

临床助理医师考试：《答疑周刊》2021年第19期

问题索引：

一、【问题】简述心理学的概念。

二、【问题】简述心理健康的研究角度。

三、【问题】简述心理健康的标准。

四、【问题】简述心理应激的概念。

五、【问题】简述心理应激的反应类型。

具体解答：

一、【问题】简述心理学的概念。

【解答】

心理学即心理健康，指以积极有益的教育和措施，维护和改善人们的心理状态，去适应当前和发展的社会环境。

二、【问题】简述心理健康的研究角度。

【解答】

角度	特点
病理学角度	脑的结构和生理生化方面发生障碍（颅脑损伤、中毒、感染等）引起的心理异常，强烈的精神刺激引起的大脑出现幻觉、妄想也属于此
统计学角度	利用统计学大多数在统计坐标上分配居中（即接近平均数）者视为正常，把属于两端者视为异常。心理正常和变态仅有一墙之隔
“文化学”角度	人的心理和行为是否符合其生活环境所提出的要求，是否符合社会行为规范、道德准则等方面来判断
角度	特点

三、【问题】简述心理健康的标准。

【解答】

标准	特点	标准	特点
智力正常	属于人正常活动的最基本心理条件，是心理健康首要标准	智力正常	属于人正常活动的最基本心理条件，是心理健康首要标准



情绪良好	心理健康者=愉快+开朗+自信; 出现负面情绪时能够善于调整	情绪良好	心理健康者=愉快+开朗+自信; 出现负面情绪时能够善于调整
人际和谐	体现在乐于与人交往+保持独立人格 (有自知之明, 不卑不亢)+能客观评价他人 (取人之长补己之短, 宽以待人, 友好相处, 乐于助人)+交往中积极多于消极	人际和谐	体现在乐于与人交往+保持独立人格 (有自知之明, 不卑不亢)+能客观评价他人 (取人之长补己之短, 宽以待人, 友好相处, 乐于助人)+交往中积极多于消极

四、【问题】简述心理应激的概念。

【解答】

心理应激是指人对外界环境有害物、威胁、挑战经认知、评价后所产生的生理、心理和行为反应。

五、【问题】简述心理应激的反应类型。

【解答】

心理反应:

反应类型	特点
认识反应	轻度的应激——增强感知能力; 强烈应激——不良影响 (感觉过敏、歪曲、钻牛角尖等)
情绪反应	应激可导致焦虑、恐惧、愤怒和抑郁等
行为反应	表现为或“战” (接近应激源) 或“逃”两种类型, 还有一种既不“战”也不“逃”的行为, 称为退缩性反应, 表现为顺从、依附和讨好
自我防御反应	借助于自我防御机制面对挑战
反应类型	特点

生理反应: 下丘脑通过交感—肾上腺髓质系统, 释放大量儿茶酚胺, 从而影响各系统。