

浅谈精神科护理中语言沟通的技巧

李丽珍

(广西壮族自治区岑溪市第三人民医院 广西 岑溪 543200)

摘要:目的: 探讨并分析精神科护理中语言沟通技巧对护理质量的影响。方法: 选取我院 2021 年 1 月到 2022 年 1 月期间的 60 例精神科患者为本次研究对象。并采取计算机表法对其进行研究, 分为研究组和对照组, 每组 30 例患者, 研究组精神科患者在沟通中采取语言沟通的技巧, 对照组采用常规沟通模式。结果: 研究组精神科患者的 SAS 评分与 SDS 评分均低于对照组, 研究组精神科患者异常行为的总发生率 (10.00%) 明显低于对照组 (36.67%), 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。结论: 将语言沟通的技巧应用于精神科患者护理中, 可以有效提高患者的治疗效果, 缓解患者的不良情绪, 值得在目前临床中推广应用。

关键词: 精神科; 语言沟通技巧; 护理效果

语言沟通是人类特有的一种活动方式, 是人们日常生活中的一个重要组成部分, 它涉及到生活的各个方面^[1]。精神科患者是一类特殊的人群, 他们的具体表现为感知、思维、注意、记忆、情感、行为和意志智能以及意识等方面具有不同程度的障碍, 所以与他们沟通中我们会存在一定的沟通困难, 对于精神科的护理人员来说, 只有良好的沟通才能够进一步的进行治疗, 才能得到良好的治疗效果^[2]。精神科患者本身就存在双重负担, 一方面由于疾病困扰, 另一方面来自外界的目光和远离, 这些表现导致患者心灵受到创伤, 所以与精神科患者采取良好的沟通技巧才能拉近与患者之间的距离, 提高患者的治疗效果^[3]。因此, 最后选取我院 2021 年 1 月到 2022 年 1 月期间的 60 例精神科患者为本次研究对象进行此次研究分析, 具体报道内容如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

选取我院 2021 年 1 月到 2022 年 1 月期间的 60 例精神科患者为本次研究对象。并采取计算机表法对其进行研究, 分为研究组和对照组, 每组 30 例患者, 研究组的患者男女比例为 14/16, 平均年龄为 (41.32 ± 3.24) 岁, 对照组患者男女比例为 13/17, 平均年龄为 (40.64 ± 3.56) 岁, 将研究组与对照组患者的基本资料进行对比, 差异并无统计学意义 ($P > 0.05$), 因此可以进行比较。

1.2 方法

对照组精神科患者采用常规沟通模式。

研究组精神科患者在沟通中采取语言沟通的技巧。具体方法为: (1) 用安慰性语言与患者进行沟通: 在精神科患者入院后, 护理人员要经常陪伴在患者身边, 所以首先要建立良好的医患关系, 了解患者的内心需求、掌握患者的日常习惯, 与患者沟通时, 避免用刺激性语言刺激患者发病, 要利用安慰性语言与其沟通, 从而稳定患者情绪, 使其顺利的接受治疗。(2) 与患者沟通时采用积极的暗示性语言: 护理人员在与患者进行沟通时, 要采用不同的暗示性语言, 给予患者有效的心理暗示, 提高患者的治疗依从性和积极性, 使患者在日常治疗过程中以积极乐观的心态配合后续治疗。(3) 治疗过程中采用诱导性语言与患者沟通: 在与患者进行沟通时, 沟通的内容十分重要, 如果患者对内容有一定兴趣, 可以拉近与患者之间的距离, 并且能够积极进行沟通, 所以护理人员要足够了解患者的性格特点、职业、以及兴趣爱好, 诱导患者进行交流, 从而了解患者的内心需求。(4) 通过鼓励性语言提升患者的信心: 对于抑郁症患者, 往往抑郁和焦虑的情绪较为严重, 所以护理人员积极的对患者给予鼓励、共情, 帮助患者树立信心, 从而促进患者的恢复。

1.3 评价指标及判定标准

对比两组精神科患者的心理情绪评分情况, 包括焦虑 (SAS) 和抑郁 (SDS) 心理。采用 SAS 自评量表以及 SDS 自评量表进行观察记录, 表内共 20 个有关项目, 按照患者真实情况在 1-4 分之间进行打分, 分数越高代表患者心理情绪状况越不好。

对比两组精神科患者的异常行为的发生情况。主要包括行为异常、语言异常、疾病复发等情况的发生。

1.4 统计学处理

采用统计学软件 SPSS17.0 进行分析, 计数资料采取卡方检验, 用率 (n%) 表示, 计量资料行 t 检验, 用 (均数 ± 标准差) 表达, 以 $P < 0.05$ 作为统计学意义存在的判定标准。

2 结果

2.1 两组患者心理情绪评分比较

研究组精神科患者的 SAS 评分与 SDS 评分均低于对照组, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。详见表 1。

表 1 两组患者心理情绪评分比较 (x ± s, 分)

组别	SAS	SDS
对照组 (n=30)	71.34 ± 8.12	58.86 ± 2.34
研究组 (n=30)	59.32 ± 3.35	43.07 ± 2.16
t	7.4951	27.1580
P	0.0000	0.0000

2.2 两组患者异常行为发生情况比较

研究组精神科患者异常行为的总发生率明显低于对照组, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。详见表 2。

表 2 两组患者异常行为发生情况比较 [%]

组别	行为异常	语言异常	疾病复发	总发生率
对照组 (n=30)	4 (13.33)	3 (10.00)	4 (13.33)	11 (36.67)
研究组 (n=30)	1 (3.33)	1 (3.33)	1 (3.33)	3 (10.00)
X ²	-	-	-	5.9627
P	-	-	-	0.0146

3 讨论

随着生活压力的不断增加以及生活节奏的加快, 部分人会由于无法承受压力而出现精神系列疾病, 精神科的患者一般都会呈现出较多的人际关系冲突和心理问题。所以精神科护理的独特性在于特别重视和强调与患者的沟通^[4], 更需要护理人员具备熟练的沟通技巧, 精神科护理有效的沟通原则为以患者为中心, 宽容并接纳患者, 帮助患者对生活保持希望, 稳定患者的情绪, 从而建立良好的医患关系, 提高护理的工作质量, 最大程度的帮助患者恢复健康。

综上所述, 将语言沟通的技巧应用于精神科患者护理中, 可以有效提高患者的治疗效果, 缓解患者的不良情绪, 值得在目前临床中推广应用。

参考文献:

- [1]叶赛妮.心理护理及语言沟通在精神科护理中的应用效果[J].中国医药指南,2021,19(20):175-176.
- [2]张沙沙,张鸿昌,刘新爱.沟通技巧对精神科护理质量的影响研究[J].心理月刊,2021,16(08):201-202.
- [3]郭端,刘颖.心理护理及语言沟通在临床精神科护理中的作用分析[J].心理月刊,2020,15(12):77.
- [4]易青,陈陆.心理护理及语言沟通在精神科护理中的价值分析[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(27):126-127.