



高等职业院校规划创新教材

医护心理学

张乃正 冯文珍 主编

陕西师范大学出版社

中国高等医药院校护理专业教材

1

医护心理学

陈永强 陈文强 主编

人民卫生出版社



高等职业技术学院规划创新教材

医护心理学

主 编 张乃正 冯文珍
副主编 张宏伟 赫光忠
编 者 冯文珍 李小龙 王毓敏 冯春英
白东林 马思让 刘团会 李 沁

陕西师范大学出版社

图书代号:JC9N0604

图书在版编目(CIP)数据

医护心理学/张乃正主编. - 西安:陕西师范大学出版社,2009.8
ISBN 978-7-5613-4681-5

I. 医... II. 张... III. 护理学:医学心理学-高等学校:技术学校-教材
IV. R471

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 075059 号

医护心理学

张乃正 冯文珍 主编

责任编辑 晏国英
责任校对 袁敏芝
视觉设计 吉人设计
出版发行 陕西师范大学出版社
社 址 西安市陕西师大 120 信箱(邮政编码:710062)
网 址 <http://www.snupg.com>
经 销 新华书店
印 刷 西安交通大学印刷厂
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 14.5
字 数 286 千
版 次 2009 年 7 月第 1 版
印 次 2009 年 7 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5613-4681-5
定 价 23.00 元

读者购书、书店添货或发现印刷装订问题,请与本社教材中心联系、调换。

电 话:(029)85307826 85303622(传真)

E-mail:jcc@snnup.net

 高等职业技术学院规划创新教材

学 型 心 得 记
编 委 会

主 任	罗新远			
副主任	寇宝明	薛永恒	蔡代平	邢铁申
	吴伯英	马兆勤	马来焕	高经纬
委 员	刘 虹	郭俊炜	张乃正	陈富平
	王文玉	杨育民	雷永利	杨雪玲
	周 凤			

出版人	高经纬			
总策划	雷永利			
策 划	杨雪玲	钱 栩	李慧娜	侯晋公

出版说明

职业技术教育是现代化教育的重要组成部分。发展职业技术教育是加快提高劳动者素质,振兴我国经济的必由之路。为了促进高等职业教育健康发展,2006年教育部下发了《关于全面提高高等职业教育教学质量的若干意见》。《意见》指出,要以课程建设与改革为核心,加强教材建设,这是发展高等职业教育的一项基础性工作,对实现办学指导思想和培养合格人才具有举足轻重的作用。为此,我们组织有关高等职业技术学院的专家,对相关专业的教材进行了多次研讨,遴选了一些较为成熟的成果,组织编写了“高等职业技术学院规划创新教材”,以推动高等职业院校教育教学的改革与发展。

本系列教材坚持科学的发展观和以人为本的指导思想,突出德育为先,立德树人;坚持以就业为导向,面向市场、面向社会,培养学生的可持续发展能力,为就业和再就业服务;坚持“必需、够用”原则,注重讲清基本概念、基本原理和基本方法,尽可能避免大篇幅的理论分析和繁琐的公式推导,实训教材简明实用,内容科学合理,让学生易于理解、掌握和运用,使其技能操作符合职业技能鉴定规范;坚持教学的适用性,根据学生水平、培养目标、课时数确定教材内容、深浅程度和篇幅,方便教师教学,符合学生发展需要,为学生进一步提高打下基础。

本系列教材的编写和出版,得到许多高等职业技术学院领导的亲切关怀和大力支持。各学科参编者多为长期在职业技术学院从事教学、具有丰富教学实践经验的骨干教师。为了确保教材质量,我们还约请了其他院校部分学术造诣深厚的专家参与编写大纲的讨论和审稿。本系列教材在坚持科学性、突出实用性、增强灵活性等方面具有许多创新之处。我们向有关高等职业技术学院的领导和教师表示衷心的感谢。今后,我们还将不断出版反映现代科学技术水平,具有职业教育特色,品种多样,系列配套,层次衔接,有利于培养高素质劳动者和高、中、初级实用人才的职业教育教材。

本系列教材还可供其他高专、成人高校、普通中专、职业中专相关专业选用。

陕西师范大学出版社

2008年7月

前言

本教材是为了贯彻全国职业教育工作会议精神,以培养实用型卫生技术人才为目标而编写的,可供各类高等和中等职业院校医药卫生类医、护专业使用。

医护心理学是心理学与医学、护理学相结合的交叉学科。主要研究心理社会因素在疾病与健康相互转化过程中的作用和规律,并利用这些规律和作用来促进维护健康,达到防病治病的目的。本教材在编写过程中,编者结合自己的教学实践,紧扣“交叉性、科学性、专业性、技能性、创新性”原则,参阅了许多不同版本的教材资料和有关学术成果,力求在内容上做到知识体系完整、详略适宜、深浅适度、重点突出、避免重复,最大限度地体现实用性和可操作性,使之更加贴近我国高职高专医护专业教育的培养目标,并与执业医师资格考试和护士执业资格考试大纲相适应,以期对学生现阶段的学习和将来的临床工作有所帮助。

本教材由张乃正、冯文珍拟定编写提纲,各作者分头编写。全书共分为9章,并附有实训部分和心理学有关量表。第一章绪论,由冯文珍编写。第二章心理学基础部分,由李小龙编写。第三章心理健康与维护,由王毓敏和冯春英编写。第四章心理社会因素与疾病,由王毓敏编写。第五章心理障碍,由李小龙和白东林编写。第六章心理评估、第七章心理治疗与心理咨询,均由马思让编写。第八章病人心理及心理护理,由马思让和刘团会编写。第九章医患关系及医护人员心理素质培养,由冯文珍和王毓敏编写。实训部分由冯文珍和李沁编写。编写完成后,张宏伟、赫光忠审阅了各章节内容,最后由张乃正、冯文珍统编定稿。

本教材在编写过程中,得到了各编者所在单位,宝鸡职业技术学院、商洛职业技术学院、咸阳职业技术学院、宝鸡亚太专修学院、铜川职业技术学院、延安大学医学院附属医院等领导的大力支持及陕西师范大学出版社的鼎力协助,同时还参阅了大量有关心理学的文献,由于篇幅所限,不能在参考文献中一一列出,在此向原作者一并诚表谢意!

由于医学科学飞速发展和医学知识更新越来越快,医护心理学这门学科也在不断的变化发展中,许多理论和技术还有待于进一步探讨和完善。所以编写中很难面面俱到,仅对基本知识、基本理论、基本技能作了介绍。加之时间仓促、编者知识和水平有限,书中难免有不妥和错误之处,恳请各位专家、老师、同行批评指正。也请使用本教材的广大青年朋友多提宝贵意见,以便我们再版时做得更好。

编者

2009年6月

目 录

(151)	第一章 绪论	(1)
(152)	第一节 概述	(2)
(153)	第二节 医护心理学的研究内容、方法和观点	(5)
(154)	第三节 医护心理学的发展简史	(7)
(155)	第四节 学习医护心理学的意义	(13)
(156)	第二章 心理学基础	(15)
(157)	第一节 心理现象及心理实质	(15)
(158)	第二节 认识过程	(22)
(159)	第三节 情绪情感过程	(39)
(160)	第四节 意志过程	(49)
(161)	第五节 人格	(51)
(162)	第三章 心理健康与维护	(71)
(163)	第一节 心理健康概述	(71)
(164)	第二节 人生各阶段的心理特征与心理健康维护	(75)
(165)	第三节 社会不同群体的心理健康维护	(83)
(166)	第四章 心理社会因素与疾病	(87)
(167)	第一节 心理社会因素与疾病的相互关系	(87)
(168)	第二节 心理应激	(89)
(169)	第三节 应对	(96)
(170)	第四节 危机事件与危机干预	(99)
(171)	第五节 心身疾病	(101)
(172)	第五章 心理障碍	(107)
(173)	第一节 心理障碍概述	(107)
(174)	第二节 人格障碍	(111)
(175)	第三节 神经症	(114)
(176)	第四节 性心理障碍	(117)
(177)	第五节 常见儿童心理障碍	(119)

第六章 心理评估	(123)
第一节 心理评估概述	(123)
第二节 心理测验	(127)
第七章 心理治疗与心理咨询	(142)
第一节 心理治疗	(142)
第二节 心理咨询	(158)
第八章 病人心理与心理护理	(166)
第一节 病人心理	(166)
第二节 心理护理	(170)
第九章 医患关系及医护人员心理素质培养	(190)
第一节 医患关系	(190)
第二节 医护人员的心理素质及培养	(196)
实训部分	(199)
实验一 记忆广度实验	(199)
实验二 注意分配实验	(199)
实验三 气质调查实验	(200)
实验四 本森放松疗法的集体训练	(201)
实验五 医患沟通技巧训练(情景剧)	(201)
实验六 情绪管理	(202)
实验七 讨论青春期心理发展特点	(203)
附录	(204)
附录一 气质问卷调查表	(204)
附录二 艾森克人格问卷(EPQ)(成人)	(206)
附录三 90项症状自评量表(SCL-90)	(210)
附录四 抑郁自评量表(SDS)	(215)
附录五 焦虑自评量表(SAS)	(216)
附录六 A型行为类型问卷	(217)
附录七 领悟社会支持量表(PSSS)	(219)
参考文献	(221)

第一章

绪 论

念册本基,一

导学

【内容提要】 本章主要介绍心理学、医护心理学的概念;医护心理学的研究内容、方法及观点;医学模式转变与医护心理学的关系;医护心理学的发展、分支与学派;学习医护心理学的意义。

【学习要求】 通过本章学习能够掌握心理学、医护心理学的概念;归纳医护心理学的研究内容、方法及观点;举例说明医学模式转变对现代医学及护理学的影响;熟悉现代心理学诞生的标志、主要学派和产生年代、代表人物及主要观点;理解学习医护心理学的意义。

【重点难点】 医护心理学的概念;医护心理学的研究方法及观点;医学模式转变;现代心理学诞生的标志;学习医护心理学的意义。

案例

孙××,女,36岁,因故被单位解聘。由于性格内向敏感、固执要强、很爱面子,没有向家人提及此事,一时想不开,喝了大量安眠药自杀,由于发现及时,送医院抢救,转危为安。在丈夫为其办理出院手续时,孙女士又在医院门口突然撞汽车,致使双下肢骨折,再次入院,经医护工作者的妙手回春,三个月后康复回家。但趁家人在厨房准备饭菜时,该女士又上吊自杀,这次再也没有挽回她的生命。

本章所列案例虽然是一个生活特例,但从这个案例不难看出,家人的悉心照顾和医护人员果敢、及时、准确的医治均无懈可击。纵观整个事件我们却发现,没有一名医护人员与患者进行过思想沟通,心理交流,打开患者的心结,询问她为什么三番五次地自杀,给她一些心理支持。如果这样做了,也许结果就不致如此!这不得不让我们反思何为医术?何为医人?我们在关注人的躯体是否健康的同时,更应关注人的心理和社会等生态状况。所以,现代医学认为“研究什么样的人得病比研究得什么样的病更重要”。

随着社会的发展,科技的进步,信息量的增多,竞争的激烈,生活节奏的加快,人际交往的频繁,社会环境和人文自然环境不断改观,反映人类健康状况的疾病谱和死亡谱顺位也发生了很大变化。原来威胁人们健康的传染病、躯体疾病的发生率与死亡率明显下降,而冠心病、高血压、恶性肿瘤等心身疾病已占据疾病谱的前三位,越来越多的人开始重视研究心理社会因素

在健康和疾病发生发展中的重要作用,医护心理学这门学科就应运而生了。

第一节 概 述

一、基本概念

(一) 医学 (Medical)

医学是研究人的生命活动的本质,疾病的产生发展以及如何正确地诊断、治疗、预防疾病,保持健康和提高健康水平的科学。只要有人类,就有对人体健康和疾病及其规律的研究。

(二) 护理学 (Nursing)

护理学是研究以促进、维护和恢复人类健康为目标的有关护理理论、知识、技能及其规律的应用学科。护理学是随着医学的发展而出现的,它既是医学的一个组成部分,又可以独立作为一门学科来研究。

(三) 心理学 (Psychology)

心理学是研究人的心理现象发生发展及其规律的一门科学。随着物质世界的发展,人们认为,人不仅是有血、有肉、有生命的生物体,更重要的是,人还具有有意识、有思想、有感情、有思维、有错综复杂心理活动的精神世界。所以心理现象是在生命发展到较高级阶段才出现的。

(四) 医护心理学 (Medical and Nursing Psychology)

医护心理学是医学、护理学与心理学发展到一定阶段相结合而形成的一门交叉学科,是运用心理学的理论和技术来研究解决医护领域中有关心理问题的一门应用性学科,是心理学的重要组成部分,属于一门专业心理学。医护心理学侧重研究心理因素对人类健康与疾病的影响以及在它们相互转化过程中的作用和规律。

医学、护理学与心理学的关系十分密切,三者之间有一个重要相同之处,就是它们都是以人作为主要研究和服务对象。从传统意义上看,医学和护理学研究偏重于人的生理方面,而心理学研究则偏重于人的精神方面。然而,人的生理活动与心理活动是相互联系、相互影响、统为一体的,这一点是医学、护理学与心理学之间联系的重要基础,所以,医护心理学是医学、护理学、心理学发展到一定阶段必然相互结合的产物。该学科是一门新兴的学科,具有传统学科所不具备的优势,是心理学向各个领域渗透以及在现代医学、护理学迅速发展的基础上产生和发展的。随着医学的发展和护理模式的不断完善,医护心理学将成为 21 世纪一门非常重要的“朝阳”学科,目前已成为社会三大支柱职业之一,有着广阔的发展前景。当前,从事该门学科的人员越来越多,队伍不断壮大,特别是参加国家心理咨询师执业资格证统一考试的人数不断增多,医护心理学已经成为医学与心理学的一个新的生长点。

链接

岗位召唤

心理咨询师职业准入条件

1. 一般条件

- (1) 基本文化:具有心理学或医学高等学历。
- (2) 基本知识:必须有普通心理学、发展心理学、社会心理学、心理健康与心理障碍知识、心理测验、心理诊断和心理咨询的相关操作技能。
- (3) 基本技巧:应掌握观察谈话法、产品分析法等技巧。
- (4) 基本能力:具有学习、观察、思维、表达、人际沟通、自我控制、自我心理平衡、交往控制能力。

2. 操行条件

- (1) 有自我认知能力。
- (2) 有助人为乐的价值取向。
- (3) 有对社会负责的道德感。
3. 必须获得不少于三个月的心理咨询培训合格证书
4. 通过国家心理咨询师专业知识的考试

二、医学模式转化与医护心理学

(一) 医学模式的概念

医学模式(medical model)是指一定时期内人们对疾病和健康的总体认识 and 对策,并成为当时医学发展的指导思想,其本质是一种医学观。医学模式是动态发展的,随着人类对健康需求的不断变化和提高,医学模式不断发展和完善,以满足人类对健康的追求。

(二) 医学模式的转化

医学模式的转化是一个漫长而曲折的过程,纵观历史,医学模式在医学的发展进程中大体经历了如下几个阶段:

1. 神灵主义医学模式阶段

神灵主义医学模式起源于一万年前的原始社会,由于当时生产力水平极为低下,科学技术思想尚未确立,人们对健康和疾病的认识是超自然的。

(1) 观点:相信“万物有灵”,将疾病看做是神灵的惩罚或恶魔作祟所致。人们治疗疾病的手段主要是祈祷神灵的保佑和宽恕,或者依靠巫医、巫术。

(2) 不足:巫、医不分。

(3) 意义:虽原始荒谬,但毕竟是人类早期经验的结晶,体现了人类的探索精神和与疾病作斗争的美好理想。

2. 自然哲学医学模式阶段

自然哲学医学模式出现于公元前 3000 年左右,随着生产力的发展,人们开始认识到人体

的物质基础和疾病的客观属性。以中国古代中医提出的“天人合一”“天人相应”的思想及古希腊希波克拉底等人提出的“体液学说”“治病先治人”“一是语言,二是药物”等观点为代表。

(1) 观点:经验+自然哲学观+朴素的唯物论。

(2) 不足:对人体的结构、功能及健康与疾病的关系认识不清,为宗教留有可乘之机。

(3) 意义:巫、医分离。

3. 生物医学模式阶段

公元十四、五世纪以来,西方文艺复兴运动极大地促进了科学的进步,也大大推动了医学科学的发展。西方医学开始摆脱宗教的禁锢,哈维(Harvey)等人创立了血液循环说,建立了生理学等医学实验,摩尔根尼关于疾病的器官定位的研究,以及魏尔啸创立的细胞病理学等一系列成果,奠定了现代医学的基石,所以生物医学模式是建立在科学理论基础之上的一种医学模式。

(1) 观点:人类的健康和疾病与生物体的结构、功能改变有关。

(2) 不足:属于心身二元论、机械唯物论的哲学观,忽视了人是具有复杂心理活动并处于一定环境中的社会人;忽视了疾病与健康的相对性以及人的生物、心理、社会诸因素间的联系及相互影响。

(3) 意义:奠定了医学实验方法及定量研究的基础;遏制了传染病,改变了疾病谱;药物及手术的应用、现代基因及影像技术应用等极大地促进了医学的发展,使人们对疾病的认识越来越深入和细致。

4. 生物—心理—社会医学模式阶段

1977年美国医生恩格尔在《科学》杂志上发表文章《需要新的医学模式——对生物医学模式的挑战》,批评了生物医学模式“还原论”和“心身二元论”的局限,并提出了“生物—心理—社会医学模式”的概念。

(1) 观点:人是一个多层次、完整的连续体,在健康和疾病问题上,要同时考虑生物的、心理的、行为的,以及社会的各种因素的综合作用。

(2) 意义:①提出了研究健康与疾病的新思路,即新的健康观,克服了“重治轻防”的倾向,与世界卫生组织所提出的“健康”概念和目标达到统一;②承认心理社会因素是致病的重要原因,心理应激与疾病的关系开始受到学术界的重视,更加关注心身疾病日益增多的趋势;③为医学与心理学架起了一座桥梁,将人的心理与躯体以及社会环境、自然环境视为一个相互作用的统一整体,从而从理论上彻底动摇了生物医学模式二元论的心身观,医护心理学正是适应了这一新的医学模式转变而出现的;④使护理概念发生了相应变化,提出了“系统整体护理”的新观念。

5. 整体医学模式阶段

世界卫生组织(WHO)从1990年提出生活方式疾病概念起,就把生物—心理—社会医学模式进一步推进到整体医学模式阶段。

(1) 观点:健康是整体素质健康,即身体素质、心理素质、社会素质、道德素质、审美素质等多种素质的完美结合。

(2) 意义:整体医学模式与整体护理相呼应,这有利于临床医疗和护理工作的规范协调统一。

第二节 医护心理学的研究内容、方法和观点

医护心理学作为医学学科的一门基础理论课程,阐明心理社会因素对健康和疾病的作用机制,寻求人类战胜疾病、保持健康的心理途径,为整个医疗卫生事业提出心身相关的辩证观点和科学方法,同时提供恰当的临床技艺和合理的养生保健措施。

一、医护心理学的研究内容

1. 研究心理社会因素对健康和疾病的影响以及疾病对人的心理活动的影响

在人类的疾病谱中,疾病大致可以分为三类:一是躯体疾病,二是心身疾病,三是精神疾病。在后两类疾病中,心理社会因素不仅是致病或诱发因素,还可能表现在疾病的症状上,如各种应激事件对冠心病、高血压、溃疡病的影响。在躯体疾病中,心理社会因素虽然不是直接原因,但在患病后不同的心理状态影响着疾病的进展,有的还产生明显的心理障碍,如恶性肿瘤、心血管疾病等常常导致病人严重的心理问题。

2. 研究病人心理特征和心理护理的方法

不同年龄和性别的人,由于其生长环境、生理状态、生活经历及其所充当的社会角色不同,患病后的心理反应各不相同;病人的社会背景、经济状况对其心理活动也会产生不同影响;各类病人的心理变化差异也较大。因此,医护人员在临床实践中,需要学习和运用心理学知识,针对不同病人的心理特征采取相应的躯体和心理护理措施。

3. 研究心理评估和心理干预等手段在疾病的诊断、治疗、护理及预防中的作用

心理评估和心理干预是医护心理学的重要内容,特别是系统化整体护理要求医护人员有更多时间接触病人,评估病人的心理状态和心理特征,搞清生物功能、心理功能和社会功能在病人身上的相互影响,采取相应的干预措施。很多心理干预技术和方法,如心理治疗与心理咨询已成为干预和解决病人心理问题的重要手段,并且作为独立和专门的技术应用于临床各科的护理实践中。因此,掌握这些心理学技术能有效地帮助医护人员了解病人心理,为疾病的诊断、治疗、护理及预防提供有用的评价依据。

4. 研究医护工作人员的心理素质及其培养

医护人员与病人及其家属接触最多,对病人的健康担负着重要责任,加之医护工作中存在着很多不可预料和控制的事件与刺激。因此,医护人员具有较高的应激性。持续高水平的应激对医护人员的身心健康和工作质量有明显影响,因而现代医学对医护工作者的心理素质提出了较高要求。良好稳定的心理素质也是做好医护工作的前提和保证。所以,研究医护工作者应具备的优良心理素质以及如何培养这些心理素质也是医护心理学的重要内容。

5. 研究心理护理与整体护理的关系

以人的健康为中心的整体护理已经成为现代医学的发展趋势,病人躯体方面的任何疾病都有可能引起心理上的反应甚至心理障碍。因此,心理护理已成为现代护理模式和护理程序中的一项重要内容。

二、医护心理学的研究方法

医护心理学属于心理学的一个分支,因此其基本研究方法是借鉴心理学的。但它又是一门应用学科,其研究方法也有许多临床特点。按研究涉及的时间分为横断研究、纵向研究、回顾研究和前瞻研究。按研究涉及的手段分为观察法、调查法、测验法、实验法和个案法。本书仅对按手段划分的研究方法进行重点介绍。

1. 观察法

观察法是指在自然状态下或加以控制的条件下对人的可观察到的行为进行观察和记录的方法。观察法是所有科学研究方法的基本手段,也是心理学研究的重要方法之一。观察法的优点是简便、易行,可获得许多基本的、真实的资料。但其不足之处是对人内心深处的认知和情感有时很难把握,推断时易带有偶然性和主观性,有时还受到许多条件的限制。观察法分为自然观察法和控制观察法。

2. 调查法

调查法是指以间接的方式,对人的态度、意见或行为进行研究的一种方法。如借助于调查表、问卷或向当事人访谈、询问交流等来获取资料。调查法可以扩大信息的来源,并可验证不同信息的可靠性和有效性。但调查时如果忽视信息提供者的主观性,以及与所调查对象的关系,也可能使调查的结果不真实。调查法可分为晤谈法和问卷法。

3. 测验法

测验法是利用心理测评工具(心理测验或评定量表)对人的特定心理品质(能力、性格、态度、情绪等)进行研究的方法。测验法遵循数量化、标准化、客观化的原则,在研究中所得结果比较可信、有效。但测验本身也存在误差,在使用测验时需要了解这一点。此外,心理测验是限制使用的工具,测验者在使用前要经过严格的培训,并且心理测验的结果还需要与其他方法所得到的资料相互印证。

4. 实验法

实验法是实验者在对条件进行控制的状态下,观察、测量并记录个体行为改变的一种研究方法。实验法是科学研究中所采用的最普遍、也是最基本的方法之一,在实验中,研究者可以积极干预被试的活动,创造某种条件使心理现象得以产生并重复出现,这也是实验法与观察法的不同之处。实验法包括实验室实验法和自然实验法。

5. 个案法

个案法是对某心理现象的特例或临床案例进行特别研究所得出一般规律的研究方法。个案法在心理学的临床实践中也特别重要和有效,在培训临床心理学工作者时也常常需要借助于个案法。

三、医护心理学的基本观点

我国医护心理学工作者根据多年的工作实践和科学研究,引进自然科学的思想和概念,已经

在人的健康和疾病的若干关系问题上建立了自己的理论体系。概括起来大致有六个基本观点。

1. 心身统一观

一个完整的个体应包括心身两个方面,二者相互影响。对外界环境的刺激,心和身是作为一个整体来反映的。任何心理反应总伴随着一定的躯体变化,任何躯体变化总伴随着相应的心理反应。因此,在考虑个体健康与疾病时,既要注意心理又要注意躯体,应把人理解为心身统一的有机整体。

2. 社会影响观

一个完整的个体不仅是生物的人,而且是处在一定环境中的社会人,即人生活在一个多层次多等级的人际网络系统中。系统之间的各个要素相互作用,相互影响。因此,在研究健康与疾病问题时,必须有“人类—自然—社会”的统一观念,充分考虑个体所处地域自然环境和社会生活环境的综合因素。

3. 认知评价观

心理社会因素能否影响健康或导致疾病,不仅取决于该因素的性质和意义,还取决于个体对外界刺激怎样认知和评价,有时后者占主导地位。如同样是高考落榜,有人可能悲观失望、消极颓废、一蹶不振,有人可能吸取教训、重振旗鼓、明年再考。所以,不同意义的心理刺激会产生不同的心身反应。

4. 主动调适观

个体在成长发育过程中,逐渐对外界事物形成了一个特定的反应模式,构成了相对稳定的个性特点。使个体在与周围人和事的交往中,保持着动态平衡。其心理的主动适应和调节是使个体行为与外界保持相对和谐一致的主要因素,是个体保持健康和抵御疾病的重要力量。

5. 情绪因素观

情绪与健康有着十分密切的关系。良好的情绪是健康的基础,不良的情绪是疾病的原因。

6. 个性特征观

面对同样的社会应激,有的人得病,难以适应,有的人则“游刃有余”,很快渡过难关,这与个性特征密切相关。

第三节 医护心理学的发展简史

一、古代心理学思想

(一) 中国古代的心理学思想

中国是世界上心理学最早的发源地之一。陶渊明(365—427)的诗:“养色含精气,粲然有心理”,是最早出现“心理”一词的。应该说,在中外心理学思想史中,“心理学”一词的使用,中国要早于西方近千年。许多古代哲学家、思想家、教育家和医学家在其有关问题的论