

积极心理干预对患者抑郁焦虑影响的范围综述

朱明元¹, 鲁才红² (通信作者*), 王明景³

(1. 长江大学医学部, 湖北 荆州 434023; 2. 华中科技大学同济医学院附属协和医院, 湖北 武汉 430000; 3. 华中科技大学同济医学院, 湖北 武汉 430000)

摘要: **目的** 系统分析积极心理干预在综合医院住院患者中的应用情况及其对抑郁焦虑的影响。**方法** 根据Arksey 范围综述方法确定研究问题, 检索了7个数据库, 根据纳入和排除标准筛选文献, 由2名研究者独立提取文献资料并汇总分析。**结果** 共纳入15篇文献。积极心理干预种类多, 并广泛运用于临床患者中, 能有效缓解患者的抑郁焦虑情绪, 提高生活质量和主观幸福感等。**结论** 积极心理干预在综合医院住院患者中的应用效果良好, 但缺乏多中心、大样本、长期的随访数据, 今后需不断探索制定一套具体规范的积极心理干预方案, 为临床推广应用作参考。

关键词: 积极心理学; 心理干预; 抑郁; 焦虑; 范围综述

中图分类号: R47

文献标识码: B

DOI: 10.3969/j.issn.1671-3141.2022.51.035

本文引用格式: 朱明元, 鲁才红, 王明景. 积极心理干预对患者抑郁焦虑影响的范围综述[J]. 世界最新医学信息文摘, 2022, 22(051): 171-177.

Effect of Positive Psychological Intervention on Depression and Anxiety of Inpatients: Scoping Review

ZHU Ming-yuan¹, LU Cai-hong², WANG Ming-jing³

(1. Health Science Center, Yangtze University, Jingzhou Hubei 434023; 2. Wuhan Union Hospital of China, Wuhan Hubei 430000; 3. Tongji Medical College of HUST, Wuhan Hubei 430000)

ABSTRACT: Objective To analysis the application of positive psychological interventions in clinical patients and its effect on depression and anxiety. **Methods** According to the method of Arksey scope review, the research problems were determined and seven databases were searched. Two researchers screened the literature according to the inclusion and exclusion criteria, extracted the literature independently and analyzed. **Results** 15 articles in total were included. There were many kinds of positive psychological interventions, and it was widely used in clinical patients, which can alleviate the depression and anxiety of patients, improve the quality of life and subjective well-being, etc. **Conclusion** The application effect of positive psychological interventions in clinical patients were good, but there was a lack of multi-center, large sample and long-term follow-up data. It is necessary to formulate a set of standardized positive psychological intervention program in the future which can be used as a reference for clinical application.

KEYWORDS: positive psychology; psychotherapy; depression; anxiety; scoping review

0 引言

抑郁及焦虑障碍是全球范围内造成疾病负担的重要原因, 抑郁症正成为仅次于癌症的人类第二大杀手, 全球预计有3.5亿人患病^[1]。国内研究^[2]表明综合医院住院患者抑郁焦虑患病率分别为33.7%和29.2%, 二者合并是16.8%。随着现代医学模式向生物-心理-社会医学模式的转变,

心理因素对疾病的影响不容忽视^[3]。积极心理干预^[4] (Positive Psychological Intervention, PPI) 是以积极心理学理论为主要指导, 旨在增加积极情绪、认知和行为的心理疗法。目前, 积极心理干预已经运用到了临床患者身上并且并取得了一定进展, 但干预方法流程不规范、研究人群多样等, 尚缺乏对该领域的系统梳理。范围综述 (Scoping Review) 于2005年由

作者简介: 朱明元 (1998-), 女, 湖北麻城, 硕士在读, 护士, 心理护理。

Arksey和O' Malley提出^[5]，科学综述某一知识领域，同时对国内外研究进行分析以及讨论其局限性。因此，本研究以范围综述作为报告框架，综述积极心理干预在综合医院住院患者的研究现状，探究其对抑郁焦虑的影响。

1 资料与方法

确立研究问题成立研究小组，在对文献检索后，根据PCO原则确立研究问题^[6]。研究对象（population）为综合医院住院患者；概念（concept）为以积极心理学理论为主要指导，旨在增加积极情绪、认知和行为的心理疗法；结局指标（outcomes）为积极心理干预对综合医院住院患者抑郁焦虑的影响。因此研究问题为用于综合医院住院患者的积极心理干预研究现状如何？积极心理干预对综合医院住院患者的抑郁焦虑影响如何？

检索策略结合主题词和自由词，同时根据不同数据库特点进行检索。以中文检索词“积极心理、积极心理学、正向心理学、干预、抑郁、焦虑、焦虑症、抑郁症状、抑郁情绪、情

志异常”检索中国生物医学文献数据库、中国知网、万方、维普等中文数据库，以英文检索词“positive psychology、Therapy、Psychotherapy、Training、Exercise、anxiety、depression、Anxiety Disorders、Depressive Disorder”检索PubMed、Web of Science、PsycInfo等英文数据库。检索时限为建库至2021年10月23日。英文检索策略见图1（以PubMed为例）。

文献纳入及排除标准纳入标准：（1）研究对象为综合医院住院患者且年龄>18岁；（2）干预措施为包括基于积极心理学理论的积极心理干预、基于积极心理学背景发展的心理干预、积极心理学联合其他心理干预；（3）研究类型包括随机对照试验、类实验性研究；（4）结局指标包含抑郁和（或）焦虑且得分和效应量可被提取。排除标准：（1）研究对象有认知障碍和精神疾病史或为孕产期和哺乳期女性；（2）干预措施没有具体的干预流程和内容；（3）重复及未发表的文献；（4）无法获取全文的文献。

搜索策略：
PubMed
#1 Psychology, Positive[Mh]
#2 "positive psychology"[tiab] OR "positive emotion"[tiab] OR "positive feeling"[tiab] OR "positive cognition"[tiab] OR "positive behavior"[tiab] OR "positive behaviour"[tiab]
#3 Therapy[Mh] OR Psychotherapy[Mh] OR Training[Mh] OR Exercise[Mh]
#4 intervention*[tiab] OR therap*[tiab] OR treatment*[tiab] OR training*[tiab] OR program*[tiab] OR exercise[tiab]
#5 anxiety[Mh] OR depression[Mh] OR Anxiety Disorders[Mh] OR Depressive Disorder[Mh]
#6 Depressions[tiab] OR Depressive Symptom*[tiab] OR Symptom*, Depressive[tiab] OR Depression*, Emotional[tiab] OR Emotional Depression*[tiab] OR Depression*, Unipolar[tiab] OR Unipolar Depression*[tiab] OR Melancholia*[tiab] OR Neurotic Depression*[tiab] OR Depression*, Neurotic[tiab] OR Syndrome*, Depressive[tiab] OR Depressive Syndrome*[tiab] OR Endogenous Depression*[tiab] OR Depression*, Endogenous[tiab] OR Neuros*, Depressive[tiab] OR Depressive Neuros*[tiab] OR Disorder*, Depressive[tiab] OR Depressive Disorders[tiab] OR Social Anxiet*[tiab] OR Anxiet*, Social[tiab] OR Anxiousness[tiab] OR Hypervigilance[tiab] OR Nervousness[tiab] OR Angst[tiab] OR State*, Neurotic Anxiety[tiab] OR Neurotic Anxiety State*[tiab] OR Anxiety State*, Neurotic[tiab] OR Anxiety Neuroses[tiab] OR Neuroses, Anxiety[tiab] OR Disorder*, Anxiety[tiab] OR Anxiety Disorder[tiab]
#7 #1 OR #2
#8 #3 OR #4
#9 #5 OR #6
#10 #7 AND #8 AND #9(filters: Adults)

图1 文献检索策略（以PubMed为例）

文献筛选与资料提取由2名研究员按照文献纳入和排除标准独立完成文献筛选,若意见不统一,则咨询第三方共同决定,并使用标准化表格独立提取文献信息并进行整合和调整。提取的信息包括:作者、年份、国家、研究类型,研究对象、样本量、干预措施、主导者、干预时间、随访时间、结局指标。

2 结果

文献检索结果搜索相关数据库,以中文公开发表的期刊文献共2098篇;以英文公开发表的期刊文献和摘要共1387篇。通过查重、阅读和筛选最终纳入15篇文献^[7-21]。文献筛选流程及结果见图2。

纳入文献的基本情况纳入文献包括中文11

篇^[7-9, 12, 14, 15, 17-21],英文4篇^[10, 11, 13, 16];随机对照试验14篇,类实验研究1篇;文献发表时间为2011~2021年;发表国家包括中国、美国、英国等;研究对象包括宫颈上皮癌变^[7]、乳腺癌放化疗^[8]、帕金森^[9]、躯体障碍和功能性躯体综合征^[10,13]、脑损伤^[11]、脑卒中^[12]、不孕症^[14]、食管癌放化疗^[15]、急性冠脉综合征^[16]、糖尿病^[17]、COPD^[18]、高血压脑出血^[19,21]、老年听力障碍^[20]的患者;样本量10~150例不等;干预主导者包括护理研究生^[21]、护士^[8,14,15,17-20]、精神科医生^[10]、心理咨询师^[7,18];干预时间5周~12周不等;随访时间2.5个月~15个月不等或是无随访;干预的方式有团体^[7,12,14,15,17,18,20]、个体^[7-11,15,16,19,21]、自助(网络干预)^[13]。纳入文献基本信息见表1。

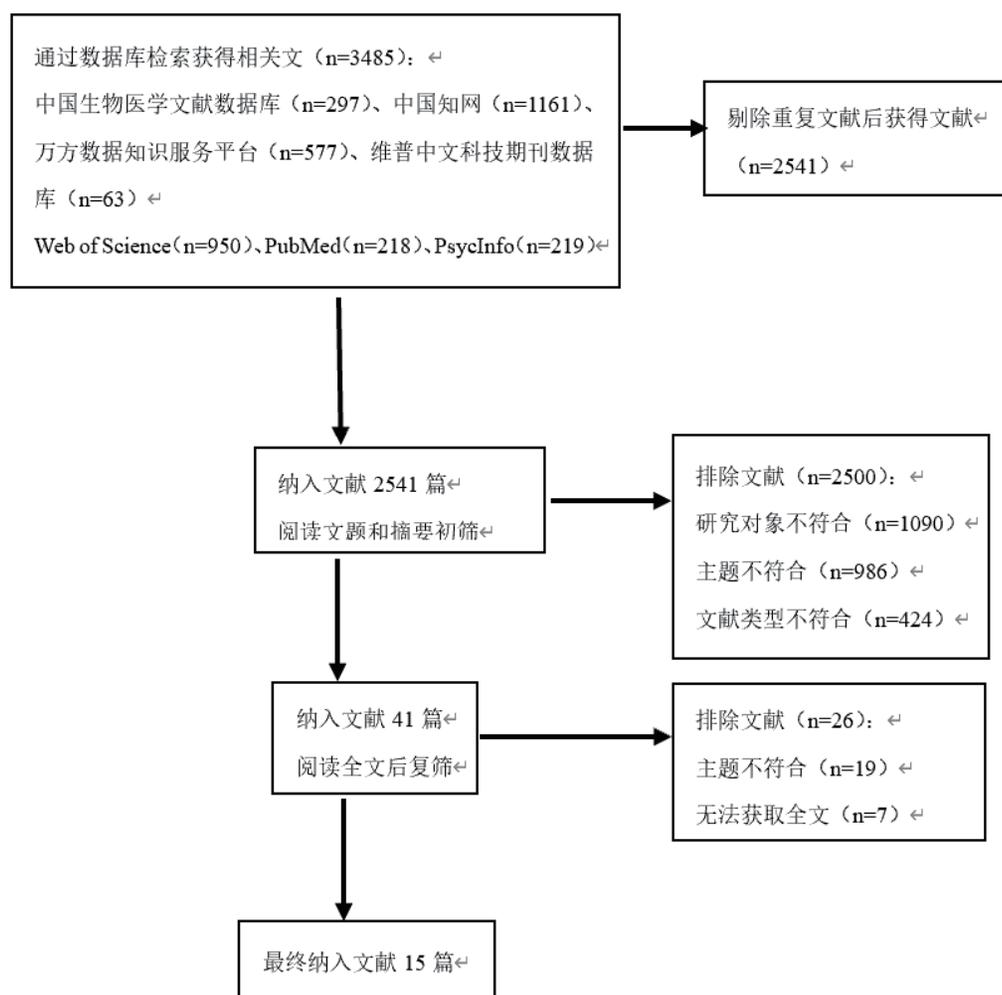


图2 文献筛选流程

表 1 纳入文献基本信息表

文献	研究类型	研究对象	样本量	干预措施	主导者	干预时间	随访时间	结局指标
姚云云等 ^[7] 2011 中国	随机对照 试验	宫颈上皮内瘤 样变患者	各 20 例	积极综合训练	心理治疗 师	术前一日至术后六日, 1 次/日, 30min/次	无	干预前后症状自评 量表 (SCL-90)
杜丽娜等 ^[8] 2011 中国	随机对照 试验	乳腺癌化疗患 者	实验组 28 例 对照组 30 例	联合积极认知 行为治疗	护士	第一阶段: 首次会面 20min; 第二阶段: 1~3 个月; 第三阶段: 3~6 个 月;	治疗的第 6 个月	首次化疗第一天和 治疗 6 个月后焦虑 自评量表 (SAS)、 抑郁自评量表 (SDS)
陈霞等 ^[9] 2012 中国	随机对照 试验	干部病房及帕 金森患者	各 30 例	积极心理干预	研究者本 人	共 8 周, 每周集中指导 1~2 次或电话指导或家访	--	干预前后汉密尔顿 抑郁量表
Fjorback ^[10] 2013 丹麦	随机对照 试验	躯体化障碍和 功能性躯体综 合症患者	正念组 59 例 强化组 60 例	强化组: 常规 强化治疗; 正念组: 正念 疗法	正念教师 + 精神科 医生	共 9 周, 每次 3.5 个小时	3 个月、9 个月、15 个月	症状自评量表 (SCL-90)、抑郁 焦虑程度 (SCL-8)
Andrews ^[11] 2014 英国	随机对照 试验	脑损伤患者	各 5 例	对照组: 常规 康复活动; 干预组: 常 规康复活动 + 积极心理学干 预	研究者	共 12 周	无	医院焦虑抑郁量表 (HADS)
寇洁等 ^[12] 2015 中国	随机对照 试验	轻中度焦虑抑 郁的老年脑卒 中患者	各 44 例	团体积极心理 干预疗法	--	共 8 周, 每周 1 次, 每次 40~60min	--	焦虑自评量表 (SAS)、抑郁自评 量表 (SDS)
Rachel, PhD ^[13] 2016 美国	随机对照 试验	脊髓损伤、多 发性硬化症、 神经肌肉疾病 或脊髓灰质炎 后综合征和慢 性疼痛患者	干预组 51 例 对照组 45 例	对照组写下近 7 天内发生的 3 件事。 干预组根据偏 好量身定制 4 项积极心理学 练习。	研究者	共 8 周 对照组 ≥1 次 / 周, ≥15min / 次 干预组由研究者量身定 制	2.5 个月	治疗前、治疗 后, 随访 2.5 个月 的医院焦虑抑郁 量表抑郁分量表 (HADS-D)
唐惠艳等 ^[14] 2016 中国	随机对照 试验	不孕症妇女	各 40 例	积极心理干预	心理咨询 资质的护 士	共 5 周, 1 次 / 周, 1h/ 次	--	干预前后症状自评 量表 (SCL-90)
石金金等 ^[15] 2018 中国	随机对照 试验	食管癌放疗患 者	各 75 例	积极心理暗示 联合放松训练	在院: 护 士; 出 院: 家属	心理暗示 ≥2 次 / 日, 暗 示方法 ≥2 种 / 日, 连续 3 天; 放松训练 30 分 / 次, 1~2 次 / 日, 持续 3 个 月	干预后随 访 3 个月	干预前、干预 3 d 后焦虑自评量表 (SAS)、抑郁自评 量表 (SDS)
Christopher M. Celano, M.D. ^[16] 2018 美国	随机对照 试验	急性冠脉综合 征患者	8 个组, 人数在 14-17 例	积极心理学的 干预, 干预条 件但持续时 间、强度和内 容各异		8 周	第 10 周第 12 周第 14 周有三次 强化	医院焦虑抑郁量 表 (HADS-A、 HADS-D)
蓝艳等 ^[17] 2019 中国	随机对照 试验	2 型糖尿病伴 抑郁症患者	各 30 例	团队积极心理 干预	主管护师	共 10 周, 每周 3 次, 每 次 40~60min	出院后随 访 6 个月	干预前、干预 10 周 后, 出院后 3 个月、 6 个月抑郁自评量 表 (SDS)
武瑾等 ^[18] 2020 中国	随机对照 试验	COPD 患者	各 45 例	积极心理学视 野下表达性艺 术治疗团队辅 导	主管护 师、心理 咨询师和 护士	共 5 周, 每周 2 次, 每 次 60min	--	焦虑自评量表 (SAS)、抑郁自评 量表 (SDS)
苏玲等 ^[19] 2020 中国	类实验研 究	高血压脑出血 患者	观察组 61 例 对照组 57 例	聚焦解决模式 的心理干预	主管护师	贯穿于整个围手术期	--	干预前及干预 2 周 后状态焦虑量表 (SAI)、特质焦虑 量表调查 (TAI)
夏真洁等 ^[20] 2021 中国	随机对照 试验	老年听力障碍 患者	各 43 例	积极心理辅助 认知行为干预	主管护师 和心理咨 询资格的 护士	共 6 周, 每周 1 次, 每 次 60~90min	--	焦虑自评量表 (SAS)、抑郁自评 量表 (SDS)
郭华等 ^[21] 2021 中国	随机对照 试验	高血压脑出血 患者	观察组 56 例 对照组 58 例	PERMA 模式 积极心理干预	2 名护理 研究生	共 8 周, 每周 2 次, 每 次 30~60min	--	汉密尔顿焦虑量 表 (HAMA)、汉 密尔顿抑郁量表 (HAMA)

积极心理干预在综合医院住院患者中的应用纳入文献中的积极心理干预在干预的流程、干预内容以及在改善患者抑郁焦虑情绪的机制上略有不同。

2.1 基于积极心理学理论的积极心理干预

此种积极心理干预疗法^[9-14,16,17,21]是在幸福PERMA理论和性格优势理论下制定的干预方案,主题包括自我认识、优势的发现与使用、好事记录、感恩、品味、积极应对、自传等,通过对优势的运用,从内部去改善患者的焦虑抑郁等不良情绪。

2.2 基于积极心理学为背景的心理干预

聚焦解决模式的心理干预^[19]在积极心理学背景下发展起来,强调个体资源和潜力的心理干预模式,通过使用个人力量、优势去解决问题,促进个体的心理健康的新型干预模式。患者通过对自身力量的使用,增强了自信心,同时将注意力集中在问题解决上而不是疾病上,能有效缓解患者的焦虑抑郁情绪。

2.3 积极心理学联合其他心理干预

积极心理学视野下表达性艺术治疗团体辅导^[18]是在表达艺术过程中通过无意识的唤醒达到整合心理资源,培养积极情绪达到负性情绪的改善。积极心理辅助认知团体干预^[20]是在做心理指导的同时提高患者对疾病的认识,将心理健康教育、认知疗法和行为训练等融合在一起,从而提高患者心理适应性,缓解抑郁和焦虑等负性情绪。积极心理暗示联合放松训练^[15]是以间接的方式,正面影响他人的心理与行为,从而间接缓解患者的抑郁和焦虑情绪。积极认知行为治疗^[8](Active Cognition-Behavior Therapy, ACBT)是建立在多个理论上受到个体建构主义和积极心理学的影响,通过对现代认知行为疗法总结提炼出的一种独特、专业、可操作性强的心理疗法。该疗法帮助患者找到一个有效的行为模式通过不断强化的过程对抗负性情绪,缓解抑郁和焦虑。积极综合训练^[7](Positive composite

training, PCT)是以游戏的形式进行人体心率变异性(Heart Rate Variability, HRV)反馈训练,以积极情绪想象和深呼吸训练作为辅助。引导患者主动进行情绪的自我调节,平衡呼吸运动,保持良好的情绪,在积极情绪与心率变异性平衡的基础上促进身心状态的恢复。

3 讨论

3.1 积极心理干预能够有效缓解患者抑郁焦虑情绪

积极心理干预是运用积极心理学的研究成果在干预过程中增加患者的积极情绪、改变患者的认知(从关注负面事件转移到关注生活中积极的方面)以及行为(发挥自身优势面对生活或者病情)。目前,积极心理干预在国内医疗环境中使用处于初级阶段^[22]。研究人群虽然广泛,但主要集中在癌症、脑卒中等慢性病群体中,可能与这个群体的抑郁焦虑情绪更高有关^[23,24]。从纳入的文献中可以看出积极心理干预能够显著降低干预组抑郁、焦虑的得分,改善抑郁、焦虑等负面情绪,提高生活质量。可能原因为积极心理干预让患者发现和充分认识到自身优势,调动内心积极能量,增强积极情绪,以积极的心态应对疾病,改善患者对疾病的心因性反应,从而对抗消极情绪,缓解了抑郁焦虑症状^[9,12,17];其次可能为在干预过程中建立了积极关系,增强了治疗疾病的信心,从而缓解了负性情绪^[8,20]。任俊等^[4]学者也提出积极心理治疗是通过激发病人的认识能力和爱的能力达到治疗心理疾病的目的。认识能力的提高使患者能正确的认识疾病,以积极的认识保持良好的心态;通过激发爱与被爱的能力,即积极情感,包括与自己的关系、与他人的关系、与社会的关系等,使得患者能够获得更多心理和社会资源,从而消解个人的消极情感。但是纳入文献结果的共性在于明确了积极心理干预能够缓解患者抑郁焦虑情绪,但是均没有提到

缓解的程度，无法明确干预的疗效。

3.2 积极心理干预在综合医院住院患者中的应用现状和启示

第一，从理论上来看虽然均是基于积极心理学理论，但是尚未形成一套有效的理论体系、严谨科学的流程和设计；Farid等^[25]荟萃分析显示积极心理干预对抑郁和焦虑的影响受到研究方法质量的影响，只有干预实施方案科学严谨质量高，干预效果的可信度才更高。未来需要明确最佳干预方案。第二，干预实施地点国外有研究者在线上进行干预，优点是更为方便、经济、灵活，但局限性在于干预效果无法保证^[11]；Cohn等^[26]通过教授2型糖尿病患者积极情感技能（Positive Affect Skills），比如品味、感恩、做善事等，开展为期5周的在线自助干预，结果显示可以显著降低干预组患者的抑郁得分。第三，从样本量上看，每个组平均在40例左右，样本量偏少^[11]，未来需要以更大样本量使结果更具有可信度。第四，从干预时间上看，纳入文献在5~15周不等，平均在8周左右，Müller等^[13]研究表明，干预时间越长，患者负性情绪改善越明显，局限性在于干预时间过长，如何保证患者在出院后能完成干预内容。这与Lydia等^[27]研究结果相似，其对内科患者积极心理干预的Meta分析结果显示，长时间干预相比于短时间干预、临床医生主导的干预相比于自我管理更能缓解患者焦虑情绪。第五，从随访时间上看，国内随访较少^[8,15,17]，蓝艳等^[17]学者研究发现，在干预结束时患者的积极情绪最高，随着随访时间的推移，干预组和对照组负性情绪得分均上升，但是相比于对照组，积极心理干预组消极情绪得分增高的速度更慢以及幅度更小，未来国内需要增加随访次数。

4 小结

积极心理干预在综合医院住院患者中处于

初级阶段，应用效果良好，能有效改善患者的抑郁焦虑的负性情绪，提高生活质量和生活满意度。局限性在于缺乏多中心、大样本、长期的随访数据，以及具体规范的积极心理干预流程为临床推广应用作参考。本研究的局限性在于纳入和排除标准中的干预措施积极心理干预较为狭义，还有广义的积极心理干预比如意义疗法、书写表达疗法、促进创伤后成长干预，概念相似，并未纳入，接下来的研究可将范围扩大进行探索。

参考文献

- [1] 沈宛颖, 曾昱兴, 李文豪, 等. 基于GBD大数据的中国抑郁负担现状和趋势分析[J]. 职业与健康, 2021,37(08):1087-1092.
- [2] 吕兰竹, 周月英, 苏泳诗. GAD-7和PHQ-9调查分析综合医院住院患者焦虑抑郁状况[J]. 中国现代医药杂志, 2017,19(03):47-49.
- [3] 石虹, 高峰. 生物-心理-社会医学模式在肠易激综合征诊治中的应用进展[J]. 复旦学报(医学版), 2021,48(02):261-266.
- [4] 任俊, 叶浩生. 积极心理治疗思想概要[J]. 心理科学, 2004(03):746-749.
- [5] Arksey H, O' Malley L. Scoping Studies: Towards a Methodological Framework[J]. International Journal of Social Research Methodology, 2005,8(1):19-32.
- [6] Van Cleave J H, Booker S Q, Powell-Roach K, et al. A Scoping Review of Nursing's Contribution to the Management of Patients with Pain and Opioid Misuse[J]. Pain Mgmt Nurs, 2021,22(1):58-68.
- [7] 姚云云, 胡佩诚. 对宫颈上皮内瘤样变患者的积极综合训练[J]. 中国健康心理学杂志, 2011,19(10):1208-1210.
- [8] 杜丽娜, 王国华, 程颖, 等. 积极认知行为疗法对乳腺癌化疗患者心理状态及生活质量的影响[J]. 中华现代护理杂志, 2011,17(27):4.
- [9] 陈霞, 张献文, 张银玲, 等. 积极心理干预对帕金森患者抑郁及认知功能障碍的影响[J]. 护理学报, 2012,19(23):64-66.
- [10] Fjorback L O A M, Fjorback L O L R. Mindfulness

- Therapy for Somatization Disorder and Functional Somatic Syndromes—randomized Trial with One-Year Follow-Up.[References][J]. *Journal of Psychosomatic Research*, 2013.
- [11] Andrewes H E, Walker V, O' Neill B. Exploring the Use of Positive Psychology Interventions in Brain Injury Survivors with Challenging Behaviour[J]. *BRAIN INJURY*, 2014,28(7):965–971.
- [12] 寇洁, 张红梅, 李蕾. 团体积极心理疗法对老年卒中患者焦虑抑郁及认知功能的影响[J]. *中国实用神经疾病杂志*, 2015,18(20):125–126.
- [13] Müller R, Gertz K J, Molton I R, et al. Effects of a Tailored Positive Psychology Intervention on Well-Being and Pain in Individuals With Chronic Pain and a Physical Disability: A Feasibility Trial[J]. *Clin J Pain*, 2016,32(1):32–44.
- [14] 唐惠艳, 王成刚, 邱忠君. 积极心理干预对不孕症患者心理健康及幸福感的影响研究[J]. *中国妇幼保健*, 2016,31(17):3579–3581.
- [15] 石金金. 积极心理暗示联合放松训练对食管癌放疗患者应激反应及应对方式的影响[J]. *医学临床研究*, 2018,35:2008–2010.
- [16] Celano C M, Albanese A M, Millstein R A, et al. Optimizing a Positive Psychology Intervention to Promote Health Behaviors After an Acute Coronary Syndrome: The Positive Emotions After Acute Coronary Events III (PEACE-III) Randomized Factorial Trial[J]. *PSYCHOSOMATIC MEDICINE*, 2018,80(6):526–534.
- [17] 蓝艳, 刘文伟, 周向荣, 等. 基于积极心理学理论的心理干预在2型糖尿病伴抑郁症患者中的应用[J]. *国际护理学杂志*, 2019,38(22):3683–3687.
- [18] 武瑾, 徐珍珍, 张亚迪, 等. 积极心理学视野下表达性艺术治疗对慢阻肺患者自我效能及心理韧性的影响[J]. *江苏预防医学*, 2020,31(05):594–597.
- [19] 苏玲, 郭星, 李静, 等. 基于聚焦解决模式的心理干预在高血压脑出血患者围手术期护理中的应用[J]. *中华现代护理杂志*, 2020,26(24):3316–3320.
- [20] 夏真洁, 黄艳容, 郑雪芳, 等. 积极心理辅助认知行为干预在老年听力障碍围术期患者中的应用[J]. *国际护理学杂志*, 2021,40(15):2767–2769.
- [21] 郭华, 徐艳贺, 陈建设, 等. 幸福PERMA模式对高血压脑出血患者伤残接受程度和心理健康的影响[J]. *中国健康心理学杂志*, 2021,29(06):899–903.
- [22] 秦晓红, 杨素云. 运用积极心理学优化住院患者心理健康的研究进展[J]. *心理月刊*, 2021,16(15):225–228.
- [23] 石艳. 基于PERMA理论的干预模式对早期宫颈癌患者根治术后性生活质量的影响研究[D]. 重庆医科大学, 2020.
- [24] 叶霁霁. 两种不同积极情感表露方式在COPD合并焦虑抑郁患者中的对比研究[D]. 湖州师范学院, 2021.
- [25] Farid C, Kraiss J T, Marion S S, et al. The Effect of Positive Psychology Interventions on Well-Being and Distress in Clinical Samples with Psychiatric or Somatic Disorders: a systematic Review and Meta-analysis[J]. *BMC Psychiatry*, 2018,18(1):211.
- [26] Cohn M A, Pietrucha M E, Saslow L R, et al. An Online Positive Affect Skills Intervention Reduces Depression in Adults with Type 2 Diabetes[J]. *J Posit Psychol*, 2014,9(6):523–534.
- [27] Brown M L, Ospina J P, Celano C M, et al. The Effects of Positive Psychological Interventions on Medical Patients' Anxiety: A Meta-analysis[J]. *Psychosomatic Medicine*, 2019,81(7):1.