

# 前 言

康复的三项基本原则，即功能训练、全面康复、重返社会，每一项都离不开心理康复的参与。心理康复对于促进康复对象恢复功能，成为独立自主的个体，平等参与社会生活具有重要意义。康复治疗技术专业的学生学习康复心理学，有助于他们建立整体康复的意识，同时这也是现代生物-心理-社会医学模式的要求。

全书内容包括绪论、心理学基础、病残后的心理变化过程、康复心理评估、医患关系与康复心理、康复心理治疗技术、应激相关障碍的心理康复、心理生理障碍的心理康复、肢体功能障碍的心理康复、感觉器官功能障碍的心理康复、精神障碍的心理康复和特殊儿童的心理康复，努力体现康复心理学的理论、方法和技术。本书紧紧围绕学生工作岗位能力的需求，坚持先进性、科学性和适教性，便于老师教和学生学。本书注重体现职业教育培养理念，设有案例、链接、医者仁心、自测题等模块，并配有实训指导。本书不仅注重学生技能培养、思维方式训练，还有助于提高学生解决临床实际问题的能力。

本书的编者是来自临床和教学一线的精神科医生、心理治疗师和康复心理学教师，在此，对于大家的辛苦付出表示感谢。另外，特别感谢中国康复研究中心心理科刘松怀主任对全书的建议、指导及审稿。由于编者水平有限，书中可能存在不足之处，恳请各位读者在使用过程中提出宝贵意见，以便改进和完善。

编 者

2022年10月

## 配套资源

欢迎登录“中科云教育”平台，**免费**数字化课程等你来！

### “中科云教育”平台数字化课程登录路径

#### 电脑端

- 第一步：打开网址 <http://www.coursegate.cn/short/B43ZS.action>
- 第二步：注册、登录
- 第三步：点击上方导航栏“课程”，在右侧搜索栏搜索对应课程，开始学习

#### 手机端

- 第一步：打开微信“扫一扫”，扫描下方二维码



- 第二步：注册、登录
- 第三步：用微信扫描上方二维码，进入课程，开始学习

**PPT课件，请在数字化课程中各章节里下载！**

# 目 录

<b>第 1 章 绪论</b> .....	1	第 1 节 心理生理障碍概述 .....	76
第 1 节 康复心理学概述 .....	1	第 2 节 常见心理生理障碍的心理	
第 2 节 康复心理学的研究对象、内容		康复 .....	79
及方法 .....	4	<b>第 9 章 肢体功能障碍的心理康复</b> .....	87
<b>第 2 章 心理学基础</b> .....	8	第 1 节 脑卒中患者的心理康复 .....	87
第 1 节 心理现象及其本质 .....	8	第 2 节 脊髓损伤患者的心理康复 .....	91
第 2 节 认识过程 .....	10	第 3 节 截肢患者的心理康复 .....	94
第 3 节 情绪与情感过程 .....	18	<b>第 10 章 感觉器官功能障碍的心理康复</b> .....	98
第 4 节 意志活动 .....	20	第 1 节 视觉障碍者的心理康复 .....	98
第 5 节 人格 .....	22	第 2 节 听觉障碍者的心理康复 .....	102
<b>第 3 章 病残后的心理变化过程</b> .....	31	<b>第 11 章 精神障碍的心理康复</b> .....	106
第 1 节 病残后的心理阶段和心理防御		第 1 节 心理异常概述 .....	106
机制 .....	31	第 2 节 精神病性障碍的心理康复 .....	108
第 2 节 影响康复者心理状况的主要		第 3 节 抑郁障碍的心理康复 .....	110
因素 .....	33	第 4 节 焦虑障碍的心理康复 .....	111
<b>第 4 章 康复心理评估</b> .....	35	第 5 节 强迫障碍的心理康复 .....	112
第 1 节 康复心理评估概述 .....	35	第 6 节 恐惧症的心理康复 .....	114
第 2 节 心理测验 .....	38	第 7 节 人格障碍的心理康复 .....	115
<b>第 5 章 医患关系与康复心理</b> .....	47	第 8 节 器质性精神障碍的心理康复 .....	118
第 1 节 医患关系及其影响因素 .....	47	第 9 节 网络游戏障碍的心理康复 .....	120
第 2 节 康复过程中的治疗关系 .....	50	<b>第 12 章 特殊儿童的心理康复</b> .....	124
第 3 节 康复治疗中的心理问题 .....	52	第 1 节 概述 .....	124
<b>第 6 章 康复心理治疗技术</b> .....	54	第 2 节 常见特殊儿童的心理康复 .....	126
第 1 节 康复心理治疗概述 .....	54	<b>实训指导</b> .....	131
第 2 节 常用的心理治疗技术 .....	57	实训指导 1 心理测验 .....	131
<b>第 7 章 应激相关障碍的心理康复</b> .....	65	实训指导 2 心理治疗技术 .....	131
第 1 节 应激 .....	65	实训指导 3 冠心病患者的心理康复 .....	132
第 2 节 急性应激反应的心理康复 .....	70	实训指导 4 脊髓损伤患者的心理	
第 3 节 创伤后应激障碍的心理康复 .....	72	康复 .....	133
第 4 节 适应障碍的心理康复 .....	73	<b>主要参考文献</b> .....	134
<b>第 8 章 心理生理障碍的心理康复</b> .....	76	<b>自测题选择题参考答案</b> .....	135



# 第 1 章

## 绪 论

康复心理学是康复医学和心理学的交叉学科。康复心理学把心理学的理论和方法应用于康复领域,研究和解决康复实践中的心理行为问题,主要包括伤病残患者的心理行为特点和心理康复的理论及技术。康复心理学有助于康复对象适应伤病与残疾现实,挖掘潜能,重新回归社会,是现代生物-心理-社会医学模式发展的需要。

### 第 1 节 康复心理学概述



#### 案例 1-1

孙某,男,26岁,消防员,在一次火灾抢救中由于遭遇燃气爆炸失去了右腿,当时他目睹了两名战友牺牲。在康复过程中,孙某的身体状况越来越稳定,精神状态却越来越糟糕。最近他睡觉时频繁惊醒,火场里的画面一遍遍在他眼前闪现,表现为肌肉紧张、恐惧、叹气,对战友的牺牲感到自责。这些心理问题使他不能参加活动,不愿接触人,做事时注意力无法集中,体会不到生活的乐趣。

问题: 1. 孙某是否已经完全康复?  
2. 心理康复的意义是什么?

#### 一、康复心理学的概念

心理康复是指运用系统的心理学理论和方法,对患者由损伤、残疾和障碍引起的心理问题进行干预,以提高其心理健康水平。

康复心理学是研究残疾人和疾病人群的心理活动、现象和规律的科学。目的是解决康复对象的各种心理障碍,帮助他们最大限度获得健康、功能和社会角色,适应现实,发挥潜能,重新回归社会。同时,康复心理学还探索伤、病、残与社会的相互影响,心理状态与躯体功能的相互作用等。

#### 二、康复心理学的发展

康复心理学起源于现代心理学,伴随康复医学的出现而发展,医学模式的转变则加快了这一学科的临床应用。

##### (一) 现代心理学的诞生和发展

19世纪之前,心理学一直隶属于哲学的范畴。1879年,德国医学博士冯特在莱比锡大学建立了世界上第一个心理实验室,用自然科学方法研究感觉、知觉等基本心理现象。他创办了刊登心理学实验成果的杂志《哲学研究》,出版了第一部科学心理学专著《生理心理学纲要》。这使得心理学从哲学中脱离出来,成为一门独立的科学。随后,欧洲和北美相继建立心理学系和心理学实验室。20世纪以后,西方相继出现许多心理学派,各家学说竞相争鸣。重要的有,奥地利维也纳精神科医生弗洛伊德创立了精神分析学派,强调无意识的欲望或动机是支配人类行为的根源。美国心理学家华生创立了行为主义学派,主张心理学研究行为,反对研究意识。美国心理学家马斯洛创立了人本主义学派,该学派的代表罗杰斯

创立了以人为中心疗法,认为心理障碍的原因是个体的需要没有得到充分满足,自我实现受阻,潜能未得以充分发挥。埃利斯和贝克是认知学派的代表,认为人们的不良情绪主要是由于错误的或非适应性的信念所致,因此要通过认知重建增强患者的心理应对能力。与此同时,生理心理学、发展心理学、社会心理学、神经心理学等也得到了快速的发展。中华人民共和国成立之前,南京高等师范学校等大学已设立了心理学课程,中华人民共和国成立之后,北京师范大学等大学设立心理学部,培养心理学人才,并在基础理论研究和应用研究方面取得许多进展。

## 链接

### 冯特简介

威廉·冯特(Wilhelm Wundt, 1832—1920),德国生理学家、心理学家、哲学家,被公认为是实验心理学之父。冯特出生在德国一个牧师家庭,1855年在海德堡大学获得医学博士学位。他先后在海德堡大学和莱比锡大学任教,学识渊博,著述甚丰。他的研究领域涉及哲学、心理学、生理学、物理学、逻辑学、语言学、伦理学、宗教等。冯特主张将实验法与内省法结合起来研究人的直接经验,增强了心理学研究的科学性。

## (二) 康复心理学的建立和发展

第二次世界大战使成千上万士兵和平民的身体被摧残,同时也使他们的精神遭受打击,一系列心理、社会问题由此产生。为了使他们在躯体、心理和职业等方面得到全面康复,尽快回归家庭和社会,美国政府建立了许多康复中心,康复医学得到迅速发展。在躯体康复的同时,战争所导致的情感创伤,需要心理学工作者进行治疗,逐渐出现了专门的心理康复工作人员和相关机构。后来产生了康复心理学的组织,如美国心理学会成立了“失能的心理因素全国理事会”,后来发展成为美国心理学会的康复心理学部。康复心理学部的目标是:①鼓励会员推广和交流与康复有关的心理学学术成果和资料;②召集与心理学问题有关的同道们更好地为康复患者服务;③发展康复患者与其组织的联系;④与其他有共同目标的组织合作;⑤向群众宣传康复患者的心理和社会因素;⑥向立法与管理机构解释康复工作的心理和社会因素的重要性和康复心理学的价值;⑦促使康复心理学成为一个独立的职业专科;⑧努力为康复心理学家们创造合适的训练标准和方案。心理学家、社会学家、教育学家和精神病学家的相继加入,有力地推动了康复心理学的发展。随着社会的发展,心理康复服务已逐渐从机构走向社区和家庭。

20世纪40年代末至50年代初,我国心理学家黄嘉音教授在精神科尝试运用心理学原理对患者的病因进行分析和解释,并进行了支持疗法的实践。中华人民共和国成立后,老一代医学心理学工作者创立的对神经衰弱的“快速综合治疗方法”受到学术界和社会的重视。20世纪80年代后,随着改革开放和经济社会的快速发展,高等医学院校纷纷设立康复医学、医学心理学等课程,全国各省市也建立了一些康复医院、康复病房。随着国内外学术交流的增多以及医学模式的转变,国外成熟的心理评估方法和心理治疗技术如情绪测验、智力测验、精神分析疗法、行为疗法、认知疗法等,被国内学者所接受,并应用于患者的康复过程中。1993年,中国康复医学会成立了康复心理学专业委员会,推动了我国的康复心理工作。2008年汶川地震后,心理康复进一步得到了社会和政府的关注与重视。但目前我国心理康复专业人员数量不足,缺乏完善的专业教育标准和资格认证制度,职业化程度还有待加强。

## (三) 医学模式的转变和康复心理学的应用

医学模式是人们对健康和疾病总体的认识和本质的概括,体现了一定时期内医学发展的指导思想,是一种哲学观在医学上的反映。随着生产力和科学技术的发展,人类对健康和疾病的思考也发生了相应的改变。医学模式在历史上历经几次重要的演变。

1. 神灵主义医学模式 在原始社会,生产力发展水平低下,科学知识贫乏,科学思想尚未树立,人们认为生命和健康由神灵主宰,相信“天命”,疾病和灾祸是天谴神罚。当时治疗疾病的主要方法是求神问卜、祈祷或者巫医巫术,无从谈及对疾病病因的自然主义认识。

2. 自然哲学医学模式 随着社会生产力的发展,人类逐渐认识自然现象,并努力用自然主义的观点解释疾病的原因。具有代表性的学说,有我国的“阴阳五行”学说和西方希波克拉底的“体液”学说。这些认识具有朴素的唯物论、辩证法和整体观的特点,至今仍有一定的指导意义,但缺乏实证科学的证据支持,大多为假说。

3. 生物医学模式 16~17世纪,欧洲文艺复兴运动推动了科学的进步,生物学家、医学家提出了进化论、血液循环说和细胞学说,发现了微生物等致病因子。这些科学事实使人们对疾病有了较为正确的认识,从生物学角度明确了疾病原因,形成了生物医学模式。在此模式下,解剖学、生理学、微生物学和免疫学等生物医学体系形成,消毒、麻醉和手术技术出现,各种药物研制成功,并在细胞和分子水平对疾病有了更深入的认识。人类在认识疾病和治疗疾病方面取得了巨大的进步。但是,这一模式将人体视为机器,把器官视为零件,“头痛治头,脚痛治脚”,是一种机械的唯物论,且未考虑心理、社会因素对躯体健康的影响。

4. 生物-心理-社会医学模式 随着时代的不断发展,疾病谱和死亡谱发生了根本变化,心血管病、脑血管病和恶性肿瘤等替代了传染性疾病,成为人类健康的主要危害,而这些疾病与心理因素、社会因素、个人行为、生活方式等密切相关。1977年,美国医生恩格尔在《科学》杂志上发表文章《需要新的医学模型:对生物医学的挑战》,批评了生物医学模式的“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。

随着生物-心理-社会医学模式的转变和“整体观”的理念日益深入人心,心理康复已成为伤病残全面康复的重要组成部分,康复心理学的理论和技术在临床中得到越来越广泛的应用。

### 三、康复心理学在康复医学中的意义

康复医学是一门年轻的学科,与预防、保健、医疗共同组成一个完整的健康体系,让人类的生命与健康上了一个更新、更高的台阶。康复的三项基本原则,即功能训练、全面康复、重返社会,每一项都离不开心理康复的参与。心理康复对于促进康复对象恢复功能,成为独立自主的个体,平等参与社会生活具有重要意义。

#### (一) 促进躯体康复

患者在患有躯体疾病和功能障碍的同时,往往伴有不同程度的心理行为障碍,可能导致患者参与康复治疗的主动性、积极性下降,注意力不集中,或者根本无法配合康复师。这些都会影响患者康复的效果,甚至会加重疾病和功能障碍。康复师通过心理治疗、物理治疗或者药物治疗实施的心理康复,有助于患者躯体康复目标的实现。

#### (二) 促进精神康复

智力残疾、精神障碍患者是康复心理学的重要研究对象,躯体疾病患者也可能合并严重程度不等的认知障碍或精神卫生问题。康复心理学为精神康复提供了一系列的理论和方法,促进了精神康复的发展。

#### (三) 提高社会功能

个体的社会功能包括生活能力、学习能力、工作能力和社交能力。其中,生活能力又包括了个体的日常生活能力和家庭生活能力。患者在这些能力的恢复过程中可能存在一些心理障碍,需要通过心理康复予以消除,提高其社会适应能力,助其重返家庭和社区。

#### (四) 推动职业康复

患者功能康复的终极目标是实现重新就业。但由于病残之后患者的活动能力和学习能力受限,或者人格的改变导致其与同事的合作性差,难于坚持完成一项任务,最终影响了患者的工作能力。因此,需要对患者进行职业心理评估与咨询,根据其心理特征及能力,选择适合的工作。同时对患者进行认知和行为矫正,培养其乐观、耐心、宽容和合作的品质,以便更好地适应工作。

 医者仁心

## “双心医学”的积极倡导者胡大一

在 G672 次列车行进途中，一名男性乘客突发心肌梗死，生命危急。幸运的是，国内著名心血管内科专家胡大一，也在这列火车上，因为救治及时，男乘客得以在最短时间内获救。胡大一是我国医学教育家，曾经担任北京大学人民医院心脏中心主任。他在国内最早提出“双心医学”的概念，把精神心理的评估和干预有机融入心内科的医疗实践。为践行这一理念，他开设“双心门诊”，积极推动心脏疾病的预防与康复事业。

## 第 2 节 康复心理学的研究对象、内容及方法

### 一、康复心理学的研究对象

康复心理学的研究对象较为广泛，包括残疾人、老年患者、儿童患者、伴有功能障碍的各类慢性病患者和精神障碍患者等。

#### （一）残疾人

残疾分为六类，包括视力残疾、听力残疾、言语残疾、智力残疾、肢体残疾和精神残疾。由于生理缺陷或功能障碍，残疾人可能会出现各种心理行为问题而影响到康复的进程，因此需要心理上的支持和社会的帮助。他们是康复心理学的主要研究对象。

#### （二）老年患者

我国已步入老龄化社会，随着老年人的数量在社会中的比例日渐增高，老年人的心理问题也呈增长态势。老年人由于生理功能的下降或社会角色的转变，容易产生失落、孤单、自卑的情绪。伴有残疾或慢性病的老年人，更容易出现焦虑或抑郁等心理障碍，还有的老年人出现了记忆力等认知能力的下降。心理康复对于老年人生理和心理功能的恢复具有重要的作用。

#### （三）儿童患者

随着社会的进步，残疾儿童的康复得到人们广泛的重视。这些儿童在身心发展上存在缺陷，如智力、听力、视力受损或肢体残疾、情绪行为障碍、自闭症（孤独症）等。他们在言语、社交、运动、情绪情感等方面的发展受限，影响了其心理健康。残疾儿童的心理健康已成为重要的研究课题，临床应根据儿童的心理生理特点，采取针对性的心理康复措施，最大程度促进儿童的身心发展。

#### （四）慢性病患者

常见的慢性病主要有心脑血管疾病、癌症、糖尿病、慢性呼吸系统疾病等，其中心脑血管疾病包含高血压、脑卒中和冠心病等。慢性病会造成肢体或内脏器官的功能障碍，影响患者劳动能力和生活质量，再加之社会和家庭环境的不良因素，容易给患者带来心理压力。心理健康状态与生理健康状态密切相关，躯体健康状况越差，心理问题的发生率就越高。慢性病人群中有一半的人存在不同程度的心理问题。如果这些心理问题不消除，就会影响各种康复措施的实施和整个康复治疗的效果。因此，慢性病患者也成为康复心理学的研究对象。

#### （五）精神障碍患者

精神障碍是在各种生物、心理、社会环境等因素的影响下，人的大脑发生病理生理变化使其功能损害，导致其认知、情感、行为等精神活动出现异常的总称。常见的有情感障碍、精神分裂症、脑器质性精神障碍等。由于精神障碍容易反复发作，通常除了药物治疗，还需配合心理康复，增强患者的抗压能力，最大程度上减少复发。为了防止精神障碍患者社会功能的衰退，还要积极开展生活技能、基本职业技能、人际交往能力的康复训练，促使患者早日回归社会。

## 二、康复心理学的研究内容

康复心理学主要研究康复中的心理现象和规律, 应激与残疾的关系, 心理社会因素与躯体功能的关系, 以及各种心理行为治疗技术的应用等。

### (一) 研究应激与残疾的关系

康复心理学主要研究伤残引起的应激反应, 包括急性应激障碍、创伤后应激障碍、适应障碍, 以及这些反应对于康复的影响。通过改变不良行为模式和反应模式, 增强个体的社会适应性和心理承受力, 减少心理残疾的发生。

### (二) 研究康复中的心理规律

康复心理学研究康复对象在康复过程中的心理现象和问题, 总结规律, 为心理康复提供科学依据, 充分调动康复对象训练的积极性, 推动其功能的康复。

### (三) 研究康复心理的评估

采用心理评估的方法, 特别是心理测验对康复对象的心理状态进行评定, 为制订心理康复计划提供依据, 同时对心理康复的效果进行客观的评价。

### (四) 研究心理治疗在康复中的应用

患者在康复过程中可能出现各种心理行为问题, 影响其康复的主观能动性和治疗效果。针对其心理问题, 应采取适当的心理治疗, 促进其心理和生理功能的康复。目前常用的心理治疗方法有支持性心理治疗、认知疗法、行为疗法等。

### (五) 研究为康复者的家属提供心理援助

家属在照料康复者的过程中面临着各种各样的精神压力, 可能会出现焦虑抑郁的情绪。家属在与康复者的沟通方面也可能存在障碍, 双方之间甚至可能产生矛盾和冲突。通过研究家属的心理压力, 以及家属与康复者的交流模式, 改善家庭成员的互动关系, 促进患者的康复。

## 三、康复心理学的研究方法

康复医学领域内的各种心理现象是康复心理学的研究对象, 其主观性较强, 因此需要采取科学的方法, 尽可能揭示客观规律, 得出可检验的结论。

### (一) 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外在行为进行观察和记录。观察法是所有科学研究的基本手段, 也是心理学研究的重要方法之一。例如, 应用单面镜观察患者在自然条件或控制条件下的表现, 或者应用录像来记录儿童的行为。观察法的优点是简便、易行, 可获得许多基本的、真实的资料; 不足之处是对人的内在心理活动很难把握, 推断时带有偶然性和主观性, 有时观察还受到许多条件的限制。

### (二) 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采用最普遍、最基本的方法之一, 心理学的实验既可以在实验室中进行, 也可以在自然生活条件下, 结合经常性的业务工作开展。例如, 应用遥控埋藏电极的技术, 可以观察动物在自由活动的环境下接受各种刺激时所引起的电反应和内脏活动的情况。这是一种实验室实验法, 可以严格控制外界条件, 具有很大的主动性和可重复性。研究如何分配认知训练的时间对记忆恢复有利, 可以选定记忆力水平上相等的两个组用同样的材料来训练, 一组用集中训练的方式进行康复, 另一组用分散训练的方式进行康复, 经过一定的时间来比较两个组记忆成绩的差异。这是一种自然实验法, 具有实验法和观察法的优点, 既能主动地创造条件, 又能在比较自然的状态下进行, 获得的结果更符合实际。

### （三）调查法

调查法是以间接的方式（借助于问卷或向当事人询问等）对被试的心理、态度、意见或行为进行研究的一种方法。用口头提问进行的调查叫访谈法。用问卷的方式提问，让被试回答，叫问卷法。使用访谈法时，事先要列好问题的提纲。使用问卷法时，要按照科学的程序制定好问卷。调查法的优点是相对容易开展，并可以扩大信息的来源，还可验证不同信息的可靠性和有效性；缺点是被调查者记忆不够准确等原因可能使调查结果的可靠性受到影响。

### （四）测验法

测验法是利用心理评估工具（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。例如，测量智力水平的韦克斯勒成人智力量表（Wechsler Adult Intelligence Scale, WAIS）、斯坦福-比奈智力量表（Stanford-Binet Intelligence Scale），测量人格的明尼苏达多相人格调查表（Minnesota Multiphasic Personality Inventory, MMPI）、艾森克人格问卷（Eysenck Personality Questionnaire, EPQ）以及各种症状评定量表。测验法具有数量化、标准化和客观化的优点，所得结果比较可信、有效；但测验本身也存在一定误差。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要谨慎解释，不能轻易做出因果推论，最好与其他方法所得到的资料相互印证。

### （五）个案法

个案法是对某心理现象的特例或临床案例进行专门研究以得出一般规律的研究方法，是历史上采用最早的方法。这种方法要对某一个体在较长时间内连续进行调查和了解，收集全面的资料，从而研究其心理发展变化的过程。资料的内容包括个案的基本信息、家庭背景、成长经历、社会关系、问题发展史以及重要的生活事件等。还可借助个案的日记、周记、作文或照片等文件来了解个案的情形。个案法在心理学的临床实践中特别重要，比如用个案法研究儿童心理发展，在现代心理学中曾起到重要作用。在培训临床心理学工作者时也常常需要借助于个案法。个案法的优点是能充分包含个案信息，可以发现某种理论的例外情况，个案的详细描述更生动，被接受程度高；缺点在于研究对象是独特个体的独特事件，具有选择偏差，所得结论不能轻易向外推广。

## 自 测 题

### 选择题

#### A 型题

1. 康复心理学的医学模式为
  - A. 神灵主义医学模式
  - B. 自然哲学医学模式
  - C. 生物医学模式
  - D. 机械论医学模式
  - E. 生物-心理-社会医学模式
2. 1977年提出生物-心理-社会医学模式的人是
  - A. 弗洛伊德
  - B. 恩格尔
  - C. 华生
  - D. 冯特
  - E. 希波克拉底
3. 在控制的条件下观察、测量和记录个体行为的一种研究方法
  - A. 观察法
  - B. 调查法
  - C. 测验法
  - D. 个案法

#### E. 实验法

#### X 型题

4. 康复心理学在康复医学中的作用是
  - A. 康复心理学为精神康复提供了一系列的理论和方法，促进了精神康复的发展
  - B. 通过心理治疗、物理治疗或者药物治疗，实施心理康复，有助于躯体康复目标的实现
  - C. 心理康复对于促进康复对象恢复功能，成为独立自主的个体，平等参与社会生活具有重要意义
  - D. 患者在日常生活能力的恢复过程中可能存在一些心理障碍，需要通过心理康复予以消除，提高社会适应能力，助其重返家庭和社区
  - E. 对患者进行职业心理评估与咨询，根据其心理特征及能力，选择适合的工作。对患者进行认知和行为矫正，培养乐观、耐心、宽容和合作的品质，更好地适应工作

5. 康复心理学研究对象包括
- A. 残疾人
  - B. 老年患者
  - C. 儿童患者
  - D. 慢性病患者
  - E. 精神障碍患者
6. 康复心理学的研究内容是
- A. 患者在康复中的心理规律、心理现象或问题
  - B. 应激与残疾的关系
  - C. 康复心理的评估
  - D. 心理治疗在康复中的应用
  - E. 康复对象家属的心理问题和心理支持

(郭志华)

# 第2章

## 心理学基础

### 第1节 心理现象及其本质



#### 案例 2-1

王某，女，47岁，因在家干家务活搬重物时姿势不对、用力过猛导致腰部伴右侧下肢剧烈酸胀样疼痛。她行走或站立时疼痛明显，卧位时疼痛缓解，无明显麻木感。该患者以腰椎间盘突出症入住康复医学科，康复医生给予口服药物、物理治疗等治疗方式。患者在治疗后仍诉疼痛明显，治疗的第三日，医生在物理治疗时为患者播放舒缓的轻音乐，治疗结束时患者主动告诉医生疼痛明显减轻，且心情舒畅。

**问题：**1. 该患者在物理治疗时协同使用音乐，治疗师用的是什么原理？  
2. 临床康复中，什么情况下还可采用音乐来进行康复治疗？

#### 一、心理现象

心理现象是指心理活动的过程、状态及其倾向性特征。心理学上一般把心理现象分为心理过程和人格两个方面。

1. 心理过程 心理过程是指心理现象发生、发展和消失的过程，包括认识过程、情绪情感过程与意志过程。

(1) 认识过程 认识过程是指人脑对客观事物的属性、特点及其规律的反映，包括感觉、知觉、注意、记忆、思维、想象等认识活动。

(2) 情绪情感过程 情绪情感过程是指一个人在对客观事物的认识过程中表现出来的态度体验。

(3) 意志过程 意志过程是指人们为了改造客观事物，自觉地确定目的，调节支配行动，克服困难，最终实现目标的过程。

上述三个过程之间是相互联系、相互制约的，情绪情感和意志是在认识的基础上产生和发展起来的，同时又影响认识过程。

2. 人格 人格是指一个人的整体精神面貌，是具有一定倾向性的心理特征的总和。它包括人格心理特征、人格倾向性和自我意识。

(1) 人格心理特征 人格心理特征是指一个人身上经常表现出来的稳定的心理特点，主要表现在能力、气质和性格等方面。

(2) 人格倾向性 人格倾向性是指一个人所具有的意识倾向，即人对客观事物的稳定的态度，它是人从事活动的基本动力，决定着人的行为的方向，包括需要、动机、兴趣、理想、信念和世界观等。

(3) 自我意识 自我意识是一种自我调节系统，由自我认识、自我体验、自我调控三部分构成。

心理现象可归纳为如下内容（图 2-1）。

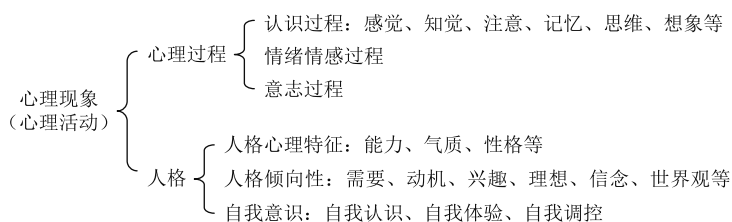


图 2-1 心理现象

3. 心理过程与人格的关系 心理过程和人格是个体心理活动的两个方面，二者是相互依存、相互制约的不可分割的整体。人格通过心理过程形成并表现出来，又反过来制约和调节心理过程的进行。如果没有对客观事物的认识，没有对客观事物产生的情绪和情感，没有对客观事物的积极改造的意志过程，人格是无法形成的。而已经形成的人格又会制约着心理过程的进行，并在心理活动过程中得到表现，从而对心理过程产生重要影响。

## 二、心理的本质

### （一）心理是脑的功能

人的心理究竟是什么？它是怎样产生的？古今中外，围绕心理的实质出现了形形色色的观点和假说，形成了两种对立的心理观，即唯物主义心理观和唯心主义心理观。

唯心主义心理观认为心理是不依赖于物质而独立存在的。唯物主义心理观认为心理的产生有赖于物质的存在。“天下无心外之物”，意指世界万事万物是心理的本源。

“形具而神生”这一唯物主义观点肯定了心理产生于机体的某一特定器官，但心理究竟产生于哪一种器官，经历了不同的认识阶段。在古代，由于科学技术发展的局限性，人们认为心理是由内脏器官产生的，心脏是产生心理活动的主要器官。这种观点至今在汉语言中还留有痕迹，如汉字中几乎所有与心理活动有关的字都带“心”或“忄”旁，如“思、想、感、情、愤、怒、恐、惧等”，与心理活动有关的成语也多带有“心”字，如“心想事成”“心中有数”“心心相印”等。

随着知识经验的积累和医学的进步，人们逐步增强了对脑的认识，把心理的产生与脑的活动联系起来。心理活动的基础是神经系统，其最高部位是脑。心理的发生和发展是以脑的发育完善为物质基础的，脑是心理活动的器官，心理是脑的功能。

### （二）心理是对客观现实的反映

心理是脑的功能，但人脑只是产生心理的物质基础，人脑只有在客观现实的作用下才能产生心理。没有客观现实作用于脑，心理活动便无从产生。

1. 客观现实是心理的源泉和内容 人的心理活动无论简单还是复杂，在客观现实中都可以溯源。例如，医生对患者进行诊断，就是对患者的症状、体征及疾病过程中各种病理表现相互关系的反映；神话中虚构的形象其原始材料也来源于客观现实，如孙悟空、猪八戒的形象就是把猴和猪的形象拟人化而已。人脑好比是个“加工厂”，客观现实就是“原材料”，没有“原材料”，大脑这个“加工厂”就不能生产出任何产品。由此可见，客观现实是心理活动的内容和源泉，如果脱离了客观现实，心理活动就成为无本之木、无源之水。

#### 2. 心理是客观现实的主观能动的反映

（1）心理是客观现实的主观反映 人的一切心理活动，从感觉、知觉、思维、想象，到情感、意志，都是人脑对客观现实的反映，就其反映的内容来说是客观的，但反映的方式和结果却是主观的。每个人的知识经验、生活经历、个性以及当时的心理状态不同，必然使人的心理活动带有鲜明的个人主观色彩，表现为不同的人对同一个事物的反映不同，甚至同一个人不同时间、不同情景下对同一事物的反映也不相同。因此，人对客观现实的反映是主观性的反映。

(2)心理是客观现实的能动的反映 心理不是对客观现实的简单复制,而是通过人和客观现实的相互作用,对客观现实进行积极的、能动的反映。人不仅可以反映客观现实的表面现象和外部联系,而且可以反映客观现实的本质和规律,从而有目的、有计划地改造客观现实。例如,人们根据云雨形成规律施行人工降雨,根据天体运行规律发射人造卫星,根据遗传变异规律进行品种改良等,都说明了人对客观现实的反映是能动的反映。

## 第2节 认识过程

认识过程是心理过程的起点,包括感觉、知觉、记忆、思维、想象、注意等。

### 一、感 觉

1. 感觉的概念 感觉是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性的反映。我们周围的客观事物通常都具有多种个别属性,如物体的大小、形状、颜色、硬度、滋味、气味等,当这些个别属性直接作用于人的眼、耳、鼻、舌、皮肤等感觉器官时,头脑中就会产生事物相应的形象,这就是感觉。例如,我们面前有一个苹果,用眼睛看,知道它有红红的颜色,圆圆的形状;用鼻子嗅,可以闻到浓浓的清香;放在嘴里咬,可以尝到甜甜的味道;拿到手里,可以感到光滑的果皮等。这里的红、圆、香、甜、光滑是苹果的一些个别属性,这些属性直接刺激了我们不同的感觉器官,从而使我们的大脑认识了苹果的这些属性,这个过程就是感觉。

感觉是最简单、最基本的心理现象,然而它在现实生活中却具有非常重要的作用。首先,感觉提供了内外环境的信息。如果没有感觉提供的信息,人就不可能根据自己机体的状态来调节自己的行为,信息超载或不足,都会给个体的心理和生理带来严重的不良影响。“感觉剥夺”实验就证实了这一点。其次,感觉是一切较高级、较复杂的心理现象的基础。人的知觉、记忆、思维等复杂的认知活动,都是在感觉所获得的信息基础上发生的;人的情绪体验,也必须依靠人对环境和自身内部状态的感觉。所以,没有感觉,一切较复杂的、较高级的心理现象就无从产生。

#### 链接

#### 感觉剥夺实验

感觉剥夺实验是把人放在一个没有任何外部刺激的环境中观察其生理心理变化的方法。具体地说,就是把被试放在一个隔音室里,戴上不透明的塑料眼镜限制视觉,手和手臂上都套有纸板做的手套和袖套限制触觉,并用空气调节器的单调嗡嗡声代替听觉,并让其静静地躺在床上。开始阶段,许多被试都是睡觉,或者考虑其自己的事情。然而,两三天后,他们就开始感到无聊和焦躁不安,想要逃脱这单调乏味的环境。之后的几天里,被试注意力涣散,思维受到干扰,不能进行明晰的思考,有的被试甚至出现了幻觉现象。

2. 感觉的种类 根据刺激信息的来源和感觉的性质,一般把感觉分为两类。

(1)外部感觉 外部感觉是指接受外部刺激,反映外部事物个别属性的感觉,包括视觉、听觉、嗅觉、味觉、皮肤觉等。

(2)内部感觉 内部感觉是指接受机体内部刺激,反映机体内部状态和内部变化的感觉,包括运动觉、平衡觉、内脏觉、本体感觉等。

3. 常见的感觉现象

(1)感觉的适应 感觉的适应是指感受器在刺激物持续作用下,使感受性发生变化的现象。这种变化可以是感受性提高,也可以是感受性降低,这对人适应环境具有重要的意义。例如,视觉上的明适应和暗适应是最典型的感受性适应,暗适应是眼睛对暗光感受性提高的表现,而明适应是眼睛对强光感受性降低的表现。正如“入芝兰之室,久而不闻其香;入鲍鱼之肆,久而不闻其臭”,就是嗅觉的适应现象。