

表4 两组的并发症率 [n (%)]

分组	例数	气胸	慢性肺病	肺炎	合计
对照组	30	3 (10.00)	3 (10.00)	1 (3.33)	7 (23.33)
干预组	30	1 (3.33)	0 (0.00)	0 (0.00)	1 (3.33)
χ^2	—	—	—	—	—
P	—	—	—	—	—

4 讨论

NRDS 是新生儿出生不久因 AD 缺乏而诱发呼吸困难症状、肺泡萎缩, 并且呈现进行性发展。NRDS 发病与胎龄、体重有密切关系, 尤其是早产儿、低体重儿的发病率高, 并且其病情的严重程度也随着体重越低、胎龄越小而越发严重。NRDS 是一种自限性疾病, 存活大于 3d 的患儿的 PS 合成会慢慢增加, 随着肺部的成熟度逐渐提高, 其病情也会慢慢缓解, 但 NRDS 早期容易合并肺部感染、高压及出血等并发症, 严重者常常在 3d 内死亡^[8-9], 因此应及早地发现、治疗, 以缓解症状, 避免患儿死亡。

目前, 临床针对 NRDS 患儿常用机械通气进行治疗, 有较为良好的效果, 能维持患儿呼吸周期持续通气, 在呼吸末促使肺泡开放, 对 NRDS 所导致的肺泡萎缩有预防作用, 进而增加肺泡面积与功能余气量, 使气道阻力下降。随着临床实践与研究发现, 单纯性机械通气治疗的效果不是很理想^[10-11], 需要探究其他有效的治疗措施, 进行加强机械通气的疗效。PS 的成分结构为 10% 蛋白质 +10% 中性磷脂 +70%~80% 磷脂, 是 II 型肺泡上皮细胞所合成且分泌的, 属于磷脂蛋白混合物, 对新生儿正常的肺功能有着维护作用, 能降低其肺泡的液气平面张力, 避免呼气末时肺部塌陷, 同时对 PS 功能、代谢有重要作用; 若 PS 被压缩会使肺泡的表面张力升高, 导致血液在肺内分流, 使肺内氧合能力下降, 致使肺泡发萎陷性变化, 对新生儿的换气功能与通气功能造成严重的不良影响, 甚至诱发低氧血症、二氧化碳潴留, 最终诱发 NRDS。外源性 PS 同样可以促使肺泡内的张力、肺泡壁的表面张力下降, 使肺泡顺应性上升, 以及肺泡萎陷状态得到有效的纠正, 使已萎缩肺泡复张, 并且对氧合有明显的改善作用, 对肺部病变有抑制作用。外源性 PS 与机械通气联合治疗 NRDS 有协同作用, 能提升疗效。

研究结果显示: 相较于机械通气治疗的对照组的总有效率, 增加 PS 联合治疗的干预组更高, 与毛庆花等^[12] 研究中 PS 组治疗效果显著高于 CMV 组的结果相符, 提示增加 PS 联合治疗能提升疗效; 相较于对照组治疗后的血气指标,

干预组更优, 提示增加 PS 联合治疗对 NRDS 患儿血气指标的改善效果更加明显; 相较于对照组治疗后的氧交换指标, 干预组更优, 提示增加 PS 联合治疗对氧交换指标的改善效果有提升作用; 相较于对照组的总并发症率, 干预组更低, 提示增加 PS 联合治疗能减少并发症, 安全性更高。

总而言之, 针对 NRDS 患儿应用机械通气 +PS 联合治疗能提高总有效率, 还能优化其血气指标与氧交换指标, 降低总并发症率, 值得广泛应用。

参考文献

- [1] Boubakari Ibrahimou, Ning Sun, Shelbie Burchfield, et al. Race as a moderator of the association between ethnicity, preeclampsia and neonatal respiratory distress syndrome[J]. 世界儿科杂志(英文版), 2022, 18(8):568-573.
- [2] Stanley Mwita, Mary Jande, Deogratias Katabalo, et al. Reducing neonatal mortality and respiratory distress syndrome associated with preterm birth: a scoping review on the impact of antenatal corticosteroids in low-and middle-income countries[J]. 世界儿科杂志(英文版), 2021, 17(2):131-140.
- [3] 陈霞, 张贝, 皇甫佳欣, 等. 新生儿呼吸窘迫综合征流行病学特点及影响因素分析[J]. 临床心身疾病杂志, 2020, 26(4):158-161.
- [4] 钟雨花, 王亚洲, 李欣. 海南省新生儿呼吸窘迫综合征流行病学调查分析[J]. 临床肺科杂志, 2019, 24(1):10-13.
- [5] 赖家慧, 苏增玲, 陈文慧. 肺表面活性物质联合枸橼酸咖啡因注射液及无创机械通气治疗新生儿呼吸窘迫综合征的临床疗效[J]. 临床合理用药杂志, 2022, 15(30):47-50.
- [6] 钱东星, 周洁. 两种机械通气方式治疗极/超低出生体重新生儿呼吸窘迫综合征的临床效果及安全性比较[J]. 临床医学研究与实践, 2022, 7(10):89-92.
- [7] 刘才发. 枸橼酸咖啡因联合机械通气治疗新生儿呼吸窘迫综合征[J]. 实用中西医结合临床, 2021, 21(19):42-43.
- [8] 吴竞, 温子豪, 刘丹丹, 等. 不同通气策略对新生儿呼吸窘迫综合征治疗的安全性评价: 网状 Meta 分析[J]. 中华流行病学杂志, 2020, 41(2):249-260.
- [9] 颜林, 梅花, 刘春枝. 枸橼酸咖啡因治疗新生儿呼吸窘迫综合征的研究进展[J]. 中国小儿急救医学, 2022, 29(9):721-724.
- [10] 陆红武, 王文静, 胡林林. 肺泡表面活性物质辅助机械通气疗法治疗新生儿呼吸窘迫综合征效果观察[J]. 海南医学, 2022, 33(16):2120-2123.
- [11] 向洪斌, 冯四平. 机械通气联合猪肺磷脂注射液治疗新生儿呼吸窘迫综合征的临床[J]. 贵州医药, 2022, 46(12):1913-1914.
- [12] 毛庆花, 李朝晖, 郭瑞, 等. 肺表面活性物质联合机械通气对新生儿呼吸窘迫综合征的氧合功能、血清转化生长因子及骨形态发生蛋白 7 表达水平的影响[J]. 黑龙江医学, 2022, 46(14):1678-1680.

积极心理干预对青年大学生手机成瘾与自我效能感的影响

The Effect of Positive Psychological Intervention on Mobile Phone Addiction and Self-efficacy of Young College Students

亢豪 李行 蒋颖 李泊翰 陈继豪

Hao Kang Xing Li Ying Jiang Bohan Li Jihao Chen

邵阳学院 中国·湖南 邵阳 422099

Shaoyang University, Shaoyang, Hunan, 422099, China

摘要: **目的:** 为了预防青少年养成不良使用手机的习惯, 摆脱对手机的依赖, 降低青年大学生手机成瘾的发生率。**方法:** 采用调查法、问卷法、文献研究、统计分析、经验总结等方法对青年大学生大学就读期间对手机依赖程度的调查以及通过实施积极心理干预措施对大学生手机成瘾的影响效果的研究。**结果:** 有效调查问卷显示接受相关心理干预后, 每天使用手机时间的时长明显较低, 每节课上课使用手机的频率明显较低。**结论:** 调查数据显示青年大学生手机成瘾现象很普遍, 采取适宜的积极的心理干预措施很有必要, 研究者要更加重视青年大学生的手机成瘾情况以及自我效能感, 并提供更适合大学生大学期间的积极心理干预措施, 进而减少青年大学生手机的依赖, 降低其手机成瘾发生的可能性。

Abstract: Objective: In order to prevent teenagers from forming the bad habit of using mobile phones, get rid of the dependence on mobile phones, and reduce the incidence of mobile phone addiction among young college students. **Methods:** Using the methods of the survey method, the questionnaire method, the literature study, the statistical analysis and the summary of experience. **Results:** The recovery rate of the effective questionnaire was the incidence of mobile phone addiction, and the most effective specific positive psychological intervention measures were included. **Conclusion:** Survey data show that young college students mobile phone addiction phenomenon is very common, take appropriate positive psychological intervention measures is necessary, the researchers should pay more attention to young college students mobile phone addiction and self-efficacy, and provide proper positive psychological intervention measures, so as to reduce the incidence of young college students mobile phone addiction.

关键词: 积极心理干预; 青年大学生; 手机成瘾; 自我效能感

Keywords: positive psychological intervention; young college students; mobile phone addiction; self-efficacy

基金项目: 国家级大学生创新训练项目《积极心理干预对青年大学生手机成瘾与自我效能感的影响效果研究》(项目编号: 202110547039)。

DOI: 10.12346/pmr.v5i3.8532

1 引言

有相关报告显示, 截至 2022 年 6 月, 中国网民规模为 10.51 亿, 互联网普及率达 74.4%, 可见手机已经成为人们日常生活的必需品^[1-2]。作为使用智能手机的主要人群之一, 已经分类成手机关系成瘾、手机娱乐成瘾、手机信息搜集成瘾三大类, 由此可见大学生手机成瘾问题已经严重影响了青年大学生的日常学习与生活^[3]。对青年大学生的思想观念、价值取向、思维方式、行为模式和个性心理等也产生非常重要

的影响^[4]。与此同时对于大学生手机成瘾的干预方法, 现在目前较多的是运动、放松训练等行为疗法, 短期内有一定的效果, 是否能长久有效尚待进一步研究。本研究针对当前高校大学生突出的手机成瘾问题, 从积极心理学的角度实施干预。时勤^[5]教授说过心理援助应提倡采用积极心理学相关理论。Suler (2001 年) 指出, 网络虽然可以让人心理需求得到满足, 而且心理需求得到满足之后也能间接推动人的发展, 但是过度使用会使人们失去方向停滞不前^[6]。因此, 本研究

【作者简介】亢豪 (2002-), 男, 中国山西运城人, 在读本科生, 从事护理研究。

要调查青年大学生手机成瘾的程度以及自我效能感,然后采取积极心理干预措施来改变大学生对于手机成瘾的现状。

2 对象与方法

2.1 研究对象

通过发布问卷调查,总共收回426份有效问卷,干预前的有效问卷数量为290份,干预后的有效问卷数量为136份。研究对象来自邵阳学院2019级~2021级的护理专业的学生,采用简单随机抽样的方法选取的研究对象,干预组为2021级护理学9班、10班学生,为了方便研究者实施干预以及发放问卷调查结果。

2.2 研究方法

2.2.1 调查法

通过问卷星平台发放调查问卷和实地发放纸质调查问卷的方法,了解邵阳学院2019级~2021级护理学专业范围内大学生手机成瘾的现状、对手机的依赖程度、对大学生身心健康的影响及手机成瘾的主要因素。主要对干预前后进行各方面的对比。通过设计问卷问题,进行问卷发放,收集问卷统,进行研究。问卷的内容是针对研究对象的个人信息,使用手机的频率,手机成瘾的原因以及自我效能感。

对2021级9班、10班采取以下干预措施:①加强校园文化环境建设、营造积极的心理教育氛围;②开展学习重要性主题班会、职业生涯规划辅导与教育主题班会、健康生活方式的主题班会等鼓励同学减少玩手机的频率;③采用自愿原则限制学生使用手机的时间,鼓励各班学委在晚自习开始前将手机收齐。干预后再收集问卷统计结果;④开展团辅活动,加强大家对其他事情的兴趣,减少对手机的关注。

2.2.2 观察法

通过对研究对象的外在感官观察,扩大研究结果的认知,启发思维获取新的认知。

2.2.3 文献研究法

根据研究积极的心理干预对大学生手机成瘾的影响,通过调查文献来获得资料,从而全面地、正确地掌握积极心理干预的影响。有助于观察和访问了解研究对象的全貌。通过查询中国知网(CNKI)、万方数据等国内文献库,以

及PubMed、WebofScience等国际数据库,检索与手机成瘾、积极心理干预效能感的相关文献,详细筛选出对改善大学生手机成瘾、提升自我效能感的可能有效的积极心理干预措施,以指导后续研究。

2.2.4 统计分析法

通过对2019级~2021级护理学专业范围内大学生的上课使用手机的次数、每天使用手机的时间、手机成瘾的程度之间数量关系的分析研究,发现和探索干预方法和手机成瘾之间的影响关系。进行统计问卷数据,对比心理干预前后大学生手机成瘾有无差异,来验证积极心理干预措施的有效性,从而获得有效的研究结果。

2.2.5 经验总结法

通过学习中国和其他国家对于大学生手机成瘾问题干预方面的经验,对成功和失败的经验加以分析,合理汲取,再结合积极心理学干预手段予以适当创新,最后对本次实验数据进行总结分析,进行进一步研究,最后制定具有邵阳学院地方特色的大学生手机成瘾的干预措施。

3 数据分析

收集干预组和对照组在干预后的数据,对数据进行统计分析,用统计学方法,收集的问卷率,手机成瘾及干预后的效率进行分析,结果显示如表1所示。

为研究是否接受心理干预在手机使用时长上是否存在显著差异,对其进行卡方检验,由表可得, $P < 0.01$, $\chi^2=19.697$,表明是否接受心理干预在手机使用时长存在显著差异,且由表可得,在接受相关心理干预的人中,每天手机使用时长0~1小时的人数显著多于每天手机使用时长3~4小时、4小时甚至更多的人数;在没有接受相关心理干预的人中,每天手机使用时长3~4小时、4小时甚至更多的人数显著多于每天手机使用时长0~1小时的人数。

为研究是否接受心理干预在手机使用频率上是否存在显著差异,对其进行卡方检验,由表2可得, $P < 0.01$, $\chi^2=24.379$,表明是否接受心理干预在手机使用频率存在显著差异,且由表可得,在接受相关心理干预的人中,上课时间手机使用频率为一次都没有的人数显著多余上课时间手机

表1 是否接受心理干预在每天手机使用时长上的差异

			现在一天需要使用多长时间的手机				总计	χ^2	P
			0~1小时	1~2小时	3~4小时	4小时甚至更多			
4、你是否接受到相关心理干预	是	计数	30	8	10	20	68	19.697	< 0.01
		占现在一天需要使用多长时间的手机的百分比	75.0%	72.7%	33.3%	36.4%	50.0%		
	否	计数	10	3	20	35	68		
		占现在一天需要使用多长时间的手机的百分比	25.0%	27.3%	66.7%	63.6%	50.0%		
总计	计数	40	11	30	55	136			
	占现在一天需要使用多长时间的手机的百分比	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%			