

计划生育心理卫生

胡 福 山 编著



杭州大学出版社

59-05

5

计划生育心理卫生

胡福山 编著

杭州大学出版社

内 容 提 要

本书以计划生育心理为中心,阐述了心理问题发生的原因、识别原则、与心身健康的关系,就计划生育社会宣传心理、优生优育优教、心理咨询、心理治疗及计划生育心理疾患的正确处理等方面提出了对策,指导计划生育者进行自我心理保健。全书较系统地叙述了按心理规律进行计划生育工作和防治计划生育心理疾患的问题。

本书是计划生育工作者和医务人员的良师益友,也是计划生育者进行自我心理保健的指导书,更可作为医护学生和计划生育培训班学员的教材。

计划生育心理卫生

胡福山 编著

*

杭州大学出版社出版发行

(杭州市天目山路 34 号)

*

金华日报社印刷厂激光排版 浙江师范大学印刷厂印刷

787×1092 毫米 1/32 开本 6.5 印张 150 千字

1991 年 8 月第 1 版 1991 年 8 月第 1 次印刷

印数:1—6000

书号:ISBN 7-81035-135-4/R·005

定 价:2.95 元

序 一

实行计划生育是我国的一项基本国策。这项工作涉及到政治、经济、社会、婚姻、家庭、人口、生理、心理等各个方面。我们在实际工作中体会到,计划生育与心理卫生关系十分密切。推行计划生育,正确运用心理卫生知识,对节育手术的受术者,进行必要的疏导工作,尽可能地排除各种不良的心理刺激因素,使其具有良好的适应能力,保持最佳的生理、心理状态,这对于顺利推进计划生育工作,防止某些节育手术并发症的发生是十分有益的。

在节育手术并发症中,以躯体症状为主要表现,而以心理、社会因素在疾病发展过程中起主导作用的心身疾病,占有一定的比例。这类心身疾病的发生,除心理、社会因素外,与受术者的个体素质及其对节育手术认识程度密切相关。一部分群众,尤其是那些文化程度较低的农民往往缺乏有关科学知识,对接受节育手术,存在诸多疑虑,如怕痛、怕出意外、怕留下后遗症、怕影响劳动能力、怕影响性生活等等,这就很容易产生不良的心理反应,而引起节育手术的心身疾病。此外,一些基层干部或节育技术人员的言行失当,也可加重受术者的心理负担,而引发受术者的心身障碍。

普及计划生育心理卫生知识,采取必要的措施,有效地预

防和正确处理节育手术并发症中的心身疾病,保障受术者的身心健康,是一项十分重要的工作。

《计划生育心理卫生》这本书的出版,为广大计划生育工作者和从事节育技术工作的医护人员提供了一本科学读物,这对于帮助大家学习和掌握这方面的知识,肯定是有益处的。

徐爱光

1991年2月

序 二

实行计划生育是我国的一项基本国策,是社会主义精神文明与物质文明建设的重要组成部分。只有不断提高全民族的思想道德素质和科学文化水平,才能使计划生育真正成为人民群众的自觉行动。在计划生育工作中,各地都有许多的先进事迹、模范人物和典型代表在不断涌现,为优生优育、控制我国人口的有计划增长,做出了卓越的贡献。

但是,我们不能不看到计划生育中存在的一些问题。这些问题农村比城市多;社会经济情况较差,文化教育水平较低,封建迷信意识较浓的地方,问题就相对较多。解决的方法就是要通过各种渠道,利用各种方式,不断地向群众普及计划生育知识,不断提高群众计划生育的知识水平。

计划生育工作与心理卫生工作息息相关,甚至可以说,计划生育工作本身在我国就是心理卫生工作的组成部分。

胡君是我的同道,长期从事心理卫生的临床、教学工作。多年来,为培训从事计划生育工作的医师和干部做了大量的工作,对计划生育的临床实践和教学有丰富的经验。现在他在原讲稿的基础上,进一步总结了教学和临床实践的经验,分析综合了有关的案例,编写成这本书,这对从事计划生育的同志来说,无疑是一件大好事。在付印之前,我有幸先读,觉得该书

内容丰富,通俗易懂,受益良多。嘱我写序,欣然受命,特向读者推荐,并以之为序。

沈慕慈

1991年2月

前 言

李鹏总理在七届人大二次会议的政府工作报告中指出：“实行计划生育，控制人口增长，提高人口素质，关系到我国四个现代化的进程，关系到中华民族的生存大计，是我国的基本国策。”这就是说，计划生育是一个关系到全局的问题，是举国上下、千家万户都要为之奋斗的共同目标。

作者在长期从事心理卫生临床、教学及科研工作中，遇到了大量与计划生育有关的心理卫生问题。据江苏省和南京市统计资料提示，计划生育心理疾患占计划生育并发症的62.8—80%。80年代初，作者应金华市计划生育委员会的邀请，为数百名计划生育干部和医务人员作了几次计划生育心理卫生讲座，反映强烈。此后各地纷纷邀请作者去作此类专题讲座，均颇受欢迎。计划生育心理咨询信件和来诊来访的计划生育心理疾患者不断增加，以致难于一一满足。在讲学情况反馈和临床实践中作者深深感受到，计划生育心理卫生是当前计划生育工作中迫切需要解决的研究课题，其重要意义在于可有效地预防和正确处理大量计划生育心理疾患，保障计划生育者心身健康，促进计划生育工作，它不仅是计划生育工作者及医务人员的迫切需要，也是计划生育者的迫切需要。鉴于目前国内外尚未见此类专著，作者根据实践体会试写本书，意在抛砖引玉，促进心理卫生事业和计划生育工作的开展。

本书第一、二章为计划生育心理与健康的总论及理论基础,第三章为计划生育心理疾患的心理社会紧张因素探讨,第四至九章为各种计划生育心理疾患介绍,第十章讨论怎样识别这些心理疾患,第十一至十六章为计划生育心理卫生的种种措施及计划生育心理疾患的心理防治方法。尽管作者力求使本书内容达到科学性、实用性和系统性的统一,但毕竟水平有限,谬误难免,敬请指正。

在本书稿的撰写过程中,参阅了不少国内外有关文献,在这里谨向这些文献的编著者深表感谢。浙江省计划生育委员会主任徐爱光和浙江省心理卫生协会理事长沈慕慈教授在百忙中为本书写了序言。语文高级讲师陈今文为本书作了文字审阅和润色,特致以衷心谢忱。

本书的读者对象主要是:计划生育工作者、从事计划生育工作的医护人员、计划生育学校学生、培训班学员、医学生、计划生育心理疾患患者、心理卫生工作者及有关医务和行政人员。

作 者

1991年3月

目 录

序 一	徐爱光
序 二	沈慕慈
前 言	(1)
第一章 绪论	
第一节 什么是心理	(1)
第二节 何谓心理卫生	(7)
第三节 现代医学模式正在转变	(9)
第四节 计划生育心理卫生的范围和任务	(11)
第二章 心理与健康	
第一节 心理因素是怎样影响健康的	(14)
第二节 心理紧张状态的转化	(18)
第三节 心理紧张状态的应对	(19)
第四节 个性与健康	(20)
第三章 计划生育心身并发症的心理社会因素	
第一节 认知因素	(27)
第二节 情感因素	(32)
第三节 个性素质因素	(34)
第四节 暗示和自我暗示	(35)
第五节 社会文化因素	(36)

第四章 计划生育心理与疼痛

- 第一节 疼痛的生物学意义 (38)
- 第二节 计划生育疼痛的心理学因素 (40)
- 第三节 疼痛的处理 (44)

第五章 睡眠与梦

- 第一节 正常的睡眠与梦 (50)
- 第二节 失眠 (56)

第六章 妇女特有的心身问题

- 第一节 妇女心身问题的一些特殊因素 (62)
- 第二节 妇科心身障碍 (65)
- 第三节 产科心身障碍 (69)

第七章 计划生育心身疾病

- 第一节 病因和发病机制 (74)
- 第二节 临床常见的心身疾病 (78)
- 第三节 性功能障碍 (83)
- 第四节 诊断和治疗原则 (86)

第八章 计划生育与神经症

- 第一节 癔症 (88)
- 第二节 焦虑症 (92)
- 第三节 强迫症 (94)
- 第四节 恐怖症 (96)
- 第五节 疑病症 (97)
- 第六节 神经衰弱 (98)

第九章 计划生育与精神病

- 第一节 心因性精神病 (100)
- 第二节 精神分裂症 (105)
- 第三节 情感性(心境)障碍 (107)

第十章 计划生育心理疾患的识别

- 第一节 一般心理诊断 (111)
- 第二节 患者心理 (112)
- 第三节 心理测验 (114)

第十一章 计划生育社会心理

- 第一节 社会舆论及模仿心理 (121)
- 第二节 宣传心理 (124)
- 第三节 计划生育中的交往关系 (127)

第十二章 优生、优育、优教心理

- 第一节 有准备地孕育孩子 (133)
- 第二节 儿童心理卫生 (140)
- 第三节 普遍提高人口素质 (146)

第十三章 计划生育与心理自卫机制

- 第一节 心理挫折 (148)
- 第二节 成熟心理自卫机制 (150)
- 第三节 “神经症”性心理自卫机制 (153)
- 第四节 “自恋”和“不成熟”心理自卫机制 (157)

第十四章 计划生育心理咨询

- 第一节 概述 (159)
- 第二节 计划生育心理咨询医生 (163)
- 第三节 节育科学的一些问题 (166)

第十五章 心理治疗

- 第一节 一般心理治疗 (170)
- 第二节 行为治疗 (175)
- 第三节 催眠与暗示 (181)
- 第四节 生物反馈疗法 (182)
- 第五节 疏导心理疗法 (183)

第六节	音乐疗法	(184)
第十六章	计划生育心理疾患的预防和处置	
第一节	计划生育心理疾患的预防	(186)
第二节	恰当处置计划生育心理疾患	(190)

第一章 绪 论

有一位妇女行输卵管结扎术后 24 小时,突然出现剧烈腹痛,大汗淋漓,四肢抽搐,不省人事,止痛药控制无济于事。经检查,未见器质病原因。因剧痛不止,无奈行剖腹探查,也未发现异常。病情持续,不能控制,转上级医院诊治,该医院怀疑肠粘连,又行剖腹探查,并无肠粘连。患者剧痛不止,拒食,日益消瘦。再度转院进入某大医院,这家医院组织了大会诊,经多种现代先进仪器检查,没有查到明确的器质性病因,考虑可能由于三次手术的疤痕关系,作了疤痕切除术,仍不愈。最后请临床心理医师会诊,才确认为心身疾病。原来患者不想结扎,产生激烈而复杂的心理矛盾,勉强接受结扎后,造成如此强烈的心身反应。经心理疏导治疗加药物治疗,迅速好转,痊愈出院。这个病例反映了计划生育心理社会因素与疾病的密切关系。临床上类似病例屡见不鲜。如何预防、治疗和處理这些疾患,深入研究计划生育心理因素与健康的关系,已成为计划生育和心理卫生的重要课题。

第一节 什么是心理

心理学是研究人的心理现象发生、发展规律的科学。

人的心理现象是多种多样的。它们之间的关系也是非常复杂的。但是,心理现象是人们时刻都在产生着的,因而也是每个处于清醒状态的人所熟悉的。人的心理现象(心理活动)包括心理过程和个性心理两个方面。

一、心理过程

我们在学习、劳动和日常生活过程(当然也包括计划生育过程)中,外界有许多事物作用于我们的眼、鼻、耳、舌、身体等感觉器官,使我们产生视、嗅、听、味、触等感觉。感觉是对直接作用于感觉器官的事物的个别属性的反映;它是人们认识世界的起点。

知觉则是对直接作用于感官的事物的整体的反映。如医生摸到妇女增大的子宫,听到妇女停经史和早妊反应的介绍,看到尿妊娠试验阳性的化验单,就会得出总的印象:这是怀孕。

人们不仅直接感知当前作用于感觉器官的事物,而且能把这些事物储存在头脑中。当事物再度出现时,或需要时,可回想起它,这就是记忆。记忆是对过去被接触过的或经验过的事物(对象或现象)的再现过程。

由感觉和知觉所获得的材料,经过大脑的分析和综合,抽象和概括,而形成概念,在概念的基础上进行判断和推理,这个过程称为思维。它是认识过程的高级阶段。

我们不仅直接感知事物,再认识、回忆过去感知过或思考过的事物,而且还能在感知、记忆、思维的基础上,在头脑中创造出新事物的形象,这就是想象。例如提倡一对夫妇生育一个孩子,有的农民就会担心自己只生一个女儿,以后责任田没劳力种。而当他们看到独生女家庭、老人得到社会照顾时,就放

心多了。这就是通过想象而出现的。想象是在现实刺激物的影响下,在头脑中对旧形象加工改造,形成新形象的过程。想象有活跃思维、促进创造活动的作用,因而称它为思维的翅膀。

无论是感知当前的事物,还是记忆以往的事物,或者思考和想象什么问题,都必须集中精神于当前对象或者回忆和思考,这样才能看得清,听得准,记得起,想得出,这就是注意。注意是心理活动对一定对象的指向和集中,即心理活动在一定时间内有选择地集中于一定对象,它是认识事物的必要条件。

感觉、知觉、记忆、思维、想象等都是认识事物过程中的心理现象,称为认识过程。注意总是伴随着认识过程。人们常把注意称作通向知识或认识世界的门户,或比作心灵的开关,能打开智慧的窗户。

人在认识客观事物时,决不会无动于衷,对于不同的事物总会采取不同的态度和评价。有的事物使人满意,有的事物使人气愤,有的事物使人高兴,有的事物使人痛苦,有的事物使人喜欢,有的事物使人厌恶……这种喜、怒、哀、乐等主观体验,就是情绪、情感的不同表现。计划生育政策得到育龄夫妇的理解,就会乐意接受、拥护和支持。如果思想未通,后顾之忧太多,就会产生抵触情绪。情绪、情感是人对客观世界的一种特殊反应形式,是人对于客观事物是否符合自己需要而产生的体验。情绪是较短暂而易变的,较多冲动性并有外部表现;情感则持久而稳定,很少冲动性和外部表现,因其有美感、理智和道德感。

人类认识客观事物是为了改造客观事物,使之为人类服务。为了改造客观事物,就要提出目标,确定任务,制订计划,选择方式方法,并且克服内部和外部的困难,下定决心,努力

坚持下去,以达到预期的目的。这类行动叫意志行动。在意志行动中为达到预定目的,下定决心,准备克服困难以及克服困难的内部努力过程叫意志。

认识、情感、意志一般称为心理过程。认识、情感、意志三种心理过程各有区别,又紧密联系。情感、意志在认识活动的基础上产生;反之,情感、意志又推动了认识活动的开展和深入。

二、个性心理

由于各人的经历、实践不同,人的认识过程具有不同的特性。这些不同的特点构成人们心理面貌上的差异。即所谓“人心不同,各如其面”。由于生理、环境、教育的不同,各自形成不同的气质、能力和性格。这些统称为个性心理特征。个性还有一定的倾向性,如需要、动机、兴趣、信念、理想和世界观等等。个性倾向性制约着人的全部心理活动方向和行为的社会意义,也是心理学研究的内容。

心理过程和个性心理是密切联系着的。个性心理特征是在心理活动过程中形成的。没有对客观世界的认识,没有对外界事物的情感和改造世界的意志过程,个性心理特征是无从形成的。同时,已形成的个性心理特征,又制约着心理过程,在心理过程中表现出来。例如,能力不同的人,对事物认识的深度可能不同;性格不同的人,情感表现不一样;有勤劳、勇敢性格的人,一般有坚强的意志行动,如此等等。所以,心理学研究的两个方面,是既有区别又不可分割地融合在一起的,只是为了研究便利,以及更深入地揭示其规律,才加以划分。

人的心理活动是一个统一的整体,可概括如下: