

李玲玲

(吉安市第三人民医院精神科,江西 吉安 343000)

摘要: **目的** 研究情志护理联合绘画在情绪障碍患者中的护理效果及对其焦虑、抑郁情绪的影响。**方法** 以2020年1月-2023年4月吉安市第三人民医院精神科收治的68例情绪障碍患者为研究对象,经随机数字表法分为对照组(34例)与观察组(34例)。对照组给予情志护理,观察组则应用情志护理联合绘画干预,比较两组焦虑、抑郁情绪[焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)]、自尊量表(SES)、青少年心理弹性量表(RSCA)、心理健康问题及护理满意度。**结果** 观察组护理后SAS、SDS评分低于护理前,且观察组SAS、SDS评分低于对照组($P<0.05$)。观察组护理后SES评分高于护理前,RSCA评分低于护理前,且观察组SES评分高于对照组,RSCA评分低于对照组($P<0.05$)。观察组护理后心理健康问题发生率与严重程度低于护理前,且观察组心理健康问题发生率与严重程度低于对照组($P<0.05$)。观察组护理满意度高于对照组($P<0.05$)。**结论** 情志护理联合绘画干预可有效改善情绪障碍患者的焦虑、抑郁情绪,提高其自尊及心理弹性,降低心理健康问题的发生概率及严重程度,具有较高的护理满意度。

关键词: 情绪障碍;情志护理;绘画疗法;焦虑;抑郁;自尊

中图分类号:R473.5

文献标识码:A

DOI:10.3969/j.issn.1006-1959.2025.04.031

文章编号:1006-1959(2025)04-0162-04

Nursing Effect of Emotional Nursing Combined with Painting on Patients with Emotional Disorders and its Influence on Anxiety and Depression

LI Lingling

(Psychiatric Department of the Third People's Hospital of Ji'an City, Ji'an 343000, Jiangxi, China)

Abstract: **Objective** To study the nursing effect of emotional nursing combined with painting on patients with emotional disorders and its influence on anxiety and depression. **Methods** A total of 68 patients with emotional disorders admitted to the Department of Psychiatry, the Third People's Hospital of Ji'an City from January 2020 to April 2023 were selected as the research objects. They were divided into control group (34 patients) and observation group (34 patients) by random number table method. The control group was given emotional nursing, while the observation group was given emotional nursing combined with painting intervention. The anxiety and depression [Self-rating Anxiety Scale (SAS), Self-rating Depression Scale (SDS)], Self-esteem Scale (SES), the Resilience Scale for Chinese Adolescents (RSCA), mental health problems and nursing satisfaction were compared between the two groups. **Results** The SAS and SDS scores of the observation group after nursing were lower than those before nursing, and the SAS and SDS scores of the observation group were lower than those of the control group ($P<0.05$). The SES score of the observation group after nursing was higher than that before nursing, and the RSCA score was lower than that before nursing, while the SES score of the observation group was higher than that of the control group, and the RSCA score was lower than that of the control group ($P<0.05$). The incidence and severity of mental health problems in the observation group after nursing were lower than those before nursing, and the incidence and severity of mental health problems in the observation group were lower than those in the control group ($P<0.05$). The nursing satisfaction of the observation group was higher than that of the control group ($P<0.05$). **Conclusion** Emotional nursing combined with painting intervention can effectively improve the anxiety and depression of patients with emotional disorders, improve their self-esteem and psychological resilience, reduce the probability and severity of mental health problems, and have higher nursing satisfaction.

Key words: Emotional disorders; Emotional nursing; Painting therapy; Anxiety; Depression; Self-esteem

情绪障碍(emotional disorder)为精神科常见疾病,多发生于儿童及青少年时期,以焦虑、抑郁、恐惧为主要特征,若未及时干预,可引发严重精神问题,对患者身心健康及社会治安均构成一定威胁^[1,2]。情志护理为当前常用心理干预手段,该方案可通过共

情倾听及家庭引导等措施,缓解患者负面情绪,改善多原因引起的心理健康问题,对其情绪障碍具有积极管控作用^[3,4]。与此同时,随着精神科护理服务的多维度、人性化发展,绘画干预等新型护理方案受到临床的广泛关注,该方案可借助绘画,引导患者进行无意识的情感表达,以反映其潜在心理信息,达成一定意义上的自我审查与自我和解,以此缓解其情绪障碍^[5,6]。但截至目前,国内关于情志护理联合绘画

作者简介:李玲玲(1993.6-),女,江西吉安人,本科,主管护师,主要从事精神科护理工作

干预在情绪障碍中的应用报道尚不多见。对此,本研究结合 2020 年 1 月-2023 年 4 月吉安市第三人民医院精神科收治的 68 例情绪障碍患者,观察情志护理联合绘画在情绪障碍患者中的护理效果及对其焦虑、抑郁情绪的影响,现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 以 2020 年 1 月-2023 年 4 月吉安市第三人民医院精神科收治的 68 例情绪障碍患者为研究对象,经随机数字表法分为对照组(34 例)与观察组(34 例)。对照组男 15 例,女 19 例;年龄 12~17 岁,平均年龄(14.12±2.64)岁。观察组男 16 例,女 18 例;年龄 12~17 岁,平均年龄(14.12±2.64)岁。两组性别、年龄资料对比,差异无统计学意义($P>0.05$),临床可比。所有患者及家属均知情且自愿参加本研究。

1.2 纳入和排除标准 纳入标准:①符合情绪障碍诊断标准;②意识清醒,认知正常;③配合度高。排除标准:①伴重大躯体疾病者;②合并其他精神疾病者;③存在智力异常或交流障碍者。

1.3 方法

1.3.1 对照组 行情志护理:①共情倾听:积极、主动与患者进行沟通,鼓励其倾诉自身感受与真实诉求,通过共情与换位思考,充分感受患者当前的困难心境,给予针对性安抚,消除其抵触情绪的同时,建立良好的护患关系,提高其信任程度。另一方面,结合患者的自诉与临床诊断,挖掘其情绪障碍的具体原因,借助既往相似案例,引起患者共鸣,引导其想象美好未来,以此鼓励患者调整心态,培养正面、积极生活态度。②家庭引导:与患者监护人保持交流,了解其家庭成员的相处氛围,将患者的真实诉求告知家属,叮嘱其控制自身情绪,学会尊重患者,注意沟通技巧的改变,引导其培养和谐、亲密的亲子关系,减少家庭环境造成的负面情绪,为患者情绪障碍的改善营造良好氛围。

1.3.2 观察组 在对照组基础上联合绘画干预,向患者讲解绘画干预的具体内容与目的,鼓励患者自行绘画创作,引导其自由发挥,通过绘画宣泄其负性情

绪,随后询问其创作想法,引导患者流露情绪,倾听并给予开导与安抚,最后,鼓励患者画出其理想中的处境状态,了解其画作的内容与意义后,给予充分的鼓励与肯定。

1.4 观察指标 比较两组焦虑、抑郁情绪[焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)]、自尊量表(SES)、青少年心理弹性量表(RSCA)、心理健康问题、护理满意度。

1.4.1 量表评价 SAS^[7]共 20 项,标准总分 0~100 分,分数越高表示患者焦虑情绪越严重。SDS^[8]共 20 项,标准总分 0~100 分,分数越高表示患者抑郁情绪越严重。SES^[9]共 10 个条目,总分 10~40 分,分值越高表示自尊程度越高。RSCA^[10]共 27 题,包括个人力(目标专注、情绪控制、积极认知)与支持力(家庭支持、人际协助)两个维度,总分 27~135 分,分数越高表示心理弹性越差。

1.4.2 心理健康问题 采用青少年心理健康量表(MSSMHS)^[11],共 60 题,包括强迫症状、偏执、敌对、人际关系紧张敏感、抑郁、焦虑、学习压力、适应不良、情绪不平衡、心理不平衡 10 项内容,每项 6 题,总分 60~300 分,依据其平均分将患者心理健康问题分为无(<2 分)、轻度(2~2.99 分)、中度(3~3.99 分)、严重(4~4.99 分)、非常严重(≥5 分)。发生率=(轻度+中度+严重+非常严重)/总例数×100%;严重度=(严重+非常严重)/总例数×100%。

1.4.3 护理满意度 收集患者对本次护理方案的满意度反馈,共 3 个选项,“非常满意”“满意”“不满意”,满意度=(非常满意+满意)/总例数×100%。

1.5 统计学方法 采用 SPSS 24.0 软件进行数据处理,计量资料以($\bar{x}\pm s$)表示,组间行 t 检验对比,计数资料以[$n(\%)$]表示,组间行 χ^2 检验分析, $P<0.05$ 表明差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组焦虑、抑郁情绪比较 观察组护理后 SAS、SDS 评分低于护理前,且观察组 SAS、SDS 评分低于对照组($P<0.05$),见表 1。

表 1 两组 SAS、SDS 评分比较($\bar{x}\pm s$,分)

组别	n	SAS		SDS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	34	53.74±5.15	38.79±4.33*	55.16±5.78	40.52±4.39*
对照组	34	53.83±5.22	41.84±4.29*	55.23±5.80	43.77±4.45*
t		0.072	2.918	0.050	3.032
P		0.943	0.005	0.960	0.004

注:与同组护理前比较,* $P<0.05$ 。

2.2 两组 SES、RSCA 评分比较 观察组护理后 SES 评分高于护理前, RSCA 评分低于护理前, 且观察组 SES 评分高于对照组, RSCA 评分低于对照组 ($P<0.05$), 见表 2。

2.3 两组心理健康问题比较 观察组护理后心理健

康问题发生率与严重度低于护理前, 且观察组心理健康问题发生率与严重度低于对照组 ($P<0.05$), 见表 3、表 4。

2.4 两组护理满意度比较 观察组护理满意度高于对照组 ($\chi^2=3.981, P=0.046$), 见表 5。

表 2 两组 SES、RSCA 评分比较($\bar{x}\pm s$, 分)

组别	n	SES		RSCA	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	34	29.65±2.63	34.16±2.75*	101.92±7.84	68.79±5.33*
对照组	34	29.71±2.70	31.64±2.69*	102.63±8.02	71.84±5.68*
t		0.093	3.820	0.369	2.283
P		0.926	0.000	0.713	0.026

注: 与同组护理前比较, * $P<0.05$ 。

表 3 两组护理前心理健康问题情况比较[n(%)]

组别	n	无	轻度	中度	严重	非常严重	发生率	严重度
观察组	34	0	7(20.59)	8(23.53)	15(44.12)	4(11.76)	34(100.00)	19(55.88)
对照组	34	0	8(23.53)	6(17.65)	14(41.18)	6(17.65)	34(100.00)	20(58.82)
χ^2								0.060
P								0.806

表 4 两组护理后心理健康问题情况比较[n(%)]

组别	n	无	轻度	中度	严重	非常严重	发生率	严重度
观察组	34	24(70.59)	5(14.71)	3(8.82)	2(5.88)	0	10(29.41)	2(5.88)
对照组	34	16(47.06)	6(17.65)	4(11.76)	7(20.59)	1(2.94)	18(52.94)	8(23.53)
χ^2							3.886	4.221
P							0.049	0.040

表 5 两组护理满意度比较[n(%)]

组别	n	非常满意	满意	不满意	满意度
观察组	34	15(44.12)	18(52.94)	1(2.94)	33(97.06)
对照组	34	12(35.29)	16(47.06)	6(17.65)	28(82.35)

3 讨论

情绪障碍为临床常见心理精神障碍性疾病, 其病因复杂, 多与外界活动及社会条件引发的情感活动变化有关, 其中, 不良的家庭关系与教育方式, 是导致儿童及青少年情感障碍的主要原因^[12,13]。情志护理为精神科常用干预方案, 其核心在于“倾听”与“引导”, 前者可通过沟通、共情等手段, 了解患者的内心状态, 掌握其心理特点及真实需求, 拉近护患距离的同时, 为干预方案的实施提供有利基础; 后者则可结合患者的情绪病因, 开展针对性引导, 通过家庭氛围与亲子关系的调整, 促进患者情绪状态的持续

性改善^[14,15]。绘画干预是基于绘画疗法(drawing therapy, DT)概念开展的人性化护理方案, 旨在借助绘画这一艺术媒介, 完成视觉-心象的间接表达, 藉此反映患者的潜在思想与情感, 促进心理治疗的针对性开展^[16,17]。

本文研究结果显示, 观察组护理后 SAS、SDS 评分低于护理前, 且观察组 SAS、SDS 评分低于对照组 ($P<0.05$), 提示情志护理联合绘画干预可有效缓解患者的焦虑、抑郁情绪。分析认为, 情志护理可通过共情倾听, 了解患者的真实诉求与实际病因, 结合家庭引导, 有利于负性情绪的持续性改善; 绘画干预则

可借助绘画手段,展现患者的潜在内心世界,帮助患者完成释放情绪的同时,为情绪干预的针对性实施提供了有利条件^[18,19]。基于此,二者联合,可促进患者负性情绪的进一步改善。观察组护理后 SES 评分高于护理前,RSCA 评分低于护理前,且观察组 SES 评分高于对照组,RSCA 评分低于对照组 ($P<0.05$),可见情志护理联合绘画干预对患者自尊及心理弹性具有积极改善价值。究其原因,绘画干预的实施,可帮助患者转移注意力,促进情绪宣泄的同时,有利于自我意识的挖掘探索,对其个体自尊的提升具有积极作用,可增强身心内外和谐性,进而提高其心理弹性^[20]。观察组护理后心理健康问题发生率与严重程度低于护理前,且观察组心理健康问题发生率与严重程度低于对照组 ($P<0.05$),表明情志护理联合绘画干预可减少心理健康问题的发生风险,并降低其严重程度,这与其负性情绪及心理弹性的改善存在直接关联。此外,观察组护理满意度高于对照组 ($P<0.05$),由此证实,患者对情志护理联合绘画方案的临床满意度更高。分析原因,绘画是儿童表达的常见途径,其方案简单、代入感强、干预效果好,在儿童及青少年患者中具有较高适用性,整体接受度高,满意度更为理想。

综上所述,情志护理联合绘画干预可有效改善情绪障碍患者的焦虑、抑郁情绪,提高其自尊及心理弹性,降低心理健康问题的发生概率及严重程度,具有较高的护理满意度反馈。

参考文献:

- [1] 张岩,曹江,徐伟杰,等.团体认知行为干预对儿童青少年情绪障碍的效果观察[J].中华行为医学与脑科学杂志,2018,27(5):450-454.
- [2] Singstad MT, Wallander JL, Stian L, et al. Perceived Social Support and Symptom Loads of Psychiatric Disorders among Adolescents in Residential Youth Care [J]. Social Work Research, 2022,46(1):30-43.
- [3] 李红娟,李洁,徐海婷,等.青少年的抑郁情绪和认知情绪调节策略方式[J].中国心理卫生杂志,2019,33(1):47-51.
- [4] 张莹,任艳娜,吴小勇,等.行为矫正和情志相胜疗法治疗情绪障碍的比较与整合[J].医学与哲学,2021,42(22):32-34,43.
- [5] 周英,张志平.绘画疗法在儿童情绪障碍中的应用效果分析

- [J]. 生命科学仪器,2022,20(1):83-84.
- [6] 梁红丽,朱秀娣,张筱诗,等.正念瑜伽联合心理干预在住院期间青少年情绪障碍中的应用[J].齐鲁护理杂志,2021,27(23):69-72.
- [7] 张润琴,王玲花,封钢.积极心理学团体护理干预在康复期双相情感障碍病人中的应用效果研究[J].护理研究,2022,36(3):535-537.
- [8] 安琪,王文霞.综合心理护理干预在儿童情绪障碍中的应用效果分析[J].山西医药杂志,2021,50(17):2598-2600.
- [9] 丁寒琴,杨帆,何夏君.情绪调节策略对抑郁障碍青少年非自杀性自伤行为的影响[J].护理学杂志,2021,36(8):62-65.
- [10] 王颖昭,王静,李卫彬.双相情感障碍躁狂发作患者行系统护理干预的效果[J].贵州医药,2020,44(9):1480-1481.
- [11] 喻红,肖青青,夏倩,等.基于罗伊适应模式的护理干预对双相情感障碍患者社会缺陷及认知功能的影响[J].成都医学院学报,2020,15(5):656-659.
- [12] Li Z, Melissa LS, Russell JD, et al. The Role of Emotion Processing in the Association between Parental Discipline and Adolescent Socio - Emotional Development [J]. Journal of Research on Adolescence, 2020,31(1):85-100.
- [13] 刘肖莉,刘照佩,房晓萌,等.青少年情绪障碍的影响因素分析[J].中国妇幼保健,2019,34(12):2822-2824.
- [14] 陈钊.情志护理联合书面情感表露对卒中患者心理健康的影响[J].河北医药,2022,44(24):3827-3829,3833.
- [15] 郑秀秀,张岩,朱桂东,等.综合心理干预对儿童情绪障碍患者治疗的效果分析[J].国际精神病学杂志,2019,46(2):279-282.
- [16] 王宁,刘烟,陈冉,等.团体绘画治疗对青少年抑郁症患者自尊水平及认知功能的影响[J].河北医科大学学报,2018,39(10):1220-1224.
- [17] 何黎艳,陆志新,苏旭江,等.基于正面管教训练模式的家庭护理干预在儿童青少年情绪障碍患者中的应用[J].中华现代护理杂志,2019,25(35):4600-4605.
- [18] 胡毅涛.综合模式锻炼对焦虑抑郁青少年负性情绪及睡眠质量的干预效果评价[J].职业与健康,2020,36(7):967-970.
- [19] 鲍丽萍,沈斌华,李业平,等.萨提亚模式心理护理对青少年抑郁障碍患者负性情绪和自尊的影响[J].解放军护理杂志,2022,39(3):66-69.
- [20] 鲁艳桦,李政青.曼陀罗绘画轨迹对改善青少年抑郁情绪的效果研究[J].中国临床心理学杂志,2022,30(5):1235-1239.

收稿日期:2023-07-03;修回日期:2023-07-16

编辑/成森