

感恩干预在癌症患者中应用的范围综述

赵静怡,郭瑜洁,阙文倩,蒯本鑫,石悦

(南通大学 护理与康复学院,江苏 南通 226001)

【摘要】 目的 系统分析感恩干预在癌症患者中应用的相关研究,探究感恩干预的基本内容、结局指标及效果,为相关研究提供理论依据。**方法** 根据范围综述研究方法,计算机检索 PubMed、Web of Science、CINAHL、Embase、the Cochrane Library、万方、中国知网、中国生物医学文献数据库等多个国内外数据库中癌症患者感恩干预相关研究,筛选检索时限为建库至 2024 年 5 月。提取文献中的具体信息,主要包括发表时间、干预方法、干预时长、结局指标等。**结果** 最终纳入 21 篇文献。感恩干预类型主要包括感恩叙事和感恩互动两大类,其对癌症患者的感恩水平、心理状态、生命质量、生理健康状况和治疗依从性具有积极影响。**结论** 感恩干预具有整体性、综合性和有效性。未来研究应注重探索最佳的感恩干预方案、制订统一规范的评价体系,依据患者病情和心理状况,提出科学规范的干预方案。

【关键词】 感恩;癌症;范围综述

doi:10.3969/j.issn.2097-1826.2024.10.022

【中图分类号】 R47-05 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 2097-1826(2024)10-0092-04

Gratitude Intervention in Cancer Patients: A Scoping Review

ZHAO Jingyi, GUO Yujie, QUE Wenqian, KUAI Benxin, SHI Yue (School of Nursing and Rehabilitation, Nantong University, Nantong 226001, Jiangsu Province, China)

Corresponding author: GUO Yujie, Tel: 0513-85051870

【Abstract】 Objective To systematically analyze the relevant studies on the application of gratitude intervention in cancer patients, to explore the basic content, outcome indicators and effects of gratitude intervention, and to provide theoretical basis for related studies. **Methods** By the scope review method, the research on gratitude intervention cancer patients in PubMed, Web of Science, CINAHL, Embase, the Cochrane Library, Wanfang, CNKI, China Biomedical Literature Database and other domestic and foreign databases were searched by computer. The period was from inception to May 2024. Specific information was extracted from the literature, including publication time, intervention methods, intervention duration, outcome indicators, etc. **Results** A total of 21 studies were included. Gratitude intervention types mainly include gratitude narration and gratitude interaction, which have positive effects on gratitude level, psychological state, quality of life, physical health status and treatment compliance of cancer patients. **Conclusions** Gratitude intervention has integrity, comprehensiveness and effectiveness. Future studies should focus on exploring the best gratitude intervention program, formulating an unified and standardized evaluation system, and proposing scientific and standardized intervention programs according to patients' illness and psychological status.

【Key words】 gratitude; cancer; scoping review

[Mil Nurs, 2024, 41(10): 92-95]

癌症诊断和治疗带给患者的多重困扰和压力,使其极易产生严重负性情绪,对生活质量及疾病预后造成重大影响^[1-2]。目前,癌症治疗已不再局限于提高患者的生存率,患者的心理社会适应、生活质量等也愈发受到重视。感恩干预是以感恩拓延-建构理论^[3]为依据的积极心理学范畴的心理干预,能够帮助个体缓释负性情绪,建构生理、心理及社会等多方面的个体持久性资源。已有研究^[4]证明,感恩干预能够有效帮助癌症患者应对逆境,提高健康水平、

改善心理社会适应情况。然而,不同研究中感恩干预方案存在较大的异质性。因此,本研究采用范围综述系统分析国内外癌症患者感恩干预相关研究,总结癌症患者感恩干预的基本内容、结局指标和干预效果,以期临床开展相关干预提供理论依据。

1 资料与方法

1.1 确定研究问题 (1)癌症患者感恩干预的基本内容(如干预方式、持续时间、频率);(2)感恩干预方案的结局指标;(3)各研究中感恩干预方案的应用效果。

1.2 检索策略 制订检索策略,检索时限为各数据库建库至 2024 年 5 月。以“neoplasms/neoplasm/tumors/tumor/ cancer/ cancers/ carcinoma/ carcinomas”

【收稿日期】 2023-11-01 **【修回日期】** 2024-06-10

【基金项目】 国家社会科学基金一般项目(21BSH007);江苏省研究生科研与实践创新计划项目(SJCX22-1641)

【作者简介】 赵静怡,硕士在读,护师,电话:0513-85051870

【通信作者】 郭瑜洁,电话:0513-85051870

和“gratitude/gift giving”为英文检索词,系统检索PubMed、Web of Science、CINAHL、APA PsycInfo、Embase、Cochrane Library 等外文数据库,以“癌/癌症/肿瘤/恶性肿瘤”和“感恩”为中文检索词,检索万方数据库、中国知网、中国生物医学文献数据库等中文数据库。

1.3 文献纳入与排除标准 纳入标准:(1)研究对象为年龄 ≥ 18 岁的癌症患者;(2)研究类型为原始研究;(3)干预措施为感恩干预;(4)中、英文文献。排除标准:(1)重复发表的文献;(2)无法获取全文。

1.4 文献筛选及资料提取 使用EndNote X9软件对文献去重,由2名接受过专业培训的研究者分别独立阅读题目和摘要初筛,阅读全文再次筛选,并独立对符合要求的文献进行资料提取,提取信息包括发表时间、国家、文献类型、癌症种类、干预(干预方法、干预时长)、结局指标等。信息提取出现分歧时与第3名研究者进行讨论。

2 结果

2.1 文献检索结果 初步检索获得817篇文献,初筛并阅读全文后最终纳入了21篇文献^[4-24],其中中文16篇^[4-6,10-12,14-16,18-24]、英文5篇^[7-9,13,17]。文献筛选流程图见图1。

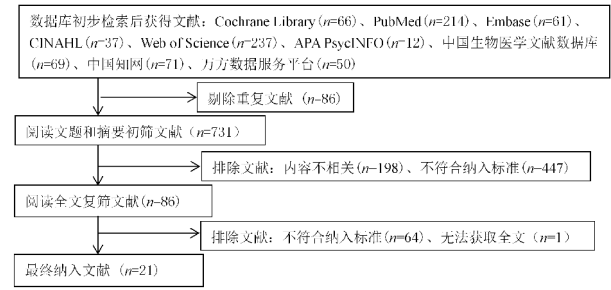


图1 文献筛选流程图

2.2 纳入文献的基本特征 纳入21篇文献中,中国17篇^[4-7,10-12,14-16,18-24]、美国2篇^[8-9]、波兰1篇^[13]、马来西亚1篇^[17];随机对照实验研究15项^[4-17,19]、类实验研究6项^[18,20-24],其余文献特征见表1。

2.3 感恩干预的基本内容

2.3.1 干预前准备 医护人员在感恩干预开始前成立干预小组^[18-19,21,23-24]。干预小组由肿瘤科医生、肿瘤科护士、心理学专家及研究人员组成。小组成员系统学习感恩拓展-建构理论的内涵及功能、感恩干预的临床应用案例、干预方案的构建与实施等研究内容^[19]。此外,部分研究^[7,14,21]在干预前向参与者介绍感恩干预的相关内容与方法,提供学习资料,并检验参与者的掌握情况,解答相关问题。

表1 纳入文献的基本特征(n=21)

纳入文献	发表时间	疾病类型	干预方法		干预时长	结局指标
			试验组	对照组		
汪敏等 ^[4]	2021	肺癌	励志讲座+兴趣培养+感恩杂记,感恩记+感恩表达+感恩拜访	常规护理	3个月	①②
彭斯等 ^[5]	2015	乳腺癌	细数恩惠+感恩视频干预	常规护理	4周	①②
刘琴等 ^[6]	2015	—	感恩记录+感恩沉思+表达感恩	常规护理	10周	①③
Shao 等 ^[7]	2016	宫颈癌	感恩日记(每天)+正念干预(听音乐)	常规护理	4周	②
Otto 等 ^[8]	2016	乳腺癌	表达感恩(写一封感谢信)	常规护理	6周	①②
Hoffman ^[9]	2016	头颈癌	感恩日记	常规护理	8周	①②③
彭斯等 ^[10]	2016	乳腺癌	细数恩惠+感恩视频干预	常规护理	4周	①④
莫淑媛等 ^[11]	2016	乳腺癌	试验组:感恩记录+感恩沉思+表达感恩	常规护理	4周	①③
张碧霞等 ^[12]	2016	多发性骨髓瘤	感恩情绪激励+感恩情绪记录+感恩情绪沉思+感恩情绪表达	常规护理	—	④
Sztachurska 等 ^[13]	2019	乳腺癌	感恩日记(1次/d,15 min/次)	常规日记	2周	①②
应慧芸等 ^[14]	2019	肺癌	感恩视频干预+感恩记录	常规护理	—	②④
裴方方等 ^[15]	2020	宫颈癌	励志讲座+兴趣培养+正向生活杂记+表达感恩	常规护理	—	②③
李方 ^[16]	2020	—	感恩倾诉与交流+感恩记录+感恩沉思+感恩讲座+感恩表达	常规护理	—	①⑤
Tan 等 ^[17]	2021	—	感恩日记	常规日记	1周	②③
陆美玲等 ^[18]	2021	乳腺癌	励志讲座+兴趣培养+表达快乐记忆+表达感恩	常规护理	—	②④
吴静等 ^[19]	2021	乳腺癌	出院前(座谈会、床旁谈话):励志讲座(感恩视频+正向回忆+感恩沉思+感恩表达;出院后(电话或微信随访):兴趣培养+感恩表达+感恩拜访+感恩杂记+感恩分享	常规护理	出院前1周; 出院后12周	①②
章灵芝 ^[20]	2021	肺癌	感恩视频干预+感恩日记+感恩沉思	常规护理	—	②④
明申秋等 ^[21]	2021	宫颈癌	感恩记录+正念干预+适量运动	常规护理	4周	②③④
秦春花等 ^[22]	2021	乳腺癌	感恩记录+感恩沉思+表达感恩	常规护理	4周	①②
叶金婵等 ^[23]	2022	淋巴瘤	住院期间:感恩讲座+感恩分享+感恩冥想+感恩视频;出院后:感恩日记+感恩冥想+感恩视频+感恩拜访	常规护理	4周	②
孙琪媛等 ^[24]	2022	乳腺癌	住院期间:感恩讲座+感恩分享+感恩冥想+感恩视频;出院后:感恩日记+感恩冥想+感恩视频+感恩拜访	常规护理	6个月	②

注:①为感恩水平;②为心理状态;③为生命质量;④为生理健康状况;⑤为治疗依从性

2.3.2 感恩干预类型 感恩干预类型主要包括感恩叙事和感恩互动两类,前者可分为感恩记录、感恩分享、

感恩视频、感恩讲座及感恩沉思;后者包含感恩表达、兴趣培养和感恩拜访。干预类型及内容见表 2。

表 2 感恩干预具体干预类型及干预内容

干预类型	具体分类(相似项)	干预内容
感恩叙事	感恩记录[6,11-12,14,16,22](细数恩惠[5,10]、感恩日记[7,9,13,17,20,23]、感恩杂记[4,15,19])	以文字形式记录日常生活中值得感恩的人与事及感受
	感恩分享[19,23]	与干预小组其他成员、医护人员或家人、朋友等分享自身与感恩相关的经历
	感恩视频[5,10,14,19-20,23]	播放感恩、积极抗癌等主题视频,学习疾病相关知识,获得治疗信心
	感恩讲座[4,15-16,18-19,23-24]	入院时举办“感恩”主题讲座
感恩互动	感恩沉思[6,11-12,16,19-20,22](感恩冥想[23-24])	放松身心,回想生命中美好时光及事物,积极的心态
	感恩表达[4,6,8,11-12,15-16,18-19,22,24]	通过面对面交流、书信等形式,表达对他人的感恩之情
	兴趣培养[4,15,18-19,24]	培养或重拾兴趣爱好,如书画、唱歌跳舞等,享受生活乐趣,分散注意力
	感恩拜访[4,19,23]	在节日或定期拜访给予自己帮助的人,通过赠送礼物、写感谢卡等形式表达感恩

2.3.3 感恩干预的频率及时间 有 15 项研究[4-11, 13, 17, 19, 21-23]描述了感恩干预的总时长为 1 周至 6 个月不等,各干预方式的干预频率及时间见表 3。

2.4 感恩干预的结局指标 研究表明,感恩水平[4-6,8-11,13,16,19,22]、心理状态[4-5,7-9,13-15,17-24]、生命质量[7,9,11,15,17,21]、生理健康状况[10,12,14,18,20-21]、治疗依从性[16]有不同程度的改善。具体结局指标与评价工具详见表 4。

表 3 感恩干预的频率及时间

干预方式	干预频率	干预时间
感恩记录[4-7,10-17,19-20,22-23]	1 次/d 至 1 次/2 周	10~15 min
感恩分享[16,19,23,24]	5 次/周至 1 次/月	10 min 至 2 h
感恩表达[4,6,8,11-12,15-16,18-19,22,24]	1 次/d 至 1 次/2 周	10~30 min
感恩沉思[6,11-12,16,19-20,22-24]	2 次/d 至 1 次/周	5~15 min
感恩视频[4-5,10,14,19-20,23]	1 次/d 至≥2 次/周	30 min
感恩讲座[4,15-16,18-19,23-24]	1~2 次/周	10 min 至 2 h
兴趣培养[4,15,18-19,24]	1 次/d 至 1 次/2 周	10 min 至 2 h
感恩拜访[4,19,23]	1 次/周	5~10 min

表 4 结局指标及评价工具

结局指标	评价工具
感恩水平	感恩问卷(the gratitude questionnaire-6,GQ-6)、Watkins 感恩量表
心理状态	
幸福感水平	纽芬兰主观幸福量表(Memorial University of Newfoundland scale of happiness,MUNSH)、心理幸福量表(psychological well-being scale,PWBS)
希望水平	Herth 希望水平表(Herth hope index,HHI)
心理社会适应水平	心理社会适应问卷
尊严水平	患者尊严量表(patient dignity inventory,PDI)
癌症复发恐惧	癌症患者恐惧疾病进展简化量表(fear of progression questionnaire-short form,FoP-Q-SF)、癌症复发担忧量表(concerns about recurrence scale, CARS)
焦虑	焦虑自评量表(self-rating anxiety scale,SAS)、汉密尔顿焦虑量表(Hamilton anxiety scale,HAMA)、医院焦虑抑郁量表(hospital anxiety and depression Scale,HADS)
抑郁	雷诺抑郁筛查量表(the Reynolds depression screening inventory,RDSI)、抑郁自评表(self-rating depression scale,SDS)、汉密尔顿抑郁量表(Hamilton depression scale,HAMD)、HADS
心理痛苦水平	心理痛苦温度计(distress thermometer,DT)
生命质量	
生活质量 生存质量	癌症病人生活质量测定量表(European Organization for research and treatment of cancer quality of life questionnaire core 30,EORTC QLQ-C30)、华盛顿大学生活质量问卷(the University of Washington Quality of life questionnaire,UW-QOL)、乳腺癌治疗功能评价系统(functional assessment of cancer therapy-breast,FACT-B)
生理健康状况	
检验检查结果	血液检验、影像学检查等
癌症疲劳情况	癌因疲乏问卷(the revised piper fatigue scale,RPFS)
睡眠状况	睡眠自评量表(self-rating scale of sleep,SRSS)、匹兹堡睡眠质量量表(Pittsburgh sleep quality index,PSQI)
治疗依从性	依据患者对各项治疗、护理措施的配合程度分为优、良、中、差 4 个等级

3 讨论

3.1 癌症患者的感恩干预具有整体性、综合性 癌症患者群体存在较大的个体差异,尤其是对自身疾病的认知、对负性情绪的了解以及对感恩相关理念的理解和掌握程度往往有所不同。因此,在感恩干预开始前,对癌症患者进行相关知识和心理状况评估,合理构建干预方案,并开展干预前培训尤为重要[7]。本研究结果显示,感恩干预具有整体性,包括干预前准备工作及干预后持续关注,如干预前通过个人访谈了解患者对疾病的感知及心理状况,介绍感恩干预的内容和方法,干预后定期向患者推送感

恩相关信息,并进行电话随访。建议临床工作中在构建感恩干预方案时应注重整体性,在干预前进行详细的评估、指导和训练,干预过程中密切关注患者的身心状况,干预后持续跟踪患者动态,保证感恩干预的效果。此外,癌症患者的感恩干预在类型的选择上具有综合性。本研究结果显示,感恩干预可分为感恩叙事和感恩互动两大类。叙事可通过思考和表达的内心感受和需求,挖掘自身资源和能力来应对负性事件[25],感恩记录、感恩分享、感恩视频、感恩讲座及感恩沉思的形式与叙事有相通之处,故在本研究中,将上述干预形式总结归类为感恩叙事。癌症患者的感恩干预大多采用联合干预方式,如叶金

婵等^[23]结合了感恩讲座、感恩分享、感恩日记等多种干预方式,有效减少淋巴瘤化疗患者的心理痛苦;明申秋等^[21]结合运动及正念干预,有效缓解宫颈癌患者的焦虑、抑郁情绪。这与 Raque-Bogdan 等^[26]研究结果一致。因此,医护人员可积极探索感恩干预与其他干预的结合,注重学科间合作交流,实现精准护理^[27],以达到更全面的干预效果。

3.2 感恩干预对癌症患者具有有效性 本研究结果表明,感恩干预能够改善癌症患者的感恩水平、心理状态、生命质量、生理健康状况和治疗依从性。因此,建议医护人员在癌症患者常规护理中加入感恩干预,以解决因疾病造成的身心问题;同时,本研究发现,各研究中感恩干预的时长、强度、频率差距较大,且缺乏干预节点选择的相关描述,但干预效果却未见显著差异。因此,有必要在今后实施的感恩干预方案中选择合适的时间节点,提高干预效率。

3.3 启示 本研究结果表明,感恩干预在癌症患者中的应用取得了一定成效,但由于纳入研究缺乏感恩干预方案的特异性、规范性,本研究未能得出感恩干预的最佳方案。因此,本研究提出癌症患者感恩干预的研究方向:一是确定最佳的感恩干预策略。大部分研究对于癌症患者感恩干预的方案缺乏规范的标准及个性化的区别,尚缺乏干预形式最佳选择及配合的相关研究。今后可进一步探究感恩干预在个体化基础上,不同干预形式、频率、时长和持续时间对癌症患者的影响;二是制订统一规范的评价标准。纳入的各项研究结局指标及评价工具存在较大差异,无法规范地探讨癌症患者感恩干预的应用效果。未来研究需规范癌症患者感恩干预的评价指标,采用信效度较高且具有特异性的测评工具。

【参考文献】

- [1] Global Burden of Disease Cancer Collaboration, FITZMAURICE C, ALLEN C. Global, regional, and national cancer incidence, mortality, years of life lost, years lived with disability, and disability-adjusted life-years for 32 cancer groups, 1990 to 2015: a systematic analysis for the global burden of disease study[J]. JAMA Oncol, 2017, 3(4): 524-548.
- [2] 张贤贤, 张利霞, 贾智慧, 等. 夫妻自我表露在青年乳腺癌患者癌症复发恐惧干预中的应用研究[J]. 中华护理杂志, 2019, 54(11): 1610-1614.
- [3] FREDRICKSON B L. The role of positive emotions in positive psychology. The broaden-and-build theory of positive emotions[J]. Am Psychol, 2001, 56(3): 218-226.
- [4] 汪敏, 黄燕洁. 基于感恩—拓展构建理论的护理干预在行肺癌根治术患者中的应用效果[J]. 中西医结合护理: 中英文, 2021, 7(5): 121-123.
- [5] 彭斯, 宾捷, 刘跃辉, 等. 感恩干预对乳腺癌化疗患者感恩水平和幸福感的影响[J]. 护理学报, 2015, 22(23): 6-8.
- [6] 刘琴, 张圆, 查勇, 等. 感恩情绪干预对癌症病人健康促进的影响[J]. 护理研究, 2015, 29(10): 3674-3675.
- [7] SHAO D, GAO W, CAO F L. Brief psychological intervention in

- patients with cervical cancer: a randomized controlled trial[J]. Health Psychol, 2016, 35(12): 1383-1391.
- [8] OTTO A K, SZCZESNY E C, SORIANO E C, et al. Effects of a randomized gratitude intervention on death-related fear of recurrence in breast cancer survivors[J]. Health Psychol, 2016, 35(12): 1320-1328.
 - [9] HOFFMAN D L. The effects of a practice of gratitude on quality of life and depression in head and neck cancer survivors[M]. Ann Arbor: ProQuest Information & Learning, 2016: 8-161.
 - [10] 彭斯, 宾捷, 刘跃辉. 感恩干预对乳腺癌化疗病人睡眠质量的影响[J]. 护理研究, 2016, 30(4): 1272-1273.
 - [11] 莫淑媛, 覃丽艳. 感恩情绪干预对乳腺癌术后患者生存质量的影响[J]. 内科, 2016, 11(5): 805-807.
 - [12] 张碧霞, 郭志强, 翟英俊, 等. 感恩情绪护理对多发性骨髓瘤患者行血浆置换效果的影响[J]. 护理管理杂志, 2016, 13(20): 86-89.
 - [13] SZTACHANSKA J, KREJTZ I, NEZLEK J B. Using a gratitude intervention to improve the lives of women with breast cancer: a daily diary study[J/OL]. [2023-10-20]. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2019.01365/full>. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.01365.
 - [14] 应慧芸, 陈琳俐. 感恩情绪干预对晚期肺癌患者癌因性疲乏及负面情绪影响[J]. 护理与康复, 2019, 18(3): 9-13, 17.
 - [15] 裴方方, 杨宁波. 感恩拓展—构建下的心理干预在宫颈癌中的运用效果[J]. 中国健康心理学杂志, 2020, 28(6): 848-852.
 - [16] 李方. 感恩干预对恶性肿瘤化疗患者治疗依从性的影响[J]. 医学理论与实践, 2020, 33(23): 4032-4033.
 - [17] TAN T T, TAN M P, LAM C L, et al. Mindful gratitude journaling: psychological distress, quality of life and suffering in advanced cancer: a randomised controlled trial[J]. BMJ Support Palliat Care, 2023, 13(e2): e389-e396.
 - [18] 陆美玲, 陈英梅, 郭霖, 等. 感恩—拓展理论行为对乳腺癌化疗患者复发恐惧的[J]. 临床与病理杂志, 2021, 41(7): 1579-1585.
 - [19] 吴静, 张昊, 刘小娜, 等. 基于感恩拓展—建构理论的护理干预对乳腺癌术后患者感恩水平、复发担忧及负面情绪的影响[J]. 护士进修杂志, 2021, 36(14): 1255-1259, 1267.
 - [20] 章灵芝. 感恩情绪干预对肺癌术后化疗癌性疲乏患者心理、疼痛感受与睡眠质量的影响[J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2021, 43(14): 1265-1268.
 - [21] 明申秋, 顾会琴. 正念感恩干预对宫颈癌患者术后放疗期间的影响[J]. 湖北科技学院学报: 医学版, 2021, 35(6): 538-540.
 - [22] 秦春花, 全海凤. 感恩情绪干预对乳腺癌患者术后心理社会适应的影响[J]. 世界最新医学信息文摘, 2021, 21(26): 281-282.
 - [23] 叶金婵, 朱妮, 孔维蕾, 等. 感恩干预在尊严受损淋巴瘤化疗患者中的应用研究[J]. 护士进修杂志, 2022, 37(12): 1061-1065.
 - [24] 孙琪媛, 唐婷婷, 肖诗雨, 等. 基于感恩拓展—建构理论对乳腺癌术后化疗患者益处发现及希望水平的研究[J]. 四川医学, 2022, 43(3): 300-304.
 - [25] 黄辉, 刘义兰. 叙事护理临床应用的研究进展[J]. 中华护理杂志, 2016, 51(2): 196-200.
 - [26] RAQUE-BOGDAN T L, ASH-LEE S, MITCHELL J, et al. A group positive psychology intervention for cancer survivors and caregivers: a pilot study of activating happiness® [J]. J Psychosoc Oncol, 2020, 38(6): 649-669.
 - [27] 郭雨辰, 吴奕霏, 王晶, 等. 基于 CiteSpace 的国内外精准护理研究可视化分析[J]. 军事护理, 2024, 41(7): 73-77.

(本文编辑: 郁晓路)