



中国科学院教材建设专家委员会规划教材
高水平大学建设医学人文系列教材

医学心理学

主 编 龙 建
副主编 尚鹤睿 张雪琴



科学出版社

中国科学院教材建设专家委员会规划教材
高水平大学建设医学人文系列教材

医学心理学

主 编 龙 建

副主编 尚鹤睿 张雪琴

编 委 (按姓氏汉语拼音排序)

陈 洁 (南方医科大学)

李晓鹏 (长治医学院)

刘 娜 (南京中医药大学)

龙 建 (广州医科大学)

石丹丹 (广州中医药大学)

王立金 (蚌埠医学院)

徐 燕 (徐州医科大学)

张桂青 (石河子大学医学院第一
附属医院)

段照明 (济宁医学院)

林杰才 (广州医科大学)

刘文华 (广州医科大学)

尚鹤睿 (广州医科大学)

谭贞晶 (广东医科大学)

吴 颢 (广州医科大学)

杨文翰 (中山大学)

张雪琴 (广州医科大学)

朱荔芳 (济宁医学院)

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本教材主要包括基础心理学、健康心理学与医学心理学部分,参编者有长期从事教学的专业心理学老师、从事临床工作的临床心理医生和学生心理健康工作者,编写时注重基本理论、基本应用和基本技能的结合。

本教材主要供临床、预防、口腔、麻醉、影像、检验等医学类专业使用。

图书在版编目(CIP)数据

医学心理学 / 龙建主编. —北京:科学出版社, 2018.1

中国科学院教材建设专家委员会规划教材·高水平大学建设医学人文系列教材

ISBN 978-7-03-055632-5

I. ①医… II. ①龙… III. ①医学心理学—医学院校—教材 IV. ①R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 292559 号

责任编辑:王镔韞 胡治国 / 责任校对:郭瑞芝

责任印制:张欣秀 / 封面设计:陈 敬

版权所有,违者必究。未经本社许可,数字图书馆不得使用

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

北京京华虎彩印刷有限公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2018 年 1 月第 一 版 开本:787×1092 1/16

2018 年 1 月第 一 次印刷 印张:17 1/2

字数:420 000

定价:58.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

序 言

医学与心理学的关系非常紧密。早在两千多年前,《黄帝内经》中就认识到这个问题并总结出“怒伤肝,喜伤心,思伤脾,忧伤肺,恐伤肾”。随着生物性疾病不断得到控制的现时,一些与心理、社会因素密切相关的疾病如恶性肿瘤、心脑血管疾病、神经症及精神病等的发病率和死亡率明显提高,人们在患病和治疗过程中的心理问题与社会环境的影响日益突出。1990年,世界卫生组织(WHO)对现代病的病因进行分析时发现,人类的不健康心理行为和不良生活方式是这类疾病的共同原因。心理因素已成为影响健康与疾病的重要因素之一,可以这样毫不夸张地说,健康的一半是心理健康,疾病的一半是心理疾病。

在医学模式的转变和健康观念的更替中,产生了一门心理学和医学的交叉学科——医学心理学。这门学科将心理学的知识、理论和实验技术应用于医学领域,研究心理行为因素在人体健康与疾病及其相互转化过程中的作用规律。当人的健康状态发生改变时,就相应地会在心理活动上出现变化,如在需要上、认知态度上、行为表现上、人际关系上,均会发生相应的变化。病人有其特殊的心理需求,如尊重的需要、接纳和归属的需要、获取诊疗信息的需要、安全感的需要等。不同的疾病和在疾病的不同阶段,患者的心理反应和心理需求都会发生变化。医生在诊治上更需要了解患者心理需要和心理问题,以便更好地诊治,因为心理因素可以导致同一疾病在不同患者中的多种临床表现;另一方面,关注和解决病人心理问题,既有利于增强病人对医生的信任,积极配合治疗,又有利于增加病人与疾病作斗争的信心。我在五十多年来临床诊治工作中深深体会到,病人对医生的信任度及对疾病的心态,对其疾病的病程发展、转归起着极其重要的作用。

医学心理学应该是医学生的基本功和必修课。这本由广州医科大学应用心理学系的老师们主编的《医学心理学》教材内容较为精炼,突出案例引导,注重实践和应用,是一本具有特色的好教材,可以为医学院校借鉴和参考。



前 言

医学心理学是研究健康与疾病相互转化过程中心理变化规律的科学，是医学与心理学相结合的学科，随着人们生活水平的提高、生活压力的增大，人们越来越感受到心理因素对健康的影响。古希腊医学家苏格拉底说过，医生有三件法宝：语言、药物、手术刀。医学活动中医患双方的心理活动直接影响医疗效果，因此医学心理学越来越受到人们的重视，也是国家执业医师资格考试的必考科目之一。

本教材在参考国内已有医学心理学教材的基础上，以基本理论、基本知识、基本技能为基础，以医学心理学教学 38 学时为参照，以学生为主体，以应用为目标，考虑到教材内容的传授者、实践者和使用者的感受，本教材主要邀请了国内多所高等院校长期从事医学心理学教学的专业教师、长期从事临床心理工作的心理医生及从事学生心理健康工作的心理工作者、应用心理学系几位特别优秀的学生共同参与编写。每章开始有案例引导，结尾有思考题，以便于前后呼应。

本书共十一章，第一至四章为基础心理学内容；第五章为异常心理学内容；第六、七章为应激及结果的内容；第八至十章主要介绍了心理因素在医学领域中的应用。考虑到疼痛是临床上常见的症状，与心理因素关系密切，因此增加了“疼痛”一章内容。为了便于进行医学心理学实验教学，将几个医学心理学的实验指导放于附录中。

教材编写得到学校领导、同仁的大力支持，在此表示诚挚的谢意！

龙 建

2017 年 10 月

目 录

第一章 绪论	1
第一节 医学心理学概述	1
第二节 医学模式的转变与医学心理学	6
第三节 医学心理学的研究方法	9
第四节 医学心理学的历史与现状	13
第二章 心理学基础	17
第一节 心理现象及其本质	17
第二节 认知过程	19
第三节 情绪和情感过程	33
第四节 意志过程	41
第五节 人格	45
第三章 医学心理学主要理论	58
第一节 精神分析理论	58
第二节 行为学习理论	67
第三节 心理生理学理论	74
第四节 人本主义心理学理论	76
第五节 认知心理学理论	83
第四章 心理健康	90
第一节 心理健康概述	90
第二节 个体心理健康的发展	95
第三节 群体心理健康	101
第四节 心理健康与环境适应	102
第五章 异常心理	105
第一节 异常心理概述	105
第二节 神经症	109
第三节 其他异常心理	118
第六章 心理应激	135
第一节 应激概述	135
第二节 应激源	140
第三节 应激反应	142
第四节 应激反应的影响因素	150
第五节 压力应对	154
第六节 创伤后应激障碍	157
第七章 心身疾病	161
第一节 心身疾病的概述	161

第二节 心身疾病的发病机制	164
第三节 心身疾病的防治原则	171
第四节 常见心身问题	174
第八章 心理评估	184
第一节 心理评估概述	184
第二节 常用的心理测验及评定量表	191
第九章 心理干预	204
第一节 心理干预的概念和性质	204
第二节 心理治疗的基本方法	208
第十章 病人心理与医患沟通	224
第一节 病人心理概述	224
第二节 病人的一般心理特征与基本干预方法	226
第三节 各类病人的心理特征及干预	230
第十一章 疼痛	235
第一节 疼痛概述	236
第二节 疼痛的影响因素	245
第三节 疼痛的评估	248
第四节 疼痛的心理行为干预	253
附录 1 医学心理学实验指导	260
实验一 反应时	260
实验二 注意广度	261
实验三 短时记忆广度	262
实验四 问题解决——河内塔实验	263
附录 2 医学心理学实验报告格式	265
附录 3 艾森克个性测验 (成人)	266
附录 4 症状自评量表 (SCL-90)	269
附录 5 焦虑自评量表 (SAS)	272
附录 6 抑郁自评量表 (SDS)	273
参考文献	274

第一章

绪 论

案例 1-1

2 年前,小王的邻居因为肝癌病逝了,此后小王总感到右腹隐隐作痛,2 年来小王总往医院跑,反复查肝功能,做 B 超检查,没有发现什么问题,但他不能释怀,总是怀疑肝脏不好,平时小王尽量不让自己累着,还让医生开了许多护肝的药吃,完全像是为肝脏而活着,一个生龙活虎的小王彻底消失了。

问题:小王怎么病了?

第一节 医学心理学概述

一、医学心理学的概念

医学心理学 (medical psychology) 是研究心理现象与健康 and 疾病关系的学科。医学心理学是把心理学的理论、方法与技术应用到医疗实践中的产物,是医学与心理学两者相结合而形成的一门新兴交叉学科,它既关注医学领域中的心理学问题,也探讨心理因素在人体健康和疾病中的作用规律。

人不仅是一个单纯的生物有机体,而且也是一个有思想、有感情、从事着劳动、过着社会生活的社会成员。人的身体和心理的健康与疾病,不仅与自身的躯体因素有关,而且也与人的心理活动和社会因素有密切联系。临床实践和心理学研究证明,有害的物质因素能够引起人的躯体疾病与心理疾病,有害的心理因素也能引起人的身心疾病,而良好的心理因素与积极的心理状态能够促进人的身心健康或作为身心疾病的治疗手段。医学心理学强调从整体上认识和掌握人类的健康和疾病问题,主张把人看作是自然机体与社会实体相结合的统一体,运用心理学的理论与方法探索心理因素对健康与疾病的作用方式、途径与机制,更全面地阐明人类躯体疾病与心理疾病的本质,协助医学揭示人类维护健康、战胜疾病的规律,寻找与丰富人类疾病的诊断、治疗、护理与预防的更全面、更有效的方法,提高医疗水平,促进人的身心健康。医学心理学在促进医学模式向生物-心理-社会医学模式的转变、树立大预防的观念、改善医患关系、提高医疗质量等方面,均发挥着重要作用。

在案例 1-1 中,邻居的病逝对小王是一个刺激,引起他对身体健康的重视,这是可以理解的。但显然小王太过于自我关注了,这跟他许多性格特点如敏感、喜欢内省、追求完美是分不开的。他几乎把正常生活、工作完全搁置一边,小心侍候他的肝脏,注意力高度集中在肝脏上,看报纸时只看肝病广告、肝病文章,差不多成了肝病专家;看人时大概也是以肝脏好坏论英雄;落到自己身上,腹部一点点不适感都会被他的敏锐地捕捉到,强烈地感受到。越敏感,感受越强,便越要排斥,越想排斥,注意力便越是高度集中在症状上,

心无旁骛，就越是敏感，如此形成恶性循环。

二、医学心理学的研究范围

医学心理学作为医学科学的一门基础理论课程，阐明医学中的心理行为问题，以及心理社会因素对健康和疾病的作用和机制，把心理学的理论、技术、方法和研究成果，结合医疗实践，应用于医学的各个方面。医学心理学研究范围主要包括以下六个方面。

1. 研究心理行为所涉及的社会学和生物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特别是情绪因素对身体各器官生理、生化功能的影响。
3. 研究心理因素在各类疾病的发生和康复中的作用及变化规律。
4. 研究如何通过人的高级心理功能、认知行为，支配或调节自身的生理功能，以达到治病、防病和养生保健的目的。
5. 研究利用心理行为知识和技术，维护人类健康和防治疾病。
6. 研究医疗过程中医患关系的特征及增进医患关系的途径和方法。

三、医学心理学的学科性质

（一）交叉学科

医学心理学兼有心理学和医学的特点，它研究和解决人类在健康或患病，以及二者相互转化过程中的心理问题，涉及基础医学、临床医学、预防医学和康复医学等医学知识，同时也涉及了几乎所有心理学科各分支学科及人类学、社会学等众多学科领域的相关知识。其任务是将心理学的知识和方法应用于医疗实践，探讨和解决医学领域中的各种心理学问题，并通过对医疗实际课题的探讨推动心理学基础理论研究。由于医学心理学这种交叉学科的性质，学生在学习过程中应该加强与相关课程知识之间的整合。

（二）基础学科

医学心理学也是医学基础理论的重要组成部分，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及其对健康促进和疾病防治的作用，为医学的理论研究、临床实践、人才培养及卫生保健事业的发展，提供与心身密切相关的观点，提供合理的治疗方法和保健措施。医学心理学不仅成为医学生的一门必修课程，还肩负着向医务人员提供与健康 and 疾病有关的心理学理论和方法，以提高医疗卫生的服务质量的任务。因此，国内医学院校都将医学心理学列为各专业医学生的公共基础课，国家执业医师资格考试也将其列入公共基础类内容。

（三）应用学科

医学心理学在实践中应用比较广泛，如专科医院、精神病院、诊所、综合医院、康复医院、学校和机关的保健室、各级卫生防疫机构，是医院里的医生和护士可以使用的心理学，是一门实用操作性、实践可行性、技术综合性很强的应用学科，它兼收并蓄古今中外在医学领域中应用的行之有效的心理学理论和技术，而不仅仅是在医务界普及心理学知识。

四、医学心理学相关学科

医学心理学的学科定义和涵盖的内容在不同的学者、不同的学派、不同的历史时期各有不同。我国学者应国内医学教育的需要,结合国外涉及该领域中的研究内容,逐步形成体现我国特色的医学心理学学科体系。这一体系与国际上多门相关学科虽存在一定的联系,但研究的出发点、理论依据、研究重点又不尽相同。

(一) 生理心理学

生理心理学 (physiological psychology) 是生理学与心理学相结合的医学心理学的一个分支,探讨生理活动尤其是脑神经活动所导致的心理功能的变化及心理现象的生理机制,主要包括神经系统的结构和功能、内分泌系统的作用、情绪和情感、需求与动机、学习与记忆等心理和行为活动的生理机制。

(二) 神经心理学

神经心理学 (neuropsychology) 是以研究脑的神经过程与心理行为活动的关系为目的的学科。当前的神经心理学吸收了神经科学与认知心理学的最新研究成果,采用无创性脑结构和功能的检测手段如功能性磁共振和事件相关电位等方法,探讨人类脑结构及功能与外在行为的关系,为研究各种正常或异常行为的脑机制提供直接的实验证据。神经心理学的研究成果为医学心理学提供了神经科学的理论基础。

(三) 临床心理学

临床心理学 (clinical psychology) 是以心理学的方法和技术协助患者了解自己、增进适应,解决心理烦恼和苦闷的应用心理学分支。美国心理学家魏特默于 1898 年最先使用“临床心理学”这一术语。临床心理学家多为受过一定医学训练的心理学家,主要从事心理治疗和咨询、心理评估等。临床心理学服务的人群也很广,工作范围遍布学校、医院、机关、政府、军事、商业和法律领域等。

(四) 健康心理学

健康心理学 (health psychology) 侧重“心理学在健康中的应用”,强调采用心理学知识与技术来增进心身健康和预防各种疾病,主张采用心理学方法改变或矫正有碍个体身体健康的生活方式和行为习惯。健康心理学成为一门独立学科的标志,是 1978 年美国心理学学会正式将其列为第 38 个专业分会。健康心理学也是生物-心理-社会医学模式的产物。

(五) 变态心理学

变态心理学 (abnormal psychology) 是研究人的心理或行为异常的心理学分支,包括人的认知活动、情感活动、意志活动和人格等方面的异常表现,揭示病态心理的种类、产生原因、发病机制和演变规律。一方面,变态心理学的某些研究成果是医学心理学理论的重要来源;另一方面,医学心理咨询、诊断、治疗又可以为多种变态心理服务。因而,一般认为它是医学心理学的基础分支学科。

(六) 心身医学

心身医学 (psychosomatic medicine) 研究心身疾病的发生、发病机制、诊断、治疗和预防,研究生理因素、心理因素和社会因素相互作用对人类健康和疾病的影响。随着信息化社会的到来,高新科技的飞速发展,人们生活节奏加快,导致心理压力也越来越大,心身疾

病的发病率在不断提高,范畴也在不断扩大,因而已成为医学心理学的一个重要分支学科。

(七) 行为医学

行为医学 (behavioral medicine) 是涉及与健康 and 疾病有关的行为科学、生物医学的知识与技术的发展和整合,涉及这些知识和技术对疾病的预防、诊断、治疗和康复的一门应用学科。行为医学涉及生理学、解剖学、免疫学、内分泌学、生物化学和药理学等生物医学学科,还涉及心理学、社会学和文化人类学等行为科学,属于交叉学科。

(八) 护理心理学

护理心理学 (nursing psychology) 研究护理工作中心理学问题,即应用医学心理学原理去指导心理护理,强化心理护理,提高护理质量,是医学心理学在护理学中的应用。

(九) 心理治疗学

心理治疗学 (psychotherapy) 是治疗者以医学心理学理论为指导,以良好的医患关系为桥梁,应用各种心理学技术或通过某些辅助手段如仪器,按照一定的程序,改善患者的心理条件,达到消除心身症状、重新获得身体与环境平衡的学科,也是研究和应用各种心理治疗方法和技术的学科。各种心理治疗方法,如精神分析治疗、认知治疗、行为治疗、集体、家庭和婚姻心理治疗等都有各自的理论指导和治疗技术。

(十) 心理咨询学

心理咨询学 (psychological counseling) 是运用心理学的理论与方法,通过建立特殊的人际关系,帮助来访者发挥其潜能、解决心理问题、提高适应能力、促进人格发展的一种助人自助的过程和技术方法的学科。心理咨询的从业人员主要是心理学专业工作者和社会工作者,通常被称为咨询者或咨询心理学家,主要是研究如何处理婚姻、家庭、教育、职业及生活习惯等方面的心理学问题。

(十一) 心理卫生学

心理卫生学 (mental health) 又称精神保健学,主要研究和促进人的心理健康,普及精神卫生知识,制订相应的健康促进计划和策略,提高心理健康水平,包括培养健全的人格,增强对环境变化的适应能力,消除各种不良的心理社会影响,营造良好的社会、家庭、工作和学习环境,预防心理障碍和精神疾病的发生。

(十二) 康复心理学

康复心理学 (rehabilitation psychology) 是以研究由各种疾病、意外伤害事故和老龄化等因素造成的躯体和心理伤残,或处于长期慢性疾病状态中患者的心理行为问题为对象的一门学科。目的在于应用心理学、医学知识和技术帮助患者恢复自信,树立与疾病做斗争的乐观态度,降低伤残程度,争取身心健康,并促进患者更好地适应生活、工作、学习和社会环境。康复心理学是康复医学与心理学相结合的一门交叉学科。

五、医学心理学在现代医学中的作用

(一) 促进医学模式的转变

医学心理学的健康和疾病观与生物-心理-社会医学模式一致。因此,在医学模式由生

物医学模式向生物-心理-社会模式转变的过程中,医学心理学在其中发挥着积极的促进和推动作用(图 1-1)。首先,医学心理学帮助医学界了解和熟悉心理学的理论与知识,充分认识人的心理活动规律和心身间的相互联系与影响。其次,医学心理学为医学提供心理科学的研究方法和干预手段,有助于改善患者心理状况,提高医学研究的科学水平和医疗服务的质量。最后,医学心理学有助于帮助生物医学克服“重治轻防”“只见病不见人”的不良倾向,培养出能适应新的医学模式要求的医学人才。

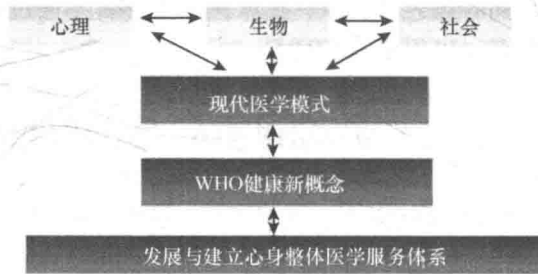


图 1-1 现代医学模式、WHO 健康新观念要求医学服务向心身整体医学服务转变

(二) 促进疾病预防战略转变

全球疾病预防战略大体可划分为三个发展阶段:第一阶段是环境卫生,即改善环境、阻断和消灭传染源,以预防传染病的发生与流行;第二阶段是个人卫生,即通过计划免疫、妇婴保健、围产检查等提高个体体质,预防疾病;第三阶段是行为卫生,即通过改变不良行为习惯和矫正不卫生的生活方式,以达到预防疾病的目的。WHO 指出,目前绝大多数国家预防疾病的战略已经转变到第三阶段,即人类健康面临因不良生活方式和行为习惯所导致的疾病的严重威胁。随着我国社会经济的快速发展,人群中所患疾病的比例结构(疾病谱)、死亡原因的排列顺序(死因谱)和人口结构(老龄谱)均已发生明显改变。不同年龄段、不同社会人群中心理障碍和精神健康问题日益突出。心理因素起主导作用的心身疾病大多属于慢性非传染性疾病,控制这类疾病的发生重在预防,特别是要注意培养健康的行为方式和良好的生活习惯。当前各种形式的心理咨询服务等应运发展,说明解决心理问题和增进心理健康有着广泛的社会需求。人们自我保健意识不断加强,重视心理健康、维护精神卫生已是社会发展的必然趋势,而医学心理学正是从科学的角度研究如何满足这种需求的一门学科。

(三) 临床医疗工作特点的需要

目前,我国城镇住院和门诊患者中有相当数量的心理障碍患者,他们的心理障碍、心身疾病、心理问题、行为问题日益突出。然而,相应的精神卫生服务资源却是十分稀缺,据调查,我国住院和门诊患者中约有 1/3 的患者有心理行为问题需要诊断和治疗,我国城市大医院中仅有 1/5 的医生会处理心理障碍。一些有躯体症状但经各种检查难以确定病灶的所谓功能性疾患的患者,多为心理障碍或行为障碍患者,医生往往不能做出适宜的心理诊断,只能依靠药物治疗。所以,医务工作者必须具有医学心理学知识和技能,才能减轻这些患者的痛苦。

(四) 改善医患关系的需要

新型医患关系是一种融洽、和谐、平等的医患关系,这是现代医学的核心问题之一。

医患关系有着丰富的内涵，而医患关系心理方面的特征和内容则是医学心理学非常关注的。对心理治疗而言，良好医患关系的建立本身就是治疗的一个步骤。传统的医患关系模式是从生物医学模式衍生而来的，在医疗活动中，医生关心的主要是疾病本身，很少考虑患者的主观期望与满意度。新型医患关系顺应生物-心理-社会医学模式转变的需要，体现人文关怀。在医疗活动中，医生和患者由“隶属”关系转变为“协同”关系，共同为健康负责。医生除了具有诊断和治疗的通常作用外，还作为合作者、教育者、情绪和社会性支持的源泉及患者的技术顾问等角色。所以，临床医务工作者要通过认识患者心理和掌握人际沟通技巧来改善医患关系，以提高诊疗质量。

第二节 医学模式的转变与医学心理学

一、医学模式的概念和特点

医学模式是某一时代的心身观、健康观和疾病观的集中反映，是医学科学发展的指导思想。受到社会生产力水平、科学技术和哲学思想的影响，从古到今，出现过神灵主义医学模式、自然哲学医学模式、机械论医学模式、生物医学模式和生物-心理-社会医学模式五种医学模式（图 1-2），这几种模式的区别主要体现在对心-身关系认识的不同。

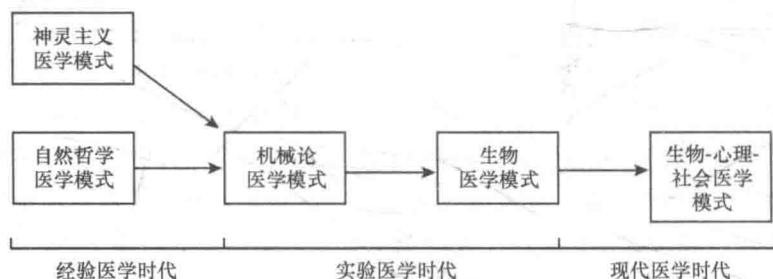


图 1-2 医学模式的演变

医学模式作为一种理论框架，医学模式规定或影响着医学教育、研究和临床工作者的思维及行为方式和工作方法。每一位医学工作者都不可避免地受到医学模式的影响或支配。

二、医学模式的历史发展

神灵主义医学模式是最早出现于石器时代的医学模式。受生产力低下的影响，图腾崇拜和泛神论思想普遍存在，人们认为超自然力量影响着健康，将疾病看作是神灵的惩罚或恶魔作祟所致，相应地采取祈求或驱邪的治疗手段。神灵主义医学模式虽已成为历史，但在现代社会仍可见到残余影响。

随着社会生产力的发展，人类对健康与疾病产生了粗浅的理性概括。从公元前 3000 年前后开始，在西方的古希腊、东方的中国等地相继产生了以朴素的唯物论和辩证法来解释疾病和防治疾病的医学思想，形成了自然哲学医学模式。该医学模式摆脱迷信和巫术，摒弃“神”对人体和环境的束缚，强调人的心身统一。自然哲学医学模式的心身相互作用的辩证法和心身一元论的整体观具有积极意义，但限于当时的科学发展水平，人们对生命

的本质、健康和疾病的认识仍停留在低水平上。

16~17 世纪,欧洲文艺复兴运动带来了工业革命,随着牛顿古典力学理论体系的建立,形成了用“力”和“机械运动”去解释一切自然现象的机械唯物主义自然观。“机械论医学模式”也就此产生,该模式认为“生命活动是机械运动”,把健康的机体比作协调运转加足了油的机械,而疾病是机器出现故障和失灵,因此需要修补与完善。机械论医学模式统治了医学近 2 个世纪,直到 18 世纪。一方面它用物理、化学的概念来解释生物现象,认为机体是纯机械的而无视生物、心理、社会等因素对健康的影响。但另一方面机械论医学模式以机械唯物主义的观点,批驳了唯心主义的生命观和医学观,并把医学带入实验医学时代,使解剖学、生物学获得了进展,大大地推动了医学科学的发展。

19 世纪自然科学的三大发现,即能量守恒定律、细胞学说和进化论,进一步推动了生物学和医学的发展,科学方法被广泛地应用于医学实践,这时对健康的认识已有很大的提高,并建立了健康的生物医学观念。生物医学模式认为每种疾病都必然可以在器官、细胞或分子上找到可以测量的形态学或化学改变,都可以确定出生物或物理的特定原因,都应该能够找到治疗的手段。这些立足于生物科学成就之上的医学进展使人类在疾病的认识、治疗和预防方面都取得了极大的成就。生物医学模式的产生是医学发展的重大进步,它奠定了实验研究的基础,推动了特异性诊断及治疗方法的发展,指导了医疗卫生实践,有效地消灭和控制了急性传染病和寄生虫病,使人类健康水平得以有效提高。但这种形而上学的认识方式“只看到了它们的存在,看不到它们的产生、发展和灭亡,只看到了它们的静止状态,而忘记了它们的运动”。将人的生物学方面同心理社会方面割裂开来,把疾病看作是独立于社会行为的实体,试图仅仅根据团体过程的紊乱来解释人的心理和行为障碍,反映了心身二元论和机械唯物论观点。

三、生物-心理-社会医学模式的出现

20 世纪 50 年代以来,人类疾病谱和死亡谱发生了很大改变,过去危害人类健康的生物因素疾病如传染病得到了大面积的遏制,影响人类健康的主要疾病逐步转化为心脏病、脑血管病及恶性肿瘤等非传染性疾病。这些疾病并非由特异因素引起,而是与吸烟、酗酒、滥用药物、过量饮食与肥胖、运动不足和对社会压力的不良反应等生活方式或应付方式有关。人们逐渐认识到疾病的发生不仅仅与生物因素有关,而且还与社会变革、经济增长、饮食起居等变化有关,因此在治疗疾病时只用药物、理疗、手术等手段已经不能满足临床需要。

1977 年,美国罗彻斯特大学医学院精神病学和内科学教授恩格尔(Engel GL)在“科学”杂志上发表了题为“需要新的医学模式一对生物医学的挑战”的文章。首先提出,应该用生物-心理-社会医学模式取代生物医学模式。他主张认识健康和疾病不应只是局限于生物学领域,必须扩展到社会领域;不能只在生物属性上来认识健康和疾病,必须从生物的、心理的、社会的等多方面因素的结合上来综合地认识人类的健康和疾病,同时要注意和理解患者。

新的医学模式强调了生物、心理和社会因素在人类健康和疾病转化过程中的综合作用。它适应了社会的发展和进步,是生物医学模式的发展、补充和完善。促进了人们对健康和疾病的整体认识,拓展了医学研究的范围,促进医学的全面发展。心理、社会因素既

可成为致病因素,也可能成为疾病治疗与康复过程中的重要因素,新的医学模式改变了以往治疗和预防与实际工作相脱离的状况。

四、医学心理学对疾病与健康认识

作为一门新兴的交叉学科,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的关系,坚持整体观和系统论的观点,把人看成一个与社会环境、自然环境相互作用的多层次的、完整的连续体(图 1-3)。

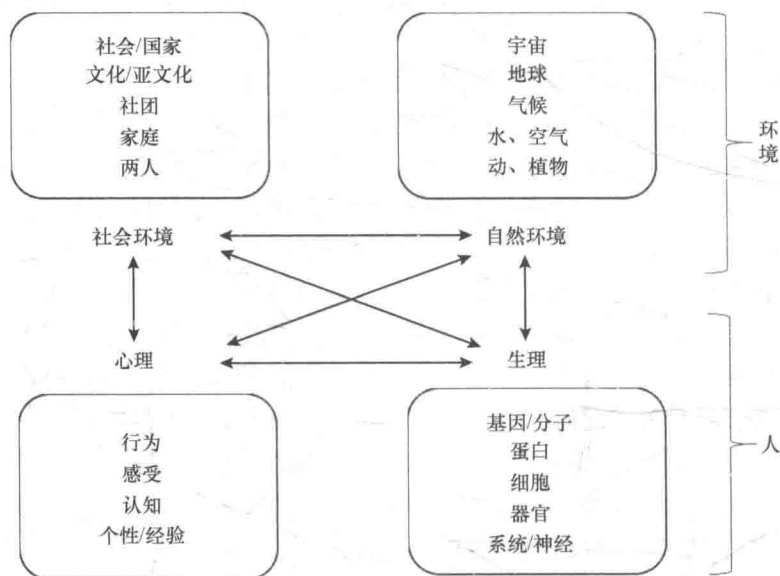


图 1-3 人与自然相互作用整体观示意图

医学心理学对疾病与健康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、蛋白、分子、基因等部分统一起来。如果只重视被分开的各个器官和系统功能,或将各个器官和系统割裂开来看待,忽视它们之间的整体联系,都是不恰当的、有害的,容易导致在临床工作中只见树木不见森林的被动局面。

2. 人的生理活动和心理活动相互联系、相互作用 心理行为活动通过心身中介机制影响生理功能,同样生理活动也影响个体的心理功能。因此,在对待健康和疾病的问题上,应同时注意心身之间的相互影响。

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 社会环境和自然环境的细微变化都会对人的身心健康产生剧烈影响。

4. 心理因素在人类调节和适应内外环境活动中具有一定的能动作用 人可以作为一个整体,对社会环境、自然环境和个体的内外环境的变化可随时做出一些主动的适应性调整,以保持自身的健康水平。

作为医学生应在头脑中树立以上四个方面的认识,这对于今后临床和科研工作大有裨益。从现代医学教育角度开设医学心理学课程,是生物医学模式向生物-心理-社会医学模式转变的需要。

第三节 医学心理学的研究方法

一、医学心理学的研究方法的一般问题

(一) 医学心理学研究方法的主要特点

医学心理学是一门年轻的学科，还处在科学和常识交融的发展阶段，为了促进医学心理学的迅速健康发展，采取科学的研究方法尤为重要。医学心理学研究方法具有以下特点：

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对心理实质认识的不一致，同时也使研究和工作方法不统一。

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生物、心理、社会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。

以上特点导致医学心理学研究方法学具有自身的特殊性，可出现宏观和微观并重，实证与思辨同行，形态与功能结合，单因素与多因素分析并存的特殊现象。

(二) 医学心理学的量化方法

现代科学的成就就在于对研究对象做量化的分析，物理、化学等学科量化非常精确。但心理现象非常复杂，因此在医学心理学领域，对研究对象心理特征的量化工作，有时还显得粗糙，医学生在学习时应予以客观的分析。为便于理解，可将医学心理学的量化方法分为四类。

1. 描述 对研究对象之间的差别和特征进行语言的记载，以便读者理解，如咨询门诊个案的症状报告、有关鉴定语或评语等。临床病程记录主要是采用描述的形式。描述的科学性不在于方法的本身，而取决于描述的水平。描述实际上不是真正的量化，描述的结果也不便于进行统计分析。

2. 序量化 是在现象学观察基础上，由被试或研究者对某些心理行为现象作等级评估。常分为3、4、5、7或0级予以记录。目前许多心理变量可以采用这种序量化的方式。例如，让被试对自己的疼痛程度分10级做出评估，从无疼痛0分到极度疼痛10分。这种方法只能给予粗略的估计，其信度和效度较难把握，可能会影响做研究的准确性。

3. 间接定量 是指采用各类心理调查问卷和评定量表对某些心理现象作定量的分析。这是一类间接的定量方法，如“抑郁”无法直接定量，需要采用“抑郁量表”进行量化，但并不能随便使用一个“抑郁量表”。合格的抑郁量表的编制需要经过一定的心理测量学的检验和分析，如首先定义什么是抑郁，应包括哪些症状条目、有哪些“因素”、量化等级确定等，确保该量表的有效性和可靠性，即效度和信度符合心理测量学要求。故使用这类定量方法时必须特别重视其心理测量学分析结果。

4. 直接定量 是对某些心理物理变量做直接测定。心理物理学中的声、光、电、机械等刺激或反应，如感觉阈限、反应时、皮肤电阻等的测定，以及动物实验时的行为活动次数和强度，某些心理治疗手段的实施时限和频率的记录等，都可以直接测量。但在医学心理学工作中，能使用直接定量的并不多。

在医学心理学临床实践和科学研究中，往往综合使用上述各种量化手段。

二、医学心理学的研究原则、研究过程及类型

(一) 研究原则

1. 客观性原则 任何科学研究都必须有客观性。增强客观性的方法是首先要有科学的态度，即实事求是的态度。此外，研究者在研究中要尊重客观事实，不能从主观愿望出发来反映事物，妄下结论。

2. 实践性原则 在实践中运用科学的思路和敏锐的观察力并善于总结经验和教训。医学心理学是一门既有理论又有实践的学科，医学心理学的研究要理论联系实际，在实践中学习、研究和提高。

3. 发展性原则 心理活动不可能是静止、一成不变的，它总处于不断发展和变化之中。这就要求心理学工作者按照发展性原则来研究心理、行为的特点及其发生、发展的规律。

4. 伦理性原则 医学心理学的研究中存在伦理学内涵，涉及道德、尊严、权益、隐私等内容。因此，医学心理学的研究和实践都应遵循道德和伦理的原则，任何可能造成对研究对象的损害的研究都必须严格禁止。

5. 质量统一的原则 在医学心理学的研究中，首先应了解质（定性）与量（定量）的相互关系。明确正在研究的对象属于哪一种心理变量的过程，称为（定量）。定性的过程使研究者对研究对象、研究目标有“质的认识”；而定量的过程则通过更加客观的量化指标进行对照研究，为定性提供可重复操作和检验的依据。没有定量的研究，定性就缺乏有效的科学依据，显得空洞，没有说服力。针对心理变量的研究更是如此。质与量的统一，是医学心理学研究中需要严格遵循的规则。

(二) 研究过程

一般来讲，医学心理学研究过程包括提出问题和假设、收集资料、检验假设、建立理论四个步骤。具体到医学心理学临床研究过程可细分为六个步骤：提出假设、选择关键变量及其检查方法、确定临床研究范式、选定研究样本、检验假设、结果的解释和发布。

(三) 研究类型

研究分类方法有多种，如根据研究目的分为基础研究和应用研究，根据研究性质分为描述性和控制性研究。常见的分类方法是按照研究所涉及的时间特点，将研究分为横断研究（cross sectional study）和纵向研究（longitudinal study），回顾性研究（retrospective study）和前瞻性研究（prospective study）。

横断研究是选择在某些方面匹配的被试，在同一时间内进行观察和评定。其优点是节省人力、物力，可以设计为有代表性的大样本研究，短时间内获取大量资料。缺点是研究欠系统、较粗糙，不能完全反应心理行为的发展变化过程；而且选择的对照组具有可比性，但在实际中难以找到完全相似的两组被试，降低了研究结论的效度。

纵向研究是对同一个人或同一组被试在指定的时间内进行跟踪研究，观察、测量和评定被试在一段时间内发生所发生的变化。其优点是能研究心理行为的发展规律及其影响因素；缺点是必须考虑被试心理行为的成熟程度、样本丢失、研究工具信度和效度、自然发生波动等因素的影响。