

中职护理专业学生心理健康的分析及应对措施

于振蓉 任 勤

川北医学院附属医院 四川南充 637000

【摘要】随着社会的发展,因心理健康问题引发的社会事件频发,心理健康受到人们的重视。中职学校学生正值青春敏感期更容易产生心理问题。本文从中职学校护理专业学生心理健康问题进行分析,提出一系列应对措施,以帮助学生树立正确的人生观、价值观,促进学生健康成长。

【关键词】中职学校;护理;学生;心理健康;应对措施

【中图分类号】R395.6

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2019) 07-192-02

在竞争日益激烈的当今社会,心理健康问题已经越来越引起人们的重视,而愈来愈多的因学生心理健康问题引发的恶性事件也令人触目惊心。在日常生活当中,我们总会有一些心理障碍,如果不及时发泄和解决,就会积成大问题。中职学校学生正值青春期这个敏感时期,生活中的种种问题,如人际交往困难,对家长管教方式不满,对老师教育方式管理不满,担心毕业后就业压力,情绪上紧张、焦虑、抑郁,对青春期和性行为充满好奇和困惑等,都困扰着中职学校学生,应该引起我们充分的重视。

1 中职护理专业学生心理健康的重要性

中职学校学生教学模式由普通教育向职业教育转变。中职教育是以服务为宗旨,以就业为导向的办学目标,培养的是优秀的技术工人与服务型人才。从发展性的视角来看,中职学生入学三年后多数人要踏入社会,走上工作岗位。这一特定的发展目标从踏入中职学校开始就已经明确。中职护理专业是中职教育相对特殊的门类,所面对的是特殊的人群,承担救死扶伤的任务。因此要求中职护理专业学生不仅要具备丰富的理论知识,扎实的专业技能,更要具有较高的自身修养和健康的心理状态,这样当中职学生走上临床护理岗位才能更好的面对工作的挫折、压力及困惑。加强中职护理专业学生心理健康教育不仅利于学生成长的发展,更能对劳动者能力素养提高,职业道德的修养起着至关重要的作用,才能让中职校护理专业学生顺利的在工作岗位上发挥重要的作用。

2 中职学校护理专业学生的心理健康问题

2.1 主动学习意识淡漠

中职学生学习基础不扎实,学习能力差,许多学生因为考不上高中,才选择就读中专。有的学生觉得初中阶段的同学们绝大多数能顺利进入高中阶段学习,参加高考,而自己却只能进入中职学校学习,出现了心理的落差。同时进入中职学校后,相比较普通教育学习更加专业化,系统化、深入化,其难度加大,有学生甚至感觉前途渺茫,学生主动学习的意识就逐渐淡漠。

2.2 对所学专业不感兴趣

刚进入中职学校的学生还未成年,无论从身体到思想都没有发育成熟,对所学的专业还没有一个系统的、深入的认知。中考的失利让学生对父母出现了愧疚之心,许多中职学生都是由父母确定的专业,并不是自己的志愿。进入中职后,护理专业有一系列的专业课,专业课抽象理论多,能力要求高,部分学生原来基础差,开始没有足够的重视,学习跟不上进度了,学习中的问题也越积越多,成功的体验也越来越少,

学习兴趣逐渐减弱^[1]。

2.3 缺乏正确的自我认识

一位哲人说过:“人类本质中最迫切的要求是渴望被肯定。”而大多数中专生批评声比表扬声多,指责声比鼓励声多。觉得自己不如别人,产生自卑心理。对于任何自卑者来说,最为缺乏的是一种内在的自我价值感。中职校学生很多有过被老师、家长责骂和忽视的经历,因此而形成的“我不行”的自卑心理深入骨髓。加之社会上有些人对护理工作存才偏见,在无形中又加剧了中职护理学生自暴自弃的倾向,使他们低估自己的能力,面对任务轻言放弃,更加不愿意展示自己^[2]。

2.4 人际交往关系紧张

卡耐基集众多成功人士之经验发现,一个人事业的成功,其中85%取决于良好的人际关系,15%取决于专业知识。可见,良好的人际关系在一个人一生的发展中占据着重要的地位。中职学校学生心智还未发育成熟,住校生活使他们不能像小学、初中一样享受家庭的呵护。来自不同地方,不同家庭的学生每天朝夕相处,无论从生活习惯、家庭背景、思想观念等都有很大的差异,中职学生心智尚未发育成熟,加上以自我为中心,在人际交往中不顾及其他人的感受,难免与同学或老师发生摩擦,如果不进行正确的心理健康疏导,难免会对学生的心理健康产生不良影响。

2.5 家庭教育存在偏差

家庭教育对学生产生巨大的影响。有的父母常年在外打工,对孩子缺少关心关爱,有的家长文化素质较差,教育方法不正确,有的家庭经济状况较差,这些因素都会影响学生的心理健康。

3 中职校护理专业学生心理健康教育应对措施

对中职学校护理专业学生进行和加强心理健康教育是很有必要的,应从中职学校的实际出发,结合护理专业的特点,结合当前中职学校学生出现的心理健康问题,重点从以下几个方面来加强中专生的心理健康教育。

3.1 学校层面

3.1.1 在中职学校内配备专任、专业的心理咨询教师,同时开设心理咨询室,为学生提供咨询服务,通过课堂集中辅导,个体咨询相结合的方式,建立起学生心理危机预防、预警、干预工作机制,帮助同学们解除心理障碍,预防和减少学生因心理失衡出现过激行为。

3.1.2 每学期将心理健康教育课程纳入课程计划中,将心理健康教育专题化。可采用案例分析的方式,以心理问题为

导向,让学生分组讨论,每组派学生发言,最后教师进行总结,要让班级每个学生都参与进心理健康教育课堂,避免以讲解枯燥的心理健康理论为主。

3.1.3 在心理健康教育中,教师不仅要注重教学方法的改进,加强与学生的交流,还要成为学生心灵的好伙伴、好朋友,切实加强学生的交流,这样学生才能敞开心扉与教师交流^[3]。对于个别有心理障碍的同学,教师一定要认真、及时、耐心地心理辅导,帮助学生解除心理障碍。让学生勇敢地表达自己的情感,学会有效的控制并宣泄调节情绪,同时要善于观察周围人的情感,学会包容理解周围的人。

3.1.4 加强护理职业教育,教师应多给学生介绍护理这门职业的现状与发展前景,启发引导学生树立对护理专业的正确认识。让学生了解护理职业并不是所谓的“高级保姆”,而是具有基本理论、专业知识和临床护理技能的技术人才。同时,在毕业生实习前举办“如何适应医院环境”;“护理事业的发展前景”“护理人员就业指导”等讲座,激发学生热爱护理专业,帮助学生树立就业的信心。

3.1.5 建立心理障碍学生的心理健康档案。每年新生入学后,用心理健康调查问卷对新生的心理健康状况进行调查,针对有心理障碍的学生建立心理健康档案,及时对学生进行心理疏导,对学生的心理健康状况进行系统的监控、评价。

3.2 学生层面

学生应要树立远大的理想,在愉悦的情绪中产生一种渴求学习的愿望,从而更加积极主动的学习。当学生在学习上遇到困难,应该通过自己的努力解决答案。在整个教学活动中,老师要不断的激励每一个学生,对于学生的点滴进步应及时地给予适当的表扬,使学生体会到探索的乐趣和成功,更加努力,更加主动地去学习。

3.3 家庭层面

家庭教育对中职学校学生的性格养成和心理健康有重要的影响。

家长应发掘孩子的闪光点,对于孩子的短处应该用爱心、耐心来包容、引导。不能因为成绩不好而否定孩子的一切。

同时家长应多花时间陪伴孩子,倾听孩子内心的想法,一旦发现孩子的情绪或思想不正常,应及时疏导,或与老师一起对孩子进行心理健康指导,而不能放任不管或一味地用金钱满足孩子的物质需要。家长要与孩子平等地沟通,做朋友式的家长,尊重孩子的意见,给孩子自由选择的权利,不能以强硬的态度来要求孩子,苛责孩子,给孩子过多压力^[4]。同时,家长也要不断的学习,丰富自己的知识,提高自身的修养,以更好地指导孩子。

3.4 社会层面

现如今一些不良的社会现象对中职学生影响很大,例如:重利轻德,崇洋媚外、攀比阔气成风,部分中职学生不自觉的调整着自己的生活观念。有害信息充斥文化市场,赌博、出入娱乐场所、盲目追星、黄色网站、网络游戏成了毒害中职学生的精神鸦片,这些对未成年人有着较强的诱惑力,导致学生通宵玩手机,严重影响上课的状态,导致学习成绩下降。政府需要大力弘扬社会主义核心价值观,让核心价值观成为中职学校学生的思想引领,增强学生对党和国家的信心。同时要大力表彰先进人物和典型事迹,用榜样的力量激励中职学校学生奋发图强,锐意进取,为国家和社会做出自己的贡献^[4]。

总之,正处在青春期的未成年中职学校学生非常容易出现心理健康方面的问题,为了给中职学校护理学生营造一个健康、轻松的成长和学习环境,需要学校、学生、家庭、社会四方共同努力。

参考文献:

- [1] 李振国. 学生学习心理问题与调适研究[J]. 新课程研究, 2016(03)
- [2] 夏佳. 浅谈中职生心理健康现状及对策[J]. 职教天地, 2019(10)
- [3] 何花. 中职学校心理健康教育的有效实施探析[J]. 德育与成才研究, 2018(23)
- [4] 刘育典. 中职学校学生的心理健康问题及对策[J]. 课程教育研究, 2019(3)
- [5] 王丹. 儿童急性化脓性中耳炎的临床护理[J]. 吉林医学, 2013, (13):2601-2602.
- [6] 苏炳凤. 心理护理对 He-Ne 激光治疗小儿急性中耳炎依从性的影响[J]. 中外医疗, 2013, (09):22-23.
- [7] 谭亚荣, 刘发香, 孙玉梅, 牟淑玲, 潘春梅. 急性化脓性中耳炎患者的护理[J]. 中国现代药物应用, 2012, (17):116-117.
- [8] 宇宁, 李宇, 苑莹. 小儿急性化脓性中耳炎的病因、治疗及护理措施[J]. 哈尔滨医药, 2011, (06):482-483.
- [9] 韦钧, 郑岩. 85 例胆脂瘤型中耳炎围手术期护理体会[J]. 中国伤残医学, 2007, (04):79-80.
- [10] 康银花. 国外新型抗凝药物的临床研发动态[J]. 中国新药杂志. 2013(01)
- [11] 郑晶, 夏云龙, 杨延宗. 新型口服抗凝药物相关性出血的处理策略现状[J]. 中华临床医师杂志(电子版). 2013(17)
- [12] 陈怡琳, 施仲伟. 抗凝新药利伐沙班临床研究进展[J]. 心血管病学进展. 2009(05)
- [13] 张先龙. 新型口服抗凝药物阿哌沙班[J]. 中华关节外科杂志(电子版). 2014(04)

(上接第 190 页)

[3] 姬敏, 王艳, 陈卉, 李小兰, 王科, 姬玲. 肿节风分散片佐治急性化脓性中耳炎 500 例及护理体会[J]. 中国药业, 2015, (20):121-122.

[4] 陈询. 浅谈急性化脓性中耳炎的护理[J]. 大家健康(学术版), 2015, (01):224-225.

[5] 栾淑丽. 急性化脓性中耳炎的临床治疗及其护理[J]. 中国伤残医学, 2014, (10):279-280.

[6] 袁运桃. 咽鼓管吹张治疗的护理体会[J]. 中外医学研究, 2013, (20):118-119.

(上接第 191 页)

林。但长期疗效及其不良反应还有待进一步研究和长期随访证实。合理规范使用 NOAC, 可更好地造福房颤和血栓栓塞症患者。

参考文献:

- [1] 何改平, 张彬. 新型口服抗凝药物的研究进展[J]. 医学综述. 2015(08)
- [2] 尤国皎, 都丽萍, 陈跃鑫, 梅丹. 我国已上市新型抗凝药物的特点及临床应用进展[J]. 临床药物治疗杂志. 2017(01)