

· 论著 · 康复与护理 ·

# 基于叙事理论的精准心理干预对青少年外耳再造患者心理弹性及自我接纳的影响\*

张 菁<sup>1</sup> 程 艳<sup>2</sup> 宋春雅<sup>1</sup> 郭 腾<sup>1</sup> 郭学娜<sup>1,\*</sup>

1.郑州大学第二附属医院整形美容科(河南 郑州 450000)

2.河南省人民医院整形外科(河南 郑州 450000)

**【摘要】目的** 探讨基于叙事理论的精准心理干预对青少年外耳再造患者心理弹性、自我接纳及情绪状态的影响。**方法** 选取2021年1月至2025年8月, 85例外耳再造青少年患者, 随机分为对照组(42例, 常规心理护理)与干预组(43例, 常规护理+叙事理论精准心理干预), 干预6周。比较两组干预前后RS-11、SAQ、SAS、SDS评分及干预依从性。**结果** 干预后, 干预组RS-11、SAQ评分均高于对照组, SAS、SDS评分低于对照组, 良好及以上依从率高于对照组( $P<0.05$ )。**结论** 基于叙事理论的精准心理干预可提升青少年外耳再造患者心理弹性与自我接纳水平, 缓解负面情绪, 提高干预依从性, 具临床推广价值。

【关键词】叙事理论; 心理干预; 青少年; 外耳再造; 心理弹性; 自我接纳

【中图分类号】R473.76

【文献标识码】A

【基金项目】河南省医学科技攻关计划项目(LHGJ20240321)

DOI:10.3969/j.issn.1009-3257.2026.4.069

## The Influence of Precise Psychological Intervention Based on Narrative Theory on the Psychological Resilience and Self-acceptance of Adolescent Patients Undergoing Outer Ear Reconstruction\*

ZHANG Qiang<sup>1</sup>, CHENG Yan<sup>2</sup>, SONG Chun-ya<sup>1</sup>, GUO Teng<sup>1</sup>, GUO Xue-Na<sup>1,\*</sup>.

1.Department of Plastic and Aesthetic Surgery, The Second Affiliated Hospital of Zhengzhou University, Zhengzhou 450000, Henan Province, China

2.Department of Plastic Surgery, Henan Provincial People's Hospital, Zhengzhou 450000, Henan Province, China

**Abstract: Objective** To explore the impact of precise psychological intervention based on narrative theory on the psychological resilience, self-acceptance and emotional state of adolescent patients undergoing outer ear reconstruction. **Methods** From January 2021 to August 2025, 85 adolescent patients undergoing ear reconstruction were selected and randomly divided into a control group (42 cases, with routine psychological care) and an intervention group (43 cases, with routine care + precise psychological intervention based on narrative theory), and the intervention was carried out for 6 weeks. The scores of RS-11, SAQ, SAS and SDS before and after the intervention and the intervention compliance of the two groups were compared. **Results** After the intervention, the RS-11 and SAQ scores of the intervention group were higher than those of the control group, the SAS and SDS scores were lower than those of the control group, and the compliance rate of good or above was higher than that of the control group ( $P<0.05$ ). **Conclusion** Precise psychological intervention based on narrative theory can enhance the psychological resilience and self-acceptance level of adolescent patients undergoing outer ear reconstruction, alleviate negative emotions, and improve intervention compliance, thus having clinical promotion value.

**Keywords:** Narrative Theory Psychological Intervention Teenagers; Reconstruction of the Outer Ear Psychological Resilience Self-acceptance

青少年处于自我认知形成关键期, 外耳畸形或缺损不仅影响外观美观, 更易引发自卑、焦虑等负面情绪, 降低心理弹性与自我接纳水平, 进而影响手术配合度及术后康复质量<sup>[1]</sup>。外耳再造手术虽能改善外观缺陷, 但术前对手术效果的担忧、术后恢复的不适等, 仍可能加剧患者心理负担<sup>[2]</sup>。常规心理护理多以笼统宣教和安慰为主, 缺乏针对性与个性化, 难以精准破解患者核心心理困扰<sup>[3]</sup>。叙事理论以故事讲述为核心, 通过引导患者外化问题、重构积极叙事, 帮助其重塑自我认知, 激发内在心理资源, 已在多种心理干预场景中显现成效<sup>[4]</sup>。基于此, 本研究将叙事理论融入精准心理干预, 针对青少年外耳再

造患者的心理特点制定个性化干预方案, 探讨其对患者心理弹性、自我接纳、情绪状态及干预依从性的影响, 为临床优化青少年外耳再造患者心理护理策略提供实践依据, 助力患者身心协同康复。

### 1 资料与方法

**1.1 一般资料** 选取2021年1月至2025年8月在郑州大学第二附属医院和河南省人民医院联合行外耳再造手术的85例青少年患者作为研究对象, 采用随机数字表法分为对照组(42例)与干预组(43例)。对照组男25例、女17例, 年龄( $14.54 \pm 2.25$ )

【第一作者】张 菁, 女, 护师, 主要研究方向: 小耳畸形护理方向。E-mail: zzzq20025@163.com

【通讯作者】郭学娜, 女, 副主任护师, 主要研究方向: 小耳畸形护理方向。E-mail: 54429908@qq.com

岁, 疾病类型为先天性小耳畸形35例、外伤性外耳缺损7例; 干预组男26例、女17例, 年龄(14.81±2.32)岁, 疾病类型为先天性小耳畸形36例、外伤性外耳缺损7例。两组患者基线资料比较,  $P>0.05$ , 具有可比性。

**纳入标准:** 年龄6~18岁, 符合外耳再造手术适应证(如先天性小耳畸形、外伤性外耳缺损); 无精神疾病病史, 认知功能正常, 能正常沟通交流; 首次接受外耳再造手术; 患者及监护人知情同意并签署知情同意书。**排除标准:** 合并其他重大躯体疾病; 有心理治疗史或正在接受其他心理干预; 存在听力严重障碍影响沟通; 随访过程中脱落或拒绝配合完成评估。

## 1.2 方法

**1.2.1 对照组** 采用常规心理护理干预, 干预周期从术前2周开始至术后4周结束, 共6周。具体措施: (1)术前健康宣教: 向患者及监护人讲解外耳再造手术流程、术后注意事项、康复周期等, 缓解对手术的未知恐惧; (2)情绪疏导: 术前及术后定期与患者沟通, 倾听其诉求, 给予口头安慰与鼓励; (3)术后支持: 告知术后疼痛、肿胀等正常反应, 指导应对方法, 减轻焦虑情绪。

**1.2.2 干预组** 在常规护理基础上实施基于叙事理论的精准心理干预, 干预周期与对照组一致(术前2周至术后4周), 共6周, 每周干预1次, 每次45~60min, 采用一对一干预结合小组干预(每4周1次, 6~8人/组)的方式, 具体措施如下: (1)叙事评估与问题外化(术前2周): 通过一对一深度访谈, 引导患者讲述与“外耳缺陷”相关的故事, 包括发现缺陷的过程、成长中因外观带来的困扰(如校园社交、自我认知)、对手术的期待与担忧等。采用“问题外化”技术, 帮助患者将“外观缺陷”与“自我”分离, 如引导患者表述“是外观问题让我感到自卑, 而不是我本身就是自卑的人”, 明确患者核心心理困扰。(2)叙事重构与积极赋义(术前1周+术后1~2周): 基于患者讲述的故事, 挖掘其成长过程中应对困难的积极经历(如因坚持爱好获得认可、得到亲友支持等), 引导患者重新审视外观缺陷对自身的影响。通过“改写故事”练习, 帮助患者构建包含“勇敢面对”“自我接纳”等积极元素的新叙事, 如鼓励患者记录“我虽然外观有缺陷, 但我擅长绘画, 这是我的优势”等积极事件, 强化积极自我认知。(3)资源整合与技能提升(术后2~3周): 组织小组叙事分享会, 让患者互相讲述干预过程中的心理变化与新叙事故事, 彼此借鉴经验、相互支持。针对患者社

交回避、自我否定等问题, 结合叙事内容开展针对性技能训练, 如社交沟通技巧模拟、自信表达练习等, 帮助患者将叙事重构的积极认知转化为实际行为。(4)巩固与自我赋能(术后4周): 与患者共同回顾干预全程的叙事变化, 总结其心理成长与能力提升, 鼓励患者将叙事干预中习得的积极思维方式与应对技巧应用于未来生活。指导患者建立“自我鼓励日记”, 定期记录积极自我认知与生活体验, 巩固干预效果。

**1.3 观察指标** (1)心理弹性: 采用青少年心理弹性量表(RS-11)评估, 该量表包含11个条目, 采用5级评分(1~5分), 总分11~55分, 得分越高提示心理弹性越强。分别于干预前(术前2周)、干预结束时(术后4周)评估。

(2)自我接纳: 采用自我接纳量表(SAQ)评估, 该量表包含16个条目, 分为自我接纳和自我评价2个维度, 采用4级评分(1~4分), 总分16~64分, 得分越高提示自我接纳水平越高。分别于干预前(术前2周)、干预结束时(术后4周)评估。

(3)情绪状态: 采用焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)评估, 两个量表均包含20个条目, 采用4级评分, 标准分 $\geq 50$ 分为存在焦虑/抑郁情绪, 得分越高提示情绪障碍越严重。分别于干预前(术前2周)、干预结束时(术后4周)评估。

(4)干预依从性: 分为优秀( $\geq 90\%$ )、良好(80%~89%)、一般(60%~79%)、差( $< 60\%$ )4个等级; 同时计算依从率, 依从率=(良好+优秀)例数/总例数 $\times 100\%$ , 依从率越高提示患者干预配合度越好。于干预结束时统计。

**1.4 统计学方法** 采用SPSS 26.0软件分析数据。计量资料以( $\bar{x} \pm s$ )表示, 组间比较采用独立样本t检验, 组内不同时间点比较采用配对样本t检验; 计数资料以例数(%)表示, 组间比较采用 $\chi^2$ 检验。 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

## 2 结果

**2.1 两组患者干预前后RS-11及SAQ评分对比** 干预结束时, 两组RS-11评分、SAQ评分均较干预前显著升高, 且干预组评分均高于对照组( $P<0.05$ )。见表1。

**2.2 两组患者干预前后情绪状态评分对比** 干预结束时, 两组SAS评分、SDS评分均较干预前显著降低, 且干预组评分均低于对照组( $P<0.05$ )。见表2。

**2.3 两组患者干预依从性对比** 干预组依从率高于对照组( $P<0.05$ )。见表3。

表1 两组患者干预前后RS-11及SAQ评分对比(分)

指标	组别	例数	干预前	干预结束时	t值	P值
RS-11评分(分)	对照组	42	52.53±6.73	58.81±5.63	4.021	<0.001
	干预组	43	53.02±6.64	65.53±4.84	7.532	<0.001
SAQ评分(分)	对照组	42	38.65±5.12	45.52±4.54	5.136	<0.001
	干预组	43	39.12±4.84	53.01±4.02	8.674	<0.001

表2 两组患者干预前后情绪状态评分对比(分)

指标	组别	例数	干预前	干预结束时	t值	P值
SAS评分(分)	对照组	42	56.94±4.62	51.34±4.14	4.352	<0.001
	干预组	43	57.14±4.52	43.31±3.71	10.895	<0.001
SDS评分(分)	对照组	42	58.41±4.82	52.62±4.24	4.673	<0.001
	干预组	43	58.62±4.61	44.04±3.82	11.563	<0.001

表3 两组患者干预依从性对比[例(%)]

组别	例数	优秀	良好	一般	差	依从率
对照组	42	14(33.33)	15(35.71)	9(21.43)	4(9.52)	29(69.05)
干预组	43	31(72.09)	9(20.93)	3(6.98)	0(0.00)	40(93.02)
$\chi^2$ 值						7.993
P值						0.005

### 3 讨论

本研究结果显示,基于叙事理论的精准心理干预可显著提升青少年外耳再造患者的心理弹性与自我接纳水平,缓解焦虑、抑郁等负面情绪,同时提高干预依从性,干预效果优于常规心理护理,这与叙事理论的核心干预逻辑及青少年心理发展特点密切相关<sup>[5]</sup>。从心理弹性与自我接纳改善来看,干预后干预组RS-11评分、SAQ评分均显著高于对照组,核心原因在于叙事理论通过问题外化技术,帮助患者剥离外观缺陷与自我认知的绑定,打破因外观缺陷而否定自我的负性认知闭环<sup>[6]</sup>。青少年自我认知尚未完全成熟,易受外观评价影响,而叙事评估阶段的深度访谈让患者的心理困扰得到充分倾听与共情,叙事重构阶段对积极经历的挖掘与强化,帮助患者建立积极自我认知,这种认知重塑直接提升了患者面对困境的心理弹性,也促进了对自身不完美的接纳<sup>[7]</sup>。常规心理护理缺乏对患者认知层面的精准干预,仅靠笼统安慰难以从根本上改善心理弹性与自我接纳,因此效果有限<sup>[8]</sup>。

在情绪状态改善方面,干预组干预后SAS、SDS评分显著低于对照组,这得益于叙事干预的情绪疏导与积极赋义作用<sup>[9]</sup>。外耳再造患者的焦虑、抑郁情绪多源于对手术效果的担忧、对外观的自卑及社交恐惧,叙事干预通过引导患者讲述情绪相关故事,为负面情绪提供了宣泄渠道;同时,通过改写故事赋予经历积极意义,帮助患者以更乐观的心态看待手术与外观变化<sup>[10]</sup>。此外,小组叙事分享让患者感受到同伴支持,减少孤独感,进一步缓解负面情绪<sup>[11]</sup>。而常规护理的情绪疏导缺乏系统性与针对性,难以精准匹配患者情绪需求,因此情绪改善效果较弱。在干预依从性方面,干预组良好及以上依从率高于

对照组,关键在于叙事干预提升了患者的主动参与感与自我赋能感,通过个性化目标设定与积极反馈,患者感受到自身在康复过程中的主导地位,而非被动接受护理,这种角色转变激发了其配合干预的主动性;同时,家属的协同参与也为患者提供了持续支持,进一步保障了干预依从性<sup>[12]</sup>。

综上所述,基于叙事理论的精准心理干预可有效提升患者心理弹性与自我接纳水平,缓解负面情绪,提高干预依从性,为患者身心康复提供有力支撑。

### 参考文献

- [1] 申玲,王知祥. CT在内耳畸形儿童术前诊治中的应用[J]. 中国CT和MRI杂志, 2018, 16(6): 62-64.
- [2] 刘元菲,李亚男,宋杰,等. 先天性小耳畸形外耳再造手术患者对侧耳郭压力性损伤发生的影响因素分析[J]. 中国美容整形外科杂志, 2025, 36(2): 105-108.
- [3] 曾佑英,张晓霞,陈秋旸. 个性化护理对耳畸形患儿行外耳再造术围术期的影响[J]. 中外医疗, 2023, 42(15): 168-171.
- [4] 王芳玲,臧莉,文亚婷,等. 基于故事理论的叙事护理对肝癌术后患者心理弹性及创伤后成长水平的影响[J]. 现代医学, 2025, 53(1): 123-128.
- [5] 蒋晓莉,周晓敏. 基于行为分阶段转变理论的叙事护理对肺结节术后患者遵医知信行水平及生活质量的影响[J]. 国际护理学杂志, 2025, 44(10): 1858-1862.
- [6] 邱瑞芬,叶益真,蔡累,等. 基于叙事理论的心理干预护理对老年冠心病患者自我管理及生活质量的影响研究[J]. 心血管病防治知识, 2025, 15(12): 63-66.
- [7] 张敏,时晓旭,张滢. 叙事护理管理模式在五官科中的应用效果分析[J]. 中国卫生产业, 2022, 19(4): 109-112.
- [8] 卓锋宁,高新. 叙事护理对神经性耳鸣患者医学应对方式、疾病不确定感及睡眠质量的影响[J]. 河南医学研究, 2022, 31(24): 4557-4560.
- [9] 王小丽,秦媛,晁耀君. Swanson关怀理论下的家庭参与式游戏干预对小耳畸形外耳再造术患者的影响[J]. 国际护理学杂志, 2025, 44(13): 2428-2433.
- [10] 谢艳,刘冬冬. 叙事护理在特发性耳鸣患者中的应用[J]. 中华现代护理杂志, 2020, 26(12): 1658-1661.
- [11] 李静静,寇晓会,吕晖,等. 叙事医学视角下突发性耳聋患者医患关系重构研究[J]. 中国医学伦理学, 2025, 38(6): 718-726.
- [12] 刘莹,赵斯君. 叙事疗法对青少年先天性小耳畸形患者心理弹性的影响[J]. 中国听力语言康复科学杂志, 2020, 18(2): 135-138, 150.

(收稿日期: 2025-12-11)

(校对编辑: 韩敏求)

(排版编辑: 刘潍嘉)