

积极心理学在精神分裂症护理中的应用效果分析

孙伟伟

淄博市精神卫生中心 山东淄博 255100

摘要：目的：探讨积极心理学在精神分裂症护理中的应用效果。方法：此次研究对象为我院近年来收治的90例精神分裂症患者，采用随机分配的方式，分为对照组和观察组，其中对照组采用常规护理，观察组在对照组基础上应用积极心理学理论，分析比较两组患者的护理效果。结果：通过实验观察，比较两组患者的精神状态、认知能力和生活质量，观察组均明显优于对照组（ $P < 0.05$ ）。结论：针对精神分裂症患者，应用积极心理学理论，可以明显改善患者的精神状态和认知能力，加强患者的生活质量，具有一定推广价值。

关键词：精神分裂症；积极心理学；护理干预；应用效果

Application effect analysis of positive psychology in schizophrenia nursing

Weiwei Sun

Zibo Mental Health Center, Zibo 255100, Shandong, China

Abstract: Objective: To explore the application effect of positive psychology in the nursing of schizophrenia. **Methods:** The object of this study is our hospital in recent years, 90 cases of schizophrenia patients, by the way of random allocation, divided into control group and observation group, the control group adopts routine nursing, observation group on the basis of the application of positive psychology theory, analyze and compare the nursing effect of two groups of patients. **Results:** By experimental observation, the mental state, cognitive ability and quality of life of the two groups were compared, and the observation group was significantly better than the control group ($P < 0.05$). **Conclusion:** For patients with schizophrenia, the application of positive psychology theory can significantly improve the mental state and cognitive ability of patients, strengthen the quality of life of patients, has a certain value of promotion.

Keywords: schizophrenia; Positive psychology; Nursing intervention; Application effect

精神分裂症是临床中的一种慢性疾病，当前针对该疾病的发生原因尚不明确，患者通常会表现出思维、情感和行为等多方面障碍和不协调的综合征。相关研究显示，大部分精神分裂症患者都具有心理障碍问题，通常会具有自卑和绝望等心理，患者幸福指数相对较低，导致患者的身心健康受到了较为严重的影响，生活质量明显下降^[1]。若是患者的心理状态能够变得更为积极，不但可以加强患者的幸福感，同时能够有效提升患者的健康水平。而积极心理学理论的应用，可以实现对患者心理状态的有效改善，加强患者认知能力，改善其精神状态。此次研究选取我院的90例精神分裂症患者，观察精神分裂症患者护理中应用积极心理学理论的效果，现做出如下报告。

一、资料和方法

1.1 一般资料

此次研究对象为我院2021年1月—2022年1月收治的90例精神分裂症患者，采用随机分配的方式，分为对照组和观察组两组，每组各45人。对照组采用常规护理，观察组采用综合护理。对照组中有25例男性，20例女性，年龄为24—55岁；观察组中有26例男性，19例女性，年龄为25—57岁。两组患者的一般资料不存在显著差异， $P > 0.05$ 不具有统计学意义。

1.2 方法

1.2.1 对照组

针对对照组患者采用常规护理措施，护理工作者定期对患者开展健康教育相关工作，确保患者对于精神分

裂症具有较为充分的认识。除却对患者开展相关的治疗工作以外，也应对患者加以引导，让其参与打牌、下棋等相关的娱乐性活动，这样更加利于患者之间的交流与沟通^[2]。与此同时，护理工作者也应对患者的情绪状况予以密切关注，采用心理疏导的方式，对患者进行心理压力的疏导，使其原本的社会功能得以有效恢复。在患者产生焦虑、紧张等负面情绪状态的情况下，应即刻针对患者实施有效的干预措施，以确保患者能够保持健康的心理状态。

1.2.2 观察组

针对观察组患者在上述基础上应用积极心理学理论，具体内容如下：（1）成立小组。护士长对6名具有丰富工作经验的护理工作者进行组织，由护士长担任小组组长。针对患者开展护理工作之前，小组全部成员应对积极心理学相关理论知识进行学习，充分掌握理论基础知识以及各种实施技巧。护士长应结合理论，并根据患者的具体情况，初步完成护理相关内容和流程的设定，最后组织小组会议一同进行探讨，对护理相关措施进行丰富^[3]。具体组织实施护理工作之前，小组全部成员应实施相应的模拟演练，采用角色扮演的形式，针对整体流程进行一次的预演，并对每一名成员提出一定的要求，应能够充分掌握相应的方法及其评估量表的填写。（2）干预措施。①第1-2周，自我认识。护理工作者结合患者的具体情况针对患者实施认知教育，使患者能够充分了解自身，给予患者相应指导，采用角色扮演的形式，促使患者形成相应的自身理化性认识，助力完成自我概念的相应建立，保证患者行为的健康化。②第3-4周，感恩教育。护理工作者对患者进行组织，让其欣赏以感恩作为主题的相关影片或是文章，教会患者唱感恩相关歌曲，从而实现对患者感恩情绪的有效激发，令其从中学会感恩，确保患者能够以更加积极的心态面对人生，进行自我价值的追求，懂得感恩亲朋好友对自身的付出和关怀。③第5-6周，生命感悟。护理工作者组织患者实施团体心理健康教育，助力患者正确且熟练地管理自身至少两种情绪，可以采用音乐疗法和注意力转移法等多种不同的方式，加强患者针对自身情绪能力的管理。给予患者相应鼓励，让其表达或是书写自我人生价值、自我人生态度和责任，给予患者相应引导，让其对人生进行感悟，促进患者自我人生价值的有效实现。④第7-8周，亲情体会。亲友和家属对患者进行探视的过程中，应给予患者相应引导，让其主动同亲友和家属进行沟通，给予患者相应协助，让其进行亲情的感悟。也可以鼓励患者对以家庭亲情作为主题影片进行观察，同家人之间进行电话和视频通话联络等，加强患者同亲

友及其家属间的互动，加强他们之间的亲情感受，确保患者可以充分感受到源自于家庭的温暖。⑤第9-10周，树立自信。护理工作者应根据患者的具体情况，给其进行励志影片和励志歌曲的播放，给予患者相应鼓励，使其对内心的希望进行表达，并引导患者进行励志类文章的书写，以助力患者完成自信心的建立，改善患者的心理状态，使其能够一个积极的心态面对生活。

1.3 统计学方法

SPSS 21.0统计学软件处理对研究相关数据进行处理，以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示计量资料，进行t检验。 $P < 0.05$ 表示存在明显差异，具有一定统计学意义。

二、结果

2.1 两组患者护理前后认知能力情况

表一 两组患者护理前后认知能力情况对比

组别	例数	护理前	护理后1月
对照组	45	20.21 ± 4.33	21.10 ± 5.70
观察组	45	20.05 ± 3.96	27.93 ± 3.15
t	-	0.183	7.035
P	-	> 0.05	< 0.05

2.2 两组患者护理前后精神状态情况

表二 两组患者护理前后精神状态情况对比

组别	例数	护理前	护理后1月
对照组	45	21.01 ± 2.50	22.20 ± 3.11
观察组	45	21.60 ± 2.33	28.15 ± 1.95
t	-	1.158	10.873
P	-	> 0.05	< 0.05

2.3 两组患者生活质量情况

表三 两组患者生活质量情况对比

组别	例数	躯体功能	心理功能	社会功能	物质生活状态
对照组	45	67.50 ± 4.33	71.92 ± 4.22	79.50 ± 3.93	72.41 ± 4.13
观察组	45	76.81 ± 3.20	80.51 ± 3.45	89.90 ± 5.32	81.63 ± 4.72
t	-	11.600	10.572	10.548	9.862
P	-	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

三、讨论

在精神科中，精神分裂症是比较常见的一种疾病，疾病发生原因相对较为复杂，患者具有多种不同的临床表现，通常存在较为显著的行为、情感、知觉障碍问题，精神活动不协调，导致患者本身和家庭，乃至社会都承担较重的负担。精神分裂症迁延不愈，病程相对较长，比较容易复发，促使患者的生活质量受到了一定程度的影响，使得患者很难依靠一己之力生存于社会中。疾病的发生原因相对较为复杂，一般是多种原因一同作用促使患者人际关系和性格等方面产生变化。相关研究显示，精神分裂症的产生通常和患者的心理创伤具有一定的关

联性，患者比较容易出现焦虑、恐慌等负面情绪状态，幸福感相对较低，这些不良情绪的产生会给患者疾病的治疗带来一定的不利影响^[4]。另外，在出院后这些不良情绪的产生也会导致患者疾病的复发率有所升高，患者承受身心的双重折磨，所以应采取有效的方式对患者的不良情绪进行有效缓解，使其能够以积极的心态的面对疾病的治疗。

临床中针对精神分裂症患者的治疗通常采取药物治疗措施，患者疾病治疗期间，辅之以相关的护理干预措施，有利于患者的康复。针对精神分裂症患者来讲，生活中所面临的任何一件事情都可能会引起一些较为严重的负面情绪状态，进而导致严重后果，促使患者的生活质量受到影响。当前积极心理学理论在精神分裂症患者的康复护理中获取了较为普遍的应用，通过积极心理学理论的应用，可以使患者保持积极的心态。该项护理干预措施同常规护理措施相比较，具有更强的针对性，基于该理论的指导，康复护理分成几个不同的阶段，予以患者针对性护理，可以有效减轻患者的心理压力，使其负面情绪获取改善，提高对于人生的感悟，积极面对生活，从而获取更为良好的治疗效果。

积极心理学理论可以促使患者的认知能力发生改变。本次研究中，观察组患者的认知能力明显优于对照组（ $P < 0.05$ ）。充分表明积极心理学理论的应用，能够有效加强患者的认知能力。对其原因进行分析，可能是护理工作采用团队开展模式，护士长和其他自身护理人员一同进行相关护理计划的有效制定，同常规护理措施相比较，更为高效、科学且实用^[5]。采用角色扮演的方式，利于患者形成自身的理性化认识，帮助患者完成自我概念的有效建立，使其原本的错误认知得到纠正，同时给后续康复提供了有力保障。给予患者相应引导，让其正确理解生命，看待生活，能够使其负面情绪状态得以有效排除，重拾对于生活的希望，这样便可以使其形成正确的价值观和认知观。

积极心理学理论可以促使患者的精神状态发生改变。本次研究中，观察组患者的精神状态明显优于对照组（ $P < 0.05$ ）。充分表明积极心理学理论的应用，能够使得患者的精神状态获取一定程度的改善。对其原因进行分析，可能是护理工作的开展中，给予患者相应引导，让其以积极乐观的心态面对生活，摒弃思想中的错误观念，以起到改善精神状态的效果。借助亲情触动的方式，使得患者内心深处渴望受人关怀的本质得以激发，形成对患者的刺激，使其能够更为向往美好的生活，这样可以使其自我封闭的状态被打破。借助励志作品，能够帮助患者完成自信心的有效树立，加强患者的自我效能感，从

而发挥正向的引导作用，使其精神状态得以改善。

积极心理学理论可以促使患者的生活质量得到提高。本次研究中，观察组患者的生活质量明显优于对照组（ $P < 0.05$ ）。充分表明积极心理学理论的应用，能够提高患者的生活质量。对其原因进行分析，可能是通过同亲友和家属之间的沟通、播放励志影片等护理干预措施，可以实现对患者错误认知的有效纠正，让其能够抱有一颗感恩之心，信心得以树立，尊重生命，这样便能够使其心理认知和社会功能获取有效改善，利于患者各方面的健康发展，从而提高患者的主观幸福感，使其在心理、社会、躯体等方面的生活质量均获取一定程度的提高。

综上所述，将积极心理学理论应用于精神分裂症患者护理工作的开展中，可以有效改善患者的精神状态，加强患者的认知能力，提高患者的生活质量，值得推广。

参考文献：

- [1]李晏萱，张影，杨静.亲情护理结合自我松弛音乐疗法对恢复期精神分裂症患者的影响[J].齐鲁护理杂志，2022，28（19）：49-51.
- [2]许婉玲.精神分裂症患者抑郁症状的心理护理干预及实施效果观察[J].中国医药指南，2022，20（25）：139-141.
- [3]王建波，梁晓庆，李凤琴.基于三维护理分级模型的个性化护理对精神分裂症患者婚姻情况、生活质量及社会功能的影响[J].齐鲁护理杂志，2022，28（17）：21-24.
- [4]韩秀美.优质护理服务对老年精神分裂症患者治疗依从性、照顾者焦虑情绪和护理满意度的影响[J].中国医药指南，2022，20（24）：140-142+146.
- [5]常海丽，和元春，王亚文.针对性护理对精神分裂症合并高血压患者的改善评价[J].心理月刊，2022，17（16）：94-96.
- [6]秦春红.集束化护理干预对精神分裂症患者体质量影响的效果[J].安徽医学学报，2022，21（04）：152-154.
- [7]丰配芝.精神分裂症并发糖尿病患者的护理干预措施与效果评估[J].糖尿病新世界，2022，25（16）：113-116.
- [8]黄飞燕，黄鲤瞻.精神分裂症合并2型糖尿病患者实施针对性护理模式对其血糖控制的影响[J].糖尿病新世界，2022，25（15）：27-30+35.
- [9]赖允娟，方锋峰，毛忠珍，苏建宁，林萍，钟园园.以“萨提亚模式”心理治疗为核心的人性化护理在长期住院精神分裂症伴发抑郁患者中的应用效果[J].当代医学，2022，28（20）：184-187.