

绪论

本章导读：护理心理学是一门应用性很强的学科，掌握必要的心理学知识是当代护理人员的重要任务。本章主要从护理心理学的概念、重要作用、研究对象与任务、发展史及研究方法等方面进行阐述，进而引起读者对本书的兴趣。

现代医学的发展表明，由生物医学模式向生物-心理-社会医学模式的转变是当前新的趋势。在影响健康与疾病的因素中，除了生物因素外，还有社会和心理因素。护理模式也向整体护理模式发生转变，临床护理制度发生了很大变化，以患者为中心的整体护理取代了以疾病为中心的功能制护理。在现代护理工作中，从整体的观点出发，患者被看成是身心统一的整体，关注患者的心理状态、情绪变化、性格特点以及社会背景等因素在疾病的治疗与康复过程中所产生的影响，并加强心理咨询与治疗，满足患者心理需求，提高患者自我护理能力，促进患者早日康复已成为临床护理工作的重点；同时维护护士自身的心理健康，对护士进行职业心理素质优化，这也成为临床护理工作的专业发展目标。因此，学习和掌握护理心理学的理论知识和实践技能已成为护理人员的重要任务。

第1节 护理心理学概述

护士在临床护理实践中会遇到许多心理学问题，如患者在疾病诊治过程中的心理反应、心理需求等，为解决临床护理实践中遇到的各类心理行为问题，包括患者的心理行为特点及其变化，心理干预的技术和方法。为了解决这些问题，将心理学的知识、技术、方法和原理运用到现在护理学领域，这样就在心理学领域形成了一门新的应用学科——护理心理学。护理心理学现已成为护理学的一个重要分支。

一、护理心理学的概念

护理心理学（nursing psychology）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。

护理心理学既是护理学的分支，也是心理学的分支。从护理学的分支来看，护理心理学研究护理学中的心理行为问题，例如，各类患者的心理特点及心理行为变化规律，护士的职业心理素

质等；从心理学的分支来看，护理心理学研究如何把心理学的系统知识和技术应用于护理学的各个方面，例如，在临床护理工作中如何有效应用心理学理论和技术对患者实施心理干预等。

二、心理学在护理专业中的重要作用

掌握患者的心理状态、情绪变化、性格特点以及社会背景等因素在疾病的治疗与康复过程中所产生的影响，并加强心理咨询，以提高疗效，已日益受到广大医护人员的重视。对于护理专业人员来说，深入探讨“护理心理学”这门学科的性质、范畴与内容以及任务等理论体系的特点，以明确护理心理学在护理专业中的重要作用是完全必要的。

现代护理学的进展已向护理专业人员提出了这一新的课题。护理学同其他学科一样，随着人类对客观世界的认识和科学技术的发展，已经有了很大的进展。社会科学与自然科学在这门学科中的相互渗透日益明显，国外高等护理教育将心理学、社会学、人类学、教育学列为基础课程。有些大学护理系的教学大纲中明确提出：“护理学是属于社会科学范畴的一门进展较快的学科”。从“护理学”的范畴与内容看，它包括基础护理、护理技术操作、临床护理、护理科学管理、心理卫生、专科护理、护理科普等方面，任何一方面的内容都与护理心理学的研究任务相关。心理学的应用在护理工作中所具有的广泛内容，也体现了护理学这门学科与社会科学的横向联系。护理学的创始人南丁格尔曾提出：“人是各种各样的，由于社会职业、地位、民族、信仰、生活习惯、文化程度的不同，所得的疾病与病情也不同，要使千差万别的人都能达到治疗或康复所需要的最佳身心状态，本身就是一项最精细的艺术。”这一阐述概括了护理工作的性质与任务及其特点。不少人把护理工作看作为医疗工作的附属部分，有的医师也仅仅希望护士能执行他们的医嘱，有些护士也认为，完成打针、发药等具体事项，就算尽到了自己的职责，这显然是一种片面的观念。国际护士学会规定护士的权利与义务为“保持生命，减轻痛苦，促进健康”。护士的任务是帮助患者恢复健康，并提高人民的健康水平（指身心两方面的健康）。

当前，医院管理的概念与方法也有很大进展，以临床护理管理而言，较突出地反映在传统的以疾病为中心的护理，正在向以患者为中心的整体观点的责任护理制转变，其中心目标是为了解决护士只注意自己的分工职守而忽视患者整体情况的传统习惯，使之转变为以整体观点对待患者，进行身心两方面的护理。指导思想是在完成治疗计划的全过程中，及时地掌握患者的心理状态，注意患者所患疾病相关的社会因素与心理因素，并及时护理其不利于治疗的各种心理反应。护士与患者的关系是一个整体的、全面的、连贯性的护患关系。针对上述现代护理学的进展，逐步认识到适应这一转变的重大意义，在教学改革中，重视心理学、伦理学、自然辩证法等社会科学的课程设置是完全必要的。当然，还必须重视理论与实践相结合，将心理学在护理实践中广泛应用。

拓展阅读

南丁格尔的心理护理理念

南丁格尔（Nightingale Florence, 1820—1910，图 1-1）认为，护理学的概念是“担负保护人们健康的职责以及护理患者使其处于最佳状态”。她在《护理札记》中写道：“护士的工作对象不是冰冷的石块、木头和纸片，而是有热血和生命的人类。”这表明了南丁格尔在护理过程中十分重视患者的心理因素。

南丁格尔认为,护士要做的就是将患者置于一个最好的条件下,让身体自己去恢复。她强调护士应由品德优良、有献身精神和高尚的人担任,要求护士做到“服从、节制、整洁、恪守信用”。她还认为,为了保持或恢复健康,治疗或预防疾病,护理应为患者创造良好的环境,并要区分护理患者与护理疾病之间的差别,把患者当作一个整体对待。

在南丁格尔任伦敦妇女医院院长时明确提出:护士除救治患者外,还要求做好下列护理工作,如病房空气新鲜,环境舒适,整洁安静,做好生活护理、饮食护理,增加营养等。对患者的饮食营养问题、阳光、病房空气、环境的绝对安静等都提出了具体要求和标准。

她还要求护士从人道主义出发,着眼于患者,重视患者的心理社会需求,甚至要求“社会工作者、牧师和管理人员共同配合护理患者工作”。



图 1-1 南丁格尔

第 2 节 护理心理学的研究对象与任务

一、护理心理学的研究对象

护理心理学的研究对象包括护理对象和护理人员两大部分,其中护理对象不仅仅指那些患有各种躯体疾病、心身疾病或心理障碍、精神神经疾病的个体,还包括亚健康状态的人和健康人群。护理心理学主要研究疾病对个体心理活动的影响和作用。

二、护理心理学的研究任务

对于心理本质的理解,有辩证唯物主义和唯心主义的区分。辩证唯物主义观点认为人的心理实质,即人脑对客观现实的反映。心理并不是人脑本身的功能,只有在客观现实的作用下才能产生心理活动现象。人的心理是人在实践活动中对客观现实的反映,是主观与客观的统一。没有人的社会实践也就没有人的心理,人的社会实践,是人的心理发生、发展的基础。心理学是研究人的心理现象的一般规律的科学。护理心理学是研究护理领域中的心理问题,它是心理学应用于护理实践的研究,贯穿于护理工作的各个环节中。护理心理学的研究任务,着重从以下几方面探讨。

(一) 研究患者的心理特点

患者的心理需要和心理反应比健康人更复杂,研究患者的一般心理活动规律和特殊的心理表现,是护理心理学的一项重要任务。

（二）研究心理护理的方法与技术

针对不同护理对象现存和潜在的心理问题和心理特点，以心理咨询和心理治疗技术为指导，从而确定个性化的心理护理方法。

（三）研究心理评估的理论与技术

心理评估能有效帮助护理人员了解护理对象的心理问题和心理特点，为心理护理的有效实施与效果评价提供依据，并且是护理心理科学研究中资料收集的必要手段。

（四）研究心理学知识在健康促进中的作用

深入研究心理活动对躯体生理活动的影响，探索如何应用心理学知识对护理对象进行健康教育、心理保健、心理调节和应对心理危机。

（五）研究护理人员的职业心理素质

护理专业人员所应具备的心理素质，反映在护理工作的各个环节中，有着鲜明的职业特征。它表现为护士的心理状态，也表现为一种特有的职业道德。护理工作是一项崇高而又责任重大的工作，要求护理人员必须具备良好的职业心理素质，包括情绪调节与自控能力、人际关系沟通能力与技巧、社会适应能力等。护理人员只有具备良好的心理素质才能为患者提供高质量的护理服务，同时也才能维护自身的身心健康。心理素质是可以培养的，社会实践和个人努力起着重要的决定作用，护士应重视自我锻炼，善于控制自己的情绪，加强自身心理素质的修养。

专栏 1-1 “裂脑人”的研究

第二次世界大战中，美国士兵约翰因头部受伤而成了严重的癫痫患者，医师无可奈何地为他切断了连接大脑左、右半球的胼胝体。结果，他的病不再发作了，但精神失常了。吃饭时，他一只手把饭碗推开，另一只手又把碗拉回来。美国加州理工学院的生物学教授罗杰·斯佩里博士闻讯后，给约翰做了一个实验。将一张年轻女人照片的左半部和一张小孩照片的右半部，拼成一张照片，采用特殊方法，使照片的左半部置于约翰的左半视野，右半部置于右半视野。斯佩里要他指出他看见了什么，结果，他手指年轻女人，口中却果断地说：“一个小孩！”斯佩里的研究证明了约翰的大脑两半球隔离开后，他的思维发生了分裂，在一个人身上出现了完全不同的两种思想、两个精神。“裂脑人”的左、右半球互不通信息，行为不配合。一个半球得到信息，另一个半球就接收不到。左半球获得的信息，裂脑人能用语言表达出来，而右半球获得的信息，却有口说不出。这是因为右半球的信息传不到左半球，而右半球本身没有言语功能。

斯佩里长期潜心研究“裂脑人”，初步揭开了人脑两半球的功能，因此获得 1981 年诺贝尔奖。他的实验引起了热烈的讨论，进一步推动了科学工作者对大脑进行新的探索，也更有力地说明了没有大脑的思维是不存在的，人的心理活动与脑密切相关（图 1-2）。

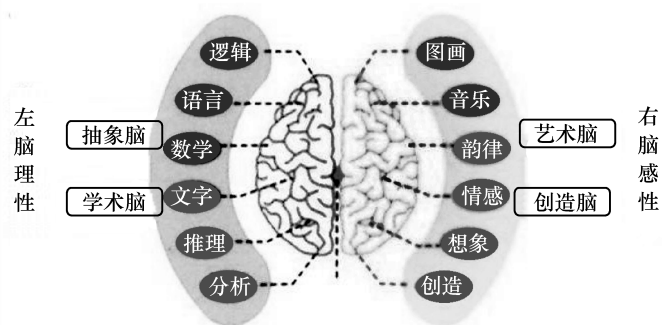


图 1-2 大脑左半球和右半球的分工

第 3 节 护理心理学的发展历史与展望

护理心理学既是护理学的分支，同时也是心理学的分支，是在生物 - 医学模式向生物 - 心理 - 社会医学模式和传统护理模式向整体护理模式的转变过程中形成的护理学和心理学相结合的一门交叉学科。护理心理学作为一门新兴的应用学科，对提高护理质量，推动护理学的进步和发展起着非常重要的作用。了解护理心理学的发展历史以及未来的发展趋势，对不断完善和丰富的护理心理学学科体系有着积极的促进作用。

一、西方护理心理学发展概况

(一) 西方护理心理学历史沿革

西方护理心理学的发展经历了 3 个阶段的发展历程。

第一阶段是从 19 世纪 60 年代开始，南丁格尔的全新护理理念将护理心理学引入了科学发展道路，使护理心理学逐渐得到护理界的普遍重视。南丁格尔关于护理工作的定位为护理心理学奠定了科学发展的基础。继南丁格尔之后，随着护理学内涵的不断发展，重视患者心理成为临床护理工作的重要内容，这种新的护理理念对护理心理学的学科建设与发展起到了极大的推动作用。

第二阶段是从 20 世纪 50 年代开始，随着护理程序（nursing process）概念的提出，以及责任制护理在美国明尼苏达大学医院开始付诸实践，护理界逐渐认识到护士工作的重点不仅是疾病本身，还必须掌握对患者恢复健康有影响的非生物因素，诸如心理情绪变化、所处的社会环境、家庭环境等。因此，加强专业护士人文社会知识教育成为护理专业自身发展的要求。

第三阶段是从新医学模式提出开始，新医学模式的提出更清晰地阐明了心理因素与健康间的关系，以及心理因素对治疗疾病的影响，更加明确了护理心理学的发展任务，为护理心理学发展提供了契机，护理心理学进入快速发展阶段，逐渐成为现代护理学的重要支撑。护理心理学日益受到护理管理、护理教育领域的高度重视，如美国的四年制本科护理教育课程体系中全部开展以护理心理学为核心的心理学类课程，平均每年有近百学时的心理学课程。

（二）西方护理心理学发展现状

西方护理心理学经过上述三个阶段的发展，已经进入了学科成熟阶段，并呈现出以下几个方面的学科特征。

1. 强调心身统一 自 20 世纪五六十年代美国学者提出护理程序的概念之后，护理学获得了革命性的发展。1973 年恩格尔提出的生物 - 心理 - 社会医学模式进一步强化了以患者为中心的全新护理观念。以患者为中心的整体护理思想带来了护理实践领域的一系列变化，集中表现：① 护理工作的主动性增加，从被动的疾病护理转变为应用护理程序为患者实施生理、心理、社会及文化的整体护理；② 护理工作除了执行医嘱和各项护理技术操作之外，更多地侧重对人的关注，进一步认识了心理、社会和文化因素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新的平衡与效应；③ 护士的角色不仅仅是患者的照顾者，更多的是担当患者的教育者、咨询者和患者健康的管理者；④ 患者有机会参与对其治疗和护理方案的决策。

为了提高护理专业人员适应人类健康事业发展的能力，一些发达国家和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，对护理专业教育的课程设置及人才的知识结构进行了大幅度的调整，特别强调护理人员应具备丰富的人文社会学科知识（包括心理学在内）。在课程设置中增加了心理学课程的比重，包括普通心理学、生理心理学、社会心理学、变态心理学、临床心理学等。教学中特别强调护患关系及治疗性沟通对患者心身康复的重要性及护士的沟通技能训练。

总之，国外护理心理学主张，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整体。

2. 应用心理疗法，开展临床心理护理 将心理疗法应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。应用于临床心理护理的心理疗法有认知行为疗法、音乐疗法、放松疗法等。在应用心理疗法进行心理护理的过程中，国外还特别强调效果评价，许多研究采用心理评定量表评估实际效果。

3. 开展量性和质性研究 运用量性研究探讨患者和护士的心理特点及变化规律，了解心理干预策略和心理护理效果，是国外护理心理学研究的主要方法。此外，质性研究也越来越广泛地应用于心理护理理论与实践研究中，其研究方法是以参与观察、无结构访谈或结构访谈来收集患者资料；分析方式以归纳法为主，强调研究过程中护士的自身体验。这些研究的开展提高了护理心理学的科学性和实践价值，对学科发展起到了极大的推动作用。

二、国内护理心理学发展概况

我国护理心理学是在护理学、心理学以及医学心理学发展的基础上逐渐形成的一门独立学科。

（一）我国护理心理学的历史沿革

1917 年北京大学开设心理学课程，首次建立心理学实验室，标志着我国现代心理学进入科学时代。1920 年南京高等师范专科学校建立了我国第一个心理学系。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杂志《心理》出版。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”,针对当时为数众多的神经衰弱患者开展以心理治疗为主的综合快速治疗,取得了显著疗效。在“文革”期间心理学和医学心理学发展受到重创,直到1978年改革开放以后,医学心理学研究才在全国各地陆续开展起来。

1981年我国学者发出应当建立和研究护理心理学的呼吁,之后,我国护理心理学研究逐渐深入,其科学性以及在临床护理工作的重要性引起学术界及卫生管理部门的高度重视,整个社会逐渐接受了护理心理学的概念。在过去的30多年的时间里,护理心理学取得了令人瞩目的成就。在1991年人民卫生出版社出版的高等医学院校本科教材《医学心理学》中,将护理心理学作为医学心理学的分支学科。1995年11月,中国心理卫生学会护理心理学专业委员会在北京正式成立,标志着护理心理学作为独立学科在国内学术界有了最高层次的学术机构。1996年,经有关专家学者讨论,将护理心理学教材正式命名为《护理心理学》,并被列为教育部“九五”规划教材,由此护理心理学在我国成为一门独立的学科,护理心理学的学科建设进入了新的历史发展时期。

(二) 我国护理心理学展望

自1996年我国第一本护理心理学教材问世以来,护理心理学作为一门独立学科得到了长足的发展,我国护理心理学发展具有以下三方面特征。

1. 学科建设日趋成熟完善 护理心理学作为一门具有心理学本质属性,应用于临床护理实践领域中的新兴独立学科,随着人类健康观的发展与完善,在进一步确定学科性质、学科发展目标,构建学科理论体系方面逐渐走向成熟。

首先,形成了完备的护理心理学人才队伍,随着护理心理学知识的普及以及临床心理护理实践的广泛开展,护理心理学人才队伍不断壮大,在这支队伍中,既有具备丰富临床经验和高深心理学造诣的护理专家,还有热爱心理护理工作的临床护理骨干,在他们中间涌现出很多护理心理学领域的学科带头人。由于重视护士自身心理素质培养,具有良好职业心理素质的护理人才大量涌现。其次,成立了护理心理学的最高学术机构——中国心理卫生学会护理心理学专业委员会,使护理心理学的学科地位得到进一步提高。

2. 心理护理科研活动得到深入开展 随着医学模式的转变,临床护理已由单纯的生理护理转变为身心整体护理,护理心理学的地位和作用日益突出。广大护理工作者积极开展临床心理护理的应用研究,随着心理护理研究方法的不断深入,对患者心理活动共性规律和个性特征探索的各类研究,取代了既往千篇一律的经验总结;临床心理护理的个案研究、前瞻性研究逐渐增多,标准化心理测验的量化研究正在逐渐取代陈旧的研究方法,对心理护理程序、心理评估体系以及护理人才选拔和培养的研究也得到了进一步重视和加强。心理护理研究开始注重研究设计和影响因素控制,研究论文大多采用量表或问卷测评人的心理状况,以生命质量评估护理效果,使研究更具科学性,这些都是护理心理学科方面的进步。和国外一样,开展量性和质性研究,也是我国在临床进行个性化心理护理研究所采用的一种新方式,将质性研究和量化研究进行整合运用,已成为当前护理研究领域中的新趋势,受到越来越多学者的高度重视。研究论文在数量上逐年递增,论文大量发表在《中华护理杂志》《中国心理卫生杂志》等核心刊物上,推动了护理心理学的学术研究和交流,极大促进了护理心理学的学科发展。

3. 临床心理护理方法得到广泛应用 随着护理心理学地位和作用的日益突出,广大临床护

士开展心理护理研究的热情不断提升,他们探究有针对性的心理护理方法,在掌握了患者一般心理活动规律的基础上,不断强调根据患者的人格心理特征,针对每个患者不同情境下心理状态和特点实施个性化的心理护理方法,提高了心理护理的质量和效果,有力地推动了我国临床护理事业的发展,在临床心理护理过程中也具有重要意义。

第4节 护理心理学的研究方法

任何一门学科,总要经过收集资料、验证假设、界定概念的系统研究过程而逐渐发展起来,著名生理学家巴甫洛夫说:“科学是随着研究方法所获得的成就而前进的”。由此可见,科学方法的选择和应用,对学科的发展和完善非常重要。加强护理心理学的方法学建设有利于护理心理学科科研水平和成果质量的提高。护理心理学作为一门新兴的交叉学科,目前它还没有自身的方法学体系,基本上与心理学、社会学、生物学和医学等学科的研究方法相似。尽管护理领域中人们的心理行为研究比较多,但研究程序与上述学科基本相同。护理心理学作为心理学的一个分支,其研究方法主要有观察法、实验法、调查法、测验法。

一、观察法

观察法(observational method)是通过对研究对象的科学观察与分析,研究各种环境因素影响人的护理行为的规律。这种方法是通过与研究对象的动作、表情、言语等外在行为的观察,来了解人的心理活动。

(一) 主观观察法与客观观察法

1. **主观观察法** 是个人对自己的心理活动进行观察和分析。当对研究对象难以进行直接客观观察时,也可以采用听口头报告(或录音报告)、查看书信、日记、自传和回忆录的形式进行间接的主观观察与分析。该方法有较大的局限性,其单凭当事人自身的体验,往往影响对结果的验证、推广和交流。

2. **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。该方法要求必须客观真实地记录,正确地反映实际情况,并对观察获得的资料进行科学分析,以解释心理活动变化的本质。该方法具有较强的科学性。

(二) 自然观察法与控制观察法

1. **自然观察法** 在自然环境中对个体行为进行直接或间接的观察、记录和分析,从而解释某种行为变化的规律,如观察身体的姿势、动作、表情,护士在生活护理、治疗操作时,对患者的表情和行为方式所做的观察。自然观察到的内容虽然比较真实,但由于影响个体活动的因素过多,因而难以对自然观察的结果进行系统推论。

2. **控制观察法** 又叫实验观察法,只在预先设置的观察情景和条件下进行观察的方法,其结果带有一定的客观性和必然性。在进行有关儿童行为、社会活动或动物活动的观察时多采用此观察法。

3. **临床观察法** 是通过临床观察记录获取资料来进行分析研究。临床观察在护理心理学中

非常重要，它可以探讨行为变异时个体心理现象的病理生理机制，深入研究患者的超限内心冲突与心理创伤所造成的心理障碍、心身疾病及精神疾病等。

观察法是科学研究史上最原始、应用最广泛的一种方法。在一些研究工作中即使采取其他研究方法，观察法也是不可缺少的，另外通过各种方法搜集来的资料也常常需要用观察法加以核实。分析观察法研究结论的重要条件是所得的资料必须具有真实性与代表性，使用观察法必须考虑如何避免观察者主观因素所导致的误差。观察法在研究患者的心理活动、心理评估、心理干预中被广泛应用。

二、实 验 法

实验法（experimental method）是经过设计，在高度控制的条件下，通过系统的操作自变量，观察因变量随自变量改变而受到的影响，来研究变量之间相关或因果关系的方法。与其他研究方法相比，实验法被认为是最严谨的方法。

实验法是定量研究的一种特定类型。应满足以下条件：①要建立变量之间的相关或因果关系的假设；②自变量要很好地被“孤立”；③自变量必须是可以改变和容易操纵的；④试验程序和操作必须能够重复进行；⑤必须具有高的控制条件和能力；⑥实验组和对照组必须能很好地匹配。

实验法在护理心理学研究中被广泛应用于对某一学说的证实和某种手段、方法的效果研究。控制是实验法研究的最本质的特征，没有控制就没有实验。实验研究的质量很大程度上取决于实验设计，所以实验法在具体操作时要严格按照实验设计的基本原则进行分组、抽样，对获得的数据进行统计学分析、处理和显著性检验。如果研究者在实验中缺乏适当的、准确的控制，那将无法确定实验结果究竟是由设计（假设）自变量所致，还是由于其他一些未能加以控制的因素造成。

三、调 查 法

调查法（survey method）是研究者以研究问题为范围，预先拟定一些题目，通过座谈、访谈、问卷等方式获得资料并加以分析研究的方法。常用的调查法有以下两种。

（一）访谈法

通过与患者交谈，了解其心理活动，同时观察其访谈时的行为反应，以补充、验证所获得的语言信息，经记录、分析得到研究结果。访谈法通常采取一对一的访谈方式，其效果取决于问题的性质、研究者的知识水平和访谈技巧。此法既可用于患者，也可用于健康人群，是护士临床心理护理的最常用方法之一。

座谈会是以少数研究者同时面对多个被试者的访谈形式。相对于访谈法，座谈范围较大，便于一次获得较多同类资料或信息，满足分析、研究的需要。

（二）问卷法

只采用事先设计的调查问卷，现场或通过信函、电子邮件交由被试者填写，然后对回收问卷中的问题分门别类地分析研究，适用短时间内书面收集大范围人群的相关资料。

问卷法的研究质量取决于研究者的思路、问卷设计的技巧及被试者的合作程度等。此法简便

易行,信息容量大,但其结果的可靠性、真实性受各种因素影响程度不同,故必须以科学态度分析,报告问卷法所获研究结果,较好体现问卷法对其他研究方法的辅佐及参考价值。对护理心理学研究而言,在了解患者心理特点、分析患者心理需求等问题时,通常采用这种方法。

四、测 验 法

测验法(test method)也称为心理测验法,指以心理测验作为个体心理反应、行为特征等变量的定量评估手段,依据其测验结果揭示研究对象的心理活动规律。此法需要采用标准化、有良好信度和效度的测验工具或量表,如人格量表、症状量表、行为量表、智力测验等。测验法的特点是用统一标准的测验工具,在标准的情景中对被试者心理品质做出标准化的计量。在护理心理学研究中,主要试用测评人格、行为、症状等量表,对患者的心理行为进行测评,对实施心理护理后的效果进行评价。

专栏 1-2 “延迟满足”实验

在美国得克萨斯州的一座城镇小学,正当校园里苹果树飘香的季节,一个班的8位同学被叫到校长室旁边的房间,一位学者跟随校长走了进来。学者发给每人一块包装精美的糖,交代说:“现在同学们每人手上有一块糖,你可以随时吃掉它。不过谁要是等到我回来再吃,还会再得到一块糖的奖励”。学者交代完毕,就和老师一同离开了。糖块在自己的手中,早吃晚吃皆可自行其是。晚吃可以多得到一块糖,符合每位学生的愿望,只是必须抵御品尝的诱惑。随着时间的推移,一位意志薄弱的学生首先剥掉糖纸,把糖放进嘴里并发出“啧啧”声。受这位同学的感染,又有几位同学放弃得到另一块糖的机会,剥开糖纸品尝起来。过了40分钟,仍有一半学生理智地控制自己的欲望,一直等到学者回来,幸运地争取到了最好的结果。



图 1-3 “延迟满足”实验

学者跟踪这些参与者长达20年,结果发现凭借良好自制力能够“延迟满足”的同学,数学和语文成绩要比那些管不住自己的学生平均高出20分,参加工作后把握机会的能力都很强,都能不畏艰难走出困境获得成功。而那些没有经得住“延迟满足”考验的学生,后来大多没有什么出息。

这项测试情商的“延迟满足”心理实验,给人们两点启示:一是情商包含两大要素,即价值判断和自制力,就是不但要能判断出什么对自己有利,还要能抵御诱惑,控制自己采取正确的行动;另一点是情商比智商更重要。此实验从分类方法上属于控制观察法。

复习与思考题

1. 护理心理学的概念是什么?
2. 护理心理学的研究对象和任务是什么?
3. 护理心理学主要有哪些研究方法?

(苑杰)