



· 综合医学 ·

# 我国医学领域正念训练研究的文献计量学分析

方萍 王燕 李岩\* (华中科技大学同济医学院附属同济医院手术室 湖北武汉 430000)

**摘要:**目的 本研究从文献计量学的角度分析了我国医学领域正念训练的研究现状和发展趋势。**方法** 计算机检索各数据库,由2名研究人员独立筛选检索出的文献,第三人评判有争议的文献,整理数据进行分析。**结果** 最终获得有效文献307篇,从2009年至2017年,文献数量呈递增趋势;第一作者地域分布广泛;其中138篇文献收录于统计源期刊;文献类型以实验性研究为主;81篇获得基金资助。**结论** 我国医学领域正念训练研究越来越受关注,发文量呈递增趋势,研究方向不断扩展,但文献质量有待提高。

**关键词:** 正念训练 文献计量学 分析**中图分类号:** R47 **文献标识码:** A **文章编号:** 1009-5187(2018)13-374-02**基金项目:** 华中科技大学同济医学院附属同济医院院基金项目(2015D019)

正念(mindfulness),源于传统佛教,指有意识的去关注当前的体验(身体感觉、情感状态、思维和想象),以一种非批判的方式去培养稳定的、非反应性的意识<sup>[1]</sup>。正念训练的目的在于培养注意力,通过持续不断的关照和觉察自己的感受、思想和情绪,从而增加真正活在当下的时间和每一刻不带评判地保持着觉知的能力,学会更好的关爱自己<sup>[2]</sup>。本文应用文献计量学的方法,对我国医学领域有关正念训练的研究进行分析,以了解其研究现状及发展趋势,为正念训练在我国医学领域的进一步发展提供参考。

## 1 资料与方法

### 1.1 纳入标准与排除标准

纳入标准:我国医学领域公开发表过的有关正念训练的研究,包括期刊论文、会议论文和硕士毕业论文等。排除标准:①与主题“正念训练”无关的文献;②重复发表的文献;③无法获取原文。

### 1.2 文献来源与检索策略

计算机检索中国知网(CNKI)、维普中文期刊数据库(VIP)和万方数据库。检索时间为建库至2017年12月31日,以“医学领域”and“正念”为主题或关键词进行精确检索,共检索出1072篇文献。由2名研究人员分别对文献进行独立筛选,有争议的文献,由第三人进行评判,最终获得有效文献307篇。

### 1.3 数据分析

应用Excel2007进行描述统计。

## 2 结果

### 2.1 文献年度变化

共检索出1072篇文献,最终有效文献307篇。自2009年第一篇正念训练研究文献发表以来,相关文献发表量呈递增趋势,平均每年发表34篇。

### 2.2 文献第一作者地区分布

有效文献分别来自我国的28个省、直辖市和自治区,地域分布具有广泛性。

### 2.3 期刊分布

统计源期刊收录138篇,占57.02%,中华类期刊收录21篇,占8.68%。总体看,大多收录于统计源期刊,但核心期刊收录量较少。

### 2.4 文献类型

实验性研究较多,共计167篇(54.40%),类实验研究39篇(12.70%),理论探讨类文献50篇(16.29%)。

### 2.5 基金资助

81篇文献(26.38%)获得基金资助。其中,国家级22篇,省级41篇,市级7篇,校内基金资助8篇,医院内部基金资助3篇。

## 3 讨论

### 3.1 正念训练在我国医学领域受到越来越多的关注

2009-2017年,我国医学领域正念训练的发文数量逐年递增,特

别是从2013年起,发文量急速剧增。总体上,随着正念训练在我国医学领域的不断推广,其研究方向也不断扩展。但正念训练相关研究地区分布不均衡,正念在医学领域的研究方向初现雏形:通过对第一作者所在地的地区分布情况分析,可以了解到我国医学领域正念训练在各地区的研究情况。其中75篇(24.43%)文献的第一作者位于北京,说明北京地区开展正念训练相关研究的单位明显多于其他地区,可能与北京是我国的首都,医学较为发达,各类干预方法的引进和运用较为广泛有关。

### 3.2 正念训练在我国医学领域的研究文献质量有待提高

统计源期刊的发文量为138篇(57.02%),但中华类文献仅21篇,说明研究总体水平一般,文献质量有待提高。文献的基金资助情况间接反映了该研究方法在某一领域中的发展情况。本研究中,81篇文献获得基金资助,其中国家级基金22篇,省级基金41篇,表明正念训练在我国医学领域的研究发展正处于上升阶段,可能这也是影响正念训练在我国医学领域研究质量水平的因素之一。

### 3.3 正念训练在我国医学领域的研究方向不断扩展

自1979年Kabat-Zinn提出正念减压疗法以来,正念训练在国外的研究中从焦虑、抑郁情绪治疗<sup>[3]</sup>到临床各个方面,如失眠<sup>[4]</sup>、生活质量<sup>[5]</sup>、疼痛接纳程度<sup>[6]</sup>和主观幸福感<sup>[7]</sup>等。我国有关正念训练的研究发展较晚,2009年发表了3篇文献,记录了正念训练治疗抑郁症的一份案例报告和心理治疗的效果,最初的研究均延续了国外的研究方向,主要运用于心理治疗,改善患者的焦虑、抑郁等情绪状态。随着正念训练的发展,我国越来越多的研究开始从各个方向对其进行研究。

## 参考文献

- [1]Bremner J D, Mishra S, Campanella C, et al. A pilot study of the effects of mindfulness-based stress reduction on post-traumatic stress disorder symptoms and brain response to traumatic reminders of combat in operation enduring freedom/operation Iraqi freedom combat veterans with post-traumatic stress disorder[J]. *Frontiers in Psychiatry*. 2017;8(12):157-171.
- [2]Kelly A, Garland E L. Trauma-Informed Mindfulness-Based Stress Reduction for Female Survivors of Interpersonal Violence: Results from a Stage I RCT[J]. *Journal of Clinical Psychology*, 2016, 72(4):311-328.
- [3]Hunter L. Mindfulness training can reduce depression and anxiety among nurses[J]. *Evid Based Nurs*, 2017;ebnurs-2016-102592.
- [4]Lengacher C A, Reich R R, Paterson C L, et al. The effects of mindfulness-based stress reduction on objective and subjective sleep parameters in women with breast cancer: a randomized controlled trial[J]. *Psycho-Oncology*, 2015, 24(4):424-432.
- [5]Chang Y Y, Wang L Y, Liu C Y, et al. The Effects

(下转第375页)

作者简介:方萍,女,护师。

\*通讯作者:李岩,女,主管护师。



# ICU 护理人员高离职率的原因分析及对策探讨

叶敏 汪红秀 (中山大学孙逸仙纪念医院 广东广州 510120)

**摘要:** **目的** 分析 ICU 护士高离职率原因, 并对之原因进行分析及对策探讨, 从中汲取经验从而稳定护理队伍。**方法** 采用问卷调查方式对我院 ICU2016 年 1 月至 2018 年 6 月共计 41 名离职护士进行问卷调查。通过护士一般情况调查及离职意愿量表及进行问卷调查。**结果** ICU 护士离职原因多数是工作压力大、工作负荷重, 薪资水平偏低, 夜班频繁, 在高强度的工作中缺乏自我的心理调节, 个人提升空间小。**结论** 提示管理者应设法消除引起护士工作压力的压力源, 帮助护士减轻工作压力, 提高 ICU 护理人员薪资水平、减轻工作强度, 梯队式给予相应晋升空间, 达到稳定护理队伍目的。

**关键词:** 重症监护室 护士 离职 对策探讨

**中图分类号:** R47 **文献标识码:** A **文章编号:** 1009-5187 (2018) 13-375-01

重症监护室 (ICU) 是应用现代医学理论、利用高科技现代化医疗设备, 对危重病患者进行集中强化治疗的特殊场所, 存在病情危重、变化快、抢救多等特殊性质, 因此对于 ICU 护理人员要求极高, 需具备极强的慎独精神、扎实的理论知识、丰富的临床经验等, 超高的专业要求导致 ICU 护士工作压力极大, 同时薪资水平、福利待遇、个人提升等诸多因素, 导致 ICU 护理人员成为人才流失率最高科室, 本文针对我院 ICU2016 年 1 月至 2018 年 6 月共计 41 名离职护士进行问卷调查, 分析原因, 探讨对策, 现报道如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 临床资料

采取一般资料问卷以及离职意愿量表的调查方式, 选取我院重症监护室自 2016 年 1 月至 2018 年 6 月共离职 41 名护士资料, 所有参与调查对象均满足持有中华人民共和国护士执业证书、ICU 工作半年以上并且自愿参与本研究等条件。

### 1.2 调查方法

(1) 调查问卷一般内容包括: 护士年龄、婚姻状况、夜班班数、工作年限、职称、聘用情况、学历、个人平均月收入等。(2) 离职意愿量表 Michael 和 Spector 于 1982 年编制离职意愿量表<sup>[1]</sup>, 共计 6 个条目, 分值为 1~4 分, 回答“经常”计 4 分, “偶尔”计 3 分, “甚少”计 2 分, “从不”计 1 分。量表总分为各条目得分之和, 得分越高, 离职意愿越强。根据 6 个条目之间的相关性, 条目 1 和条目 6 构成离职意愿 I, 表示辞去目前工作的可能性; 条目 2 和条目 3 构成离职意愿 II, 表示寻找其他工作的动机; 条目 4 和条目 5 构成离职意愿 III, 表示获得外部工作的可能性。

### 1.3 观察指标

分析 41 名 ICU 护士的离职原因以及基本资料。

### 1.4 数据处理

用 SPSS12.0 统计学软件进行统计学分析, 计量资料用  $\bar{x} \pm s$  表示, 组间差异、组内差异采用 t 检验, 计数资料比较采用  $\chi^2$  检验,  $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

ICU 护士离职意愿现状: 得分最高的是离职意愿 I (辞去目前工作的可能性), 其次是离职意愿 II (寻找其他工作的动机) 和离职意愿 III (获得外部工作的可能性), 数据比较差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 见表 1。

## 3 讨论

ICU 护士在护理危重患者的同时, 不但要忍受封闭的环境, 应接不暇各种高精尖仪器的使用学习, 单位的各种检查及晋升考核, 还得面对对于家人无法照顾的愧疚, 极易形成职业倦怠感和厌怠情绪, 更重要的是现有的福利待遇、社会地位、社会认可度较低, 使护理人员觉得付出与回报不平衡, 因而一旦外界有合适的机会, 便会选择离开, 有报道社会支持是护士应对压力的重要方式<sup>[2-3]</sup>, 综上所述, 提出以下建议: 1. 管理者应该努力提高护士工作绩效, 提高护士公众形象以消除工作倦怠感引起的负面影响<sup>[4]</sup>。2. 制定合理、公平的晋升、深造等机会, 指导护士进行职业规划。3. 深化人性化管理理念。在保证患者安全的基础上, 减少班次倒换的频率; 4. 营造良好工作氛围, 及时发现员工不良情绪并予以心理干预; 5. 合理配置护理人力资源, 减少护理工作量。护理队伍的不稳定会影响到护理质量和病人安全, 需引起护理管理工作者的重视, 采取针对性的、可行性的方案解决 ICU 护士高离职率, 稳定护理队伍。

表 1: ICU 护士离职意愿现状

	人数	最小值	最大值	理论最高分	实际得分 (分, $\bar{x} \pm s$ )	指标值 (%)
离职意愿 I	156	3	8	10	4.97.15±0.87	67.29
离职意愿 II	156	3	8	10	4.22±1.17	57.31
离职意愿 III	156	3	10	10	4.08±1.29	51.03
离职总	156	9	21	30	13.56±2.16	53.43
T		1.105	4.936	2.410	3.127	9.207
P 值		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

## 参考文献

- [1] 方颖, 冯志仙. 某三甲医院临床护理人员离职原因分析及对策[J]. 护理实践与研究, 2015, 11(8):100-101;102.DOI:10.3969/j.issn.1672-9676.2015.08.053
- [2] Morgan JC, Lynn MR. Satisfaction in nursing in the context of shortage[J]. J Nurs Manag, 2009, 17(3):401-410.
- [3] Cortese CG, Colombo L, Ghislieri C. Determinants of nurses' job satisfaction: the role of work-family conflict, job demand, emotional charge and social support[J]. J Nurs Manag, 2010, 18(1): 35-43. DOI:10.1111/j.1365-2834.2009.01064.x.
- [4] Takase M, Maude P, Manias E. Impact of the perceived public image of nursing on nurses' work behaviour[J]. Adv Nurs, 2006, 53(3):333-343.

(上接第 374 页)  
of a Mindfulness Meditation Program on Quality of Life in Cancer Outpatients.[J]. Integrative Cancer Therapies, 2017;153473541769335.

[6] Veehof M M, Trompetter H R, Bohlmeijer E T, et al. Acceptance- and mindfulness-based interventions for the

treatment of chronic pain: a meta-analytic review[J]. Cognitive Behaviour Therapy, 2016, 45(1):5.

[7] Wenzel M, Versen C V, Hirschmüller S, et al. Curb your neuroticism - Mindfulness mediates the link between neuroticism and subjective well-being[J]. Personality & Individual Differences, 2015, 80:68-75.