

探讨叙事护理对新冠肺炎疫情防控一线护理人员心理干预

张 洁

山西医科大学第二医院骨科脊柱二病区, 山西 太原

收稿日期: 2024年4月29日; 录用日期: 2024年5月21日; 发布日期: 2024年5月29日

摘 要

本文旨在探讨叙事护理在新冠肺炎疫情防控一线护理人员心理干预中的应用。通过文献综述和实证研究, 本文发现叙事护理在缓解护理人员心理压力、提高心理健康水平方面具有显著效果。本文还提出了相应的实施策略和建议, 为提高护理人员的心理健康水平和应对能力提供参考。

关键词

叙事护理, 新冠肺炎, 心理干预, 护理人员

To Explore the Psychological Intervention of Narrative Nursing on the Frontline Nurses for the Prevention and Control of COVID-19

Jie Zhang

The Second Ward of Orthopaedic Spine, The Second Hospital of Shanxi Medical University, Taiyuan Shanxi

Received: Apr. 29th, 2024; accepted: May 21st, 2024; published: May 29th, 2024

Abstract

The purpose of this study was to explore the application of narrative nursing in the psychological intervention of frontline nurses in the prevention and control of the novel coronavirus pneumonia epidemic. Through literature review and empirical research, this paper found that narrative nursing has a significant effect on alleviating the psychological pressure of nursing staff and improving their mental health level. This paper also puts forward the corresponding implementation

strategies and suggestions for improving the mental health level and coping ability of nursing staff.

Keywords

Narrative Nursing, COVID-19, Psychological Intervention, Nursing Staff

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 前言

COVID-19 大流行给全球卫生保健系统带来了空前的挑战，也给医护人员带来了巨大的心理压力。一线护理人员作为抗击疫情的重要力量，冒着生命危险为患者提供，其心理健康状况与医疗质量和患者安全直接相关。然而，长期暴露在高压力环境中，对感染病毒的恐惧，以及目睹痛苦和死亡的情感负担，对这些一线护理人员的心理健康造成了损害。因此，如何实施有效的心理干预，从而减少一线护理人员的心理压力，提高其心理健康水平，成为当前亟待解决的问题[1]。

叙事护理是指通过倾听、记录和理解患者自身的故事，帮助患者更好地理解 and 应对疾病，同时也可以帮助医护人员更好地理解 and 应对工作压力[2] [3]。近年来，在医疗领域中叙事护理得到了广泛的应用，并取得了显著成效[4]。首先，从应用范围来看，越来越多的医院和护理机构开始引入叙事护理模式。泰安市某三甲医院对 458 名临床护士的医学叙事能力进行考核评分，均分为 147.11 ± 21.75 分[5]。无独有偶，一项研究对天津市 3 所三甲医院护理人员的医学叙事能力进行统计评分，均分为 154.20 ± 17.07 分[6]。这足以显示出其受欢迎程度和普及速度。其次，叙事护理在改善患者生活质量方面取得了显著成效。一项针对叙事护理效果的研究显示，接受叙事护理的患者的生活质量评分显著提高，其中疼痛缓解、情绪改善和社交功能提升等方面均表现出积极的变化[7]。此外，叙事护理在提高患者满意度和护理效果方面也发挥了重要作用。根据一项调查，接受叙事护理的癌症患者对护理服务的满意度高达 80%，相较于传统护理模式有明显提升[8]。同时，叙事护理还降低了护理不良事件的发生率，减少了医疗纠纷，提升了护理工作的整体质量和效率。研究表明，叙事护理可以帮助医护人员缓解工作压力，提高心理健康水平，从而提高工作质量及满意度[3]。同时，叙事护理还可以帮助患者更好地理解 and 应对疾病，提高治疗效果和生活质量。

本文将探讨叙事护理在新冠肺炎疫情防控一线护理人员心理干预中的应用，以期为提高护理人员的心理健康水平和应对能力提供参考。

2. 资料与方法

2.1. 一般资料

采取自愿原则，选取我科 2022 年 12 月 1 日~2022 年 12 月 30 日期间在抗击新型冠状病毒肺炎病区一线岗位的护士 20 名作为研究对象。其中女 20 名。年龄：28~35 岁 12 名，36~45 岁 8 名，平均年龄(32.48 ± 5.34)岁。学历：大专 2 名，本科 18 名。工作年限：<10 年 15 名，10~20 年 5 名。职称：初级职称 10 名，中级职称 8 名，高级职称 2 名。婚育：未婚 2 名，已婚未育 3 名，已婚已育 15 名。

2.2. 干预方法

运用包括技术外化、解构、改写、外部见证人、治疗文件等叙事护理的五大核心对研究对象进行叙事护理干预[9] [10]。利用网络平台，建立钉钉群及微信群。通过微信群介绍调查目的、意义，征得同意后，线上发放并指导完成焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)问卷调查，之后通过钉钉打卡、直播授课；微信面对面视频或语音聊天；腾讯会议互诉心声等方式进行叙事护理干预，连续干预两周，再次进行 SAS 及 SDS 量表问卷调查。具体方法如下：

- 1) 一对一线上叙事护理干预：选择一个固定时间作为叙事护理干预时间，对没有工作安排的受试人员通过利用微信面对面视频或语音聊天的功能进行线上干预。连续干预两周，每周两次，每次约 30 分钟左右。聊天内容可以是工作中的见闻、日常生活琐事、身边的时事、外化对话等。
- 2) 建立心理援助钉钉群或微信群：可以在群里发一些正能量、具有积极意义的视频、文字资料等。进行每周 2 次的线上心理课堂，旨在疏导大家的心理障碍，灌输积极向上的思想。
- 3) 群体叙事：借助腾讯会议平台，开展每周 2 次的互诉心声交流会。可以通过集体叙事的方式，在群内沟通、倾诉，对于提出的问题，心理小组成员给予针对性的解答，通过在他人的经验中获得经验，从而增强自信心。

2.3. 评价方法

干预前后采用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)表评价。SAS/SDS 的主要统计指标为总分。评定结束后，将得到的量表总分，再乘以 1.25 以后取得整数部分，就得到标准分，分数越高，则表明症状越严重。SAS 标准分低于 50 分者为正常；50~59 者为轻度焦虑，60~69 者是中度焦虑，69 以上者是重度焦虑。SDS 标准分的分界值为 53 分，其中 53~62 分为轻度抑郁，63~72 分为中度抑郁，73 分以上为重度抑郁。通过微信线上发放问卷，使用统一指导语，完成问卷后及时收回。

2.4. 统计学方法

采用 SPSS21.0 软件对数据进行配对 t 检验，以 $P < 0.05$ 为检验结果有意义。

3. 结果

每名护士每周线上访谈 2 次，共进行 80 次访谈。期间接到求助电话 20 次，集体心理疏导 4 次，集体叙事 4 次。干预后，SAS/SDS 得分较干预前显著降低， $P < 0.05$ ，差异有统计学意义。结果见表 1。

Table 1. Comparison of SAS/SDS scores of front-line nurses before and after intervention (points, $\bar{x} \pm s$)
表 1. 干预前后一线护士 SAS/SDS 得分比较(分, $\bar{x} \pm s$)

时间	人数	SAS	SDS
干预前	20	57.81 $\pm$ 4.32	58.34 $\pm$ 2.74
干预后	20	49.13 $\pm$ 3.46	48.79 $\pm$ 3.11
t 值	-	8.902	10.554
P 值	-	0.000	0.000

4. 讨论

在新冠肺炎疫情防控一线，护理人员面临着巨大的工作压力和心理挑战。他们不仅需要面对病毒的威胁，还要应对紧张的工作环境、长时间的工作以及与患者沟通的困难。因此，对于这些护理人员的心

理干预至关重要。叙事护理作为一种有效的心理干预方法，可以提供积极的心理支持，帮助护理人员应对工作压力，提高心理适应能力[9] [10] [11]。

4.1. 叙事护理的概念和意义

叙事护理是一种以患者为中心的护理方法，它强调通过倾听和理解患者的经历和感受，建立良好的护患关系。在新冠肺炎疫情防控一线，叙事护理可以帮助护理人员更好地理解患者的需求和情感，提高护理质量[12] [13]。叙事护理还可以帮助护理人员释放工作压力，提高心理适应能力。以往的心理干预方式强调个人的经历和感受，较为主观。而叙事护理则与之不同，在治疗过程中，通过综合运用 5 个核心技术，引导叙述者讲述自己的经历及故事，倾听者通过倾听将自己带入进叙述者的内心世界，发掘自身潜在力量，从而帮助自己走出困境[14] [15]。

4.2. 叙事护理在新冠肺炎疫情防控一线护理人员心理干预中的应用

建立良好的护患关系在新冠肺炎疫情防控一线，护患关系尤为重要。通过叙事护理，护理人员可以更好地了解患者的需求和感受，建立良好的护患关系。这有助于提高患者的信任度及患者的满意度，同时也有助于减轻护理人员的工作压力。帮助护理人员释放工作压力新冠肺炎疫情防控一线的工作压力非常大，护理人员需要长时间工作，而且要面对病毒的威胁[2]。通过叙事护理，护理人员可以分享自己的感受和经历，从而释放工作压力。这有助于提高护理人员的心理健康水平和工作效率[16]。护理人员需要面对各种挑战和困难，故提高在新冠肺炎疫情防控一线护理人员的心理适应能力是至关重要的。通过叙事护理，护理人员可以学会更好地应对挑战和困难，提高心理适应能力。这有助于提高护理人员的心理素质和工作能力[17]。

本研究结果显示，实施叙事护理干预后，本组护士的 SAS/SDS 总分显著降低，差异有统计学意义($P < 0.05$)，表明新冠肺炎重症病区护士的心理症状可以通过叙事护理干预得到明显改善，促进心理健康，值得在临床工作中推广。

4.3. 新冠肺炎疫情背景下的新型叙事护理模式

借用先进的网络平台，搭载各种社交工具，采用线上和线下相结合的干预。朱艺红等运用基于微信平台的健康教育结合叙事医学护理模式，对 63 例行永久性肠造口手术患者进行护理干预。结果显示在这种模式干预下，患者社会影响量表(SIS)评分与患者生命质量测定量表(QLQ-C30)评分更优，且造口并发症总发生率仅为 6.35% [18]。本研究同样使用了新型叙事护理模式，充分考虑了一线护士的具体情况，能最大程度地满足其心理疏导，并将一对一叙事方式和集体叙事方式相结合，既能保护叙事者的隐私，又发挥了集体叙事的优势：通过观看他人的叙事素材，护士可以了解他人的经历体验，从中发掘出对自身有教育意义和启发作用的关键点，从而改变以往的认知，增强战胜现有困境的信心。另外，这种干预方式操作性强，且成本低廉，可在疫情防控的关键时期应用。

5. 结论

叙事护理作为一种有效的心理干预方法，可以帮助新冠肺炎疫情防控一线的护理人员更好地应对工作压力和心理挑战。通过帮助释放工作压力、建立良好的护患关系及提高心理适应能力，叙事护理可以为护理人员提供积极的心理支持，促进身心健康。因此，在新冠肺炎疫情防控工作中应该加强对护理人员的叙事护理培训和实践，开展实践活动和完善制度保障等措施，以提高一线护理人员的心理素质和工作能力。

参考文献

- [1] 包延乔, 张文俐, 边晓璐, 等. 叙事护理在新型冠状病毒肺炎病区护士中的干预研究[J]. 护理学报, 2020, 27(6): 44-48.
- [2] 黄辉, 刘义兰. 叙事护理临床应用的研究进展[J]. 中华护理杂志, 2016, 51(2): 196-200.
- [3] 高淑平, 任之珺. 叙事护理对改善 ICU 护士心理健康状态的研究[J]. 护理学杂志, 2019, 34(22): 76-79.
- [4] 王斐, 刘英新. 新型冠状病毒肺炎疫情下叙事护理在肿瘤患者中的应用[J]. 实用医药杂志, 2020, 37(7): 658-660.
- [5] 李孟缘, 陈元元, 薛贵芳, 魏丛丛, 杨洪菊, 冉张申. 综合医院护士人文执业能力与医学叙事能力现状及影响因素分析[J]. 护理实践与研究, 2023, 20(19): 2886-2892.
- [6] 田丽, 李梦媛, 肖抒情, 等. 三级医院护士医学叙事能力现状及影响因素分析[J]. 护理学杂志, 2021, 36(7): 72-75.
- [7] 胡方婷, 吴艳艳. 叙事护理对帕金森病人负性情绪及生活质量的影响[J]. 护理研究, 2024, 38(5): 907-910.
- [8] 郭丽容, 余丹, 陈兰兰, 翁桂珍. 叙事护理对癌症化疗患者心理弹性能力及住院满意度的影响[J]. 中外医学研究, 2023, 21(24): 108-111.
- [9] 邢利民, 任之珺, 周玉梅, 彭剑英, 高淑平. 新型冠状病毒肺炎疫情防控一线护士的心理干预[J]. 护理学杂志, 2020, 35(8): 17-19.
- [10] 卢明, 王艳, 俞燕娟. 新型冠状病毒肺炎疫情时期叙事护理心理援助实战经验分享[J]. 叙事医学, 2021, 4(3): 160-163, 190.
- [11] 卢明, 王艳, 赵延兵, 栗瑞利, 白洁, 韩冰, 俞燕娟. 新型冠状病毒肺炎疫情期间的心理援助实践[J]. 中华护理杂志, 2020, 55(z2): 595-598.
- [12] 许士娣, 谢珺, 朱雪莲, 王倩, 徐洁华. 疫情背景下叙事护理对哮喘患儿照护者心理健康状态的影响[J]. 当代护士, 2023, 30(12): 61-65.
- [13] 熊丹, 张晴, 邹宗颖, 李珊. 叙事护理在 1 例自杀未遂新型冠状病毒肺炎患者中的应用观察[J]. 当代护士(下旬刊), 2021, 28(2): 169-171.
- [14] 胡根容, 庄琼霞, 吴克华. 叙事护理在 1 例新型冠状病毒肺炎密接者医学观察期间绝食中的应用[J]. 基层医学论坛, 2023, 27(24): 147-150.
- [15] 李小会, 刘青花, 蔡宗仁, 李泉峰, 胡晓慧, 牛芳. 叙事护理模式在新型冠状病毒肺炎患者护理中的应用[J]. 甘肃科技, 2021, 37(18): 182-184, 181.
- [16] 周晓丹, 翁育红. 探讨叙事护理在新型冠状病毒肺炎重症病区一线护士的心理干预[J]. 饮食保健, 2020, 7(15): 116-117.
- [17] 《叙事医学》编辑部. 用心叙事以情动人——上海交通大学医学院附属仁济医院护理部主任杨艳访谈录[J]. 叙事医学, 2020, 3(6): 381-383.
- [18] 朱艺红, 陈燕虹, 李淑梅. 基于微信平台的健康教育结合叙事医学护理模式在肠造口患者中的应用价值[J]. 中西医结合护理(中英文), 2023, 9(11): 102-104.