

學術著作◆大專用書

醫學心理學



徐俊冕 等編著
黃宗正 校訂

醫學心理學

編著者

徐俊冕

嚴和駿

蘇 復

吳文源

校訂者

黃宗正

五南圖書出版公司 印行

醫學心理學

編著者／徐俊冕等編

校訂者／黃宗正

責任編輯／黃秀錦

校對者／林玉卿・于鳳娟

出版者／五南圖書出版有限公司

地址：台北市和平東路二段339號4樓

電話：7055066（代表號）

傳真：7066100

劃撥：0106895-3

網址：[//www.wunan.com.tw](http://www.wunan.com.tw)

局版台業字第0598號

發行人／楊榮川

台中門市／五南文化廣場

地址：台中市中山路2號

電話：(04)2260330

授權者／上海醫科大學出版社

排版／五南電腦排版有限公司

製版／欣緯照像製版有限公司

印刷／容大印刷事業有限公司

裝訂／華台裝訂行

中華民國 86 年 3 月初版一刷

ISBN 957-11-1343-3

基本定價 10 元

（如有缺頁或倒裝，本公司負責換新）

前 言

醫學心理學是醫學和心理學相互結合的一門學科，也是心理學在醫療實踐中的具體應用，並為整個醫學提供心理學觀點、方法和技術。若臨床各科醫務人員都能利用醫學心理學的成果，來提高醫療品質、擴展研究領域，則能更有效地為病人服務。當前，醫學模式正由生物學模式轉向生物—心理—社會模式，這使得與心理、社會因素關係尤為密切的心理生理疾病、癌症和精神疾病的關係更形密切，醫學對心理學的需要也更為迫切。近幾年來，醫學心理學在醫學教育中的地位不斷提高，臨床醫師也迫切希望學習到醫學心理學的方法和技術。因此，我們在編寫此書時，不但於各章中，分別深入討論醫病關係、疼痛、睡眠障礙、心理生理疾病、變態心理和臨床各科常見的心理問題，並具體介紹了心理測驗、症狀評定量表、各種心理治療以及醫學心理諮詢的方法。

在多年從事醫學心理學、精神醫學的臨床和教學工作中，經由親身參加心理測驗、心理治療和心理諮詢工作，使我們累積了點滴經驗。因此，本書也是我們多年來進行醫學心理學研究的經驗總結。在撰寫中，我們力求與臨床實務相結合、深入討論，以切合臨床應用；同時我們也特別注意吸收國外醫學心理學研究的新理論、新技術，盡力使本書具有內容充實、切合實用、材料新穎的特點。

本書共分十八章，前五章以介紹基本理論為主，其後各章與臨床實務結合，論述醫學心理學的應用方法和技術；尤其著重在介紹症狀評定量表的原理和應用、心理治療、行為治療、認知治療和心理諮詢的技術等。本書不但適合醫學院校的學生、研究生學習，對各科臨床醫師、精神科醫師和從事醫學心理學工作的人員，也有些許參考價

值。

由於本書作者都是臨床醫師及在醫院工作的研究人員，對心理衛生（心理保健）和護理心理學等內容研究較少，掌握的資料不多，故暫不能將這兩個重要問題編入本書。值得慶幸的是，國內已有一些醫學心理學書籍和雜誌介紹了這方面的知識。我們希望將來能再就這兩個問題進行增補。

本書的編寫曾得到許多從事醫學心理諮詢醫師的鼓勵，特予致謝。

編著者

目 錄

第 1 章 緒 論—————• 1

- 第一節 醫學與心理學 1
- 第二節 醫學心理學研究的對象及主要分支 5
- 第三節 醫學心理學的研究方法 9

第 2 章 心理活動的生理基礎—————• 15

- 第一節 人是一個開放的自我調節系統 15
- 第二節 覺醒和睡眠、注意、生物動機 18
- 第三節 感覺訊息的接受、處理和儲存 21
- 第四節 隨意運動和行為的調節 23
- 第五節 學習和記憶 24
- 第六節 情緒 27
- 第七節 大腦兩半球功能的不對稱性 31

第 3 章 需要、動機和挫折—————• 35

- 第一節 需要 35
- 第二節 動機 40
- 第三節 挫折與衝突 49
- 第四節 心理防衛機制 54

第4章 壓力—————• 63

- 第一節 壓力的概念 64
- 第二節 壓力反應中的生理變化 70
- 第三節 對壓力源的情緒反應 74
- 第四節 壓力源 78
- 第五節 決定壓力強度和類型的因素 83

第5章 學習理論—————• 87

- 第一節 兩種基本類型的學習 88
- 第二節 內臟反應的學習 91
- 第三節 學習理論的臨床應用 95

第6章 醫病關係—————• 101

- 第一節 疾病行為與病人角色 101
- 第二節 醫病關係的建立與相關因素 107
- 第三節 醫學會談 115

第7章 疼痛心理學—————• 123

- 第一節 疼痛的特點及其意義 124
- 第二節 疼痛的測定 127
- 第三節 影響疼痛的心理因素 129
- 第四節 疼痛的臨床心理 136
- 第五節 疼痛的處理策略 140

第 8 章 睡眠障礙—————• 143

第一節	睡眠分期	143
第二節	睡眠周期	144
第三節	年齡和睡眠模式	146
第四節	睡眠生理與調節	147
第五節	夢	149
第六節	睡眠剝奪	150
第七節	睡眠障礙	151

第 9 章 心理生理疾病—————• 159

第一節	心身疾病的概述	159
第二節	心身疾病的範圍	165
第三節	心身疾病的發病機轉	167
第四節	心身疾病的防治原則	174
第五節	常見的心身疾病	176

第 10 章 變態心理—————• 185

第一節	變態心理的概念	185
第二節	變態心理的形成原因	188
第三節	精神官能症性障礙	197
第四節	人格障礙	231
第五節	性變態	239
第六節	癮癖	245
第七節	兒童和青少年的特殊症狀與適應不良	249
第八節	精神病	259

第 11 章 綜合性醫院常見心理問題—————• 265

第一節	概述	265
第二節	手術	270
第三節	危重症	274
第四節	外傷	278
第五節	慢性病	281
第六節	癌腫	283
第七節	器官移植	286

第 12 章 心理診斷技術—————• 289

第一節	心理測驗的原理	290
第二節	智力測驗	296
第三節	人格測驗	306
第四節	臨床神經心理學檢查	319

第 13 章 症狀量表的原理與應用—————• 327

第一節	症狀量表的基本原理	327
第二節	症狀量表的内容	328
第三節	量表的選擇和應用	330
第四節	量表應用的注意事項	331
第五節	症狀自評量表 (SCL-90)	333
第六節	流調抑鬱症自評量表 (CES-D)	343
第七節	抑鬱自評量表 (SDS)	347
第八節	焦慮自評量表 (SAS)	351
第九節	臨床療效總評量表 (CGI)	354

第十節	大體評定量表 (GAS)	347
-----	--------------	-----

第 14 章 心理治療——• 363

第一節	心理治療在醫療工作中的意義	363
第二節	當前國外流行的幾種心理治療方法	365
第三節	心理治療的理論基礎	370
第四節	心理治療中的共同因素	374
第五節	幾種常用的心理治療方法	375

第 15 章 行為治療——• 381

第一節	行為治療的概念	381
第二節	行為治療的適應症	382
第三節	行為治療的基本原則	382
第四節	行為分析與方案設計	383
第五節	快速暴露法或洪水法	385
第六節	系統性脫敏法	389
第七節	交互抑制法	391
第八節	厭惡療法	394
第九節	操作性行為改變	395

第 16 章 認知治療——• 397

第一節	認知治療的概念	397
第二節	認知治療的分類	398
第三節	憂鬱性障礙的認知治療	401

第 17 章 生理回饋————— • 405

- 第一節 生理回饋的概念 405
- 第二節 生理回饋的基本原理 406
- 第三節 生理回饋儀器與臨床應用 408
- 第四節 注意事項 409

第 18 章 醫學心理諮詢————— • 411

- 第一節 概念、意義和範圍 411
- 第二節 醫學心理諮詢的組織和過程 414
- 第三節 醫學心理諮詢中的會談技術 418
- 第四節 醫學心理諮詢中應注意的幾個問題 422

緒 論

第一節 醫學與心理學

醫學與心理學是研究人類科學的兩門主要學科。長期以來，人們忽視了這兩門學科之間的密切關係，對於醫學，僅集中於研究生物學的改變，也就是從解剖、生理、病理、生化等方面，去探究疾病的原因和治療方法，人們稱之為「生物醫學模式」。在人類史上，這一「模式」的確在醫學發展上有不可磨滅的貢獻：哈維 (*Harvey*) 創立血液循環學說；莫干尼 (*Morgan*) 揭示疾病的器官損害本質，乃至魏爾肖 (*Virchow*) 的「疾病為細胞損害」學說；巴斯德 (*Pasteur*) 及科赫 (*Koch*) 發現許多病原微生物；各種維生素和激素的成功研究；以及直到近代，對細胞、分子平衡的研究、器官移植和人工器官的應用等。這些輝煌成就，無論對於認識疾病，或是治療、預防疾病等方面，都為現代和未來醫學奠定了基礎。

但是隨著人類學、社會學和心理學的發展，在醫療實踐中，這一模式也逐漸暴露出種種缺陷和消極影響，最重要的是，它從根本上偏離了作為醫學的對象——「人」的完整性，因而嚴重地阻礙了醫療保健事業的發展。很明顯地，醫學不是純粹的自然科學，而是自然科學和社會科學相結合的一門科學。近年來，世界醫學的潮流逐步轉向「生物—心理—社會醫學模式」，醫學與心理學的關係也就越來越受

重視。我國醫學心理學的迅速興起，也正是反映了這種趨勢。

心理學是一門專門研究人類心理歷程及行為的科學。一方面，心理學是重要的基礎學科，它所研究的內容涉及到哲學中一些最基本的問題，也就是心與身的關係；另一方面，它是一門應用廣泛的學科，從管理國家到商品買賣，都與人的心理活動有關。依照心理學研究的不同對象和重點，心理學發展出許多不同的分支，如教育心理學、醫學心理學、體育心理學、管理心理學、犯罪心理學、航空心理學、社會心理學、商業心理學和工程心理學等。

從科學發展的歷史來看，心理學可說是科學發展到一定階段而出現的一門新學科。物質運動總是從比較簡單的形式發展到比較複雜的形式，在物質運動的每一階段，都可能出現某種新的學科，而新學科一旦確立，總有其獨有的特徵。例如，化學主要是研究物質的合成和分解變化；生物學主要是研究具有複雜自主功能，及能進行自我繁殖的有機體的變化歷程；生理學則是研究生命單位中各部分相互關係的學科；神經生理學是研究高度發展的神經系統與環境之間複雜聯繫的學科；而心理學的一個特徵則是研究人的內在行為和所有的心理活動，而且不僅限於人的行為，也包括研究動物的行為。在每一個新的學科中都包含著物質運動較為簡單的規律，但也有一些是無法用以往的學科來解釋更為特殊的新規律，就像我們不能單用物理和化學的知識來解釋生物學，也不能完全用神經生理學的知識來解釋心理學一樣。所以，心理學的發展必然會對與人類有關的各學科產生重大的影響。有人提出，心理學有可能成為二十一世紀一門帶頭學科，它的重要性將越來越受到重視，而且將成為一門與現代化建設關係最為密切的基礎學科之一。

醫學心理學是近代從心理學中發展出來的一個分支，由於有不同專業的工作人員參與研究，其中包括心理學家、臨床醫師、人類學家和社會學家等，所以在其定義和研究範圍上還無法統一；理解上也各有差異，因而出現了如行為醫學、臨床心理學和醫學心理學等概念，

但實際上，這些心理學的本質大致上都是相同的。醫學心理學針對社會文化和心理因素對軀體健康的影響、心理與行為的測量技術及精神病等各種疾病的心理障礙現象進行研究，以及在保健和防治疾病中的心理學方法等。

醫學心理學主要是將心理學的理論知識和實驗技術，應用於醫學領域。事實上，自醫學產生以來，即與心理學有密切的關係，由以下六個方面，即可充分說明這種關係。

1.心理社會因素是致病的重要原因

從本世紀三、四〇年代起，心理刺激與疾病的關係開始受到重視。人是一個對社會和自然界開放的有機體系統，自然或社會環境可以經由「心」、「身」兩方面對有機體發生影響，引起有機體的某系統、器官甚至細胞及分子平衡的變化。許多事實證明：心理社會因素會對軀體健康產生有利或有害的影響。所以，心理社會因素也像各種致病的物質因素一樣，可以成為致病的重要原因。

2.與心理社會因素有關的疾病日趨增多

由於時代的不同，人類的疾病也在不斷地變化。在以前的社會裡，營養不良、傳染病和寄生蟲病是當時損害人們健康的主要原因。現在，最常見的疾病死因則已從過去的傳染病轉為心、腦血管疾病和腫瘤等，而這些疾病被認為與心理社會因素有密切關係。生活條件愈高的地區，其心身疾病的發病率也比生活條件較低者為高。另一方面，在現代化建設過程中，由於講究速度和效率，人們的緊張心理也隨著上升，故心身疾病的發病率也大幅度增高。面對這種趨勢，我們應做出相應的對策。

3.了解病人的心理狀態，是醫療診斷的重要依據

疾病不是一種抽象的概念，也不是病理室中的一個標本，而是發

生在活生生的人身上的一種過程，所以離開病人，抽象的疾病是不存在的。人並不只是各種內臟器官的總和，而是具有「心」、「身」兩方面功能、活的完整系統。人具有思想、感情、理想；有著複雜的心理活動，因此，醫學研究也必須從生物、心理、社會三方面去了解病人，才能對病患做出正確的診斷和處理。根據調查發現，人在患病後會產生病感，而病感與疾病不一定是完全相稱的，有時候可能被誇大或低估。表現病感的行為稱為「疾病行為」，人因疾病行為取得病人角色，由此被社會視為病人。這一系列的認識有助於更全面了解何謂病人。由於社會文化可以影響病人的疾病行為，因此，不同地區的文化、風俗對疾病的表現形式也會產生一定的影響。由於疾病行為取決於患者對其症狀的感受、看法和反應方式，故只有真正了解病人的全面情況，才能做出正確的處理。

4.心理狀態的改變是有機體功能改變的徵兆

有經驗的母親常會發現，孩子在軀體疾病的初期，往往表現出煩躁、好哭、不安等情緒。事實上，許多軀體疾病都會隨著心理狀態的改變而改變。因為在疾病早期，往往只有功能上的變化，但有些病人的心理狀態對此卻頗為敏感，容易發生變化，而現有的各種實驗室檢查方法，一般又必須有器質上的改變才能顯示出異常，故對那些早期有機體功能的變化，常無法加以檢測，尤其與中樞神經系統相關的病變。近年來，電腦斷層攝影 (CT) 和磁振造影術 (MRI) 等先進技術的應用，無疑是醫療上重大的突破；但是，這些先進技術對早期軀體功能性改變仍然沒有太大的貢獻，不過應用心理學的觀察方法和測量技術，則可以彌補這方面的不足。新發展出來的神經心理檢查，對腦功能早期變化的測定，有明顯的優越性，能正確地判斷出早期病變的部位。其他諸如性格測定和智能檢查等技術，也可以提供多方面的訊息，有助於全面了解病人的情況和醫療工作，及深入進行臨床研究。

5.應用心理治療和心理護理，是提高醫療品質的重要措施

情緒對健康和疾病的影響是非常明顯的，由於多數疾病與心理因素都有密切關係，因此，在治療和護理上，應用心理學的方法就顯得十分重要；它並不需要增加什麼設備，只要具有全心全意為病人服務的精神，幾乎隨時隨地都可以做。大量臨床事實證明，病人若能保持愉快和樂觀的心情，抗病能力便可增強。因此，醫師若能獲得這方面的知識，便可以更有自信地按照科學的方法，根據病人的心理特點做好心理治療和護理的工作。

6.良好的醫病關係，可以提高治療的效果

醫病關係也是一種人際關係。人際關係的好壞可以直接影響到人與人之間的交流結果。假如病人不願提供正確、完整的病史，或者不願配合治療，那麼，再高的醫療水準也難以發揮作用。臨床事實證明，良好的人際關係具有治療上的價值。社會人類學家研究發現，在原始部落中，治病者往往由首領或祭司所兼任，以後才逐漸有了分工，治病者改由有威望的人來擔任。他們所採用的方法和儀式，以及使用的「藥物」，有時也會獲得一定效果，這主要是因為這些療病措施的心理治療作用的結果。現代醫學研究也證明，良好的醫病關係的確具有治療作用，如對醫生充滿信心的糖尿病患者，常可以減少胰島素的用量。現代醫學的進步，雖提供了許多確實有效的治療方法，但醫生身分的作用仍然具影響力，應適當地加以利用，以提高治療上成功的機會。

第二節 醫學心理學研究的對象及主要分支

隨著現代科學的發展以及心理學對醫學的影響，醫學心理學已經

成爲一門具有明確研究對象的學科。

醫學心理學旨在研究人體健康與疾病相互轉化過程中，心理因素的作用過程。因爲在人體健康與疾病的相互轉化中，除了受生物因素的影響外，心理因素和生物因素之間的相互影響，以及這些因素與人體所處的社會環境之間的關係，也具有著很重要的作用。因此，在理論方面，醫學心理學是把心理學中，關於人的心理過程和人格特徵的知識應用於醫學，而不僅僅是軀體器官的疾病和病理生理問題。在臨床實務中，醫學心理學不僅研究精神疾病的心理障礙，而且還要對人體內各種疾病（包括內、外、婦、兒、皮膚、五官、腫瘤等各科疾病）的心理問題和轉化機制進行探討，其中包括對疾病的心理反應、人體心理素質與易罹患傾向，在疾病的發生、發展、轉歸和康復等過程中的心理影響，及醫務人員如何幫助病人掌握正確的心理學方法以處理各類心理學問題，從而使醫學能更全面地探明人類的心理變化和軀體疾病的奧秘，更深入揭示人類爲戰勝疾病與維護健康而戰鬥的科學本質；並探索出預防和治療疾病的更全面、更有效的方法。因此，醫學心理學的研究，不僅可進一步地提高臨床醫療效果，增進人類的身心健康，而且在理論上，也豐富了心理學和醫學的內容。由於醫學心理學的發展，病人所得到的不僅僅是技術性的幫助，更重要的是得到了心理需要上的滿足。

由於醫學心理學的研究範圍廣，所涉及的科目多，因此，研究者往往各有其所側重的重點。根據重點不同，可將其分成若干分支。目前較爲流行的有：

1. 臨床心理學

臨床心理學 (*clinical psychology*) 又稱診療心理學，與醫療關係最爲密切。它包括診斷、治療、護理等整個醫療過程中，以及各種心理因素的分析研究，並應用心理學技術，對這些心理成分進行評定和矯正。在美國，從事這方面工作的心理學家數量常占首位。臨床心理學