

# 基于积极心理学理论的康复护理对精神分裂症患者幸福进取感及健康状态的影响

The effect of applying the rehabilitation nursing based on the positive psychology on the well-being and health of schizophrenic patients

梁雪玲 李振超 吕恩瑜

作者单位:529000 广东江门,广东省江门市第三人民医院康复科

通信作者:梁雪玲, E-mail:lg1\_228@sina.com

LIANG Xueling\*, LI Zhenchao, LYU Enyu. Department of Rehabilitation, The Third People's Hospital of Jiangmen, Jiangmen 529000, China.

\* Corresponding author

**【摘要】 目的** 基于积极心理学理论的康复护理对精神分裂症患者幸福进取感及健康状态的影响。**方法** 选取 2016 年 2 月—2018 年 2 月我院收治的 96 例精神分裂症患者为研究对象,采用随机数字法将其分成研究组与对照组各 48 例。对照组予以常规性健康教育与一般心理护理,研究组则在对照组基础上予以基于积极心理学理论的康复护理。比较 2 组幸福进取感、健康状态、抑郁发生率、疾病复发率的差异。**结果** 干预后研究组自我肯定、幸福感、克服困难、学习成长、人际关系评分均高于对照组,自测健康评定量表评分高于对照组( $t=4.293, P<0.001$ ),抑郁发生率、精神分裂症复发率均低于对照组( $\chi^2=5.225, P=0.022; \chi^2=6.400, P=0.011$ )。**结论** 康复护理中采用积极心理学理论可有效提升精神分裂症患者的幸福进取感,改善其健康状态,同时有效降低抑郁发生率以及复发率,值得临床推广应用。

**【关键词】** 精神分裂症;康复护理;积极心理学理论;健康评定

doi:10.3969/j.issn.1674-3768.2019.04.019

**【Abstract】 Objective** To study the effect of applying the rehabilitation nursing based on the positive psychology on the well-being and health of schizophrenic patients. **Methods** A total of 96 patients with schizophrenia admitted to our hospital between February 2016 and 2018 were selected and randomly divided into a study group and a control group, each of 48, according to a random number table. All patients received conventional health education and general psychological care, while those of the study group were additionally provided with the rehabilitation nursing intervention based on the positive psychology theory. Differences in well-being, health state, incidence of depression, recurrence rate before and after the intervention were compared between the two groups. **Results** After the intervention, the scores of self-affirmation, happiness, overcoming difficulties, learning and growing and interpersonal relationship of the study group were significantly lower than those of the control group ( $P<0.05$  for all), the self-rated health measurement scale score of the study group was significantly higher than that of the control group, while the incidence of depression and recurrence rate of schizophrenia of the study group were significantly lower than that of the control group ( $\chi^2=5.225, P=0.022; \chi^2=6.400, P=0.011$ ). **Conclusion** The application of the positive psychology in the rehabilitation nursing can significantly improve the sense of well-being, improve their health and lower the incidence of depression and recurrence rate of schizophrenia. It is worthy of clinical application.

【Keywords】 Schizophrenia; Rehabilitation nursing; Positive psychology; Health state

精神分裂症具有较高的复发率、致残率以及致死率。该病患者普遍存在不同程度的焦虑、绝望、恐惧等不良心理情绪,生活幸福感往往较低,生活质量较差<sup>[1]</sup>。临床上对精神分裂症患者的治疗目标主要包括消除患者的临床症状表现,同时改善患者的心理健康状况,保证其良好的心理状态,预防复发<sup>[2]</sup>。而精神分裂症患者的幸福进取感普遍较低,即通过机体努力进力图获取幸福的能力较弱。积极心理学理论是近年来心理干预的热点,主要目标在于深度开发个体最佳功能,引导患者建立积极的心态,拥有幸福快乐的心理体验,从而提高自身适应内外环境的能力,继而最大程度提高主观幸福感<sup>[3]</sup>。对于精神分裂症患者进行积极主动的心理干预显得尤为重要,有利于协助患者缓解、消除各种不良情绪,建立乐观的精神,从而提升其幸福进取感,进一步达到改善生活质量的目的<sup>[4]</sup>。本文主要研究基于积极心理学理论的康复护理对精神分裂症患者幸福进取及健康状况的影响,旨在为临床精神分裂症患者提供一种有效的康复护理干预手段,现作以下报道。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取 2016 年 2 月—2018 年 2 月我院收治的 96 例精神分裂症患者为研究对象,纳入标准:①所有患者均符合精神分裂症相关诊断标准,阴性症状量表 $>20$ 分,阳性症状量表 $<10$ 分;②均为首次发病;③年龄 $\geq 18$ 周岁;④临床病历资料完整;⑤患者及

家属均知情同意该研究。排除标准:①难治性精神分裂症患者;②伴有智力障碍或运动功能障碍者;③合并心、肝、肾等脏器功能严重受损者;④正参与其他研究者。采用随机数学表法将其分成研究组与对照组,每组各 48 例。研究组,男性 28 例,女性 20 例,年龄 19~61 岁,平均年龄 $(41.32 \pm 5.37)$ 岁;病程 0.5~12.0 年。对照组,男性 29 例,女性 19 例,年龄 20~62 岁,平均年龄 $(41.43 \pm 5.41)$ 岁;病程 0.6~13.0 年。2 组上述各项指标对比,差异无统计学意义( $P>0.05$ ),具有可比性。该研究经医院伦理委员会批准。

### 1.2 研究方法

对照组予以精神分裂症常规健康教育与一般心理护理,主要包括精神病相关知识的宣教,组织患者读书、看电视、下棋等,医师在查房时评估患者的心理状况,并予以一定的心理疏导和支持。研究组则在对照组的基础上予以基于积极心理学理论的康复护理干预。心理干预工作由我院 2 名具有三级心理咨询师资格的精神科护理人员以及 2 名娱疗护理人员完成。首先精神科护理人员采用症状自评量表对患者的心理问题进行评估,并根据综合访谈结果制定积极心理干预方案。具体见表 1。

### 1.3 观察指标

比较 2 组干预前后的幸福进取感、抑郁发生率以及疾病复发率。①幸福进取感。通过幸福进取者问卷(happy enterprising individual questionnaire, HEIQ)进行评估<sup>[5-6]</sup>,主要内容包括自我肯定、幸福

表 1 基于积极心理学理论的康复护理方案

时间	内容	形式	频率 (次/d)	单次时长 (min)	主要措施	目标
第 1、2 周	了解自我	讲座和角色扮演	1	45~60	予以相关健康教育,帮助患者疏导心理障碍	帮助患者全面了解自我,建立积极的自我意识
第 3、4 周	感恩的心	讲座和资料学习	1	45~60	指导患者学唱《感恩的心》以及阅读感恩相关文章	激发患者感恩情怀,促使患者体会感恩,懂得感恩
第 5、6 周	感悟生命	讲座和资料学习	1	45~60	指导患者阅读、观看与人生价值和责任相关的文章、影视作品	帮助患者懂得珍爱生命与自我价值
第 7、8 周	重温亲情	活动和讨论	1	45~60	打亲情电话、写信以及阅读亲情文章等	帮助患者更好地与家人互动
第 9、10 周	重建希望	活动和讨论	1	45~60	习作“理想中的家”“心愿”以及“给未来自己的信”等心理希望文章,并观看有关人生励志的录像	帮助患者建立对未来生活的信心与希望

表 2 2 组 HEIQ 评分比较 ( $n=48, \bar{x} \pm s$ , 分)

组别	自我肯定		幸福感		克服困难		学习成长		人际关系	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	3.28±0.37	3.48±0.42	3.74±0.42	3.84±0.41	3.34±0.39	3.42±0.31	3.21±0.35	3.48±0.34	2.53±0.46	2.51±0.34
研究组	3.27±0.35	5.01±0.94	3.71±0.46	4.92±0.38	3.31±0.37	4.79±0.35	3.20±0.34	4.52±0.47	2.51±0.44	3.96±0.36
<i>t</i> 值	0.136	10.296	0.334	13.385	0.387	20.301	0.142	12.421	0.218	20.287
<i>P</i> 值	0.892	<0.001	0.739	<0.001	0.700	<0.001	0.887	<0.001	0.828	<0.001

感、克服苦难、学习成长以及人际关系 5 个维度,得分越高表示幸福进取感越佳。②健康状态。通过自测健康评定量表(self-rated health measurement scale, SRHMS)进行评估<sup>[7]</sup>,包括自测生理健康、心理健康以及社会健康 3 个维度,3 个维度总分分别为 170 分、150 分、440 分,总分越高表示患者健康状态越佳。③抑郁发生率。采用汉密顿抑郁量表(Hamilton depression scale, HAMD)<sup>[8]</sup>进行评估,分值≥15 分为抑郁。

1.4 统计学方法

采用 SPSS 20.0 软件对所有数据进行分析,计数资料以例(%)表示,采用  $\chi^2$  检验,计量资料以均数±标准差( $\bar{x} \pm s$ )表示,采用独立样本的 *t* 检验,等级资料的比较采用秩和检验,以  $P<0.05$  表示差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 2 组 HEIQ 评分比较

干预后,研究组自我肯定、幸福感、克服困难、学习成长、人际关系维度及评分均高于对照组。见表 2。

2.2 2 组 SRHMS 评分比较

干预后,2 组 SRHMS 评分高于干预前,且研究组高于对照组。见表 3。

表 3 2 组 SRHMS 评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	干预前	干预后	<i>t</i> 值	<i>P</i> 值
对照组( $n=48$ )	279.11±55.07	284.11±52.49	0.455	0.650
研究组( $n=48$ )	278.52±55.13	332.51±57.84	4.681	<0.001
<i>t</i> 值	0.052	4.293		
<i>P</i> 值	0.958	<0.001		

2.3 2 组抑郁及精神分裂症复发情况比较

研究组抑郁发生例数及精神分裂症复发例数均少于对照组。见表 4。

表 4 2 组抑郁及精神分裂症复发情况比较 [例(%)]

组别	抑郁	精神分裂症复发
对照组( $n=48$ )	34(70.83)	12(25.00)
研究组( $n=48$ )	23(47.92)	3( 6.25)
$\chi^2$ 值	5.225	6.400
<i>P</i> 值	0.022	0.011

3 讨论

精神分裂症属于临床上较为常见的精神疾病之一,发病原因较为复杂,患者临床症状表现各异,存在显著的情感、思维、知觉、行为障碍,且伴有精神活动不协调,对患者家庭以及社会均造成了极大的负担<sup>[9-10]</sup>。有研究报道<sup>[11-12]</sup>显示,精神分裂症的发生、发展与患者的心理创伤密切相关,患者易发生恐慌、悲观以及焦虑等负性情绪,幸福感普遍较低。而负性情绪又增加了患者出院后精神分裂症复发风险,导致患者出现不同程度的身心负担,因此寻找有效方式缓解患者负性情绪,建立乐观正确的心理状态迫在眉睫。

本文结果表明,干预后研究组自我肯定、幸福感、克服困难、学习成长、人际关系评分相比对照组较高。这与刘彩琴等<sup>[13-14]</sup>的研究报道类似,说明了积极心理学理论应用于精神分裂症患者的康复护理中,可显著改善患者的幸福进取感。分析原因为,积极心理治疗可帮助患者树立战胜疾病的信心与希望,充分调动其潜能。与此同时,积极心理学有利于促使患者及其家属以积极地态度面对疾病,树立健康意识,从而主动采取健康的行为活动。同时,干预后研究组 SRHMS 评分高于对照组。这表明了积极心理学理论应用于精神分裂症患者的康复护理中,有利于提高患者的健康状况。究其原因,作者认为通过观看励志、感恩相关的文章和影视作品,有利于激发起患者感恩的心,并以此作为动力主动配合治疗,感恩亲人。通过动手书写文章,指导患者参与各种娱乐性比赛,以团队方式进行,有利于增强患者的动手能力以及相互协作能力,改善人际关系,从而激发患者回归社会的动

力<sup>[15-16]</sup>。为患者健康状况的改善创造了有利条件。另外,研究组抑郁发生率、精神分裂症复发率相比对照组较低。这提示了在精神分裂症患者康复护理中应用积极心理学理论,有利于降低抑郁以及复发风险。其主要原因可能在于:该干预按时间顺序循序渐进,患者认知疾病—学会感恩—激发康复动力,有利于促使患者建立积极乐观的心理,从而降低抑郁的发生率和精神分裂症复发率<sup>[17-18]</sup>。

综上所述,积极心理学理论应用于精神分裂症患者的康复护理中,能有效提高患者的幸福进取感,改善其健康状态,且有利于减少抑郁的发生以及精神分裂症复发,具有临床推广应用价值。

### 参 考 文 献

- [1] 冯春霞,乔云飞,肖文焕,等.首发精神分裂症患者缓解期生活质量相关因素分析及护理措施[J].中西医结合护理(中英文),2018,4(6):75-79.
  - [2] 陈汝兰,霍丽明,潘锦环,等.医院社区一体化康复护理干预对精神分裂症患者社会功能的影响[J].中华现代护理杂志,2011,17(6):621-623.
  - [3] 范瑜,鲜玉霞,李娜.积极心理学理论指导下的护理干预用于精神分裂症患者的价值[J].海南医学,2016,27(2):342-344.
  - [4] 杨微.积极心理学理论在精神分裂症康复护理中的临床作用观察[J].中西医结合心血管病杂志,2016,4(29):127.
  - [5] 刘文字,王书友,陈霞,等.积极心理学在老年期精神分裂症患者护理中的应用[J].国际医药卫生导报,2018,24(2):271-274.
  - [6] 李遵清,韩鹏,仇爱玫.积极心理学理论在精神分裂症康复护理中的应用效果[J].中华护理杂志,2013,48(12):1098-1101.
  - [7] 居丽晶,范洪峰,马莹,等.对精神分裂症患者实施医院-社区-家庭康复一体化护理干预的效果评价[J].国际护理学杂志,2018,37(5):584-590.
  - [8] 张作记.行为医学量表手册[M].北京:中华医学电子音像出版社,2005:214-215.
  - [9] 赵李平,周艳仙,姚敏尔.情绪管理训练对精神分裂症患者生活质量负性情绪以及认知功能的影响[J].浙江临床医学,2018,20(2):308-310.
  - [10] 陈琳霞,任雪英,姚国利,等.缓解期精神分裂症患者自我管理行为及影响因素研究[J].中华健康管理学杂志,2018,12(1):55-58.
  - [11] 任华,张云亭,任奎,等.精神分裂症患者岛叶功能连接异常的磁共振成像[J].中华行为医学与脑科学杂志,2013,22(4):321-325.
  - [12] 缪忠凤,邓家佩.比赛形式的康复训练对慢性精神分裂症患者的影响[J].中华全科医学,2014,12(7):1159-1160.
  - [13] 刘彩琴.基于积极心理学理论的心理干预在精神分裂症合并抑郁症患者中的应用[J].卫生职业教育,2018,36(15):152-155.
  - [14] 吕博泉,张超,张玲玲.积极心理学理论指导下的护理干预用于精神分裂症患者的价值评价[J].临床医药文献杂志,2017,4(77):15148.
  - [15] 倪明慧.探讨积极心理学理论在精神分裂症临床康复中的应用效果[J].中国卫生标准管理,2017,8(14):166-167.
  - [16] 曹妮娜,许晓娟.精神分裂症康复护理中应用积极心理学理论的临床效果[J].临床医学研究与实践,2017,2(22):169-170.
  - [17] 于新红,于新萍.积极心理学理论在精神分裂症患者护理中的应用效果分析[J].实用临床护理学杂志,2017,2(43):18,20.
  - [18] 吕灯兰,朱培荣.积极心理学理论在精神分裂症患者康复护理中的应用效果[J].国际护理学杂志,2017,36(12):1654-1656. (收稿日期:2018-09-28)
- 
- (上接 338 页)
- [2] 胡爱玲,郑美春,李伟娟.现代伤口与肠造口临床护理实践[M].北京:中国协和医科大学出版社,2010:115.
  - [3] 旷婉,赵体玉,余云红.术中获得性压疮预防相关研究进展[J].中国护理管理,2017,17(6):851-855.
  - [4] 许崇武,魏丽,刘金花.音视频联合反馈教学对强直性脊柱炎患者院外康复的影响[J].中国实用护理杂志,2017,33(1):24-28.
  - [5] 胡竹芳,万承贤,徐璐,等.运用微信对强直性脊柱炎出院患者行延续护理的效果[J].中华护理杂志,2015,50(2):175-178.
  - [6] 赵征华,陈庆红,胡少飞,等.强直性脊柱炎伴严重脊柱后凸畸形患者术中体位的护理[J].现代临床护理,2016,15(6):48-50.
  - [7] 杜美兰.Waterlow 压疮评估量表在脊柱俯卧位手术中的应用[J].护士进修杂志,2015,30(13):1214-1216.
  - [8] 李雪云,王巧桂,杨健,等.强直性脊柱炎手术患者术中压疮预防的管理[J].中华现代护理杂志,2017,23(3):412-414.
  - [9] 古文珍,林丽婷,刘燕婷.1 例强直性脊柱炎患者行颞下颌关节手术的体位护理[J].中华护理杂志,2016,51(3):375-377.
  - [10] 赵快乐,赵体玉,李岩,等.曲线型仰卧手术体位用于预防术中压疮的研究[J].中国护理管理,2017,17(10):1340-1345. (收稿日期:2018-07-12)