

新世纪 全国高等中医药院校规划教材



医学心理学

供中医类、中西医结合等专业用

主编 邱鸿钟

中国中医药出版社

中国心理学会心理学普及丛书



医学心理学

第四版 李方明 主编 李方明 主审

人民卫生出版社

中国心理学会心理学普及丛书



新世纪全国高等中医药院校规划教材

医学心理学

(供中医类、中西医结合等专业用)

主 编 邱鸿钟 (广州中医药大学)

副主编 (按姓氏笔画排序)

杜文东 (南京中医药大学)

李 琬 (安徽中医学院)

胡 捷 (贵阳中医学院)

侯冬芬 (天津中医药大学)

陶 明 (浙江中医药大学)

中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

医学心理学/邱鸿钟主编. —北京: 中国中医药出版社, 2010. 4
新世纪全国高等中医药院校规划教材

ISBN 978 - 7 - 80231 - 901 - 1

I. ①医… II. ①邱… III. ①医学心理学 - 中医药院校 - 教材 IV. ①R395. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 027785 号

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
北京泰锐印刷有限公司印刷
各地新华书店经销

*

开本 850 × 1168 1/16 印张 14.75 字数 363 千字
2010 年 4 月第 1 版 2010 年 4 月第 1 次印刷
书号 ISBN 978 - 7 - 80231 - 901 - 1

*

定价 19.00 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
读者服务部电话 010 64065415 010 84042153
书店网址 csln.net/qksd/



全国高等中医药教材建设


专家指导委员会

- 名誉主任委员** 李振吉 (世界中医药学会联合会副主席兼秘书长)
邓铁涛 (广州中医药大学 教授)
- 主任委员** 于文明 (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 教授 中国工程院院士)
姜在昉 (国家中医药管理局人事教育司司长)
- 委员** (按姓氏笔画排列)
- 马 骥 (辽宁中医药大学校长 教授)
王 华 (湖北中医学院院长 教授)
王 健 (安徽中医学院院长 教授)
王乃平 (广西中医学院院长 教授)
王之虹 (长春中医药大学校长 教授)
王北婴 (国家中医药管理局中医师资格认证中心主任)
王绵之 (北京中医药大学 教授)
王新陆 (山东中医药大学校长 教授)
尤昭玲 (湖南中医药大学校长 教授)
石学敏 (天津中医药大学教授 中国工程院院士)
龙致贤 (北京中医药大学 教授)
尼玛次仁 (西藏藏医学院院长 教授)
匡海学 (黑龙江中医药大学校长 教授)
任继学 (长春中医药大学 教授)
刘红宁 (江西中医学院院长 教授)
刘振民 (北京中医药大学 教授)
刘延祯 (甘肃中医学院院长 教授)
齐 昉 (首都医科大学中医药学院院长 教授)
严世芸 (上海中医药大学 教授)
李庆生 (云南中医学院院长 教授)
李连达 (中国中医科学院研究员 中国工程院院士)
李佃贵 (河北医科大学副校长 教授)

肖培根 (中国医学科学院研究员 中国工程院院士)
吴咸中 (天津中西医结合医院主任医师 中国工程院院士)
吴勉华 (南京中医药大学校长 教授)
张伯礼 (天津中医药大学校长 教授 中国工程院院士)
陈可冀 (中国中医科学院研究员 中国科学院院士)
陈立典 (福建中医学院院长 教授)
范永升 (浙江中医药大学校长 教授)
范昕建 (成都中医药大学校长 教授)
周 然 (山西中医学院院长 教授)
周永学 (陕西中医学院院长 教授)
周仲瑛 (南京中医药大学 教授)
郑玉玲 (河南中医学院院长 教授)
胡之璧 (上海中医药大学教授 中国工程院院士)
洪 净 (国家中医药管理局人事教育司副司长)
贺兴东 (世界中医药学会联合会 副秘书长)
耿 直 (新疆医科大学副校长 教授)
徐志伟 (广州中医药大学校长 教授)
高思华 (北京中医药大学校长 教授)
曹洪欣 (中国中医科学院院长 教授)
梁光义 (贵阳中医学院院长 教授)
程莘农 (中国中医科学院研究员 中国工程院院士)
谢建群 (上海中医药大学常务副校长 教授)
路志正 (中国中医科学院 研究员)
颜德馨 (上海铁路医院 主任医师)

秘 书 长 王 键 (安徽中医学院院长 教授)
洪 净 (国家中医药管理局人事教育司副司长)

办公室主任 王国辰 (中国中医药出版社社长)
办公室副主任 林超岱 (中国中医药出版社副社长)



新世纪全国高等中医药院校规划教材

《医学心理学》编委会

主 编 邱鸿钟 (广州中医药大学)

副主编 (按姓氏笔画排序)

杜文东 (南京中医药大学)

李 玢 (安徽中医学院)

胡 捷 (贵阳中医学院)

侯冬芬 (天津中医药大学)

陶 明 (浙江中医药大学)

编 委 (按姓氏笔画排序)

王继伟 (辽宁中医药大学)

庄雅稚 (长春中医药大学)

许凯莉 (成都中医药大学)

余 方 (广西中医学院)

林 山 (福建中医学院)

夏文芳 (上海中医药大学)

梁瑞琼 (广州中医药大学)

谢静涛 (湖南中医药大学)

前 言

“新世纪全国高等中医药院校规划教材”是依据教育部有关普通高等教育教材建设与改革的文件精神，在国家中医药管理局规划指导下，由全国中医药高等教育学会组织、全国高等中医药院校联合编写、中国中医药出版社出版的高等中医药院校本科系列教材。

本系列教材采用了“政府指导、学会主办、院校联办、出版社协办”的运作机制。为确保教材的质量，在教育部和国家中医药管理局指导下，建立了系统完善的教材管理体制，成立了全国高等中医药专业教材建设专家指导委员会、全国高等中医药教材建设研究会，对本系列教材进行了整体规划，在主编遴选、教学大纲和教材编写大纲、教材质量等方面进行了严格的审查、审定。

本系列教材立足改革，更新观念，以新的专业目录为依据，以国家规划教材为重点，按主干教材、配套教材、改革创新教材分类，以宽基础、重实践为原则，是一套以国家规划教材为重点，门类齐全，适应培养新世纪中医药高素质、创造性人才需要的系列教材。在教材组织编写的过程中引入了竞争机制，教材主编和参编人员全国招标，按照条件严格遴选，专家指导委员会审议，择优确定，形成了一支以一线专家为主体，以老带新的高水平的教材编写队伍，并实行主编负责制，以确保教材质量。

本系列教材编写实施“精品战略”，从教材规划到教材编写、专家审稿、编辑加工、出版，都有计划、有步骤实施，层层把关，步步强化，使“精品意识”、“质量意识”贯彻全过程。每种教材的教学大纲、编写大纲、样稿、全稿，都经过专家指导委员会审定，都经历了编写会、审稿会、定稿会的反复论证，不断完善，重点提高内在质量。尤其是根据中医药教材的特点，在继承与发扬、传统与现代、理论与实践、中医与西医等方面进行了重点论证，并在继承传统精髓的基础上择优吸收现代研究成果；在写作方法上，大胆创新，使教材内容更为系统化、科学化、合理化，更便于教学，更利于学生系统掌握基本

理论、基本知识和基本技能；注意体现素质教育和创新能力与实践能力的培养，为学生知识、能力、素质协调发展创造条件。

在出版方面，出版社全面提高“精品意识”、“质量意识”，在编辑、设计、印刷、装帧各个环节都精心组织、精心施工，力争出版高水平的精品教材，使中医药教材的出版质量上一个新台阶。

本系列教材目前已出版或正在出版的有中医专业、针灸推拿专业、中药专业、药学专业、制药工程专业、药物制剂专业、中西医结合专业、管理专业、护理专业及计算机课程教材，共计 250 余种，其中 121 种被教育部评选为“普通高等教育‘十一五’国家级规划教材”。

为适应中医类别中医、中西医结合执业医师和中医药专业技术资格考试要求，根据全国中医药院校教学需要，我们特别组织编写了与之配套的规划教材，包括《医学心理学》《医学伦理学》《传染病学》《卫生法规》4 种。这 4 种教材均按照中医药专业培养目标和中医类别中医、中西医结合执业医师资格考试大纲和中医药专业技术资格考试大纲要求编写，适合全国各高等中医药院校中医学专业、针灸推拿学专业、中药学专业本科教学使用。

本套教材的编写出版，得到了中国中医药出版社和全国高等中医药院校在人力、物力上的大力支持，为教材的编写出版创造了有利条件。各高等中医药院校，既是教材的使用单位，又是教材编写任务的承担单位，在本套教材建设中起到了主体作用。在此一并致谢！

本系列教材在继承的基础上进行了一定力度的改革与创新，在探索的过程中难免有不足之处，甚或错漏之处，敬请各教学单位、各位教学人员在使用中发现问题，及时提出批评指正，以便我们重印或再版时予以修改，使教材质量不断提高，更好地适应新世纪中医药人才培养需要。

全国中医药高等教育学会
全国高等中医药教材建设研究会

2009 年 7 月

编写说明

随着生物心理社会医学模式的推广普及，医学心理学正在成为临床医学专业的核心课程。医学心理学是一门从医学的观点研究、诊断、治疗和预防心理疾病及与其他疾病相关的心理问题的应用学科。医学心理学研究各种精神疾病，但绝不只是限于研究精神疾病。医学心理学不仅具有多学科知识交叉、综合的特点，而且所涉及的病种和心理问题遍布内外妇儿等临床各科和辅助部门，所以，医学心理学并不只是精神专科人员所需要的知识和技能，而应该成为全部医护人员和医院管理人员都需要掌握的学问。广义上讲，在医院内，从病人到医护人员，从各种疾病的诊治到预防保健和健康管理，从仪器设备的体检到服药和手术，从医院文化建设到医院管理等各个环节和方面都存在着许多医学心理问题，值得研究并需要认真对待。因此，学习医学心理学将有助于增进医护人员对人类疾病和健康本质的深刻理解，促进临床服务水平的提高，促进医院文化的建设和医患关系的改善。

本书是为了适用现代医学模式的转变，为全面增进医学院校学生、医护人员、医院管理人员关于医学心理学的知识和能力而编写的。基于医学心理学的临床应用性质，本教材的编写力求具有临床实用性。为了帮助临床医护人员在并不太长的时间内较快地掌握医学心理学的基本知识和实际技能，本教材在保证学科知识系统全面的基础上，尽量做到简明扼要；既重点介绍临床实用的各种方法，但也兼顾多元化的理论流派的概貌；虽然以现代西方医学心理学理论和技术为主，但也注意突出传统中医临床心理学的理论与技术特色；既介绍常见的精神障碍和心身疾病，也兼顾临床各科的心理问题，以扩充医学心理学的应用范围和服务效能。

全书共分为十二章，前五章为总论部分，为教学必修内容；后七章为各论部分，为教学选修内容。本书是全国13所医学院校知名的医学心理学专家和医院临床一线的心理医生们共同辛勤劳动和团结协作的成果。本书的具体编写分工如下：第一章绪论由邱鸿钟编写，第二章精神障碍的分类与症状学由梁瑞琼编写，第三章精神障碍的病因与病理学由许凯莉、邱鸿钟编写，第四章临床心理诊断与评估由杜文东编写，第五章心理咨询与心理治疗技术由侯冬芬、邱鸿钟、夏文芳编写，第六章神经症与人格障碍由李珑编写，第七章内因性精神病由胡捷编写，第八章应激相关障碍由林山编写，第九章心身疾病由陶明、庄雅雅编写，第十章性心理障碍由余方编写，第十一章儿童心理发育障碍与心理疾病由谢静涛编写，第十二章器质性及其他精神障碍由王继伟编写。

与以往早期医学心理学那种由普通心理学加简单的精神病学知识的状况相比，本教材的特点是：知识体系更为全面完整，内容更加贴近临床实际，技能更具有操作实用性。本书既适合作为各类医学院校的专业教材，也可作为各科临床医生和心理咨询师的工作指南。

编委会
2010年2月

目 录

总 论

第一章 绪论	1
第一节 医学心理学概述.....	1
第二节 医学心理学的源流与发展.....	5
第三节 现代医学模式的转变与普及医学心理学的意义.....	9
第四节 临床心理工作的职业特点与要求.....	13
第二章 精神障碍的分类及症状学	19
第一节 精神障碍的分类.....	19
第二节 感觉与知觉障碍.....	22
第三节 思维障碍.....	25
第四节 注意障碍.....	29
第五节 记忆障碍.....	30
第六节 智能障碍.....	31
第七节 自知力和定向力障碍.....	31
第八节 情绪与情感障碍.....	32
第九节 意志与行为障碍.....	35
第十节 人格障碍.....	36
第三章 精神障碍的病因与病理学	44
第一节 生物学因素.....	44
第二节 神经生理因素.....	47
第三节 心理与社会因素.....	55
第四章 临床心理诊断与评估	60
第一节 概述.....	60
第二节 心理诊断方法.....	63
第三节 心理评估.....	72
第五章 心理咨询与心理治疗技术	82
第一节 概述.....	82
第二节 心理咨询的基本技术.....	85
第三节 精神分析疗法.....	94
第四节 行为疗法.....	97

第五节	认知疗法	101
第六节	咨客中心疗法	104
第七节	存在主义疗法	106
第八节	森田疗法	109
第九节	家庭疗法	111
第十节	文学艺术疗法	114
第十一节	团体心理咨询	117
第十二节	药物疗法	118
第十三节	中医心理疗法	125
各 论		
第六章	神经症与人格障碍	129
第一节	焦虑症	129
第二节	强迫症	132
第三节	恐惧症	134
第四节	躯体形式障碍	136
第五节	神经衰弱	138
第六节	癔症	140
第七节	人格障碍	142
第七章	内因性精神病	145
第一节	精神分裂症	145
第二节	心境障碍	148
第八章	应激相关障碍	152
第一节	急性应激障碍	152
第二节	创伤后应激障碍	154
第三节	适应障碍	155
第四节	与文化相关的精神障碍	157
第九章	心身疾病	160
第一节	内科心身疾病	160
第二节	皮肤科心身疾病	175
第三节	妇科与男科心身疾病	177
第四节	外科心身疾病	179
第十章	性心理障碍	181
第一节	性身份障碍	182
第二节	性偏好障碍	183
第三节	性指向障碍	185
第十一章	儿童心理发育障碍与心理疾病	188

第一节	儿童心理发育障碍	188
第二节	儿童孤独症	190
第三节	儿童多动障碍	192
第四节	品行障碍	195
第五节	抽动障碍	196
第十二章	器质性及其他精神障碍	199
第一节	脑退行性病变伴发的精神障碍	199
第二节	脑血管病所致的精神障碍	201
第三节	癫痫所致的精神障碍	202
第四节	颅内感染所致的精神障碍	204
第五节	脑外伤所致的精神障碍	205
第六节	颅脑肿瘤所致的精神障碍	206
第七节	躯体疾病伴发的精神障碍	207
第八节	酒依赖和酒中毒性精神障碍	208
第九节	鸦片类与药物依赖所致的精神障碍	210
第十节	中毒性精神障碍	211
第十一节	躯体感染伴发的精神障碍	212
主要参考书目		214

总 论

第一章

绪 论

本章主要讨论医学心理学的发展历史、基本概念、研究对象与内容，学习本课程的目的、任务与意义。

第一节 医学心理学概述

一、学科界定与性质

医学心理学是一门从医学的观点研究、诊断、治疗和预防精神障碍和心身疾病及其相关问题的应用学科。在英国称为的医学心理学（medical psychology）与美国称为的精神医学（psychiatry）同义，与临床心理学（clinical psychology）近义，但各种学科名称所强调的侧重点或研究的历史取向有所不同。临床心理学是以有心理障碍的人为研究对象，并实际从事心理疾病的诊断、治疗与预防的应用心理学科；相比较而言，医学心理学既研究各种疾病的心理问题，也研究医护人员的职业心理问题。从内容上来看，医学心理学不仅包括了精神病的神经学、生化学、遗传学、免疫学、实验性精神病理学、病因学、心理测量学等基础性研究，还涉及变态心理学、健康心理学、健康与疾病的社会心理学，各种心理疾病和心身性疾病的诊断、预防和治疗等应用性研究。精神医学主要研究精神疾病的病因、病理、诊断和治疗，而医学心理学还研究非精神性疾病的心理问题，研究病人角色的各种心理问题和医护人员职业行为中的心理问题，包括护理心理学、咨询心理学、心理治疗学和精神药理学。此外，医学心理学还与心身医学、社会医学以及内科、外科、儿科、妇产科等临床各科知识有密切的联系。因此，医学心理学应该理解为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。

医学心理学是医学领域中的综合应用心理学。依据医学与心理学的关系程度和性质，医学心理学可以区分为四种不同的含义或活动：一是医用心理学（psychology for medicine），

即使用心理学的理论作为医学解释的工具和直接指导改进各种医疗实践,如医院常利用绿色对情绪的镇静作用的理论来指导医院建筑的装饰,运用心理测评工具评价精神药物的疗效等等。二是医学中的心理学(psychology in medicine),这时心理学只是作为一种用于分析病人或医护人员的认知、情绪、人格和行为的理论工具,如对高血压患者A型性格的分析、对患者梦境的分析等。三是关于医学的心理学(psychology about medicine),这是对医学领域中提出来的特殊心理问题进行的探讨,如从脑部疾患、内分泌疾病中提出来的心身相关性问题,从精神病研究中提出来的意识与潜意识问题等。四是狭义上的医学的心理学(psychology of medicine)这是指对医学领域所特有的心理问题和精神疾病的研究,如药物依赖、暗示治疗、心身疾病等研究。

在上个世纪80年代,西方心理学和精神医学刚刚引入我国,医学界的心理学知识还较为缺乏,因此,那时的医学心理学教科书的内容大多是普通心理学基础和精神病学知识的混合物,不仅尚未形成自己的知识体系,其临床实用性和操作性也都十分欠缺。事实上,在当代世界发达国家,无论从学科发展程度,还是人才培养的数量,临床心理学都有取代医学心理学的趋势。不过广义上,临床心理学中所指的“临床”除了习惯上所指的医院病床旁的工作之外,还包括在家庭、学校、企事业单位、社区、司法部门等场所实际进行的心理辅导工作。临床心理学工作者的工作场所不仅包括医院,还可以包括学校、公司企业等社会机构。临床心理学的应用主体是临床医生、护士以及心理咨询师或心理治疗师,而并不局限于精神科专业的人士。临床心理学所涉及的病种包括临床上常见的心理障碍、心理疾病和与心理因素有关的躯体疾病,而并不局限于狭义的精神疾病或心身疾病。临床心理学的主要工作目标是维护心理健康,克服心理障碍和心理疾病,而不是运用于管理的应用心理学。因此,考虑到我国医学教育课程设置的具体情况,本教材在照顾到一般知识结构的前提下,侧重于研究临床实际中最常见的心理疾病和心身疾病及其实用的测评、晤谈、诊断和心理治疗技术。

二、医学心理学的研究内容

既然医学心理学是医学领域中综合应用的心理学,那么其研究内容就必然主要涉及临床活动中的医护人员和患者两类对象及其在两者之间发生联系作用的手段和方法。如果说基础医学主要研究人员与物质对象之间的关系的话,那么,医学心理学的基础就是医护人员与患者之间、人与物之间(如药物与人之间)的心理互动的过程。围绕这一过程,医学心理学主要研究以下几个方面的问题。

(一) 临床服务对象的心理活动和心理疾病

按照传统的医学模式,临床服务的主要对象只是狭义上的患者,所以,医学心理学只研究患者的心理需要、患病以后的心理变化及其活动的一般规律。然而随着新的医学模式的转变,不仅医疗服务的对象从院内扩大到院外,从患者扩展到健康人,而且诸如孕妇、美容者、健美者等健康人也成为医院服务的对象,因此,对健康人的心理需要及其变化进行研究,对服务对象的心理健康进行预防性保护,提高人群对应激事件的免疫力也逐渐成为现代医护人员的工作

职责和临床心理学的研究内容。具体来说,其研究内容有各种神经症和精神疾病的发生、发展的规律及其临床表现、诊断和治疗;各种躯体性疾病的心理障碍的病理、临床表现、诊断和治疗;不同年龄、不同性别患者的心理特点及其心理疾病的临床表现、诊断和治疗;影响药效的心理因素及其对药物心理效应、药物依赖和成瘾现象的研究;患者对各种诊疗工具(如创伤性检查)和临床技术操作(如拔牙)的心理反应;患者之间的群体心理现象;患者与医院、家庭和社会外部环境关系中的心理问题;医药广告的心理效应的研究等。

(二) 心理测量、心理咨询、心理治疗与护理的理论和技巧

医学心理学的最终目的是为了提高临床服务质量,加速患者的心身康复。广义上讲,所谓的临床心理治疗和心理咨询是指一切有助于矫正患者的心理问题、心理障碍或变态心理,促进和保护健康心理的过程和方法。其具体内容有,研究对患者的人格、智力与情绪及生活质量等心理行为进行测评的方法;研究对各种疾病病因分析的心理测评的方法;心理咨询的理论与方法的研究;心理治疗的理论与方法的研究;研究针对各类神经症和精神疾病的心理治疗与护理的理论与方法;不同年龄、性别的患者的心理咨询、心理治疗和护理的方法与技巧。

(三) 医护人员的职业心理活动及职业心理素质的培养

医护人员是临床活动的主体,要提供最佳的心理治疗与心理护理,提高医护人员自身的职业心理素质是首要的条件。所以,医学心理学要研究医护人员职业心理活动的特点,医护工作中的心理问题,医生和护士角色、患者角色互动的心理活动;医院环境中的心理问题;医护人员昼夜轮班制对心理健康的影响;医护人员技术操作中的各种心理问题;药物使用中的心理问题;医患纠纷与沟通中的心理问题;医疗事故中的心理问题;医护人员职业心理素质的要求及培养等等。

三、学习课程的目的、任务与方法

(一) 学习课程的目的

本课程的目的为了增进医学生和医护人员对人类各种疾病的心理变化及其心理疾病发生、发展规律的认识,促进对心理疾病的诊断和治疗技能的提高,完善临床医生的知识结构,促进生物-心理-社会医学模式在临床上的贯彻落实。

(二) 学习课程的任务

广义上讲,学习本课程是为了普及医学心理学知识,提高所有的医护人员、卫生管理和医院管理人员对心理疾病和心理因素在疾病中作用的认识,并不只是限于培养专业的临床心理医生。学习本课程的任务主要包括,了解人类心理疾病发生的病因和病理特点,知晓解释变态心理的各种理论流派,熟悉常见精神疾病和心身疾病的临床表现;掌握心理健康与心理疾病的测量与评估方法,临床晤谈的基本技能,心理疾病的治疗方法以及临床各科与疾病相关心理因素的识别、护理和处理方法。

（三）学习课程的方法

医学心理学是医学领域中综合的应用心理学，具有学科交叉性、理论多元性、临床实用性、应用多样性和方法灵活性等特点，可以说，是否懂得医学心理学是衡量与评价一名临床医生综合素养的标志。中医早有“下医医病，中医医人，上医医国”之说，说明医护人员从业的三种不同高度的思想和技艺境界。学习医学心理学要注意处理如下几种关系：

1. 注重历史与逻辑的统一 任何学科中的概念和理论都是随历史的变迁而发展着的，都具有产生的特定历史背景、哲学信念、方法论和思想创新过程，学习医学心理学不仅要知道概念和理论的内涵和外延，还要了解其知识产生的历史，这样我们才能学习到更多的知识创新的方法论，学习到杰出人物的原创精神，了解科学与社会文化之间复杂的互动关系，知晓学科逻辑与元哲学的关系。只有在历史的发展过程中来看待学科知识的逻辑建构关系，才能真正做到知其然和所以然。通过历史的追溯和跨文化比较的学习，可以更好地认识每一个学派的优势、贡献以及历史的局限性，形成知识进化的唯物史观。

2. 注重理论联系实际 医学心理学并不是基础学科，而应该定位于临床应用学科。医学心理学具有很强的理论指导性，正如临床上所有的生化、物理检查和任何治疗设备和手段都是依据一定的理论指导而发明的一样，任何临床心理测评、心理咨询和心理治疗也都依据一定的心理学理论设计和实施的。没有理论指导的心理辅导最多只是一种平常的安慰，而没有付诸实践和不能取得临床实效的心理学那也只是高谈阔论而已。因此，学习医学心理学既要明白学理，也要会实际操作技能，学习的目的全在于应用。学习医学心理学应该以职业活动为导向，以职业能力为核心。增加应用技能学习的方法有：到门诊或医院进行见习和实习，观看有关变态心理、心理咨询、心理治疗的录像和影片；进行角色扮演、情景模拟训练和临床个案督导等。

3. 注重课堂教学与调查研究相结合 学习医学心理学不能仅仅只是局限于课堂教学，应该结合教学内容和临床实际现象引导学生开展适当的调查研究，如病人患病和不同病程中的负性情绪变化，心脑血管疾病与A型性格的关系，各种诊疗技术对患者心理的影响，医源性心理问题发生的现状分析，各种躯体疾病伴随的心理问题，医护人员工作中的各种心理问题的调查研究等等。通过实际调查，可以进一步加强对知识的理解，提高学习的兴趣，激发科研创新的积极性，促进对医患关系的认识，将被动学习转变为主动学习，灌输学习转变为主动学习。

4. 注重人文社科方法与实验自然科学方法相结合 心理学具有自然科学和人文社会科学交叉学科的属性，如何研究心理学历来就有以物理学为模型的自然科学研究和以哲学、社会学和人类学为代表的人文社会科学研究两种不同的研究路线或取向。事实上，行为主义心理学、认知心理学就是第一种取向的学派，而人本主义心理学、精神分析学就是第二种取向的学派。因此，学习医学心理学必须要全面提高人文社会学科与自然科学的素养，既要注意学习实验和数理统计学，也要注意学习西方近现代哲学、人类学和社会学；既要学习实验设计，统计软件和临床观察方法，还要学习逻辑分析、梦的解析、语义分析、问卷设计和田野调查等方法。