

宁同学的卫生情况就不是很好,平时并不注重个人卫生。这也导致班里没有学生愿意与她一起玩耍,她也没有什么朋友。她总是一个人闷闷不乐,也很难融入到课堂当中,在课堂中总是显得比较局促。这时班主任发现了这个情况,就先找了班里几个比较热心活泼的学生。先给这些学生做思想工作,让他们与李宁同学一起玩,让李宁感受到同学的热情。同学们都对她非常热情,一起努力将温暖带给李宁同学,让李宁同学增强自信。这样她也会注意到自己的个人卫生问题,及时改进,及时地融入到与同学的交流沟通当中。小学班主任也会在课堂中也及时地关注李宁同学的情况。如果李宁同学举手,班主任会请她来回答问题。然后对她进行表扬与鼓励,从而增强她的自信心。久而久之,李宁同学有了很大的变化,她变得乐观开朗,也能够在课堂上积极回答问题。

对于班级里的后进生,小学班主任也要对其倾注更多的情感。首先和学生进行朋友式的交流,赢得学生的信任和喜欢。其次,班主任在课堂要经常对学生微笑,然后在课下及时与学生进行沟通交流。对学生进行思想教育,让学生了解到学习的重要性。班主任还要抓住机会,适时地表扬、鼓励学生,让学生树立学习的信心,让学生往更好的方向发展。

2.2 班主任还要改变自己的教育观念,与学生们建立良好的关系
在传统的教育观念的影响之下,有些小学班主任在教学关系过程中过于严肃死板,导致师生关系脱节。班主任与学生没有更多的接触,感情也比较冷淡。学生对于班主任的态度,就是敬畏、害怕和敬而远之。学生在学习或者生活中有困难的时候,不敢向班主任倾诉,有疑问也不敢提出。这样学生与班主任之间没有亲近的情感交流,学生在遇到问题时就容易选择放弃,产生辍学的念头。因此,班主任要改变这种传统的教育观念。要学会尊重学生,爱护学生,与学生进行平等地交流相处,班主任要正面教育和引导学生树立正确的人生观、价值观,与学生建立良好的关系。

例如,班级里的梁佳辰同学身上有一些小小的缺陷,有一点口吃。这导致他性格非常的内向,从来都不敢在人前说话,更不用说上课举手回答问题了。这也导致这位学生的学习成绩非常差。在课堂最开始的时候,班主任让梁佳辰同学读课文。这位学生站起来沉默着,什么都不说。班主任耐心地等着他,劝导他,但是他说什么也不开口读课。后来班主任才了解到梁佳辰同学的情况,然后鼓励他大声地进行朗读,而且向他保证,同学们和自己都不会嘲笑他。这样在这节课当中,同学们和班主任都认真地听梁佳辰同学读课文,没有人开玩笑,也没有人嘲讽他,就这样认真地听他读。当梁佳辰同学完成到断断续续地朗读之后,班级里响起了雷鸣般的掌声。这是同学们班主任我对他的鼓励,也是发自内心的对他的进步感到高兴。通过这件事情以后,梁佳辰同学的口吃也渐渐的减少了。而且也增强了梁佳辰同学的信心,使他愿意与同学积极地交流,也愿意融入到课堂当中,在课堂上勇于举手发表自己的见解。小学班主任对于身上有缺陷的学生,要给予更多的关注。不能够对其进行挖苦,而是要及时地关心他,与学生建立良好的师生关系。没有失败的学生,只有失败的教育。班主任要及时调整自己的教学观念,与学生建立良好的师生关系,让学生信任自己。

2.3 班主任要做到及时与学生家长进行沟通,双向了解学生的情况
小学班级里的学生会有很多,班主任不能及时关注到所有学生的动态,也不能及时观察到所以学生的学习状态以及心理情绪的变化。这时班主任就可以采取家访的教学模式,主动

去学生家里深切地了解学生近期发生了什么事情,为什么在课堂上闷闷不乐,学习成绩有所下降。班主任通过与学生家长进行沟通,二者共同努力,为学生创造一个更好的学习环境。例如,学生的学习教育工作并不只是学校或者是教师单方面的责任。还需要家长的支持与理解,双方共同努力才会让学生变得越来越好,也能够让学生充分认识到学习的重要性。李振铎同学家庭的经济条件比较好,家境也很富裕。但是他的父母经常在外地工作,很少回家照顾他,也很少与他沟通交流。他长期与奶奶生活在一起,性格比较任性,在课堂上也不能够认真听讲,总是无故缺席课程。有一次李振铎同学连续请假两天,班主任到他家的时候他不在。后来在学校附近的超市找到他。班主任问他原因,他说,觉得父母总是不回家,他感觉自己就是一个被抛弃的孩子,父母也不会关心他。这时班主任赶紧与他进行谈心,然后给他在北京的父母打电话。他的父母听到孩子有这样的情况,也觉得非常伤心难过。及时回到家里与学生进行思想沟通交流,陪伴学生。过了一段时间,李振铎同学的情况也有所好转。因此,班主任的教学工作离不开与家长的配合,这样能够双向了解学生的情况,促进学生更好的发展。

三、班主任“爱护每一个学生,平等对待每一个学生”在教学过程中的意义

3.1 增强学生的信心,增强学生的平等意识
小学班主任在管理班级的过程中,需要平等地对待每一个学生,爱护每一个学生,将温暖和爱平等地给每一个学生,温暖学生的内心。这样可以让学生在班级中感受到来自班主任和同学的关爱,也能够增强学生学习的信心。学生真正地把学校当成自己的家,就能够心无旁骛地学习。小学班主任需要以身作则,增强自己的平等意识。做到不歧视班里的任何一个同学,从而也能够增强学生的平等意识,增强学生的社会规则意识,为学生以后的发展奠定良好的基础。

综上所述,没有爱就没有教育,教育的基础就是“爱”。小学班主任在教学过程中应该将爱平均分给每一个学生,做到不歧视、不偏爱任何一个学生。小学生简单纯真,他们在生活中闪闪发光,每个学生都值得被爱。小学班主任“一碗水端平”地真心关爱,可以抚慰学生的幼小心灵,让学生对平平无奇的生活充满希望。小学班主任在教学过程中给予学生爱,给予学生关心,能够引导学生发现生活中的美好。一个班级就是一个集体,而班主任就是这个集体中的领导者。小学班主任应该以身作则,通过平等地播撒爱的种子,一个学生也不放弃,让整个班集体蒸蒸日上,让每位学生变得越来越好。

参考文献

- [1] 宋婉昱, 费晓闻. 浅谈孔子的教学思想与小学教师基本素养[J]. 科教文汇(下旬刊), 2019(04): 140-141.
- [2] 杨清秀. 用挚爱托起心灵的蓝天——浅谈师德教育的策略[J]. 新课程(上), 2019(11): 274.
- [3] 魏慧英. 浅析如何做好小学班主任工作[J]. 青少年日记(教育教学研究), 2019(04): 156.
- [4] 王飞飞. 尊重爱护每一个学生[J]. 家长, 2019(02): 73-74.

护理实习生常见的心理问题和对应策略

龚振华 张毅 范春琴 贾寒雨 冯素娟

(南通大学第二附属医院 江苏 南通 226019)

摘要 护生在临床实习期间由于环境和学习内容发生了巨大变化,容易引起多种心理问题,本文对其进行归纳和分析,并提出相应的策略。护生常见的心理问题主要包括紧张和焦虑的心理、激动和兴奋的心理、适应障碍和人际交往障碍、情感困扰及就业压力问题等问题,然后从学校、医院和带教老师等角度提出相应的策略,预防和缓解护生的心理健康问题,培养高水平的护理人才。

关键词 护理实习生; 心理问题; 调适对策

DOI 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.08.1138

临床实习是护理实习生(护生)从学校走向社会的关键过程,也是护生将理论知识应用于临床实践,锻炼护生临床实践操作能力的重要平台,是护理教学中最重要的一部分^[1]。在此过程中,护生需要进行职业认知、自我角色等各个方面的转变,打乱了其平时的习惯,在面对学业、工作和人情世故等压力时,会出现不同的心理问题,尤其是以紧张、焦虑等负面情绪。研究表明,护生在临床实习中的不良情绪会影响其实习效果和工作能力,严重者甚至会影响其毕业后的择业,影响其职业选择^[2]。因此,本文归纳和分析护生临床实习存在的心理问题,并从学校、医院和带教老师的角度,提出相应的举措,以预防和疏导护生临床实习过程中的不良心理问题,现报道如下:

1 护生常见的心理问题

1.1 紧张和焦虑的心理

由于刚接触临床,护理实习生往往会出现焦虑、恐惧和胆怯的心理问题。在护理实习准备阶段,由于护理实习生对临床实习不了解,所以会出现过分紧张或过分松弛的情绪。由于从较为单纯的学校直接过渡到医院,护生会觉得心里没底,产生不适应的状态,产生紧张和焦虑的心理。

1.2 激动和兴奋的心理

由于刚接触到临床,护生除了紧张和焦虑的心理,往往还伴随着激动和急于求成的心理。护生从学校到医院,身着白大褂和燕尾帽,即将完成学业,实现自己的白衣天使梦,对未来充满希望,此外,由于刚进入临床,会接触到很多新的东西,迫切地希望在学校所学知识应用于救治伤员上,所以往往会表现出明显的激动情绪和兴奋心理。

1.3 适应障碍和人际交往障碍

从学校到临床,护生的生活环境、学习环境和人际交往发生了翻天覆地的变化,从学校单一的学习到在医院里面承担着一定的医疗任务和责任,大多数护生心理上会出现一定的适应障碍。另外,由于护生基本为独生子女,从小备受父母的宠爱,所以社会适应能力较弱,无法妥善的处理较为复杂的人际关系。而进入临床实习后,面对不同文化背景和宗教信仰的患者及其家属,在交流上存在一定的障碍,无法建立有效的护患沟通。另外,由于护生临床实践能力较差,无法获得患者及家属的信任,使患者及家属不愿与护生沟通。

1.4 挫败感

护生在进入临床实习后,对护理工作的现状有所了解,会发现护理工作在社会上存在误解,认可度较低。此外,繁琐的护理日常工作、嘈杂的临床工作环境都会让护生心理存在落差,产生一定的挫败感。

1.5 缺乏学习动机

部分护生由于理论知识缺乏或者无法将理论知识与实践很好地结合,没能与带教老师建立良好的沟通渠道,没能顺利完成实习任务,再加上患者和带教老师的负面评价,使其对护理这个职业产生动摇,导致缺乏学习的动力。

1.6 情感问题困扰

护生处于青春前期,或多或少都会经历感情。部分护生无法妥善地处理自己地感情,沉迷于情感无法自拔,尤其是面对情感失败时,会产生消沉、自卑和自暴自弃等不良心理,对其工作、生活和学习均有一定的影响。

1.7 就业压力问题

护生往往面临着较大的就业压力,尤其是在实习后期,往往疲于升学和就业的准备,所以对于医院的工作,往往应付了事,出现磨洋工和频繁请假的现。此外,由于就业现状

和期望值的落差,也会导致护生产生一定的就业不良情绪。

2 护生心理问题相关策略

2.1 学校管理方面

促进护生的身心健康是学校提高学生管理效能的有效途径之一^[4]。学校可以通过以下方式促进护生的身心健康:(1)学校应组织相关的心理培训活动,普及心理健康知识,学校应让护生接受心理健康教育,开展相应的课程培训和邀请心理专家进行定期的心理辅导。(2)为了提高护生的专业技能,学校应在实习前对护生进行集中操作培训。(3)辅导员应该学习相关心理知识,密切观察学生动态,及时发现心理亚健康或不健康的护生,并给予适当的引导。

2.2 医院管理方面

医院在护生进入临床实习后,应对其临床实习制定科学和规范的临床实习方案,并建立科学的效果评级体系。首先,医院应制定严密的教学计划,并在医院建立护士长一带教组长一带教老师的三级管理体系,明确相应的职责;其次,规范带教管理。再次,加强护生的职业道德教育,培养护生的职业情怀;最后,给予护生就业进行适当的指导和帮助。

2.3 带教老师方面

临床带教老师在护理实习中扮演着重要的角色。高素质带教老师是保障临床实习效果,提高护理教学质量和培养高水平护理人才的重要保障^[5]。带教老师层面上应从以下方面进行改进:(1)临床教研室组建高素质的带教师资队伍;(2)带教老师应因材施教、因材施教,根据不同护生和护生不同时期的心理特点进行教学;(3)专注护生与患者的沟通能力的培养;(4)建立与护生良好的沟通渠道,维护融洽的师生关系。

结论

综上所述,临床实习是护生从学校走向社会的重要阶段。在这个过程中,由于护生的生活环境、学习环境和工作环境发生了重要变化,容易引发护生的不良情绪,导致护生不良心理问题。所以学校、医院和带教老师均应积极帮助护生,为其成为优秀的护理人才奠定基础。

参考文献

- [1] 杨玉霞, 戴莉, 刘红. 护理实习生在临床实习中的心理问题及调适对策[J]. 护理实践与研究, 2014, (9): 117-118, 119.
 - [2] 宋清洁, 彭俊秋, 操传斌, 等. 护理实习生临床思维现状调查及影响因素[J]. 当代护士(中旬刊), 2020, 27(7): 157-159.
 - [3] 蔡洲. 高职院校护理专业学生临床实习期间的心理问题剖析[J]. 山西青年, 2018, (19): 36-37.
 - [4] 苏娅丽, 王丕琳, 刘均娥, 等. 临床带教中培养护理实习生人文关怀理念的实践[J]. 中华护理教育, 2015, (6): 444-446.
 - [5] 马玉霞. 影响护本科生实习的心理因素及对策[J]. 西北民族大学学报(自然科学版), 2008, 29(2): 75-77.
- 课题基金号:
南京医科大学教育研究项目 2019ZC045
南京医科大学康达学院教育研究课题 KD2018JYYJYB035
江苏省医院协会医院管理创新研究课题JSYGY-2-2020-74