

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

夏英华¹, 钱涵², 张昊¹, 周郁秋², 甘建辉¹

(1河北联合大学附属唐山市人民医院手术室, 河北唐山, 063000;

2哈尔滨医科大学大庆校区护理学院, 黑龙江大庆, 163319)

[摘要] 目的 探讨团体心理训练对提高手术室护士心理健康状况和自我和谐水平的效果。方法 将 52 名手术室护士分为干预组 25 名和对照组 27 名。对照组护士实施人文关怀和心理自我保健指导, 在对照组基础上对干预组护士进行 8 周团体心理训练, 干预前后采用症状自评量表 (symptom checklist 90, SCL-90) 和自我和谐量表 (self consistency and congruency scale, SCCS) 对两组护士进行测评。结果 干预后, 干预组护士在 SCL 量表总分、人际关系敏感、抑郁、敌对等因子得分及在 SCCS 量表总分及其自我与经验的不和谐分量表得分方面, 其组内和组间比较, 差异具有统计学意义 (均 $P < 0.05$ 或 $P < 0.01$)。结论 团体心理训练可以帮助手术室护士有效提高心理健康水平和自我和谐水平, 从而提高其总体心理健康状况。

[关键词] 心理训练; 手术室; 护士; 心理健康; 症状自评量表; 自我和谐量表

[中图分类号] R47 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1671-8283(2013)02-0005-04 **[DOI]** 10.3969/j.issn.1671-8283.2013.02.002

Influence of group psychological training on the mental health and self consistency of nurses from operating rooms

Xia Yinghua, Qian Han, Zhang Hao, Zhou Yuqiu, Gan Jianhui // Modern Clinical Nursing, -2013, 12(2):05.

[Abstract] **Objective** To explore the effect of group psychological training on the mental health and self consistency of nurses from operating rooms. **Methods** 52 nurses of an operating room were randomized into the treatment group ($n = 25$) and the control group ($n = 27$): The latter received humane care and instructions for mental self care and the former received group psychological training for 8 weeks based on the same treatment as in the control group. Symptom checklist 90 (SCL-90) and self consistency and congruence scale (SCCS) were used to assess and compare the difference of the two groups before and after training. **Results** The intra- and inter-group comparisons between pre- and post-intervention showed statistical differences in terms of the total score by SCL, interpersonal sensitivity, depression and hostility, total score by SCCS and the score on the subscale of inconsistency between themselves and their experience (all $P < 0.05$ or $P < 0.01$). **Conclusion** Group psychological training can effectively improve the level of mental health and self consistency of OR nurses and thus can improve the total psychological status of the OR nurses.

[Key words] psychological training; operating room; nurses; mental health; symptom checklist-90; self consistency and congruence scale

护士职业是一项高技术、高风险、高压、高强度的职业^[1]。手术室护士在工作中经常面对紧急事件, 对思维、动作的敏捷程度及精细程度要求高, 易造成精神高度紧张, 进而影响人际关系的和谐及自我和谐度。随着现代医学模式的转变和人们医疗卫生服务需求的日益增长, 社会对手术室护理工作的要求逐步提高, 往往给手术室护士带来较高的躯体和心理压力。据调查^[2], 手术室护士心理健康状况较差, 心理问题的发生率普遍高于一般人群。除社会层面外, 如何从个体角度采取自我调适和保健策略, 有效提高手术室护士的心理健康水平已得到

了心理学者的广泛关注。本研究采用团体心理训练方法对手术室护士进行 8 周的干预, 以探讨团体心理训练对提高手术室护士心理健康状况及自我和谐水平的效果, 现将方法和结果报道如下。

1 对象与方法

1.1 研究对象

2012 年 1 月, 选择某两所综合性医院的手术室护士 52 名, 均知情同意。其中男 8 名, 女 44 名, 年龄 22 ~ 51 岁, 中位数 31.0 岁。学历: 中专 2 名, 大专 35 名, 本科及以上 15 名。职称: 初级 28 名, 中级 19 名, 高级 5 名。将 52 名护士分为干预组 (25 名) 和对照组 (27 名), 两组一般资料比较,

[收稿日期] 2012-07-14

[作者简介] 夏英华 (1973-), 女, 河北唐山人, 副主任护师, 本科, 主要从事手术室护理管理工作。

均 $P > 0.05$, 差异无统计学意义, 具有可比性。

1.2 方法

给予对照组护士实施人文关怀和心理自我保健指导, 在对照组基础上对干预组护士进行团体心理训练, 具体方法如下。

1.2.1 团体设置 团体名称: 护士心路旅行团队。团体性质: 同质性的封闭式成长小组。团体目标: 增进团体内成员间的沟通和合作, 促进成员自我接纳和彼此接纳, 提高自我价值感, 提高成员的心理健康状况。时间安排: 训练活动共 8 次, 分别于每周五下午进行, 由护士长提前通知团体成员具体时间安排, 除值班人员外, 所有成员必须按时到场。每次 2h, 持续 8 周。团体领导者: 训练过程由 1 名专业心理咨询师组织和指导。

1.2.2 训练内容 以精神分析理论和积极心理学为指导^[3], 整个过程分为 3 个阶段进行。①第 1 阶段, 形成阶段。主要任务是使成员了解团体训练的性质、活动规则, 明确团体训练的意义, 并使团队成员建立互信、拉近距离、相互熟悉, 为后续活动做准备。②第 2 阶段, 主题活动阶段。此阶段共 6 次活动, 每次活动确立一个主题, 围绕该主题采用综合方法进行训练。在每次主题内容完成后, 组织成员分享各自体验, 鼓励成员踊跃发言。随后由主持人进行点评, 以强化成员的主体意识。③第 3 阶段, 结束阶段。让成员互相畅谈训练中的感悟、收获和期望, 进行互评和表达祝愿, 以巩固训练结果。具体训练方案见表 1。

表 1 团体训练的具体实施方案

阶段	次数	主题	活动项目	目标
第 1 阶段	1	营造氛围	青蛙跳水, 抓手指, 大风吹。	促进成员间初步的互动, 营造轻松温暖的氛围, 为后续活动的开展做准备。
第 2 阶段	2	问题提出	情景剧表演 (模拟护理工作中给其带来困扰和负性情绪的常见问题), 成员发表感想, 主持者点评分析。	提出问题, 引发团体成员的思考和讨论, 激发成员探索 and 解决困惑的欲望。
	3	认知调节	理论讲解, 案例分析。	纠正不良认知, 缓解负性情绪。
	4	团队合作	齐心协力, 环环相扣, 同舟共济。	促进成员间沟通与合作, 加强团队的凝聚力。
	5	承担责任	听指令转向, 转错或慢者由组长代受惩罚。	学会理解他人, 感恩及承担责任。
	6	接纳和认可	艺术插花, 即兴演讲 (内容如成长的乐趣, 说说自己的优点等)。	促进成员自我接纳和彼此接纳。
	7	赏识和信任	戴高帽。	增加团队的温暖, 体会被赏识的感觉, 增加对他人的信任, 加强自信心。
第 3 阶段	8	总结与分享	情感共融, 分享训练体验, 主持者点评; 祝福未来。	强化训练效果, 结束训练项目。

1.3 调查工具

1.3.1 一般资料问卷 问卷内容包括护士年龄、文化程度、婚姻状况、子女情况、居住情况、职称、收入等。

1.3.2 症状自评量表 (symptom checklist -90, SCL-90) 该量表由 Derogatis 于 1975 年编制, 用于测试个体心理健康水平。量表内容包括躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性和其他共 10 个因子, 分 90 个条目。由受试者根据自己最近 1 周的情况和症状填写, 采用 Likert 5 级评分 (1 = “无”, 5 = “严重”), 得分越高表示心理健康程度越差^[4]。

1.3.3 自我和谐量表 (self consistency and congruency scale, SCCS) 采用王登峰^[5]于 1994 年编制的自我

和谐量表, 该量表包括自我与经验的不和谐 (简称 “不和谐”)、自我的灵活性 (简称 “灵活性”)、自我的刻板性 (简称 “刻板性”) 3 个分量表, 共 35 个题目。其同质性信度分别为 0.85、0.81 和 0.64。所有条目均采用 Likert 5 级评分, 总分介于 35 ~ 175 分, 3 个分量表最高得分分别为 80 分、60 分和 35 分。其中自我灵活性分量表采取反向计分, 其他两个分量表正向计分, 总分越高表明自我和谐程度越低。

1.4 调查方法

训练开始的前 1 周和结束后 1 周内分别对所有参与者进行问卷测评。测评时间选择在护士非工作时间, 于安静、轻松的环境进行。采用统一、非暗示性的指导语, 并就有疑问的内容予以解释和说明。测评时间 20 ~ 30 min, 问卷当场收回。干预组干预

前后各发放 25 份问卷,各回收有效问卷 25 份,回收有效率 100.00%;对照组干预前后各发放 27 份问卷,各回收有效问卷 27 份,回收有效率 100.00%。

1.5 统计学方法

数据采用 SPSS 18.0 统计软件进行统计学分析。采用 t 检验比较干预前后两组护士心理健康总体状况和自我和谐程度的差异。

2 结果

2.1 两组护士干预前后 SCL-90 得分比较

两组护士干预前后 SCL-90 得分比较见表 2。从表 2 可见,干预后,干预组护士在 SCL 量表总分、人际关系敏感、抑郁、敌对、偏执和其他得分均低于干预前和对照组(均 $P < 0.05$, $P < 0.01$)。

2.2 两组护士干预前后 SCCS 量表得分比较

两组护士干预前后 SCCS 量表得分比较见表 3。从表 3 可见,干预后,干预组护士在自我与经验不和谐和总分得分均低于干预前和对照组($P < 0.05$, $P < 0.01$)。

表 2 两组护士干预前后 SCL-90 得分比较 (分, $\bar{x} \pm s$)

项目	干预组 ($n = 25$)		对照组 ($n = 27$)		t_1	t_2	t_3	t_4
	干预前	干预后	干预前	干预后				
躯体化	1.56 \pm 0.56	1.44 \pm 0.50	1.59 \pm 0.63	1.56 \pm 0.55	-0.161	-0.987	1.438	0.274
强迫症状	1.75 \pm 0.57	1.56 \pm 0.56	1.73 \pm 0.55	1.73 \pm 0.59	0.139	-1.236	1.531	0.000
人际关系敏感	1.78 \pm 0.61	1.50 \pm 0.51	1.80 \pm 0.64	1.83 \pm 0.63	-0.160	-2.411*	3.044**	-0.298
抑郁	1.66 \pm 0.65	1.41 \pm 0.50	1.61 \pm 0.63	1.76 \pm 0.77	0.309	-2.235*	3.215**	-1.030
焦虑	1.56 \pm 0.62	1.50 \pm 0.62	1.54 \pm 0.60	1.59 \pm 0.59	0.181	-0.599	0.701	-1.432
敌对	1.63 \pm 0.66	1.31 \pm 0.47	1.66 \pm 0.69	1.71 \pm 0.72	-0.209	-2.796**	2.985**	-0.573
恐怖	1.28 \pm 0.46	1.31 \pm 0.64	1.49 \pm 0.64	1.49 \pm 0.60	-1.548	-1.203	-0.297	0.000
偏执	1.63 \pm 0.71	1.22 \pm 0.42	1.61 \pm 0.67	1.66 \pm 0.79	0.094	-2.836**	3.040**	-0.274
精神病性	1.44 \pm 0.62	1.38 \pm 0.55	1.51 \pm 0.64	1.54 \pm 0.50	-0.503	-1.301	0.421	-0.190
其他	1.53 \pm 0.67	1.19 \pm 0.40	1.56 \pm 0.59	1.59 \pm 0.71	-0.200	-2.852**	2.156*	-0.206
总分	15.81 \pm 3.97	13.81 \pm 1.91	16.10 \pm 4.37	16.44 \pm 2.29	-0.288	-5.221**	3.500**	-0.598

注: t_1 干预前两组护士比较, t_2 干预后两组护士比较, t_3 干预组干预前后比较, t_4 对照组干预前后比较; * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

表 3 两组护士干预前后 SCCS 量表得分比较 (分, $\bar{x} \pm s$)

项目	干预组 ($n = 25$)		对照组 ($n = 27$)		t_1	t_2	t_3	t_4
	干预前	干预后	干预前	干预后				
自我与经验不和谐	45.69 \pm 1.53	44.34 \pm 1.10	45.17 \pm 1.50	45.15 \pm 1.15	1.447	-3.016**	3.782**	0.088
自我的灵活性	43.13 \pm 1.18	42.78 \pm 0.79	43.19 \pm 1.54	43.37 \pm 1.16	-0.213	-2.445*	1.543	-0.961
自我的刻板性	19.81 \pm 1.75	19.16 \pm 2.20	19.68 \pm 1.69	19.66 \pm 0.94	0.320	-1.318	1.618	0.111
总分	108.63 \pm 2.15	106.28 \pm 2.59	108.05 \pm 2.43	108.17 \pm 1.76	1.057	-3.703**	4.657**	-0.305

注: t_1 干预前两组护士比较, t_2 干预后两组护士比较, t_3 干预组干预前后比较, t_4 对照组干预前后比较; * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

3 讨论

3.1 团体心理训练可提高手术室护士心理健康状况

团体心理训练是在团体情景下进行的一种心理咨询形式,它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,调整改善与他人的关系,学习新的态度与行为方式,以形成良好的适应过程^[6]。王红岩等^[7]运用团体训练对野外驻训官兵进行了为

期 3 个月共 8 次团体训练,结果显示,干预后训练组 SCL-90 总分明显下降,阳性项目数明显降低,多项因子得分显著低于干预前。本结果显示,经过团体心理训练后,干预组护士总体心理健康状况显著改善和提高,其中在人际关系敏感、抑郁、敌对、偏执和其他因子方面提高明显,且组内和组间比较,差异具有统计学意义(均 $P < 0.05$, $P < 0.01$),结果说明,团体训练有利于提高和改善

手术室护士的心理健康状况,这与万憬等^[8]的研究结果是一致的。究其原因主要与以下方面有关,通过对护理工作中常见的医护矛盾、护患矛盾等进行分析,可以帮助护士从不同的角度看待事件,并从自身角度调整对事件的不良认知,从而有利于缓解其负性情绪,强化护士对工作的自我肯定;通过团队合作游戏的训练,队员感受到来自团队的温暖和接纳,实现了心理的放松,降低了心理防卫和警觉,从而使人际关系敏感程度和敌对程度降低;通过戴高帽活动和躺倒练习,成员体会到被赏识的感觉,自信心明显提高,自我价值感有所增强,同时也增加了对他人、对集体的信任;通过承担责任环节的训练,可以激发组内成员的情感共鸣,使其学会感恩,勇于承担责任,学会关心、理解他人,从而进一步促进其认知的调整,减少护理工作中人际冲突事件的发生,减轻人际冲突和工作差错对其造成负性情绪。

3.2 团体心理训练提高了手术室护士自我和谐水平

自我和谐是反映心理健康的重要标志,它指的是个体自我内部的协调一致性以及自我与经验之间的协调程度^[9]。本结果显示,团体训练后干预组护士的自我和谐总分明显下降,与对照组比较,差异具有统计学意义($P < 0.01$),结果说明,团体训练提高了手术室护士的自我和谐水平。李莎莎等^[10]在对护理本科新生进行6周的团体心理训练后也发现,与干预前相比,干预组自我和谐水平显著提高,这与本研究结果是一致的。本研究结果还显示,干预组护士,干预后自我与经验不和谐得分均低于干预前和对照组($P < 0.05$, $P < 0.01$)。结果说明,团体训练可降低护士自我与经验不和谐感。目前在国内,护士群体的社会地位偏低,在现实工作中,往往无法获得与付出相应的成就感和价值感,加之医疗管理体制的制约,自我期望很难得到满足,易出现理想自我与现实自我之间的差距,导致自我内部的不协调、自我与经验的不协调^[11]。我们以积极心理学理念为指导,通过即兴演讲的形式,引导护士将注意力转移到积极、乐观的方面,如回顾和讲述成长过程中的乐趣、陈述和举例证明自己的优点等,以强化成员的积极心态,促进其自我接纳及他人的接纳,结果有效增强了成员的自信心,很好地整合了现实自我与经验自我之间的关系,提高了自我与经验的协调程度。此外,本结果还发现,干预后,两组护士在自我灵

活性方面比较,差异具有统计学意义($P < 0.05$),说明团体训练对提高护士的自我灵活性有一定效果。这可能是在团队凝聚力和融洽程度提高、认知自我调整、自我接纳程度提高等综合作用下,护士对工作环境的适应能力也相应提高的结果。

4 结论

良好的心理健康状况不仅关系到护士的身心健康和生活质量,也会影响其工作效能,与护理服务的质量密切相关。本研究采用团体心理训练法对手术室护士进行干预,干预结果表明,团体心理训练可以有效提高手术室护士的心理健康状况和自我和谐水平。据此认为,在现有医疗环境下,在社会环境层面、医院管理层面以外,团体心理训练可以从个体角度为改善护士心理健康状况的干预提供借鉴,具有可行性和推广意义。

参考文献:

- [1] 刘桂瑛,莫雪安,黄巨恩,等. 职业护士心理健康现状、成因及对策的研究进展[J]. 中国实用护理杂志, 2011, 27(21): 75-77.
- [2] 任小宇,刘跃晖. 手术室护士工作压力与心理健康状况的研究[J]. 中国实用护理杂志, 2010, 26(11B): 17-19.
- [3] Sheldon M, King L. Why Positive Psychology Is Necessary [J]. American Psychologist, 2001, 56(3): 216-217.
- [4] 汪向东. 心理卫生评定量表手册[M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 31-35.
- [5] 王登峰. 自我和谐量表的编制[J]. 中国临床心理学杂志, 1994, 2(1): 19-22.
- [6] 王金良,张大均,吴明霞,等. 团体训练对提高大学生职业决策自我效能的有效研究[J]. 高等教育研究, 2008, 9(29): 85-89.
- [7] 王红岩,顾春红,孙洁. 团体心理训练对野外驻训官兵心理健康的影响[J]. 临床军医杂志, 2011, 39(4): 742-744.
- [8] 万憬,李晋,白海霞,等. 团体心理训练在综合医院护理人员中的应用效果[J]. 现代中西医结合杂志, 2012, 20(5): 474-474, 563.
- [9] 珀文. 人格科学[M]. 武汉: 华东师范大学出版社, 2001: 261-305.
- [10] 李莎莎,杨金伟,周郁秋,等. 团体心理训练对提高护理本科新生自我和谐水平的实证研究[J]. 护理管理杂志, 2010, 10(8): 541-543.
- [11] 江有琴,乐燕,蒋莉. 护理人员自我和谐性的调查研究[J]. 解放军护理杂志, 2008, 25(2A): 25-27.

[本文编辑:郑志惠]