

全国卫生职业教育护理及相关专业“十二五”规划教材

护理心理学

HU LI XIN LI XUE

主编 卢根娣 王世英 郎冬岩



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

全国卫生职业教育护理及相关专业“十二五”规划教材

护理心理学

主 编 卢根娣 王世英 郎冬岩
副主编 杨亚娟 王 蓓 丁小萍
李 蕊 束小琴
学术秘书 邵小平

编 委

(按姓氏音序排列)

丁小萍	华 丽	蒋卓娟	金燕芳
郎冬岩	李海渠	李 蕊	李 歆
刘兰芬	卢根娣	卢培英	钱小洁
乔安花	邱 萌	邵小平	沈锡珊
沈谢东	史劳绩	盛 荣	束小琴
宋杏花	汪丽波	王 蓓	王进华
王世英	王 欣	吴 洁	徐文丽
杨亚娟	杨礼芳	杨 德	张 艳
周亚馨	周燕燕		



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

内 容 提 要

本书以本学科的教学大纲和执业护士考试要求为依据,并结合临床实际而编写。全书共9章,每章前均列出了学习目标要求,章后附设了相关的思考题,以便于学生学习掌握本章的要点、重点知识。

本书适合卫生职业教育护理及相关专业的学生使用,也可供临床工作的护士实践及考试时借鉴。

图书在版编目(CIP)数据

护理心理学/卢根娣,王世英,郎冬岩主编. —上海:
第二军医大学出版社,2013.9

全国卫生职业教育护理及相关专业“十二五”规划
教材

ISBN 978-7-5481-0660-9

I. ①护… II. ①卢… ②王… ③郎… III. ①护理
学—医学心理学—卫生职业学校—教材 IV. ①R471

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 175796 号

出 版 人 陆小新

责任编辑 许 悦

护 理 心 理 学

主编 卢根娣 王世英 郎冬岩

第二军医大学出版社出版发行

上海市翔殷路 800 号 邮政编码: 200433

电话/传真: 021-65493093

<http://www.smmup.cn>

全国各地新华书店经销

江苏天源印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/16 印张: 11.00 字数: 293 千字

2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5481-0660-9/R·1435

定价: 24.00 元

丛书编委会

主 编 卢根娣 张玲娟 陈锦治

副主编 李 强 李振宇 卢 鹏

委 员 (按姓氏笔画排序)

丁小萍	丁运良	于有江	王 蓓
王小萍	王世英	王信隆	卢 鹏
卢根娣	刘文演	朱一明	朱友明
朱春梅	吴晓童	张 玲	张 薇
张丽岩	张来平	张金来	张玲娟
张衍兴	时念新	李 强	李运华
李建光	李振宇	杨亚娟	杨明野
杨爱红	苏传怀	陈 强	陈卫红
陈光忠	陈宜刚	陈艳东	陈锦治
季 亮	岳立萍	绍兴明	金燕梅
侯黎丽	徐一新	高明灿	盛树东
龚益生	董惠娟		

前 言

护理心理学是研究健康护理过程中的各种心理学问题的医学心理学分支。其主要任务是以心理学的知识和技术满足受护理者的心理需要,促进其身心健康。

护理对象主要是社会上的老、幼、病、弱、残者,以及其他有身心疾患的人。护理心理学的形成与发展,是与护理工作的不断进步分不开的。随着护士教育的发展与医院临床护理工作训练水平的提高,使一向被认为是一门技术的护理工作逐步演变成一门科学,工作的内容也由单纯的生活照料,发展为既有专科护理,又重视心理咨询,这成为医疗系统中必不可少的组成部分。护理科学涉及很多学科的知识和技术。其中,心理学的理论和技术是它的核心部分。为给临床护理心理的建设提供依据,我们组织编写了本书。

全书共十一章,主要包括绪论、心理学基础、心理应激与心身疾病、心理评估、心理干预、患者心理、心理护理、临床各类患者的心理护理、护士心理健康与维护等内容。

本教材在编写过程中,以现代医学观和整体化护理思想为指导,突出护理专业特点,以思想性、科学性、启发性、先进性、实用性为原则构建教材框架结构和内容体系,在吸收和借鉴传统教材编写模式的基础上,力求有所突破、有所创新、形成特色,可以为临床护理心理提供重要参考依据。

编 者

2013年5月

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 概述	(1)
第二节 研究方法	(3)
第三节 发展趋势	(8)
第四节 相关的心理学理论	(10)
第二章 心理学基础	(17)
第一节 心理现象及实质	(17)
第二节 心理过程	(20)
第三节 人格	(35)
第三章 心理应激与心身疾病	(47)
第一节 概述	(47)
第二节 心理应激的中介机制	(51)
第三节 应激反应	(53)
第四节 心身疾病	(56)
第四章 心理评估	(59)
第一节 概述	(59)
第二节 临床护理心理评估基本方法	(61)
第三节 临床常用心理量表的使用	(70)
第五章 心理干预	(74)
第一节 概述	(74)
第二节 支持疗法	(75)
第三节 精神分析疗法	(82)
第四节 行为疗法	(84)
第五节 认知疗法	(89)
第六节 集体心理干预	(94)
第七节 家庭干预	(97)
第六章 患者心理	(100)
第一节 概述	(100)
第二节 患者的心理需要与心理反应	(104)
第七章 心理护理	(110)
第一节 概述	(110)
第二节 基本程序	(114)
第八章 临床各类患者的心理护理	(121)
第一节 孕产妇的心理特点与心理护理	(121)

第二节	患儿的心理特点与心理护理	(126)
第三节	临终患者的心理特点与心理护理	(130)
第四节	慢性病患者的心理特点与心理护理	(135)
第五节	手术患者的心理特点与心理护理	(141)
第六节	急危重症患者的心理特点与心理护理	(145)
第七节	肿瘤患者的心理特点与心理护理	(147)
第八节	器官移植患者的心理特点与心理护理	(149)
第九节	危机事件后创伤患者的心理特点与心理护理	(152)
第九章	护士心理健康与维护	(157)
第一节	护士常见的应激源	(157)
第二节	护士心理健康状况	(162)
第三节	护士心理健康的维护	(163)
参考文献		(166)

第一章 绪 论

学习目标

1. **掌握** 护理心理学相关的主要心理学理论。
2. **掌握** 护理心理学的对象和任务。
3. **熟悉** 护士心理学的研究方法。
4. **熟悉** 护理心理学相关概念。
5. **了解** 护理心理学的发展趋势。
6. **了解** 护理心理学的学科性质。

第一节 概 述

一、护理心理学的相关概念

心理学是一门研究心理现象发生、发展规律的科学。客观现实在人脑中的反映便产生了感知觉、记忆、想象、思维、情感、意志等心理现象与过程。同时,人们在对客观现实的反映过程中也会形成不同的兴趣、态度、气质、性格、能力和信念等个性心理特征。心理学就是研究这些心理现象与过程的发生、发展和个性心理特征的形成与发展规律的科学。

护理学是一门研究与人类预防保健、身心健康有关的护理理论和技术的应用科学。护理学和心理学研究和直接服务对象都是人,护理学和心理学相结合,将心理学知识、心理学原理和方法运用于现代护理领域,在心理学中就形成了一个新的应用学科——护理心理学,它是研究护理过程中的心理活动规律及其解决护理对象心理问题的应用学科。

二、护理心理学的对象和任务

护理心理学的研究对象是人,包括患有各种身心障碍的患者和受到潜在因素威胁的健康人。其主要任务有6个方面。

1. 研究疾病、生理与心理因素之间的相互作用 认识和研究疾病对人的心理活动与特征的影响和心理因素对健康的作用,以及生理与心理因素之间的相互作用。无论患者得了什么病,均会对患者的心理活动产生负面影响,而那些严重的疾病,如恶性肿瘤、精神病等则常常导致患者产生严重的心理障碍。另一方面,一些心理因素,如急性或慢性应激事件等也是许多疾病(高血压病、冠心病、溃疡病等)致病和促发的因素,导致各器官产生一系列的病理生理变化。此外,心理因素对于患者所患疾病的进程、配合治疗的程度和疗效、疾病的预后,以及患者和亲属的生活质量,也会产生不同程度的显著影响。因此,如果护理工作者了解心理因素和生物因素对疾病的不同影响及相互作用,在临床实践中就能更好地对患者进行系统护理,促使患者早日康复。

2. 研究患者的心理特点和心理护理方法 不同年龄和性别的人群由于成熟状态和社会经

历的差异,所充当的社会角色不同,患病的心理反应也会各有差异。所以护理工作者需要学习一些毕的生发展心理学知识,以便针对不同年龄患者的特点进行躯体和心理护理。患者的社会背景、经济状况也会影响他们的心理活动变化。各类患者的心理变化常常差异很大,如手术患者在术前、术中和术后的心理活动是不一样的;癌症患者当知道自己身患绝症后,首先产生“精神休克”样的急性反应,以后则出现长期的心理变化。掌握各种特殊患者在不同时期的心理特征,采取相应的心理护理措施,就能使我们的整体系统护理取得更好的效果。

3. 研究和应用有效地交往和心理评估的理论和技能 现代整体护理要求护理工作者有更多的时间接触患者,观察和诊断患者生理和心理方面的问题并采取相应的干预措施。因此,有效地与患者进行交往是非常重要的,这不仅对于护理工作者及时、准确地评估和诊断护理问题十分有用,而且是实施心理咨询与治疗的前提和保证。随着科学的发展,心理评估技术在定量评估方面已取得了长足的进展,国内外已发展了许多用于定量评估智力、人格、精神心理和临床症状、治疗效果等方面的测验和量表。掌握这些技术能有效地帮助护理工作者了解患者的人格与心理问题,评价干预效果,还可以为护理科研提供一些有用的客观评价工具。

4. 研究和应用心理问题的干预理论和技能 心理护理中最重要的步骤是对患者所存在的心理问题进行干预并解决或缓解之。因此,护理工作者必须掌握正确有效的心理干预技术,例如,我们常说的心理咨询和治疗方法。各种心理咨询和治疗方法都有自己的理论基础和适应对象,使用者需要根据对象的人格特征、心理问题的性质及本人的经验选用。心理咨询和治疗技术不是做“思想工作”而是像外科手术和内科治疗一样是一种专业技术。

5. 研究心理护理与整体护理的关系 以患者为中心的整体护理已经成为现代护理的发展趋势。患者躯体方面的任何疾病都有可能引起心理上的障碍。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。研究心理护理与整体护理的关系,从护理程序的角度去研究心理护理的实施过程和方法,是护理心理学的重要内容。

6. 研究和应用心理健康教育的内容与方法 现代护理学已将服务范围由医院扩展至社区,将服务对象由患者扩大至正常人,工作性质由对疾病的护理和治疗扩大到治疗与预防并举。因此,对患者和他们的亲属,以及其他具有潜在问题的健康人进行必要的健康教育,已成为整体护理中的一个重要任务,这其中当然也包括了心理健康教育。心理健康状况较生理健康更易受周围环境变化、周围人群的心理变化、情绪气氛的影响,同时,患者的生理、心理方面的状态和变化对其亲属所产生的心理影响常常较生理影响大得多。因此,对患者及其家属进行适当的心理健康教育是非常必要的。对正常人进行适当的心理健康教育,能帮助人们预防某些心理问题的出现,或一旦出现心理问题便能及时寻找帮助;适当的心理健康教育也能帮助人们对某些疾病产生正确的认识,消除由于错误认识带来的心理恐惧。

三、护理心理学的学科性质

1. 护理心理学是一门交叉的边缘学科 无论哪一门学科,从其研究目的来看都可分为理论和应用的两个方面。心理学理论研究目的是探索人和动物的心理现象和行为表现,以及人格心理特征发生与发展的原理和规律;心理学应用目的则是研究将这些原理和规律用于不同的情境和领域,来解决各种实际问题。因为后一个目的,心理科学中产生了各种应用科学分支,这就形成了护理心理学这一交叉的边缘学科。护理心理学与许多现有的医学院校课程,包括基础医学、临床医学、预防医学和康复医学各有关课程有交叉联系。

2. 护理心理学是一门新兴的独立学科 随着医学模式由单纯的生物医学模式向-生物-心理-社会医学模式的转变,护理工作者越来越重视将心理学理论知识和实用技术运用在护理学理

论和临床实践工作之中,针对患者及其家属进行心理护理已成为现代系统化整体护理中不可缺少的一个部分。

四、护理心理学的相关学科

1. 交叉学科 首先,护理心理学与许多基础医学课程,如生物学、神经生理学、神经生物化学、神经内分泌学、神经免疫学、病理生理学,以及人类学、社会学、普通和实验心理学等普通基础课程有密切联系或交叉。例如,行为的神经学基础和心身中介机制等护理心理学基础内容,涉及到生物学和神经科学等学科知识;语言、交际、习俗、婚姻、家庭、社区、居住和工业化等方面的心理行为问题,与人类学、社会学、生态学等知识密切有关;整个护理心理学的许多基础概念则来自普通心理学。

其次,护理心理学与临床医学的内、外、妇、儿、耳鼻喉、眼、皮肤、神经精神等各科也均有密切联系,存在着许多交叉的研究课题和应用领域,例如,A型行为的诊断和矫正技术主要在内科的心血管病领域;应激性医学操作的心理行为干预主要在外科和其他一些领域;行为矫正对儿科患者有特殊意义等。

同样,护理心理学与预防医学和康复医学课程也有广泛的联系,例如,心理卫生指导与预防医学,危机干预与康复医学等。

由于护理心理学具有交叉学科的性质,所以我们必须自觉地将护理心理学有关知识联系于基础医学、临床医学、康复医学和预防医学等有关课程,加强护理心理学与这些学科知识之间的沟通。同时,护理心理学也只有与上述这些学科密切结合,开展协同研究,其本身才会得到深入的发展。值得指出的是,近十几年来,我国在护理心理学与临床护理工作相结合方面取得了可喜的成绩,大批护理工作者关注这一工作领域。相信随着今后新一代医科学学生的成长,将会有更多的护理工作者对这些交叉科学阵地感兴趣。

2. 基础学科 护理心理学揭示护理工作中的行为生物学和社会学基础,心理活动和生物活动的相互作用,以及它们对健康和疾病的发生、发展、转归、预防的作用规律,寻求人类战胜疾病、保持健康的基本心理途径,为整个医学事业提出心身相关的辩证观点和科学方法。因而这是护理工作者一门必修的基础理论课程。

护理工作者掌握护理心理学知识,将能扩大自己的知识面,能从心理学和生物学两个角度全面地认识健康和疾病,认识患者,在今后本职工作中能自觉地遵循心理行为科学规律,更好地为患者服务或取得更好的工作成果,就像我们掌握生物医学课程中的解剖学、生理学和药理学等基础医学知识一样。

3. 应用学科 护理心理学同时也是一门临床护理工作的重要应用课程。作为应用课程,护理心理学将心理行为科学的系统知识(包括理论和技术)结合护理工作实践,应用到临床医学护理工作的各方面。疗养院、康复中心、疾控防疫机构、健康服务中心、企事业和学校的保健部门等临床医学的延伸领域的护理工作者也需要护理心理学的知识和技能。

护理工作者掌握护理心理学的知识和各种技能,不论将来在何种岗位工作,都将会在实际工作中得到应用,成为生物医学护理手段的补充。

第二节 研究方法

一、护理心理学研究的基本原则

护理心理学的研究与其相关学科的研究具有相似性,又有其自身的特点。它遵循心理学研

究的特点,又有医学研究的特征。在护理心理学研究中,应主要遵守以下原则。

(一) 客观性原则

护理心理学是理论与实践相结合的学科,所以进行护理心理学研究,要深入到护理实际工作之中,要在护理实践中获得相关研究素材,在实践中对研究要点进行观察、思考、总结,认真解决临床护理中存在的实际问题。在开展研究中要坚持客观化标准,将理论与实际密切结合,坚持实事求是的科学态度,确保研究工作的真实性、科学性。

(二) 辩证的原则

科学研究的事实证明,只有辩证唯物主义和历史唯物主义的基本原理,才是指导科学研究唯一正确的方法论。护理心理学的研究要遵循这一指导思想和原则,要用辩证发展的眼光看待事物,不能割裂事物之间的联系,要避免主观唯心主义的影响。

(三) 伦理学原则

护理心理学的研究对象是人,而人的生命具有不可逆性,所以护理心理学的研究过程必须坚持知情同意的伦理学原则,并且严格限制有损于研究对象的任何研究手段,如欺骗、损害或伤害、侵犯等,同时有责任对研究对象的资料实行严格的保密原则,这是研究者必须恪守的职业道德。

二、护理心理学的研究方法

(一) 研究方法的一般问题

1. 护理心理学研究方法的重要性 任何一门学科,总是要经过收集资料、验证假设、界定概念的系统研究过程而逐渐发展起来。这其中研究方法起了关键作用。例如,在理论物理学发展之前,人们就已经知道从空中落下的速度是由慢渐快的,但我们还不能说这是物理学知识,而是常识。只有在使用演示、记录、计算、推理等方法进行深入研究,找出自由落体加速度规律以后,人们对这一运动现象的认识才得到升华,成为物理科学知识。科学家们以同样的方式逐一研究了自然界各种物体的运动规律,经过几百年的努力,终于形成目前相对成熟的运动力学。

就护理心理学而言,它是一门年轻的学科,甚至不妨这样说,还处于科学和常识交融的初始发展阶段,至少在某些书籍中反映了这一点。为了促进护理心理学的迅速而健康的发展,研究方法尤其重要,否则,就有可能以常识代替科学,影响学科的正常发展。护理心理学研究方法的重要性取决于以下3个方面。

(1) 护理心理学的基础理论薄弱 心理学理论的多样化反映了人们对心理实质的认识尚不成熟,同时也使许多基本概念的界定发生混乱。这就给研究工作的方法学问题带来较多的困难。如果不加重视,很可能影响研究的结果。

(2) 心理量化的主观性 数量化在科学研究中是必不可少的,但是与某些自然现象不同,许多心理现象的定量难度更大,常常带有主观成分。这就需要在研究过程中特别注意数量化方面的方法学问题。

(3) 护理心理学是涉及多学科的交叉学科 为了探明心身相互作用规律,在护理心理学研究中常同时涉及社会、心理、生物等多学科的有关因素和变量。为了保证研究结果的科学性,需要我们同时掌握这些学科的基本研究方法和手段。

2. 影响护理心理学研究结果的有关因素 影响护理心理学研究结果的因素很多,此处仅就几个主要的影响因素作一讨论。

(1) 研究目标不明确 研究某一问题,首先应提出假说,然后通过实践来验证、修正或推翻这一假说。在护理心理学研究的设计过程中,在初步掌握某一种或一类现象的素材基础上,要考虑这可能是什么样的问题,可能有什么规律,会有什么结果,符合什么理论等,亦即假设,然后才

能确定具体的方法,进行有目的的研究和分析,并对假设做出肯定或否定的回答。如果一项研究漫无头绪,如同瞎子摸象,什么资料都要收集,什么问题都想解决,那么很可能反而得不到理想的结果。这种情况目前在部分初涉护理心理学领域的护理工作者中比较多见,需加注意。

(2) 方法运用不当 验证假设需要一定的研究方法和手段,一定的方法也往往适用于特定的研究领域。在护理心理学研究中,由于方法的不当致使结果不可信的例子很多。多学科的研究方法常常使部分初学者无从下手,正确的选择途径是采用自己熟识的、条件具备的且又符合设计主要目标的方法。另外,不同的理论基础会有不同的研究方法。例如,心理动力理论方面的研究采用心理分析的方法,行为学习理论也有其特殊的方法。这些虽然说来容易,但在实际工作中却未必都能引起重视。

(3) 主观因素的影响 心理因素的数量化本身带有一定主观性,而且心理因素又特别容易受某些被忽略了的因素,如环境、期望、暗示等的影响。因此,在护理心理学研究中要特别避免研究者及被试双方主观因素和外部条件对研究结果的影响。例如,研究者的态度、倾向性和期望因素既可影响自己对被试的某些心理行为现象的分析和判断,又可以影响被试对问卷中问题答案的选择。有人试图证明抑郁情绪对某种疾病有致病作用,当对患者实施心理调查前,就将这个设想告诉了患者,结果患者由于受期望和归因等主观因素的影响,果然报告有较多的发病前的心理问题。显然这一结果是不可靠的。

目前,护理心理学研究还难以完全避免上述主观因素的影响,正因为这样,在实际研究工作中就更应自觉地加以注意。

3. 护理心理学中的心理行为定量 心理变量的定量相当复杂,这往往使一些护理心理学科研究工作的设计遇到困难。心理科学既有自然科学的属性,又有社会科学的属性。因此,即使是从目前的定量心理学角度,也还难以使所有的心理变量做到正确定量。为了使学生对有比较直观的认识,可将护理心理学研究中的各种心理变量的定量方式分为三类进行认识。

(1) 一般描述 这是现象学的方法,如咨询门诊的某些个案分析和报告,某些特殊现象的描述,精神分析法和支持疗法的交谈过程,以及各种鉴定语或评语等。描述结果往往不易进行统计和分析。但许多复杂的心理变量也许通过描述和分析更能被我们所认识。

(2) 间接定量 这是对某些心理变量人为地给予评分,然后将其转换成数据,主要指各类心理测验和临床问卷调查等方法。实际上,这可以被看成是间接定量和相对定量。之所以将问卷调查甚至心理测验等类定量方法归于间接定量,是因为对一种心理变量如“兴趣”给以定量时,首先要对该变量的定义、性质等有关因素进行分析,如什么是兴趣,有哪些兴趣因素,各用什么表示,如何数量化,各因素之间的数量关系如何等,这种分析的本身许多都属于描述。描述的过程是否科学,将直接关系到定量的科学性。因而在使用这类定量法时,首先要考虑其有效性和可靠性,即效度和信度。值得一提的是,问卷定量的结果必须注意与其基本理论或主导思想相一致。例如,“A型行为”的定量,一般不宜直接理解成是“个性”的定量。

(3) 直接定量 这往往是一些自然科学的手段。心理物理学研究中的声、光、电、机械等刺激或反应,如感觉阈限、反应时间、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记录等都属于直接定量。

在实际研究中,往往综合使用上述各种定量方法。

(二) 研究方法的种类

根据护理心理学研究的方式、方法、对象、时间、场所等,可以大致做一些分类和归纳。根据所使用的手段,可分为观察法、调查法、测验法和实验法;根据所研究的对象多少,可分为个案法和描述法;根据所研究的时间性质,可分为纵向研究和横向研究。

上述分类只是相对而言,仅仅是为了使读者了解某些研究方法的概况,以便理解护理心理学研究工作的复杂性。在实际工作中,往往综合使用几种方法,或者说实际工作方法中往往包含了下文所列举的多种方法。另外,还要注意各种方法都有优、缺点,各有其适用的对象。为了研究一个具体问题,必须根据问题的性质及研究者的主、客观条件巧妙的选择其中最恰当的方法。

1. 观察法 顾名思义是通过与研究对象的科学观察和分析,研究其中的心理行为规律。观察法又可进一步分为主观观察和客观观察;自然观察和控制观察;日常观察和临床观察;直接观察和间接观察等。观察法的优点是可以取得被试不愿意或者没有能够报告的行为数据(除内省法),缺点是观察的质量(信度和效度)很大程度上依赖于观察者的能力,而且观察活动本身也可能影响被观察者的行为表现,使观察结果失真。

(1) 主观观察法与客观观察法 主观观察法是个人对自己的心理进行观察和分析研究,传统上称为内省法进行心理研究,是心理学的特殊性质所决定的。但这种方法存在较大的局限性,因为只有当事人自己的体验,影响对结果的验证、推广或交流。

客观观察法是研究者对个体或群体的行为进行观察和分析研究。科学心理学广泛应用客观观察法进行研究。客观观察法要求按研究的客观规律忠实地记录,以正确地反映实际情况,并对观察法的结果进行科学的分析,用以解释心理实质。

客观观察法和主观观察法相互配合,能进一步取长补短,是护理心理学临床研究的重要方式。

(2) 自然观察法与控制观察法 自然观察法是在不加控制的自然情景中对个体行为作直接或间接的观察研究。例如,对某些儿童多动症(MBD)的日常行为进行观察记录。

控制观察法则在预先设计的一定情景中对个体行为作直接或间接的观察研究。例如,将被试带到统一布置好的情绪气氛环境(或刺激情景)之中,观察记录他们进入情景后的行为活动特点,以分析其心理、行为或生理改变。

自然观察法的优点是不改变个体的自然生活条件,因而其行为反应真实可靠;控制观察法则快速,所得资料容易作横向比较分析,但由于设计的情景容易对被试产生影响,故不易反映真实情况。

(3) 日常观察法与临床观察法 日常观察法是对处于正常社会生活中的健康人群进行观察记录并获取资料进行分析研究;临床观察法是通过临床的观察记录而获取资料进行分析研究。

临床观察法是护理心理学的重要研究手段。例如,通过对临床患者异常行为的观察和分析进行研究。

2. 调查法 是通过会谈、访问、座谈或问卷等方式获得资料,并加以分析研究。

(1) 会谈法 通过与被试面对面会谈,了解其心理信息,同时观察其在交谈时的行为反应,以补充和验证所获得的资料,进行分析研究,即为会谈法。会谈法的效果取决于问题的性质和研究者本身的会谈技巧。会谈法应用于临床患者,也应用于健康人群,在心理评估、诊断、治疗、咨询、病因学等研究中均被广泛应用。

(2) 访问或座谈会 访问或座谈也是重要的调查手段。通过访问或座谈可以从较大范围内获取有关资料,以供分析研究,即为访问法或座谈会。例如,冠心病康复期的心理行为问题可以通过定期访问,或与家属座谈的方式进行分析研究。

(3) 问卷法 在许多情况下,为了使调查不至于遗漏重要内容,往往事先设计调查表或问卷,供被调查者填写,然后收集问卷,对其内容逐条进行分析研究,即为问卷法。例如,调查住院患者对护理工作是否满意,哪些满意,哪些不满意等。问卷调查的质量决定于研究者事先对问题的性质、内容、目的和要求的明确程度,也决定于问卷内容设计的技巧性,以及被试的合作程度。

例如,问卷中的问题是否反映了所要研究问题的实质;设问的策略是否恰当;对回答的要求是否一致;结果是否便于统计处理,以及内容是否会引起被调查者的顾虑等。

调查法简便易行,信息容量大,但特别要注意调查结果的真实程度。另外,对调查资料的分析 and 总结,要坚持科学态度。调查法在目前国内护理心理学研究工作中被广泛应用。

3. 心理测验法 是指在护理心理学研究工作中以心理测验作为心理或行为变量的主要定量手段。测验法使用经过信度、效度检验的现成量表,例如,人格量表、智力量表、症状量表等。心理测验种类繁多,必须严格按照心理测量规范实施,才能得到科学的结论。心理测验作为一种有效的定量手段在护理心理学研究中的使用很普遍。

4. 实验法 是对某一变量进行系统的操作,从而研究这种操作对于心理、行为和生理过程的影响规律。实验法通常应用自变量和因变量来说明被操作的环境因素和所观察记录到的心身变化,同时还应严密控制中间变量的影响。实验法又可分为实验室实验和现场实验。

(1) 实验室实验 是使用实验室条件,严格控制各种无关变量,借助各种仪器和设备,精确观察和记录刺激变量和反应变量,以分析和研究其中的规律。目前,这种方法在护理心理学研究中尚少被使用。实验室实验最大的缺点就是心理活动作为一种变量时易受许多因素的影响,人类被试更是如此。例如,特定的实验情景所造成的心理紧张,本身就可能对心身相关的实验结果产生影响。现场实验法则可以避免这方面的问题。

(2) 现场实验 是在临床工作、学习和其他生活情景中,对研究对象的某些变量进行操作,观察其有关的反应变量,以分析和研究其中的规律。

临床实验就是现场实验研究之一,对护理心理学有重要的意义。例如,许多疾病患者的心身问题性质、规律及护理效果,可来自临床实验。近年来,由于临床检查技术的快速发展,如电子计算机在临床诊断中的应用,为护理心理学的临床实验研究提供了许多便利的条件,为学科的发展开拓了广阔的前景。

5. 个案研究和抽样研究 个案研究是对于单一案例的研究,可以使用观察、交谈、测量和实验等手段。个案法必须重视研究结果对于样本所属整体的普遍意义。个案法可用于某些研究的早期阶段,为进一步比较严密的大规模研究提供依据。在护理心理学中,个案法适用于某些心理干预方法对心身功能的影响研究。此时,通常要先对心身功能做一段时间的基础记录,作为心理干预效果的对照判别标准,同时也有利于研究者在治疗前对患者的问题性质有更深入的了解,然后才开始个别行为干预。

抽样研究是针对某一问题通过科学抽样所作的较大样本的研究。例如,研究 A 型行为特征的冠心病患者的护理干预效果,就要选取一批具有代表性的 A 型行为类型者考察其对心理护理的反应情况。抽样研究的关键环节是取样的代表性。抽样研究可以使用调查法、心理测量法、实验法,以及观察法等多种手段。

6. 纵向研究和横向研究

(1) 纵向研究 是对同一批对象在一定时期内作连续追踪研究,从而探讨某一问题的发展规律。根据研究起点和终点时间可将纵向研究分为前瞻性研究和回顾性研究两种。

1) 前瞻性研究:是以现在为起点追踪到将来的研究方法。例如,目前对一批 A 型行为类型者开始做综合行为矫正指导,并追踪此后整个行为矫正程序实施过程中被试 A 型行为的改变情况,从而证明这种行为矫正技术的实际效果。这一方法具有很高的科学价值。可惜,由于条件限制过多,前瞻性研究的难度相对较大,在护理心理学实际研究中使用还不普遍,今后应大力提倡。前瞻性研究所采用的研究手段可以是多种多样的,前述幼儿行为干预实验例子也是前瞻性研究。

2) 回顾性研究:是以现在为结果,回溯到过去的研究方法。其所采用的手段通常为交谈、访问、座谈和测验,通过收集资料和数据,分析和评价过去各种心理社会因素对目前心身状况的影响。这一方法由于条件限制相对较少,目前在护理心理学研究中应用得很普遍。回顾性研究存在较大的缺陷,被试目前的心身状态会影响对过去资料报告的真实性和准确性。

(2) 横向研究 是对相匹配的实验组和对照组被试在同一时间内就有关变量进行比较、分析和研究,或者对相同背景的几组被试分别采用不同的刺激,以对各组被试之间的差异作出分析研究。

这一研究方法在生物医学中最常被使用,在护理心理学中也是常用的手段。

横向研究最关键的影响因素是不同组被试之间的可比性问题。

第三节 发展趋势

护理心理学是护理学和心理学相结合的一门交叉学科,是将心理学知识、理论和技术应用于现代护理领域,研究心理因素与健康 and 疾病之间的关系,研究解决护理领域中有关人的健康和疾病的心理活动规律及其相应的最佳心理护理方法的学科。随着医学模式的转变和以“人的健康”为中心的整体护理观念的确立,护理心理学研究在理论和实践方面均取得了一定的研究进展。护理心理学的形成、发展与人类的社会科学文化的进步息息相关,以下简单介绍国内外护理心理学的发展概况。

一、国外护理心理学发展概况

随着全球化护理教育层次的提高和培养目标的发展,近半个世纪以来高等护理教育在发达国家普及,在世界各地相继迅速开展,显著拓展了护士的知识结构和社会职能,更是由于医学模式的转变和以“人的健康”为中心的整体护理观念的确立,国外在护理心理学的理论和实践方面取得新进展,其特点表现在4个方面。

1. 强调身心统一和心理学融入护理实践 自20世纪70年代,新医学护理学模式的提出,使护理工作的内容不再是单纯的疾病护理,而是以患者为中心的整体护理,把疾病与患者视为一个整体,把“生物学的患者”与“社会、心理学的患者”视为一个整体,把患者与社会及其生存的整个外环境视为一个整体,把患者从入院到出院视为一个连续的整体,注重对人的研究,进一步认识心理、精神、文化和社会状况对患者病情转归和健康的影响,从而帮助患者最大限度地达到生理与心理、精神、社会的平衡和适应。由于医学模式的转变,临床心理护理作为整体护理的核心内容,以个性化护理、程序化护理、文化护理等形式在充分的护患沟通中得到体现,在临床护理实践中,以护理程序为核心,对患者生理、心理、社会等方面的资料进行全面评估,进而作出护理诊断,制定并实施将患者心身视为整体的护理计划。护理学科的迅速发展和护理实践的不断变革使护理学重要组成部分——护理心理学也得到了前所未有的发展。

2. 护理人才培养重视心理学教育 为了提高护理专业人才的角色人格及护士职业心理素质,欧美发达国家及地区在逐步普及高等护理教育的同时,根据现代护理人才的培养目标对专业教育的课程进行了大幅度地调整,构建护理人才的知识结构,特别强调护士应具有丰富的包括心理学在内的人文学科知识,在课程设置中着重增加了心理学课程的比例,如美国在四年制的专科护理教育课程体制中有近百学时的心理学课程内容,包括普通心理学、生理心理学、社会心理学、变态心理学、临床心理治疗学等,培训中特别强调治疗性头痛对患者身心健康的重要性及护理的沟通技能训练。全球性护理教育培养目标明确提出“在医学护理模式的变革时代,护士学校尤应

注意进行职业心理素质方面的哲理教育”。因此,护理心理学在护理教育的课程体制中显得尤为重要。日本护士入学后,首先接受的是“人间的爱”的教育,使她们懂得爱的内涵及如何去爱别人,紧接着要学习许多包括心理学在内的人文社会科学课程。

3. 应用心理疗法开展临床心理护理 将心理疗法用于临床心理护理实践,成为国外护理心理学研究的一个重要特点。护理心理学作为临床整体护理的核心内容,研究临床护理工作中以个性化护理、程序化护理、文化护理或宗教护理等形式,在建立良好的护患沟通中,将心理疗法应用于临床心理护理实践中,将心理疗法中的“音乐疗法”“松弛疗法”“认知-行为疗法”“森田疗法”等应用在护理工作中,关注护理对象的生理、心理和社会模式上的健康,在融洽的护患关系的基础上,解决患者心理、生理和社会模式上的问题。

4. 开展量性和质性研究 量性研究是国外护理心理学常用的主要研究方法,是通过数学资料来研究现象的因果关系,即患者及其家属和护士自身的心理特点,认为活的数字的研究可达到测量精确,能较客观地描述问题和现象,并用统计学方法分析资料和设对照组来避免研究中的偏差。量性研究的目的是预测和控制,适合心理危机干预策略和心理护理效果评价。此外,近年来国外越来越广泛地将质性研究应用于心理护理理论研究和实践研究,质性研究是研究者凭借研究对象的主管资料和研究者进入当事人的处境中参与分析资料,找出人类生活过程中不同层次的特性和内涵,用文字描述报告结果,其研究目的是描述和理解,是用系统的、互动的、主观的方法来描述生活经验和赋予一定的意义,强调对研究对象有重要意义的观点和事实,而不是对研究者有重要意义的结果,例如,对临终关怀进行研究的目的在于理解临终者的看法和观点,而不是护士或其他医务工作者所认为的患者临终前的需要。它探索现象的深度,丰富性和复杂性,指导护理实践,有助于护理心理学理论的发展,以建立护理心理学知识,提高护理心理学的科学性和实践价值,对学科发展起到极大的推动作用。

二、国内护理心理学发展概况

1. 我国心理学与护理心理学发展的历史沿革 1917年,我国在北京大学开设心理学课程,首次建立了心理学实验室,标志着我国现代心理学进入了科学的时代,1920年,南京高等师范学校成立第一个心理学系。1921年,中华心理学会在南京正式成立。1922年,我国第一本心理学的杂志《心理》面世。新中国成立后,仅有少数医院有专职的医学心理学人员从事心理诊断和心理治疗工作;直到1958年,中国科学院研究所成立了“医学心理学组”,针对当时众多的神经症患者开展以心理治疗为主的综合快速治疗获得显著疗效;但在“十年动乱”中,心理学和医学心理学受到重创。1978年,改革开放后,医学心理学在全国各地陆续开展起来,自1981年,我国学者刘素珍撰文提出“应当建立和研究护理心理学”以来,我国心理学才开始逐步深入,其科学性及其在临床护理工作中的重要性得到人们的普遍认识和接受,并得到学术界及卫生管理部门的高度重视。

2. 学科建设日趋完善 我国大专院校各层次护理教育中逐步增加护理心理学内容,并由最初的知识讲座很快过渡为系统讲授的必修课,同时,国内举办了各种不同类型的护理心理学研究会和学习班,各种护理期刊开设“心理护理”栏目,刊登具有指导意义的学术文章,相继有《护理心理学》教材及学术专著出版,已有20多个版本,各院校自编的教材更是多种多样,为护理心理学的普及及专业教学提供了基本保障。经过多年努力,一支心理学理论基础扎实、临床实践经验丰富、科研学术水平较高的专业队伍已初步形成。1995年11月,中国心理卫生协会护理心理学专业委员会在北京成立,护理心理学的学科建设步入了新的发展时期。1991年出版发行的高校医卫类教材——《医学心理学》,将护理心理学归为医学心理学的一个分支学科。1996年,在成都华西医科大学召开的高等教育护理专业教材编审委员会会议和九本高等护理教材主编、副主

编会议上,大多数与会者认为采用护理心理学这一名称比较符合习惯,也便于与该系列高等护理专业教材保持一致,因而在这套普通高等教育“九五”国家级重点教材中,《护理心理学》独立成册,于1999年8月公开出版。由此,护理心理学作为一门具有心理学本质属性,应用于护理实践领域的新兴独立学科,随着人类健康事业的发展,在进一步确立学科发展目标、构建独特理论体系、探索临床应用模式的过程中逐步走向成熟。

3. 与国际接轨,广泛开展护理心理科研活动 随着全球医学模式的转变,责任制护理应运而生,逐渐发展并推广开来。所谓责任制护理,就是责任护士对其所护理的患者做到全面负责,即从生理、心理与社会诸方面进行全面护理。因责任制护理的引入,护理心理学的地位和作用日益突出。近年来,广大临床护士开展护理心理学科科研活动的积极性日益增高,许多护士通过继续教育途径,较系统地学习和掌握了临床心理护理技能,一些高学历、高年资的护理骨干积极开展临床心理护理的应用研究,探索患者心理活动共性规律和个性特征的各类研究设计取代了过去千篇一律的经验总结,发表在国家刊物上的前瞻性研究成果逐渐增多,对心理诊断、心理护理程序、心理评估及护士人才选拔和培养角色人格的研究也得到了进一步地重视和加强,心理评定量表在心理护理评估中得到广泛应用,使心理护理临床工作和理论研究更具科学性。近年来,逐步开展了临床心理护理个案研究,特别是认识到突出个性心理特征在心理护理中的重要性。

第四节 相关的心理学理论

在心理学史上影响较大的、与健康 and 疾病关系密切的、对心理护理技术有重要影响的心理学理论主要有精神分析理论、行为学习理论、人本主义理论等。护理心理学是护理专业的专业课程之一,是一门应用学科,是把心理学的理论和技术应用到护理学领域,用来解决护理领域中的心理问题,它的研究和服务对象是人(包括护理人员、患者、亚健康状态的人和健康人)。因此,必须对人性、人的心理和行为的特点和形成原因有深入的认识,而以上几种心理学理论,正是心理学史上对人性 and 人的心理和行为有较为深刻认识和深入剖析,并具有较大影响力的理论。临床护理中的常用且行之有效的心理护理技术都是在以上几种理论的基础上形成的。因此,不掌握这些重要的心理学理论,就无法深入认识人性,不能真正理解常用的心理干预技术,也不可能将这些技术很好地应用于护理实践中。

一、精神分析法

精神分析理论属于心理动力学理论,由奥地利精神科医生弗洛伊德于19世纪末20世纪初创立。精神分析理论是现代心理学的奠基石,它的影响远不是局限于临床心理学领域,对于整个心理科学,乃至西方人文科学的各个领域均有深远的影响,它的影响力可与达尔文的进化论相提并论。

(一) 相关理论

1. 精神层次 该理论是阐述人的精神活动,包括欲望、冲动、思维、幻想、判断、决定、情感会在不同的意识层次里发生和进行。不同的意识层次包括意识、前意识和潜意识3个层次,好像处于深浅不同的地壳层次而存在,故称之为精神层次。人的心理活动有些是能够被自己觉察到的,只要我们集中注意力,就会发觉内心不断地有一个个观念、意象或情感出现,这种能够被自己意识到的心理活动叫做意识。而一些本能冲动、被压抑的欲望或生命力却在不知不觉地潜在境界里发生,因不符合社会道德和本人的理智,无法进入意识被个体所觉察,这种潜伏着的无法被觉察的思想、观念或痛苦的感觉、意念、回忆常被压存在下意识这个层次,一般情况下不会被个体所