

团队心理支持活动对临床护理实习生自我效能的影响

高莉蓉 宋长爱 周 睿

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】：目的：研究参与团队心理支持活动的临床护理实习生的自我效能的高低变化。方法：选择2021年2月至12月在本院参与临床实习的护生，其中包括上海中医药大学本科实习生、中医药大学3+2临床实践学习学生、上海思博职业技术学校及安徽中医药大学的临床实习同学，将没有参加团队心理支持活动的作为A组，参与团队心理支持活动的作为B组。通过对比两组实习护士在参与中医特色人文护理核心能力建设的培训前后自我效能的高低差异。结果：B组护士的职业修养、职业信念、解决工作中所遇到的问题的能力、收集相关工作信息的能力、规划职业的能力和救治选择的能力的评分分别为(31.06±0.52)、(23.12±2.32)、(18.21±1.69)及(8.09±1.17)分，高于对照组的(27.56±1.23)、(21.31±0.36)、(15.02±0.37)及(7.32±1.82)分，差异均有统计学意义(P<0.05)。结论：系统性的团队心理支持活动对临床实习护士的自我效能的能力的提高有明显的效果。

【关键词】：团队心理支持活动；临床护理；实习生

The effect of team psychological support activities on the self-efficacy of clinical nursing interns

Lirong Gao Changai Song Rui Zhou

Longhua Hospital Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai, 200032

Abstract: Objective The purpose of this paper is to study the changes of self-efficacy of clinical nursing interns who participate in team psychological support activities. Methods Nursing students who participated in clinical practice in our hospital from February to December 2021 were selected, including undergraduate interns of Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, 3+2 clinical practice students of University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai Sibao Vocational and Technical School and Anhui Traditional Chinese Medicine. For the clinical practice students of the university, those who did not participate in team psychological support activities will be regarded as group A, and those who participated in team psychological support activities will be regarded as group B. By comparing the differences of self-efficacy between the two groups of trainee nurses before and after participating in the training of the core competency of humanistic nursing with TCM characteristics. Results The scores of nurses' professional accomplishment, professional belief, ability to solve problems encountered in work, ability to collect relevant work information, ability to plan career and ability to choose treatment were (31.06 ± 0.52), (23.12) ± 2.32, (18.21 ± 1.69) and (8.09 ± 1.17) points, higher than those of the control group (27.56 ± 1.23), (21.31 ± 0.36), (15.02 ± 0.37) and (7.32 ± 1.82) points, all differences were Statistical significance (P < 0.05). Conclusion Systematic team psychological support activities have obvious effects on improving the self-efficacy of clinical practice nurses.

Keywords: Team psychological support activities; Clinical nursing; Interns

进入临床实习是护士正式进入临床护理工作的一个关键阶段，通过这一阶段的实践工作锻炼可以帮助他们建立正确的对于其工作职业规划的认知及临床实践能力的提升。职业自我效能是指工作人员通过判断和评估自己的职业行为和能，最终形成的对自身能力的信心或信念^[1-2]。高水平的自我效能感可以有效培养临床护士积极的职业态度和信念，并决定择业倾向^[3]。此项研究是基于依托“中医特色人文护理核心能力建设”平台，将培训的内容分为经典传承、沟通技巧、心理支持、安全管理、辨证施护、科研创新和“志愿者”体验构成的“6+1”核心能力学习几个方面进行系统培训，每个实习组在第2周、第12周、实习最后1周，由带教老师组织、护生参与的有关临床护理人文相关内容的小组讨论会，每次会议内容形式多样，可包含对人文理论知识理解、临床人文事件的看法、如何体现人文关怀等，并做好会议记录。各个活动小组在教学过

程中通过正面的引导和提高实习学生心理弹性和心理健康水平，重视实习期间同学的心理需求，传承能力培养小组负责内容是通过让实习初期的护生初步了解中医传统文化，感受中医文化底蕴，激发学生对探索中医传统文化的兴趣，引发护生对传承和发扬中医传统文化的思考与信念。而心理支持能力建设小组团队则是通过理论学习与团体辅导培养同学沟通、倾听、情绪管理、共情等方面的人文护能力，提高临床护理实践学习的积极性与主动性，提升临床护理教学质量。解决人文理论转化成实践、知识转化为临床思维的问题，建立融入中医特色人文关怀的临床思维能力。沟通技巧能力团队负责培训目的是引导学生护理职业生涯中树立“尊重患者、理解患者、同情患者、关爱患者”的理念，锻炼护生临床沟通能力和解决临床实际问题的能力。深化对沟通过程的认识，在沟通体验中加强医学知识的掌握，形成良好的职业态度。对于新时期的年轻学生

目的是培养学生能够理解有效沟通的含义和意义、熟悉沟通中需要予以重视的问题及通过授课让学生掌握与患者沟通中的技巧与策略。安全管理能力小组主要负责每季度查阅国内外相关文献和指南，整理后在组内分享、讨论，每年结合最新文献指南，制定和更新小组计划，将最新的科研资讯融入到课堂授课和教学活动中。帮助护生理解临床安全管理的重要性，防微杜渐，让学生更加懂得敬畏生命的意义。课堂形式是组织护生在临床实习过程中发现安全小隐患，与带教老师沟通，在老师的指导下寻求解决方案，并记录过程。

对此，本研究对象选择在2021年2月至12月在本院进行实习的临床护士实习生进行研究分析，对比分析了解进行系统性团队心理支持活动培训后对他们中医文化底蕴的培养、学生自我效能提高及护理人文构建及沟通能力各方面的影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择在本院2021年2月至12月进行实习的88名临床护士作为A组（没有参加团队心理建设支持活动）和B组（参加了团队心理建设支持活动）。A组实习护士和B组实习护士均为年龄在18至23岁的女性。A组和B组的平均年龄分别为 19.26 ± 1.12 、 19.32 ± 0.75 ，两者之间（ $P > 0.5$ ）具有可比性。

1.2 方法

团队心理支持活动的安排内容如下：（1）结合上海中医药大学附属龙华医院临床实习护生人文培训计划表，经典传承能力建设小组负责安排医师授课，授课主题定为《中医传统文化传承与思考》目的是让实习初期的护生初步了解中医传统文化，感受中医文化底蕴，激发学生对探索中医传统文化的兴趣，引发护生对传承和发扬中医传统文化的思考与信念。实习中期安排护生通过对中医经典古籍《黄帝内经》的研读，启发其中医辨证思维，鼓励护生自主寻找书中感兴趣的点进行深度解读。实习后期小组通过读书报告交流的形式，让护生分享在研读《黄帝内经》过程中对中医传统文化的理解，启发护生对中医文化传承的思考。（2）心理支持小组负责以“情绪管理”、“换位思考”为主题，进行护理人文的教学授课及交流活动。多种形式授课，内容包括案例教育、情景模拟、游戏沙龙、访谈等，同时延续“关爱天使，互助成长”系列巴林特活动，每2周一期组织学生参加活动目的是增强学生与患者间理解和尊重，并对每次活动后的记录进行汇总整理。（3）结合教学课题邀请心理辅导老师宋长爱老师每周一次组织安徽中医药大学学生进行团体心理辅导，帮助激发自身潜在的心理建设能力，注重体验和参与提升学生的自我效能感。（4）护理人文手册中同时新增“幸福菜篮子”，每天记录一件与实习有关的开心的事或同学在临床护理实践过程中感受到非常有意义而且具有正能量的故事或事例，写在护理人文手册中，目的是通

过用正向的行为和情绪强化实习生对护理这份职业的正向认知、情感和行为，帮助其提高自我效能感。（5）在人文教学活动中分享“叙事护理”优秀案例，教导学生日常工作中的沟通技巧，倾听和抚慰患者，学习撰写叙事护理案例，感受温暖关爱的正性情绪，推动护患关系的和谐相处。（6）沟通技巧小组主要负责在课程中创设护患沟通模拟情境，将CICARE沟通模式（六步标准沟通流程）融入角色扮演模拟教学中，注重护生沟通技巧的学习，同时形成良好的护理职业态度，培养护理职业热情。在实习中期举办“人文点亮护理，共情构建沟通”——龙医护生人文沟通主题活动，先通过小游戏的形式，考验队友间传递信息的默契度，让同学们在游戏中学会观察、表述和倾听，再采用榜样熏陶、情境体验等方式加强护生情商的培养，在与患者交流中能够准确识别患者的感情状态和情绪，并以正确的方式进行处理。结合中后期进行案例讨论，指导实习护生进行反思，结合操作流程，在操作步骤前、中、后设置护患交流；情景完成后学生进行经验的分享和交流，学习他人的优点，弥补自己的不足，培养护生以稳定的情绪应对复杂的实践工作，并与患者形成良好的护患关系，做到有效沟通；同时在护理人文手册新增“护生临床沟通能力测评”，调查分析护生实习阶段临床沟通能力及其影响因素。各个小组组织的活动形式多样其目的是以护生为主导的互动式结合临床安全案例采用情景模拟、个案分享、小组讨论、翻转课堂等形式，也可根据护生反馈的临床困惑的各类问题，灵活调整活动的内容与模式。每次活动后记录相关内容并存档。

1.3 统计学方法

通过IBM SPSS Statistics处理相关数据，计量资料以均数±标准差表示，采用t检验；计数资料用百分数表示，采用 χ^2 检验。 $P < 0.05$ 表示差异具有统计学分析意义。

2 结果

组实习护士自我效能评价结果比较：2组护士在工作态度和信念、解决工作中所遇到的困难的能力、收集相关职业信息和规划职业的能力、选择就业方向方面的差异均有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。见表1。

表1 组实习护士自我效能评价结果比较（ $n = 44, x \pm s$ ）

组别	A组	B组	t值	P值
职业态度及信念	27.56 ± 1.23	31.06 ± 0.52	1.39	0.018
解决问题的能力	21.31 ± 0.36	23.12 ± 2.32	2.08	0.03029
收集职业信息和职业规划能力	15.02 ± 0.37	18.21 ± 1.69	2.97	0.008
职业认知	8.97 ± 1.18	8.86 ± 0.56	0.58	0.236
职业价值	9.38 ± 0.19	10.31 ± 1.02	1.25	0.178
职业选择	7.32 ± 1.82	8.09 ± 1.17	3.07	0.036

3 讨论

职业自我效能高的人员在求职过程中会表现得更加的积极,在对自我能力肯定、自信心及选择职业等各方面更具有果断的决策能力,容易找到合适的工作。根据相关研究发现,实习护士的自我效能感越高其临床护理能力越强。在本研究的调查发现中,经过系统性的中医特色人文护理核心能力建设培训后 B 组护生的临床实践能力、情绪管理、沟通能力、临床在护理安全管理能力建设等方面各个维度、在各种能力的平均得分有明显提升。系统性团队心理支持活动非常关注实习护士在整个心理实习过程中的心理健康、职业态度和职业规划,能帮助实习护士建立良好的职业态度。定期举办团队心理支持活动不仅让实习护士感受到了关注和关心还能帮助他们更加全面和清晰的进行职业选择和规划。

职业信念指的是个体高度认可并且能够作为自身行动指南的认知或者守则。在本研究中, B 组实习护士的职业态度、职业信念的得分明显高于 A 组实习护士。实习护士在长期的受教育过程中,对护理专业的情感很大可能会降低,在实习工作中职业信念也会逐渐降低、自我认知及情绪管理、沟通技能、

护理安全管理技能也比 A 组分值明显高。所以,研究表明团队心理支持活动对实习护士坚定职业信念很有必要。本次调查过程中,两组实习护士对护理职业的认知和职业价值观方面没有太大差异,但在职业态度和职业信念方面差异比较大。团队心理支持活动能够关注实习护士心理的变化,对于新时代的年轻护士来说,特别是 90 后甚至是 00 后护士,因为从小在“互联网”中长大,生活在数字世界,快速的信息崛起及多元化职业发展使她们缺乏对于工作的灵活性、多样性及沟通能力的锻炼,同学们也渴望通过临床实践在职业培训中获得自身专业及能力多方面的提高,而系统性团队心理支持活动可以解决实习过程中存在的问题,帮助实习护士准确的定位自己的职业及树立职业理想,进而提高他们的职业态度和信念。

综上所述,依托“中医特色人文护理核心能力建设”系列课程,举办团队心理支持活动能够有效提高临床实习护士的职业自我效能感。在护理行业发展日益成熟的当代,应注重对实习护士对其职业态度和职业效能感的培养,以帮助实习护士更好的适应其工作,使年轻护士的队伍具备多元化必将更大程度促进护理领域的发展,重新审视新一代护理队伍,必将能扛起时代赋予的责任,彰显青春与担当。

参考文献:

- [1] de Sousa Mata Á N, de Azevedo K P M, Braga L P, et al. Training in communication skills for self-efficacy of health professionals: a systematic review[J]. Human resources for health, 2021, 19(1): 1-9.
- [2] Dashtipour P, Frost N, Traynor M. The idealization of ‘compassion’ in trainee nurses’ talk: A psychosocial focus group study[J]. human relations, 2021, 74(12): 2102-2125.
- [3] 徐敏. 本科实习护生职业认同感的认知干预研究[D]. 郑州: 郑州大学, 2019.