

巴林特小组对儿科护士职业倦怠、抑郁和焦虑情绪的影响

卢迪¹, 兰萌¹, 邹萍²

(1. 天津医学高等专科学校, 天津 300222;

2. 天津市儿童医院, 天津 300134)

【摘要】 目的 探讨巴林特小组对儿科护士职业倦怠、抑郁和焦虑情绪的影响, 为改善其心理健康状况提供参考。方法 选取天津市儿童医院儿科护士共 72 例, 采用随机数字表法分为研究组和对照组各 36 例。对照组接受常规护理培训, 研究组在此基础上接受巴林特小组培训, 培训时间均为 8 周。于培训前后采用职业倦怠量表(MBI)、抑郁自评量表(SDS)和焦虑自评量表(SAS)进行评定。结果 培训后, 研究组 MBI 中情感枯竭和去人性化因子评分低于对照组, 个人成就因子评分高于对照组, 差异均有统计学意义 [(15.86 ± 6.63) 分 vs. (20.45 ± 7.91) 分, $t = 2.668$, $P = 0.009$; (4.28 ± 2.64) 分 vs. (6.37 ± 3.48) 分, $t = 2.871$, $P = 0.005$; (29.43 ± 5.58) 分 vs. (24.82 ± 6.87) 分, $t = 3.125$, $P = 0.003$]; 培训后, 研究组 SDS、SAS 评分均低于对照组, 差异均有统计学意义 [(27.31 ± 5.56) 分 vs. (30.46 ± 5.88) 分, $t = 2.336$, $P = 0.022$; (26.18 ± 5.27) 分 vs. (29.76 ± 5.62) 分, $t = 2.788$, $P = 0.007$]。结论 运用巴林特小组可能有助于改善儿科护士的职业倦怠、抑郁和焦虑情绪, 提高其心理健康水平。

【关键词】 巴林特小组; 儿科护士; 职业倦怠; 抑郁; 焦虑

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

doi: 10.11886/j.issn.1007-3256.2018.05.007

Effect of Balint group on job burnout, depression and anxiety of pediatric nurses

Lu Di¹, Lan Meng¹, Zou Ping²

(1. Tianjin Medical College, Tianjin 300222, China;

2. Tianjin Children's Hospital, Tianjin 300134, China)

【Abstract】 Objective To explore the effects of Balint group on job burnout, depression and anxiety of pediatric nurses, and to provide references for improving pediatric nurses' mental health. **Methods** A total of 72 pediatric nurses from Tianjin Children's Hospital were selected and divided into study group and control group according to the random number table method, and 36 cases in each group. The control group received routine nursing training, and the study group received Balint training. All of them received training for 8 weeks. Maslach Burnout Inventory (MBI), Self-rating Depression Scale (SDS) and Self-rating Anxiety Scale (SAS) were used to evaluate the participants before and after training. **Results** After training for 8 weeks, the scores of the emotional exhaustion and depersonalization factor in MBI of the study group were lower than those of the control group, and the score of the personal achievement factor in MBI of the study group was higher than those of the control group, which means the differences were statistically significant [(15.86 ± 6.63) vs. (20.45 ± 7.91), $t = 2.668$, $P = 0.009$; (4.28 ± 2.64) vs. (6.37 ± 3.48), $t = 2.871$, $P = 0.005$; (29.43 ± 5.58) vs. (24.82 ± 6.87), $t = 3.125$, $P = 0.003$]. After training, the SDS and SAS scores of the study group were lower than those of the control group, and the differences were statistically significant [(27.31 ± 5.56) vs. (30.46 ± 5.88), $t = 2.336$, $P = 0.022$; (26.18 ± 5.27) vs. (29.76 ± 5.62), $t = 2.788$, $P = 0.007$]. **Conclusion** Balint group training method may help reduce job burnout, depression and anxiety of pediatric nurses, so as to improve their mental health.

【Keywords】 Balint group; Pediatric nurses; Job burnout; Depression; Anxiety

随着人们对卫生健康的需求增高及维权意识不断加强, 以及医学模式的转变和优质护理服务的深入开展, 护士承受的工作压力越来越大, 导致职业倦怠加重^[1]。由于儿科护理工作服务对象的特殊性, 儿科护士较普通护士存在更多的心理问题, 如焦虑、抑郁等负性情绪较常见^[2]。儿科护士的职业倦怠和负性情绪会引起护理服务质量下降, 医疗安全隐患增加, 护士职业认同感及工作热情降低, 甚至离职率上升, 因而其职业倦怠受到医疗行业的广泛关

注^[3-4]。基于巴林特小组的培训是一种通过帮助医务人员建立良好医患关系, 从而有效减少负性情绪、改善压力和应对方式、降低职业倦怠的工作方法^[5-6]。目前我国临床医疗工作中已经开展了关于巴林特小组活动的研究, 并取得了满意效果^[7], 但缺少巴林特小组对改善儿科护士职业倦怠、抑郁和焦虑情绪的研究报道。本研究运用巴林特小组方式对儿科护士进行培训, 以期改善其职业倦怠、抑郁和焦虑情绪, 提高其心理健康水平。

1 对象与方法

1.1 对象

于 2017 年 9 月 -12 月选取天津市儿童医院儿科 2016 年和 2017 年全部新入职护士为研究对象。入组标准:①女性,年龄 20~24 岁;②身体健康,无表达障碍者;③保证训练时间者。排除标准:①有严重躯体疾病者;②不能坚持训练者。符合入组标准且不符合排除标准共 72 人,采用随机数字表法分为研究组和对照组各 36 人。所有研究对象均自愿参与本研究并签署知情同意书。本研究通过天津市儿童医院伦理委员会审查。

1.2 培训方法

培训观察期共 8 周。对照组给予常规护理教育培训,研究组在此基础上进行巴林特小组培训 8 次,每周 1 次,每次约 1.5 h。将研究组 36 名儿科护士分为两个小组各 18 人,此外各组再配备 1 名组长,负责进行巴林特小组培训。组长均由具有硕士研究生学历及巴林特小组培训经验的国家二级心理咨询师担任,并且在开展正式研究前再次进行统一的巴林特小组培训和考核。组长职责:①把控培训时间和讨论内容,将讨论的重心引导于护患关系方向;②鼓励组员自由发言和表达观点;③保护案例提供者,避免其在讨论中受到其他组员的攻击和伤害。

巴林特小组培训要点^[8]如下:①在组长提议下由一名组员详细讲述本人与患者或其家属沟通的案例并提出疑问,其余成员仅倾听和思考案例(约 15 min);②组长对案例提供者给予肯定,引导其余组员自由询问该案例的相关细节,案例提供者据实回答细节(约 10 min);③其余组员自由表达对该案例的看法和感受并提出建议,案例提供者仅倾听和思考(约 50 min);④案例提供者根据其余组员的发言总结自己之前未发现的问题,并表达自己对该案例新的认识和感悟(约 10 min);⑤组长对本次活动进行总结发言并对案例提供者表示感谢(约 5 min)。

1.3 评定方法

于培训前后采用职业倦怠量表(Maslach Burnout Inventory, MBI)^[9]评定护士的职业倦怠水平。MBI 共 22 个条目,由情感枯竭、去人性化倾向和个人成就感消失 3 个因子组成。采用 0~6 分 7 级评分法,计算各因子评分。其中情感枯竭和去人性化倾向因子评分越高,个人成就感消失因子评分越低,

职业倦怠感越严重。该量表 Cronbach's $\alpha=0.85$ 。

于培训前后采用抑郁自评量表(Self-rating Depression Scale, SDS)^[10]和焦虑自评量表(Self-rating Anxiety Scale, SAS)^[11]评定护士的抑郁和焦虑情绪。两个量表均包含 20 个条目,采用 1~4 分 4 级评分法,评分越高说明护士的抑郁或焦虑程度越重。

量表评定在安静、独立的专业测查室进行,评定结束后当场收回。每次测查耗时约 35 min。由经过统一培训的护理学教师进行评定,一致性检验良好, Kappa 值 >0.90。

1.4 统计方法

采用 SPSS 11.5 进行统计分析,量表评分等计量资料前后比较运用配对 t 检验,组间比较采用独立样本 t 检验。 $P<0.05$ 认为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组护士一般资料比较

研究组年龄(22.3 ± 2.5)岁;本科 18 人,专科 18 人。对照组年龄(22.5 ± 2.3)岁;本科 19 人,专科 17 人。

2.2 两组护士 MBI 评分比较

培训前两组护士 MBI 各因子评分比较差异均无统计学意义(P 均 >0.05)。培训后,研究组 MBI 情感枯竭和去人性化倾向因子评分均低于培训前($t=5.350, 4.410, P$ 均 <0.01),个人成就感消失因子评分高于培训前($t=5.666, P<0.01$);对照组 MBI 情感枯竭和去人性化倾向因子评分均低于培训前($t=2.236, 2.256, P$ 均 <0.05)。培训后研究组 MBI 中情感枯竭和去人性化倾向因子评分均低于对照组,差异均有统计学意义($t=2.668, 2.871, P$ 均 <0.01),研究组 MBI 中个人成就感消失因子评分高于对照组,差异有统计学意义($t=3.125, P<0.01$)。见表 1。

2.3 两组护士 SDS、SAS 评分比较

培训前两组护士 SDS、SAS 评分比较差异均无统计学意义($t=0.333, 0.131, P$ 均 >0.05)。培训后,研究组 SDS、SAS 评分均低于培训前($t=2.976, 3.401, P<0.05$ 或 0.01),且培训后研究组 SDS、SAS 评分均低于对照组,差异均有统计学意义($t=2.336, 2.788, P<0.05$ 或 0.01)。见表 2。

表 1 两组 MBI 评分比较($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	情感枯竭评分		去人性化倾向评分		个人成就感消失评分	
	培训前	培训后	培训前	培训后	培训前	培训后
研究组($n=36$)	25.67 ± 8.78	15.86 ± 6.63 ^a	8.93 ± 5.75	4.28 ± 2.64 ^a	21.85 ± 5.77	29.43 ± 5.58 ^a
对照组($n=36$)	24.93 ± 9.05	20.45 ± 7.91 ^b	9.05 ± 6.22	6.37 ± 3.48 ^b	21.76 ± 6.36	24.82 ± 6.87
<i>t</i>	0.352	2.668	0.085	2.871	0.063	3.125
<i>P</i>	0.726	0.009	0.932	0.005	0.950	0.003

注: MBI 职业倦怠量表; 与同组培训前比较, ^a $P < 0.01$, ^b $P < 0.05$

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

组别	SDS 评分		SAS 评分	
	培训前	培训后	培训前	培训后
研究组($n=36$)	31.64 ± 6.73	27.31 ± 5.56 ^a	31.03 ± 6.74	26.18 ± 5.27 ^b
对照组($n=36$)	32.15 ± 6.24	30.46 ± 5.88	30.82 ± 6.91	29.76 ± 5.62
<i>t</i>	0.333	2.336	0.131	2.788
<i>P</i>	0.740	0.022	0.897	0.007

注: SDS 抑郁自评量表; SAS 焦虑自评量表; 与同组培训前比较, ^a $P < 0.05$, ^b $P < 0.01$

3 讨 论

黄幼程等^[1]调查显示, 28.13% 的儿科护士存在轻、中度职业倦怠, 57.81% 的儿科护士存在重度职业倦怠。职业倦怠对其心理健康和职业认同感产生消极影响。章华双等^[12]研究表明, 巴林特小组心理干预能缓解 ICU 护士职业倦怠。本研究根据当下儿科护理工作特点, 制定相适应的巴林特小组工作培训, 旨在帮助儿科护士更好地应对工作压力、管理情绪, 从而适应和融入儿科护理工作^[13]。培训后研究组 MBI 中情感枯竭因子评分低于对照组 ($P < 0.01$), 可能是因为巴林特小组培训有助于儿科护士从其他组员的鼓励和安慰中获得情感支持, 缓解负性情绪, 以良好的状态迎接工作中的各种挑战^[14]; 培训后研究组 MBI 中去人性化倾向因子评分低于对照组 ($P < 0.01$), 提示巴林特小组培训可能有助于提高儿科护士的沟通能力, 在临床工作中更好地回应患者, 维护良好的护患关系, 从而提高患者治疗依从性^[15]; 培训后研究组 MBI 中个人成就感消失因子评分高于对照组 ($P < 0.01$), 提示巴林特小组培训可能有助于儿科护士在讨论和分享中看到自身存在的、平常意识不到的不当行为, 从而加以改进, 达到提高职业素养、促进自我成长的目的^[16]。

李敬华^[17]研究显示, 57.90% 的儿科护士存在焦虑症状, 55.44% 存在抑郁症状, 其心理健康状况

令人担忧。李琦等^[18]研究表明, 巴林特小组培训有助于护理人员处理护患关系中的负性情绪。本研究中, 接受为期 8 周的巴林特小组培训的儿科护士其 SDS、SAS 评分均低于仅接受常规护理教育培训的儿科护士, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$ 或 0.01), 提示巴林特小组培训可能有助于减轻儿科护士的抑郁和焦虑水平。巴林特小组是一种封闭性和保护性的团体活动, 儿科护士参与者能够在相互倾听中体会到小组成员的观点和感受, 获得情感上的安慰和支持, 释放心理压力, 从而缓解焦虑、抑郁等不良情绪^[19]。

综上所述, 常规护理培训联合巴林特小组可能有助于降低儿科护士职业倦怠水平, 改善其焦虑抑郁等负性情绪, 提高其心理健康水平和职业素养, 促进儿科护士更好地适应护理工作。本研究局限性在于样本量较小, 观察期仅 8 周, 远期结果有待进一步随访评价。

参考文献

- [1] 黄幼程, 王景霞, 钱小芳. 儿科护士职业倦怠状况分析[J]. 福建医药杂志, 2016, 38(4): 166-168.
- [2] 胡晓娟. 儿科护士心理健康状况调查及干预对策探讨[J]. 临床合理用药, 2011, 4(9A): 53-55.
- [3] 王京, 丁淑贞, 高筱琪, 等. 临床护士留职意愿与职业倦怠感的相关性研究[J]. 护理学杂志, 2014, 29(2): 55-56.
- [4] 陈秀丽, 李梅, 谢爱玲, 等. 儿科护士的职业倦怠现状研究[J]. 护理管理杂志, 2017(12): 884-887.
- [5] Player M, Freedy JR, Diaz V, et al. The role of Balint group

- training in the professional and personal development of family medicine residents[J]. *Int J Psychiatry Med*, 2018, 53(1-2): 24-38.
- [6] Lustig M. Balint groups: an Australasian perspective for psychiatrists[J]. *Australas Psychiatry*, 2016, 24(1): 30-33.
- [7] 董建俐, 李涛, 伊静, 等. 借助巴林特小组培训模式提高临床护理质量[J]. *医学与哲学*, 2014, 35(9B): 87-90.
- [8] 梁红玉. 应用巴林特小组培训模式提高新护士护患沟通能力[J]. *护理学杂志*, 2013, 28(21): 1-3.
- [9] 利莉. 人性化管理对儿科护理人员离职意愿及职业倦怠的影响[J]. *护理实践与研究*, 2017, 14(3): 92-93.
- [10] 严邱英, 李倩. 综合护理干预对产后抑郁产妇的影响及抑郁与焦虑量表评价效果分析[J]. *中国实用神经疾病杂志*, 2015, 18(22): 14-16.
- [11] 阮小菱, 随莹莹, 吴婷婷. 综合心理干预对乳腺癌患者术前焦虑和抑郁的影响[J]. *中国临床保健杂志*, 2017, 20(4): 459-461.
- [12] 章华双, 黄惠根, 谢永标, 等. 巴林特小组心理干预对 ICU 护士职业倦怠的影响[J]. *护理学杂志*, 2018, 33(3): 9-12.
- [13] 蒋红娟. 巴林特小组在儿科护理工作中的应用[J]. *首都食品与医药*, 2016, 23(6): 84.
- [14] 余春华, 李俊英, 郑儒君, 等. 巴林特小组活动在促进肿瘤科护士心理健康中的效果探讨[J]. *华西医学*, 2017, 32(5): 749-752.
- [15] 陈燕. 巴林特小组培训模式对新护士护患沟通能力的影响[J]. *深圳中西医结合杂志*, 2017, 27(12): 195-196.
- [16] 蔺波, 史新华, 曹晓林. 巴林特小组在肿瘤专科护士职业压力调适中的应用[J]. *护士进修杂志*, 2016, 31(8): 697-699.
- [17] 李敬华. 枣庄市儿科护士职业群体身心健康现状调查及对策[J]. *齐鲁护理杂志*, 2016, 22(13): 59-60.
- [18] 李琦, 赵璧, 金郁青, 等. 巴林特小组对护理人员负性情绪的干预[J]. *解放军护理杂志*, 2016, 33(16): 34-36.
- [19] 江薇, 贾亚平. 巴林特小组对促进护士共情能力的作用[J]. *护士进修杂志*, 2017, 32(10): 903-904.

(收稿日期:2018-06-19)

(本文编辑:陈霞)