

团体心理治疗对遭受暴力事件后精神科护士心理健康的影响*

覃金荣¹, 杨带兰¹, 蒋春雷²

(南宁市第五人民医院 1 护理部; 2 心理科, 广西南宁, 530001)

[摘要] **目的** 探讨团体心理治疗对精神科护士遭受暴力事件后心理健康的影响。**方法** 对 30 名遭受暴力事件后的精神科护士实施团体心理治疗, 内容包括观察和了解、认识和学习、探讨自我、接纳和调整自我、改善与他人的关系及采取行为方式, 共 8 周, 每周 1 次, 每次 60~120min。干预前后采用症状自评量表(the self-reporting inventory, symptom checklist 90, SCL-90)对精神科护士心理健康状况进行测评。**结果** 干预前精神科护士 SCL-90 各维度得分及总分均高于国内常模, 差异均有统计学意义($P<0.05$)。干预后精神科护士 SCL-90 各维度得分及总分均低于干预前, 差异均有统计学意义($P<0.05$)。**结论** 精神科护士在遭受暴力事件后心理健康水平偏低。团体心理治疗对提升遭受暴力事件后精神科护士心理健康水平具有积极的作用。

[关键词] 精神科护士; 暴力事件; 团体心理治疗; 心理健康

[中图分类号] R47 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1671-8283(2017)02-0071-04 **[DOI]** 10.3969/j.issn.1671-8283.2017.02.018

Effect of group psychotherapy on mental health of psychiatric nurses after violence

Qin Jinrong¹, Yang Dailan¹, Jiang Chunlei²//Modern Clinical Nursing, -2017, 16(2):71.

(1. Department of Nursing; 2. Department of Psychotherapy, Nanning 5th People's Hospital, Nanning, 530001, China)

[Abstract] **Objective** To explore the effect of group psychotherapy on mental health of psychiatric nurses after violence. **Methods** Group psychosocial interventions were conducted on psychiatric nurses who were exposed to violence. The measures included observation and understanding, learning and self-understanding, self-acceptance, self-adjustment and behavioral improvement for 8 weeks, once a week, 60-120 min each time. Before and after intervention, the mental health status of psychiatric nurses was evaluated by self-reporting inventory (SCL-90). **Results** The scores by SCL-90 in the psychiatric nurses before and after intervention were higher than those in the national norm with statistically significant difference ($P<0.05$). The scores by SCL-90 as well as all of dimensions after the intervention were all significantly higher than those before intervention ($P<0.05$). **Conclusion** Group counseling intervention has a positive effect on improvement of mental health of psychiatric nurses after violent incidents.

[Key words] psychiatric nurses; violence; group psychotherapy; mental health

精神疾病患者入院后, 因受精神症状等方面的影响, 容易发生攻击护士的行为, 并且有些家属对患者疗效不满意或需求未得到满足时也发生攻击护士的行为^[1]。研究显示^[2], 62.7%的精神科护士遭受过难以忍受的言语以及躯体暴力攻击, 21.3%的护士在遭受暴力攻击后出现心理应激障碍。心理应激障碍不仅危害了护士的身心健康, 还能导致护理工作质量下降, 甚至对护理工作失去信

心。目前, 已有相关的学者对精神科护士遭受暴力的现状进行了调查^[3]及对护士身心健康的影响及防暴技能的培训效果进行了探讨^[4-5], 但对精神科护士遭受暴力事件后心理健康状况的干预性研究较少。团体心理治疗是将面临困扰的多个当事人集中起来进行心理治疗的方法。通过团体内人际交互作用, 促使个体在交往中通过观察、学习、体验, 认识自我、探讨自我、接纳自我, 调整和改善与他人的关系, 学习新的态度与行为方式, 以发展良好适应的助人过程^[6]。作为一种有效的心理干预模式, 团体心理治疗在患者^[7-8]以及护士健康教育^[9]等领域有所应用, 均取得良好效果, 而针对护士遭受暴力事件后的团体心理治疗研究较少。为此, 本研

[基金项目] * 本课题为广西壮族自治区卫生和计划生育委员会科研课题, 项目编号为 Z2016036。

[收稿日期] 2016-09-15

[作者简介] 覃金荣(1964-), 女, 广西南宁人, 护理部主任, 副主任护师, 本科, 主要从事精神科护理管理工作。

究在精神科护士遭受暴力事件后对其实施团体心理治疗,旨在探讨团体心理治疗对提升遭受暴力事件后精神科护士心理健康水平的作用,现将方法和结果报道如下。

1 对象与方法

1.1 研究对象

2015年6月选择在广西南宁市某专科精神病医院工作遭受暴力事件的30名护士为研究对象。纳入标准:①在过去半年内遭受过严重的言语攻击或者躯体攻击事件,到入组时仍存在因遭遇暴力事件而导致的精神痛苦;②在参与本研究前半年仍在病房从事医疗护理工作,且预计在今后1年内仍从事医疗护理工作;③情绪自控能力正常;④自愿参与本研究。排除标准:①服用抗焦虑、抗抑郁药;②接受其他方式的团体心理咨询干预。符合入选标准的30名精神科护士中,男10名,女20名;年龄23~39岁,平均 (29.65 ± 2.12) 岁;中专3名,大专17名,本科及以上10名;护士12名,护师13名,主管护师5名;已婚21名,未婚或离异9名。

1.2 方法

1.2.1 成立心理治疗小组 小组成员共有6名,其中精神科护士3名;中级以上职称,从事心理咨询行业10年以上的心理治疗师3名。

1.2.2 团体心理治疗

1.2.2.1 准备阶段 由心理治疗师采用个别访谈方法,观察和了解护士的心理状态,讲解团体心理治疗干预流程,说明本研究的意义,在知情同意的情况下鼓励其参加。时间2h。

1.2.2.2 内容和方法 ①认识和学习(第1~2周)。治疗小组成员与护士之间相互介绍、相互熟悉,使团队成员建立互信关系,拉近彼此距离,为后续活动做准备;治疗小组成员与引导护士谈论遭受工作场所暴力的经历和困扰其心理问题及感受;学习工作场所暴力防护知识。每周1次,每次120min。②探讨自我(第3~4周)。研究小组成员鼓励护士以理解和支持的态度对待彼此;引导他们讨论暴力创伤对自己的影响;心理治疗师帮助护士鉴别非理性认知,学会可替代性的理性认知,反复采用重新归因的方式改变不合理的信念。每周1

次,每次60min。③接纳和调整自我(第5~6周)。研究小组成员引导护士讨论对再发暴力事件的焦虑和恐惧,鼓励他们真实坦露对暴力事件的感受,现实地评估未来可能再次遭遇类似事件的可能,相互交流改善心理创伤的策略,尽最大可能减少暴力事件的影响。同时指导他们进行行为疗法,包括相互支持、直面压力,帮助护士寻找对暴力事件的应对策略;心理治疗师引导护士直面暴力后的心理问题,学会暴力防范技能和自我调节技巧;通过自我肯定、情景模拟、角色扮演、相互宣泄以及行为训练等方式改变不良认知,培养健康人格和良好防范暴力的心理适应能力;介绍放松的方法并指导护士进行练习;指导护士学会积极寻求更多的社会支持,尽最大可能减少暴力事件对身心的影响。每周1次,每次120min。④改善与他人的关系及采取行为方式(第7~8周)。肯定护士的改变和成长,组织他们进行自我评估和总结,将学到的知识和技能运用到实际工作中去。每周1次,每次60min。

1.3 效果评价

干预前后应用症状自评量表(the self-report inventory, symptom checklist 90, SCL-90)^[10]对精神科护士心理健康状况进行测评。SCL-90量表分10个维度,共有90个项目,包括躯体化(12个项目)、强迫症状(10个项目)、人际关系敏感(9个项目)、抑郁(13个项目)、焦虑(10个项目)、敌对(6个项目)、恐怖(7个项目)、偏执(6个项目)、精神病性(10个项目)、其他(7个项目)。每个项目均按1~5分的5级评分,1分=从无,2分=轻度,3分=中度,4分=相当重,5分=严重。总分90~450分,得分越高,表示心理健康水平越低。该量表的Cronbach's α 系数为0.86。本研究中该量表Cronbach's α 系数为0.91。

1.4 调查方法

问卷采用无记名调查方式,采用统一指导语和填写方法,由研究者统一发放、收回。本次调查共发放问卷30份,均有效回收,有效回收率为100.00%。

1.5 统计学方法

数据采用SPSS 13.0进行统计学分析。计数资料采用频数表示;计量资料采用均数 \pm 标准差表

示,组间比较采用 t 检验。以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 干预前精神科护士 SCL-90 得分与常模比较

干预前精神科护士 SCL-90 各维度得分及总分与国内常模^[10]比较见表 1。从表 1 可见,干预前

精神科护士 SCL-90 各维度得分及总分均高于国内常模,差异均有统计学意义($P<0.05$)。

2.2 干预前后精神科护士 SCL-90 得分比较

干预前后精神科护士 SCL-90 各维度得分及总分比较见表 2。从表 2 可见,干预后精神科护士 SCL-90 各维度得分及总分均低于干预前,差异均有统计学意义($P<0.05$)。

表 1 干预前精神科护士症状自评量表各维度得分及总分与国内常模比较 (分, $\bar{x} \pm s$)

项目	精神科护士($n=30$)	国内常模($n=1388$)	t	P
躯体化	44.88±6.72	16.44±5.76	5.602	0.004
强迫症状	38.30±6.10	16.20±5.80	4.843	0.013
人际关系敏感	26.64±5.67	14.85±4.59	4.835	0.006
抑郁	50.83±8.84	19.50±7.67	5.967	0.001
焦虑	39.60±6.40	13.90±4.20	6.630	<0.001
敌对	16.56±3.24	8.88±3.36	3.852	0.018
恐怖	25.34±3.71	8.61±2.87	4.621	0.010
偏执	16.38±3.30	8.58±3.42	4.553	0.014
精神病性	26.50±4.80	12.90±4.20	4.162	0.016
其他	21.98±3.64	9.24±3.08	4.564	0.014
总分	307.01±52.42	129.10±44.95	5.270	0.006

表 2 干预前后精神科护士症状自评量表各维度得分及总分比较 (分, $\bar{x} \pm s$)

项目	干预前($n=30$)	干预后($n=30$)	t	P
躯体化	44.88±6.72	18.00±6.12	4.832	0.007
强迫症状	38.30±6.10	16.50±6.00	4.024	0.008
人际关系敏感	26.64±5.67	15.30±5.13	4.679	0.006
抑郁	50.83±8.84	21.29±7.20	5.237	0.003
焦虑	39.60±6.40	15.90±5.30	5.324	0.004
敌对	16.56±3.24	9.30±3.12	4.002	0.021
恐怖	25.34±3.71	9.80±3.29	4.836	0.006
偏执	16.38±3.30	9.06±3.12	3.803	0.023
精神病性	26.50±4.80	14.20±4.40	4.267	0.010
其他	21.98±3.64	11.41±3.64	5.320	0.002
总分	307.01±52.42	140.76±47.32	5.889	0.001

3 讨论

3.1 暴力事件后精神科护士心理健康水平偏低

医院工作场所暴力是指医护人员在其工作场所受到的辱骂、威胁或袭击,从而造成对其安全、幸福和健康的明确或含蓄的挑战^[11]。由于疾病的原因精神疾病患者容易对医护人员发生暴力攻击事件,该行为严重损害了医护人员的身心健康,甚至导致医护人员身体残疾或死亡,同时也影响

患者自身的身体安全和疾病康复^[2]。相关研究发现^[12-13],护士遭受工作场所暴力后可产生委屈、愤怒和恐惧等不良心理体验。本结果显示,遭受暴力事件后精神科护士 SCL-90 总分为(307.01±52.42)分,而且在躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性、其他得分均高于国内常模($P<0.05$)。结果说明,精神科护士在遭受暴力事件后心理健康水平偏低,并且对其心理健康的影响是多方面的,并且出现委屈、焦虑、

恐惧、自责、消沉、失眠等情绪反应,导致其工作热情下降,从而影响护理质量,严重者产生离岗的愿望。因此,护理管理者应重视护士在遭受暴力事件后心理健康状况,采取相应干预措施进行预防和改善,以提高其心理健康水平。

3.2 团体心理治疗可改善遭受暴力事件后精神科护士的心理健康状况

人际关系问题是大家普遍关注的问题,人际关系解决的根源在于了解自己、了解他人以及适当的人际交往技巧训练^[14-15]。团体心理治疗是身心并护的一种心理方式,通过团体内人与人之间的交流和沟通,自觉调整自己的错误认知和不良情绪,改善与他人的关系,以健康、自信、乐观的生活态度适应现实的过程^[16]。本结果显示,实施团体心理治疗干预后精神科护士 SCL-90 总分及各维度得分低于干预前,差异均有统计学意义($P<0.05$)。结果提示,团体心理治疗对提升精神科护士在遭受暴力事件后心理健康水平具有积极的作用,在躯体症状指标(包括躯体化、强迫症状)上有显著的改善。分析原因如下,通过建立护士间的交流平台,使每一位遭受暴力事件的护士通过此平台释放暴力事件造成的压力,获得认同感以及安慰与支持;通过认识和探讨自我,使护士发现自身遭受暴力事件并不独特,原来其他人也具有相同的经历和困扰,这种自身观念的改变,对其了解自我、理解他人具有积极的作用;通过减压训练,合理地宣泄消极情绪^[17],有效地缓解了心理压力,使他们心理得到了平衡;调整和改善与他人的关系,使他们对护理工作中再出现暴力事件有充分的心理准备,对患者所做出的暴力攻击行为,采取谅解的态度,使他们在遭遇相同事件时能更好地控制、调整自己的情绪;同时通过分享,学会了很好地释放自己的压力,寻求更好的处理压力的对策。

4 结论

本结果表明,将遭受暴力事件后的精神科护士组织起来,通过团体心理治疗,使他们释放暴力事件造成的压力,获得认同感以及安慰与支持,降低因遭受暴力事件工作带来的心理压力,进而提高精神科护士心理健康水平。

参考文献:

- [1] 王亚华. 新加坡精神科暴力危机的干预与应对[J]. 中国实用护理杂志, 2013, 29(10): 75-77.
- [2] 耿淑霞, 安瑞, 王惠娟. 精神科医院护士遭受暴力行为发生率及危险因素分析 [J]. 中华护理杂志, 2013, 48(9): 815-818.
- [3] 陈凤姣, 李继平. 精神科护士遭受工作场所暴力的研究进展[J]. 中华护理杂志, 2013, 48(12): 1138-1140.
- [4] 李莹. 患者暴力所致精神科护士创伤后应激障碍的研究进展[J]. 中国实用护理杂志, 2015, 31(1): 72-74.
- [5] 汪丽莎. 精神科护士防暴技能的培训需求及效果[J]. 护理学报, 2015, 22(5): 63-65.
- [6] 樊富珉. 团体心理咨询[M]. 北京: 高等教育出版社, 2005: 4.
- [7] 孙献梅, 任香娣, 曹燕霞, 等. 团体心理辅导联合同伴教育对多胎妊娠选择性减胎孕妇焦虑抑郁的影响[J]. 中国实用护理杂志, 2016, 32(16): 1215-1219.
- [8] 郑儒君, 符琰, 陈林, 等. 肿瘤患者的短期团体认知行为干预[J]. 中国实用护理杂志, 2015, 31(34): 2599-2602.
- [9] 夏英华, 钱涵, 张昊, 等. 团体心理训练对手术室护士心理健康与自我和谐水平的影响[J]. 现代临床护理, 2013, 12(2): 5-8.
- [10] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册[M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 31-55.
- [11] WHO. 新的研究表明工作场所暴力威胁卫生服务[J]. 世界卫生组织简报, 2002(14): 6-9.
- [12] 朱燕梅, 蒋维连. 短程表达书写对医护人员遭受工作场所暴力后心理应激反应的影响[J]. 中国实用护理杂志, 2016, 32(28): 2212-2215.
- [13] 余泳琛, 邹芳亮, 蔡一凡, 等. 医护人员遭受工作场所暴力后心理应激反应的深度体验[J]. 中国实用护理杂志, 2014, 30(10): 6-9.
- [14] 叶向柳, 韦素惠, 谢盈. 食管癌术前患者焦虑与人格特征及应对方式的相关性[J]. 现代临床护理, 2016, 15(10): 14-17.
- [15] 崔莉青, 蒋维连, 龚艳. 基于坚强概念的认知—信念—行为干预对食管癌手术患者人格特征及生存质量的影响[J]. 现代临床护理, 2016, 15(8): 49-53.
- [16] 余诗诗, 郭丽. 团体心理治疗效果评价的研究进展[J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2012, 21(5): 472-474.
- [17] 周育丽, 李赛梅, 闭海容, 等. 书写及分享感恩情绪对临床护士职业认同感的影响[J]. 现代临床护理, 2016, 15(10): 64-66.

[本文编辑: 郑志惠]