

# 产后抑郁网络认知行为治疗实施中护士的角色与功能:一项质性研究

潘靖宇<sup>1</sup>,张海娟<sup>2</sup>,王涌<sup>3</sup>,林嫦梅<sup>4</sup>,肖桂华<sup>4</sup>,陆虹<sup>1</sup>

(1.北京大学 护理学院,北京 100191;2.北京大学第六医院 综合二科,北京 100191;  
3.北京大学第六医院 护理部;4.北京市海淀区妇幼保健院 护理部,北京 100080)

**【摘要】 目的** 探讨产后抑郁网络认知行为治疗实施中护士的角色与功能。**方法** 2024年9—10月,采用描述性质性研究方法,通过目的抽样法选取北京市某三级甲等医院精神科、妇产科、心理科以及某社区卫生服务中心15名医护人员为研究对象,开展半结构化访谈,使用主题分析法进行资料分析和主题提炼。**结果** 产后抑郁网络认知行为治疗实施中护士的角色与功能共提炼出5个主题:网络心理健康服务提供者,云端心理支持者与赋能者,在线社区心理护理提供者,人智协同心理健康管理者以及护士角色发展的实现条件。**结论** 护士以多维角色参与产后抑郁网络认知行为治疗的全链条实施,通过人智协同以及护理人才的系统规划和有序培养,共同为孕产妇提供数智化时代的高质量产后心理健康服务。

**【关键词】** 产后抑郁;网络认知行为治疗;护士;角色与功能

**doi:** 10.3969/j.issn.2097-1826.2025.04.012

**【中图分类号】** R473.71 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 2097-1826(2025)04-0049-04

## Roles and Function of Nurses in the Implementation of Online Cognitive Behavioral Therapy for Postpartum Depression: A Qualitative Study

PAN Jingyu<sup>1</sup>, ZHANG Haijuan<sup>2</sup>, WANG Yong<sup>3</sup>, LIN Changmei<sup>4</sup>, XIAO Guihua<sup>4</sup>, LU Hong<sup>1</sup> (1.School of Nursing, Peking University, Beijing 100191, China; 2.Comprehensive Second Department, Peking University Sixth Hospital, Beijing 100191, China; 3.Department of Nursing, Peking University Sixth Hospital; 4.Department of Nursing, Maternal and Child Health Hospital of Haidian District, Beijing 100080, China)

Corresponding author: ZHANG Haijuan, Tel: 010-61955463

**【Abstract】 Objective** To explore the roles and function of nurses in the implementation of online cognitive behavioral therapy for postpartum depression.**Methods** A descriptive qualitative research method was used to select 15 doctors and nurses in departments of obstetrics and gynecology, psychiatry and psychology, as well as community health service centers through purposive sampling from September to October 2024. A semi-structured interview was conducted, with the thematic analysis method to analyze the interview data and extract themes.**Results** 5 themes were extracted as for such roles and function: online mental health service providers, cyber mental supporters and empowerment, online community mental care providers, mental health managers on human-intelligence collaboration, and the realization of nurses' development.**Conclusions** Nurses fully participate in the implementation of online cognitive behavioral therapy for postpartum depression with different roles. High-quality mental health care services should be provided to postpartum women in the era of digital intelligence by collaboration of human and artificial intelligence as well as systematic planning and proper training of nursing talents.

**【Key words】** postpartum depression; online cognitive behavioral therapy; nurse; role and function

[Mil Nurs, 2025, 42(04): 49-52]

产后抑郁是产后最为常见的并发症之一,严重影响母婴安全及妇幼健康。认知行为治疗是目前应用最为广泛的心理治疗方法,网络认知行为治疗通过网络将认知行为治疗传递,在灵活性、多样性、隐私性方面有极大优势<sup>[1]</sup>。作为产后与产妇接触的主

要初级保健人员,护士非常适合且有能力参与网络认知行为治疗的实施<sup>[2]</sup>。然而护士在产后抑郁网络认知行为治疗实施中的角色与功能并不明确,随着ChatGPT、DeepSeek等人工智能(artificial intelligence, AI)的发展,网络环境变化对“互联网+护理”模式下护士在技术应用、平台操作、远程沟通等方面提出了新要求<sup>[3]</sup>。因此本研究通过质性研究探讨产后抑郁网络认知行为治疗实施中护士的角色与功能,以及护士角色发展的实现条件,为推进护士梯队

**【收稿日期】** 2024-12-10 **【修回日期】** 2025-02-16  
**【基金项目】** 北京大学循证护理专项研究基金(XZJ-2024-09)  
**【作者简介】** 潘靖宇,硕士在读,电话:010-61955463  
**【通信作者】** 张海娟,电话:010-61955463

建设、实现数智化的高质量产后心理保健提供借鉴。

## 1 对象与方法

1.1 研究对象 2024 年 9—10 月,采用目的抽样法选取北京市某三级甲等医院精神科、妇产科、心理科以及某社区卫生服务中心的医生、护士或护士长为访谈对象。纳入标准:(1)医生:取得医师执业证书;在职;从事本科室临床工作 5 年及以上;具有产后抑郁治疗经验。(2)护士:取得护士执业证书;在职;从事本科室护理或管理工作 5 年及以上;具有产后抑郁护理经验。样本量以研究资料处于饱和状态为原则<sup>[4]</sup>,通过对 15 名医护人员的访谈,研究不再有新的信息获得且信息出现重复,故资料停止收集,最终纳入 15 名研究对象。研究对象特征如表 1 所示。本研究已通过本校生物医学伦理委员会批准(IRB00001052-24120)。

表 1 受访者一般资料( $n=15$ )

编号	年龄(岁)	学历	工作年限( $t/a$ )	职称
1	37	博士	10	主任医师
2	36	硕士	13	主治医师
3	38	博士	9	主治医师
4	43	博士	10	主治医师
5	43	硕士	15	主任护师
6	31	硕士	6	主管护师
7	43	本科	24	主管护师
8	39	硕士	10	主管护师
9	44	硕士	19	主任医师
10	40	本科	18	主管护师
11	37	本科	16	护师
12	44	硕士	16	主任医师
13	30	本科	7	护师
14	46	本科	26	主治医师
15	36	本科	17	护师

## 1.2 方法

1.2.1 确定访谈提纲 基于课题组前期研究结果,经充分讨论后制订访谈提纲初稿。邀请 2 名妇产科及精神科护理专家对初稿进行调整,通过目的抽样法选择 2 名精神科及妇产科护士长进行预防谈,修订访谈提纲并形成终稿。包括:(1)您觉得在产后抑郁网络认知行为治疗实施中护士的角色与功能都有哪些?(2)您觉得分别是哪些专科护士能够承担这些角色?(3)您觉得护士承担这些角色需要什么样的资质与能力?(4)您觉得需要给护士提供哪些内容的培训?(5)您觉得在产后抑郁网络认知行为治疗实施的全链条过程中,护士应该怎样发挥作用?

1.2.2 资料收集方法 采用描述性质性研究方法,获得研究对象知情同意后约定访谈时间及形式,由接受过质性研究方法学培训的研究者进行访谈。开

始前介绍研究内容及预估时长,获取录音同意,告知资料将全部用于科学研究并全程保密。通过笔录与录音结合的方式收集资料,鼓励分享主观感悟和真实想法,记录访谈细节及重要观点。每次访谈平均持续 40~50 min,访谈结束后对受访者给予感谢。

1.2.3 资料分析与整理 访谈结束后 24 h 内,研究者将访谈录音进行逐字转录,并将转录文本返回至受访者确认。2 名研究者采用主题分析法<sup>[5]</sup>整理并分析访谈资料,将文本导入至 Nvivo 12.0 软件,对文本独立、反复阅读后,逐行分析、提取相关语句,进行初始编码,并基于“相似原则、对比原则”对编码进行归类、合并、重组形成主题,最后对主题进行回顾审查并定义命名。此过程循环往复,多次进行,直至最终明确主题,出现意见分歧处咨询第 3 位质性研究专家。过程中研究者坚持完成反思日记从而减少资料分析的主观偏倚。

## 2 结果

2.1 主题 1:网络心理健康服务提供者 在产后抑郁网络认知行为治疗实施中,精神卫生专科护士对产后抑郁女性进行网络认知行为治疗,“精神科护士有精神卫生方面的专业知识和能力,高年资的护士更专业,完全能做产后抑郁心理治疗”(P8)。同时治疗过程中监测症状变化与及时转介,“护士在治疗过程中需要注意产妇症状变化,一旦出现问题要能及时转介”(P5)。精神卫生专科护士提供网络心理健康服务,提升心理健康服务便捷性和心理健康资源可及性,“由护士提供基于网络的心理健康服务,尤其是现在人工智能的发展让心理服务资源更可及,是未来的趋势”(P2),“通过网络更便捷,产妇能随时随地获取专业帮助”(P6)。

2.2 主题 2:云端心理支持者与赋能者 受访者表示精神卫生专科护士可以在产后抑郁网络认知行为治疗实施中提供云端心理支持,答疑解惑、交流沟通,“我觉得精神科护士,有产后抑郁针对性的知识储备和护理经验,能在网络认知行为治疗中解答产妇问题,给予人文关怀,提供类似云端的支持”(P7),鼓励完成网络认知行为治疗并解决实施治疗的障碍,“在心理治疗中,尤其是网络治疗,支持的角色虽然不是最直接的实施者,但在整个过程中也很重要,需要鼓励产妇去完成整个治疗,解决遇到的障碍问题,护士完全可以也需要做”(P3)。打破时空限制,护士参与其中为产后抑郁女性赋能,“现在护士角色发展越来越全面,而且网络治疗没有时间和空间的限制,通过智能化的手段可以更有效地为产妇赋能”(P4)。

2.3 主题 3:在线社区心理护理提供者 社区卫生

服务中心护士在产后抑郁网络认知行为治疗实施中,可以开展智能评估、随访追踪与结果反馈,“社区护士对产妇更了解,可以发挥在基层追踪方面的优势”(P11),“现在社区护士的能力也在不断强化,可以通过在线评估与随访实现智能化数据分析,准确了解产妇情况,有问题随时反馈”(P15)。为产后抑郁女性提供在线心理护理,促进心理服务的真实性与主动性,“在线社区的形式能为产妇提供一个相对匿名的环境,减少了面对面可能产生的尴尬和顾虑,随访真实性更强,而且能够鼓励主动寻求心理支持”(P14),促进社区互助和凝聚,“平衡‘医院主导’与‘社区为本’很重要,能营造积极的社区氛围”(P1)。

2.4 主题 4:人智协同心理健康管理者 访谈中多位受访者均表示在产后抑郁网络认知行为治疗实施的全链条中,护士更应该以人工智能为媒介平台发挥协同工作的作用,各司其职、分工合作、优势互补,整合优化心理健康资源,更好推动产后抑郁网络认知行为治疗的实施。“产妇从生完孩子开始,会接触到不同的护士,大家应该在各自专业的基础上协同工作,整合现有的资源而不是单打独斗,这是断点”(P10),“现在人工智能太发达了,网络认知行为治疗不应该局限于不同学科或者不同护士之间的协同,更应该把 AI 加入进来,人类智能与人工智能协同工作,从而实现更好的心理健康管理”(P1)。如妇产科护士是产妇在分娩后的首要接触护士,通过早发现、早转介促进早治疗,“妇产科护士最先关注到产妇情绪变化,能初步识别产后抑郁迹象”(P11),“产科护士借助 AI 做简单筛查,把关口前移”(P9)。心理科护士协助医生对初筛提示“可疑高危”产妇进行复查,配合医生进一步诊断,“可疑高危的产妇会要求到我们这会诊,常规测评完全可以由护士协助完成”(P13)。精神卫生专科护士提供网络心理健康服务,“精神卫生专科护士具备专业知识和能力,应该促进参与到网络心理健康服务的实施,而且我觉得一定要利用人工智能的优势解决更复杂的问题”(P7)。社区护士提供在线心理护理,将服务由医院过渡到社区,“对评估无异常的产妇也要有访视,线上的、网络的形式都可以”(P14),“治疗结束后一定要有随访来做好过渡,可以基于 AI 做,更快捷高效”(P15)。

2.5 主题 5:护士角色发展的实现条件 受访者表示护士无论是作为网络心理健康服务提供者、云端心理支持者与赋能者,还是在线社区心理护理提供者、人智协同心理健康管理者,首先需要人格健全,对心理治疗感兴趣,“护士必须对心理治疗感兴趣且沟通能力强,否则可能会觉得产后抑郁是无病呻吟”(P3),“人格特质对于心理治疗来说至关重要,要有

爱心、耐心、热心与责任心”(P12)。其次需要基本掌握人工智能技术,临床经验丰富且沟通能力良好,以及经过网络认知行为治疗的专业系统培训,“网络认知行为治疗是一种基于网络的治疗,护士参与一定得基本掌握人工智能的技术才行”(P2),“参与护士要有丰富的临床经验,能自己控制节奏,同时系统化的培训非常重要,这样才能更专业”(P6)。同时需要对护士在网络认知行为治疗的实施流程与方案、产后抑郁的症状识别与判断、病情评估与转归以及风险识别与转介等方面进行专业系统的培训。“除了常规内容,还要培训治疗的实施流程与方案,知晓整体环节”(P10),“个人建议要培训产后抑郁的疾病知识,比如症状识别与判断、病情评估与转归以及风险识别与转介,了解产后抑郁到底是什么状态”(P8),“要有危机干预培训,一旦有严重情况比如自杀风险,要有路径去处理”(P5)。

### 3 讨论

3.1 护士发挥多维角色,共同参与产后抑郁网络认知行为治疗的实施 近年来我国妇幼保健及精神卫生事业迅速发展,但围产期心理问题仍日益严峻且产后保健服务存在断点。随着护理事业高质量发展和护士角色多样化建设,护士已成为多元型人才。一项范围综述<sup>[6]</sup>指出,护士在初级卫生保健中可以承担支持者、协调者、合作者等多种角色。本研究亦表明,在产后抑郁网络认知行为治疗的实施中,护士可以作为网络心理健康服务提供者、云端心理支持者与赋能者以及在线社区心理护理提供者,从单一角色转变为多维角色,借助互联网与人工智能技术突破时间空间限制,提供便捷高效的心理健康服务,扩大服务范围,提升服务可及性;同时还能基于在线平台实现智能化的数据分析与随访追踪,优化服务流程、提高服务效果。有研究<sup>[7]</sup>提示,未来应积极促进多维角色的护士充分发挥专业性,共同参与到产后抑郁网络认知行为治疗的实施中,从而提供更加创新的、高质量的产后心理健康服务。

3.2 人类智能与人工智能协同工作,为产后抑郁女性提供全链条心理健康管理 当代科学研究需要多学科交叉融合,打破壁垒、共同协作以推动学术发展<sup>[8]</sup>。有研究<sup>[9]</sup>指出,未来应推动形成共同参与的精神卫生及精神健康多学科服务团队。当下人工智能迅速发展,医学也应借助 AI 强化科技赋能<sup>[10]</sup>。本研究表明,在产后抑郁网络认知行为治疗实施中,专科护士包括妇产、心理、精神卫生及社区领域分别在产妇分娩结束、复查复测、网络治疗及追踪评估的全链条中协同工作,发挥在疾病筛查、问题解答、心

理治疗、延续护理等方面的专业优势,与既往研究<sup>[11-12]</sup>结果一致。与此同时,研究也提示未来的心理健康服务需基于人智协同打破时空壁垒、优化决策质量、增强创新能力,将人类智能的创造力与复杂决策优势,与人工智能强大的数据分析与计算能力有机协同,提高工作效率与准确性,为产后抑郁女性提供全链条心理健康管理,推动心理健康资源的高效分配,从而实现增强的效果<sup>[13]</sup>。

3.3 对不同角色的护士系统规划和有序培养,推进数智化时代护士梯队建设 当下医疗服务需求日益增长,尤其是护理工作需要系统性和连贯性,护理人员建设应探索梯队式、系统性的培养模式<sup>[14]</sup>。权变理论指出要有机整合组织内部的差异性,平衡制宜各差异部分,以更好地构建、管理、维系适应环境变化的组织<sup>[15]</sup>。基于有机整合的核心,本研究发现在产后抑郁网络认知行为治疗的全链条实施中,要根据护士的专业与资质在不同的环节承担相应的角色与功能,这与张姬等<sup>[16]</sup>的研究结果一致;即优化护理人力资源结构,注重人才梯队培养,以确保科学配置护理人力资源;同时充分利用信息化手段整合人力资源、丰富配置途径。因此,建议不同专科护士立足自身专业、专注擅长领域,通过合理分工与合作,基于人工智能促进优势互补、整合医疗资源,立足对不同角色护士的系统规划和有序培养,确保护理服务连贯性,更好地提供产后高质量心理健康服务,推进数智化时代的护士梯队建设<sup>[17]</sup>。

#### 4 小结

本研究探讨了产后抑郁网络认知行为治疗实施中护士的角色与功能,不同专科护士以网络心理健康服务提供者、云端心理支持者与赋能者、在线社区心理护理提供者和人智协同心理健康管理者的多维角色共同参与产后抑郁的全链条照护,以孕产妇为中心,通过人类智能与人工智能的协同工作以及护理人才的系统规划和有序培养,共同为孕产妇提供数智化时代的高质量产后心理健康服务。本研究存在一定的局限性。尽管在研究过程中,2名研究者始终通过反思日记的方式避免主观,但仍旧无法完全消除资料分析过程中的主观偏倚,今后可基于本研究结果开展量性研究,通过分层抽样、扩大样本量,提高样本的代表性,进一步验证与完善产后抑郁网络认知行为治疗实施中护士的角色与作用。

#### 【参考文献】

- [1] DENECKE K, SCHMID N, NÜSSLI S. Implementation of cognitive behavioral therapy in e-mental health Apps: literature review[J/OL]. [2024-12-01]. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8949700/>. DOI: 10.2196/27791.
- [2] HUH K, LAYTON H, SAVOY C D, et al. Online public health nurse-delivered group cognitive behavioral therapy for postpartum depression: a randomized controlled trial during the COVID-19 pandemic[J/OL]. [2024-12-01]. <https://www.psychiatrist.com/jcp/online-nurse-delivered-group-cbt-postpartum-depression/>. DOI: 10.4088/JCP.22m14726.
- [3] 黄跃师,袁长蓉,宋晓萍,等.“互联网+护理服务”的发展现状[J]. 护理研究, 2020, 34(8): 1388-1393.
- [4] 胡雁,王志稳. 护理研究[M]. 6版. 北京: 人民卫生出版社, 2022: 257-258.
- [5] KIGER M E, VARPIO L. Thematic analysis of qualitative data: AMEE Guide No. 131[J]. Medical Teacher, 2020, 42(8): 846-854.
- [6] KANG B, OH E G, KIM S, et al. Roles and experiences of nurses in primary health care during the COVID-19 pandemic: a scoping review[J/OL]. [2024-12-01]. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11468121/>. DOI: 10.1186/s12912-024-02406-w.
- [7] 唐雷,钟世镇. 人工智能及其在医学领域中的应用[J]. 中国实用妇科与产科杂志, 2024, 40(9): 876-878.
- [8] 唐四元. 基于交叉融合的护理学学科发展思路[J]. 军事护理, 2022, 39(8): 1-2.
- [9] 马宁,陈润滋,张五芳,等. 2020年中国精神卫生资源状况分析[J]. 中华精神科杂志, 2022, 55(6): 459-468.
- [10] 周小芹,刘慧珍,王婷,等. 人工智能赋能医学领域的挑战与发展方向[J]. 中国胸心血管外科临床杂志, 2025, 32(2): 244-251.
- [11] 和霞,林梅,杨清,等. 我国多学科协作护理模式的应用现状[J]. 天津护理, 2021, 29(3): 375-378.
- [12] 齐中婷,莫红平,蔡敏,等. 重症专科护士在多学科合作模式中角色定位的质性研究[J]. 中华护理教育, 2024, 21(11): 1309-1314.
- [13] 王青,丁晓彤,罗忠琛,等. 人工智能在护理质量管理中的应用进展[J]. 中华护理杂志, 2024, 59(23): 2933-2939.
- [14] 杨晓妍,苏泽灏,孙雅婧. 人工智能赋能医学新活力——智能科学与技术学科交叉人才培养探索[J]. 华西医学, 2024, 39(12): 1943-1947.
- [15] GABUTTI I, FANTINI M P, RENO C. Testing contingency theory to drive organizational change in community care: a case study in the Emilia Romagna region[J/OL]. [2024-12-01]. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39028005/>. DOI: 10.1177/09514848241265749.
- [16] 张姬,冯霞,董鹤,等. 后疫情时代护理人力资源配置与管理策略思考[J]. 中国临床护理, 2023, 15(4): 257-260.
- [17] 史纪元,罗家音,王雪莲,等. 国内外人工智能护理相关研究热点和趋势分析[J]. 军事护理, 2023, 40(7): 16-19.

(本文编辑:王园园)