

同理心地图在Z时代本科护生护患沟通教学中的应用

赵亚莉^{1*}, 高婵娟², 周璇¹, 戢红婵¹, 代丽^{3#}

¹湖北医药学院护理学院, 湖北 十堰

²广州松田职业学院护理学院, 广东 广州

³湖北医药学院附属人民医院神经内科, 湖北 十堰

收稿日期: 2025年5月16日; 录用日期: 2025年6月14日; 发布日期: 2025年6月24日

摘要

目的: 探讨基于同理心地图的教学模式在Z时代护理本科生护患沟通能力中的应用效果。方法: 便利抽样选取某医院2023年7月~2024年9月的本科护理实习生为研究对象, 将2023年7月~9月在科室实习的护理本科生作为实验组, 实施同理心地图教学; 2024年7月~9月在科室实习的本科生作为对照组, 采用传统教学方式, 比较两组护生教学后同理心能力和护患沟通能力情况。结果: 教学结束后实验组护生同理心能力和护患沟通能力水平评分高于对照组($P < 0.05$)。结论: 基于同理心地图的护患沟通教学能提高本科护生同理心能力和护患沟通能力。

关键词

同理心地图, Z时代, 护患沟通能力, 共情能力, 护理教育

The Use of Empathy Maps in Teaching Patient Communication to Undergraduate Nursing Students in the Era of Z

Yali Zhao^{1*}, Chanjuan Gao², Xuan Zhou¹, Hongchan Ji¹, Li Dai^{3#}

¹School of Nursing, Hubei University of Medicine, Shiyan Hubei

²School of Nursing, Guangzhou Songtian Polytechnic College, Guangzhou Guangdong

³Department of Neurology, People's Hospital Affiliated to Hubei University of Medicine, Shiyan Hubei

Received: May 16th, 2025; accepted: Jun. 14th, 2025; published: Jun. 24th, 2025

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 赵亚莉, 高婵娟, 周璇, 戢红婵, 代丽. 同理心地图在 Z 时代本科护生护患沟通教学中的应用[J]. 护理学, 2025, 14(6): 1074-1081. DOI: 10.12677/ns.2025.146142

Abstract

Objective: To explore the application effect of teaching mode based on empathy map in nurse-patient communication ability of undergraduate nursing students in the Z era. **Methods:** Convenient sampling selected undergraduate nursing interns in a hospital from July 2023 to September 2024 as the study object, the undergraduate nursing students interned in the department from July to September 2023 as the experimental group, the implementation of empathy map teaching; undergraduate interns interned in the department from July to September 2024 as the control group, the use of traditional teaching methods, to compare the two groups of undergraduate nursing students after the teaching of the empathy ability and nurse-patient We compared the empathy ability and nurse-patient communication ability of the two groups after teaching. **Results:** The experimental group scored higher than the control group in the levels of empathy and nurse-patient communication ability after the teaching ($P < 0.05$). **Conclusion:** The teaching of patient-care communication based on an empathy map can improve the empathy and patient-care communication ability of undergraduate nursing students.

Keywords

Empathy Map, Age Z, Nurse-Patient Communication Skills, Empathy, Nursing Education

Copyright © 2025 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. 引言

在医疗技术迅猛发展和医疗体系不断完善的背景下，护理专业已成为医疗行业中不可或缺的重要组成部分，护理本科教育也日益受到重视。Z时代是指主要是指1995年~2009年出生的青少年，Z时代青年在中国的人口数量已超过2.6亿人[1]。Z时代青年成长于信息高度发达、全球一体化和多元文化交流频繁的社会环境中，是思想开放、熟知网络[2]、接受新观念、渴望创新和变革的新一代年轻人[3]。护理本科生的实习教育对于其职业认同感和发展具有决定性的影响，但当前的护理实习教学模式仍面临着诸多挑战，传统教学模式已无法满足现代教育的需求。临床实习是护生作为准护理人员正式接触临床护理工作的重要阶段[4][5]，护理本科生在实习的初期阶段(实习时间不超过三个月)将面诸多问题，如复杂的临床环境和沟通能力欠缺等[6]。对于Z时代的护理本科生而言，这些挑战将对其心理和情感产生压力，可能会影响其对职业的认同感和职业发展。Z时代的护理本科生即将成为护理行业的主力军[7]，为进一步提高护理队伍工作水平，推动我国护理事业迈向新台阶，提高Z时代护理本科生职业认同感、沟通能力和精神护理能力至关重要[8][9]。因此，为了解决这些实际问题，迫切需要开发和实施创新的教育模式，以更好地满足实践教学的需求。

同理心地图是一种新兴的思维工具，它通过直观、简便的方式帮助人们理解和探索他人的观点、情感和需求，具有实用性强的特点[10]。本研究将探讨同理心地图在Z时代护理本科生实习初期教学中的应用，旨在提升护理本科生在实习初期的同理心水平和沟通能力，同时也有助于增强护理本科实习生的职业认同感和情感体验。通过跨学科的视角，深入探讨同理心地图的具体应用和效果，不仅能够丰富护理本科教育的理论研究，还有助于将这种有益的教育模式推广到其他相关学科和领域。

2. 研究对象与方法

2.1. 研究对象

研究对象为 2023 年 7 月~2024 年 9 月，在十堰市某三甲医院实习的护理本科生。纳入标准：① 2000 年后出生的全日制护理专业学生，学历为本科；② 实习 ≤3 个月；③ 无精神心理疾病；④ 在知情的基础上，自愿参加本研究且无沟通障碍。排除标准：正在参加其他研究的护理本科生。剔除标准：中途退出实习或实验研究的护生。选取 2023 年 7 月~9 月在科室实习的护理本科生作为实验组，2024 年 7 月~9 月在科室实习的护理本科生作为对照组。两组护生基本资料比较无明显差异($P > 0.05$)，详见表 1。

Table 1. Comparison of general information of nursing students in two groups

表 1. 两组护生一般资料比较

参数	对照组	实验组	χ^2/Z	P
年龄(岁)	21.000 (20.0, 22.0)	21.000 (20.0, 22.0)	0.144	0.886
性别				
男	10	10		
女	80	80	1.406	0.236
是否为独生子女				
是	22	25		
否	68	65	0.004	0.951
是否担任班干部				
是	16	16		
否	74	74	0.013	0.911
来自于				
城市	29	24		
农村	61	66	1.944	0.163
在校成绩				
优秀	31	44		
良好	59	46	2.911	0.088
家庭人均月收入(元/月/人)				
1000 以下	13	15		
1000~1500	34	37	5.610	0.230
1500 以上	43	38		

2.2. 研究方法

两组护生均由相同教师进行教学，教学总时长为 4 h，每周 1 次，每次 1 h，共培训 4 次。对照组采用传统的教学方式，以理论讲授和案例分析讨论为主要教学方式，进行护患沟通技能培训。试验组在对照组的基础上采取同理心地图教学通过绘制同理心地图，描述患者所说(say)、所想(think)、所做(do)、所感(feel)，真正实现换位思考，充分了解患者的需求，具体实施方案如下。

2.2.1. 教学团队构成

本次课程教学成员由 1 名护理教师、2 名临床护师、1 名心理学教师组成。护理教师为教学团队负责人，课后通过数字化教学平台(学习通 APP)布置学习任务。临床护师负责教学相关临床影像资料的收集与整理工作，并根据护患沟通场景对其实施分类，包括咨询护患沟通、问诊护患沟通、入院护患沟通、日常查房护患沟通和护理操作护患沟通 5 类。心理学教师负责提供心理学理论知识和研究方法，帮助小

组成员了解同理心心理机制和影响因素，同时负责协助分析研究数据，提出心理学角度解释和建议。授课后，教师团队通过分析护患沟通技巧课程教学现状，查找教学中的不足之处，进一步完善教学方案和资料。

2.2.2. 基于同理心地图护患沟通教学过程

(1) 任务布置

护理教师提前准备学习视频资料，以中青年脑卒中住院患者为例，护理教师向本科护生播放视频，督促其观看并尝试理解患者及其家属的就医感受。基于上述情景带领护生构建同理心地图，向护生展示如何使用同理心地图记录患者情绪、需求和反应等。课后要求护生从言、行、感、想 4 个角度出发绘制患者或家属同理心地图并进行分析，包括定义、技巧和实践方法等内容；其次，根据分析同理心地图的结果，自行设计护患沟通情景剧本；最后，与同伴一同展开角色模拟，呈现护患沟通的动态交互过程。执行时间：1 课时，预期目标：护生在规定时间内完成同理心地图绘制和情景沟通剧本，并以小组为单位展示护患沟通情景。

(2) 任务展示

1) 绘制同理心地图

护生按每组 5 人自由组成互助小组，以中青年缺血性脑卒中住院患者为主体，结合所学和视频内容，小组内讨论，明确患者及其家属的所言、所行、所想、所做。讨论结束后绘制同理心地图，要求凸显患者需求和愿望，地图上详细标注患者的情绪变化、需求和期望，并在地图周围适当添加笔记和解释，如图 1，时长为 1 课时。绘制完成后，护生在课堂上展示自己绘制的同理心地图，教师引导护生对每幅同理心地图描述内容的合理性、准确性进行系统分析，并经护生投票选出支持票数最高的同理心地图。

2) 护患沟通情景模拟

① 情景描述：患者梅某，是一位中年男性，最近被确诊为缺血性脑卒中。梅某对诊断感到焦虑，对未来生活感到担忧。② 沟通全过程：听取患者所说(say)：首先倾听梅某对于患病这一事实的情绪和担忧，包括对于疾病的认知、不确定感和困惑；深入了解患者所想(think)：采用针对性的提问方式，帮助梅某表达内心真实想法，了解他对疾病的理解，以及对于疾病预后的期望；观察患者所做(do)：护生观察患者是否具有良好的尊医行为和不良的生活习惯等，有助于更好地了解患者的态度和行动；理解患者所感(feel)：通过观察和倾听，护生深入探索患者的情感世界，包括恐惧、焦虑、担忧等，与其建立更深入的信任和共情关系。③ 梳理患者情绪：授课教师引导本科护生再次学习同理心地图，实现对患者及其家属情绪的全面梳理，确定患者及其家属的情绪如，焦虑、难过、担忧、恐惧等；要求护生从患者及其家属的角度出发并思考问题，给予患者及其家属人文关怀，理解其情绪变化，通过合适的方式帮助其缓解负性情绪，时长为 1 课时。

(3) 对比反思

让护生对比不同同理心地图内容和沟通情景角色扮演表现，分析优缺点，吸取经验教训；引导护生反思自己在实践中的表现，思考哪些地方可以改进，如何更好地运用同理心地图提升护患沟通能力和共情能力。

(4) 任课教师总结

护理教师引导护生归纳总结出共情的步骤：首先以同理心感受患者及其家属情绪；其次用恰当的行为和语言表达对患者及其家属负面情绪的理解；最后引导护生进一步思考，提升共情能力。在护生反思的基础上，任课老师与护生共同总结沟通技巧，提醒护生在总结过程中重点关注同理心地图的运用方式、效果及改进策略，帮助护生更深入地理解和掌握同理心地图在护患沟通中的重要性，时长为 1 课时。

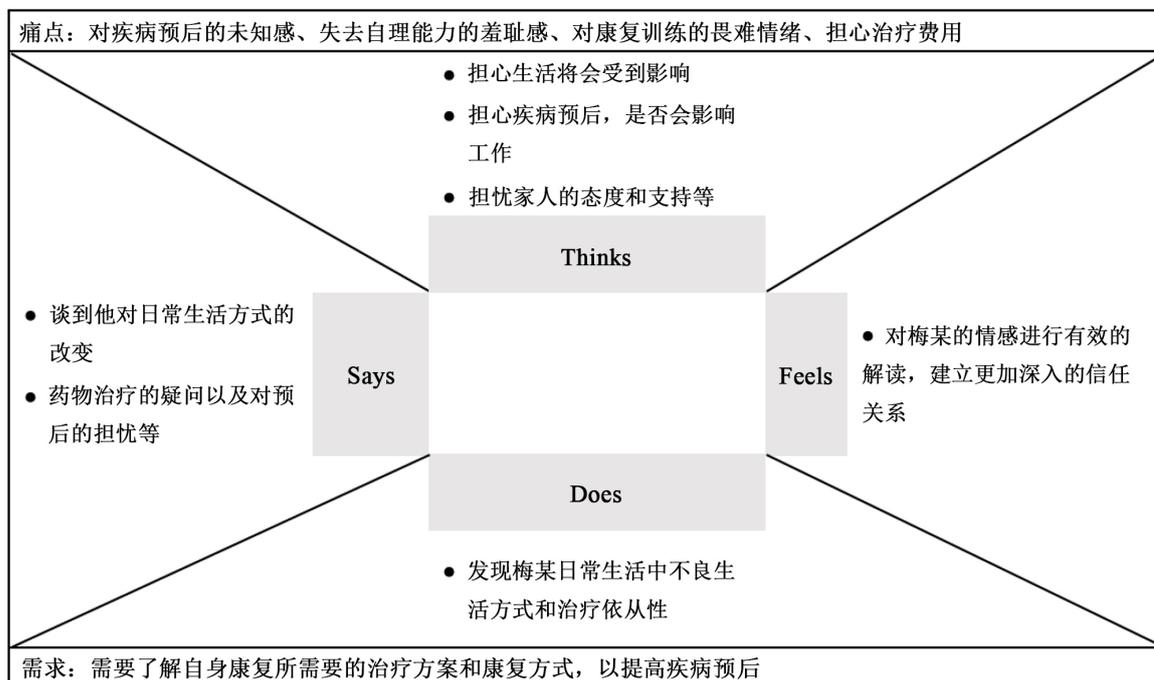


Figure 1. Simulated empathy map

图 1. 模拟同理心地图

2.3. 观察指标

2.3.1. 同理心能力

使用由马莉[11]翻译并修订的中文版杰弗逊同理心量表测量护生的同理心。该量表包含观点选择、情感关怀、换位思考 3 个维度共 20 个条目，采用 Likert7 级评分法，从“完全同意”~“完全不同意”分别计分 7~1 分，其中 10 项条目反向计分(情感关怀和换位思考)，总计 20 分~140 分，得分越高表明同理心水平越高。

2.3.2. 临床沟通能力

采用杨芳宇[12]研制的护生临床沟通能力测评量表测量护生的临床沟通能力。该量表包含建立和谐关系、敏锐倾听、确认患者问题、共同参与、传递有效信息、验证感受 6 个维度共 28 个条目，采用 Likert4 级评分法，“从不”~“总是”正向题计为 1~4 分，反向题则反之，得分越高，表明临床沟通能力越强。

2.4. 资料收集方法

本研究以自评方式进行数据收集，由研究对象独立完成，本次调查问卷填写时间大约为 20 分钟，填写后当场收回，在回收自评量表时，及时检查每份问卷的完整性和填写准确性，如有漏填或不完整的情况，应及时通知研究对象补充或修改，并由专人负责将量表调查结果进行整理和数据录入，确保数据的准确性。

2.5. 统计方法

将数据统一录入 SPSS26.0 统计软件。计量资料采用均数 \pm 标准差进行统计描述，计数资料采用频数、百分比描述研究对象的一般人口学资料；采用两独立样本 t 检验比较两组护生一般资料情况及同理心地图干预前后两组护生间同理心水平和临床沟通能力，用配对样本 t 检验比较干预前后两组护生内的

同理心水平和临床沟通能力, 以 $P < 0.05$ 具有统计学差异。

3. 结果

3.1. 两组护理本科生同理心能力情况比较

教学结束后, 实验组护生同理心能力评分均高于对照组($P < 0.05$), 见表 2。

Table 2. Comparison of empathy skills between two groups of nursing students

表 2. 两组护生同理心能力情况比较

组别	样本量	观点选择	情感关怀	换位思考	总分
对照组	90	55.83 ± 9.79	30.40 ± 9.79	7.68 ± 3.53	93.91 ± 12.22
实验组	90	62.31 ± 6.46	40.02 ± 6.07	11.51 ± 2.53	113.84 ± 10.67
t		5.356	8.964	8.947	14.331
P		$P < 0.01$	$P < 0.01$	$P < 0.01$	$P < 0.01$

3.2. 两组护理本科生临床沟通能力情况比较

教学结束后, 实验组护生临床沟通能力评分均高于对照组($P < 0.05$), 见表 3。

Table 3. Comparison of clinical communication skills between two groups of nursing students

表 3. 两组护生临床沟通能力情况比较

组别	样本量	验证感受	倾听	建立关系	共同参与	确认问题	传递信息	总分
对照组	90	16.81 ± 3.37	18.20 ± 3.34	11.78 ± 2.38	8.23 ± 2.08	15.38 ± 2.88	5.39 ± 1.41	75.79 ± 11.16
实验组	90	20.43 ± 3.07	21.58 ± 2.54	13.98 ± 2.08	10.33 ± 3.15	17.93 ± 2.27	6.30 ± 2.70	90.56 ± 11.53
t		8.446	9.020	7.377	5.059	7.098	2.759	9.851
P		$P < 0.01$	$P < 0.01$	$P < 0.01$				

4. 讨论

4.1. 基于同理心地图的护患沟通教学有利于护生同理心水平提升

研究表明, 护生拥有较高的同理心, 有利于促进其从患者及其家属的角度思考问题, 理解患者的情绪、思想或行为, 主动询问患者需求, 还有利于减轻患者的病耻感[13]。有研究者建议, 在护理教学过程中应注重提升本科护生的同理心水平, 培养护生的同理心能力[14][15]。基于此, 本研究将同理心地图融入护患沟通技能的教学中并验证其适用性。护生在绘制同理心地图过程中, 有利于其从患者及其家属角度出发, 激发同理心, 与患者及其家属产生情感共鸣。数据结果如表 2 所示, 教学后观察组护生的同理心能力总分和各维度显著高于对照组($P < 0.01$)。原因可能是, 传统的护患沟通教学多以单纯的示范为主, 缺乏调动护生的主动性, 护生难以实现角色转换和从患者视角理解其需求和困境。而本研究通过绘制同理心地图的教学方式, 引导护生充分理解患者及其家属的想法和情感, 能显著提升护生对患者的共情能力, 增强护生对患者负面情绪的包容、调节和疏导能力。同时, 同理心地图的绘制过程, 也是护生立场转换的过程, 护生深入了解患者需求, 并主动关心患者的个性化诉求和情绪变化, 在实际临床工作中能切实维护患者尊严、满足患者需求, 从而促进和谐护患关系的建立, 因此, 同理心地图是实现护生同理心能力提升的有效途径。

4.2. 基于同理心地图的护患沟通教学有利于护生临床沟通能力提升

提升临床医护人员的沟通能力,有助于减少医患矛盾,应重视护生的临床沟通能力的培养[16][17]。既往研究显示,护生进入临床实习后,临床沟通能力处于中等水平,有待提升[18]。本研究在 Z 时代本科护生的护患沟通教学中应用同理心地图,结果显示,实验组护生临床沟通能力水平评分高于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$),表明同理心地图的应用可提升护患沟通能力。究其原因,首先,通过绘制同理心地图,护生可以更加直观地了解患者的需求和情绪,从而更好地进行沟通和人文关怀。其次,基于同理心地图的基础上进行沟通技能的教学,能充分调动护生的自主性和积极性,从内部激发护生学习兴趣和动机,从训练过程中真正提升护患沟通的能力。最后,采用同理心地图的教学方式,能充分发挥护生的主体地位,以自主学习为主,将课堂活动转化为护生的行为活动,使护生的临床沟通能力和综合能力得到提升。

5. 结论

基于同理心地图的护患沟通教学能提升 Z 时代护理本科生的同理心和护患沟通能力。但本研究的不足之处在于,仅选择某一所医院的护理本科实习生为代表,虽保证了研究的便利性,但样本代表性不足。今后应进行大样本、多中心研究,从省内、市内多所三级甲等医院选取样本,进一步验证其有效性。

基金项目

2023 年湖北医药学院校级教研项目(编号 2023037)。

参考文献

- [1] 张雨萌,郭玉晗,练洁.“Z时代”青年新就业态度和行为调查[J].合作经济与科技,2024(3):98-100.
- [2] 刘晨昀,王亚楠,李圆圆,等.“00后”护理本科生共情能力现状调查[J].心理月刊,2024,19(3):203-205+233.
- [3] 孙悦.消费主义思潮对大学生消费观的消极影响及引导对策[J].公关世界,2024(14):136-138.
- [4] 马晓璐,李小寒,王艳梅,等.护理本科生临床实习中期对护患沟通体验的研究[J].中华护理教育,2021,18(3):197-202.
- [5] Lavoie-Tremblay, M., Sanzone, L., Aubé, T. and Paquet, M. (2021) Sources of Stress and Coping Strategies among Undergraduate Nursing Students across All Years. *Canadian Journal of Nursing Research*, **54**, 261-271. <https://doi.org/10.1177/084456212111028076>
- [6] 李娟,代雪林,霍桂林,等.护理本科生进入临床实习后成长体验的现象学研究[J].现代医药卫生,2024,40(24):4305-4312.
- [7] Rodríguez-García, M.C., Gutiérrez-Puertas, L., Granados-Gómez, G., et al. (2021) The Connection of the Clinical Learning Environment and Supervision of Nursing Students with Student Satisfaction and Future Intention to Work in Clinical Placement Hospitals. *Journal of Clinical Nursing*, **30**, 986-994.
- [8] Hu, X., Yuan, J., Jiao, M., Chen, J. and Hu, Y. (2025) Association between Spiritual Care Competency and Spiritual Health among Nursing Interns: A Cross-Sectional Study. *BMC Nursing*, **24**, Article No. 168. <https://doi.org/10.1186/s12912-025-02809-3>
- [9] 曹迎东,冯静.实习护生职业认同感现状及其影响因素[J].护理实践与研究,2022,19(17):2548-2552.
- [10] 李丹,杨菲,胡志方,等.基于同理心地图的护患沟通教学在护士规范化培训中的应用[J].循证护理,2024,10(16):2947-2951.
- [11] 马莉.中文版 Jefferson 同理心量表编制及护理人员同理心现状的调查研究[D]:[硕士学位论文].沈阳:中国医科大学,2009.
- [12] 杨芳宇,沈宁,李占江.护生临床沟通能力测评量表的初步编制[J].中华现代护理杂志,2010,16(31):3721-3724.
- [13] 杨建华,彭杨,杨茜.同理心地图联合情景教学在护患沟通技巧教学的应用[J].护理学杂志,2022,37(24):47-50.
- [14] 刘嘉,刘芳,姚洁,等.自我效能感在高职护生情绪智力与同理心之间的中介作用[J].职业与健康,2022,38(3):

390-394.

- [15] Cairns, P., Pinker, I., Ward, A., Watson, E. and Laidlaw, A. (2020) Empathy Maps in Communication Skills Training. *The Clinical Teacher*, **18**, 142-146. <https://doi.org/10.1111/tct.13270>
- [16] 任志玲, 潘晓, 陈湘, 等. “巴林特小组活动”对提高临床实习护生共情及沟通能力的作用[J]. *护理实践与研究*, 2022, 19(5): 768-771.
- [17] 张立力, 赵阳, 刘欢, 等. 国家级一流护理学本科专业建设的实践与成效[J]. *护理学报*, 2022, 29(3): 19-23.
- [18] Yang, C., Zhou, B., Wang, J. and Pan, S. (2020) The Effect of a Short-Term Balint Group on the Communication Ability and Self-Efficacy of Pre-Examination and Triage Nurses during Covid-19. *Journal of Clinical Nursing*, **30**, 93-100. <https://doi.org/10.1111/jocn.15489>