

后疫情时代医学生情绪控制对学习状态的影响

曲祥瑞 杨宇^(通讯作者) 陈馨 陈明旭
(佳木斯大学 黑龙江)

摘要:目的 调查后疫情时代医学生对于疫情的了解、态度和情绪变化,以及学习方面受到的影响。探究医学生对医学职业的看法对情绪控制的影响,同时研究医学生对于情绪控制和学习平衡的方法。方法 自行设计调查问卷,通过线上调查的方式对佳木斯大学 640 名学生和 87 位老师从学生对于疫情的态度及心态变化、老师对于医学生线上线下相结合模式下学习状态的评判、疫情下医学生职业认同感的变化以及医学生家人对于孩子学医的支持情况这四方面进行调查。结论 后疫情时代,医学生情绪变化影响着学习状态的变化。学生情绪受到疫情变化,自身职业认同感、责任感的程度,家庭支持理解等多种因素影响,需要政府、学校、家庭以及社会多层次引导,增强医学生情绪控制能力,改善学习状态。

关键词: 疫情 学生情绪 学习状态 心理分析

2020 年,新冠肺炎飞速蔓延至全球大多数的国家,数以万计的人们失去了生命,严重危及了人类的生命健康。在这场无声的战役中,广大医务人员临危不惧,勇挑重担,逆流而上,生动凸显了“大爱无疆”的医者情怀。但同时,许多白衣天使也因此永远地离开了我们。对此,医学生们作为未来医学事业的接班人,应保持积极向上的心态,秉持正确的职业精神,努力学习,对于发展祖国医疗卫生事业做出贡献。根据《柳叶刀》杂志指出:“该疫情对全社会人口和卫生系统产生了冲击”,在全球范围内对医学生的教育产生了较为持久的影响^[1]。

2. 调查结果

2.1 调查对象基本信息

调查对象为本科生、研究生及大学老师,年级为大一到大五,大一学生居多,占总人数的 33.6%。在所有有效样本中,临床医学专业的调查者最多。(表 1, 表 2)

表 5 被调查者基本信息(医学生)

类别	计数	百分比 (%)
性别		
男	175	35%
女	325	65%
年级		
大一	168	33.6%
大二	99	19.8%
大三	66	13.2%
大四	102	20.4%
大五	63	12.6%
研究生	2	0.4%

表 6 被调查者基本信息(非医学生)

类别	计数	百分比 (%)
年级		
大一	10	11.49%
大二	15	17.24%
大三	48	55.17%
大四	12	13.79%
大五	0	0%
研究生	2	2.3%

2.2 医学生和非医学生疫情认知对比

2.2.1 医学生和非医学生对于疫情情况的了解对比分析

医学生对比非医学生来看,医学生对于疫情变化状况的关注度高于非医学生。从图中对比可以看出,及时关注疫情状况的医学生占 18%,而非医学生则占 10.26%;另外完全不关注疫情现状的非医学生占 15.28%,而医学生却仅占 5.20%。医学生们更多地关注疫情的变化状况,了解疫情的发展,这与学生的专业学习背景直接相关,但是,与此同时医学生也更容易因为疫情变化的改变而受到更大的影响。(图 1)

2.2.2 医学生和非医学生对于疫情关注态度对比分析

对比非医学生,医学生由于受到更专业的医学知识学习和普及,更能够理性地了解看待疫情的状况。在图表中我们可以看到,在理性地看待疫情这方面,非医学生当中仅有 70.51%,大大低于医学生的 91.60%。由此可以看出医学生面对疫情总体情况较为良好,但有少数医学生还应改善自身面对疫情下的心理素质。相反,在过度恐慌、过度看淡疫情这部分非医学

生比例大大高于医学生。这也可以看出医学背景知识可以让学生理性对待疫情,也侧面反映医学科普对提高学生对于疫情正确认识的重要性。(图 2)

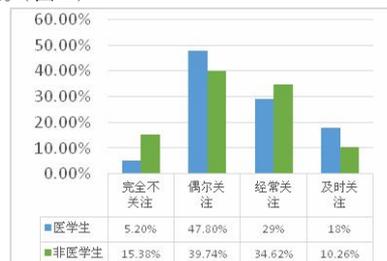


图 1 医学生对于疫情情况的了解



图 2 对待疫情的态度

2.2.3 疫情发生以来医学生和非医学生的心情变化对比分析

疫情发生以来医学生和非医学生心情变化的对比调查中,发现大多数学生在疫情暴发以来心情都发生了或多或少的变化。而对比非医学生,医学生的情绪变化受疫情影响更小一些,更能够理性地控制情绪。在图表中我们可以看到,在心情变化没有受到影响、影响很小、较小以及一般这四方面,相比于非医学生所占人数比的 7.69%、6.41%、12.82%和 37.18%,医学生的 15.60%、11%、13.60%和 44.40%明显较多。相反,在心情变化较大、更大两方面,相比于医学生,非医学生人数所占比例更大。这也与之前医学生和非医学生对疫情关注度相呼应,侧面反映医学科普的重要性。另外,根据数据也可以看出医学生的心情变化也受疫情等因素影响较为明显,采取措施提高医学生情绪控制能力,改善医学生心理素质也刻不容缓。(图 3)

2.3 医学生在疫情期间对于情绪状态的描述分析

该问题是一个多选题,通过调查发现大多数学生都有选择“平和”这个选项,占比 71.20%,可见医学生在疫情下对于情绪状态的控制是有一定能力的,在很多时候可以保证平和的心理状态,或

者愉快的情绪。不过同时也有 18.40%的医学生选择担忧, 27.60%的有忧虑情绪, 还有一些感到害怕、孤独、悲伤、压力等问题。通过问卷横向对比, 这部分选择平和的学生, 均为理性看待疫情的这部分学生。但负面心理词汇的出现也占有很大比例, 这也客观表现出学生需要增加心理疏导(图4)

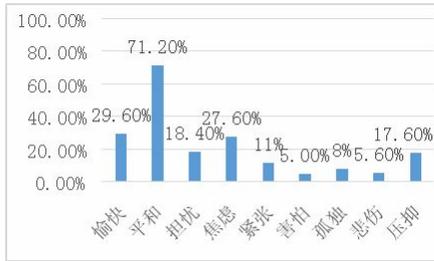


图3 医学生和非医学生的心情变化

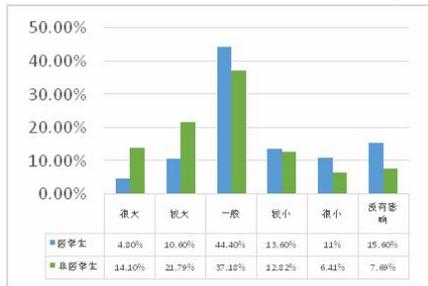


图4 疫情期间情绪状态

2.4 老师对于医学生学习态度的评价

2.4.1 疫情前后医学生学习积极性的变化分析

疫情前老师对于医学生学习积极性很满意的 19.54%, 满意的占 55.17%, 一般的 24.14%, 而疫情后老师对于医学生学习积极性满意程度显著降低, 很满意的有 14.94%, 满意的有 39.08%, 而认为学习积极性的占 39.08%, 甚至还有一些老师对于疫情后期医学生积极性不满意或很不满意。但是, 疫情期间主要为线上教学形式, 教师难以了解学生授课时的真实状态。总体可以看出医学生学习积极性受疫情线上线下授课交替影响有所退步, 但是仍对学习抱有一定的热情, 需要采取措施来提高学习的积极性(图5)

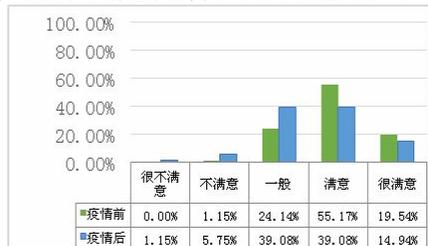


图5 疫情前后医学生的积极性

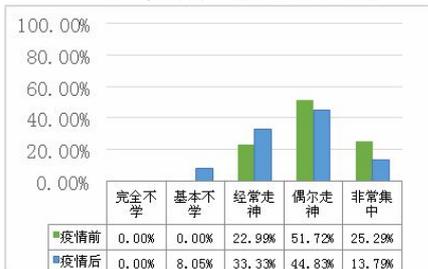


图6 疫情前后医学生的学习状态

2.4.2 疫情前后医学生的学习状态分析

疫情前, 老师认为医学生注意力非常集中的有 25.29%, 偶尔走神的 51.72%, 经常走神的有 22.99%, 老师普遍认为基本没有不学或完全不学的, 而疫情后期认为学生非常集中和偶尔走神的老师减少, 分别占 13.79%和 44.83%, 而有 33.33%的老师认为学生经常走神, 还有 8.05%的认为学生基本不学。可以看出疫情后医学生的

学习状态不佳, 在这一点我们也要考虑到线上学习需要学生要有很强的自律性, 同时学习环境也会影响到学生的学习注意力, 疫情期间的学习环境可能是寝室或居家, 这些一系列因素都会影响学生的学习状态。(图6)

2.4.3 疫情前后医学生的笔记状况分析

疫情前对于医学生的笔记状况, 有 20.69%的老师认为学生笔记做得非常好, 还有 43.68%的老师很满意, 32.18%的老师持一般的态度, 而疫情后老师普遍认为医学生笔记质量下降, 有 13.79%的老师仍认为做得非常好, 37.93%的认为满意, 更多的老师认为一般占 41.38%, 还有一小部分老师对于笔记质量很不满意, 甚至认为学生基本不做。这个趋势基本与后面学习成绩一致, 这表明线上教学过程中重视学生笔记整理, 也是有效提升教学效果的途径。(图7)

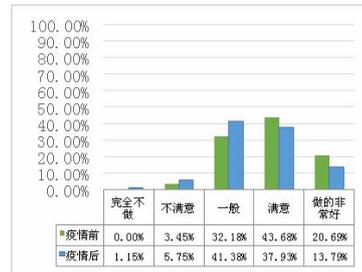


图7 疫情前后医学生笔记状况

3. 结论

3.1 疫情下医学生整体心情较为平和, 同时对疫情关注度较高。

调研结果表明, 在疫情影响下大多数医学生的心情变化不是很大, 较多医学生情绪较为平和, 不过与此同时也存在一些焦虑、紧张等消极情绪。另外在与非医学生调查对比当中我们可以发现, 或许是因为医学生对比其他专业学生, 更有可能投入到此次疫情抗击战, 因此医学生对于疫情的关注度更高, 不过大多数医学生都可以站在较为理性的角度看待疫情的发展, 而这也与医学生自身所具备的相关医学知识有关。

针对以上情况, 我们需要采取一定措施来保持医学生维持这种平和心态, 使他们以理性的思维来面对疫情。学校可适当为学生开展线上心理健康、正确择业、增强自我意识等宣传活动, 引导学生积极面对学习和生活^[7]。针对心理压力较大的学生, 实现一对一辅导教育。同时医学生也应该一定程度上提高自身抗压能力, 以积极向上心态来面对疫情。

3.2 疫情下医学生学习状态受到一定的影响, 需要有针对性地开展教学改革, 提升教学效果。

通过调查老师对于医学生疫情前后学习状况的评价, 我们可以看出, 虽然线上教学有力地缓解了疫情背景下学校教育的燃眉之急, 并且线上上课也给学生更多的时间可以自我消化整理, 但是总体上医学生的学习状态还是有所下降的。具体来看, 医学生学习积极性是大不如前的, 在线上上课时有更多学生无法集中注意力, 在课堂上走神, 师生之间缺少有效的互动, 课堂反馈大打折扣, 老师对于学生的学习状态无法把控。而且实验授课也是一项短板, 对于这种实践性强, 学习难度大的课程, 线上教学很难完成教学目标。由此可见, 很多医学生不能够很好地适应疫情下线上线下教学模式的转换, 因此学习效果有所下降。

针对这种状况, 在学生方面, 首先, 明确自己近期的目标。每个人的动力与目标都有着直接的关系, 有了明确的目标, 学生才能够更好地投入到网上学习中; 其次, 要提高自己的自律能力和时间管理能力; 另外, 可以通过课上积极回答老师问题, 课后与老师及时沟通, 来解决无法面对面上课所带来的困难。而学校, 则要积极培养学生们的自主学习能力, 大力辅助学生开展各项促进学习的活动, 关注学生客观和真实的需要, 引导老师转换教学理念, 突出以学生为中心的教学方法, 发挥学生的学习主动性。

黑龙江省大学生创新性创新项目项目编号: S202210222007