

医学心理学第五章 心理因素致病问题第一节 心理应激 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/491/2021\\_2022\\_\\_E5\\_8C\\_BB\\_E5\\_AD\\_A6\\_E5\\_BF\\_83\\_E7\\_c67\\_491636.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/491/2021_2022__E5_8C_BB_E5_AD_A6_E5_BF_83_E7_c67_491636.htm)

心理因素致病只是较大的生物-心理-社会诸因素相互作用系统中的一个环节。因此，在实际应用中，这个议题应该将人的心理、社会、躯体、健康与疾病以及文化传统等诸方面包括在内。在当今医学模式转变、整体医学概念为愈来愈多的医学家接受的条件。 “心理社会因素”（或称“心理社会因素”）这一词的含义远远超出了传统的词义范围而成了包含上述诸方面的大概念。

第一节 心理应激 应激及其对个体的健康状态、医疗保健人员及其他职业群体的效应已经成为一个举世瞩目的问题。自从Selye（1956）提出“应激”这一概念以来，这个问题吸引了医学、心理学、生理学、社会学及其他广泛学科的关注。

（一）应激的一般概念 目前，应激尚无统一的要领。一方面，因研究者的兴趣和学科领域而认识有所不同；另一方面，现有的应激要领还不足以解释心理社会应激原如何影响体内的生理反应。“应激”一词的原意是指一个系统在外力作用下，竭尽全力对抗时的超负荷过程，Selye将这个词引入到生物和医学领域，并根据对其本质认识的发展而不断对它进行修正、补充和扩大。当前，在医学心理学领域中，应激的含义可概括为三大类：1．应激是一种刺激物 这是把人类的应激与物理学上的定义等同起来。即金属能承受一定量的“应力”（Stress）。当应力超过其阈值或“屈服点”（yield point）时就引起永久性损害。人也具有承受应激的限度，超过它也会产生不良后果。2．应激是一种反应 应激是对不良

刺激或应激情境的反应。这是由Selye (1956) 的定义发展而来。他认为应激是一种机体对环境需求的反应，是机体固有的，具有保护性和适应性功能防卫反应，从而提出了包含三个反应阶段（警戒期、阻抗期、衰竭期）的一般适应综合征学说。

3. 应激是一种察觉到的威胁 这是Lazarus (1976) 综合了刺激与反应两种学说的要点而提出的。他指出，应激发生于个体处在无法应对或调节的需求之时。它的发生并不伴随于特定的刺激或特定的反应，而发生于个体察觉或估价一种有威胁的情境之时。这种估价来自对环境需求的情境以及个体处理这些需求的能力（或应对机制，coping mechanism）的评价。这种说法，可以解释对应激性刺激（应激原）作出反应的个体差异，该理论认为，个体对情境的察觉和估价是关键因素。

（二）应激的定义 应激是个体“察觉”环境刺激对生理、心理及社会系统过重负担时的整体现象，所引起的反应可以是适应或适应不良的。这个定义是从Selye及Lazarus两位著名应激研究者的工作中归纳而得。他们两人都强调羊定应激原是正性还是负性的认知过程的重要性。至于唤起机体产生保护性机制成适应不良反应的刺激本质还不清楚。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问  
[www.100test.com](http://www.100test.com)