

护理心理干预对获得性免疫缺陷综合征大学生的影响

董愉¹ 许雪静¹ 柳月红¹ 刘彬彬¹ 马爱民¹ 董迪²

【摘要】分析大学生获得性免疫缺陷综合征(AIDS)心理并对其进行针对性的心理干预,结果显示心理干预是预防大学生AIDS的有效方法。大学生发生AIDS的危险性正在不断增加,被视为净土的大学校园正在逐渐被AIDS侵蚀,面临这种不堪的现状,对大学生采取一定程度的心理干预至关重要。

【关键词】心理干预;大学生;同性恋;获得性免疫缺陷综合征

Nursing psychological intervention on college students with acquired immune deficiency syndrome

Dong Yu¹, Xu Xuejing¹, Liu Yuehong¹, Liu Binbin¹, Ma Aimin¹, Dong di². ¹Department of Ophthalmology, Beijing Ditan Hospital, Capital Medical University, Beijing 100015, China; ²Harbin University of Commerce, Harbin 150028, China

Corresponding author: Liu Yuehong, Email: liuyuehong030@163.com

【Abstract】 Through the psychological research, college students' psychological were analyzed and psychological intervention were adopted, the psychological intervention was an effective way to prevent college students infected with HIV. The risk was increasing among college students who were infection with HIV/AIDS, college campus regarded as the pure land were being AIDS erosion, so college students psychological intervention was very important.

【Key words】 Psychological intervention; College students; Homosexual; Acquired immunodeficiency syndrome

获得性免疫缺陷综合征(acquired immune deficiency syndrome, AIDS),由人体免疫缺陷病毒(human immunodeficiency virus, HIV)所引起的慢性致病性传染病,是威胁人类健康的严重传染性疾病。据有关数据显示,全球每天感染HIV患者达1.6万人,截止2014年10月我国现存活HIV感染者49.7万例,其中性传播已成AIDS传播的主要途径,在新发病例中经性传播的比例在逐年增加,2014年1~10月份已上升91.5%,其中50%以上为15~24岁青少年,中国HIV感染者中青壮年占80%,全国青年学生感染HIV已达2 082例,较2013年同期增长59.1%。最近又出现宁波大学生感染HIV事件,据疾控中心统计,截止到2014年12月31日,在宁波各大高校发现感染HIV者达37例,其中在2014年一年中就有11例,同时男男性接触传播人数达到80%以上,学生感染人数较2013年同期上升85.7%,增幅明显,其中同性性接触传播占80.7%、异性性接触传播占13.3%。

一、AIDS易发人群

近年来AIDS的传播在局部地区和特定人群中已出现高流行状态,正由高危人群向一般人群蔓延,感染者正趋向年轻化,尤其是高知识人群的大学生。大学生正处于青春阶段,是防治AIDS的主力军,但由于性观念的开放及缺乏AIDS防治知识的原因,使得大学生成为AIDS的高发人群。

在校普通大学生:中国人口众多,并且大学生人数占有很大比重,处于青春期的大学生比较开放,而且好奇心强,同时他们心理发育还不成熟,在追求性愉悦时往往不会采取防护措施,很容易感染HIV。

在校特殊大学生:大学生中出现了男男性行为(men who have sex with men, MSM)现象^[1],MSM群体是AIDS的高危人群之一,其中大学男生中16.6%有过同性性行为,8.4%有心理倾向,4.2%两者兼有,目前,据不完全调查,我国同性恋者有3 600~4 800万人,并且同性恋人数正在逐年增加,这类人往往有多个性伴侣。

二、影响大学生的因素

1. 环境因素:随着当前高校招生数量的增加,在校大学生人数迅速增加,由于该时期的大学生心理正趋于发展和完善阶段,很易会因为某种原因引起各种心理问题。

DOI: 10.3877/cma.j.issn.1674-1358.2016.05.030

作者单位:100015 北京,首都医科大学附属北京地坛医院眼科¹;
150028 哈尔滨市,哈尔滨商业大学

通讯作者:柳月红, Email: liuyuehong030@163.com

对于刚刚迈入大学校园的学生来说,告别以前紧张的学习生活,远离学习带来的巨大压力,步入自由自在的大学生活,甚至连奋斗的动力和努力的激情也在逐渐消失。面临与原来截然不同的全新环境,学习环境、生活环境,同时人际圈都是陌生的,大多数学生都是首次离开家庭加入集体生活,面临着所要适应的各种环境,通常会使他们产生孤独、害怕的心理。轻松自由的学习环境和大量的空闲时间,使他们在迷茫困顿中产生空虚感,易沉浸于网络游戏、聊天、视频以及购物等。缺少现实交流,造成虚拟与现实脱离,因此他们很少向同学、朋友或者是家人倾诉,久之则会产生心理性疾病^[2]。

2. 认知因素:每个大学生入学时都充满了对未来的美好憧憬^[3-8],并对自己的未来人生有着完美规划,但大多数人对自我的期望太高,凭自己的能力很难实现,再加上缺少经验,做事不严谨,常常遇到困难无法处理,选择逃避,有时还会在大量的诱惑下搁浅理想,甚至忘记理想,选择碌碌无为的颓废下去。更加严重的是他们会由于生理因素(主要包括遗传因素、性激素水平和大脑结构)和心理社会因素(主要包括家庭环境、幼年经历和社会环境)而偏执,他们会感到孤独无助^[9],想找一个知己来诉说自己的纠结痛苦,因他们的独特心理往往会倾向于同性恋,步入同性恋的行列后他们的心理健康水平总体下降,这会使他们的心理状况变得更加脆弱,会普遍有抑郁、焦急、敌视、恐慌、偏执的心理情绪,人际关系敏感和各种躯体不适的症状,导致其心理问题深化^[10]。

大学生典型认知分为两种:①追求新鲜刺激,缺乏深入分析能力:当今社会无国界,经济与科技飞速发展,信息传播途径多种多样,信息的快速传播是一把双刃剑,有着两面性,信息的负面性就造成了心理不成熟的高校学生缺少筛选信息的能力。巨大的信息领域不仅满足了他们的好奇心,激起了他们的欲望,却也导致其逐渐迷茫,同时无法分辨是非,在生活圈中无法辨认,逐渐变得冲动,缺乏理智,因此大学生的行为举止与思想态度就会偏离正常的成长轨道,同时大学生的心理还会发生一定程度的扭曲。②道德精神层面弱化:社会经济的快速发展造就了人们追求高品质的物质生活,当代大学生正是在这种社会环境下成长起来的,对于正处于认知未完善阶段的大学生来讲,社会背景的影响对他们来说至关重要。大学生在与他人交流的过程中,他们都会把自己做为中心,久而久之就会形成功利思想,善于心计,以个人所得作为重点,导致大学生认知特点具有目的性、功利性,忽视团结精神,疏远与同学间交流,使自己的性格变得孤僻,脱离群体。

3. 情绪因素:正处于青春期的高校学生,通常有着叛逆心理,他们总是用自己的视角看待问题,违抗家人、老师等正确指导,同时有些人会觉得自己有很多女(男)朋

友是一件值得炫耀的事情。大学生情绪的最大特点是富于两极化,情绪比较脆弱,心理空虚,情感自卑,把虚拟空间与现实生活中的情绪脱离。处于青春期的大学生是社会的关键而又特殊的群体,正是他们的思想不成熟,所以大学生的情绪会由于外界轻微影响甚至不明显的外界因素影响,而发生波动,承受情感挫折能力比较差,还会因为细小的事情惊动感情,难以平复心中的波动,无法控制自己的暴躁情绪,更为严重的是他们可能会以过激的行为发泄自己的波动情绪,同时进入大学后没有沉重的学习负担,学生之间可以无拘无束的交往,对生活和学习充满热情,但遇到不如意的事情时往往不够冷静,情绪波动比较大,易产生愤怒、生气等不良情绪,在这种情况下他们会表现出各种意想不到的行为,他们会在心底认为社会比较残酷,同时会自卑,自暴自弃,易造成心理不平衡,发生心理扭曲现象,产生心理问题^[11]。其一他们在以前的学校生活经历中大多数是佼佼者,通常自我感觉良好,同时父母对孩子的溺爱程度越来越严重,将孩子的要求放在首位,为孩子解决一切困难,替孩子做一切决定,使他们的人生道路一帆风顺,造成他们无法承受来自生活的挫折,尤其是刚刚入校的新生,他们离开家乡和父母的怀抱,有些大学生往往会因为生活琐事、交往矛盾等种种问题产生颓废、压抑、失落、痛苦等消极情绪,有时压抑太久无法控制以至造成严重而又无法挽回的后果。其二,大学校园生活为学生提供了展现自我才能的广阔空间和舞台,在这个人才出众的环境中,有些学生容易产生落差感,不能正确认识到自己的优点,逐渐产生负面的消极心态,从而从心底萌发一种强烈的自卑感,导致他们失去对于美好未来的憧憬,对生活失去勇气和信心,更易压抑自己,产生更加消极的心理。

4. 大学生个性:对他人的要求比较高^[12],同时以自我为中心,不考虑别人感受,缺乏团队精神,不接受别人意见,爱钻牛角尖,总是陷入自己狭小空间。同时,有一些大学生喜欢做强者,处处与人竞争,把对手当作自己的敌人,一旦对手超过了自己,就会产生过激的心理,萎靡不振^[13]。

三、大学生感染AIDS的预防障碍

面对社会看法和家庭压力,治疗大学生AIDS患者一直很难攻克。

1. 从本质上分析:大学生认知失真,社会阅历浅,认知系统过于片面、刻板,把理想和现实混为一谈,大学生易产生种种消极情绪,导致他们进入AIDS患者的行列,同时当感染上HIV后,他们在自我认识上有着常人无法理解的复杂心理状态,他们总是在心理上默默的暗示自己是病态,因而长期的压抑会使他们产生折磨、羞愧感,有些人甚至无法面对自己。

2. 从社会环境分析:现在科技飞速发展,网络已成

为人际交往的重要媒介,网恋逐渐流行,网友初次见面易发生意外,使其成为HIV携带者。同时,现在的新型合成毒品不同于传统毒品,或被伪装成奇特的形状,配以鲜艳的颜色,并在娱乐场所传播开来,如果在娱乐场所误食毒品,人会产生亢奋情绪,并产生性活跃,此时高频率、无保护的群体性滥交就会发生,滥交者会面临着感染HIV的巨大风险,同时这类人有着非常复杂的性同伴网,故大学生很有可能成为AIDS传播者。

3. 从学校角度分析:大学生是非常敏感的群体,当感染HIV时他们会毫不犹豫的隐瞒,由于知道会有无法忍受的歧视。基于此,AIDS可能在校园中传播^[14]。

4. 从家庭角度分析:当今中国大多数是独生子女,父母对孩子的期望都很高,同时他们身上肩负着传宗接代的重任,并且中国人拥有传统、刻板的家庭伦理观念,感染AIDS的大学生更加不会说出自己的状况,每天均生活在担心焦虑中,压抑自我情感^[15]。

四、大学生AIDS患者的心理干预

面对大学生的特殊心理,对他们进行积极有效的心理干预是预防、治疗大学生AIDS患者非常重要的方法。

1. 对大学生进行心理治疗时,用和蔼舒缓的语气进行沟通,在患者正在思考问题时,不要向他们灌输某种思想,否则会严重伤害到他们。在患者讲话时,注意倾听,让他们知道自己并未被抛弃,要注意当患者有话要说的时候切勿打断,长期储存在心里无法诉说会再次造成心理伤害^[16]。

2. 树立患者治疗的积极性,激起他们对未来的憧憬^[17],时常给患者观看气势磅礴的风景图、色彩斑斓的花朵、生机勃勃的盆栽,美好的事物有助于患者心情舒畅,加上物品形状的变化和色彩的绚烂对患者来说是康复的催化剂^[18]。

3. 适当陪患者散步,新鲜的空气会使患者放松心情,同时可以转移患者注意力,为其找一些事情做,让他们感受到存在的价值,使其精神得到寄托。病房里要保证充足光照,温和的阳光,会使患者对未来有美好的憧憬^[19]。

4. 护士在进行心理护理时,要注意自己的眼神大学生,AIDS患者非常敏感,偏执忽视的眼神很容易被误认为是对自己的歧视,这会加剧患者心理的波动,不助于患者治疗。

5. 对患者的家属进行AIDS相关知识的普及,以交谈,纸质问卷等方式为媒介进行普及。让家属知道AIDS的传染途径及预防措施,使他们不要忽视患者,要对患者有一定的关心,使其感受到家庭所带来的温馨,让其知道他们不是孤身一人,他们身后有着强大的后盾,使他们的心理得到安慰积极配合治疗。

6. 不要在患者面前谈论希望,并提醒患者家属不要在

他们面前把面临的危险说的无足轻重,也不要夸大康复的可能性,这样只能增加患者心理负担^[20]。

五、总结

目前尚未研制出对治疗HIV感染非常有效的疫苗,对大学生AIDS患者采取心理干预治疗,可有效控制校园AIDS的传播速度,因此,心理干预对大学生AIDS患者治疗具有重要意义。对在校学生开展防艾宣传,安全教育刻不容缓,让大学生掌握性安全知识,掌握化消极心理为积极心理的方法,引导他们走出心理问题的怪圈,并提醒他们消遣、快乐的同时一定要提高警惕,时刻注意生命安全。

参 考 文 献

- 1 沈晓沛,庞琳,徐杰.我国男男性行为人群艾滋病高危行为为干预方法的进展[J].中国艾滋病性病,2011(3):386-386.
- 2 曹中秋.当前大学生常见的心理问题及其解决途径探析[J].教育探索,2013(01):139-140.
- 3 章明明,冯清梅,韩劭.大学生生理与心理健康教育[M].北京:科学出版社,2009,115-116.
- 4 林金菊.大学生心理健康教育[M].北京:中国农业出版社,2013,100-110.
- 5 谢丽君,肖星,王艳红.大学生心理健康教育教程[M].沈阳:东北师范大学出版社,2012:1-50.
- 6 张成山,江远.新编大学生心理健康教育(第二版)[M].北京:清华大学出版社,2010:2-22.
- 7 刘媚.心理健康教育[M].北京:清华大学出版社,2015:50-55.
- 8 王海玲.青年学生身心健康教育[M].广东:广东高等教育出版社,2012:68-100.
- 9 杨冬梅.认知心理逻辑视野下大学生心理与行为问题的分析[J].教育与职业,2013(11):84-85.
- 10 沈晓峰,李凤.大学生性别角色群体对同性恋态度的研究[J].当代青年研究,2014(3):112-115.
- 11 薛静华.当前大学生心理健康存在的问题及其对策[J].教育探索,2012(7):141-142.
- 12 张文林,李景生,李玲玲.大学生人际交往心理健康问题透视及对策研究[J].中国成人教育,2013(11):69-71.
- 13 黄群瑛.解决大学生心理健康问题的新视角:心理弹性理论[J].中国成人教育,2011(5):33-35.
- 14 冉丽娟,张俐,赵立.传染病对大学生心理影响的调查研究[J].中国医药导刊,2014(9):1267-1269.
- 15 景军,王晨阳,张玉萍.同性恋的出柜与家本位的纠结[J].青年研究,2014(5):79-86.
- 16 马晓萍.浅谈如何处理大学生心理健康问题[J].中国职工教育,2014(24):45.
- 17 余少华.对大学生心理健康教育问题的探讨[J].大学教育,2014(15):51-53.
- 18 董海燕,覃丽丽.艾滋病住院患者不同时期的心理反应及护理[J].中国药物经济学,2013(3):418-419.
- 19 徐艳,柏春琴,范春红,等.心理护理干预对艾滋病患者免疫功能的影响[J].护理学杂志,2012(1):71-73.
- 20 孙林岚,丁永军.心理护理结合健康宣教对艾滋病病人自我效能的影响[J].实用预防医学,2014(6):762-764.

(收稿日期:2015-02-27)

(本文编辑:孙荣华)