

[5] 李继平,成翼娟. 新冠肺炎防控医院护理工作指南[M]. 成都:四川科学技术出版社,2020:15-18.

[6] 魏大琼,王沙沙,龙春花,等. 临床多站培训模式在新入职护士规范化培训的应用[J]. 护理学杂志,2018,33(2): 75-77,87.

[7] 高婷婷,曹玉英,张立欣. 客观结构化临床考核在 PICC 专科护士资质认证中的实践[J]. 护理学杂志,2015,30 (13):73-74.

[8] 高璐,高晶,李红伟,等. 以 DOPS 为工具的形成性评价 在临床技能教学中的应用研究[J]. 中国医学教育技术, 2017,31(6):714-716.

[9] 中央应对新型冠状病毒感染肺炎疫情工作领导小组. 关于 全面落实进一步保护关心爱护医务人员若干措施的通知 [EB/OL]. (2020-02-23)[2020-02-27]. <http://www.nhc.gov.cn/renshi/s3578/202002/58383a6d3d6f4c4ca1c04ea21cd834c4.shtml>.

[10] 王春婷. 基于 CIPP 模型和柯氏模型构建新入职护士规 范化培训效果评价指标体系的研究[D]. 南京:南京大 学,2019.

(本文编辑 赵梅珍)

基于罗森塔尔效应的心理护理对疑似新型冠状病毒肺炎 患者负性情绪的影响

章思思¹,谢文瑶²

Impact of Rosenthal Effect based psychological intervention on negative emotions of suspected COVID-19 patients Zhang Sisi, Xie Wen Yao

摘要:目的 探讨基于罗森塔尔效应的心理护理改善疑似新型冠状病毒肺炎患者负性情绪的效果。方法 从 2 个隔离病区各选取 30 例疑似新型冠状病毒肺炎患者作为对照组和观察组。对照组接受共情、安慰、问答、转移注意力等常规心理护理,观察组在此 基础上增加基于罗森塔尔效应的心理护理。**结果** 出院时,观察组抑郁、焦虑、内向性激惹和外向性激惹评分显著低于对照组 ($P<0.05, P<0.01$);观察组对基于罗森塔尔效应的心理护理评价得分为 8.07~9.17。**结论** 基于罗森塔尔效应的心理护理有利 于改善疑似新型冠状病毒肺炎患者的负性情绪,促进患者树立对抗疾病的信心与勇气。
关键词:新型冠状病毒肺炎; 隔离患者; 疑似患者; 罗森塔尔效应; 心理护理; 激惹; 抑郁; 焦虑
中图分类号:R473.5 **文献标识码:**B **DOI:**10.3870/j.issn.1001-4152.2020.09.024

新型冠状病毒肺炎(下称新冠肺炎)作为急性呼 吸道传染病具有传播速度快、传染性强、人群普遍易 感的特点,我国于 2020 年 1 月将其纳入乙类传染病 并按甲类传染病管理^[1]。新冠肺炎疑似病例在医学 观察隔离期间易出现负性情绪,有强烈的心理干预需 求^[2-3]。罗森塔尔效应又称期待效应,是指通过赞美、 信任和期待等心理暗示来帮助患者重拾信心,获得积 极向上的动力,通过改变自身行为,以达到教育者的 期待^[4],改善患者负性情绪^[5]。笔者对疑似新冠肺炎 患者实施以罗森塔尔效应为基础的心理护理,取得较 满意效果,报告如下。

1 对象与方法
1.1 对象 2020 年 1~2 月采用抽签法将我院 2 个隔离病区分别作为对照组和观察组,从中抽取疑 似新冠肺炎患者各 30 例作为研究对象。纳入标准: ①符合国家卫生健康委员会发布的《新型冠状病毒感 染的肺炎诊疗方案(试行第五版)》^[6]中疑似病例 的诊断标准;②小学以上文化程度,具备良好的沟通 能力;③知情同意参与本研究。排除标准:①新冠肺 炎确诊病例^[6];②有精神疾病史。两组一般资料比 较,见表 1。

表 1 两组一般资料比较

组别	例数	性别(例)		年龄 (岁, $\bar{x}\pm s$)	文化程度(例)		家庭所在地(例)		职业(例)	
		男	女		大专以下	本科以上	农村	城镇	医学相关	无医学背景
对照组	30	14	16	44.50±15.23	14	16	14	16	2	28
观察组	30	10	20	43.94±13.46	11	19	15	15	5	25
t/χ^2		1.111		0.672	0.617		0.067		1.456	
P		0.292		0.501	0.432		0.796		0.228	

1.2 方法

1.2.1 干预方法

两组患者在入院后第 2 天开始接受心理干预,每 天 1 次,每次 20~30 min。对照组接受常规心理护 理,包括共情、安慰、问答、转移注意力等。观察组在

作者单位:湖南师范大学附属第一医院/湖南省人民医院 1. 护理部
2. 护理教研室(湖南 长沙,410005)
章思思:女,硕士,主管护师,护理部质控办副主任
通信作者:谢文瑶,1421956049@qq.com
收稿:2020-02-29;修回:2020-03-15

对照组的基础上增加基于罗森塔尔效应的心理护理,具体如下。

1.2.1.1 成立罗森塔尔教育小组 教育小组由经过罗森塔尔效应相关知识培训和具有心理咨询师资质的 6 名护理人员组成。由 1 名护理部副主任任组长,为国家二级心理咨询师,在本次活动中主要负责指导方案设计、活动协调等;1 名护理部质控办副主任负责活动方案设计、活动组织和联络;1 名隔离病区护士长和 3 名责任护士主要负责活动实施。

1.2.1.2 营造良好的氛围 小组成员通过与患者沟通,了解患者的心理需求、负性情绪来源及影响情绪的具体因素。在病房悬挂正确佩戴口罩和正确洗手 7 步骤提示牌、新型冠状病毒 48 字守则和新冠肺炎疫情防控宣传图片、战“疫”必胜等鼓励性标语;播放有针对性的正念减压音频,利用现代通讯手段及时输入来自亲人的关心、安慰、鼓励等情感支持,以营造积极的隔离病房人文环境。

1.2.1.3 传递期望及内化期望 在情绪管理中融入罗森塔尔效应理念,着重强化隔离患者对新冠肺炎的认知,改变其消极观念,调节自身情绪。①憧憬、期待。护士长及责任护士向患者讲述新冠肺炎的流行病学特点、临床表现、最新疫情动态、疾病预后和治疗方案;讲解隔离的意义,指导患者进行自我防护,如戴口罩、正确洗手的方法;列举治愈成功案例,帮助患者树立与疾病斗争的信心与勇气,增强患者对治愈疾病的憧憬和期待。②行动与感触。责任护士走近患者,认真倾听患者诉说,给患者创造一个宣泄不良情绪的氛围,并通过眼神和肢体语言,如轻拍患者肩背部给予鼓励,消除患者的恐惧和无助感。同时指导患者进行想象放松训练,首先让患者闭上双眼感受内心情绪,再引导其想象自己带着轻松、自信、坚定的信念投入未来生活的场景,最后分享内心情绪。在此过程中小组成员记录患者放松训练后的感受和情绪变化,在分享过程中给予患者肯定、赞扬、鼓励。③接受及内化。在小组成员的指导下,患者通过自我激励法,正向的“自我对话”,对自己说“我做得很好!”肯定自己的努力和成果,如积极配合治疗、规律进食、多饮水、保证充足睡眠;读一本好书,听一段优美的音乐,看一部励志的好剧来享受独处,让灾难远离心灵。心理暗示法,积极的“自我对话”,首先深呼吸,保持放松状态,然后用积极的自我对话方式,正面表达自己的感受,如“我感到幸福……,因为……”“……让我充满信心和希望”“我乐意接受……”“我能掌握自己……”等方法控制负性情绪,帮助患者逐步接受隔离,建立战胜疾病的期望。

1.2.1.4 信息反馈 患者出院后仍需做好居家隔离,为了及时、准确地评价出院患者的行为以决定是维持还是调整期望,针对性采取以下措施:①加强出院患者健康指导。指导患者出院后继续进行自我健

康状况监测,引导患者主动、及时地通过各种手段报告个人信息和健康状况,指导患者出院后做好自我管理,如佩戴口罩、做好手卫生、减少与家人密切接触及外出活动等。②充分运用信息手段开展随访。通过微信群、电话回访、家庭医生签约 App 等多种手段与出院患者信息互动,及时发现和处理患者可能存在的身体及心理问题。③制定出院患者居家隔离心理调适“五个一”措施。包括制定一个计划,安排好每天要做的事情,特别是要保证规律的饮食和充足的睡眠;学习一项新技能,并且享受这个过程;找到一种支持,通过视频、电话等方式跟家人和朋友保持联系,自我调整很困难时,通过信息手段寻求专业支持;进行一项锻炼,定时锻炼,可以做自己喜欢的室内运动或使用健身 App 与朋友一起远程锻炼;思考一些体验,思考自己在这段经历中获得有价值的人生体验,以及该用什么样的人生态度去面对今后的工作、生活和学习。

1.2.2 评价方法 ①激惹、抑郁和焦虑状况。分别于入院后 12 h 内和出院前 12 h 内采用激惹、抑郁和焦虑量表(Irritability, Depression and Anxiety Scale, IDA)对两组患者进行测评。IDA 由袁勇贵等^[7]汉化,包括抑郁、焦虑、内向性激惹和外向性激惹 4 个因子共 18 个条目,采用 0~3 级评分,评分越高表示抑郁、焦虑和激惹程度越高。抑郁因子<4 分为正常,4~6 分边缘,>6 分为异常;焦虑因子<6 分为正常,6~8 分边缘,>8 分为异常;内向性激惹因子<4 分为正常,4~6 分边缘,>6 分为异常;外向性激惹因子<5 分为正常,5~7 分边缘,>7 分为异常。该量表具有良好的信效度^[8]。②心理护理活动评价。采用自制的心理护理活动评价问卷对基于罗森塔尔效应的心理护理活动进行评价,由观察组在出院时填写,问卷包括 10 个条目,从极不符合到极符合依次计 1~10 分,得分越高表示满意度越高。

1.2.3 统计学方法 采用 SPSS19.0 软件进行统计描述、 χ^2 检验及 t 检验,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 两组干预前后激惹、抑郁和焦虑状况评分比较 见表 2。

表 2 两组干预前后激惹、抑郁和焦虑状况评分比较
分, $\bar{x} \pm s$

组别	时间	例数	抑郁	焦虑	内向性激惹	外向性激惹
对照组	干预前	30	7.78±3.02	8.27±1.62	7.93±1.75	8.13±1.96
	干预后	30	6.73±2.87	7.47±1.60	7.40±1.84	7.20±1.66
观察组	干预前	30	7.60±2.50	8.33±2.35	7.60±2.13	8.20±1.57
	干预后	30	3.67±1.88	6.13±1.51	6.20±1.15	6.00±1.20
t (两组干预前)			0.263	0.090	0.468	0.103
P (两组干预前)			0.794	0.929	0.643	0.919
t (两组干预后)			3.467	2.352	2.141	2.137
P (两组干预后)			0.002	0.026	0.041	0.038

2.2 观察组对基于罗森塔尔效应的心理护理活动评价 见表 3。

表3 观察组对基于罗森塔尔效应的心理
护理活动评价($n=30$)

条 目	得分($\bar{x}\pm s$)
学会了调节自己的不良情绪	8.07±0.74
学到了有关新冠肺炎的相关知识	8.47±0.63
学会了如何更好地应对疾病	8.27±0.74
对自己今后生活有了新的期望	8.37±0.72
参加本次活动使自己越来越有信心	8.13±0.82
活动中能做到互相信任而且坦诚	8.30±0.70
在活动中乐于分享自己内心的想法	8.33±0.71
愿意向别人表达看法	8.33±0.71
喜欢本次活动方式	9.10±0.30
对本次活动满意	9.17±0.53

3 讨论

公众面对突发传染性公共卫生事件时常出现不同程度的心理应激反应,特别是在传染性疾病的高发期,容易出现各种负性情绪^[9]。表2显示,两组疑似感染患者入院时抑郁、焦虑、内向性及外向性激惹评分均处于“异常”状态,可能因为:①主观感知。新冠肺炎传染性强且尚无特异性治疗方法,加重了人们的紧张情绪。另外,现代社会网络信息传播速度快,很多伪信息容易引起民众恐慌。②客观环境。由于疑似感染患者需要单人单间隔离治疗,长时间处于封闭空间,缺乏沟通,加上对疾病的担心更容易产生负性情绪。因此,对疑似感染患者给予积极的心理干预,帮助其树立战胜疾病的信心与勇气具有重要意义。

本研究结果显示,干预后观察组抑郁、焦虑、内向性激惹和外向性激惹得分显著低于对照组($P<0.05$, $P<0.01$),表明基于罗森塔尔效应的心理护理能有效改善疑似新冠肺炎患者的负性情绪。可能因为基于罗森塔尔效应的心理护理着重强化患者对疾病的认识,注重患者的心理感受,通过与患者建立良好的信任关系,可以给患者传递治愈希望,树立对抗疾病的信心,消除患者对疾病的恐惧和担忧,减轻患者的心理负担。在对患者进行心理护理过程中不断地给予激励和赞美,让患者感受到主观努力的效果,将被动行为转化成积极主动的行为,加强自我肯定,增强患者自我调节和自我管理能力,从而能帮助患者有效缓解指向外部世界和内部世界的激惹状态^[8,10]。患者出院后,通过现代化信息手段进行心理干预,能持续追踪患者的情绪变化,帮助患者及时调整心理健

康状况,对改善负性情绪起到动态、持续作用。

表3显示,观察组对基于罗森塔尔效应的心理护理活动评价均在8分以上,且对活动总体满意度为9.17分,表明患者对此次心理护理活动认可和满意。基于罗森塔尔效应的心理护理让患者认识到努力就有回报,不断地激励让患者积极主动分享和调节情绪,通过持续性干预,减轻了负性情绪,帮助患者逐步接受隔离,且对未来充满希望。

参考文献:

[1] 中华人民共和国国家卫生健康委员会. 新型冠状病毒感染的肺炎纳入法定传染病管理[EB/OL]. (2020-01-20) [2020-02-12]. <http://www.nhc.gov.cn/xcs/zhengcwj/202001/44a3b8245e8049d2837a4f27529cd386.shtml>.

[2] 董人齐,周霞,焦小楠,等. 新型冠状病毒肺炎疫情期间隔离人员心理状况调查研究[J]. 康复学报,2020; <http://kns.cnki.net/kcms/detail/35.1329.R.20200228.1002.001.html>.

[3] 马楷轩,张懿德,侯田雅,等. 新型冠状病毒肺炎疫情期间隔离人员生理心理状况调查[J]. 中国临床医学, 2020; <http://kns.cnki.net/kcms/detail/31.1794.R.20200219.1111.002.html>.

[4] 郝秀凤,周育蕾,李霞. 罗森塔尔效应带教对实习护理学生职业成熟度的影响[J]. 华西医学,2013,28(12):1942-1944.

[5] 郝秀凤,王小革,陈敬华. 应用罗森塔尔效应带教对临床实习护生社会化的影响[J]. 护理学杂志,2009,24(13):19-22.

[6] 中华人民共和国国家卫生健康委员会,国家中医药管理局. 新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案(试行第五版)[EB/OL]. (2020-02-05) [2020-02-12]. <http://www.nhc.gov.cn/xcs/zhengcwj/202002/3b09b894ac9b4204a79db5b8912d4440/files/7260301a393845fc87fcf6dd52965ecb.pdf>.

[7] 袁勇贵,沈鑫华,吴爱勤,等. 激惹、抑郁和焦虑量表(IDA)的信度和效度研究[J]. 四川精神卫生,2002,15(1):11-13.

[8] 朱萍,杨承健. 双心护理联合放松训练对急性冠脉综合征患者心理状态的影响[J]. 护理学杂志,2017,32(21):89-90.

[9] 齐晔,陈刘欢,张栗,等. 新型冠状病毒感染肺炎的公众认知、态度和行为研究[J]. 热带医学杂志,2020; <http://kns.cnki.net/kcms/detail/44.1503.R.20200204.1114.002.html>.

[10] 高学军,叶春花,赵会荣,等. 罗森塔尔效应对住院孕早期流产风险妇女心理状况的影响[J]. 中国实用护理杂志,2017,33(31):2401-2404.

(本文编辑 韩燕红)