理领域则指护士有目的、有步骤地观察患者的表情、动作、言语等外显行为,并如实记录,然后综合分析,判断患者心理活动的变化与规律。其优点是使用方便,可以获得被观察者不愿意或者没有报告的行为数据;缺点是观察的质量(信度和效度)很大程度上依赖于观察者的能力,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,结果有一定的局限性。观察法是护理心理学研究的最常用方

NOTE