

积极心理学在临床中的应用价值研究

张萍^{1,2}

¹ 菲律宾克里斯汀大学国际学院 菲律宾马尼拉

² 山东省潍坊市昌乐县人民医院 山东潍坊

【摘要】 目的 深入细致的分析和研究积极心理学在临床中的应用价值。方法 选择在 2020 年 5 月到 2022 年 4 月前来我院就诊的心理疾病患者共计有 84 例，随机的分为两个组别，分别是普通干预组（常规干预）和特殊干预组（积极心理学），每组 42 例，对照干预结果。结果 干预前，两组患者精神病性评分、健康状态评分和负性情绪评分比较，无差异 ($P>0.05$)，经干预，特殊干预组各项评分比普通干预组优，相关数据有明显差异 ($P<0.05$)；特殊干预组复发率比普通干预组低，患者满意度比普通干预组高，相关数据有明显差异 ($P<0.05$)。结论 将积极心理学理论运用在临床中对改善患者的病情症状，提高其的身体健康状态，降低病情的复发率，提升患者的满意度有积极的作用，值得在临床中推广。

【关键词】 积极心理学；临床；应用价值

【收稿日期】 2023 年 2 月 3 日 **【出刊日期】** 2023 年 3 月 25 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijcr.20230135

Study on the application value of positive psychology in clinical practice

Ping Zhang^{1,2}

¹ *Philippine Christian University Center for International Education Manila, Philippines*

² *Changle People's Hospital of Weifang City, Weifang, Shandong*

【Abstract】 Objective To analyze and study the clinical application value of positive psychology. **Methods:** A total of 84 patients with mental disorders who came to our hospital from May 2020 to April 2022 were randomly divided into two groups, namely, the general intervention group (routine intervention) and the special intervention group (positive psychology), with 42 patients in each group. The results of the intervention were compared. **Results:** Before the intervention, there was no difference between the two groups in the scores of psychosis, health status and negative emotion ($P>0.05$). After the intervention, the scores of the special intervention group were better than those of the ordinary intervention group, and the relevant data were significantly different ($P<0.05$); The recurrence rate of the special intervention group was lower than that of the general intervention group, and the patient satisfaction was higher than that of the general intervention group. There was a significant difference in the relevant data ($P<0.05$). **Conclusion:** The application of positive psychology theory in clinical practice has a positive effect on improving patients' symptoms, improving their health status, reducing the recurrence rate of the disease, and improving patients' satisfaction. It is worth promoting in clinical practice.

【Keywords】 Positive psychology; Clinical; Application value

伴着现在人们生活压力的增加，导致很多人都患上了心理疾病，一旦患病后不仅会对自身产生一定的影响，也会威胁到身边人的安全^[1]。患心理疾病后很难治愈，需要长时间的进行药物和心理治疗，随着患者临床症状不断改善后，既往的扭曲认知并未改变，对患者的心理会产生严重的影响。随着现在医学的进

步，精神科患者的心理健康和幸福感已经逐渐得到了关注^[2-3]。此次就 2020 年 5 月到 2022 年 4 月前来我院就诊的心理疾病患者共计有 84 例，探析积极心理学在临床中的应用价值，具体如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

纳入 2020 年 5 月到 2022 年 4 月前来我院就诊的心理疾病患者共计有 84 例,随机的分为两个组别,分别是普通干预组(常规干预)和特殊干预组(积极心理学),每组 42 例;特殊干预组年龄在 21 岁至 65 岁,平均年龄为(43.25±6.09)岁,男 27 例,女 15 例,病程 0.9 年至 7.7 年,平均(3.36±1.08)年;普通干预组年龄在 22 岁到 67 岁,平均年龄为(43.37±6.22)岁,男 26 例,女 16 例,病程 1.2 年至 8.2 年,平均(3.70±1.13)年。纳入标准:患者均掌握此次研究目的且签署同意书;依从性高。排除标准:严重器质性疾病;精神疾病;合并心脑血管疾病。两组基线资料比较,无差异 $P>0.05$ 。

1.2 方法

普通干预组实施常规干预措施,按照患者的年龄、文化水平等实施疾病知识教育,为其讲解疾病的诱发因素、治疗和预后状况等,提升其的认知水平;组织患者积极的参加娱乐活动,比如读书、聊天、下棋等;同时安排病友讨论会,引导患者积极的进行沟通,相互帮助,消除心理的负担。特殊干预组在上述的基础上实施积极心理学理论,方法:对患者的病情进行评估后为其制定科学的心理康复干预计划。(1)自我认知:为患者讲解疾病的知识,开展心理干预及健康宣教等,促使患者能够掌握自身的病情,提高认知水平,干预患者的自我心理障碍;促使其能够正视自己的病情,缓解对疾病治疗的不良表现,促进疾病的好转。

(2)感恩情怀:可以选择唱歌、读书等形式促使患者有感恩的情绪,再次激发其对别人的情感,对其回到社会生活打下基础。(3)分享感悟:运用正能量、感染等实施沟通及条轮,为患者创建舒适、温馨的治疗环境,引导患者讲出自身的感悟,包括人生价值、责任感等;可以选择相互交流、创作诗歌等方式,促使患者可以提高对生命的关注程度,积极的引导患者相互之间进行交流,通过环境、心理、生理等结合起来,提高自身的情感状况。(4)建立希望:指导家属主动参加至患者的治疗中,积极的配合参与各项活动,促使患者感受社会、家庭的温暖、支持,提升其的自信心;安排患者定期观看比较励志的电影等,促使其能够再次获得希望,可以尽快回归社会生活。

1.3 观察指标

(1)精神病性评分:利用简明精神病评定量表(BPRS)评定患者精神病性症状,主要为关心身体健康、焦虑、感情交流障碍等 18 项,分数高证实精神病性症状更严重^[4]。

(2)健康状态评分:用自测健康评定量表(SRHMS)评定患者自身健康,主要为身体症状和器官功能、日常生活功能、正向情绪等 48 项,分数高证实自身健康状况好^[5]。

(3)负性情绪评分:用焦虑(SAS)、抑郁自评量表(SDS),SAS:50-59 分轻度,60-69 分中度,>70 分重度;SDS:53-62 分轻度,63-72 分中度,>73 分重度^[6]。

(4)统计两组患者病情复发情况。

(5)患者满意度:使用自行设计的调查表,非常满意(大于 85 分),满意(65-85 分),不满意(低于 65 分),总满意度为前两者之和。

1.4 统计学分析

数据利用软件 SPSS25.0 处理,计量、计数资料用 $\bar{x} \pm s$ 、(n, %)表示,差异性对应 t 、 χ^2 检验;依据: $P<0.05$ 有差异,存在统计学意义。

2 结果

2.1 两组精神病性评分、健康状态评分对比

干预前,两组患者精神病性评分、健康状态评分比较,无差异($P>0.05$),经干预,特殊干预组各项评分比普通干预组优,相关数据有明显差异($P<0.05$),见表 1:

2.2 两组负性情绪评分对比

干预前,两组负性情绪评分比较,无差异($P>0.05$),经干预,特殊干预组评分比普通干预组优,相关数据有明显差异($P<0.05$),见表 2:

2.3 两组复发率、患者满意度对比

特殊干预组复发率比普通干预组低,患者满意度比普通干预组高,相关数据有明显差异($P<0.05$),见表 3:

3 讨论

临床心理疾病属于比较多见的疾病,多数患者因为心理障碍原因,会出现抵触治疗的情况,进而会影响病情的康复效果;因为该类疾病患者病情改善的预后特征比较特殊,所以对其的康复治疗提出了更高的要求^[7-8]。临床中在治疗心理疾病中,不光需要为患者改善临床症状,也要积极的调节患者的心理状况,减少疾病的复发^[9]。

既往临床中大多是为患者提供科学的治疗措施,其对于缓解患者的病情有一定的作用,但是患者病情容易复发,对其的生活产生了严重的影响^[10-11]。积极心理学理论属于传统心理学的新型治疗方式,其比较重视患者的心理积极的取向,主要是关注患者的健康

表1 两组精神病性评分、健康状态评分对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	BPRS		SRHMS	
		干预前	干预后	干预前	干预后
特殊干预组	42	20.14 ± 1.41	11.51 ± 1.29	257.01 ± 1.38	325.17 ± 1.96
普通干预组	42	20.19 ± 1.47	16.82 ± 1.60	257.22 ± 1.59	289.51 ± 1.25
t	/	0.159	16.743	0.646	99.413
P	/	0.874	0.000	0.519	0.000

表2 两组负性情绪评分对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	SAS		SDS	
		干预前	干预后	干预前	干预后
特殊干预组	42	65.10 ± 7.14	31.23 ± 3.71	68.53 ± 7.53	32.34 ± 4.30
普通干预组	42	65.36 ± 7.12	42.32 ± 5.22	68.24 ± 7.33	43.23 ± 5.51
t	/	0.167	11.222	0.178	10.097
P	/	0.867	0.000	0.858	0.000

表3 两组复发率、患者满意度对比 (n, %)

组别	n	非常满意	满意	不满意	总满意率	复发率
特殊干预组	42	29 (69.04)	11 (26.19)	2 (4.76)	40 (95.23)	4 (9.52)
普通干预组	42	18 (42.85)	15 (35.71)	9 (21.42)	33 (78.57)	13 (30.95)
χ^2	/	/	/	/	5.126	5.974
P	/	/	/	/	0.000	0.015

和幸福指数及心理状况^[12]。上述研究结果是,经干预,特殊干预组各项评分比普通干预组优,复发率比普通干预组低,患者满意度比普通干预组高,相关数据有明显差异 ($P < 0.05$);证实为心理科患者实施积极心理学理论对改善患者的精神症状和健康状况有积极的作用,运用意义重大。积极心理学理论是经过优化和改进传统心理学而出现的,是通过合理的干预措施,引导患者调整心理及健康状况。对心理疾病患者的康复治疗中,开展积极心理学理论能够促使患者将负面情绪发泄出,促使其树立乐观的治疗心态。该理论的施行步骤包括自我认知、感恩情怀、感悟分享、建立希望几个环节,经过不断的宣讲、娱乐活动、分享感悟等,促使患者的情绪有所改善。积极的关心自身病情、健康、情绪管理,尽早使病情好转。

按照上述所讲,将积极心理学理论运用在临床中对改善患者的病情症状,提高其的身体健康状态,降低病情的复发率,提升患者的满意度有积极的作用,

值得在临床中推广。

参考文献

- [1] 吴迪,王善虎,钟文峰. 积极心理学视野下大学生心理健康教育路径研究[J]. 吉林农业科技学院学报,2022, 31(05): 75-78.
- [2] 曾梅,杨帆,毛世芳,等. 积极心理学理论指导下全程护理干预在面部烧伤后瘢痕整形患者中的应用[J]. 中国美容医学,2022,31(10):174-177.
- [3] 吴焯,王引娣. 基于积极心理学理论的心理护理在 2 型糖尿病患者中的应用效果[J]. 临床医学研究与实践,2022, 7(14):171-173.
- [4] 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(03):535-537.
- [5] 罗路平. 基于积极心理学的心理干预在胃癌患者中的应用效果分析[J]. 现代诊断与治疗,2021, 32(22):

- 3667-3668.
- [6] 戚百旺. 积极心理学视角下的大学生心理健康教育策略分析[J]. 山西青年,2021,(20):181-182.
- [7] 伍红,宋涛,徐琦. 积极心理学指导下的护理干预对肺结核合并 2 型糖尿病患者的应用效果[J]. 名医,2021,(18): 117-118.
- [8] 肖斌琼,谭晓林,尹泉. 积极心理学护理联合膳食调节对肠易激综合征患者的临床应用[J]. 中国医药科学,2021, 11(18):117-120.
- [9] 丁丽敏,王丽. 基于积极心理学理论护理在帕金森病患者中的应用效果[J]. 中国民康医学,2021,33(08): 168-170.
- [10] 王丽娟. 积极心理学理论在精神分裂症康复护理中的应用效果研究[J]. 黑龙江中医药,2020,49(05):273-274.
- [11] 唐宁,袁萍,廖燕,等. 积极心理学在老年期精神分裂症患者护理中的应用价值[J]. 中国当代医药, 2020, 27(28): 242-244.
- [12] 陶婷婷. 积极心理学理论在精神分裂症康复护理中的应用效果探析[J]. 首都食品与医药,2019,26(02):158.

版权声明: ©2023 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

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



OPEN ACCESS