

## 第一节 总论

考点 1:

- 1、医学心理是：研究影响**健康**的有关心理问题和心理行为。
- 2、“医学心理学”一词由——德国**洛采**提出来的。(有文采的人)
- 3、第一个心理实验室——德国**冯特**。(疯子研究室)
- 4、1977 年恩格尔提出现代医学模式：**生物-心理-社会医学模式**

考点 2: 医学心理学的临床分支

临床心理学：心理诊断和心理咨询

健康心理学：研究促进身心疾病康复和预防

神经心理学：研究脑和行为关系

考点 3: 医学心理学学派分类

**精神分析理论**：奥地利—**弗洛伊德(佛经)**；潜意识压抑太久—**潜意识、意识、前意识(自我、本我、超我)**

**行为主义理论**：创始人是华生、巴甫洛夫(**花生不行**)

**人本主义理论**：创始人是美国心理学家罗杰斯和马斯洛。**(罗马人)**

## 第二节 医学心理学基础

心理(物质器官)是脑的功能，是人脑对客观现实的主观能动反应。

考点 1: 医学心理学的基本观点包括(**个人心情不会动**)

- 1、**心身统一**
- 2、**社会影响**
- 3、**不同的看法**
- 4、**主动适应与调节**
- 5、**情绪作用**
- 6、**个人特征**

考点 2: 心理活动过程(**知、情、意**)

1、认知过程→感觉、知觉、记忆、思维、注意

2、情绪情感过程→情绪、情感

3、意志过程

考点 3: 认知过程→感觉、知觉、记忆、思维、注意

1、感觉：是人脑对直接作用与于客观事物的**个别属性**的反应

2、知觉：人脑对客观事物**全面/整体属性**的反映。

特性：整体性、选择性、恒常性、理解性

3、记忆：人脑对于过去的经验进行保持和再现

按记忆信息加工方式或保持时间长短分为三个记忆层次：

- 感觉记忆/瞬时记忆：秒
- 短时记忆：分钟，容量有限，7+2记忆单位
- 长时记忆/永久记忆：无容量单位

记忆的三个基本环节：识记、保持、再认和再现(回忆)

考点 4: 情绪情感过程→情绪、情感

情绪：强烈冲动不稳定，是生理性需要(喜怒悲恐)。

情感：稳定而深刻，是社会性需要。

考点 5: 意志

**前提**：具有明确的目的性

**核心**：意志与克服困难相联系

**基础**：随意活动为基础

特征：自觉性、果断性、坚韧性、自制力

考点 6: 需要与动机

马斯洛提出的需要层次论(从低到高)

- 生理的需要：空气、食物、水、性
- 安全的需要：规避危险
- 归属和爱的需要：归属、爱
- 尊重的需要：成就、权利、名誉**自我实现的需要**

考点 7: 动机

产生动机的条件——**内在需要(最基本的生理需要)**和外在诱因

动机冲突类型:

- 双趋冲突: “鱼与熊掌不能兼得”
- 双避冲突: 两个都不想要
- 趋避冲突: 想要又不敢要

考点 8: 人格

性格: 是人格的核心;

能力: 一般能力、特殊能力

1、气质四型:

多血质(属于**活泼好动型**)(孙悟空)

胆汁质(属于**兴奋/精力充沛型**)(猪八戒)

粘液质(属于**安静型**)(沙僧)

抑郁质(属于**抑郁型**)(唐僧)

2、行为:

**A 型: 急躁型**(脾气暴躁, 争强好胜)——**易得心脑血管疾病;**

**B 型: 知足常乐型**——能够减少心脑血管疾病, 易长寿;

**C 型: 易得肿瘤型(Cancer)**——**过度的压抑, 承受多次打击(悲惨人生), 容易得肿瘤。**

### 第三节 心理健康

1、心理健康的标准: ①认知过程正常, 智力正常②情绪良好③人际和谐④适应环境⑤人格完整

2、不同年龄阶段的心理健康(助理不考)

- 语言发展关键是 1~3 岁
- 人格发展关键期在 3~7 岁
- 智力发展关键期在 7 岁

### 第四节 心理应激与心身疾病

一、心理应激: 是人发现有威胁、挑战认知评价后, 所产生的生理及心理的适应性反应过程。(焦虑)

考点 1 应激分类:

- 情绪性应激(焦虑、抑郁、愤怒)
- 认识性应激(偏执、灾难化、钻牛角尖)
- 行为性应激(行为改变摆脱烦恼)

考点 2: 心身疾病: 指心理社会因素在疾病的发生、发展过程中起重要作用的躯体**器质性疾病**和躯体功能性障碍。

**属于心身疾病: 高血压、冠心病、糖尿病、肥胖、癌症、支气管哮喘、神经性皮炎、消化性溃疡。**

**不属于心身疾病: 精神病、传染病、急性感染性疾病、发育障碍。**

### 第五节 心理评估

考点 1: 心理评估的常用方法

- **调查**
- **观察(最基本)**
- **会谈(最常用)**
- 作品分析法: **投射法**(图片——夏洛墨迹、主体统觉)
- 心理测验法: **问卷法(是/否)、作业法(非文字、实际操作)**

考点 2: 心理测验的原则: 标准化原则、保密原则、客观原则

### 第六节 心理治疗

一、概述

考点 1 原则: 信赖性、保密、中立、回避、关系限定原则

考点 2 心理咨询的方式: 最常见、最有效——**门诊咨询**

考点 3 心理治疗的分类

1、精神分析的治疗-弗洛伊德

- 最核心的是**自由联想**, 不干预;
- 治疗: **梦的分析、自由联想、移情治疗。**

2、行为主义的治疗-华生、巴甫洛夫

- 最常用的方法: 系统脱敏法(恐惧症、强迫症)、冲击/满灌疗法(恐怖症、强迫症)  
厌恶疗法(成瘾或对某物依赖)、放松疗法(紧张、焦虑、高血压)
- 适应证: 神经症、人格障碍的不良行为、药物和酒精依赖

3、人本主义疗法-罗杰斯和马斯洛

治疗方法: 以倾听为主

### 第七节 医患关系